



Este Speranță și pentru Mine Ghidul Moderatorului

**O carte interactivă pentru copii pentru
recuperarea în urma unor traume**

Phyllis Kilbourn



Este Speranță și pentru Mine

O carte interactivă pentru copii pentru recuperarea în urma unor traume

Ghidul Moderatorului

O publicație a Crisis Care Training International

Phyllis Kilbourn

Copyright © 2014

de Crisis Care Training International (CCTI)

o lucrare a WEC International

Fort Washington PA USA

Toate drepturile rezervate



Tipărit în United States of America

Editor: Lianna Wlasiuk

Toate citatele din Scriptură, dacă nu este altfel specificat, sunt luate din
Biblie; New International Version®

(nota traducătorului: NTR pentru versiunea în limba română),

© Copyright The Lockman Foundation 1978.

Utilizate cu permisiune.



Crisis Care Training International

PO Box 517

Fort Mill SC 29716

Phone: 803-548-2811

E-mail: crisiscare@comporium.net

Website: www.crisiscaretraining.org

Acest ghid al moderatorului este pentru cartea

Este Speranță și pentru Mine

***O carte interactivă pentru copii pentru
recuperarea în urma unor traume***

Ghidul Moderatorului



**Mai multe informații pot fi găsite în *Vindecare pentru inimile rănite:
o carte pentru consilierea copiilor și tinerilor care trec prin crize***



Aceste unelte îi vor ajuta pe părinți, pe învățătorii de Școli Duminicale și pe cei care lucrează cu copii în diferite modalități să îi sprijine și să îi ajute pe copiii care au trecut prin experiențe traumatice în urma cărora au suferit pierderi semnificative și astfel au ajuns să fie triști.

Pentru cei care doresc să traducă acest manual de lucru, vă rugăm să contactați CCTI pentru acordul de traducere și pentru a schimba idei legate de cum să adaptăm traducerea la contextul cultural astfel încât să fie relevantă pentru cei în nevoie. Nu există taxă de traducere.

În acest manual am folosit nume care reprezintă cele trei Persoane ale Trinității. Cu toate că noi, ca adulți, înțelegem greu misterul naturii Trinității, copiii de obicei o acceptă; ei demonstrează o credință remarcabilă. Cu toate că copiii rar pun întrebări legate de Trinitate, va trebui să fim totuși pregătiți să le dăm un răspuns simplu în cazul în care întreabă. Pentru cei foarte mici, pur și simplu spunându-le că există un singur Dumnezeu care este Tatăl, Fiul și Duhul Sfânt, s-ar putea să fie suficient. Pentru cei mai mari, putem folosi următoarea ilustrație: eu sunt fiica tatălui meu, sunt soția soțului meu și sunt mama fiului meu. Întruchipez trei persoane, dar sunt totuși una singură. Dumnezeu este unic, dar întruchipează trei persoane: Dumnezeu Tatăl, Dumnezeu Fiul și Dumnezeu Duhul Sfânt.

Introducere la

ESTE SPERANȚĂ ȘI PENTRU MINE

O carte interactivă pentru copii pentru recuperarea în urma unor traume

Acest manual dă copiilor oportunitatea de a vorbi despre sentimentele lor legate de o traumă din viața lor, pe măsură ce fac activitățile sugerate. Pentru copii, este foarte important ce simt legat de un eveniment traumatizant. Adesea experimentează sentimente pe care nu le înțeleg, care sunt noi pentru ei.

O altă caracteristică a traumei unui copil o reprezintă pierderile pe care le-au suferit într-un eveniment traumatic. Copiii au nevoie de ajutor pentru a identifica aceste pierderi și pentru a înțelege ce înseamnă toate acestea pentru ei, atât pentru acest moment cât și pentru mai târziu. Pentru a avea o finalitate la trauma lor, copiii au nevoie să își jelească pierderile într-o modalitate care să fie inteligibilă pentru ei.

Este important ca copiii să știe că dorești cu adevărat să înțelegi ce simt ei sau ce au nevoie. Uneori copiii sunt necăjiți dar nu știu să îți spună ce i-ar ajuta cu adevărat. Dacă îi încurajezi și le dai timpul necesar pentru a împărtăși ce simt, s-ar putea să îi poți ajuta să își clarifice sentimentele. Copiii au nevoie de sprijin pe termen lung. Cu cât mai multe pierderi a suferit un copil sau un adolescent, cu atât îi va fi mai greu să se recupereze. Acest lucru se întâmplă mai ales atunci când copilul pierde un părinte care a fost principala sursă de suport din viața lui. Încearcă să dezvolți mai multe baze de suport pentru copiii care au suferit pierderi semnificative.

Ghidul Moderatorului

Sarcina Moderatorului

Sarcina moderatorului este să îi călăuzească pe copii în activitățile acestei cărți. Copiii au nevoie de ajutor în identificarea și jelirea pierderilor pe care le-au suferit. De asemenea, au nevoie de ajutor în a-și da seama ce vor însemna aceste pierderi atât pentru acum cât și pe termen lung. Instrucțiunile din acest ghid te vor ajuta să îndeplinești această sarcină.

Ghidul Moderatorului de asemenea analizează conceptele de traumă, teamă, tristețe și altele asemenea. În urma unei traume, copiii își schimbă comportamentul. De obicei, aceste reacții au loc imediat după traumă. Uneori, un copil poate părea că este în regulă în momentul în care suferă o traumă, după care are o reacție întârziată săptămâni sau luni după eveniment.

Fii înțelegător și empatic atunci când vorbești cu copiii pentru a-i face să se simtă în siguranță. Ajută-i pe copii să își păstreze acest sentiment de siguranță întrebându-i despre nevoile lor specifice pentru a-i alina și a putea avea grijă de ei.

Următoarele puncte îți vor fi de folos atunci când folosești cartea. Urmând aceste instrucțiuni vei avea succes în a-i ajuta pe copii.

Utilizarea Ghidului Moderatorului

Fă evenimentul specific pentru experiențele traumatice prin care au trecut copiii.

La nivel global, copiii trec printr-o serie vastă de experiențe traumatice: dezastre naturale, războaie, accidente, rămân orfani sau sunt vânduți în sclavie sexuală, printre altele. Când copiii trec prin oricare dintre aceste evenimente traumatice, vor suferi și pierderi majore. În funcție de trauma prin care trec, pierderile pot include: căminul și familia, prietenii, siguranța, încrederea, educația, respectul de sine, sentimentul de a fi iubiți, sentimentul apartenenței și în final speranța.

