

我是 马利克



你现在正在经历很多事情。

事情可能会让人感到很困惑。你可能对正在发生的事情有很多问题和不同感受。

这本书可以帮你解决一些问题。

你会发现下列内容：

- 你可能会看到什么人，或者与什么人交谈
- 接下来会发生什么
- 如何应对自己的感受，以及如何让自己感觉更好

这是马利克的故事。他的经历可能与你现在的经历有所不同，但可以帮助你理解正在发生的一切。

无论发生什么，你都应该知道，你并不孤单。这种事情也会发生在其他孩子身上。

有很多方法可以获得帮助和支持。不要害怕求助。

这本书就是你的了。阅读，在上面写点什么，画点什么，或者用它做你想做的任何事情。我们希望这会有所帮助。

目录

第 1 部分 有事情发生了

4

第 2 部分 权利倡导人

22

第 3 部分 敞开心扉

32

第 4 部分 做好准备

41

第 5 部分 法庭

61

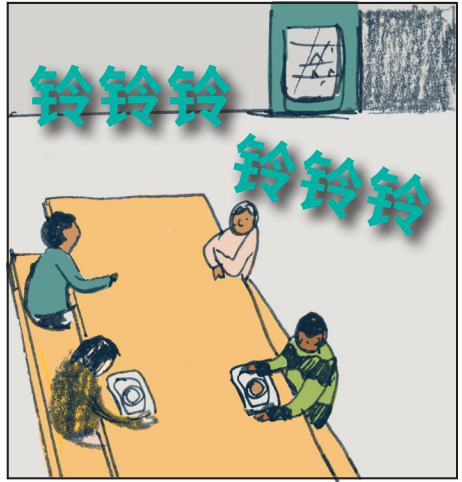
后记

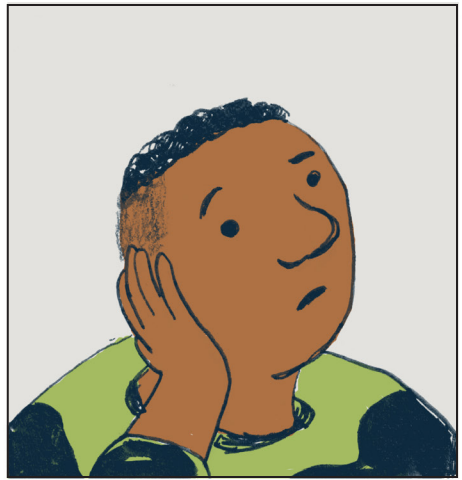
75

第 1 部分

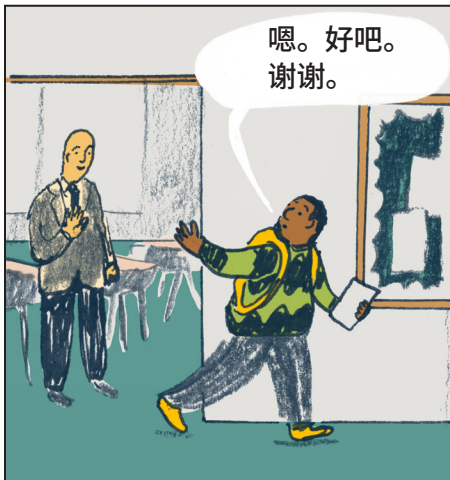
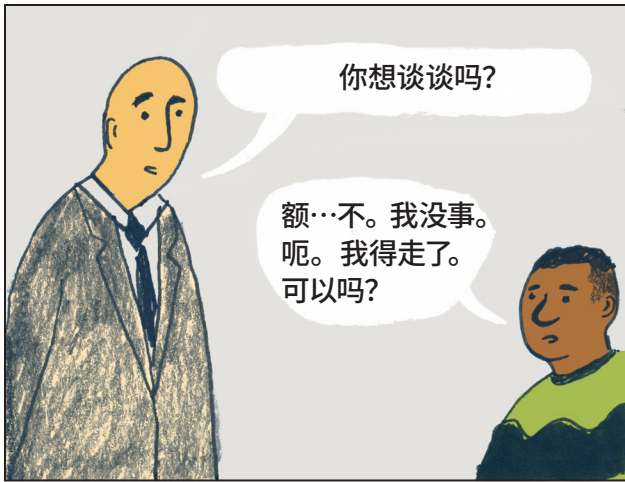
有事情发生了











