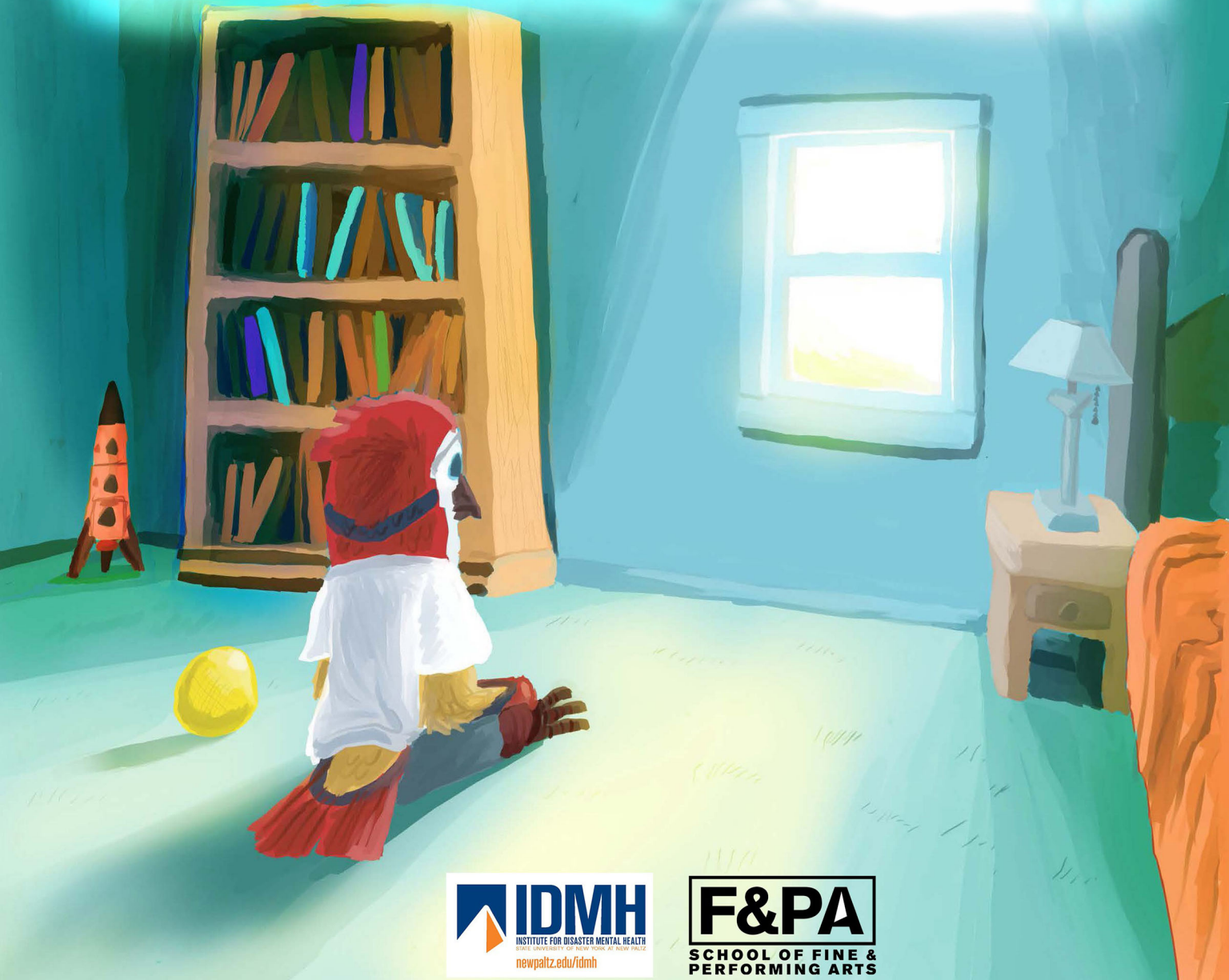


מצב יוצא דופן



מצב יוצא דופן

על ידי קסנדרה סורינון

מאוויר על ידי דויד פולק

מעוצב על ידי מקס זורליני



זכויות יוצרים 0202 YNUS weN ztlaP HMDI

כל הזכויות שמורות. אין לשכפל או להשתמש
בחלק מהספר הזה בשום אופן ללא אישור
בכתב מבעל זכויות היוצרים.

