

# Jika Ibu Bapa Kamu Sakit

Jika ibu bapa kamu sakit tenat, lembaran kerja ini akan membantu kamu belajar cara menjaga ibu bapa—dan diri sendiri!

## 1 MENJAGA IBU BAPA KAMU

Apakah jenis penyakit yang dihadapi ibu bapa kamu?

---

Apakah kesusahan yang dialami oleh ibu bapa kamu disebabkan penyakit itu?

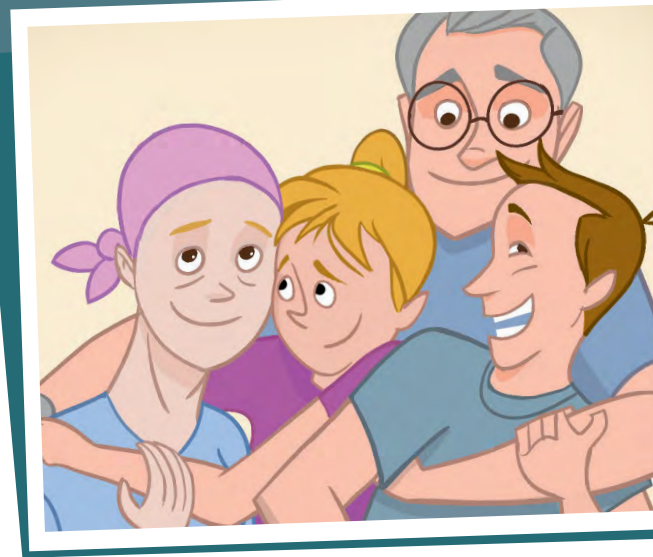
---



---



---



Apakah yang dapat kamu lakukan untuk membantu mereka?



