

Personlig utveckling från grunden - begrepp

- Tankar > känslor
- Kognitiv psykologi
- Händelse > tankar > känslor
- Självresonemang
- Prekognitiva känslor
- Grundkänslor
- Primära emotioner
- Universella uttryck
- Genetiskt
- Evolutionär fördel
- Funktioner
- Lustkänslor
- Olustkänslor
- Medfödda
- Inlärd
- HSP
- Upplevelser > rädslor
- Observationsinläring
- Modellinläring
- Generalisering
- Latenta
- Viktigt med känslor
- Evolutionärt utvecklat överlevnadssystem
- Begränsningar
- Posttraumatiskt stressyndrom
- Fobier