



A Jornada de Nina Pelos Sentimentos

by Sabrina Tavares



Nina era uma menina curiosa que adorava explorar. Ela vivia em um mundo colorido, onde cada dia era uma nova aventura. Um dia, ela percebeu que sentia muitas coisas diferentes, e queria entender o que eram esses sentimentos.



Num lindo jardim, Nina encontrou a Alegria, um raio de sol radiante. Alegria lhe ensinou a rir e a aproveitar cada momento. Nina aprendeu que a alegria a fazia sentir leve e cheia de energia, pronta para brincar.



Em uma floresta escura, Nina encontrou a Tristeza, uma nuvem cinzenta que chorava suavemente. Tristeza lhe ensinou que chorar é normal e que tudo bem não estar sempre feliz. Nina aprendeu a aceitar a tristeza e a confortar a si mesma.



Num vulcão em erupção, Nina conheceu a Raiva, um fogo ardente e intenso. Raiva lhe ensinou a controlar a fúria e a expressá-la de maneira saudável. Nina aprendeu a respirar fundo e a buscar soluções para seus problemas.



Num quarto escuro, Nina encontrou o Medo, um fantasma assustador. Medo lhe ensinou a enfrentar seus receios e a ser corajosa. Nina aprendeu que o medo pode ser superado com a ajuda de amigos e com a sua própria força interior.



De volta ao seu mundo, Nina percebeu que todos os sentimentos eram importantes e faziam parte de si mesma. Ela aprendeu a reconhecê-los, a aceitá-los e a lidar com eles de maneira positiva, construindo um futuro cheio de amor e esperança.