

# 8 ZÁKLADNÍCH EMOCÍ A K ČEMU NÁM SLOUŽÍ:



## HNĚV

...pomáhá nám bojovat  
s překážkami



## STRACH

...ochraňuje nás  
před nebezpečím



## OČEKÁVÁNÍ

...pomáhá nám  
těšit se a plánovat



## PŘEKVAPENÍ

...upozorňuje nás  
na nové situace



## RADOST

...připomíná nám,  
co je důležité



## SMUTEK

...spojuje nás s těmi,  
které milujeme



## DŮVĚRA

...spojuje nás s lidmi,  
kteří nám mohou pomoci



## ZNECHUCENÍ

...pomáhá nám odmítnout  
to, co pro nás není dobré