

# Wspaniała Mei i przyjaciele





Trzynastoletnia Mei i jej przyjaciele Yasmin, Addo i Pablo, przeżywają wzloty i upadki w pierwszym roku swojego życia w roli „nastolatków”.

Nazywana przez babcię „Wspaniałą Mei”,

Mei nie zawsze czuje się wspaniale.

Żyjąc w świecie pełnym zmian, Mei i jej przyjaciele muszą nauczyć się, jak radzić sobie z emocjami, nawiązywać relacje, pokonywać wyzwania i dokonywać dobrych wyborów.

Dołącz do Mei w podróży, podczas której odkrywa ona swoje własne możliwości i uświadamia sobie, jaka naprawdę jest wspaniała!



1.1. Osobno w domu



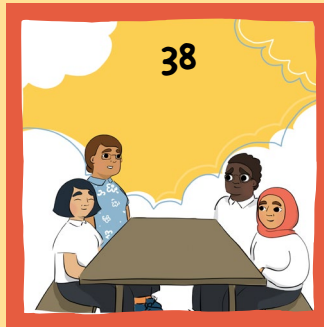
1.2. Powrót do szkoły



1.3. To, co czuję



2.1. Mei stresuje się pracą domową



2.2. Zmartwienie Addo



3.1. Jasmin rozwiązuje problemy



3.2. W czym problem, Addo?



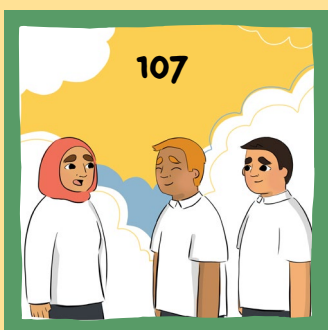
4. Mam coś do powiedzenia



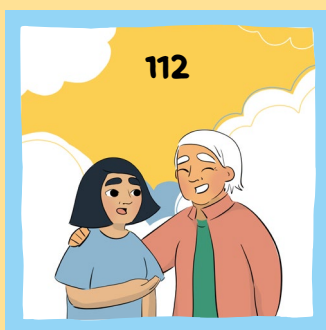
5.1. Wycieczka klasowa



5.2. Dahn dokonuje ryzykownych wyborów



6.1. Czy ty mnie słuchasz?



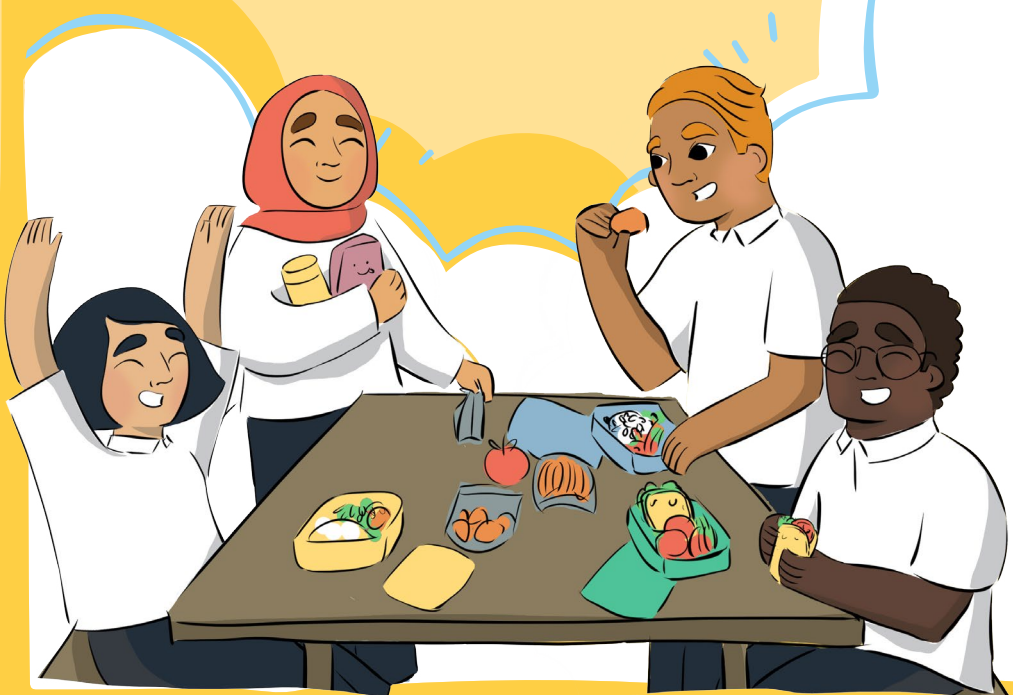
6.2. Mei dogaduje się z mamą



