



ХЕРСОНСЬКА ОБЛАСНА
БІБЛІОТЕКА ДЛЯ ДІТЕЙ
імені Дніпрові Чайки

Магічний скарб емоцій: шлях до власних відчуттів і знань про них

ХЕРСОН
2025

ЗМІСТ

Передмова

Випуск 1 Емоції в дії 03

Випуск 2 04

Випуск 2 Подорож із Радістю
і Злістю 14

Випуск 3 Пригоди з Хоробрістю і
Страхом 23

Випуск 4 Казка про Спокій
та Гнів 33

Випуск 5 Міст між Інтересом
і Нудьгою 42

Випуск 6 Заздрість без маски.
Захоплення без меж 49

Випуск 7 Ніжність і Зніяковіння
знайомляться зі світом 57

Випуск 8 Розгубленість перший
крок до Впевненості 67

Випуск 9 Смак Задоволення.
Тінь Провини 78

Випуск 10 Образи посварила.
Любов подружила 88

Випуск 11 Надія веде Смуток на
прогулянку 96

Випуск 12 Щастя серед хмар
Розпачу 102

Післямова 110

Привіт, маленькі супергерої та супергероїні!

Вас вітають чарівники з Херсонської обласної бібліотеки для дітей імені Дніпрової Чайки!

Ми раді, що ви звернули увагу на особливу і неймовірну збірку коміксів під назвою «Магічний скарб емоцій: шлях до власних відчуттів і знань про них»!

Перед вами не просто історія в картинках, а справжній путівник у світ емоцій! Знаєте, що таке емоції?

Вони, як крихітні кольорові ліхтарики всередині кожного з нас: іноді світять радістю, іноді - легеньким смутком, а часом - навіть маленькою розгубленістю чи дивовижним захопленням.

Будь-яке з цих почуттів дуже важливе, і кожне має свою історію.

Разом з Емоджиком ви мандруватимете країною Емоджіляндією, де на кожному кроці чекають нові відкриття.

Ви дізнаєтеся, що таке смуток і з якої причини він приходить, як впоратися із заздрістю, чому важливо вірити в себе та багато іншого!

Ми розповімо, яким чином потоваришувати з кожним почуттям, навіть якщо воно здається складним, і як зробити так, щоб особистий внутрішній світ завжди був яскравим та гармонійним.

Кожна сторінка - не просто весела історія, а маленька підказка для збереження ментального здоров'я. Проте що ж це таке? Ментальне здоров'я - це коли ви відчуваєтеся добре всередині: коли розумієте себе, знаєте, як впоратися зі складними емоціями, вмієте радіти кожному дню. Це як піклуватися про своє тіло, тільки тут ми будемо вчитися піклуватися про власний настрій та думки!

Пам'ятайте, кожна емоція - це друг, а дана збірка допоможе зрозуміти і прийняти емоційне розмаїття.

Бажаємо вам захопливої подорожі у світ почуттів!

З любов'ю та найкращими побажаннями
Херсонська обласна бібліотека для дітей
імені Дніпрової Чайки.



No.

1

EMOJI BAII





ПРИВІТ Я –
ЕМОДЖИК!

МИ УСІ ПОКЛИКАНІ. ЩОБ
ПОПЕРЕДИТИ ТЕБЕ ПРО
НЕБЕЗПЕКУ, ЗАХОТИТИ ДО
РОЗВИТКУ, ЗАХИСТИТИ.

ТИ ПЕВНО
ЗНАЙОМИЙ З
МОЇМИ
ДРУЗЬКАМИ

Я ДОПОМОЖУ ТОБІ КРАЩЕ
СЕБЕ ЗРОЗУМІТИ: СВОЇ
ПОЧУТТЯ І ЕМОЦІЇ.



ЕМОЦІЇ – ЦЕ МИТТЄВІ РЕАКЦІЇ ТІЛА І РОЗУМУ. ВОНИ ВИНИКАЮТЬ ШВИДКО: КОЛИ МИ РАДІЄМО, ЛЯКАЄМОСЯ АБО СЕРДИМОСЯ.



ЕМОЦІЇ – ЯК ХВИЛІ: ВОНИ ШВИДКО З'ЯВЛЯЮТЬСЯ Й ЗНИКАЮТЬ.

ДРУЖБА

А ПОЧУТТЯ – ЦЕ
ЕМОЦІЇ, ЯКІ
ЗАЛИШАЮТЬСЯ
НАДОВГО. ВОНИ
ЖИВУТЬ У НАШОМУ
СЕРЦІ.

ЛЮБОВ

COOL!

ВОНИ – ЯК
РІЧКА: ТЕЧУТЬ
ДОВГО І
ГЛИБОКО.

ВДЯЧНІСТЬ



Почуття – це наче
внутрішній чат із самим
собою, в який приходять
повідомлення, коли щось
не так або навпаки –
усе гаразд.

«Здається, ти заздриш
товаришеві, який
отримав кращу оцінку.
Можливо, тобі теж час
щось змінити?».



АБО

«Тобі вже кілька
днів сумно. Зверни
на це увагу, будь
ласка».



Почуття не
бувають правильні
і неправильні,
вони – ☹



Wow

УСІ ЕМОЦІЇ – ВАЖЛИВІ.
ВОНИ ЯК КОЛЬОРИ
ВЕСЕЛКИ: РІЗНІ АЛЕ РАЗОМ
ПРЕКРАСНІ!



**МЕРЦІЙ ЗІ
МНОЮ У
РІЗНОБАРВНИЙ
СВІТ ЕМОЦІЙ!**



Ця книга стане незамінною для батьків, педагогів, психологів-початківців і всіх, хто працює з дітьми. Цілющі терапевтичні казки допоможуть налагодити стосунки з дитиною, підтримати її, а також м'яко та дбайливо розв'язати дитячі проблеми. Книгу призначено для читання дітям небайдужими дорослими: батьками, дідусями і бабусями, педагогами та психологами.



ОКСАНА ПУЩЕВСЬКА "НЕЗАБУТА КАЗКА"

Перед десятирічним Мишком і його родиною непроста життєва ситуація: троє незнайомців у чорному приїхали і забрали усе напрацьоване майно. А ще «попросили» тата піти з ними. Тривога наростає: де тепер тато Франик? Верхи на трилапому вовку Мишко подається на пошуки найдорожчого.

Ця родинна динамічна книжка розповідає про те, що в житті сім'ї часто складаються надзвичайні обставини. Часом такі, що їх переповідають як незабуту казку. Головне, щоб рідні підтримували і шанували одне одного на довгі роки і з покоління у покоління.



А ЯКУ ЕМОЦІЮ
ТИ ВІДЧУВАЄШ
СЬОГОДНІ



ЕМОЦІЇ В ДІЇ

No. 2

ПОДОРОЖ ІЗ РАДІСТЮ
ТА ЗЛІСТЮ

WOW!



У чарівній країні Емоджіляндії жили-були... емоджі! Вони виражали різні почуття, але наш головний герой, Емоджик, ще не знав, що це таке. Він був новеньким і трішки розгубленим.

Що це за дивні обличчя у всіх? І чому вони так швидко змінюються?

Привіт... Я - Емоджик. А що таке Радість?



Привіт!
Я - Радість!
А ти хто?



Радість - це коли ти відчуваєш себе дуже-дуже добре! Це таке тепле і приємне відчуття, ніби всередині світить сонечко!

**РАДІСТЬ
ЩАСТЯ**



**ВОНИ
ТАКІ
СХОЖІ**

Але щастя - це
ніби великий
будинок, а
радість -
маленькі, але
яскраві віконця в
ньому.

WOW!

Ти можеш відчувати радість
від багатьох речей, а щастя -
це найвища радість, коли ти
задоволений і знаєш, що
життя в прекрасне.



**Ого! Це
приємно!**





Ой! А що це з тобою?

Гррр! Я -
Злість! І я
розлючена!

Злість — це коли тобі щось не подобається, коли тебе хтось ображає або коли ти не можеш щось зробити! Це ніби всередині тебе вибухає маленький вулкан!



Буває, що злість переходить у **ЗЛОВТІХУ**. Це коли ти злишся, але радієш, що комусь іншому погано.

Зловтіха - це зла радість. Вона виникає, коли не розумієш своїх емоцій.



То як же мені
розібратися з
цими
почуттями?



Коли ти відчуваєш
радість - поділися
нею! Розкажи про це
іншим, обійми
когось, посміхнися!
Радість стає ще
більшою, коли нею
діляться!

А коли ти
відчуваєш злість...
це важко. Але є
кілька секретів!



2
ПОРАХУЙ
ДО ДЕСЯТИ.

1
ЗРОБИ
ГЛИБОКИЙ ВДИХ
І ВИДИХ.

РОЗКАЖИ
ДОРΟΣЛОМУ:
ТАТОВІ, МАТУСІ,
ВЧИТЕЛЮ.

3
НАМАЛЮЙ
СВОЮ
ЗЛІСТЬ.

4
ЗРОБИ ТЕ, ЩО
ТОБІ
ПОДОБАЄТЬСЯ.

5



Емоції - це мова
серця. Головне -
слухати себе і не
боятися почуттів.

Всі емоції — важливі.
Радість зігріває серце,
Злість допомагає захистити
себе, а Зловтіху треба
перетворити на Співчуття!

Тож до нових
пригод!
Бо що б не
трапилось - ти
зможеш впоратися з
будь-якою емоцією!



А ЯКУ
ЕМОЦІЮ
ТИ
ВІДЧУВАЄШ
СЬОГОДНІ



ЛІТЕРАТУРА ДО ПРОЧИТАННЯ



1

Сіяніка, А.

Івасик Телесюк / Антон Сіяніка ;
худож. В. Протас. – Київ : Країна
Мрій, 2015. – 144 с. : іл.

