我是伊莎贝拉



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：
- 你可能见到或与之交谈的人是谁
- 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

这是伊莎贝拉的故事。她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 朱莉
4

第 2 部分 电话访谈
14

第 3 部分 玛丽女士
20

第 4 部分 妈妈的会谈
31

第 5 部分 朱莉的来访
45

第 6 部分 另一次来访
49

第 7 部分 法庭
63

后记
81

第 1 部分

朱莉



今天 CPS 的人来我家。





她说她是“个案工作员”。



我从未听说过 CPS。那个叫朱莉的女士说 ...



...CPS 是“儿童保护局”...



... 她来问我妈妈的事。







朱莉想和我谈谈。她说，然后她会和 ...



... 我的一些老师和邻居聊聊。

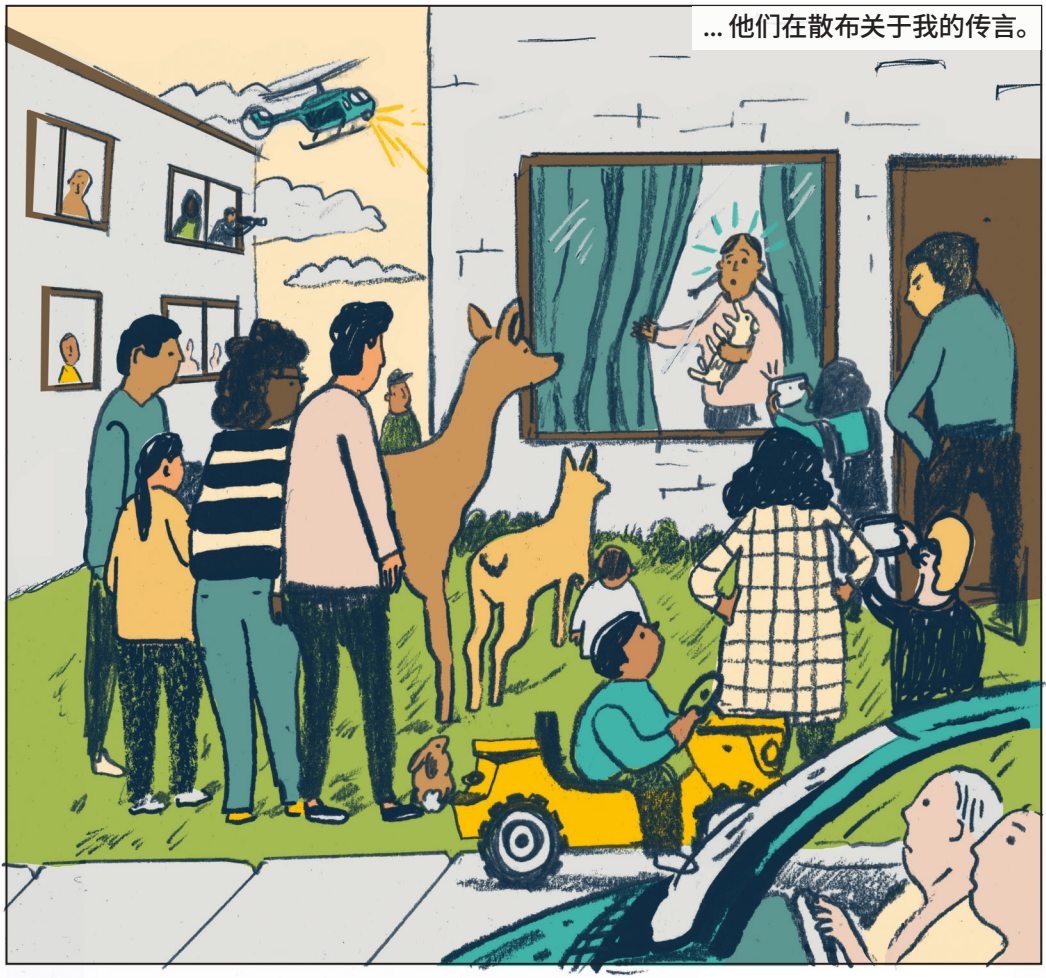




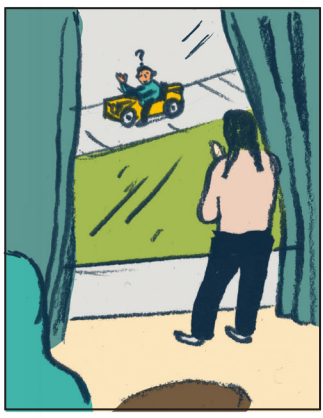
我不喜欢那样。



感觉就像 ...


... 他们在散布关于我的传言。





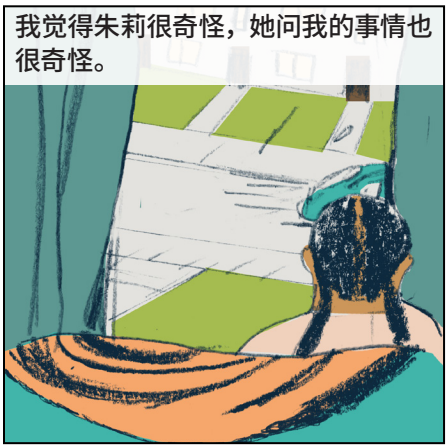



朱莉想和我单独谈谈。


我看得出妈妈生气了。


妈妈知道她要来吗?