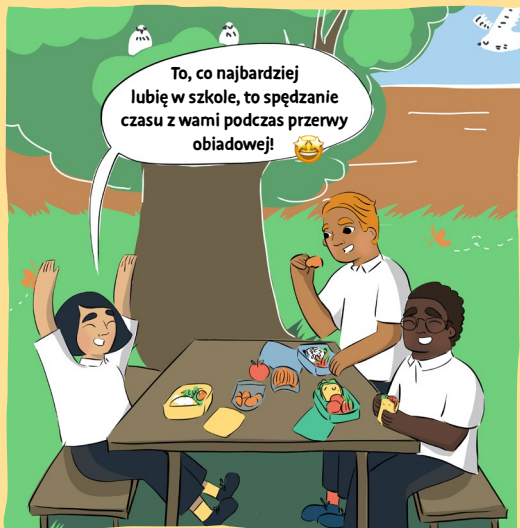
6.3. Wspieramy się nawzajem

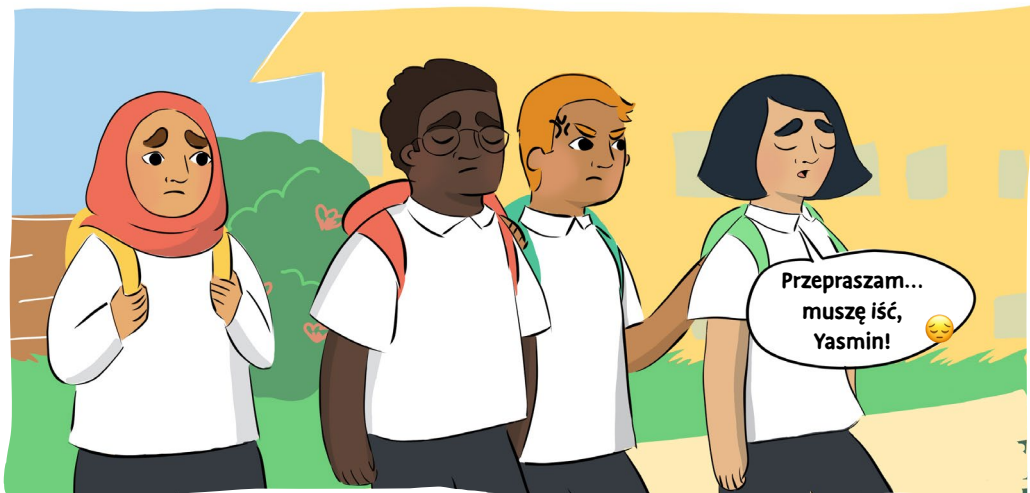
3.1

# Yasmin rozwiązuje problem

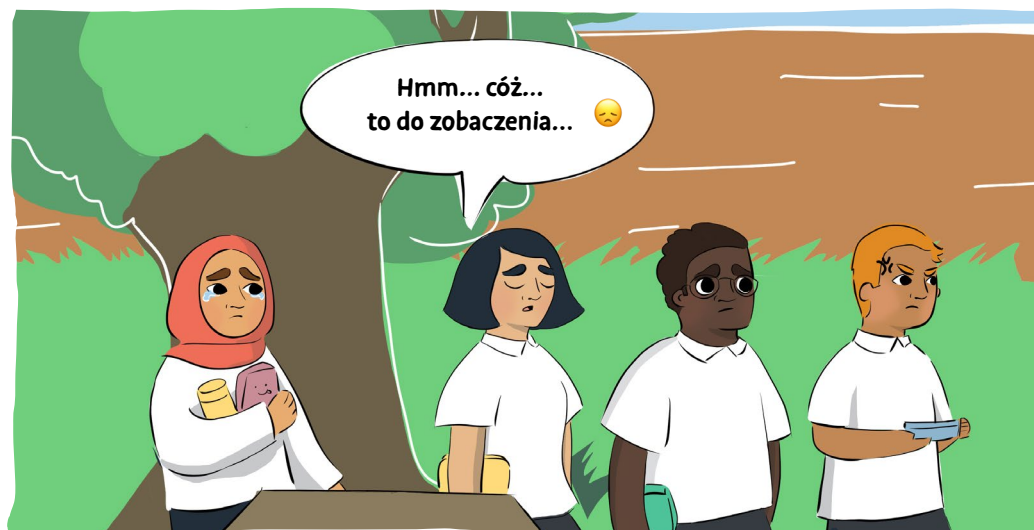


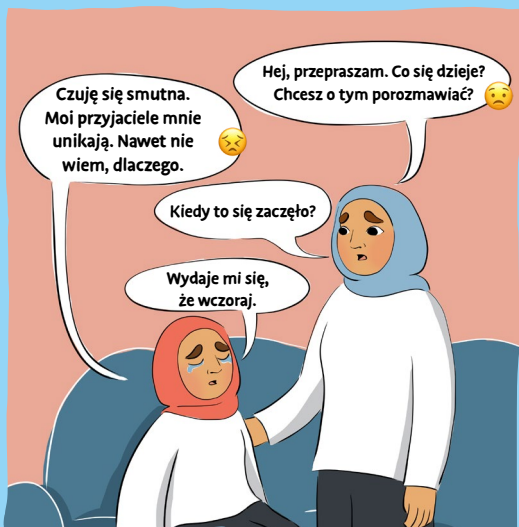


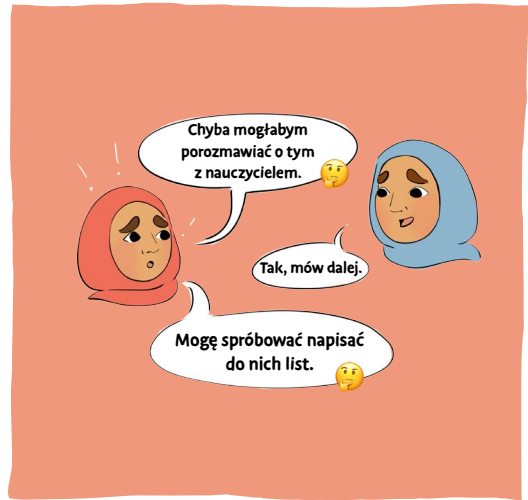














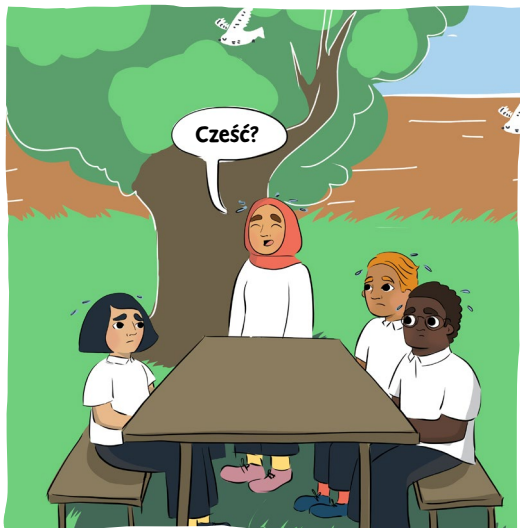
Następnego dnia  
w szkole







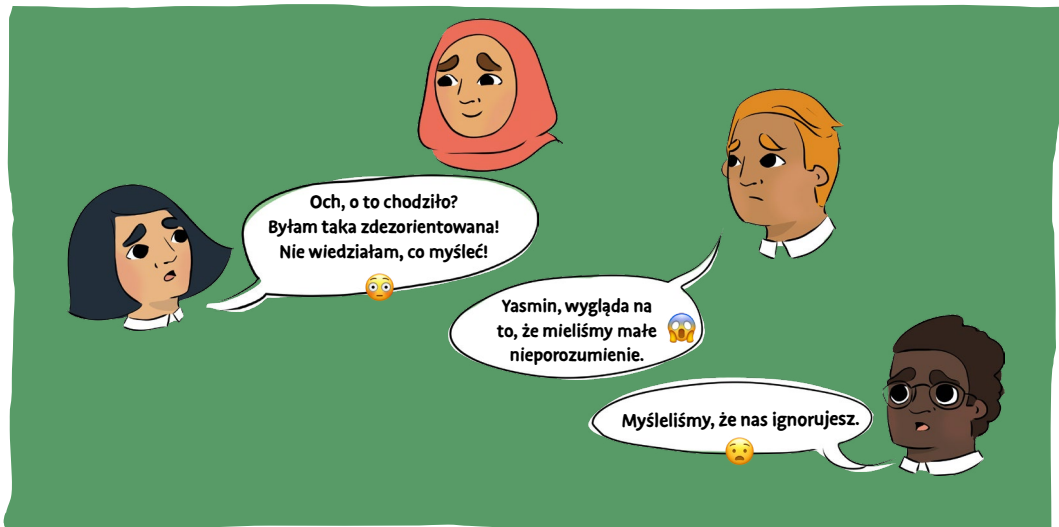




Cześć?



Zanim znowu odejdziecie, chciałam tylko powiedzieć, że przepraszałam, że zламаłam obietnicę o