

"NASZE EMOCJE"



Autor: Agnieszka Matias



"Dumna Dorotka i Jej Małe Zwycięstwo"

W niewielkim miasteczku pełnym kwitnących drzew mieszkała dziewczynka o imieniu Dorotka. Była bardzo pracowita, ale czasem brakowało jej odwagi, by próbować nowych rzeczy. Bała się, że sobie nie poradzi i że ktoś może się z niej śmiać. Często myślała: *„A co, jeśli mi się nie uda?”*

Pewnego dnia pani nauczycielka w szkole ogłosiła konkurs na najpiękniejszy rysunek wiosennego ogrodu. Dorotka bardzo lubiła rysować, ale wciąż miała w głowie myśl, że może jej rysunek nie będzie tak ładny jak innych dzieci. W domu usiadła przy biurku i pomyślała: *„A może jednak spróbuję?”*

Dorotka sięgnęła po kredki i zaczęła rysować. Najpierw narysowała duże, zielone drzewa, potem kolorowe kwiaty, ptaszki na gałęziach i małego motylka. Pracowała przez wiele dni, starając się, żeby każdy szczegół wyglądał pięknie. Czasami wydawało jej się, że coś robi źle, ale przypominała sobie, że ważne jest, by nie rezygnować. W końcu skończyła rysunek i z lekkim niepokojem oddała go pani nauczycielce.

Nadszedł dzień ogłoszenia wyników. Dorotka stała w tłumie dzieci i czuła, jak serce bije jej mocno ze zdenerwowania. Nauczycielka spojrzała na dzieci i powiedziała: *– „Pierwsze miejsce zdobyła Dorotka za swój piękny rysunek wiosennego ogrodu!”*

Dorotka była zaskoczona. Na jej twarzy pojawił się ogromny uśmiech. Poczwała coś bardzo wyjątkowego – ciepłe uczucie w środku, które nazwała dumą. Była dumna z tego, że spróbowała, że się nie poddała, i że jej rysunek się spodobał.

Od tego dnia Dorotka wiedziała, że warto próbować i dawać z siebie wszystko, nawet jeśli na początku wydaje się, że coś jest trudne. Zrozumiała, że duma to uczucie, które pojawia się, gdy robimy coś najlepiej, jak potrafimy, i nie rezygnujemy.

Morał: Duma pojawia się, gdy próbujemy czegoś nowego i wkładamy w to serce, nawet jeśli jest to dla nas trudne. Warto być dumnym z własnych wysiłków i tego, że się nie poddajemy.

Autor: Agnieszka Matias



"Radosna Różia i Tajemnicze Słoiki"

W małym miasteczku pełnym zielonych łąk i kolorowych kwiatów mieszkała dziewczynka o imieniu Różia. Różia miała jasne włosy i zawsze uśmiechnięte oczy. Bardzo lubiła cieszyć się z drobnych rzeczy – z pięknego motyla, który przysiadł na jej dłoni, czy ze smaku soczystego jabłka. Kiedy była radosna, zarażała uśmiechem wszystkich wokół.

Pewnego dnia, gdy wróciła do domu, zobaczyła, że na jej stoliku stoi kilka szklanych słoików. Każdy słoik miał etykietkę: „Radość z przyjaciółmi”, „Radość z pomagania” i „Radość z nauki”. Zdziwiona, podeszła do nich, a obok słoików znalazła karteczkę od mamy: *„Róziu, te słoiki są magiczne! Możesz do nich wkładać swoje wspomnienia, kiedy poczujesz radość.”*

Różia ucieszyła się i postanowiła spróbować. Następnego dnia, kiedy bawiła się z przyjaciółmi na placu zabaw, poczuła radość, gdy śmiali się wszyscy razem, pchając się na huśtawkach i robiąc wyścigi. Po powrocie do domu wzięła mały kawałek kolorowego papieru, narysowała uśmiechnięte buźki i włożyła go do słoika „Radość z przyjaciółmi”.

Kiedy indziej, pomogła starszej pani zebrać kwiaty w ogrodzie. Pani podziękowała jej z uśmiechem, a Różia poczuła w sercu ciepło i radość. Wzięła więc inny kawałek papieru, narysowała na nim serduszko i włożyła do słoika „Radość z pomagania”.

