

# Оглавление

<b>Благодарности</b> .....	<b>7</b>
<b>Введение</b> .....	<b>9</b>
<b>Предисловие ко второму изданию</b> .....	<b>13</b>
<b>Глава 1. Эмоции в разных культурах</b> .....	<b>15</b>
<b>Глава 2. Когда мы начинаем испытывать эмоции?</b> .....	<b>29</b>
<b>Глава 3. Как изменить то, из-за чего мы испытываем эмоции</b> .....	<b>46</b>
<b>Глава 4. Поведение под влиянием эмоций</b> .....	<b>58</b>
<b>Глава 5. Печаль и горе</b> .....	<b>83</b>
Распознавание печали у самих себя .....	93
Распознавание печали у других людей .....	95
Использование полученной информации .....	102
<b>Глава 6. Гнев</b> .....	<b>106</b>
Насилие .....	122
Распознавание гнева у самих себя .....	125
Распознавание гнева у других людей .....	127
Использование полученной информации .....	132
<b>Глава 7. Удивление и страх</b> .....	<b>137</b>
Распознавание страха у самих себя .....	147
Распознавание страха у других людей .....	148
Использование полученной информации .....	153
<b>Глава 8. Отвращение и презрение</b> .....	<b>156</b>
Распознавание отвращения и презрения у самих себя .....	165
Распознавание отвращения и презрения у других людей .....	166
Использование полученной информации .....	168
<b>Глава 9. Эмоции удовольствия</b> .....	<b>171</b>
Распознавание наслаждения у других людей .....	182
Использование полученной информации .....	189

<b>Глава 10. Ложь и эмоции</b> . . . . .	<b>190</b>
<b>Заключение: жизнь с эмоциями</b> . . . . .	<b>204</b>
<b>Послесловие</b> . . . . .	<b>209</b>
<b>Приложение. Тест на распознавание выражений лица</b> . . . . .	<b>212</b>
Инструкция по выполнению теста . . . . .	213
Распознавание выражений: правильные ответы . . . . .	229
<b>Примечания</b> . . . . .	<b>232</b>
<b>Список иллюстраций</b> . . . . .	<b>240</b>