



Knowledge is expensive,
but realise what stupidity can cost you



Emoties

Emoties zijn niet te onderdrukken, hooguit te verbergen. Het krijgen van kippenvel is hier van het ultieme bewijs. Dat we bij schrik of het voelen van kou kleine builtjes krijgen komt uit de tijd dat we nog een dikke vacht hadden. De vacht was door het samentrekken beter in staat om warmte vast te houden.

Tevens was kippenvel bedoeld om je groter te doen lijken. Je vacht zet uit en dat schrikt de vijand af, wat zeker heel handig was in geval van angst.

Voor nu kent de wetenschap de volgende **zes basisemoties**: **woede, verdriet, vreugde, angst, verbazing en afschuw.**

Daarnaast zijn ook de **volgende vijftien erkend**:

Bewondering
jaloezie
afgunst
hoop
wanhoop
verwilt
liefde
trots
spijt
berouw
haat
schaamte
schuldgevoel
minachting
verveling

Blank area for notes, consisting of seven horizontal yellow bars.

Het verschil tussen gevoelens en emoties?

Gevoel is een intellectuele invulling van wat er om ons heen gebeurt. We bedenken het zelf.
Een gevoel hoeft je gedrag niet te beïnvloeden en is dus ook niet altijd zichtbaar.

Een emotie is een reactie van het lichaam en niet te sturen. Een emotie kun je niet onderdrukken en is vrijwel altijd zichtbaar.

Kun je beschrijven aan welke (non-verbaal) gedrag je de bovenstaande emoties herkent?



Eddy Claesen

Family Business Advisor - Mediator

Accountant - Tax Consultant

Kuilenstraat 16 • B-3600 Genk
tel.: +32 89 32 91 10 • fax: +32 89 32 91 19
eddy.claesen@claesen.be • www.claesen.be