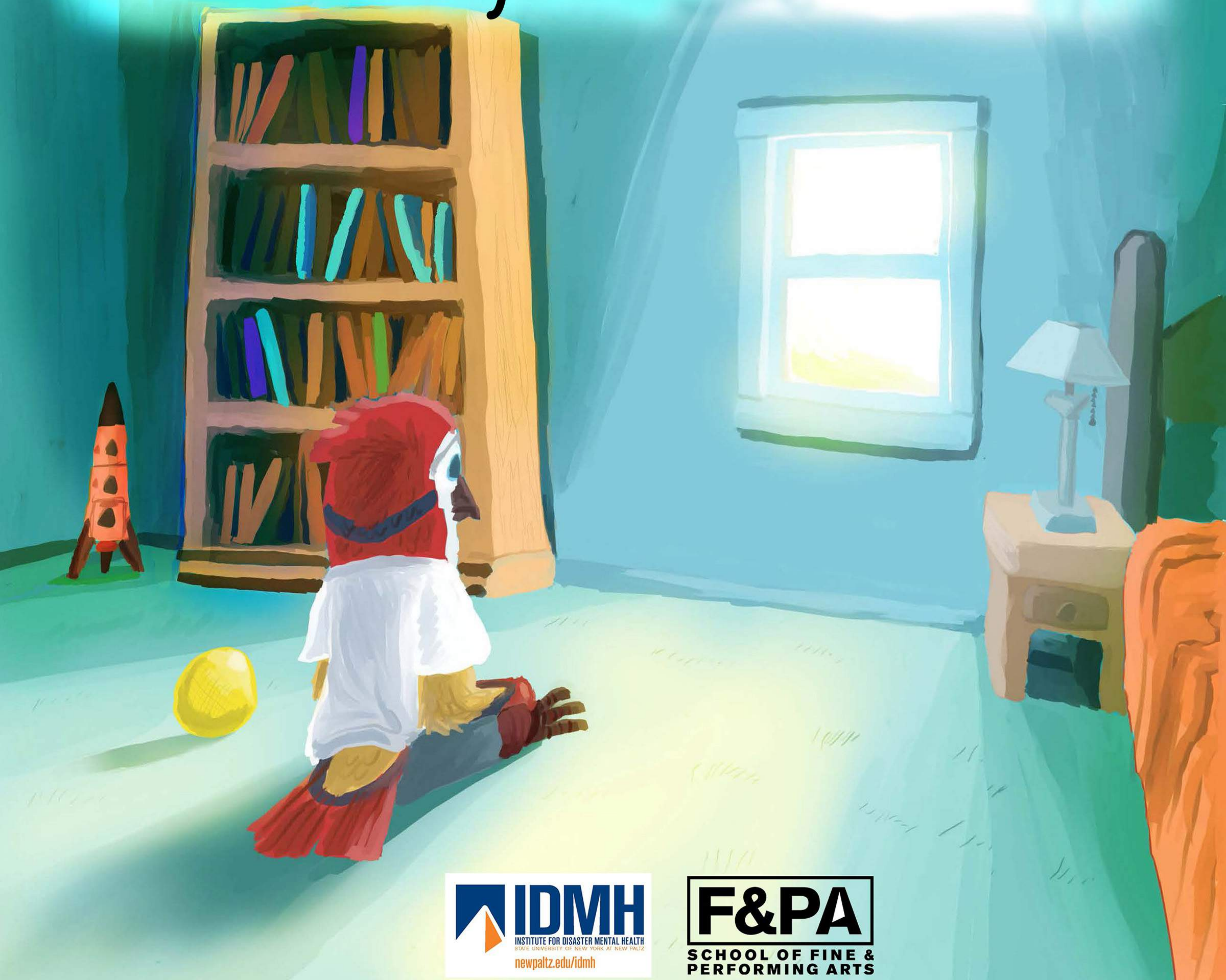


Neobvyklá Situace



Neobvyklá Situace

Text: Cassandre Surinon

Ilustrace: David Folk

Design: Max Zurlini & Andrew O'Meara

Překlad a adaptace: Helena Markusová
& Štěpán Vymětal



Copyright © 2020 SUNY New Paltz IDMH

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této knihy nesmí být reprodukována nebo použita jakýmkoli způsobem bez písemného souhlasu vlastníka autorských práv.

