

玛雅



的家

你好!

这是一本关于一个叫玛雅的小孩的书。
《勇敢的玛雅》这本书讲述的是发生在
玛雅家的一些事情。这本书讲的是接下
来发生的事情。

很多孩子和家庭都会遇到这样的事情。
发生在你身上的事情可能会不同。
或者你可能对事情有不同的感觉。
没关系。玛雅想让你知道，你并不孤单。

这本书是你的。你可以在里面画画、
涂色和写字。你可以留着它。



玛雅喜欢夏天。

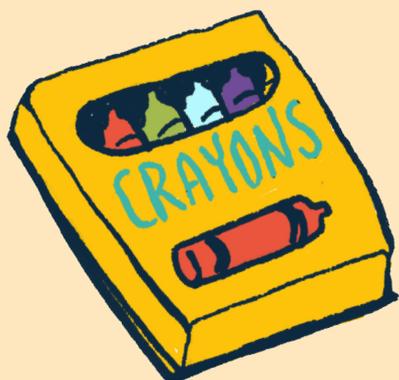
她几乎每天都和朋友在外面玩。



她可以吃让她的舌头发紫的冰棍。



一天，玛雅的妈妈问她：
“你还记得萨姆吗？”



玛雅说：“她是那个给我介绍法庭、
给我蜡笔的好心女士。”

“是的。我们又该去见她了。”



玛雅喜欢萨姆。

但是玛雅能看出妈妈很担心。

这也让玛雅感到担心。

玛雅和她的妈妈去看萨姆。

萨姆笑着说：“很高兴见到你，
玛雅！那是一匹新马吗？”



“是的！”玛雅说着，给她看了那匹紫色的马。

“它叫什么名字？”萨姆问。



“他的名字叫半夜！姨妈给我的生日礼物。
他有时帮助我感觉更好。”

另一位女士走了过来。



妈妈说：“玛雅，这是贾米拉。
她是来帮我的，就像萨姆帮你一样。”

“嗨，玛雅，” 贾米拉说。“很高兴认识你。
我们坐下吧。”





萨姆说，“我们都在一起工作，帮助你和你的妈妈。”

她看着玛雅的妈妈，妈妈说：
“玛雅，你还记得那个法官吗？”



玛雅说，“是吗？”

“他认为你现在回家不安全。”

萨姆说，“他认为你妈妈需要一些帮助来照顾你。”



“他想让你待在某个地方，等妈妈得到帮助。”

“哪里？我不想去！”玛雅哭道。

贾米拉说：“我们试图为你找到一个安全的地方，让你和你的家人或其他愿意提供帮助的家庭待在一起。”

“但是谁来照顾我呢？”玛雅问。

妈妈说：“我们的法官说你可以和姨妈在一起。”



“我能见到妈妈吗？” 玛雅问他们。



“是的，” 贾米拉说。
“她可以来姨妈家看你，
你可以随时打电话。”



“我可以带着
我的马吗？”

“可以，玛雅，” 她的妈妈说。
“你绝对可以带上你的马！”





玛雅仍然很担心。

“我什么时候能回家？”
她问。

“我们还不知道，”妈妈说。
“法官会做决定的。”



“但我会非常努力地工作，这样你很快就可以回家了。”

活动。

玛雅有很多问题要问大人们。

这里是其中一些。

谁来照顾我？



那么，我的玩具呢？



我将去哪里上学？



哪里有
秋千吗？

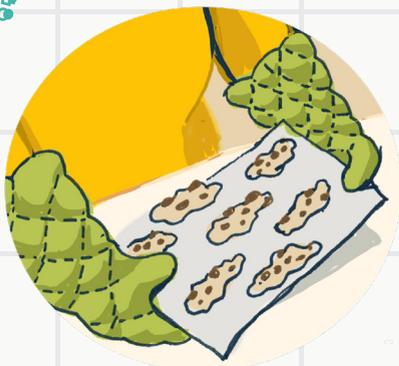
你有什么问题？

你可以用这些页与帮助你的大人谈论问题。

我会有自己的房间吗？



那么，
我的宠物呢？



他们会有我喜欢的
食物吗？

我能去见我的妈妈吗？



需什么时候能回家？

“我知道这是有很多问题需要思考，”萨姆说。“你感觉如何，玛雅？”



