

Recull de contes per infants i adults:

"Què m'ha està passant?"

- Autor/a: Marc Parrot
- Il·lustrador/a: Eva Armisén
- Sinopsis:

Tots ens preguntem "Què m'està passant?" quan sentim una nova emoció o no sabem reconèixer allò que ens inquieta. Les cançons d'en Marc Parrot i les il·lustracions de l'Eva Armisén ens parlen d'emocions tan bàsiques com la ràbia, la vergonya o la por a través de situacions quotidianes que tant petits com grans identificarem ràpidament. Un llibre ideal per posar nom a tot el que sentim i donar peu a converses sobre les pròpies experiències. "Emocions i sentiments en forma de cançons.

"Paraules dolces"

- Autor/a: Carl Norac K. Dubois
- Sinopsis:

La Lola és una ratolina que s'ha despertat amb ganes de dir moltes paraules dolces i no troba el moment fins que el final del dia no es pot aguantar més i ... li surten de dins com una explosió!

"Laberint de l'ànima"

- Autor/a : Anna Llenas
- Sinopsis:

El laberint de l'ànima és un recorregut per les emocions de l'ésser humà, una obra descriptiva i poètica, al mateix temps, que ens ajuda a reflexionar, identificar i gestionar el nostre món interior. Concretament, la teva ànima que tants rostres, pensaments i sentiments com estats en què et puguis trobar. Alguns d'ells són amables, lluminosos i d'altres ben obscurs.

"Orelles de papallona"

- Autor/a: Luisa Aguilar
- Sinopsis:

Tenir les orelles de papallona, el cabell indomable, ser alt o baix, prim o grassonet... El tret més insignificant pot ser motiu de paròdia per als éssers humans. L'àlbum fa l'ullet a adults i infants per posar de manifest com en som d'estereotipats. Amb un pessic de sentit de l'humor i una salpebrada d'imaginació, qualsevol pot transformar en positiu allò que d'altres troben motiu d'escarni. De fet, ser diferents ens enriqueix; en canvi, riure's de les diferències de l'altre, ens empobreix com a éssers humans.

"Emocionari"

- Autor/a: Rafael R. Valcarcel, Cristina Nuñez
- Sinopsis:

És una enciclopèdia d'emocions, on ofereix un recorregut sentimental les quals estan encadenades una emoció amb l'altre, comencen per la tendresa, l'amor, l'odi, la ira, la irritació , la tensió, fins arribar a la gratitud.

El que vol aconseguir amb aquest conte és descobrir, identificar i diferenciar les emocions, per tal de convertir-se en adults autoconscients amb habilitat sensitiva per afrontar els reptes de la vida.

"Emociones y sentimientos"

- Autor/a: Roberto Piumini
- Ilustrador/a: Anna Laura Cantone
- Sinopsis:

Emociones y sentimientos és un recull de poemes que parlen dels sentiments i les sensacions, del cos i les seves diferents manifestacions: l'esternut, el singlot, la inquietud o el mal de panxa, les palpitations o el rubor.

"El gran llibre de les emocions"

- Autor/a: Esteve Pujol i Pons, Carles Arbat, Rafael Bisquerra Alzina
- Sinopsis:

Segur que vols trobar-te de gust entre els companys; que t'acceptin i que vulguin estar amb tu. En cada un dels 20 contes, descobriràs algun petit secret que t'ajudarà a conèixer millor amb els qui t'envolten. Està dividit en diferents parts titulats: Des de mi, Vull anar, Cap als altres, Des de mi i Cap els altres.

"Exploradores emocionales"

- Autor/a: Maria Mercè Conangle, Jaume Soler
- Sinopsis:

Aquesta col·lecció ofereix un enfocament nou, creatiu i revolucionari dins de l'educació emocional. Ecologia emocional és l'art de gestionar de manera sostenible, el nostre món emocional, de tal manera que la nostra energia emocional ens ajudi a ser millors persones, per millorar la qualitat de les nostres relacions personals i el món en què vivim. La vida és un apassionant viatge ple de territoris molt diferents. Per embarcar-nos en ell haurem de comptar amb l'equipatge" més apropiat i tenir molts desitjosos de trobar i descobrir tresors. Voleu formar part d'aquesta aventura i convertir-vos en veritables exploradors emocionals?

"Pessigolles per al cor: 10 contes per aprendre per ser feliç"

- Autor/a: Conangle, Maria Mercè; Soler, Jaume; Llorens, Ester.
- Sinopsis:

A tots ens agraden les pessigolles. Pessigolles als braços, als peus, a la panxa? Però sabeu que el cor també té pessigolles i li agraden amb delit? Les pessigolles aconseguen encendre els cors més apagats. Però no oblideu que, per fer feliç, el vostre cor, hi heu de posar moltes ganes i imaginació. Aquí teniu algunes idees: Voleu saber com es juga a contagiar somriures? Us agradaria tastar la truita de fils de colors que ajuda a recuperar les pessigolles? I provar de fer melmelada per fer més dolços els moments tristos? No dubteu ni per un moment a regalar pessigolles al vostre cor i al

dels altres. El que es dóna és el que es rep, així que no hi ha millor regal que dir-li a algú: porto unes pessigolles per a tu!

“El dia que les ceres van dir prou”

- Autor/a: Drew Daywalt
- Il·lustrador/a: Oliver Jeffers
- Sinopsis:

Aquest conte és una invitació a la creativitat, a mirar el món d'una manera diferent, més enllà de la gamma de colors que ens brinda la natura. Ha esclatat la revolució a la capsa de ceres d'en Duncan. La vermella es queixa d'explotació laboral; la blanca creu que li fan el buit; la negra pateix una crisi d'identitat; i les ceres groga i taronja han signat una pau armada, enfrontades per quin és el color del Sol. Així no hi ha manera! En Duncan vol pintar allò que li agrada però també vol que les seves ceres de colors estiguin contentes.

