



Prof. Dr. Tina In-Albon
1. Vorsitzende der KJPVT

Liebe KJPVT Mitglieder,

auch wenn wir alle dachten, dass die Corona Pandemie bereits ausreichende Herausforderungen mit sich bringt, kam noch das aktuelle Weltgeschehen mit dem Krieg in der Ukraine dazu. Wir sind bestrebt, Sie auch zu diesem Thema mit hilfreichen Materialien für Kinder, Jugendliche und Eltern bzw. die therapeutische Arbeit zu versorgen. Auf der Homepage haben wir verschiedene Links mit Informationen für Kinder, Jugendliche und Eltern aufgeführt, z.B. wie man mit Kindern über Krieg spricht. Es ist auch ein Brief an Eltern, Bezugspersonen und Lehrkräfte verlinkt, der gerne verwendet und weitergegeben werden kann (siehe Link auch auf S. 2). Wir machen uns derzeit zudem Gedanken was langfristig für eine optimale Versorgung der geflüchteten Kinder benötigt wird. Weitere Informationen folgen.

In diesem Newsletter nehmen wir das Thema Impfen rund um Corona näher in den Fokus. Wir stellen Ihnen Informationen und Materialien zur Behandlung der Spezifischen Phobie vor Spritzen und Injektionen vor. Wir hoffen, Sie können davon profitieren! Danke dafür auch an Robin Zimmermann, RU Bochum.

Im Rahmen des 1. Deutschen Psychotherapiekongresses in Berlin (www.deutscher-psychotherapie-kongress.de; 7.-11.6.2022) wird die KJPVT Mitgliederversammlung 2022 stattfinden. Datum ist der 7.6.2022, 16 Uhr. Informationen folgen in Kürze.

Wir wünschen Ihnen einen schönen Frühlingsbeginn und bleiben Sie gesund!
Ihr KJPVT Vorstand

Blut-/Spritzen-/Verletzungsphobie

Ideen für Übungen und Materialien bei Expositionen. Mit den folgenden Materialien und Links möchten wir ein paar Anregungen zur Behandlung der Spezifischen Phobie vor Spritzen und Injektionen vorstellen.

- Bilder von Spritzen, Einstichen, Blutabnahmen etc. (Cartoon bis realistisch)
 - Spritzen Memory
 - „Finde 10 Fehler“-Bilder mit Spritzen
- Videos: Spritzen
 - Szenen aus Fernsehserien (z.B. Emergency Room/Grey's Anatomy)
 - Auch Cartoons möglich aus Serien, wie z.B. Simpsons, Family Guy etc.
<https://www.youtube.com/watch?v=ThM-PdmPmDs>
- Spiel mit echter Nadel
 - (Psychoedukation: Hautschichten, Injektionsformen, Schmerzweiterleitung)
 - Kanüle anschauen, aufziehen
 - Orange stechen/nähen (durch Schale Ähnlichkeit mit Haut)
 - Orange Wasser injizieren / Versuchen Saft mit Spritze rauszuziehen
 - Kuschtier verarzten
 - Mit Nadeln Wasser/gefärbtes Wasser aufziehen, durch Plastikfolie stechen
 - Fake-Arm Blutabnehmen / Stichpolster auf eigenen Arm
 - Nähnaedel (nur) durch die oberste Hautschicht stechen so, dass diese am Finger hängt
- Blutzuckermessen (Finger Prick)
- Bilder von Verletzungen anschauen (siehe z.B. „Fake Wunden auf Youtube“ Video)
- Wunden selbst herstellen/Schminken
 - <https://deavita.com/dekoration/halloween-dekorationen/wunden-schminken-halloween-schminktipp.html#:~:text=Hier%20haben%20wir%20dargestellt%2C%20wie,mit%20einem%20kosmetischen%20Hautkleber%20festkleben>
 - <https://www.genialetricks.de/ideen-halloween-make-up/>

Beispielbild für Material während einer Exposition (Beschreibung s. unten):



- 1) Injektions-Trainingskissen → An den Arm halten und selbst mal mit einer Spritze einstechen + Üben Nadel nah an den eigenen Körper
- 2) Blutabnahmen Übungssset (durch die Schläuche kann falsches Blut geführt werden; Ebenfalls am eigenen Arm festmachbar)
- 3) Finger Piks (Blutzuckertest; Wenn für Therapeuten ok z.B. auch „Bilder“ an der Schulter stechen)
- 4) Fake Blut (sehr flüssig für den Übungsarm)
- 5) Entsorgungsbehälter für Nadeln
- 6) Desinfektionsalkohol (Geruch für Expo selbst, wenn keine Blutabnahme etc. durchgeführt wird)
- 7) Unterschiedliche Nadeln und Kanülen
- 8) Venenstauer
(ebenfalls empfehlenswert, aber nicht abgebildet: Arztkittel, Stethoskop)



