

تقديم الدعم لطفلك خلال رحلة العلاج

نصائح مقدمة من أحد أولياء الأمور

لقد بيّنت لي استفادة حفيديثي من العلاج مدى أهمية أن يكون **أولياء الأمور مطلعين ومشاركين في رحلة العلاج**. فقبل أكثر من 20 عاماً، حين كان ابني يتلقى العلاج، لم يكن لدى فهم عن العملية. أما اليوم، فإن مشاركتي تحدث أثراً ملموساً في **شعور حفيديثي بالأمان والفهم والدعم**".

- أنجيلا كليمونتس



- ◀ **أنت الداعم الأكبر لطفلك والمدافع الأول عنه.** اطرح الأسئلة إذا لم تكن تفهم العملية.
- ◀ **تذكّر أن مهمتك لا تمثل في "حل" المشكلة، بل أن تُظهر لطفلك المهارات الجديدة وتطبّقها معه وتدعّمه في ممارستها.** وربما تحتاج أنت كذلك لتطوير هذه المهارات!
- ◀ **حافظ على الممارسة لتحقيق التقدم، وليس للوصول للكمال.** ابتهج لكل تقدّم بسيط يحققه طفلك، وذّكره (وذّكر نفسك) بأن تعلّم أي مهارة جديدة يستغرق وقتاً طويلاً.
- ◀ **التعاطف أحد أقوى الأدوات التي تمتلكها.** ف مجرد الاستماع إلى طفلك يعزّز ارتباطكما ويساعدك على الشعور بالأمان عند مشاركة ما بداخلك.
- ◀ **يستغرق التعافي وقتاً، وقد لا يتحقق بصورة متواصلة.** استمر في تزويد طفلك بالدعم والتواصل مع المعالج النفسي خلال رحلة العلاج.
- ◀ **أثناء رحلة تعافي طفلك، قد تكتشف جوانب في نفسك تحتاج إلى تطوير. ما حدث لك ليس بيده، ولكن مسؤولية تعافيك تقع على عاتقك.** التزم بالتعافي والنمو جنباً إلى جنب مع طفلك!