

Przygoda Michałka w Krainie Spokoju

Przygoda w Krainie Spokoju.

Był sobie mały chłopiec o imieniu Michałek. Michałek miał trzy lata i mieszkał z mamą i tatą w małym domku na skraju lasu. Michałek bardzo lubił bawić się w swoim pokoju, ale czasami, kiedy mama lub tata prosili go o coś, czego nie chciał robić, Michałek wpadał w złość. Krzyczał, pisał, a nawet kopał i bił pięściami. Mama i tata byli bardzo zmartwieni, bo nie wiedzieli, jak pomóc Michałkowi.

Pewnego dnia, gdy Michałek bawił się w swoim pokoju, usłyszał dziwny dźwięk. To był gwizd pociągu! Michałek podbiegł do okna i zobaczył coś niesamowitego – na środku jego pokoju stał mały, kolorowy pociąg. Pociąg miał napis “Krainy Spokoju” na boku.

Podróż do Krainy Spokoju.

Michałek, pełen ciekawości, wsiadł do pociągu. Gdy tylko usiadł na miękkim siedzeniu, pociąg ruszył. Przez okna Michałek widział, jak jego pokój znika, a na jego miejscu pojawiają się kolorowe krajobrazy, pełne kwiatów, drzew i śpiewających ptaków. Pociąg jechał coraz szybciej, aż w końcu zatrzymał się na stacji oznaczonej napisem “Krainy Spokoju”.

W Krainie Spokoju.

Michałek wysiadł z pociągu i rozejrzał się. Kraina Spokoju była pełna uśmiechniętych dzieci i zwierząt, które bawiły się razem. Nagle podszedł do niego mały, uśmiechnięty miś o imieniu Misiu Spokojniś.

- Witaj, Michałku! – powiedział Misiu Spokojniś. – Słyszałem, że czasami masz trudności z radzeniem sobie ze złością.

Michałek spojrzał na Misia i kiwnął głową.

- Chodź ze mną, pokażę ci coś, co może ci pomóc – powiedział Misiu Spokojniś i poprowadził Michałka do małego, kolorowego domku.

Zabawne i Ciekawe Zadania.

W domku Misiu Spokojniś pokazał Michałkowi różne zabawki i gry. Była tam specjalna piłka do rzucania, kiedy czuł się zły, oraz kolorowe klocki do układania, które pomagały mu się uspokoić. Michałek nauczył się, że kiedy czuje złość, może wziąć głęboki oddech i policzyć do dziesięciu, zanim zacznie krzyczeć.

Misiu Spokojniś także pokazał Michałkowi, jak ważne jest słuchanie rodziców. Wspólnie zagraли w grę, w której Michałek musiał słuchać poleceń Misia, aby wygrać. Michałek zrozumiał, że współpraca i słuchanie przynoszą najlepsze rezultaty.

Nauka o Niekrzywdzeniu.

Misiu Spokojniś usiadł z Michałkiem na miękkiej poduszce i powiedział:

- Michałku, ważne jest, aby nikogo nie krzywdzić ani nie bić. Kiedy kogoś bijesz, sprawiasz mu ból, a to jest bardzo nieprzyjemne. Zamiast tego, kiedy czujesz złość, spróbuj powiedzieć, co cię martwi lub czego potrzebujesz. Rozmowa jest najlepszym sposobem na rozwiązanie problemów.

Michalek zrozumiał, że krzywdzenie innych jest złe i że lepiej jest rozmawiać o swoich uczuciach i potrzebach.

Misiu Spokojniś miał jeszcze jedną ważną lekcję dla Michałka.

- Michałku, kiedy jesteśmy chorzy, musimy przyjmować lekarstwa, nawet jeśli nie smakują nam najlepiej. Lekarstwa pomagają nam wyzdrowieć, dzięki czemu możemy wrócić do przedszkola i bawić się z przyjaciółmi. Pamiętaj, że mama i tata zawsze chcą dla ciebie jak najlepiej.

Michalek zrozumiał, że przyjmowanie lekarstw jest ważne dla jego zdrowia i że warto to robić, aby szybko wyzdrowieć.

Misiu Spokojniś miał jeszcze jedną ważną lekcję dla Michałka.

- Michałku, ważne jest, aby nie wymuszać krzykiem długiego oglądania bajek. Kiedy krzyczysz, rodzice czują się smutni i zmęczeni. Lepiej jest porozmawiać z nimi spokojnie i zapytać, czy można obejrzeć jeszcze jedną bajkę. Rodzice zawsze chcą dla ciebie jak najlepiej i na pewno znajdą sposób, abyś był szczęśliwy.

Michalek zrozumiał, że krzykiem nie osiągnie swojego celu, a rozmowa z rodzicami jest lepszym rozwiązaniem.

Po całym dniu pełnym zabawy i nauki Michalek poczuł, że jest gotowy wrócić do domu. Wsiadł z powrotem do pociągu, a Misiu Spokojniś pomachał mu na pożegnanie.

- Pamiętaj, Michałku, zawsze możesz wrócić do Krainy Spokoju, kiedy tylko będziesz tego potrzebował – powiedział Misiu Spokojniś.

Pociąg ruszył, a krajobrazy za oknem znów zaczęły się zmieniać. Wkrótce Michalek zobaczył swój pokój i poczuł, jak pociąg delikatnie się zatrzymuje.

Michalek wysiadł z pociągu i rozejrzał się po swoim pokoju. Wszystko wyglądało tak samo, ale Michalek czuł się inny. Wiedział, że teraz potrafi radzić sobie ze złością, słuchać swoich rodziców, nie krzywdzić innych, przyjmować lekarstwa, kiedy jest chory i nie wymuszać krzykiem długiego oglądania bajek. Kiedy mama poprosiła go, żeby umył zęby, Michalek wziął głęboki oddech, policzył do dziesięciu i poszedł do łazienki.

Mama i tata byli bardzo dumni z Michałka. Wiedzieli, że ich syn nauczył się czegoś bardzo ważnego. Michalek zrozumiał, że współpraca i słuchanie rodziców

przynoszą najlepsze rezultaty, a kiedy czuje złość, zawsze może wrócić do Krainy Spokoju w swojej wyobraźni.

- Michałku, co najbardziej podobało ci się w Krainie Spokoju? – zapytała mama.
- Podobało mi się, że mogłem się uspokoić i bawić się z Misiem Spokojnisiem – odpowiedział Michałek.
- A co zrozumiałeś z tej przygody? – zapytał tata.
- Zrozumiałem, że kiedy czuję złość, mogę wziąć głęboki oddech i policzyć do dziesięciu. I że słuchanie rodziców jest ważne. A także, że nie wolno nikogo krzywdzić ani bić, bo to boli. Lepiej jest rozmawiać o swoich potrzebach. I że przyjmowanie lekarstw jest ważne, bo dzięki temu mogę szybko wyzdrowieć i wrócić do przedszkola. I że krzykiem nie osiągnę swojego celu, lepiej jest porozmawiać z rodzicami spokojnie – powiedział Michałek z uśmiechem.

Mama i tata przytulili Michałka, a on poczuł się bardzo szczęśliwy. Wiedział, że teraz potrafi radzić sobie ze swoimi emocjami i że zawsze może liczyć na pomoc swoich rodziców.