



Я маю Надію Посібник наставника

Інтерактивний робочий зошит
для дітей із відновлення після травми

Філіс Кілборн

Я маю Надію

*Інтерактивний робочий зошит
для дітей із відновлення після травми*

Посібник наставника

Міжнародна публікація з навчання у кризовій ситуації

Філіс Кілборн

Copyright © 2010, 2014, 2019
by Crisis Care Training International (CCTI)
a ministry of WEC International
Fort Washington Pennsylvania USA
Усі права захищено



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

Усі цитати зі Святого Письма, якщо не вказано інше,
взято з Біблії у перекладі І. Огієнка.



Crisis Care Training International

E-mail: crisiscare@comporium.net
Website: www.crisiscaretraining.org

Цей навчальний набір складається з:

Я маю Надію

*Інтерактивний робочий зошит
для дітей із відновлення після травми*

Посібник наставника



*Більш докладну допомогу
можна знайти в розділі «Зцілення хворих сердець»:
Посібник для консультування дітей та молоді в умовах кризи*



Ці інструменти допоможуть батькам, вчителям недільної школи та іншим вихователям підтримати й допомогти дітям, які пережили травматичний досвід, пов'язаний із життєвими втратами, що викликають почуття смутку.

У цьому робочому зошиті ми використали імена, які представляють Особи Трійці. Хоча ми, дорослі, не можемо до кінця усвідомити та прийняти таємничу природу Трійці, діти зазвичай просто сприймають її; вони виявляють надзвичайну віру. Хоча діти рідко ставлять питання про Трійцю, ви маєте бути готові дати просту відповідь, якщо дитина запитає. Для дуже маленьких дітей може бути достатньо простого твердження, що є один Бог, Який є Батько, Син і Святий Дух. Для дітей старшого віку можна використати таку ілюстрацію: я дочка мого батька; я дружина свого чоловіка; я мати свого сина. Я три ролі/вияви особи; усе ж я одна. Бог – один, але в трьох особах: Бог Отець, Бог Син і Бог Святий Дух.

Вступ

Я маю Надію

Інтерактивний робочий зошит для дітей із відновлення після травми

Цей робочий зошит допоможе дітям під час виконання вправ розповісти про свої почуття, пов'язані з травмою. Для дітей дуже важливо, як вони ставляться до травматичної події. Вони часто відчувають тривожні емоції, які можуть бути для них новими.

Іншою особливістю дитячої травми є втрати, які дитина зазнала внаслідок травматичної події. Дітям потрібна допомога, щоб визначити ці втрати та зрозуміти, що вони означають для них, як зараз, так і пізніше. Щоб закрити свою травму, діти повинні переживати свою втрату в значущий для них спосіб.

Важливо щоб діти знали, що ви справді хочете зрозуміти, що вони відчувають або що їм потрібно. Іноді діти засмучуються, але не можуть сказати вам, що може їм допомогти. Якщо ви даєте їм час і заохочуєте поділитися з вами своїми переживаннями, ви тим самим допомагаєте визначити/висловити свої почуття. Діти потребують тривалої підтримки. Що більше втрат зазнає дитина чи підліток, то складніше буде відновитися. Якщо діти втратили батьків, які були їхнім основним джерелом підтримки, це правда і поготів. Спробуйте розробити декілька варіантів підтримки для дітей, які зазнали значних втрат.

Посібник наставника

Завдання наставника

Завдання наставника полягає в тому, щоб допомогти дітям виконати вправи із робочого зошита. Дітям потрібна допомога у виявленні та переживанні своїх втрат. Їм також необхідна допомога, щоб зрозуміти, що ці втрати означатимуть для них як зараз, так і в довгостроковій перспективі. Примітки у цьому посібнику допоможуть вам виконати це завдання.

Керівництво для наставника також розширює уявлення дітей про травму, страх, смуток тощо. Після травми у дітей відбуваються зміни у поведінці. Зазвичай ці реакції виникають відразу після травми. Іноді здається, що дитина почувається добре під час травми, а потім через кілька тижнів чи місяців у неї простежується відтермінована реакція.

Будьте прихильними та співчутливими у розмові з дітьми, щоб допомогти їм почуватися в безпеці. Допоможіть дітям поділитися своїм почуттям безпеки, запитавши їх про їхні конкретні потреби у комфорті та турботі про себе.

Наступні пункти містять кілька важливих рекомендацій, які варто пам'ятати під час планування занять із використання дитячого робочого зошита. Дотримання цих рекомендацій забезпечить успіх у допомозі дітям.

Використання посібника наставника

Зробіть захід специфічним для травматичного досвіду дітей.

Діти в усьому світі страждають від різноманітних травматичних подій: стихійні лиха, війни, нещасні випадки, залишаються сиротами або їх продають для сексуальної експлуатації тощо. Коли діти переживають будь-яку з цих травматичних подій, вони також зазнають великих втрат. Залежно від травми, втрати можуть означати дім і сім'ю, друзів, безпеку, довіру, освіту, самоповагу, любов, відчуття приналежності і, нарешті, надію.

Ці втрати викликають у дитини глибоке почуття смутку. Важливо, щоб дітям було надано багато можливостей виявити та висловити свої почуття, щоб відбулося емоційне та духовне зцілення. Дітям також потрібно дати час, щоб обробити свої втрати та за можливості відновити їх. Маму, яка померла внаслідок травматичної події, не можна повернути до життя. Однак можна надати люблячого опікуна, щоб дитина почувалася в безпеці та відчувала себе коханою.

Оскільки діти відчувають схожі думки та почуття під час усіх травматичних переживань, цей зошит із відновлення можна використовувати з дітьми, які переживають будь-які травматичні події.

Ви, наставник, під час роботи з дітьми повинні визначити й посилатися на конкретний тип травми та емоцій, що виникли. Коли в тексті згадується травматична подія або річ, яка викликала у дітей сум, не забудьте назвати конкретну подію — повінь, пожежа, війна тощо. Ви також можете сформулювати свої запитання так, щоб вони відповідали досвіду дитини. Запитайте їх, чи боялися вони, коли стався землетрус (або торнадо чи цунамі). Що було найстрашніше у війні (чи жити на вулиці, чи залишитися сиротою)?

Однак будьте дуже чутливими, ставлячи запитання, пов'язані з сексуальним насильством. У таких ситуаціях дозвольте дитині взяти на себе ініціативу в тому, скільки і коли ділитися.

Перед початком роботи оберіть, які заняття ви будете використовувати – групові чи індивідуальні.

Деякі віддають перевагу тому, щоб діти виконували ці завдання в групі однолітків; інші обирають працювати віч-на-віч із однією дитиною. Під час стихійного лиха, такого як землетрус, коли більшість відчуває схожі переживання та почуття, хоча, можливо, різний ступінь травми, зазвичай дітям найбільш корисно опрацювати те, що трапилося, з групою однолітків.

