

أوسكار



الشجعان

أهلاً!

يتناول هذا الكتاب طفلاً صغيراً اسمه أوسكار وما حدث في أسرته.

قابل أوسكار بعض المسؤولين الجدد وذهب إلى بعض الأماكن الجديدة. تعرف أوسكار على المشاعر وطلب المساعدة وبعض الأمور التي يقوم بها ليشعر بالارتياح.

تحدث مثل هذه الأمور للعديد من الأطفال والعائلات. ويرغب أوسكار في أن تعرف أنك لست وحيداً!

يتناول الكتاب قصة تشبه قصتك. يمكنك الرسم فيه والتلوين والكتابة كما يمكنك الاحتفاظ به.



الجزء الأول

هذا هو
أوسكار.

كان أوسكار طفلاً صغيراً لديه شعر مجعد.



كان يحب الأحصنة والتلوين وتأليف
الأغاني الطريفة.

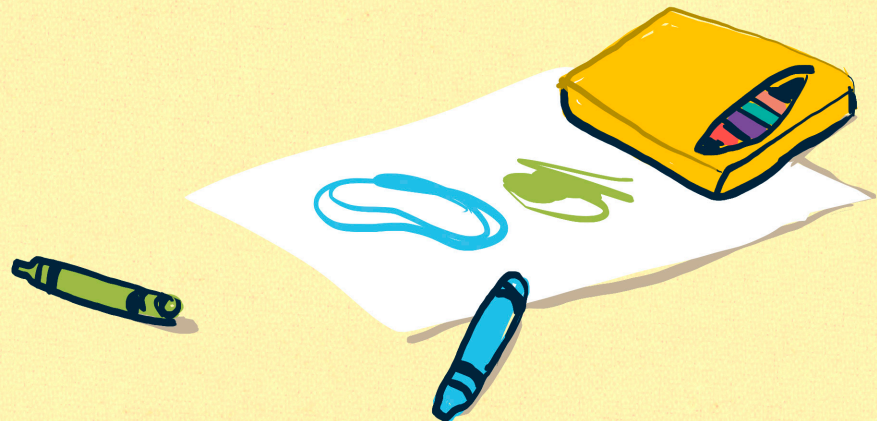


ذات يوم صيفي، كان على والد أوسكار الذهاب مع الشرطة.

كانت والدة أوسكار تبكي. ولم يعرف أوسكار ما يجب عليه فعله.

لقد كان مرتبًا. وقلبه كان يخفق بشدة.

100





وبعد ذلك، التقى أوسكار ببعض الأشخاص المسؤولين.



طرح عليه بعضهم الأسئلة.



سأله أحد الأشخاص المسؤولين قائلاً:
"هل يمكنك أن تخبرني بما حدث؟"



وهذا ما فعله أوسكار.

الأسئلة التي طُرحت على أوسكار جعلته يشعر بالتعب. لم
يعد يرغب في التحدث أكثر من ذلك.

الأنشطة

أعطي أحد المسؤولين أوسكار كتاب تلوين.
يحب أوسكار التلوين والرسم. حيث يجعله
يشعر بالهدوء.

رسم أوسكار صورة بمكانه المفضل، أرجوحة
في الملعب الخاص به.



ما المكان الذي تشعر فيه بالأمان والسعادة؟
يمكنك رسمه هنا، إذا أردت.

ذات يوم ذهب أوسكار لمقابلة إحدى المسؤولات
الجديدات. كان اسمها ليندا.

سبق وتحدثت إلى الكثير من الأطفال والأسر،
مثل أوسكار.



تحدثت ليندا مع أوسكار عن مشاعره. وسمحت له بالتلوين
واللعب بألعابها.



"قد تُكَنِّ الكثير من المشاعر حول ما يحدث. لذا، دعنا
نتحدث عنها بشكل أوضح."

الأنشطة

عرضت ليندا على أوسكار كتابًا به
صور كهذه. استخدم الصور للتعبير
عن مشاعره المختلفة.



