

Марина Тимофієва

КАЗКОВИЙ СВІТ ПОЧУТТІВ: секрети спокою

(ДЛЯ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ)



Українською та англійською мовами

Київ – 2026

- Тимофієва Марина
Т 41 Казковий світ почуттів: секрети спокою (для розвитку емоційного інтелекту) – К.: Видавничий центр “Кафедра”. – 95 с., іл. (українською та англійською мовами)

ISBN 978-966-370-327-5

Перед вами третя книга серії «Казковий світ почуттів: секрети спокою» – збірка сучасних терапевтичних казок для розвитку емоційного інтелекту дітей 4-9 років. Добрі герої вчаться дружити, долати страхи, розуміти почуття, підтримувати інших і вірити у себе.

Кожна історія допомагає дитині пізнати себе, співпереживати, говорити про емоції та будувати теплі стосунки з іншими. Через казкові сюжети легко засвоюються цінності доброти, сміливості, щирості й любові.

Особливість книги – інтерактивні сторінки: творчі завдання та ігри; вправи на заспокоєння; сторінки про дружбу, родину та самооцінку; завдання на розпізнавання емоцій; запитання про страхи, мрії, підтримку й радість.

Книга стане чудовим помічником для батьків, педагогів і психологів.

«Казковий світ почуттів: секрети спокою» – книга, після якої дитина стає ближчою до себе і до світу.

УДК 159.922.7

ISBN 978-966-370-327-5

© М. П. Тимофієва, 2026
© Видавничий центр “Кафедра”, 2026

Дорогі дорослі чарівники дитинства!



Якщо ця книга опинилася у ваших руках – значить, хтось маленький поруч із вами росте, мріє, інколи вередує, сміється до сліз, ставить сто запитань за хвилину й тихенько вчиться жити у великому світі.

Дитина не завжди говорить словами. Іноді вона говорить мовчанням. Іноді – сльозами. Іноді – гучним сміхом, образою, впертістю чи бажанням щоб її обійняли саме зараз.

Ця книга створена не лише для дітей. Вона і для вас дорослі теж. Щоб ви на хвилинку згадали, як це – дивуватися калюжі, боятися темряви, дружити назавжди й вірити, що іграшки можуть оживати.

Не поспішайте читати сторінки до кінця. Зупиняйтесь там, де дитина задумалась. Смійтеся там, де смішно. Обіймайте там, де сумно. Ставте свої запитання. Слухайте несподівані відповіді.

Бо найважливіше у книзі – не текст.
Найважливіше – той теплий голос, яким ви читаєте.

Ті очі, що дивляться поруч.
І та пам'ять, яка залишиться назавжди:
«Мені читали з любов'ю».

Тож відкриваємо сторінку.
Можливо, саме сьогодні почнеться одна з найтепліших згадок дитинства.

Дякуємо вам за турботу, мудрість і щоденну любов, яку ви даруєте своїм дітям.
Нехай ця книга стане для вашої родини джерелом тепла, радості та близькості.
З повагою і вдячністю — для вас і ваших дітей.

Якщо у вас є запитання, ідеї чи ви хочете поділитися враженнями —
то я буду дуже рада вашому листу.

Пишіть мені на електронну пошту: timofievamarina2009@gmail.com

З ніжністю та теплом,
Марина Тимофієва 





1. ПРИГОДИ ДОВГОШИЯ ТА МАЛЕНЬКОГО ДРУГА

Колись у савані, де трава була зеленіша, ніж будь-де на світі, жив Жираф на ім'я Довгошип. Він був найвищим у всій окрузі, і з його голови можна було бачити за сотні миль. Але Довгошип почувався самотнім, бо інші тварини були занадто далеко внизу, щоб спілкуватися з ним.

Одного разу, коли Довгошип нахилився, щоб поїсти листя, він побачив крихітне, але дуже сміливе Мишеня. Його звали Хрустик. Він бігав туди-сюди, збираючи зернятка, і зовсім не боявся гіганта.

– Привіт! – пропищав Хрустик. – Я так бачу, тобі сумно. Хочеш, я розповім тобі щось цікаве?

Довгошип був здивований. Ніхто ще не звертався до нього так просто і дружньо. Так і почалася їхня дружба.

Хрустик розповідав Довгошипові про життя внизу: про швидких мурашок, про веселих бджіл, про дивовижні квіти, які пахнуть на світанку. А Довгошип ділився з Хрустиком тим, що бачив з висоти: як ідуть хмари, як сонце сідає за гори, як змінюються пори року.

Інші тварини сміялися з їхньої дружби. «Як може такий велетень дружити з такою дрібною Мишкою?», – посміхались Зебри. «Це ж просто смішно!», – казали Гієни.

Але Довгошип і Хрустик не зважали на це. Вони знали: справжня дружба не вимірюється зростом чи силою – вона народжується в серці.

Одного разу в савані почалася велика пожежа. Вогонь швидко поширювався, і звірі в паніці тікали. Довгошип, завдяки своїй висоті, побачив безпечний шлях до річки, але не міг попередити всіх, бо його голос не було чути. І тут на допомогу прийшов Хрустик! Він біг щосили і сповіщав усіх про небезпеку, показуючи напрямом, який йому підказав Довгошип.

Завдяки злагодженій роботі Довгошипа і Хрустика всі тварини врятувалися. І тоді всі зрозуміли, що справжня цінність людини, або в цьому випадку тварини, не в її розмірах, а в її доброму серці та готовності допомогти. А Довгошип і Хрустик жили довго і щасливо, довівши, що найміцніші дружні зв'язки можуть виникнути там, де їх найменше очікуєш.