Aceste pierderi dau naștere la sentimente de tristețe în sufletul copilului. Este foarte important ca copiilor să li se acorde multe oportunități de a-și identifica și exprima sentimentele, astfel încât să se poată vindeca emoțional și spiritual. De asemenea, copiii au nevoie de timp pentru a procesa pierderile suferite și pentru a primi înapoi ceea ce au pierdut atunci când este posibil. Dar, copilul poate avea pe cineva care să se îngrijească de el, astfel încât să se poată simți iubit și în siguranță.

Pentru că copiii experimentează gânduri și sentimente asemănătoare în toate experiențele traumatice, această carte pentru recuperare poate fi utilizată cu copii care experimentează orice fel de eveniment traumatic.

În calitate de moderator, va trebui să identifici și să te referi la un anumit tip de traumă și la emoțiile care derivă din acesta, pe măsură ce lucrezi cu copiii. Atunci când textul face referire la un eveniment traumatic sau ceva care i-a făcut pe copii să se întristeze, asigură-te că spui evenimentului pe nume – inundație, foc, război, etc. De asemenea, e bine să formulezi întrebarea în funcție de experiența copilului. Întreabă-l dacă i-a fost teama când cutremurul (sau tornada sau tsunami-ul) a avut loc. Ce l-a speriat cel mai mult în război (sau când a trăit pe stradă sau când i-a murit un părinte).

Dar fi foarte atent atunci când trauma este de natură sexuală. În aceste situații, lasă-l pe copil să conducă discuția și să decidă cât și când să împărtășească.

Înainte de a începe sesiunea, decide dacă copii vor lucra împreună sau individual.

Unii preferă ca copiii să facă exercițiile și activitățile în grup; alții preferă să lucreze individual cu câte un copil. Când e vorba de un dezastru natural, ca de exemplu un cutremur, în care majoritatea copiilor au experimentat aceleași sentimente, cu toate că uneori cu grade diferite de traumatizare, în general este cel mai util ca copiii să proceseze ce s-a întâmplat într-un grup de suport format din copii de aceeași vârstă.

Dacă trauma a provocat sentimente de rușine, ca de exemplu violența domestică sau abuzul sexual, s-ar putea ca lucrul individual cu fiecare copil să fie mai eficient, cel puțin până când copilul se va simți confortabil să fie alături de alți copii de vârsta lui.

De asemenea va trebui să decizi dacă vei lucra doar cu fete sau doar cu băieți sau va fi un grup mixt. Configurarea grupului va depinde de cultura locală și experiențele traumatice suferite de copii.

Durata

Fiecare sesiune este planificată să dureze aproximativ o oră. Astfel va fi suficient timp pentru a sta de vorbă înainte și după activități. La începutul unei sesiuni, e bine să îi lăsați pe copii să împărtășească gândurile noi pe care le-au avut de la sesiunea precedentă. Întreabă-i adesea dacă sunt lucruri noi pe care ar dori să le împărtășească. Dar nu îi fă niciodată să simtă că trebuie să o facă.

Copiii absorb și procesează idei încet. De cele mai multe ori o singură sesiune pe zi funcționează cel mai bine. Dacă însă ai mai mult timp la dispoziție pentru copii, planifică experiențe fericite, relaxante (cântece, dansuri, jocuri, povești sau citit, activități distractive de învățare etc.) Reintegrarea în activități familiare și în rutină îi va ajuta pe copii să ajungă la stabilitate emoțională.

Versete Biblice

Versetele biblice sunt adesea incluse pe fișa de activitate a copiilor sau în Ghidul Moderatorului. Ajută-i pe copii să memoreze aceste versete și revizuieste-le adesea. Ajută-i să și le însușească ușor și distractiv transformând versetele într-un cântec sau o melodie simplă. De asemenea, dacă vrei, poți organiza competiții de testare.

Cartea de lucru a copiilor

Încurajează-i pe copii să împărtășească activitățile de la clasă cu părinții sau cu cei care au grijă de ei. Poate vrei chiar să îi vizitezi acasă sau să îi chemi în vizită acolo unde te întâlnești cu copiii. S-ar putea ca și lor să le prindă bine o sesiune de consiliere. Decide dacă e mai bine ca copiii să își ia cărțile de lucru cu ei acasă sau să le păstrezi tu în sala de clasă.

Asigură-te că își scriu numele pe cartea pe care o folosesc.

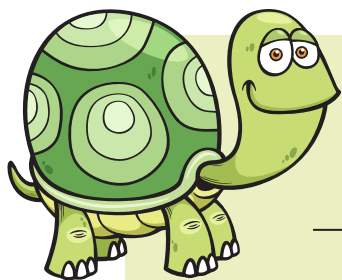
Introducere la Cartea de Activități pentru copii

Activitățile din cartea copiilor sunt alcătuite pentru a le da ocazia să își exploreze și să își exprime sentimentele legate de evenimentele pe care le-au experimentat în timpul și după evenimentul traumatic. Vor face asta prin conversații încurajatoare, artă, activități de scriere și prin jocuri. Odată ce copiii și-au identificat pierderile și și-au exprimat sentimentele legate de acestea, moderatorul îi poate ajuta pe copii să ajungă la o finalitate a jelierii.

Paginile cu chenar pe partea dreaptă din Ghidul Moderatorului sunt aceleași pagini pe care copiii le au în cartea lor. Observațiile din Ghidul Moderatorului te vor ajuta să înțelegi conceptele cheie pe care va trebui să le aduci în discuție pentru pagina copilului. Studiază aceste pagini înainte de a te întâlni cu copiii. De asemenea, s-ar putea să îți vină și alte idei pe care să le incluzi.

Ajută-i pe copii și pe familiile lor să se simtă conectați cu cei de vârsta lor și cu adulți care le pot asigura sprijin și care îi pot scoate din izolare. Ai în vedere resursele locale pentru a-i ajuta pe copii și familiile lor să obțină ajutor adițional în caz de nevoie.

Această carte aparține:



**Această carte mi-a fost
dăruită de cineva care dorește
să știu că sunt special(ă) și că
Dumnezeu mă iubește și are
planuri minunate pentru mine.**



PRIETENII MEI!

Scop

- A-i ajuta pe copii să găsească alinare în a-L avea pe Domnul Isus ca Prieten care îi iubește tot timpul.

Introducere

- De foarte mici, copiii încep să interacționeze cu alți copii, din afara familiei. Prietenii pe care copilașii le au cu alți copii sunt diferite de relația lor cu părinții și rudele. Relațiile de familie asigură o apropiere, un sentiment profund de intimitate, dar nu substituie alte relații. Începând din tinerețe și continuând la maturitate, prietenii sunt printre cele mai importante relații din viață și ele sunt necesare pentru o dezvoltare psihologică sănătoasă.
- De aceea, este important ca copiii care au pierdut prieteni în urma unei experiențe traumatice, să vorbească mai întâi despre încurajarea și alinarea pe care au primit-o de la prietenii lor. Amintindu-și aceste experiențe, le va fi mai ușor să fie fericiți atunci când înțeleg că Domnul Isus dorește să fie prietenul lor și să le acorde aceeași încurajare și alinare. Această sesiune de asemenea îi ajută pe copii să se cunoască între ei mai bine, astfel fiindu-le mai ușor să împărtășească la un nivel mai profund în sesiunile viitoare.

