

BUTLLETÍ BIBLIOGRÀFIC

EDUCACIÓ I GESTIÓ

EMOCIONAL

Gener 2025

Selecció de publicacions del 2018 al 2025

Complementa butlletí “Treballem les emocions” abril 2018



BIBLIOTECA
municipal de GANDESA

Els diferents llibres s'han classificat segons si són per adults, joves o infants. En tots els casos trobareu llibres de narrativa, assaig o biografies, o d'imaginació i coneixement en el cas dels llibres infantils. També s'han desglossat les diferents emocions pel que fa als llibres infantils:

Llibres per a adults	3
Llibres per a joves.....	16
Llibres per a infants	19
Alegria	49
Autoconfiança	50
Amor	51
Ansietat.....	54
Confiança.....	55
Empatia	55
Enveja.....	56
Felicitat	56
Frustració.....	58
Gelosia	59
Gratitud.....	60
Ira	60
Plor	63
Por	64
Timidesa	69
Vergonya	70



Aquest recull bibliogràfic està disponible sota una llicència Creative Commons Atribució-NoComercial 4.0 Internacional (CC BY-NC 4.0). Es permet la seva reutilització i distribució, sempre que se'n reconegui l'autoria, però no es pot utilitzar amb finalitats comercials ni modificar el contingut original.

Llibres per a adults



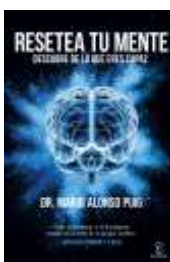
Aira, Toni. **La Política de les emocions: com els sentiments governen el món.** Barcelona: Arpa Editores, setembre 2020. 268 p. ISBN: 9788417623586

El llibre explora com les emocions com l'odi, l'optimisme i la indignació influeixen en els líders polítics i en la societat, reflectint la relació entre sentiments i política en un món que viu en constant campanya.



Alegre, Albert. **Cómo desarrollar la inteligencia emocional de los niños: estrategias para padres.** Madrid: Pirámide, 2018. 173 p. ISBN: 9788436839340

Guia per potenciar l'educació emocional infantil amb eines pràctiques per millorar la convivència familiar.



Alonso Puig, Mario. **Resetea tu mente: descubre de lo que eres capaz.** Barcelona: Espasa, 2021. 223 p. ISBN: 9788467062045

Descobrir com desbloquejar el potencial interior i transformar la percepció per millorar el benestar, la confiança i el creixement personal.



André, Christophe. **La timidez.** Barcelona: Arpa, julio de 2024 168 p. (Arpa ; 220). ISBN 9788419558961

Una exploració profunda sobre la timidesa, les seves causes i com gestionar-la per viure amb més confiança i plenitud.



André, Christophe. **La Vida interior: 40 momentos para conocerte mejor.** Barcelona: Paidós, 2019. 188 p. ISBN: 9788449335419

L'autor reflexiona sobre la importància de connectar amb la vida interior en un món dominat per les exigències externes i l'aparença.



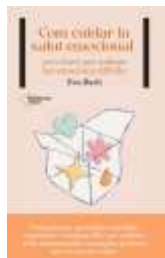
Arroyo Andreu, Susana. **Emocions: la cara oculta de les altes capacitats.** Barcelona: Horsori Editorial, juliol 2023 170 p. ISBN: 9788412616767

Els nens amb altes capacitats combinen intel·lecte, creativitat i sensibilitat, que poden bloquejar-se sense una gestió adequada.



Atlas, Galit. **Herencia emocional: curar el legado del trauma.** Barcelona: Paidós, novembre 2023. 233 p. ISBN: 9788449341588

Galit Atlas explora com el trauma generacional modela les nostres vides i impedeix assolir el nostre màxim potencial.



Bach, Eva. **Com cuidar la salut emocional: 100 eines per calmar les emocions difícils.** Barcelona: Plataforma Editorial, setembre 2022. 209 p. ISBN: 9788419271532

Un llibre que ofereix eines per sanar-nos i educar emocionalment amb cura als nostres fills, nets i alumnat.



Bach, Eva. **Disbarats emocionals: ja n'hi ha prou!** Barcelona: Plataforma Editorial, gener de 2025. 137 p. ISBN 9791387568030

Eva Bach desemmascara mites i errors sobre l'educació emocional i ens ofereix claus per entendre i gestionar millor les emocions.



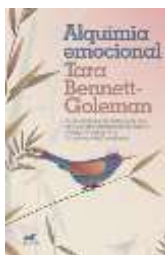
Ballesteros, Raquel. **Cambret, aquest cafè està fred! : primers auxilis per millorar l'assertivitat, la comunicació i les relacions personals.** Barcelona: Angle, 2018. 203 p. ISBN: 9788417214326

Un llibre amb vinyetes humorístiques per millorar l'assertivitat i les habilitats socials i emocionals en la vida quotidiana.



Ballesteros, Raquel. **La Teva emoció té raó: primers auxilis per entendre't amb les teves emocions.** Barcelona: Angle, 2019. 143 p. ISBN: 9788417214609

Un llibre per entendre, acceptar i gestionar les emocions des del cos i la ment per assolir equilibri i benestar.



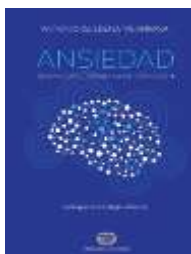
Bennett-Goleman, Tara. **Alquímia emocional.** Barcelona: Javier Vergara, 2019. 459 p. ISBN: 9788417664077

Una obra que ens ensenya a transformar el dolor emocional en moments de claredat mitjançant l'alquímia emocional i la pràctica del mindfulness.



Brossa, Agnès. **Compartir la vida educa**. Vic: Eumo Editorial, gener 2021. 127 p. ISBN: 9788497667104

Reflexions sobre els efectes positius de passar temps junts durant la pandèmia, destacant el vincle, la creativitat, la paciència i l'empatia, i com aquestes experiències poden enriquir l'educació emocional dels fills i filles.



Bulbena Vilarrasa. **Ansietat**. Barcelona: Tibidabo Edicions, març del 2024. 243 p. (Una Immersió ràpida ; volum 19). ISBN 9788410013032

Una aproximació científica i accessible a l'ansietat, explorant-ne les causes, manifestacions i opcions terapèutiques des d'un enfocament neuroconectiu.



Casado, Rubén. **Mente de mono, cerebro de vaca: estrategias para gestionar la ansiedad y alcanzar la paz mental**. Barcelona: Sine Qua Non, octubre de 2024. 270 p. ISBN 9788466679275

Una guia pràctica per gestionar l'ansietat i la rumiació, amb estratègies clares per recuperar el control i viure amb més serenitat.



Cases, Ferran. **El Cerebro de la gente feliz: supera la ansiedad con la ayuda de la neurociencia**. Barcelona : Grijalbo, octubre 2021. 335 p. ISBN: 9788425360831

Eines pràctiques basades en experiències i ciència per superar l'ansietat i comprendre com funciona el cervell per guanyar control sobre ella.



Castillo, Ascen. **El Dolor que se hereda, la felicidad que se contagia: guía para sanar tu pasado, disfrutar de tu presente y dejar un mundo más bonito**. Barcelona: Grijalbo, febrer 2024. 220 p. ISBN: 9788425365164

Recull teràpies de tercera generació per identificar i sanar l'ansietat, addiccions i traumes, promovent l'autocura i relacions saludables.



Cazorro Burgos, Beatriz. **Los Niños que fuimos, los padres que somos : cómo acercarnos a nuestra infancia para conectar mejor con nuestros hijos e hijas**. Barcelona: Planeta, setembre 2022 235 p. ISBN: 9788408261933

Explora com les experiències i traumes de la infància influeixen en la manera de ser pares, oferint eines com la compassió i el perdó per sanar i millorar la relació amb els nostres fills.



Cherniss, Cary. **Liderazgo emocional: nueve estrategias para liderar con intel·ligència.** Barcelona: Editorial Kairós, febrer 2023. 259 p. ISBN: 9788411211277

Aquest llibre descriu com 25 líders destacats van utilitzar la seva intel·ligència emocional per afrontar reptes i moments crítics, oferint estratègies per aplicar aquesta habilitat en situacions reals.



Conangla, M. Mercè. **Bondat en acció: l'ADN del cor.** Barcelona: Amat Editorial, març 2020. 197 p. ISBN: 9788418114182

Bondat en Acció proposa transformar la bondat en una pràctica quotidiana, passant de la teoria a l'acció per promoure el bé comú i crear un món més conscient i sensible, incloent-hi en la vida adulta per inspirar les futures generacions.



Conangla, M. Mercè. **Cambio climático emocional: 11 retos + 110 acciones de ecología emocional para superar los retos del siglo XXI.** Barcelona: Amat Editorial, febrer 2023. 289 p. ISBN: 9788419341433

Reflexió sobre la desconexió entre el progrés tecnològic i l'evolució emocional, i la necessitat d'educar les futures generacions per afrontar els reptes globals.



Conangla, M. Mercè. **Desobediencia emocional.** Barcelona: Amat Editorial, maig 2022. 170 p. ISBN: 9788497355407

El llibre proposa educar les generacions futures per qüestionar de manera crítica les ordres que violen la llibertat, la autonomia i el benestar personal.



Conangla, M. Mercè (Maria Mercè). **Postveritats emocionals: els contes que ens expliquem a nosaltres mateixos.** Barcelona: Amat, 2018. 208 p. ISBN: 9788417208417

El llibre explora com els mecanismes de defensa i les "post-veritats" influeixen els nostres diàlegs interiors i decisions, i com podem millorar la comunicació interna per créixer personalment.



Cook, Lauren. **No me da la vida : una guía para manejar la ansiedad, para millennials, centennials y más allá.** Barcelona: Zenith, octubre de 2024. 317 p. ISBN 9788408291824

La guia que explora els desafiaments únics que enfronten els mil·lennistes i la Generació Z en un món tensionat que genera ansietat i esgotament.



Domínguez Vázquez, Cristina. **L'Art d'emocionar en la infantesa: teatre i expressió en l'educació**. El Masnou: Neret edicions, abril 2022. 179 p. ISBN: 9788412500080

Explora la importància de l'emoció i l'art en l'educació, oferint experiències didàctiques que combinen joc, creativitat i educació emocional per posar la vida al centre de l'escola.



Esclapez, María. **Tú eres tu lugar seguro: haz las paces con tu pasado para reconectar contigo (y los que te rodean)**. Barcelona: Bruguera, febrer 2023. 293 p. ISBN: 9788402427793

Aquest llibre t'acompanya a sanar les ferides emocionals del passat per millorar les teves relacions i viure un present més saludable i en pau amb tu mateix.



Frigolé, Joana. **Posa llum a la teva vida: genera emocions i converses constructives**. Barcelona: Amat, 2018. 303 p. ISBN: 9788417208028

Un viatge de creixement personal per millorar les teves relacions i gaudir d'una vida més plena i satisfactòria amb els altres.



Gallart, Salvador. **L'Ansietat : la companya incòmoda, l'amiga necessària**. Lleida: Pagès, 2019. 168 p. ISBN: 9788413031019

Un llibre per entendre l'ansietat, aprendre a controlar-la i treure'n lliçons per minimitzar el seu malestar.



García, Tania. **Educar sense perdre els nervis**. Vic: Eumo Editorial, octubre 2020. 260 p. ISBN: 9788497667111

Pautes per educar infants i adolescents des del respecte i l'acompanyament emocional, evitant la imposició de normes rígides.



García, Tania. **Estima't molt**. Barcelona: Rosa dels Vents, febrer 2022. 397 p. ISBN: 9788418062421

Un llibre que ofereix eines i consells pràctics per ajudar els pares a fomentar l'autoestima i l'autocura en els seus fills.



Goleman, Daniel. **Óptimo: rendimiento, empatía e inteligencia emocional**. Barcelona: Kairós, febrer 2024. 324 p. ISBN: 9788411212328

Un llibre que ens mostra com utilitzar la intel·ligència emocional per aconseguir un rendiment òptim i una vida més satisfactòria cada dia.



Gómez, María. **La Buena compañía: cómo entenderte bien para relacionarte mejor**. Barcelona: Temas de Hoy, febrer 2024. 319 p. ISBN: 9788419812308

Explora la psicologia de les relacions humanes i com factors com els gestos quotidians, com una abraçada, poden influir en les nostres emocions i vincles socials.



González, Anabel. **Lo bueno de tener un mal día: cómo cuidar de nuestras emociones para estar mejor**. Barcelona: Editorial Planeta, febrer 2020. 287 p. ISBN: 9788408223306

Una guia per gestionar les emocions i aprendre a conviure amb els moments difícils, destacant la importància de reconèixer i gestionar les nostres emocions en lloc de suprimir-les.



González, Milena. **Crianza asertiva: com construir un aferrament segur i tenir cura de la salut mental infantil**. Barcelona: Editorial Sentir, maig 2023. 182 p. ISBN: 9788426736215

Parla de la importància de criar els fills amb amor i límits, combinant afecte i disciplina per garantir un desenvolupament emocional saludable.



Guerrero, Rafael. **Contes per al desenvolupament emocional des de la teoria del vincle afectiu**. Barcelona: Editorial Sentir, 2020. 164 p. ISBN: 9788426728302

Aquest llibre proposa una guia per al desenvolupament emocional saludable dels nens, combinant teoria clara i contes per ajudar-los a créixer de manera equilibrada i segura.



Guerrero, Rafael. **Educación emocional y apego: pautas prácticas para gestionar las emociones en casa y en el aula**. Barcelona: Libros Cúpula, 2018. 381 p. ISBN: 9788448024789

Com els pares poden vincular-se de manera segura i saludable amb els seus fills, amb estratègies pràctiques per ajudar-los a gestionar les emocions i desenvolupar una autoestima sana.



Hernández, Gaspar. **La Llibertat interior**. Barcelona: Columna, febrer 2020. 191 p. ISBN: 9788466426237

Explora com alliberar-se de les pors i del personatge que creiem ser per descobrir la nostra autèntica essència i aconseguir la llibertat veritable.



Hornos, Paloma. **Guía práctica para educar las emociones: incluye 40 actividades y juegos para aprender a reconocer y gestionar las emociones**. Córdoba: Toromítico, setembre 2021. 135 p. ISBN: 9788418648816

Aquest llibre ajuda als pares i educadors a ensenyar als nens i nenes a reconèixer i gestionar les emocions a través de jocs i activitats.



Izquierdo, Judit. **¿Quién dijo ansiedad?: todo lo que necesitas saber para hacerle frente**. Barcelona: Grijalbo, octubre de 2022. 285 p. ISBN 9788425362187

Una guia per entendre i gestionar l'ansietat, amb recursos pràctics per afrontar els símptomes, anticipar crisis i millorar el benestar emocional.



Joya, Angélica. **Educar sin desesperar: una guía práctica para educar desde la calma, el respeto mutuo y la conexión emocional**. Barcelona: Planeta, setembre 2023. 351 p. ISBN: 9788408276586

Consells pràctics per educar amb calma i respecte, evitant els crits i amenaces, i ajudant a gestionar les conductes difícils dels nens i adolescents



Laborda, Yvonne. **Dar voz al niño: ser los padres que nuestros hijos necesitan**. Barcelona: Grijalbo, 2019. 255 p. ISBN: 9788417338893

Enfocament de "les 4 arrels" per a una criança conscient: presència, validar emocions, anomenar la veritat i crear intimitat emocional, per de criar des de l'amor i l'autoconeixement.



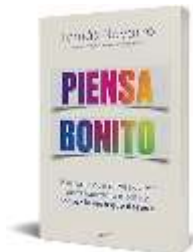
Lenoir, Frédéric. **Filosofía del deseo: manual para vivir con plenitud**. Barcelona: Ariel, enero de 2024. 202 p. ISBN 9788434437289

Una reflexió sobre el desig com a força vital, la seva educació a través de la filosofia i la seva relació amb la plenitud i l'alegria autèntica.



Mas Bassas, Clara. **Ho vull ara!: consells i eines per ajudar els nostres fills a tolerar la frustració.** Barcelona: Rosa dels Vents, juny 2022. 139 p. ISBN: 9788418062230

Eines per acompanyar la frustració dels infants, permetent-los expressar emocions com la ràbia i la tristesa, i fomentant un creixement saludable a través del suport emocional.



Navarro, Tomás. **Piensa bonito: ocho errores que debes evitar para liberar tu mente y lograr la vida que deseas.** Barcelona: Zenith, setembre 2021. 241 p. ISBN: 9788408244950

Programa complet per entrenar la ment, millorant les capacitats del cervell, la resiliència, la regeneració neuronal i la intel·ligència emocional mitjançant informació essencial i exercicis pràctics.



