



# ЭМОЦИИ И ЧУВСТВА ЧЕЛОВЕКА



# Что же это такое чувства и ЭМОЦИИ?

Когда люди воспринимают, видят предметы и явления окружающего мира, они всегда как-то относятся к ним.

Одни события вызывают у людей **радость**, другие – **грусть и печаль**. Мы можем кого-то **любить**, а кого-то **ненавидеть**. Нас может что-то **рассердить**, а что-то нас пугает.

Иногда мы **гордимся** своими поступками, а иногда нам бывает **стыдно** за наше поведение.



Радость



Удивление



Г

Страх



Г



ение



Г, вина



**Всё это чувства и эмоции человека.**

**Чувствами и эмоциями называют**

переживание человеком своего  
тому, что он видит,  
людям

отношения к  
познаёт или делает, к другим  
и самому себе.

**Наше настроение и наши эмоции всегда видны на нашем лице!**



Когда мы радуемся – у нас счастливое лицо, улыбка. А когда печалимся – лицо грустное.

**Выразительные движения мышц лица, которые помогают выразить чувства и эмоции человека — называются - МИМИКОЙ**

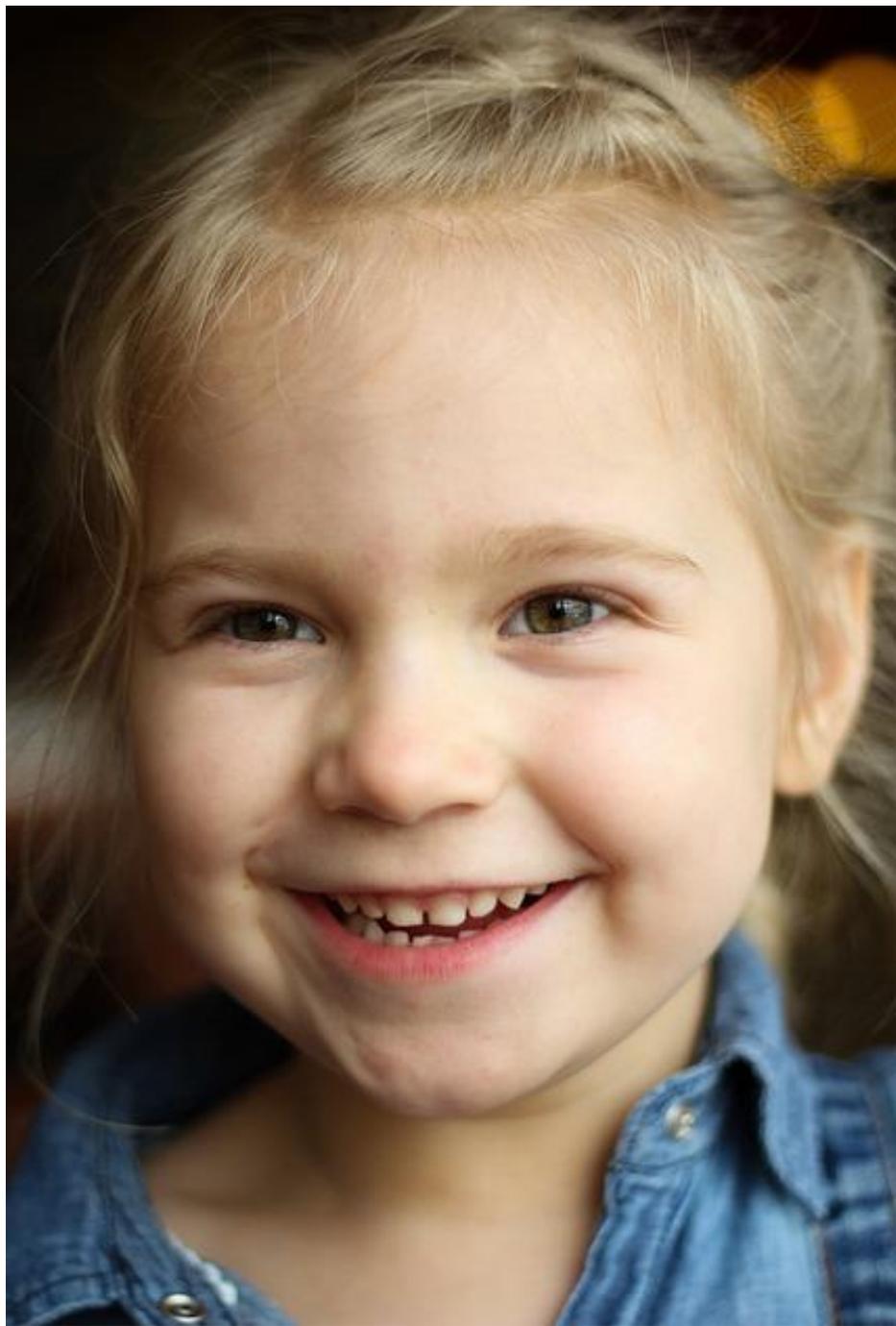


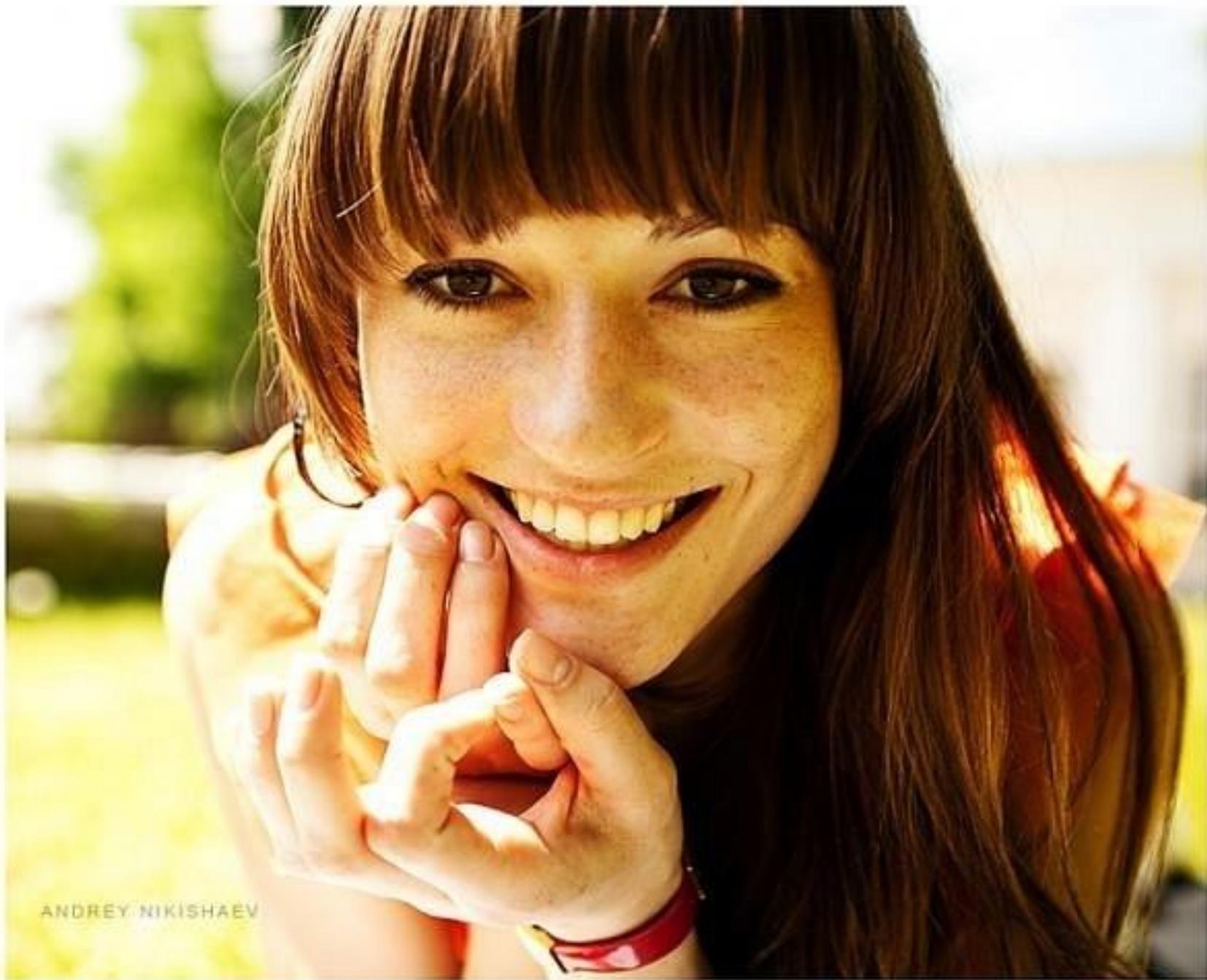
ЭМОЦИЯ  
«РАДОСТЬ»



