

1. Kolorowy potwór – Anna Llenas, Wydawnictwo Mamania

<https://mamania.pl/product-pol-293-Kolorowy-potwor.html>



Nawet potwory mają uczucia, a te uczucia często są zagmatwane. Okazuje się, że kiedy wiesz, co czujesz – czujesz się lepiej. Kolorowy potwór i jego przyjaciółka poprzez pięknie ilustrowane strony prowadzą nas w świat radości, smutku, spokoju, złości i strachu. To świetna książka „na początek”, aby zapoznać nawet maluchy z tym, co kryje się w sercu. A starsi mogą pokusić się o dorysowanie kolejnych stron lub stworzenie własnych ilustracji.

2. W moim sercu – Jo Witek, Wydawnictwo Mamania

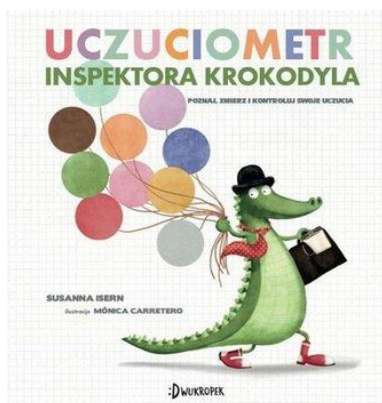
<https://mamania.pl/product-pol-65-W-moim-sercu.html>



Mały czytelnik to światowej klasy koneser literatury i byle co go nie zachwyci. Ale książka z dziurą w środku? O, mała bestia będzie zachwycona! „W moim sercu” ruszamy w podróż poprzez różne emocje, a to samo serce okazuje się być raz pełne odwagi, raz złości, raz strachu. Serce może być złamane, miękkie, a nawet mieszkać na drzewie. I to świetna wiadomość dla dzieci i rodziców – że emocje przychodzą i odchodzą, a po jednej robi się miejsce na kolejną. Książka pomaga rozmawiać o uczuciach – jeśli w trakcie rodzinnej awantury z udziałem nieletniego spróbujemy dociekać, czy jest zły mały jak granat czy jak bomba atomowa – jest spora szansa, że złość nieco opadnie.

3. Uczuciometr inspektora Krokodyla – Susanna Isern, Wydawnictwo Dwukropek

<http://www.dwukropek.com.pl/ksiazki/uczuciometr-inspektora-krokodyla/>



Moim zdaniem jest to pozycja z tej średniej półki, nie najwyższej. Historyjki są nieco wydumane, małemu czytelnikowi może być dość trudno utożsamić się z perypetiami zwierzęcych bohaterów. Cała wartość tej książki leży przede wszystkim w dającym się obracać kole na tylnej okładce. Koło podzielone jest jak pizza – na kilka różnych emocji, te zaś można mierzyć uczuciometrem i oceniać ich intensywność. I to jest to! Po pierwsze – to bajer, po drugie – uczy, że nie każdy smutek to rozpacz, nie każda złość to wściekłość. A czemu to takie ważne? Bo jeśli chcemy sobie radzić z uczuciami – warto zacząć od tych najłagodniejszych, od tych, na które wpłynąć będzie nam najłatwiej. Po drugie – skoro są gorsze „złości”, „smutki”, „wstydy” – to i nasza perspektywa się nieco zmienia: skoro mogło być gorzej, to teraz nie jest aż tak źle. A skoro nie jest – to może da się coś z tym zrobić? Książka pokazuje też całkiem udane i praktyczne sposoby, jak radzić sobie z uczuciami. I te konkretne pomysły będą na pewno lepsze niż rzucone w dobrej wierze „To nic takiego” albo „Uspokój się”.

4. Montessori. Obrazkowa księga emocji – Marine Duvouldy, Wydawnictwo Olesiejuk

<https://www.wydawnictwoolesiejuk.pl/katalog/612671/>



Chłopiec wraz ze swoim kotem wyruszają w kosmiczną podróż. Na każdej z odwiedzanych planet lepiej poznają której z uczuć. Na jednej z planet zostaną niesprawiedliwie potraktowani, na innej, będą trząść im się ręce, będzie i taka, na której będą mieli ochotę fruwać i skakać. Fabuła może i nie jest porywająca, ale opis tego, co może się z nami dziać pod wpływem uczuć jest dokładny a sposoby na radzenie sobie z uczuciami – całkiem w porządku.

5. Wielka księga uczuć, Grzegorz Kasdepke – Wydawnictwo Nasza Księgarnia

<https://nk.com.pl/wielka-ksiega-uczuc/2152/ksiazka.html#.XoRlvlgzblU>



I na koniec – bardzo wartościowa pozycja z naszego rodzimego podwórka. Bez zbędnego smrodku dydaktycznego, z poczuciem humoru i dużą znajomością życia przedszkolno-szkolnego! Można wykorzystać tę książkę do pracy z uczuciami, a można po prostu z przyjemnością czytać, a potrzebna wiedza jakoś tak sama wsączy się do głowy. Gdyby się nie chciała wsączyć – zapobiegliwy autor opatrzył rozdziały radami dla dzieci i radami dla dorosłych.

Każdą z tych książek warto przeczytać dzieciom. A gdyby dzieci nie chciały – niech Państwo bez wyrzutów sumienia zaszyją się w jakimś kącie i przeczytają z przyjemnością sami sobie.