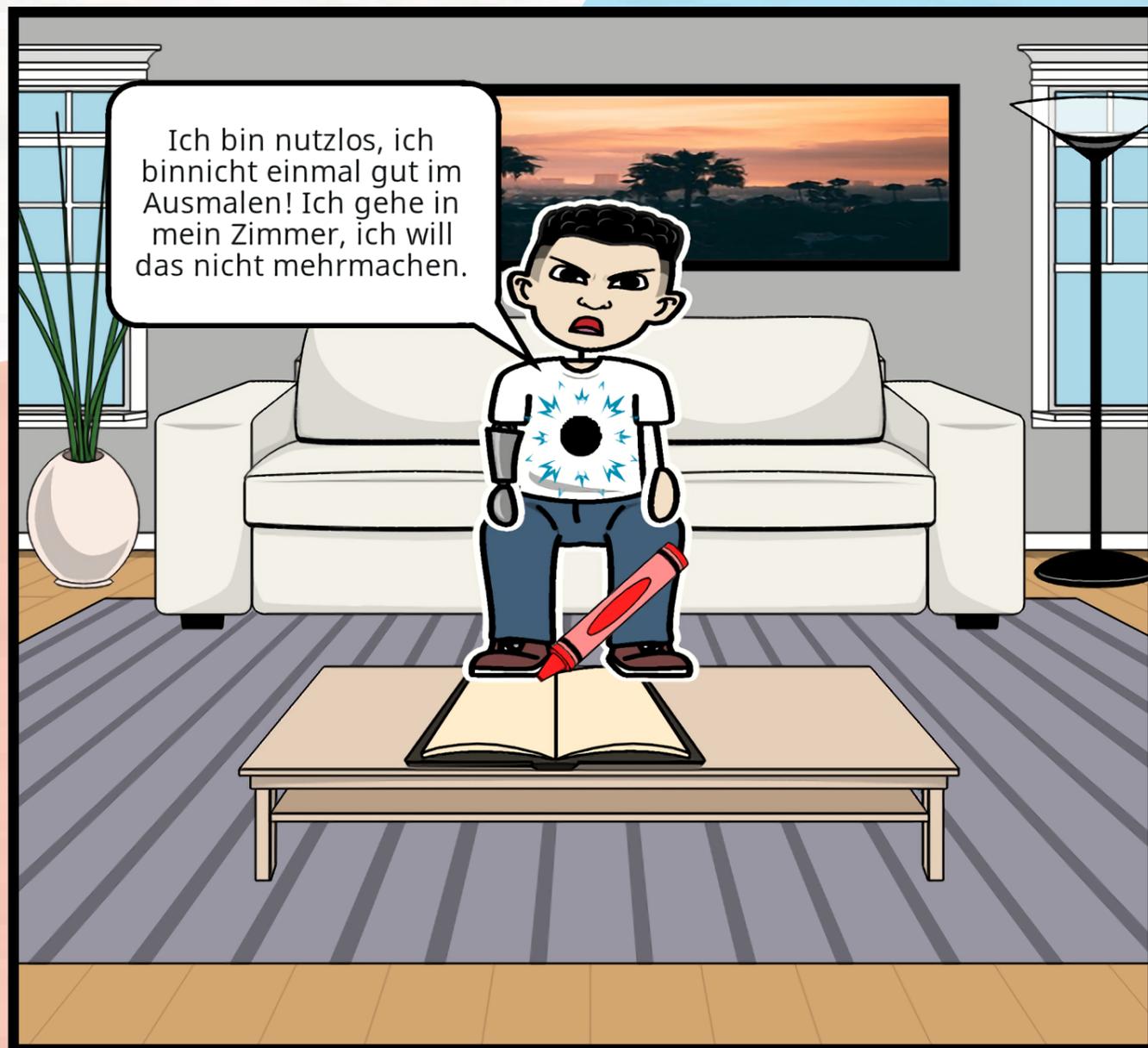
