Радость  определяется как активная положительная эмоция, выражающаяся в хорошем настроении и ощущении удовольствия. Хотя радость и отделяют от веселья, однако различие между ними трудно поддается определению. Так не резко выраженное переживание радости может быть без веселья («тихая радость»), в то же время и веселье может быть без наличия радости, хотя очень часто радость является поводом для веселья. Радость сопровождается переживанием удовлетворенности самим собой и окружа ющим миром. Очевидно, это и является ее главной отличительной чертой. Поэтому радость определяют как сильное удовлетворение. Если говорить о субъективном переживании, то радость переживается как приятное, желанное, полезное, несомненно позитивное чувство, которое в самых общих словах можно назвать чувством психологического комфорта и благополучия. При радостном переживании душа и тело пребывают в состоянии релаксации или игры. Например, ребенок не испытывает ни психологического, ни физического стресса, он беззаботен, он чувствует себя легко и свободно. Даже движения его стано вятся легче и уже сами по себе приносят ему радость.

Все эти ощущения, составляющие суть радостного переживания ребенка, воспроизводятся в пережива нии взрослого человека. Когда мы радуемся, мы становимся увереннее в себе, начинаем понимать, что живем не напрасно, что наша жизнь преисполнена глубокого смысла. Мы чувствуем себя любимыми, нужными, мы довольны собой и миром. Мы полны энергии, мы уверены в том, что преодолеем любые трудности.

Улыбка и смех как признаки удовольствия и радости обнаруживаются уже у новорожденного ребенка и сохраняются относительно неизменными на протяжении всей жизни человека. Человек научается улыбаться по самым разным поводам и самым разным образом, в зависимости от повода, вызвавшего улыбку. Однако истинная улыбка радости почти всегда одна и та же, как на лице новорожденного младенца, так и на лице пожилого человека.

Эмоция радости имеет важное социальное значение. Родители, ежедневно общаясь с ребенком, видят его радость и сами проявляют ее, и это постоянное встречное выражение радости повышает вероятность формирования взаимной эмоциональной привязанности. В младенчестве и раннем детстве чувство эмоциональной привязанности имеет необыкновенно важное значение для нормального развития ребенка, так как обеспечивает ему чувство безопасности. Если ребенок знает, что мать всегда рядом, что она в любой момент придет ему на помощь,он обретает чувство уверенности,которое так необходимо для развития познавательно-исследовательской активности.

  «Волшебство» эмоций в том, что как раз из них мы можем получать ресурс и учить этому ребенка.

                                  Все эмоции нужны и важны, рассмотрим Радость.

Нам всем нужна радость:

Радость ― самая первая эмоция, которая приходит на ум, когда речь заходит о ресурсе. Это наш естественный «заряд» и защита от депрессии. А еще это внутреннее «я все делаю правильно», потому что эволюционно радость еще про цели и задачи. Так сложилось, что взрослые люди на самом деле не очень и радуются. Во-первых, не очень часто, во-вторых ― не очень бурно. Мы не привыкли особо проявлять свою радость, даже если она есть.