ISBN:978-0-578-80870-3

Číslo v Kongresové knihovně: 2020923728

Text: Cassandre Surinon

Ilustrace: David Folk

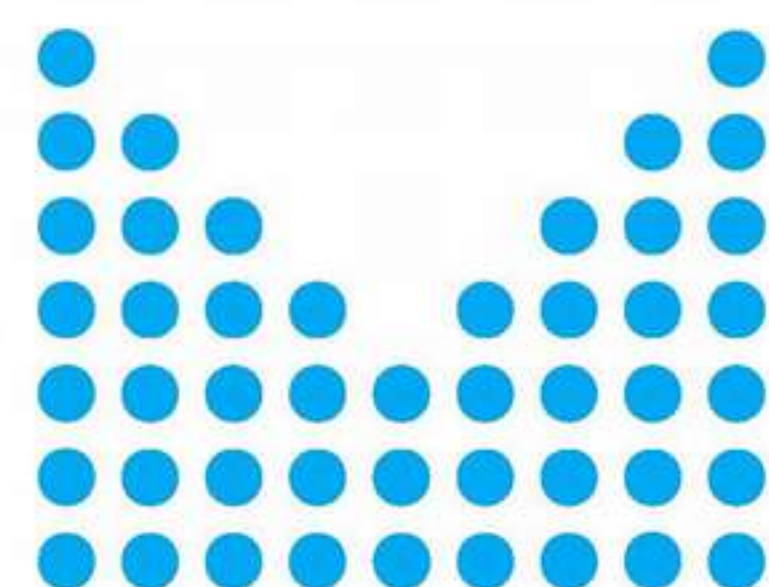
Design: Max Zurlini & Andrew O'Meara

Překlad a adaptace: Helena Markusová & Štěpán Vymětal



Translation and distribution of this book in the
Czech Republic is sponsored by The Ministry of the
Interior of the Czech Republic.

Překlad a distribuci této knihy v České Republice
zaštituje Ministerstvo vnitra ČR.



MINISTERSTVO VNITRA
ČESKÉ REPUBLIKY

Milo prožil velmi neobvyklou situaci. Všechno bylo jinak než dřív. Byl velmi zmatený. Nevěděl, kdy to skončí.





Milovi se to nelíbilo. Stále přemýšlel, kdy to skončí. Proto se snažil na to nemyslet a hrát si, ale nic se mu nechtělo dělat. Všechno mu připadalo nudné.

Zpočátku si myslel, že to nebude trvat dlouho, že to bude jen pár dní. Ale neměnilo se to a pořád to bylo jiné než normálně. Viděl, že se ani máma s tátou nechovají jako obvykle. Začal se tedy sám sebe ptát.



Proč bylo všechno jinak a všichni tak jiní?

Milo přemýšlel, jestli to nebylo kvůli němu.

Aby Milo na situaci nemyslel, začal
křičet a mlátit do věcí.



Ale potom se vždycky cítil špatně.
Styděl se za to. Vytvářel problémy
ostatním, mámě a tátovi.



Začal mít divné pocity v těle, něco jako uzly v břiše. Někdy byl také smutný, a chtělo se mu dokonce plakat. Jindy se cítil bezdůvodně hodně nervózní a rozzlobený.



Začal špatně spát.

Milo byl z toho všeho velmi zmatený, nechápal, co se děje. Ale bál se zeptat dospělých, protože i oni vypadali nervózně.





Nebál se však mluvit se svou sestrou, a tak se jí zeptal. Řekla mu, že si mohou společně promluvit s mámou a tátou.

Maminka a tatínek byli zpočátku jejich otázkami trochu překvapeni, ale pochopili, že to Milo a jeho sestra potřebují vědět.



Vysvětlili tedy Milovi náročnou situaci,
kterou zažili, i to, že se jí také bojí.



Mluvili o tom všichni společně a přemýšleli,
jak by se o sebe mohli postarat.



Milo měl spoustu nápadů a máma
s tátou mu pozorně naslouchali.



Řekl jim také o svíravých pocitech
v břiše a o svých slzách.

Potom si hráli a Milo byl šťastný, protože to bylo od začátku té těžké situace poprvé, kdy si hráli všichni společně.



Po tomto rozhovoru se Milo cítil lépe, protože teď pochopil, že to nebyla jeho chyba. Věděl také, že jsou nervózní i máma s tátou.



Nebyl jediný, kdo byl z celé situace zmatený.

Cítil se také hrdý na to, že máma a táta
vyslechli jeho i jeho nápady, jak pomoci celé
rodině, aby se cítila lépe.