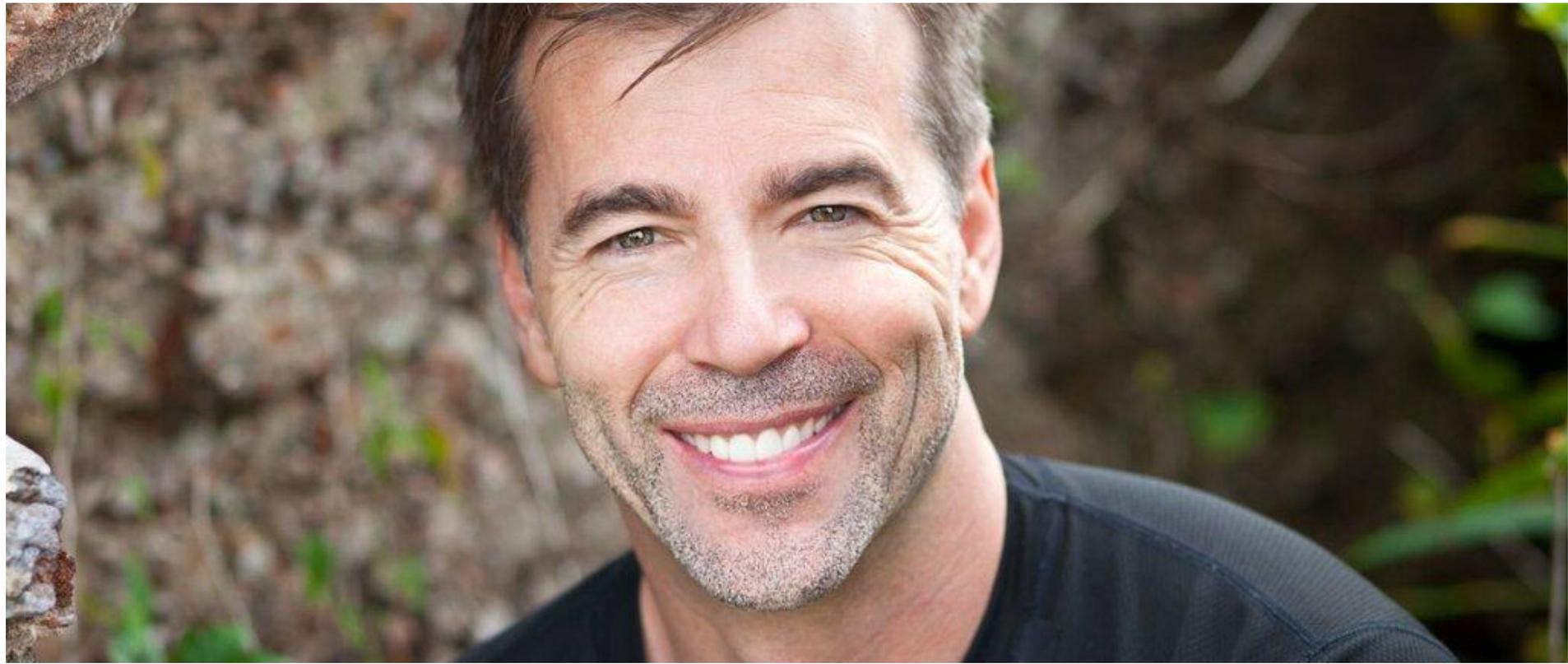








ANDREY NIKISHAEV





# Эмоция «РАДОСТЬ»

Когда человек испытывает радость – он улыбается, уголки рта приподнимаются вверх, глаза щурятся, мешочки под нижними веками, морщинки вокруг глаз.



# Задание

1. Задайте ребенку вопросы: «Когда ты бываешь веселым, радостным?», «Когда мама бывает радостной», а папа и т.д.
2. Нарисуйте портрет радостного человечка. Какие у него глаза и брови, а рот?



