Рекомендации для родителей

**Развиваем эмоциональный интеллект**

Важная задача родителей – научить детей владеть своими эмоциями. С этими книгами Вы сможете развивать эмоциональный интеллект ребёнка легче и быстрее.

**Почему эти книги так важны?**

* Помогут сформируют базовые навыки эмоционального интеллекта и адекватную самооценку у ребенка.
* Научат общаться, понимать свои потребности и потребности других людей;
* Демонстрируют правильные модели поведения, а кроме того, создают пространство между ним и Вами, родителями, где можно свободно, без стеснения и стыда, говорить даже о непростых чувствах.
* Помогают обсудить важные темы, легко усвоить непростые понятия.
* Развивают фантазию и образное мышление ребенка.
* Расширяют словарный запас.

|  |  |
| --- | --- |
| **Автор и название книги** | **Краткая аннотация** |
| Эмиль Жийэ  «Энциклопедия для самых маленьких» | Данная книга из серии энциклопедий для самых маленьких познакомит вашего малыша с миром чувств и эмоций. Эти первые, но в тоже время необходимые детям знания представлены в книге просто и доступно. Энциклопедия рассказывает о таких эмоциях, как грусть, радость, гнев, страх, гордость и другие. Что такое эмоция? Как контролировать свои эмоции? Как правильно понимать эмоции других людей? Ответы на эти и другие вопросы малыш найдёт в этой первой своей энциклопедии. |
| Корнелия Спилман  «Когда я боюсь. Полезные сказки» | В книге описываются ситуации, в которых дети чувствуют себя испуганными, и варианты помощи и утешения их. Мишка рассказывает, как он сам боится рычания собаки или спуска с высокой горки. Каждая книга серии начинается с введения для взрослых о том, как помочь детям разобраться с их чувствами. Ваш малыш сможет научиться этому, слушая книгу и рассматривая картинки. |
| Натальи Преслер  «Я такой разный»  https://blog.mann-ivanov-ferber.ru/wp-content/uploads/2019/07/image5-24-e1563449314327.png | 6 ярких книжек, которые научат малышей от 1,5 лет понимать свои чувства.  Каждая книжка на примере простых бытовых ситуаций обучает малыша той или иной модели поведения и рассказывает о переживаниях, связанных с ней.  – Я большой  – Я способный  – Я счастливый  – Я люблю помогать  – Я смелый  – Я поступаю хорошо  Каждая ситуация, описанная в книгах комплекта, снабжена подробным комментарием и рекомендациями детского психолога и психотерапевта Натальи Преслер о том, как правильно проговаривать каждую конкретную эмоцию с ребенком, на чем делать акцент в процессе этого обсуждения и как применять полученные знания в ежедневном общении с малышом. |
| Р.С. Бернер  «Карлхен упрямится» | Веселый и любознательный зайчик Карлхен, как любой трехлетний малыш, иногда бывает непослушным и любит покапризничать. Может улечься прямо на тротуаре или отказаться ложиться спать в положенное время, может спорить с кузиной или обидеться на папу. Для родителей сборник рассказов про Карлхен – это практически справочник по воспитанию, как реагировать на самые разнообразные детские поступки. |
| Юлия Дремина  «Киса Алиса и мир эмоций. Сказка для детей 3–6 лет» | Пора активно знакомить ребёнка с его переживаниями. Обучая его понимать себя и свои чувства, говорить про них, а в последствии и управлять ими, вы даёте ему шанс не «прятать» проблемы внутри и не превращать их в источник хронической травмы, а учиться с этими переживаниями справляться. В книге есть игры и упражнения, которые дадут вам простор для экспериментов и исследований по развитию навыков распознавания эмоций и интересную информацию в этой области для родителей. |
