



Emoțiile Sarei

furia și liniștea

Traducere din limba franceză: Elena-Anca Coman

Texte și joculețe de relaxare: Cécile Alix

Ilustrații: Claire Frossard

Cu sfaturile lui
Florence Millot,
psiholog pentru
copii



1
Sara
e furioasă

Sara și prietenul ei, Vlad, desenează pe o foaie mare de hârtie. Sarei tocmai i-a venit ideea să folosească și carioca albastră.

— Ar fi grozav să desenăm un soare și cerul albastru! strigă ea.



Doar că Vlad desenează cu carioca albastră un om.

— Îmi împrumuți și mie carioca albastră? Vreau să desenez și eu! spune Sara nerăbdătoare.

— Imediat, răspunde prietenul ei, vreau să mai desenez o floare.



Sara se încruntă,
nu-i place **DELOC** să aștepte.

Dar lui Vlad îi ia prea mult timp să deseneze și floarea. Sara se enervează: strânge pumnii, iar din ochi îi ies scânteii.

Strigă:

- Este **ENERVANT**, la urma urmei! Mai ai mult?
- Încă puțin, încă puțin! răspunde prietenul ei.



— Durează prea mult, Vlad! strigă Sara nerăbdătoare.

○ faci dinadins?

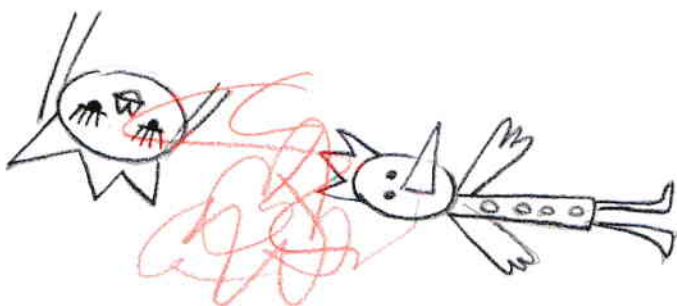
De data asta, chiar s-a enervat. Ia cariocile și

BUF! le aruncă pe jos.



Apoi ia carioca roșie și mângălește cu ea peste desenul lui Vlad.

— Nu este **DELOC FRUMOS** ce-ai făcut! strigă Vlad.



După puțin timp, furia i-a trecut, iar Sara se simte jenată.
Știe că n-a fost politicoasă cu Vlad.
Cum să facă s-o ierte?
Brusc, ochii încep să îi strălucească.
I-a venit o idee minunată...



Super Sara desenează un copac verde foarte frumos peste mâzgăliturile făcute mai devreme.

— Îți cer **IERTARE**, îi spune ea prietenului său. Uite, am făcut pentru tine un brad!

Vlad zâmbește, i se pare minunat.

Apoi îi întinde carioca Sarei.

— Mulțumesc! strigă ea. Voi împodobi cu ea bradul nostru de Crăciun!



Dar tu?

Ai simțit vreodată o **FURIE** imensă?