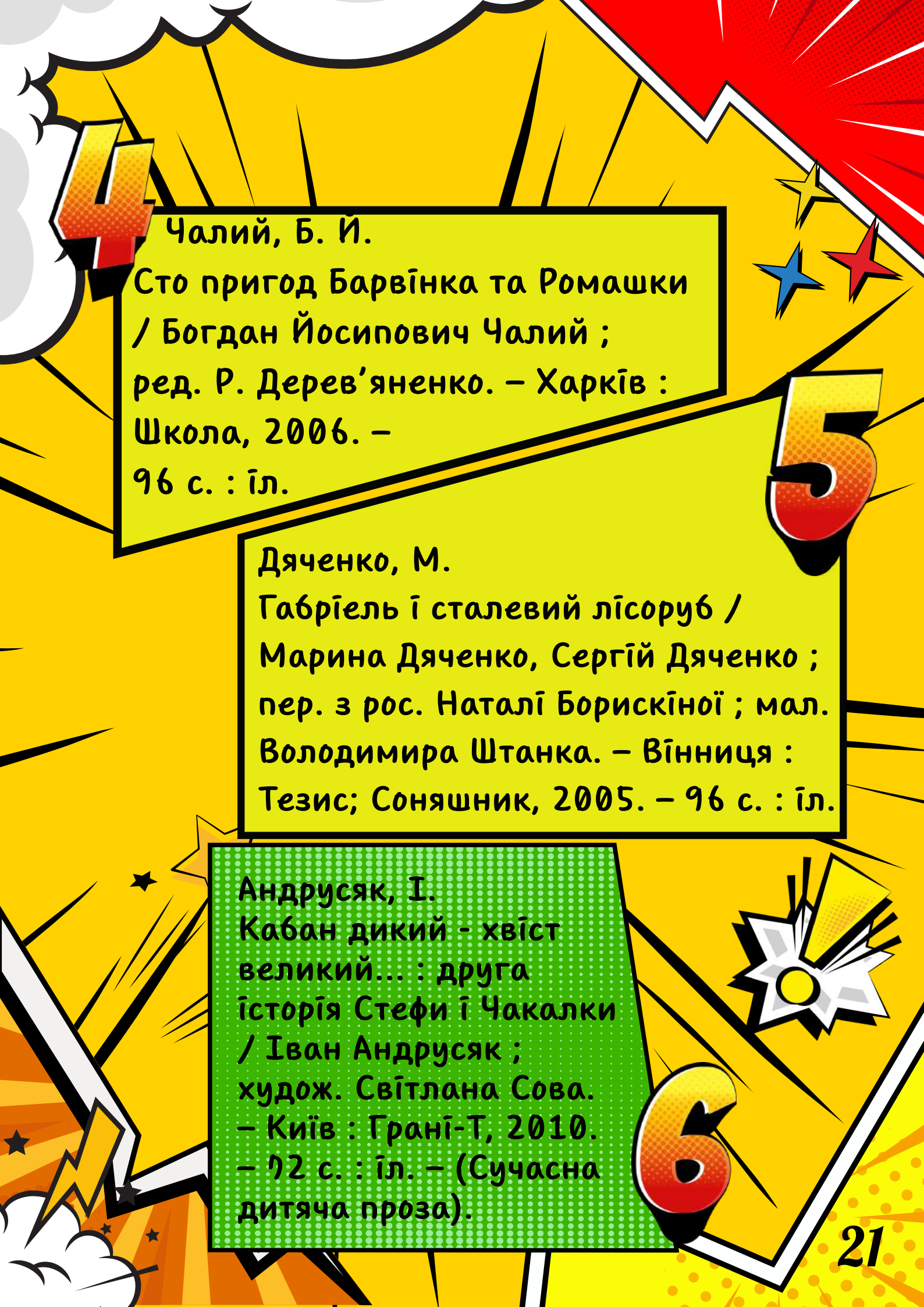


2

Пантюк, С.
Фікус Бенджамін
розповідає про щастя :
повість-казка / Сергій
Пантюк ; намал.
Валерія Крижановська.
– Тернопіль : Богдан,
2024. – 45 с. : іл.

3

Стус, Т.
Таємні історії маленьких і великих
перемог : оповід. та казк. історії з
терапевт. ефектом / Тетяна
Щербаченко ; іл. М. Кошулінської ;
передм. С. Ройз . – Київ : Книголав,
2023. – 86 с. : іл. – (Дитяча полиця).



4

Чалий, Б. Й.
Сто пригод Барвінка та Ромашки
/ Богдан Йосипович Чалий ;
ред. Р. Дерев'яненко. – Харків :
Школа, 2006. –
96 с. : іл.

5

Дяченко, М.
Габріель і сталевий лісоруб /
Марина Дяченко, Сергій Дяченко ;
пер. з рос. Наталі Борискіної ; мал.
Володимира Штанка. – Вінниця :
Тезис; Соняшник, 2005. – 96 с. : іл.

Андрусак, І.
Кабан дикий - хвіст
великий... : друга
історія Стефи і Чакалки
/ Іван Андрусак ;
худож. Світлана Сова.
– Київ : Грані-Т, 2010.
– 72 с. : іл. – (Сучасна
дитяча проза).

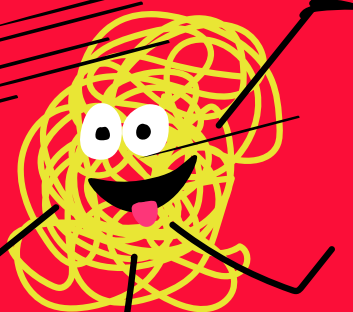
6

Хоробрість

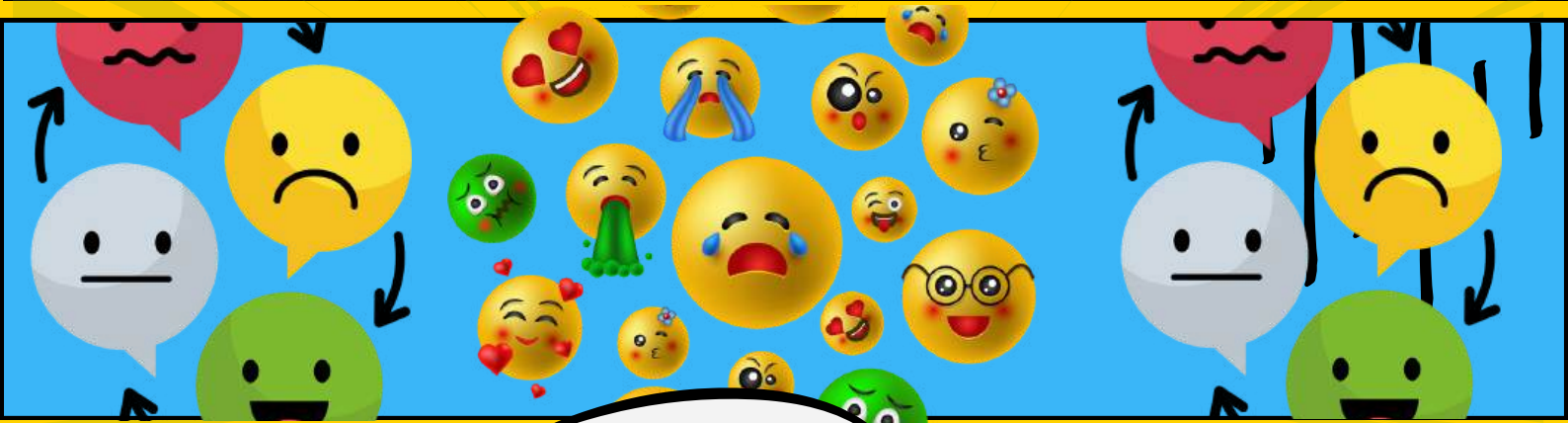
Страх

ЕМОЦІЇ
В ДІЇ

Я завжди
посміхаюсь!



Але чому інші
емоджі мають стільки
різних емоцій?



Я хочу
зрозуміти їх!





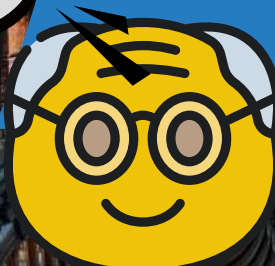
Бібліотека почуттів



Я знаю навіщо
ти прийшов!



Щоб зрозуміти
емоції, мусиш
пройти їх.



Тримай карту
і почни зі
Страху





Ти прийшов до
мене? Навіщо?
Я не хочу, щоб ти
мене бачив.

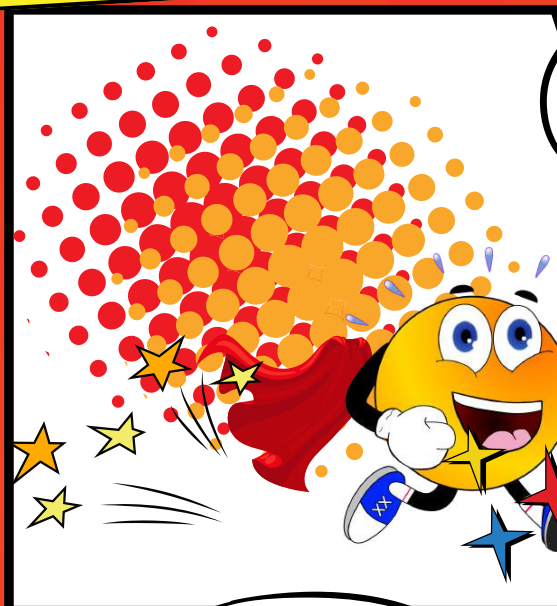




Я з'являюсь, коли
щось невідоме.
Але я не ворог –
я попередження.

Я не боюсь тебе!
Я хочу знати, чому
ти існуєш?



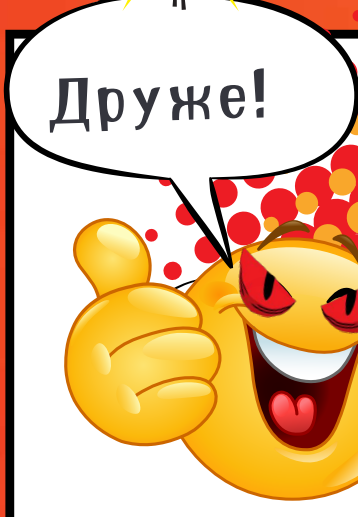


Я не
відсутність
страху



Я – коли
дієш, попри
нього

А як ти
виникаєш
тоді?



Друже!



І Страх
мені друг!



Він показує,
де я
потрібен



Страх – це почуття,
що виникає, коли
ми стикаємося
з небезпекою,
невідомістю
або загрозою.



Сміливість – це
внутрішня сила бути
чесним, рішучим
і добрим, навіть коли
страшно. Це не відсутність
страху, а здатність діяти
попри страх.

Бути собою –
це не лише
посміхатись.



Це
Відчувати все!



А ЯКУ
ЕМОЦІЮ
ТИ
ВІДЧУВАЄШ
СЬОГОДНІ?



Література до прочитання

Брайт, Р.
Як знайти лева?/Рейчел
Брайт ; пер. Ганна
Яновська.- Харків :
Ранок, 2022. – 32 с. : іл.



Вороніна, Л.
Таємне товариство боягузів/
Леся Вороніна ;
іл. Володимир Штанко.- Київ :
Знання, 2020. – 126 с. : іл.

Гридін, С.
Федько, прибулець з
інтернету/Сергій Гридін ;
іл. Оксана Шапкаріна. –
Київ : Знання, 2020. –
11с. : іл.



Паласіо, Р. Дж.
Диво/Ракель Паласіо ; пер. Ганна
Яновська. – Харків : Vivat, 2018. –
368с. : іл.

ЕМОЦІЇ В ДІЇ

No.

4

КАЗКИ ПРО СПОКІЙ
ТА ГНІВ



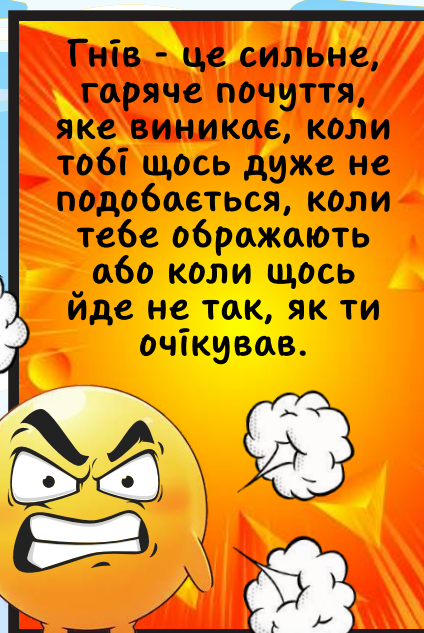
ПРИВІТ!