Navarro, Tomás. **Tus líneas rojas: aprende a poner límites, cuidarte y protegerte emocionalmente.** Barcelona: Zenith, febrer 2023. 217 p. ISBN: 9788408267232

Guia d'aprenentatge de com establir límits saludables, prioritzar les nostres necessitats i defensar-nos emocionalment a través de tècniques senzilles de psicologia.



Paredes Pi, Berta. **La vida a través de mis ojos: el trastorno de ansiedad.** Barcelona: Autografía, marzo de 2024. 90 p. ISBN 9788410184381

Un relat personal sobre el procés de superació de l'ansietat, explorant les seves causes, els desafiaments diaris i el camí cap a l'autogestió i el benestar emocional mitjançant la teràpia i el reconeixement de la pròpia història



Pascual i Martí, Elisenda. **Criar i jugar: educar des de l'amor i el respecte.** Barcelona: Ara Llibres, abril 2024. 163 p. ISBN: 9788411730686

Parla d'una educació basada en l'amor i el respecte, on el joc és una eina essencial per al desenvolupament emocional i social dels infants.



Pérez, Ana. **Teràpia per emportar: 100 eines psicològiques per portar millor el teu dia a dia.** Barcelona: Montena, gener del 2025. 221 p. ISBN 9788410298842

Un manual pràctic per entendre i gestionar les emocions, superar pors i millorar l'autoestima amb eines clau de psicologia. Un viatge d'autoconeixement per viure amb més seguretat i benestar.



Prada, Marta. **Educar en la felicidad: Montessori en el hogar: de la teoría a la práctica**. Madrid: Oberon, 2019. 241 p. ISBN: 9788441540835

Eines pràctiques per aplicar els principis del mètode Montessori a casa, promovent un ambient de respecte, confiança i amor per afavorir el desenvolupament de nens autònoms, curiosos i feliços.



Puig, Inma. **La Revolución emocional: ¡todos necesitamos lo mismo para sentirnos bien!** Barcelona: Conecta, 2019. 205 p. ISBN: 9788416883523

Com gestionar les emocions pròpies i entendre les dels altres en entorns personals i empresarials pot obrir portes a un món millor.



Punset, Elsa. **Forts, lliures i nòmades: propostes per viure en temps extraordinaris**. Barcelona: Columna, setembre 2020. 204 p. ISBN: 9788466426954

Elsa Punset proposa eines pràctiques per desprendre'ns del malestar, fomentar l'optimisme intel·ligent i transformar les nostres vides mitjançant hàbits quotidians saludables i creatius.



Recasens, Janet. **El Fantasma de la por: com ajudar els infants a superar les seves pors**. Barcelona: Abadia de Montserrat, 2019. 81 p. ISBN: 9788491910633

Ofereix eines pràctiques, jocs i contes per ajudar els infants a gestionar les seves pors, alhora que inclou exercicis per als adults per superar temors no racionals i acompanyar els nens en aquest procés.



Riera, Ramon. **L'Herència emocional: viatge als sentiments invisibles**. Barcelona: La Campana, 2019. 261 p. ISBN: 9788416863624

Explora com els llaços familiars i socials condicionen les nostres emocions des de la infància, revelant com heretem no només trets físics i idees, sinó també els nostres sentiments.



Rodó de Zárata, Maria. **Interseccionalitat: desigualtats, llocs i emocions**. Manresa (Bages): Tigre de Paper, març 2021. 239 p. ISBN: 9788416855964

Explora la interseccionalitat com a eina per entendre les desigualtats socials i proposa un anàlisi emocional, oferint eines concretes per abordar reptes polítics actuals i les exclusions dins els feminismes.



Rojas, Enrique. **Comprende tus emociones**. Barcelona: Espasa, desembre 2023. 226 p. ISBN: 9788467071238

Una guia pràctica per identificar, entendre i controlar les emocions, ensenyant-nos a gestionar els sentiments negatius i a equilibrar els positius per evitar que ens dominin.



Rojas Estapé, Marian. **Com fer que et passin coses bones: entén el teu cervell, gestiona les teves emocions, millora la teva vida**. Barcelona: Columna, 2019. 227 p. ISBN: 9788466425209

Explora com les nostres emocions i pensaments influencien la salut física i mental, oferint eines per gestionar els conflictes, combatre pors i crear una vida més plena i feliç.



Rojas Estapé, Marian. **Encuentra tu persona vitamina**. Barcelona: Espasa, 2021. 318 p. ISBN: 9788467062212

Un llibre que t'impulsa a trobar persones vitamina, aquelles que treuen el millor de tu, t'inspiren, donen suport i amb això milloren el teu sistema immune.



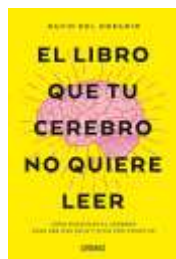
Rojas Estapé, Marian. **Recupera tu mente, reconquista tu vida**. Barcelona: Espasa, abril 2024. 382 p. ISBN: 9788467071320

Per reflexionar sobre quines conductes mostres quan et veus immers en emocions que no saps gestionar i quines eines necessites perquè et compreguis millor, recuperant així el control de la teva vida.



Romeu, Anna. **Soc sensible: aprendre a conviure amb l'alta sensibilitat**. Barcelona: Rosa dels vents, gener 2023. 205 p. ISBN: 9788418062940

Com identificar la alta sensibilitat i conèixer eines i tècniques per a les persones amb aquest tret de personalitat puguin autoregular-se i viure de manera més equilibrada.



Rosario, David del. **El libro que tu cerebro no quiere leer: cómo reeducar el cerebro para ser más feliz y vivir con plenitud**. Madrid: Urano, 2019. 214 p. ISBN: 9788416720620

Una obra que combina ciència, filosofia pràctica i anècdotes personals per explicar com podem reeducar el cervell per aconseguir felicitat i plenitud a través del coneixement de la ment i el cos.



Rovira, Àlex. **Amor: amb una faula de Francesc Miralles**. Barcelona: Columna, 2019. 219 p. ISBN: 9788466424707

Manual pràctic per enfortir les relacions personals, proposant accions concretes per millorar els vincles amb la parella, els fills, amics o companys de feina, amb l'objectiu de fomentar l'amor i l'energia positiva que ens uneix.



Ruiz, Ana Cristina. **Resiliencia en procesos de duelo: claves de intervención social tras la pérdida de un ser querido**. Barcelona: Editorial Gedisa, setembre 2021. 126 p. ISBN: 9788418525797

Explora la intervenció social en els processos de dol, enfocant-se en el suport psicològic per afrontar pèrdues traumàtiques, especialment en contextos com el suïcidi, les malalties llargues i el Covid-19.



Sánchez, Iván. **Sanar la ansiedad: técnicas de respiración consciente y desarrollo personal para transformar la ansiedad en la vida que deseas**. Bilbao: Desclée De Brouwer, [2024]. 189 p. (Serendipity; 240). ISBN 9788433032430

Una guia pràctica basada en la respiració conscient per comprendre i transformar l'ansietat en una oportunitat de creixement i benestar emocional



Santandreu, Rafael. **El Arte de no amargarse la vida: las claves del cambio psicológico y la transformación personal**. Barcelona: Grijalbo, 2018. 365 p. ISBN: 9788425355868

L'autor exposa en aquest llibre que molts trastorns emocionals com l'ansietat o la depressió són causats per una filosofia de vida equivocada, proposant com aconseguir una vida més forta i feliç.



Santandreu, Rafael. **Nada es tan terrible: la filosofía de los más fuertes y felices**. Barcelona: Grijalbo, 2018. 314 p. ISBN: 9788425355851

Manual d'autoteràpia basat en la psicologia cognitiva que ofereix eines per eliminar ansietat, millorar l'autoestima, desactivar persones difícils i gaudir més de la vida.



Serra i Llanas, Xusa. **I jo, també em moriré?: com podem ajudar els infants i els joves a conviure amb la pèrdua i la mort de qui estimen**. Barcelona: Columna, gener 2020. 382 p. ISBN: 9788466426022

Llibre essencial per ajudar als nostres infants i joves a afrontar la pèrdua d'un ésser estimat, oferint eines emocionals per gestionar la mort, les separacions o malalties greus



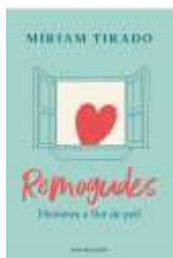
Thorogood, Zoe. **S'hi està molt sola al centre de la terra: aquest llibre és per a algú, d'alguna banda.** Barcelona: Norma Editorial, abril de 2024. 192 p. ISBN 9788467968033

Una novel·la gràfica íntima i metanarrativa on Zoe Thorogood explora la seva lluita amb l'ansietat, la depressió i la síndrome de la impostora mentre intenta refer la seva vida a través de l'art.



Tirado i Torras, Míriam. **Enrabiats: consells i eines per afrontar les enrabiades amb consciència, humor i amor.** Barcelona: Rosa dels Vents, Penguin Random House Grupo Editorial, gener 2021. 398 p. ISBN: 9788418033742

Com afrontar les enrabiades dels nostres fills amb consciència, humor i amor, veient-les com una oportunitat de creixement personal i educatiu



Tirado i Torras, Míriam. **Remogudes: històries a flor de pell.** Barcelona: Rosa dels Vents, març 2021. 331 p. ISBN: 9788418033780

Un recull d'històries que exploren les emocions que ens mouen, a través de personatges que s'adapten a les adversitats i troben força per seguir endavant en un temps de canvis constants.



Tirado i Torras, Míriam. **Sentir: un viatge per aprendre a acompanyar les teves emocions i les dels altres.** Barcelona: Rosa dels Vents, agost 2023. 262 p. ISBN: 9788419259103

Per ajuda a entendre i gestionar les nostres emocions per poder acompanyar també les dels altres, oferint eines pràctiques per viure-les de manera més conscient i assertiva.



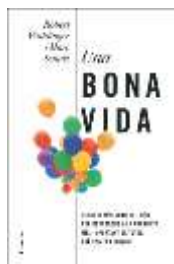
Triás de Bes, Fernando. **Yo soy así (y ya no me importa): cómo convivir con las manías propias, de jefes, pareja, cuñados, vecinos, suegra y otros seres queridos.** Barcelona: Zenith, 2019 324 p. ISBN: 9788408213819

Un llibre que, amb humor i psicologia, explora les nostres neurosis i manies quotidianes, oferint clau per millorar la convivència amb nosaltres mateixos i els altres



Vidal, Silvia. **Abraza tus miedos: entiende tu ansiedad.** Barcelona: Ediciones Martínez Roca, enero de 2025. 259 p. ISBN 9788427053304

Ofereix eines pràctiques per entendre i gestionar l'ansietat, explorant la seva relació amb el cervell i el sistema nerviós, i proposant exercicis per reduir el seu impacte.



Waldinger, Robert. **Una Bona vida: Lliçons de l'estudi científic més llarg del món sobre la felicitat.** Barcelona: Columna, març 2023. 369 p. ISBN: 9788466430005

Un estudi de 84 anys realitzat a Harvard revela que la clau per a una bona vida i felicitat es troba en les relacions interpersonals profundes i saludables més que en els èxits materials o professionals.



Watt Smith, Tiffany. **Atlas de las emociones humanas: 156 emociones que has sentido, que no sabes si has sentido o que nunca sentirás.** Barcelona: Blackie Books, febrer 2022. 351 p. ISBN: 9788418733505

Una enciclopèdia universal sobre els sentiments humans que explora com diverses cultures han definit les seves emocions, revelant la complexitat i sorpresa d'allò que creiem conèixer



Wolynn, Mark. **Este dolor no es mío: identifica y resuelve los traumas familiares heredados.** Madrid: Gaia Ediciones, 2019. 286 p. ISBN: 9788484456810

Un enfocament innovador per abordar problemes com la depressió, l'ansietat o les fòbies, mostrant com els traumes familiars heretats poden ser la causa no reconeguda de molts d'aquests trastorns.



Zegers de Beijl, Karina. **Niños con alta sensibilidad : cómo entenderlos y ayudarlos a transformar sus diferencias en Fortaleza.** Madrid: La Esfera de los Libros, novembre 2019. 304 p. ISBN: 9788491646860

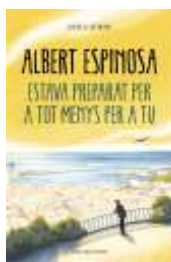
Ofereix eines per acompanyar els nens amb alta sensibilitat (PAS) a créixer de manera equilibrada, destacant la importància d'un ambient familiar positiu, afectuós i respectuós

Llibres per a joves



Coronel, Valentín. **M'entenc, però no sempre.** Alzira: Bromera, juny 2022. 153 p. ISBN: 9788413582948

Un llibre que ofereix una reflexió oberta i sense tabús sobre la salut mental, inclòs el suïcidi juvenil, abordant els sentiments humans amb respecte, empatia i una mirada irònica.



Espinosa, Albert. **Estava preparat per a tot menys per a tu.** Barcelona: Rosa dels vents, octubre 2021. 262 p. ISBN: 9788418033612

Una novel·la de reflexions d'Albert Espinosa que combina la seva experiència personal amb la saviesa compartida per altres persones.



Gonu, Paula. **De casi todo se aprende.** Barcelona: Martínez Roca, 2018. 254 p. ISBN: 9788427044159

L'influencer es sincera compartint les seves experiències i reflexions més personals, per enfocar la vida amb optimisme, destacant la importància de l'humor i l'autenticitat per ser feliç.



Locher, Daria. **Brillant com una estrella: un llibre sobre les persones, els cossos, el creixement i l'autoestima.** Barcelona: Bellaterra Kids 2023. 46 p. ISBN: 9788418723810

Una obra que explora la singularitat de cada persona i cos, acompanyant els lectors en una etapa plena de canvis, sensacions, descobriment de nous sentiments i preguntes.



Mas Estruch, Anna. **L'Amor, quin cas!** Vilanova i la Geltrú: El Cep i la Nansa Edicions, març 2022. 57 p. ISBN: 9788418522925

Sara, Alan i Lu investiguen el significat de l'amor i l'amor propi, descobrint com ens fa brillar amb una llum especial.



Néspolo, Matías. **Quin bon rotllo fer-se gran!** Barcelona: Vicens Vives, gener 2021. 165 p. ISBN: 9788468277455

Explica el procés de desenvolupament corporal i emocional en l'adolescència, ensenyant a cuidar-se, gestionar les emocions, prendre decisions i establir relacions sanes.



Pennypacker, Sara. **Aquí, en el mundo real**. Barcelona: Nube de tinta, marzo de 2023. 330 p. ISBN 9788418050435

Ware vol passar l'estiu en solitud, però els seus pares el envien a un campament on, gràcies a la seva timidesa i a la vergonya de relacionar-se amb altres, coneixerà a Jolene, amb qui construirà un refugi per escapar del món real.



Panizo, Marta. **Sortir del laberint: una guia jove per combatre l'ansietat**. Barcelona: Inuk, febrer 2024. 129 p. ISBN: 9788419968050

Per entendre i gestionar l'ansietat adolescent, ensenyant a desxifrar els missatges del cos i afrontar els reptes emocionals i vitals amb confiança i autoestima.



Pietruszczak, Barbara. **Pubertat positiva per a noies: cap a l'adolescència: guia dels canvis al cos, la primera regla i la positivitat corporal**. Barcelona: Edicions del Pirata, novembre de 2023. 194 p. ISBN 9788417207991

Guia dels canvis al cos, la primera regla i la positivitat corporal.



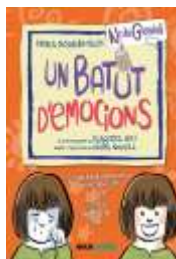
Pietruszczak, Barbara. **Pubertat positiva per a nois: cap a l'adolescència: guia de positivitat corporal i dels canvis al cos i en les emocions**. Barcelona: Edicions del Pirata, novembre 2023. 205 p. ISBN: 9788417207984

Una guia que connecta els canvis físics amb les emocions durant la pubertat, ajudant els nois a entendre els seus sentiments.



Poch, Arola. **El meu cos i les meves emocions**. Barcelona: Larousse, octubre 2022. 125 p. ISBN: 9788419250698

Un llibre que aborda amb un llenguatge proper els canvis emocionals i socials que es viuen durant la pubertat i l'adolescència, des de les relacions fins a les primeres experiències amoroses.