几个小时后，在治疗师普利亚女士的办公室…

你喜欢画画？

是呀…一点点。

这对应对压力其实很灵的。

如果你愿意，你可以在我们谈话时画画或涂色。

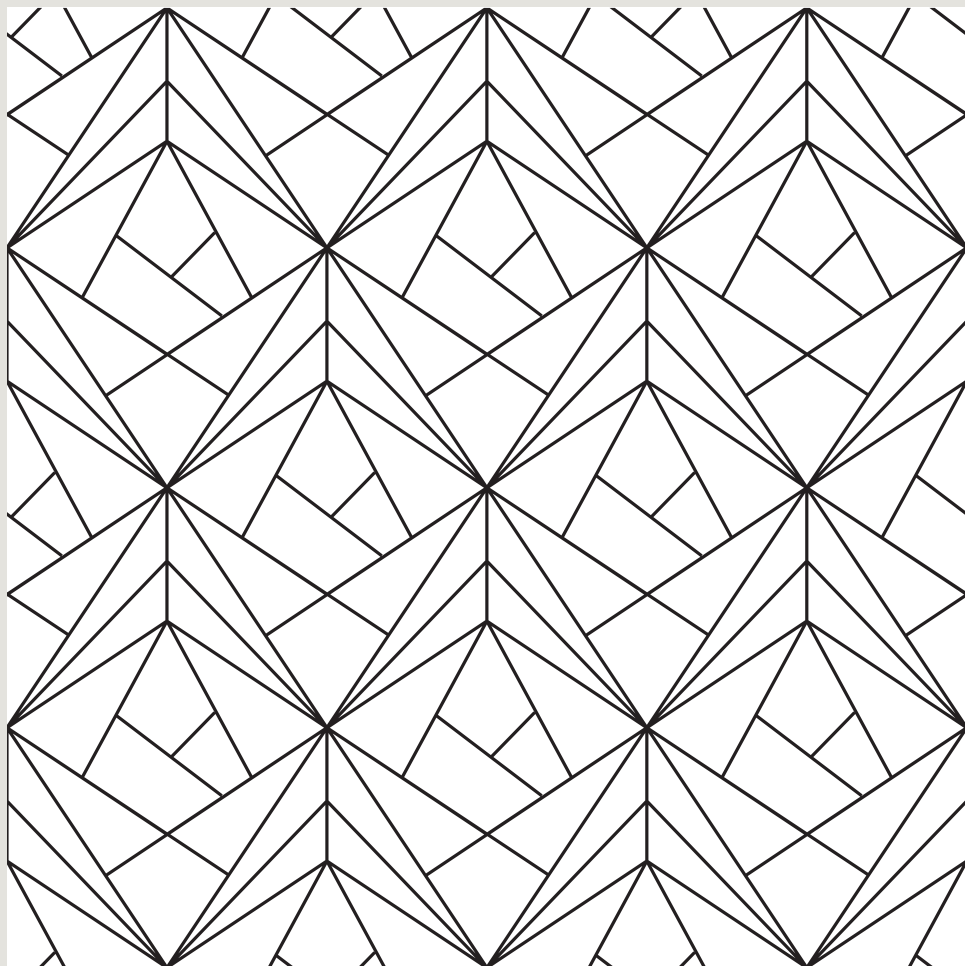
我知道涂色听起来像是给小孩子的，但我有一本成年人涂色书，你要不要看看？

我也喜欢用它们！

来涂涂颜色吧

普利亚女士告诉马利克，画画和涂色可以让他感觉更放松。

你可以试试，看看这是否对你也有帮助。像马利克一样使用这个涂色页。或者试着在自己的笔记本上画画。



在我们谈话时，我用手做一些事情确实感觉更好。



你想多谈谈你现在的感受吗？



我想 ...

啊，



我讨厌谈论感受！

但是涂色这个事情起作用了，所以...



只是 ...



