

NIE DAJ SIĘ, PINKU!

Urszula Młodnicka
Agnieszka Waligóra
(ilustracje)

KSIĄŻKA O HEJCIE
i O TYM, JAK
DBAĆ O SIEBIE,
GDY KTOŚ NAS RANI,
DLA DZIECI
i DLA RODZICÓW
TROCHĘ TEŻ

KONTYNUACJA
BESTSELLERA
JESTEŚ WAŻNY,
PINKU!

sensus  CZYTALSEK

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Nazwa „Pink”[®] oraz wygląd postaci  są zarejestrowanymi znakami towarowymi UE, do których prawa przysługują Urszuli Młodnickiej i Agnieszce Waligórze. Wszystkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowymi bądź towarowymi ich właścicieli.

Autor oraz wydawca dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz wydawca nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Opieka redakcyjna: Barbara Lepionka

Koncepcja książki: Urszula Młodnicka

Opracowanie ćwiczeń: Urszula Młodnicka

Koncepcja graficzna książki: Agnieszka Waligóra

Ilustracje: Agnieszka Waligóra

Projekt okładki: Agnieszka Waligóra, Ewa Jarocka

Opracowanie graficzne składu / skład: Agnieszka Waligóra, Ewa Jarocka

Korekty: Marysia Bernaciak-Kałamorz, Elżbieta Woźniak, Anna Czubska

Helion S.A.

ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice

tel. 32 231 22 19, 32 230 98 63

e-mail: sensus@sensus.pl

WWW: sensus.pl (księgarnia internetowa, katalog książek)

Drogi Czytelniku!

Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres

sensus.pl/user/opinie/pinku1

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

ISBN: 978-83-289-3757-4

Copyright © Helion S.A. 2026

PRINTED IN POLAND



- Kup książkę
- Poleć książkę
- Oceń książkę
- Księgarnia internetowa
- Lubię to! » Nasza społeczność

NIE DAJ SIĘ, PINKU!

Urszula Młodnicka
Agnieszka Waligóra
(ilustracje)

KSIAŻKA O HEJCIE
i O TYM, JAK
DBAĆ O SIEBIĘ,
GDY KTOŚ NAS RANI,
DLA DZIECI
i DLA RODZICÓW
TROCHĘ TEŻ



sensus  CZYTALSEK

SPIS TREŚCI!

1 KAŻDY Z NAS
JEST INNY I TO
JEST OK...7

2 KAŻDY JEST
WARTOŚCIOWY
I SIĘ LICZY...15

3 NIE TRAC
WIARY
W SIĘBIE...23



4 WYŚMIEWANIE
TO NIE ŻARTY
...31

5 NAJWAŻNIEJSZE,
ŻE TY WIESZ,
JAKA JEST
PRAWDA...38

6 ZRÓB MIEJSCE
DLA PRAWDZIWEJ
PRZYJAŹNI
...44

7 CZASEM
WARTO SIĘ
POKŁÓCIĆ
...52

8 ZGŁASZANIE TO
NIE TO SAMO CO
SKARŻENIE ...60

9 TRZEBA MÓWIĆ
O PRZEMOCY.
KONIECZNIE ...68

10 TO NIE
TWOJA WINA
...76

11 MOŻESZ
POCZUĆ SIĘ
PEWNIEJ,
NAWET GDY
SIĘ BOISZ
...85

12 RAZEM
RAŹNIEJ
...92

13 MOŻESZ STAWAĆ
W SWOJĘJ
OBRONIE ...100

14 NAWET
MAŁY GEST
MOŻE BYĆ DUŻYM
WSPARCIEM
...109

15 EMPATIA
TO PRAWDZIWY
GAME
CHANGER
...116

16 HEJT
TO NIE
ZABAWA
...124





hiSTORIA 1

KAŻDY Z NAS
JEST INNY
I TO JEST
OK

TO JEST PiNK.

— Cześć, Pinku!

— Cześć!

— Powiesz coś o sobie?

— No dobrze... tylko że ja nie mam nic ciekawego do powiedzenia.

— Jak to nie? Pomyśl chwilę.

Pink pomyślał chwilę. Jednak nic szczególnego nie przychodziło mu do głowy.

— Nic szczególnego nie przychodzi mi do głowy.
Jestem po prostu zwyczajnym stworem.

— Zwyczajnym stworem? Oj, myślę, że się nie doceniasz.

— No... nie wiem...