Słoiki Rózi zaczęły się powoli zapełniać. Każdego dnia odkrywała nowe sposoby, by cieszyć się chwilami. A kiedy miała gorszy dzień, wystarczyło, że otworzyła jeden ze słoików i przypomniała sobie te radosne momenty – od razu pojawiał się uśmiech na jej twarzy.

Od tamtej pory Różia wiedziała, że radość można znaleźć w wielu miejscach i że warto ją kolekcjonować w sercu – wtedy nigdy nie będzie brakować jej powodów do uśmiechu.

Morał: Radość jest w drobnych rzeczach – warto ją pielęgnować i zbierać jak skarby, bo dzięki niej nawet pochmurny dzień może stać się jaśniejszy.

Autor: Agnieszka Matias



"Smutny Szymek i Tęczowy Balonik"

W małym miasteczku otoczonym kwiatami i zielonymi łąkami mieszkał chłopiec o imieniu Szymek. Szymek zazwyczaj był wesoły i pełen energii, ale pewnego dnia coś poszło nie tak. Jego ulubiony balonik w kolorach tęczy, który dostał na festynie, pękł. Balonik był jego największym skarbem, a teraz został tylko mały kawałek gumy.

Szymek poczuł, jak jego serce robi się ciężkie. Smutek pojawił się jak wielka, szara chmura, a Szymkowi chciało się płakać. Wydawało mu się, że nic już nie będzie takie fajne, skoro jego balonik zniknął.

Mama zauważyła, że Szymek siedzi smutny i podeszła do niego. – „Szymku, widzę, że jesteś przygnębiony. Chcesz o tym porozmawiać?” – zapytała ciepło.

Szymek spojrzał na mamę z zaszklonymi oczami i powiedział: – „Mamo, mój balonik pękł. To był mój ulubiony balonik, a teraz już go nie ma”.

Mama przytuliła Szymka i powiedziała: – „Smutek jest normalnym uczuciem, Szymku, i każdy czasem go czuje. Możemy jednak znaleźć coś, co pomoże nam poczuć się lepiej.

Mama zaproponowała Szymkowi, żeby poszli na spacer po parku. Po drodze pokazała mu piękne kwiaty i kolorowe motyle. Szymek poczuł, że jego smutek powoli się zmniejsza. Kiedy doszli do stawu, zobaczyli dzieci puszczające kolorowe latawce. Szymek uśmiechnął się i zapomniał na chwilę o baloniku.

Mama przypomniała mu wtedy: – „*Pamiętaj, Szymku, że smutek nie trwa wiecznie. Możemy go poczuć i przeżyć, a potem zająć się czymś, co przynosi nam radość. Kto wie, może kiedyś dostaniesz nowy balonik?*”

Szymek uśmiechnął się do mamy i poczuł się lepiej. Zrozumiał, że chociaż czasem coś nas zasmuci, zawsze możemy znaleźć nowe, piękne rzeczy, które poprawią nam humor.

Morał: Smutek jest naturalnym uczuciem i każdy czasem go odczuwa. Ale smutek nie trwa wiecznie – warto znaleźć coś, co przyniesie nam radość i pomoże poczuć się lepiej.

Autor: Agnieszka Matias



"Strachliwy Staś i Cień na Ścianie"

W małym miasteczku, pełnym przyjaznych domów i uśmiechniętych ludzi, mieszkał chłopiec o imieniu Staś. Staś był bardzo ciekawy świata, ale czasem się bał, szczególnie gdy robiło się ciemno. Wtedy wyobrażał sobie różne straszne rzeczy i trudno mu było zasnąć. Nawet cienie na ścianie wydawały mu się dziwne i przerażające.

Pewnego wieczoru, gdy już leżał w łóżku, zauważył na ścianie dziwny cień. Wyglądał jak wielki potwór z długimi, ostrymi pazurami. Serce Stasia zaczęło bić mocno, a on schował się pod kołdrę. „*Co to za potwór?*” – pomyślał, bojąc się wyjrzeć spod kołdry.

Nagle usłyszał cichy głos mamy, która weszła do pokoju: – *”Stasiu, dlaczego się chowasz pod kołdrą?”*

Staś wystawił głowę i pokazał palcem cień na ścianie. – *„Tam jest potwór, mamo!”* – wyszeptał.