3-07808-875-0-879:NBSI

מספר בקרת ספריית הקונגרס: 8273290202

טקסט מאת קסנדרה סורינן
איורים מאת דיוויד פולק
עיצוב מקס זורליני



טל מצא את עצמו במצב יוצא דופן. הכל השתנה. כלום
כבר לא היה כמו קודם והוא הרגיש מאוד מבולבל. הוא
לא ידע מתי זה יגמר.





הוא לא סבל את המצב הזה. הוא כל הזמן חשב מתי זה יגמר כבר. ואז הוא ניסה לא לחשוב על זה ולשחק. אבל לא התחשק לו לעשות כלום. הכל נראה משעמם.

בהתחלה הוא חשב שזה לא יימשך הרבה
זמן. אולי כמה ימים. אבל זה לא השתנה.
שום דבר לא חזר להיות כרגיל. הוא ראה
שגם אמא ואבא לא התנהגו כרגיל.



אז הוא התחיל לחשוב - למה
הכל וכולם כל כך שונים? הוא
חשב שאולי זה בגללו.

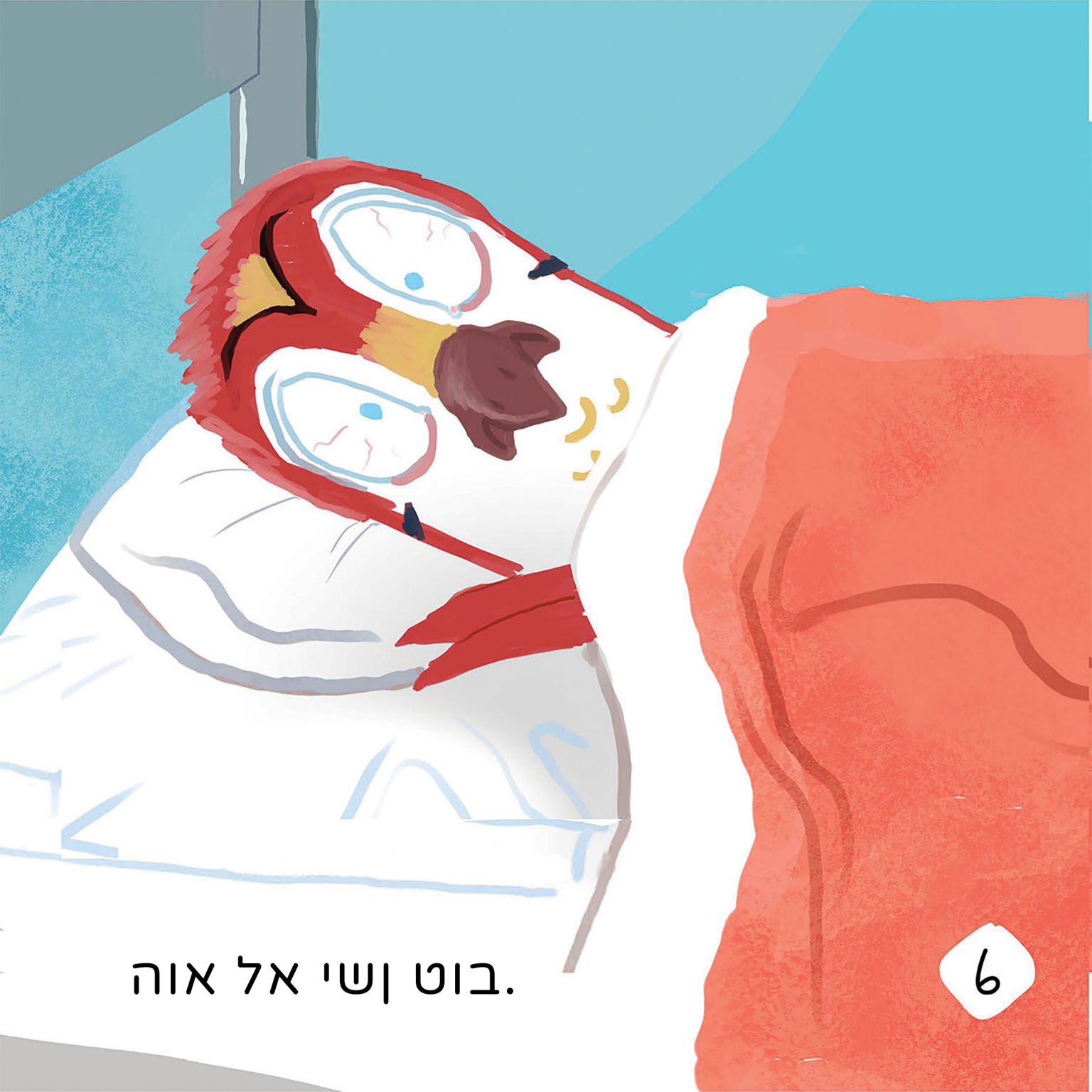
טל התחיל לצעוק ולהרביץ כדי
לא לחשוב על המצב.