МИ ЗНОВУ ПОДОРОЖУЄМО
ПО ЕМОДЖІЛЯНДІЇ!

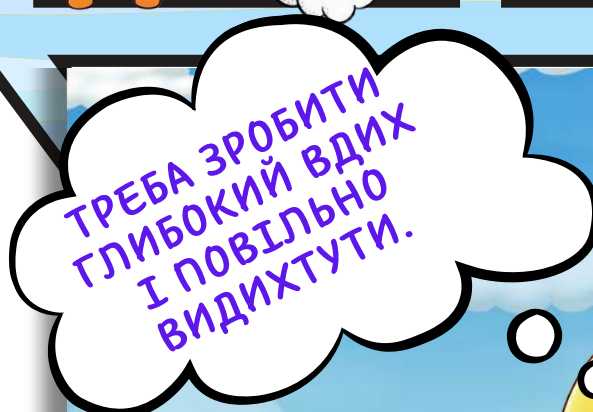
ЦІКАВО, КОГО МИ
СЬОГОДНІ ЗУСТРІНЕМО?!



Як чудово!
Як спокійно!
Сонце світить, квіти
пахнуть...



Це як маленький вулкан, що прокидається всередині, і йому хочеться вирватися назовні. Коли ти злишся, може здаватися, що світ навколо стає червоним, і хочеться кричати або щось розбити.



МЕНІ ТАК
СОРОМНО!
Я ДАРЕМНО
ГНІВАВСЯ...



Гнів - сигнал про
щось важливе.
Розкажи про це
словами.
Рухайся або
зроби паузу.

А коли ти
відчуваєш ГНІВ...
це важко. Але є
кілька секретів!

Спокій
допомагає
думати,
вирішувати,
мириться.

2

ПОРАХУЙ
ДО ДЕСЯТИ.

1

ЗРОБИ
ГЛИБОКИЙ ВДИХ
І ВИДИХ.

РОЗКАЖИ
ДОРОСЛОМУ:
ТАТОВІ, МАТУСІ,
ВЧИТЕЛЮ.

3

НАМАЛЮЙ
СВОЮ
ЗЛІСТЬ.

4

ЗРОБИ ТЕ, ЩО
ТОБІ
ПОДОБАЄТЬСЯ.

5



ПАМ'ЯТАЙ!
Ти керуєш емоціями,
а не вони тобою!



А ЯКУ
ЕМОЦІЮ
ТИ
ВІДЧУВАЄШ
СЬОГОДНІ

ЛІТЕРАТУРА ДО ПРОЧИТАННЯ



Татуся Бо.

Засиналочки : для читання дорослими дітям / Татуся Бо ; худож. Г. Рогова ; дизайнер обкл. Т. С. Пархоменко. – Харків : Vivat, 2019. – 64 с. : іл. – (Для найменших).

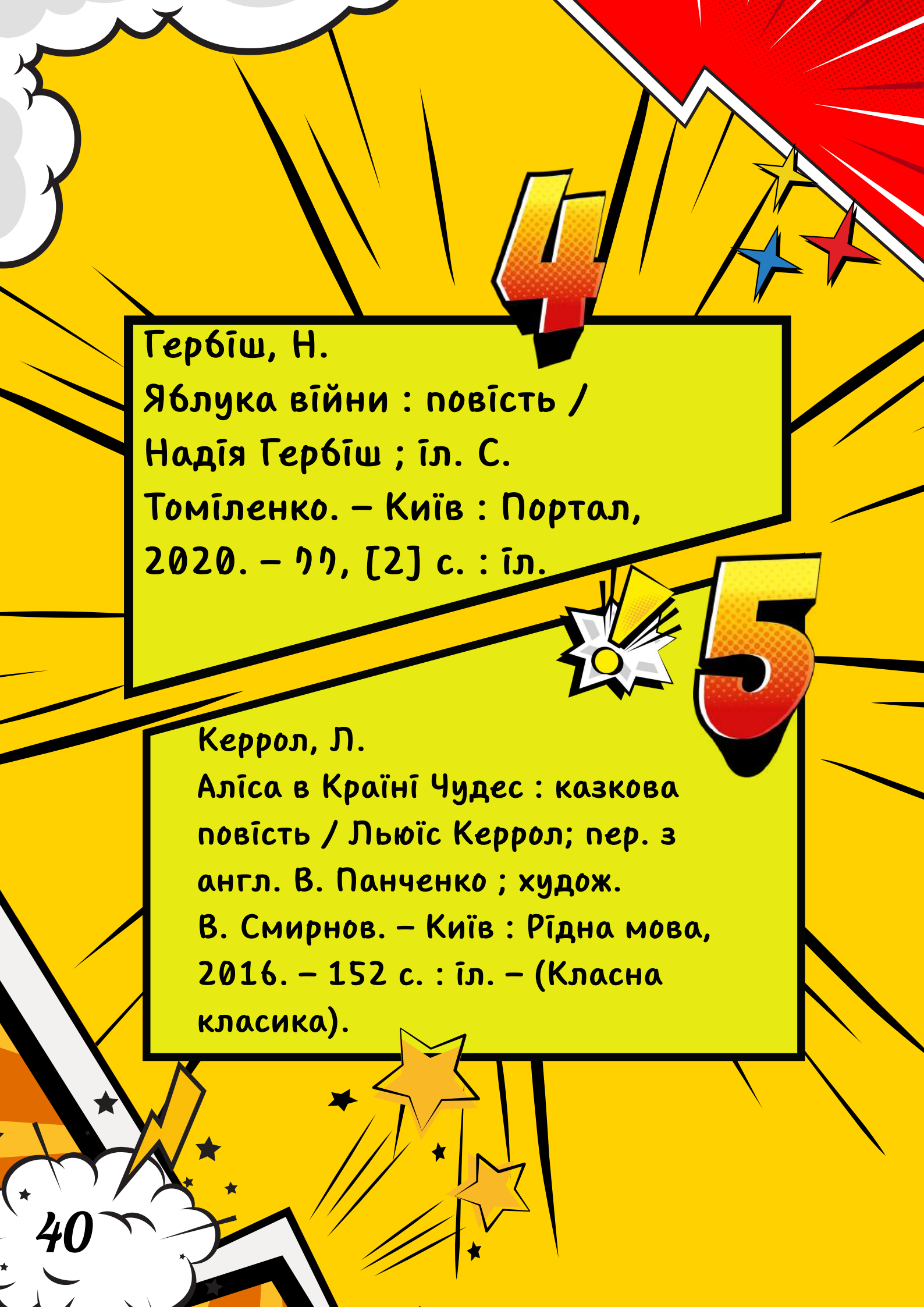
1

Пройслер, О.
Водяничок : казки для мол. шк. віку / Отфрід Пройслер ; пер. з нім. В. Т. Василюка ; мал. С. Д. Кім. – Київ : Веселка, 1981. – 176с. : іл. – (Бібліотечна серія).

2

Вайброу, І.
Капосна книжка Малого Вовчика / Іан Вайброу ; пер. з англ. Ореста Стадника ; обкл. Олега Петренка-Заневського ; іл. Тоні Росса. – Львів : Видавництво Старого Лева, 2013. – 144 с. : іл.

3



4

Гербіш, Н.

Яблука війни : повість /

Надія Гербіш ; іл. С.

Томіленко. – Київ : Портал,

2020. – 77, [2] с. : іл.



5

Керрол, Л.

Аліса в Країні Чудес : казкова

повість / Льюїс Керрол; пер. з

англ. В. Панченко ; худож.

В. Смирнов. – Київ : Рідна мова,

2016. – 152 с. : іл. – (Класна

класика).

ЕМОЦІЇ В ДІЇ

Інтерес

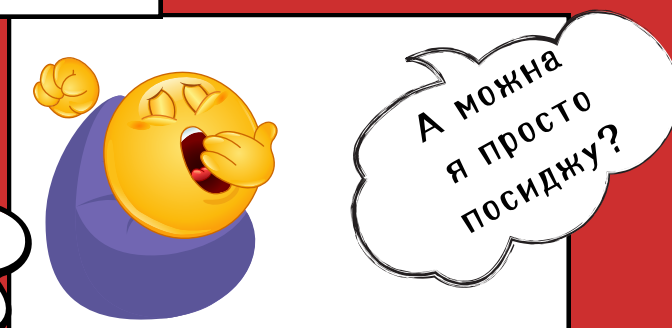
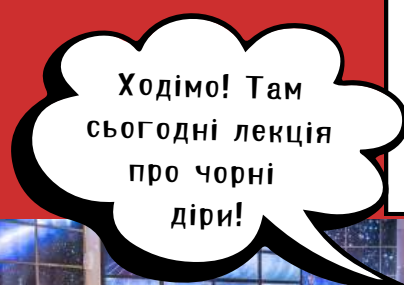
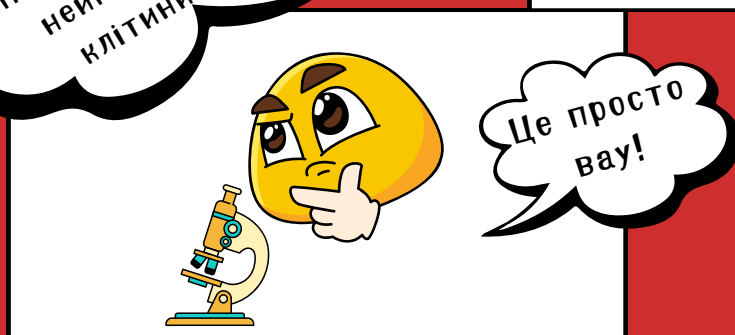


