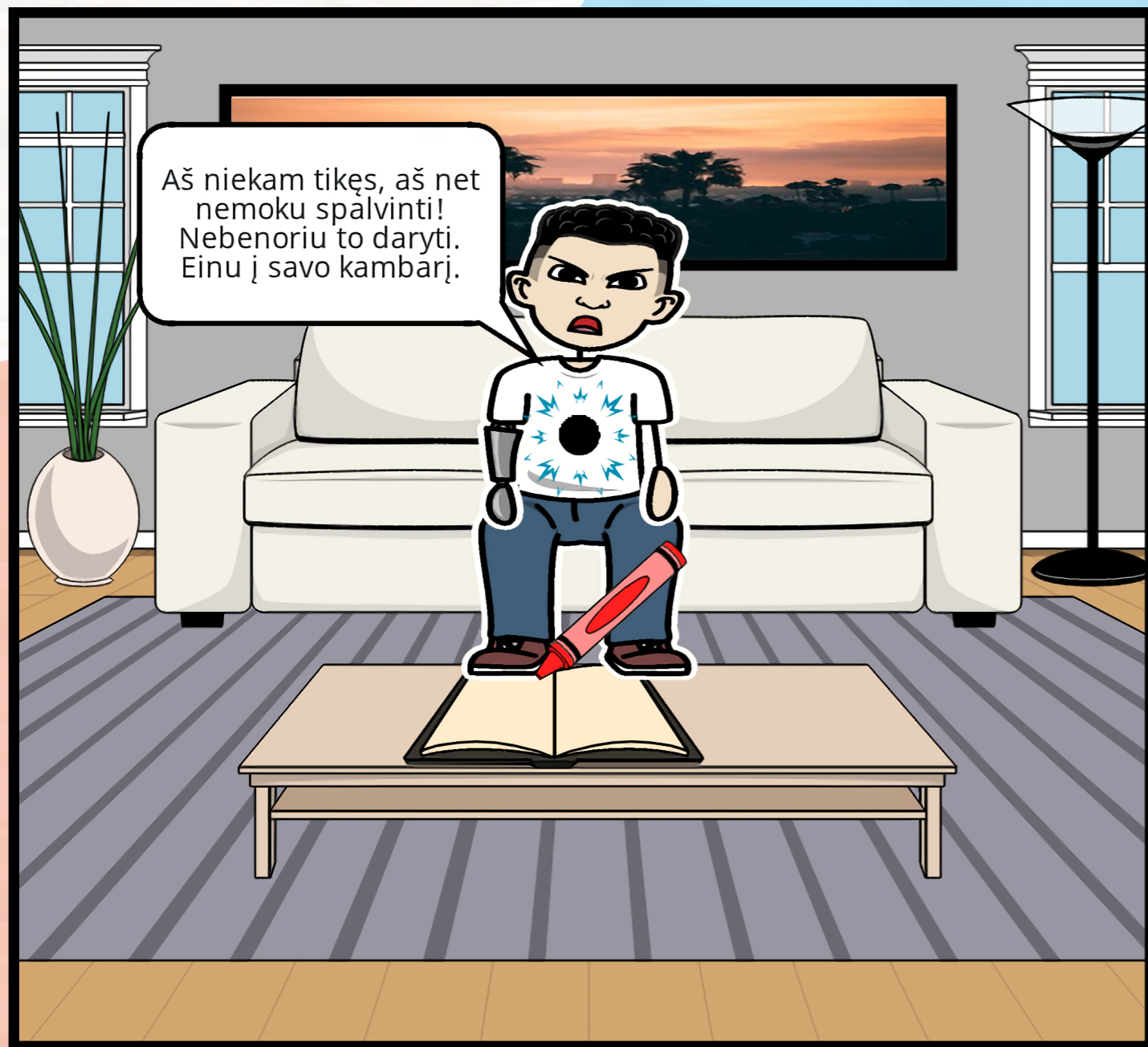
