

# Stirnhirn

links	K	rechts
positiv	e	negativ
Vorlieben	t	Abneigungen
	t	
extrovertiert	e	introvertiert
optimistisch	n	pessimistisch
Selbstvertrauenen	r	misstrauisch
ausgelassen	e	katastrophisieren
kann - will	a	mussturbieren
euphorisch	k	depressiv
glücklich	t	unglücklich
rosarot	i	grau
	o	
	n	

kaum

Stresshormone

hoch

gut

Immunabwehr

schlecht

denken und handeln



Eustress

Dopamin, Oxytocin

Beta-Endorphin

Begehren,

Anziehung,

Zufriedenheit

Hormone

Dysstress Acetylcholin

Cortisol

Angst, Anspannung,

Niedergeschlagenheit

hemmt ->

Mandelkern Angst,  
Wut, Ekel

<- verstärkt