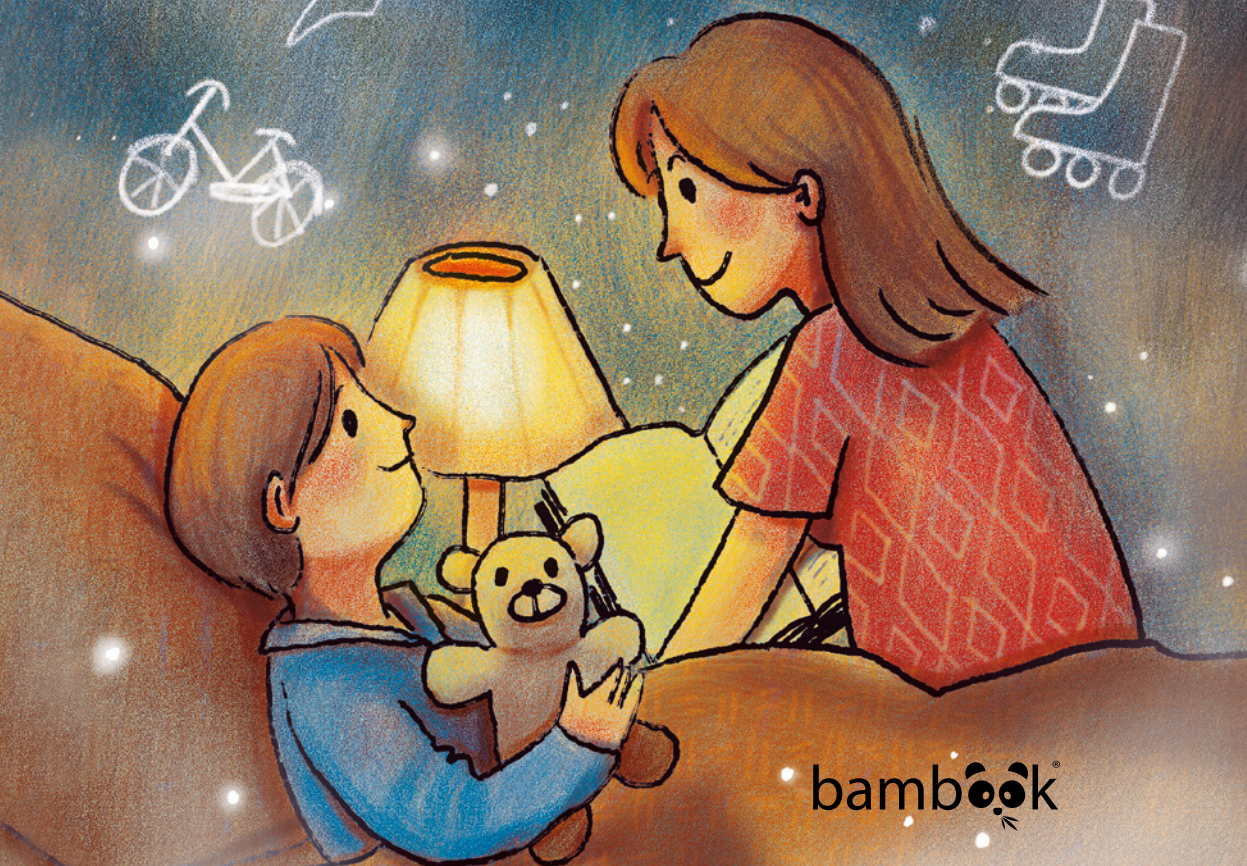


BARBORA
ČERNOHORSKÁ

ILUSTRACE
PAVLA ŠEBKOVÁ

O ČEM SI BUDEME POVÍDAT DNES?

POHÁDKOVÉ PŘÍBĚHY
O POCITECH



bambóok®

Mému synovi Kubíkovi

BARBORA
ČERNOHORSKÁ

ILUSTRACE
PAVLA ŠEBKOVÁ

O ČEM SI BUDEME POVÍDAT DNES?

