



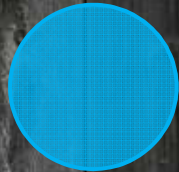
KOMFORT ZÓNÁK MANIPULÁLÁSA

Börcsök Gyöngyi
Klinikai szakpszichológus

KOMFORT???

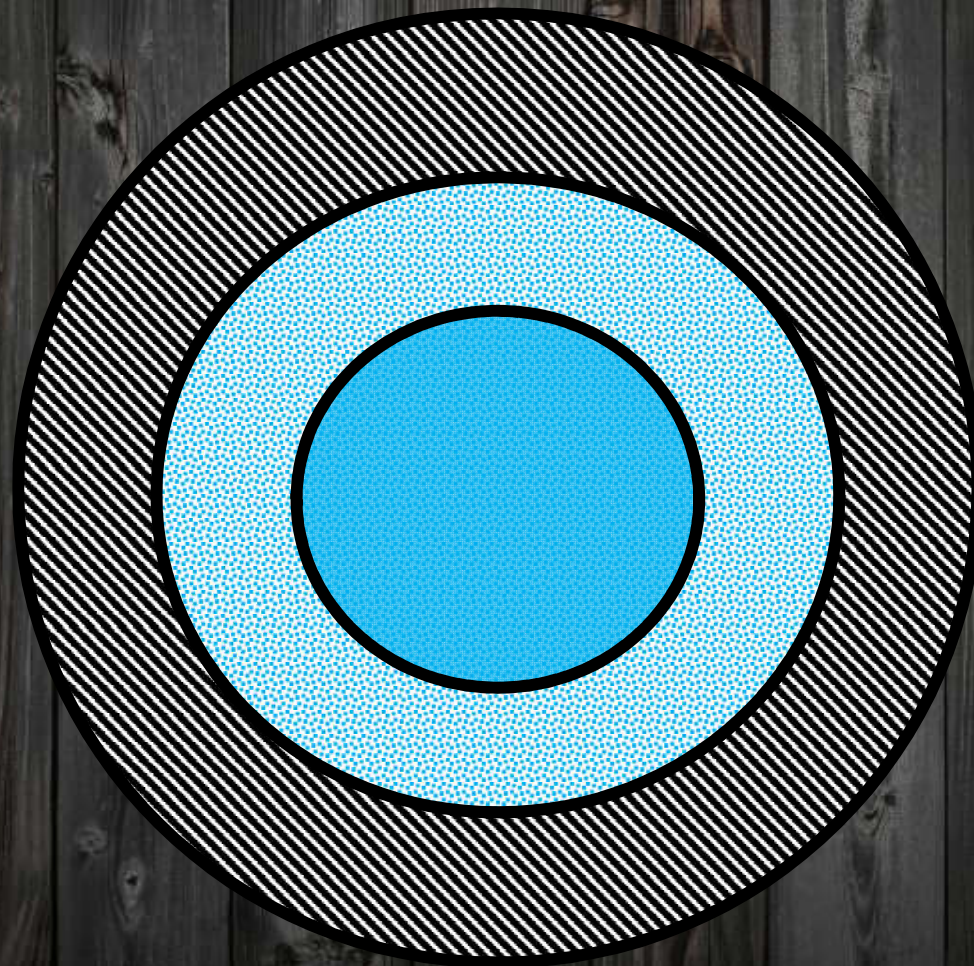


Comfort
zone

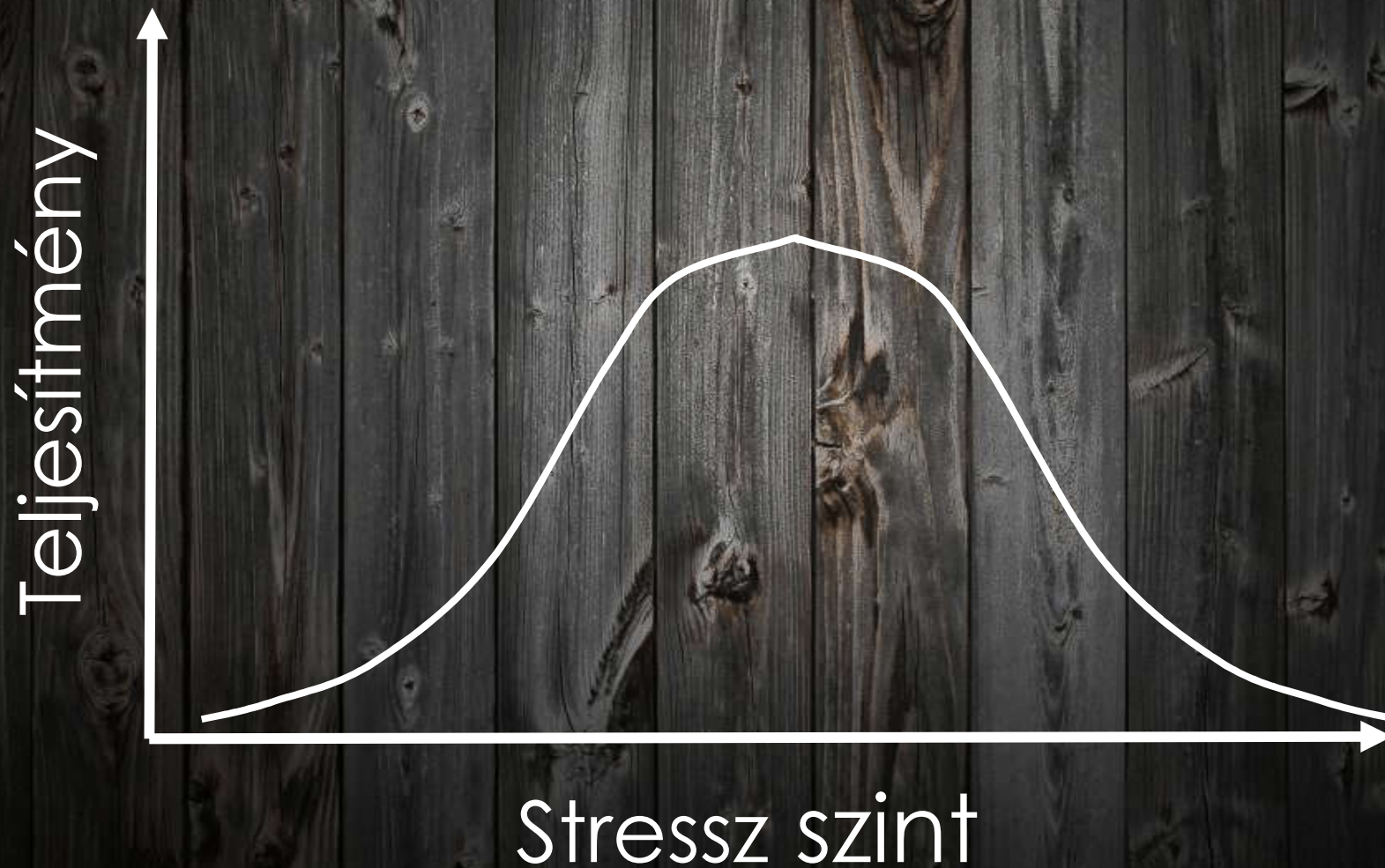


*Where magic
happens*

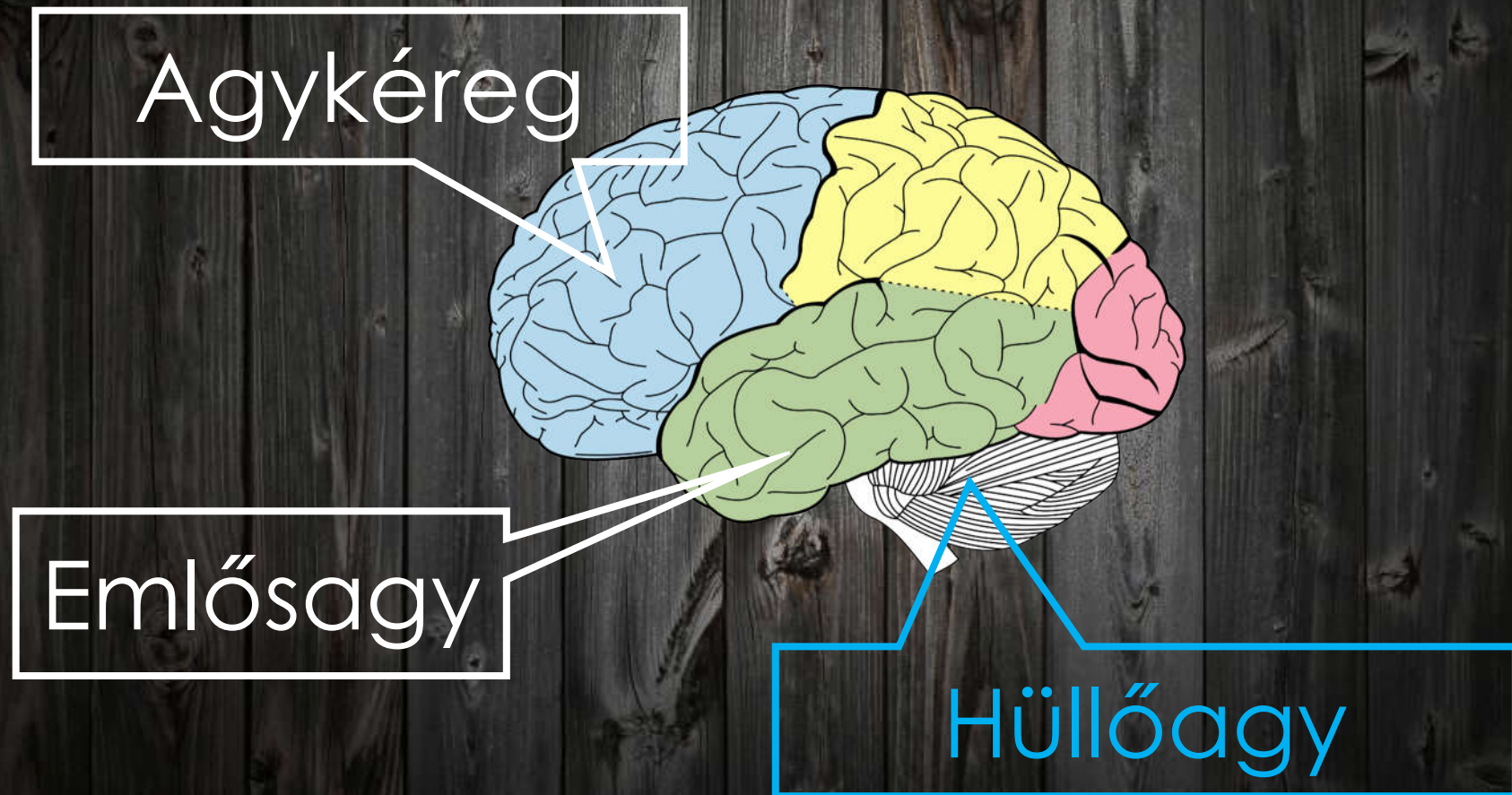
KOMFORT



STRESSZ és KOMFORT



EGY KIS AGYALÁS



1. VESZÉLYES?

STOP THE PAIN!

ERŐ, STÁTUSZ

2. ÚJ? ÉRDEKES?

AZT AKARJUK, AMI NEM LEHET A MIÉNK.