Rodríguez, Nora. **Un batut d'emocions**. Barcelona: Editorial Vicens Vives, S.A.S.L., octubre 2020. 141 p. ISBN: 9788468272931

Explora el procés de descobriment de la identitat personal, ajudant els lectors a reconèixer, entendre i gestionar les emocions, a prendre decisions i a relacionar-se de manera saludable amb els altres.



Romero, Cristina. **El Libro rojo de las niñas**. Tenerife: OB STARE, gener 2021. 46 p. ISBN: 9788493331467

Un llibre il·lustrat creat per acompanyar les nenes en el seu camí cap a la maduresa, ajudant-les a connectar amb la natura femenina, acceptant els canvis i promovent l'autoestima i l'amor propi.



Silverberg, Cory. **Sexo es una palabra divertida: [un libro sobre cuerpos, sobre sentimientos y sobre ti]**. Barcelona: Bellaterra, 2019. 165 p. ISBN: 9788472909236

Un llibre que facilita converses amb nens de 7 a 10 anys sobre temes com el cos, el gènere, la sexualitat, els límits, la seguretat i els sentiments.



Speller, Katherine. **Las Bestias del cerebro : guía de salud mental para adolescentes y jóvenes**. Barcelona: Alba Editorial, febrer 2024. 169 p. ISBN: 9788411780445

Una guia centrada en l'ansietat i la depressió juvenil, dirigida tant als joves que les pateixen com a les persones que els envolten, amb l'objectiu de desestigmatitzar els problemes de salut mental.

Llibres per a infants



Acosta, Alicia. **Mariona Petarrona**. Madrid: NubeOcho, febrer 2022. 33 p. ISBN: 9788418599774

La Mariona, malgrat ser ridiculitzada per fer-se molts pets, acaba convertint aquesta característica en una qualitat que li permet salvar els seus companys d'un gran perill durant una excursió.



Acosta, Alicia. **Vermell no està empipat, el blau no està trist**. Madrid: NubeOcho, maig 2023. 30 p. ISBN: 9788419253385

La guineu, amb un jersei blau, és confosa per les seves amistats, que relacionen el blau amb la tristesa, però, després de canviar-se a un jersei groc, l'emoció es resol, explorant la idea que els colors no han de definir les nostres emocions.



Aguilar, Luisa. **Orelles de papallona**. Barcelona: Kalandraka, 2018. 24 p. ISBN: 9788416804054

Destaca com els estereotips sobre l'aspecte físic poden convertir-se en motius de burla, però amb humor i imaginació, ens convida a transformar les nostres diferències en una font de riquesa, en lloc de causar-nos divisió.



Aguirre, Zuriñe. **Im-perfecte**. Barcelona: Animallibres, febrer 2023. 1 volum sense paginar. ISBN: 9788419659088

Gargot, un petit personatge que viu dins de la punta d'un llapis, se sent defectuós comparat amb altres formes perfectes, però descobreix que la seva imperfecció li ofereix l'oportunitat de ser únic i original.



Álava, Silvia. **Dani vol ser gran: conte per ajudar nens i nenes a promoure la seva autonomia i gaudir-ne**. Barcelona: Editorial Sentir, 2021. 36 p. ISBN: 9788426733184

Dani aprèn a ser més independent en aquest conte on es fomenta l'autonomia i l'autoestima en una etapa clau del seu desenvolupament.



Alcántara, Ricardo. **Els Regals de l'avi**. Barcelona: Baula, març 2024. 28 p. ISBN: 9788447951215

Una història sobre els moments compartits amb persones estimades que, amb el temps, es converteixen en records valuosos i perdurables,



Alcántara, Ricardo. **Un Nen molt estrany**. Barcelona: Editorial Juventud, S.A., octubre 2021. 28 p. ISBN: 9788426147509

En Pol, un nen sovint marginat per els seus companys, es manté tranquil gràcies al suport del seu pare, que li ensenya a respectar-se i a sentir-se segur.



Alcázar, Lúdia. **L'Embolic**. Barcelona : Bindi Books, setembre 2021. 22 p. ISBN: 9788418288197

Explora els pensaments complicats de l'Anna, que, després d'una nit sense dormir, intenta desfer l'embolic mental que li ocupa la ment, tot buscant una manera de trobar la calma.



Alemagna, Beatrice. **Les coses que se'n van**. Barcelona: Combel, 2019. 63 p. ISBN: 9788491015819

Un àlbum il·lustrat que ens parla amb molta sensibilitat dels canvis vitals i del pas del temps.



Alemagna, Beatrice. **Gisela de vidre**. Barcelona: Libros del Zorro Rojo, desembre 2019. 32 p. ISBN: 9788494990472

La Gisela és una nena transparent que, a mesura que creix, busca un lloc on els seus pensaments siguin acceptats, aprenent que la veritat també necessita ser valenta per ser compartida.



Alonso, Sandra. **No deixis mai de brillar**. Barcelona: El Cep i la Nansa, març 2020. 32 p. ISBN: 9788417756574

Durant unes colònies, la Nora es fa inseparable d'una cuca de llum anomenada Totopo, amb qui brilla com mai, però es pregunta si seguiran brillant juntes quan tot canviï.



Alonso, Sandra. **Número i emocions**. Barcelona: Edicions del Pirata, febrer 2019. 20 p. ISBN: 9788417207151

Aquest llibre ajudarà als més petits a aprendre els números i a la vegada que parlen dels seus sentiments i el seu estat d'ànim.



Alvisi, Dario. **Les Capses de la Berta**. Madrid: NubeOcho, setembre 2020. 38 p. ISBN: 9788418133206

Berta és una nena perfecta perquè, quan es posa nerviosa, obre una caixa especial per al seu enuig i hi crida. Però, realment es poden guardar les emocions dins de caixes?



Amatriain, Míriam. **L'Amagatall de les paraules**. Barcelona: Excellence Editorial, març 2024. 30 p. ISBN: 9788412695496

En Quim perd la veu perquè ha acumulat emocions que no ha expressat. Amb l'ajuda d'una fada, aprendrà a explicar què li passa i recuperar-se.



Andriamirado, Natacha. **Tranquil com en Camil**. Sant Joan Despí: Corimbo, abril 2023. 32 p. ISBN: 9788484706571

En Camil és un cocodril tranquil que busca agradar als seus amics mentre aprenem a comptar i relacionar-nos amb els altres, amb elements visuals i interactius per als més petits.



Aumedes, Irene. **Àvia, on aniràs quan et moris?** Barcelona: Edita.cat, setembre 2021 24 p. ISBN: 9788412369076

Un conte que, amb la metàfora d'un globus, ajuda a parlar amb els infants sobre la mort de manera clara, poètica i entenedora.



Ayné i López, Eva. **El meu avi Estrella**. Barcelona: Salvatella Editorial, maig 2022. 31 p. ISBN: 9788418427800

L'Arlet descobreix que el seu avi estrella, en Jordi, que va morir abans de néixer ella, ara és una estrella màgica que brilla d'una manera especial.



Ballaz Zabalza, Jesús. **Avui seré millor que ahir**. Barcelona: Estrella Polar, febrer 2021. 124 p. ISBN: 9788418443510

Un conjunt de 25 contes que mostren personatges amb qualitats com la valentia, la generositat i la perseverança, per ajudar els nens a desenvolupar-se i enfrontar-se a la vida amb èxit.



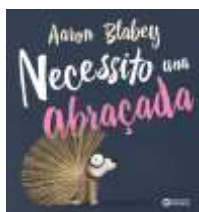
Bautista Torguet, Dídac. **La vida fantàstica: lliçons de vida d'un nen amb somnis**. Barcelona: Estrella Polar, gener 2020. 58 p. ISBN: 9788491379751

Un nen lluita contra el càncer, superant moments difícils, aprenent a valorar la vida, l'esperança i l'amor de les persones que l'estimen.



Benítez Bellón, Enrique. **Els Monstres de casa**. Barcelona: Thule, novembre 2022. 31. ISBN: 9788418702495

Amb l'ajuda de la seva mare, el protagonista aprèn a superar la por als monstres i a acceptar les seves crosses, convertint una dificultat en una font de diversió i superació.



Blabey, Aaron. **Necessito una abraçada**. Barcelona: Barcanova, 2018. 24 p. ISBN: 9788448946692

El petit eriçó vol una abraçada, però ningú vol abraçar-lo perquè punxa. Una història adorable sobre afecte i acceptació.



Blabey, Aaron. **Telma l'unicorn**. Barcelona: Barcanova, 2018. 27 p. ISBN: 9788448942755

La Telma somia ser especial i està disposada a fer qualsevol cosa per aconseguir-ho, però aviat descobreix que la veritable importància rau en estimar-se a un mateix tal com és.



Blanch, Ignasi. **Veïns**. Barcelona: Babulinka, 2018. 24 p. ISBN: 9788494584350

Dues realitats enfrontades, les de dos veïns, es fusionen quan un d'ells s'atreveix a entrar en l'espai de l'altre, desencadenant una explosió de color i espai.



Booth, Anne. **Un Refugi per a la tristesa**. Picassent: Andana Editorial, desembre 2021. 12 p. ISBN: 9788418762062

Un àlbum il·lustrat que explora la tristesa, oferint-li un refugi segur on pot ser ella mateixa, ajudant als nens i adults a entendre i gestionar els seus sentiments.

Jo, com l'avi!



Briebea, Susana. **Jo, com l'avi!** Vilanova i la Geltrú: El Cep i la Nansa, setembre 2020. 36 p. ISBN: 9788412216226

En Guillem, un nen perfeccionista que vol ser com el seu avi, es posa les sabates de l'avi mort i, com a resultat, perd part de la seva identitat, fins que els seus pares i l'àvia l'ajuden a trobar el seu lloc.

ABRAÇASAURE



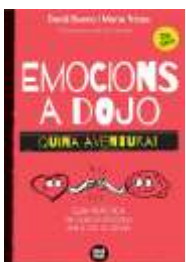
Bright, Rachel. **Abraçasaure.** Barcelona: Baula, març 2021. 32 p. ISBN: 9788447943296

L'Abraçasaure, un petit dinosaure que vol escampar l'alegria, fa nous amics però ha de resoldre els conflictes entre ells, intentant portar pau i mostrar el seu poder per canviar el món amb les abraçades.



Brown, Margaret Wise. **L'Ocell mort.** Sant Joan Despí: Corimbo, 2018. 24 p. ISBN: 9788484705734

Un grup de nens troba un ocell mort al parc i decideixen acomiadar-se'n amb una cerimònia senzilla i afectuosa, enterrant-lo i cantant-li una cançó, abordant el tema de la mort d'una manera natural i poètica.



Bueno i Torrens, David. **Emocions a dojo: quina aventura! : guia pràctica per viure les emocions amb el cor i el cervell.** Barcelona: Bindi Books, setembre 2022. 92 p. ISBN: 9788418288388

Una guia pràctica que explora la relació entre les emocions i el cervell, ajudant a entendre com viure les emocions de manera saludable, especialment durant l'adolescència.



Calero, Marta. **La Música de l'ànima.** Barcelona: Excellence Editorial, octubre 2021. 28 p. ISBN: 9788412390803

En Nico sent un so especial dins el pit de la seva mare, una música de l'ànima, i emprèn una aventura per descobrir la seva pròpia melodia interior amb l'ajuda del doctor.



Canals, Mireia. **Sort que et tinc a tu!: l'aferrament.** Barcelona: Salvatella, 2018. 32 p. ISBN: 9788417091620

Per reconèixer i saber expressar emocions i sentiments. Perfecte per al desenvolupament de nens entre tres i vuit anys.



Cantí, Núria. **La Muntanya russa emocional.** Vilanova i la Geltrú: El Cep i la Nansa, novembre 2022. 48 p. ISBN: 9788419476043

En Bru viu una muntanya russa emocional i experimenta emocions com la por, la ràbia i la calma, convidant els lectors a viure aquesta aventura per aprendre a gestionar les seves pròpies emocions.



Cervera, Montse. **Què li passa a l'Elna?** Barcelona: Mosaics llibres, desembre 2020. 32 p. ISBN: 9788494915024

Personatges que no són ni bruixes ni fades, sinó una mescla de tots dos, transmetent amb màgia i humor que la perfecció no existeix i que molts de nosaltres som una mica de tot.



Contes de la salut mental i el benestar emocional. Barcelona: Editorial Mediterrània: Solidaritat Sant Joan de Déu, juny 2022. 127 p. ISBN: 9788419028150

Parla temes com els trastorns mentals, la salut emocional i les malalties neurodegeneratives amb tendresa, desmitificant-los i promovent la importància de l'empatia i el suport.



Cot, Júlia. **Emocions de colors.** Barcelona: Montena, setembre 2022. 33 p. ISBN: 9788418949340

La Lluna Boo, una fantasmeta, vol jugar amb els seus amics, però com que és invisible per a ells, es veu oblidada fins que un dia, enfadada, es posa tota vermella. Des d'aquest moment, prova de canviar de color per veure si així l'hi fan cas.



Couturier, Stéphanie. **El llibre de les meves emocions: un llibre interactiu ple de sorpreses!** Barcelona: Estrella Polar, 2018. 32 p. ISBN: 9788491375272

La Mariona viu una setmana plena d'emocions com la ràbia, la tristesa, la por i l'alegria, i amb l'ajuda d'aquest llibre interactiu, aprèn a gestionar-les.



Dantagnan, Maryorie. **El Talismà de la Luna: conte per abordar el trauma, el dol i la resiliència en la infància.** Barcelona: Editorial Sentir, 2019. 40 p. ISBN: 9788426726964

Un conte que aborda el trauma, el dol i la resiliència infantil, en què la Luna, després de viure una experiència terrible, busca ajuda per afrontar els seus sentiments i trobar maneres de sentir-se millor.



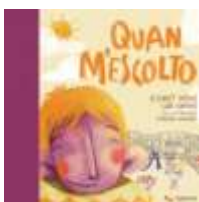
Deneux, Xavier. **Les emocions**. Barcelona: Combel, febrer 2020
16 p. ISBN: 9788491015871

Un llibre sobre els sentiments amb les il·lustracions poètiques de Xavier Deneux.



Díaz Reguera, Raquel. **Què li passa a l'Uma?** Barcelona: NubeOcho, març 2022. 34 p. ISBN: 9788419253019

Tracta sobre una nena que amaga el seu dolor per assetjament escolar, mentre la seva mare pensa que només està creixent.



Dionís, Elisabet. **Quan m'escolto**. Barberà del Vallès: Magranes cooperativa, octubre 2024. 32 p.

La història del Gael, el Marc i la Nur reflexiona sobre com revisar les relacions d'amistat quan aquestes ens generen més tristesa que alegria.



Dionís, Elisabet. **Una Nebulosa al meu pit**. Barberà del Vallès: Magranes cooperativa, octubre 2024. 33 p.

Un malentès, encara que sense mala intenció, pot generar angoixa i confusió. Un conte que ens ensenya la importància del bon tracte i la comunicació.



Dionís, Elisabet. **El Vol de la Selva**. Barberà del Vallès: Magranes cooperativa, octubre 2024. 31 p.

Un conte sobre el ghosting, on algú desapareix sobtadament de la vida d'una altra persona, mostrant com aquest acte pot generar malestar i sensacions desagradables.



Dufresne, Rhéa. **Emocionar-me, afecta una mica, molt, moltíssim....** Sant Feliu de Guíxols: Tramuntana, 2019. 28 p. ISBN: 9788417303372

Explora 12 emocions com l'orgull, la tristesa, la por i la felicitat, mostrant-les a través d'impactants il·lustracions per ajudar els lectors a identificar i comprendre els sentiments que experimentem cada dia.



Duvouldy, Marine. **Guia Montessori de les emocions**. Barcelona: Larousse, 2019. 80 p. ISBN: 9788417720506

Un llibre que acompanya els infants a través d'un viatge galàctic per reconèixer, entendre i canalitzar emocions com l'enuig, la por, l'alegria i l'amor.



Feliu, Juan. **N'Esteisi i la nina estrangera: N'Esteisi aprèn a controlar les emocions**. Barcelona: Takatuka, maig 2021. 48 p. ISBN: 9788418821004

Parla sobre obre la diversitat cultural i l'aprenentatge per controlar les emocions.



Fernández, Noemí. **El Cel de la Nunu: entre núvols i emocions**. Barcelona: Salvatella Editorial, febrer 2024. 26 p. ISBN: 9788419565617

La Nunu és un núvol que experimenta diferents emocions com l'amor, la ràbia o la tristesa, i el conte ajuda a identificar i comprendre les emocions per fomentar l'educació emocional des de petites edats.