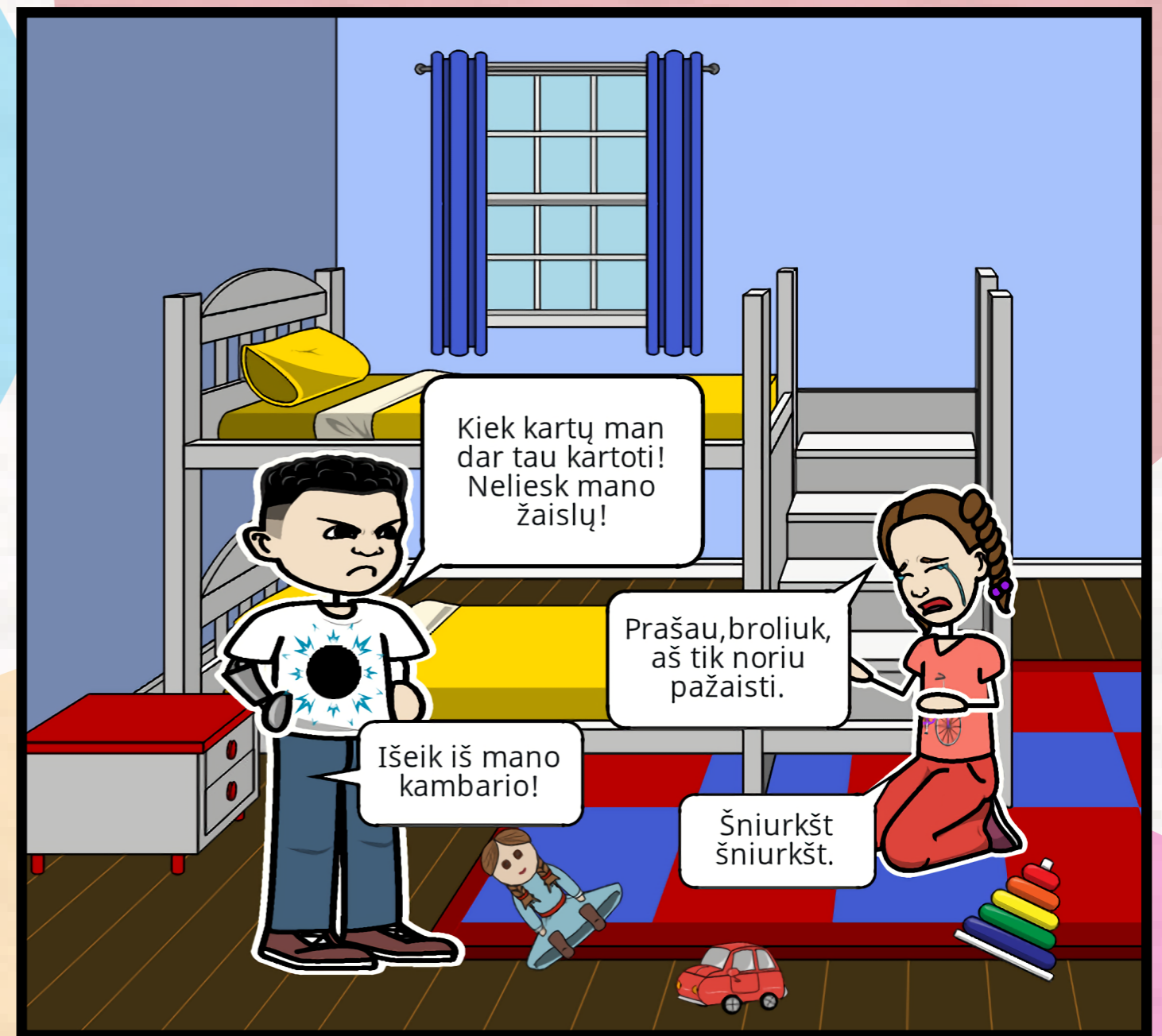