Нудьга

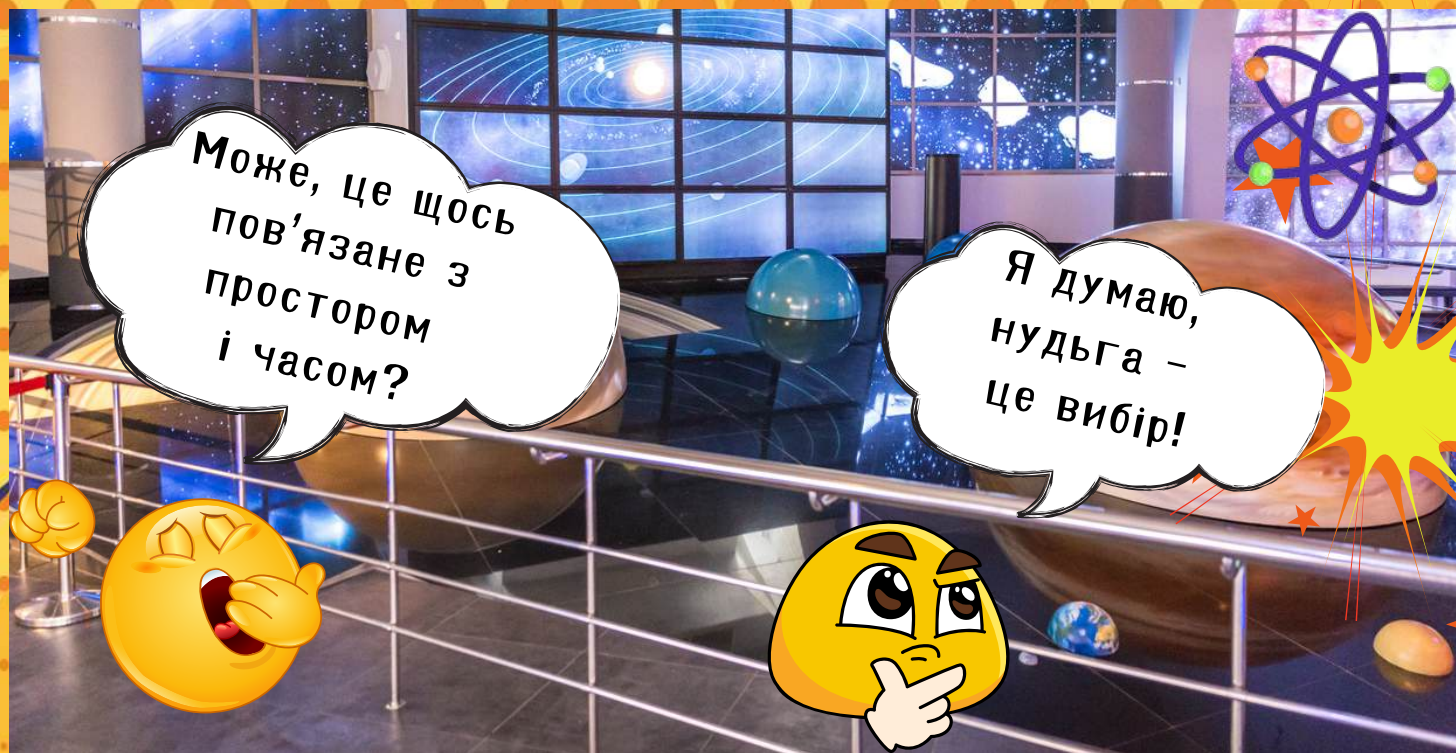


No.

5



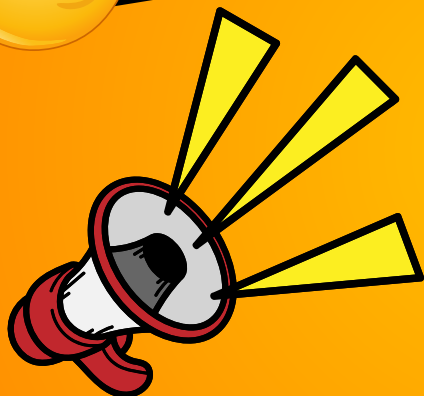
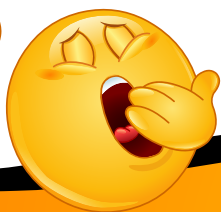






Нудьга – це коли тобі нічого не цікаво робити.
Ніби час тягнеться дуже повільно, а все навколо
здається одноманітним.

Але нудьга – не завжди погана! Вона, мов
дзвіночок: «Гей, спробуй щось нове!»
Вона може підказати, що настав час вигадати
гру, прочитати нову книжку чи
придумати цікаву ідею.



Інтерес – це коли тобі дуже цікаво!
Ти бачиш щось нове і хочеш дізнатися більше.
Хочеться досліджувати, запитувати,
пробувати самому.
Інтерес допомагає навчатися,
придумувати і ніколи
не нудьгувати!





А ЯКУ
ЕМОЦІЮ
ТИ ВІДЧУВАЄШ
СЬОГОДНІ?

Література до прочитання



Була, О.
Туконі-мешканець
лісу/Оксана Була ;
іл. авт.- Львів :
Видавництво
Старого Лева ,
2018. – 44 с. : іл.



Долинний, М.
Фуагре та
Жозефіна/Максим
Долинний ; іл. авт.-
Харків: Vivat, 2017. –
24 с. : іл.



Керрол, Л.
Аліса в Країні
Див/Льюїс Керрол ;
іл. Євгенія
Гапчинська ; пер.
Іван Андрусяк.-
Харків : Ранок,
2018. – 144 с. : іл.



Тишка, А.
Зося з вулиці Котячої
на канікулах/Агнешка
Тишка ; іл. Агата
Рачинська ; пер. Ліна
Жекова.- Харків : Школа,
2017. – 224 с. : іл.

ЕМОЦІЇ В ДІЇ



ЗАВДРІСТЬ БЕЗ МАСКИ
ЗАХОПЛЕННЯ БЕЗ МЕЖ

No.

6

ПРИВІТ!
ТАКЕ ЦІКАВЕ МІСТО.
ТУТ ПОСТІЙНО ЩОСЬ
ВІДБУВАЄТЬСЯ.
А ЩО ТО ЗА ГАЛАС?



УРАААА!
ВІТАЄМО!
ТИ МОЛОДЕЦЬ!

WOW!

SUPER!

Я
ПЕРЕМОЖЕЦЬ!



**Захоплення – це
коли ми бачимо
щось дуже цікаве,
гарне або
дивовижне, і нам
хочеться радіти,
дивуватися або
навіть вчитися
цьому самому.**

Це дуже гарна емоція, бо:

- вона допомагає радіти разом з іншими;
- вона надихає нас вчитись, розвиватись і пробувати нове;
- вона робить нас добрішими й уважнішими до інших людей.

Що можна зробити, коли відчуваєш захоплення?

Посміхнись і скажи:
«Це класно! Я теж спробую!»

SUPER!

Запиши свою мрію або ціль – і почни крок за кроком вчитись.

«А як ти цьому навчився? Можеш показати?»

**Це -
заздрість.**

«ЧОМУ В НЬОГО Є,
А В МЕНЕ - НІ?
НЕСПРАВЕДЛИВО!»



**Чому вона
з'являється?**

Бо кожен хоче мати
щось хороше, бути
особливим, улюбленим,
поміченим. І це
нормально!

Усі люди
часом
відчують
заздрість -
навіть
дорослі.



**Заздрість не
погана, але якщо
її не розуміти -
вона може
зіпсувати дружбу
або настрій.**

Вона може змусити
тебе:

- ображатися на друзів
- думати, що ти гірший
- хотіти образити іншого



Як
впоратися із
завдрістю?

Що можна
зробити, коли
з'являється
завдрість?



Порадій за інших!
Коли ти радієш за
когось, замість того,
щоб заздрити, ти сам
стаєш щасливішим!

Фокусуйся на собі!
Не порівнюй себе
постійно з іншими. Кожен
особливий по-своєму!

Спробуй навчитися!
Якщо хтось щось
вміє краще, запитай,
як він це робить і
навчися!

**Згадай про свої
успіхи!**
У тебе теж є
багато класного!
Згадай, що ти вмієш
робити добре, що
ти маєш.

Завдрість – це сигнал,
що тобі чогось
хочеться.
А ти можеш
перетворити це бажання
у дію!

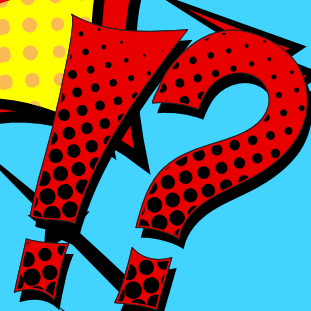
**Перетвори завдрість на
мету!**

Може, ти теж хочеш такий
трофей? Тоді постав собі
мету і працюй над нею!
Завдрість може стати
маленьким поштовхом до дій!





**А ЯКУ ЕМОЦІЮ
ТИ ВІДЧУВАЄШ
СЬОГОДНІ**



ЛІТЕРАТУРА ДО ПРОЧИТАННЯ

1
Сухомлинський, В.
Вогнегрівий коник : казки,
притчі, оповідання /
Василь Сухомлинський ;
упоряд. О. В. Сухомлинська.
- Київ : Вікар, 2007. - 200 с. : іл.
[Скарби української
літератури].

2
Дал, Роальд.
Чарлі і великий скляний
ліфт / Роальд Дал ; пер. з
англ. В. Морозов ; худож.
К. Блейк ; обкл. І. Сулима. -
Вид. 7-ме. - Київ : А-БА-БА-
ГА-ЛА-МА-ГА, 2021. - 272 с. :
іл.

3
Дерманський, О.
Маляка. - принцеса
Драконів /
Сашко Дерманський ;
мал. В. Богданюк. - 3-тє
вид. - Вінниця : Теза, 2018.
- 160 с. : іл. - [Маляка].

ЛІТЕРАТУРА ДО ПЕРЧИТАННЯ

4

Сент-Екзюпері, Антуан.
Маленький принц:
повість / Антуан де Сент-
Екзюпері; з акварелями
авт.: з фр. пер. Леонід
Кононович. – Київ: Рідна
мова, 2019. – 96 с.: іл.

5

Нестайко В. З.
Чарівний талісман: повісті
/ Всеволод Зіновіович
Нестайко; іл. Юлії Радіч-
Демидьонук. – Київ: Країна
Мрій, 2010. – 288 с.: іл. –
[Найкращі твори Всеволода
Нестайка]

6

Лазуткіна, Ю.
Корсар, або Пухнаста історія з
кігтями / Юлія Лазуткіна;
іл. Олі Кочури. – Золотоноша:
Вид-во Райни Н., 2023. – 59 с.: іл.



ЕМОЦІЇ В ДІЇ



Ніжність і

впливовість

знайомляться

зі світом

WOW

OMG!

No.

1



Привіт!
Можна з тобою
посидіти?

COOL!

Звичайно!

