

A close-up photograph of a woman with long dark hair smiling warmly as she reads a book to a young girl. The girl has long brown hair with bangs and is looking down at the book with an open mouth, appearing to be in the middle of reading or listening intently. The scene is brightly lit, creating a warm and intimate atmosphere.

Szczęśliwe wierszyki

Marta
Chrabąszcz

Marta Chrabąszcz

**SZCZĘŚLIWE
WIERSZYKI**

© Copyright by
Marta Chrabąszcz & e-bookowo
Grafika na okładce: shutterstock
Projekt okładki:
e-bookowo

ISBN 978-83-7859-577-9

Wydawca: Wydawnictwo internetowe e-bookowo
www.e-bookowo.pl
Kontakt: wydawnictwo@e-bookowo.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone.
Kopiowanie, rozpowszechnianie części lub całości
bez zgody wydawcy zabronione
Wydanie I 2015

***Moim najwspanialszym Synom
Dawidkowi i Piotrusiowi***

**„Najlepszą rzeczą, jaką rodzice mogą zrobić
dla szczęścia i przyszłości swego dziecka,
jest codzienne głośne czytanie mu dla przyjemno-
ści...”**

**Irena Koźmińska, Elżbieta Olszewska,
*Wychowanie przez czytanie***

Drogi Rodzicu,

Jeżeli pragniesz szczęścia dla swojego dziecka, jeśli chcesz budować jego wewnętrzne zasoby, to jak najczęściej mu czytaj. Czytaj dziecku teksty, które pomogą mu budować dobry sposób myślenia o sobie i o świecie. Taką rolę mają pełnić „*Szczęśliwe wierszyki*”.

Dlaczego *Szczęśliwe wierszyki*? Tytuł zbioru nawiązuje do idei *wychowania do szczęścia* zawartej w logodydaktyce. Logodydaktyka, opracowana przez psychologa Iwonę Majewską-Opiełkę, to koncepcja rozwoju obejmująca różne obszary życia i sprawiająca, że staje się ono bogatsze. Dlatego warto ją wdrażać już od najmłodszych lat.

Zaczynam więc od wierszyków wzmacniających charakter i jego pięć podstawowych cech: poczucie własnej wartości, proaktywność, spójność wewnętrzną, pozytywne myślenie i poczucie obfitości. Następnie mamy to, co ważne każdego dnia – energiczny poranek, codzienną troskę o ciało, intelekt, emocje i ducha, a kończymy dzień „ładowaniem baterii”, czyli kołysanką na dobry sen. Dwa kolejne wierszyki poświęcone są dobrem słowom, pomagającym budować dobre życie. Po nich następuje zabawa z Janem Brzechwą, czyli „logodydaktyczna” przeróbka jego kilku krótkich wierszyków. A na zakończenie tomiku przychodzi czas na zmiany... A one zależą już tylko od Ciebie.

Uwielbiam czytać dzieciom i dlatego wiem, że dobrze jest, gdy i czytający dzieciom dorosły znajdzie w takiej lekturze coś dla siebie. Dlatego przy każdym wierszyku podaję kilka uwag do refleksji. Bardziej zainteresowani znajdą na końcu kilka inspirujących źródeł do przeczytania.

Wiadomo, że **czytanie dziecku to najlepsza inwestycja w jego życie**. Dzieci czerpią radość z możliwości spędzania czasu z rodzicem, a poza tym mają okazję rozwijać wyobraźnię, empatię i mimochodem zacząć myśleć o sobie tak, żeby spełniać swe marzenia, radzić sobie z przeciwnościami, wierzyć we własną wartość i swoje możliwości.

Żeby tak o sobie myśleć, trzeba cały czas wracać do czytanych wierszyków, rozmawiać o nich, pytać dzieci jak je rozumieją. Warto, by dzieci zapamiętały pewne myśli, a nic lepiej nie wpada w pamięć niż rymowany wierszyk.