OŽIUKAI



Jonas sėdi svetainėje ir spalvina spalvinimo knygutę. Jis atrodo labai nusiminęs ir mano, kad nemoka spalvinti.

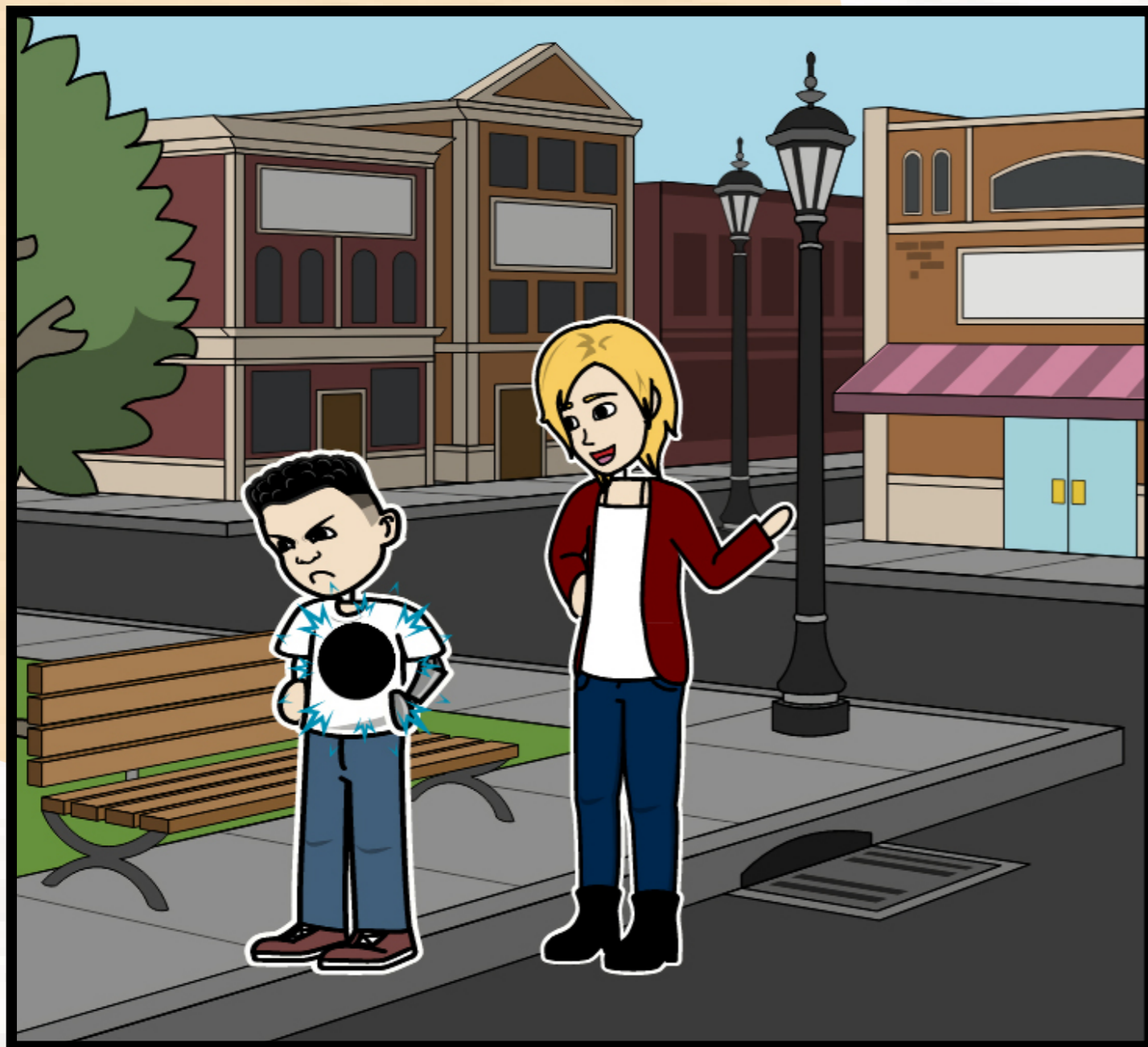


Jonas įeina į savo kambarį ir randa ten su jo žaislais bežaidžiančią sesutę Daną. Jonas labai supyksta, kad Dana vėl