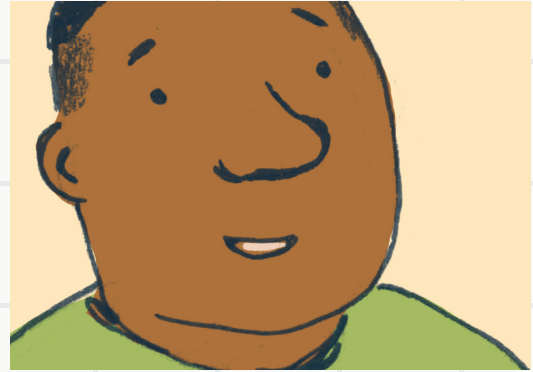
مقزز



حزين



غاضب



سعيد





برأيك، كيف يبدو شعور أوسكار؟ هل يمكنك أن تشير إلى
الوجوه التي تُظهر ما شعر به؟

بم تشعر أنت؟ أشر إلى الوجوه التي تُظهر ما تشعر به.



قلق



هادئ



متفاجئ



خائف

قالت ليندا ذات يوم: "بعض المسؤولين يعتقدون أن والدك ارتكب شيئاً خاطئاً".



وقالت: "سيحاول المسؤولون الآخرون فهم ما يجري ما والدك وما
يجب أن يحدث فيما بعد". "يمكن أن يستغرق ذلك وقتًا طويلاً".



كان أوسكار متحيرًا.

أخبرته ليندا: "لا بأس أن تطرح أسئلة".

فسألها: "هل سيعود والدي إلى المنزل؟"





ردت قائلة: "لا نعرف حتى الآن، قد يبقى في مكان آخر لفترة من الوقت. أو ربما يتمكن من العودة إلى المنزل".

وسألت أوسكار: "كيف يؤثر ذلك على شعورك؟"

رد أوسكار: "يجعل بطني تؤلمني"

قالت ليندا: "تؤلمني بطني احياناً عندما أشعر بالخوف أو القلق".

"عندما يحدث ذلك، يوجد شيء أفعله يساعدي على الشعور
بالتحسن. هل تريد تجربته؟"



الأنشطة

هل شعرت يوماً بالخوف أو القلق؟
يمكنك تجربة الخطوات التي عرضتها ليندا على أوسكار.

1.



ضع يديك على بطنك.

3.



خذ شهيقاً عميقاً، ثم عد
1 - 2 - 3. تحسس بطنك
وهي ترتفع عند الشهيق.

4.



خذ شهيقاً عميقاً
للمرة الثانية، مع العد
1 - 2 - 3. ثم أخرج هواء
الزفير مع العد 1 - 2 - 3.

5.



خذ شهيقاً عميقاً للمرة الثالثة، مع
العد 1 - 2 - 3. ثم أخرج هواء
الزفير مع العد 1 - 2 - 3.

هذا ساعد أوسكار على الشعور بالتحسن.
كيف يبدو شعورك بعد هذه التجربة؟

يشعر أوسكار أحيانًا بالحزن
والقلق.

فهو يفكر في والده كثيرًا.

وأحيانًا يشعر أنه يفقده.

وفي أحيان أخرى يشعر
أنه غاضب منه.



لدى أوسكار مشاعر قوية، ولكنه يستخدم الأمور التي
وضحتها له ليندا كي يشعر بالتحسن.

وفي بعض الأحيان كان يفعل أشياء خاصة بالأطفال الصغار
كان يحب فعلها دائماً.



كان يلعب على الأرجوحة في الحديقة
مع والدته.



كان يرسم الأحصنة.
كان يقوم بتأليف الأغاني
مع أصدقائه.

الجزء الثاني يذهب أوسكار إلى المحكمة.

ملاحظة للقارئ:

إذا كنت تريد تخطي الجزء الذي يظهر فيه أوسكار بينما يدلي بشهادته في المحكمة، فانتقل إلى الجزء الثالث في الصفحة رقم 47.



في المرة التالية التي رأته فيها ليندا
أوسكار أخبرته: "يريدك المسؤولون أن
تذهب إلى المحكمة".

"ماذا تعني محكمة؟"



قالت ليندا: "إنه المكان الذي
يحاول فيه المسؤولون الآخرون
فهم ما حدث مع والدك وما
ينبغي أن يحدث بعد ذلك."



