



# Le cube des émotions

Le cube de Lövhheim est un outil qui permet de se familiariser avec l'identification des émotions qui nous traversent. Ce modèle nous informe sur le rôle des neurotransmetteurs dans la génération de nos différents états émotionnels. Il constitue un référentiel efficace puisque ce modèle fermé nous oblige à nous positionner sur l'une des huit émotions de base proposées.

**D'après Lövhheim, 2012**