Якщо травма викликала у дитини почуття сорому, наприклад, через домашнє або сексуальне насильство, ви можете наставляти один на один, принаймні доти, доки дитина не почуватиметься зручно в групі однолітків.

Вам також потрібно буде подумати, чи будуть у вас у групі тільки хлопчики, тільки дівчатка чи всі разом. Тип групи буде залежати від місцевої культури та проблем, пов'язаних із травмою.

Часові межі

Кожне заняття розраховано на одну годину. Це дає достатньо часу для спільного спілкування до і після їхньої діяльності. Починаючи нове заняття, ви також захочете дати дітям час поділитися новими думками, які у них виникли під час вчорашнього заняття. Часто запитуйте їх, чи є речі, якими вони хотіли б поділитися. Однак ніколи не змушуйте їх відчувати, що вони повинні це робити.

Діти повільно засвоюють або обробляють ідеї. Одне заняття на день зазвичай є найбільш корисним. Якщо у вас є більше часу з дітьми, заплануйте забави, веселі враження (пісні, танці, ігри, історії чи читання, веселі навчальні заняття тощо). Повернення до звичних справ і рутини допомагає дітям досягти емоційної стабільності.

Вірші з Біблії

Вірші з Біблії містяться на аркуші із завданнями для дітей або в Посібнику для наставника. Нехай діти запам'ятають ці вірші та часто їх переглядають. Зробіть їх вивчення легшим і веселішим, поклавши вірші на пісню за допомогою простої мелодії. Ви також можете проводити конкурси і вікторини.

Дитячий робочий зошит

Заохочуйте дітей ділитися своїми завданнями щодня зі своїми батьками або вихователями. Ви можете відвідати цих вихователів у їхніх домівках або попросити їх відвідати вас там, де ви зустрічаєтеся з дітьми. Вони також можуть отримати користь від консультацій. Вирішіть, чи краще, щоб діти брали свої робочі зошити додому на ніч чи зберігали їх у класі.

Переконайтеся, щоб діти підписали робочі зошити.

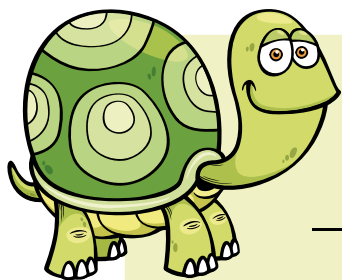
Вступ до завдань дитячого робочого зошита

Завдання у робочому зошиті для дітей покликані дати дітям можливість досліджувати й висловлювати свої почуття щодо подій, які вони пережили під час і після травматичної події. Вони зроблять це за допомогою сприятливих бесід, художньої роботи, письмової та ігрової діяльності. Після того, як діти визначили свої втрати та висловили свої почуття щодо них, наставник може допомогти дітям дійти до закриття питання їхнього горя.

Сторінки зошита для дітей відтворені на правих сторінках «Посібника для наставника» з номером сторінки, зазначеним унизу кожної сторінки. Примітки на сторінці «Посібник для наставника» допоможуть вам зрозуміти ключові поняття, про які можна говорити на сторінці для дітей. Дослідіть ці сторінки перед зустріччю з дітьми. У вас також можуть бути додаткові ідеї для обговорення.

Допоможіть дітям та сім'ям відчути зв'язок із однолітками та дорослими, які можуть надати підтримку та зменшити ізоляцію. Знайте про місцеві ресурси, які допоможуть дітям та сім'ям отримати додаткову допомогу, якщо вона потрібна.

Ця книжка належить:



**Цю книжку мені подарув той,
хто хоче, щоб я знав
що я дуже особливий(-а),
що Бог любить мене
і в Нього є чудовий
план для мене.**



МОЇ ДРУЗИ!

Мета

- Допомогти дітям знайти втіху в тому, що Ісус є їхнім Другом і Тим, Хто любить їх завжди.

Вступ

- З раннього віку діти починають спілкуватися з дітьми поза сім'єю. Дружба між дітьми відрізняється від дружби з батьками та родичами. Сімейні стосунки забезпечують близькість, глибокий та тісний зв'язок, але вони не замінюють інші стосунки. Дружба, починаючи з юного віку і продовжуючись у зрілому віці, є однією з найважливіших речей у житті та є необхідністю для здорового психологічного розвитку.
- Тому важливо, щоб діти, які, можливо, втратили дружбу через травматичний досвід, спочатку говорили про втіху та підтримку, яку вони отримували від своїх друзів. Спогади про цей досвід допоможуть дітям стати щасливими, дізнавшись, що Ісус хоче бути їхнім Другом, даючи їм таку ж утіху та підтримку. Цей урок також допомагає дітям пізнати одне одного на більш особистому рівні, що під час наступних занять полегшує ділитися на більш глибокому рівні.

Поговоримо разом

- Нехай діти розкажуть про своїх друзів. Що вони робили разом? Вони ходили в одну школу? В одну церкву? У які ігри вони любили гратись? Які почуття викликають у вас друзі?
- Усім нам потрібні друзі! У вас з'явиться кілька особливих нових друзів, які зараз разом допоможуть вам. Однак спочатку ми познайомимось з друзями, які сидять навколо нас. Попросіть дітей назвати свої імена та розповісти щось про себе, наприклад, про місто, з якого вони; про школу, в якій вони навчалися; або про їхні улюблені заняття з друзями.
- Потім нехай діти познайомляться з кількома особливими друзями (див. сторінки 7 і 9), які допоможуть їм під час опрацювання завдань у робочих зошитах. Представляючи цих «нових друзів», покажіть їх дружніми до дітей («хороший друг, зацікавлений вами» тощо), оскільки ви говорите про особливі шляхи, яким кожен може їм допомогти.

Завдання для дітей

- Попросіть дітей назвати своїх «нових друзів», а потім обведіть свого улюбленого. Ви можете попросити дітей розповісти, чому обраний друг є їхнім улюбленим.
- Попросіть дітей вивчити сьогоднішній вірш із Біблії (Приповістей 17:17) як нагадування, що Ісус хоче бути їхнім другом завжди, навіть коли трапляються погані речі.

Мої друзі!

**Знайомтесь із новими друзями!
Ми хочемо бути корисними для вас. Ви, якщо хочете, можете дати кожному з нас ім'я. Кожен із нас готовий слухати вас, і ми хочемо, щоб ви поділилися з нами вашим досвідом.**



Я хочу допомогти вам заповнити цей робочий зошит. Я розповім вам, як можна весело проводити час. Шукайте мене на кожній сторінці, щоб дізнатися, що вам потрібно зробити.

Бог дав мені здатність підбадьорювати інших. Уважно слухайте, що я маю вам розповісти. Я хочу вам допомогти.



**«Друг любить
за всякого часу».
Приповістей 17:17**

- Виберіть пісню, яку знають діти і яка розповідає про те, що Ісус є їхнім другом, наприклад, Ісус любить мене. Підкресліть, що, хоча вони, можливо, втратили і сумують за деякими зі своїх близьких друзів, Ісус любить їх і хоче бути їхнім другом.

