

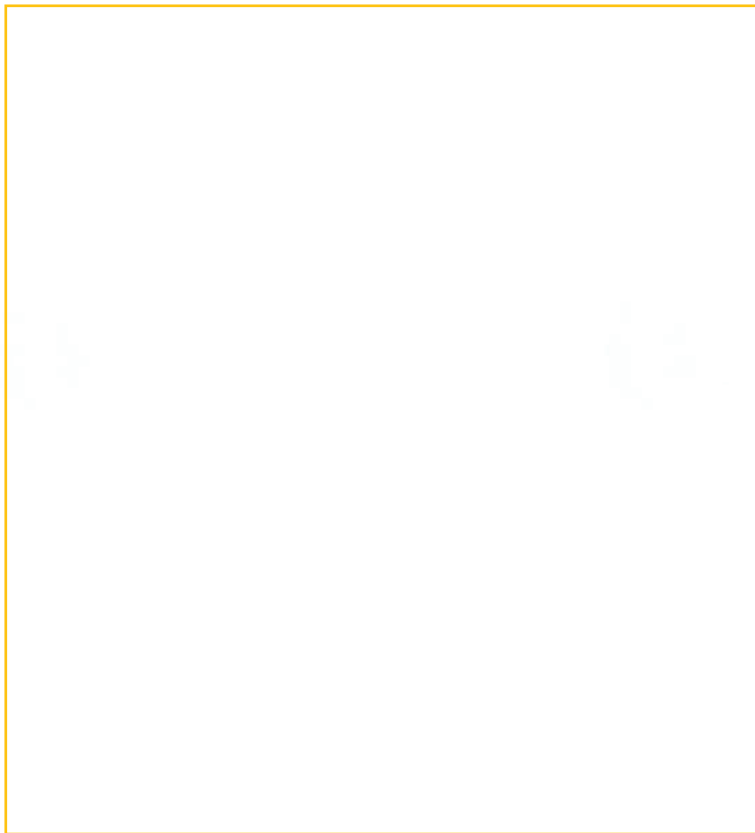
# Ka shpresë!

Një manual ndërveprues për fëmijë  
për rimëkëmbjen nga trauma

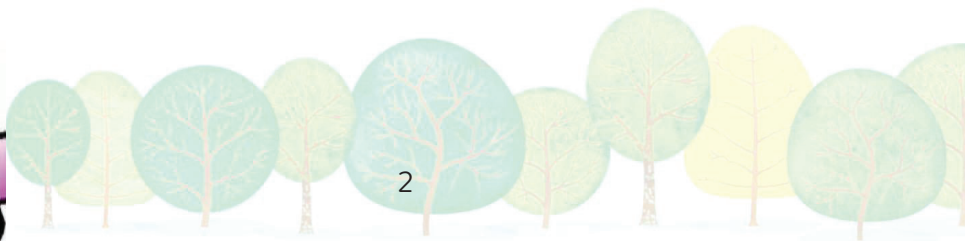


# KA SHPRESË PËR MUA

Ky Jam Unë!



Mos ki frikë, ... Unë do të shpëtoj. Të kam thirrur me emër  
... ti je imi. (Isaia 43:10)



# KA SHPRESË PËR MUA

Ky Jam Unë!

Mosha ime është: \_\_\_\_\_

Ditëlindja ime është: \_\_\_\_\_

Ngjyra ime e preferuar është: \_\_\_\_\_

Ushqimi im i preferuar është: \_\_\_\_\_

Libri im i preferuar është: \_\_\_\_\_

Miku im më i mirë është: \_\_\_\_\_

Sporti im i preferuar është: \_\_\_\_\_

Kafsha ime e preferuar është: \_\_\_\_\_

Kënga ime e preferuar është: \_\_\_\_\_

Këtu jetoj unë: \_\_\_\_\_



## ÇFARË I NDODHI VENDIT TIM?

Në këtë vend ka ndodhur një tërmet i madh dhe shumë njerëz nuk kanë më shtëpi, disa janë plagosur dhe të tjerë kanë vdekur.

Një tërmet është një ngjarje e tmerrshme ku shumë njerëz, fëmijë dhe të rritur, përjetojnë frikë. Shpesh njerëzit që kanë jetuar së bashku si fqinjë dhe miq, papritmas duhet të largohen nga vendi i tyre ose të ndryshojnë mënyrën se si kanë jetuar më parë.

## PERËNDIA DO TË NDIHMOJË VENDIN TIM!

- Perëndia e do vendin tim — Perëndia e krijoi vendin tim.
- Perëndia i do njerëzit e vendit tim - ai na bëri që të jemi një popull i fortë.
- Perëndia do të ndihmojë vendin tim dhe do të më ndihmojë që të kapërcej problemet e krijuara nga tërmeti.



