

برای من امیدی هست

کتاب تعاملی بازیابی تروما برای کودکان
فیلیس کیلبورن



برای من امیدی هست

کتاب تعاملی بازیابی تروما برای کودکان

انتشارات بین المللی آموزش مراقبت در بحران
فیلیس کیلبورن

Copyright © 2014
by Crisis Care Training International (CCTI)
a ministry of WEC International
Fort Washington PA USA
All rights reserved



Printed in the United States of America
Editor: Lianna Wlasiuk

All Scripture quotations, unless otherwise indicated, are taken
from the Holy Bible;
New International Version,
© Copyright The Lockman Foundation 1978.
Used by permission.



Crisis Care Training
International

Crisis Care Training International

Phone: 803-548-2811
E-mail: info@crisiscaretraining.org
Website: www.crisiscaretraining.org

دوستان من



با چند دوست جدید آشنا شوید
ما می خواهیم از هر راهی که می توانیم به تو کمک کنیم

در صورت تمایل می توانید برای هر یک از ما یک نام بگذارید
هر یک از ما آماده گوش دادن به تو هستیم و از تو می
خواهیم که حرف هایت را با ما در میان بگذاری
تجربه تو با ما



من می خواهم به تو کمک کنم تا
این کتاب کار را تکمیل کنی
من در مورد کارهای سرگرم کننده به تو خواهم گفت.
در هر صفحه به دنبال من بگرد تا بدانی
چه کاری باید انجام دهی.

خداوند به من توانایی تشویق دیگران را داده است
با دقت به چیزی که باید بهت بگویم گوش کن
من می خواهم اگر بتوانم به تو کمک کنم.



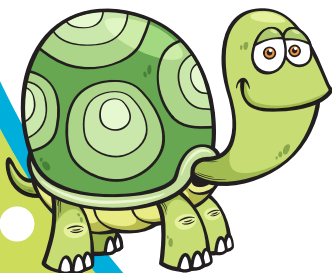


سرگرمی مورد علاقه من حفظ
آیات کتاب مقدس است.
طی این دفترچه، برخی از این آیات
را با تو به اشتراک خواهم گذاشت
امیدوارم که از آنها لذت ببری.

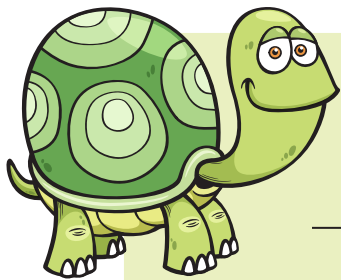
من دوست دارم نقاشی بکشم
تا آنچه را که فکر می کنم بیان کنم
دیدن نقاشی های تو برای من خیلی اهمیت دارد
اگر دوست داری به من بگو
نقاشی هایت برایت چه معنایی دارند.



از نوشتن افکارم روی کاغذ لذت می برم.
دوست دارم درباره احساسات و
تجربیات تو بخوانم بعد از این که
آنها را در این دفترچه نوشتی.

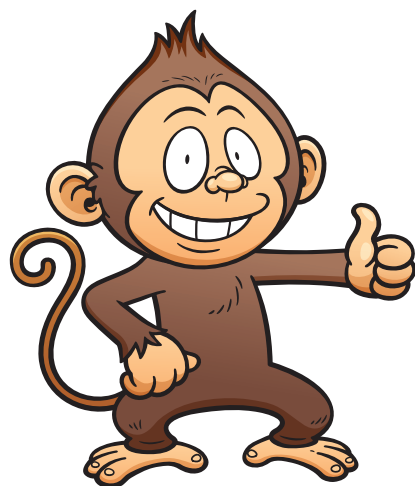


این کتاب متعلق است به:



این کتاب توسط کسی به
من داده شده است که می
خواهد بدانم من بسیار
خاص هستم و خدا من را
دوست دارد و برنامه های
فوق العاده ای برای من دارد.





عیسی گفت بگذارید کودکان
نزد من بیایند و مانع آنها
نشوید زیرا ملکوت آسمان
از آن چنین کسان است.
متی ۱۹: ۱۴

برای من امیدی هست

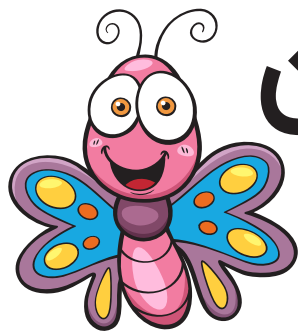
تصویر از خود بکش.



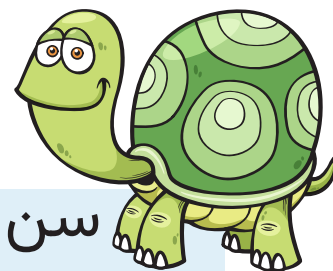
این منم!