Ісус любить мене

Ісус любить! Знаю я!
Каже Біблія моя.
Ми належимо Йому,
Силу дав нам Він Свою.

Ісус любить все одно!
Полюбив Він нас давно.
Він дітей на руки брав,
«Йдіть до Мене», – їм казав.

Ісус любить назавжди,
Буду з Ним щоденно йти.
Хоче Другом бути Він,
Кожному, хто Його син.

Ісус любить! Постраждав
І до Неба шлях нам дав.
Він гріхи мої омив,
Щоб у Небі з Ним я жив.

Ісус любить кожну мить.
Буду я для Нього жить.
Він так тяжко помирав,
Я Йому життя віддавав.

Приспів:

Так, Ісус любить!
Так, Ісус любить!
Так, Ісус любить!
Так каже Біблія.

William B. Bradbury, 1862
Public Domain

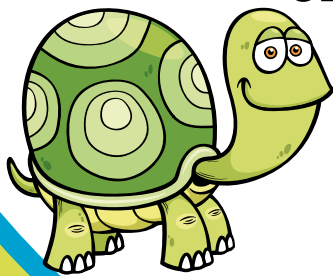
Час для молитви

- Нехай діти подякують Ісусові за те, що Він є для них Другом.



**Моє улюблене хобі –
запам'ятовувати вірші з Біблії.
У цьому робочому зошиті
я поділюся з вами деякими
з цих віршів. Сподіваюся,
вони вам сподобаються.**

**Я люблю малювати картинки,
щоб висловити те, що думаю.
Для мене було б дуже приємно
побачити і ваші малюнки.
Не соромтеся розповісти мені, яке
значення вони мають для вас.**



**Мені подобається записувати
свої думки на папері. Я би
дуже хотів прочитати
про ваші почуття та
переживання, якщо
ви запишете їх у
цей зошит.**

Це я!

Мета

- Допомогти дітям засвоїти, що незалежно від того, що трапалося з їхньою сім'єю чи суспільством через травматичні події, які вони пережили, вони все одно є особливими для Бога, їхнього небесного Батька.

Завдання

- Перед початком заняття підготуйте для дітей банер або гарний плакат зі словами з Книги пророка Ісаї 43:1, як показано на сторінці 5 зошита для дітей.

Поговоримо разом

- Покажіть банер дітям і попросіть їх прочитати його разом.
- Поговоріть із дітьми про те, які вони особливі, показуючи, що Бог знає кожне з їхніх імен і каже кожній дитині: «Ти – мій».
- Нагадайте дітям, що Бог створив кожного з нас.
- Поділіться разом думками про те, що означає бути створеним за образом Бога (Його подобою): вони можуть думати, висловлювати свої почуття, бути творчими, любити та багато іншого.

Завдання для дітей

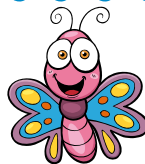
- Попросіть дітей намалювати себе на сторінці робочого зошита.
- Допоможіть їм нанести відбитки пальців навколо малюнка.
- Покажіть їх унікальність, попросивши їх подивитися на відбитки пальців одне одного. Відбитки пальців у всіх різні!

Час для молитви

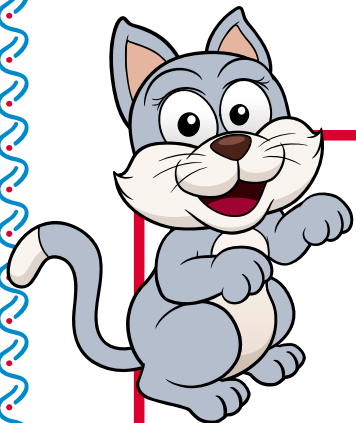
- Подякуйте Богові за те, що кожна дитина особлива для Нього.
- Персоналізуйте молитву, називаючи імена дітей. Наприклад, «Дякую тобі, Боже, що Марк, Ліна та Матвій такі особливі для тебе». Обов'язково назвіть усі їхні імена!

**Ти унікальний, існуєш тільки один «ти»!
Це робить тебе дуже особливим!**

Я маю НАДІЮ



Намалюй себе.



Це я!



Залиш відбитки пальців навколо
зображення за допомогою чорнила,
фарби або фломастера.

Усе про мене

Мета

- Дати дітям можливість глибше досліджувати свою ідентичність (хто вони є) і виявити, що їхня ідентичність не змінилася через травматичний досвід.

Вступ

- Однією з найважливіших потреб, які всі ми маємо, є відчуття ідентичності. Ким ми є, – це має дуже велике значення для всіх нас, зокрема і дітей. Поговоріть із ними про те, хто вони: дівчина, хлопець, брат, друг, той, хто любить Ісуса тощо.

Завдання для дітей

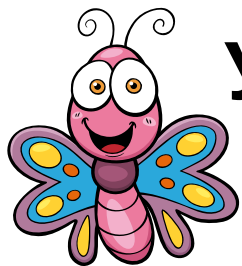
- Попросіть дітей заповнити свою сторінку «Усе про мене».
- Попросіть дітей розповісти про те, що не змінилося в них після подій, які викликали у них сум.
 - Їхнє ім'я.
 - Їхній день народження.
 - Колір їхнього волосся.
 - Їхні симпатії та антипатії.

Поговоримо разом

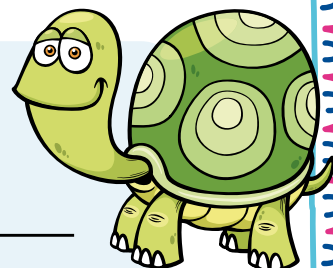
- Поговоріть про вірш зі Святого Письма (Ісаї 43:1), нагадуючи їм, що існує ще одна річ для них, яка не змінилася: це те, що Бог усе ще каже: «Ти мій».
- Допоможіть дітям скласти пісню з простою або знайомою мелодією, використовуючи слова з вірша напам'ять.
- Можливо, вони пережили нові почуття, але те, ким вони є, як особистість, не змінилося.

Час для молитви

- Нехай діти подякують Богові за те, що вони є тими ж самими особистостями, і за те, що Його любов до них незмінна.



Усе про мене



Мій вік: _____

Мій день народження: _____

Мій улюблений колір: _____

Моя улюблена їжа: _____

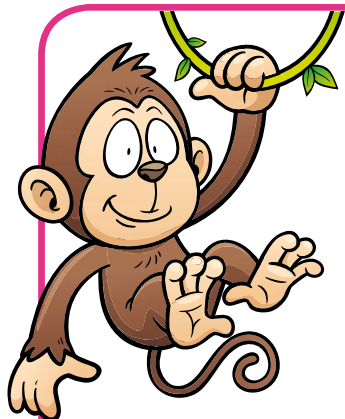
Моя улюблена книжка: _____

Мій найкращий друг: _____

Мій улюблений вид спорту: _____

Моя улюблена тварина: _____

Моя улюблена пісня: _____



Бог каже:

**“...Не бійся,
бо Я тебе викупив;
Я покликав ім’я твоє;
Мій ти”.**

Книга пророка Ісаї 43:1

Бог мені допоможе!