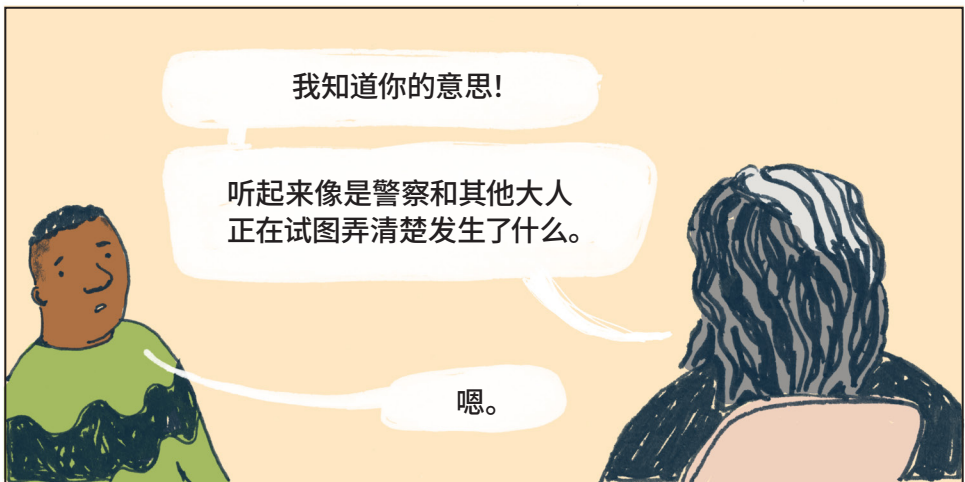


…但我确实和这位女士谈过。她说她是权利倡导人。
她还行吧…

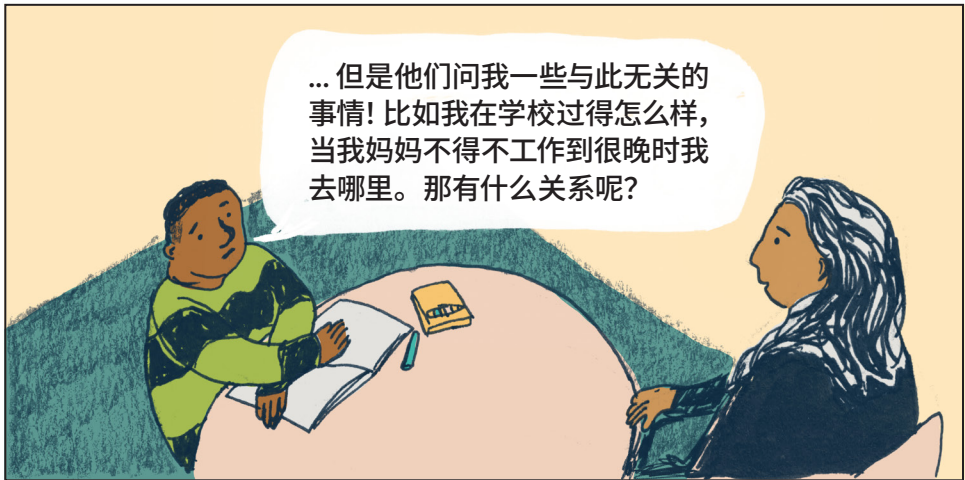
你好，马利克，我是尚特尔。你有什么问题要问我吗？



我的事情牵扯这么多人!











