

# Что такое эмоции и зачем они нужны?

Автор: Горбачева Т.С., педагог-психолог  
ТОГУ «Сосновская школа-интернат»

**Эмоция** — это психическое состояние, отражающее отношение человека к себе и к происходящему вокруг него

# Какие эмоции вы знаете?

**Положительные эмоции:** радость, счастье, удивление, удовольствие...

**Отрицательные эмоции:** печаль, обида, страх, злость...

# «Покажи и угадай эмоцию»

Я улыбаюсь.

Мои глаза слегка прищурены.

Уголки рта слегка приподняты.

Я смеюсь.

Я хохочу.

Я пою.

**РАДОСТЬ**

# «Покажи и угадай эмоцию»

Я опускаю и отворачиваю  
голову в сторону.

Я прячу глаза.

У меня краснеют лицо и уши.

**ВИНА, СТЫД**

# «Покажи и угадай эмоцию»

Мои брови приподняты.

Рот слегка приоткрыт, округлен.

Глаза широко раскрыты.

Я восклицаю: «О-о-о!» или «Ах!».

**УДИВЛЕНИЕ**

# «Покажи и угадай эмоцию»

Мои брови нахмурены и сдвинуты.

Зубы стиснуты.

Губы плотно сжаты.

Ноздри расширены и дрожат.

Я сжимаю кулаки.

Я хочу ударить.

Я кричу.

**ЗЛОСТЬ**

# **«Угадай эмоции!»**

**Задание:** определите эмоцию, переживание ребенка на фотографии и придумайте короткую историю о том, как эта эмоция, переживание возникло.













# Информационные ресурсы

1. Гомезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: информ.-метод. Пособие к курсу «Психология человека».- М.: Педагогическое общество России, 2001-267с.
2. Журнал «Вестник практической психологии образования» №2(7) 2006