Мета

- Дати дітям відчуття безпеки в тому, що Бог не тільки допоможе їхній сім'ї та суспільству, але й допоможе їм особисто.

Вступ

- Для здорового розвитку дитинства дітям потрібне безпечне середовище для вивчення свого світу.
- Незважаючи на руйнування та плутанину, спричинені травмами, діти можуть знаходити втіху у розумінні того, що Бог любить їх і тих, хто піклується про них — їхні сім'ю та суспільство.
- Він допоможе їм усім подолати проблеми, які викликала травматична подія.

Поговоримо разом

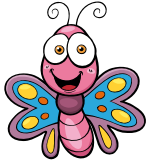
- Нехай діти розкажуть про те, як Бог допоміг їм пережити сумну подію, яка з ними сталася.
- Запитайте дітей, чи знають вони про Божу допомогу в їхній громаді чи місті, і попросіть їх розповісти, як саме Він допоміг.
 - Знову відкрилася школа.
 - Відремонтовано церкву.
- Які речі ще потрібно виправити у вашому суспільстві?
 - Запас безпечної води для пиття.
 - Увімкнення електрики.
 - Забезпечення харчуванням.

Завдання для дітей

- Нехай діти намалюють, як Бог піклується про них.
- Нехай діти почергово показують одне одному свої малюнки.
 - Попросіть інших дітей відгадати, що зображено на малюнку.
 - Запропонуйте дитині розповісти, чому вона намалювала саме цей малюнок.
 - Зображення змії на доріжці може бути нагадуванням про те, що Бог допоміг дитині не наступати на неї і не бути укушеною.

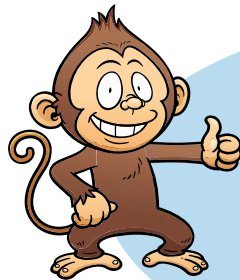
Час для молитви

- Помоліться разом, подякуйте Богові за те, що так само, як Він у минулому допомагав їм, коли вони боялися, Він продовжить допомагати їм і зараз.



Бог мені допоможе!

- ◇ Бог створив мене —
Бог мене любить.
- ◇ Бог любить мою сім'ю —
Він любить мій народ.
- ◇ Бог допоможе всім нам подолати
будь-які проблеми.

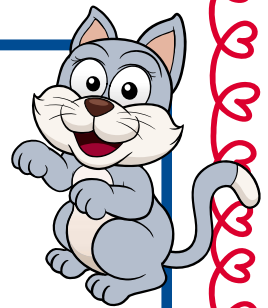


...Господь мені
помічник;
і я не злякаюсь....

Послання до євреїв 13:6



Намалюйте малюнок, щоб показати,
як Бог подбав про вас.



ДО / ПІСЛЯ події, що трапилась

Мета

- Щоб діти почали досліджувати свої почуття до та після сумної події, яка їх турбує.

Вступ

- Усі травматичні переживання зрештою призводять до пошкоджених емоцій, що виникають через те, як діти ставляться до того, що з ними відбулося під час травматичної події. Ці почуття містять:
 - Почуття жалю або провини
 - Страх
 - Відчуття себе нелюбимим, небажаним, покинутим
 - Злість
 - Сум, самотність

Поговоримо разом

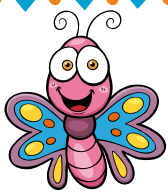
- Використовуючи різні обличчя на дитячій сторінці, попросіть дітей поділитися своїми думками та почуттями щодо того, що сталося.
- Попросіть кількох охочих дітей показати (фізично), якими на вигляд були їхні обличчя під час сумних переживань і як вони хочуть, щоб їхні обличчя були зараз.
- Попросіть інших дітей відгадати, яку емоцію виражає кожне обличчя.

Завдання для дітей

- Нехай діти розфарбують обличчя, що показують їхні почуття, які вони відчували до того, як сталася подія, і що вони відчують зараз після цієї події.
- Запевніть дітей, що це нормально: боятися, гніватися або сумувати, коли з ними трапиться щось страшне.
- Наголошуйте, що Бог завжди з ними, і Він може допомогти, коли вони сумують або бояться.

Час для молитви

- Помоліться разом із дітьми, звертаючись до Бога, щоб він допоміг їм відчувати себе щасливими.



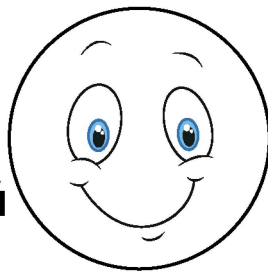
ДО / ПІСЛЯ

події, що трапилась

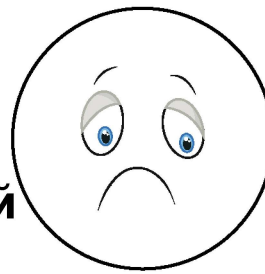
Розфарбуй обличчя, показуючи,
що ти відчував **до** події.



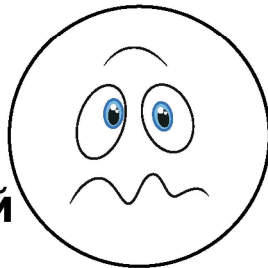
Щасливий



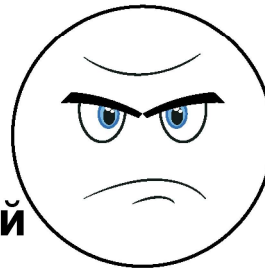
Сумний



Боязливий

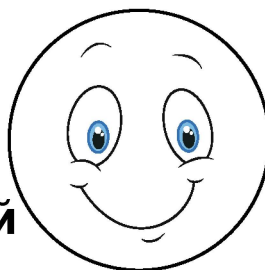


Сердитий

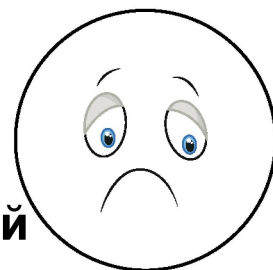


Розфарбуй обличчя, показуючи,
що ти відчував **після** події.

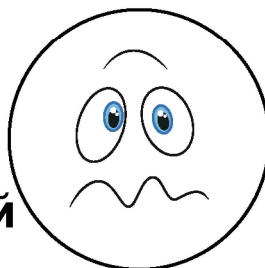
Щасливий



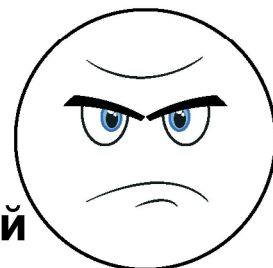
Сумний



Боязливий



Сердитий



Бог розуміє мої почуття

Мета

- Щоб діти дізналися, що Бог розуміє наші почуття і може допомогти нам відчувати добрі почуття.

