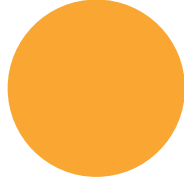


# Çocuğunuzu diş hekimine götürmek: Ebeveynlere düşen görev





PaFein+



Sağlıklı dişler ve ağrısız, sorunsuz diş hekimi ziyaretleri, her ebeveynin çocuğu için dilediğidir. Bu hedefe ulaşmanın yolu, çocukların diş hekimiyle dostça ve kalıcı bir ilişki kurmasından geçer. İşte çocuğunuzun diş hekimi deneyimini daha rahat ve olumlu hale getirecek bazı faydalı öneriler.





# PaFein+

Pain-free dental  
treatment and injections  
for children

# 1

Sevgili Ebeveynler

## Çocuğunuzu Doğru Şekilde Destekleyin

Diş doktoruna gitmeden önce çocuğunuzun güçlü yönlerini hatırlatın. Belli belirsiz güven verici sözler kullanmak yerine ("Her şey iyi olacak" veya "Endişelenme, kimse sana zarar vermeyecek"), çocuğunuza zorluklarla başa çıkma gücünü hatırlatın.

"Sen çok şey başardın! Bisiklete binmeyi öğrendiğinde de başlangıçta biraz zorlanmıştın ama başardın. Diş doktoruna gitmek aslında bisiklete binmekten çok daha kolay. Hadi, bisiklete nasıl bindiğini hatırla!"  
Bu, çocuğun kendine güvenmesini sağlar ve deneyimi daha az kaygılı bir şekilde kucaklamasına yardımcı olur.



**Endişelenme, her şey yolunda!**



**Birçok zorluğun üstesinden geldin,  
bu sefer de yapabilirsin!**



# PaFein+

Pain-free dental  
treatment and injections  
for children

Sevgili Ebeveynler

# 2

## Soru kalıpları kullanmamak yardımcı olabilir, Ama Her Zaman Değil...

Gerçek olmayan seçenekler sunmaktan kaçının. "Diş doktoru randevusuna hazır mısınız?" yerine daha doğal bir şekilde, "Hadi gidelim ve dişlerinizi kontrol ettirelim" demek daha iyi bir seçenek olabilir. Bu, çocuğun güvenini artırır ve karar verme ile ilgili kafa karışıklığını engeller.



Diş doktoru randevusuna  
hazır mısınız?



Hadi gidelim ve dişlerinizi kontrol  
ettirelim.



# PaFein+

Pain-free dental  
treatment and injections  
for children

# 3

Sevgili Ebeveynler

## Çocuğunuzun Dikkatini Dağıtın – “Olumluya Odaklanın”

Diş doktoruna gitmeden önce, çocuğın dikkatini dağıtmak, farklı bir konuya odaklanmasını sağlamak, bu ziyaretin yaratabileceği olumsuz duyguları dile getirmekten daha iyi bir stratejidir.

Çocuğunuza diş doktoru ziyaretinden sonra ne yapmak istediğini sorabilir veya sevdiği aktiviteleri hatırlatabilirsiniz.

Örneğin: "Diş doktoru ziyaretimizi bitirince akvaryuma gitsek mi? Balıkları ne kadar sevdiğini biliyorum..." Bu şekilde, çocuğunuzun olumsuz beklentiler yerine keyifli bir aktiviteye odaklanmasını sağlarsınız.



Üzgünüm, korktuğunu biliyorum  
ama diş doktoruna gitmeliyiz!



Diş doktorundan sonra nereye  
gitmek istersin?



# PaFein+

Pain-free dental  
treatment and injections  
for children

Sevgili Ebeveynler

# 4

## Anlayış Gösterin, Duygusal Olmayın

Çocuğunuza anlayış gösterirken, (örneğin çocuğunuz ilk süt dişini çektireceği zaman) desteğinizi onun stres ve kaygısını artırma riskini taşımayacak şekilde ifade etmeniz her zaman daha iyidir.

Bu ziyareti bir oyun haline getirerek eğlenceli ve rahatlatıcı bir atmosfer yaratabilirsiniz. Böylece çocuk, rahatsızlık beklentisi yerine oyuna odaklanır.



**Korktuğunu biliyorum, biraz acıyacak ama gitmemiz ve dişini cektirmemiz lazım!**



**Hadi diş doktoruna gidip dişinin nasıl sallandığını gösterelim!**



# PaFein+

Pain-free dental  
treatment and injections  
for children

# 5

Sevgili Ebeveynler

## Açıklayıcı Talimatlar Verin

Diş doktoru ziyareti öncesinde veya sırasında, çocuğunuza ne yapması gerektiğini açık bir şekilde açıklayın. Çocuk, ne yapması gerektiğini anladığında hareketsiz durması çok daha kolay olur. Yapmaması gereken şeyleri vurgulamak veya tehditkâr ifadeler kullanmak yerine, yapması gerekenleri sakin ve anlaşılır bir dille anlatmak daha etkilidir.



**Ne yaparsan yap, HiÇ  
KIPIRDAMA! Kıpırdarsan  
doktor seni incitebilir!**



**Sakince otur, ellerini kucağında  
tut. Lütfen doktoru dikkatle  
dinle.**



# PaFein+

Pain-free dental  
treatment and injections  
for children

# 6

Sevgili Ebeveynler

## **Sessiz Bir Gözlemci Olun: Orada bulunun, Kendinize güvenin, Sessiz kalın**

Tedavi sırasında, özel taleplerde bulunmadan sessiz bir gözlemci gibi davranın.

Sizin sakin tavrınız, çocuğunuzu rahatlatır ve daha güvenli hissetmesini sağlar.



**Çocuğuma ne yaptığınızı tam olarak anlatırsanız daha iyi tepki veriyor, ona asla yalan söylemeyiz!!!**



**Doktora tamamen güveniyorum ve işini yapmasına izin veriyorum.**



# PaFein+

Pain-free dental  
treatment and injections  
for children

**Mutlu Dişler Takımı**



**Erasmus +**

Project 2023-1-TR01-KA220-HED-000155608



# PaFein+

Pain-free dental  
treatment and injections  
for children



[www.pafein.plus](http://www.pafein.plus)



Co-funded by  
the European Union



MARMARA  
UNIVERSITY



ISTANBUL  
KENT  
UNIVERSITY



Bambino Gesù  
OSPEDALE PEDIATRICO

Project

2023-1-TR01-KA220-HED-000155608



Erasmus +

Editing:

Kruger Brent Printing House



KRÜGER-BRENT

Printing House Ltd.