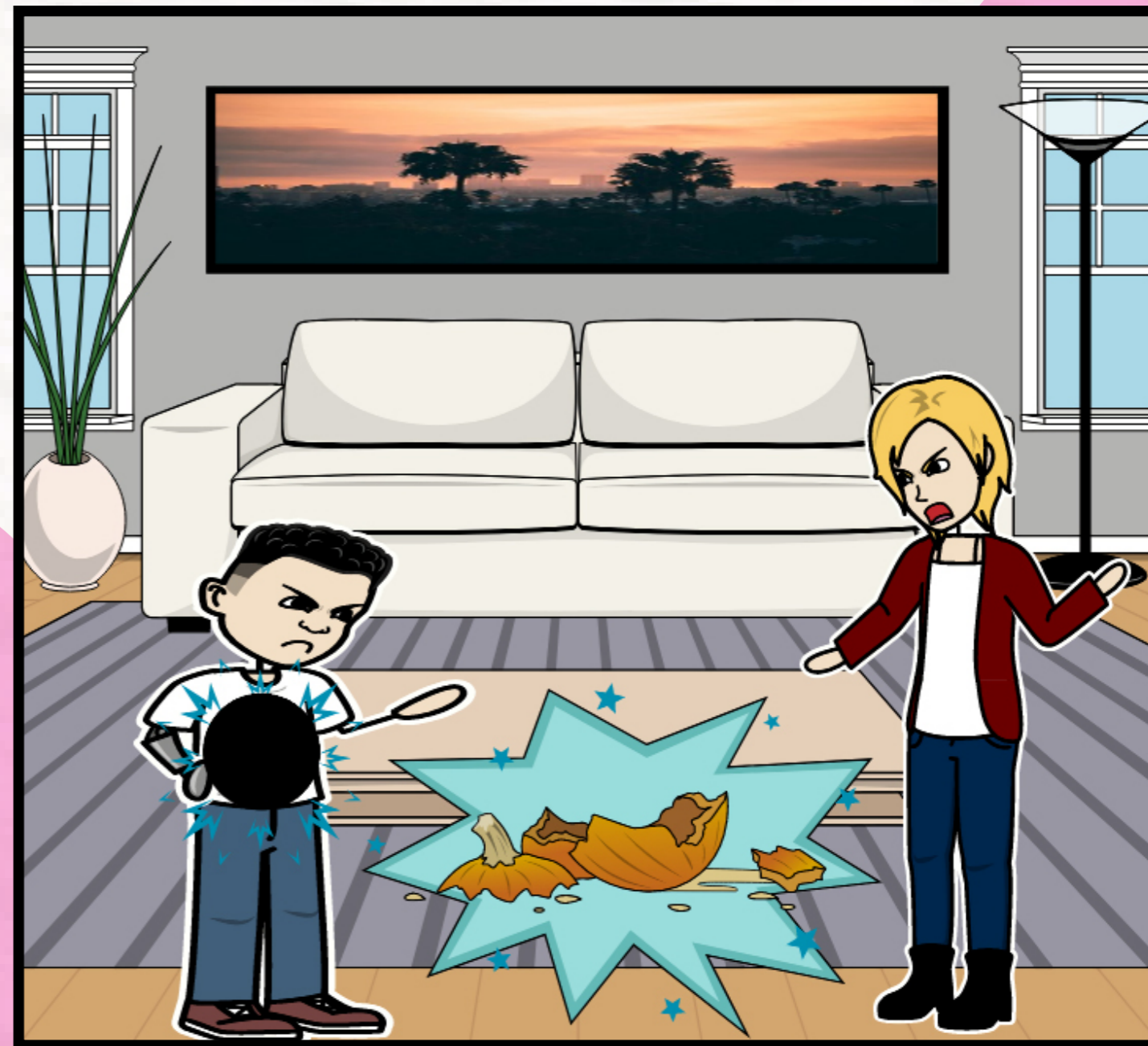


Kitą dieną Jonas ir mamytė užėjo į žaislų parduotuvę. Jonas pamatė žaislą, kuris jam patiko, bet mamytė pasakė, kad negali nupirkti naujo žaislo ...

