

PRZYKŁADY LITERATURY O EMOCJACH

Zuchy (dla kadry)

- "A królik słuchał", Cori Doerrfeld
- Seria "Uczucia Gucia", Aurelie Chien i Chow Chine
- "W moim sercu", Jo Witek
- Seria „Bajki o uczuciach”, Wojciech Kotyszko i Jovanka Tomaszewska
- "Jesteś ważny, Pinku!", Urszula Młodnicka i Agnieszka Waligóra
- "Uzuciometr inspektora Krokodyla. Poznaj, zmierz i kontroluj swoje uczucia", Susanna Isern
- "Co robią uczucia?", Tina Oziewicz i Aleksandra Zając
- Seria "Świat emocji", Nuria Aparicio i Carme Dolz
- "Uczucia Alicji czyli jak lepiej poznać siebie", Ewa Woydytło, Maria Mazurek i Marcin Wierzchowski
- "Kolorowy potwór", Anna Llenas
- Film "W głowie się nie mieści" (2015), reżyseria Pete Docter
- Gra planszowa "Emocje" (wydawnictwo Kukuryku)
<https://www.kukuryku.co/product-page/emocje>

Harcerze (dla kadry)

- "A królik słuchał", Cori Doerrfeld
- "Jesteś ważny, Pinku!", Urszula Młodnicka i Agnieszka Waligóra
- "Jesteś prawdziwym przyjacielem, Pinku!", Urszula Młodnicka i Agnieszka Waligóra
- "Uzuciometr inspektora Krokodyla. Poznaj, zmierz i kontroluj swoje uczucia", Susanna Isern
- "Co robią uczucia?", Tina Oziewicz i Aleksandra Zając
- "Uczucia Alicji czyli jak lepiej poznać siebie", Ewa Woydytło, Maria Mazurek i Marcin Wierzchowski
- "Jesteś kimś wyjątkowym. Relaksacje dla dzieci", Martyna Broda
- Film "W głowie się nie mieści" (2015), reżyseria Pete Docter
- Film "Nasze magiczne Encanto" (2021), Jared Bush i Byron Howard
- Film "Odłot" (2009), reżyseria Pete Docter i Bob Peterson
- Gra terapeutyczno-edukacyjna "Góra uczuć" (wydawnictwo Heim), autor: Dagmara Teczek
- Gra planszowa "Emocje. Odkryj siebie i poznaj swoje emocje!" (wydawnictwo Kukuryku)
- Gra integracyjna "Łamacz lodów" (wydawnictwo Heim)

- [Film o telefonie zaufania https://www.youtube.com/watch?v=IW9jalaWI8](https://www.youtube.com/watch?v=IW9jalaWI8) (dostęp: 31.08.2022)
- <https://potrzebytopodstawa.pl/wp-content/uploads/2019/11/Mapa-potrzeb-do-pobrania.jpg> (dostęp: 31.08.2022)

HS (dla siebie):

- "A królik słuchał", Cori Doerrfeld
- "Jesteś prawdziwym przyjacielem, Pinku!", Urszula Młodnicka i Agnieszka Waligóra
- "Włącz emocje. Opowiadania socjoterapeutyczne", Anna Busz
- "O czym Ci dorośli nie mówią - emocje", Max Skorwider i Bogus Janiszewski
- Serial "Atypowy" (2017), reżyseria Robia Rashid (dostępny na Netflix)
- Film "Nasze magiczne Encanto" (2021), Jared Bush i Byron Howard
- Film "Odlot" (2009), reżyseria Pete Docter i Bob Peterson
- Gra planszowa "Empatio" (wydawnictwo Granna), autorzy: Benedetto Degli Innocenti i Martino Chiacchiera
- Gra integracyjna "Łamacz lodów" (wydawnictwo Heim)
- Gra planszowa "Emocje. Nazywam, rozumiem, wyrażam"(wydawnictwo Epideixis)
- [Film o telefonie zaufania https://www.youtube.com/watch?v=IW9jalaWI8](https://www.youtube.com/watch?v=IW9jalaWI8) (dostęp: 31.08.2022)
- <https://potrzebytopodstawa.pl/wp-content/uploads/2019/11/Mapa-potrzeb-do-pobrania.jpg> (dostęp: 31.08.2022)

Wędro (dla siebie):

- "Stanowczo, łagodnie, bez lęku", Maria Król-Fijewska
- "A królik słuchał", Cori Doerrfeld
- "Włącz emocje. Opowiadania socjoterapeutyczne", Anna Busz
- "O czym Ci dorośli nie mówią - emocje", Max Skorwider i Bogus Janiszewski
- "Jak mniej myśleć", Christel Petitcollin
- Serial "Atypowy" (2017), reżyseria Robia Rashid (dostępny na Netflix)
- Film "Nasze magiczne Encanto" (2021), reżyseria Jared Bush i Byron Howard
- Gra planszowa "Empatio" (wydawnictwo Granna), autorzy: Benedetto Degli Innocenti i Martino Chiacchiera
- Gra integracyjna "Łamacz lodów" (wydawnictwo Heim)
- Gra planszowa "Emocje. Nazywam, rozumiem, wyrażam"(wydawnictwo Epideixis)
- [Film o telefonie zaufania https://www.youtube.com/watch?v=IW9jalaWI8](https://www.youtube.com/watch?v=IW9jalaWI8) (dostęp: 31.08.2022)
- <https://potrzebytopodstawa.pl/wp-content/uploads/2019/11/Mapa-potrzeb-do-pobrania.jpg> (dostęp: 31.08.2022)
- "O empatii", wystąpienie Brene Brown dostępne na platformie YouTube ([Brené Brown on empathy - o empatii \(polskie napisy\)](#)) (dostęp 31.08.2022)

Instruktorzy (dla siebie i kadry):

- "SELF-REG", Stuart Shanker i Teresa Barker
- "Jak mniej myśleć", Christel Petitcollin
- "Porozumienie bez przemocy. O języku życia", Marshall B. Rosenberg
- "Zacznij od kropki. Twoje ćwiczenia z kreatywności", Peter H. Reynolds
- Film "7 uczuć" (2018), reżyseria Marek Koterski
- "O empatii", wystąpienie Brene Brown dostępne na platformie YouTube ([Brené Brown on empathy - o empatii \(polskie napisy\)](#)) (dostęp 31.08.2022)
- "Power of vulnerability (Siła kruchości)", wystąpienie Brene Brown dostępne na platformie TED (jest możliwość włączenia polskich napisów) ([Brené Brown: The power of vulnerability](#)) (dostęp 31.08.2022)
- Playlist "What are emotions? (Czym są emocje?)" dostępna na platformie TED (jest możliwość włączenia polskich napisów) (https://www.ted.com/playlists/613/what_are_emotions) (dostęp 31.08.2022)

Wybór literatury:

hm. Iga Mitosławska
Zespół Wsparcia Psychologicznego