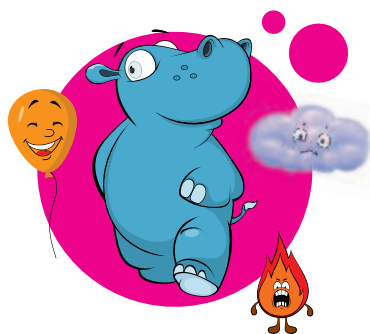


СОДЕРЖАНИЕ



Введение 4



Азбука эмоций 5

Радость 6

Конверт радости 12

Грусть 14

Дневник настроения 22

Удивление 24

Приятное — неприятное 26

Остров удивления 30

Страх 32

Сундук с секретом 38

Злость 40

Летающая фасоль 46

Стыд 48

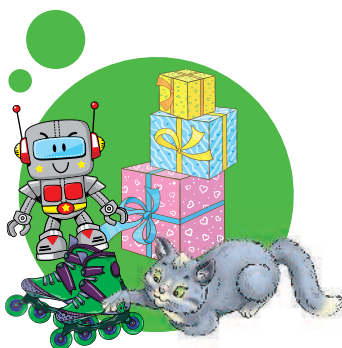
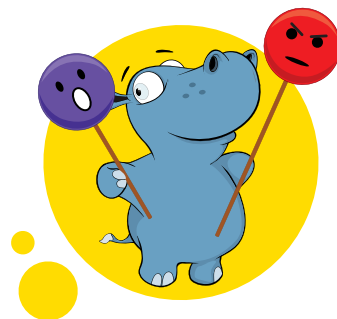


Учусь понимать себя и других 53

Разный вкус 54

Последствия 56

Рыбалка 58



Учусь дружить и не только 61

Камушек в ботинке 62

Кукла в подарок 66



ВВЕДЕНИЕ

Данная книга познакомит ребёнка с миром эмоций и поможет научить малыша владеть собой, понимать своё эмоциональное состояние и поведение других людей.

Благодаря поучительным историям, увлекательным заданиям, полезным советам, ярким иллюстрациям ребёнок:

- познакомится с эмоциями, научится распознавать и различать их;
- станет лучше понимать своё эмоциональное состояние, сможет владеть собой, управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- научится понимать эмоциональное поведение других детей и взрослых, устанавливать контакты с людьми и конструктивно взаимодействовать с ними;
- повысит свою самооценку и сформирует состояние доверия к себе и окружающему миру.

Книга содержит три раздела.

В разделе «Азбука эмоций» даются визуальный образец эмоции, соответствующая ей ситуация, рекомендации родителям, а также задания с описанием мимики и поведения человека.

Благодаря разделу «Учусь понимать себя и других» малыш потренируется сопоставлять словесное и визуальное проявление эмоций, прогнозировать эмоциональные последствия ситуации.

В разделе «Учусь дружить и не только» ребёнок узнает, что может быть, если затаить обиду, а также подарить на день рождения старую игрушку.

В конце книги малыша ждёт награда за выполненные задания — красочный диплом с весёлыми смайликами.

Желаем успехов!

АЗБУКА ЭМОЦИЙ





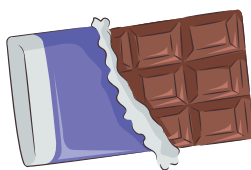
РАДОСТЬ



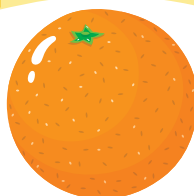
Когда человек радуется, значит, у него всё хорошо и ему хочется рассказать об этом другим. У такого человека губы растянуты в улыбке, уголки рта направлены вверх, брови приподняты дугой. Покажи перед зеркалом, как ты радуешься.



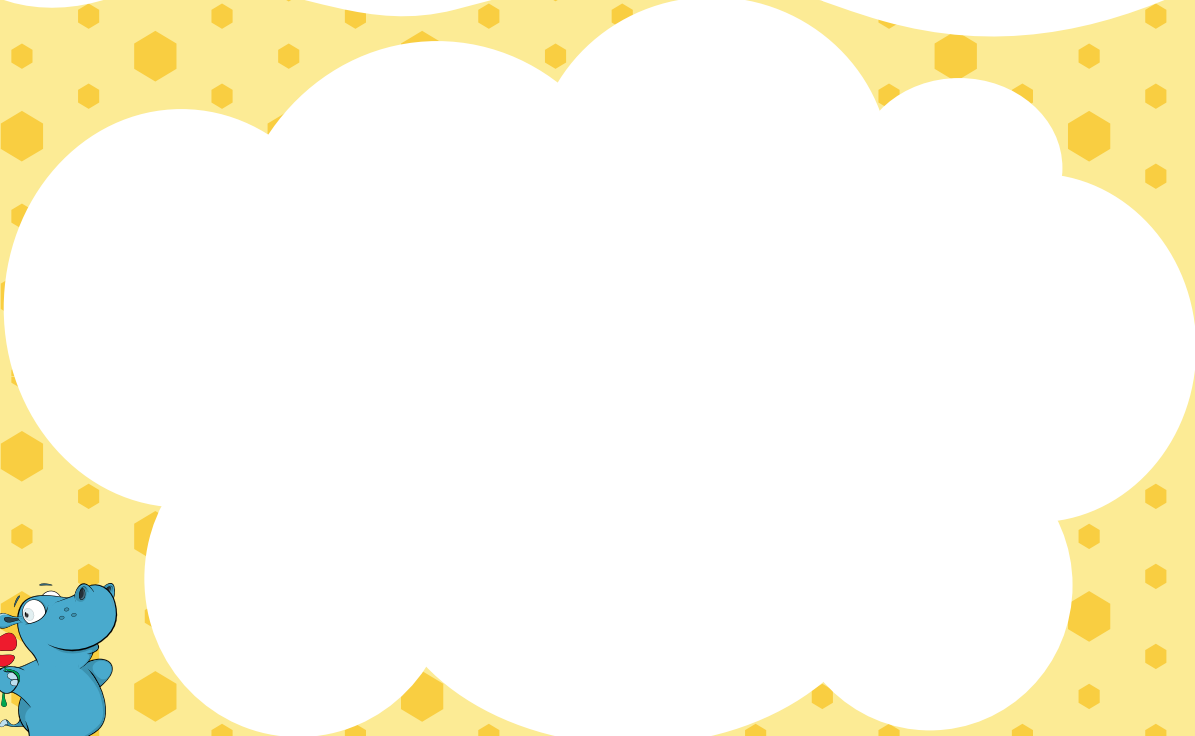
На вкус как



Пахнет как



Звучит как



Что может приносить радость? Продолжи каждый ряд своими примерами. Придумай и покажи танец радости. Нарисуй радостный цветок в облаке. Какого он цвета? Почему? Кому бы ты подарил этот цветок?





?

Какое настроение у каждого героя? Чему радуются дети? Стало бы тебе весело, окажись ты на их месте? Почему?