"هل أنا في ورطة؟"

قالت: "لا. أنت لست في ورطة."
"يريدون منك أن تطلعهم على ما حدث."

سألها أوسكار: "ماذا لو لم أتذكر؟"

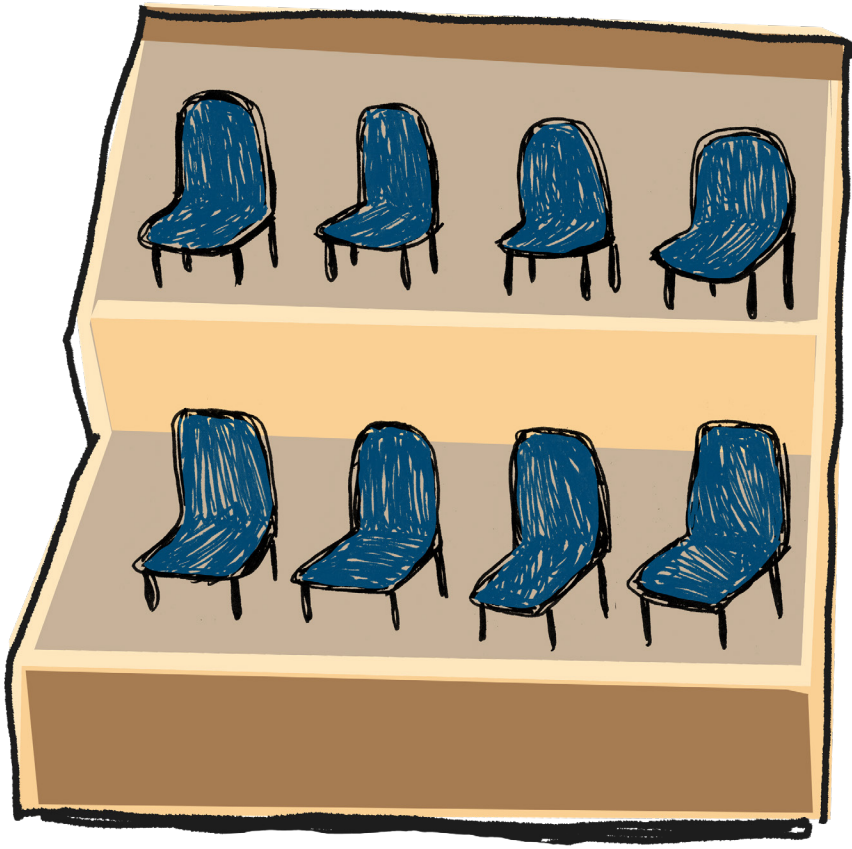
أجابته ليندا: "سيطلب منك القاضي أن تقول الحقيقة، فقط قل ما تتذكر".

"هل سيكون أبي هناك؟"

"حسنًا، دعني أخبرك عن ذلك".



أخذت ليندا أوسكار ووالدته لرؤية قاعة المحكمة وأخبرتتهما بشكلها.

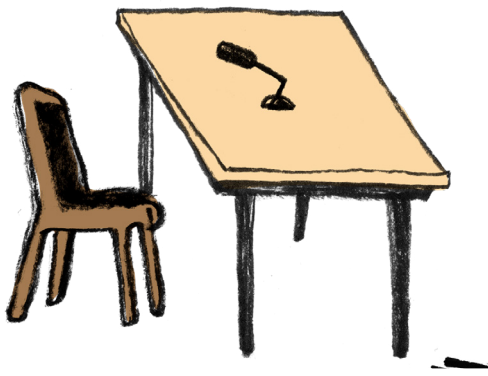
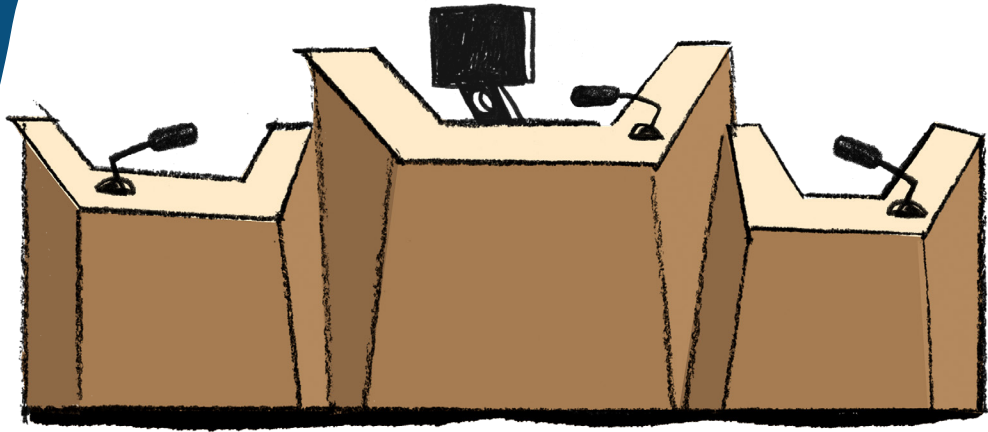