wspólnym jedzeniu obiadu. I za to, że nie mogłam zagrać w piłkę. Nie miałam okazji wam wtedy o tym powiedzieć, ale pracuję nad projektem z Mayą i jest to naprawdę trudny temat. Musimy włożyć w to dużo dodatkowej pracy! 😞



Och, o to chodziło? Byłam taka zdezorientowana! Nie wiedziałam, co myśleć! 😞

Yasmin, wygląda na to, że mieliśmy małe nieporozumienie. 🤔

Myśleliśmy, że nas ignorujesz. 😞

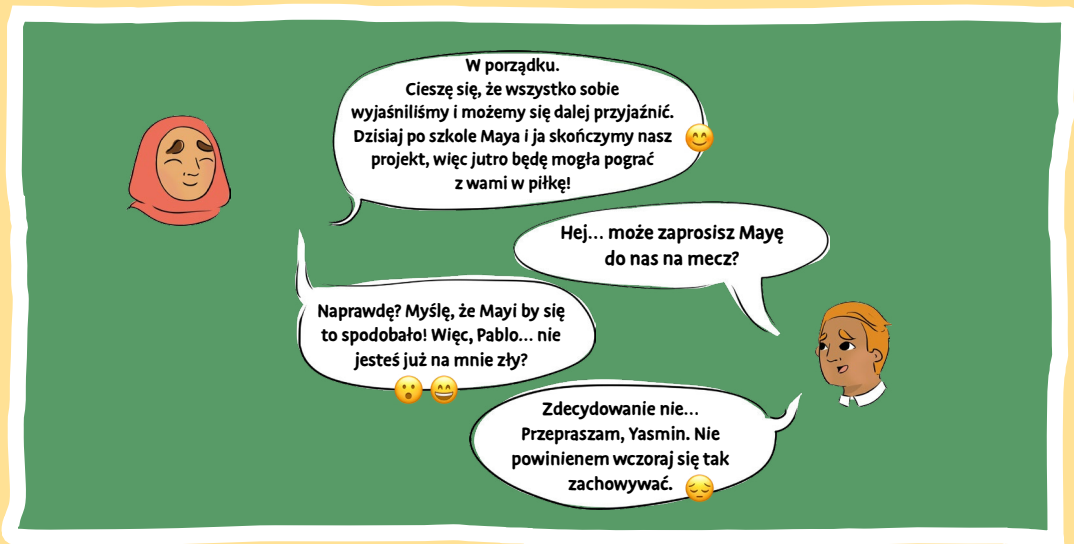


Kiedy nie zjadłaś z nami obiadu jak zwykle, pomyśleliśmy, że lubisz Mayę bardziej niż nas. 😞