那你呢？

你和朱莉这样的人谈过吗？

如果谈过，感觉如何？

如果没有，你觉得假如你谈过，你会感觉怎样？


第二天在学校 ...
怎么了，伊莎贝拉？你不吃东西。


我不知道。只是…家里的事情很奇怪。


昨天，我必须和这个来我们家的个案工作员谈话。
个案工作员


有一次我表哥父母吵架后，也有个案工作员去了他家。


真的？！


你知道发生了什么吗？
他们问了他很多问题吗？
他们问我一些问题，
比如，我有没有去上学？
... 家里有足够的食物吗？
... 有人伤
害我吗？
... 还有所有这些关于
我妈妈的男友迈克尔
他们为什么问这个？
你看。我是在上学！
我只是有时候会迟到！


我不知道，但我
表哥肯定不喜欢。


在个案工作员和
他谈过之后 ...


... 他妈妈不
得不去上课，
学习生气时
该怎么做。


哦…好的。


我想知道他们是否会来
学校，找更多的人交谈。






我讨厌别人
谈论我。



发生了什么事？

一个叫朱莉的个案工作员来到伊莎贝拉家，想知道她是否安全。大多数社区都有一个以保证儿童安全为职责的办公室。伊莎贝拉住的地方，叫儿童保护局（简称 CPS），但在不同的地方有不同的名称。

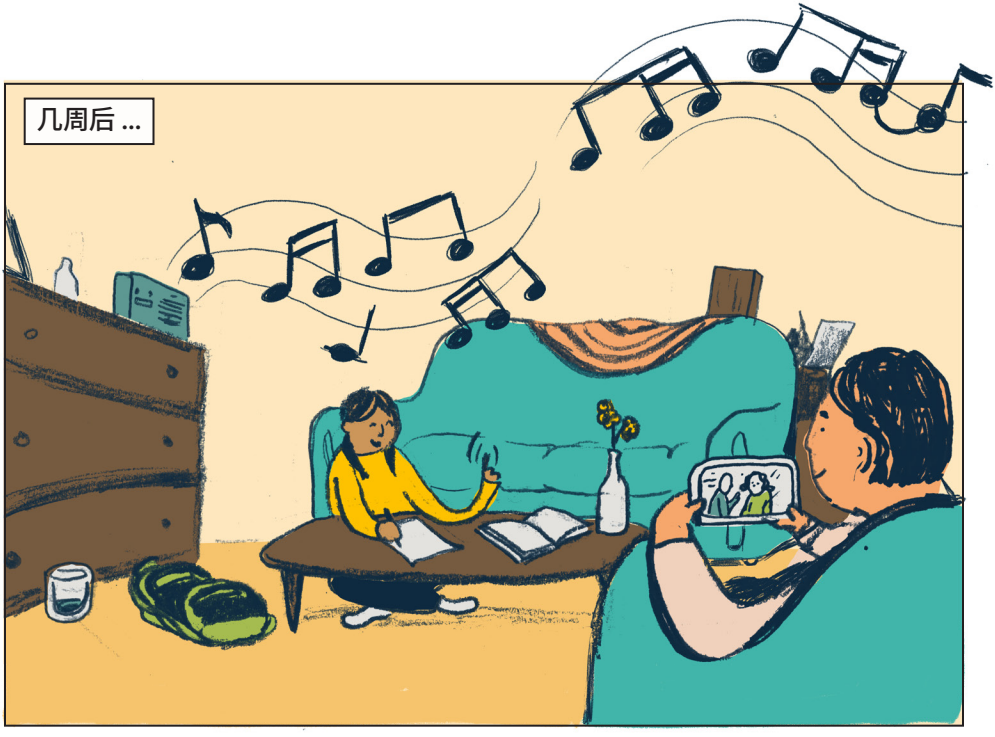
如果有人告诉他们某个孩子可能不安全，他们的工作就是查明真相。他们通过与家人和其他人（如邻居和老师）交谈来了解正在发生什么。

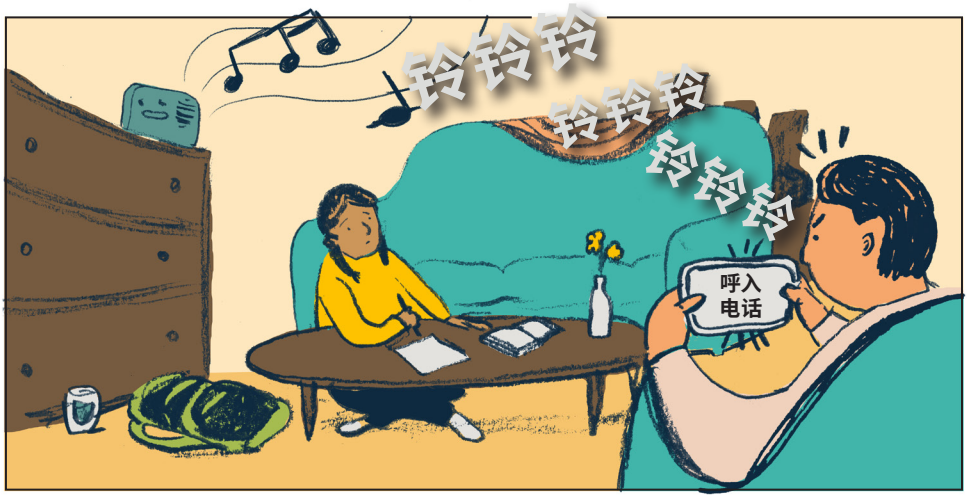
这一过程可称为调查，最后，如果个案工作员认为孩子是安全的，案件就会结束。如果个案工作员认为这个家庭需要更多帮助，他们会与他们会面，以确定他们需要什么样的帮助。