# Эмоция «ГРУСТЬ, ПЕЧАЛЬ»

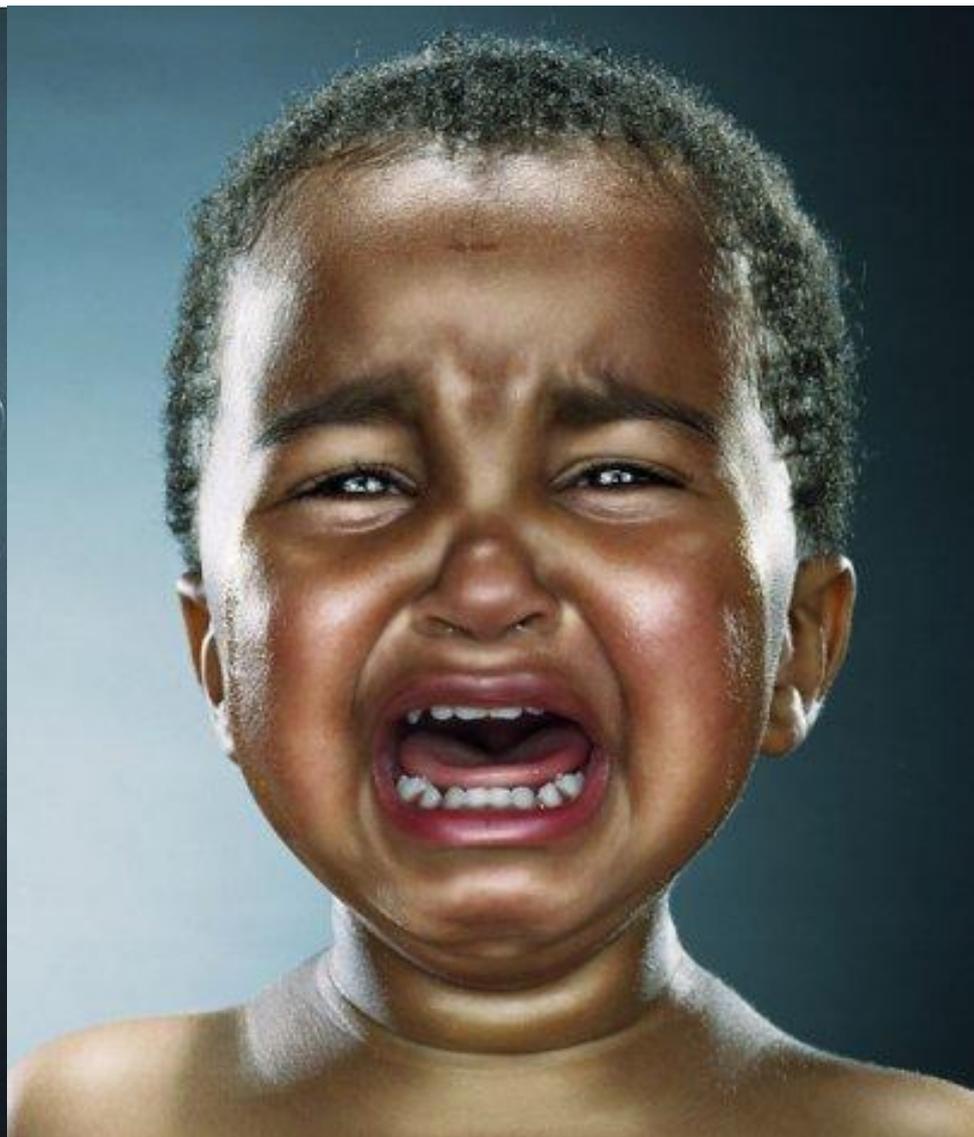
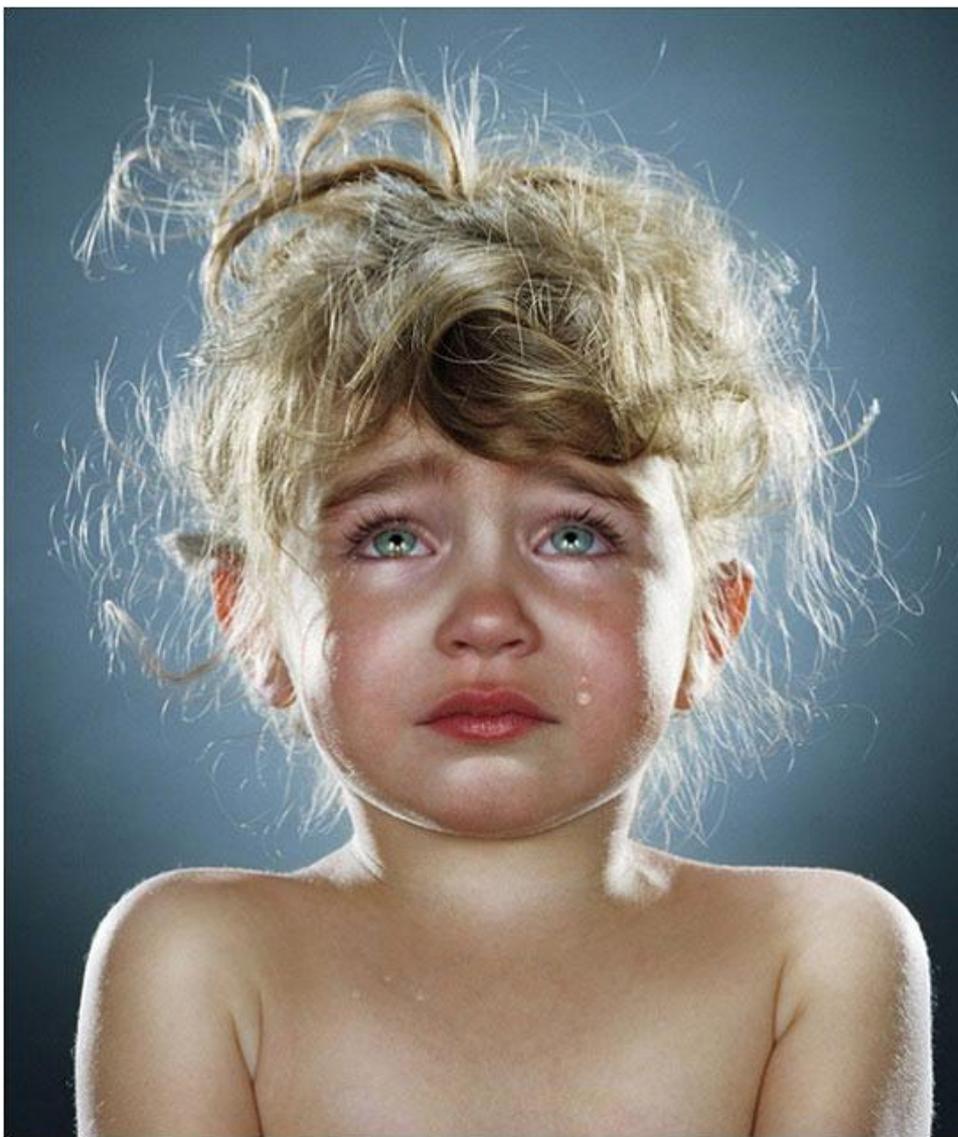
Когда человек грустит, печалится, расстроен – уголки рта опущены вниз, глаза смотрят вниз, внешние уголки бровей опущены вниз. При сильной печали, человек плачет.