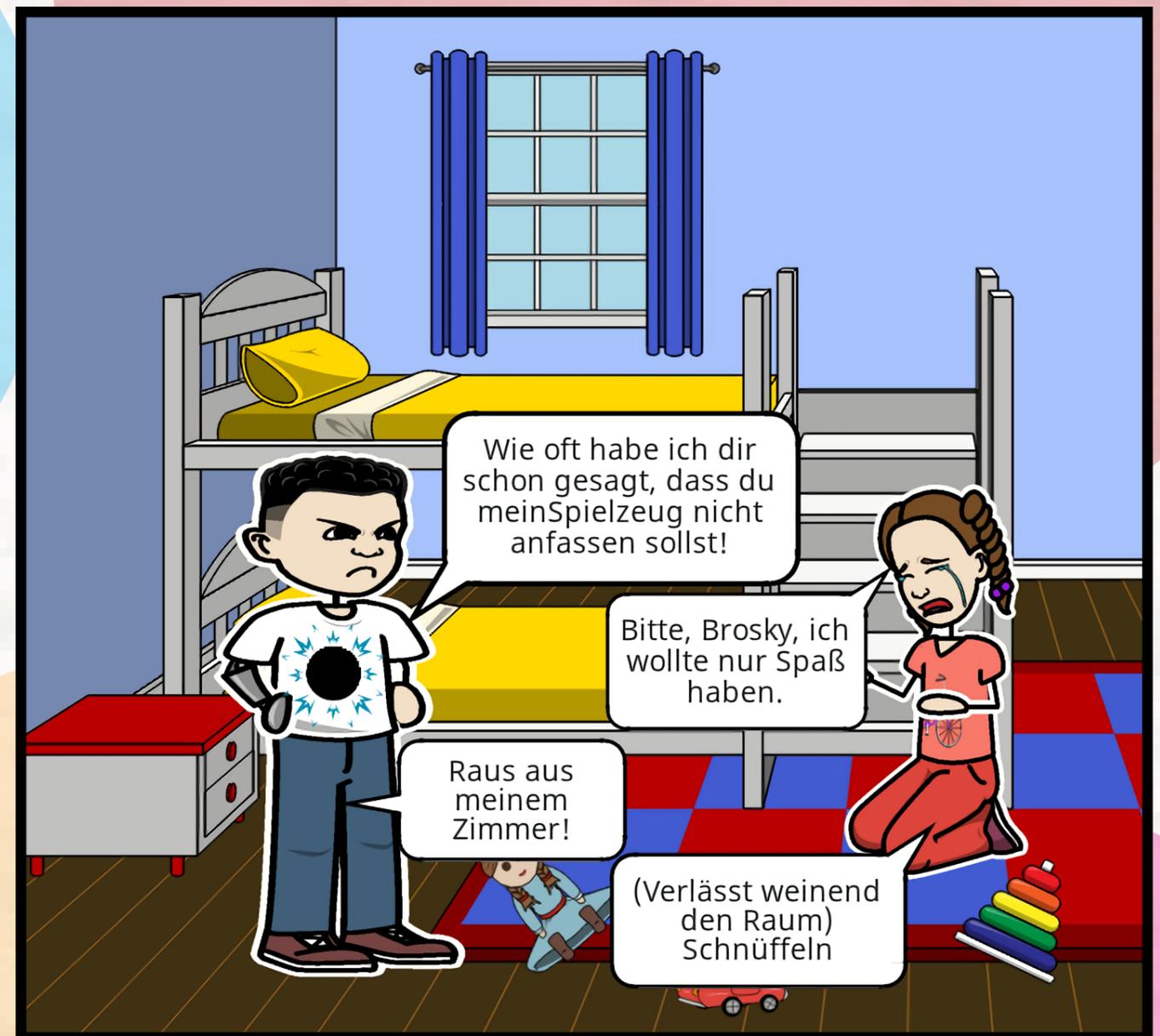