الأنشطة

فيما يلي شكل قاعة محكمة أوسكار. قد تكون قاعتك مختلفة قليلاً. ولكن سيكون فيها بعض الأشخاص أنفسهم.

اطلب من أحد المسؤولين التحدث معك بشأن جميع الأشخاص الموجودين داخل المحكمة.





لقد حان الوقت أخيرًا للذهاب إلى المحكمة.

ساعده والدته في ارتداء قميصه اللطيف ذي الأزرار.

وضع صخرته المفضلة
في جيبه.

لقد كانت تساعدته دائمًا
على الشعور بالارتياح.





وكانت ليندا منتظرة عند المحكمة.
"سنذهب للجلوس في هذه القاعة حتى يأتي دورك للدخول".

سألته ليندا: "بم تشعر؟"

أجابها أوسكار: "بطني تؤلمني".



قالت ليندا: "ما السبب؟"

"ماذا لو تحدث إليّ أحد الأشخاص في المحكمة بطريقة غير

مناسبة؟ أو أصابني الارتباك؟"

"ما الذي ستقوم به إذا حدث ذلك؟"

"يمكنني الضغط على الصخرة التي أحملها في جيبتي."

"يمكنني أن آخذ نفسًا عميقًا."

"يمكنني أن أقول إنني لا أفهم."

قالت ليندا: "هذا جيد"



"ماذا لو غضبت أسرتي؟"

قالت ليندا: "قد يكون ذلك صعبًا، يمكننا التحدث
مع والدتك بشأن ذلك، إذا أردت؟ ويمكنك طلب
المساعدة، حسنًا؟"





رد أوسكار: "حسنًا".

قالت ليندا: "سأكون في القاعة أيضًا".
"يمكنك النظر إليّ أو إلي شخص آخر
يشعرك بالأمان".

سألها أوسكار: "ماذا لو قلت شيئاً خاطئاً؟"

"لا شيء مما تقوله سيكون خطأً، يا أوسكار.
فقط قل ما تعرفه".

أخذ أوسكار نفساً عميقاً.

قالت ليندا: "من الطبيعي أن تكون متوتراً. يكون لدي الشعور
نفسه أيضاً عندما أذهب إلى المحكمة".



قالت له: "تذكر أن المسؤولين يحتاجون إلى مساعدتك،
ولكن يبدو الأمر كلعبة أحجية كبيرة والجزء الخاص بك هو
مجرد قطعة من تلك القطع".

سألها أوسكار: "هل يمكنك إخباري مرة
أخرى بما سيحدث؟"