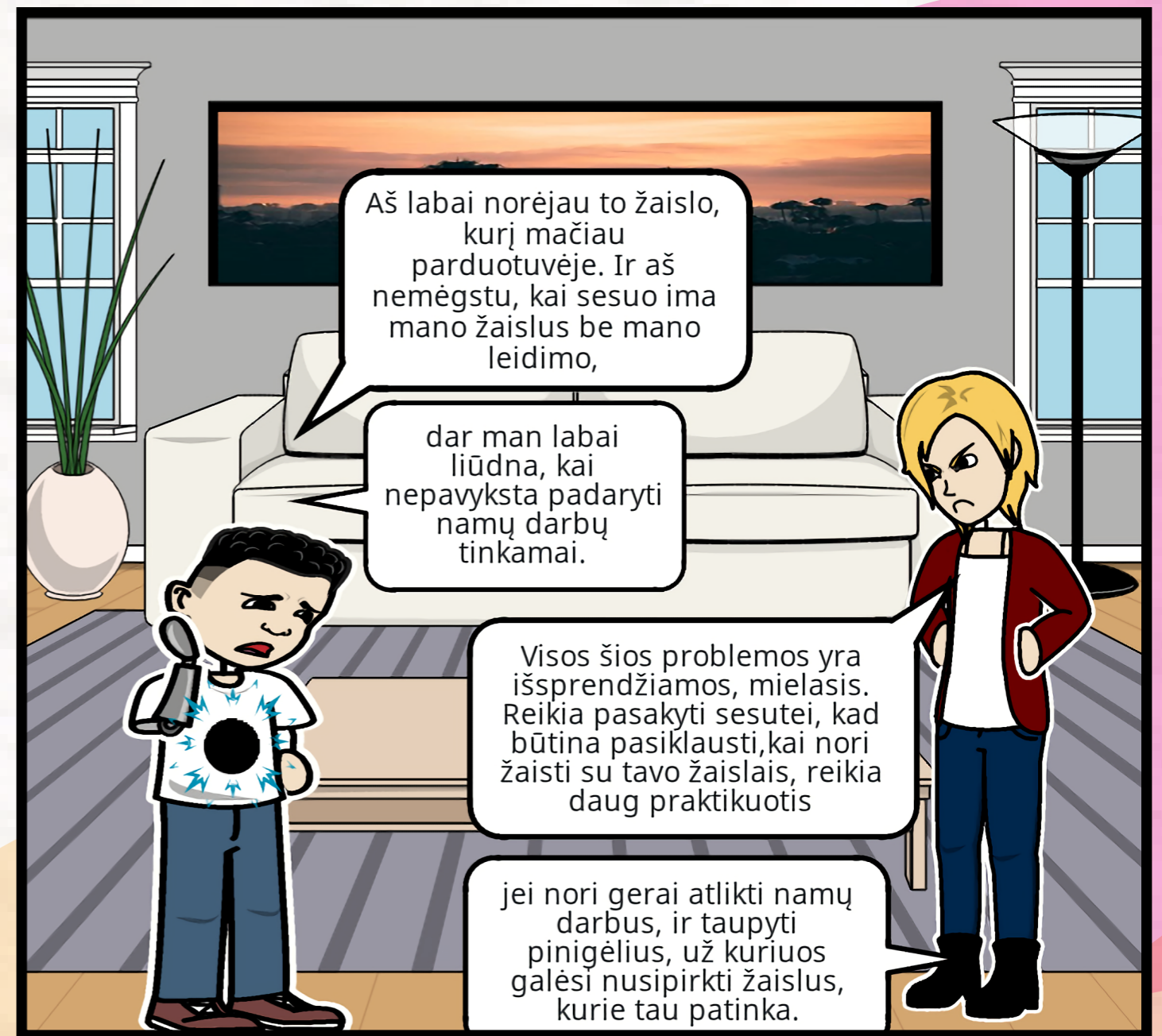
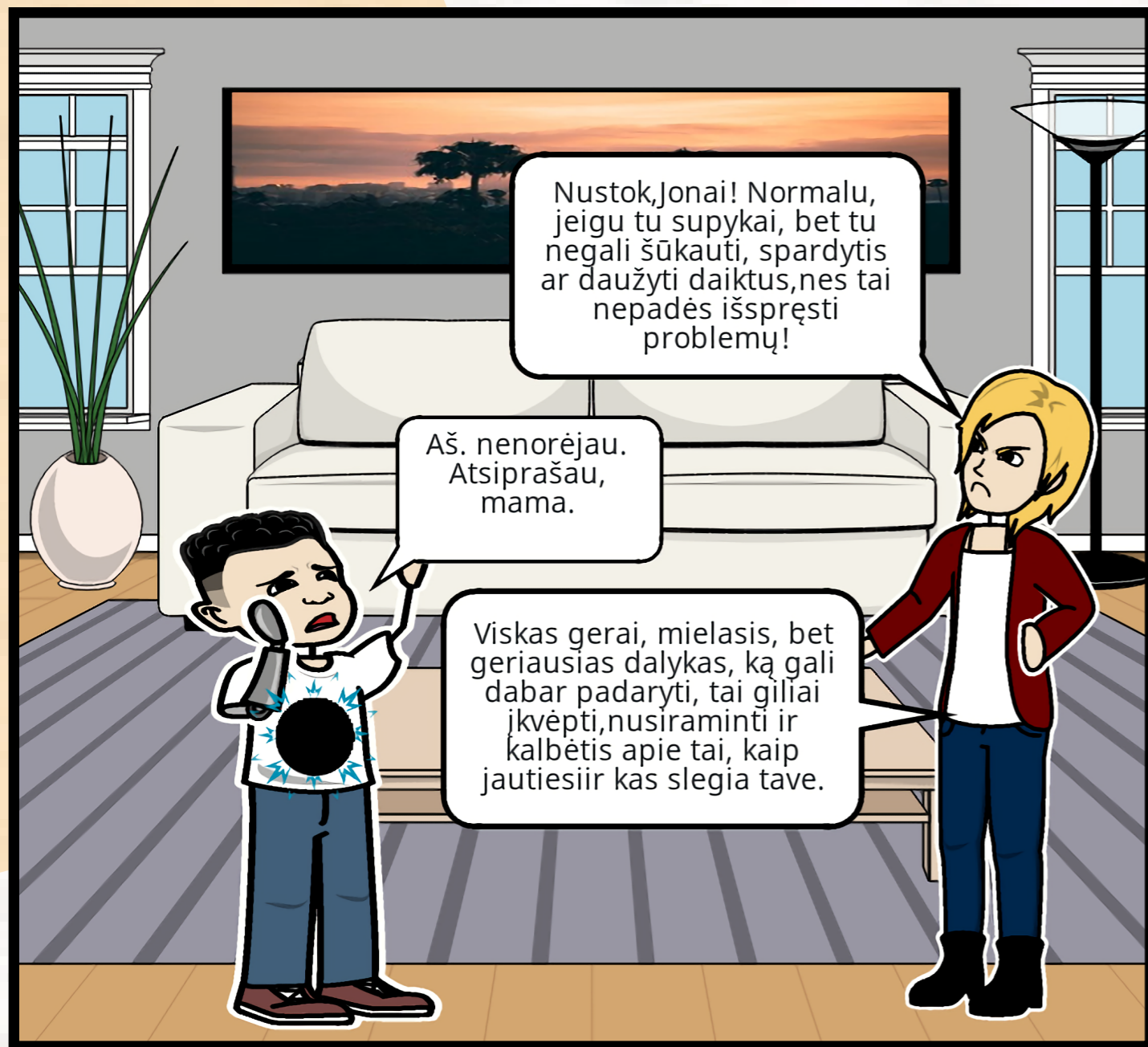
Jonas labai supyko, kad mama jam neperka naujo žaislo, ir staiga pradėjo ožiuotis.