“我肚子好痛。”

萨姆说：“当我们有强烈感受时，有时我们会在身体里感觉到它们。”

“做一些放松身体的事情会有所帮助，”萨姆说。“你想试试面条游戏吗？”



玛雅说，“好呀。”

她总是喜欢做面条游戏。
“我们能一起做吗？”



活动。

萨姆告诉玛雅，有时当我们有强烈感受时，我们会在身体里感受到它们。

以下是玛雅和其他孩子的一些感受。



你感觉全身紧绷



你肚子疼



你的心跳很快



你开始急促呼吸



你头疼

你身体里有这些感觉吗？

萨姆还说玛雅可以做一些事情来让自己感觉更好。

她和玛雅向贾米拉和妈妈展示如何做面条面条游戏。



首先，站得非常直，
双手放在身旁，就像
一根生面条一样。

深呼吸，然后全身放松，
就像松软的煮面条一样。



你能试一下面条游戏吗？

之后，玛雅去和姨妈住在一起。

她从家里带来了她的马和她最喜欢的毯子和枕头。



姨妈家有不同规矩。

玛雅很喜欢荡秋千。至少在外面开始变冷之前是这样。



但是姨妈没有让玛雅像以前一
样看那么多电视。

她必须早点睡觉。



玛雅的日子现在真的很忙。

有几天，她去看她的心理咨询师安雅。

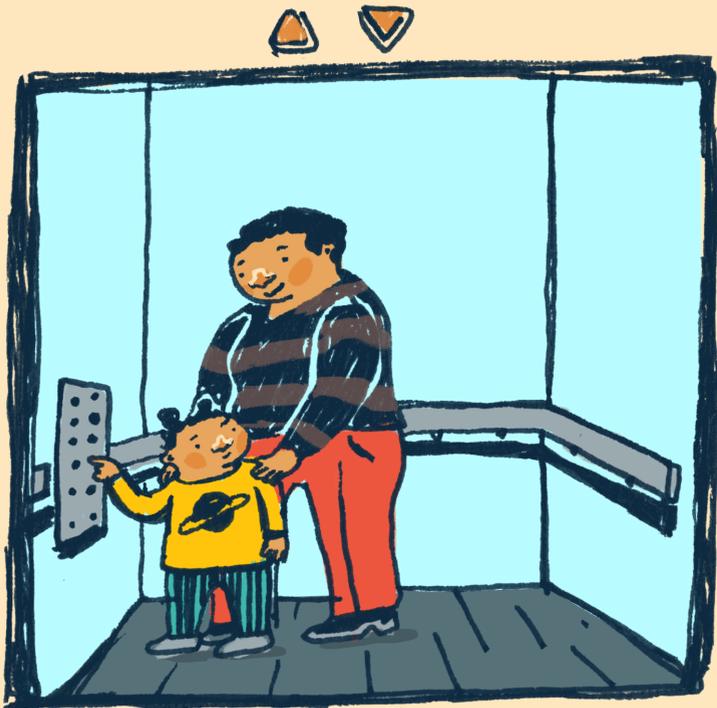


玛雅喜欢她。当他们交谈时，
她可以涂色和玩玩具。

其他日子里，还要和其他大人见面。



他们都聊了很多。有时候玛雅不记得他们都是谁。



晚上，有时候很难入睡。

玛雅想念她的妈妈和她的家。



活动。

当玛雅很难入睡时，
她就尝试萨姆教她的方法。

1. 首先她深吸了一口气。然后她蜷起脚趾，把脚绷得很紧。然后她放松。
2. 她绷紧双腿。然后放松。
3. 她绷紧肚子。然后放松。
4. 她绷紧后背。然后放松。
5. 她绷紧自己的脖子和肩膀。然后放松。