### KETERBATASAN

---



---



---



---

### CARA MEMBANTU

---



---

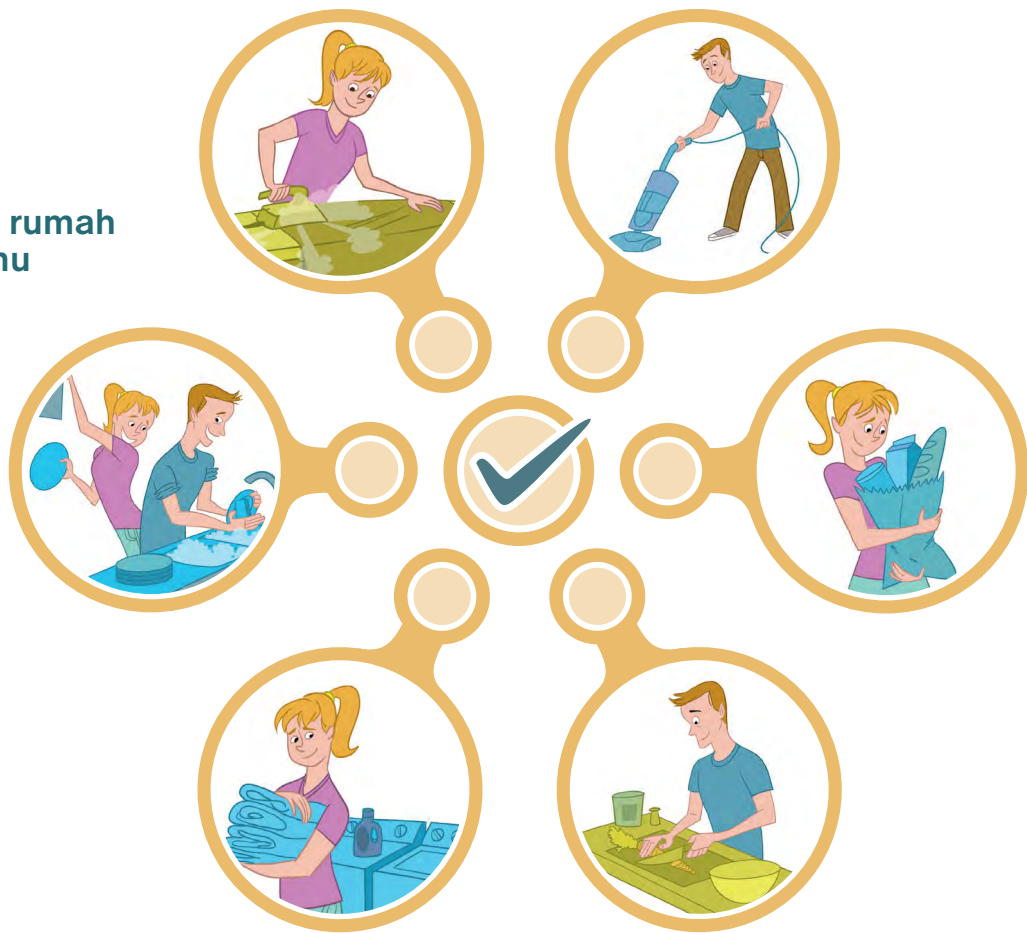


---



---

## Tandakan kerja rumah yang dapat kamu lakukan



Apakah yang dapat kamu lakukan untuk mengurangi tekanan emosi ibu bapa kamu?

---

---

---



Tip

Pupuklah perasaan “simpati.” (1 Petrus 3:8) Cuba faham perasaan ibu bapa kamu yang menderita akibat penyakit mereka. Contohnya, seorang wanita muda yang bernama Ellen berkata, “Selama beberapa tahun yang lalu, terdapat beberapa peristiwa istimewa dalam hidup saya yang tidak dapat disaksikan oleh ibu saya. *Saya sangat sedih, tetapi saya tahu bahawa ibu saya lagi sedih.*”



## 2 MENJAGA DIRI SENDIRI

“Kadangkala, saya perlu jaga ibu di hospital. Ada kalanya, saya bersendirian di rumah. Selepas keluar dari hospital, ibu saya berehat di rumah. Tetapi disebabkan pengaruh ubat, keadaannya kurang stabil. Saya rasa sangat penat kerana perlu menjaga keperluan fizikal dan emosi ibu saya.”—Gregory.



Apakah cabaran terbesar yang *kamu* hadapi semasa menjaga ibu bapa kamu?

Bagaimanakah kamu dapat menjaga diri secara fizikal?

LAKUKAN:

ELAKKAN:

Bagaimanakah kamu dapat menjaga diri secara emosi?

LAKUKAN:

ELAKKAN:

Bagaimanakah kamu dapat menjaga diri secara rohani?

LAKUKAN:

ELAKKAN:

## SUMBER BANTUAN

**Bible menyatakan,** “Sahabat sentiasa saling mengasihi, dan sanak keluarga saling menanggung kesusahan.” (Amsal 17:17) Senaraikan nama dua orang yang dapat kamu hubungi jika kamu memerlukan bantuan.



**Bible menyatakan,** ‘Serahkanlah kekhuatiranmu kepada Yehuwa, maka Dia akan membela kamu; Dia tidak akan membiarkan orang jujur dikalahkan.’ (Mazmur 55:23) Selaras dengan nasihat itu, apakah perkara spesifik yang dapat kamu sebut dalam doa kamu?

---

---

---

---



### Tip

Simpan satu senarai ayat Bible yang dapat membantu kamu. Ellen yang disebutkan tadi berkata, “Pada suatu hari, saya ter-baca ayat di Yesaya 46:4 yang menyatakan, ‘Aku tetap Tuhan kamu sampai kamu tua; Aku akan memelihara kamu sampai kamu beruban. Aku telah menciptakan kamu dan tetap akan menjaga kamu. Aku akan menolong dan menyelamatkan kamu.’ Ayat itu mengingatkan saya bahawa saya mahupun ibu saya tidak keseorangan. Yehuwa akan membantu kami dalam apa jua situasi.”

