

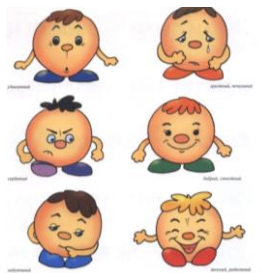
## «Эмоциональный интеллект»

16+



Уважаемые родители!

Представляем вам книги, предназначенные для чтения детям и с детьми в возрасте от 0 до 7 лет. Это не просто книги, а своеобразные тренажеры по развитию эмоционального интеллекта ребенка. Поучительные сказки и психологические упражнения – советы, задания, игры – учат распознавать эмоции и управлять ими, строить отношения с окружающими, жить в гармонии с собой и миром. Книги расположены в алфавитном порядке фамилий авторов.



Эмоциональный интеллект – это способность распознавать свои или чужие эмоции и умение управлять ими. Он дает человеку возможность находить общий язык с окружающими людьми. Эмоциональный интеллект необходимо развивать с раннего возраста.

1. Бежель, К. Львенок-нехочуха : сказка для детей с характером : 0+ / К. Бежель ; перевод с французского М. Погореловой ; художник Э. Ле Гофф ; послесловие Е. А. Субботиной. – Санкт-Петербург : Питер, 2018. – [24] с. : ил. – (Вы и ваш ребенок. Полезные сказки).



У маленького львенка на все один ответ: «Нет! Нет! И нет!» Его мама–львица даже волновалась, знает ли львенок другие слова. Однажды, когда львенок гулял, он увидел стадо зебр и решил бежать вместе с ними. Хотите узнать, что произошло дальше? Эта сказка о том, почему капризничать плохо и до чего может довести упрямство.

2. Брагинец, Н. Даша учится засыпать : 0+ / Н. Брагинец ; художник М. Дормидонтова. – Ростов-на-Дону : Проф-Пресс, 2019. – 23 с. : ил.

Маленькая лисичка Даша обожает ходить в садик, играть, гулять, но совсем не любит ложиться спать. Мама-лисица подарила Даше необычную книжку. Прочитав ее, Даша быстро заснула и проснулась в хорошем настроении. Хочешь, как лисичка засыпать быстро? Читай советы маленькой лисички.



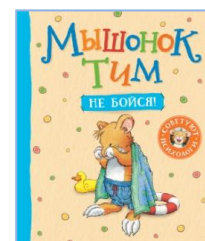
3. Жутауте, Л. Тося-Бося и темнота : 0+ / Л. Жутауте ; перевод с литовского А. Василькова. – Москва : CLEVER, 2013. – [39] с. : ил.



Многие дети боятся оставаться одни, да еще и в темноте. И тут на помощь приходит отважная девочка Тося-Бося, которая раньше тоже боялась темноты. Но однажды, она решила ее изловить и выгнать из своего дома. Долго Тося-Бося искала темноту: залезла под кровать, в рукава одежды и наконец, нашла... Веселая красочная книга поможет ребенку побороть свой страх. На каждом развороте книге изображено множество мелких предметов, а маленькие детишки любят рассматривать всё от и до.

4. Мышонок Тим. Не бойся! : сказка : 0+ / автор А. Казалис ; перевод с итальянского К. Тименчик ; пересказ М. Мельниченко ; художник М. Кампанелла. – Москва : РОСМЭН, 2019. – [32] с. : ил. – (Мышонок Тим).

Обаятельный и смешной мышонок Тим еще маленький и много боится: темноты, грозы, старших детей, плавать в бассейне. Но мама и папа объясняют ему, что делать, чтобы не бояться. И Тим учится плавать, общаться со сверстниками и справляться с трудными ситуациями.



5. Остервальдер, М. Бобо не останавливается на достигнутом : истории в картинках для самых маленьких : 0+ / М. Остервальдер ; перевод с немецкого Т. Зборовской. – Москва : КомпасГид, 2017. – 125 с. : ил.



Семь историй в картинках про самую обычную малышовую жизнь, только происходит все в семействе сонь – симпатичных грызунов, похожих на хомячков. Маленький Бобо уже многое умеет. Например, может самостоятельно вылезать из кроватки и прибегать утром к родителям. Он открывает для себя мир: едет в гости к бабушке, бывает на ферме, ходит в бассейн и в цирк. Для крошечного Бобо всё впервые, а потому каждый день для него настоящее приключение.

6. Ульева, Е. А. Как не дать себя в обиду? / Е. А. Ульева ; художник О. Агафонова. – Москва : Клевер-Медиа-Групп, 2021. – [33] с. : ил. – (Дружим с эмоциями).

Что делать, если тебя задирают, высмеивают, дразнят, обижают. На примерах историй про добродушного и немного наивного хамелеона Игната ребенок учиться вести себя в таких ситуациях. Книга предлагает конкретные советы и подсказывает, как научиться контролировать и управлять своими эмоциями, как негативные эмоции преобразовывать в позитивные.



7. Ульева, Е. А. Как победить страхи? / Е. А. Ульева ; художник О. Агафонова. – Москва : Клевер-Медиа-Групп, 2020. – [33] с. : ил. – (Дружим с эмоциями).



Ваш ребенок чего-то боится? Темноты, высоты, остаться в одиночестве или выступать перед большим количеством людей? Благодаря этой книге вы сможете научиться понимать, чего боится ребенок и как с этим справиться. С помощью историй про хамелеона Игната, ребенок узнает, как можно с помощью несложных упражнений преодолеть страх, стать увереннее в себе, развить доверие к миру и чувство безопасности.

8. Ульева, Е. А. Как подружиться с эмоциями / Е. А. Ульева ; художник О. Агафонова. – Москва : Клевер-Медиа-Групп, 2020. – [33] с. : ил. – (Дружим с эмоциями).

Автор вместе с родителями и ребенком разбирает ситуацию, которая произошла с хамелеоном Игнатом. Учит анализировать, какие эмоции испытал хамелеон, подсказывает к кому можно обратиться за помощью. А еще приводит 5 правил хорошего настроения, дает пошаговую инструкцию, что делать, если тебе страшно или грустно, как справиться с ситуацией, если тебе стыдно или обидно.



9. Фадеева, М. Сказки для развития эмоционального интеллекта : 0+ / М. Фадеева ; художник В. Перминова. – Москва : Стрекоза, 2022. – 61, [2] с. : ил. – (Воспитание с любовью).



Сказки познакомят ребенка с базовыми эмоциями – обидой, страхом, отвращением, злостью... Сюжеты сказок, где главным героем является медвежонок Мишка, помогут вовлечь ребёнка в игру. После каждой сказки даны объяснения для родителей. А игровые упражнения научат малыша справляться с эмоциональными перегрузками и лучше понимать свои эмоции.

10. Шмитт, Э.-Э. Сказки премудрой совы. Кролики, которые никого не слушались : 0+ / Э.-Э. Шмитт; перевод с французского А. Глебовской ; художник Б. Брюн. – Москва : Махаон, 2022. – 28, [2] с. : ил. – (Чудесные книжки для малышей).

Крольчатам Лили и Даниэлю надоело следовать правилам. Они хотят свободы! Вместе с совой Минервой они попадают на остров Свободы. Здесь каждый может делать, что хочет. Только вот ключевое слово – каждый! Поучительная история поможет детям понять, зачем нужны правила, законы, ограничения и на сколько, эти ограничения полезны им самим.