Weitere Ressourcen

Allgemeine Informationen

Blut-Verletzungen-Spritze-Phobie kurze Infos (Text)

- <https://www.quarks.de/gesundheit/du-kippst-bei-blut-und-spritzen-um-so-nicht-mehr/>

Infos zur Blutentnahme (Text):

- <https://www.netdoktor.de/diagnostik/blutabnahme/#:~:text=Zum%20Inhaltsverzeichnis%20Was%20macht%20man%20bei%20einer%20Blutabnahme%3F,immer%20noch%20zu%20tasten%20ist>

Infos zur Ohnmacht: Synkope (Ohnmacht) – Ist das gefährlich? Dr. Heart

- <https://www.youtube.com/watch?v=7-xa6PVSc0>
(bis 2:31; und ab 4:40 bis ca. 5:30, wenn es um Ohnmacht bei Blutabnahmen geht)

Aufbau und Funktion des Blutes (Biologie-Unterricht Niveau)

- https://www.youtube.com/watch?v=3ZOodK_0O4U&t=224s

Videos von Blutabnahmen:

Blutentnahme (Berufskolleg Ahlen)

- https://www.youtube.com/watch?v=V_zeOhxlxbI

Blutentnahme AMBOSS

- <https://www.youtube.com/watch?v=cEK3AISI03Q>

Blutentnahme Lehrfilm (FH Salzburg)

- <https://www.youtube.com/watch?v=90LqWGNjcuU>

Fredi Fuchs im Krankenhaus:

- <https://www.youtube.com/watch?v=jUDBQOtOBCU>
(2:15 – 2:44 kurz etwas zu Blutentnahme)

Fake Wunden auf Youtube (geht sofort mit großen realistischen los!)

- <https://www.youtube.com/watch?v=FGie70t16S4>

Was ist ein Virus?

- <https://www.youtube.com/watch?v=QtZ0Ahr770c>

Impf Infos:

- <https://www.zusammengegencorona.de/impfen/kinder/>

Tipps zum stress- und schmerzarmen Impfen (BZgA)

- <https://www.youtube.com/watch?v=Zl5K9-EgAnM>

Lokalanästhetisches Pflaster: Keine Angst mehr vor dem Impfen: Tapfi® Pflaster

- <https://www.das-pta-magazin.de/keine-angst-mehr-vor-dem-impfen-tapfi-pflaster-2899670.html>

Angewandte Anspannung:

- <https://www.quarks.de/gesundheit/du-kippst-bei-blut-und-spritzen-um-so-nicht-mehr/>

BVKJ (Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e.V.)

- <https://www.kinderaerzte-im-netz.de/news-archiv/meldung/article/starke-angst-vor-spritzen-beginnt-sich-etwa-mit-fuenf-jahren-zu-verfestigen/>

Buch:

Bilderbuch über Arztbesuch und Kinderimpfung

- Mottl-Link, S. (2021). *Keine Angst vor dem kleinen Piks!: Heute gehe ich zum Impfen— Bilderbuch über Arztbesuch und Kinderimpfung* (1. Aufl.). Loewe.

Elternbrief zur Hilfestellung Gespräche über den Krieg:

„Informationen für Kinder und Jugendliche zum Krieg in der Ukraine“

<https://tinyurl.com/2p8p5un3>

Weitere Links zur Unterstützung von Flüchtlingen

- Für Lehrkräfte zur Aufnahme und Integration von geflüchteten Kindern:
<https://daz.alp.dillingen.de/index.php/grundlagen/2015-04-23-09-15-10/traumatisierung>
- Hilfreiche Ressourcen auf Russisch/Ukrainisch:
<https://www.nctsn.org/resources/all-nctsn-resources>
- Projekt PORTA, ein internetbasiertes Tool zur Belastungseinschätzung bei Kindern und Jugendlichen mit Fluchterfahrungen:
<https://med.porta-refugees.de/>
- Programm START:
https://www.dgkip.de/wp-content/uploads/START_Skills_handout_ukrainisch.pdf
- Literaturempfehlung Krieg und Frieden:
https://www.jugendliteratur.org/ju_lit/krieg-und-frieden-in-der-kinder-und-jugendliteratur-110
- DGPs:
<https://www.dgps.de/schwerpunkte/psychologische-hilfe-ukraine/>

Save-the-date

Mitgliederversammlung

am 7. Juni 2022

von 16-17.30 Uhr

in der

Rudower Chaussee 18,

12489 Berlin,

Raum 0.101

Einladung folgt