你有怎样的感觉？

马利克与普利亚女士谈了他的各种不同感受。
你觉得马利克有什么感觉？你有什么感受？

快乐



难过



愤怒



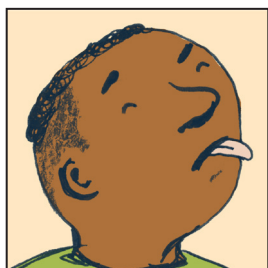
平静



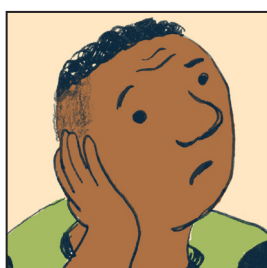
惊讶



厌恶



担心



发生了什么事？

如果有人可能触犯了法律或伤害了另一个人，警察会立案并设法查清发生了什么。这叫做调查。

在马利克的故事中，他是“目击者”，因为他看到了发生的事情，也是“受害者”，因为他受到了伤害。他遇到了负责这个案件的不同成年人，他们就所发生的情况向他提问。

成年人会和不同的人交谈，以了解更多信息。关于所发生事情的信息称为证据。

到最后，如果警方找不到足够证据，案件就结束了。但这并不意味着事情没有发生。

如果他们确实找到了足够的证据，案件将进入下一步。



第 2 部分

权利倡导人

第二天，妈妈带我去见了
我的权利倡导人尚特尔。



我以前不知道什么是权利倡导人。但她
说她唯一的工作就是帮助我和我妈妈。



尚特人真的很好。



她也知道这个案子是怎么回事。



马利克，我不知道有没有人告诉你：警察逮捕了你的邻居。

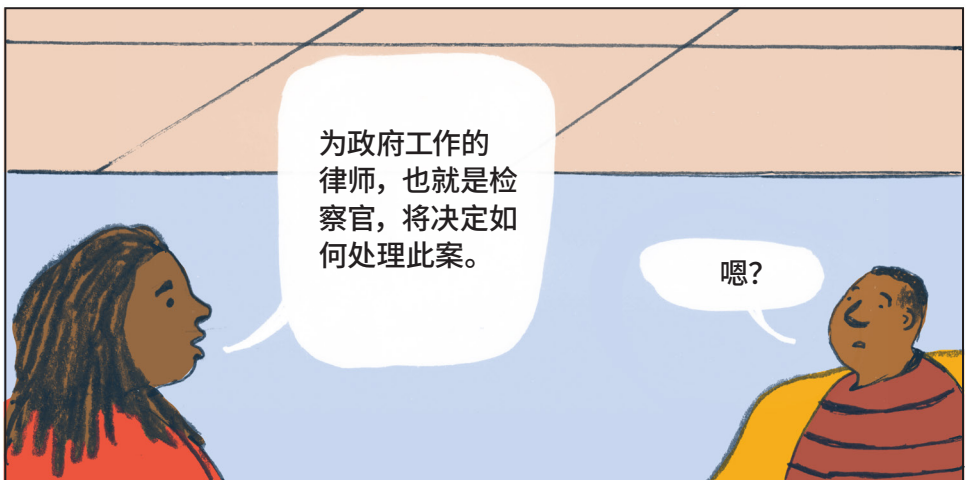


噢。



对此你有什么感受？











呼吸技巧

尚特尔向马利克展示了如何用呼吸来让自己平静下来。
当你感到有压力或沮丧时，你可以试试这个。

把手放在肚子上。深吸一口气，
数到三，让你的肚子充满空气。

屏住呼吸数到二。

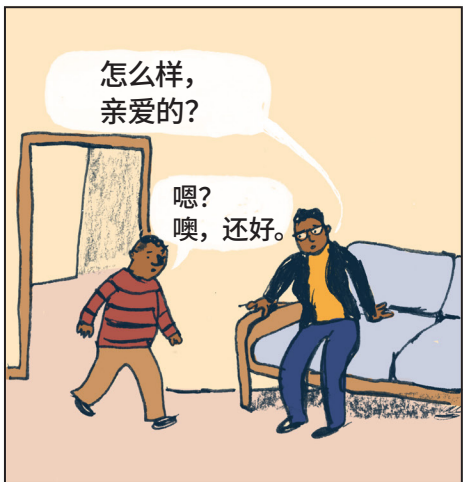


然后慢慢呼气，让肚子里的
空气都出来。

重复三次。



你也可以在呼吸时闭上眼睛。



发生了什么事？

警方在找到他们需要的证据后逮捕了马利克的邻居。

下一步，检察官（为政府工作的律师）将会进行更多的调查。

然后，检察官会思考他们是否找到了足够的证据，并决定案件是否应该进行下一步。

即使结案，也不代表事情没有发生。



