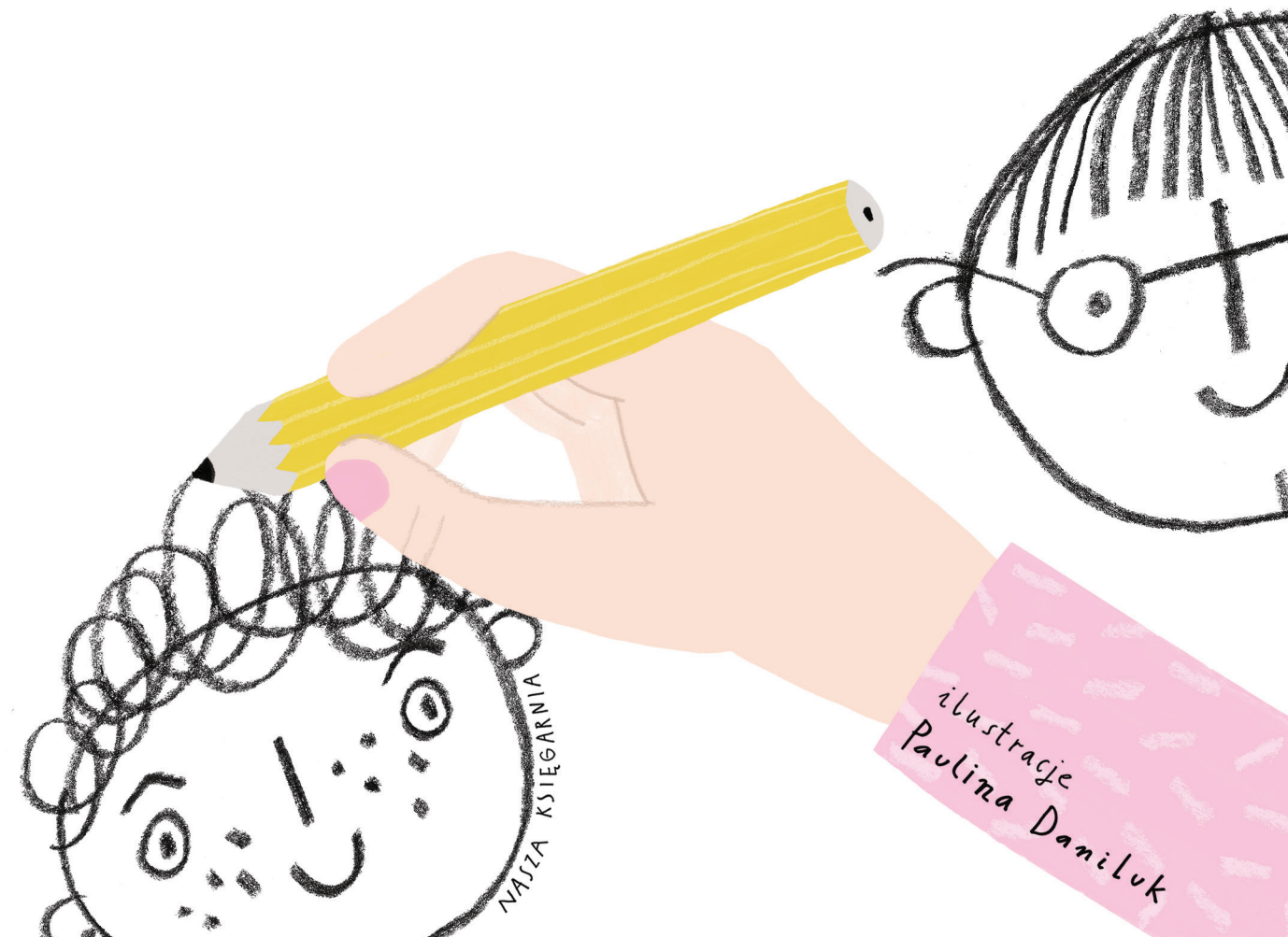


Grzegorz Kasdepke

TYLKO BEZ CAŁOWANIA!

CZYLI JAK SOBIE RADZIĆ Z NIĘKTÓRYMI EMOCJAMI





DRODZY CZYTELNICY,

trochę mi **WSTYD**, że tak długo pisałem tę niewielką książkę – ale, słowo daję, to wcale nie jest proste! Po pierwsze książka nie może **NUDZIĆ**, bo dzieci ziewałyby przy jej czytaniu. Po drugie musi być mądra, bo dorośli **GNIEWALIBY SIĘ**, że kupili byle co. A po trzecie musi być tak fajna, by wszyscy inni autorzy mówili **Z ZAZDROŚCIĄ**: „No, no...”.

I teraz mogę **RADOSNIE** zawołać:

– Udało się!

Któryś z czytelników może powie zaraz:

– Wstrętny przemądrzalec.

