

### U ponašanju:

- mokrenje u krevet
- tik (npr. pretjerano žmirka)
- pretjerana ovisnost o odraslima
- gubitak interesa za igru i druženje

### **ZAPAMTITE!**

Navedene reakcije su **uobičajene** u ovakvim teškim okolnostima. Međutim, sva djeca ne reagiraju jednako. Nekim će se roditeljima činiti da njihovo dijete uopće nije pogođeno traumatskim događajem. To može značiti da je dijete u šoku i da će reagirati kasnije, za nekoliko dana ili čak nakon mjesec dana. Sve je to normalno u ovoj situaciji.

### **KAKO TEČE OPORAVAK I KOLIKO DUGO TRAJE?**

Djetetu će trebati neko vrijeme da se oporavi i da opet funkcioniра kao ranije. No, i nakon što Vam se čini da se potpuno oporavilo, ponekad može doći do kratkotrajnog pogoršanja.

### **ŠTO RODITELJI MOGU UČINITI DA POMOGNU SVOME DJETETU?**

- Budite strpljivi! Dajte djetetu vremena da se oporavi.
- Saslušajte svoje dijete kad god želi razgovarati o nesretnom događaju, iako već znate što se dogodilo.
- Nemojte izbjegavati odgovore na postavljena pitanja ili davati nejasne odgovore. Na konkretna pitanja, konkretno odgovorite.
- Ako dijete ima potrebu za osamljivanjem i plakanjem, pustite ga, ali ga ne ostavljajte prečesto samog u kući, naročito ne po mraku.
- Nemojte ga požurivati ili umanjivati njegove osjećaje rečenicama poput: "To je prošlo, život ide dalje." Dijete tada može imati osjećaj da ga ne razumijete.
- Pomozite mu da se osjeća sigurno – svojim prisustvom, brigom o njemu, zajedničkim aktivnostima.
- Održavajte uobičajene dnevne aktivnosti.
- Pripazite da dijete dovoljno spava i da se raznoliko hrani.
- Prihvatite mogućnost da se dijete ponaša kao da je nekoliko godina mlađe.
- Pokazujte mu da ga volite češće nego inače.
- Ne ljutite se ako Vam se čini da je dijete postalo drsko ili neposlušno.
- Nemojte ga kažnjavati ako propusti neku školsku obavezu.
- Nipošto ga nemojte posramljivati ako se pomokri u krevet ili u noći dođe k Vama u krevet.
- Pokazujte pozitivna očekivanja u odnosu na budućnost.
- Potičite ga na aktivnosti koje inače voli: sport, crtanje, slušanje glazbe i sl.