| Орели Шьен Шо Шин  «Эмоции Гастона»  15 новых книг, чтобы помочь ребёнку понять свои чувства | Серия книг, благодаря которым можно развивать эмоциональный интеллект. В серию входят такие книги как: «Гастон ревнует», «Гастон грустит», «Гастон стесняется», «Гастон боится», «Гастон злится». |
| Седрик Рамадье  «Моя книжка злится»  15 новых книг, чтобы помочь ребёнку понять свои чувства | Необычная история французского автора про мышонка и сердитую книжку.  Ой-ой, кажется, книга так рассердилась, что даже покраснела от злости. С детьми такое тоже случается: как начнут ругаться и плакать, никакая сила их не остановит. Эта история поможет ребенку понимать причины гнева и разбираться с ними. Книга сделана в формате игры: следуйте за главным героем – мышонком и вы найдете выход из ситуации. |
| Ришар Марнье  «Улыбочку, Красная Шапочка. Эмоциональная зарядка для детей»  15 новых книг, чтобы помочь ребёнку понять свои чувства | Классическая сказка о Красной шапочке рассказана через призму эмоций главной героини. Предвкушение, восторг, удивление, страх, гнев, радость... Как быстро меняется выражение лица Красной Шапочки! Эта книга – отличный повод поговорить с детьми об эмоциях, разобраться в их многообразии и, конечно, поиграть! Рассматривая иллюстрации и обсуждая чувства Красной Шапочки, ваш ребёнок станет настоящим следопытом в запутанном мире эмоций. Он научится не только выражать свои чувства, но и различать эмоции и узнавать их «в лицо», и в результате лучше понимать других людей. |
| Наталья Кедрова  «Азбука эмоций»  15 новых книг, чтобы помочь ребёнку понять свои чувства | Эта книга об эмоциях и чувствах, которые мы испытываем в той или иной ситуации. Чувства рассказывают нам о том, что происходит с нами и с окружающим миром, и помогают нам отыскать правильную дорогу к своей цели. Как понять чувства другого человека? Как выразить собственные чувства? Как реагировать на чужие чувства и понимать себя и других? Для детей старше 6 лет. |
| Франческа Санна  «Я и мой страх»  15 новых книг, чтобы помочь ребёнку понять свои чувства | У героини книги есть один секрет – маленький друг по имени Страх. Он помогает девочке исследовать мир и предупреждает все опасности.  Но вскоре семья девочки переезжает жить в другую страну, и Страх начинает расти. Он становится все больше и сильнее, и постепенно заполоняет все вокруг. Из-за него девочка теперь чувствует себя одинокой, не хочет ходить в новую школу, боится заговорить с одноклассниками.  Но однажды она встречает мальчика, у которого тоже есть свой Страх. Девочка понимает, что она такая не одна, что бояться – это нормально, и преодолевает Страх. Эта книга поможет детям не только адаптироваться в любой незнакомой для них среде, но и расскажет, что бояться – это нормально и это свойственно каждому из нас. Главное, уметь контролировать свои страхи.  Для детей старшего дошкольного возраста. |
| [Тюлин Козикоглу](https://alpinabook.ru/authors/tyulin-kozikoglu/),  [Седат Гиргин](https://alpinabook.ru/authors/sedat-girgin/)  «Капризная кошка Мина»  https://img08.rl0.ru/afisha/e285x375p0x1f1511x1993q85i/s.afisha.ru/mediastorage/15/05/5972ca83f0fa4ab092629efc0515.jpg | В доме бабушки Лейлы собрались девять животных с непростыми характерами: кто-то ленится, кто-то ревнует, кто-то стесняется. Кошка Мина раньше постоянно плакала: у нее всегда было плохое настроение. Но одно событие помогло ей понять: капризами ничего не добьешься, да и радоваться куда приятнее, чем грустить. |
| «Монсики. Что такое эмоции и как с ними дружить»  https://img09.rl0.ru/afisha/e285x375p0x0f1516x2000q85i/s4.afisha.ru/mediastorage/fa/2c/9ba56254e8024a5fb0b55b882cfa.jpg | У Сони и Ника появились новые друзья – монсики. Это волшебные существа, которые рассказывают ребятам про то, что происходит у них внутри, когда они злятся, радуются или ревнуют. Оказывается, во всем виноваты эмоции, но, если с ними подружиться, можно научиться контролировать свою злость, побеждать страхи и быть аккуратным и внимательным. |