Discuții

- Ajută-i pe copii să vorbească despre prietenii lor. Ce fac împreună? Frecventează aceeași școală? Aceeași biserică? Ce jocuri le place să joace? Cum îi fac să se simtă prietenii lor?
- Cu toții avem nevoie de prieteni! Vom avea câțiva prieteni speciali care ne vor ajuta în sesiunile pe care le vom petrece împreună. Dar mai întâi vom face cunoștință cu prietenii aici prezenți. Roagă-i pe copii să își spună numele și să împărtășească un lucru despre ei înșiși, ca de exemplu din ce oraș sunt, la care școală merg sau ce le place să facă cu prietenii lor.
- Apoi copiii se vor întâlni cu niște prieteni speciali (vezi pag. 7 și 9), care îi vor ajuta cu activitățile din carte. Când îi prezinți ce acești "noi amici", descrie-i ca fiind prietenoși (un prieten care te va ajuta, căruia îi pasă, etc.) și spune-le cum îi vor ajuta specific fiecare dintre ei.

Activitate

- Dă-le copiilor ocazia să le dea nume noilor lor prieteni, după care îl pot încercui pe preferatul lor. Copiii ar putea spune de ce acel prieten a fost ales ca fiind preferatul lor.
- Copiii vor învăța versetul de azi (Proverbe 17:17) ca să știe că Domnul Isus dorește să fie Prietenul lor mereu, chiar și atunci când se întâmplă lucruri rele.

Prietenii mei!



**Haideți să ne întâlnim cu
niște prieteni noi!**

**Vrem să te ajutăm cât de mult putem.
Dacă dorești, poți să ne dai fiecăruia
dintre noi un nume.**

**Cu toții suntem pregătiți să te ascultăm
și dorim să ne împărtășești experiențele tale.**



**Vreau să te ajut să completezi acest caiet.
Îți voi povesti despre activități
distractive pe care le poți face.
Caută-mă pe fiecare pagină pentru
a afla ce trebuie să faci.**

**Dumnezeu mi-a dat darul
de a-i încuraja pe alții.
Ascultă-mă cu atenție.
Vreau să te ajut.**



**"Prietenul iubește oricând."
(Proverbe 17:17)**

- Alege un cântec pe care copiii îl știu care vorbește despre Domnul Isus ca prieten al lor, ca de exemplu Dumnezeu mă iubește. Scoate în evidență faptul că chiar dacă au pierdut și le este dor de niște prieteni speciali, Domnul Isus îi iubește și dorește să fie Prietenul lor.

Isus mă iubește

Isus mă iubește, știu asta
Deoarece Biblia îmi spune așa
Cei mici îi aparțin Lui
Eu sunt slab, dar El este puternic

Isus mă iubește, El care a murit
Să deschidă larg poarta raiului
El îmi va spăla păcatul
Lăsa-ți copilul lui mic să intre

Isus mă iubește, încă mă iubește
Cu toate că sunt foarte slab și bolnav
Din înaltul tronului Său strălucitor
Vine să mă privească unde sunt

Refren:

Da, Isus mă iubește
Da, Isus mă iubește
Da, Isus mă iubește
Biblia îmi spune așa

William B. Bradbury, 1862
Public Domain

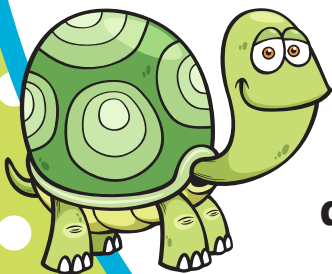
Rugăciune

- Copiii Îi vor mulțumi Domnului Isus pentru că este Prietenul lor.



**Activitatea mea preferată este să
învăţ versete din Biblie pe de rost.
În această carte îţi voi împărtăşi
câteva dintre aceste versete.
Sper să-ţi placă.**

**Îmi place să desenez pentru a
exprima ce gândesc. M-aş bucura
să văd şi desenele tale.
Dacă vrei, poţi să îmi spui
ce înseamnă desenele tale
pentru tine.**



**Îmi place să îmi scriu gândurile
pe hârtie. Mi-ar place să citesc
despre sentimentele şi
experienţele tale
după ce le scrii în această carte.**

Acesta Sunt Eu!

Scop

- Să-i ajutăm pe copii să înțeleagă că indiferent ce s-a întâmplat cu familia sau comunitatea lor, în urma evenimentului traumatic prin care au trecut, ei rămân deosebiți pentru Dumnezeu, Tatăl lor ceresc.

Pregătire

- Înainte de începerea sesiunii, pregătește un banner sau un poster pentru copii, cu versetul din Isaia 43:1, așa cum este el scris pe pag. 7 din cartea pentru copii.

Discuții

- Arată posterul copiilor și citește-l împreună cu voce tare.
- Vorbiți cu copiii despre cât sunt ei de speciali, scoțând în evidență faptul că Dumnezeu îi știe pe fiecare după nume și că le spune fiecăruia: "Tu ești al Meu!"
- Amintește-le copiilor că Dumnezeu ne-a creat pe fiecare dintre noi.
- Discutați despre ce înseamnă să fi creat după chipul și asemănarea lui Dumnezeu. Copiii se pot gândi, pot să-și exprime sentimentele, să fie creativi, să iubească și multe altele.

Activitate

- Copiii se desenează pe ei înșiși pe o pagină din carte.
- Ajută-i să își pună amprente în jurul imaginii.
- Scoate-le în evidență unicitatea încurajându-i să își analizeze unul celuilalt amprente. Ampretele fiecăruia dintre noi sunt diferite!

Rugăciune

- Mulțumește lui Dumnezeu că fiecare copil este special în ochii Lui.
- Personalizează rugăciunea rostind numele fiecărui copil în parte. De exemplu: "Mulțumesc, Doamne, că Brandon, Amy și Joseph sunt atât de speciali în ochii Tăi!" Neapărat să le spui pe nume.

**Ești unic – este doar unul ca tine!
Asta te face foarte special!**

Este Speranță și pentru Mine

Desenează-te
pe tine.



**Acesta / Aceasta
sunt eu!**



Desenează-ți mânuța în jurul imaginii
folosind un pix, acuarelă sau o cariocă.

