|  |  |
| --- | --- |
| **Эмоция** | **Интерес** |
| Что это? | Одна из эмоций, стимулирующих развитие человека. Насыщает человека энергией и направляет его поведение, стимулирует человека к исследовательской и познавательной активностиИнтерес предполагает пристальное внимание, желание погрузиться в изучаемый предмет, познать все детали и тонкости. Интерес необходим, когда возникает потребность в новых знаниях. Интерес непосредственно связан с познавательной деятельностью – только если нам интересно, мы можем научиться чету-то новому. Интерес – это сильнейший мотивационный фактор, который толкает нас на развитие, не даёт сидеть на месте, и постоянно двигает вперед |
| Проявления | * Взгляд глаза в глаза (в разговоре с другим человеком) * Расширение зрачков * Концентрация взгляда на интересующем объекте * Слегка приподнятые брови * Голова может быть немного наклонена * Ускорение темпа речи * Переживание интереса также сопровождается существенным повышением активности нейронов головного мозга |
| **Эмоция** | **Радость** |
| Что это? | Активная эмоция, характеризуется удовлетворением вследствие обладания реальным или воображаемым благом Сопровождается повышением познавательной активности, переживанием удовлетворенности и самим собой и окружающим миром. Способствует усилению кровотока и повышению интенсивности обмена веществ |
| Проявления | * Искренняя улыбка: напряжение скуловых мышц * Приподнятые уголки губ (обычно длится до 4 секунд) * Приподнятые щеки * Расходящиеся морщинки у внешнего края глаза (глаза улыбаются) * Расслабленные плечи |
| **Эмоция** | **Доверие** |
| Что это? | Нейтральная эмоция, характеризуется спокойствием, гармонией, ощущением безопасности. Уверенность в чьей-либо добросовестности, при которой субъект добровольно ставит свое личное благополучие в зависимость от внешнего фактора, которому доверяет |
| Проявления | * Спокойная интонация * Человек выглядит спокойным, умиротворённым * Мышцы лица разглажены, нет резких мимических реакций |
| **Эмоция** | **Страх** |
| Что это? | Сильная эмоция, отражает защитную реакцию человека при переживании реальной или мнимой опасности для здоровья и благополучия. Страх может быть социальным – например, страх потерять уважение коллег, или же природным, врождённым – страх боли.  Страх – очень сильная эмоция, и многие боятся её.Как бы это не звучало парадоксально – бояться страха. |
| Проявления | * Повышенное мышечное напряжение * Нижняя челюсть опущена * Брови подняты и сведены * Дрожь и мурашки * Пантомимические комплексы вроде съеживания и попытки к бегству * Ускоренная скорость дыхания и сердечный ритм, повышенное потоотделение |
| **Эмоция** | **Удивление** |
| Что это? | Сильная побудительная эмоция, вызванная сильным впечатлением от чего-либо поражающего неожиданностью, необычайностью, странностью |
| Проявления | * Брови приподняты и изогнуты * Поперек лба идут горизонтальные морщины * Веки открыты: верхние веки подняты, нижние опущены, белок глаз – склеру – можно видеть над радужной оболочкой, а нередко и под ней * Нижняя челюсть опускается, так что губы и зубы размыкаются, а рот находится в ненапряжённом состоянии. |
| **Эмоция** | **Печаль** |
| Что это? | Отрицательно окрашенная эмоция, возникает после неудачи, неудовлетворения какой-либо сильной потребности, упреков со стороны с примесью разочарованности и подавленности, смежное с покорностью и чувством безнадежности |
| Проявления | * Сокращение мышц лба * Нахмуренные брови, изогнутые «домиком» * Слегка прищуренные глаза * Хмурый взгляд, уменьшенный размер зрачка; * Опущенная голова; * Опущенные уголки губ, закрытый рот * Подтянутая нижняя губа или сжимание обеих губ |
| **Эмоция** | **Отвращение** |
| Что это? | Сильная эмоция, глубокое ощущение неприязни к чему-то, соединенное с брезгливостью, омерзением и презрением Эта эмоция по психологическим характеристикам, как ни странно, близка к скуке. Но только гораздо сильнее. |
| Проявления | * Характерное сморщивание носогубной складки — расширение ноздрей, поднятие верхней губы. Вдоль ноздрей к уголкам рта идут две глубокие морщины, их форма напоминает перевернутую букву U. Ноздри приподняты, а на переносице и по сторонам от нее появились морщины. * Небольшое сведение и поднятие бровей, сужение глаз. * Активное отстранение от объекта отвращения. |
| **Эмоция** | **Злость** |
| Что это? | Сильное недовольство, которое возникает, когда потребности или ожидания не были удовлетворены |
| Проявления | * Импульсивность, резкие движения * Глаза глядят пристально, нижние веки напряжены * Губы могут находиться в двух основных состояниях:   - плотно сжаты, уголки губ прямые или опущены вниз;  - «прямоугольный рот»: губы напряжены как при крике   * Грудная клетка напряжена |