POHÁDKOVÉ PŘÍBĚHY
O POCITECH



bambôok®

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Automatizovaná analýza textů nebo dat ve smyslu čl. 4 směrnice 2019/790/EU a použití této knihy k trénování AI jsou **bez souhlasu nositele práv zakázány**.

Barbora Černohorská

O čem si budeme povídat dnes?

Pohádkové příběhy o pocitech

Vydala Grada Publishing, a.s., pod značkou **bambóok**

U Průhonu 22, 170 00 Praha 7

tel.: +420 234 264 401

www.grada.cz

jako svou 10 528. publikaci

Ilustrace Pavla Šebková

Odpovědná redaktorka Veronika Hrabánková

Grafická úprava Antonín Plicka

Zpracování obálky Antonín Plicka

Počet stran 64

Vydání 1., 2026

Vytisklo TISK CENTRUM s.r.o., Moravany u Brna

© Grada Publishing, a.s., 2026

Cover Illustration © Pavla Šebková, 2026

ISBN 978-80-271-6516-2 (pdf)

ISBN 978-80-271-6082-2 (print)

Obsah

Úvod	7
Toník a skřítek pochybností	9
Petrík a kouzelné kolo	15
Karlička a kouzelná víla	21
Jozefínka a kouzlo podzimu	27
Kvido se učí rozumět pocitům	32
Statečný Honzík a červené autíčko	42
Emilčina první velká jízda	49
Jak se František naučil neztratit	56

Úvod

V knížce, kterou právě držíte v rukou, najdete příběhy, jež vás zavedou do světa malých hrdinů, vydávajících se na cestu za poznáním, přátelstvím, odvahou i vnitřním klidem. Každý příběh je plný kouzelných momentů, které slouží nejen k pobavení, ale zároveň pomohou lépe porozumět sobě i světu kolem vás.

Na konci každého příběhu najdete několik otázek, které vás povzbudí k přemýšlení a společnému povídání – s rodiči, prarodiči, paní učitelkou nebo třeba kamarády. Můžete tak společně objevovat odpovědi na to, co vás zajímá, co právě prožíváte a jak se cítíte. Pamatujte, že žádná odpověď není špatná a je jen na vás, kam vás společné povídání zavede. Číst můžete kapitolu po kapitole nebo na přeskáčku, otázky pod kapitolou můžete přeskočit, zodpovědět všechny nebo vymyslet své vlastní.

Jak s knihou pracovat

Příběhy neslouží jen k pobavení, ale mohou být mostem k dětskému vnímání světa – pomáhají dětem růst, porozumět vlastním emocím a objevovat jejich vnitřní sílu. Tato kniha nabízí rodičům, prarodičům i pedagogům jednoduchý a citlivý způsob, jak otevírat důležitá témata a podpořit děti v jejich osobním rozvoji a sebepoznání.

V neposlední řadě vytváří prostor pro společně strávený čas, ve kterém je místo pro naslouchání, sdílení a blízkost.

Přeji vám, abyste si společnou cestu za poznáním užili.

Toník a skřítek pochybností

Ach jo! Zase omalovánky, pomyslel si Tonda při pohledu na paní učitelku, která zrovna začala rozdávat listy omalovánek a barevné pastelky. Vybarvování Tonda bavilo, lákaly ho nejrůznější barvy a možnosti, jak obrázek probudit k životu. Jenže v okamžiku, kdy vzal pastelku do ruky a chtěl se dát do díla, se na jeho rameni objevil takový malý nepříjemný skřítek. V Tondově představě byl celý zelený a chlupatý, tvářil se, jako by kousl do citrónu, a nikdy neřekl nic povzbudivého.



„Určitě to zase pokazíš,“ šeptal Tondovi.

„Podívej se, jak Anička vedle tebe nepřetahuje,“ řekl jindy.

Tonda pak úplně ztratil chuť tvořit a v bříšku cítil nepříjemný pocit a úzkost. V poslední době ho skřítek navštěvoval poměrně často, což se samozřejmě projevilo i na jeho náladě, které si všimla paní učitelka.

