РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ДЕТЕЙ, ПЕРЕЖИВШИХ ПСИХИЧЕСКУЮ ТРАВМУ

1. Не отягощайте ребенка виной за его собственную реакцию и не пытаться насильственно “сделать” его стойким, сильным, смелым. Многие родители, не понимая серьезности проблемы, пытаются читать морали, наказывать или увещевать свое дитя. Это недопустимо.

2. Не “пересюсюкивайте”, не провоцируйте дальнейшую слабость.

3. Не требуйте от ребенка быть прежним, таким же как раньше. Многие прежние требования к нему становятся уже сверхтребованиями (например, учиться только на пять, ничего не боятся), и временно эти планки придется несколько снизить.

4. Не пытайтесь манипулировать ребенком, используя его любовь к вам. Например, не стоит говорить: “Ты что все время грустный - у меня же сердце от этого болит”.

5. Не жалуйтесь на неудачи и не представляйте ребенка жертвой другим людям, особенно в ситуациях, когда он может это слышать.

6. Создавайте в вашем общении возможности для проговаривания и отреагирования ребенком своих страхов.

7. И самим родителям: не паникуйте, не впадайте в истерику или депрессию.