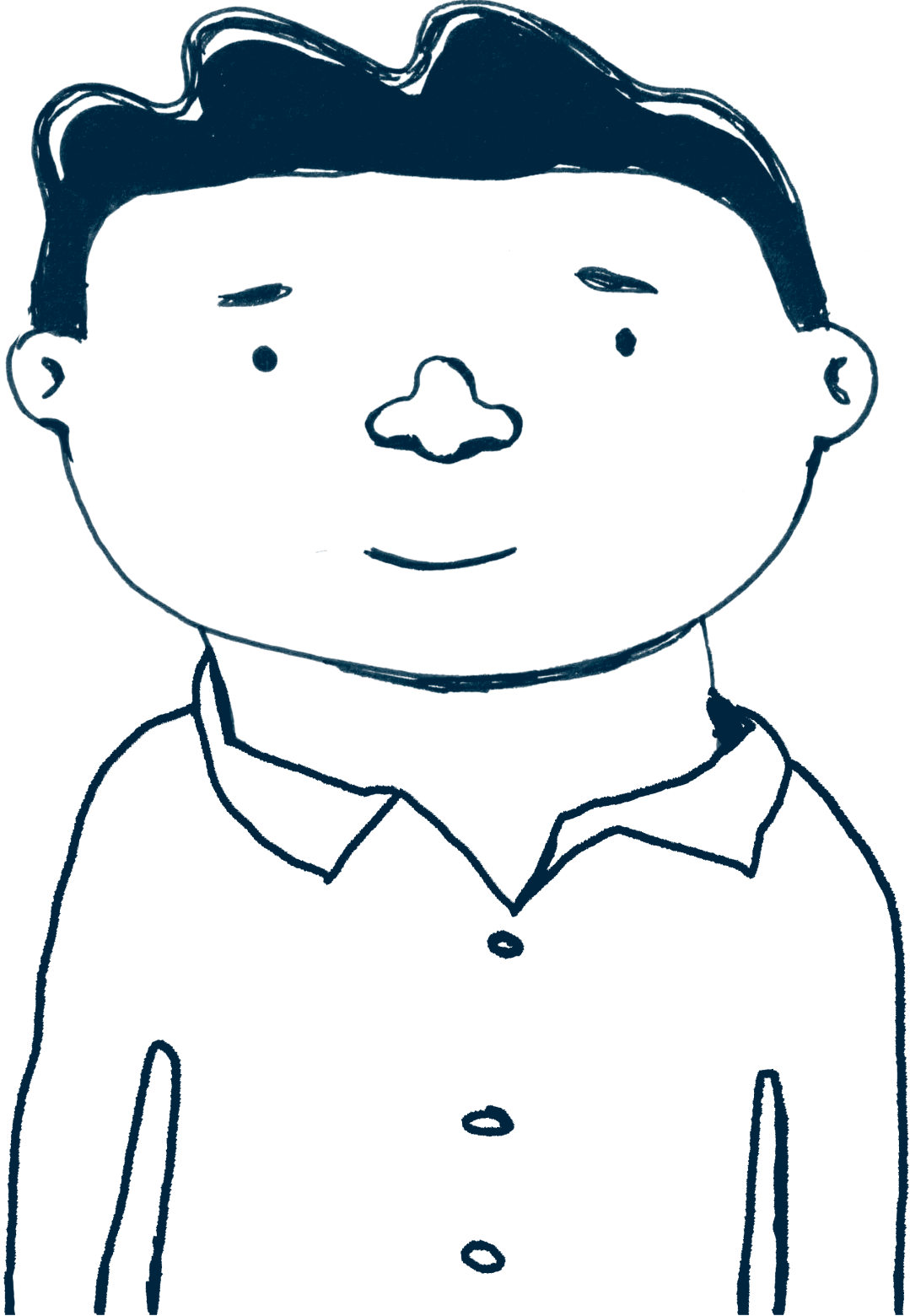


الأنشطة

شعر أوسكار بالارتياح عندما فكر فيما أراد أن يكون عليه الأمر عندما يذهب إلى المحكمة.



لقد رسم صورة لنفسه وهو يشعر بالشجاعة.
هل يمكنك تلوين صورة أوسكار الشجاع؟



بعد وقت قصير، أتى ضابط المحكمة ليأخذ أوسكار.
ودخلا قاعة المحكمة معًا وجلس أوسكار أمام القاضي.



كان المشهد يشبه رسم ليندا. لكن القاضي كان
مختلفًا عن تخيلاته.

قال القاضي: "مرحبًا. اسمي القاضي تولبيرت. ما اسمك؟"

"أوسكار".



"كم عمرك؟"

شعر أوسكار بالارتياح لأنه كان يعرف إجابات تلك الأسئلة!



نظر أوسكار في أنحاء القاعة. كان هناك
العديد من الأشخاص ينظرون إليه.

ورأى والدته. كان يبدو حزينًا لكنه ابتسم
إلى أوسكار.



