

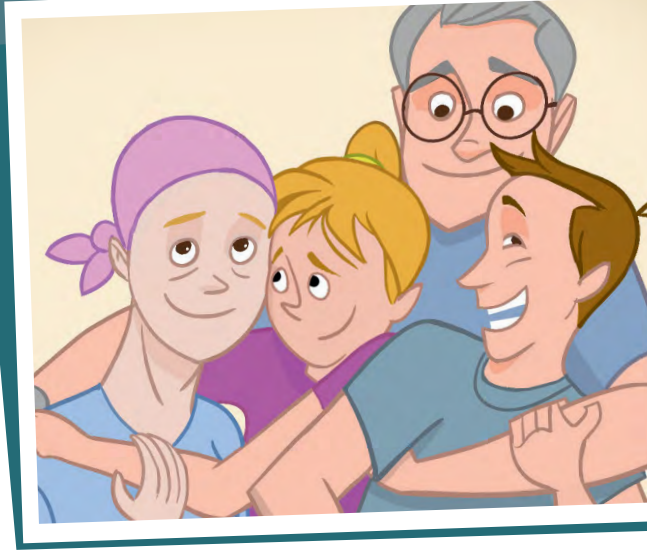
Annen ya da Baban Hastaysa

Annenin veya babanın kronik bir hastalığı varsa, bu kişisel analiz sayfası hem kendinle hem de onunla ilgilenmen için sana yardım edecek.

1 HASTA OLAN ANNE YA DA BABANLA İLGİLENMEK

Anne ya da babanın hastalığı ne?

Bu hastalık onu hangi açılardan kısıtlıyor?



Eğer yapabilirsen, zorlandığı hangi alanlarda ona yardımcı olabilirsin?



ZORLANDIĞI ŞEYLER

NASIL YARDIM EDEBİLİRSİN?

Yapabileceğin ev işlerini düşün



Anne ya da babanın hissettiği duygusal acıyı hangi yollarla hafifletebilirsin?

.....

.....

.....



Bir öneri

'Duygudaş olmayı' öğren (1. Petrus 3:8). Anne ya da baban için böyle bir hastalıkla mücadele etmenin nasıl bir şey olduğunu anlamaya çalış. Örneğin Ellen isimli bir genç kız şunları söylüyor: "Geçtiğimiz birkaç yıl içinde yaşadığım bazı önemli olaylarda annem yanımda olamadı. *Bu durum her ne kadar benim için zor olsa da, annem için daha da zor olduğunu biliyorum.*"



2 KENDİNLE İLGİLENMEK

“Günlerimi hastanede geçiriyor ya da evde tek başıma kalıyordum. Sonra annem hastaneden eve döndüğünde ağrı kesicilerin etkisinde olduğundan pek kendinde değildi. Annemin fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarıyla ilgilenmek çok zor oluyordu” (Gregory).



Anne ya da babana bakarken *senin* karşılaştığın en büyük zorluk nedir?

Fiziksel olarak kendinle nasıl ilgilenabilirsin?

YAPMAN GEREKENLER:

YAPMAMAN GEREKENLER:

Duygusal olarak kendinle nasıl ilgilenabilirsin?

YAPMAN GEREKENLER:

YAPMAMAN GEREKENLER:

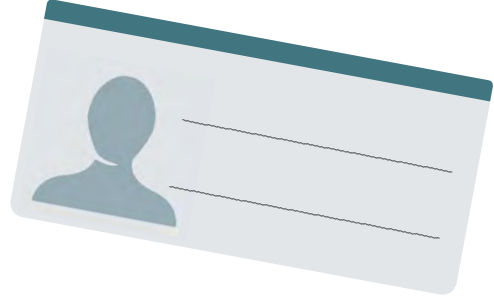
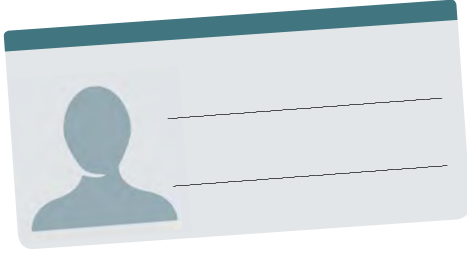
Ruhi ihtiyaçlarınla nasıl ilgilenabilirsin?

YAPMAN GEREKENLER:

YAPMAMAN GEREKENLER:

YARDIMCI OLABİLECEK NOKTALAR

Kutsal Kitap şöyle der: “Gerçek dost her zaman sever; o, sıkıntılı günler için doğmuş kardeştir” (Özdeyişler 17:17). Yardıma ihtiyacın olduğunda arayabileceğin iki kişinin ismini aşağıya yaz.



Kutsal Kitap şöyle der: “Sen yükünü Yehova’ya bırak, O sana destek olur. Doğru insanın sarsılmasına asla izin vermez” (Mezmun 55:22). Bu tavsiyeyle uyumlu olarak, duanda hangi özel ihtiyaçlardan bahsedebilirsin?



Bir öneri

Sana güç verecek ayetlerin bir listesini yap. Daha önce sözleri alıntılanan Ellen şunları söylüyor: “Bir gün ‘Siz yaşlandığınızda da Ben aynı olacağım, saçlarınıza ak düştüğünde de sizi taşıyacağım. Sizi taşıyacak, yüklenemeyecek, kurtaracağım’ diyen İşıya 46:4 ayetini okudum. Bu ayet bana hem annemin hem de benim yalnız olmadığımızı hatırlatıyor. Nelerle karşılaşırırsak karşılaşalım Yehova bize yardım edecek.”