Ferrer Claveria, Anna. **L'Arbre diferent: l'autoestima**. Barcelona: Salvatella, 2018. 24 p. ISBN: 9788417091453

Un arbre, nascut diferent entre els pins, aprèn a estimar-se i respectar-se malgrat les dificultats d'acceptació, oferint reflexions i activitats de mindfulness per a nens i pares.



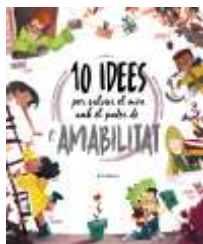
Ferrer Claveria, Anna. **El Peix que no plorava mai: l'alegria, la tristesa, la ràbia i la por**. Barcelona: Salvatella, 2018. 23 p. ISBN: 9788417091460

En Mot és un peix valent que mai plora, però quan els altres peixos del riu dubten de la seva capacitat per resoldre un problema, ell els sorprendrà salvant-los.



Ferrer Claveria, Anna. **El Nen que no podia viure lluny del mar: la resiliència**. Barcelona: Salvatella, març 2019. 24 p. ISBN: 9788417841256

En Dax és un nen que viu feliç al costat del mar, però quan el seu pare perd la feina, la família ha de traslladar-se, afrontant la situació amb resiliència.



Fornasari, Eleonora. **10 idees per salvar el món amb el poder de l'amabilitat**. Barcelona: Animallibres, gener 2022. 39 p. ISBN: 9788418592508

10 accions senzilles i poderoses per canviar el món amb un somriure. Les coses més grans s'aconsegueixen sovint amb els gestos més petits.



García de Oro, Gabriel. **101 contes emocionants**. Barcelona: Barcanova Editorial, març 2021. 215 p. ISBN: 9788448952884

Col·lecció de contes curts, divertits i fantàstics que ajuden els nens a identificar i parlar de les seves emocions mitjançant aventures plenes de fantasia.



Garcia, Meritxell. **A les teves sabates: un conte sobre la màgia de connectar amb els altres**. Barcelona: La Galera, octubre 2021. 38 p. ISBN: 9788424670702

Conte sobre la màgia de l'empatia, en què els mitjans màgics de la Mimí li permeten posar-se a la pell dels altres, descobrint els sentiments dels seus éssers estimats.



Gómez Domínguez, David. **El Leo no és cap extraterrestre**. Almeria: Libre Albedrío, març 2020. 32 p. ISBN: 9788412074673

Un nen amb TEA que lluita per expressar les seves emocions amb paraules, però troba una manera poètica i sensible de comunicar-se, ajudant els altres a entendre'l millor.



Gómez Marín, Irene. **Els Gats no mengen ratolins**. Barcelona: Excellence Editorial, novembre 2019. 28 p. ISBN: 9788412010619

És difícil trobar el nostre lloc quan ens sentim fora de lloc i trencar els patrons pot ser complicat però és necessari per no perdre temps en una vida que no ens fa feliços.



Gonzalo Marrodán, José Luis. **Quan el meu cor tremola: conte per explicar la separació dels pares i d'éssers estimats**. Barcelona: Editorial Sentir, 2018. 40 p. ISBN: 9788426726728

Un conte que aborda la confusió i el dolor d'un nen davant la separació dels seus pares, ajudant a entendre i gestionar les emocions associades al dol i la pèrdua.



Guerrero, Rafael. **Els 4 cervells de l'Arantxa: conte per conèixer el cervell i desenvolupar l'autoregulació emocional.** Barcelona: Editorial Sentir, 2021. 36 p. ISBN: 9788426731807

Ens ensenya com el cervell es divideix en quatre parts que tenen funcions específiques i complementàries, i com els adults poden ajudar-los a aconseguir calma i equilibri.



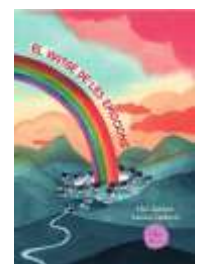
Guerrero, Rafael. **La Mirada del Jordi : conte per entendre els nens amb dèficit d'atenció, hiperactivitat i/o impulsivitat.** Barcelona: Editorial Sentir, 2020. 36 p. ISBN: 9788426727954

La història d'en Nico, un nen amb TDAH, i com aquest busca solucions per gestionar la seva hiperactivitat amb l'ajuda dels altres.



Guerrero, Rafael. **La Tristesa de l'Arantxa: conte per comprendre i acompanyar la tristesa en els més petits.** Barcelona: Editorial Sentir, abril 2024. 38 p. ISBN: 9788426736666

Aquest conte explica com funciona el cervell dels infants quan estan tristos i les diferents maneres que tenim els adults d'encarar la tristesa i les seves conseqüències en ells.



Guzmán, Lluís. **El Viatge de les emocions.** Barcelona: Excellence Editorial, abril 2024. 106 p. ISBN: 9788412826302

Narra les aventures d'un grup d'amics que, a través d'un viatge màgic, aprenen a reconèixer i gestionar diverses emocions com la felicitat, la ràbia, la por, la tristesa i la valentia.



Ibarrola, Begoña. **Contes per a famílies felices.** Barcelona: Edicions 62, S.A.: Estrella Polar, maig 2021. 168 p. ISBN: 9788418444234

Un recopilatori de contes per gestionar les emocions a casa i assolir la felicitat en qualsevol tipus de família.



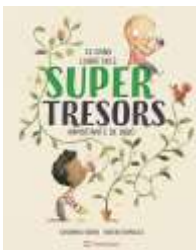
Ibarrola, Begoña. **Contes per a una nova realitat: gestionar les emocions, vèncer les pors i recuperar rutines.** Barcelona: Estrella Polar, setembre 2020. 46 p. ISBN: 9788418135484

Recopilatori de contes per ajudar els nens i nenes a gestionar les emocions, com afrontar les pors, recuperar rutines i adaptar-se als canvis en la vida quotidiana.



Ibarrola, Begoña. **Més contes per educar infants feliços**. Barcelona: Cruïlla, 2019. 171 p. ISBN: 9788466146760

Contes amb pistes per dur a terme la tasca gratificant d'educar infants feliços.



Isern, Susanna. **El Gran llibre dels super tresors importants de debò**. Barcelona: Flamboyant, setembre 2020. 40 p. ISBN: 9788417749705

Ens convida a descobrir i valorar els veritables tresors de la vida, com els vincles, els records i els somnis, que ens fan feliços més enllà de les coses materials.



Isern, Susanna. **L'Armadura de l'Hugo**. Barcelona: Beascoa, febrer 2022. 42 p. ISBN: 9788448859565

Emotiva història sobre un nen sensible que aprèn a transformar la seva vulnerabilitat en força i a abraçar el seu do especial.



Isern, Susanna. **L'Esquiroleta no sap dir no**. Madrid: NubeOcho, octubre 2022. 32 p. ISBN: 9788419253217

Un conte sobre l'aprenentatge de posar límits i dir "no" per cuidar-se i respectar-se a un mateix.



Isern, Susanna. **El meu primer emocionòmetre**. Madrid: NubeOcho, agost 2021. 18 p. ISBN: 9788418599163

Eina adaptada per als més petits per aprendre a identificar, mesurar i expressar les emocions de manera senzilla i divertida amb l'ajuda de l'inspector Dril.



Isern, Susanna. **M'estimo**. Barcelona: Flamboyant, juny 2020. 44 p. ISBN: 9788417749743

Contes, reflexions i activitats per reforçar l'autoestima i aprendre a estimar-se tal com som.



Isern, Susanna. **Una cançió para cada emoció**. Madrid: Nube Ocho, 2019. 60 p. ISBN: 9788417673239

Recull de cançons per ajudar els petits a comprendre i gestionar emocions com l'alegria, la tristesa o la por, guiats per l'inspector Dril i el seu emocionòmetre.



Ivanke; Clerici, Mey. **Cara de què?**. Buenos Aires: Catapulta editores, 2019. 20 p. ISBN: 9789876378017

Un llibre que ajuda els més petits a reconèixer i expressar emocions, fomentant l'empatia i la comunicació des de ben aviat.



Falzar. **El Barrufet que ho trobava tot injust**. Barcelona: Editorial Base, maig 2023. 29 p. ISBN: 9788419007681

Un Barrufet insatisfet aprèn el valor de respectar els altres i treballar en equip després de quedar-se sol al poble en una divertida lliçó comunitària.



Jiménez, Ada. **Pètals de dia : cançons de joc i moixaina per despertar emocions. Pètals de nit: cançons de bressol per aclucar els ulls i obrir el cor**. Barcelona: Excellence Editorial, setembre 2023. 57 p. ISBN: 9788412695458

Cançons, poemes i activitats per acompanyar els infants en el seu dia a dia, des de la felicitat del matí fins a la calma de la nit.



Jiménez Saporta, Vicky. **Soc meua**. La Pobla Llarga: Edicions 96, setembre 2022. 24 p. ISBN: 9788419149169

Àlbum il·lustrat que naix de la necessitat de transmetre a la infància que les persones que els estimen i els tenen cura, cal que ho facin sempre des del respecte i amb bons tractes.



Johnston, Tony. **Una Petita però gran cosa**. Sant Joan Despí: Corimbo, 2018. 38 p. ISBN: 9788484705710

La Lizzie supera la seva por als gossos gràcies a la paciència del seu amic i la protecció de la seva mare, aprenent a fer petites coses amb gran significat.



Jutte, Jan. **Tigre**. Blanes: EntreDos, febrer 2023. 54 p. ISBN: 9788418900433

Una història d'amistat i solidaritat en què Josefina ajuda el seu amic Tigre a superar la tristesa i recuperar la seva felicitat.



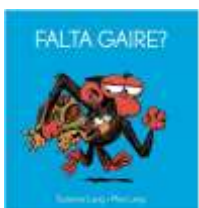
Juvé, Jorgina. **Ara som gegants: una cançó contada de Joan Dausà**. Barcelona: Nanit, 2019. 27 p. ISBN: 9788494977428

Conte infantil basat en la cançó de Joan Dausà que ens ensenya que afrontar les emocions amb valentia és el veritable coratge.



Kima Contes. **Ara bufa!**. Barcelona: Excellence editorial, febrer 2023. 1 volum (no paginat) ISBN: 9788412528862

Victòria aprèn a gestionar les seves emocions mitjançant una tècnica senzilla de respiració per calmar-se i sentir-se millor.



Lang, Suzanne. **Falta gaire?** Barcelona: Símbol editors, juliol 2022. 24 p. ISBN: 9788418696121

Divertida història on una tortuga impacient no para de preguntar "Falta gaire?" mentre viatja amb en Jim Panzé a través de la jungla per arribar a la planta de la pinya.



Lang, Suzanne. **La Primavera la sang altera**. Sant Cugat del Vallès: Símbol Editors, març 2024. 28 p. ISBN: 9788418696350

Explora les emocions i transformacions que arriben amb la primavera, amb una mirada profunda i poètica sobre els canvis interns.



Lang, Suzanne. **No estic de mal humor**. Sant Cugat del Vallès: Símbol, 2019. 40 p. ISBN: 9788415315599

Un conte que explora les emocions d'un nen que, malgrat les aparences, vol expressar que no està enfadat, tot mostrant la complexitat de les seves sensacions.



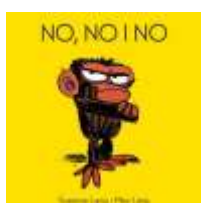
Lang, Suzanne. **No m'agrada el Nadal**. Barcelona: Símbol editors, octubre 2021. 30 p. ISBN: 9788418696015

En Jim Panzé no vol celebrar Nadal fins arriba el seu amic Norman i l'ajuda a veure les coses d'una altra manera.



Lang, Suzanne. **No m'agraden els petons**. Barcelona: Símbol Editors, febrer 2023. 36 p. ISBN: 9788418696206

En Jim Panzé descobreix que l'amor ve en moltes formes, des de l'amor romàntic fins a l'amor per la família i els amics, aprenent a valorar cada una d'elles.



Lang, Suzanne. **No, no i no!** Barcelona: Símbol editors, maig 2022. 24 p. ISBN:9788418696084

Un conte que explora les reaccions d'un petit personatge davant de diverses situacions en què res no sembla ser del seu gust



Lang, Suzanne. **No sé què em passa**. Barcelona: Símbol editors, maig 2021. 24 p. ISBN: 9788415315971

Explica com en Jim Panzé, confós i enfadat, descobreix que el que necessita per ser feliç és l'amistat.



Leach, María. **Què bigotis em passa?** Barcelona: Estrella Polar, 2019. 26 p. ISBN: 9788491377702

Conte il·lustrat que explora les emocions com l'alegria, la tristesa, la por o la ràbia, ensenyant als més petits a identificar-les i gestionar-les de manera positiva, amb un enfocament tendre i divertit.



Leach, María. **Sempre amb tu**. Barcelona: Baobab, febrer 2022. 40 p. ISBN: 9788413891842

Parla de la pèrdua i l'esperança, el dolor de l'adéu definitiu, ajudant a posar paraules al dol i a entendre que l'amor d'algunes persones perdura per sempre.



Lévy, Didier. **Els Sentiments d'en Fèlix**. Barcelona: Cruïlla, 2018. 45 p. ISBN: 9788466143325

En Fèlix i el seu conillet ajudaran als menuts a reconèixer els seus sentiments: afecte, vergonya, por, alegria, tristesa, gelosia...



Llenas, Anna. **Diari de les emocions**. Barcelona: Fanbooks, 2018. 211 p. ISBN: 9788416716494

Exercicis pràctics per ajudar a identificar, canalitzar i expressar les emocions a través de la creativitat, promovent un major benestar emocional.



Llenas, Anna. **El Monstre de colors: Doctor d'emocions**. Barcelona: Flamboyant, setembre 2023. 44 p. ISBN: 9788419401595

El Monstre de Colors és ara doctor i ens ensenya a regular les nostres emocions mitjançant un maletí ple d'eines per sentir-nos millor i gestionar les emocions grans que ens costen de digerir.



Llenas, Anna. **El Monstre de colors va a l'escola**. Barcelona: Flamboyant, 2018. 34 p. ISBN: 9788494883231

El Monstre de Colors afronta el seu primer dia d'escola, on descobreix les rutines, els espais, els companys i moltes noves aventures, tot mentre supera els seus nervis inicials."



Llenas, Anna. **La Joia interior**. Barcelona: Lumen, novembre 2021. 60 p. ISBN: 9788448859282

Àlbum il·lustrat que explora com tots naixem amb una joia interna, la nostra essència veritable, però sovint ens allunyem d'aquesta connexió a mesura que creixem.



Lyona. **Motxilles**. Barcelona: Baobab, març 2021. 40 p. ISBN: 9788418443770

La Lis, afectada pel bullying, veu com la seva motxilla es va omplint de sentiments pesats com la tristesa i la por, fins que troba una manera de buidar aquest pes.



Machado, Germán. **La Gàbia**. Picassent: Andana Editorial, març, 2020. 32 p. ISBN: 9788417497682

En Nil vol tenir un hámster per omplir una gàbia, però la seva recerca de llibertat acaba amb una reflexió profunda sobre les emocions, els desitjos i la responsabilitat envers els animals.



Marcaro, Deborah. **Fora del pot de vidre**. Barcelona: Astronave, gener 2023. 32 p. ISBN: 9788467959901

El protagonista intenta amagar les seves emocions tancant-les en pots, però quan ja no sent res, les emocions decideixen escapar.



Martínez, Vanesa. **A vegades em sento petita**. Barcelona: Animallibres, setembre 2021. 24 p. ISBN: 9788418592249

A través de la mirada d'una nena, el conte destaca com els gestos més petits poden tenir un gran impacte i com cada persona pot marcar la diferència en el món.



Mateo Valero, Aroa. **El Mando de las emociones**. Sevilla : Babidi-Bú, 2018. 37 p. ISBN: 9788417097493

Valentina descobreix un aparell que li permet controlar i gestionar les seves emocions.



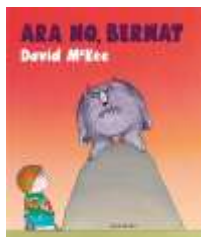
Mas, Anna. **Ni mochilles ni armadures**. Vilanova i la Geltrú: El Cep i la Nansa, juliol 2023. 61 p. ISBN: 9788419747075

Un relat sobre l'assetjament escolar que explora les emocions, les càrregues interiors i com superar-les per resoldre els conflictes que sorgeixen a l'escola.