V šatně později slyšel, jak říkala mamince: „Toník je v poslední době nějaký zamlklý, netrápí ho něco?“

Maminka si dělala starosti a ptala se Toníka, jestli ho něco netíží. Ale ten nevěděl, jak by to mamince vysvětlil, a taky jí nechtěl přidělovat starosti. Po příchodu ze školky schoval všechny pastelky do šuplíku a omalovánky rovnou vyhodil.



O víkendu přijel na návštěvu tatínkův bratr Petr. Toho měl Tonda moc rád, pracuje jako truhlář a vždycky si spolu hezky hrají a povídají o různých věcech. Po obědě se oba vydali do zahrady. Sluníčko příjemně hrálo a jemný vítr je hladil po tváři. Petr najednou odněkud vytáhl krásné dřevěné autíčko, které pro Tonda vyrobil. Vonělo dřevem a lakem a hrálo všemi barvami. Tonda měl velkou radost a hned si s autíčkem začal hrát.

„Co tě ve školce nejvíc baví?“ překvapil ho strýc otázkou.

Tonda se zamyslel a posmutněl. „Dřív to bylo kreslení, ale teď nevím.“

„Kreslení už tě nebaví? To je zvláštní, myslel jsem si, že ano. Obrázek od tebe mám do teď vystavený doma na lednici,“ podivil se Petr.



„Opravdu?“ vykulil oči překvapený Toník.

„Jasně, ale jak to, že tě kreslení přestalo bavit?“ zeptal se Petr.

Protože se Tonda cítil bezpečně a se strýcem mu bylo dobře, nebyl problém svěřit se, co ho trápí. Pověděl mu všechno o svých obavách a nepříjemném zeleném návštěvníkovi.

Strýc poslouchal, nepřerušoval Tondovy myšlenky, a když domluvil, zamyšleně řekl: „Takže ty říkáš, že víš přesně, jak vypadá, a že kdykoli chceš kreslit nebo tvořit, objeví se u tebe a říká ti ty nesmyslné věci?“

Tonda sklopil oči a pocítil úlevu, že o svém trápení konečně někomu pověděl.

„Kdyby mě takový otrapa navštěvoval, byl bych asi hodně naštvaný a chtěl bych se bránit,“ odtušil strýc Petr.

Pak si šli kopat s míčem, ale rozhovor, který spolu vedli, probudil v Toníkovi bojovnou náladu. Do té doby ho totiž nenapadlo, že se skřítek možná mylí a že s ním vlastně nemusí souhlasit.

Večer Toník v pokojíčku rozsvítil lampičku, vyndal čistý papír a pastelky vysvobodil ze šuplíku. Posadil se na židli, nadechl se a zamyslel, co by rád nakreslil. Když dostal nápad, připravil si pastelku, modrou, kterou měl nejradši, a chtěl namalovat moře, pirátskou loď a ostrov s pokladem. Zahleděl se z okna, všechno si to začal představovat a chystal se udělat první tah.



Najednou se objevil jeho nevítaný návštěvník a spustil: „Pirátská loď je dost těžký úkol, měl bys to vzdát, protože...“

A dál už se nedostal. Tonda totiž pocítil vztek, podíval se na rameno, kde se na něj skřítek nepříjemně křenil, a vzpomněl si na rozhovor se strýcem Petrem. Pak do skřítka cvrnknul prstem a ten vyletěl oknem pokojíčku tak daleko, že ho už nemohl ani zahlédnout. Chvilí ještě slyšel, jak skřítek nadává, poté už ani to ne. Tolik se mu ulevilo. Hlasitě vydechl a začal malovat další obrázek. Maloval tak, jak sám chtěl, a vznikl krásný obrázek s fialovou trávou, zebrou s duhovými pruhy a modrým sluníčkem s chladivými paprsky. A už nikdy nedovolil, aby mu někdo mluvil do jeho tvoření.