第 2 部分

电话通话

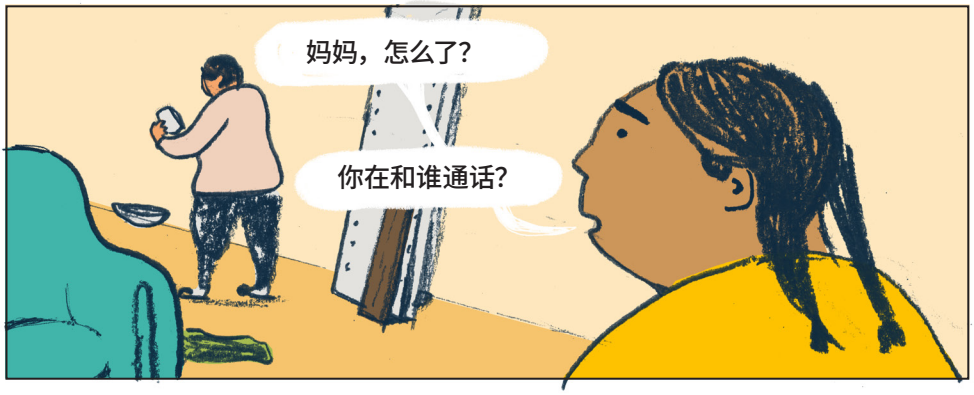



铃铃铃
铃铃铃
铃铃铃
呼入
电话






我能看出来，问题很严重。


妈妈，怎么了？
你在和谁通话？


做你的家庭作业吧，不要再烦我了！




对不起，亲爱的。这些人让我很生气，真是多管闲事！


你知道朱莉是怎么问你这些问题的吧？


是的，我有点厌倦这个了。

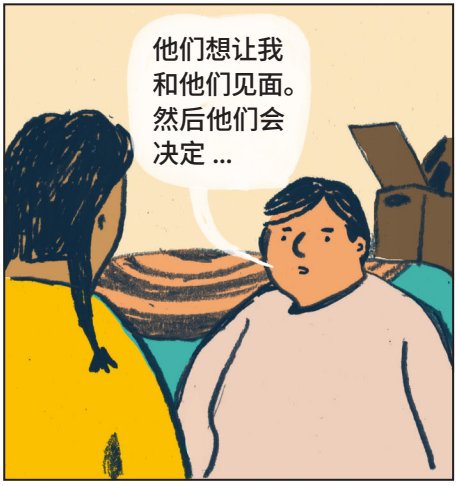

我知道。但她还没有离开呢。


可是，为什么呢?


我做错了什么吗?


我有麻烦了是吗?


不是。朱莉和 CPS 认为你现在在这里可能不安全。他们一直在和很多不同的人谈论我们。


他们想让我和他们见面。然后他们会决定 ...


... 是否一切正常。要不这段时间他们还会经常上门…


啊啊啊啊啊啊
啊啊啊啊


朱莉说放学后你可以见一个人，你可以和这个人谈谈所有这些。你明天去见见她怎么样？

发生了什么事？

办案人员请伊莎贝拉的母亲前来进行一次会谈。在他们的会谈中，他们将试图弄清楚这个家庭需要什么样的帮助才能安全。

第 3 部分

玛丽女士






我觉得每个人都知道我的事。
COMMUNITY
这太尴尬了!


其他孩子也来这里吗? 他们为什么来?


我去是因为朱莉和我妈妈。


我不认为我妈妈是个坏妈妈。


我们有什么要讨论呢?


阿莉克丝说，她的表哥以前和玛丽女士聊过…
… 还有她人真的很好。
我想我可以试一试。




我不想和
她聊天!


我根本
都不认
识她!









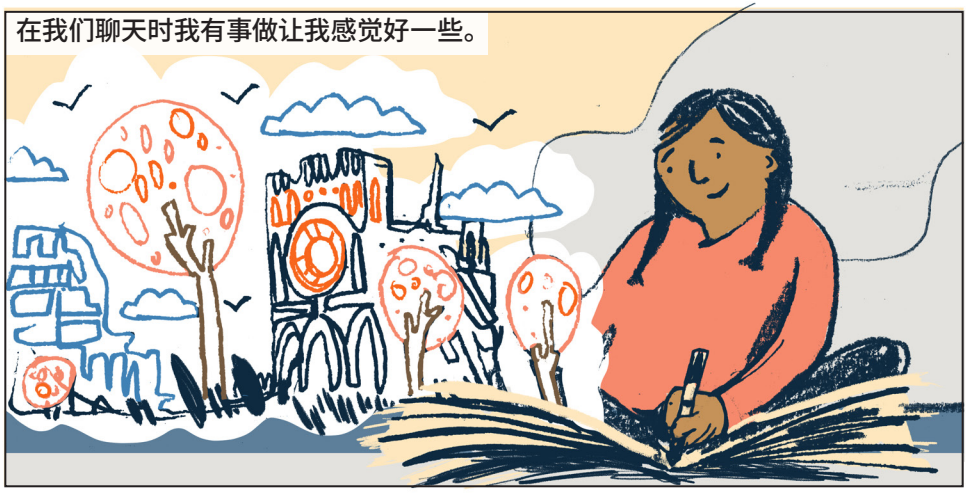
玛丽女士问我在学校最喜欢的科目是什么。我告诉她是历史。

她问我谁是我最好的朋友…
我告诉她是阿莉克丝。





然后她给了我一本涂色书。不是给小孩的涂色书，而是给大人的很酷的那种涂色书。


在我们聊天时我有事做让我感觉好一些。


我知道你可能不想谈这个。但是很多孩子都经历过你所经历的。


真的吗？不仅仅是我？


你们学校的其他孩子也遇到过个案工作员登门拜访。
他们可能会由于很多原因而拜访一个家庭。
有时候家人需要帮助很正常。
比如？


如果他们认为父母在伤害孩子，或者在孩子生病时没有照顾他们 ...
... 或者没有送他们上学，或者把他们一个人留在家里。
一个家庭也可能做得很好，但个案工作员必须检查，以确保万无一失。
这不会改变你是谁。


玛丽女士还试图让我谈谈我的感受!

