

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΕΣ ΕΞΙΣΩΣΕΙΣ

By Chip Conley

Η ζωή μας είναι γεμάτη από διάφορα συναισθήματα. Το θέμα είναι αν μπορούμε να σταθούμε, να δούμε το κενό μεταξύ του συναισθήματος και της αντίδρασής μας και στη συνέχεια να επιλέξουμε την αντίδραση που θα μας βοηθήσει να εξελιχθούμε.



Χαρά = Αγάπη - Φόβος

Άγχος = Αβεβαιότητα x Αδυναμία

Περιέργεια = Ενδιαφέρον + Δέος

Ναρκισσιμός = (Αυτοεκτίμηση)² x Αναγνώριση

Απελπισία = Πόνος - Νόημα

Αυθεντικότητα = Αυτογνωσία x Θάρρος

Φθόνος = $\frac{\text{Υπερηφάνεια} + \text{Ματαιοδοξία}}{\text{Καλοσύνη}}$

Ευτυχία = $\frac{\text{Θέλω ό,τι έχω}}{\text{Έχω ό,τι θέλω}}$

upbility

Εκδόσεις Επιστημονικού Υλικού