Nie ma mowy! Lubię was wszystkich tak samo! A Maya jest też naprawdę fajna. Chcę, żebyście wszyscy ją poznali! 😊

Pewnie, to dobry pomysł. W porządku, Yasmin. Rozumiemy. Nam też jest bardzo przykro. Też nie powinniśmy byli się tak zachowywać. 😞

Tak, ja też przepraszałam. Naprawdę nie czułam się dobrze z tym, że cię unikaliśmy. 😞😞



3.2

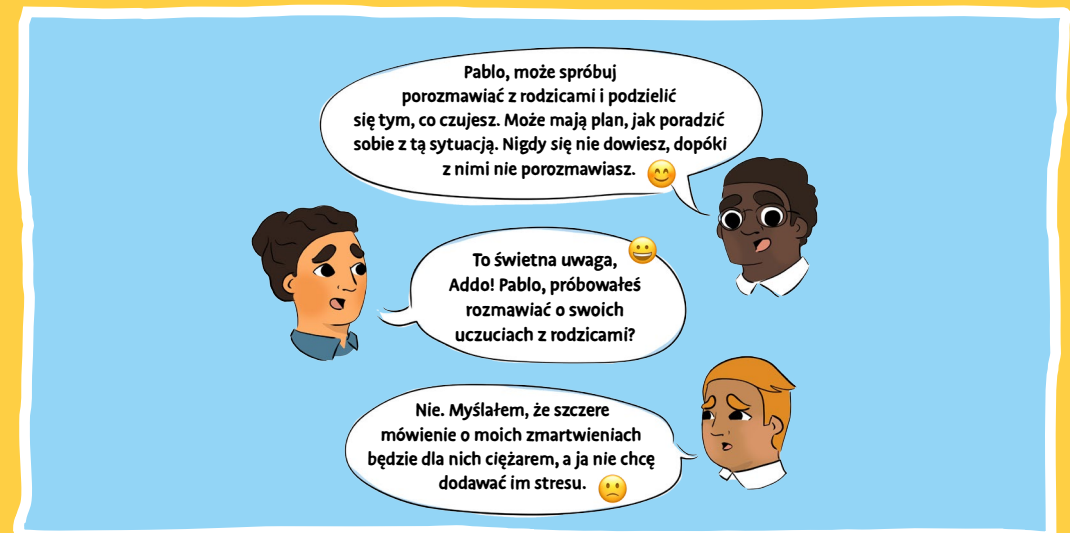
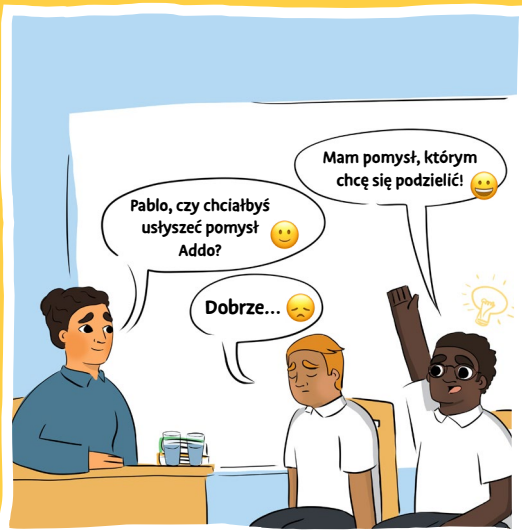
# W czym problem, Pablo?

