



Педагоги ГБДОУ советуют

О ЧУВСТВАХ И ЭМОЦИЯХ

полезные книги для родителей и детей

- **Кедрова Наталия «Азбука эмоций»**

В книге рассказывается про 26 эмоций, каждая из которых особенная, неповторимая. Автор пишет о механизмах появления эмоций с точки зрения физиологии, как они проявляются и в чем их глубокий смысл. Сквозная мысль книги – нет плохих эмоций, каждая из них сообщает нам что-то важное. Главное, понять это и осмыслить. Серьезная информация подана простым и понятным языком для детей от 4 лет. Шрифт крупный, подойдет для самостоятельного детского чтения.

- **Виктория Шиманская «Где живут эмоции? Практические задания для развития эмоционального интеллекта»**

Книга с теорией и практическими заданиями для развития эмоционального интеллекта. Информация подана в игровой форме – через слоненка Элона, который имеет крылья и видит мир эмоций, – для детей 5-8 лет. Упражнения в книге помогут ребенку лучше познакомиться с миром эмоций, проработать страхи, познать себя, обрести уверенность в себе и своих способностях.

- **Франческа Санна «Я и мой Страх»**

Терапевтическая книга для детей и родителей. Главная героиня преодолевает страх и понимает, что его можно контролировать. Главная мысль истории – страх это нормально. Главное, уметь управлять этой эмоцией. Для детей 4-8 лет.

- **М. Лебедева «Радуюсь, злюсь, боюсь. Азбука развития эмоций»**

Интерактивная книга с заданиями, направленными на понимание эмоций. Задания направлены не только на ознакомление с эмоциями, но и на развитие речи, внимательности, мелкой моторики. Задания доступны детям с 3-4 лет.



- **Елена Ульева: «Что ты чувствуешь? Энциклопедия для малышей в сказках»**

Сказки — наилучший формат донесения новой информации до ребенка. Через сказки ребенок может понять, какие эмоции бывают у людей, как они проявляются и что делать, чтобы справиться с ними.

- **Анн-Клер Кляйндист «Давай договоримся»**

Все мы читали книжки по психологии для родителей: разбор конфликтных ситуаций, длинные списки правильных и неправильных родительских реакций. Что из этих ценных советов вы в состоянии вспомнить после тяжелого рабочего дня, когда ваш младший ребенок в супермаркете валится на пол, требуя купить вот эти конфеты - немедленно, а старший проводит весь вечер за компьютерными играми вместо того, чтобы готовиться к контрольной? Смешные лаконичные комиксы французских авторов помогут вам увидеть сложные ситуации глазами ребенка, и договориться и с ребенком, и с самим собой.

- **Анн-Клер Кляйндист «Советы в картинках. Давай договоримся -2. Как не потерять связь с подростком»**

Сиквел французского бестселлера от авторов "Советы в картинках. Давай договоримся. Как повзрослеть вместе с ребенком". Ну что же, ребенок вырос, и проблемы истерик в магазинах - "хочу мороженое прямо сейчас!" - оказались цветочками. Ягодки - вот: ваш подросток спит до полудня, появляется позже обещанного с неизвестно откуда взявшейся татуировкой и бесконечно сидит в телефоне. Полезные советы помогут вам не упустить подростка и не потерять себя в бесконечном выяснении отношений с незнакомцем у вас дома.

В отличие от первой книги здесь все ситуации рассматриваются не только с точки зрения родителей, но и с точки зрения подростков. С помощью смешных комиксов вы расшифруете поведение подростка, а подросток расшифрует ваше, и вместе вам удастся сохранить отношения.

Смешные лаконичные комиксы французских авторов помогут вам увидеть сложные ситуации глазами подростка и договориться и с ребенком, и с самим собой.