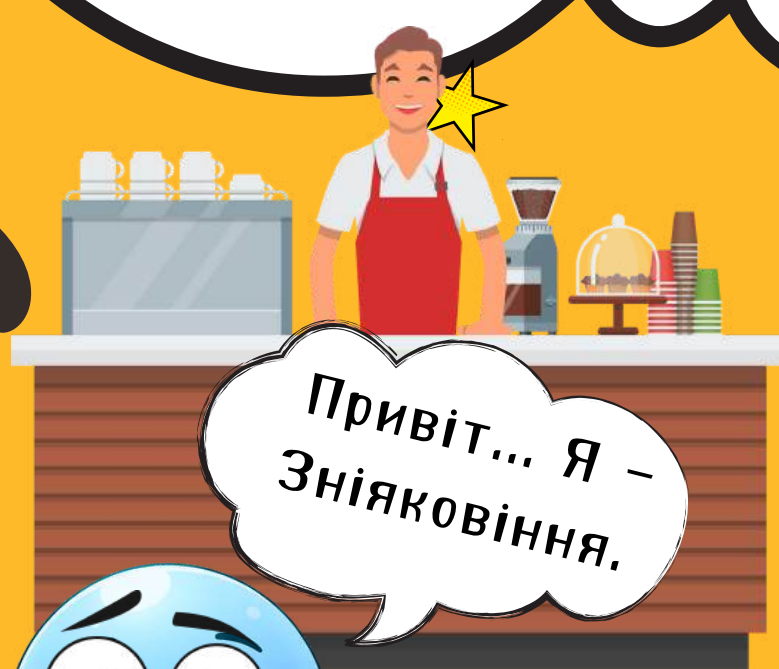


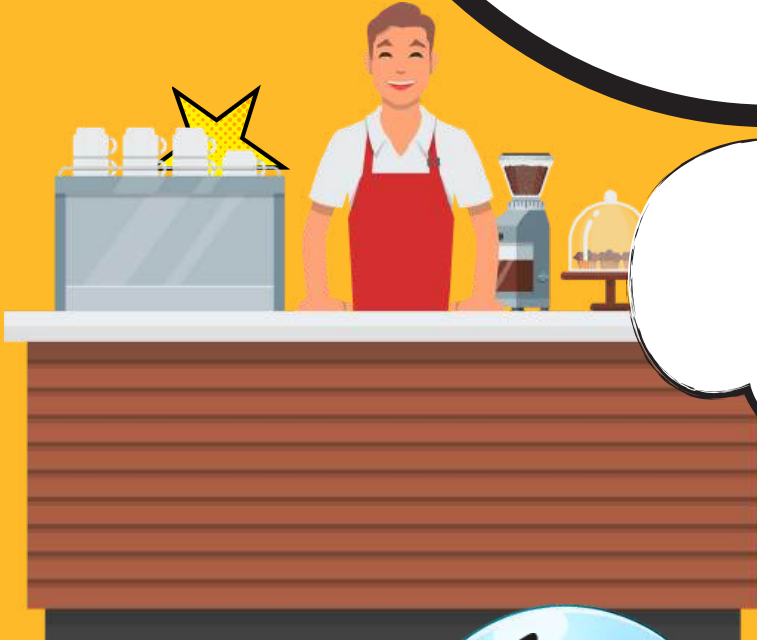
Я – Ніжність!

wow!

Я з'являюся, коли
хочеться тепла й
підтримки.

Ти саме те, що
мені зараз
потрібно.





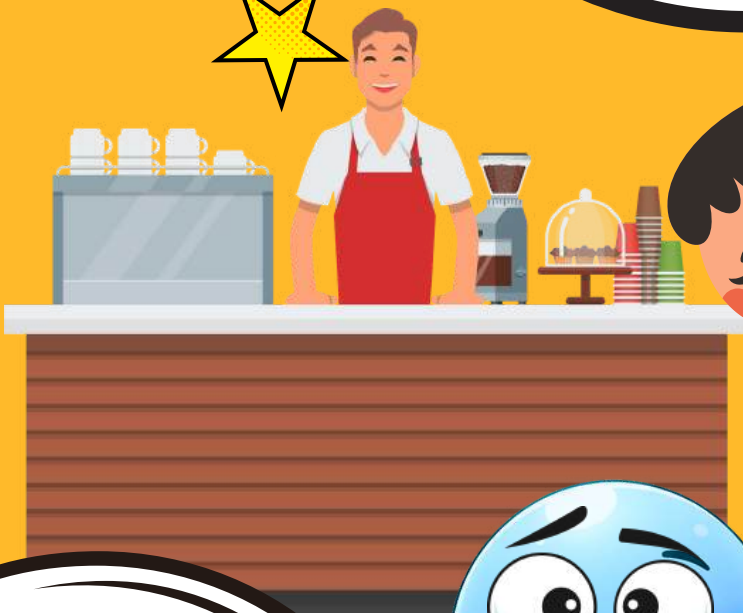
Зараз усі
на мене
дивляться...



Що, як я щось
скажу не так?..

Це нормально.
Ми просто боїмось
виглядати дивно..





Привіт!
Можна стати
поруч?



Ти дуже потрібна.
Завдяки тобі ми вчимося
бути обережними
з почуттями.

Справді?
Але я завжди
незручна...



Зніяковіння – м'якість, що допомагає
бути чесними із собою. А ніжність –
та, що допомагає не тікати від цього.





Ніжність – це
внутрішній дотик до себе,
що допомагає прийняти
зніжковіння без осуду. ★



Разом вони формують емоційну
безпеку, де можна бути собою.





Ваше
замовлення?

Чай з імбиром
і лимоном...
будь ласка.

Інколи ми потребуємо обох –
і ніжності, і зніяковіння –
щоб зробити крок уперед.

Зніяковіння – це коли
ти раптом відчуваєшся трохи
невпевнено.
Це нормально! Просто дай
собі трішки часу –
і почуття мине.



WOW!!!

А ЯКУ
ЕМОЦІЮ
ТИ ВІДЧУВАЄШ
СЬОГОДНІ?

WOW!!!

Література до прочитання

1

Андре, Д.
Жирафи не танцюють/
Джайлз Андре ; іл. Гай
Паркер-Ріс.- Харків :
Читаріум, 2018. – 32 с. : іл.

2

Нанетті, А.
Мій дідусь
був черешнею/Анджела
Нанетті ; іл. Анастасія
Стефурак.- Львів :
Видавництво Старого
Лева, 2015. – 135 с. : іл.

3

Скоттон, Р.
Баранчик Рассел/Роб
Скоттон ; іл. авт. –
Львів : Видавництво
Старого Лева, 2015. –
40 с. : іл.

Чіраоло, С.
Обійми мене/Симона
Чіраоло ; іл. авт. –
Львів : Видавництво
Старого Лева,
2020. – 32 с. : іл.



РОЗГУБЛЕНІСТЬ -
ПЕРШИЙ КРОК ДО
ВПЕВНЕНОСТІ

No.

8

ЕМОЦІЇ

В ДІЇ



Привіт!
Сьогодні я
отримав дуже
цікавий лист.



**"Привіт, Емоджику!
Знайди скриньку
Сили у Лабіринті
Емоцій.
Вона допоможе
кожному
зрозуміти себе!"**

START

**Ура!
Нова пригода!
Я обов'язково
знайду цю
скриньку!**



Мені трохи
страшно...

я не розумію,
куди йти...
що робити?...

Розгубленість – це
коли ми не
розуміємо, що робити
далі.
Це почуття схоже на те,
ніби ти потрапив у
нове місце без карти –
і не знаєш, куди
повернути.

Це не
слабкість.
Це просто
сигнал,
що тобі
потрібна
підказка
або трохи
часу.

Що робити, коли ти розгублений?

- Зупинись і подихай глибоко – вдих-видих, вдих-видих.
- Постав собі запитання: “Що саме мене бентежить?”
- Попроси допомоги:
“Я не зрозумів... Можеш пояснити ще раз?”
- Не соромся! Усі розгублюються – навіть учителі й дорослі.



Привіт! Я живу у
лабіринті!
Не хвилюйся.
Я тобі допоможу.
Просто зупинись!
Подихай!
Подумай!



"Сюди! Маленький крок — і вперед!"

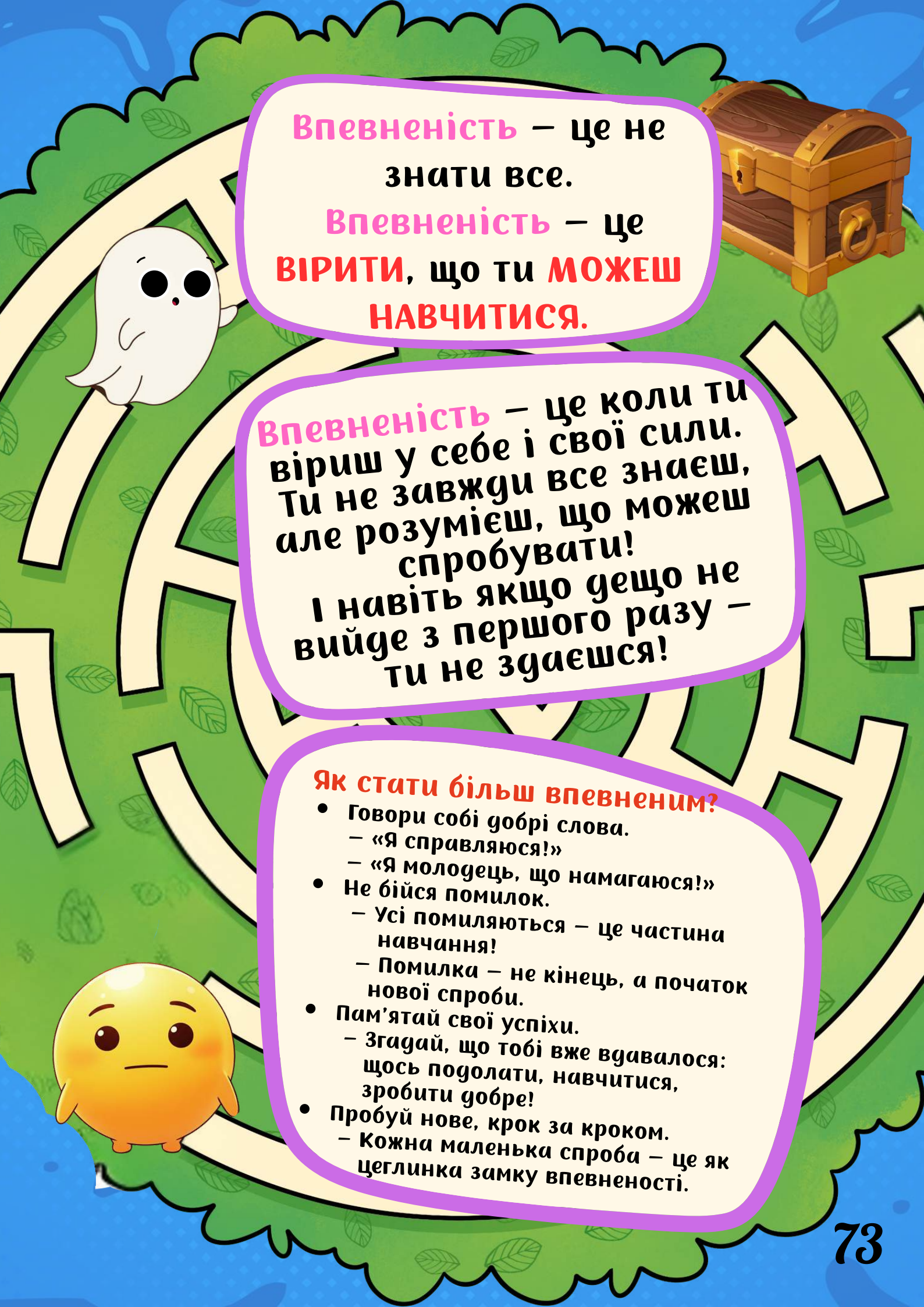






Молодець!
Ти був
впевненим і у
тебе все
вийшло!

Тобто... навіть
коли я не знав,
куди йти – але
не здався – це
вже
впевненість?



Впевненість – це не
знати все.

Впевненість – це
ВІРИТИ, що ти **МОЖЕШ**
НАВЧИТИСЯ.

Впевненість – це коли ти
віриш у себе і свої сили.
Ти не завжди все знаєш,
але розумієш, що можеш
спробувати!
І навіть якщо щось не
вийде з першого разу –
ти не здаєшся!

Як стати більш впевненим?

