

Slides

- 1. Les émotions sont
- 2. Les 2 types d'émotions
- 3. Les 2 types d'émotions
- 4. Conclusion
- 5. Qu'est-ce qu'une émotion ?
- 6. Les émotions viennent
- 7. Les 3 étages

Les 2 types d'émotions

- Les émotions qui **peuvent paraître** négatives : la peur, la colère, la tristesse...
- Elles sont **une occasion de mieux nous connaître**, de prendre conscience de nos croyances limitantes et de nos dysfonctionnements.

institut cassiopée