| «Как подружиться с эмоциями? Развиваем эмоциональный интеллект»  https://img.rl0.ru/afisha/e285x375p0x0f1516x2000q85i/s2.afisha.ru/mediastorage/31/23/7ace919176b2441696e58fef2331.jpg | Красочная история про веселого хамелеона Игната, помогающего малышам жить в гармонии с миром.  Цвет хамелеона меняется в зависимости от настроения, но Игнат всегда знает, как справиться с самыми сложными эмоциями: гневом, страхом, стеснением. А еще он умеет превращать негативные эмоции в позитивные и, конечно, научит этому вашего малыша! В книге есть много поучительных историй и психологических игр, так что знакомство с эмоциями будет и приятным, и полезным. |
| «Папа, не бойся!»  https://img07.rl0.ru/afisha/e285x375p0x0f1516x2000q85i/s1.afisha.ru/mediastorage/ba/b5/5e5b49ddeb9c4cb19ff05337b5ba.jpg | Сказочный рассказ о детских страхах и их преодолении.  Как спокойно медвежонку рядом с папой, он и от дождя укроет, и мед найдет, и злого зверя подальше отгонит… Разве мог медвежонок представить, что однажды папа превратится в трусливого зайчонка? Придется теперь сыну беречь и защищать отца. Дело нехитрое — просто надо проявить находчивость и ничего не бояться. |
| «Где живут эмоции?»  https://img08.rl0.ru/afisha/e285x375p0x0f1516x2000q85i/s.afisha.ru/mediastorage/c5/d3/88551a7be0f241d6a3f4c6a1d3c5.jpg | Трогательная история про слоненка, получившего крылья за добрые дела.  Малыш Элон – милый и гиперчувствительный слоненок, который дружит… с эмоциями! Они помогают ему лучше разбираться в себе и своих чувствах и даже вдохновляют на большие планы и высокие мечты. Элон подготовил игры и задания и для вашего малыша и ждет не дождется, когда можно будет поделиться ими! А для самых активных у Элона есть наклейки – их можно клеить прямо в книге. |
| Стефани Кутюрье  Стефани Кутюрье - Я чувствую… обложка книги«Я чувствую…» | Ух, сколько разных чувств! Мы знакомимся со всеми и понемногу учимся с ними ладить. Интерактивные элементы помогают ребёнку узнавать и живо представлять себе эмоции, с которыми он встречается каждый день. А маленькие советы научат лучше справляться с неприятными эмоциями с помощью простых движений. Ведь это очень важно – понимать и чувствовать, что с тобой происходит. |
| Агнес Бессон  «Главная книга малыша. Мои эмоции» | Ваш ребенок будет легко и весело учиться справляться с эмоциями, понимать других людей, относиться с юмором к жизненным неудачам и радоваться успехам. В этой книжке есть все – радость, смущение, волнение, растерянность, удивление и другие чувства и эмоции, которые может испытывать человек. На каждом развороте вы найдёте забавные истории, которые наверняка будут знакомы и вам, и детишкам. |
| Елена Ульева  «Энциклопедия добрых дел. Сказки для малышей» | На примере историй о животных ребенок узнает, что такое добро и зло, страх и храбрость, вежливость, внимательность, а также о многих других качествах. |
| 15 новых книг, чтобы помочь ребёнку понять свои чувства | Здесь вы найдете примеры диалогов с детьми, увлекательные упражнения, игры, с помощью которых можно подружить ребенка с эмоциями. |
| Да Вэньси  «Зайчик Короткие Уши» | Главный герой по-настоящему заслуживает и сострадания, и сочувствия, и восхищения. Непросто живётся маленькому зайке, который родился с очень короткими ушками. Что он только ни делал, чтобы заставить ушки вырасти. Проблема решилась самым необычным образом. И всем стало понятно, – совсем не важно, какой длины у тебя уши, если у тебя храброе и благородное сердце и, если ты – настоящий мастер своего дела. |

⠀