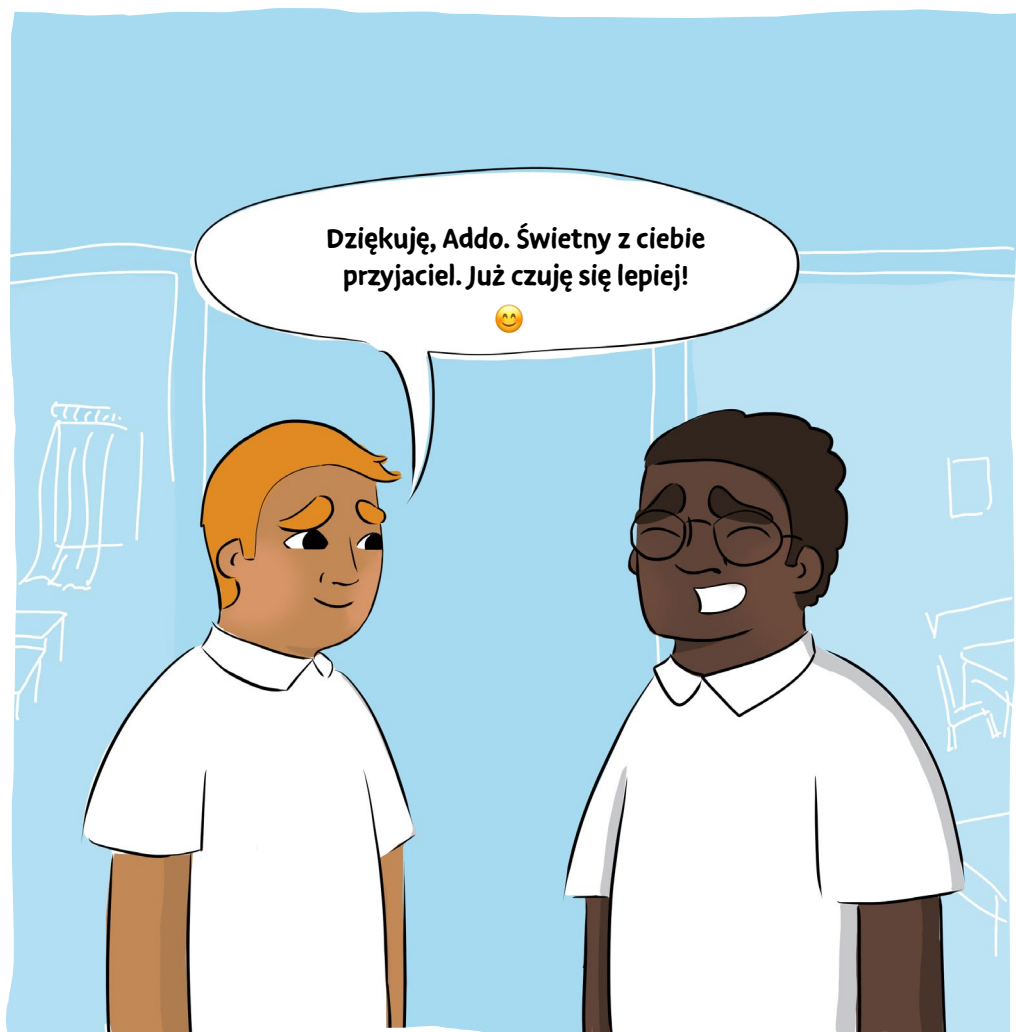
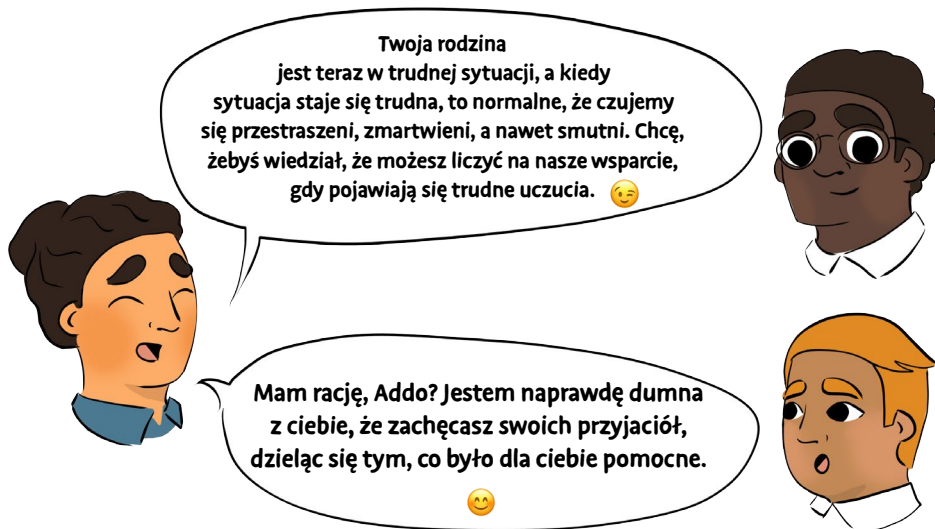