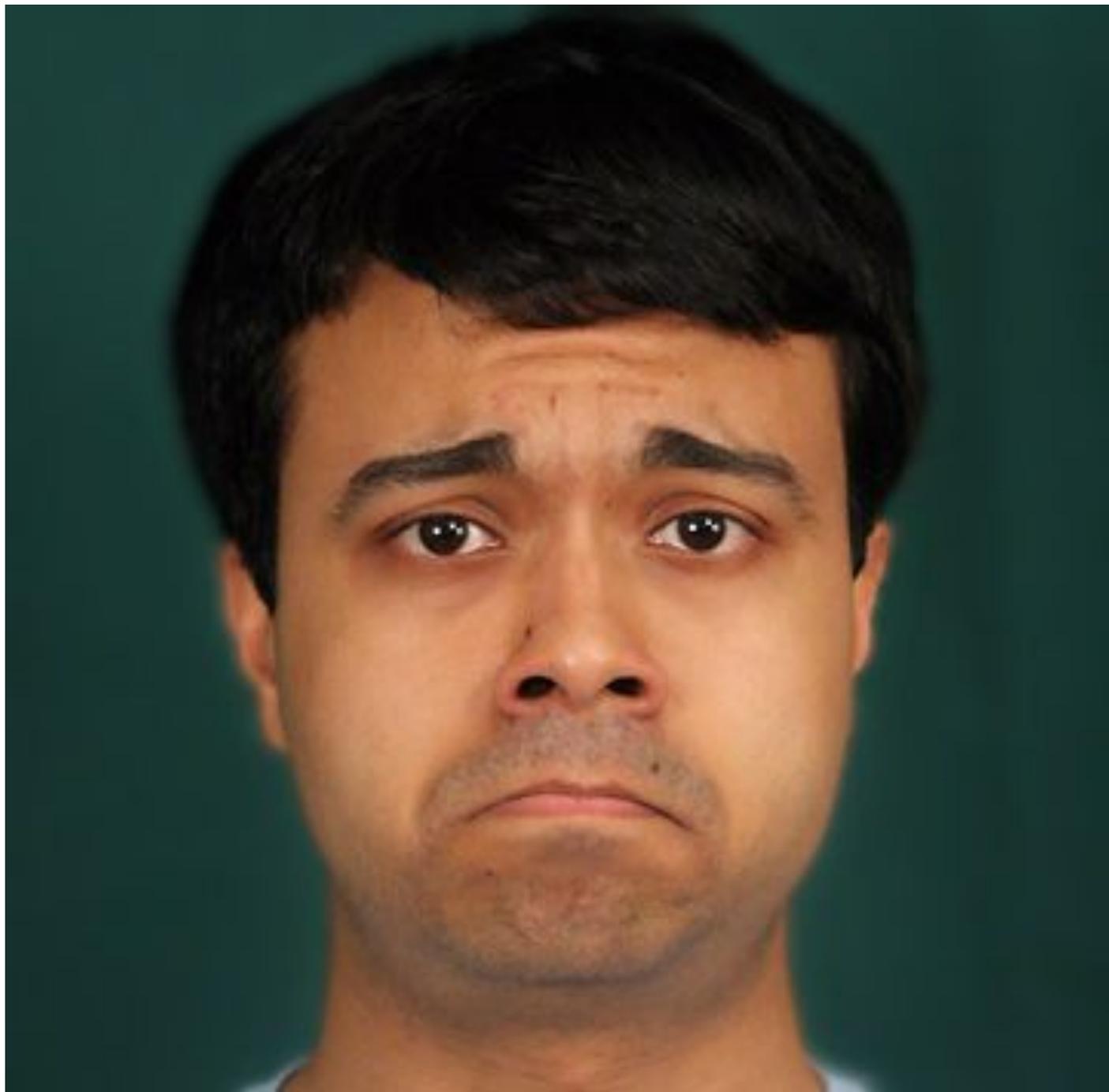


Рассмотри  
фотографии





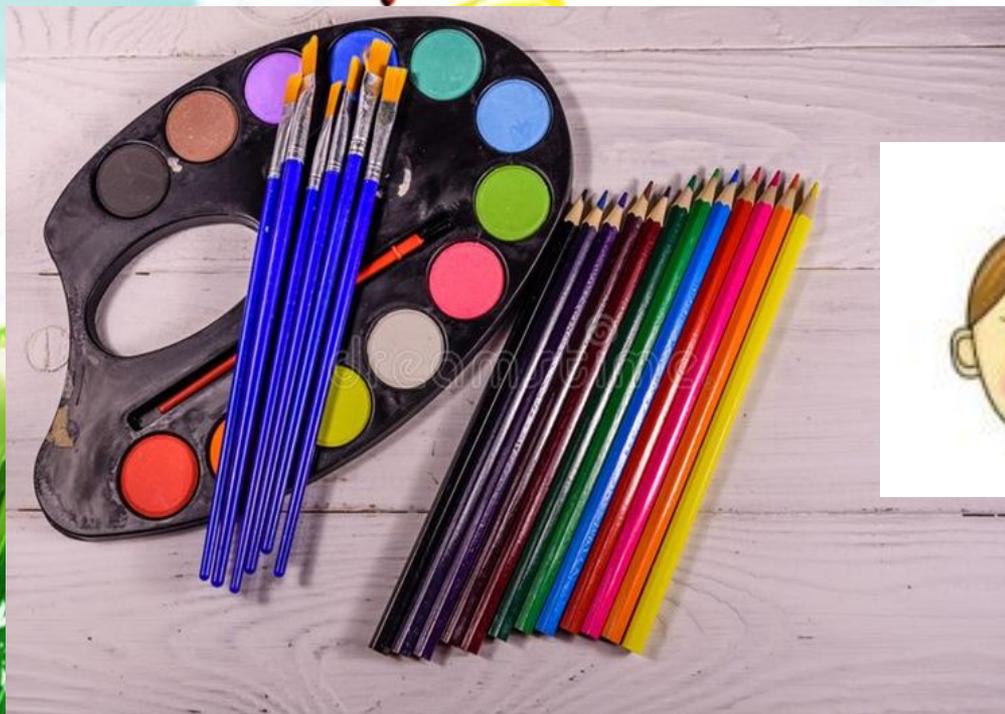






# Задание

1. Задайте ребенку вопросы: «Когда ты бываешь грустным?», «Когда мама бывает грустной?»
2. Нарисуйте вместе с ребенком портрет грустного человечка. Какие у него глаза и брови,



# Эмоция «ЗЛОСТЬ»

Когда человек сердится, злится - брови опущены и сведены (морщинки между бровями), верхние веки подняты, нижние веки напряжены, взгляд пристальный и жестокий (может быть из под лба), ноздри расширены, губы плотно сжаты или оскалены зубы.

Руки могут быть сжаты в кулаки.



Рассмотрите фотографии на следующих лайдах.









# Задание

1. Задайте ребенку вопросы: «Когда ты бываешь сердитым, злым?», «Когда мама (папа) злится?»
2. Нарисуйте вместе с ребенком портрет злого (сердитого) человечка. Какие у него глаза и брови, а рот?



