

Что человек
чувствует, о чём
размышляет.

Подготовили: Абмосова Анжела и Шестакова
Светлана.



Что человек чувствует, о чём размышляет.

Отношение человека к окружающему миру не только понимается им и проявляются в действиях, но и переживаются в виде эмоций.



КАЛЕЙДОСКОП ЭМОЦИЙ



ГРУСТЬ



РАДОСТЬ



СТРАХ



СТЫД



ГНЕВ



СКУКА



ИНТЕРЕС



ОТВРАЩЕНИЕ



ВОСХИЩЕНИЕ



ОБИДА



УДИВЛЕНИЕ



УДОВОЛЬСТВИЕ



Подбери для каждой пиктограммы фотографию с соответствующей эмоцией

Что выскочит
твое лицо, когда ты

_____?



Важно помнить: эмоции очень важны для нас. Они помогают нам лучше понимать себя и других. Эмоции влияют на наше поведение и здоровье. Мы должны научиться управлять своими эмоциями и не позволять им контролировать нас. Если вы чувствуете, что эмоции мешают вам, попробуйте сделать паузу, глубоко вдохнуть и выдохнуть, и снова начать. Помните, что вы всегда можете обратиться к своим близким за помощью и поддержкой.

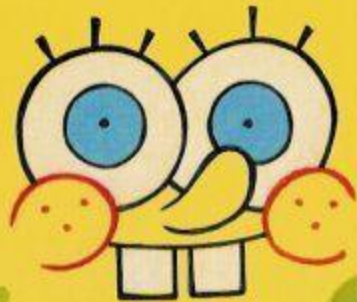
Важно помнить: эмоции очень важны для нас. Они помогают нам лучше понимать себя и других. Эмоции влияют на наше поведение и здоровье. Мы должны научиться управлять своими эмоциями и не позволять им контролировать нас. Если вы чувствуете, что эмоции мешают вам, попробуйте сделать паузу, глубоко вдохнуть и выдохнуть, и снова начать. Помните, что вы всегда можете обратиться к своим близким за помощью и поддержкой.



Эмоции – особый класс психологических состояний, отражающих в форме непосредственных переживаний, ощущений приятного или неприятного отношения человека к миру и людям, процесс и результаты его практической деятельности. Эмоции человек не только переживает, но и выражает внешне в виде телесных проявлений: мимики (изменение положения губ и бровей), пантомимики (жестов, позы), тона голоса (вокальной мимики), ряда вегетативных явлений (изменение частоты сердечных сокращений и дыхания, покраснения или побледнения, изменения тонуса мышц, потоотделения) и т. д.



*Наиболее мощная эмоциональная реакция – **аффект**. Он полностью захватывает психику человека, как бы сплавляя главный воздействующий раздражитель со всеми смежными и тем самым, образуя обобщенный аффективный комплекс, предопределяющий единственную реакцию на ситуацию в целом, включая сопутствующие ассоциации и движения.*




Настроение – эмоциональное «хроническое» состояние, окрашивающее все поведение человека, связанное со слабо выраженными положительными или отрицательными эмоциями и существующее в течение длительного времени. **Чувство** – высшая, культурно-обусловленная эмоция человека, связанная с некоторым социальным объектом. Это устойчивые психические состояния, имеющие четко выраженный предметный характер. Они выражают устойчивое отношение к каким-либо конкретным объектам (реальным или воображаемым). Конкретная отнесенность чувства проявляется в том, что человек не может переживать чувство вообще, безотносительно, а только к кому-нибудь или к чему-нибудь.

Чувства и эмоции

 чувство неприязни

 вина

 беспокойство

 любовь

 скука

 вспыльчивость

 депрессия


 ревность


 подсознательное намерение

 гнев

 контролировать

 привлекать внимание

 делать больно

 хотим запугать и манипулировать человеком, не беря на себя ответственность

 на себя

 на других

 молчаливая истерика

лагих намерений

к

ва

ки

ме, что не живем на 100%

убеж

з

Заключение.

Самая мощная положительная эмоция – счастье. Человек обычно стремится выбрать для себя по возможности такую деятельность, которая дала бы ему достижимый при данных обстоятельствах максимум счастья в том смысле, как он его понимает.