Druhý den vzal svůj obrázek do školky a odvážně ho ukázal paní učitelce. Ta se usmála a řekla: „Toníku, to je nádhera, tolik barev a nápadů!“

Tonda zjistil, že když skřítkovi nedá slovo, tvoření ho vlastně moc baví. Od té doby se skřítek občas ještě objevil, ale Tonda už věděl, jak na něj – prostě mu nedovolil mluvit do jeho obrázků. V malování pokračoval dál a časem se pro své pozoruhodné malby stal slavným malířem, jehož díla chodí lidé obdivovat do galerií dodnes.

- Co ve školce nejvíc baví tebe?
- Vzpomene si tvůj tatínek nebo tvoje maminka na to, kdy naposledy porazili svého „skřítku“?
- Objevuje se někdy i u tebe skřítek, který ti říká, že něco nedokážeš? Jak vypadá?
- Co ti ten skřítek nejčastěji šeptá?
- Co ti pomůže, když se ti do tvoření nebo hraní nechce?
- Jak bys toho svého skřítku mohl/a přelstít nebo poslat pryč?
- Kdo tě dokáže podpořit, když máš obavy?

Petrík a kouzelné kolo

Petrík bydlel s maminkou a tatínkem v jednom městečku u řeky Labe, obklopeném poli a loukami, kam jen oko dohlédne. Protože bylo léto a děti nemusely do školy ani do školky, byly jich teď plné ulice, hřiště i parky a bavily se nejružnějšími aktivitami. Některé hrály karty na dece, jiné na schovávanou nebo na babu a ten zbytek se proháněl na kolech, koloběžkách nebo třeba na bruslích.



Letos dostal Petřík úplně nové kolo. Tak dlouho si ho přál a snil o tom, jak se na něm bude projíždět. Možná snil trochu moc, protože v jeho představách vypadalo vše o tolik snadněji. Když kolo od maminky a tatínka dostal, měl obrovskou radost. Jenže už uběhlo několik dní a Petřík byl trochu zklamaný. Jízda mu totiž nešla tak, jak si představoval. Udržet rovnováhu bylo těžké, bál se, že spadne. Navíc pohled na ostatní děti, které už dávno jezdily, mu příliš nepomáhal.

Tatínek se snažil Petříkovi pomoci, jak nejlépe uměl. „Jestli chceš, Péto, můžu tě ze začátku držet. Slibuji, že tě nepustím, dokud neřekneš, že jsi připravený.“

Jenže Petřík tak moc chtěl, aby mu to hned šlo, že tatínka odbil a kolo opřel v garáži. „Ne, díky, na ježdění nemám náladu.“

Rodiče ho do jízdy nenutili, ale po pár dnech se ho zeptali: „Všimli jsme si s maminkou, že se ti poslední dobou moc nechce jezdit na kole. Je s ním něco špatně?“

„S kolem je všechno v pořádku, prostě se mi nechce.“ Petříka pozornost rodičů rozčílila a šel si raději hrát na chvílku ven s kamarády. Jejich hru ale brzy přerušil déšť, a protože už byl čas vrátit se na večeři, vyrazily děti domů.

Když Petřík večer usínal, déšť příjemně bubnoval na střešní okno v jeho pokojíčku, a tak brzy usnul. Tu noc se mu zdál zvláštní sen. Zdálo se mu totiž, že jeho kolo obživovalo a umělo mluvit.

„To je paráda, mluvící kolo!“



Brzy se skamarádili a jen tak se potulovali po okolí. Najednou mu kolo povědělo: „Co se teď společně trochu projet?“

Petřík se zarazil a chvíli hledal výmluvu, proč zrovna nemůže. Pak se ale rozhodl být upřímný. „Víš, já už vlastně ani nevím, jestli chci jezdit. Několikrát jsem to zkoušel a vůbec mi to nešlo. Hrozně jsem se těšil, ale teď jsem spíš naštvaný a možná i trochu smutný.“

Ve snech se občas dějí zvláštní věci. Nepřekvapí nás, když se v nich objeví například mluvící kolo nebo jiné zvláštnosti. A to Petříkovo nejenže mluvilo, ale bylo i trochu kouzelné.



