

## DEBRIEF DE ENCERRAMENTO TCK (ADOLESCENTES)

Nome:		Data:	
Localização:		Nome do Facilitador:	

### **Histórico, estações e linha do tempo**

Quando você chegou no país \_\_\_\_\_ pela primeira vez? Que idade você tinha? Quanto anos você morou nesse país?

Você poderia fazer uma linha do tempo, colocando os anos mais significativos da sua vida e os eventos marcantes?

Se você fosse dividir o seu tempo nesse país em diferentes etapas ou estações, que nomes você daria a cada uma delas? Por favor, compartilhe um pouco sobre cada etapa. Talvez alguma memória especial, ou algo que marcou a sua vida durante essa etapa? (pode ser positiva ou negativa)

Em qual lugar você se sente mais em casa?

## **SAUDE EMOCIONAL:**

**Quais itens caracterizam a sua experiencia nesse país?**

### **Emoções**

- contentamento
- otimismo
- alegria
- solidão
- paz
- medo
- irritação
- raiva
- ressentimento
- frustração

### **Sentimentos**

- sentimento de pertencer
- Sentir-se valorizado
- Sentir-se relaxado
- Sentir-se empolgado
- Sentir-se apatico
- Sentir-se deprimido
- Sentir-se aliviado
- Sentir entusiasmo
- Sentir-se realizado
- Sentir-se ansioso

### **Sintomas**

- sem clareza de pensamento
- conflitos constantes com outros
- sem conseguir alcançar objetivos
- sem inspiração
- Pouco compreendido
- Falta de confiança em si mesmo
- outros

Olhando para o seu tempo nesse país, o que você diria que foi o ponto alto para você? (poderá ser mais de uma situação).

O que foi a coisa mais difícil que você teve que passar morando neste país?

O que você tem aprendido durante o seu tempo nesse país? O que você vai levar consigo?

Compartilhe sobre momentos em que você sentiu que Deus estava perto durante o seu tempo nesse país.

Como você está se sentindo em deixar esse país?

## **Perdas**

- Qual é a pessoa que você vai sentir mais falta?
- Do que você vai sentir mais falta quando partir?

(Seja bem específico para fazer a lista de suas perdas. Coloque o nome das pessoas, da comida ou das coisas).

## **Transição**

- Você carrega alguma bagagem que precisa deixar para trás? (Exemplo: frustração, raiva, decepção, conflito com alguém)
- Tem alguma outra emoção que você gostaria de compartilhar?

## **Futuro**

- Como você se sente de estar indo para o país de seu passaporte pelos próximos dois anos?
- Você tem amigos, família lá?
- Como será o seu contato com seus amigos deste país?

## **Covid 19**

Como o covid 19 mudou os seus planos e sonhos?

Como você vê Deus no meio dessa situação?

Como posso orar por você?