Вступ

- Будьте чутливими до культурних відмінностей серед дітей, які пережили травматичні події або втрати.
- Для деяких дітей вираження емоцій може бути неприйнятним або некомфортним.

Завдання для дітей

- Дайте дітям час намалювати свої малюнки.
- Нехай ті, хто бажає, покажуть свої малюнки іншим.
- Заохочуйте дітей розповісти про свої почуття до і після сумних переживань.
 - Слухайте їхні історії, не засуджуючи.
 - Дозвольте дітям плакати, сумувати чи гніватися.
 - Не примушуйте обговорювати травматичну подію, але нехай діти зрозуміють, що, коли відбувається щось погане, для кожного нормально почуватися засмученим, злим або боятися.

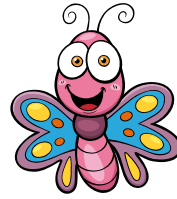
Поговоримо разом

- Коли всі поділилися своїми почуттями, зазначте, що люди відчувають різні почуття, коли трапляються погані речі.
 - Іноді вони щасливі, сумні, злі, налякані або тривожні.
 - Те, що вони відчували під час сумних переживань, це нормально, але тепер Бог хоче допомогти змінити їхні сумні чи гнівні почуття на добрі.

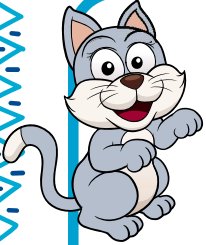
Час для молитви

- Помоліться разом, дякуючи Богові, що Він розуміє почуття дітей і може допомогти їм знову відчувати добрі почуття.

Бог розуміє мої почуття



Намалюй малюнок, на якому буде зображено
той час, коли ти відчував **ЗЛІСТЬ**
через те, що сталося.



Намалюй малюнок, на якому буде зображено
той час, коли ти відчував **СТРАХ**
через те, що сталося.



Що б ти не відчував – це нормально!

Речі, які я втратив

Мета

- Допомогти дітям виявити і віддати Богові втрати, яких вони зазнали в результаті події.

Вступ

- Поговоріть із дітьми про втрати.
 - Поясніть, що коли з нами трапляються сумні чи погані речі, ми щось втрачаємо.
 - Втрати змушують нас відчувати сум, страх чи гнів.

Завдання для дітей

- Попросіть дітей намалювати малюнки або вписати в кола назви деяких своїх втрат.
- Нехай вони розкажуть про ці втрати.
- Запитайте їх, що вони відчують, думаючи про речі, які вони втратили.
- Нагадайте їм, що Ісус турбується про те, як вони почуваються.

Поговоримо разом

- Поговоріть про Божу любов і про те, як Господь відновлює їхні втрати.
 - Чи буде у них новий дім? Новий опікун? Хтось давав їм їжу, чисту воду чи одяг?
 - Незважаючи на те, що з нами траплялися погані речі, Бог усе ще показує нам, що Він любить нас.

Час для молитви

- Помоліться разом із дітьми, просячи Бога втішити їх у їхніх втратах і продовжити піклуватися про них.
 - Запитайте, чи хоче якась дитина подякувати Богові за Його любов і турботу про неї.

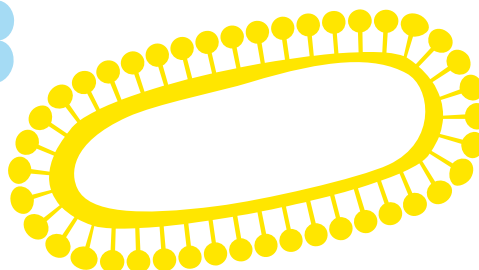
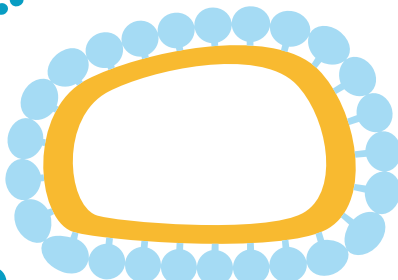
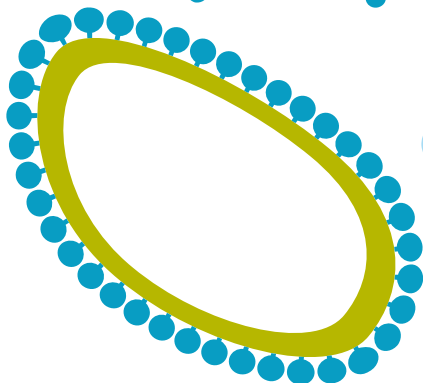
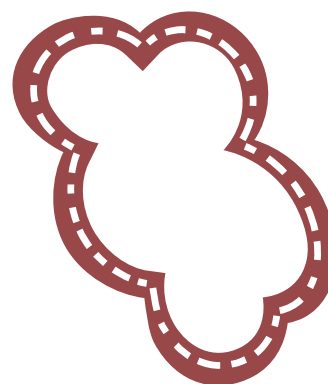
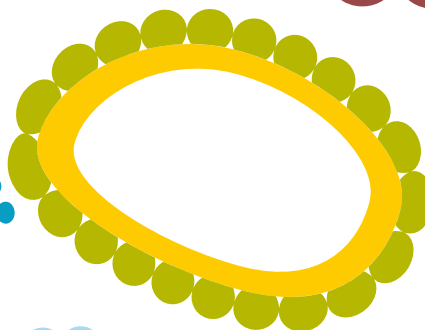
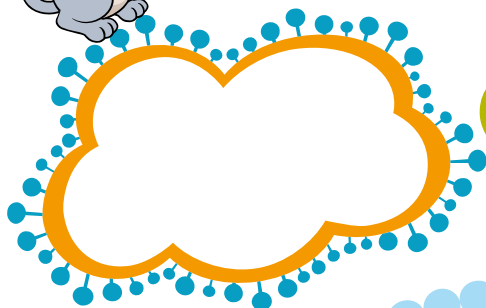
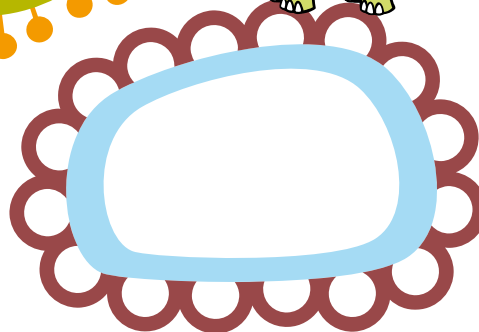
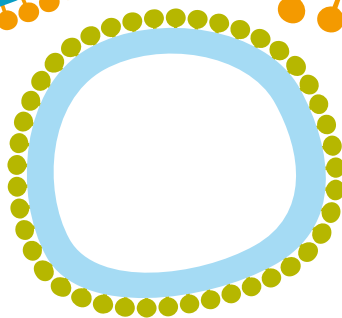
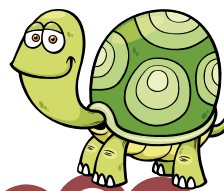
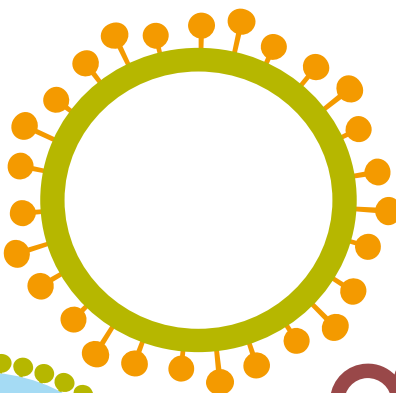
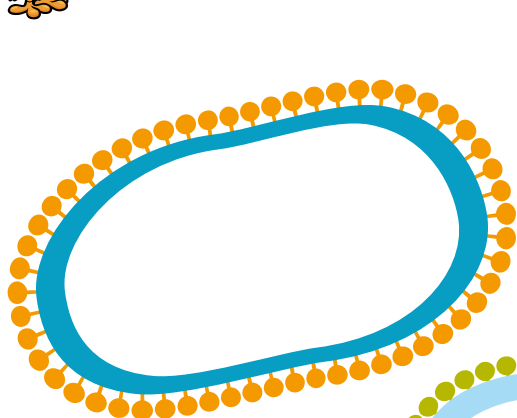
Речі, які я втратив



