Im Streß???

Das Bild auf der nächsten Seite ist in der Uniklinik Düsseldorf dazu benutzt worden, verschiedene Streß-Niveaus zu testen.

Schau Dir die beiden Delphine, die aus dem Wasser springen, genau an. Die Delphine sind absolut identisch! Die Forscher haben festgestellt, daß Menschen, die unter Streß stehen, die beiden Delphine verschieden wahrnehmen. Je mehr eine Person unter Streß steht, desto unterschiedlicher werden die beiden Delphine wahrgenommen.

Generell gilt: Je mehr die beiden Delphine in der subjektiven Wahrnehmung voneinander abweichen, desto höher ist der aktuelle Streßlevel der betreffenden Person.

Also: Wenn das Aussehen der beiden Delphine auf dem Bild sehr unterschiedlich sein sollte, ein guter Rat: Räum deinen Schreibtisch schnell auf, geh nach Hause und ruh dich mal so richtig aus.

