

EL PAÍS

UN MUNDO DE EMOCIONES

UN CUENTO, UNA EMOCIÓN



UNA COLECCIÓN PARA CONOCER

Enseñamos a nuestros hijos e hijas a hablar, a leer o a escribir, pero ¿les educamos en sus emociones? Reír, llorar, querer... Educar en las emociones es básico para que nuestros hijos crezcan felices y seguros.

Un mundo de emociones es una colección de **cuentos** para que tus hijos aprendan a identificar y a gestionar las emociones a través de las aventuras de nuestros simpáticos protagonistas.

En cada entrega se incluye una **ficha para los padres** con información detallada de cada una de las emociones y valiosos consejos para guiar a toda la familia en el conocimiento y la práctica de la inteligencia emocional.

Iconos y colores para identificar fácilmente la emoción.



Cada libro explora una emoción.

Algunos elementos de la colección pueden ser modificados.

Y GESTIONAR LAS EMOCIONES



MOMENTOS
INOLVIDABLES
PARA DISFRUTAR
EN FAMILIA.



LA ALEGRÍA

La alegría es el motor que mueve la vida. Es una emoción, que nos hace ver el lado bueno de las cosas y que nos empuja a sacar lo mejor de nosotros mismos.

Durante la primera infancia los pequeños nos darán muestras claras de su alegría y su júbilo. Tratar de potenciar esta cualidad, unida a una visión optimista de la vida, proporcionará a los niños una base sólida que le será de gran ayuda para alcanzar sus objetivos y su éxito personal.



EL MIEDO

El miedo es una sensación de angustia que aparece cuando nos sentimos amenazados y que provoca un deseo de huida, de alejamiento hacia lo que nos provoca ese temor.

Es una emoción básica, común en todos los seres humanos. A medida que las criaturas crecen, los miedos más habituales van cambiando, siendo los más comunes entre los 3 y los 6 años: el temor a la oscuridad, a la soledad, a algunos animales y a seres fantásticos (como fantasmas o monstruos).



Fichas para los padres con información detallada y consejos para fomentar y trabajar la emoción.

DESCUBRE A NUESTROS PROTAG



MARTINA tiene 4 años y es la hermana pequeña de Leo. Le encanta jugar con su perrita Lua. Es extrovertida, valiente y bastante traviesa. Es muy parlanchina, le gustan los cuentos y jugar con sus muñecos.



TIMY es el conejito de Martina. Es su peluche favorito. Va con él a todas partes.



LEO tiene 6 años y es el hermano mayor de Martina. Es inteligente y muy responsable. Siempre tiene cuidado de su hermana pequeña. Le encanta jugar a fútbol con sus amigos y correr en el parque.



LUA es el perro de Martina y Leo. Es travieso y juguetón, pero se toma muy en serio su papel de guardián.

ONISTAS

A lo largo de la colección, los carismáticos y entrañables personajes de los cuentos de *Un mundo de emociones* vivirán un sinfín de experiencias y aventuras que ayudarán a tus hijos a descubrir y gestionar una emoción.



CARLA tiene 6 años y es la mayor de 3 hermanos. Es compañera de clase de Leo y también su vecina. Es una niña alegre y muy perfeccionista. Es tan exigente que se enfada cuando las cosas no le salen bien. También es muy responsable, por eso se entiende tan bien con Leo.

TUS HIJOS SE IDENTIFICARÁN CON LOS PROTAGONISTAS Y VIVIRÁN SUS AVENTURAS.



SAM es el gato de Javi. Es muy cariñoso. Le encanta que le acaricien el lomo.



JAVI tiene 4 años y es vecino de Martina y Leo. Sus papás son muy amigos. Javi es hijo único y por eso pasa muchas tardes en casa de los hermanos. Con ellos se divierte un montón. La oscuridad le da miedo pero su «manta que abraza», le ayuda a dormir más tranquilo.

UN CUENTO, UNA AVENTURA, UN

EL MIEDO

El miedo es una sensación de angustia que cuando nos sentimos amenazados y que alejamiento hacia lo

LA MANTA QUE ABRAZA

UN MUNDO DE EMOCIONES
UN CUENTO PARA UNA EMOCIÓN
MIEDO



SALVAT

EL MIEDO

El miedo es una emoción innata que nos acompañará a lo largo de toda nuestra vida, por eso es fundamental entender cuál es su evolución habitual y adquirir las herramientas adecuadas para gestionarlo. En este cuento Javi aprenderá a afrontar sus temores y comprenderá que no es valiente el que no tiene miedo, sino quien sabe vencerlo.

FICHAS
PARA LOS
PADRES.

LA ALEGRÍA

Es el motor que mueve la vida. Es una emoción que nos ayuda a encontrar el lado bueno de las cosas y a disfrutar de ellas mismos.

LLUVIA DE RISAS

UN MUNDO DE EMOCIONES
UN CUENTO PARA UNA EMOCIÓN
ALEGRÍA



SALVAT

LA ALEGRÍA

Todos deseamos que nuestros niños desarrollen una personalidad alegre y optimista, ya que esta cualidad les facilitará su camino hacia el éxito personal y social. En esta historia, Martina y Leo aprenderán que la diversión puede encontrarse en casi cualquier lugar o situación y descubrirán el valor de las pequeñas cosas.

A EMOCIÓN

A través de los cuentos, los niños y las niñas disfrutarán de momentos inolvidables mientras descubren las diferentes emociones. Las fichas te ayudarán a entender y fomentar cada emoción.



