

## **ERST DEN TEXT LESEN, DANN ERST DAS BILD BETRACHTEN!!!**

### Thema: Stresssymptome

Das Bild im Anhang ist in der Uniklinik Düsseldorf dazu benutzt worden, verschiedene Stress - Niveaus zu testen. Schaut Euch 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: Räumt den Schreibtisch schnell auf, geht nach Hause und ruht Euch mal so richtig aus.