Давай поміркуємо разом:

- ❖ Як ти думаєш, чому Довгошип почувався самотнім, навіть будучи найвищим і особливим? Чи бували у тебе схожі почуття?
- ❖ Що допомогло Хрустику і Довгошипу подружитися, незважаючи на їхню різницю? Як ти поводишся з тими, хто відрізняється від тебе?
- ❖ Як ти думаєш, що відчували інші тварини після пожежі, коли зрозуміли, що дружба Довгошипа і Хрустика врятувала всіх? Що це вчить нас про допомогу іншим?



1. THE ADVENTURES OF LONGNECK AND HIS TINY FRIEND

Once upon a time, in the sunny savanna, there lived a very tall Giraffe named Longneck. He was so tall that from his head he could see for miles and miles. But Longneck often felt lonely... because all the other animals were so far down below.



One morning, while bending down to nibble some tasty leaves, Longneck noticed a tiny Mouse. The little Mouse's name was Nibbler. He was running here and there, carrying grains.

"Hi!" squeaked Nibbler. "You look sad. Want me to tell you something fun?"

Longneck blinked in surprise. No one had ever spoken to him so kindly. That was the start of a wonderful friendship.

Every day, Nibbler told Longneck about life on the ground: about the speedy ants, the buzzing bees, and the flowers that smelled sweet at sunrise. And Longneck told Nibbler about the sky: how the clouds danced, how the sun set behind the hills, and how the seasons changed.

The other animals laughed at them.

"How can a giant be friends with a tiny mouse?" giggled the zebras. "That's just silly!" howled the hyenas.

But Longneck and Nibbler didn't mind. They knew the truth: real friendship isn't about size – it's about the heart.

One hot day, a fire swept across the savanna! Flames crackled, smoke rose, and animals ran in fear. From high above, Longneck saw a safe path to the river. But his voice was too deep – no one could hear him.

Then Nibbler had an idea! He dashed off – pitter-patter, pitter-patter! – warning everyone and showing them the way Longneck had pointed.

Together, the tall Giraffe and the tiny Mouse saved the whole savanna. And from that day on, the animals understood: it's not how big or small you are that matters, it's how big your heart is. Longneck and Nibbler stayed the best of friends, proving that friendship can bloom in the most unexpected places.

ЗМІСТ

1	ПРИГОДИ ДОВГОШІЯ ТА МАЛЕНЬКОГО ДРУГА THE ADVENTURES OF LONGNECK AND HIS TINY FRIEND	5
2	НЕЗГРАБНИЙ СЛОН БУЛЬК І МАЛЕНЬКИЙ КРАБ-РЯТІВНИК BUMBLE THE CLUMSY ELEPHANT AND THE LITTLE CRAB RESCUER	9
3	НЕЗВИЧАЙНЕ ПРИЗНАЧЕННЯ РОБОТА ЖОРИ THE UNUSUAL PURPOSE OF ZHORA THE ROBOT	13
4	КАЗКА ПРО МАЛЕНЬКОГО РАВЛИКА, ЯКИЙ БОЯВСЯ ДОЩУ THE TALE OF THE LITTLE SNAIL WHO WAS AFRAID OF THE RAIN	17
5	КАЗКА ПРО МУДРУ ЛИСИЧКУ THE TALE OF THE WISE FOX	21
6	ЯК ЗІРОНЬКА ШУКАЛА ДРУЗІВ HOW LITTLE STAR FOUND FRIENDS	25
7	КАЗКА ПРО БОЖУ КОРІВКУ НА ІМ'Я ЛАЛА THE TALE OF A LADYBUG NAMED LALA	29
8	БІМ, БОМ І ПУСЯ BIM, BOM, AND PUSYA	33
9	КАЗКА ПРО БІЛОЧКУ РУДЮ ТА ЇЇ ПОДРУГУ ЗІНЬКУ THE STORY OF RUDYA THE SQUIRREL AND HER FRIEND ZINKA	37
10	КАЗОЧКА ПРО ДЮЙМОВОЧКУ ТА ЇЇ ПЕРШИЙ БАЛ THE LITTLE STORY ABOUT THUMBELINA AND HER FIRST BALL	41
11	КАЗКА ПРО СВІТЛЯЧКА, ЩО БОЯВСЯ ТЕМРЯВИ THE STORY OF THE FIREFLY WHO WAS AFRAID OF THE DARK	45
12	КАЗКА ПРО ЛІСОВИХ УЧНІВ THE STORY OF THE FOREST STUDENTS	49
13	ТІКА ТА ЗАГУБЛЕНА ШИШКА TIKA AND THE LOST PINECONE	53
14	ЧАРІВНА ПАЛИЧКА ЗЛАТИ ZLATA'S MAGIC WAND	57
15	НЕВИДИМИЙ ПЛАЩ THE INVISIBLE CLOAK	61
16	ПЕРШИЙ ВИСТУП СОЛОМІЙКИ В ТЕАТРІ SOLOMIYKA'S FIRST PERFORMANCE ON STAGE	65
17	КАЗКА ПРО ЛІЗОНЬКУ ТА ВІРТУАЛЬНОГО ДРУГА THE MAGICAL GARDEN OF SECRETS	69
18	КАЗКА ПРО МАЛЕНЬКУ АФІНУ ТА ЧАРІВНУ ПЕЛЮШКУ A FAIRY TALE ABOUT LITTLE ATHENA AND THE MAGIC SWADDLE	73
19	ПЕРШІ ПЕРЕГОНИ ЕМІЛІЇ І ЛЕОНА EMILIA AND LEON'S FIRST RACE	77
20	ІНТЕРАКТИВНІ СТОРІНКИ INTERACTIVE PAGES	80