با استفاده از جوهر، رنگ یا ماژیک، اثر انگشت
خود را در اطراف تصویر خود قرار بده



همه چیز درباره من



سن من :

تاریخ تولد من:

رنگ مورد علاقه ی من:

غذای مورد علاقه من:

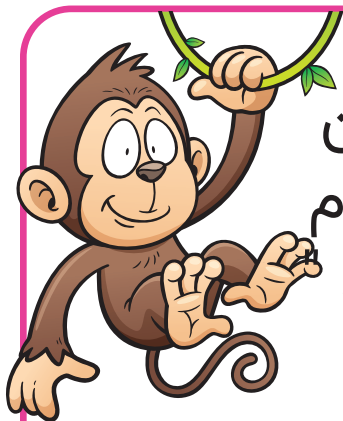
کتاب مورد علاقه من:

بهترین دوست من:

ورزش مورد علاقه من:

حیوان مورد علاقه من:

آهنگ مورد علاقه من:

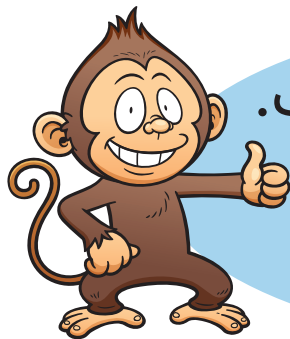


خدا می گوید: "... نترس ، زیرا من
تو را نجات داده ام. من تو را با نام
صدا کرده ام. تو مال من هستی.
اشعیا ۴۳: ۱

خدا به من کمک خواهد کرد!



خدا مرا ساخت - خدا مرا دوست دارد.
خدا خانواده من را دوست دارد . او جامعه من را دوست دارد.
خداوند به همه ما کمک خواهد کرد تا بر هر مشکلی که داریم غلبه کنیم.



... خداوند یاور من است.
ترسان نخواهم بود....
عبرانیان ۱۳: ۶



یک نقاشی بکشید تا نشان دهد چگونه خدا
از شما مراقبت کرده است.

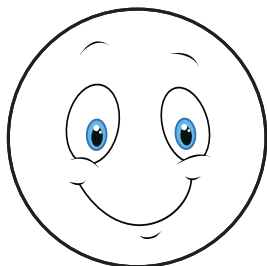


قبل و بعد از اتفاق افتادن این رویداد

صورتی را رنگ کنید که نشان می دهد قبل از وقوع این رویداد چه احساسی داشتید



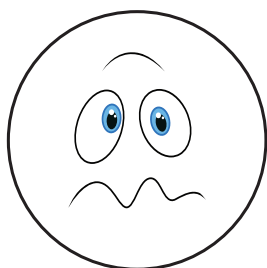
خوشحال



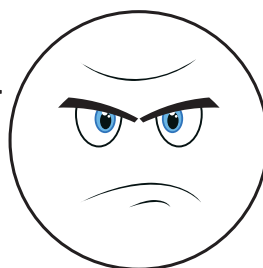
غمگین



ترسیده



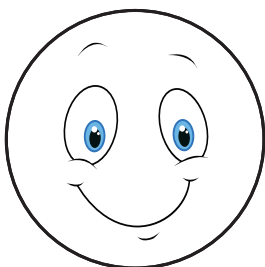
خشمگین



صورتی را رنگ کنید که نشان می دهد پس از وقوع این رویداد چه احساسی داشتید.



خوشحال



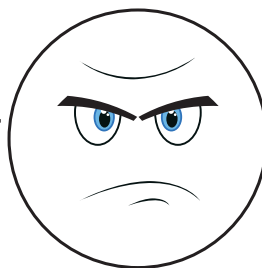
غمگین



ترسیده

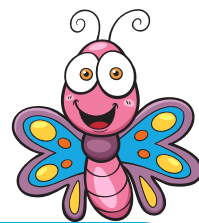


خشمگین



خدا احساسات من را می فهمد

نقاشی بکشید که زمانی که عصبانی بودید را
نشان می دهد به خاطر اتفاقی که افتاد



نقاشی بکشید که زمانی که ترسیده بودید را
نشان می دهد به خاطر اتفاقی که افتاد



هر چه احساس کردی اشکالی ندارد!