Totul Despre Mine

Scop

- Să dăm copiilor ocazia să își exploreze identitatea mai departe (cine sunt ei) și să își dea seama că identitatea lor nu s-a schimbat din cauza experiențelor lor traumatice.

Introducere

- Una dintre nevoile principale ale fiecăruia dintre noi este aceea de identitate. Pentru fiecare dintre noi contează foarte mult cine suntem, chiar și pentru copii. Vorbește cu ei despre cine sunt ei: fetiță, băiat, frate, prieten, cineva care Îl iubește pe Domnul Isus, etc.

Activitate

- Copiii completează pagina cu "Totul despre mine."
- Vorbiți despre ceea ce nu s-a schimbat legat de persoana lor de când s-a petrecut evenimentul care i-a întristat.
 - Numele lor
 - Ziua lor de naștere
 - Culoarea părului
 - Ce le place și ce nu le place

Discuții

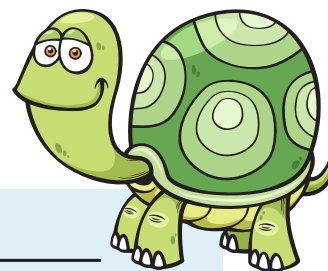
- Vorbiți despre versetul biblic (Isaia 43:1), amintindu-le că un alt lucru legat de propria lor persoană care nu s-a schimbat este faptul că Dumnezeu spune: "Ești al Meu!"
- Ajută-i pe copii să compună un cântec cu o melodie familiară sau foarte simplă folosind cuvintele versetului.
- Poate că experimentează sentimente noi, dar ceea ce sunt ei ca persoană nu s-a schimbat.

Rugăciune

- Copiii Îi mulțumesc lui Dumnezeu că sunt aceeași persoană, iar iubirea Lui pentru ei este și ea aceeași.



Totul Despre Mine



Vârsta: _____

Ziua de naștere: _____

Culoarea preferată: _____

Mâncarea preferată: _____

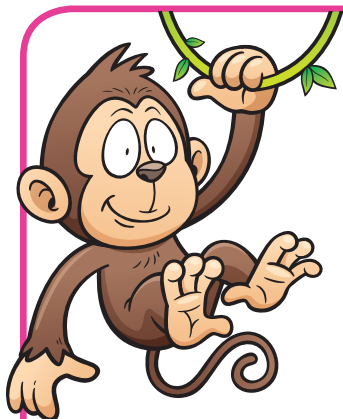
Cartea preferată: _____

Cel mai bun prieten: _____

Sportul preferat: _____

Animalul preferat: _____

Cântecul preferat: _____



Dumnezeu spune:

**„Nu te teme de nimic, căci
Eu te izbăvesc, te chem pe
nume: ești al Meu. ”**

Isaiah 43:1

Dumnezeu Mă Ajută!

Scop

- Să le dăm copiilor sentimentul de siguranță că Dumnezeu nu numai că le va ajuta familia și comunitatea, ci și pe ei personal.

Introducere

- Pentru o dezvoltare sănătoasă a copilului, acesta are nevoie de un mediu în care să se simtă în siguranță pentru a explora.
- În ciuda distrugerii și confuziei cauzate de traume, copiii pot găsi mângâiere în faptul că Dumnezeu îi iubește și le pasă de ei – de familia lor și de comunitatea în care trăiesc.
- El îi va ajuta să treacă peste problemele cauzate de evenimentul traumatic.

Discuții

- Copiii discută despre cum i-a ajutat Dumnezeu să treacă de evenimentul trist pe care l-au experimentat.
- Întreabă-i pe copii dacă au văzut ajutorul lui Dumnezeu în comunitatea în care trăiesc și roagă-i să povestească în ce fel.
 - S-a redeschis o școală
 - S-a reparat o biserică
- Care sunt câteva dintre lucrurile care încă trebuie reparate în comunitatea ta?
 - Resurse de apă potabilă
 - Curent
 - Hrană

Activitate

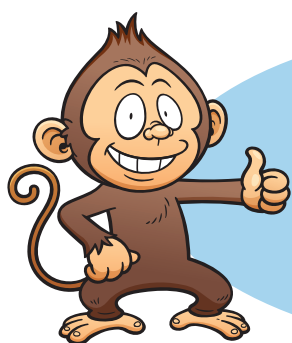
- Copiii desenează cum i-a ajutat Dumnezeu.
- Pe rând, copiii își arată unii altora desenele.
 - Rugați-i pe ceilalți copii să ghicească ce reprezintă desenul.
 - Încurajează-l pe copil să spună de ce a desenat acel lucru.
 - Un desen cu un șarpe pe o potecă ar putea fi o imagine care reprezintă felul în care Dumnezeu l-a ajutat să nu calce pe el sau să nu fie mușcat.

Rugăciune

- Rugați-vă împreună și mulțumiți lui Dumnezeu că așa cum i-a ajutat pe copii în trecut când le-a fost teamă, îi va ajuta pe fiecare dintre ei și în continuare.

Dumnezeu Mă Ajută!

- ❖ Dumnezeu m-a făcut—Dumnezeu mă iubește.
- ❖ Dumnezeu îmi iubește familia—Dumnezeu iubește comunitatea din care fac parte.
- ❖ Dumnezeu ne ajută pe toți să trecem peste toate problemele pe care le întâmpinăm.
any problems we have.



„Domnul este
ajutorul meu, nu mă
voi teme...”

Evrei 13:6



Fă un desen prin care să arăți cum ți-a
purtat Dumnezeu de grijă.



Înainte & După Eveniment

Scop

- Copiii încep să își exploreze sentimentele care îi deranjează de dinainte și de după evenimentul trist.

Introducere

- Toate evenimentele traumatice duc la deteriorarea emoțiilor, pornind de la felul în care simt legat de evenimentul prin care au trecut. Aceste sentimente includ:
 - Sentimentul de vină sau că au făcut ceva greșit
 - Teamă
 - Sentimentul că nu sunt iubiți, ca sunt nedorți și abandonați
 - Mânie
 - Tristețe, singurătate

Discuții

- Utilizând multiplele fațete ale paginilor copiilor, lăsați-i să-și împărtășească gândurile și sentimentele legate de ceea ce s-a întâmplat.
- Câțiva dintre copii ar putea să încerce să arate cum arătau fețele lor triste în timpul evenimentului trist prin care au trecut și cum ar dori să arate fețele lor acum.
- Ceilalți copii ar putea încerca să ghicească ce emoție reprezintă copiii care încearcă să își amintească.