Z życzeniami owocnej lektury

Marta Chrabąszcz

Spis wierszyków

<i>Dobra skarbonka</i>	9
<i>Mogę i wybieram</i>	11
<i>Marzeń 100</i>	13
<i>Jedno</i>	15
<i>Obiecanki</i>	17
<i>Różowe okulary</i>	19
<i>Dziś podziękuję</i>	21
<i>Mój poranek</i>	23
<i>Cały ja</i>	25
<i>Luli luli</i>	27
<i>Trzynastego</i>	29
<i>Dobre słowa na promocji</i>	31
<i>Wielbłąd</i>	33
<i>Żółw</i>	34
<i>Tygrys</i>	35
<i>Struś</i>	36
<i>Lis</i>	37
<i>Żubr</i>	38
<i>Wilk</i>	39
<i>Na zakończenie</i>	40
<i>Warto poczytać:</i>	42
<i>O Autorce</i>	44

Dobra skarbonka

Mam skarbonkę,
w którą można wrzucać
same dobre chwile
i uśmiechy,
i słowa miłe.

Mam skarbonkę,
w którą można wrzucać
baśnie, przytulanie,
całowanie.

Można tu wrzucać
kto, co dobrego
dla mnie dziś
ma.

A ta skarbonka
to właśnie
JA.

Dla rodzica:

Logodydaktyka przypomina o metaforze Bankowego Konta Emocji Stephena Coveya. Co to jest? Porównujemy wzajemne zaufanie i emocje bliskiej nam osoby do bankowego konta czy skarbonki. Każda dobra rzecz zrobiona dla danej osoby to „wplata”, każde nieporozumienie, niedotrzymanie słowa to „wypłata”. Żeby nasze relacje były jak najlepsze, warto jak najwięcej „wplacać”, wtedy nawet drobne „wypłaty” nie są w stanie zrujnować naszego konta. Pamiętajmy, że na „wplaty” patrzemy z punktu widzenia drugiej osoby. Dla dziecka taką „wplata” może być wspólna zabawa, wspólne czytanie bajeczek, wycieczka itd. Systematyczne „wplaty” na konto emocjonalne dzieci sprzyjają ich poczuciu własnej wartości.

Jaką „wplata” zrobiłaś/zrobiłeś dziś dla swojego dziecka?

Mogę i wybieram

MOGĘ i WYBIERAM
to są dwa słowa,
które wypowiada
każda królowa.
A i królowi
zdarzyć się może,
gdy siedzi na tronie,
MOGĘ i WYBIERAM
powiedzieć swej żonie.

Dla rodzica:

MOGĘ i WYBIERAM to dwa słowa oddające istotę proaktywności. W dziecku od najmłodszych lat dobrze jest wyrabiać postawę, która uczy zarówno przekonania, że jesteśmy coś w stanie zrobić („mogę”), jak i wzięcia odpowiedzialności za swoje życie i samodzielne dokonywanie wyborów („wybieram”).

Ważne jest także, żeby owo WYBIERAM podporządkować swoim marzeniom i wartościom.

Moja strona na Facebooku *TerazDzieci* <https://www.facebook.com/pages/TerazDzieci/983862001641352>

Moja strona na Facebooku *Mój najlepszy czas* <https://www.facebook.com/pages/M%C3%B3j-najlepszy-czas/516888038450576?ref=hl>

Blog Iwony Majewskiej-Opiełki <http://www.majewska-opielka.pl/blog/>

Blog Marty Drozd *Mądra Miłość, czyli rodzinna wyprawa do... szczęścia* <https://madramilosc.wordpress.com/>

Blog Justyny Filipiuk *Oczami dzieci* <http://oczamidzieci.blogspot.com/>



Marta Chrabąszcz

Doktor nauk humanistycznych, nauczyciel akademicki i szkolny, członek Towarzystwa Literackiego im. A. Mickiewicza oraz Ogólnopolskiego Stowarzyszenia Kadry Kierowniczej Oświaty; współpracuje z Fundacją Wychowanie do szczęścia; autorka książki *Błędne krainy romantyków*; zdobywczyni wielu nagród z zakresu edukacji; opublikowała ponad 30 artykułów z dziedziny edukacji, literaturoznawstwa, zarządzania sobą w czasie; prowadzi strony na Facebooku *TerazDzieci* i *Mój najlepszy czas*; prywatnie otoczona przez trzech wspaniałych mężczyzn: synów Dawidka i Piotrusia oraz męża Darka.