Може, ти втратив друга,
улюблену іграшку або шкільний підручник.



У кожному колі намалюй малюнок або напиши
назву того, що ти втратив через те, що сталося.



Мої друзі чи родина Хто постраждав/помер

Мета

- Допомогти дітям говорити про смерть і розуміти смерть як суттєву втрату в їхньому житті.

Вступ

- Розмова з дітьми про смерть має відповідати рівню їхнього розвитку, поважати їх культурні норми та бути чутливою до здатності дитини зрозуміти ситуацію.
- Діти мають знати реакцію значущих дорослих: як вони сприймають інформацію про смерть і трагедію та реагують на неї.
- Для дітей молодшого віку реакції дорослих відіграватимуть особливо важливу роль у формуванні їхнього сприйняття ситуації.
- Дозвольте дітям зорієнтувати вас, наставника, щодо їхньої потреби в інформації або роз'ясненні наданої інформації.
- Втрата і смерть є частиною циклу життя, який діти повинні розуміти.

Поговоримо разом

- Заохочуйте дітей ставити запитання про втрату та смерть.
 - Не хвилюйтеся, що ви можете не знати всіх відповідей.
 - Поставтеся до кожного питання з повагою та готовністю допомогти дитині знайти власні відповіді.
 - Пам'ятайте, не можна вважати, що кожна дитина певної вікової групи розуміє смерть однаково або з однаковими почуттями.
 - Усі діти різні, і їхній погляд на світ унікальний і сформований різним досвідом.

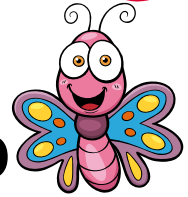
Завдання для дітей

- Нехай діти напишуть на повітряних кульках імена своїх друзів або членів сім'ї, які, можливо, постраждали або загинули в результаті події.
- Нехай діти розкажуть, чому ці люди були такими особливими в їхньому житті.
- Що цікавого вони робили зі своїм другом чи членом сім'ї?
 - ПРИМІТКА. Якщо можливо, ви також можете використовувати повітряні кульки з гелієм для цього завдання.
 - Діти можуть намалювати або написати на листочках втрати, які вони пережили.
 - Ці листочки можна було б вставити в повітряні кульки, перш ніж їх надуть.
 - Діти можуть випустити повітряні кульки в небо після того, як повітряні кульки будуть надуті. Якщо гелій недоступний, повітряні кульки можна випустити з даху.

Час для молитви

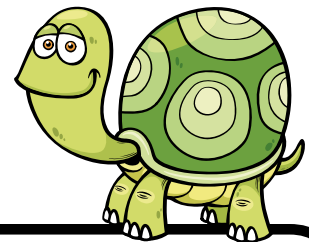
- Попросіть Бога втіхи для дітей, що сумують через втрати, які вони пережили.

Мої друзі чи родина Хто постраждав/помер



Напиши на повітряних кульках імена друзів
або сім'ї, які постраждали або померли.

Про них можна щось
написати або
намалювати
малюнок.



A large white rectangular box with a black border, intended for writing or drawing.

Бог піклується про мене

Мета

- Пояснити дітям, що хоча вони пережили багато смутку через свої втрати, Божа любов і турбота про них можуть знову зробити їх щасливими.

Поговоримо разом

- Нехай діти розкажуть про всі щасливі моменти, які вони пережили протягом останнього тижня, наголосивши на тому, як Бог подбав про них.
- Нехай вони розкажуть про людей у їхньому житті, через яких Бог піклувався про них.
 - Чи зробив їхній друг щось таке, щоб показати, що про них піклуються?
 - Хтось готував їм їжу, читав їм книжку чи ходив із ними на прогулянку?

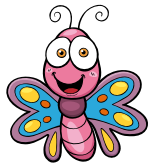
Завдання для дітей

- Нагадайте дітям, що Бог має багато способів, як піклуватися про них.
- Нехай вони намалюють на своїй сторінці один зі способів, як Бог піклується про них.
- Нехай вони почергово показують одне одному свої малюнки та розповідають історію за малюнком.
- Допоможіть дітям вивчити напам'ять вірш, розміщений нижче, а потім скласти просту пісню про те, як Бог любить їх і піклується про них.

«Покладіть на Нього всю вашу журбу, бо Він опікується вами».
1 Послання Петра 5:7

Час для молитви

- Подякуйте Богові за те, як Він піклується про кожну дитину.
- Нехай кожна дитина піднесе догори свій малюнок, коли вона дякує Богові за те, що Він піклується про них.

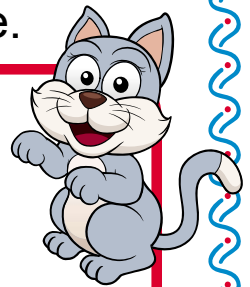


Бог піклується про мене

Незважаючи на те, що втрати можуть
викликати сум, усвідомлення того,
що Бог піклується про мене, дає мені
відчуття радості!



Намалюй приклад, як Бог піклується про тебе.



Дякую Тобі, Боже!

Мета

- Подяка Богові за Його турботу – це нагадування дітям про те, як Бог піклується про них.

Вступ

- Бог довірив піклування про дітей їхнім сім'ям. Коли діти народжуються, вони повністю залежать від турботи, яку надають їхні родини. У важкі часи сім'ї часто розділяються, залишаючи дітей без піклування. Проте під час травми діти мають особливу потребу в забезпеченні безпеки, захисту та піклування. Діти дуже бояться, коли у них немає людини, з якою вони відчують себе в безпеці, і яка піклується про них. Для них важливо знати, що Бог завжди піклується про них.