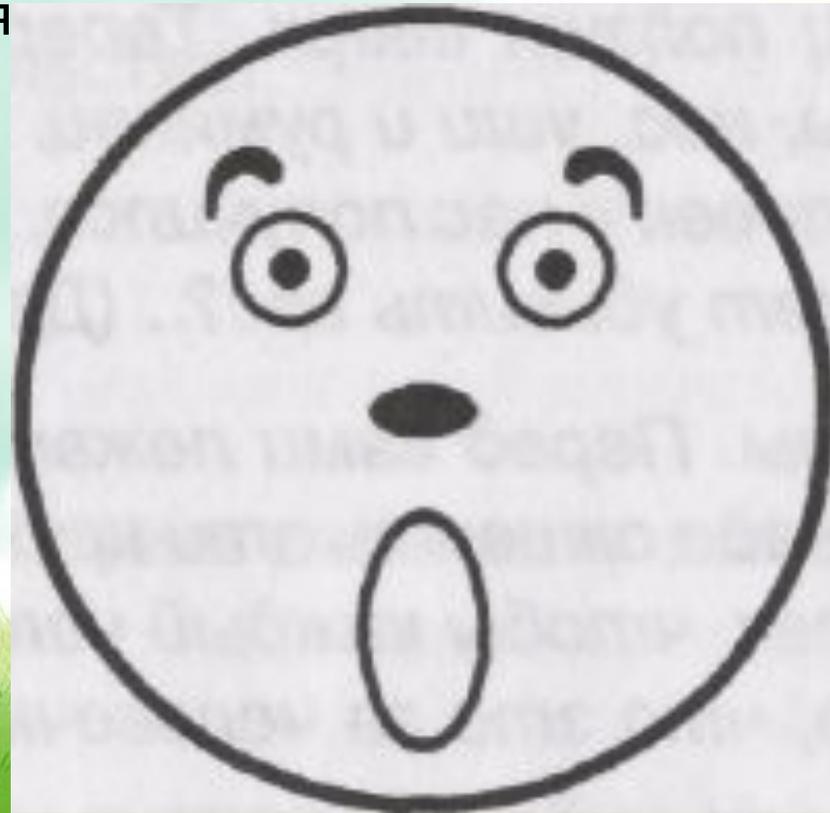
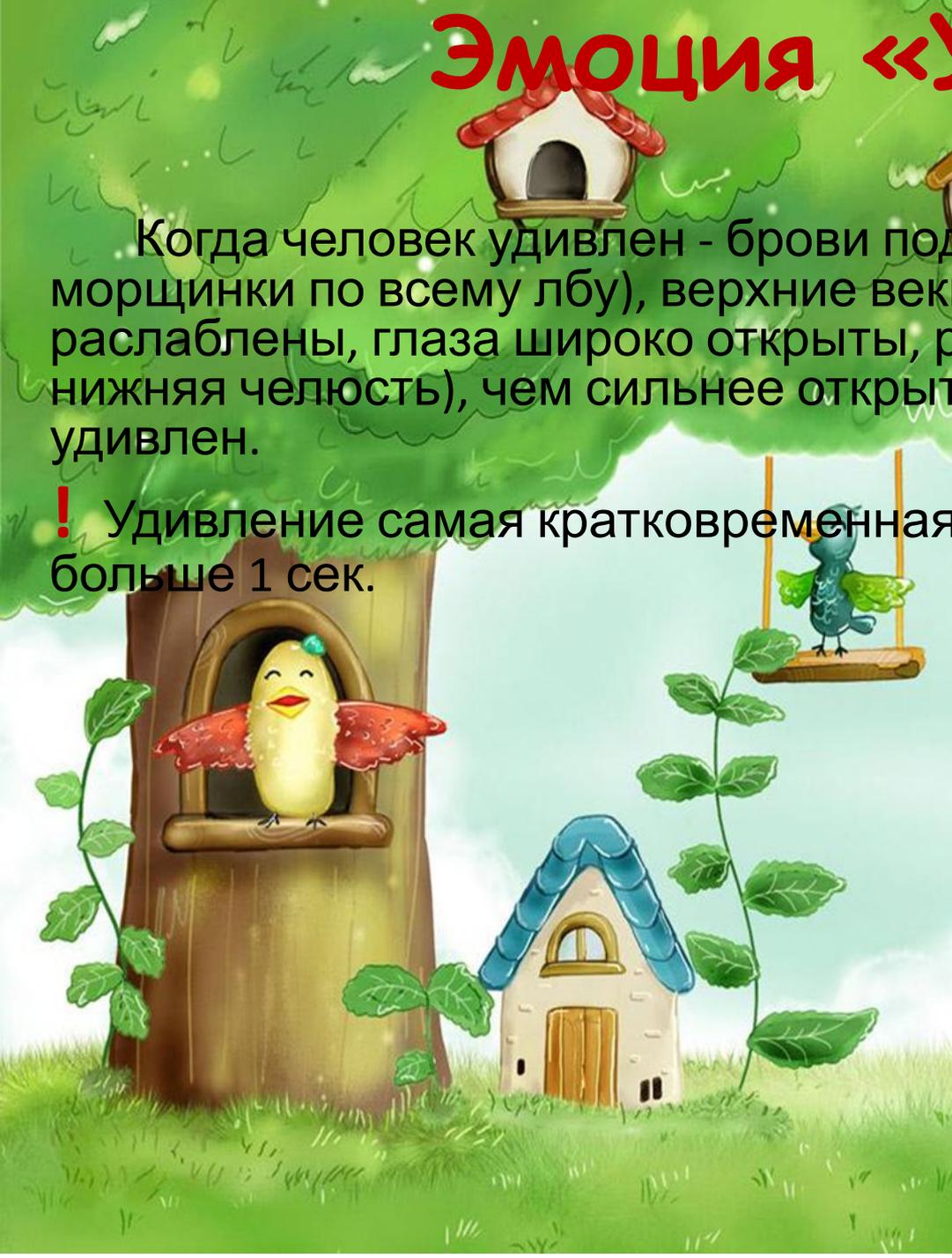
Злость



# Эмоция «УДИВЛЕНИЕ»

Когда человек удивлен - брови поднимаются (не сводятся, морщинки по всему лбу), верхние веки подняты, нижние веки расслаблены, глаза широко открыты, рот приоткрыт (отвисает нижняя челюсть), чем сильнее открыт рот, тем сильнее человек удивлен.