Nieprawda! Jeżeli książka jest ciekawa, to tylko dzięki jej bohaterom: pani Miłce, dzieciakom z pewnego przedszkola i teatralnemu pajacykowi. Moja rola ograniczała się jedynie do wyboru emocji i uczuć, które powinny być opisane w pierwszym tomie.

– W pierwszym? To będzie i drugi?

Będzie, będzie. I to niedługo. **STĘSKNIŁEM SIĘ** za pajacykiem, dzieciakami oraz panią Miłką na tyle mocno, że nie wytrzymam bez nich ani jednego dnia dłużej. Tym bardziej że jest jeszcze tyle emocji i uczuć do opisanie: miłość, smutek, strach, szczęście... – miałyby **POCZUCIE KRZYWDY**, gdyby zostały pominęte, prawda?

Pozdrawiam

Autor



RADY DLA DOROSŁYCH

Porozmawiaj z dziećmi o gniewie.

Opowiedz, kiedy i co Cię rozgniewało. Wytłumacz, dlaczego Twoim zdaniem nie miałeś/aś racji, gniewając się w określonej sytuacji. Zapytaj dzieci o radę – co zrobiłyby na Twoim miejscu?

Poproś, aby każde z dzieci opowiedziało o tym, co je ostatnio rozgniewało. Zastanówcie się, jak zapobiegać niektórym powodującym gniew wydarzeniom.

Zaproponuj rozgniewanym dzieciom... grę w piłkę. Albo inne ćwiczenia ruchowe. Nic tak nie poprawia humoru jak ruch – najlepiej na świeżym powietrzu.

WSTRĘT

Kto by pomyślał, że zwykły rozgotowany por może aż tak bardzo pokrzyżować czyjeś plany!

– Dzieciaki – powiedziała pani Miłka, wchodząc do stołówki – po obiedzie będziemy rozmawiali o...

– Błeeee! – przerwał jej czujny Rafałek. – W mojej zupie jest por!

– To go wyjmij – poradził rezolutny Bodzio.

– Nie mogę – odpowiedział Rafałek. – Ześlizguje się z łyżki.

Rzeczywiście, por był sprytny jak najprawdziwszy węgorz; ilekroć Rafałek nabierał go na łyżkę, por zaczynał się wić – a potem dawał nura do zupy.

– Wstrętny – stwierdziła Rozalka. – Jeszcze gorszy niż pielucha mego brata.

– Przestań, dobrze?! – krzyknął Grześ znad talerza. – Jestem głodny!

Pani Miłka policzyła do dziesięciu i spróbowała raz jeszcze:

– Dzieciaki, po obiedzie będziemy rozmawiali o...

– Patrzcie! – przerwał jej krzyk Zosi. – Rafałek grzebie w zupie palcami!

Rafałek, nie zważając na sensację, jaką wzbudza, polował na sprytnego pora – polów miałby z pewnością mniej dramatyczny przebieg, gdyby nie pani Miłka.

– Rafałek! – skarciła chłopca. – Co ty wyprawiasz?!

Nieszczęsny polawiacz poderwał dłonie – i por poszybował gdzieś wysoko, wysoko...

– No, pięknie – wykrztusił Bodzio. – Latający por.
– Ty z nimi gadaj – powiedziała pani Milka, zwracając się do pajacyka. – Ja chyba sobie dzisiaj nie poradzę.

Pajacyk próbował przybrać poważną minę, ale efekt był niezbyt zadowalający – może dlatego, że por wylądował na jego nosie.

– Błeee! – odezwał się Rafałek. – Wiecie, jak to teraz wygląda?
– Ja wiem – wyrwała się Rozalka. – Mój brat, gdy ma katar, to...
– Przestaniecie czy nie?! – wrzasnął Grześ. – Niektórzy są tu głodni!

Pani Milka przymknęła oczy, żeby nie patrzeć na pajacyka, a potem postanowiła spróbować ponownie:

– Drogie dzieci – zaczęła słodkim głosem – po obiedzie będziemy rozmawiali o miłości.

Zapadła cisza. Ale tylko na chwilę.

– Błeee! – odezwał się w typowy dla siebie sposób Rafałek. – To już lepiej o rozgotowanych porach!

– Pory są wstrętne! – krzyknęła Rozalka.

– Wolę o miłości!

– Bo chcesz gadać o całowaniu! – oskarżył ją Grześ.

– A czemu nie? – zapytała Rozalka.

– Całowanie jest wstrętne!

Nie wiadomo, jak skończyłaby się ta wymiana uwag, gdyby pani Milka nie zmieniła nagle zdania.



– Dobrze – powiedziała. – Będziemy rozmawiali o wstręcie.
Wstręt to inaczej niechęć. Niechęć do czegoś...

– Na przykład do pora – wtrącił Bodzio.

– Albo do kogoś... – kontynuowała pani Miłka.

– Na przykład do Rozalki – wpadł jej w słowo Grześ.

– Albo do jakiejś sytuacji... – mówiła dalej pani Miłka.