Mama spojrzała na cień i uśmiechnęła się. – *„Stasiu, czasem rzeczy, które wydają się straszne, wcale nie są takie, jak nam się wydaje. Zobaczmy, co to naprawdę jest”*.

Mama wzięła Stasia za rękę i razem podeszli do okna. Kiedy odsłoniли zasłonę, zobaczyli, że „potwór” to tylko cień drzewa rosnącego pod oknem, a jego „pazury” to gałęzie, które poruszał wiatr. Staś zaczął się śmiać, a jego strach zniknął jak bańka mydlana.

Od tej pory Staś zrozumiał, że strach czasem wyolbrzymia rzeczy i że warto je sprawdzić, zanim się przestraszymy. Wiedział, że kiedy znowu się czegoś przestraszy, wystarczy spojrzeć jeszcze raz i sprawdzić, czy to na pewno jest tak straszne, jak się wydaje.

Morał: Czasem rzeczy, których się boimy, wcale nie są tak straszne, jak nam się wydaje. Warto przyjrzeć się im z bliska, bo wtedy strach może zniknąć i ustąpić miejsca odwadze.

Autor: Agnieszka Matias



"Wstydlivy Wiktor"

W małej wiosce nad jeziorem mieszkał chłopiec o imieniu Wiktor. Wiktor był bardzo ciekawy świata i miał mnóstwo pytań, ale często się wstydził, zwłaszcza gdy nie znał odpowiedzi na pytania albo gdy coś mu nie wychodziło. Kiedy tylko ktoś na niego spojrział, robił się czerwony jak buraczek i spuszczał głowę. Bardzo nie lubił, kiedy ktoś widział jego wpadki.

Pewnego dnia w szkole, pani nauczycielka poprosiła dzieci, aby opowiedziały, co wiedzą o zwierzętach w lesie. Wiktor uwielbiał zwierzęta, ale na samą myśl o mówieniu przed klasą poczuł, jak serce mu przyspiesza, a ręce zaczynają się pocić. Bał się, że powie coś głupiego i wszyscy będą się śmiali.

Kiedy przyszła jego kolej, Wiktor spuścił głowę i cicho powiedział: – *„Przepraszam, ale nie chcę mówić”*.

Pani nauczycielka zauważyła, że Wiktor się wstydzi, więc uśmiechnęła się do niego i delikatnie zapytała: – *„Wiktorku, dlaczego nie chcesz się z nami podzielić tym, co wiesz?”*

Wiktor wzruszył ramionami i odpowiedział: – *„Boję się, że się pomylę, i wtedy wszyscy się będą śmiać”*.

Pani nauczycielka spojrzała na dzieci i powiedziała: – *„A kto z was kiedyś się pomylił?”*

Ku zaskoczeniu Wiktora wszystkie dzieci podniosły ręce, nawet pani nauczycielka.

– „Widzisz, Wiktorze” – powiedziała pani – „wszyscy czasem się mylimy i czasem się wstydzimy. Ale to jest zupełnie normalne! To, co ważne, to próbować i mówić o swoich pomysłach. Dzięki temu uczymy się i stajemy się odważniejsi”.

Wiktor chwilę się zastanowił, a potem wziął głęboki oddech i zaczął opowiadać o tym, jak sarny chowają się w lesie, kiedy ktoś je płoszy. Był tak pochłonięty opowiadaniem, że nawet nie zauważył, kiedy skończył. Dzieci słuchały z zaciekawieniem i nikt się z niego nie śmiał.

Od tamtej pory Wiktor wiedział, że nawet jeśli czasem się wstydzi, to warto przełamać ten strach i dzielić się tym, co ma w sercu.

Morał: Każdy czasem czuje wstyd, ale warto próbować i mówić o swoich pomysłach, bo w ten sposób uczymy się i stajemy się odważniejsi.

Autor: Agnieszka Matias



"Niespodzianka dla Zosi"

W małym, kolorowym miasteczku mieszkała dziewczynka o imieniu Zosia. Zosia była bardzo ciekawa i zawsze chciała wiedzieć, co się dzieje wokół. Uwielbiała, gdy wszystko szło zgodnie z planem, dlatego zaskoczenia bywały dla niej czasem trudne.

Pewnego dnia, gdy wróciła ze szkoły, zauważyła, że w domu jest dziwnie cicho. Zazwyczaj mama i tata witali ją w progu, a tym razem nikogo nie było. *"Gdzie oni się podziali?"* – zastanowiła się Zosia, zaczynając czuć lekkie zaniepokojenie.