**!** Удивление самая кратковременная больше 1 сек.









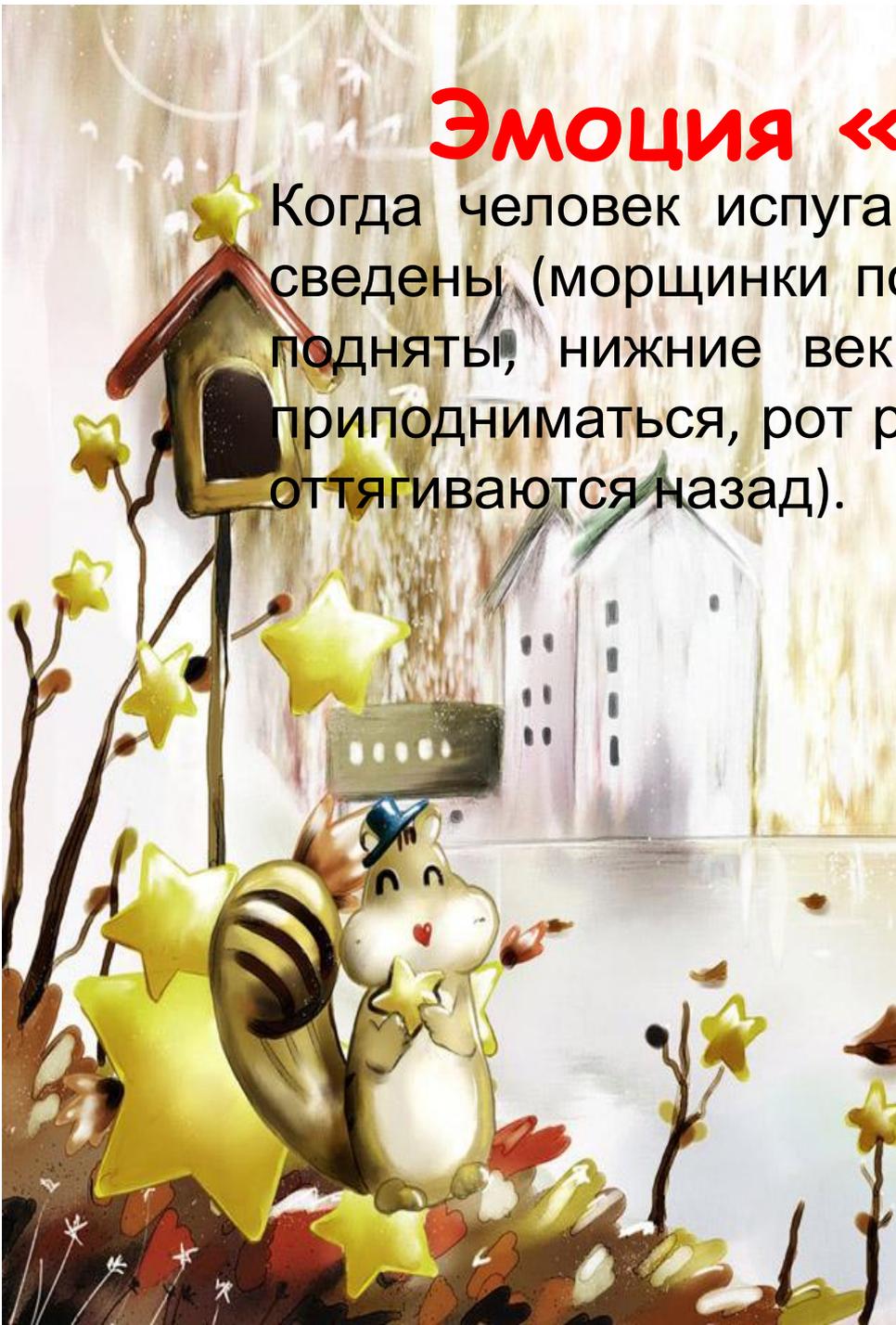
# Задание

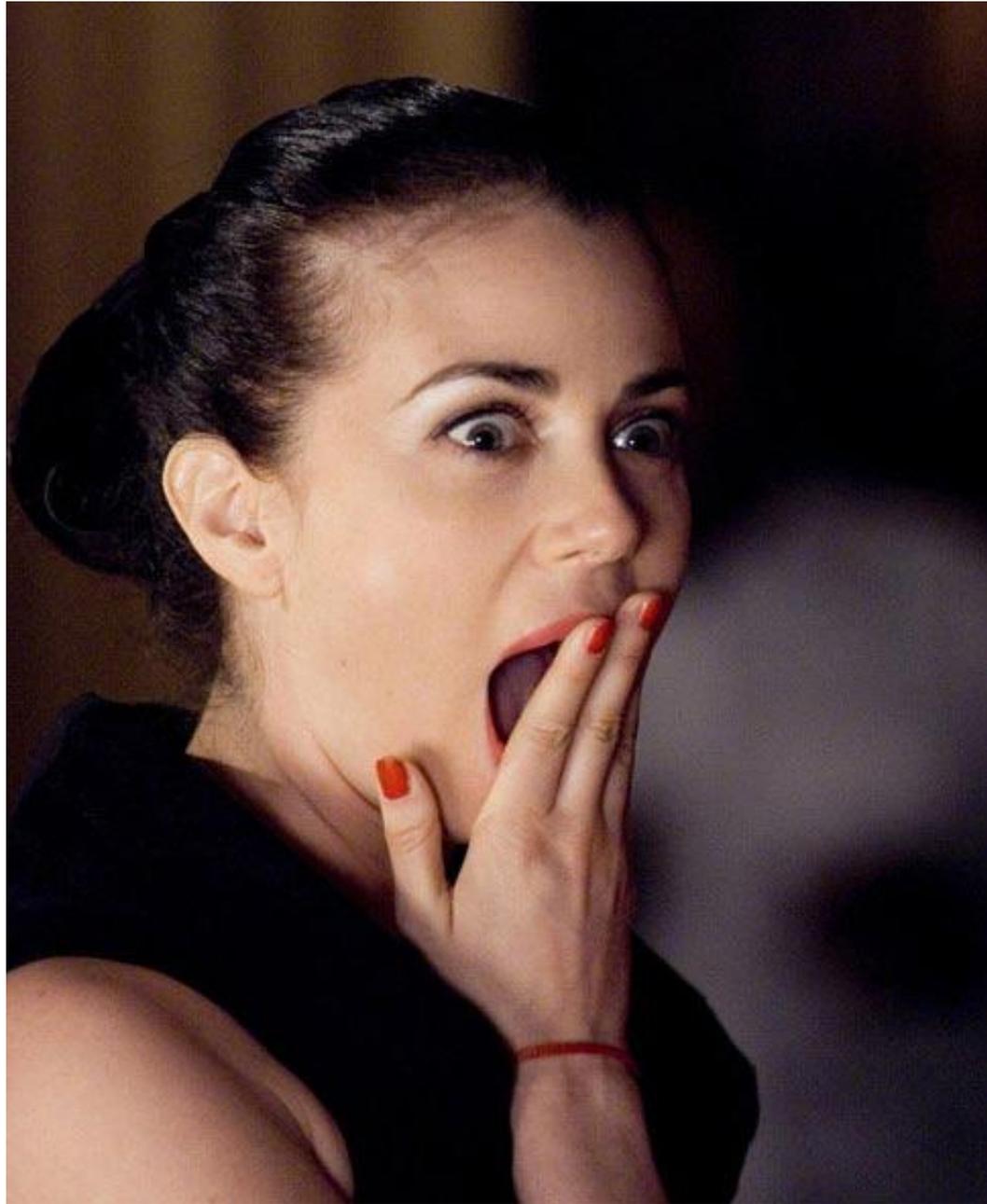
1. Вспомните вместе с ребенком удивительные случаи и события из вашей жизни. Спросите ребенка, что его удивило недавно?
2. Нарисуйте вместе портрет (рожицу) удивленного человека, обратите внимание на мимику лица.



# Эмоция «СТРАХА»

Когда человек испуган, боится - брови подняты и сведены (морщинки по середине лба), верхние веки подняты, нижние веки напряжены и слегка могут приподниматься, рот растянут или открыт (уголки губ оттягиваются назад).









Oleg mad-t  
**OPEN.AZ**





# Задание

1. Побеседуйте с ребенком на тему того, что его пугает, чего он боится? При этом актуализированный страх надо проработать и избавиться от него (его можно нарисовать и выбросить/сжечь или слепить из пластилина и трансформировать-переделать во что-то смешное, не страшное) ребенка надо подвести к тому, что страха больше нет и он не вернется!

