



# МИНИ-ПРЕЗЕНТАЦИЯ к Вебинарам и Семинарам Данила Белова по направлению:

## "ШКАЛА ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ТОНОВ"

Шкала Эмоциональных Тонов - это таблица расположения эмоций относительно друг друга. Каждой эмоции присвоено числовое значение, которое отражает количество жизненной энергии в данной эмоции.

Правильно определив эмоциональный тон, мы можем предугадать поведение человека в различных жизненных ситуациях. А хорошее понимание поведения людей, позволяет нам эффективно взаимодействовать с ними.

По сути, Шкала Эмоциональных Тонов - это мощная технология, позволяющая понять поведение окружающих людей и своё

# ЭМОЦИИ И РЕАКЦИИ. ВАЖНЫЕ ОТКРЫТИЯ:

1 - есть набор неизменных реакций, соответствующих каждой эмоции

2 - эмоции располагаются в определённом порядке

3 - есть слои сдерживаемых эмоций, не известных ранее

# ПОЛНАЯ ШКАЛА ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ТОНОВ

<u>ЭНТУЗИАЗМ</u>	<u>4.0</u>
Веселье	3.5
<u>СИЛЬНЫЙ ИНТЕРЕС</u>	<u>3.3</u>
<u>КОНСЕРВАТИЗМ</u>	<u>3.0</u>
Слабый интерес	2.9
Довольный	2.8
Неинтересующийся	2.6
<u>СКУКА</u>	<u>2.5</u>
Однообразие	2.4
<u>АНТАГОНИЗМ</u>	<u>2.0</u>
Враждебность	1.9
Боль	1.8
<u>ГНЕВ</u>	<u>1.5</u>
Ненависть	1.4
Негодование	1.3
Несочувствие	1.2
Невыраженное негодование	1.15
<u>СКРЫТАЯ ВРАЖДЕБНОСТЬ</u>	<u>1.1</u>
Беспокойство	1.02
<u>СТРАХ</u>	<u>1.0</u>
Отчаяние	0.98
Ужас	0.96
Оцепенение	0.94
Сочувствие	0.9
Задабривание	0.8
<u>ГОРЕ</u>	<u>0.5</u>
Заглаживание вины	0.375
Незаслуживающий	0.3
Самоунижение	0.2
Жертва	0.1
Безнадежный	0.07
<u>АПАТИЯ</u>	<u>0.05</u>
Бесполезный	0.03
Умирание	0.01
<u>СМЕРТЬ ТЕЛА</u>	<u>0.0</u>

# УПРОЩЁННАЯ ШКАЛА ТОНОВ

<b>ЭНТУЗИАЗМ</b>	<b>4.0</b>
<b>Веселье</b>	<b>3.5</b>
<b>Сильный интерес</b>	<b>3.3</b>
<b>КОНСЕРВАТИЗМ</b>	<b>3.0</b>
<b>СКУКА</b>	<b>2.5</b>
<b><u>АНТАГОНИЗМ</u></b>	<b><u>2.0</u></b>
<b>Боль</b>	<b>1.8</b>
<b>ГНЕВ</b>	<b>1.5</b>
<b>Несочувствие</b>	<b>1.2</b>
<b>Скрытая враждебность</b>	<b>1.1</b>
<b>СТРАХ</b>	<b>1.0</b>
<b>Сочувствие</b>	<b>0.9</b>
<b>Задабривание</b>	<b>0.8</b>
<b>ГОРЕ</b>	<b>0.5</b>
<b>АПАТИЯ</b>	<b>0.05</b>
<b>СМЕРТЬ ТЕЛА</b>	<b>0.0</b>



# УПРОЩЁННАЯ ШКАЛА ТОНОВ (сдерживаемые эмоции)

ЭНТУЗИАЗМ	4.0	Энтузиазм выраженный
ВЕСЕЛЬЕ	3.5	-----
Сильный интерес	3.3	-----
КОНСЕРВАТИЗМ	3.0	Энтузиазм сдерживаемый
СКУКА	2.5	-----
<u>АНТАГОНИЗМ</u>	<u>2.0</u>	Враждебность выраженная
Боль	1.8	-----
ГНЕВ	1.5	-----
Несочувствие	1.2	Враждебность сдерживаемая
Скрытая враждебность	1.1	-----
СТРАХ	1.0	Страх выраженный
Сочувствие	0.9	Страх сдерживаемый
Задабривание	0.8	-----
ГОРЕ	0.5	Горе выраженное

# СОВЕТЫ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ ТОНА

- Определяйте тон каждого человека, которого встречаете по жизни.
- Начинаете с того, что определяете высоко или низко находится человек на шкале тонов.
- Высоко-тонным людям нравится говорить, но они в равной степени способны, и желают слушать.
- Определяете «ЗАДЕРЖКУ ОБЩЕНИЯ».
- Отметьте, насколько свободно человек движется по шкале тонов.
- Низкотонные люди отказываются удивляться. Высоко-тонный человек готов удивиться, и он готов делать и признавать ошибки.
- Отметьте степень этичности человека.
- Отметьте, насколько хорошо человек ухаживает за собой и окружением.
- Что вызывает интерес человека?
- Ищите тон, к которому относятся большинство поступков человека, и не волнуйтесь о внешних проявлениях, которые могут не подходить.



# СПОСОБЫ ДОЛГОВРЕМЕННОГО ПОДЪЁМА ПО ТОНУ

**СМЕНА  
ОКРУЖЕНИЯ:**  
люди, дом,  
работа...

**ПРОРАБОТКА  
НЕГАТИВА:**  
одитинг, МПВ,  
процессинг...

**ОБРАЗОВАНИЕ:**  
знания в разных  
сферах жизни...

# Данил Белов

Одитинг / МПВ / Процессинг  
ONLINE

**БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ**



**aibelov**



WhatsApp



Viber



Telegram

**+7 (906) 078-88-86**

**[www.DanilBelov.ru](http://www.DanilBelov.ru)**