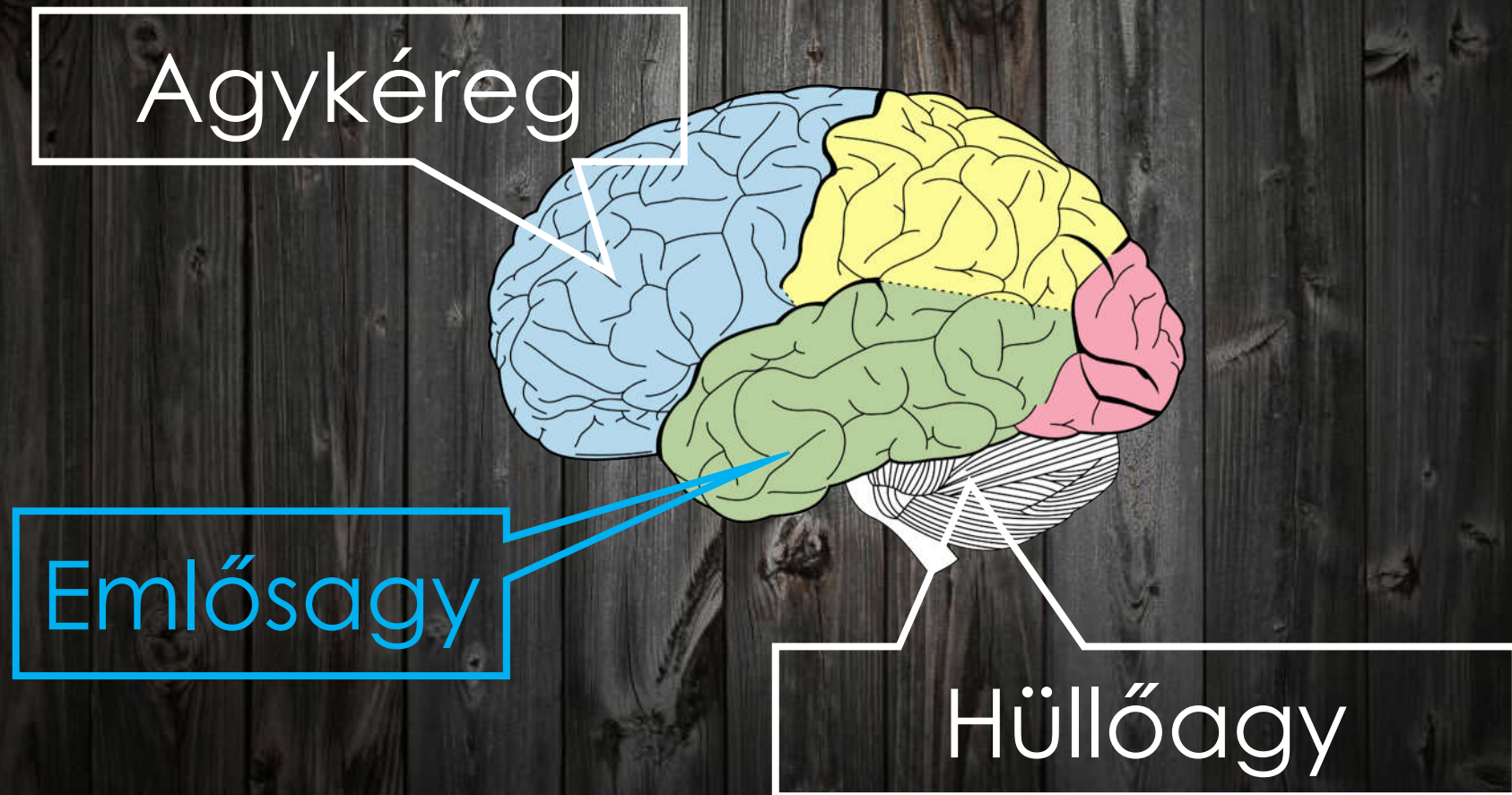
ÜLDÖZZÜK AZT, AMI TÁVOLODIK.

**AZT TALÁLJUK ÉRTÉKESNEK, AMIT
NEHEZEBB MEGKAPNI.**

3. RÖVIDEN!

„HA ÚJ, AKKOR
A LÉNYEGET!”

EGY KIS AGYALÁS



„MIT CSINÁKNAK MÁSOK?”

- TÁRSAS VISZONOSSÁG NORMÁJA
- TÁRSAS ELKÖTELEZETTSÉG NORMÁJA
- KONFORMITÁS, SZOCIÁLIS NYOMÁS

KÖSZÖNÖM
A FIGYELMET!

PSZICHOLOGUS.CO.HU