



# «ЭМОЦИИ»



# Что такое эмоции?

Эмоции – это нескончаемый ресурс энергии, набор цветов, в которые окрашивается наша жизнь.

Эмоции это цвета, в которые окрашиваются наши события. Эмоции – краткосрочны. Например: скука, гнев, раздражение, симпатия...

Чувства – более пролонгированный процесс.

Чувства основаны на морали, на этике, на убеждениях человека т. е. на более высоких слоях сознания. Например: ненависть, вина, любовь...

И если с эмоциями ничего не делать, тогда они могут переходить в устойчивые чувства.



# Самые основные эмоции



# Самые основные эмоции



# Самые основные эмоции



# Самые основные эмоции



# Самые основные эмоции



К высокочастотным относят:



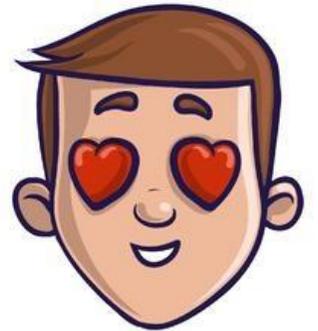
# К низкочастотным относят



# К нейтральным относят



# Функции эмоций



# Важно помнить!

Важно помнить, что любая эмоция — это реакция внутреннего состояния на внешнюю среду. Ее нельзя подавлять или пытаться скрыть. Конечно, это не значит что нужно демонстративно проявлять скуку и ликование. Все-таки правила общественного поведения никто не отменял. Но, притворяясь, делая над собой эмоциональные усилия, мы рискуем потерять душевное равновесие и «заработать» проблемы со здоровьем.



# Викторина



# Вопрос 1

Что такое эмоции?

- а) это нескончаемый ресурс энергии, набор цветов, в которые окрашивается наша жизнь
- б) это то, человек выражает свое состояние
- в) краткосрочное чувство человека, которое зависит от окружающего вокруг

# Вопрос 1

Что такое эмоции?

- а) это нескончаемый ресурс энергии, набор цветов, в которые окрашивается наша жизнь
- б) это то, человек выражает свое состояние
- в) краткосрочное чувство человека, которое зависит от окружающего вокруг

## Вопрос 2

На какие группы делятся эмоции?

- а) агрессивные, пассивные и нейтральные
- б) высокочастотные и низкочастотные
- в) высокоимпульсные и низкоимпульсные
- г) высокочастотные, нейтральные и низкочастотные

## Вопрос 2

На какие группы делятся эмоции?

- а) агрессивные, пассивные и нейтральные
- б) высокочастотные и низкочастотные
- в) высокоимпульсные и низкоимпульсные
- г) высокочастотные, нейтральные и низкочастотные

## Вопрос 3

К высокочастотным эмоциям относятся?

- а) радость, восторг, удивление и любопытство
- б) наслаждение, симпатия, восторг, радость и предвкушение
- в) гнев, радость, страх и печаль
- г) удивление, радость и страдание

## Вопрос 3

К высокочастотным эмоциям относятся?

а) радость, восторг, удивление и любопытство

б) наслаждение, симпатия, восторг, радость и предвкушение

в) гнев, радость, страх и печаль

г) удивление, радость и страдание

## Вопрос 4

К низкочастотным эмоциям относят?

- а) страх, гнев, смятение и радость
- б) предвкушение, симпатия и любопытство
- в) радость, наслаждение, страх и гнев
- г) печаль, гнев, страдание, отвращение и страх

## Вопрос 4

К низкочастотным эмоциям относят?

- а) страх, гнев, смятение и радость
- б) предвкушение, симпатия и любопытство
- в) радость, наслаждение, страх и гнев
- г) печаль, гнев, страдание, отвращение и страх

## Вопрос 5

Какие эмоции относятся к самым основным?

- а) радость, гнев, смеление и отвращение
- б) страх, удивление, радость, печаль и гнев
- в) гнев, радость, брезгливость, страх и печаль
- г) страдание, печаль, удитвление и любопытство

# Вопрос 5

Какие эмоции относятся к самым основным?

- а) радость, гнев, смеление и отвращение
- б) страх, удивление, радость, печаль и гнев
- в) гнев, радость, брезгливость, страх и печаль
- г) страдание, печаль, удитвление и любопытство

## Вопрос 6

В какие тона окрашивают жизнь негативные эмоции?

- а) черные
- б) темные
- в) бледные
- г) серые

## Вопрос 6

В какие тона окрашивают жизнь негативные эмоции?

- а) черные
- б) темные
- в) бледные
- г) серые

# Вопрос 7

К нейтральным эмоциям относятся?

- а) удивление, созерцание и отвращение
- б) презрение, любопытство, изумление и безразличие
- в) созерцание, любопытство и изумление
- г) азарт, презрение и страх

# Вопрос 7

К нейтральным эмоциям относятся?

- а) удивление, созерцание и отвращение
- б) презрение, любопытство, изумление и безразличие
- в) созерцание, любопытство и изумление
- г) азарт, презрение и страх

# Вопрос 8

Какие функции выполняют эмоции?

а) защитная, следообразовательная и коммуникативная

б) организационная, отражательная и зеркальная

в) образовательная, защитная и побудительная

г) коммуникативная, организационная и защитная

# Вопрос 8

Какие функции выполняют эмоции?

а) защитная, следообразовательная и коммуникативная

б) организационная, отражательная и зеркальная

в) образовательная, защитная и побудительная

г) коммуникативная, организационная и защитная

