

# Как Мийя

научилась говорить  
«мне не подходит»



Сказка о смелости  
говорить о своих чувствах  
и беречь свою радость

Эльвира Всмисле

# **Эльвтра Всмисле Как Мия научилась говорить «мне не подходит»**

*<https://litres.ru/74421488>*

*SelfPub; 2026*

## **Аннотация**

Сказка о восьмилетней Мие, которая очень любит рисовать, дружить и придумывать волшебные истории, но часто молчит, когда игры подруг ей не нравятся. Внутри Мии появляется тяжёлый серый комок обиды, а её защитный пузырь радости сжимается. Встреча с Волшебницей помогает Мие открыть секрет «Стоп-Слова» — научиться спокойно говорить: «Мне это не подходит, давайте ...». Мия понимает, что защищать свои границы — не значит ссориться или терять друзей. Сказка учит детей слышать свои желания, уверенно говорить «нет» и искать решения, удобные для всех.

# Эльвтра Всммысле

## Как Мия научилась

### говорить «мне не подходит»

**Как Мия научилась говорить «мне не подходит»**

В одном солнечном городке жила-была девочка по имени Мия. Ей было восемь лет. Мия очень любила рисовать яркими красками и придумывать волшебные сюжеты. Подруг у неё было немного, и она очень дорожила ими. Но иногда в играх происходило то, что сильно её расстраивало.

Бывало, играют девочки во дворе, и подружка Лера командует: «Мия, ты будешь вредной соседкой, которая со всеми ругается!» Мие совсем не хотелось быть вредной. В этот момент её **невидимый защитный пузырь** — в котором жили её радость, её желания и её яркие краски — будто испуганно сжимался.

В груди у Мии тут же поднимался тяжёлый, горячий комок Обиды серого цвета грозовой тучи. Теперь обида занимала место радости. Обида росла, мешала дышать и, словно глухая пробка, закрывала горло. Из-за этого комка Мия не могла вымолвить ни слова. К глазам подступали слёзы. Мия молча отворачивалась, пряталась в самый дальний угол и думала: «Они меня не любят. Больше не буду с ними играть». А подружки в это время лишь недоумевали: «Мия, ты чего

обиделась? Мы же просто играем!»

Мия очень грустила. Подруг у неё было мало, и она ужасно боялась остаться совсем одна, но и терпеть эту давящую обиду больше не могла.

Однажды Мия гуляла в парке со своим блокнотом для набросков и встретила настоящую **Волшебницу**. Женщина сидела на скамейке, вокруг неё прямо в воздухе переливались невидимые искорки, а на её запястье звенел красивый браслет из разноцветных камушков. Мия присела рядом.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.