McBratney, Sam. **Endevina com t'estimo**. Madrid Kókinos, 2022, 40 p. ISBN: 9788417074739

Explora com l'amor és difícil de mesurar, mostrant la seva grandesa a través d'una història emocional.



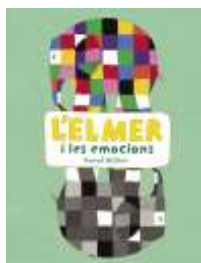
McKee, David. **Ara no, Bernat**. Barcelona: Kalandraka, 2019. 32 p. ISBN: 9788416804641

Per tractar comunicació i la por. Un conteo on un nen afronta la por que li genera un monstre i reflexiona sobre les relacions i malentesos familiars.



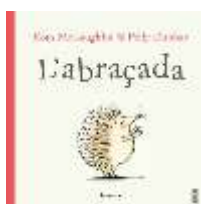
McLaughlin, Eoin. **Com més llarga és l'espera, més forta és l'abraçada**. Barcelona: Animallibres, gener 2022. 30 p. ISBN: 9788418592522

L'Eriçó està impacient per tornar a veure la seva amiga la Tortuga després d'un hivern llarg i solitari.



McKee, David. **L'Elmer i les emocions**. Barcelona: Beascoa, 2019. 68 p. ISBN: 9788448852801

Amb l'Elmer i els seus amics de la selva, els més petits aprenen a identificar, reconèixer i expressar les seves emocions mentre exploren la creativitat i la imaginació.



McLaughlin, Eoin. **L'Abraçada**. Barcelona: Animallibres, 2019. 26 p. ISBN: 9788417599263

L'Eriçó vol una abraçada, però les seves punxes fan que ningú vulgui apropar-se per por de punxar-se; amb l'ajuda d'Òliba, intentarà trobar una solució.



McLaughlin, Eoin. **El Rugit**. Barcelona: Animallibres, febrer 2023. 36 p. ISBN: 9788418592997

La Tortuga està enfadada perquè ha caigut al terra, però gràcies a la paciència del seu amic Eriçó, aconseguirà superar el seu mal humor i tornar a riure.



Menéndez-Ponte, María. **El Gran llibre de les emocions**. Barcelona: Duomo, febrer 2020. 197 p. ISBN: 9788417761905

Un conjunt de 30 contes que ajuden els més petits a reconèixer i gestionar les seves emocions, facilitant el seu desenvolupament emocional mitjançant aventures divertides i didàctiques.



Micó Piquer, Mariate. **Busquem la solució**. La Pobla Llarga València: Edicions 96, setembre 2021. 36 p. ISBN: 9788417213879

Perfecte per treballar la resolució de conflictes i la gestió d'emocions, tant a casa com a l'escola.



Moniz, Madalena. **Avui em sento... de l'A a la Z**. Berga: El Dimoni Pelut Edicions, 2022. 64 p. ISBN: 9788412264685

Un abecedari poètic de les emocions, amb imatges profundament expressives que utilitzen metàfores visuals per representar estats d'ànim, oferint una obra d'art valenta i emotiva.



Morató García, Anna. **Crec en tu: 6 contes curts per ajudar-nos a prendre bones decisions**. Barcelona: Beascoa, novembre 2020. 121 p. ISBN: 9788448854089

Col·lecció de sis contes que aborden temes com la perseverança, l'autoestima, i la gestió de les emocions per ajudar els nens a prendre bones decisions i creure en ells mateixos.



Morató García, Anna. **Què faig amb les meves emocions?** Barcelona: Beascoa, setembre 2023. 56 p. ISBN: 9788448866662

Ens mostra l'aprenentatge de la gestió emocional, com comprendre i practicar les emocions amb paciència, sense fórmules màgiques ni solucions ràpides.



Nogués Otero, Alex. **Aquest llibre no és per a tu**. Barcelona: Takatuka, 2019. 32 p. ISBN: 9788417383367

Una nena descobreix obrir un llibre màgic que està ple d'aventures perilloses. Lluitarà amb extraterrestres, pirates i altres monstres, tot mentre afronta la por i gaudeix de situacions sorprenents i divertides.



Núñez Pereira, Cristina; Valcárcel, Rafael R. **Paraules màgiques per a moments difícils**. Astúries: Palabras Aladas, 2021. 84 p. ISBN: 8412376404

Aquest llibre proposa diferents solucions per afrontar situacions difícils de la vida, com canvis inesperats o pèrdues, ensenyant a resoldre problemes i a trobar felicitat superant adversitats.



Ordóñez, Lola. **L'Abric de la Jana**. Madrid: Emonautes, 2018. 42 p. ISBN: 9788494771484

Parla sobre l'autoestima a través de la Jana, una nena insegura de qui és, que descobreix el valor de les seves pròpies qualitats en lloc de fixar-se només en les dels altres.



Oziewicz, Tina. **Què fan els sentiments?** La Seu d'Urgell: Meraki, març 2023. 76 p. ISBN: 9788412526677

Per explora de manera divertida i reflexiva què passa quan les emocions tenen un temps per elles mateixes.



Pabst, Inka. **Elfi, la cocodrila trista**. Sant Feliu de Guíxols Girona: Tramuntana Editorial, novembre 2021. 28 p. ISBN: 9788418520181

L'Elfi vol tenir un amic, però la es una cocodrila i seva aparença amenaçadora fa que tots li tinguin por.



Palomeras, Anna. **Lluna**. Corçà: La Gamberra, abril 2022. 42 p. ISBN: 9788412477429

La Lluna col·lecciona aniversaris i desitjos mentre creix envoltada de moments, emocions i pensaments, invitant-nos a ser nosaltres mateixos en aquest viatge de descobriment personal.



Parrot, Marc. **Què m'està passant?** Barcelona: Flamboyant, 2019. 32 p. ISBN: 9788417749002

Mitjançant cançons i il·lustracions explorem emocions bàsiques com la ràbia, la vergonya o la por, ajudant a reconèixer-les i expressar-les a través de situacions quotidianes.



Pavón, Mar. **La Petite intolerància**. Sant Feliu de Guíxols: Tramuntana, 2018. 32 p. ISBN: 9788417303150

La Petite Intolerància és un ésser petit però poderós que fomenta l'odi i el rebuig cap als altres, tot i que l'esperança arriba quan el Gran Respecte es presenta per contrarestar-la.



Peix, Susana. **El Nan i les abraçades perdudes**. Barcelona: Barcanova, 2019. 40 p. ISBN: 9788448947613

El Víctor adora les abraçades, però un dia s'adona que no pot fer-les perquè han desaparegut. Amb l'ajuda de la seva amiga Carla, busquen on han anat a parar en aquesta història plena de màgia i misteri.



Peix, Susana. **Tot sol**. Vigo: Edicions do Cumio, 2022. 38 p. ISBN: 9788482895819

El petit eriçó es pregunta si estar sol és el mateix que sentir-se sol i, durant el seu viatge pel bosc, descobreix diferents emocions que el fan reflexionar sobre aquesta sensació.



Penfold, Alexandra; Kaufman, Suzanne. **Em sento....** Barcelona: Alba Editorial, febrer 2022. 40 p. ISBN: 9788490658574

Un àlbum il·lustrat que ajuda els nens a identificar i entendre les seves emocions, fomentant l'empatia, la inclusió i la cooperació, destacant que mai estem sols, fins i tot en moments difícils.



Pot Petit (Grup musical). **El Lleó vergonyós i els seus amics**. Barcelona: Penguin Random House Grupo Editorial, S.A.U., novembre 2022. 20 p. ISBN: 9788418817687

Un àlbum amb les històries i cançons d'El Pot Petit, on els petits poden gaudir de temes sobre emocions, amistat i solidaritat a través de personatges entranyables.



Potter, Molly. **Què succeeix dins el meu cap?: per conversar amb els petits sobre la salut mental positiva**. Rubí: Picarona, gener 2020. 31 p. ISBN: 9788491453000

Perfecte per ensenyar als nens com cuidar la seva salut mental mitjançant pràctiques com el mindfulness, la intel·ligència emocional i la creació d'una imatge positiva d'un mateix.



El Primer llibre de les emocions. Milan: White Star Kids; Barcelona: Vicens Vives, 2018. 21p. ISBN: 9788468223957

Aprendre a reconèixer i treballar les emocions amb el mètode Montessori.



Prous Gómez, Noemí. **Jo, Chloe**. Barcelona: Edita.cat, setembre 2021. 30 p. ISBN: 9788412369069

Narra com una nena afronta la tristesa de la separació dels seus pares, trobant consell i suport en els seus nous amics.



Puerta Leisse, Gustavo. **Sentimientos encontrados**. San Sebastián: Ediciones Modernas El Embudo, S.L., maig 2019. 40 p. ISBN: 9788412041804

Un llibre il·lustrat que convida els lectors a reflexionar sobre les emocions i com sovint les interpretacions errònies poden portar a reaccions equivocades, a través de textos filosòfics



Punset, Elsa. **Els Amics de Bobiblu**. Barcelona: Beascoa, març 2020. 24 p. ISBN: 9788448854652

Col·lecció per al públic preescolar que ajuda els nens a gestionar les seves emocions mitjançant les aventures de Bobi i Blu, dos amics inseparables que aprenen junts sobre compartir, escoltar i jugar.



Punset, Elsa. **Los Atrevidos: cuatro historias para gestionar tus emociones**. Barcelona : Beascoa, 2018. 144 p. ISBN: 9788448851279

Recull de contes on els nens aprenen a gestionar emocions com la por, l'autoestima, el treball en equip i l'irritació, a través de les aventures de tres amics.



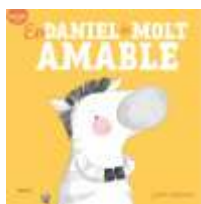
Punset, Elsa. **Los Atrevidos: cuatro nuevas historias para gestionar tus emociones**. Barcelona: Beascoa, 2020. 144 p. ISBN: 9788448856687

Segon volum de la col·lecció d'Elsa Punset, on els nens aprenen a gestionar sentiments com la tristesa, la felicitat, els celos i l'avorriment.



Robaard, Jedda. **L'Emma està de mal humor**. Barcelona: Baula, 2022. 20 p. ISBN: 9788447946815

Seguim la història d'una nena que, tot i estar enfadada, s'adona que potser és ella mateixa qui no deixa que els seus amics l'ajudin.



Robaard, Jemma. **En Daniel és molt amable**. Barcelona: Baula, 2022. 20 p. ISBN: 9788447946822

En Daniel sempre està disposat a ajudar els seus amics però què passarà quan ell els necessiti?



Robert, Nadine. **L'Elefant a l'ombra**. Barcelona: Libros del Zorro Rojo, setembre 2022. 40 p. ISBN: 9788412504842

L'elefant, que està trist i es queda a l'ombra sense interactuar amb ningú, troba consol en un petit ratolí, que, amb una conversa sincera, l'ajuda a alleujar la seva pena.



Roca, Elisenda. **El conte de les emocions: un conte per compartir en família /s**. Barcelona: Edebé, setembre 2022. 68 p. ISBN: 9788468356839

Anna Alegria, Teresa Tristes, Pere Por i Rafa Ràbia ajudaran als més petits a entendre les emocions.



Ródenas Vargas, Miriam. **Rona se mira: ¡tengo los ojos verdes!** Sevilla: Babidi-bú, 2018. 32 p. ISBN: 9788417097912

Rona és una nena curiosa que, a través de la seva mirada i amb el suport de la seva família, mestres i amics, aprèn a integrar les seves emocions i a superar els seus obstacles.



Romera, Mar. **Ones a la panxa**. Barcelona: Estrella Polar, maig 2021. 22 p. ISBN: 9788418444227

Un àlbum que explora les emocions de la Maria, qui, enfrontant-se a la por i la curiositat d'un canvi imminent, descobreix com les seves sensacions internes són com les ones del mar.



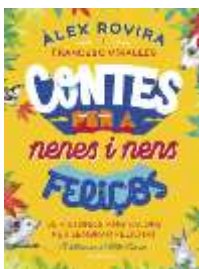
Romero, Cristina. **El Libro plateado de tus emociones**. Barcelona: Editorial Contar en Tribu, 2022. 74 p. ISBN: 9788412263619

Per ajuda a entendre i valorar les emocions més incòmodes com la ira, la tristesa o la culpa, promovent la idea que totes les emocions tenen un sentit i són valuoses.



Roode, Daniel. **Un Munt d'emocions**. Barcelona: Baula, 2019. 16 p. ISBN: 9788447939756

Un llibre interactiu per anomenar i entendre diferents emocions amb pestanyes que llisquen i una roda d'emocions!



Rovira, Àlex. **Contes per a nenes i nens felços**. Barcelona: Estrella Polar, febrer 2020. 174 p. ISBN: 9788418134111

Trenta-cinc faules que ensenyen valors com l'acceptació, l'empatia i l'esforç, oferint una guia per afrontar els reptes de la vida i desenvolupar la intel·ligència emocional.



Rovira, Àlex. **Contes per estimar-te millor**. Barcelona: Estrella Polar, 2018. 175 p. ISBN: 9788491376385

Ensenya als nens i nenes a cultivar l'autoestima, fomentant valors com l'amor propi, la resiliència i l'acceptació, per viure una vida plena i feliç.



Rovira, Àlex. **Contes per tenir valor**. Barcelona: Estrella Polar, novembre del 2021. 174 p. ISBN: 9788413891026

Contes que a través de reflexions i històries inspiradores, ajuden infants i adults a desenvolupar la resiliència, el pensament creatiu i relacions nutritives, per afrontar les dificultats i superar-se dia a dia.



Rubio, Ayesha L. **El Ritme del món**. Barcelona: Baobab, juny 2021. 34 p. ISBN: 9788418444562

Una obra que convida a gaudir del moment present a través d'un passeig pel bosc, on el protagonista explora la natura amb atenció plena, sentint els sons, els colors i les sensacions del seu cos.



Sala Belda, Laura. **M'estimes?** Valls: Cossetània Edicions, juny 2022. 24 p. ISBN: 9788413562001

Un tornado transporta diversos animals perduts en un lloc desconegut, on hauran d'aprendre a ajudar-se i estimar-se, tot i les seves diferències, per sentir-se part d'un grup.



Salas, Xesca. **Això no és just.** Barcelona: La Coordi -- Coordinadora pel Comerç Just i les Finances Ètiques de Catalunya, 2024. 17 p.

Ambientada a la sabana africana, la lleona Serafina vol jugar, però les seves companyes les girafes no volen compartir les joguines amb ella



Sanders, Jessica. **Sigues tu mateix.** Barcelona: Bindi Books, setembre 2021. 40 p. ISBN: 9788418288210

Anima els nens a alliberar-se dels estereotips de gènere imposats per la societat i a acceptar-se tal com són, ajudant-los a sentir-se lliures i segurs per ser qui realment volen ser, sense por de les expectatives socials.



Scobie, Lorna. **Els Ossos no comparteixen!** Madrid: Jaguar Ediciones, setembre 2023. 32 p. ISBN: 9788418753152

L'Ossa no vol compartir el seu menjar durant l'hivern però acabarà aprenent una valuosa lliçó sobre la generositat, mentre explora com els animals es preparen per a aquesta estació.



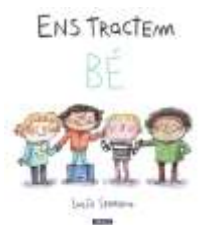
Sena, Amparo. **Normal?** Sant Joan Despí: Corimbo, 2019. 32 p. ISBN: 9788484705987

Una nena curiosa que reflexiona sobre què vol dir ser "normal" després d'un comentari de seva bisàvia, descobrint així la riquesa de la diversitat de personalitats i maneres de ser.



Sendak, Maurice. **Allà on viuen els monstres.** Pontevedra: Kalandraka, 2018. 38 p. ISBN: 9788484648604

En Max, un nen castigat sense sopar, inicia un viatge simbòlic des de la seva habitació fins a un món fantàstic, on es converteix en el Rei dels Monstres i s'enfronta a les seves pors.



Serrano, Lucía. **Ens tractem bé.** Barcelona: Beascoa, maig 2023. 36 p. ISBN: 9788448865214

Un llibre sobre l'amistat, el respecte i la importància de tractar-nos bé, que ensenya els valors de la diversitat i la convivència.



Serrano Burgos, Pilar. **Avui no jugues**. Madrid: NubeOcho, abril 2022. 34 p. ISBN: 9788419253002

Emma és una nena dominant i injusta amb els seus companys, prenent decisions arbitràries com robar-los el berenar i imposant qui juga i com.