**DER KLEINE BALL  
DER WUT**



John war dabei, ein Buch für eine Schulaufgabe auszumalen, als er plötzlich beim Ausmalen über die Linien hinausging. John wurde sehr wütend, und in seinem Inneren begann ein kleiner Ball zu wachsen. John: Ich bin nutzlos, ich bin nicht einmal gut im Ausmalen! Ich gehe in mein Zimmer, ich will das nicht mehr machen.



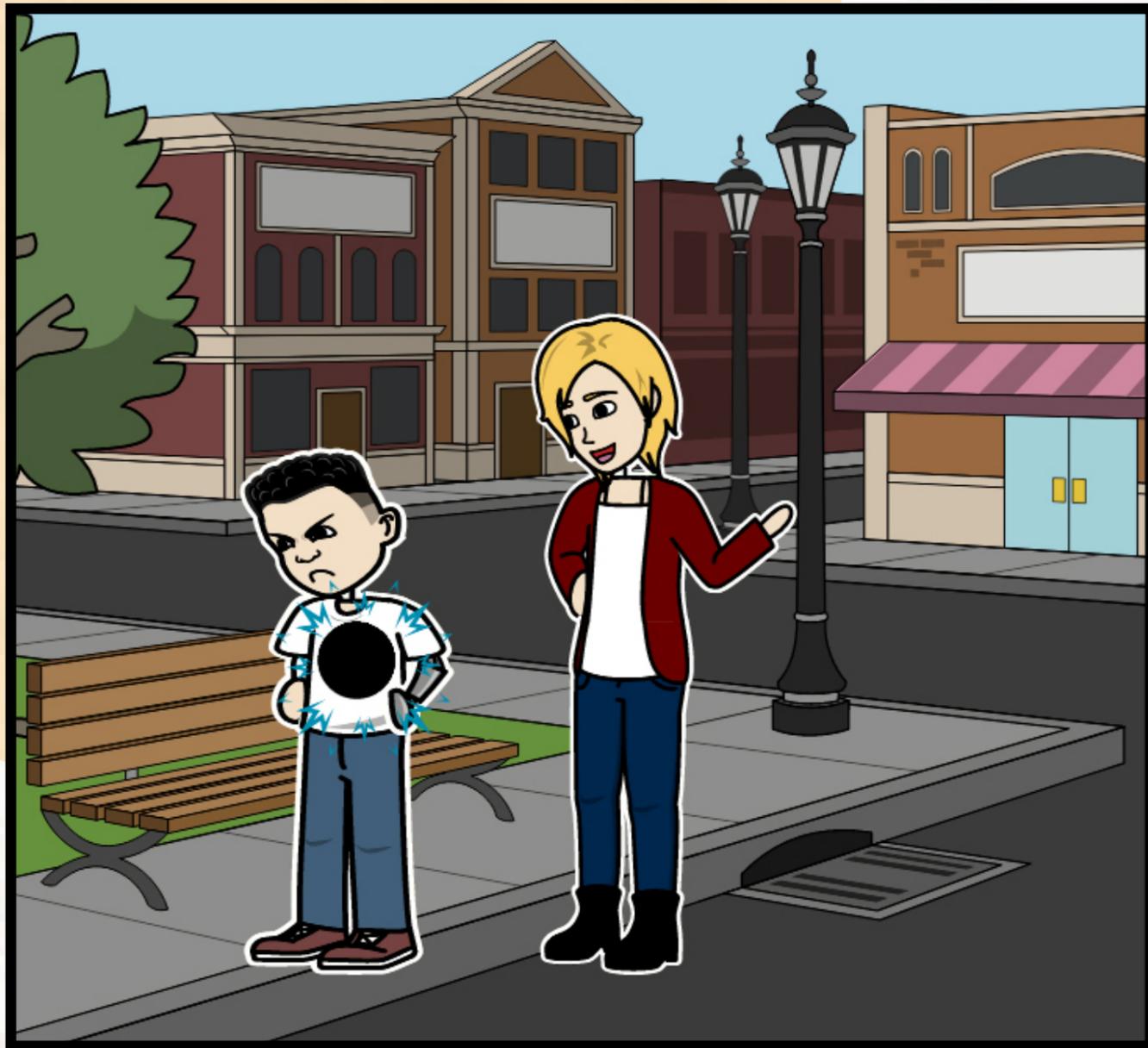
Als John wütend in sein Zimmer ging, sah er, dass seine kleine Schwester mit seinem Spielzeug spielte, und der Ball in ihm wurde größer.



