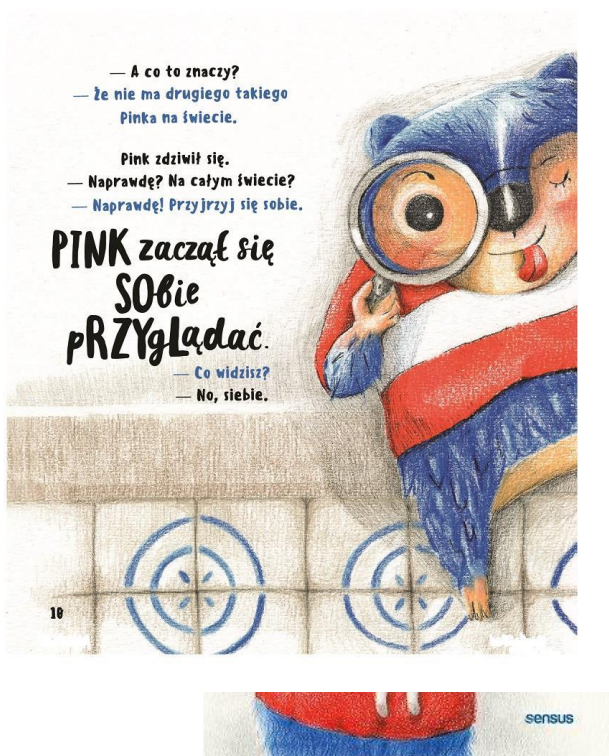


## Czytamy i rozmawiamy o emocjach - propozycje książek



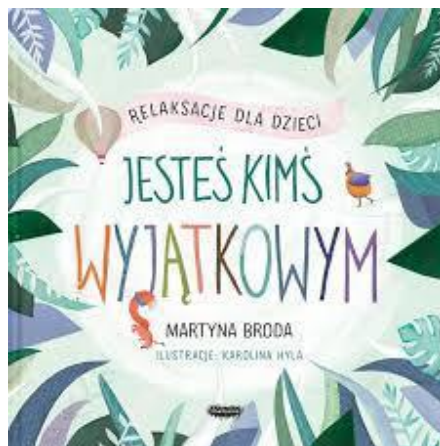
### Uczuciometr inspektora krokodyla

...inspektor Krokodyl, pomoże nam zrozumieć, zmierzyć i poznać sposoby na kontrolowanie emocji.



### Jesteś ważny Pinku

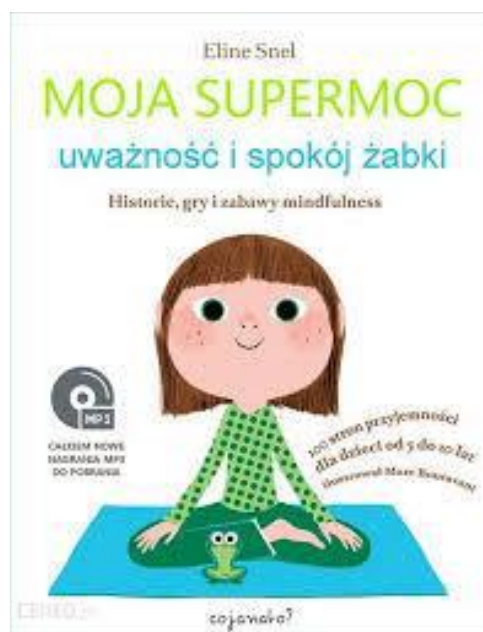
...książka o poczuciu własnej wartości



## Jesteś kimś wyjątkowym

...Co może pomóc złagodzić napięcie i stres, wywołać uśmiech i błogie zadowolenie?

**Moja supermoc.**  
**Uważność i spokój**  
**żabki** ...historie, gry i zabawy  
mindfulness autorstwa Snel Eline,



AGNIESZKA STĄŻKA-GAWRYSIAK  
dylematki.pl

## SELF-REGULATION SZKOLNE WYZWANIA

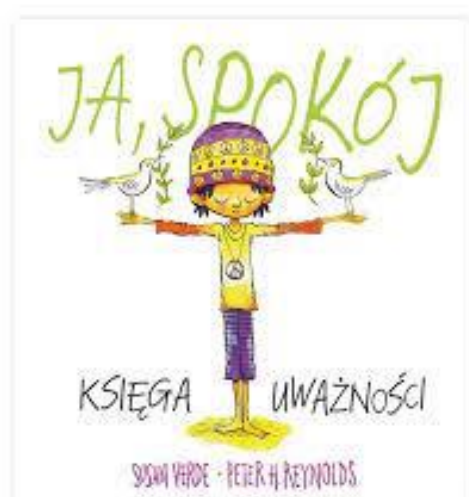
OPOWIEŚCI  
DLA DZIECI  
O TYM, JAK DZIAŁAĆ,  
GDY EMOCJE BIORĄ GÓRĘ



**Self-Reg** ...przełomowa książka dla rodziców, w której Stuart Shanker proponuje naukę samoregulacji, mającej pomóc dzieciom samodzielnie zmienić ich.

## JA spokój. Księga uważności

...przewodnik po mindfulness, nazywanym także uważnością lub uważną obecnością.





**Mamo, nie mogę zasnąć** ...o tym, w jaki sposób za pomocą ćwiczeń wyciszyć dziecko przed snem

**Kotka Wiktoria i magia uważności** ...książeczka dla małych artystów, żyjących w świecie fantazji i poszukujących ciągle nowych wrażeń





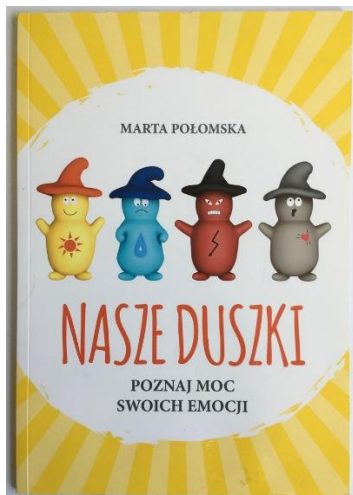
## Przygody psa i sowy. Bajki o uważności

...seria opowieści o rozrabiającym psie, mądrej sowie i innych mieszkańcach lasu, którzy dzięki kolejnym przygodom...

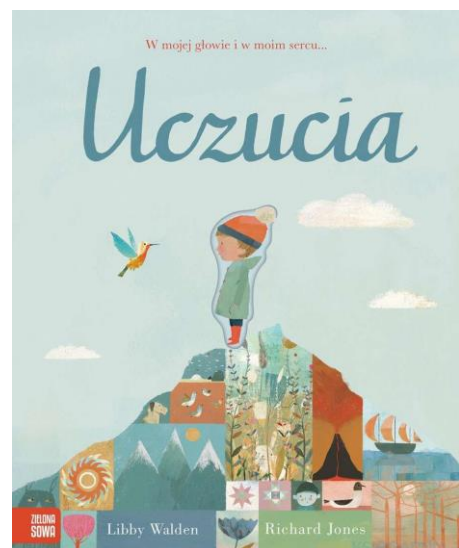
Nasze Duszki-

Poznaj Moc Swoich Emocji

... Pomóżmy dzieciom odkrywać i rozumieć świat uczuć!



**Uczucia. W mojej głowie i w moim sercu.** ...Codziennie towarzyszy nam wiele różnych emocji. Jednego dnia możemy być smutni, szczęśliwi, możemy się ...



Te i inne pozycje... Polecamy 😊