Serrano Burgos, Pilar. **Neneta i xicotot**. Sant Feliu de Guíxols: Tramuntana, febrer 2021. 36 p. ISBN: 9788417303877

El Nil i la Sara desafien els estereotips de gènere en fer activitats que la societat considera pròpies del sexe oposat, i reflexionen sobre si cal fer cas de l'opinió dels altres o seguir els seus propis desitjos.



Taboada, Bea. **A vegades la mare té el cap ple de trons**. Barcelona: Animallibres, octubre 2020. 24 p. ISBN: 9788417599850

Un conte per entendre les emocions a través de les experiències de la mare i descobrir com també podem sentir trons, núvols i arcs de Sant Martí al cap.



Teckentrup, Britta. **La Nela i les onades**. Madrid: NubeOcho, setembre 2022. 32 p. ISBN: 9788419253057

La Nela fa un viatge solitari en barca travessant una mar fosca, on superarà les seves pors amb l'ajuda de diferents animals fins a arribar a una nova riba.



Tellegen, Toon. **Què vol dir enfadar-se?** Barcelona: Blackie Books, març 2024. 63 p. ISBN: 9788410025011

Deu contes encantadors i filosòfics que exploren les emocions a través d'una ironia i alegria úniques, com el cas d'una serp que sempre està enfadada fins que, de sobte, deixa de ser-ho.



Till, Jochen. **Soc aquí per tu!** Barcelona: Edicions del Pirata, 2018. 30 p. ISBN: 9788417207106

Un eriçó intenta consolar una girafa trista i tots dos junts descobreixen que l'amistat i una abraçada són la millor manera de superar la tristesa.



Tinn-Disbury, Tom. **Te echaré de menos**. DK, 2021. 32 p. ISBN: 9780241538159

En Çlex afronta la tristesa per la pèrdua de la seva mare, explorant les seves emocions a través del sol i les núvols.



Tirado i Torras, Míriam. **El Cercle**. Vilanova i la Geltrú: El Cep i la Nansa, setembre 2021. 28 p. ISBN: 9788418522451

Através d'un joc, el cercle, ens ensenya com superar els conflictes entre alumnes i valorar la diversitat, veient les diferències com una oportunitat per créixer i aprendre a relacionar-nos.



Tirado i Torras, Míriam. **El Fil invisible: un conte sobre els vincles que ens uneixen**. Barcelona: B de Blok, setembre 2020. 59 p. ISBN: 9788417921354

Un conte sobre els vincles que ens uneixen amb els qui més estimem, i sobre com, sovint, les coses més importants són aquelles que no es veuen.



Tirado i Torras, Míriam. **Infinit: anar i tornar**. Barcelona: B de Block, novembre 2023. 64 p. ISBN: 9788419378378

El Jan vol saber fins a quin punt la seva mare l'estima i, amb l'ajuda de la seva gosseta, busca maneres de mesurar l'amor incondicional, aprenent així a identificar i a rebre amor.



Tirado i Torras, Míriam. **Els Mil colors del fil invisible**. Barcelona: B de Block, març 2024. 34 p. ISBN: 9788419910059

La Maria vol entendre millor el fil invisible que la connecta amb la seva cosina Carla, mentre explora els vincles que ens uneixen amb les persones que estimem.



Tirado i Torras, Míriam. **Sensibles: un conte per abraçar el que sentim**. Barcelona: B de Blok, setembre 2022. 50 p. ISBN: 9788418688256

La Martina descobreix que la seva sensibilitat, que de vegades la fa sentir incòmoda, és un superpoder que li permet connectar amb els altres de manera més intensa.



Tirado i Torras, Míriam. **Un Aniversari emocionant**. Barcelona: B de block, febrer 2022. 36 p. ISBN: 9788418054907

El Kai fa tres anys i, durant el seu aniversari, la seva família viu una muntanya russa d'emocions, ensenyant que totes les emocions són vàlides i cal aprendre a surfejar-les.



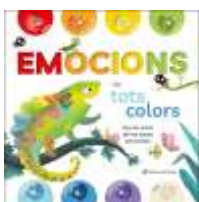
Torralba, Francesc. **Un mar d'emocions**. Barcelona: Angle, 2013. 191 p. ISBN: 9788415695486

Un llibre que explora més de 60 emocions humanes, ajudant els lectors a entendre-les i navegar-les com un mar canviant, amb il·lustracions que orienten sobre la seva importància en la nostra vida.



Turu, Joan. **L'últim vol de l'home bala**. Vilanova i la Geltrú: El Cep i la Nanda edicions, octubre 2023. 1 volum (no paginat). ISBN: 9788419747204

L'home bala fa temps que no somriu. Per recuperar l'alegria, ha decidit escoltar el seu cor, canviar allò que no li agrada i acceptar el que no pot canviar.



Ulyeva, Elena. **Emocions de tots colors: fes-te amic de les teves emocions**. Sabadell (Barcelona): Edicions del Pirata, setembre 2022. 20 p. ISBN: 9788417207731

En Cam, un camaleó que canvia de color amb cada emoció, aprèn vuit emocions diferents mentre amics per jugar als seus jocs.



Urra Portillo, Javier. **Dani vol manar: conte per gestionar l'egocentrisme en la infància**. Barcelona: Editorial Sentir, 2020. 27 p. ISBN: 9788426727886

Dani no vols escoltar als adults i vol comportar-se com li doni la gana, però descobreix quines són les normes més importants per comportar-se bé.



Urra Portillo, Javier. **Regals: solidaritat i generositat en la infància**. Barcelona: Editorial Sentir, 2020. 36 p. ISBN: 9788426732019

Un grup d'amics ensenyaran als lectors petites accions per salvar el planeta Terra, ensenyant als nens la importància de la generositat, l'agraïment i la il·lusió de regalar.



Urra Portillo, Javier. **Respecte: respecte i cura cap als altres.** Barcelona: Editorial Sentir, 2020. 38 p. ISBN: 9788426731999

La Respe, la protagonista, i els seus ecoamics criden el capità Urra per salvar el seu planeta, ensenyant la importància del respecte cap a un mateix, els altres i el món que ens envolta.



Verdú, Irene. **Ferran Ferralla i el botó de les emocions.** Sant Feliu de Guíxols: Tramuntana Editorial, març 2021. 1 volum (no paginat). ISBN: 9788418520006

Ens explica la importància d'entendre que tots tenim emocions i les gestionem i sentim de formes molt diverses.



Verdú, Irene. **Una Carta.** Barcelona: Animallibres Editorial, febrer 2022. 32 p. ISBN: 9788418592546

Un àlbum sobre la confiança cap a les persones que ens envolten, un cant a favor de l'estima entre la gent.



Verge, Marianne. **Un Regal sense obrir.** Lleida: Pagès, 2018. 143 p. ISBN: 9788499759333

Reflexions d'una nena petita que es pregunta què passa quan una persona mor, mentre reflexiona sobre les cartes que encara es reben per aquells que ja no hi són.



Vidal, Mireia. **Plou o fa sol?** Barcelona: Akiara books, 2019. 30 p. ISBN: 9788417440398

Aquest conte ens ensenya que les nostres accions tenen conseqüències sobre els altres, i que nosaltres som els qui decidim si plou o fa sol.



Vivim del Cuentu (Col·lectiu). **El Calçot pudent.** Barcelona: Baula, març 2023. 23 p. ISBN: 9788447949250

Un conte molt divertit en que el calçot aprendrà quan i on pot fer pets sense molestar els altres.



Vivim del Cuentu. **El Dol de l'albergínia**. Barcelona: Baula, octubre 2021. 21 p. ISBN: 9788447946228

Per tractar d'una manera divertida i dolça el tema del dol amb els més petits. En aquest conte l'albergínia descobrirà que sempre podrà recordar la seva àvia.



Vivim del Cuentu (Col·lectiu). **El Kiwi pelut**. Barcelona: Baula, març 2024. 22 p. 9788447951048

Algunes fruites molesten al kiwi pel seu físic però deixaran de fer-ho quan el coneguin be i descobreixin com és.



Vivim del Cuentu (Col·lectiu). **L'All es repeteix**. Barcelona: Baula, març 2023. 22 p. ISBN: 9788447949243

L'all repeteix tant les coses, que els altres es cansen d'estar amb ell.



Vivim del Cuentu (Col·lectiu). **La Síndria grossa**. Barcelona: Baula, març 2022. 24 p. ISBN: 9788447946587

La síndria aprèn a sentir-se a gust amb la seva naturalesa i el seu tamany.



Vivim del Cuentu (Col·lectiu). **La Pastanaga de les ulleres**. Barcelona: Baula, març 2024. 20 p. ISBN: 9788447951031

La pastanaga no s'hi veu i va a l'òptica a triar unes ulleres.



Vivim del Cuentu (Col·lectiu). **La Patata sapastre**. Barcelona: Baula, març 2022. 23 p. ISBN: 9788447946488

La patata aprèn que una mica d'humor va be quan les coses no surten com voldria.



Vivim del Cuentu (Col·lectiu). **La Pera és la repera**. Barcelona: Baula, març 2023. 23 p. ISBN: 788447949090

La pera és tan creguda que la resta de fruites se n'acaben afartant.



Vivim del Cuentu (Col·lectiu). **La Pinya punxeguda**. Barcelona: Baula, octubre 2021. 21 p. ISBN: 9788447945122

Malgrat les seves punxes, la pinya és la mar de divertida i dolça!



Vivim del Cuentu (Col·lectiu). **Les Cireres inseparables**. Barcelona: Baula, març 2022. 23 p. ISBN: 9788447946570

Les cireres són inseparables però aprenen que també poden jugar amb altres fruites i verdures i passar-ho d'allò més bé.



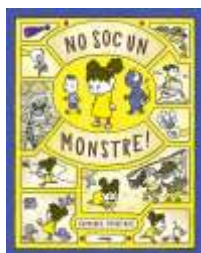
Woodworth, Rachel. **Lluny, ben lluny d'aquí**. Barcelona: Libros del Zorro Rojo, 2018. 32 p. ISBN: 9788494773310

Un llibre àlbum que explora com gestionar les emocions canviants i trobar equilibri interior.



Yamada, Kobi. **Què en fas, d'un problema?** Barcelona: BiraBiro, 2018. 38 p. ISBN: 9788416490516

Un relat inspirador sobre un infant que aprèn a enfrontar un problema persistent, descobrint que, en comptes de fugir-ne, afrontar-lo pot revelar oportunitats i ensenyaments sorprenents sobre ell mateix.



Yoshitake, Shinsuke. **No soc un monstre!** Barcelona: Libros del Zorro Rojo, novembre 2021. 32 p. ISBN: 9788412314427

Mitjançant il·lustracions, humor i enginy, l'autor ensenya als infants a gestionar emocions negatives amb creativitat i resiliència.

Alegria



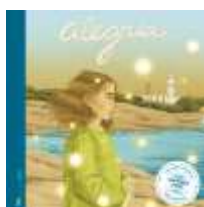
Bonilla, Rocio. **Estic contenta!** Barcelona: Animallibres, octubre 2023. 20 p. ISBN: 9788419659033

Babymoni comparteix la seva alegria en un tendre relat que convida a descobrir què ens fa feliços.



Esteve, Anna. **Avui és un gran dia!** Barcelona: Baula, 2018. 53 p. ISBN: 9788447936595

La Paula viu un dia ple d'alegria, encomanant el seu entusiasme i bon humor a tothom al seu voltant.



Figueras, Laia. **Alegria: una cançó contada d'Antònia Font.** Barcelona: Editorial Nanit, octubre 2022. 31 p. ISBN: 9788412266795

L'Antònia, la protagonista, emprèn un viatge per recuperar l'alegria perduda, retrobant-la a través de petits moments significatius.



Figueras, Laia. **Escriurem: una cançó contada de Miki Núñez.** Barcelona: Editorial Nanit, novembre 2022. 27 p. ISBN: 9788409450213

Un conte basat en la cançó homònima de Miki Núñez, que parla d'estimar, de la necessitat d'escriure cartes i de dir el que sentim, perquè és quan compartim que podem caminar junts per les estrelles.



Joffre, Véronique. **Primeras alegrías.** Barcelona: Libros del Zorro Rojo, març 2022. 38 p. ISBN: 9788412470710

La lectura perfecta per celebra amb tendresa i bellesa les primeres alegries i descobertes de la vida dels més petits.



Oliver, Alison. **Lluna.** Barcelona: Coco Books, 2019. 46 p. ISBN: 9788494953002

La Lluna descobreix l'alegria del joc i la natura en una aventura màgica que l'anima a connectar amb el seu costat més salvatge.



Rojas Estapé, Isabel. **El meu cor està ballant: un conte per viure l'alegria i aprendre a gaudir de cada moment.** Barcelona: Estrella Polar, novembre del 2024. 40 p. (Col·lecció Neurona exploradora). ISBN 9788413899732

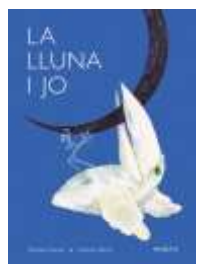
Nou conte de La neurona exploradora, la col·lecció de llibres infantils escrits per Isabel Rojas Estapé que ens ajudarà a entendre com funciona el nostre cervell i a gestionar les emocions.



Witek, Jo. **En els braços del meu papa: em sento genial!** Madrid: Bruño, 2018. 24 p. ISBN: 9788499068770

Un àlbum per explorar la profunda i meravellosa relació entre una nena i el seu pare.

Autoconfiança



Duran, Teresa. **La Lluna i jo.** Barcelona: Associació de Mestres Rosa Sensat: Yekibud Editores, març 2023. 1 volum no paginat. ISBN: 9788412279696

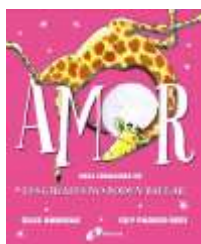
Una corba atípica, amb l'ajuda de la lluna, explora la importància de la diversitat, la inclusió i l'acceptació de les diferències.



Ródenas Vargas, Míriam. **La Rona es mira: operació bikini.** Sevilla: Babidi-bú Libros S.L., setembre 2019. 26 p. ISBN: 9788417679798

Ideal per a treballar el concepte de bellesa, l'acceptació i la cura del cos, i l'autoestima des d'un enfoc lliure i amorós.

Amor



Andreae, Giles. **Amor**. Barcelona: Brúixola, 2021. 26 p. ISBN: 9788413490373

Una història per celebrar l'amor amb la girafa Groga i els seus amics, ideal per expressar "t'estimo" tot l'any.



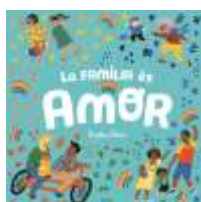
Arjuna, Rikki. **T'estimo bastant (basat en la cançó de Xiula)**. Vilanova i la Geltrú: El Cep i la Nansa, juliol 2020. 30 p. ISBN: 9788417756796

La Martina descobreix que pot mesurar l'amor amb un estimòmetre i descobrirà que aquesta emoció és més complexa del que ens mostren les pel·lícules i la societat.



Averiss, Corrinne. **El Fil invisible de l'amor**. Barcelona: Estrella Polar, març 2022. 32 p. ISBN: 9788413891651

Ens mostra com l'amor, malgrat la distància, manté units els membres d'una família, abordant de manera commovedora el tema de la separació i l'ansietat.



Beer, Sophie. **La Família és amor**. Barcelona: Baula, octubre 2021. 24 p. ISBN: 9788447943166

Aquest llibre destaca que tots els models familiars són vàlids sempre que es fonamentin en l'amor i la convivència respectuosa.



Bonilla, Rocio. **Què és això de l'amor, Minimoni?** Barcelona: Animallibres, novembre 2023. 24 p. ISBN: 9788419659507

La Minoni, la protagonista, escolta parlar sobre l'amor, però no entén què és, ja que sembla no el pot veure, tocar ni pintar.



Castellvi Miquel, Alba. **Tots els colors de l'amor**. Barcelona: Bindi Books, febrer 2020. 32 p. ISBN: 9788412108057

La Clara, gràcies a l'amistat amb una pintora, aprèn a connectar amb els seus sentiments i a comprendre que l'amor creix i es fa més ric quan es comparteix.



Dole, Antoine. **El Monstre de l'armari s'ha enamorat**. Barcelona: Animallibres, febrer 2023. 30 p. ISBN: 9788419659064

El monstre de l'armari es veu afectat per l'amor, amb papallones a l'estómac i comportaments molt canviats que el fan tenir por de perdre la seva essència.