Kolo Petříkovi navrholo: „Zkus si představit, že ses přes noc ve spánku naučil jezdit na kole. Jak by sis toho ráno po probuzení všiml? A jak by to poznali třeba maminka s tatínkem?“

Petrík se nad otázkou zamyslel a představil si, jak by to vypadalo, kdyby se opravdu stalo, že by se ráno vzbudil a uměl jezdit na kole. Protože ve snu je možné všechno, v okamžiku, kdy si to začal představovat, jako by před sebou viděl film, ve kterém hrál. Sledoval, jak se neohroženě prohání s ostatními dětmi, rovnováha už je pro něj hračka. Dokázal se lehce rozjet i zabrzdit, uměl zatáčet a jízdu si opravdu užíval.

Jenže každý sen končí probuzením. Dojem z nočního dobrodružství se ale Petříka držel dlouho, dokonce se mu trochu zlepšila nálada. Pořád si představoval, jak mu jízda na kole šla a užíval si ji.



Po snídani se vydal do garáže a zkusil kolo pozdravit. Sice už nemluvalo, ale rozhodl se dát jízdě ještě jednu šanci. Tentokrát k tomu přistoupil jinak. Nečekal, že hned zvládne jezdit. Rozhodl se, že na to půjde pomalu, pomocí malých krůčků.

Nejdříve na kolo prostě jen nasedl, nasadil si helmu a pomalu se na něm odrážel. To zkoušel až do oběda a pak experimentoval ještě pár dalších dnů. Když si byl jistější, přišel za tatínkem, který trpělivě čekal, až přijde jeho chvíle.

„Tati, tak já bych to kolo možná ještě zkusil. Šel bys se mnou ven, prosím?“

Tatínek měl velkou radost, a tak se spolu pustili do trénování.

Petřík se radoval z každého malého úspěchu. „Juchú, tati, vidíš to? Už udržím nohu na šlapce!“

Později se mu podařilo šlapat delší dobu a za několik dní ujel prvních pár metrů bez opory. Trochu kostrbatě, ale jízda to byla. „Tati, už mě nemusíš držet, zvládnou to sám!“

Vyrovnat se musel i s několika nepříjemnými nezdary a pády. I odřené kolínko bylo. Představa, že jednou bude jezdit jako ve snu, ho ale hnala dál.

Za pár dalších dnů se Petříkovi opravdu podařilo kolo ovládnout a od té doby už svou jízdu jen zlepšoval. Každý den dokázal něco nového. Ujet delší trasu, projet zatačku nebo jet rychleji, aniž by se bál, že spadne. Měl obrovskou radost a byl na sebe pyšný. A když občas upadl, už věděl, že to k učení patří a že je důležité znovu nasednout.

Na konci prázdnin vyjel Petřík i s maminkou a tatínkem na svůj první cyklovýlet. Sluníčko svítilo, vítr mu čechrал vlasy a Petřík si připadal, jako by byl ve svém snu. Věděl, že se naučil nejen jezdit na kole, ale i to, že vytrvalost a malé krůčky vedou k velkým věcem.

- Co nového se chceš naučit ty? A co je ten nejmenší krůček, který pro to můžeš udělat?
- Jak se cítíš, když se ti něco nepodaří hned?
- Kdo ti může pomoci, když se učíš něco nového?
- Jak poznáš, že už děláš pokrok?
- Co ti pomůže pokračovat, i když máš chuť to vzdát?

Karlička a kouzelná víla

Je to už několik týdnů, co začala Karlička chodit do školky. Moc se tam těšila. Povídaly si s maminkou o tom, co všechno ve školce zažije a že si tam určitě najde spoustu kamarádů, se kterými si bude moct hrát. V tom byl ale právě ten problém. Hned první den školky vůbec nevypadal tak, jak si Karlička představovala.



Ráno se vzbudila a venku bylo ošklivě zataženo a přšelo. Karlička byla z prvního dne ve školce nervózní, a i když se tam včera tolik těšila, najednou měla pocit, že by raději zůstala doma. Příchod do školky a rozloučení s maminkou také nebyly lehké. Paní učitelka se sice hezky usmívala, ale Karličce bylo pořád těžko u srdce a cítila knedlík v krku. Postupně do třídy přišly ostatní děti a paní učitelka pro ně měla připravenou zábavu na celý den.

