

Al cor del **Bosc dels Contes**, hi viu el personatge més gran i verd que us pugueu imaginar: el **Drac Verd**. Tot i que és enorme i té unes ales impressionants, el Drac Verd és conegut per ser el més amable de tots. Però fins i tot els dracs més bons tenen dies complicats.

Un matí, el Drac Verd estava construint una torre preciosa amb pedres del riu. De cop, en **Guiu l'Esquirol**, que anava amb molta pressa, va ensopegar i... *PUM!*, la torre va caure a terra.

En aquell moment, el Drac Verd va sentir una cosa estranya. Una calor forta li pujava per la panxa, el coll se li posava vermell i els fums li sortien pel nas. —Sento que tinc un volcà a dins! —va cridar el Drac Verd amb una veu que va fer tremolar les fulles dels arbres.

L'**Oriol el Mussol**, que ho vigilava tot des del seu pi, va baixar volant amb calma. —Aquesta és la **ràbia**, amic Drac —va dir l'Oriol amb veu suau—. És com un foc que vol cremar-ho tot, però tu ets l'amo del teu propi volcà.

En Drac Verd volia llançar una flama gegant, però l'Oriol li va ensenyar un truc secret: —Abans de treure el foc, agafa tot l'aire que puguis, com si volguessis inflar un globus gegant, i deixa'l anar a poc a poc, com si volguessis moure una ploma sense que caigui a terra.

El Drac Verd va tancar els ulls. Va inspirar fort... i va bufar suau, suau. Ho va fer tres vegades. A la tercera, la calor de la panxa va començar a marxar. El volcà s'havia adormit.

En **Guiu l'Esquirol**, que s'havia amagat darrere un arbust, es va apropar a poc a poc. —Ho sento, Drac Verd. T'ajudo a aixecar-la una altra vegada?

El Drac, ja del tot calmat, va somriure. Havia après que la ràbia pot ser molt forta, però que ell era molt més fort que el seu volcà. Aquell dia, la torre va ser la més alta que s'havia vist mai al bosc, perquè la van construir entre dos amics que sabien escoltar-se.

▣ Recursos per a pares i mestres

Aquest conte és una eina fantàstica per parlar de la **gestió de la ràbia** i les rebequeries.

▣ Preguntes per reflexionar:

1. **Què va sentir el Drac Verd a la panxa quan la torre va caure?** T'ha passat mai a tu?
2. **Quin truc li va ensenyar l'Oriol el Mussol?** (Podeu practicar la respiració del drac ara mateix).
3. **Què va passar quan el Drac es va calmar?** Va poder solucionar el problema amb en Guiu?

▣ Activitat del Passaport:

Si teniu el **Passaport del Bosc dels Contes**, avui podeu posar el segell de l'**Empatia** o la **Calma** al Drac Verd. Recordeu que ser valent també significa saber demanar perdó i respirar abans d'actuar.

Comparteix

- [Feu clic per compartir al Facebook \(S'obre en una nova finestra\) Facebook](#)
- [Feu clic per compartir a X \(S'obre en una nova finestra\) X](#)
- [Feu clic per enviar un enllaç per correu electrònic a un amic \(S'obre en una nova finestra\) Correu electrònic](#)
- [Feu clic per compartir a X \(S'obre en una nova finestra\) X](#)
- [Feu clic per compartir al WhatsApp \(S'obre en una nova finestra\) WhatsApp](#)