- Говори собі добрі слова.
 - «Я справляюся!»
 - «Я молодець, що намагаюся!»
- Не бійся помилок.
 - Усі помиляються – це частина навчання!
 - Помилка – не кінець, а початок нової спроби.
- Пам'ятай свої успіхи.
 - Згадай, що тобі вже вдавалося:
щось подолати, навчитися,
зробити добре!
- Пробуй нове, крок за кроком.
 - Кожна маленька спроба – це як
цеглинка замку впевненості.

**"Справжня
сила – це
розуміти свої
емоції і не
боятися
пробувати
знову!"**



А ЯКУ ЕМОЦІЮ ТИ
ВІДЧУВАЄШ
СЬОГОДНІ!?

ЕМОЦІЇ

В ДІЇ



ЛІТЕРАТУРА ДО ПРОЧИТАННЯ



Франко, І. Я.
Фарбований лис : казки : для ст. дошк.
та мол. шк. віку / Іван Якович Франко ;
худож. С. Артющенко. – 3-тє вид. –
Київ : Веселка, 1999. – 24 с. : іл.

1

Щербаченко, Т.

Пуп землі, або Як Даринка світ
рятувала / Тетяна Щербаченко ;
худож. Анна Сарвіра. – Київ :
Грані-Т, 2007. – 56 с. : іл. –
(Сучасна дитяча проза).

3

Нестлінгер, К.

Обзивають мене Мурахоїдом /
Кристина Нестлінгер ;
пер. з нім. Олександра
Мокровольського ; мал.
Валентини Богданюк. – Вінниця :
Теза, 2007. – 221 с. : іл.

ЛІТЕРАТУРА ДО ПРОЧИТАННЯ



Вдовиченко, Г.

36 і 6 котів: вусато-хвостата історія
для дітей / Галина Вдовиченко ; мал.
Н. Гайда. – Львів : Видавництво
Старого Лева, 2017. – 136 с. : іл.

4

5

Манів, Г.

Киці-мандрівниці: як усе
почалося : Італія. Гренландія.
Фінляндія. Кн. 1 / Галина Манів ;
намал. Д. Печенкін. – Київ : Рідна
мова, 2019. – 48 с. : іл. –
(Неймовірні пригоди).

6

Вебб, Г.

Детектив Мейзі Хітчінз, або Справа
про вкрадений шестипенсовик =
Maisie Hitchens. The Case of the
Stolen Sixpence / Голлі Вебб ; з англ.
пер. Е. Євтушенко ; іл. М. Ліндсей. –
Київ : Book Chef : Форс Україна,
2017. – 176 с. : іл. – (Читака. Book
Chef).

ЕМОЦІЇ В ДІЇ



Смак

Задоволення

Тінь

Провини

WOW

No.

9

OMG!









Чому мені трохи
сумно, хоч я
і щасливий?

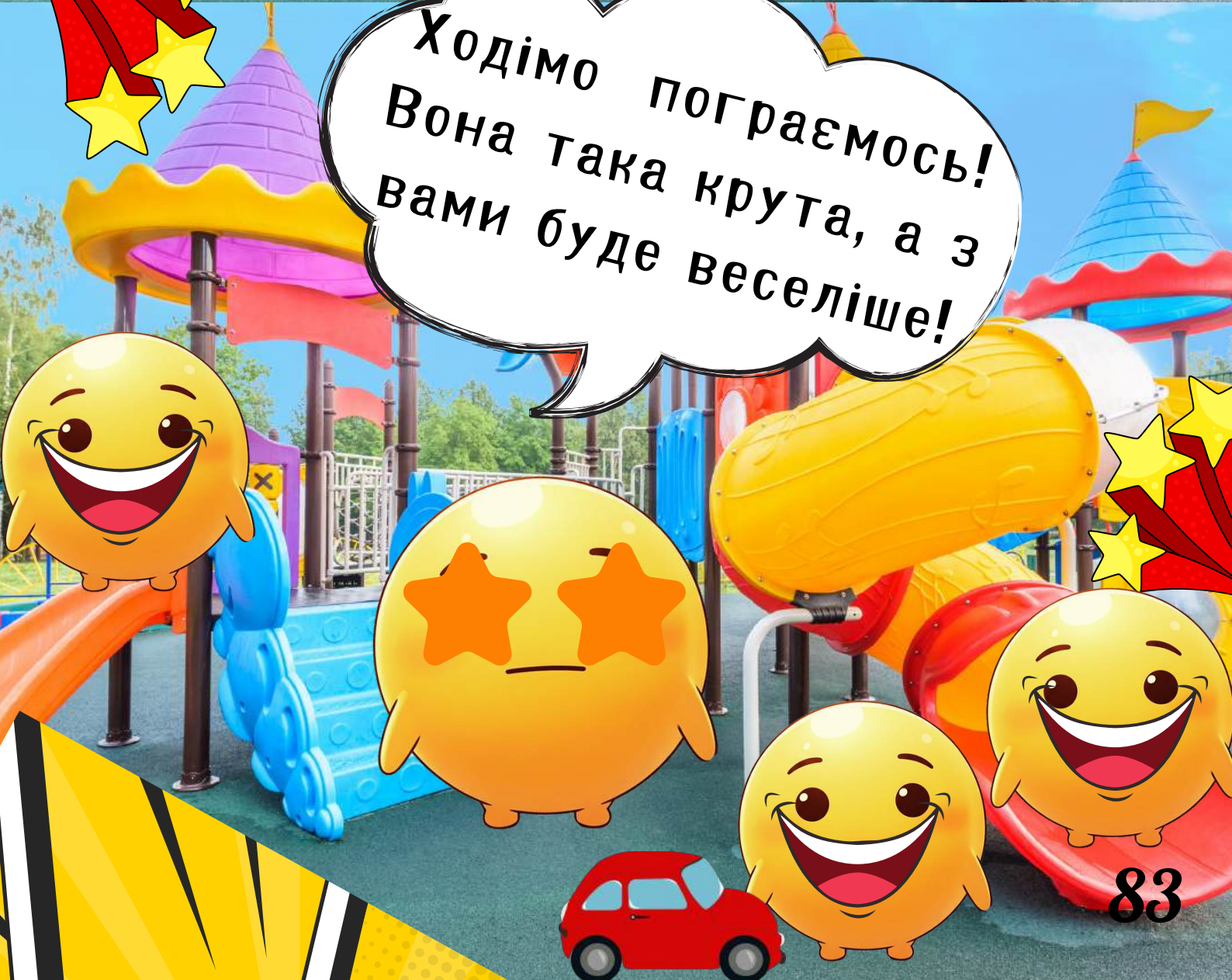
Ти відчуваєш
провину... Бо забув
про друзів.

Провина – це внутрішній
сигнал, що ти зробив
щось, чого не варто було
робити.

На відміну від
сорому, провина
стосується вчинку,
а не всієї
особистості.



Я хочу поділитися
радістю!



Ходімо пограємось!
Вона така крута, а з
вами буде веселіше!



Ура! Тепер це і
наше свято!



Щастя справжнє,
коли воно для всіх!



Задоволення – це
приємне почуття.
Ми його відчуваємо,
коли нам щось
подобається: смачна їжа,
цікава гра чи гарний
відпочинок.



Іноді задоволення може
змішуватись з іншими емоціями.

Наприклад, з провиною:
отримав бажане, але згадав,
що не поділився.





WOW!!!

А ЯКУ
ЕМОЦІЮ
ТИ ВІДЧУВАЄШ
СЬОГОДНІ?

WOW!!!

Література до прочитання

1

Вдовиченко, Г.
Ліга непарних
шкарпеток/Галина
Вдовиченко ; іл. Арсен
Джанік'ян. – Львів :
Видавництво Старого
Лева, 2019. – 56 с. : іл.

2

Бесков, Е.
Діти лісу/Ельза
Бесков ; пер. Ольга
Мяеотс. – Київ :
Книги Флоріс,
2005. – 32 с. : іл.

3

Нордквіст, С. Петсон
і Фіндус/Свен
Нордквіст ; пер.
Галина Кирпа. –
Тернопіль : Богдан,
2021. – 152 с.



ЕМОЦІЇ
В ДІЇ



образа

посварила,

Любов

подружила

WOW

OMG!

No. 10



Ой, лови!
Не відпускай
у річку!

Та я чемпіон
у ловінні
м'ячів!

Ти все зіпсував!
Ми більше не
друзі!

Це ж
випадково...

A comic book illustration of a park scene. In the upper half, a yellow ball character with a sad expression stands on a green lawn. Two speech bubbles above it contain Ukrainian text. In the background, there are green trees, a blue pond, and a large yellow sun with red rays. In the lower half, a blue ball character and a sad yellow ball character are shown. A large 'wow! wow! wow!' text is in the center. Speech bubbles with more Ukrainian text are next to them. A colorful beach ball is in the pond, and three stars (yellow, red, blue) are on the grass. The page number '90' is in the bottom left corner.