LA RABIA

¿Cómo gestionar las rabietas? Casi todos los niños pasan por una etapa en la que estos episodios son frecuentes. Descubre cómo hacer frente a ellas a través de esta historia, en la que Carla nos mostrará cómo funciona el «Frasco de la calma» y tú conocerás esta y otras estrategias para ayudarle a manejar la frustración.

LA TRISTEZA

La tristeza es una de las emociones básicas, caracterizada por una sensación de vacío y desasosiego. Esta emoción expresa nuestro dolor afectivo mediante el llanto, el rostro abatido o la falta de apetito. En este cuento verás cómo los rituales y los homenajes son de gran ayuda para cerrar una etapa.

LA IMPORTANCIA DE LAS EMOCIONES

Una colección llena de emociones.

Las emociones nos acompañan a lo largo de la vida y están tan interiorizadas que a veces nos cuesta identificarlas. Con **Un mundo de emociones** tus hijos aprenderán a identificar cada emoción y a expresarla.

Te daremos pautas para acompañarle en sus emociones y le ayudaremos a gestionar los enfados, la ira, la ansiedad, la tristeza... Enseña a tu hijo a adquirir las herramientas y los recursos necesarios que le ayudarán a sentirse bien con uno mismo y con los demás.



EL BIENESTAR
EMOCIONAL,
FUNDAMENTAL
PARA
SER FELIZ.

Las emociones que se exploran en la colección:



AMOR	MIEDO	TRISTEZA	IRA	ALEGRÍA	ASCO
EMPATÍA	TIMIDEZ	SOLEDAD	ODIO	SATISFACCIÓN	
SERENIDAD	CONFUSIÓN	DESÁNIMO	RABIA	ENTUSIASMO	
COMPASIÓN	TERROR	DESAMPARO	MALHUMOR	EUFORIA	
GRATITUD	NERVIOSISMO	NOSTALGIA	RENCOR	ILUSIÓN	!
ADMIRACIÓN	INSEGURIDAD	CULPA	FRUSTRACIÓN	PLACER	SORPRESA
TERNURA	RECELO	DECEPCIÓN	CELOS	ALIVIO	
	VERGÜENZA	ABURRIMIENTO		DESEO	

IONES PARA CRECER FELIZ

¿QUÉ SON LAS EMOCIONES?

Las emociones son reacciones que condicionan nuestra forma de adaptarnos al medio que nos rodea. Nacemos dotados de todas las emociones que nos permiten descubrir el mundo y relacionarnos con los demás, pero no tenemos las herramientas para identificarlas y gestionarlas.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE EDUCAR LAS EMOCIONES?

El hecho de reconocer, gestionar y desarrollar nuestras competencias emocionales está directamente relacionado con nuestro éxito en la vida tanto a nivel personal como social y laboral. Todas las emociones son necesarias y tienen algo que enseñarnos. Es fundamental comprender que no existen emociones buenas ni malas, sino que debemos aprender a aceptarlas, gestionarlas y regularlas.



Belén Piñeiro

es profesora de Educación Infantil, y Máster en Neuropsicología y Educación, y está especializada en Educación Social y Emocional en la primera infancia.

A través de su proyecto, maestradecorazon.com, promueve la inmersión de la Educación Social y Emocional en las aulas y en las familias, con el fin de introducir un nuevo modelo educativo para los niños que les permita potenciar al máximo todas sus cualidades, en base a una buena autoestima.

Ha publicado: *Educar las emociones en la primera infancia*, *La Cajita Come-Miedos* y *Educando niños felices*.



CÓMO EDUCAR LAS EMOCIONES

El primer paso para educar las emociones de los niños y de las niñas comienza por nuestra propia alfabetización emocional. Durante la primera infancia desarrollamos los patrones emocionales que utilizaremos hasta la vida adulta. La forma de guiar las emociones de tus pequeños durante sus 6 primeros años de vida será decisiva para el desarrollo de su autoestima y su personalidad, claves para su bienestar psicológico y su felicidad.

CON UN MUNDO DE EMOCIONES PODRÁS:

1. Reconocer 40 emociones fundamentales.
2. Identificar sus principales características y curiosidades.
3. Disponer de ejemplos claros de cada una de ellas.
4. Conocer las principales pautas de actuación para gestionarlas en tus hijos.
5. Reflexionar con los ejercicios propuestos.



EN TUS HIJOS

¡UN KIT MUY
COMPLETO PARA
SER UN PAPÁ
EMOCIONALMENTE
INTELIGENTE!

GUÍA PARA PADRES

En cada fascículo encontrarás un cuento acompañado de una **ficha didáctica** que te proporcionará las pautas educativas relacionadas con cada emoción.

1. Comienza por leer el cuento acompañado de tu pequeño. Busca un momento calmado en el que podáis disfrutar de un rato juntos.

2. Al finalizar el cuento, lee la ficha para padres. En ella obtendrás toda la información que necesitas sobre cada emoción. Es el momento de profundizar sobre lo leído y de adentrarte en la educación emocional.

Con las fichas tendrás siempre a mano todas las pautas de trabajo, además de consejos útiles, curiosidades y preguntas de reflexión para dialogar con tu pequeño.



¡CADA DOMINGO UNA
NUEVA ENTREGA!



EL PAÍS

También disponible en coleccion.es.elpais.com