2. Расскажите ребенку о том, чего боитесь Вы, о том, чего Вы боялись, когда были маленькие.

При этом акцент нужно сделать на том, что все иногда чего-то боятся и это нормально, иногда, страхи даже бывают полезными они заставляют нас быть более осторожными!

# Эмоция «СТЫД, ВИНА»



Когда человеку стыдно – его глаза смотрят вниз, брови опущены, уголки рта опущены вниз.

Голова и плечи опущены вниз, плечи сжаты.

(Стыд – кратковременная эмоция, стыдно бывает в моменте;

Вина – более «долгоиграющая» эмоция).











# Задани

е:

1. Нарисуйте вместе с ребенком портрет (рожицу) человека, испытывающего чувство стыда/вины, обратите внимание на мимику лица.

2. Побеседуйте с ребенком.

Попросить вспомнить, «когда тебе было стыдно?»

Потом вместе порассуждайте, а что можно было сделать,

чтобы исправить эту ситуацию?

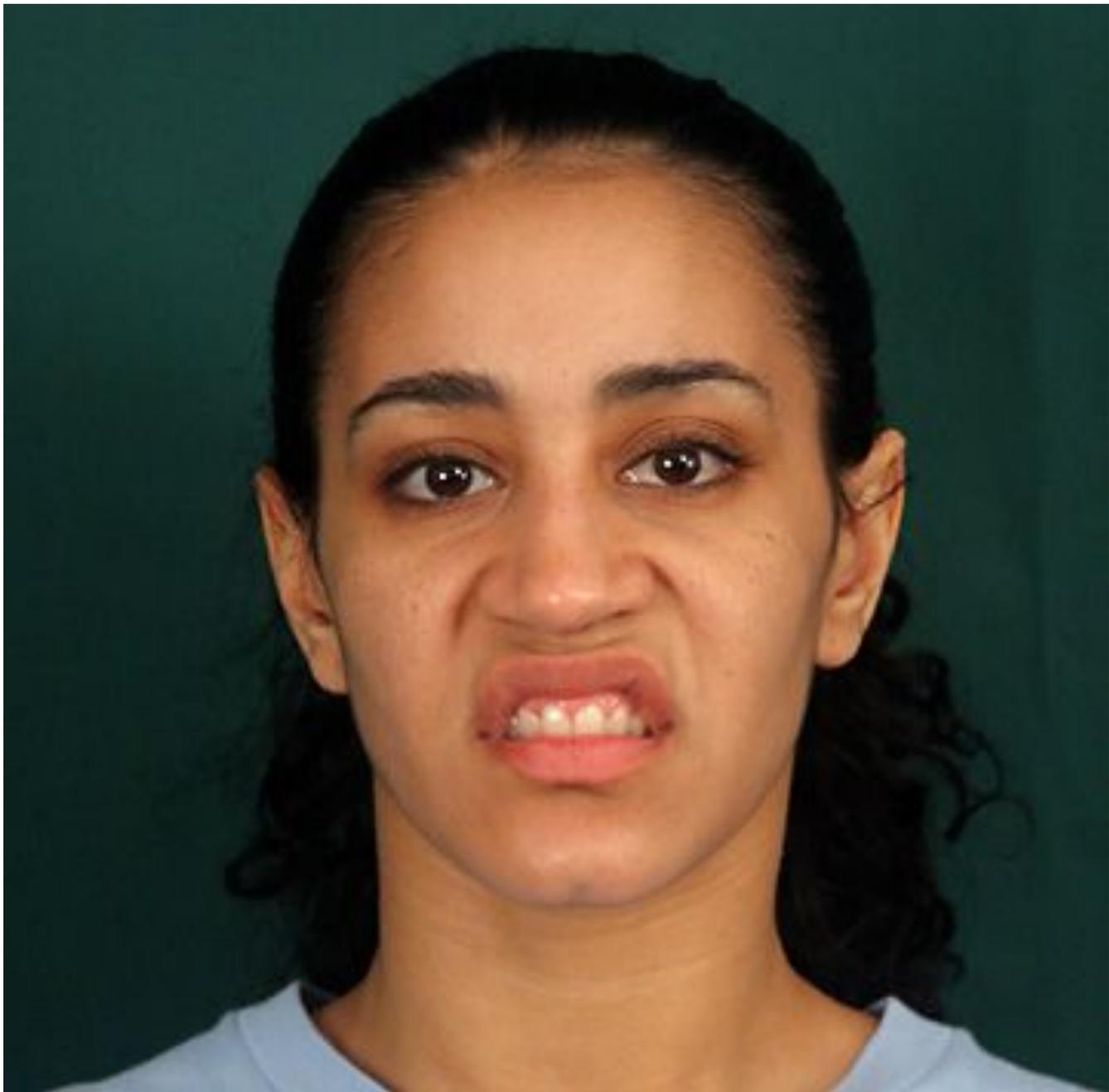
# Эмоция «ОТВРАЩЕНИЕ, БРЕЗГЛИВОСТЬ»