“El buit”

- Autor/a: Anna Llenas
- Sinopsis:

La Julia és la protagonista del conte, i viu una vida normal fins que el buit arriba a la seva vida. Ella estarà buscant el tap adequat per tal que desaparegui aquesta sensació.

El buit és una sensació que viuen els infants i els adults, però els infants poden no comprendre i sentir-lo molt intensament, tant com una pèrdua com un canvi.

“El club de los raros”

- Autor/a: Jordi Sierra i Fabra.
- Sinopsis:

L'Hugo és tartamut i el Bernardo, té dislèxia. El pinxo de la classe els fa la vida impossible perquè pensa que són estranys. Per això els dos amics decideixen fundar un club, per sentir-se menys sols i segur. Quina sorpresa es portaren, quan descobreixin que no són els únics que volen formar part del Club del Raros!

"iCambios, cambios, cambios!"

- Autor/a: Marawa Ibrahim
- Sinopsis:

De sobte el cos canvia comences a fer coses noves i rares? En ocasions desitjaries què t'empasses la terra? Creus què ningú en el món et compren? El llibre t'ofereix informació de manera divertida per aprendre aspectes tant per dins com per fora mitjançant anècdotes que t'ajudaren a entendre millor els canvis.

"El tigre se vuelve salvaje"

- Autor/a: Peter Brown
- Sinopsis:

Hi ha una ciutat en que tot és com ha de ser. Tothom es conforma i són molt educats. No obstant això, un dels seus habitants s'avorreix de ser sempre tant correcta, tant estirat, tan educat. Ens referim el senyor Tigre, que desitja relaxar-se i divertir-se. Més encara; l'agradaria tornar-se salvatge. Així un dia decideix fer les coses d'una altra forma sense importar l'opinió dels altres.

"Dues germanes tenen visita"

- Autor/a: Sonja Bougaeva
- Sinopsis:

Dues germanes viuen feliçment en una illa. Però un dia, el ferri porta una carta anunciant la visita del cosí Hans. Tenir un cosí de visita és esplèndid. I si es posa a arreglar això i allò, pot ser una gran ajuda. Però quan en Hans comença a ficar-se en la manera de viure de les germanes i a dir el que haurien de millorar, xoquen dos estils de vida diferents. Una història sobre persones pacients i persones intransigents. I, sobretot, una història amb gràcia.

"Willy el campeón"

- Autor/a: Anthony Browen
- Sinopsis:

A Willy l'agrada llegir, escoltar música i anar al cinema. A més a més, no és bo pels esports. Tots es burlen d'ell fins que el Willy demostra a Buster el Narizotas que no es necessita tenir molts músculs per ser un campió. Ell descobreix que hi ha moltes formes per ser-ho.

LLIBRES PER ADULTS PER CONÈIXER COM TREBALLAR LES

EMOCIONS:

"L'art d'emocionar-te"

- Autor/a: Rafael R. Valcarcel, Cristina Nuñez Pereira.
- Sinopsis:

El llibre ens convida a explorar les emocions que basteixen la nostra vida perquè si be tots nosaltres les experimentem constantment, no tot som conscients dels diversos matisos que les acompanyen. I conèixer-ho és un art, un art que ens fa tenir una vida més harmònica i més plena.

Els autors durant la lectura ens guien, amb delicadesa, en una quarantena d'emocions per mitjà de curiositat, citacions, jocs mentals, etc.

"Contes per descobrir intel·ligències. Els nens de colors"

- Autor/a: Clara Peñalver i Sara Sánchez
- Sinopsis:

Aquest llibre és un mètode senzill, ràpid i divertit per educar emocionalment els infants. Format en un manual per entendre i gestionar els dubtes que es generen en els adults en vers els infants.

"Activitats per el desenvolupament de la intel·ligència emocional en els nens. GROUP- Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògi"

- Autor/a: Ana Zurita
- Sinopsis:

Aquest llibre es treballa en cinc blocs de competències emocionals, un per capítol: Consciència emocional, Regulació emocional, Autonomia emocional, Habilitats socioemocionals i Habilitats per a la vida i el benestar emocional. En cada capítol es proposen tot un seguit d'activitats i exercicis per ajudar als educadors/es a desenvolupar la intel·ligència Emocional dels infants.

"Diario de las emociones"

- Autor/a i Il·lustrador/a: Anna Llenas
- Sinopsis:

Es tracta d'un llibre en blanc i negre on el lector ha de posar el color i expressar, gràcies a ell, l'emoció o estat d'ànim que tingui en aquell moment. No cal saber pintar, només has d'expressar els diferents estats d'ànim, dibuixen lliurement i aprofitar aquest procés creatiu per canalitzar els teus sentiments. És a dir, ofereix exercicis pràctics per deixar llibertat a la creativitat, canalitzar emocions negatives i comentar les positives per aconseguir un major benestar.

"Cuentos para sentir"

- Autor/a: Begoña Ibarrola
- Sinopsis:

La Begoña Ibarrola ha escrit un recull de contes il·lustrats que pretenen guiar a l'infant a través del món de les emocions i els sentiments. Divuit contes per treballar l'alegria, l'ansietat, la por, l'amor, l'empatia, l'enuig, la tristesa, el rebuig, la gelosia, la vergonya, la confiança en un mateix, la solidaritat, etc.

Alguns dels contes i llibres; "Cuentos para educar niños felices", "La història d'en Dracolí", "El club dels valents", "En Petavet un gos de carrer", "Tot es culpa teva", "Cuentos para descubrir inteligencias", "Cuentos para sentir", "Genial Mente", "Yo soy el mejor", etc.