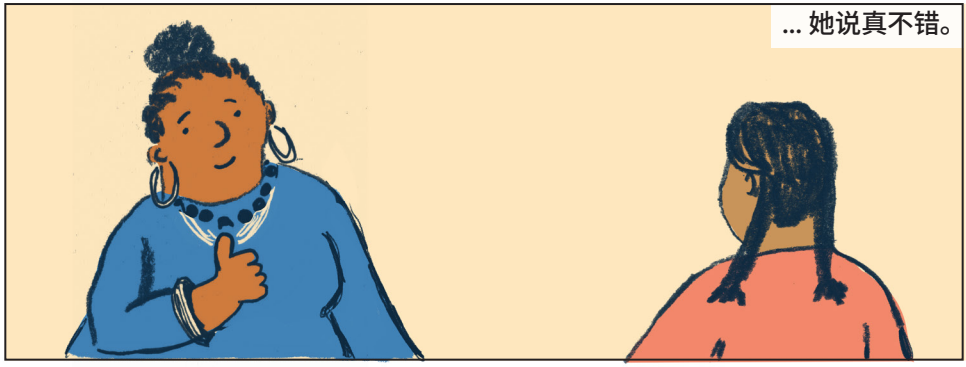

呃，恶心
我讨厌谈论感受。

但是…聊天实际上让我感觉更好。我知道这听起来有点老套。但是，随便吧。



她告诉我，通过交谈或写作来表达自己的感受是很好的。





她向我展示了一些我可以自己做的事情，帮助我在开始感到压力时平静下来。



比如深呼吸，并在脑海里从 10 开始倒数。



或者跟着我最喜欢的歌哼唱。





呼吸技巧

玛丽女士向伊莎贝拉展示如何使用呼吸练习来保持平静。当你感到有压力或不安时，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?

玛丽女士帮助伊莎贝拉应对她对所发生一切的一些感受。

你也可以寻求帮助。你可以找一个社工或心理咨询师谈谈。你可能会有一个权利倡导人或个案工作员来帮助你。

不要害怕向处理你的案子的成年人寻求帮助,或者让他们帮助你找到一个可以倾诉感受的人。



第 4 部分

妈妈的会谈










但是呢 ...


... 玛丽女士参与了进来。


我并不讨厌每周见到玛丽女士。


我觉得老师总是在寻找正确答案 ...


... 但玛丽女士除外。



支持圈

伊莎贝拉在生活中得到他人的支持。她最好的朋友阿莉克丝，她的妈妈，还有玛丽女士以不同的方式帮助她。

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。你的支持圈里有谁？他们做什么来帮助你？

朋友和其他成年人

家人

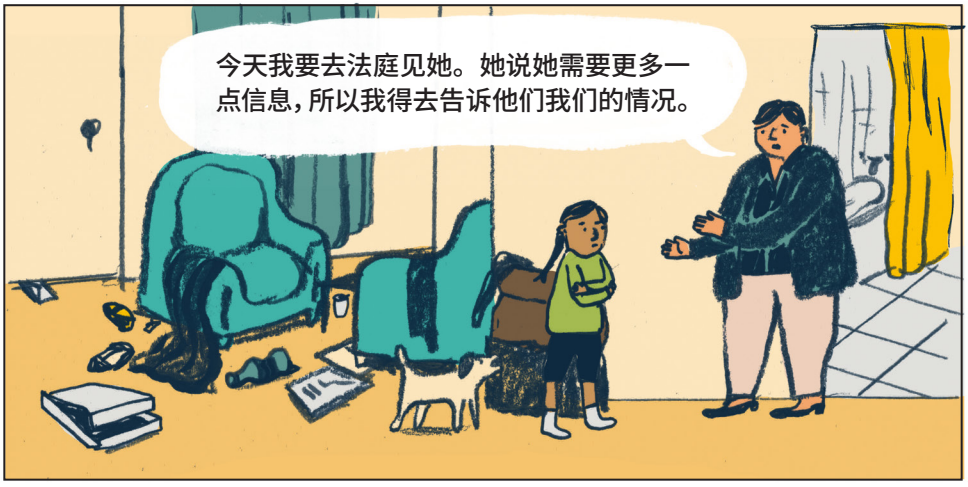
你


一天，妈妈看起来很紧张。


就像我在学校有大考的时候一样。


她穿的衣服也和平时上班穿的不一样。
妈妈，今天是上班的特殊日子吗?


你还记得朱莉吗?


今天我要去法庭见她。她说她需要更多一点信息，所以我得去告诉他们我们的情况。


法庭?
我是从电视上知道这个词的…
DIDN'T PAY
REQUESTS DAMAGES
原告胜诉


8:42


我们必须
走了!


你上学不能迟到!


