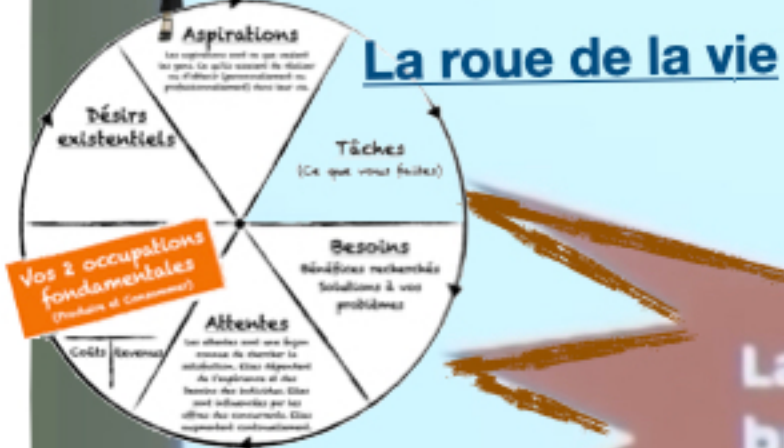


Les 6 émotions primaires : par Bernard Flavien

Nos émotions sont notre GARDE du Corps

Le Théorème fondateur : « Là où il y a de la gêne il n'y a pas de plaisir »
Un sentiment est un « mix » de plusieurs émotions. Il y a des milliers de sentiments.
Mais il n'y a que 6 émotions primaires.

« Le plaisir est une émotion agréable liée à la satisfaction d'un besoin ou d'un désir. » – Frédéric Lenoir (2013, p. 28)



La colère est « le bruit » de la peur

Avez-vous un rendez-vous de 20 minutes avec VOUS inc. chaque jour?

Un sentiment est un état affectif complexe (un "mix" de plusieurs émotions) causé par une réaction à une représentation que l'on se fait de quelque chose.

Votre rendez-vous de 20 minutes?



La joie « est »

(une émotion agréable... du bonheur, du plaisir, de la gaieté, de l'enthousiasme, du ravissement, de la satisfaction) 🎯

La joie

La Peur

(La patronne des émotions)

La Surprise

est toujours déstabilisante

La colère

Le dégoût

La tristesse

LE STRESS
est un MIX :
Peur & Surprise

Stresseur accélérateur !