وقف أحد الرجال وطرح على أوسكار أسئلة بشأن اليوم الذي
كان يقضيه والده بالخارج.

بدا على أوسكار
الخوف مرة أخرى.



لكنه رأى ليندا
وتذكر أن عليه أن
يأخذ نفسًا عميقًا.

كان أوسكار شجاعًا. وضغط على صخرته وأجاب.

قبل أن يعرفه، حان وقت العودة إلى المنزل.

الأنشطة

قبل ذهابهما إلى المحكمة، أخبر أوسكار ليندا بكل الأمور التي كان قلقًا بشأنها. فساعدته ليندا على الاستعداد للمحكمة.

كيف يبدو شعورك تجاه الذهاب إلى المحكمة؟

فيما يلي بعض النصائح التي قدمتها ليندا لأوسكار. ضع علامة على النصيحة التي تريد تجربتها.

يمكنك طرح أسئلة بخصوص أي شيء لا تفهمه.

ويمكنك أخذ الوقت الذي تحتاجه للإجابة. لست مضطرًا إلى الاندفاع.

يمكنك أن تطلب أخذ استراحة.

إذا شعرت بالخوف، فانظر إلى أي شخص تعرفه في القاعة.

قم بأي شيء يساعدك على الشعور بالهدوء كأن تأخذ نفسًا عميقًا.

خذ معك شيئاً مميزاً وضعه في جيبك.

إذا كانت لديك أغنية أو دعاء أو أي شيء آخر يساعدك على الشعور بالهدوء، فيمكنك تجربة استخدامه.

خطط لشيء لطيف تقوم به بعد المحكمة.

أي من هذه النصائح ستجربها؟

الجزء الثالث

أوسكار طفل شجاع



عندما رأى أوسكار ليندا مرة أخرى سألها:
"ماذا يحدث الآن؟"



سألته ليندا: "أتذكر ما قلناه بشأن استماع المسؤولين لك داخل المحكمة وقرارهم بما يحدث بعد ذلك؟".

أوما أوسكار برأسه: "نعم".

فقالت له: "حسنًا، هذا ما سيحدث الآن".

بدت والدة أوسكار حزينة لكنها ابتسمت وقالت: "لقد
قمت بعمل جيد يا أوسكار. إنني فخورة بك حقًا."



"هل سيعود أبي إلى المنزل الآن؟"

أجابته ليندا: "قد يعود إلى المنزل ولكن ربما يبقى في مكان آخر
لوقت قصير. سيخبرنا المسؤولون الآخرون بذلك."

لا يهم ماذا يحدث، ما عليك سوى إخبار الأشخاص بما حدث".
سألته ليندا: "كيف كان شعورك؟".

"لا أعرف. كنت خائفاً في البداية. لكنني الآن أشعر بالشجاعة."
ردت والدته "أنت كذلك" وأومأت ليندا.



قال أوسكار: "لم أعد أرغب في إخبار كل الأشخاص بما حدث مرة أخرى."

ردت ليندا: "أفهم ذلك. ولكن الآن لديك العديد من الأمور التي عليك القيام بها لتشعر بالارتياح، مثل طريقة تنفسك".



قالت ليندا: "أنت طفل صغير شجاع
لديك شعر مجعد وتحب رسم الأحصنة
وغناء الأغاني."

لم يكن أوسكار متأكدًا من شعوره.

لكنه الآن يعرف العديد من الأشخاص المسؤولين
المتعاونين، بالإضافة إلى طرق تجعله يشعر بالارتياح.





لقد كان متشوقاً للعب والتلوين والغناء.

تماماً كعادته.



الأنشطة

تلقى أوسكار المساعدة من ليندا
وأصدقائه ووالدته.