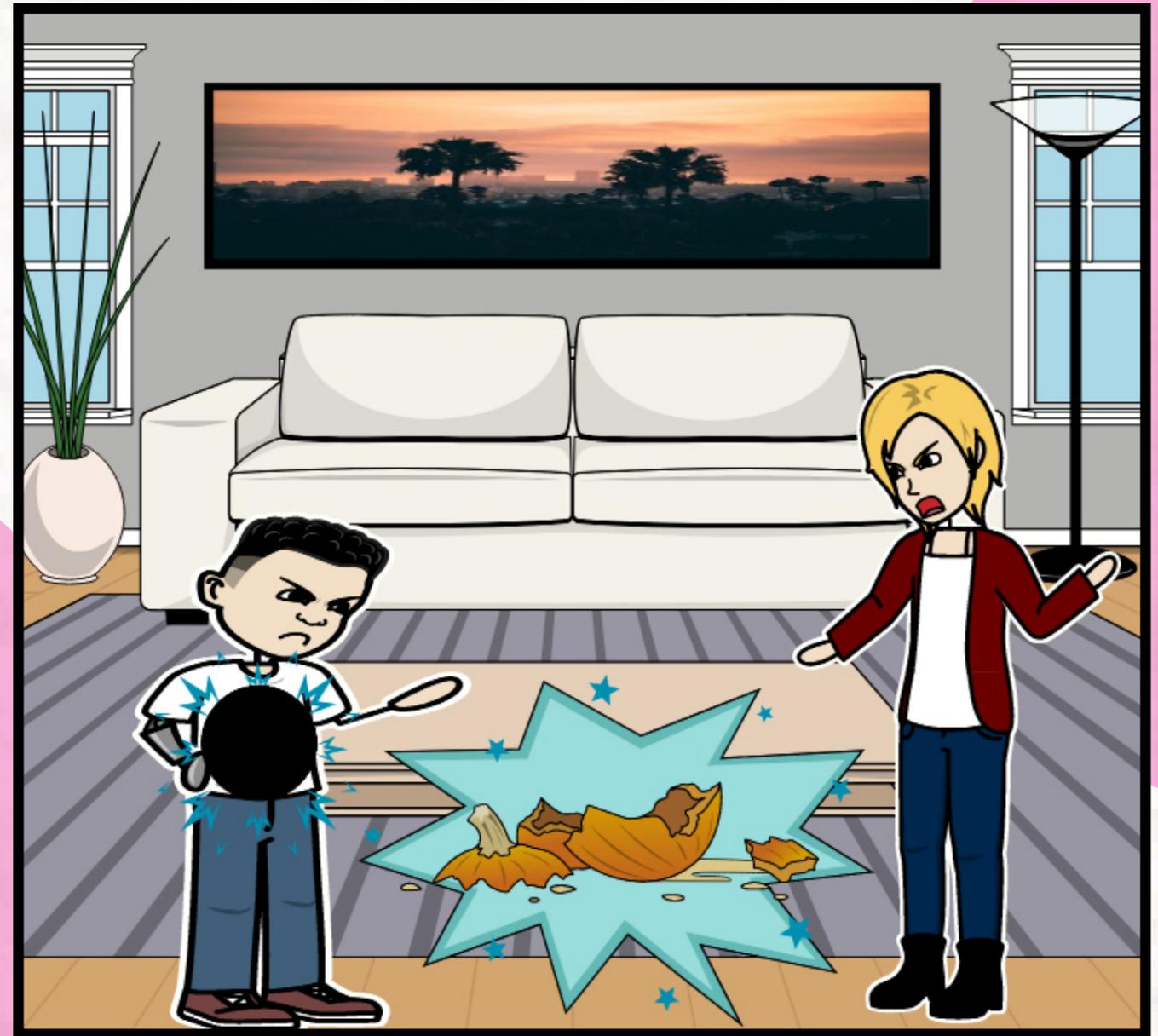
Am nächsten Morgen begleitete John seine Mutter in den Supermarkt.