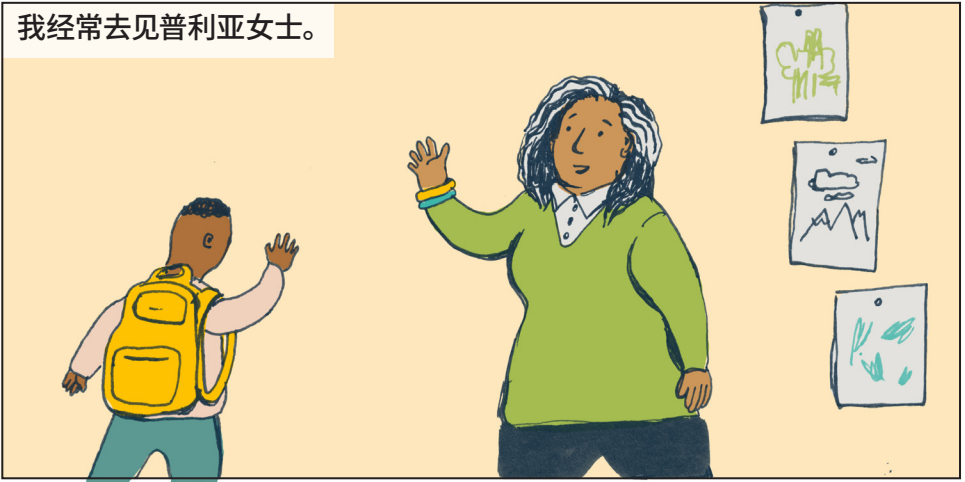
第 3 部分

敞开心扉

我正在努力让自己的生活保持正常。差不多成功了。



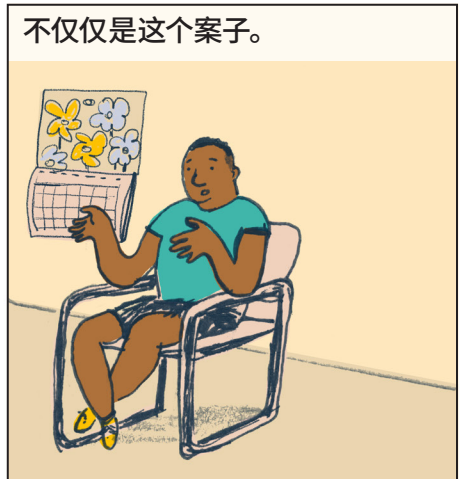
我经常去见普利亚女士。



还不错。我们谈论其他事情。



不仅仅是这个案子。



谈谈我的朋友们。



电视上的节目。或者学校。



有时我们会谈论发生了什么。

…我知道，我只是觉得都是我的错。我不想让他恨我。



我明白你为什么会有这种感觉，马利克，但发生的一切并非你的错。



我和其他大人交谈时，有时觉得自己说错了话。



但是普利亚女士只是让我说话。



我也和尚特尔见面。



我们有时谈论音乐之类的东西。但我们主要谈论的是这个案子。



她很了解正在发生的事情。



我和娜迪
亚谈过了。

娜迪亚？



抱歉，就是
那位检察官。



噢。对呀。



娜迪亚和她的团队认为证据充分，正在对他提起诉讼。





就像法庭诉讼
案件一样？电视
上那样？

这个案子可能
会开庭审判，
也可能不会。





她说的对。有一段时间我们真的不知道。



我讨厌这么等待。



但是后来有结果了。



案件会进行审判。我还真幸运。



我希望我能告诉阿莉克丝。



她还会继续和我做朋友吗？



发生了什么事？

在检察官决定继续审理案件后，可能会发生不同的情况。

通常，被控罪的人和他（她）的律师会与检察官协商。如果他们达成一致，被告可能会承认某些指控，并同意某种惩罚。这被称为“认罪协议”。

如果他们未能达成一致，案件将进行庭审。

在庭审时，检察官会试图证明此人违法，被告的律师会试图证明此人没有违法。



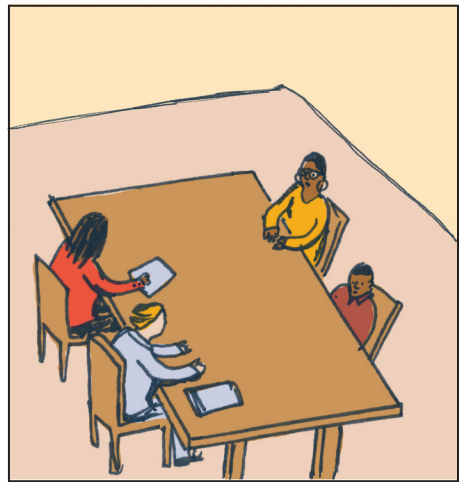
第 4 部分

做好准备













不断运动

尚特尔建议她和马利克去散步，这在马利克不知所措时为他提供了帮助。

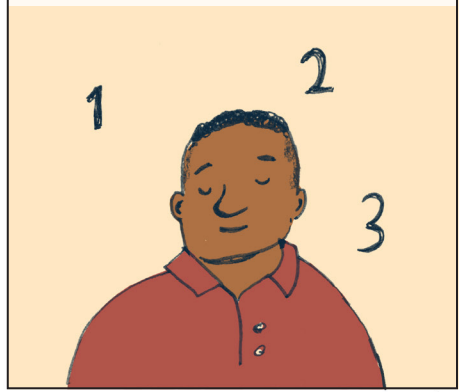
移动身体有助于缓解压力。简单的活动就行，如散步，跑上楼梯，伸展身体，跳绳，锻炼，甚至跳舞。