– Na przykład do całowania głupich Grzesiów! – krzyknęła Rozalka.

Tego było już za wiele!

– To mnie więcej nie całuj! – zdenerwował się Grześ.

– A żebyś wiedział! – oświadczyła Rozalka. – Wolałabym całować się z porem!

– Proszę bardzo – wtrącił Rafalek. – Znajdziesz jednego na nosie pajacyka.

Ale ku zdumieniu wszystkich na nosie pajacyka nie było już pora.

– On go zjadł... – wykrztusiła po chwili Zosia.

– Blee... – wyrwało się pani Miłce.

A potem doszła do wniosku, że jedna rozmowa o wstręcie to stanowczo za mało.



WSTRĘT

dziwne odczucie, które sprawia, że chce nam się zrobić: „Błeee...”. Wstręt i obrzydzenie to mniej więcej to samo. Czasami jakiś widok wzbudza nasze obrzydzenie – na przykład rozduszona mucha na oknie. Czasami czujemy wstręt do niektórych potraw – dajmy na to do buraczków. Najlepiej jednak postarać się zapanować nad wstrętem. Bo to, co w pierwszej chwili wydaje nam się obrzydliwe, wcale nie musi takie być. Poczujmy więc wstręt do wstrętu i skosztujmy buraczków – mogą okazać się pyszne.

RADY DLA DZIECI

Cóż, jeżeli czujesz do czegoś wstręt, powiedz o tym mamie albo pani nauczycielce.

Jeżeli jakaś osoba wzbudza w Tobie wstręt, nie mów jej tego – przecież każdemu czasami zdarza się zalać rosołem, prawda? Nie wyglądamy wtedy zbyt apetycznie, ale byłoby nam przykro, gdyby wszyscy robili na nasz widok: „Błeee!”. Już lepiej po cichutku powiedzieć o tym kimś dorosłemu opiekunowi – na pewno będzie wiedział, jak zareagować.

Jeżeli widzisz coś obrzydliwego, odwróć się i na to nie patrz.

Jeżeli ktoś wzbudza wstręt swoim zachowaniem (na przykład zjada dżdżownice), powiedz mu o tym; gdy to nie skutkuje, poproś o pomoc kogoś dorosłego.

Pamiętaj, że nie wszystko, co Tobie wydaje się wstrętne, będzie takim dla Twego kolegi. To, że Ty nie lubisz szpinaku, nie oznacza, że on ma go nie jeść. Dlatego nigdy głośno nie krzycz: „Przestań, to wstrętne!”. Bo ktoś może tak samo krzyknąć, gdy sięgniesz po ulubioną paprykę.

RADY DLA DOROSŁYCH

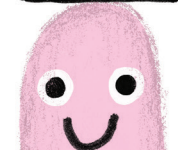
Porozmawiaj z dziećmi o wstręcie. Co w Tobie wzbudza wstręt? Jakie inne zachowania mogą także wzbudzać wstręt?

Zapytaj, co dzieciom wydaje się obrzydliwe. Stwórzcie listę różnych obrzydlistw.

Zwróć uwagę na różnice kulturowe. To, co u nas wzbudza wstręt, może być całkowicie naturalne gdzie indziej.

Porozmawiaj o umiejętności ukrywania wstrętu. Dziecko na widok schorowanego człowieka może nie umieć nad sobą zapanować. Wspólnie stwórzcie scenki teatralne, podczas których dzieci będą musiały odegrać rolę osoby budzącej z jakiegoś powodu niechęć.

Zastanówcie się, w jaki sposób wstręt można przezwyciężać.



Wydawnictwo NASZA KSIĘGARNIA Sp. z o.o.
05-075 Warszawa-Wesoła, ul. Apatczna 6
tel. 22 643 93 89, 22 331 91 49, faks 22 643 70 28
e-mail: naszaksięgarnia@nk.com.pl

Dział Handlowy
tel. 22 331 91 55, tel./faks 22 643 64 42
Sprzedaż wysyłkowa
tel. 22 641 56 32
e-mail: sklep.wysylkowy@nk.com.pl
www.nk.com.pl

Książkę wydrukowano na papierze Lux Cream 90 g/m² wol. 1,8.

ZING

© Copyright by Wydawnictwo „Nasza Księgarnia”, Warszawa 2020

Text © copyright by Grzegorz Kasdepke, 2008

Ilustracje i projekt okładki *Paulina Daniluk*

Ilustracje powstały na podstawie projektów plastycznych do filmowej adaptacji książki przygotowanej przez studio animacji EGoFILM.

Redaktor prowadzący *Katarzyna Piętka*
Korekta *Magdalena Korobkiewicz, Zuzanna Laskowska*
Redaktor techniczny, DTP *Joanna Piotrowska*

ISBN 978-83-10-13576-6

PRINTED IN POLAND

Wydawnictwo „Nasza Księgarnia”, Warszawa 2020 r.
Druk: Zakład Graficzny COLONEL, Kraków