



# Emoțiile Sarei tristețea și bucuria

**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

Tristetea  
Sarei

Sara nu se simte deloc bine. Tocmai a descoperit că și-a pierdut păpușa preferată!

Simte că are un nod în gât și că o înțeapă ochii.

Este atât de **TRISTĂ**, încât nu poate nici măcar să vorbească.





Sara stă pe canapea și se lasă cuprinsă de  
**MAREA EI TRISTEȚE.**

Ca să-i distragă gândurile, mama o ia pe Sara  
în brațe și o mângâie.



Apoi îi citește povestea  
preferată.



După aceea, mama îi  
pregătește prăjitura  
preferată.



Însă mama tot nu reușește să o consoleze pe Sara!

**LACRIMI MARI** curg pe obrajii fetiței. Atunci mamei

îi vine o idee! Deschide sertarele și începe să caute.

— Ia să vedem, ia să vedem...

Scoate din sertar o păpușă foarte mică.

Este o mini păpușă, cu o rochie din lână colorată.