你认为什么样的运动会帮助你减轻压力？

离开那个房间
感觉真好。但现在又要回去了。



我试了我的呼吸技巧。我们又开始聊天了。



我要作证的话，
必须看见他吗？



是的，他也会在法
庭上。但你不必
和他说话，他也不
应该和你说话。



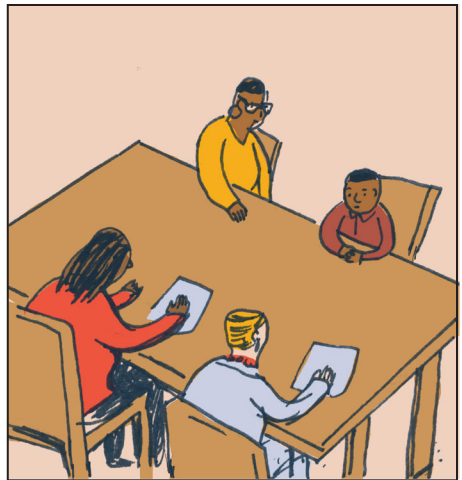
你甚至不用看他。
你可以看着我或者
其他你信任的人。



马利克要做什么？
会是怎样的？









我以为法庭会又大又吓人，里面挤满了人，就像电视上那样。



和我的教室一样大！

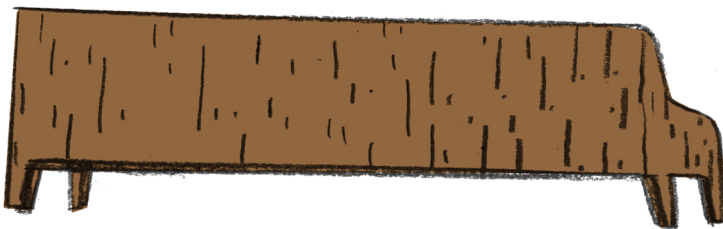
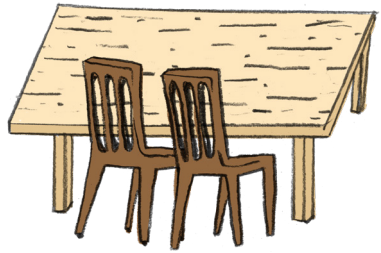
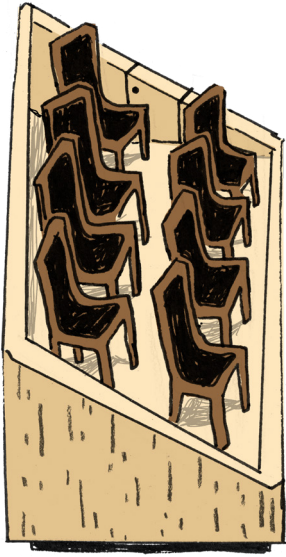


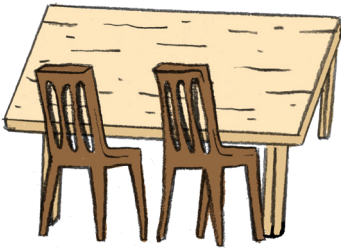
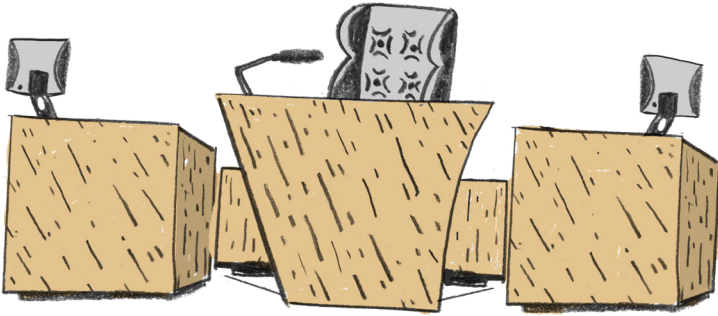
法庭

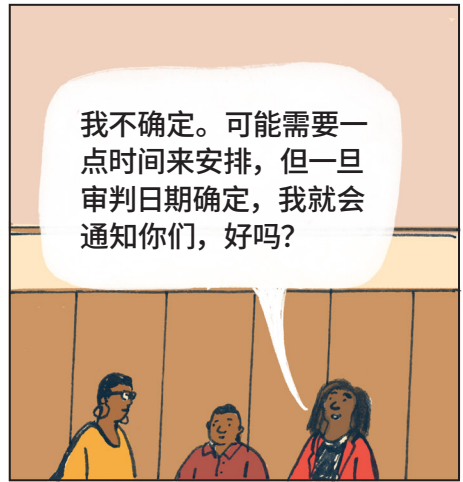
尚特尔带着马利克和他的母亲去了法庭，告诉他所有在场的人会有谁，他们的工作是什么。

如果你必须去法庭，你所在的法庭看起来也许有点不同，但可能会有一些相同的人。

你可以用这幅画和负责你案件的某个大人谈一谈，每个人是谁以及他们做什么。











准备上庭

尚特尔向马利克展示了他可以做的、用来减少紧张的不同事情，以及他可以准备上庭做的一些事情。

以下是她告诉他的一些事情。

做好准备

- 前一天晚上尽量多睡觉。
- 上庭前尽量吃点东西。这会帮助你感觉更好，有精力坚持下来。
- 你不必打扮，但如果可以的话，穿得比平时好看一点。你应该穿一些让你感觉良好的衣服。
- 你可能会花很多时间等待，所以在你等待的时候带些东西来阅读、玩耍，或者做些事情。
- 如果你有一个特别的可以让你感到平静的东西，那就带上它。

