

The book was found

Sueños Del Océano Índigo: 4 Cuentos Infantiles De Stress Free Kids Diseñados Para Disminuir El Estrés, La Ira Y La Ansiedad, Y Para Aumentar La Auto-estima (Spanish Edition)



Synopsis

Sueños del Océano Índigo es un libro en CD / audiolibro diseñado para entretener a sus hijos en un ambiente marino, mientras aprenden cuatro técnicas de relajación basadas en la investigación del control del estrés. Los niños siguen a sus amigos marinos a medida que aprenden a liberar y a controlar su ira con El Pulpo Enojado, a desarrollar su autoestima con Tejedor de Afirmaciones, a entonar su respiración con Caleta de la Nutria Marina, y visualizar con Montando Burbujas. Ideal para niños de 6-12. Personajes atractivos presentan estas técnicas comprobadas de respiración, afirmaciones, visualizaciones y relajación muscular en un formato fácil de seguir que hace que le resulten divertidas de aprender a cualquier niño. La narración de Mercedes Guzmán viene acompañada de los sonidos calmantes de delfines, nutrias de mar y olas suaves. Incluimos una pista de música de sonido adicional para mejorar aún más la experiencia relajante de su hijo.

Book Information

Audio CD

Publisher: Stress Free Kids (January 28, 2013)

Language: Spanish

ISBN-10: 1937985202

ISBN-13: 978-1937985202

Product Dimensions: 5 x 0.3 x 5.5 inches

Shipping Weight: 1.6 ounces (View shipping rates and policies)

Average Customer Review: 4.9 out of 5 stars [See all reviews](#) (10 customer reviews)

Best Sellers Rank: #555,318 in Books (See Top 100 in Books) #24 in [Books > Books on CD >](#)

[Languages > Spanish](#) #112 in [Books > Libros en español > Infantil y juvenil > Ciencia,](#)

[Naturaleza y Como Funciona](#) #141 in [Books > Libros en español > Padres y familia >](#)

[Crianza](#)

Customer Reviews

Sueños del Océano Índigo es un CD producido por Lori Lite de StressFreeKids.com, con 4 historias conmovedoras acerca de la vida de varios animales del mar como el pulpo enojado, la nutria marina, el cangrejo ermitaño y la niña de mar. Las historias abordan las relaciones interpersonales y el cómo resolver aquellos conflictos que evocan ira o frustración de una manera sana y positiva. Lori Lite enseña a los niños a que identifiquen cada emoción negativa de una manera simple y práctica y les da pasos concretos de cómo reemplazarlas por emociones más

positivas como la calma y la tranquilidad, todo sin invalidar los sentimientos de enojo o ira que muchas veces es el motivo de frustraciones mayores en algunos niños. La voz sensible y suave de la narradora, Mercedes Guzmán, se mezcla perfectamente con estas historias que promueven la calma, la relajación y el control de las emociones negativas. La música delicada de fondo combinada con algunos alegres chirridos de gaviotas y el runrún de olas leves y apacibles se enlazan muy agradadamente con el tramo de las historias. Todos estos elementos hacen de este un CD muy agradable para escuchar cuando se desee atenuar momentos tensos o estresantes. Y ciertamente cualquier momento es un excelente momento para escuchar palabras alentadoras que traen confianza y alegría como: "Yo aprendo fácilmente", "yo soy un regalo para el mundo", "yo creo en mi misma" y otras afirmaciones enriquecedoras cortesía del cangrejo ermitaño, conocido también como el tejedor de afirmaciones, quien trae felicidad a cualquier persona que se toma un momento para disfrutar su belleza.

[Download to continue reading...](#)

Sueños del Océano Índico: 4 cuentos infantiles de Stress Free Kids diseñados para disminuir el estrés, la ira y la ansiedad, y para aumentar la auto-estima (Spanish Edition) Cuentos para todo el año (AUDIO)(3CDs)(Serie Cuentos para todo el año) (Cuentos Para Todo el Año / Stories The Year Round) (Spanish Edition) Cuentos clásicos infantiles (Spanish Edition) Los 7 Pasos Para el Éxito en la Vida: Como Lograr Tus Metas y Alcanzar Tus Sueños (Spanish Edition) Cuentos que contaban nuestras abuelas (Tales Our Abuelitas Told): Cuentos populares Hispánicos (Spanish Edition) Cómo acertar todas las preguntas sobre Gestión del Valor Ganado en el Examen PMP®: (+50 Preguntas Tipo Examen PMP® con Soluciones sobre la Gestión del ... del Examen PMP nº 1) (Spanish Edition) Wheat Belly Diet For Beginners: Grain-Free, Wheat-Free, Gluten-Free Cookbooks and Recipes For Weight Loss Plans and Solutions Included! (Wheat Free Grain Free Gluten Free Weight Loss Diet) (Volume 1) Debt Free for Life: The Ultimate Guide to Get Out of Debt (FREE Bonuses Included) (Debt, Debt Free, Debt Free Forever, Debt Free for Life, Debt Free for Good, Debt Management, Get Out of Debt) El Alquimista: Una Fábula Para Seguir Tus Sueños La Canción del Sol (Cuentos y Mitos de América Latina) (Spanish Edition) I Love to Help Me encanta ayudar (spanish bilingual childrens books, libros en español para niños, spanish kids books ages 4-8) (English Spanish Bilingual Edition) (Spanish Edition) Cuentos en versos para niños perversos (Spanish Edition) (Alfaguara Infantil) El alfabeto de los sueños / Alphabet of Dreams (Las Tres Edades / Three Ages) (Spanish Edition) Lightning-fast Spanish for Kids and Families: Learn Spanish, Speak Spanish, Teach Kids Spanish - Quick as a Flash, Even if You Don't Speak a Word Now! (Spanish Edition) Jokes :

FUNNY JOKES AND RIDDLES FOR KIDS: Jokes: Jokes for kids: Jokes for kids free (Jokes, jokes for kids, Joke books, funny books, funny jokes, jokes free, books for kids) The Insider's Guide to Tax-Free Real Estate: Retire Rich Using Your IRA Indigo Ocean Dreams: 4 Children's Stories Designed to Decrease Stress, Anger and Anxiety while Increasing Self-Esteem and Self-Awareness Indigo Dreams (3 CD Set): Children's Bedtime Stories Designed to Decrease Stress, Anger and Anxiety while Increasing Self-Esteem and Self-Awareness La Travesia del Explorador del Alba (Cronicas de Narnia) (Spanish Edition) Coffee Designs: Take a Coffee Break! 50 Amazing Coffee And Superfood Patterns for Stress Free (Coffee Designs, Superfood Patterns, Stress Free)

[Dmca](#)