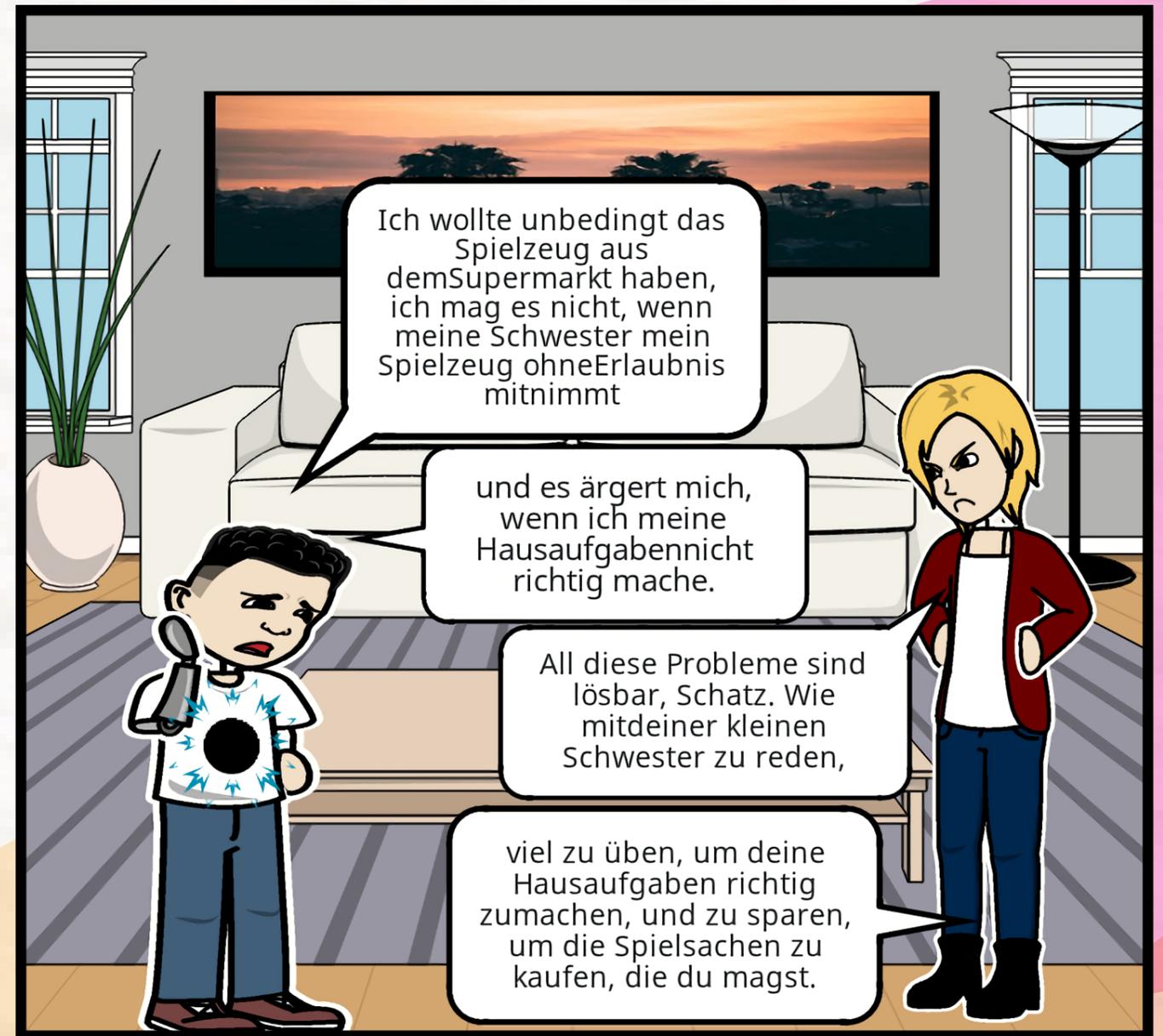
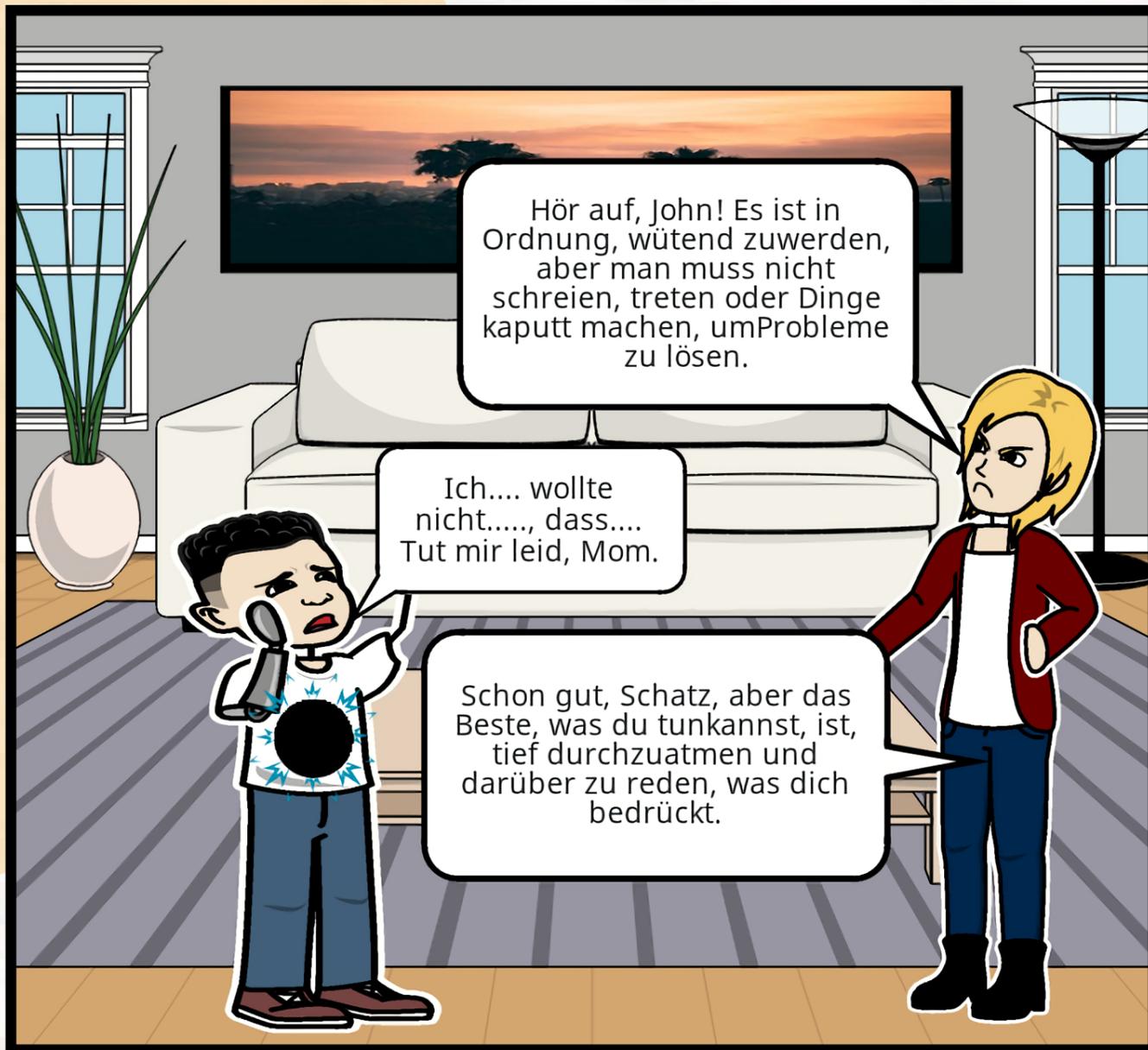
Als Mama Johns Spielzeug nicht kaufte, wurde er so wütend, dass der kleine Ball so groß wurde, dass er den ganzen Raum in ihm einnahm.



Auf dem ganzen Heimweg hat der kleine Ball getreten und geschrien.



Zu Hause machte der kleine Ball alles kaputt, was er finden konnte.





John fühlte sich besser, wenn er über alles sprach, was er fühlte, und wenn er merkte, dass ihn etwas wütend machte, holte er tief Luft, sprach über sein Unbehagen in solchen Situationen und der Ball verschwand.

Wie fühlen Sie sich nach dem Lesen dieser Geschichte?

Male das Emoji aus das repräsentiert am besten, wie du dich fühlst!



Traurig



Ruhig



Glücklich

**EMPOWER**  
Building Resilience to Address Domestic Violence

