

Экман Пол

Психология эмоций. Я знаю, что ты чувствуешь / Пер. с англ. — СПб.: Питер, 2022. — 336 с.: ил. — (Серия «Сам себе психолог»).

Оглавление

Благодарности	8
Введение	10
Предисловие ко второму изданию	16
Глава 1. Эмоции в разных культурах	18
Глава 2. Когда мы начинаем испытывать эмоции?	37
Глава 3. Как изменить то, из-за чего мы испытываем эмоции	61
Глава 4. Поведение под влиянием эмоций	77
Глава 5. Печаль и горе	112
Распознавание печали у самих себя	126
Распознавание печали у других людей	129
Использование полученной информации	139
Глава 6. Гнев	143
Насилие	166
Распознавание гнева у самих себя	170
Распознавание гнева у других людей	172
Использование полученной информации	179
Глава 7. Удивление и страх	186
Распознавание страха у самих себя	200
Распознавание страха у других людей	202
Использование полученной информации	209

Глава 8. Отвращение и презрение	213
Распознавание отвращения и презрения у самих себя	226
Распознавание отвращения и презрения у других людей ..	227
Использование полученной информации	230
Глава 9. Эмоции удовольствия	235
Распознавание наслаждения у других людей	251
Использование полученной информации	260
Глава 10. Ложь и эмоции	262
Заключение: жизнь с эмоциями	282
Послесловие	289
Приложение. Тест на распознавание выражений лица	293
Примечания	315
Список иллюстраций	329
Об авторе	330
Послесловие к русскому изданию	331