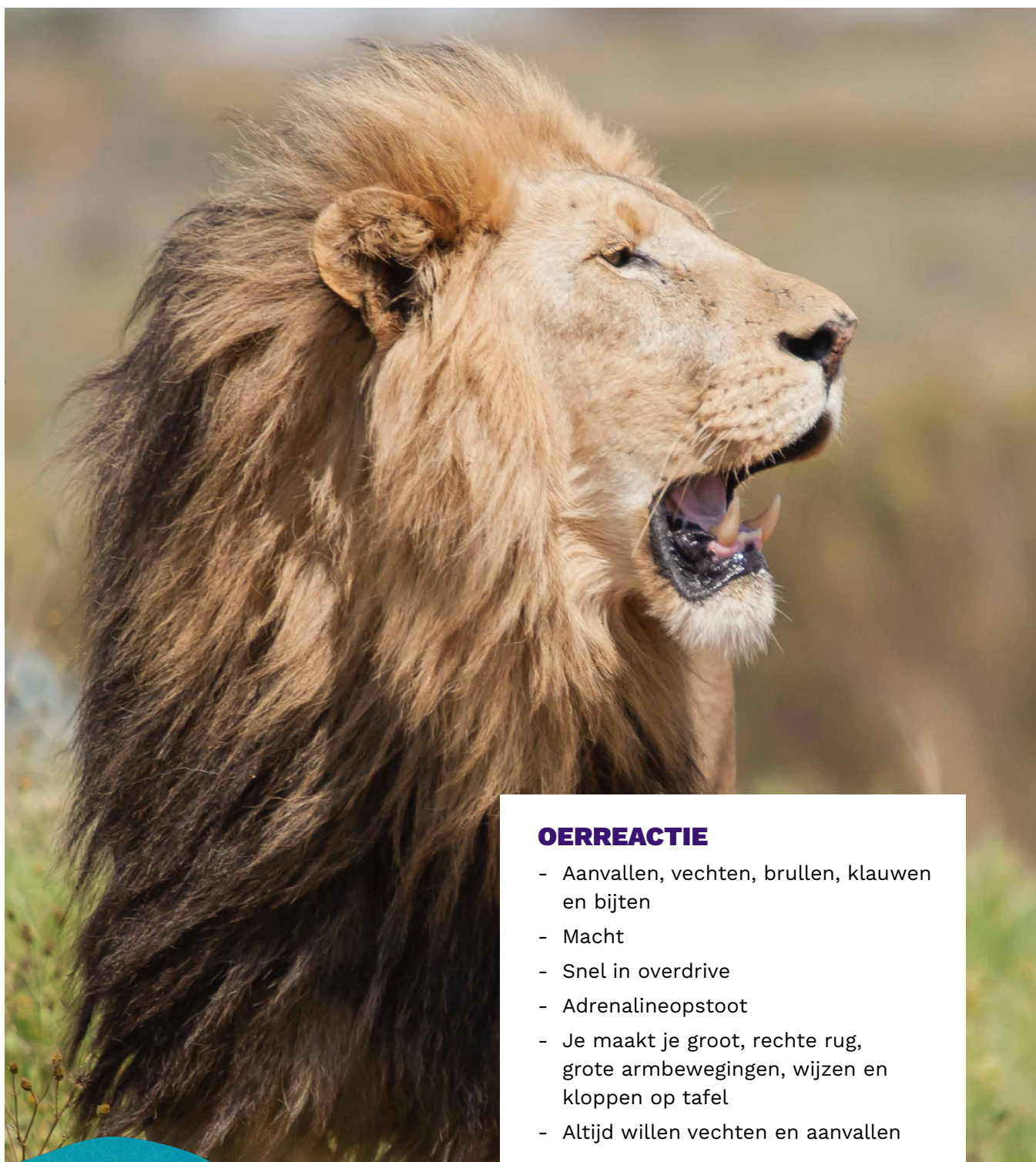




Vechten als een leeuw

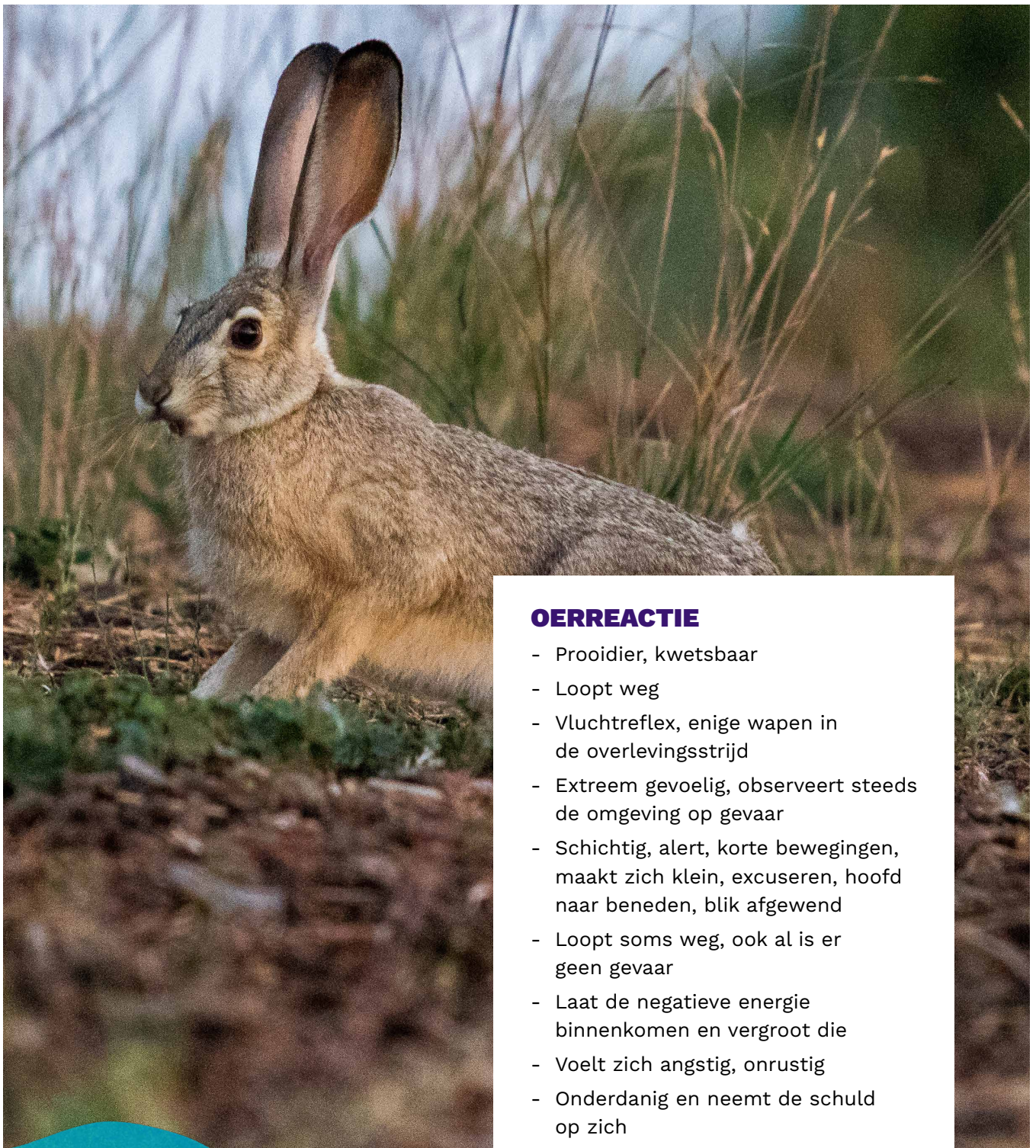


OERREACTIE

- Aanvallen, vechten, brullen, klauwen en bijten
- Macht
- Snel in overdrive
- Adrenalineopstoot
- Je maakt je groot, rechte rug, grote armbewegingen, wijzen en kloppen op tafel
- Altijd willen vechten en aanvallen



Vluchten als een haas



OERREACTIE

- Prooidier, kwetsbaar
- Loopt weg
- Vluchtreflex, enige wapen in de overlevingsstrijd
- Extreem gevoelig, observeert steeds de omgeving op gevaar
- Schichtig, alert, korte bewegingen, maakt zich klein, excuseren, hoofd naar beneden, blik afgewend
- Loopt soms weg, ook al is er geen gevaar
- Laat de negatieve energie binnenkomen en vergroot die
- Voelt zich angstig, onrustig
- Onderdanig en neemt de schuld op zich



Verstoppen als een kikker



OERREACTIE

- Niet meer kunnen verwerken wat er gebeurt
- Niet kunnen reageren
- Verliest op dat moment al zijn capaciteiten
- Stil
- Sluit zich af van gevoelens, werpt een scherm op
- Maakt geen contact, zoekt geen toenadering
- Niet luisteren en zwijgen
- Lichaam is verstijfd
- Geeft koude/koele indruk