6. 她绷紧双臂。然后放松。

7. 她绷紧双手。然后放松。

8. 她绷紧脸。然后放松。

9. 然后她绷紧整个身体，从头到脚趾。然后放松，立刻就睡着了。

你有没有睡不好觉的时候？什么能帮助你入睡？



偶尔，姨妈会带玛雅去看萨姆。

有时候妈妈和贾米拉也在那里。



有时候，拜访妈妈是快乐的一天。



有时候是悲伤的一天。



每次，玛雅都会问是不是该回家了。



萨姆会说，“还不行，玛雅。你妈妈一直在努力工作，但是法官说现在还不是时候。抱歉。”

妈妈会说，“我保证我会继续努力，玛雅。”

贾米拉会说，“我们都在尽我们所能，玛雅。”



玛雅会说，“好吧。”

玛雅很难过。

姨妈说：“我知道这和你妈妈的房子不一样，玛雅，但这是你目前的家。”



“如果有什么我可以做的，让它更像家，你可以告诉我，好吗？”

“好的，”玛雅说。

姨妈把手放在玛雅的肩膀上。

“要不要去外面吹点泡泡？”她说。

“我知道这有时会让你感觉更好。”



“我想是吧，”玛雅说着，拿起她的泡泡。

外面，玛雅看到另一个女孩在玩。

“要不要跟我一起吹泡泡？”玛雅问。



小女孩抬起头笑了。“当然！”

玛雅也笑了。又快到夏天了。

玛雅不知道她会在什么时候回家。

有些日子很艰难。她有很多强烈的感觉。
但是她有她的朋友和她的马。



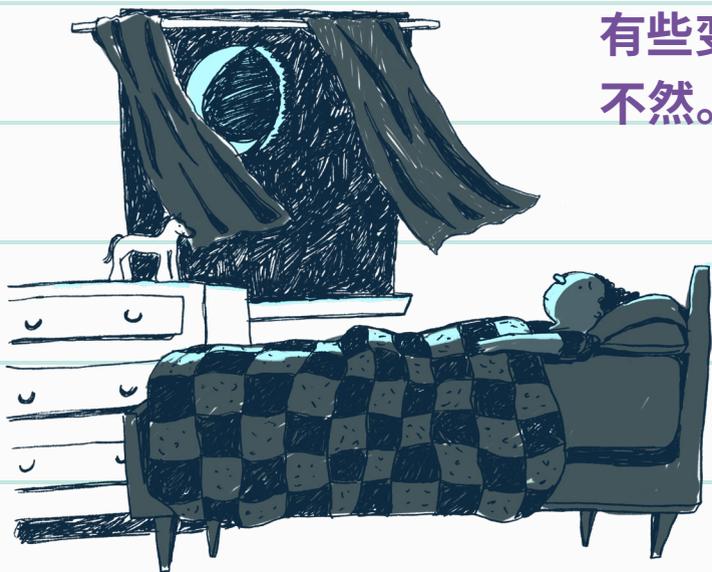
很快天气又会暖和到能吃紫冰棍了。

什么发生了变化？

什么没有变化？

当玛雅去和姨妈住在一起时，一些事情发生了变化。

有些变化可能感觉不错。有些可能不然。但有些事情会保持不变。



在玛雅的故事中，她不得不在姨妈家遵循不同的规则。但是她仍然可以玩她最喜欢的马玩具。



你在哪些方面发生了变化？

有你不喜欢的变化吗？

你能想到一个真正好的变化吗？



什么保持不变？

你还在做什么你喜欢做的事情？

是什么让你想起你还是原来的你？

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 300641

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