变得紧张

如果你感到紧张，尝试以下方法：

- 试着想象一下，如果发生不同的情况，你会有什么反应。这听起来可能很傻，但是想象各种情况可以让你感觉更平静。
- 试着深呼吸几次。真的很有帮助！
- 绷紧肌肉，然后放松。这样做几次。
- 如果可以的话，散散步或者活动一下身体，以此来消耗一些多余的能量。你也可以试着快走几秒钟，然后深呼吸，慢走几秒钟，然后先快后慢，先快后慢，重复几次。
- 如果你有一首对你很重要的特别的祈祷文或歌曲，试着大声说出来或唱出来（在脑海里默念或吟唱也行）。

获得支持

- 想一想，什么人能够帮助你弄清楚自己的感受，什么人可以在法庭为你提供帮助。
- 有没有权利倡导人、朋友或家人可以和你一起上庭？如果有的话，你紧张的时候可以看一看他们。

坚持下来

- 结束后做一些你喜欢做的事情会感觉很好，比如看电影，美餐一顿，或者和朋友在一起。想一些你可以期待的事情。

我的上庭日计划

马利克利用尚特尔的清单为他的开庭日制定了一个计划。如果你愿意，你可以使用这个页面来制定你自己的计划。

我要做的准备工作：

如果我紧张，我会：

我将和谁谈谈我的感受：

上庭之后，我会做一些我喜欢做的事情：

我和妈妈一起看了尚特尔准备的材料，为我的开庭日制定了一个计划。

看看这个部分，“谁能帮你弄清楚自己的感受？”

嗯，我可以和普利亚女士聊聊。



好。阿莉克丝呢？你们两个之前形影不离。现在你为什么不和她一起玩？

我不好意思告诉她。



如果你不想告诉她，也没关系。但是我认为和你的朋友们继续交谈是很好的。那是你生活中可以让你感觉正常的一部分，对吗？

我想是吧。





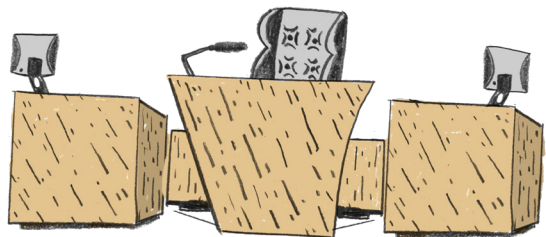
发生了什么事？

马利克的案子即将开庭。

检察官要求马利克来法庭谈谈发生的事情。
这叫做作证。

大多数儿童不必作证，但有些儿童需要作证。
如果他们需要的话，他们就要谈论发生了什么，
回答律师的问题。

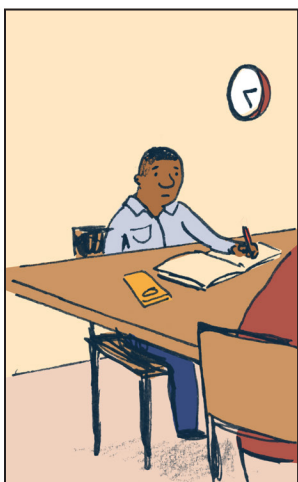
陪审团将听取每个在法庭上发言的人的意见，
并决定他们是否认为这个人有罪。



第 5 部分

法庭







但就像尚特尔说的那样。



法庭干事来找我。



我们去了法庭。



我坐在法官旁边。



我的心怦怦直跳。



那天发生了
什么？

但我记得要保持呼吸。





他们问我问题。



有一次我糊涂了。



但是我看到了尚特尔 ...



... 记起了我的权利。

你能重复一下那个问题吗?