## PËRPARA TËRMETIT

Ngjyrosni fytyrën se si jeni ndjerë.



I lumtur



I trishtuar



I inatosur



I frikësuar

## PAS TËRMETIT

Ngjyrosni fytyrën se si jeni ndjerë.



I lumtur



I trishtuar



I inatosur



I frikësuar

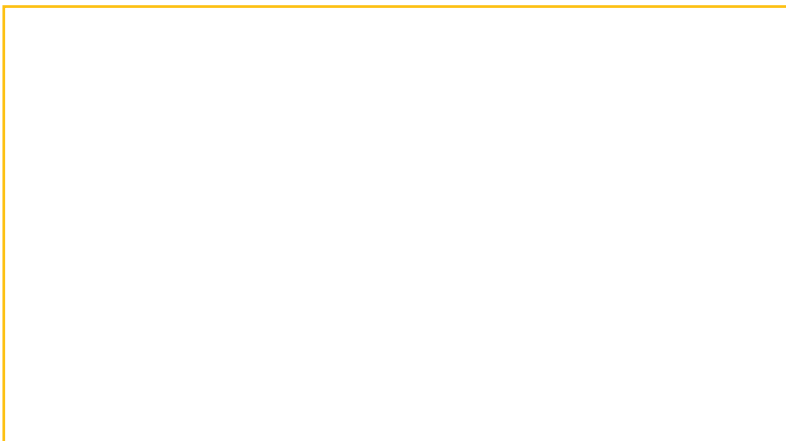
## PËRPARA TËRMETIT

(Vizatoni një pikturë që të përshkruajë se si jeni ndjerë.)

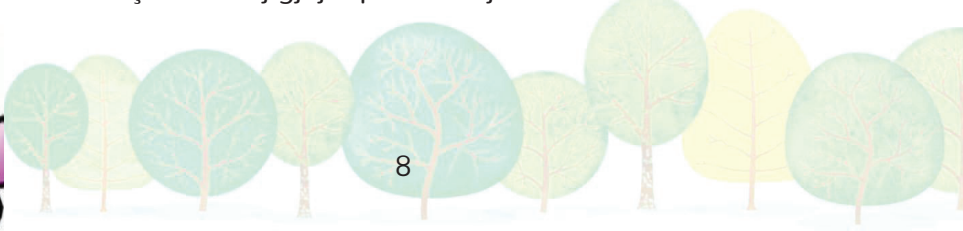


## PAS TËRMETIT

(Vizatoni një pikturë që të përshkruajë se si jeni ndjerë.)



Çfarëdolloj gjëje që keni ndjerë është OK!





## GJËRAT QË HUMBA

Vizatoni në tullumbace gjërat që keni humbur për shkak të tërmetit dhe shpërnguljes.

(A ke humbur një kafshë? Një lodër të preferuar?  
Librat shkollorë?)