Jonas ir mamytė eina namo, tačiau Jonas yra labai piktas!

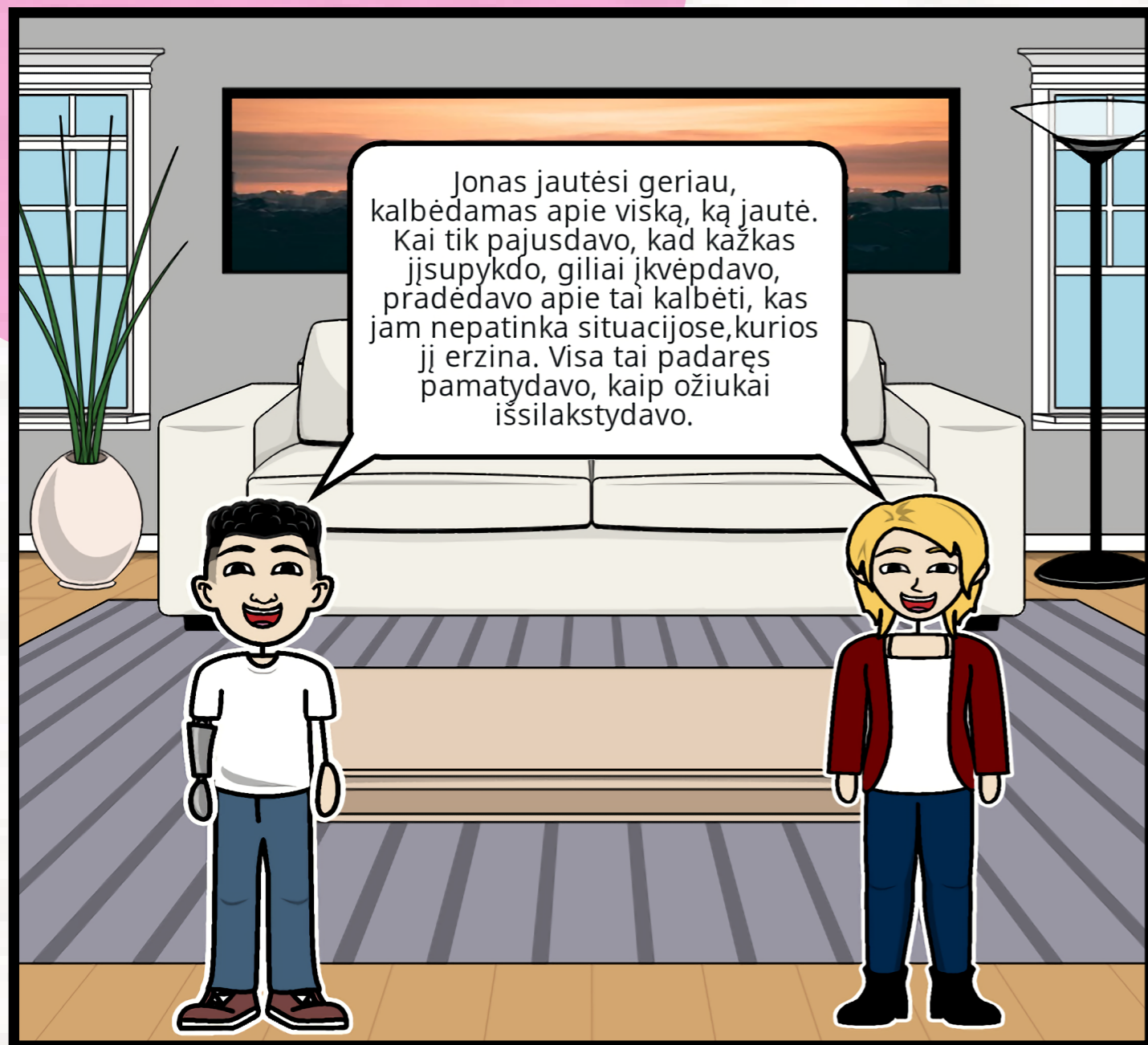


Kai Jonas ir mamytė grįžta namo, Jonas nuverčia dekoraciją, kuri nukrenta ant grindų ir sudūžta. Tai pamačiusi mama labai supyksta.



Jonas atsiprašo mamytės, o mama paaiškina Jonui, kad svarbu suprasti, dėl ko esi piktas ir kas slegia širdį, o geriausias sprendimo būdas – kalbėtis.

Jonas paaiškina, kas jį slegia, ir mamytė pataria jam, kaip reikia spręsti iškilusias problemas.



Jonas daugiau nebepyksta ir jaučiasi daug geriau, kai kalbasi apie problemas, kurios jį slegia.

Kaip jauteisi skaitydamas šią istoriją?

Nuspalvink emociją, kuri geriausiai atspindi, kaip jautiesi šiuo metu!



Liūdnas



Ramus



Laimingas

EMPOWER
Building Resilience to Address Domestic Violence

