



NLP'YLE BİLİNÇALTINDAN SILMEK MÜMKÜN

Psikolojide tercih edilen bir terapi yöntemi olan NLP, son yıllarda diş hekimliği alanında da kullanılmaya başlandı. Bu yöntemin klinikteki diğer faktörlerle de desteklendiğinde başarılı sonuç verdiği belirtiliyor

NLP eğitimi alan Dentalula Diş Kliniği'nden diş hekimi Arzu Yalnız Zogun da NLP'den yardım alarak hastaların düşünce ve davranışlarını yeniden şekillendirip, onların koltuğa rahatça, ter dökmeyen oturabilmelerini sağlıyor. Zogun, kullandığı yöntemle ilgili sonuçlarını anlattı.



Arzu Yalnız Zogun

yöntemle hastaya mimler kaydedilir. Kaydedilen bu mimler hastanın her tedirgin olduğu anda bazı kelime ve dokunuşlarla bilinçaltından çağrılır. Korkunun kaynaklandığı noktaların bulunmasıyla bu korku NLP teknikleriyle kolaylıkla aşılabılır. NLP, bilinçaltının temizlenmesini sağlar. NLP yöntemleri klinikteki diğer faktörlerle de desteklendiğinde çok başarılı sonuçlar vermektedir. Hastaların korkusunu yenmesinde personelin beden dili de önemlidir. Hastaya, kendisinin önemli olduğunu hissettirilmelidir.

■ NLP nedir? Diş hekimi korkusunu yenmede rolü var mı?

NLP, duyarlar, duygular, kullanılan dil ve davranışlar arasındaki bağlantıları gösteren ve bu bağlantıların yeniden organize edilmesini sağlayan bir terapi yöntemi. NLP'yle doğru modelde iletişim kurma, geçmişte yaşanan tecrübelerin ortadan kaldırılması, korkulardan (uçak, depresyon, diş, sınav stresi vb.) kurtulabilme, geleceğin kaynaklara uygun hedeflerle organize edilmesi sağlanabiliyor. NLP, diş hekimi korkusunu yenmede kesinlikle büyük bir yardımcı.

Tedirgin ve çok korkan bir hastanın sakinleştirilmesi diyaframdan gelen doğru bir ses tonuyla hipnotik emirler içeren doğru kelimelerle, hastayla görüşmede hastanın görsel, işitsel veya duygusal olmasına göre seçilecek



"İletişim telefonda başlar" ■ NLP eğitimi alan diş hekimi hastasına nasıl yaklaşır?

Hastalarla iletişim ilk önce telefonda başlar, bu yüzden telefona bakan kişinin de bu eğitimden geçmesi gerekir. Telefondaki sesin tonu, vurguladığı kelimeler ve ilettiği duygu hastayı kliniğe gelmeden önce rahatlatır. NLP teknikleri hasta için uygun tedavi metodunu da belirlemede etkilidir. Bu teknikte hastanın kişilik tahlili yapıp kişiye en uygun tedavi planlanır.

NLP eğitimi almış diş hekimi, ön görüşme sırasında hastayı kullandığı kelimelerden ve göz hareketlerinden daha kolay tanıyıp,



bilgileri onun zihnine uygun modelde aktarabilir.

Hasta koltuğa oturduğu andan itibaren ilk beş dakika çok önemlidir. Diş hekimi hastanın bilinçaltına kısa mesajlarla rahatlık ve güven hissi verir. Uygulanan bazı tekniklerle hastanın tedavi hakkındaki hisleri yönlendirilir. Her hastanın diş hekimi koltuğunda bilinçaltı devrede olur ve geçmişe döner. Bu açıdan hastayı dinlemek çok önemlidir. Hastaların geçmiş deneyimlerini dinlemek uygulayacağımız tedavi konusunda da önemlidir. Korkan hastalara uzun randevu vermek gerekir. Uzun randevularda hasta kendisini sıkışmış hissetmez. Böylece kendisini teslim etme hissine girer. Hekimin ses tonu, beden dili de önemlidir. Biz maskeyi taktığımızda hasta her şeyi gözlerimizden takip eder. En zor işte bile her şeyin yolunda hissini vermemiz

gerekir. Hastayla konuşurken en kritik anda bile hep olumlu mesajlar veren cümleler kurulmalıdır.

■ Geçmişte diş tedavisiyle ilgili yaşanan travmatik birtakım olaylar bu yolla aşılabılır mı?

Tabii ki, geçmişte yaşanan bu olaylar etkileri, özellikle duygusal etkileri ortadan kaldırıldığında hasta kendisini çok daha iyi hissedebilir. Yaşanan bu olayın zihinsel ve duygusal etkileri gözden geçirilip NLP teknikleriyle ortadan kaldırılması sağlanmalıdır.

■ NLP eğitimiyle diş hekimi korkusunu yenme yöntemi ne kadar zamandır gündemde? Başarı oranı nedir?

NLP'nin diş hekimliğine uygulanması henüz çok yeni. NLP'yi Türkiye'ye gelmesini sağlayan Cengiz Eren'le hazırladığımız programı geliştiriyoruz. Bu hem kişinin kendisiyle hem de mesleki olarak gelişmesi ve hastayla iletişiminde çok yararlı.

YARIN: ÇOCUKLARDA DİŞ HEKİMİ FÖBİSİ