

JULIA PÖYHÖNEN și HEIDI LIVINGSTON
Ilustrații de LINNEA BELLAMINE

FANNI

și termometrul
emoțional
fermecat

REGLAREA EMOTIONALĂ

Traducere din limba finlandeză
de Sigrid Crăsnean

Redactare: Gabriel Tudor, Iulia Burtea

Tehnoredactare: Liviu Stoica

Corectură: Iuliana Voicu

FANNI JA IHMEELLINEN TUNNELÄMPÖMITTARI

Julia Pöyhönen & Heidi Livingston

Text © Fanni Emotions Oy (Authors: Julia Pöyhönen, Heidi Livingston).

Illustrations © Linnea Bellamine (Exclusive worldwide license holder: Fanni Emotions Oy).

First published in Finnish with the original title *Fanni ja ihmeellinen tunnelämpömittari* by Kumma-kustannus in 2019.

Published in the Romanian language by arrangement with Editura Galaxia Copiilor SRL.

All rights reserved.

FANNI ȘI TERMOMETRUL EMOȚIONAL FERMECAT

Julia Pöyhönen și Heidi Livingston

Copertă și ilustrații: Linnea Bellamine

Copyright © 2023 Editura Galaxia Copiilor

Toate drepturile rezervate.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

PÖYHÖNEN, JULIA

Fanni și termometrul emoțional fermecat : reglarea emoțională / Julia

Pöyhönen și Heidi Livingston ; il. de Linnea Bellamine ; trad. din lb.

finlandeză de Sigrid Crăsnean. – București : Galaxia Copiilor, 2023

ISBN 978-606-796-181-2

I. Livingston, Heidi

II. Bellamine, Linnea (il.)

II. Crăsnean, Sigrid (trad.)

0875

159.9

Grupul Editorial **ALL**:

Bd. Constructorilor, nr. 20A, et. 3, sector 6, cod 060512 – București. Tel.: 021402 26 00; E-mail: info@all.ro

Editura **Galaxia Copiilor** face parte din **Grupul Editorial ALL**.

www.all.ro

[f/editura.all](https://www.facebook.com/editura.all)

[@edituraall](https://www.instagram.com/edituraall)