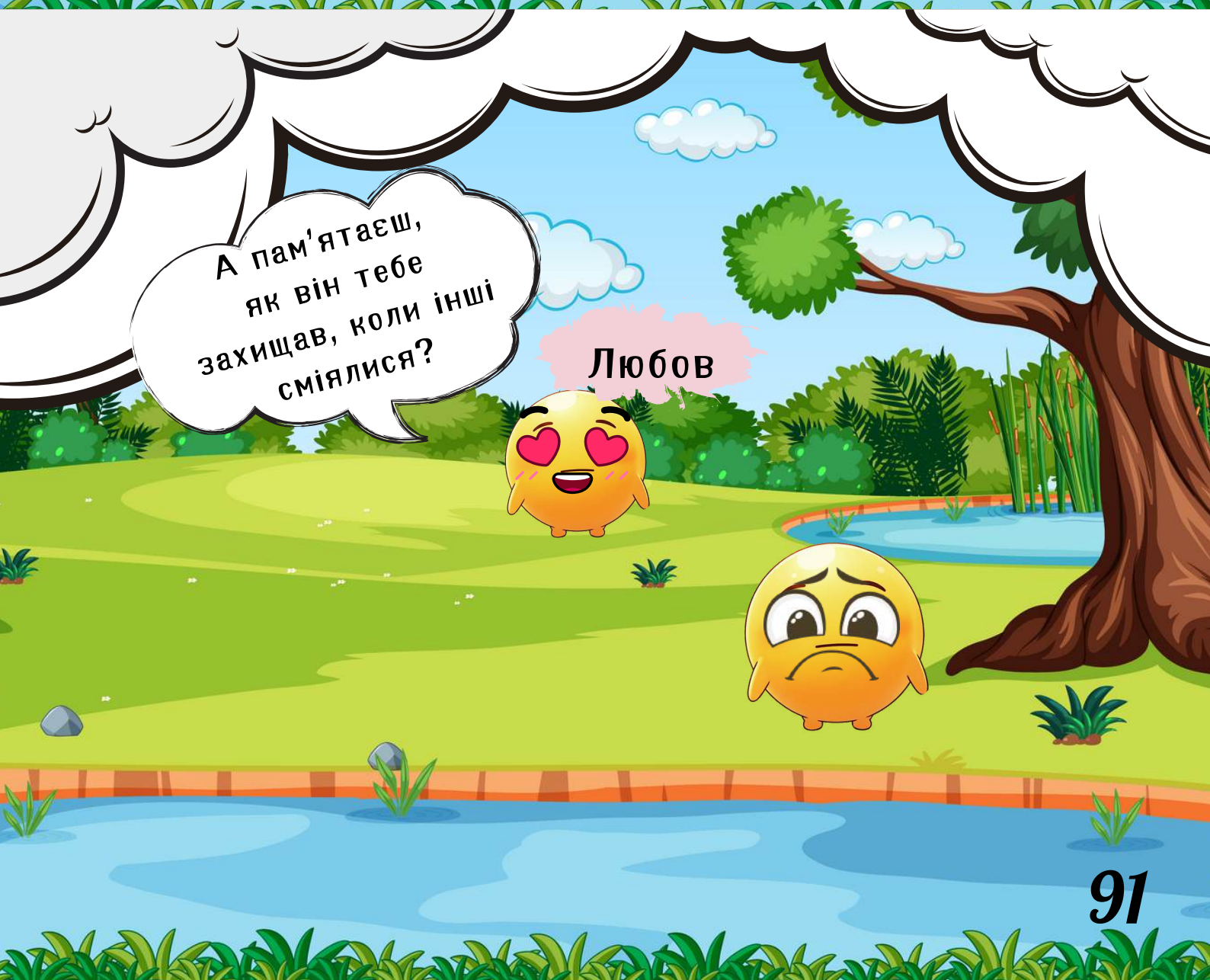
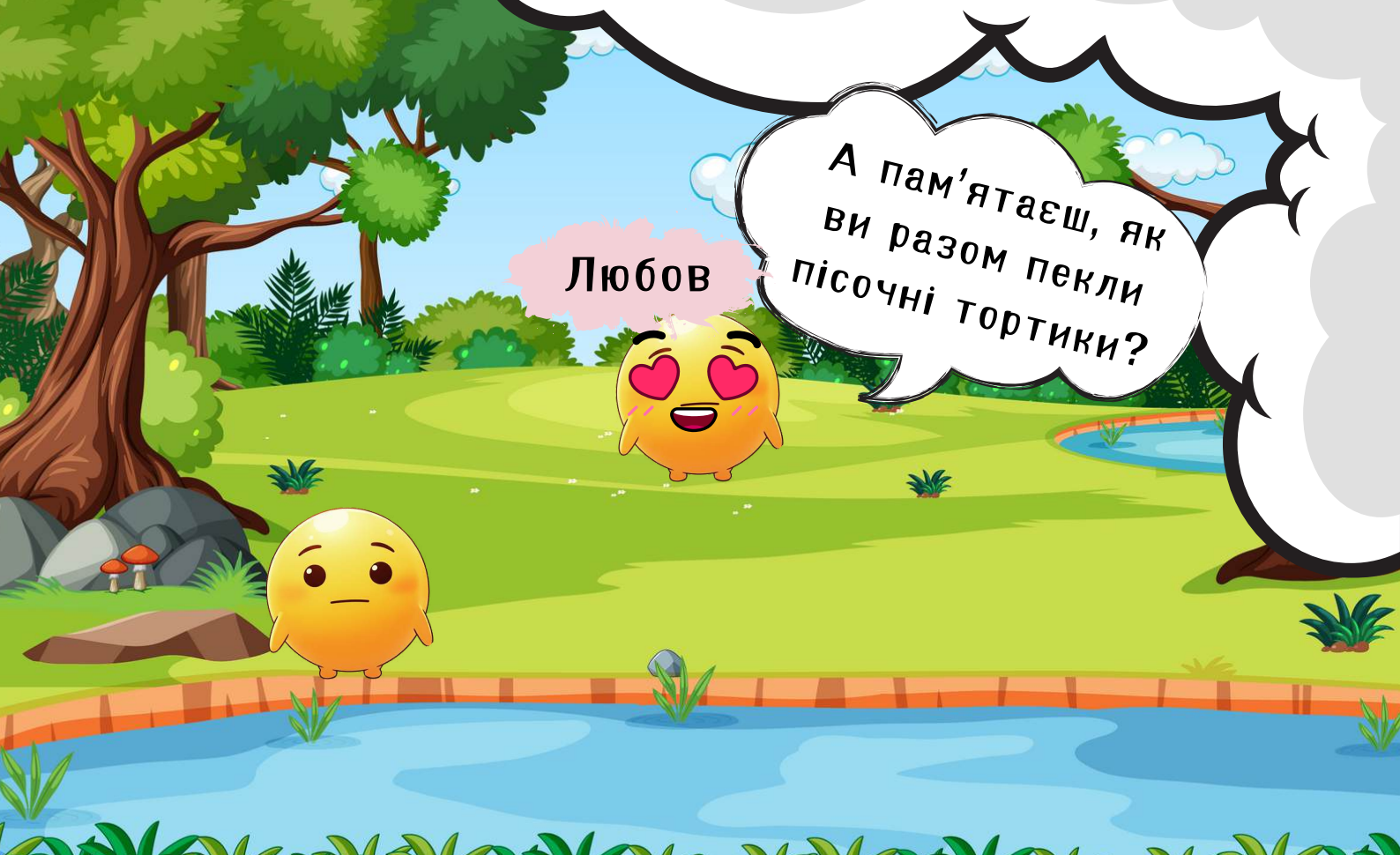
М'яч був такий класний...

А може, я перегнув?

wow! wow! wow!

Нехай він тепер сам грається!

Я нічого поганого не зробив!

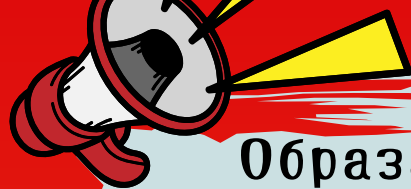




Пробач, я
погарячував.

І я, пробач.
Давай разом
придумаємо нову
гру!

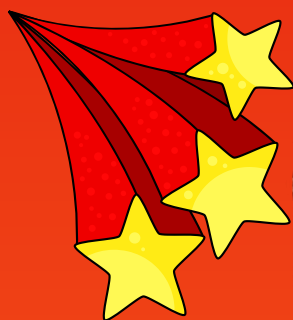
Любов не зникає через
дрібниці. Вона завжди
знаходить шлях до серця.



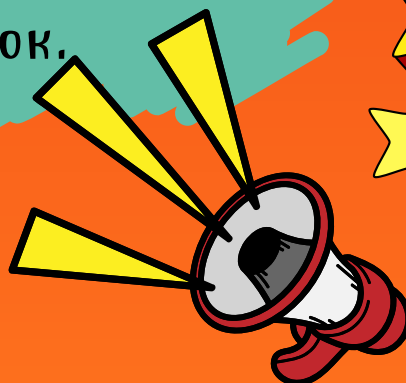
Образа - це природно, але
з нею можна і потрібно
вчитися працювати.



Любов - це дія:
підтримка, вибачення,
обійми.



Образа і любов - це глибоко
пов'язані почуття. Ображаються
найчастіше на тих, кого люблять.
Образа виникає, коли очікування
порушуються, але саме любов дає
сили пробачити, поговорити,
зрозуміти одне одного
і відновити зв'язок.





WOW!!!

А ЯКУ
ЕМОЦІЮ
ТИ ВІДЧУВАЄШ
СЬОГОДНІ?

WOW!!!

Література до прочитання

1

Кес, К.

Азбука почуттів та емоцій/

Катерина Кес. – Харків : ПЕТ, 2021.

– 64 с. : іл.

2

Льєнас, А.

Монстрик і його
кольори/Анна Льєнас.

– Київ : Каламар, 2019.

– 40 с. : іл.

3

Маламед, Г.

Коли я ображаюся:
емоції / Геннадій

Маламед ; іл.

Олександра

Ярмоленко. – Харків :

Ранок, 2024. –

40 с. : іл.

Муше, Н.

Поговоримо про любов:
від 3 років/Надін Муше,
Валері Комб ; іл.

Шарлотта Гасто ; пер.
Наталія Сліпенко. – Київ
: Каламар, 2021. –

20 с. : іл.

5

Тумко, І.

Казки про почуття
та емоції / Ірина

Тумко, Наталія

Дешко. – Київ :

Кристал Бук, 2024.

– 32 с. : іл.

НАДІЯ ВЕДЕ СМУТОК НА ПРОГУЛЯНКУ

No.

11

ЕМОЦІЇ
В ДІЇ



ЯК
СУМНО!

ЩО ЦЕ ЗІ
МНОЮ?

ЦЕ
СМУТОК

А ТИ ХТО?

Я - НАДІЯ

Я ЖИВУ
В ТВОЄМУ СЕРЦІ.

Я З'ЯВЛЯЮСЯ,
КОЛИ ТОБІ СУМНО
АБО СТРАШНО.

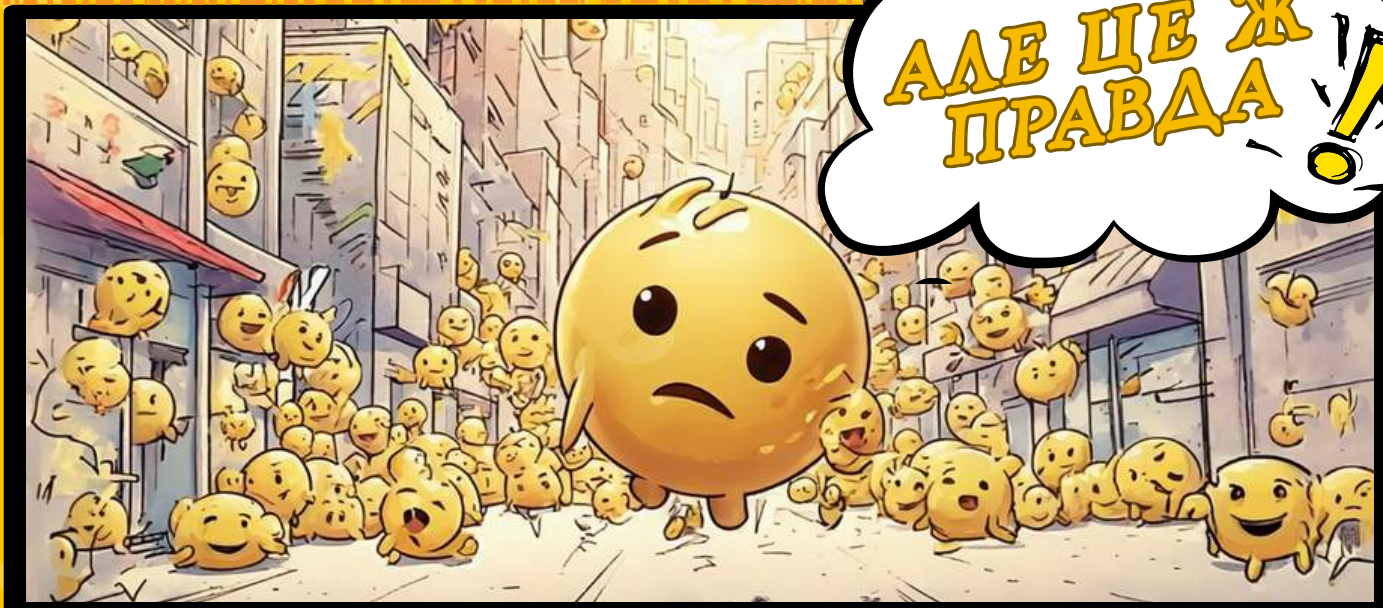
Я ДОПОМАГАЮ НЕ
ЗУПИНЯТИСЯ.