我在任何一节课上都无法集中注意力。

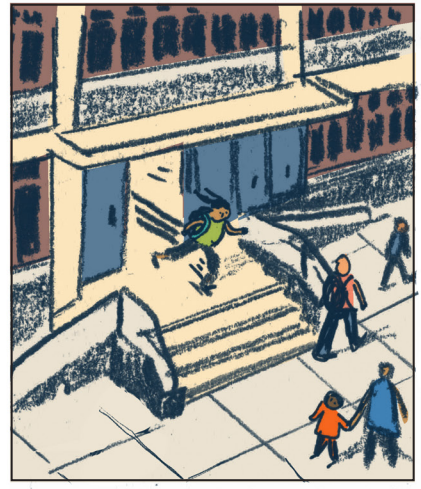

我在想我妈妈在做什么。
她是否一切正常。
事情是否会起变化。


我不想有
什么变化。
家
在家的感觉并不总是很好，
对每个人来说不都是这样吗？


铃声一响，我就往家跑。


铃铃
铃铃
铃铃






今天过得
如何?


好。法庭上
发生了什么?


你们谈到我了吗?


是的，我们谈到你有多聪明，你有多喜欢阅读以及和朋友一起玩。


他们还说了什么?
朱莉谈到你上学经常迟到，谈到我们的家和迈克尔，但我说你的老师对你只有夸赞之词。


接下来呢?


嗯，再也不许迈克尔来我们家了。


我必须去上一些课，因为朱莉认为我需要接受帮助，才能更好地照顾你 ...

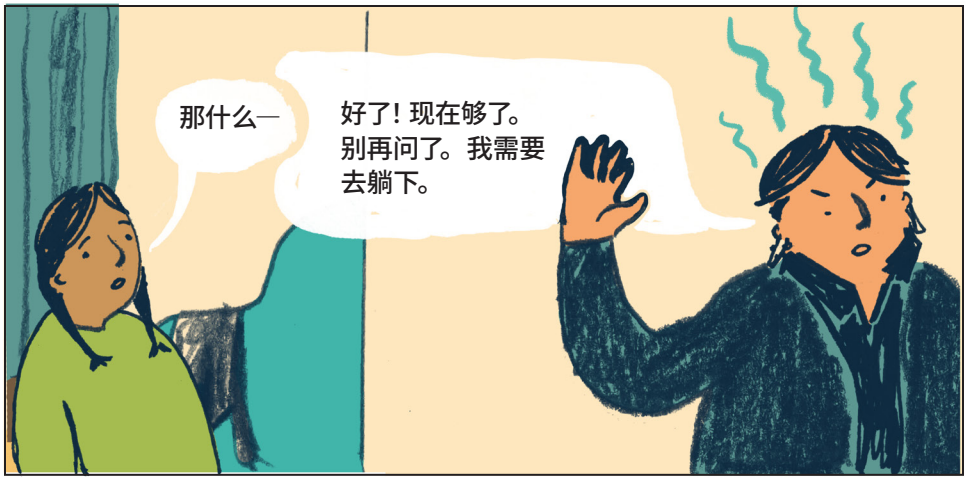

... 我需要更多地了解如何与像迈克尔这样的人建立健康的关系。


有点像学校。我会和一些人谈谈，确保我一切正常 ...


... 同时我也要一直上课。有点像家长会。真希望最后我会通过。


上学吗? 有老年人学校?


老人，
是吗?
他们还说，他们需
要继续和我们沟通，
以确保一切正常 ...
... 你可能会在学校
或家里看到朱莉或
她的一位同事。


那什么—
好了！现在够了。
别再问了。我需要
去躺下。




为什么朱莉要一直回来？她
能告诉我们该怎么做吗？
我生活中已经有很多成年人了——我不想再多一个！

发生了什么事？

个案工作员认为伊莎贝拉的妈妈需要接受帮助，才能更好地照顾她。他们在法庭上与她的妈妈会面，讨论此事，并弄清楚她需要什么样的帮助。

个案工作员可以和一个家庭一起工作，帮助他们的家变得更安全。他们可以推荐“服务”，比如养育课，治疗师帮助缓解情绪和压力，以及帮助处理家里的事情，比如打扫卫生或有足够的食物。他们也可以要求家人遵守规则，比如伊莎贝拉妈妈的男友就不能再过来了。



第 5 部分

朱莉的来访









但是朱莉每个月都会过来。



有时候我妈妈会生我的气，就像往常一样。





我看得出她已经厌倦了上班和上课。

朱莉来家访时总是这样。妈妈会让我去另一个房间。




她们会说话。然后轮到我和朱莉单独谈谈。


她问了我同样的问题，比如 ...


家里情况怎样了?
你准时到校吗?
你最近见过迈克尔吗?


然后她就会离开。


又来了...


还来 ...


还来 ...

发生了什么事?