Fort, Glòria. **T'estimo**. Vilanova i la Geltrú: El Cep i la Nansa edicions, octubre 2021. 12 p. ISBN: 9788418522468

Un conte que explora les diverses maneres d'expressar l'amor a través de gestos quotidians i afectuosos.



Garibal, Alexandra. **T'estimo amb bogeria!** Barcelona: Baula, març 2023. 30 p. ISBN: 9788447949168

Un àlbum adorable que expressa l'amor de manera única i intensa, comparant-lo amb imatges poderoses i dolces.



Gil, Adriana. **T'estimo i t'adoro: per sempre**. Badalona: Edicions Forment, octubre 2022. 1 volum (no paginat). ISBN: 9788412595239

La carta d'una mare plena d'amor i encoratjament perquè l'infant creixi amb confiança i autoestima, acompanyada de tendres il·lustracions de moments compartits.



Gliori, Debi. **T'estimaré sempre**. Barcelona: Baobab, juny 2020. 28 p. ISBN: 9788491379096

Un conte tendre que mostra com l'amor incondicional d'un pare o mare envers el seu fill és capaç d'alleujar qualsevol dificultat.



Hassel, Anne. **Prohibit fer-se petons?** Barcelona: Takatuka, febrer de 2021. 24 p. ISBN: 9788417383893

El senyor Tigre i la senyora Tigressa, es donen petons, però quan el senyor Tortuga o la senyora Oca ho fan amb algú del mateix sexe, alguns animals no ho entenen.



Jacobson, Megan. **L'Amor més gran de tots**. Madrid: NubeOcho, febrer 2023. 28 p. ISBN: 9788419253866

Perfecte per explorar els diferents tipus de famílies i llocs on viuen, destacant que l'amor familiar sempre és més gran que qualsevol cosa.



Kedadouche, Elsa. **La mare m'ha portat al cor**. Madrid: Petalletes, octubre de 2024. 24 p. ISBN 9788419893321

Un tendre homenatge a les múltiples formes de maternar, destacant l'amor i l'acompanyament per sobre de tot.



Moreno Latorre, Montserrat. **L'Amor que mai s'acaba**. Terrassa: OmniaBooks, 2021. 48 p. ISBN: 9788412286540

L'Ot, un nen de 2 anys, afronta amb la seva àvia els dubtes i emocions sobre l'arribada d'un nou germà, en un relat ple de tendresa i amor familiar.



Prada, Marta. **Les Cinc màquines de l'amor**. Barcelona: El Cep i la Nansa Edicions, juny 2023. 32 p. ISBN: 9788419747044

A través de la història de la Lua i el Max, el conte explora els cinc llenguatges de l'amor, mostrant que hi ha moltes maneres de donar i rebre afecte.



Rosenthal, Fenn. **Dinosaures enamorats**. Barcelona: Flamboyant, febrer 2021. 32 p. ISBN: 9788418304156

Un relat emotiu que fusiona la dolçor amb una certa tristesa, mostrant com l'amor pot ser bonic i complex alhora.



Turu, Joan. **R-boot<3**. Vilanova i la Geltrú: El Cep i la Nansa Editorial, setembre 2020. 28 p. ISBN: 9788417756802

Narra la història d'un robot creat per proporcionar amor i estima, però que amb el temps descobreix que l'amor veritable comença amb un mateix.



Yoo, Tae-eun. **L'Amor fa créixer el jardí**. Vallvidrera (Barcelona: Blume, juliol 2023 1 volum no paginat. ISBN: 9788419499974

Un àlbum il·lustrat que narra la relació d'una nena amb el seu avi, basada en l'amor que comparteixen a través de la cura d'un jardí i les ensenyances que li transmet sobre l'amor familiar.

Ansietat



Averiss, Corrinne. **El Hilo invisible del amor**. Barcelona: Timunmas, marzo de 2022. 34 p. ISBN 9788408251231

Un llibre commovedor sobre el vincle invisible de l'amor que uneix a les famílies, tractant amb tendresa la separació i l'ansietat.



Serrano Burgos, Pilar. **El Problema**. Girona: Tramuntana, 2018. 28 p. ISBN: 9788416578917

L'Alfred està molt amoïnat pel munt de problemes que li ronden pel cap que li provoquen molta ansietat i malestar físic.



Vedsø, Mette. **Quan el cor et va de pressa**. Lleida: Pagès editors, octubre de 2024. 174 p. (Nandibú jove ; 13). ISBN 9788413035796

Després de ser diagnosticada amb un trastorn d'ansietat, la Pi troba consol en tres veïnes extraordinàries que l'ajuden més del que cap teràpia havia aconseguit.

Confiança



Cañete, Curro. **Confia en tu**. Barcelona: Baobab, novembre 2023. 40 p. ISBN: 9788413896502

En Pau, després d'un accident amb la bici que li va fer perdre confiança, emprèn un viatge màgic per a recuperar la confiança en ell mateix.



Isern, Susanna. **El Sr. Pocket: un amic imaginari**. Barcelona: Flamboyant, març del 2024. 44 p. ISBN 9788419401717

La Noa, amb la seva imaginació desbordant, viu aventures màgiques al costat del seu amic imaginari, el senyor Pocket.

Empatia



Ferrer Claveria, Anna. **La Bruna aprèn a deixar-se ajudar: l'empatia**. 23 p. ISBN: 9788417841249

La Bruna, una petita medusa que acaba de néixer, aprèn a deixar-se ajudar en el seu viatge per descobrir el món i desenvolupar l'empatia, amb reflexions i consells també per als pares.



Isern, Susanna. **Una Llauna al bosc i altres històries sobre l'empatia**. Barcelona: Flamboyant, octubre 2023. 35 p. ISBN: 9788419401748

Tretze històries encadenades on es treballa entendre els sentiments dels altres i l'empatia.



Isern, Susanna. **Posa't al meu lloc**. Madrid: NubeOcho, febrer 2020. 34 p. ISBN: 9788417673390

El protagonista, que no creia que els problemes dels altres fossin importants, aprèn la importància de l'empatia quan els seus amics l'ajuden quan ell té un problema.

Enveja



Pont, Gala. **El Jardí del veí sempre és més verd**. Barcelona: Blackie Books, setembre 2024. 40 p. ISBN: 9788410025363

Un àlbum sobre l'enveja, perfecte per apreciar i cuidar allò que tenim: cada jardí té la seva pròpia bellesa i necessita amor i cura per florir.

Felicitat



Arumí, Ignasi. **La Forma de la felicitat**. Barcelona: Excellence Editorial, març 2022. 26 p. ISBN: 9788412390865

La Nola i el seu pare decideixen sortir a buscar la felicitat un diumenge, i en el camí descobreixen que la felicitat pot tenir moltes formes diferents.



Baker, Laura. **El Color de la felicitat**. Barcelona: Brúixola, 2018. 24p. ISBN: 9788499069630

Un llibre que explora les emocions a través dels colors, permetent als infants identificar com es perceben les coses quan se senten feliços, enfadats o emocionats.



Calì, Davide. **El Venedor de felicitat**. Barcelona: Libros del Zorro Rojo, febrer 2020. 24 p. ISBN: 9788494990496

El senyor Colom és un venedor que ofereix felicitat en pots de diverses mides en una història divertida sobre com la felicitat pot ser regalada i compartida.



Halls, Smriti. **Amb tu em sento feliç**. Sant Joan Despí: Editorial Corimbo, abril 2020. 32 p. ISBN: 9788484706090

Una celebració de l'amor i l'amistat, on dos animals, la guineu i el porc espí, descobreixen que tot és millor quan estan junts.



Keselman, Gabriela. **Molt més que contes: històries per aprendre a ser feliços**. Barcelona: Cruïlla, 2019. 159 p. ISBN: 9788491824596

Col·lecció d'històries dissenyades per ajudar els lectors a aprendre a ser feliços, explorant valors com l'autoestima, l'amistat i la superació personal.



Martí, Gerard. **En Nuk i les 7 claus de la felicitat**. Barcelona : SD Edicions, març de 2023. 44 p. ISBN 9788412670929

En Nuk descobreix que la felicitat existeix i emprèn una aventura d'autodescoberta seguint set claus que el faran brillar com la seva amiga Paula.



Morató García, Anna. **De gran vull ser... feliç: 6 contes curts per potenciar la positivitat i l'autoestima dels nens**. Barcelona: Beascoa, 2019. 120 p. ISBN: 9788448853433

6 contes curts i entranyables per fer que els nens aprenguin a ser feliços des de petits



Morató García, Anna. **De gran vull ser... feliç 2: 6 contes curts per potenciar la positivitat i l'autoestima dels nens**. Barcelona: Beascoa, abril 2019. 128 p. ISBN: 9788448853440

Aquest llibre conté sis contes nous que ajuden els nens a desenvolupar valors essencials per sentir-se bé, com l'autoestima, l'optimisme, l'amabilitat, l'agraïment o la gestió de l'esforç



Rodés i Guillem, Toni. **La Noa i el Jan descobreixen els grans tresors**. Barcelona: Autografía, gener 2023. 46 p. ISBN 9788419692184

La Noa i el Jan descobreixen que els veritables tresors són l'amistat, la natura i els petits moments de felicitat.



Serrano, Lucía. **Aprenem per ser feliços**. Barcelona: Barcanova Editorial, setembre 2021. 24 p. ISBN:9788448951764

Aquesta col·lecció explora els objectius de l'Agenda 2030 per al desenvolupament sostenible, destacant la importància de l'educació com a dret fonamental i el dret a feines justes per a tothom.



Tirado i Torras, Míriam. **La Font amagada: el conte per retrobar-te.** Barcelona: B de Blok, abril 2021. 52 p. ISBN: 9788418054358

El Pol, un nen que sent una connexió especial quan canta, busca descobrir la seva pròpia essència per sentir-se feliç i ajudar els altres a trobar la seva font d'inspiració interior.



Witek, Jo. **Així és el meu somriure.** Barcelona: Editorial Brúixola, 2022. 26 p. ISBN: 9788413491042

Un àlbum ple d'alegria que celebra la diversitat dels somriures i com aquests poden alegrar els nostres dies més tristos.

Frustració



Betés López, Laura; Tarragó, Marina. **Noah.** Huelva: Apuleyo Ediciones, enero 2024. 22 p. ISBN 9788410600317

Un conte màgic i emotiu que ajuda els infants a comprendre i gestionar la ràbia i la frustració amb amor i empatia.



Canals, Mireia. **L'Excursió amb bici: la frustració.** Barcelona: Salvatella, 2018. 32 p. ISBN: 9788417091637

A través de les aventures d'Anna i Xavier, els nens aprenen a reconèixer i expressar les seves emocions i sentiments. En aquest volum es tracta la frustració.



Gutiérrez Lestón, Cristina. **En Dani i com tolerar la frustració.** Barcelona: Salvatella, 2016. 31 p. ISBN 9788484129226

Un conte sobre la paciència i la gestió de la frustració, on en Dani descobreix a La Granja com canviar la seva actitud per viure amb més calma i alegria.



Romero, Carmen. **Bilulu ho vol comprar tot.** Barcelona: Vegueta Infantil, maig 2023. 37 p. ISBN: 9788418449109

Bilulu, una criatura que adora els regals, aprèn que la felicitat no depèn de les compres.



Santacana, Margarida. **Si tingués un dinosaure...** Barcelona : Salvatella Editorial, novembre de 2023. 30 p. ISBN 9788419565587

Un conte divertit sobre els desitjos, la imaginació, la frustració i la sorpresa de descobrir que no tot és com ens imaginem.



Taboada, Bea. **Quan esclata la tempesta.** Barcelona: Animallibres, novembre 2022. 26 p. ISBN: 9788418592980

Un relat per a aprendre a gestionar les enrabiades i els sentiments negatius des de l'estima i l'empatia.

Gelosia



Litchfield, David. **L'Os, el piano, el gos i el violí.** Barcelona: Blume, setembre 2021. 34 p. ISBN: 9788418725012

L'Isidre, un violinista vell, i el seu gos Ignasi comparteixen la música fins que Ignasi, en secret, aprèn a tocar el violí i rep una oferta per actuar amb un ós famós, la qual provoca gelosia en Isidre.



Roca, Elisenda. **Això és meu!: un conte per aprendre a compartir.** Barcelona: Combel, setembre de 2023. 45 p. ISBN 9788411580588

L'Andreu, abans generós, s'ha tornat molt garrepa, però una experiència inesperada li ensenyarà que compartir és el que realment fa les coses divertides.



Tirado i Torras, Míriam. **Benvingut, senyor Malestar.** Vilanova i la Geltrú: El Cep i la Nansa, març 2020 28 p. ISBN: 9788417756581

En Max, afectat per l'arribada de la seva germaneta, està enfadat i trist, fins que un petit follet, el senyor Malestar, els ajuda a ell i a la seva mare a comprendre les seves emocions i reconnectar.



Tirado i Torras, Míriam. **Jo primer!** Barcelona: El Cep i la Nansa, febrer 2024. 28 p. ISBN: 9788419747266

El Lluc, que sempre vol ser el primer en tot, rep l'ajuda de la fada dels volcans per aprendre a competir menys i sentir-se millor amb ell mateix.



Villanueva i Perarnau, Muriel. **La Paula i el colibrí**. Barcelona: Animallibres, febrer, 2021. 60 p. ISBN 9788417599959

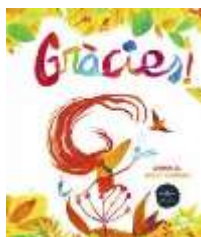
Una història tendra i divertida sobre la gelosia i la recerca d'atenció, quan la Paula decideix fugir de casa perquè el seu germà petit sembla ser el centre de tot.

Gratitud



Albesa Valdes, Núria. **El Plom i la Sis**. Barcelona: 2023 40 p. ISBN: 9788466154130

El Plom i la Sis somien amb ser diferents, però acaben descobrint amb gratitud que el seu món ja és ple de meravelles.



Gil, Carmen. **Gràcies!** Barcelona: Excellence Editorial, maig 2023. 30 p. ISBN: 9788412611090

L'agraïment transforma el nostre dia a dia i per això és important que els més menuts aprenguin a ser agraïts.

Ira



Alcántara, Ricardo. **La Candela està enfadada**. Barcelona: Edebé, 2018. 46 p. ISBN: 9788468334493

La Candela decideix estar enfadada quan la seva mare se'n va de viatge, però al final descobrirà que la situació no és tan dolenta com pensava.



Allancé, Mireille d'. **Quina rebequeria!** Barcelona: Corimbo, 2018. 22 p. ISBN: 9788484705741

En Robert, de mal humor després d'un dia complicat, deixa sortir una Cosa terrible de dins que el fa trencar-ho tot, i només podrà aturar-la a temps amb ajuda.



Ángel, Carolina. **Acompaña la Ràbia: conte per comprendre i aprendre a gestionar la ràbia en la infància**, Barcelona: Editorial Sentir, febrer 2022. 30 p. ISBN: 9788426733757

Un conte interactiu que ajuda infants a entendre i gestionar la ràbia com una emoció necessària per establir límits de manera sana i assertiva.



Balzaretti, Carla. **Una Empipada monstruosa: un llibre sobre l'enuig**. Barcelona: Cruïlla, 2018. 29 p. ISBN: 9788491078203

Els protagonistes de Monstruos S.A aprenen a gestionar el seu enuig en aquesta divertida història.



Bonilla, Rocio. **M'enfado!** Barcelona: Animallibres, març 2022. 20 p. ISBN: 9788418592485

La Babymoni explora l'emoció de l'enuig en una nova aventura de creixement amb l'ajuda dels seus pares.



Cervera, Montse. **Què li passa a la Mireia?** Barcelona: El Genet Blau, tardor 2023. 38 p. ISBN: 9788412515633

La Mireia fa pagar el seu mal humor als companys de classe. Una història que explora d'on prové la ràbia i com trobar solució per gestionar les emocions.



Copons, Jaume. **Tot el que sé quan m'enfado**. Barcelona: Combel, febrer 2020. 27 p. ISBN: 9788491015505

Explora què ens passa quan ens enfadem, com ens afecta i com podem gestionar-ho per evitar fer o dir coses que no volem.



De Haes, Ian. **Les Enrabiades d'en Marcel**. Sant Feliu de Guíxols: Tramuntana, 2018. 40 p. ISBN: 9788416578795

En Marcel transforma les seves enrabiades en animals ferotges, però descobreix que la por allunya els altres.



