

EMOÇÕES

Como lidar?

Organizadora
Elisa H. Kozasa

Sumário

Prefácio xiii

Emiliana R. Simon-Thomas

Apresentação xv

- 1 Uma breve história da Filosofia das Emoções no Ocidente 1
Guilherme Romano
- 2 Os sabores do autorreconhecimento: as emoções nas Filosofias
Contemplativas do oriente 39
Guilherme Romano
- 3 Emoções, sentimentos e consciência na perspectiva de Antonio
Damasio 84
Guilherme Brockington
- 4 São as emoções universais? 100
Elisa H. Kozasa
- 5 As emoções e o fluxo informacional entre corpo e cérebro 124
Ana Paula Port
- 6 Quando o desequilíbrio emocional se torna transtorno mental 141
Cândido Moreira

7	Terapias cognitivo-comportamentais e a emoção	158
	Isabel Cristina Weiss	

8	Meditação para regulação emocional	172
	Elisa H. Kozasa	

9	Autocompaixão e compaixão	185
	Jeanne Pilli	

10	<i>Cultivating emotional balance</i> (CEB)	209
	Eve Ekman	

11	Emoções e saúde mental em situações extremas	227
	Ana Maria Fonseca Zampieri	

	Considerações finais	239
--	----------------------	-----

	Índice remissivo	240
--	------------------	-----