

Minerva i la Fada de les emocions

Hi havia una vegada una xiqueta anomenada Minerva que sempre estava trista. Mai aconseguia veure les coses bones que tenia i que li passaven. Per a ella tot era tristesa. Li costava molt confiar en ella mateixa i no sabia expressar els seus sentiments.

Un dia Minerva era a la seua habitació jugant i va aparèixer una fada de les emocions. La fada Estela era xicoteta, tenia un vestit de color lila i portava una bareta en forma d'arc de Sant Martí. Amb la bareta anava a ensenyar a Minerva a expressar els seus sentiments i deixar eixir les seues emocions.

- Hola, Minerva, soc la fada Estela i vinc a ajudar-te amb les teues emocions.
- Hola, fada Estela, què són les emocions?
- Les emocions són reaccions que experimentem davant diferents situacions o pensaments – li va dir la fada Estela.
- No entenc molt bé el que m'estàs dient – li va dir Minerva.
- No et preocupes, t'ho ensenyaré perquè tu mateixa el pugues experimentar.

La fada es va passar a la feina...

Amb la seua bareta va llançar el color blau. Minerva es va sentir trist i va començar a explicar-li a la fada tot el que pensava dolent d'ella i del que li feien.

Quan va eixir el color roig, Minerva es va enfadar i li va cridar a la fada Estela tot el que sentia quan es posava trista i ningú sabia el que li passava.

En eixir el color negre, Minerva va sentir molta por per tot. No li agradava sentir-se sempre així i volia canviar.

Després, la fada Estela va llançar el color verd. Minerva es va calmar i va començar a entendre que havien moltes més emocions que no coneixia i que no eren dolentes.

Finalment, va llançar amb la bareta el color groc que per a Minerva va ser tot un descobriment perquè li va agradar la sensació de sentir-se feliç i això era nou per a ella.

Quan la fada va acabar d'ensenyar-li a Minerva totes les emocions, va sentir molta tranquil·litat i ara es veia capaç de fer qualsevol cosa. Ja mai va tornar a estar trista i sempre anava amb un somriure perquè sabia com expressar les seues emocions.

- Moltes gràcies, fada Estela, per ajudar-me. Ara sé el que són les emocions i m'ajudaran a expressar-me quan ho necessite.
- De res – li va dir la fada Estela. A partir d'ara et desitge que sigues molt feliç.