Поговоримо разом

- Поговоріть про те, як діти потребуватимуть Божої опіки наступного тижня. Це допоможе вам дізнатися, які їхні найближчі потреби. Чи турбуються вони про їжу? Безпеку? Школу? Хворобу?

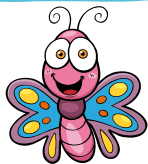
Завдання для дітей

- Допоможіть дітям написати молитву з подякою Богові за Його турботу.
- Після того, як вони напишуть свої молитви, нехай вони прочитають молитви групі вголос.
- Ви можете попросити дітей обмінятися молитвами та прочитати молитву когось іншого.
- Після прочитання кожної молитви запитуйте: «Хто ще так само відчув Божу допомогу?»
- Допоможіть їм вибрати пісню хвали (подяки) для поклоніння Богові за чудові шляхи, якими Він допоміг їм.
- Нагадайте їм, що коли вони сумують, вони можуть звертати увагу на те, як Бог піклується про них.

Час для молитви

- Нехай діти подякують Богові за Його піклування.

**Розуміння того, що Бог любить дітей
та піклується про них, допомагає
їм відчувати себе більш щасливими.**

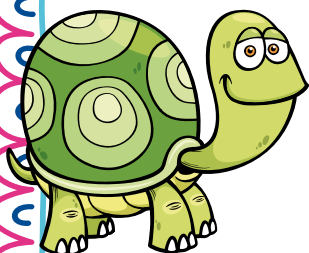


Дякую Тобі, Боже!

Напиши молитву з подякою Богові
за Його турботу.



Дорогий Господь,



Корисні речі, які я можу зробити

Мета

- Допомогти дітям подумати про практичні речі, які вони можуть робити, щоб попіклуватися про себе.

Вступ

- Діти можуть відчувати себе безпорадними в травматичних ситуаціях.
- Наступні два завдання допоможуть їм відчуті здатність змінити своє почуття смутку, роблячи корисні речі.

Поговоримо разом

- Використовуючи ідеї на дитячій сторінці, попросіть дітей розповісти про корисні речі, які вони можуть зробити, щоб допомогти собі почуватися краще, коли їм сумно.
- Поясніть, що «великий плач» іноді допомагає нам почуватися краще, тому що ми вилили свій смуток і тепер готові вибрати інші речі.
- Нехай вони подумають про додаткові справи, які можуть зробити.
 - Доглядати за твариною.
 - Написати листа другу чи родичу.
 - Почитати книжку.
- Допоможіть дітям зрозуміти, що вони не безпорадні; є корисні альтернативні варіанти, які вони можуть зробити.

Завдання для дітей

- Нехай діти обведуть два варіанти, які, на їхню думку, допоможуть їм найбільше.
- Потім попросіть їх написати власні думки про корисні речі.
- Скажіть їм, що деякі речі, які вони обвели на цій сторінці робочого зошита, треба намалювати на наступній сторінці.

Час для молитви

- Попросіть дітей помолитися, дякуючи Богові за те, що вони можуть обрати корисні речі, які можна робити, коли їм сумно.
- Наставник повинен молитися, просячи Бога допомогти їм згадати про корисні речі, які вони можуть зробити, коли їм сумно, страшно або самотньо.

Корисні речі, які я можу зробити



Коли мені сумно, я можу зробити кілька корисних речей, щоб мені стало краще.

Зі списку нижче вибери дві речі, які тобі найбільше подобаються.



Намалювати
картину

Прогулятися

Пограти з другом

Просити про
допомогу

Співати пісню

Поговорити з
дорослим,
якому довіряєш

Покричати

Молитися



Напиши, що ти думаєш про корисні речі,
які ти можеш зробити:



Речі, які мені допомагають почуватися краще

Мета

- Підтвердити той факт, що діти не безпорадні; вони можуть щось робити, щоб змінити почуття смутку.

Вступ

- Діти часто відчувають безпорадність під час травматичної події. Їхній досвід і почуття говорять їм, що вони опинилися в ситуації, яку не можуть контролювати і яку вони не розуміють. Діти постійно бояться чогось, чого не можуть зрозуміти чи контролювати. Є додаткові страх і занепокоєння, які виникають, коли сім'я і дім більше не функціонують як безпечні опорні структури, якими вони були в минулому. Для дітей також страшно відчувати, що батьки більше не контролюють усі життєві процеси. Цей урок спонукає дітей знати, що вони не безпорадні; вони можуть щось робити, щоб змінити почуття смутку, і сподіватися, що все покращиться.

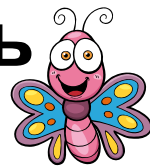
Завдання для дітей

- Попросіть дітей намалювати речі, які вони обвели на попередній сторінці, показуючи, що найбільше допоможе їм почуватися краще.
- Після того, як діти намалювали свої малюнки, нехай вони по чергові показують свої малюнки та розповідають, як виконання дій, зображених на малюнку, допоможе їм почуватися краще.
- Уважно слухайте їхні історії, щоб давати корисні коментарі.

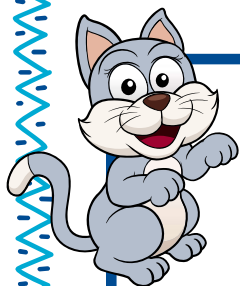
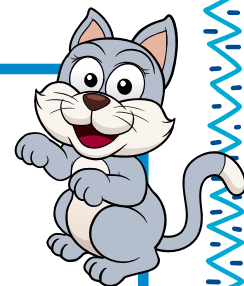
Час для молитви

- Нехай діти попросять Бога допомогти їм пам'ятати про те, що вони можуть щось зробити, що допомагає не сумувати.

Речі, які мені допомагають почуватися краще



Намалюй два малюнки, дві речі,
які допомагають тобі почуватися краще.



Розкажи свою історію

Мета

- Будувати добрі стосунки з дітьми, слухаючи їхні розповіді.

Вступ

- Дітям потрібен хтось, хто справді слухатиме їх, коли вони діляться своїми історіями.
- Ми допомагаємо дітям зцілюватися, приділяючи час тому, щоб вислухати їх, та заохочуючи їх висловити свої враження й переживання щодо травми, яку вони пережили.
- Коли діти знають, що хтось їх серйозно слухає, вони стають більш довірливими і приймають себе.
- Ділячись своїми історіями, діти дізнаються про себе, і це допомагає їм побачити свою внутрішню силу.

Поговоримо разом

- Попросіть дітей розповісти про те, кому вони найбільше хотіли б розказати свої сумні історії.
- Запитайте, чому вони вибрали саме цю людину.
 - Нехай вони зрозуміють, що це нормально, якщо вони хочуть зберегти це в таємниці.
- Ви також можете поговорити про те, де вони хотіли б поговорити з цією людиною.
 - Біля річки, в їхній кімнаті, під час прогулянки.