Przeszła do salonu, a wtedy... **nagle** zza kanapy wyskoczyła jej mama, tata, babcia i dziadek, a nawet kuzynka Ania! Wszyscy krzyknęli: – *„Niespodzianka! Wszystkiego najlepszego, Zosiu!”*

Zosia aż otworzyła buzię ze zdziwienia. Całkiem zapomniała, że to jej urodziny! Wszyscy ustawili się wokół wielkiego, kolorowego tortu, na którym paliły się świece. Wszędzie były baloniki i kolorowe serpentyny. Zosia była tak zaskoczona, że przez chwilę nie wiedziała, co powiedzieć, a potem uśmiechnęła się szeroko.

Mama przytuliła ją i powiedziała: – *„Widzisz, Zosiu, czasem zaskoczenie jest bardzo miłe! Nie zawsze musimy wszystko wiedzieć z wyprzedzeniem. Czasem to, co nieoczekiwane, może być wyjątkowe i pełne radości”*.

Zosia zrozumiała, że zaskoczenia nie muszą być złe – czasem są pełne niespodzianek i miłych chwil. Od tamtego dnia polubiła momenty, kiedy coś niespodziewanego się wydarzało, bo wiedziała, że niektóre niespodzianki przynoszą dużo radości.

Morał: Zaskoczenia mogą być mile i pełne radości. Czasem warto pozwolić sobie na chwilę niepewności, bo to, co niespodziewane, może przynieść nam szczęście i piękne chwile.

Autor: Agnieszka Matias



"Zły Zygmunt i Zaczarowany Kamyk"

W pewnym małym miasteczku mieszkał chłopiec o imieniu Zygmunt. Zygmunt był bardzo miły, ale czasem potrafił się porządnie zezłościć, zwłaszcza gdy coś mu nie wychodziło albo gdy ktoś nie chciał robić tego, co on chciał. Kiedy był zły, tupał nogami, krzyczał, a czasem nawet rzucał swoimi zabawkami.

Pewnego dnia, gdy Zygmunt nie mógł złożyć klocków tak, jak sobie wymarzył, poczuł, że złość rośnie w nim jak wielki, czerwony balon. Nagle kopnął swoje klocki i zaczął krzyczeć: – „*To wszystko jest głupie! Nie chcę się już bawić!*”

Mama Zygmunta zobaczyła to i zaproponowała mu spacer do parku, aby mógł się uspokoić. W parku było cicho, zielono i słychać było tylko śpiew ptaków. Zygmunt poczuł się trochę lepiej, gdy nagle coś zabłyszczało między liśćmi. Pochylił się i znalazł mały, gładki kamyk.

Kiedy podniósł kamyk, usłyszał cichy głosik: – „*Zygmuncie, jestem Kamykiem Spokoju. Jeśli mnie potrzymasz, pomogę ci, kiedy poczujesz złość. Pamiętaj, że zanim wybuchniesz, warto najpierw policzyć do dziesięciu, żeby się uspokoić*”.

Zygmunt spojrział na kamyk i uśmiechnął się. Nie wiedział, że kamyki mogą mówić, ale postanowił spróbować. Kiedy wrócił do domu i znowu nie mógł ułożyć klocków, poczuł złość, ale zamiast rzucać zabawkami, wziął Kamyk Spokoju do ręki i zaczął liczyć: – „*Jeden... dwa... trzy...*”

Kiedy doszedł do dziesięciu, jego złość była już dużo mniejsza. Zamiast tupać i krzyczeć, usiadł i spróbował znowu ułożyć klocki. Tym razem udało mu się stworzyć piękną wieżę! Zygmunt był bardzo dumny i wiedział, że Kamyk Spokoju naprawdę działa.

Od tego dnia, kiedy Zygmunt czuł, że złość zaczyna w nim rosnać, sięgał po Kamyk Spokoju i liczył do dziesięciu. Dzięki temu potrafił radzić sobie z emocjami i czuł się spokojniejszy.

Morał: Każdy czasem czuje złość, ale warto nauczyć się ją kontrolować, na przykład licząc do dziesięciu. Dzięki temu możemy się uspokoić i znaleźć lepsze rozwiązania.

Autor: Agnieszka Matias