Activitate

- Copiii colorează fețele care reprezintă emoțiile pe care le-au simțit înainte de eveniment și cum simt acum, după ce evenimentul a avut loc.
- Asigurați-i pe copii că este în regulă să le fie teamă, să se mânie sau să fie triști atunci când li se întâmplă un eveniment înspăimântător.
- Scoate în evidență faptul că Dumnezeu este întotdeauna cu ei și că El îi poate ajuta atunci când le este teamă sau când se simt triști.

Rugăciune

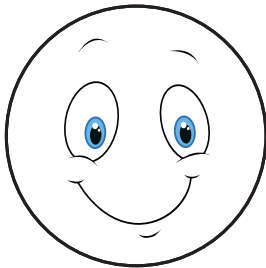
- Roagă-te cu copiii, rugându-L pe Dumnezeu să îi ajute să fie fericiți.

Înainte & După Eveniment

Colorează fețele pentru a arăta cum
te-ai simțit înainte de eveniment.



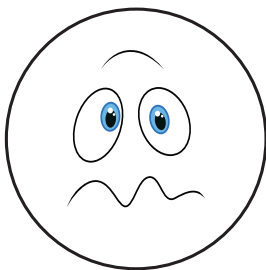
Fericit



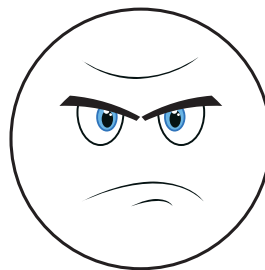
Trist



Temător



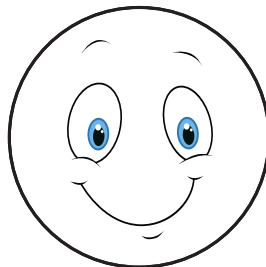
Supărat



Colorează fețele pentru a arăta cum
te-ai simțit după de eveniment.



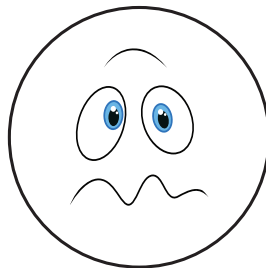
Fericit



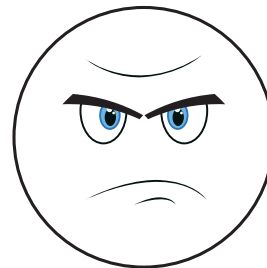
Trist



Temător



Supărat



Sentimentele Mele

Scop

- Copiii vor învăța că Dumnezeu înțelege cum simțim și ne poate ajuta ca sentimentele noastre să fie bune.

Introducere

- Fi sensibil la diferențele culturale printre copiii care au experimentat evenimente traumatice sau pierderi.
- Pentru unii copii, exprimarea sentimentelor s-ar putea să nu fie acceptabilă sau confortabilă.

Activitate

- Dă timp copiilor să deseneze.
- Cei care doresc își arată desenele.
- Încurajează-i pe copii să vorbească despre sentimentele lor de dinainte și de după evenimentul trist prin care au trecut.
 - Ascultați-le poveștile fără să îi judecați.
 - Permiteți-le copiilor să plângă, să fie triști sau să se mânie.
 - Nu forța exprimarea evenimentului traumatic, dar asigură-i pe copii că este normal ca oricine să fie necăjit, mânios, să îi fie teamă de ceva rău ce li se întâmplă.

Discuții

- După ce toți copiii și-au împărtășit sentimentele, scoate în evidență faptul că diferiți oameni au sentimente diferite atunci când trec prin evenimente triste.
 - Uneori sunt bucuroși, alteori triști, supărați, temători sau neliniștiți.
 - Indiferent ce au simțit în timpul evenimentului trist prin care au trecut e în regulă, dar acum Dumnezeu dorește să le schimbe sentimentele de tristețe sau de supărare în sentimente bune.

Rugăciune

- Rugați-vă împreună mulțumindu-i lui Dumnezeu că El înțelege sentimentele copiilor și îi poate ajuta să aibă din nou sentimente bune.

Dumnezeu Înțelege ce Simt



Fă un desen prin care să arăți un moment în care te-ai simțit **SUPĂRAT** din cauza a ceea ce s-a întâmplat.



Fă un desen prin care să arăți un moment în care te-ai simțit **TEMĂTOR** din cauza a ceea ce s-a întâmplat.



**E în regulă, indiferent cum
te-ai simțit!**

Lucruri Pe Care Le-am Pierdut

Scop

- Ajutarea copiilor în a identifica pierderile suferite și în a da Domnului tot ceea ce au suferit în urma evenimentului trist prin care au trecut.

Introducere

- Vorbește cu copiii despre pierderi.
 - Explică-le că atunci când ni se întâmplă lucruri rele sau triste, pierdem diverse lucruri.
 - Suntem triști din cauza pierderilor, suntem înspăimântați și mânioși.

Activitate

- Copiii desenează sau scriu despre ceea ce au pierdut în cercurile din cartea lor.
- Copiii vorbesc despre aceste pierderi.
- Întreabă-i cum se simt când se gândesc la ce s-a întâmplat.
- Amintește-le că Domnului Isus îi pasă de felul în care ei simt.

Discuții

- Vorbește cu copiii despre dragostea lui Dumnezeu și despre felul în care El le poate da înapoi ceea ce au pierdut.
 - Vor avea un nou cămin? Va fi cineva care să aibă grijă de ei? Le-a dat cineva de mâncare, apă curată de băut sau îmbrăcăminte?
 - Cu toate că ni se întâmplă lucruri rele, Dumnezeu ne arată în continuare că ne iubește.

Rugăciune

- Roagă-te cu copiii, rugându-L pe Dumnezeu să îi mângâie în pierderile lor și să continue să le poarte de grijă.
 - Întreabă dacă vreunul dintre copii dorește să Îi mulțumească lui Dumnezeu pentru purtarea Lui de grijă.

Lucruri Pe Care Le-am Pierdut

Poate ai pierdut un prieten, o jucărie preferată sau cărțile pentru școală.



Desenează o imagine sau scrie un nume în forma a ceea ce ai pierdut din cauză că s-a întâmplat ceva.



Prieteni sau Membri Ai Familiei Care au Murit

Scop

- Copiii vorbesc despre moarte și sunt ajutați să înțeleagă moartea ca pe o pierdere semnificativă în viața lor.

Introducere

- Discuția cu copiii despre moarte trebuie să fie adecvată vârstei lor, trebuie inițiată cu respect pentru normele lor culturale și fi sensibil la capacitatea copilului de a înțelege situația.
- Copiii sunt sensibili la reacțiile adulților de care le pasă, atunci când interpretează și reacționează la informațiile despre moarte și tragedii.
- Pentru cei mai mici, reacțiile adulților vor avea o semnificație deosebită în determinarea percepției lor față de situație.
- Ca moderator, lasă-te ghidat de copii în ceea ce privește nevoia lor de informație și clarificarea informațiilor primite.
- Pierderea și moartea sunt deopotrivă parte a ciclului vieții, iar copiii trebuie să le înțeleagă.