— Wiesz,
**KAŻDY Z NAS
JEST TROCHĘ INNY
I TO JEST
SUPER.**

**Ja, ty, ciocia Tinka,
twoi koledzy i koleżanki.
Różnimy się wyglądem,
zainteresowaniami
i charakterem.
I właśnie to sprawia,
że jesteśmy ciekawi.
Może jednak spróbujesz...**

**Pink podrapał się
za okrągłym uchem.**



— No dobrze, spróbuję. Jestem Pink. Pink znaczy po angielsku różowy, ale ja jestem niebieski i to jest trochę zabawne. Chodzę do 3C i kumpluję się z Bingiem, Leo i Lulką z tej samej klasy.

— Aha, a co lubisz?

— Lubię matematykę.

— I z tego, co wiem, jesteś w niej dobry!

— Tak, choć niektórzy, jak na przykład Fiszka, nazywają mnie przez to kujonem. Ale wiecie co? Nie przejmuję się tym specjalnie, bo bardziej lubię matematykę niż Fiszkę. Niech sobie gada, co chce.

Co nie? No!

— Dobrze podejście, Pinku. A co jeszcze lubisz?

— Lubię grać na ukulele, to taka mała gitarka, jeździć na desce, to znaczy deskorolce, ćwiczyć karate i jeść pizzę.

— A czego nie lubisz?

— Nie lubię brukselki. Nie lubię też, jak coś mi nie wychodzi i kiedy ktoś komuś dokucza.

Pink podrapał się za uchem.
Tym razem trójkątnym.

- I to chyba tyle...
- No i widzisz?
- Co?
- Same ciekawe rzeczy!



Pink się uśmiechnął. Poczut się dumny.
Nagle o czymś sobie jeszcze przypomniał.

- A! I jeszcze jedno! Uszy!
- No właśnie!

Masz bardzo oryginalne uszy, Pinku.

- Oryginalne? Czyli jakie?
- To znaczy wyjątkowe i nietypowe.
Nikt takich nie ma.

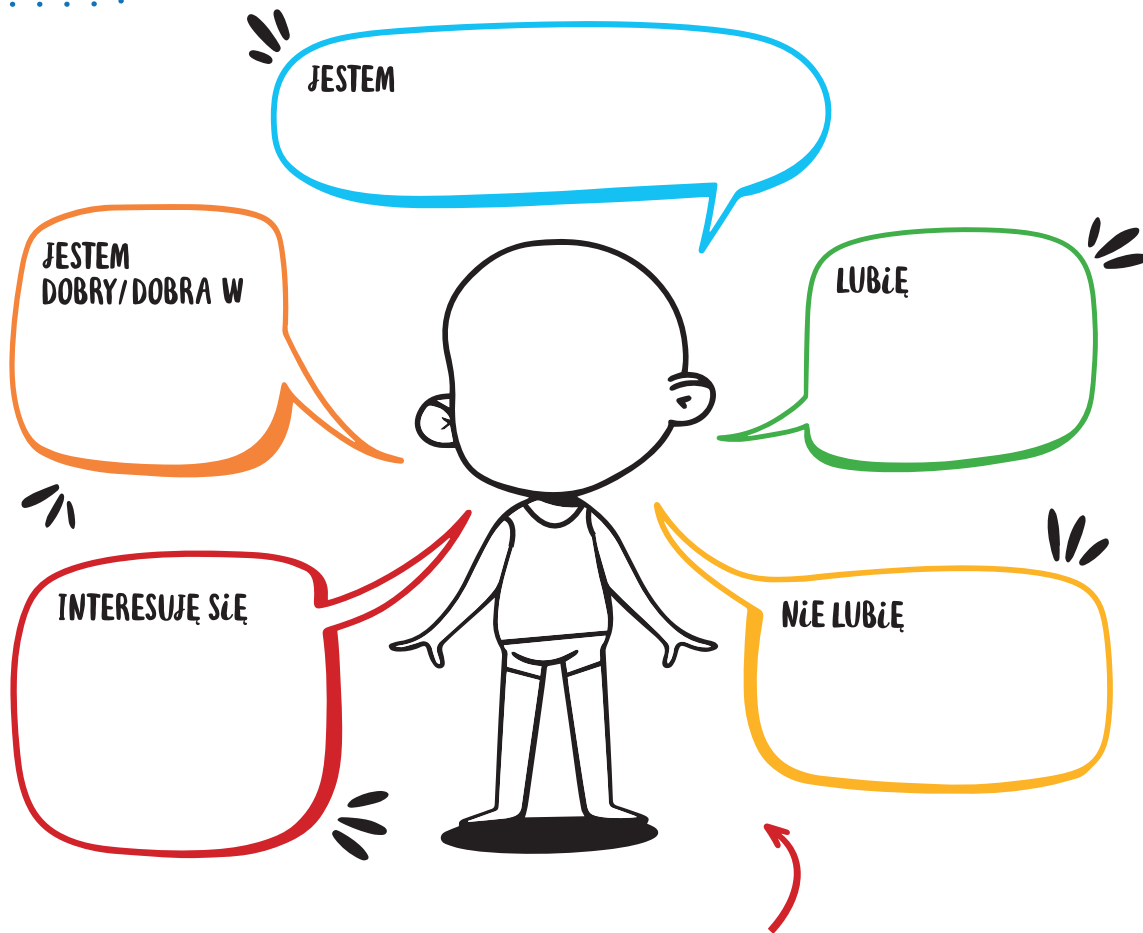
— Jak to nikt?
A ja?