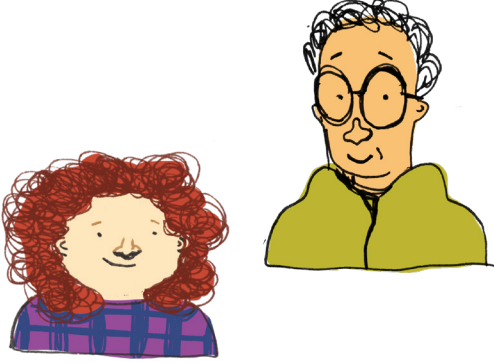
الأصدقاء
والمسؤولين
الآخرين



العائلة

أنت

من يقدم لك المساعدة؟ وماذا يفعل لمساعدتك؟ هل يمكنك
رسمه أو كتابة أسمائه هنا؟



يعتبر مشروع مواد الأطفال الشهود التابع لمركز إبداع المحكمة جهداً مشتركاً بين مركز إبداع المحكمة ومركز علم النفس الحضري، وهو مدعوم بالاتفاقية التعاونية رقم 2016-VF-GX-K011، الممنوحة من وزارة العدل في الولايات المتحدة مكتب برامج العدل، مكتب ضحايا الجريمة. إن الآراء والنتائج والاستنتاجات أو التوصيات المذكورة في هذا المستند خاصة بالمساهمين ولا تمثل بالضرورة الموقف الرسمي لوزارة العدل في الولايات المتحدة أو سياساتها.

يعمل مركز إبداع المحكمة على إنشاء نظام عدل أكثر كفاءة وإنسانية عن طريق إجراء أبحاث أصلية والمساعدة في بدء عمليات الإصلاح حول العالم.

www.courtinnovation.org

مركز علم النفس الحضري هو مؤسسة غير ربحية تستخدم قوة التصميم والرسم لزيادة المشاركة المدنية الهادفة، بالشراكة مع المجتمعات المهمشة تاريخياً.

www.welcometoCUP.org

الرسوم التوضيحية: ريان هارتلي سميث

التصميم: أنابيل بانج

يعرب مركز إبداع المحكمة عن امتنانه لشركاء المشروع وأصحاب الأسهم؛ والأطفال ومقدمي الرعاية والعاملين في نظام العدالة في جميع أنحاء البلاد الذين ساهموا في تطوير هذا المنتج.

NCJ 300640

يلتزم مكتب ضحايا الجريمة بتعزيز قدرة الأمة على مساعدة ضحايا الجريمة ولتقديم الريادة في تغيير السلوكيات والسياسات والممارسات لدعم العدالة ولعلاج جميع ضحايا الجريمة.

www.ovc.ojp.gov

مكتب برامج العدالة هو وكالة فيدرالية تقدم الريادة والمنح والتدريب والمساعدة الفنية وغيرها من الموارد الفيدرالية لتحسين قدرة الدولة على منع الجريمة وتقليلها، وللمساعدة الضحايا، ولتعزيز قواعد القانون عن طريق تقوية الأنظمة الجنائية وأنظمة قضاء الأحداث. كما أن مكاتب برامج الست- مكتب المساعدة في مجال العدالة ومكتب إحصاءات العدالة والمعهد القومي للعدالة ومكتب ضحايا الجريمة ومكتب قضاء الأحداث ومنع الجنوح ومكتب إصدار الأحكام والمراقبة والاعتقال والتسجيل والمتابعة لمرتكبي الجرائم الجنسية - تدعم الجهود الدولية والمحلية في مكافحة الجريمة وتمول الآلاف من برامج خدمة الضحايا وتساعد المجتمعات على التعامل مع مرتكبي الجرائم الجنسية وتهتم باحتياجات الشباب في النظام والأطفال المعرضين للخطر وتقدم أبحاث وبيانات مهمة.



Office for Victims of Crime
OVC

الأنشطة

هؤلاء هم الأشخاص الموجودون في قاعة المحكمة. يمكنك وضع هذه الملصقات على رسم قاعة المحكمة في الصفحات 28-29.



مناصر الضحية



الشرطة



القاضي

هيئة المحلفين



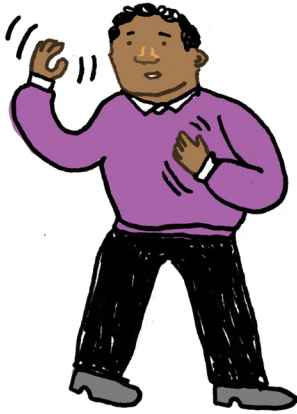
المدعي العام



محامي الدفاع



ضابط المحكمة



المترجم الفوري



كاتب المحكمة