Discuții

- Încurajează-i pe copii să pună întrebări despre pierdere și moarte.
 - Nu te îngrijora că poate nu știi răspunsurile.
 - Abordează fiecare întrebare cu respect și cu disponibilitatea de a-l ajuta pe copil să-și găsească propriile răspunsuri.
 - Nu uita că nu poți să presupui că toți copiii dintr-o anumită categorie de vârstă înțelege moartea în același fel și reacționează cu aceleași sentimente.
 - Fiecare copil este diferit, iar viziunea lor asupra lumii este unică și formată de experiențe diferite.

Activitate

- Copiii scriu pe baloane numele prietenilor sau ai membrilor familiei lor care au fost răniți sau care au murit în timpul evenimentului tragic.
- Copiii povestesc de ce aceste persoane au fost atât de speciale pentru ei.
- Ce activități distractive făceau împreună cu acești prieteni sau membri ai familiei?
- NOTĂ: dacă este posibil, folosiți baloane adevărate pentru acest exercițiu.
 - Copiii pot scrie pe bucățele de hârtie pierderile pe care le-au suferit.
 - Apoi, aceste bucățele de hârtie sunt introduse în baloane înainte ca acestea să fie umflate.
 - Copiii dau drumul baloanelor în aer odată ce acestea au fost umflate. Dacă nu aveți la dispoziție heliu, puteți da drumul baloanelor de pe acoperișul unei clădiri.

Rugăciune

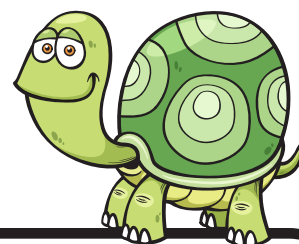
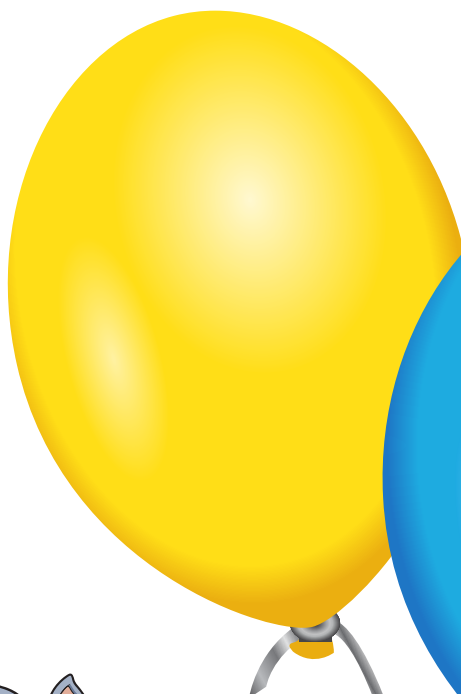
- Rugați-vă ca Dumnezeu să îi mângâie pe copiii întristați din cauza pierderilor suferite.

Prieteni sau Membri Ai Familiei Care au Murit



Pe baloane, scrie numele prietenilor sau ai membrilor
familiei tale care au suferit sau au murit.

Poți să scrii ceva despre ei sau să îi desenezi.



Dumnezeu Are Grijă De Mine

Scop

- Copiii înțeleg că cu toate că au experimentat multă tristețe din cauza pierderilor suferite, dragostea și purtarea de grijă a lui Dumnezeu îi poate face din nou fericiți.

Discuții

- Copiii pot vorbi despre momentele fericite din ultima săptămână, scoțând în evidență felul în care Dumnezeu le-a purtat de grijă.
- Copiii pot vorbi despre cei pe care Dumnezeu i-a folosit pentru a le purta de grijă.
 - A fost vreun prieten care i-a ajutat pentru că îi pasă?
 - Le-a gătit cineva, le-a citit cineva o poveste sau a mers cineva la o plimbare cu ei?

Activitate

- Amintește-le copiilor că Dumnezeu le poartă de grijă în multe feluri.
- Lasă-i să ilustreze printr-un desen o modalitate specială prin care Dumnezeu le-a purtat de grijă.
- Pe rând, copiii pot să-și arate desenele unul altuia și să spună povestea din spatele acestora.
- Ajută-i pe copii să învețe versetul de mai jos și ajută-i să îl transforme într-un cântec simplu despre felul în care Dumnezeu îi iubește și le poartă de grijă.

**"Aruncați toată îngrijorarea voastră
asupra Lui, fiindcă Lui Îi pasă de voi!"
(1 Petru 5:7)**

Rugăciune

- Mulțumește-I lui Dumnezeu pentru felul în care îi poartă de grijă fiecărui copil.
- Fiecare copil își poate ridica desenul când îi mulțumesc lui Dumnezeu pentru felul specific în care le-a purtat de grijă.

Dumnezeu Are Grijă De Mine

**Chiar dacă pierderile mă întristează,
faptul că știu că Dumnezeu are grijă
de mine mă face fericit.**



Desenează cum Dumnezeu îți poartă de grijă.



Mulțumesc Doamne!

Scop

- A-i mulțumi lui Dumnezeu pentru purtarea Lui de grijă este o modalitate prin care copiii pot conștientiza multele modalități prin care Dumnezeu le poartă de grijă.

Introducere

- Dumnezeu a încredințat copiii în grija familiei lor. Când copilașii vin pe lume, sunt în totală dependență de cei din familia lor. În vremuri de traume, adesea copiii pierd membri ai familiei, rămânând fără cineva care să le poarte de grijă. Dar, în perioade de traume, copiii au o nevoie sporită ca cineva să le ofere siguranță, securitate și hrană. Copiilor le este foarte teamă atunci când nu este cineva care să se îngrijească de ei în siguranță. Este încurajator pentru ei să știe că Dumnezeu le poartă de grijă întotdeauna.

Discuții

- Vorbiți despre cum vor avea nevoie copiii de purtarea de grijă a lui Dumnezeu în săptămâna care urmează. Astfel vei afla care le sunt nevoile imediate. Au nevoie de mâncare? De siguranță? Au nevoie de ajutor la școală? Sunt bolnavi?

Activitate

- Copiii vor scrie o rugăciune mulțumindu-I lui Dumnezeu pentru purtarea Lui de grijă.
- După ce și-au scris rugăciunile, le pot citi cu voce tare celorlalți.
- Sau copiii ar putea face schimb de rugăciuni și fiecare va citi rugăciunea altcuiva.
- După citirea fiecărei rugăciuni, poți întreba: "Cine a mai experimentat purtarea de grijă a lui Dumnezeu astfel?"
- Ajută-i să găsească câte un cântec de mulțumire, pe care să i-L dedice Domnului din recunoștință pentru felul în care le-a purtat de grijă.
- Amintește-le că atunci când sunt triști, își pot aminti felul în care Dumnezeu le poartă de grijă.