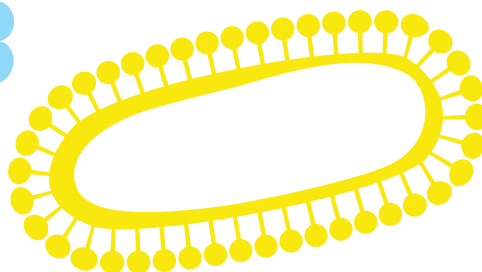
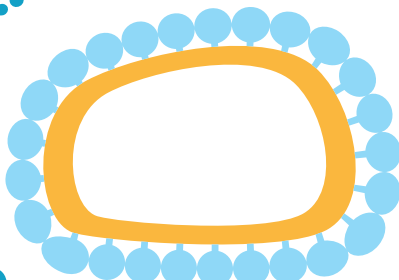
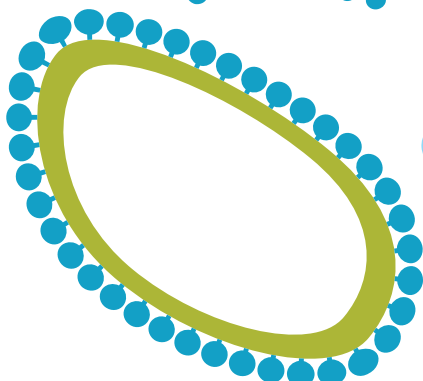
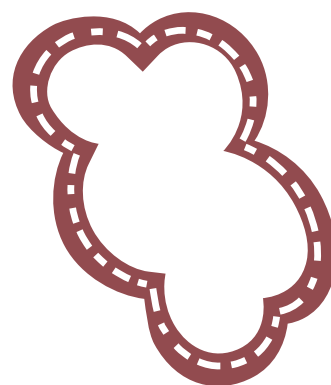
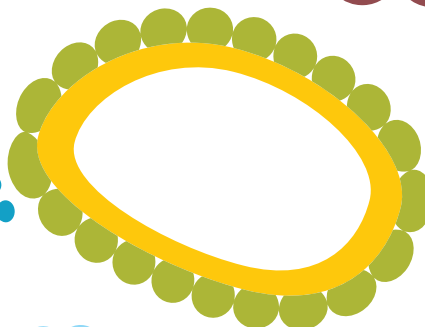
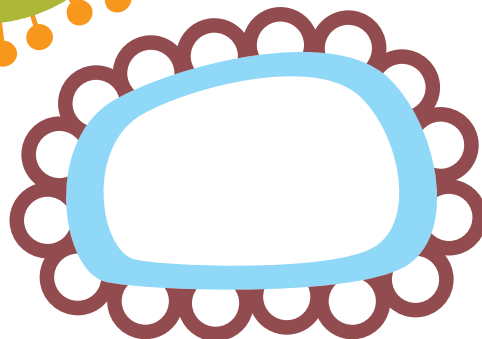
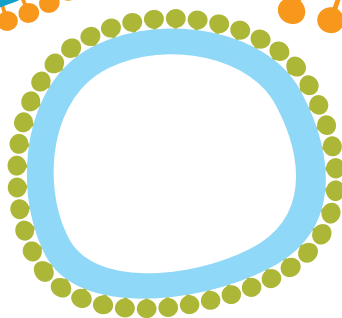
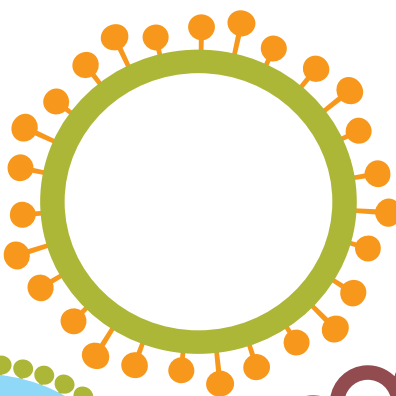
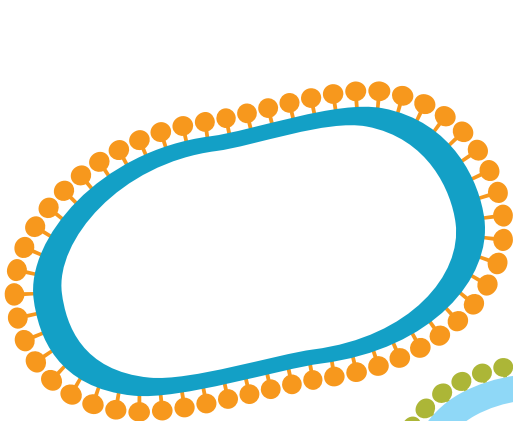
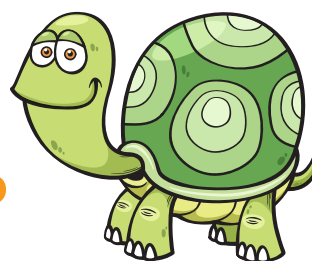


چیزهایی که از دست دادم

شاید یک دوست، یک اسباب بازی مورد علاقه یا کتاب های مدرسه را از دست داده باشید.



