

感情を解剖する感情モデル「プルチックの感情の輪」



人間をはじめとする
高等な動物には
8つの純粋な感情があり、
それらが混ざり合うことで、
そのほかの感情が生まれる

自分や他人に振り回されないための
感情リテラシー
事典

感情の言葉や
仕組みを理解し、
上手に
使いこなせる
EQ力を育てる

大芝義信
OSHIBA YOSHINOBU

フォレスト出版

自分や他人の感情に 振り回されない！

“知る”だけ
ではない、
“使う”事典
です。

- “今”の正確な感情がわかる！
- 40以上の感情の特徴と対処法がわかる！