然后就结束了。





然后他就回家了？



是的，案子会结束的。另一方面，如果他们觉得证据表明是他干的，他们会说他有罪。然后法官将决定对他的惩罚。



坐牢，对吧？



有可能，或者他可以回家，但必须遵守法官的规则，或者去参加各种计划。在这些情况下，我们也可以确保不准他靠近你，好吗？




我觉得如果他去坐牢，那将是我的错。




不，不是这样的，马利克！

无论发生什么，我想要你记住，这一切都不是你的错。好吗，马利克？






我知道，如果他们的
裁决并非你想要的，
会很难接受。




我不知道我
想要什么。



我知道。



我只是觉得一切
都不会再一样了。



嘿，我知道在过去的
一年半里，这已经占
据了你生活的很大一
部分。但这个案子并
非你的全部生活。

你有学业，你的妈妈，
还有你的朋友。



我终于又和阿莉克丝说话了。她说她很想念一起玩耍的时候，很高兴我没事。

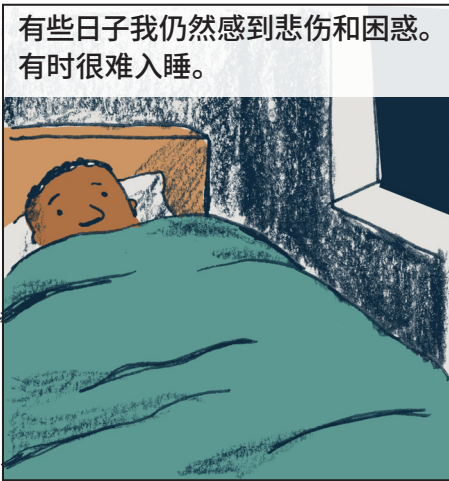


改变一下，和朋友而不是大人交谈，感觉不错。

阿莉克丝甚至认识其他一些不得不上庭的人。我觉得不仅仅是我。



我本以为一切都会因为发生的事情而改变。



也许这听起来很愚蠢，但尚特尔是对的 ...



... 不管结局如何，这个案子并非我生活的全部。我依旧是马利克。

支持圈

马利克很紧张，也很困惑，但他能和他的治疗师普利亚女士；他的权利倡导人尚特尔；他妈妈；还有他最好的朋友阿莉克丝，谈论他正在经历的事情。当你遇到困难时，你可以向谁寻求支持？他们做什么来帮助你？

提醒你自己，在你的生活中你可以寻求帮助的人，可能会有所帮助。

写下他们的名字或者把他们画在下面你的支持圈里（甚至可以包括一只宠物）。

朋友和其他成年人

家人

你

发生了什么事？

马利克出庭作证了。还有其他人也是。

陪审团听取了法庭上每个人的意见。案件中的所有证据，包括人们在法庭上说的话，都像是一块块的拼图。如果有图块丢失或不匹配，陪审团必须决定这个人“无罪的”，案件就结束了。这并不意味着陪审团不相信你，只是拼图还没完成。

如果拼图的所有部分都完美贴合，陪审团就判定这个人“有罪”。然后法官会决定那个人下一步要做什么。

他（她）可能会进监狱，也可能回家，但必须遵守其他规则或参加相关计划。



后记。

你的经历可能和马利克不同。但是，你对发生的事情了解得越多，你就越能做好准备，就越能要求得到你想要或需要的东西。

你可以对发生的事情有发言权。不要害怕求助，不要害怕提问，了解在法庭上自己有什么权利。

法院创新中心的“儿童证人材料项目”是法院创新中心和城市教育学中心的协作项目，得到美国司法部、司法方案办公室、犯罪受害者办公室授予的合作协议#2016-VF-GX-K011的支持。本文件中表达的意见、发现、结论或建议仅代表作者本人，不一定代表美国司法部的官方立场或政策。

法院创新中心致力于通过开展原创性研究和帮助在世界各地发起改革，来创建一个更加有效和人道的司法系统。

www.courtinnovation.org

城市教育学中心是一个非营利组织，它利用设计和艺术的力量，与历史上被边缘化的社区合作，促进有意义的公民参与。

www.welcometoCUP.org

插图: Ryan Hartley-Smith

设计: Anabelle Pang

法院创新中心感谢项目合作伙伴和利益相关方；以及全国各地为本产品的开发做出贡献的儿童、看护者和司法系统从业人员。

NCJ 300645

犯罪受害者办公室致力于提高国家援助犯罪受害者的能力，并在改变态度、政策和做法以促进所有犯罪受害者的正义和康复方面发挥领导作用。

www.ovc.ojp.gov

司法方案办公室是一个联邦机构，提供联邦领导、赠款、培训、技术援助和其他资源，以提高国家预防和减少犯罪、援助受害者的能力，并通过加强刑事和少年司法系统来加强法治。它的六个方案办公室——司法援助局、司法统计局、全美司法研究所、犯罪受害者办公室、少年司法和预防犯罪办公室以及性犯罪者判刑、监测、逮捕、登记和跟踪办公室——支持州和地方打击犯罪的努力，资助数千个受害者服务方案，帮助社区管理性犯罪者，解决系统中的青年和处于危险中的儿童的需求，并提供重要的研究和数据。



Office for Victims of Crime
OVC

这些是法庭上的人。



警察



受害者权利倡导人



被告



法官



陪审团

你可以把这些贴纸贴在 52-53 页的法庭画上。



检察官



辩护律师



法庭干事



法庭记录员



口译员



假释官



缓刑官

