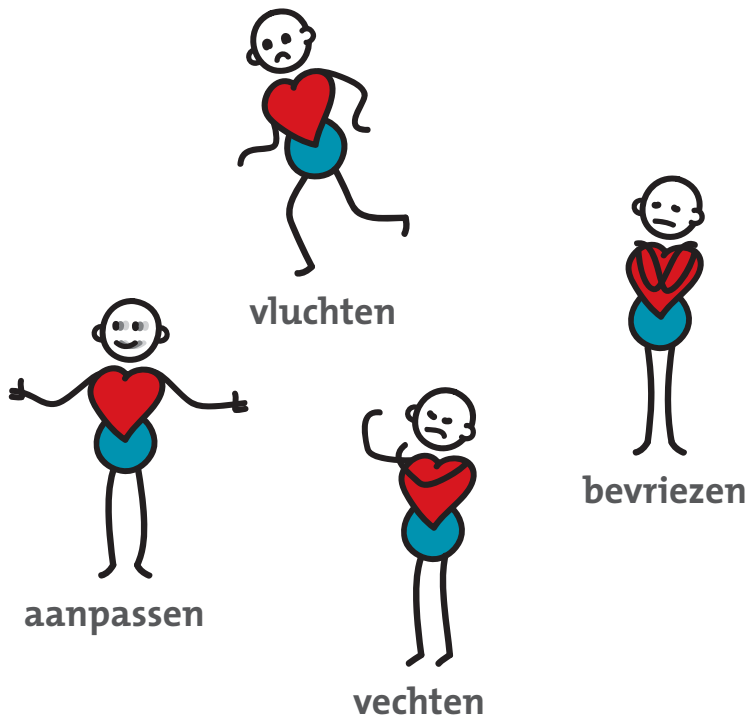


Gevoelsthermometer

Van gestrest naar relaxed

Hoe hoger op de thermometer je zit, hoe actiever je emotionele en reptielenbrein zijn. Je denkende brein doet minder goed mee. Er is een grotere kans op 'overlevingsgedrag':



Hoe lager op de thermometer je zit, hoe beter je drie breindelen met elkaar samenwerken en hoe fijner jij je voelt.

