

«Наши ЭМОЦИИ»



Педагог-психолог:
Лаврова А.А.



Злость



Удивление



Радость



Грусть



Радость



- широкая улыбка;
- щеки приподняты;
- глаза слегка прищурены и блестят.

Когда мы испытываем радость, нам бывает приятно, мы улыбаемся, смеёмся, у нас радостный голос.



Радость полезна не только для человека, который её испытывает, но и для тех, кто его окружает, так как радость «заряжает» всех хорошим настроением.



Мы радуемся, когда...

- Когда теплая и солнечная погода;
- Ходим в театр, цирк, парк отдыха...
- Слушаем, читаем или смотрим что-то веселое;
- Получаем подарки;
- Играем в интересные игры;
- Кушаем сладости;
- Вся семья вместе.



Злость



- рот закрыт, губы сужены, могут быть видны зубы;
- лицо сердитое;
- брови опущены и сведены вместе;
- глаза злые.

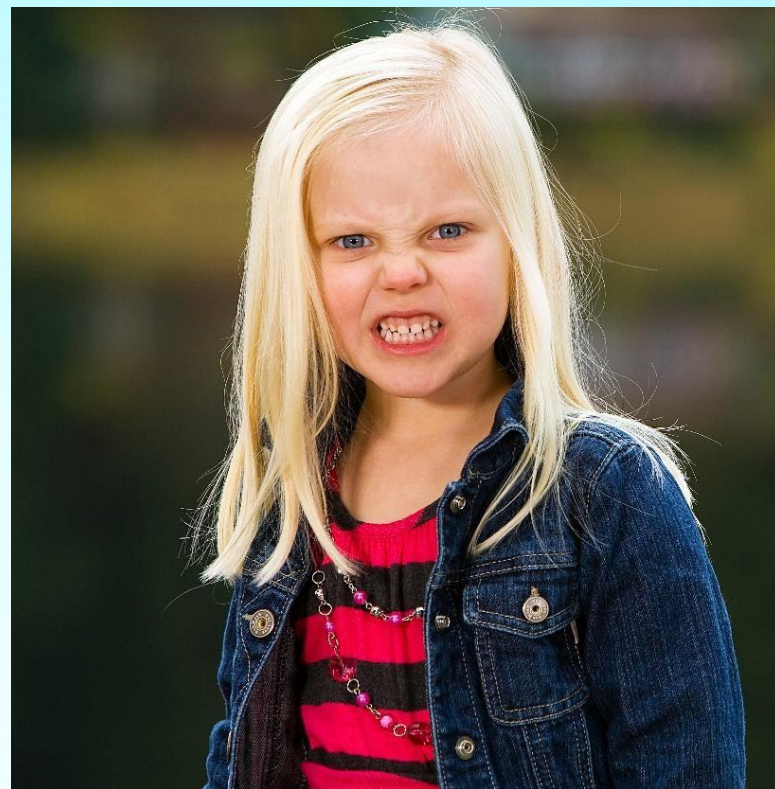
Мы злимся, когда...

- когда нас обижают;
- когда что-то не получается;
- когда нас обзывают.





Все люди иногда злятся. Каждый по-своему выражает это чувство: одни с помощью слов, другие с помощью кулаков, а кто-то научился управлять своими эмоциями.



Грусть

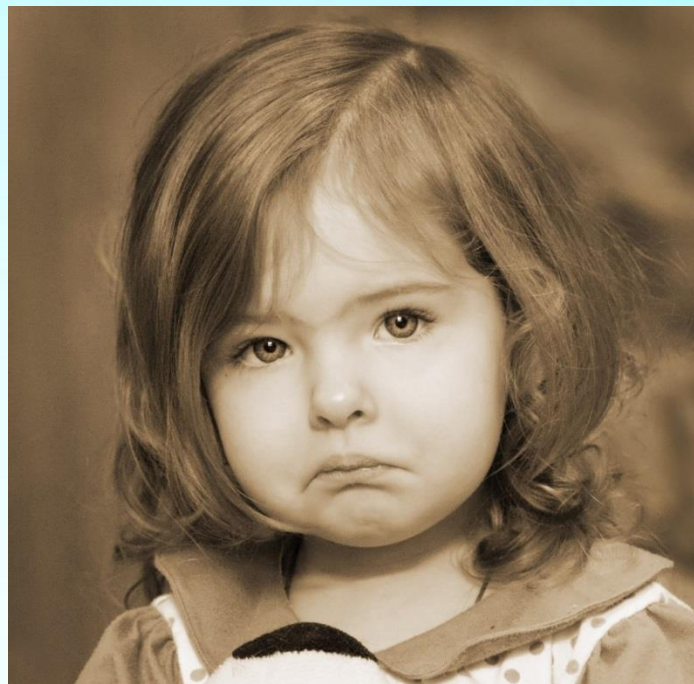


- рассеянный взгляд;
- верхние веки слегка опущены;
- уголки рта слегка опущены.



Мы грустим когда....