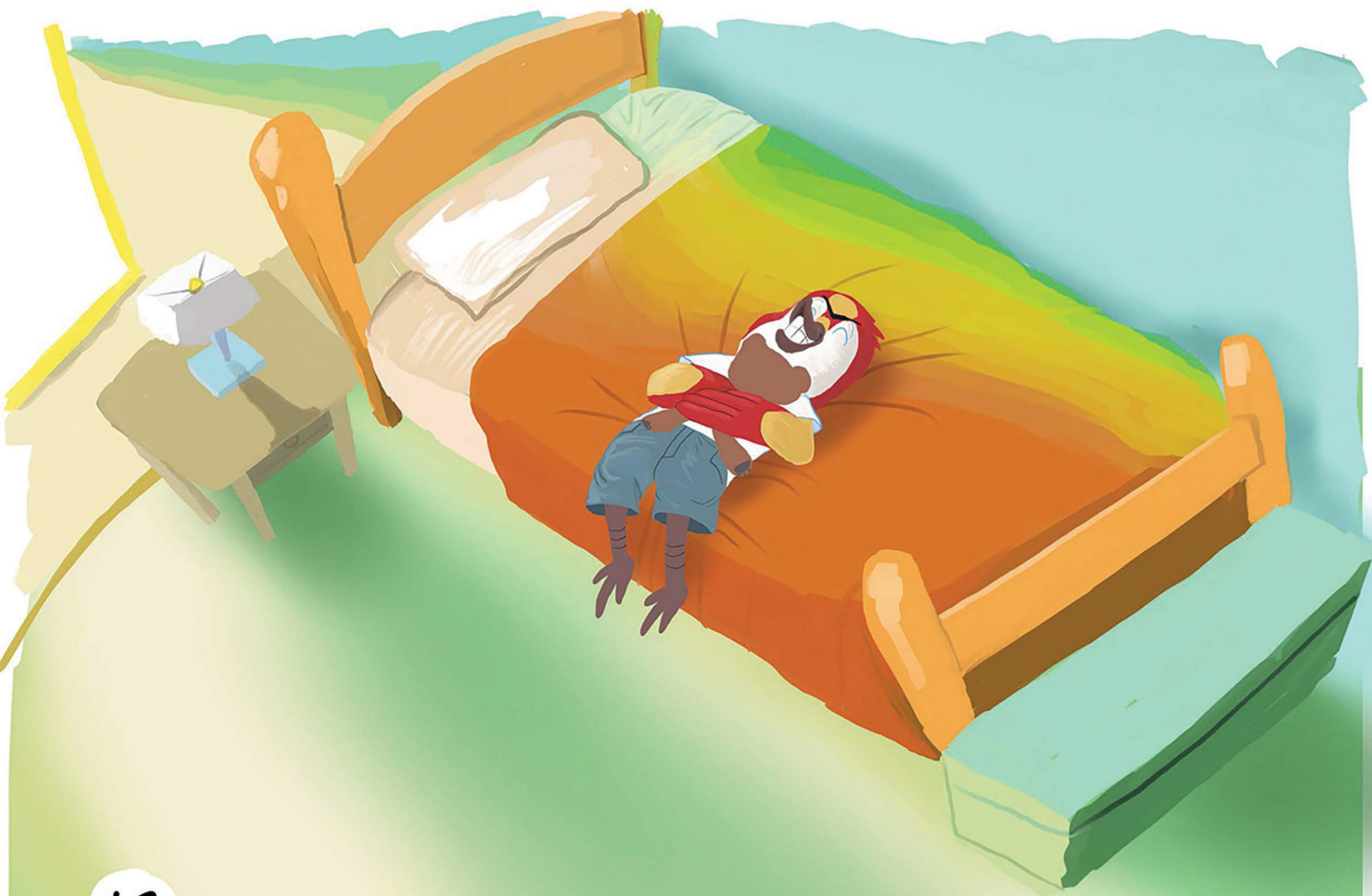


Řekli mu, že je důležité, aby
mluvil o tom, jak se cítí.



Milo si myslel, že není snadné ptát se dospělých a říkat jim, jak se cítí, ale když to udělal, ulevilo se mu. Ulevilo se mu, protože už nebyl tak zmatený a nervózní.

Nyní ví, že pokud začne být znovu zmatený nebo bude mít jiné silné pocity, může se vždy ptát.