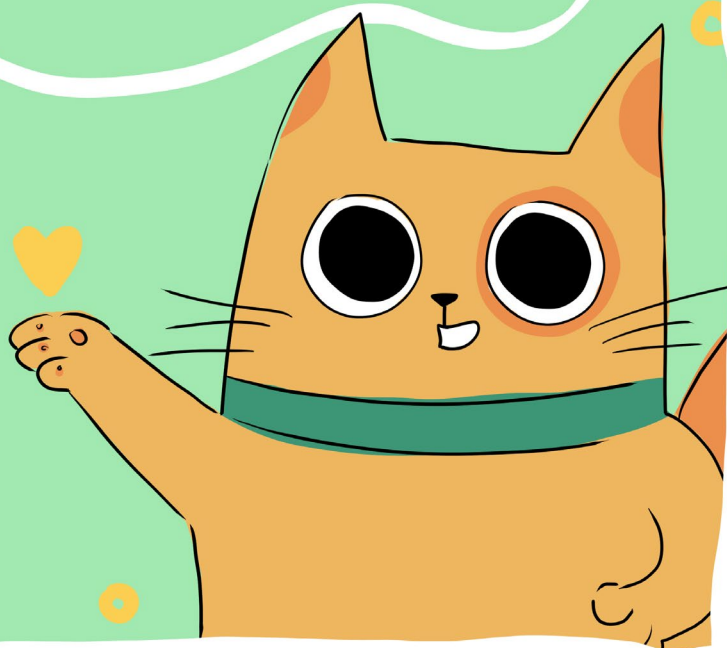










**Wypróbuj metodę 3 kroków:  
Zatrzymaj się, Pomyśl, Działaj,  
kiedy próbujesz rozwiązać problem**





Zatrzymaj się: Na czym polega problem? Powiedz na głos lub zapisz, na czym konkretnie polega problem!

Mam problem z pracą domową z matematyki.



Pomyśl: Co możesz z tym zrobić? Z kim można o tym porozmawiać? Kogo możesz poprosić o pomoc? Wymyśl kilka pomysłów!

Mogę porozmawiać z moim tatą.

Mogę poprosić o pomoc nauczyciela.


Mogę zadzwonić do Addo, żeby zapytać, jak odrobić zadanie domowe.



Działaj: Wybierz rozwiązanie, które twoim zdaniem sprawdzi się najlepiej.

Zadzwonię do Addo po pomoc, ponieważ mojego tatę nie ma w domu, a z nauczycielką mogę się skontaktować dopiero jutro.

Wypróbuj to i zobacz, co się stanie! Jeśli się nie uda, zawsze możesz spróbować czegoś innego.

A stylized illustration of a yellow cat with pointed ears and four paws, holding a large yellow rectangular sign. The background is white with faint yellow outlines of a room, including a window and a door. The entire illustration is set against a solid blue background.

**Pamiętaj: jeśli potrzebujesz pomocy lub masz jakiegokolwiek pytania, porozmawiaj z zaufaną osobą dorosłą, nauczycielem lub członkiem rodziny.**

**Pozdrowienia, Mei xx i Lulu**





dla każdego dziecka