אבל, אחרי שהוא התעצבן, הוא תמיד הרגיש
גרוע. הוא התבייש שעשה בעיות לאבא ואמא.



הוא גם התחיל להרגיש תחושות מוזרות
בגוף. כמו התכווצויות בבטן. לפעמים היה
עצוב. ולפעמים אפילו רצה לבכות. לפעמים
נהיה עצבני וכעוס ללא סיבה.



בוט נשי אל אוה.

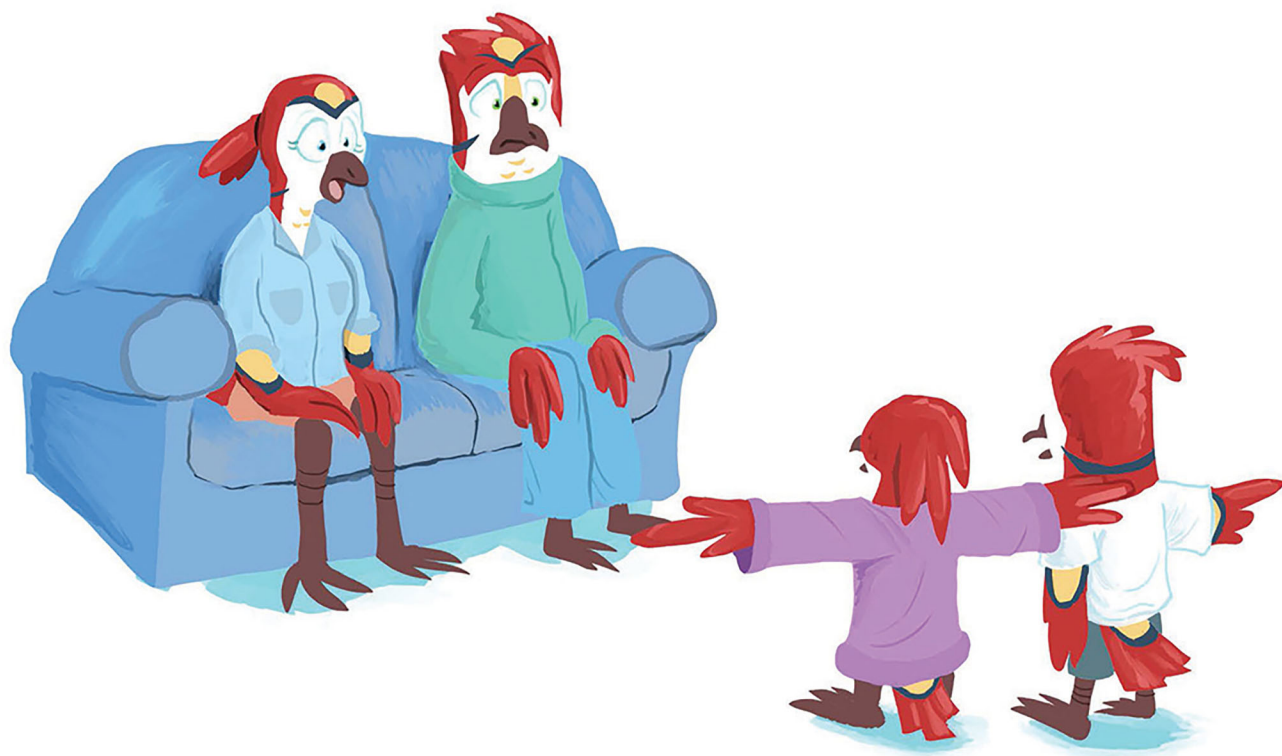
טל היה מאוד מבולבל מכל זה: הוא לא הבין מה קורה. הוא פחד לשאול את המבוגרים כי הם גם נראו עצבניים ומודאגים.