- когда проигрываем;
 - когда нарушаются наши планы;
 - когда нас обидели;
 - когда одиноко;
 - когда кого-то жалко;
 - когда скучаем по близким людям;
 - когда посмотрели грустный мультфильм или фильм.
- 





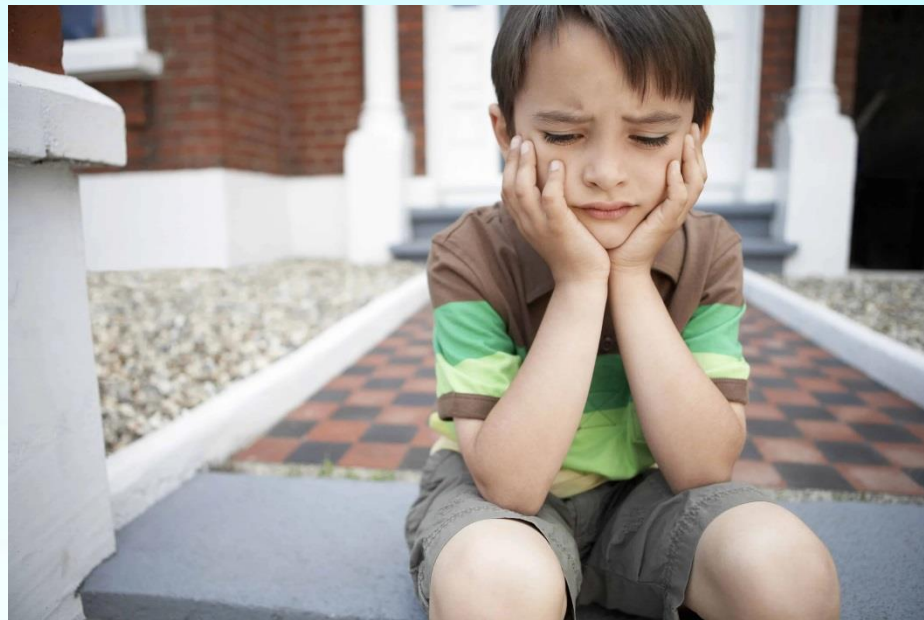
Грусть -

это когда человека ничего не радует, ему не хочется ни с кем играть и ему очень одиноко.

Лицо несчастное, глаза грустные, на лице нет улыбки.



Если тебе грустно, то о своей грусти можно рассказать близкому человеку и он обязательно тебе поможет.



Как справиться с грустью

- вспомнить о чём-то весёлом;
- посмотреть смешной мультфильм или фильм;
- потанцевать по весёлую музыку;
- спеть весёлую песню;
- поиграть с друзьями.

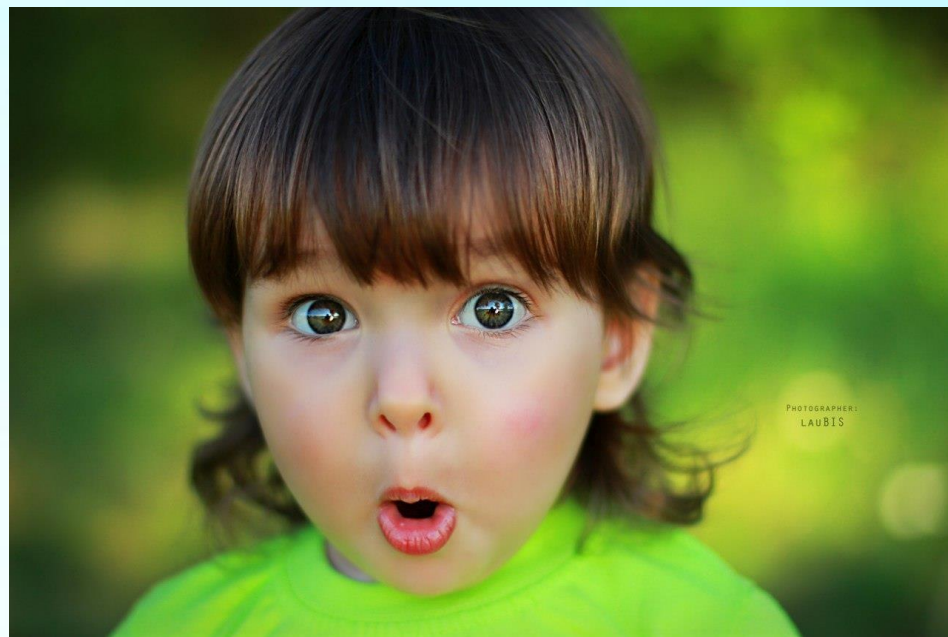


Удивление



- брови приподняты;
- глаза широко раскрыты;
- рот приоткрыт.

Удивление - это эмоция, которая возникает при неожиданных ситуациях. Она очень быстро возникает и быстро исчезает.



Относитесь к людям доброжелательно,
приветливо, тогда и к вам будут относиться
так же.

Хорошо, когда у человека радостное
настроение, тогда любое дело получается.