Po školce si Karličku vyzvedla maminka plná očekávání, jak se holčičce ve školce líbilo. Ale Karlička neměla náladu si cestou domů povídat a maminka ji skoro nepoznávala. Další dny nebyly o moc jiné. Maminka s paní učitelkou se velmi snažily dívence pobyt ve školce příjemnit, ale ta se soustředila jen na to, co jí vadí. S dětmi se jí nedařilo skamarádit, hraní a aktivity ve školce ji nebavily, všechno bylo špatně.

Jednou po školce si Karlička hrála ve svém pokojíčku s panenkami. Venku zrovna přšelo a déšť bubnoval na střechu. Toho dne se ale stalo něco kouzelného, co je možné jenom v pohádkách. Otevřeným oknem vlétla do pokojíčku samotná víla. Déšť najednou ustal a objevila se krásná duha.

Karlička nemohla uvěřit svým očím. Musela několikrát zamrkat, jestli se jí to nezdá. Víla v pokojíčku pořád byla, a dokonce na ni promluvila.

„Ahoj Karličko, jsem víla Malvína a přišla jsem tě navštívit,“ řekla a její hlas zněl jako šumění deště.



„Ty znáš moje jméno?“ podivila se holčička.

„Znám jména všech dětí, ale nebylo by hezké nejdříve pozdravit?“

„Dobrý den,“ vykoktala ze sebe Karlička, která stále nemohla uvěřit svým očím.

„Dovedu si představit, jak moc jsi překvapená, že mě vidíš. Ale neměj strach, přišla jsem, abych ti nabídla pomoc s tvým trápením. Pokud máš pocit, že bys pomoc potřebovala,“ vysvětlila víla Malvína.

Karlička se zamyslela. Nejprve si myslela, že by víle své trápení vůbec nepřiznala. Ale pak si to rozmyslela a rozhodla se, že Malvíně všechno poví. Víla se jí moc líbila a nemohla z ní spustit oči. Měla krásná křidélka, vypadala křehce a celá se třpytila. Navíc byla na Karličku moc milá a holčičku už všechno to trápení přestávalo bavit.

Pověděla tedy Malvíně o všem, co ji trápí: „Víš, asi jsem si to představovala trochu jinak. Těšila jsem se, že si hned najdu spoustu kamarádů. Ale ve školce si spolu všichni povídají, hrají si... a já sedím sama v koutě a je mi smutno. Slyším, jak se děti kolem smějí, a mám pocit, jako bych tam ani nebyla. Když paní učitelka vymyslí nějakou hru pro všechny, strašně se stydím.“

Víla holčičku trpělivě vyslechla a řekla: „Hm, dovedu si představit, jak osaměle se asi ve školce cítíš, Karličko. Zkus mi říct víc o tom, jak se k tobě ostatní děti chovají?“

„No... někdy za mnou přijdou a zeptají se, jestli si nechci hrát. Ráno mě v šatně zdraví. Jenže já se tak stydím, že najednou nedokážu nic říct. Radši se koukám jinam, i když bych si s nimi moc ráda hrála...“

„To jsi mi právě řekla spoustu důležitých věcí a možná už tuším, co by mohlo pomoci. Chceš to slyšet?“ zeptala se víla a Karlička tiše přikývla.

„Věřím, že si k ostatním brzy najdeš cestu. Možná by stálo za to, když tě ráno někdo pozdraví, podívat se mu do očí a říct jednoduché ‚ahoj‘. Když za tebou někdo přijde a zeptá se, jestli si chceš hrát, je to moc milé a zaslouží si to odpověď. Můžeš se rozhodnout, jestli se přidáš, nebo ne, ale zkus vždycky odpovědět.“

A když se budeš chtít zapojit do hry, pomůže jednoduché kouzelné slovíčko *prosím*. A pokud ti někdo s něčím pomůže, nezapomeň na *děkuji*. Malý úsměv taky dokáže udělat velkou věc.“

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy O čem si budeme povídat dnes?.

Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.