در هر دایره اسم چیزی که به خاطر اتفاقی که افتاده از دست داده اید را بنویسید یا نقاشی آن را بکشید.

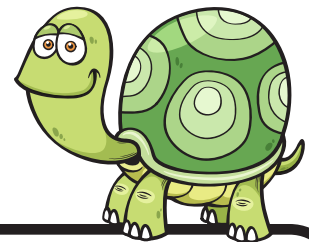


دوستان یا خانواده من که مردند



روی بادکنک نام دوستان یا اعضای خانواده که آسیب دیده اند یا فوت کرده اند را بنویسید.

می توانید چیزی در مورد آنها بنویسید یا نقاشی بکشید.



خدا از من مراقبت می کند

اگر چه از دست دادن ها باعث ناراحتی من
شود، دانستن اینکه خدا به من اهمیت می
دهد باعث خوشحالی من می شود!



یک راه را نقاشی کنید که خدا از شما مراقبت
می کند.

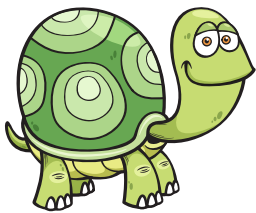


خدایا شکرت

دعایی بنویسید که خدا را به خاطر مراقبتش
شکر کنید.



خدای عزیز



کارهای مفیدی که می توانم انجام دهم



وقتی احساس ناراحتی می کنم، کارهای مفیدی وجود دارد که می توانم انجام دهم تا احساس بهتری داشته باشم.



در لیست زیر دور دو موردی که بیشتر دوست داری را دایره بکش.

یک نقاشی بکش

کمک بخواه

یک داد بلند بزن

قدم بزن

با بزرگسالی که به او اعتماد داری صحبت کن

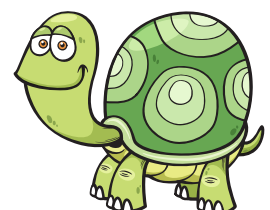
با یک دوست بازی کن

دعا کن

سرودی بخوان



افکار خود را در مورد کارهای مفیدی که می توانی انجام دهی بنویس:



چیزهایی که به من کمک می کند احساس بهتری داشته باشم

نقاشی ای بکش که دو چیز را نشان می دهد
که بیشتر به تو کمک می کند تا احساس بهتری
داشته باشی.



گفتن داستانم به من کمک می کند

به این فکر کن که بیشتر دوست داری اتفاقی که برایت افتاده را به چه کسی بگویی؟



نقاشی از این شخص بکش در حالی که به داستانت گوش می دهد و با تو در مکان مورد علاقه ات نشسته است.



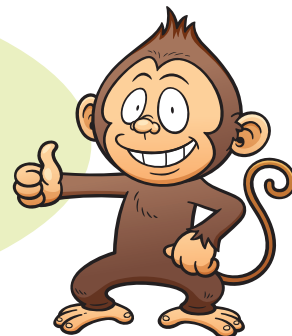
عیسی به من کمک می کند!

عیسی می گوید:

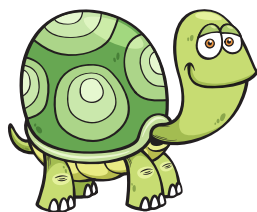
«هرگز تو را ترک نخواهم کرد. هرگز

تو را رها نخواهم کرد»

عبرانیان ۱۳: ۵



سرود یا شعری بنویس که چگونه عیسی می
تواند به تو کمک کند تا احساس تنهایی یا
ترس نکنی.



یک حاشیه زیبا در اطراف نوشته خود بکش.



عیسی یک برنامه ویژه برای زندگی من دارد!



از کاری که اکنون می خواهی انجام
دهی، یک نقاشی بکش.



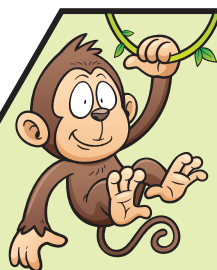
یک نقاشی از کاری که می خواهی وقتی
بزرگ شدی انجام دهی، بکش.



وعده شگفت انگیزن خدا به من!



این آیه کتاب مقدس که در زیر آمده را حفظ کن.
رنگ کن و یک حاشیه زیبا در اطراف آن بکش.



خواست و
اراده من،
سعادت‌مندی
شماست و نه
بدبختی‌تان، و کسی به جز من از
آن آگاه نیست. من می‌خواهم
به شما امید و آینده خوبی
ببخشم.
ارمیا ۲۹: ۱۱



چیزهای سختی که پشت سر گذاشته
ای، تو را قوی کرده است. تو محبت
خدا را به شیوه های خاصی تجربه
کرده ای! تو امید داری!