在个案工作员给伊莎贝拉的妈妈提供服务后，朱莉定期去家里看看他们过得怎么样。

个案工作员将继续跟进，以确保帮助是有效的。当他们觉得家里安全时，他们就会离开这家人，案件就此结束。

如果服务没有让家里的情况变得更好，而且家庭对孩子来说仍然不安全，个案工作员可以要求这个家庭上庭。



第 6 部分

另一次来访






嗨，朱莉。她现在出去了，但你可以进来等着。







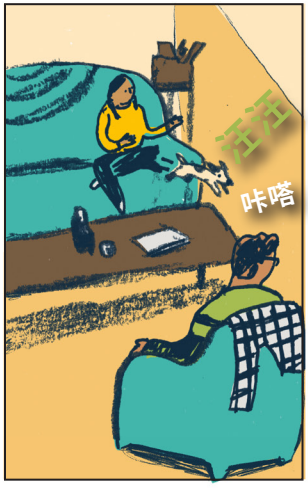






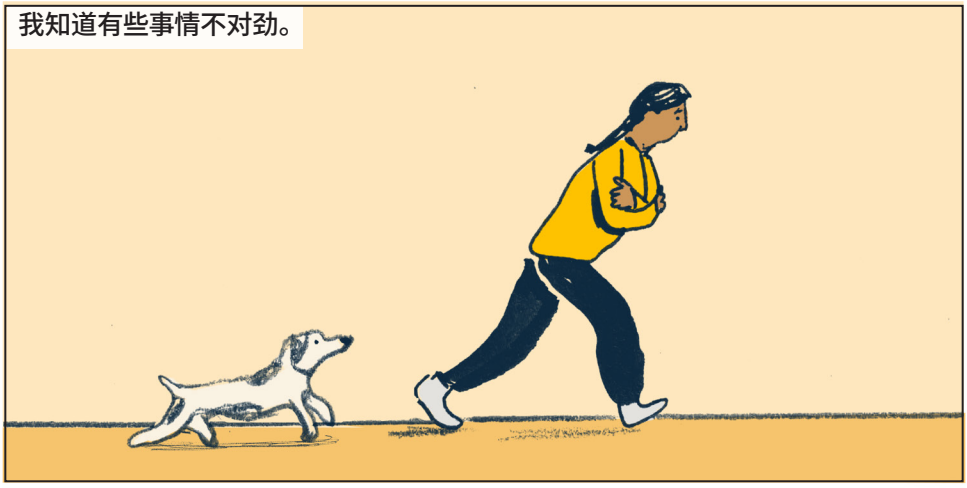

你经常一个人在家吗?
迈克尔多久来一次?
你妈妈在哪儿呢?


嗯…我不知道。我想我妈妈现在和她的朋友出去了。


汪汪
咔嗒


妈! 朱莉来了!


哦…伊莎贝拉，
去另一个房间
做作业。快!
妈! 怎么了?
朱莉需要和
你谈谈!


我知道有些事情不对劲。


朱莉问了我她通常的问题：
学校怎么样?
你准时到校了吗?
好。
然后她问了我更多关于独自在家以及见迈克尔的问题。


然后她就离开了。


妈妈，发生什么事了?
她说什么?
我不知道——
我们得等等看。


那周晚些时候 ...
哐铛
哐铛
哐铛
哐铛
哐铛
哐铛
哐铛
妈!
打住! 我正在做家庭作业呢!
什么?!
锅碗瓢盆的声音。你太吵了!
噢。对呀。是会议。我压力很大。我快要疯了。
为什么? 我觉得上次还行?


朱莉想谈谈她上一次来访。
伊莎贝拉，这次她想让你也上庭。
什么？我为什么要去？
法官想听听你的看法。
但是我不想上庭！
他们会问我什么呢？
如果我不知道答案呢？


妈，这太可怕了。
我不想这么做。


好。好吧。我知道
这看起来很可怕 ...


... 但是那里会有一位权
利倡导人，他会帮助你。


你看。我们以后
再谈这个。现在
去完成你的家
庭作业。你不是
要考试了吗?
是呀 ...




法庭?!?!
这太可
怕了!
会是怎样
的情况?
呃，也许玛丽女
士可以帮助我。


第二天 ...
嗨，伊莎贝拉!
你还好吗?
玛丽女士，他们想让我上庭!
可我不想这么做。我不知道该
说些什么。我很害怕。
进来，请随便坐。
好。
让我们花一分钟冷静下来，
谈谈这件事。想试试那种
放松运动吗?
好。

面条游戏

当伊莎贝拉心烦意乱时，
玛丽女士给她展示另一种放松身体的方法。



首先，站得非常直，
双手放在身旁，就像
一根生面条一样。

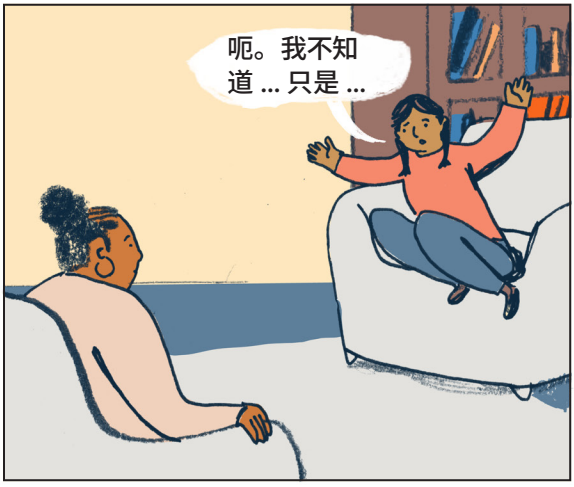


深呼吸，然后全身放松，
就像煮过的面条一样。

试着再做几次。
有点傻，但是很管用！


感觉好些了吗?
有一点。
好。你刚才说法庭?
你知道，我负责的很多孩子都会上庭。
这不一定就是有多可怕。但我明白给人的感觉可能就是这样 ...
我妈妈说他们想和我谈谈，
还要问我问题，
但是，如果我说错了什么呢?


你不会说错什么的。只需谈谈你所知道或看到的。
发生了什么，就是什么。


呃。我不知道 ... 只是 ...


假如朱莉上次来我家时，
我没有开门 ...
... 我感觉这是我的错。


这不是你的错！你对你妈妈的所作所为不负责任。
你没做错什么。


但是我不想让我妈妈有麻烦。
我知道你的想法。你没有做任何让她惹上麻烦的事。
好吧 ...
你知道吗，当你上庭时，通常会有一位权利倡导人和你一起工作。你见过这个人吗?
我妈说有这个人，但是我还没见过。
那好。这个人很棒。他的工作就是帮助你并回答你关于法庭的问题。
好吧 ...
你去见过你的权利倡导人后我们再见面，好吗?