**TERAZ
TY!**

TERAZ TO TY OPOWIEDZ O SOBIE

Napisz lub narysuj.

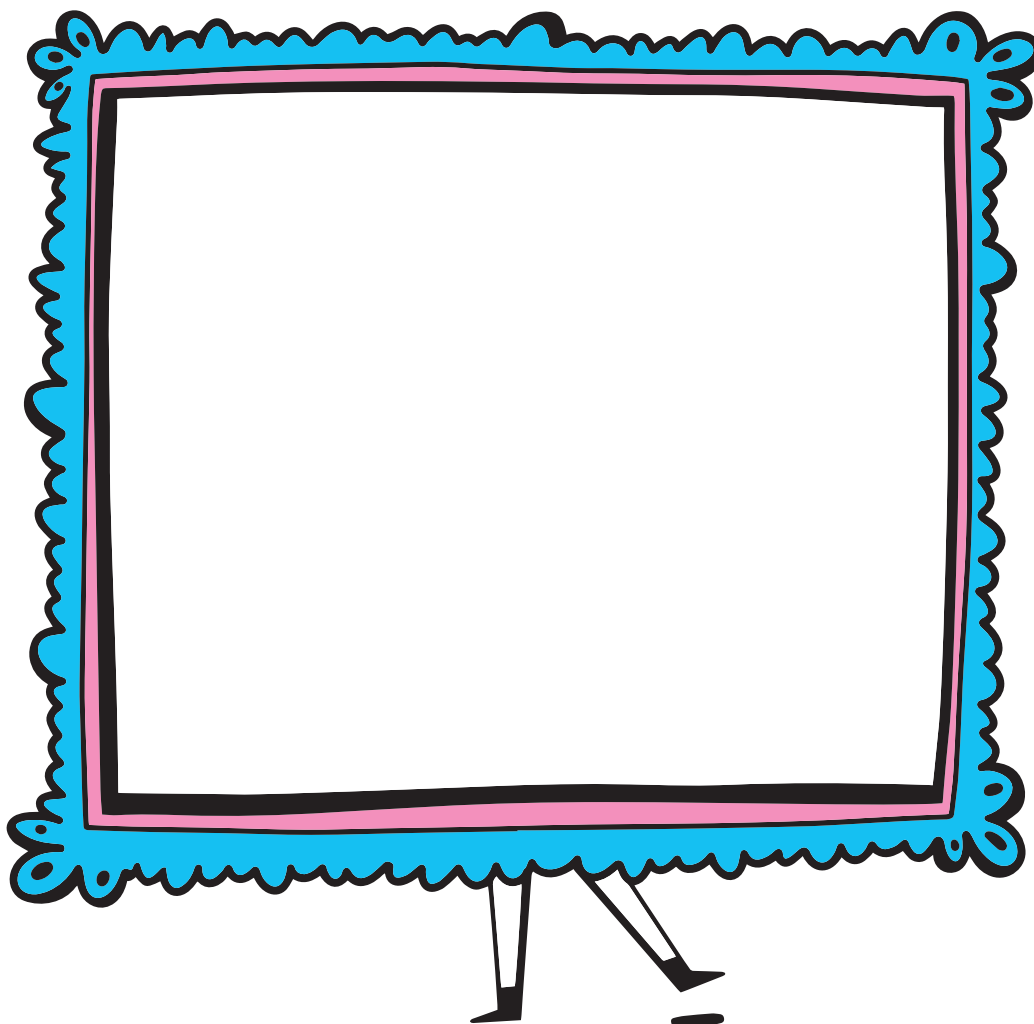


Upodobnij postać do Ciebie. Dorysuj swoje charakterystyczne cechy,
aby powstał Twój portret.