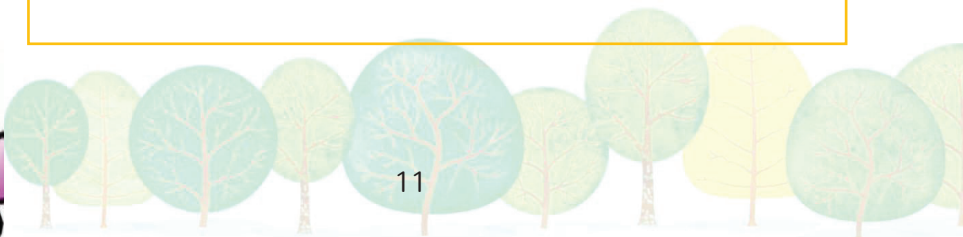
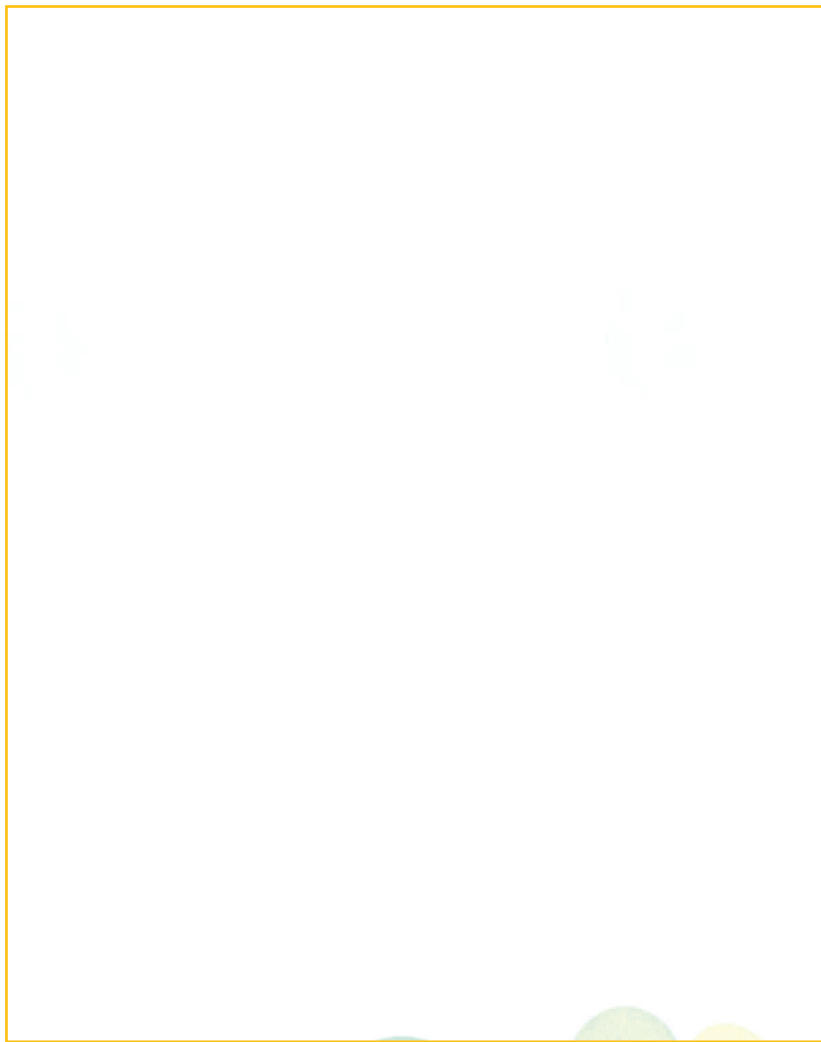
## MIQTË E MI OSE FAMILJARËT QË KANË VDEKUR

Në tullumbace shkruani emrat e miqve ose të familjarëve të vdekur. Ju mund të thoni diçka rreth tyre ose mund të vizatoni.



## PERËNDIA KUJDESET PËR MUA

Edhe pse humbjet mund të na trishtojnë, të dimë se Zoti kujdeset për ne, na bën të lumtur!  
(Vizatoni një mënyrë që tregon se Zoti po kujdeset për ty.)







## GJËRA TË MIRA QË MUND T'I BËJ

Kur ndihemi të trishtuar ka disa gjëra të mira që mund të bëjmë për të na ndihmuar të ndihemi më mirë.

Rrethoni dy që ju pëlqejnë më shumë

**VIZATONI DIÇKA**

**BËJ NJË SHËTITJE**

**KËRKONI NDIHMË**

**FLAS ME NJË TË RRRITUR  
TEK I CILI KAM BESIM**

**QAJ ME TË MADHE**

**LUAJ ME NJË SHOK**

**LUTEM**

**KËNDOJ NJË KËNGË**

Shkruani idetë tuaja:

---

---

---

---

---

---

---

---

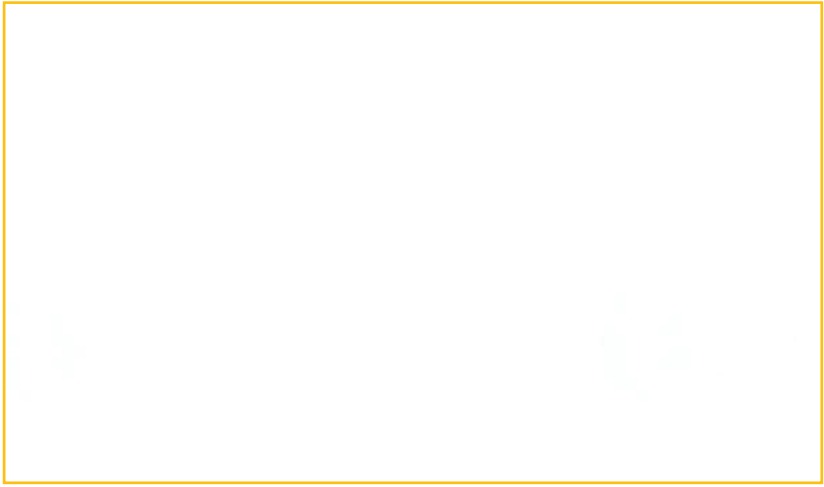
---

---

---

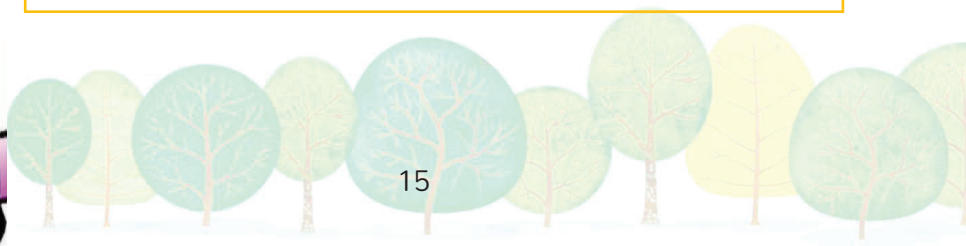
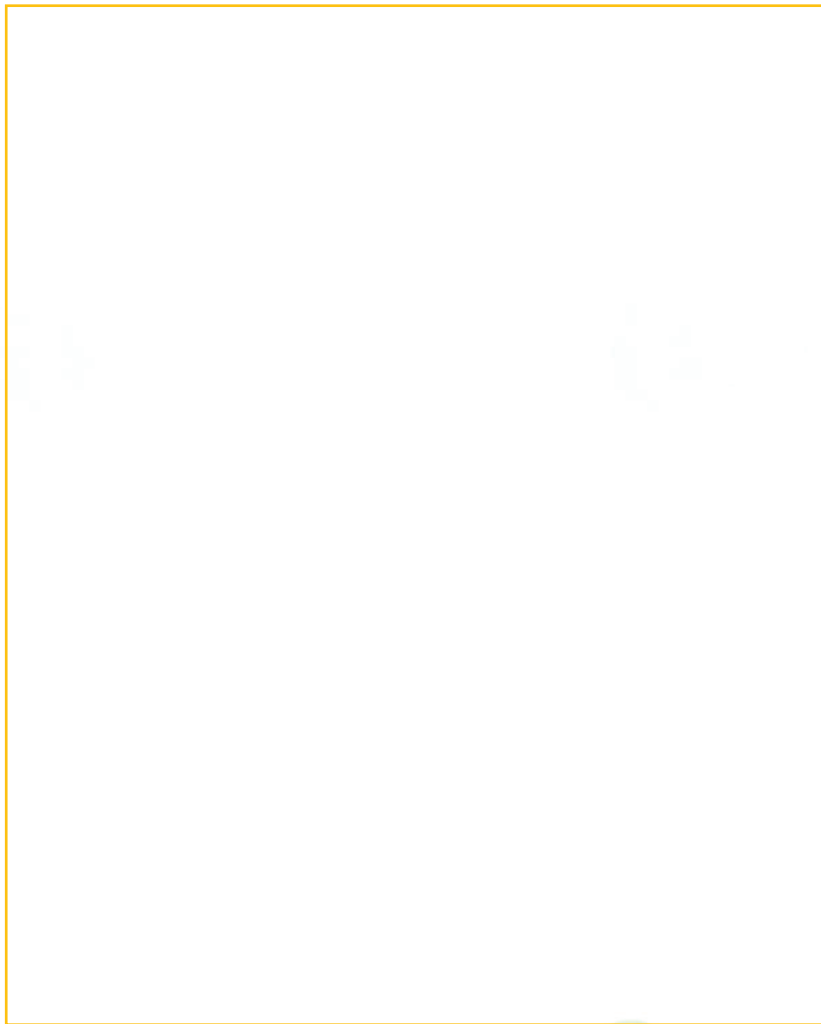
# GJËRA QË MË BËJNË TË NDIHEM MIRË

Vizatoni duke treguar 2 gjërat që do t'ju ndihmojnë të ndiheni më mirë.