Estapé, Anna. **En Leo té una rebequeria: un conte per fer front als rampells amb empatia.** Barcelona: B de Blok, novembre 2022. 37 p. ISBN: 9788419048516

Un conte de la pediatra Anna Estapé que ensenya a gestionar les rebequeries infantils amb empatia i afecte com una oportunitat de creixement emocional.



Esteve, Anna. **Quina ràbia!** Barcelona: Baula, 2019. 53 p. ISBN: 9788447938742

En Nil, enfadat per un accident amb la seva maqueta, troba suport en la Colla Pessigolla per gestionar les seves pròpies emocions i trobar solucions.



García, Tania. **Què necessito quan m'enfado?** Barcelona: Beascoa, abril 2020. 48 p. ISBN: 9788448855468

Per ajudar pares i fills a comprendre i gestionar les rebequeries i la ràbia com a part natural del desenvolupament emocional.



Gil, Carmen. **La Rebequeria de la Lara.** Barcelona: Cruïlla, 2018. 26 p. ISBN: 9788466144070

Lara, la protagonista, aprèn que enfadar-se no serveix per aconseguir el que vol i ha d'aprendre a gestionar les seves emocions.



Martín, Andreu. **La Maria s'enfada.** Barcelona: Baula, 2018. 16 p. ISBN: 9788447928606

Per als més menuts, un conte sobre emocions i sentiments amb lletra de pal i també a la solapa podreu trobar el relat desenvolupat per compartir el conte amb els infants.



Morea, Marisa. **La Dina està molt enfadada.** Barcelona: Beascoa, març 2022. 32 p. ISBN: 9788448859831

El primer títol de la serie La Dina Tiranosaure, una col·lecció d'àlbums il·lustrats amb lletra majúscula per aprendre a llegir, que tracta la gestió de les emocions de manera divertida i amena a través d'un dels animals preferits dels nens: els dinosaures.



Picatoste, Jaime. **Dani supera les enrabiades: conte per ajudar nens i nenes en la gestió de les enrabiades**. Barcelona: Editorial Sentir, 2021. 36 p. ISBN: 9788426731845

Un conte per ajudar els infants a comprendre i gestionar les seves enrabiades amb un llenguatge clar i divertit.



Tirado i Torras, Míriam. **Tinc un volcà**. Barcelona: El Cep i la Nansa, 2018. 26 p. ISBN: 9788417000752

L'Alba descobreix amb l'ajuda d'una fada com gestionar les seves enrabiades i evitar que el seu "volcà interior" l'exploti.



Tirado i Torras, Míriam. **Tinc un volcà: i no vull respirar**. Vilanova i la Geltrú: El Cep i la Nansa edicions, febrer 2023. 26 p. ISBN: 9788418522673

Segon llibre de la col·lecció on aquesta vegada és en Sam, el germà de l'Alba, qui no sap com controlar la seva ràbia i, un cop més, la fada dels volcans l'ajudarà a calmar el seu volcà interior.



Vivim del Cuentu. **El Pebrot enrabiad**. Barcelona: Baula, octubre 2021. 21 p. ISBN: 9788447946235

El Pebrot enrabiad aprèn a gestionar la seva ràbia a través de situacions quotidianes que els nens poden reconèixer en la seva vida familiar i escolar.

Plor



Colomé, Sílvia. **L'Estalactita ploramiques**. La Seu d'Urgell: Salòria, abril 2020. 24 p. ISBN: 9788412125887

En una cova profunda i fosca, molt fosca, hi viu una estalactita. No sap per què, però no pot parar mai de plorar, encara que estigui la mar de contenta!



Molist, Pep. **Les Cebes de Roscoff**. Fraga: La Fragatina, 2019. 28 p. ISBN: 9788416566563

Un conte que explora les emocions a través d'una reflexió sobre el valor dels plor.



Pintadera, Fran. **Per què plorem?** Barcelona: Akiara, 2018. 34 p. ISBN: 9788417440145

Un poètic àlbum il·lustrat que ens recorda que les llàgrimes ens reguen molt lentament i ens fan créixer, ens calmen i són un bàlsam per a les ferides. I que tots plorem: nenes i nens, petits i grans, alts i baixos...



Vivim del Cuentu (Col·lectiu). **La Ceba ploranera.** Barcelona: Baula, març 2022. 23 p. ISBN: 9788447946471

La ceba de seguida plora. És, simplement, la seva naturalesa.



Vola, Noemi. **Si plores com una font.** Barcelona: Takatuka, agost 2023. 1 volum no paginat. ISBN: 9788418821639

Un conte divertit que explora els molts usos pràctics de les llàgrimes, mostrant com ploren tots els éssers vius i la seva importància en la natura.

Por



Acosta, Alicia. **Els Meus malsons més terribles.** Madrid: Ediciones Jaguar, maig 2021. 32 p. ISBN: 9788418277689

La Petra, una nena intrèpida, comença a tenir malsons terrorífics, però la seva àvia li ensenya com jugar amb els monstres per vèncer-los.



Almagro, Sophia. **En mi, mano jo.** Barcelona: Excellence Editorial, novembre 2023. 48 p. ISBN: 9788412695489

La Mila és una nena creativa que vol fer les coses a la seva manera, tot enfrontant-se a les seves pors per descobrir les seves virtuts úniques.



Balzaretti, Carla. **La Dory és valenta: un llibre sobre la por.** 29 p. ISBN: 9788491078197

La Dory inicia un viatge per trobar la seva família, compartint les seves pors i mostrant com les supera, ensenyant que tots tenim por de vegades, però podem aprendre a afrontar-la.



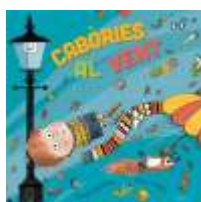
Bright, Rachel. **El Coala que va baixar de l'arbre**. Barcelona: Baula, 2018. 29 p. ISBN: 9788447935758

En Kevin, un coala que prefereix la rutina, descobreix que els canvis poden ser emocionants i sorprenents quan, un dia, baixa de l'arbre i viu noves aventures.



Burgueño, Esther. **Ara, a dormir!** Barcelona: Baula, març 2020
26 p. ISBN: 9788447942008

La Martina és una nena molt dinàmica, sempre troba noves activitats per fer quan arriba l'hora d'anar a dormir.



Butchart, Pamela. **Cabòries al vent**. Barcelona: Baula, octubre 2020.
30 p. ISBN: 9788447942145

En Jeremy, un nen molt poruc, ha de superar les seves pors, especialment la del vent, quan la seva nova amiga li proposa anar a viure aventures per terra, mar i aire.



Copons, Jaume. **Tot el que sé de la por**. Barberà del Vallès: Combel, 2019. 30 p. ISBN: 9788491014287

Un conte divertit i ple d'humor que ajuda els nens a afrontar i superar les seves pors, especialment la por a la foscor.



Dami, Elisabetta. **L'Adri té por de la foscor**. Barcelona: Beascoa, abril 2022. 40 p. ISBN: 9788448860011

La nova sèrie infantil d'Elisabetta Dami segueix la família Ossetons, que ajuda el petit Adri a superar la seva por a la foscor, aprenent sobre l'amistat i les coses desconegudes.



Dole, Antoine. **El Monstre de l'armari existeix... i t'ho demostraré**. Barcelona: Anmallibres, 2018. 32 p. ISBN: 9788416844586

El protagonista de la història intenta demostrar que el monstre de l'armari és el culpable del desordre de la seva habitació, els mitjons desaparellats i els cabells despentinats.



Fleming Lucy. **L'Èlia i la llum de nit**. Barcelona: Baula, octubre 2024
32 P. ISBN: 9788447953240

Un conte ple de màgia que ens recorda el poder de la generositat i l'amistat a través de la llum brillant de l'Èlia.



García, Tania. **Què necessito quan tinc por?** Barcelona: Beascoa, abril 2021. 44 p. ISBN: 9788448857752

Tania García ens ofereix un conte per ajudar pares i fills a comprendre i gestionar la por infantil amb empatia i educació emocional.



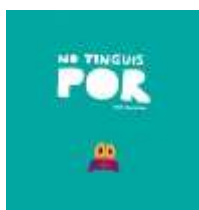
Guerrero, Rafael. **La Por de l'Arantxa: conte per comprendre i acompanyar la por en els més petits**. Barcelona: Editorial Sentir, març 2024. 38 p. ISBN: 9788426736635

L'Arantxa i en Rati viuran una aventura màgica per vèncer les seves pors, amb l'ajuda dels adults, que ensenyarà als petits a gestionar les emocions i a entendre la por com una part natural de la vida.



Gonzalo, Mónica. **Dani contra la por: conte per entendre i promoure les pors evolutives i saber com afrontar-les**. Barcelona: Editorial Sentir, 2019. 32 p. ISBN: 9788426726681

La Dani té por de monstres i altres éssers terrorífics, però amb l'ajuda del lector aprendrà a afrontar les seves pors, una situació amb la que la majoria dels infants es veuran reflectits.



Houghton, Chris. **No tinguis por**. Madrid: NubeOcho, 2019. 52 p. ISBN: 9788417673208

Cranqueta va al mar per primera vegada i, mentre descobreix les onades, es pregunta si li agradarà i què sentirà davant d'aquesta nova experiència.



Horáček, Petr. **El Ratolí que no tenia por**. Barcelona: Joventut, 2018. 27 p. ISBN: 9788426144652

El Ratolí vol jugar al bosc fosc i ple de bèsties, però haurà d'enfrontar-se a les seves pròpies pors en un conte sobre coratge amb un final inesperat.



Ibarrola, Begoña. **Comprèn la Por: conte per entendre i aprendre a gestionar la por en la infància.** Barcelona: Editorial Sentir, abril 2022. 30 p. ISBN: 9788426734273

Un conte interactiu i divertit per entendre i gestionar la por, promovent la reflexió i el desenvolupament de la intel·ligència emocional en els nens.



Isern, Susanna. **Els atrapapors.** Barcelona: Baobab, gener 2023. 50 p. ISBN: 9788413894164

La Noa, en Max i el seu gos Zas es converteixen en Atrapapors per ajudar els nens a enfrontar les seves pors, capturant-les i ensenyant que la por no ens hauria de fer por.



Ivanke. **A l'altre costat.** Buenos Aires: Catapulta Editores, gener 2021. 38 p. ISBN: 9789876379182

Una història que demostra que moltes vegades les nostres pors només es troben en la nostra imaginació.



Joyce, Melanie. **Qui té por de la foscor.** Torroella de Montgrí: Panini Books, 2018. 22 p. ISBN: 9788491674252

Per ajuda els més petits a perdre la por de la foscor, mostrant la diversió i màgia que pot haver-hi quan el món queda il·luminat per la lluna.



Panyella i Carbonell, Laia. **La Por de la Daniela.** La Floresta: Pol·len Edicions, desembre de 2020. 31 p. ISBN: 9788418580048

La Daniela té por que la seva mare es mori, però descobreix que aquesta por no és seva, sinó que prové de la seva mare.



Pazos Currás, Laura. **Dormir sense por.** Barcelona: Estrella Polar, setembre 2022. 40 p. 9788413891668

La Nina ha de fer front a la senyora Por, que li impedeix dormir, però amb valentia aconsegueix espantar les seves pors i descansar tranquil·la.



Pintadera, Fran. **Per què tenim por?** Barcelona: Akiara books, febrer 2022. 33 p. ISBN: 9788418972072

En Max pregunta al seu pare per què tenim por, i aquest li explica, amb senzillesa i poesia, com la por ens acompanya des de sempre, ens alerta i necessita ser expressada per poder ser superada.



Pot Petit (Grup musical). **El Cuc poruc.** Barcelona: Montena, novembre 2022. 48 p. ISBN: 9788418798962

El Cuc Poruc té por de fer coses noves, però amb l'ajuda dels animals del bosc, aprendrà a superar les seves pors i gaudir de noves experiències.



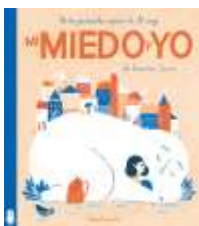
Pou, Gisela. **El llop de les pomes verdes.** Barcelona: Bindi Books, setembre 2021. 61 p. ISBN: 8418288205

Un relat sobre la por nocturna i la força de la imaginació, on una nena aprèn a enfrontar-se al llop que la fa por, amb l'ajuda de la seva valentia i el suport del seu pare.



Roldán, Gustavo. **Per amagar-se d'un monstre.** Barcelona: Thule, 2018. 48 p. ISBN: 9788416817351

Divertits consells i estratègies per amagar-se dels monstres, un llibre ple d'humor i creativitat.



Sanna, Francesca. **Mi miedo y yo.** Madrid: Impedimenta, 2019. 32 p. ISBN: 9788417115852

Una nena és muda a un nou país i allí descobreix que compartir els seus pors pot ajudar-la a fer amics i sentir-se còmoda en un lloc desconegut.



Tagholm, Sarah. **Llops en helicòpter.** Barcelona: Bellaterra Kids, 2024. 29 p. ISBN: 9788418723896

La Hop té malsons amb llops ferotges, però aprendrà a vèncer la por i descobrir que no tot és el que sembla.



Vegas, Peter. **Hola foscor! no tinguis por!** Barcelona: Joventut, març 2021. 30 p. ISBN: 9788426147165

Aquest llibre ens ensenya que, tot i que potser tenim por de la foscor, en realitat ella ens té por a nosaltres i no és tan aterridora com sembla.



Vivim del Cuentu. **La Carabassa poruga.** Barcelona: Baula, octubre 2024. 22 p. ISBN: 9788447951024

La carabassa se'n va de colònies i allà farà fora un munt de pors.



Voigt, Marie. **La Llum a la nit.** Barcelona: Blume, abril 2019. 32 p. ISBN: 9788417757052

La Betty ajudarà al seu amic l'ós Cosme a superar la por de la foscor i a descobrir la màgia i bellesa de la nit.

Timidesa



Arànega, Mercè. **L'amagatall d'en Roc.** Barcelona: Baula, març 2020. 60 p. ISBN 9788447941889

Un conte tendre sobre la vergonya i la valentia per superar-la, amb en Roc aprenent a gestionar les seves emocions sense amagar-se.



Cardona, Marta. **Capaz: cuento para superar la timidez.** Murcia: El dodo lector, desembre 2020. 44 p. ISBN: 9788412236842

Un conte sobre la superació de la timidesa, que ens ensenya a acceptar-nos, afrontar els nostres pors i a creure en la nostra capacitat per aconseguir el que ens proposem.



Pennypacker, Sara. **Aquí, en el mundo real.** Barcelona: Nube de tinta, març 2023. 330 p. ISBN: 9788418050435

Ware, un noi introvertit, i Jolene, una noia reservada, troben refugi en un hort secret, on junts construeixen un castell que els permet escapar de la pressió social i defensar el seu espai únic.



Rowland, Lucy. **A la Wanda no li surten les paraules**. Barcelona: Baula, octubre 2020. 36 p. ISBN: 9788447941988

La Wanda, una bruixa molt tímida, haurà de vèncer la seva por per salvar la seva amiga, en una història plena de màgia i amistat.

Vergonya



Martín, Andreu. **En Joan té vergonya**. Barcelona: Baula, 2014. 16 p. ISBN: 9788447928590

n conte per primers lectors que explora l'emoció de la vergonya, amb consells per ajudar els infants a entendre i gestionar els seus sentiments.



Pot Petit (Grup musical). **El Lleó vergonyós i els seus amics**. Barcelona: Penguin Random House Grupo Editorial, S.A.U., novembre I 2022. 20 p. ISBN: 9788418817687

El Pot Petit presenta un àlbum amb cançons i contes que ajuden els més petits a superar la vergonya i a gaudir de l'amistat, la solidaritat i les emocions.



Roigé, Pau. **En Bru no vol anar a l'escola**. Barcelona: Baula, març 2023. 31 p. ISBN: 9788447949298

Un nen supera la vergonya i aprèn a confiar en les seves habilitats per fer nous amics i gaudir del pati.



Tubert i Tulsà, Anna. **Miss Boah! i el Cor d'Etcèteres**. Beuda: Xiuxiueig, 2016. 24 p. ISBN: 9788494489204

Narra les aventures de la Miss Boah i el seu coratge per afrontar els reptes que es presenten superant la seva vergonya.



Vivim del Cuentu (Col·lectiu). **El Tomàquet vergonyós**. Barcelona: Baula, octubre 2021. 21 p. ISBN: 9788447945108

Un tomàquet tímida i vergonyós que descobrirà que no hi ha res dolent en sentir vergonya.

NOTES

Creus que hi manca algun recurs imprescindible? Escriu-nos!

