

# Эмоции и сигналы ребенка

# \*Что такое эмоции?

- \* особый класс субъективных психологических состояний, отражающихся в форме непосредственных переживаний, ощущений приятного или неприятного, отношения человека к миру и людям, процесс и результаты его практической деятельности.

# Функции эмоций

- \* Оценки (отражения)
- \* Мобилизации / Побудительная
- \* Сигнальная (Коммуникации)
- \* Регулятивная
- \* Подкрепляющая

# Базовые эмоции:

1. Радость

2. Интерес

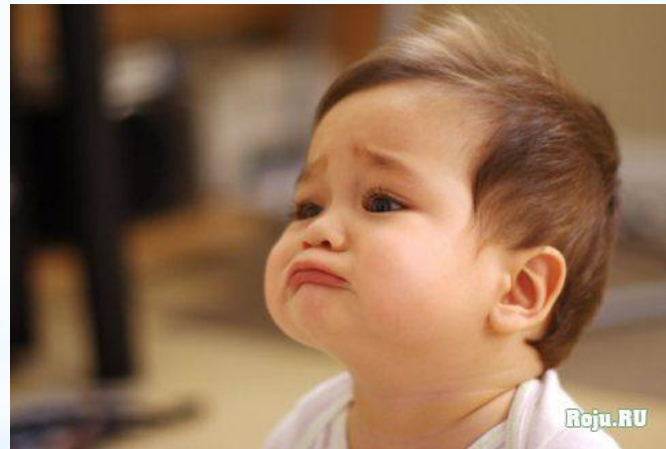
3. Удивление

4. Страх

5. Гнев

6. Грусть (печаль)

7. Отвращение



## Вторичные эмоции

1. Стыд
2. Смущение
3. Вина
4. Зависть
5. Гордость



# \*Сигналы

\*Улыбка/смех

\*Плач

\*Крик

\*Мимика

\*Телодвижения

\*Физиологические проявления  
(частота дыхания)

\*Слова

# **\* Как ребенок научится ПОНИМАТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ СИГНАЛЫ?**

- \* Описание эмоциональных состояний ребенка (смешанные и амбивалентные чувства)**
- \* Описание собственных эмоциональных состояний (при определенном постоянстве их)**

# \* Амбивалентность эмоций

- \* Сходным образом мы узнали, как эти дети отвергают своих матерей, когда впервые видят их снова, и горько обвиняют матерей за то, что они их бросили.

# Эмоциональная саморегуляция

- \* Концентрация/переключение внимания (до года)
  - \* Торможение мыслей и внешних действий (после года)
  - \* Воображение и речь (на 2 году жизни)
  - \* Правила выражения эмоций (от 2х лет)
  - \* Понимание эмоций других (с первых месяцев)
  - \* Эмпатия (3-4 года)
  - \* Осознание своих эмоций (от 2х лет)
  - \* Определение причин появления эмоций (4-5 лет)
  - \* Дифференциация «смешанных чувств» (8-9 лет)
- 
- Решение проблем и поиск социальной поддержки
  - Стиль саморегуляции родителей
  - Описывание чувств ребенка - повышение дифференциации
  - Толерантность к амбивалентности
  - Социальное окружение

# \*Список литературы:

- \* Вилюнас В. К. Основные проблемы психологической теории эмоций // Психология эмоций. Тексты / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. К. Вилюнаса. М.: Изд-во МГУ, 1984. - 288 с.
- \* Дж. Боулби. Создание и разрушение эмоциональных связей / Пер. с англ. В.В. Старовойтова —2-е изд. — М.: Академический Проект, 2004.— 232 с.
- \* Нэпп М., Холл Д. Невербальное общение. Учебник. - СПб.: «прайм-ЕВРОЗНАК», 2004. - 256 с.
- \* Peter J. LaFreniere. Эмоциональное развитие детей и подростков.