## MË NDIHMON TË TREGOJ HISTORINË TIME

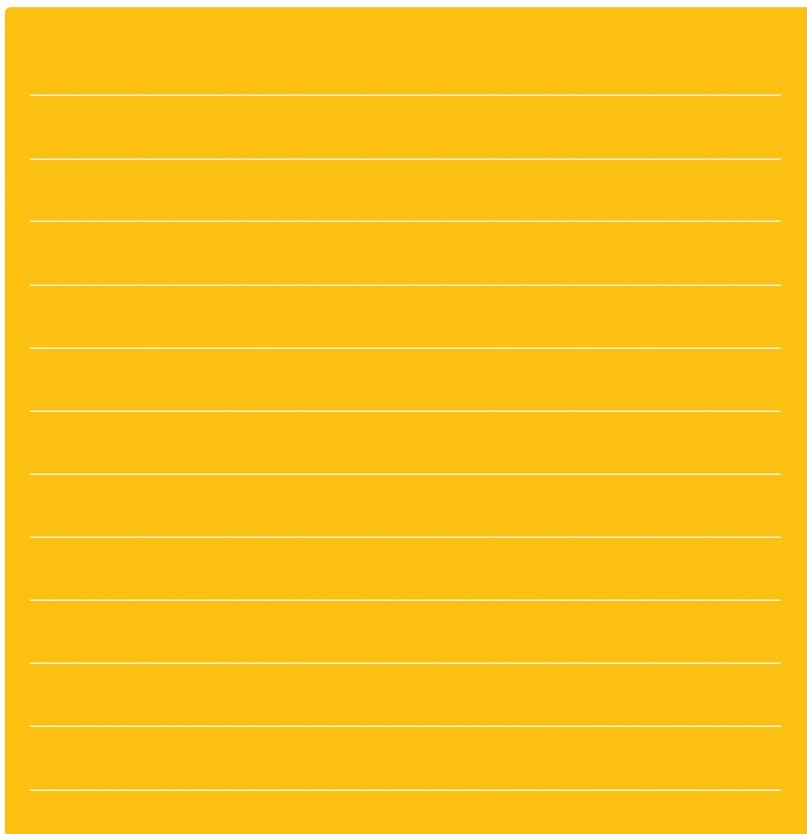
Mendoni se kujt do të dëshironit më shumë t'i tregonit se çfarë ju ndodhi gjatë tërmetit dhe shpërnguljes.  
Vizatoni personin që po dëgjon historinë tënde.



## JEZUSI MË NDIHMON!

Jezusi thotë: “Nuk do të të lë, nuk do të të braktis”  
(Hebrenjve 13:5)

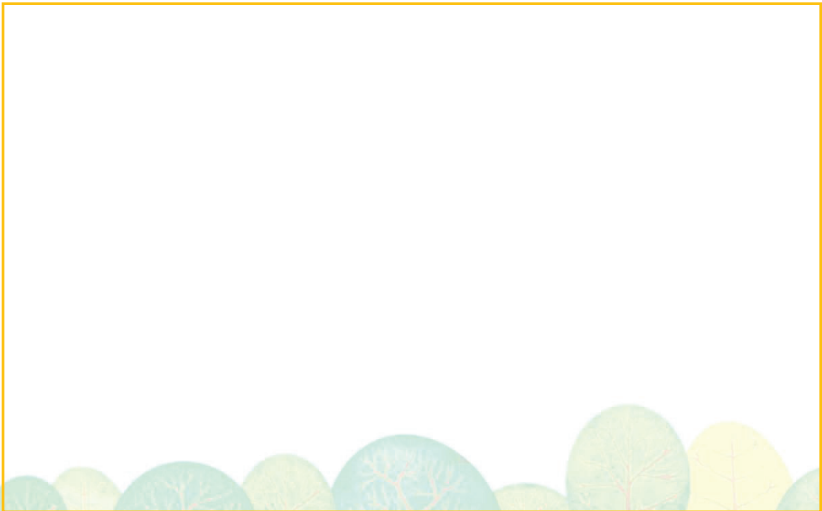
Vizato një kornizë të bukur rreth kësaj faqeje dhe pastaj shkruaj një këngë ose poezi që tregon se si Jezusi mund të të ndihmojë të mos ndihesh i vetmuar ose i frikësuar.





# JEZUSI KA NJË PLAN TË VEÇANTË PËR JETËN TIME!

Vizatoni atë që dëshironi të bëni tani dhe atë që dëshironi të bëni kur të rriteni.





## PREMTIMI I MREKULLUESHËM I PERËNDISË PËR MUA!

Vizato një kornizë të bukur rreth Shkrimit.  
Më pas mësoni përmendësh këtë varg.

“Sepse unë i njoh mendimet ë kam për ju”,  
thotë Zoti,  
“mendime paqeje dhe jo të së keqes, për  
t’ju dhënë një të ardhme dhe një shpresë.

(Jeremia 29:11)

Gjërat e vështira që keni kaluar ju kanë bërë të fortë. Ju  
keni përjetuar dashurinë e Zotit në mënyra të veçanta.

**Keni shpresë!**

Ky libër m'u dha nga miq që duan që unë të di se jam shumë i veçantë dhe që Zoti më do dhe ka plane të mrekullueshme për mua.