Rugăciune

- Copiii mulțumesc Domnului pentru purtarea Lui de grijă.

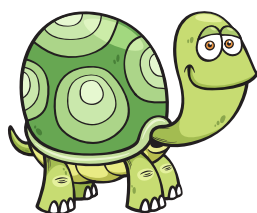
**Știind că Dumnezeu îi iubește,
copiii pot fi fericiți.**

Mulțumesc Doamne!

Scrie o rugăciune mulțumindu-I lui
Dumnezeu pentru purtarea Lui de grijă.



Dragă Doamne,



Ce Pot Eu Face Pentru a Mă Ajuta

Scop

- Copiii sunt ajutați să descopere ce pot face ei înșiși pentru a-și purta de grijă.

Introducere

- Copiii se pot simți neajutorați în situații traumatiche.
- Următoarele două activități îi vor ajuta să simtă că au puterea de a-și schimba sentimentele de tristețe făcând lucruri pozitive.

Discuții

- Folosind ideile scrise de copii, discutați despre lucrurile utile pe care le pot face chiar ei pentru a se simți mai bine atunci când sunt triști.
- Explicați-le că uneori, dacă tragi o porție "sănătoasă" de plâns, te vei simți mai bine pentru că ți-ai exprimat tristețea și ești pregătit să faci alte lucruri.
- Copiii se pot gândi și la alte lucruri pe care le-ar putea face.
 - Să aibă grijă de un animaluț.
 - Să scrie o scrisoare unui prieten sau unei rude.
 - Să citească o carte.
- Ajută-i pe copii să înțeleagă că nu sunt neajutorați; sunt opțiuni, alegeri alternative utile pe care ei le pot face.

Activitate

- Copiii aleg două variante care cred că îi vor ajuta cel mai mult.
- Apoi, copiii scriu ce cred ei că i-ar ajuta.
- Spune-le că unele dintre lucrurile pe care le-au încercuit pe prima pagină, vor fi desenate pe cea de-a doua.

Rugăciune

- Copiii se roagă, mulțumindu-I lui Dumnezeu că au ocazia să facă lucruri care să-i ajute atunci când sunt triști.
- Moderatorul se roagă ca Dumnezeu să îi ajute pe copii să își amintească lucrurile utile pe care le pot face pentru a se ajuta singuri atunci când sunt triști, când se simt singuri sau când le e teamă.

Ce Pot Eu Face Pentru a Mă Ajuta



**Când sunt trist, sunt câteva lucruri
folositoare care mă pot ajuta să mă
simt mai bine.**

Încercuiește două lucruri care îți plac cel
mai mult din lista de mai jos.



Să desenez

Să cer ajutor

**Să plâng cu lacrimi de
crocodil**

Să mă plimb

**Să vorbesc cu un adult
în care am încredere**

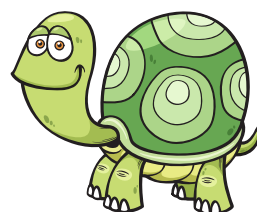
**Să mă joc cu un
prieten**

Să mă rog

Să cânt un cântec



Scrie ce crezi tu că ai putea
să faci să te ajute:



Ce Mă Ajută Să Mă Simt Mai Bine

Scop

- Copiii vor înțelege mai bine că nu sunt neajutorați; sunt lucruri pe care ei le pot face pentru a schimba sentimentele de tristețe.

Introducere

- Copiii adesea se simt neajutorați în timpul unui eveniment traumatic. Experiențele prin care trec și sentimentele lor le spun că sunt într-o situație pe care nu o pot controla și pe care nu o pot înțelege. Copiilor le e constant teamă de lucrurile pe care nu le înțeleg și pe care nu le pot controla. În plus, mai e și tema și neliniștea care intervin atunci când căminul și familia lor nu mai reprezintă o zonă de siguranță, structura care îi sprijină la fel ca în trecut, De asemenea, este înspăimântător pentru copii să simtă că nici părinții lor nu mai sunt în control. Această lecție îi încurajează pe copii să știe că nu sunt neajutorați; sunt lucruri pe care le pot face pentru a-și schimba sentimentele de tristețe și să aibă speranță că situația se va îmbunătăți.

Activitate

- Copiii desenează lucrurile pe care le-au încercuit pe pagina anterioară, arătând ce i-ar ajuta cel mai mult să se simtă mai bine.
- După ce copiii și-au făcut desenele, și le pot arăta pe rând și pot împărtăși cum i-ar ajuta lucrul respectiv să se simtă mai bine.
- Ascultă cu atenție poveștile lor pentru a-i putea ajuta.

Rugăciune

- Copiii se roagă ca Dumnezeu să îi ajute să își amintească lucrurile bune pe care le pot face pentru a se putea ajuta singuri atunci când sunt triști.

Ce Mă Ajută Să Mă Simt Mai Bine



Desenează imagini a două lucruri care
sunt cel mai de folos pentru a te face
să te simți mai bine.



Mă Ajută Să Îmi Spun Povestea

Scop

- Dezvoltarea unei relații bune cu copiii ascultându-le povestea.

Introducere

- Copiii au nevoie de cineva care să îi asculte cu adevărat când își împărtășesc povestea.
- Îi ajutam pe copii să se vindece dându-le timp, ascultând, încurajându-i să-și exprime impresiile și sentimentele legate de trauma pe care au experimentat-o.
- Când copiii știu că cineva îi ascultă la modul serios, se acceptă mai ușor pe ei înșiși și devin mai încrezători.
- Atunci când își împărtășesc povestea, copiii se relaționează la ei înșiși în modalități care îi ajută să-și descopere puterea interioară.

Discuții

- Copiii împărtășesc cine ar fi persoana căreia le-ar plăcea să le spună propria poveste de tristețe.
- Întreabă-i de ce au ales acea persoană în mod specific.
 - Spune-le că este în regulă dacă doresc să păstreze secretul cu privire la acea persoană.
- De asemenea, ați putea afla unde ar dori copiii să vorbească cu acea persoană.
 - Pe malul unui râu, în camera lor, în timpul unei plimbări.

Activitate

- Copiii aleg o locație preferată.
- Copiii fac un desen cu acea locație și se includ și pe ei spunându-și povestea celui pe care l-au ales.

Rugăciune

- Copiii mulțumesc lui Dumnezeu că este mereu cu ei și Îi place să îi asculte cum povestesc ceea ce îi preocupă.

