Ngjarjet e zakonshme që mund të jenë traumatike.

Ngacmimi, aksidentet, dëmtimet, izolimi dhe dështimet akademike janë shembuj të ngjarjeve që mund të kenë ndikim traumatik tek një fëmijë, thotë Jeanne M. Felter, doktorant, klinik i traumës, themelues i një programi të diplomuar për këshillime nga trauma, dhe anëtar i fakultetit në Departamentin e Këshillimit dhe Shëndetit të Sjelljes në Universitetin Thomas Jefferson në Filadelfia. Me pak fjalë, që një ngjarje të jetë "traumatike", një fëmijë duhet ta shohë ngjarjen si kërcënuese fizikisht ose psikologjikisht, shton Dr. Felter.Efektet e tij në funksionimin dhe mirëqenien e fëmijës mund të vazhdojnë më pas.

Fëmijët me sfida të vetë-rregullimit mund të jenë më të rrezikuar për t'u bërë "të mbingarkuar me reagime ndaj ngjarjeve të përditshme", thotë Dr. Rourke, por "çdo fëmijë ndonjëherë mund të përjetojë një ngjarje të përditshme si katastrofike."

Këto bien në tre kategori kryesore, sipas Dr. Rourke.

Humbja e diçkaje konkrete: Kjo mund të duket si një lëvizje, makinë e re, humbje e një objekti të veçantë, apo edhe mobilje e re në shtëpi. "Ndërsa të rriturit kanë tendencë të pësojnë humbje të lidhura me njerëzit, fëmijët mund dhe shpesh e përjetojnë humbjen e gjërave konkrete si traumatike," thotë Dr. Rourke. "Ngjarje të tilla si zhvendosja në një shtëpi të re, humbja e një dashurie të çmuar, apo edhe shitja e makinës familjare - e cila vjen më shumë sesa do të mendonit - mund të përjetohet si një humbje e dhimbshme emocionale për disa fëmijë."