ЗВІДКИ
ТИ
ВЗЯЛАСЯ?

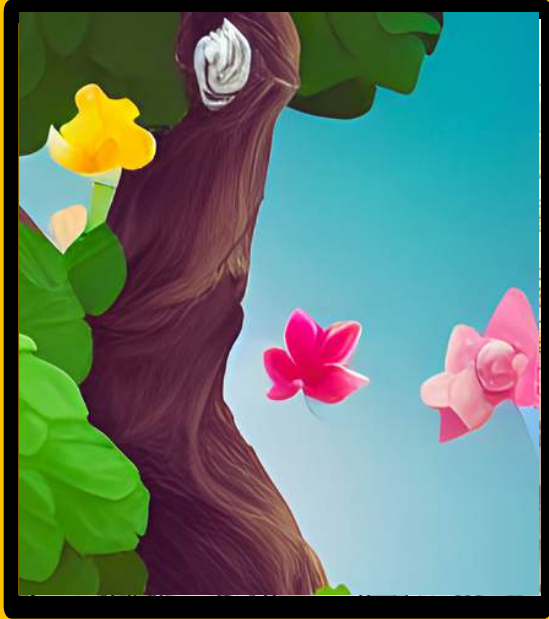


ЯКЩО ТИ ЗАВЖДИ
ЗІ МНОЮ, ТОДІ
ЧОМУ Я СУМУЮ?

ТОМУ ЩО ЛІТО
ЗАКІНЧУЄТЬСЯ І ТОБІ
ЗДАЄТЬСЯ, ЩО ПРИГОДАМ
ПРИЙШОВ КІНЕЦЬ.



АЛЕ ЦЕ Ж
ПРАВДА!



НІ!
ПРИГОДИ ТІЛЬКИ
ПОЧИНАЮТЬСЯ!
БО ЛІТО ПРИХОДИТЬ
ДО НАС ЩОРОКУ!

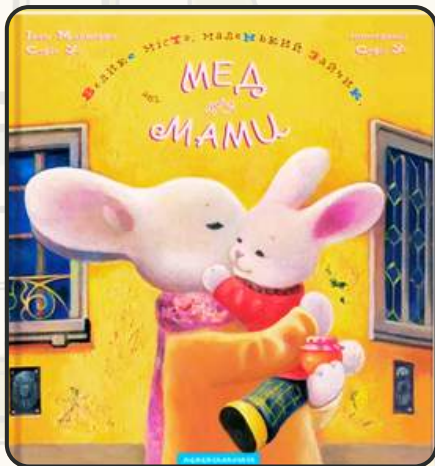
НАДІЯ – ЦЕ КОЛИ
МИ ВІРИМО,
ЩО НАВІТЬ ПІСЛЯ
ТЕМНОЇ НОЧІ ЗІЙДЕ
СОНЦЕ.





**А ЯКУ ЕМОЦІЮ
ТИ ВІДЧУВАЄШ
СЬОГОДНІ**





Малкович, І.
Велике місто, маленький зайчик, або Мед для мами / Іван Малкович ; іл. С. Усс. – Київ : А-БА-БА-ГА-ЛА-МА-ГА, 2019. – 34 с. : іл.



Барнетт, Ф.
Маленький лорд Фаунтлерой / Френсіс Барнетт ; переказ Наталі Павловської. – Київ : АВІАЗ, 2013. – 80 с. : іл.



Немцова, Б.
Володар часу : казки для мол. шк. віку / Божена Немцова ; пер. з чеськ. Д. Андрухів ; мал. Н. Кирилової. – Київ : Веселка, 1991. – 247 с. : іл.

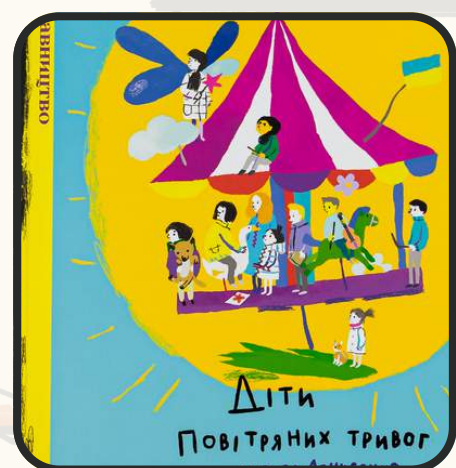
ЛІТЕРАТУРА ДО ПРОЧИТАННЯ



Даррелл, Дж.
Балакучий згорток / Джеральд Даррелл ; пер. Наталія Трохим. – Київ : Гамазин, 2007. – 288 с. – (Для тих, хто не любить читати).



Зальтен, Ф.
Бембі : лісова казка / Ф. Зальтен ; пер. з нім. О. Журавля ; мал. Г. Гликмана. – Київ : Школа, 2000. – 159 с. : іл. – (Хрестоматія школяра).



Денисенко, Л.
Діти повітряних тривог / Лариса Денисенко ; іл. О. Лондон. – Київ : Видавництво, 2022. – [47] с. : іл. – (Для дітей).

ЕМОЦІЇ
В ДІЇ



ВОГНИККИ ЩАСТЯ
СЕРЕД ХМАР РОЗПАЧУ

WOW

OMG!

No. 12

Хмари
Розпачу

Хмари
Розпачу

Невже сонце
більше не
повернеться?



Хто ти?



Я – Вогник Щастя.
Я живу там, де
мене запалюють у
серцях.

Однієї іскри
достатньо, щоб
світло прорізало
темряву.



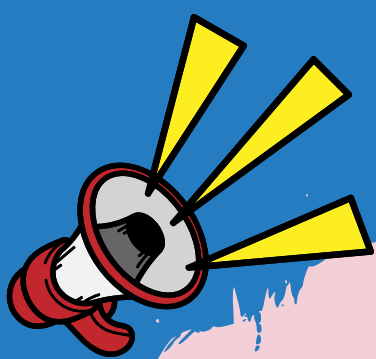
Хмари
Розпачу

Хмари
Розпачу



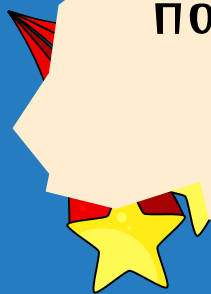
Хмари
Розпачу





Щастя – це стан цілковитого задоволення життям, відчуття глибокої радості, вдовolenня і позитивних емоцій.

Щастя не завжди велике. Іноді воно починається з крихітного вогника, який ти передаєш далі.



Розпач – це стан сильного душевного болю, безнадії та безвихідності. Це глибоке почуття, яке часто виникає, коли людина втрачає надію на краще.



WOW!!!



А ЯКУ
ЕМОЦІЮ
ТИ ВІДЧУВАЄШ
СЬОГОДНІ?

WOW!!!

Література до прочитання

1

Андерсен, Г. К.
Калози щастя/ Ганс Крістіан Андерсен ;
іл. Ольга Харькова. – Харків : Ранок,
1986. – 46 с. : іл.

2

Мочіуніг, У.
У пошуках щастя/
Ульріке Мочіуніг,
Ніна Дуллек ; пер.
Ігор Андрущенко. –
Київ : Дж. Дж.
Агенція ГМБХ
Україна, 2012. –
36 с. : іл.

3

Мюлленгейм, С.
Кольори щастя/Софі
де Мюлленгейм ; іл.
Анік Массон. –
Харків : Ранок,
2024. – 40 с. : іл.

Пунсет, Е.
Відчайдухи у країні
єдинорогів/Ельса
Пунсет ; пер. Анна
Марховська ; іл. Росіо
Бонілья. – Київ :
Каламар, 2022 –
48 с. : іл.

5

Стус, Т.
Де Ойра?/ Таня
Стус. – Харків :
Віват, 2017. –
32 с. : іл.

Дорогий читачу!

Ось і закінчилися наші захоплюючі
пригоди разом з Емоджиком!

Сподіваємось, його подорож
Емоджиляндією тобі сподобалася
і подарувала безліч яскравих емоцій.

Ти побачив, як Емоджик вчився
розуміти себе та своїх друзів,
долати труднощі та знаходити вихід
із будь-яких ситуацій.

Пам'ятай, що кожна емоція важлива:
і радість, і смуток, і навіть злість.

Головне - навчитися ними керувати.

І, як ти вже знаєш, це не так вже
й складно! Достатньо лише трошки
бажання і наполегливості,
і ти зможеш стати справжнім капітаном
корабля своїх почуттів.

Насправді, ці пригоди - лише початок!

У кожного з нас попереду ще безліч
дивовижних мандрівок.

А країна емоцій та почуттів - це цілий
всесвіт, який варто досліджувати.

Нехай ця збірка коміксів стане твоїм
добрим другом і помічником.

Завжди пам'ятай: ти - особливий,
а твої почуття - це твоя суперсила!

З любов'ю та найкращими побажаннями,
команда Херсонської обласної бібліотеки
для дітей імені Дніпрової Чайки.

Шановні дорослі!

Дякуємо, що ви разом з дітьми поринули у захопливий світ почуттів та емоцій. Сподіваємось, що ці комікси стали для вас не лише цікавим читанням, а й корисним інструментом для спілкування з дітьми на важливі теми.

Ми, команда Херсонської обласної бібліотеки для дітей імені Дніпрової Чайки, усвідомлюємо, наскільки важливим є ментальне здоров'я наших маленьких читачів, особливо в такий непростий час.

Саме тому ми створили цю збірку.

На її сторінках ви знайдете QR-коди, що ведуть на сайт та новинний блог нашої бібліотеки.

Там ви зможете прочитати про заходи, які проводилися паралельно з опублікуванням веб-випусків, та переглянути фоторепортажі з них. Це дозволить вам побачити, як наші маленькі юні дослідники вчилися розуміти свої емоції в ігровій та творчій формі.

Зустрічі в цьому проєкті є надзвичайно важливими для дітей Херсона. Вони допомагають їм краще розуміти себе та інших, розвивати емоційний інтелект і долати психологічні труднощі.

Адже турбота про ментальне здоров'я - це інвестиція в щасливе та успішне майбутнє наших дітей.

З повагою, колектив Херсонської обласної бібліотеки для дітей імені Дніпрової Чайки.

**Збірка коміксів «Магічний скарб емоцій:
шлях до власних відчуттів і знань про них»**

Для дітей молодшого шкільного віку

Автори-укладачі Ю. В. Британ, А. В. Кіденко
Куратор апробації проєкту Н. М. Крижановська
Редактори Н. Ф. Попова, А. Г. Ліпкіна, Г. І. Новицька



© Херсонська обласна бібліотека для дітей
імені Дніпрової Чайки, 2025



ХЕРСОНСЬКА ОБЛАСНА
БІБЛІОТЕКА ДЛЯ ДІТЕЙ
імені Дніпрові Чайки

