**5 llibres per treballar les emocions amb nens (3 – 12 anys)**

Partint de contes i histories que tenen un significat, es pot preguntar als infants com es sentien els personatges, què haguessin fet ells… Es sentirien igual si es trobessin en la mateixa situació? Haguessin canviat alguna cosa?

Les 42 emocions de l’Emocionari

****[**El monstre de colors**](https://www.amazon.es/gp/product/8493987786/ref%3Das_li_qf_asin_il_tl?ie=UTF8&tag=youmekids-21&creative=24630&linkCode=as2&creativeASIN=8493987786&linkId=b355d2053818f4640f9e7784b3f39a60)**(+3 anys)**

De la mà d’un monstre que no sap què li passa i té un embolic d’emocions, els petits treballen les **cinc emocions bàsiques posant color a cada emoció**: Groc-alegria, Blau-Tristesa, Vermell-Enuig, Negre-Por, Verd-Calma.

El llibres s’han publicat en [**català**](https://www.amazon.es/gp/product/8493987786/ref%3Das_li_qf_asin_il_tl?ie=UTF8&tag=youmekids-21&creative=24630&linkCode=as2&creativeASIN=8493987786&linkId=5558201d387182c870717cd8aa2a5f41) i [**castellà**](https://www.amazon.es/gp/product/8493987743/ref%3Das_li_qf_asin_il_tl?ie=UTF8&tag=youmekids-21&creative=24630&linkCode=as2&creativeASIN=8493987743&linkId=99c1d2cfd97770b4f19b30add60627ff).

L’autora ofereix una sèrie de recursos educatius gratuïts per jugar a casa o a l’aula amb [**màscares d’emocions**](http://www.annallenas.com/ilustracion-editorial/Mascares_EMC_A4_Cat.pdf) o [**pots de les emocions**](http://www.annallenas.com/ilustracion-editorial/Recurs1.pdf) que els nens i nenes poden fer servir per expressar el que senten.

****[**L’emocionari**](https://www.amazon.es/gp/product/8494151339/ref%3Das_li_qf_asin_il_tl?ie=UTF8&tag=youmekids-21&creative=24630&linkCode=as2&creativeASIN=8494151339&linkId=de528428e54576cdbf8f763f45634c07)**(+5 anys)**

L’Emocionari (publicat en [**català**](https://www.amazon.es/gp/product/8494151339/ref%3Das_li_qf_asin_il_tl?ie=UTF8&tag=youmekids-21&creative=24630&linkCode=as2&creativeASIN=8494151339&linkId=de528428e54576cdbf8f763f45634c07), [**castellà**](https://www.amazon.es/gp/product/8494151304/ref%3Das_li_qf_asin_il_tl?ie=UTF8&tag=youmekids-21&creative=24630&linkCode=as2&creativeASIN=8494151304&linkId=02593916262c9aa781dbeb9e32be407b) i [**anglès**](https://www.amazon.es/gp/product/8494151363/ref%3Das_li_qf_asin_il_tl?ie=UTF8&tag=youmekids-21&creative=24630&linkCode=as2&creativeASIN=8494151363&linkId=b4f615bdc7a47ec8bf5e69e0a1f46414)) **descriu, amb senzillesa,** **quaranta-dos estats emocionals d’una forma didàctica, divertida i càlida**. A més fent servir exemples de la vida quotidiana que els nens poden reconèixer els apropa a emocions més complexes com el desig, la il·lusió, la confusió, l’enveja o la inseguretat.

L’editorial ofereix de forma gratuïta [**fitxes per treballar les 42 emocions**](https://palabrasaladas.com/di_lo_que_sientes/fichas_de_actividades.html) a primària. Però també hi ha recursos per educació infantil, secundària i batxillerat.

****[**Tipos duros también tienen sentimientos**](http://impedimenta.es/libros.php/tipos-duros)**(+6 anys)**

Aquest llibre ajuda a **trencar els estereotips**. Recorrent l’imaginari dels grans herois del món masculí, aquest conte demostra que també ells riuen, ploren o s’emocionen, igual que nosaltres. És una oportunitat per enderrocar mites estereotipats i rols, i revelar que tots tenim dret a expressar el que sentim.

****[**El emocionómetro del inspector Drilo**](https://www.amazon.es/gp/product/8494444697/ref%3Das_li_qf_asin_il_tl?ie=UTF8&tag=youmekids-21&creative=24630&linkCode=as2&creativeASIN=8494444697&linkId=8fd49ab3cef1236b466d066d7d0a866d)**(+7 anys)**

L’Inspector Drilo ens ajudarà a entendre **10 emocions bàsiques** amb el seu gran invent:  l’emocionómetre. Amb aquesta roda d’emocions podem mesurar el grau de la tristesa, gelosia, amor, fàstic, enveja, alegria, por, vergonya, empipament i sorpresa. Gràcies als exemples exposats, els infants poden descobrir no només l’emoció, sinó la intensitat de la mateixa.

L’editorial ofereix de forma gratuïta [**una plantilla per construir l’emocionométre**](http://nubeocho.com/images/pdf/Instrucciones_emocionometro_web.pdf) a casa o a l’aula.

****[**El laberint de l’ànima**](https://www.amazon.es/gp/product/841629769X/ref%3Das_li_qf_asin_il_tl?ie=UTF8&tag=youmekids-21&creative=24630&linkCode=as2&creativeASIN=841629769X&linkId=940baef837259baded3af6616ac3ed64)**(+10 anys)**

Aquesta **col·lecció de 58 emocion**s i estats de l’ànima (publicat en [**català**](https://www.amazon.es/gp/product/841629769X/ref%3Das_li_qf_asin_il_tl?ie=UTF8&tag=youmekids-21&creative=24630&linkCode=as2&creativeASIN=841629769X&linkId=940baef837259baded3af6616ac3ed64) i [**castellà**](https://www.amazon.es/gp/product/846704697X/ref%3Das_li_qf_asin_il_tl?ie=UTF8&tag=youmekids-21&creative=24630&linkCode=as2&creativeASIN=846704697X&linkId=34bc51409a551b4dc9bd32794702569d)) ens convida a retrobar-nos amb cadascun d’ells en un viatge al nostre interior.

Aquest llibre inclou alguns sentiments ben curiosos com ara la brutícia, el magnetisme o el naufragi, que per l’autora també són estats de l’ànima.

Fent servir aquest llibre com a guia, podem demanar a alumnes o fills/es que**trien tres de les paraules del llibre que els identifiquen**. Pot ser un punt de partida interessant per una redacció o una sessió en la que parlin d’ells mateixos a través de les paraules triades.