发生了什么事？

伊莎贝拉发现她必须上庭。有时候孩子们不得不这么做。如果你真的要上庭，你可以寻求帮助，了解那里是什么样的，会发生什么。



第 7 部分

法庭






你好，阿尼塔！
你好！你是伊莎贝拉吗？
是呀


我是查克里。


很高兴认识你。我是你的
权利倡导人，我的职责就是
在你上庭时为你提供帮助。


你想来我办公室
聊一会儿吗？
好。


去吧。我就
等在外面。


你现在上几年级?
四年级。
历史。
你有喜欢的科目吗?


好。你不是很愿意来这里，对吧?
不是。


我明白。我小时候必须上庭，但我也不想去。但是感觉还可以。
真的?!


对呀。你想多了解一些法庭上发生的事情吗?
好。


我们何不先去看看法庭，我可以介绍一下，当我们上庭时你会看到哪些人。

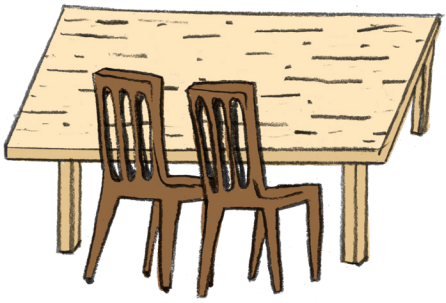
法庭

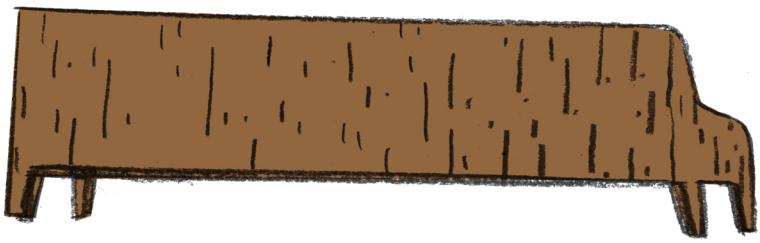
查克里带着伊莎贝拉去了法庭，告诉她所有出现在法庭的人会是谁，他们的工作是什么。

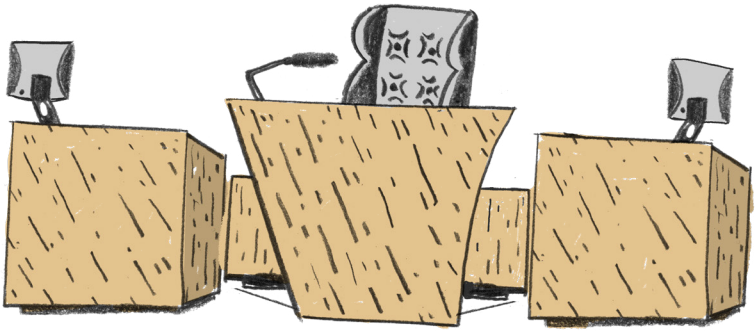
如果你必须去法庭，你所在的法庭看起来也许有点不同，但你可能会看到一些相同的人。

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。

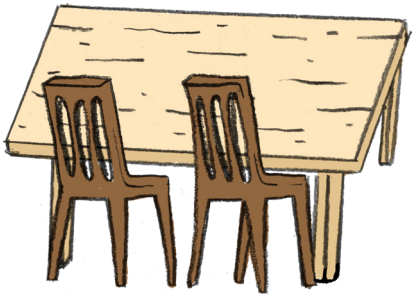


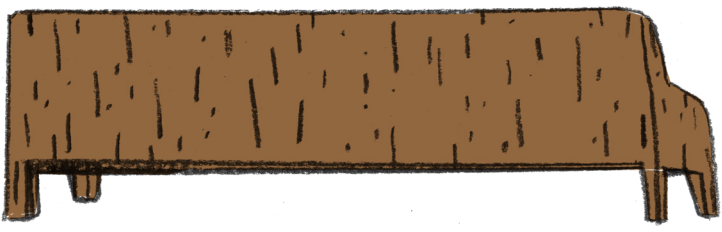













那就是法庭。
如果可以的话，我会在开庭那天和你一起进去。
我需要做什么呢？
法官可能只想让你进来一会儿...
... 或者他会让你留下来回答一些问题。视情况而定。
他可能会要求你作证，或者回答关于你的生活和家庭的问题。


如果他们问我一些我不明白的事情，怎么办？
如果他们问的问题让你困惑，就告诉他们你不明白，他们会再问一遍。你总可以慢慢回答。
这听起来太可怕了。


我知道这会有那种感觉。
当我不得不在法庭上发言时，
我仍然会感到紧张，尽管我
一直都在法庭上发言。


是吗?


哦，是哟。但是我努力用
我的放松办法来保持平静。


比如呼吸之类的?


对呀! 你知
道那个?