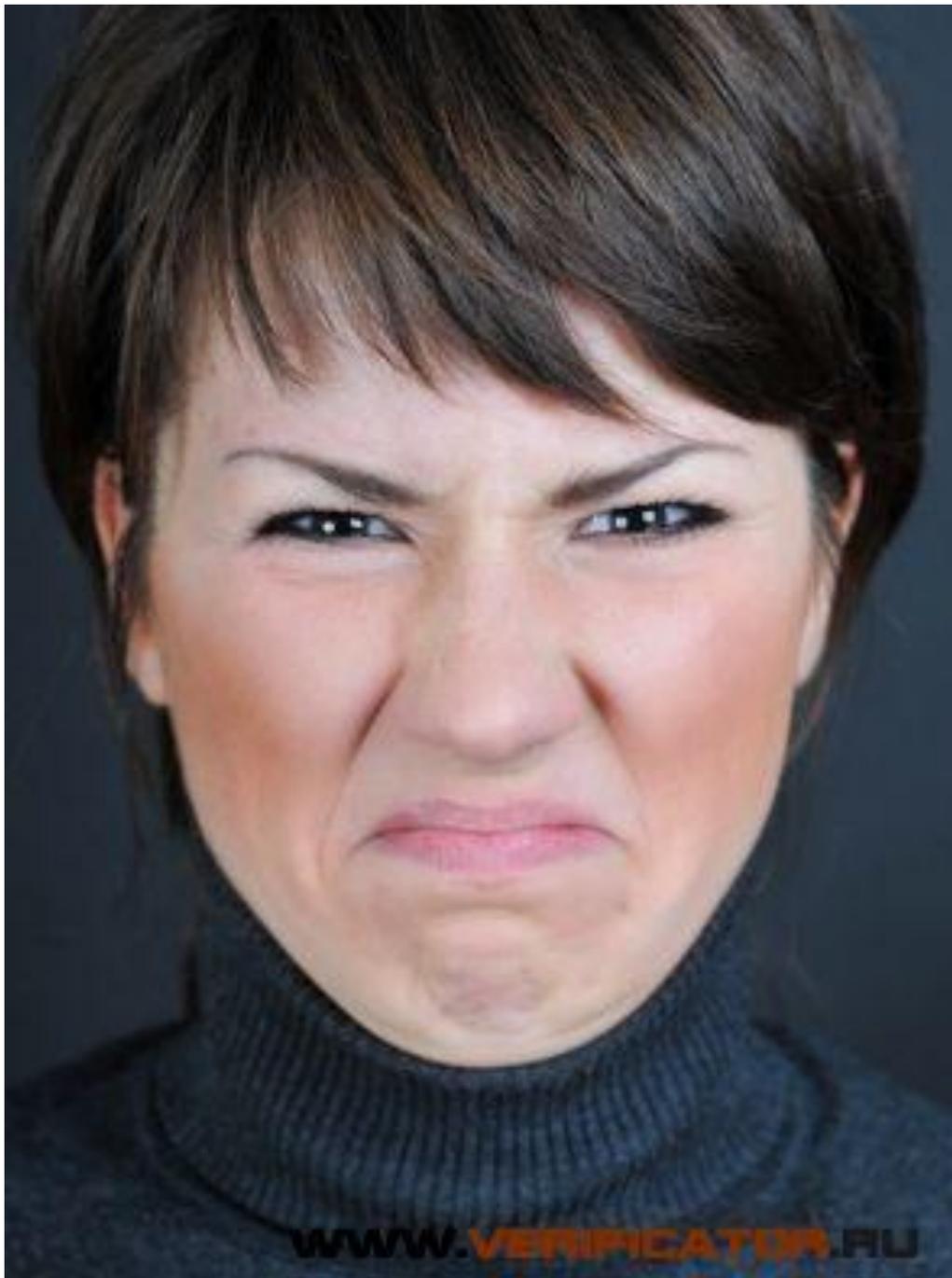
Когда человек испытывает **отвращение** - брови опущены (могут сводиться вместе и из-за этого появляются морщинки между бровями), верхняя губа поднята, появляются носогубные морщинки, которые идут от носа до уголков губ, нижняя губа может быть поднята или опущена, щеки подняты, нос морщится (у некоторых людей нос еще слегка приподнимается верх), множество морщинок вокруг глаз и носа.



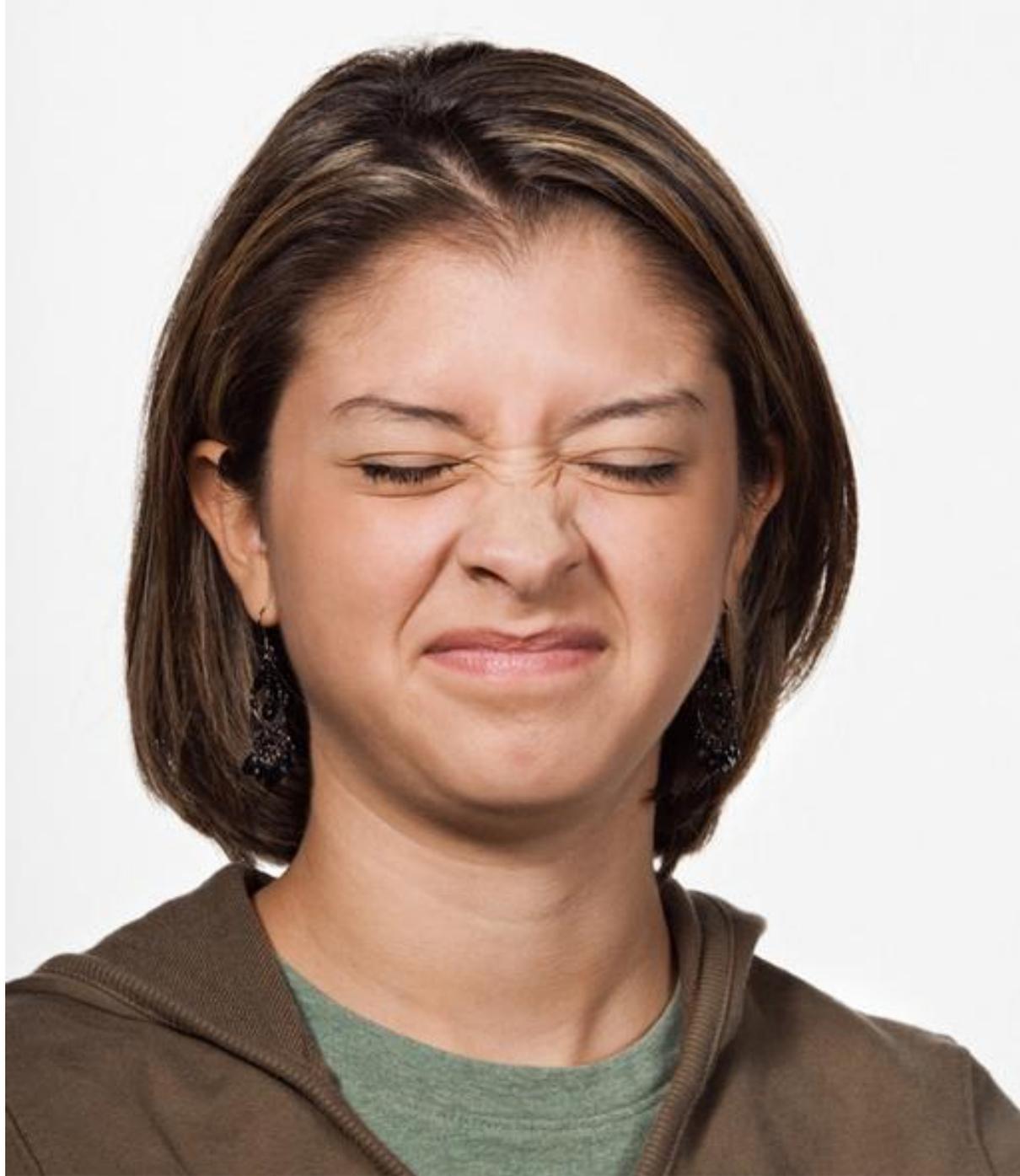








[WWW.VERIFICATOR.RU](http://WWW.VERIFICATOR.RU)



# Задани

е:

1. Прочитайте историю "Солёный чай"...

Бабушка потеряла очки и поэтому вместо сахара насыпала в чай 2 ложки соли.

Ее внук Петя пришел из детского садика и попросил бабушку дать ему попить.

Она принесла чашку чая. Мальчик сделал один глоток, а чай оказался соленым.

Как противно стало у него во рту!

**Представь, что ты сделал глоток соленого чая. Какое чувство**

**возникнет?** Нарисуйте вместе с детьми схематично портрет

**Что будет изображено на твоём лице?**

**Вспомни, когда ты испытывал**

**Брезгливости/отвращения**