Завдання для дітей

- Попросіть їх вибрати особливе для них та найбільш улюблене місце.
- Попросіть дітей намалювати це місце та розповісти свою історію людині, яку вони вибрали.

Час для молитви

- Нехай діти дякують Богові за те, що Він завжди з ними і любить слухати, коли вони розповідають про речі, які їх турбують.

Розкажи свою історію



Подумай, кому б найбільше ти хотів розповісти історію того, що з тобою сталося.

Намалюй цю людину, яка слухає твою історію і сидить із тобою у твоєму улюбленому місці.



Ісус допомагає мені!

Мета

- Утішити дітей упевненістю в тому, що Ісус завжди поруч із ними і ніколи не покине їх.

Вступ

- Прочитайте разом вірш зі Святого Письма на дитячій сторінці.
 - Яку чудову обіцянку дав нам Ісус!
- Поговоріть про те, чому ця обіцянка така особлива.
 - Він завжди поруч, коли мені потрібна допомога; Я можу поговорити з Ним у будь-який час тощо.

Поговоримо разом

- Нехай діти розкажуть про час, коли вони знали, що Ісус був із ними, або про час, коли вони попросили Ісуса бути поруч.
- Будьте готові поділитися з ними подібним досвідом.

Завдання для дітей

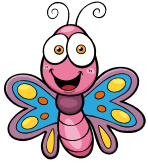
- Допомагайте дітям, коли вони пишуть свої пісні чи вірші.
- Заохочуйте дітей до творчості, створюючи рамку навколо сторінки, на якій вони будуть писати.
- Попросіть дітей поділитися своїми віршами чи піснями з групою.
- Виберіть один або два твори дітей, щоб написати просту мелодію, щоб діти могли співати пісні, коли відчувають самотність або страх.

Час для молитви

- Нехай діти подякують Ісусові за те, що Він завжди поруч, щоб допомагати їм.
- Нехай діти моляться конкретно: «Дякую Тобі, Ісусе, що допомагаєш мені у моїй шкільній роботі» або «Дякую Тобі, Ісусе, що Ти допомагаєш мені не боятися».

Завдання

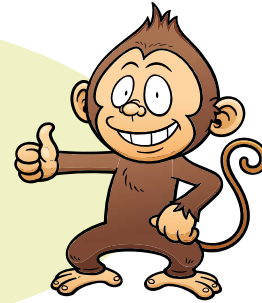
- Після закінчення сесії, якщо можливо, зробіть невеликий робочий зошит із усіма їхніми записами. Зробіть копії і роздайте кожній дитині.



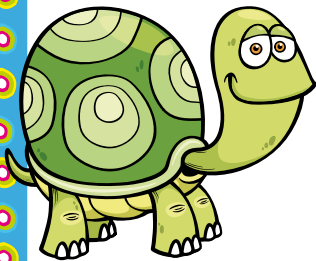
Ісус допомагає мені!

**Ісус каже:
«Я тебе не покину;
ані не відступлюся
від тебе!»**

Послання до євреїв 13:5



Напиши пісню або вірш, що розповідає,
як Ісус може допомогти тобі
не почуватися самотнім і не боятися.



Намалюй гарну рамку навколо запису.



Ісус має особливий план для мого життя!

Мета

- Дати дітям надію в тому, що Ісус любить їх так сильно, що має для них добрі плани.

Вступ

- Почніть із того, щоб діти показали, ким вони хотіли б бути, коли виростуть.
 - Пожежник — удає, що має шланг і гасить пожежу.
 - Медсестра доглядає за хворою дитиною.
 - Пілот літака літає по кімнаті.
- Коли дитина демонструє свій вибір, інші діти можуть відгадати, кого і що вона зображує.

Завдання для дітей

- Нехай діти намалюють малюнки, які показують, чим вони хотіли б займатися зараз, а що хотіли б робити, коли виростуть.

Поговоримо разом

- Поговоріть про малюнки дітей і нагадайте їм, що Ісус допоможе їм здійснити Його плани щодо їхнього життя.
- Прочитайте разом вірш із Книги пророка Єремії 29:11. Укажіть, як цей вірш показує, що Ісус дуже любить дітей. Він має добрі плани для кожної дитини — плани, які дадуть їм надію та зроблять їх щасливими.

Час для молитви

- Нехай діти подякують Ісусові за те, що Він показав Свою любов до них, маючи добрі плани для їхнього життя — плани, які дають їм надію.

**«Бо Я знаю ті думки, які думаю про вас,
говорить Господь, думки спокою, а не на зло,
щоб дати вам будучність та надію».
Книга пророка Єремії 29:11**

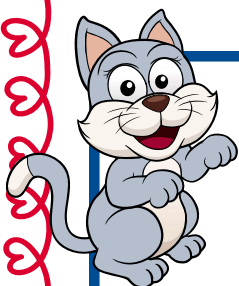
Ісус має особливий план для мого життя!



Намалюй малюнок того,
що б ти хотів зробити зараз.



Намалюй малюнок того, що тобі хотілося б
зробити, коли ти станеш дорослим.



Чудова Божа обіцянка для мене!

Мета

- Запевнити дітей, що Божі плани є добрими; вони можуть довіряти Божому задуму для їхнього життя.

Завдання

- Заплануйте, як ви зможете по-особливому відсвяткувати завершення дітьми робочого зошита.
 - Вони можуть насолоджуватися співом пісень.
 - Вони можуть розважитися, граючи в ігри.
 - Вони можуть смакувати прохолодні напої і пригостання.

Завдання для дітей

- Нехай діти разом прочитають і продеklamують вірш із Книги пророка Єремії 29:11.
- Заохочуйте дітей тримати свій робочий зошит у такому місці, де вони можуть часто переглядати його і нагадувати собі про особливий план Бога для їхнього життя.

Завершуючи заняття

- Завершіть роботу над цим зошитом, розповідаючи про те, як травматичний досвід дітей зробив їх сильними.
 - Вони знають, що Бог завжди з ними.
 - Вони отримали відповіді на свої молитви.
 - Вони знають, що можуть довіряти Богові, що Він подбає про них.

Час для молитви

- Нехай діти подякують Богові за те, що Він любить їх і має добрі плани для їхнього життя.

Чудова Божа обіцянка для мене!

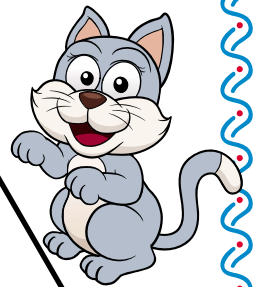


Вивчіть напам'ять вірш зі Святого Письма,
надрукований нижче.
Розфарбуйте і зробіть навколо нього гарну рамку.



**"Бо Я знаю ті
думки, які
думаю про вас"
говорить Господь,
"думки спокою, а не на зло,
щоб дати вам будучність
та надію".**

Книга пророка
Єремії 29:11



**Складнощі, які ти пережив, зробили
тебе сильнішими. Ти особливим
чином відчув Божу любов до себе.**

У тебе є Надія!