玛丽女士给
我演示过。


那太棒了。我也试着在进去之前想象我希望事情如何发展，这有助于我更加自信。
好。
下周法庭上见，好吗?
如果你有任何问题，就打电话给我，好吗?
好，谢谢
再见，查克里。

准备上庭

查克里向伊莎贝拉展示了她可以做的、用来减少紧张的不同事情，以及她可以为准备上庭做的一些事情。

以下是他告诉她的一些事情。

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东西可以让你感到平静，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

伊莎贝拉利用查克里的清单为她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：

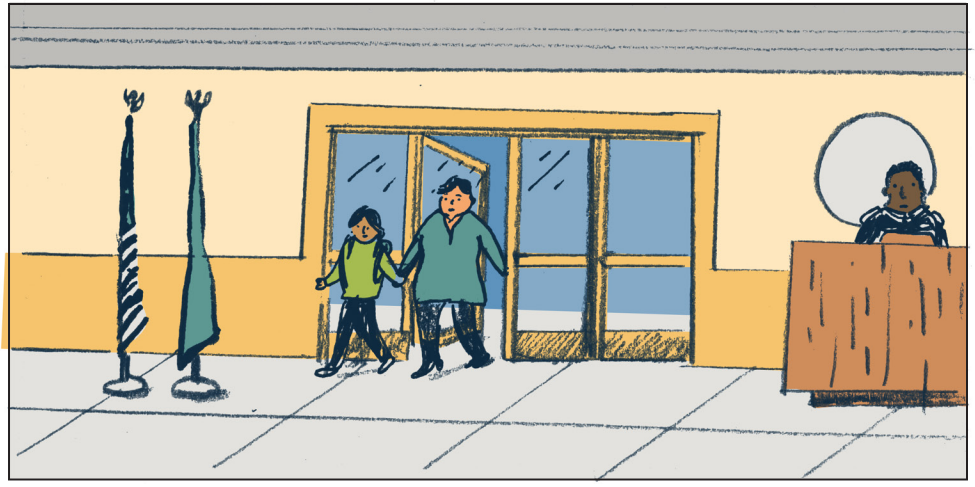
如果我紧张，我会：

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：


在接下来的一周我们都为出庭做准备。






嗨，伊莎贝拉！
你好，阿尼塔！


我现在必须进去了，
伊莎贝拉。回头见，
好吗？


我们就待在这里，直到他们叫我们进去，好吗？你有事情可以做吗？
有。










不一会儿，法庭干事来叫我们了…

法官和我想象的不一样，但他人很好。



我谈到了我和我妈妈。



很奇怪，因为有话筒，法官说他们正在录我说的话。



当他们问起迈克尔时，我很紧张，但我一直看着查克里 ...



... 回答之前做了深呼吸，这很有帮助。






不知不觉就结束了。
之后，查克里说我做得真的很好。
我想，情况确实没那么糟。
接下来呢?
法官将决定应该发生什么，并告知我们。



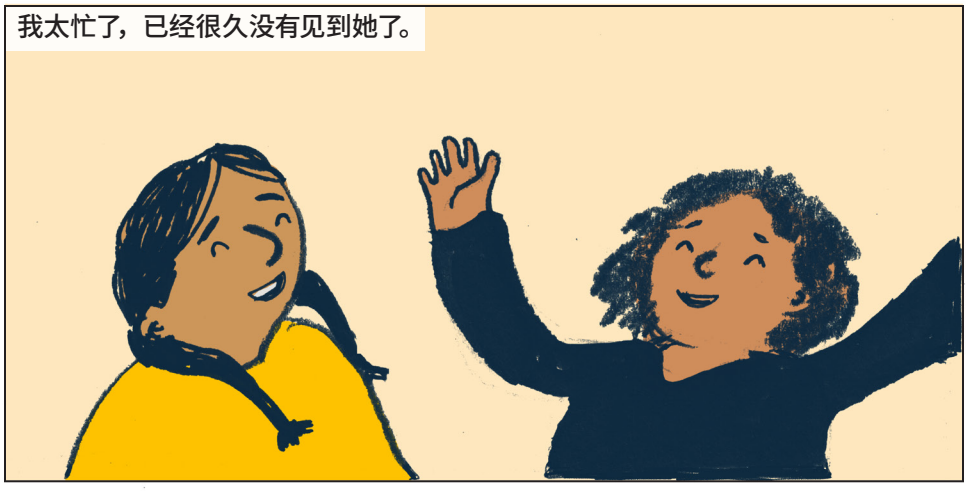






那天晚上妈妈说我可以去阿莉克丝家看电影。




我太忙了，已经很久没有见到她了。


再次成为一个普通的孩子感觉真好。

发生了什么事？

伊莎贝拉和她妈妈上庭和法官交谈。有时法官只是想见一个孩子，但其他时候希望孩子来法庭回答问题。这叫做作证。

伊莎贝拉得到一位权利倡导人的帮助，他向她解释了作证是什么感觉，并帮助她做好准备。

在法庭上听完每个人要说的话后，法官可以决定孩子待在家里是否安全，父母或监护人是否必须继续接受像上课这样的服务，或遵守更多规则。

如果法官认为孩子待在家里不安全，他们可以要求他们和其他人待在一起，比如家人、亲朋好友或另一个愿意提供帮助的家庭，直到他们能够安全回家。



后记。

伊莎贝拉的故事展示了家事法庭或抚养法庭可能发生的一些事情。

你的经历可能和她的不同，因为可能会发生很多不同的事情。但是，你对可能发生的事情了解得越多，你就越能做好准备，就越有能力去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 300644

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。



儿童保护局 (CPS)



儿童保护局律师



应诉人



儿童律师 (AFC)



诉讼监护人
(GAL)



法庭特别指定的权
利倡导人 (CASA)



社工





家庭 / 受害者权利倡导人

你可以把这些贴纸贴在 66-67 页的法庭画上。



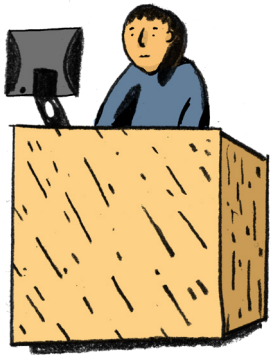
法官



律师或指派律师



法庭律师



法庭书记员
或法庭助理



法庭干事



法庭记录员



口译员