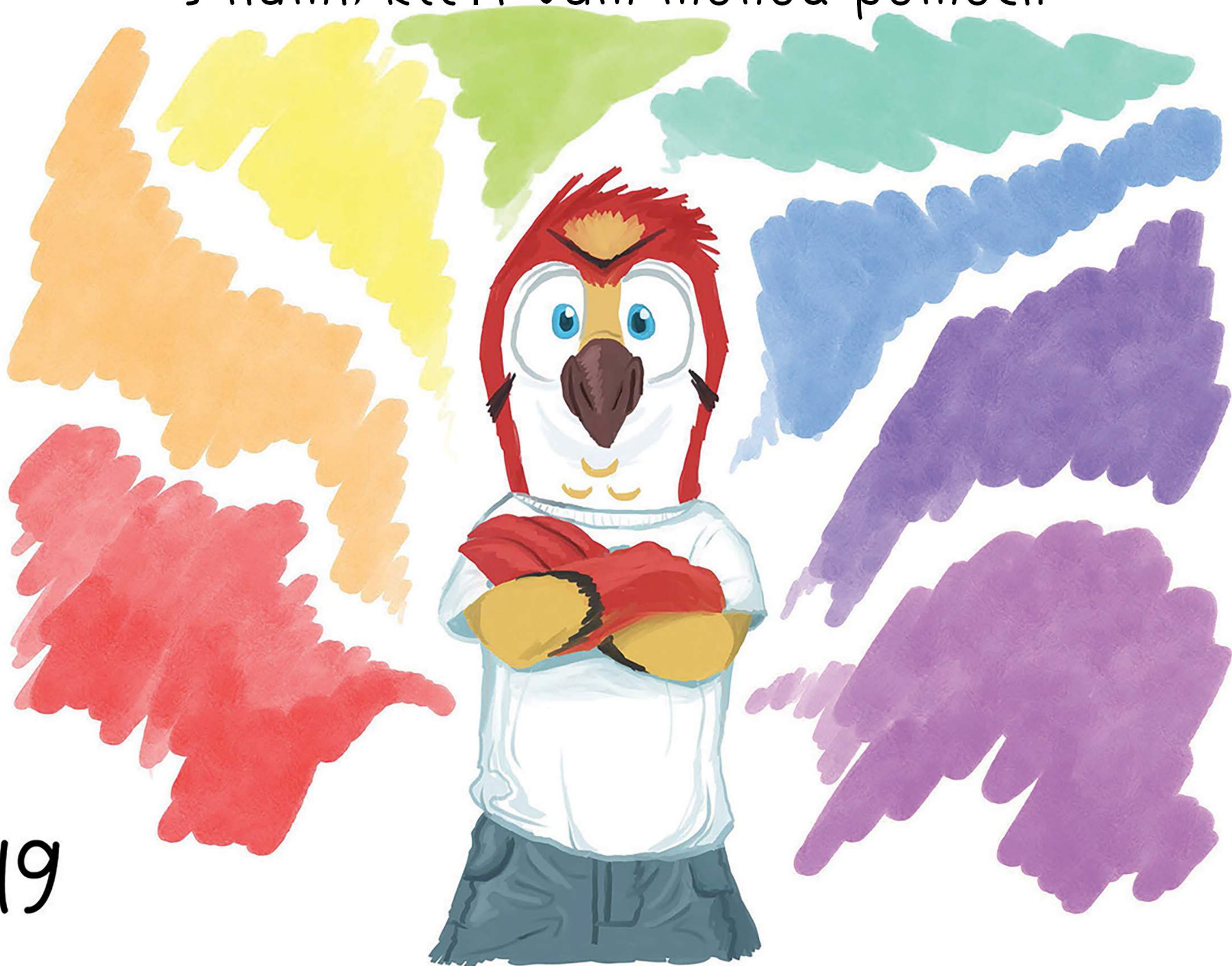


Náročnou situaci nic nezmění (dokonce ani máma nebo táta ne). Milo ale může dělat věci, které pomáhají, například mluvit s dospělými.



Může také kreslit, psát, hrát si nebo tancovat, aby se cítil lépe.

Milo si myslí, že byste měli znát jeho příběh, protože každý může být někdy po náročné situaci zmatený. To je v pořádku, jen je důležité mluvit s lidmi, kteří vám mohou pomoci.



Když Milo prožívá velmi neobvyklou situaci, je pro něj těžké pochopit své pocity plynoucí z toho, co se děje. Milo se učí, jak pochopit, co se stalo, a rozumí už tomu, že mu jeho rodina pomáhá přijít na to, jak se mohou s neobvyklou situací společně vypořádat.

Všem se nám stávají věci, kterým nerozumíme. Milo se s tebou chce podělit o pár nápadů, díky kterým můžeš neobvyklou situaci zvládnout i ty!

