

МЕДВЕЖОНОК ТОПТЫЖКА И ДЕНЬ «НЕТ»



Елена Стрельцова

**Медвежонок Топтыжка
и день "НЕТ"**

«Автор»

2026

Стрельцова Е.

Медвежонок Топтыжка и день "НЕТ" / Е. Стрельцова —
«Автор», 2026

Добрая терапевтическая сказка для детей от 3 до 5 лет о личных границах, честности и заботе о себе. Медвежонок Топтыжка привык всем помогать и никогда не отказывал друзьям. Но однажды он так сильно устал, что понял: даже доброму и заботливому медвежонку иногда нужно остановиться и отдохнуть. Вместе с друзьями Топтыжка учится говорить «нет» тому, чего ему не хочется или на что у него не хватает сил, а вместо этого предлагать другой вариант. Сказка в мягкой и понятной форме помогает ребёнку понять, что отказ не делает его плохим. Она учит замечать свои чувства и усталость, уважать желания других, спокойно выражать просьбы и находить решения, удобные для всех. Книга подойдёт для совместного чтения перед сном и станет поводом поговорить с ребёнком о том, почему важно заботиться о себе, уметь отдыхать и говорить о своих желаниях без чувства вины.

© Стрельцова Е., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Очень добрый Медвежонок	6
Усталые лапы	7
Первое «нет»	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Елена Стрельцова

Медвежонок Топтыжка и день "НЕТ"

Медвежонок Топтыжка

и день «Нет»

Добрая терапевтическая сказка для детей 3–5 лет

О личных границах, честности и заботе о себе

Очень добрый Медвежонок

На солнечной поляне жил Медвежонок Топтыжка. Он был большой, мягкий и очень добрый.

Если кому-то нужно было принести воду для чая, Топтыжка говорил: «Я помогу». Если требовались шишки для костра, он нёс целую корзину. А когда вороны подлетали к ягодам, Медвежонок караулил поляну и махал лапами.

— Какой ты заботливый! — хвалили его друзья.

Топтыжке было приятно помогать. Он любил, когда все улыбались. Поэтому, если кто-то просил его о чём-нибудь, он почти всегда отвечал:

— Да! Конечно! Я сделаю!

Но иногда Топтыжка забывал спросить себя: «А есть ли у меня сейчас силы?»

Усталые лапы

Однажды утром друзья решили устроить большой лесной чай. Зайчонок Пушок собирал ромашки, Лисичка Рыжинка раскладывала чашки, а Волчонок Вовка готовил весёлые игры.

— Топтыжка, принеси, пожалуйста, воды, — попросил Пушок.

— Да, — ответил Медвежонок и пошёл к ручью.

— А потом собери шишки, — попросила Рыжинка.

— Да, — снова сказал Топтыжка.

— И посторожи поляну, чтобы вороны не растащили печенье, — добавил Вовка.

— Да... — тихо ответил Топтыжка.

Он принёс воду, собрал шишки и сел у края поляны. Лапы у него стали тяжёлыми, голова клонялась, а животик урчал от усталости.

Первое «нет»

Когда друзья снова подошли к нему, Топтыжка лёг на траву и накрыл мордочку лапами.
— Топтыжка, поможешь развесить флажки? — спросила Рыжинка.
Медвежонок глубоко вздохнул.

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.