

CUPRINS

FANNI ȘI GEMENII ARTĂGOȘI	4
---------------------------------	---

INFORMAȚII DESPRE INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ	31
--	----

Ce este inteligența emoțională și de ce trebuie învățată treptat?	32
Retragerea ca mijloc de reglare emoțională	34
Nevoile din spatele nervilor	36
Pașii pentru o ceartă constructivă	39
Durează să înveți să-ți ceri iertare	42

ACTIVITĂȚI	43
------------------	----

De făcut împreună cu copilul	44
Pentru adulți	50



Lenni și-a petrecut toată ziua în pădure, adunând ghinde, iar acum e concentrat asupra prăzii sale. Tocmai când număra ghindele și își organiza colecția, intră în cameră Lili, sora lui geamănă.

— Ce faci? întreabă ea.

Ca să nu-și piardă concentrarea, Lenni îi face semn să aștepte puțin. Dar Lili se apropie de el și ridică tonul:

— Ai surzit?! Ce faci?

De obicei, cei doi frați petrec mult timp împreună și se înțeleg de minune. Te simți în siguranță când ai lângă tine pe cineva pe care-l cunoști bine și care e gata să te apere la nevoie. În ultima vreme însă, Lili și Lenni s-au certat foarte des. Orice ar face unul dintre ei, celălalt se enervează și astfel se iscă din nou cearta.

LILLI
& LENNI
★ ★ ★



Lenni pierde șirul numărătorii, iar strigătele lui Lili îl fac să fiarbă de furie.

— De ce trebuie să mă deranjezi mereu? Du-te în altă parte! mârâie el cu răutate.

— E și camera mea. Ia du-te tu în altă parte! îi retează Lili vorbele.

Apoi apucă niște ghinde din grămadă și le aruncă cât colo.

— Hei! Acum adună-le pe toate, toanto!

Lenni o fixează cu privirea și arată spre ghindele împrăștiate. Ea se înfurie și mai tare și începe să-l ciupească pe fratele ei.

— Încetează! strigă Lenni și ridică aripile să se apere.