Mă Ajută Să Îmi Spun Povestea



Gândește-te cui ai vrea cel mai mult să îi
împărtășești povestea a ce ți s-a întâmplat

Desenează o imagine a acestei persoane ascultându-ți
povestea în timp ce stați împreună în locul tău preferat.



Domnul Isus Mă Ajută!

Scop

- Copiii să se simtă confortabil și să știe că Domnul Isus este mereu alături de ei și nu îi va părăsi niciodată.

Introducere

- Citește versetul din Scriptură de pe pagina copiilor împreună cu ei.
 - Ce promisiune minunată ne-a făcut Domnul Isus!
- Vorbiți cu copiii despre cât de specială este această promisiune.
 - El este mereu aproape atunci când am nevoie de ajutor; pot vorbi cu El oricând, etc.

Discuții

- Copiii împărtășesc un moment în care au știut că Domnul Isus a fost cu ei sau un moment în care L-au rugat să le fie alături.
- De asemenea, fi pregătit să împărtășești cu ei o experiență asemănătoare.

Activitate

- Ajută-i pe copii să își scrie poeziile sau cântecele.
- Încurajează-i pe copii să fie creativi în a face un chenar în jurul paginii pe care vor scrie.
- Copiii își împărtășesc cu grupul poeziile și cântecele.
- Alegeți împreună ceea ce au scris unul sau doi copii și compuneți o medie simplă pentru ca copiii să o poată cânta atunci când se simt singuri sau când le e teamă.

Rugăciune

- Copiii mulțumesc lui Dumnezeu că El este mereu aproape de ei să îi ajute.
- Ajută-i pe copii să își formuleze rugăciunile specifice: "Mulțumesc, Doamne Isuse, pentru că m-ai ajutat cu temele de casă." sau "Mulțumesc, Doamne Isuse, că m-ai ajutat să nu mă tem."

Practică

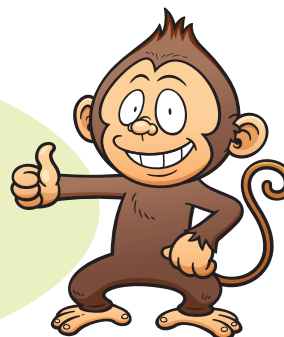
- Dacă e posibil după terminarea sesiunii, faceți un caiet cu tot ceea ce au scris copiii, după care faceți copii și dați-le fiecăruia câte un exemplar.

Domnul Isus Mă Ajută!

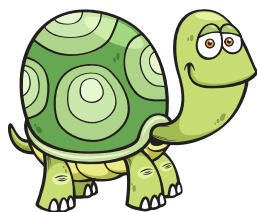
Isus spune:

**„Nicidecum n-am să te las, cu
niciun chip nu te voi părăsi.”**

Evrei 13:5



Scrie un cântec sau o poezie despre cum
te poate ajuta Domnul Isus ca să nu te
simți singur sau temător.



Desenează un chenar frumos în jurul a ceea ce ai scris.



Dumnezeu Are un Plan Special Pentru Viața Mea!

Scop

- Copiii dobândesc speranță că Domnul Isus îi iubește atât de mult încât are planuri bune pentru viața lor.

Introducere

- Copiii încep prin a juca rolul a ceea ce doresc să devină când vor crește mari.
 - Pompier – se preface că are un furtun cu care stinge un foc.
 - Asistentă care are grijă de un copilăș.
 - Un pilot de avion care zboară prin încăpere.
- În timp ce fiecare copil joacă rolul viitoarei profesii, ceilalți pot ghici ce dorește să devină.

Activitate

- Copiii desenează ce își doresc să facă acum și ce și-ar dori să facă atunci când vor crește mari.

Discuții

- Discutați despre desenele copiilor și amintește-le că Domnul Isus îi va ajuta să împlinească planurile Lui pentru ei.
- Citiți versetul din Ieremia 29:11 împreună. Scoateți în evidență cum acest verset le arată copiilor că Domnul Isus îi iubește foarte mult. El are planuri bune pentru fiecare dintre ei – planuri care le vor da speranță și îi va face fericiți.

Rugăciune

- Copiii îi mulțumesc lui Dumnezeu că Si-a arătat dragostea pentru ei prin faptul că a făcut planuri bune pentru viața lor – planuri care le vor da speranță.

"Căci Eu cunosc planurile pe care le am cu privire la voi, zice Domnul, planuri de pace și nu de nenorocire, ca să vă dau un viitor și o nădejde."

(Ieremia 29:11)

Domnul Isus Are un Plan Special Pentru Viața Mea!



Desenează o imagine cu ce dorești să faci acum.



Desenează o imagine cu ce dorești să faci
când crești mare.



Minunata Promisiune a Lui Dumnezeu Pentru Mine!

Scop

- Copiii dobândesc siguranța că planurile lui Dumnezeu sunt planuri bune și că pot avea încredere în planurile Lui pentru viața lor.

Pregătire

- Planificați o modalitate de a sărbători finalizarea cărții de către copii.
 - Poate le place să cânte.
 - Poate ar putea juca niște jocuri.
 - Poate le-ar prinde bine o gustare.

Activitate

- Copiii citesc și recită împreună versetul din Ieremia 29:11.
- Încurajează-i pe copii să își păstreze cartea la îndemână, astfel încât să o poată revizui des pentru a-și aminti planurile minunate pe care le are Dumnezeu pentru ei.

Terminarea Sesiunilor

- La sfârșitul acestei cărți discutați despre cum i-a făcut mai puternici pe copii experiența de a discuta despre evenimentele traumatiche din viața lor.
 - Ei știu acum că Dumnezeu este mereu cu ei.
 - Au primit răspunsuri la rugăciuni.
 - Știu că pot avea încredere în Dumnezeu că le va purta de grijă.

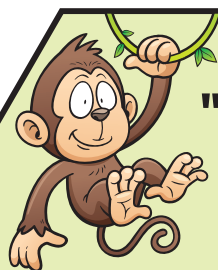
Rugăciune

- Copiii Îi mulțumesc lui Dumnezeu că îi iubește și că face planuri bune pentru viața lor.

Minunata Promisiune a Lui Dumnezeu Pentru Mine!



Învată pe de rost versetul din Biblie de mai jos.
Colorează-l și desenează un chenar frumos
în jurul lui.



**"Căci Eu știu
gândurile pe
care le am cu
privire la voi, zice Domnul,
gânduri de pace, și nu de
nenorocire, ca să vă dau
un viitor și o nădejde."**

Ieremia 29:11



**Dificultățile prin care ai trecut
te-au întărit. Ai simțit dragostea
lui Dumnezeu pentru tine într-un
mod deosebit.**

Ai speranță!