אבל הוא הרגיש בטוח לדבר עם
אחותו. אז הוא שאל אותה. היא הציעה
שילכו לדבר ביחד עם אמא ואבא.

בהתחלה אמא ואבא היו מופתעים
מהשאלות שלהם אבל הם הבינו שטל
ואחותו צריכים להבין מה קורה.



אז הם הסבירו את המצב לטל ואמרו
לו שגם הם מפחדים.



הם דיברו על זה ביחד וחשבו איך
אפשר לעזור אחד לשני.



לטל היו הרבה רעיונות ואבא ואמא
הקשיבו לו באמת.



הוא סיפר להם על
ההתכווצויות בבטן ועל
הבכי.

אחרי שגמרו לדבר, הם שיחקו וטל שמח כי
זאת הייתה הפעם הראשונה שהם שיחקו
כולם ביחד מאז שהתחיל המצב המסובך.



אחרי השיחה טל הרגיש יותר טוב כי הוא
הבין שזאת לא אשמתו. הוא גם ידע שאמא
ואבא גם מודאגים.



הוא לא היחיד שמבולבל
מהמצב.

הוא היה גאה שאמא ואבא הקשיבו
לו ולרעיונות שלו איך לעזור לכל
המשפחה להרגיש יותר טוב.



הם אמרו לו שחשוב לספר איך
הוא מרגיש.



טל חשב שזה לא קל לשאול שאלות ולהגיד
למבוגרים איך הוא מרגיש אבל רווח לו אחרי
שסיפר להם. הוא הרגיש הקלה; הוא היה פחות
מבולבל ופחות מודאג.

עכשיו הוא יודע שהוא יכול תמיד לשאול שוב
אם הוא יתחיל להרגיש מבולבל או אם הוא
ירגיש רגשות חזקים אחרים.



אי אפשר לשנות את המצב המסובך. גם אמא ואבא
לא יכולים לשנות אותו. אבל טל יכול לדבר עם
המבוגרים וזה עוזר לו להרגיש יותר טוב.



הוא גם יכול לצייר, לרקוד, לכתוב או
לשחק כדי להרגיש טוב יותר.

טל חשב שתוצו לשמוע את הסיפור
שלו בגלל שכל אחד יכול להיות
מבולבל לפעמים וזה בסדר. רק חשוב
לדבר עם אנשים שיכולים לעזור.



כשמילו עובר מצב מאוד חריג, הוא מתקשה להבין את רגשותיו לגבי מה שקורה. מילו לומד דרכים להבין מה קורה ושהמשפחה שלו שם כדי לעזור לו להבין איך להתמודד יחד עם המצב החריג.



לכולנו יש דברים שקורים לנו שאנחנו לא מבינים, ומילו רוצה לחלוק כמה דברים שגם אתם יכולים לעבור מצב לא רגיל!