CUPRINS

FANNI ȘI TERMOMETRUL EMOȚIONAL FERMECAT4

INFORMAȚII DESPRE INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ33

Ce este inteligența emoțională și de ce trebuie învățată treptat?.....34

Reglarea emoțională.....36

Termometrul emoțional ajută la reglarea emoțiilor.....37


Cum să contribui la reglarea emoțională a copilului.....41

Reglarea emoțională la adulți.....46

ACTIVITĂȚI.....49

De făcut împreună cu copilul.....50

Pentru adulți.....54

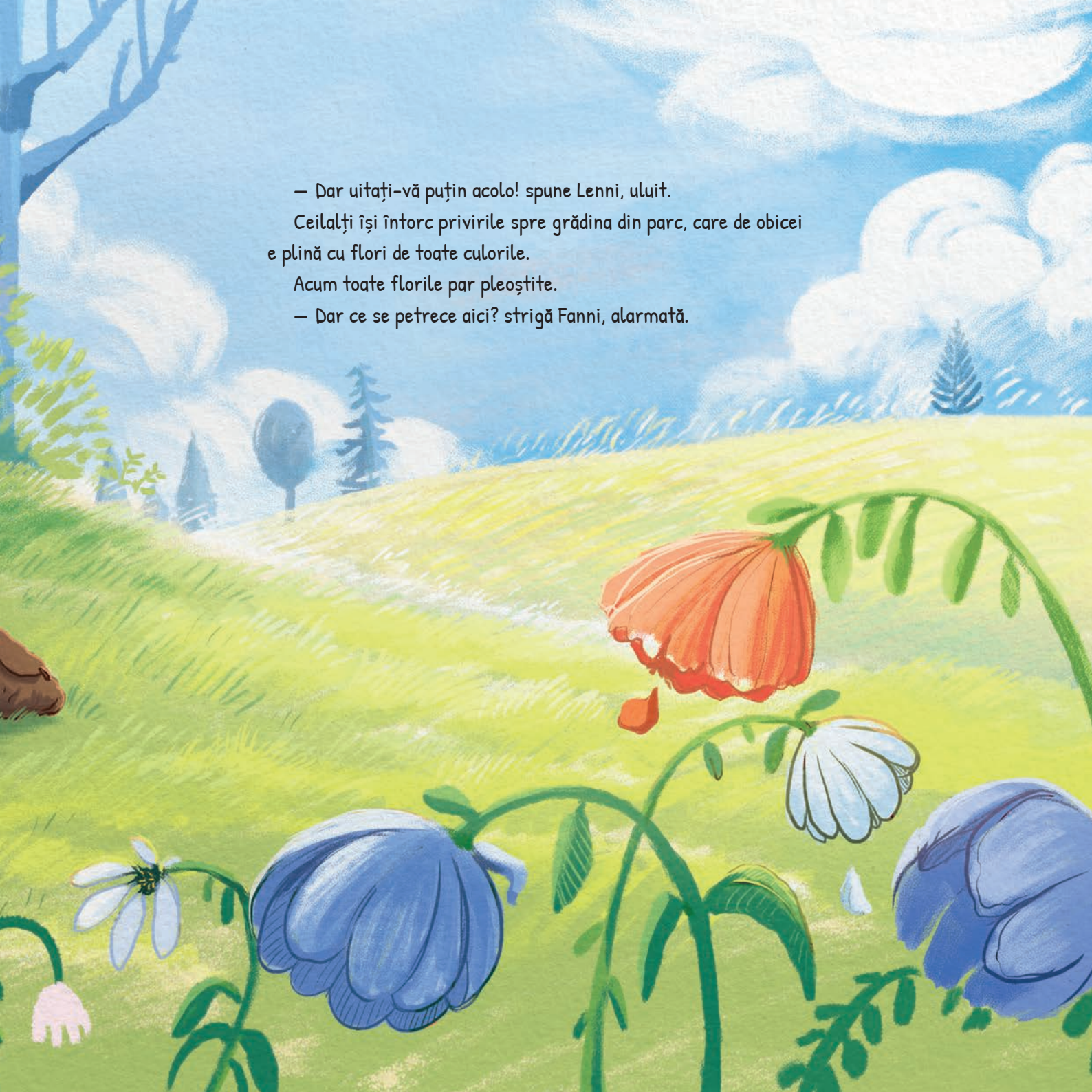


E timpul pentru o nouă aventură!
Elefânțica Fanni se întâlnește cu prietenii ei Ralf, Lenni și Lili la intrarea în parc. Fiecare a adus câte ceva bun de împărțit cu ceilalți.

- Haideți să căutăm un loc drăguț unde să ne jucăm și să facem picnic! propune Fanni.
- Ia uitați, acolo pare super! Ne putem cățăra în copaci! strigă Ralf arătând către marginea parcului.
- Sau să mergem la iaz? sugerează Lili.
- Și dacă vrem să alergăm? E o poieniță frumoasă în partea cealaltă! zice Fanni.





A vibrant, painterly illustration of a field. In the foreground, several large, stylized flowers are in bloom: a prominent orange one with a single petal falling, a white one, and two blue ones. The field is a mix of green and yellow, suggesting grass and wildflowers. In the background, there are silhouettes of various trees, including a tall evergreen and a rounded deciduous tree. The sky is a bright blue with soft, white, fluffy clouds. The overall style is soft and artistic, typical of children's book illustrations.

— Dar uitați-vă puțin acolo! spune Lenni, uluit.
Ceilalți își întorc privirile spre grădina din parc, care de obicei
e plină cu flori de toate culorile.
Acum toate florile par pleoștite.
— Dar ce se petrece aici? strigă Fanni, alarmată.