Każdy z nas jest inny. To sprawia, że jesteśmy wyjątkowi i ciekawi,
a przez to świat nie jest nudny.

Zastanów się i napisz lub narysuj to, co Cię wyróżnia.

**PAMIĘTAJ! NIE MA DRUGIEJ
TAKIEJ OSOBY NA CAŁYM ŚWIECIE!**





PROGRAM PARTNERSKI

— GRUPY HELION —

- 
1. ZAREJESTRUJ SIĘ
 2. PREZENTUJ KSIĄŻKI
 3. ZBIERAJ PROWIZJĘ

Zmień swoją stronę WWW w działający bankomat!

Dowiedz się więcej i dołącz już dzisiaj!

<http://program-partnerski.helion.pl>

GRUPA
Helion 

**BESTSELLEROWA
SERIA O PINKU!**

**PRAWIE
PÓŁ MILIONA** »
sprzedanych
egzemplarzy!

Kilkakrotnie nominowana
**DO NAGRODY
BESTSELLERY EMPIKU**

Pink to niebieski stwór, który jedno ucho ma okrągłe, a drugie trójkątne. Jest mu przykro, kiedy ktoś mu dokucza, obgaduje go albo się z niego śmieje. Przez te sytuacje czasem myśli, że to z nim coś jest nie tak.

– To, że ktoś ci dokucza, nigdy nie jest twoją winą.
Zawsze o tym pamiętaj. OK?

– OK.

– I to nie z tobą jest coś nie tak. To ich zachowanie nie jest w porządku.

– Tak?

Oczywiście, że tak! Nikt nie ma prawa krzywdzić ani Ciebie, ani kogokolwiek.

KAŻDY Z NAS JEST INNY I TO JEST OK.

Każdy z nas się liczy i ma swoją wartość taki, jaki jest. Zdarza się jednak, że niektórzy specjalnie próbują nam ją odebrać, by poczuć się lepiej. Obgadują, wyśmiewają, wykluczają i dokuczają. To przemoc, która wynika z ich słabości, a nie siły. Dlatego najważniejsze, aby nie dać sobie odebrać swojej mocy.

POZNAJ SPOSOBY, JAK WALCZYĆ Z HEJTEM I STAWAĆ WE WŁASNEJ OBRONIE!

Patronat merytoryczny:



**Budząca
Się Szkoła**



sensus

ebook dostępny na:
ebookpoint

ISBN 978-83-289-3757-4



9 788328 937574

cena: 49,90 zł

CZYTALISEK
czytalisek.pl
f i g y

Siłą tej książki jest jej autentyczność – przedstawione historie przypominają sytuacje, z którymi młodzi ludzie mogą się spotykać na co dzień. Dzięki temu łatwo odnaleźć w niej własne doświadczenia i emocje. To wartościowa lektura zarówno dla dziecięcych czytelników, jak i dla ich rodziców, którzy chcą lepiej zrozumieć świat relacji swoich dzieci i rozmawiać z nimi o niełatwych sprawach w spokojny, wspierający sposób.

prof. UAM dr hab. Jacek Pyżalski

Aż 81% dzieci doświadcza przynajmniej jednej z form przemocy rówieśniczej. Budując ich pewność siebie, ucząc je empatii i tego, jak reagować (i że zawsze warto!), wspólnie tworzymy dla nich bezpieczniejszy świat. Ta książka to punkt wyjścia do szczerych rodzinnych rozmów i wsparcie dla dzieci w codziennych wyzwaniach w relacjach z rówieśnikami.

Marta Wojtas
Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę

Ta książka uczy, jak rozmawiać z dziećmi, gdy przeżywają trudne chwile. A tak się dzieje wtedy, kiedy doświadczają przemocy rówieśniczej. Jak rozmawiać, gdy dziecko zamyka się w sobie, gdy cierpi, odczuwa lęk i wstyd. Jak je wtedy wspierać, nie zabierając poczucia sprawstwa? To niezwykle piękna, mądra i bardzo potrzebna pozycja.

dr Marzena Żylińska
Fundacja Budząca się Szkoła