

Mantre pentru copii

# Eu mă descurc în orice situație



de Laurie Wright

ilustrații de Ana Santos

Sunt așa nerăbdător când trebuie să aștept o zi specială!  
Mă descurc să fac față așteptării?





Pot să îmi găsesc ceva de lucru.

Pot să îmi umplu timpul jucându-mă cu sora mea mai mică.



Pot să o ajut pe mama la treabă.



Eu mă descurc cu așteptarea!



Sunt îngrijorat când se apropie vacanța de vară.  
Totuși, mă descurc eu și cu vacanța.





Pot să țin legătura cu  
prietenii de la școală.

Pot să mă distrez cu familia.



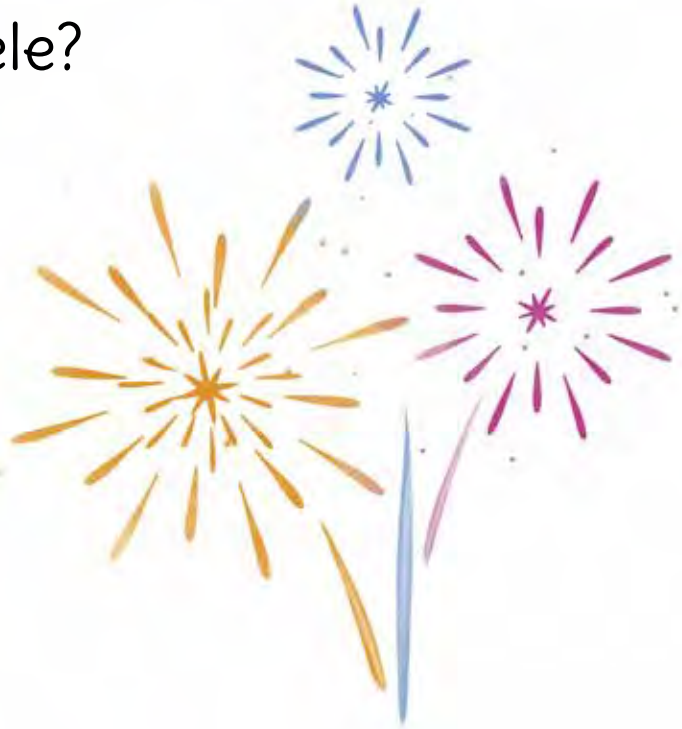
Pot să dorm mai mult  
în fiecare dimineață.

Eu mă descurc când vine  
vacanța de vară!



Sunt speriat când trebuie să particip la evenimente zgomotoase.

Pot să mă descurc cu ele?





Pot să port costumul special  
împotriva zgomotului.

Pot să stau cu cel mai bun prieten  
și să mă simt în siguranță.



Pot purta căști ca să  
nu mă deranjeze gălăgia.

Eu mă descurc  
cu zgomotele puternice!





## Oare Sebastian se poate descurca în orice situație?

Bineînțeles că poate, cu ajutorul mantrelor! Se descurcă atunci când o privește pe sora lui cum deschide cadouri, atunci când casa este plină de lume gălăgioasă și chiar și atunci când trebuie să guste ceva ce nu a mai mâncat vreodată! Indiferent care este situația, el se descurcă.

Ajută-ți copiii sau elevii să se descurce cu emoțiile care apar cu diferite ocazii și oferă-le un dar de care se vor bucura întreaga viață.

Emoțiile sunt complicate și greu de depășit de către cei mici, de aceea ei au nevoie de ajutor. Mantrele îi pregătesc să-și dezvolte abilități pe care să le folosească zi de zi ca să-și înlănzească anxietățile.

Și tocmai pentru că profesorii și părinții au o sarcină așa importantă, această carte le oferă strategii de învățare tuturor.

