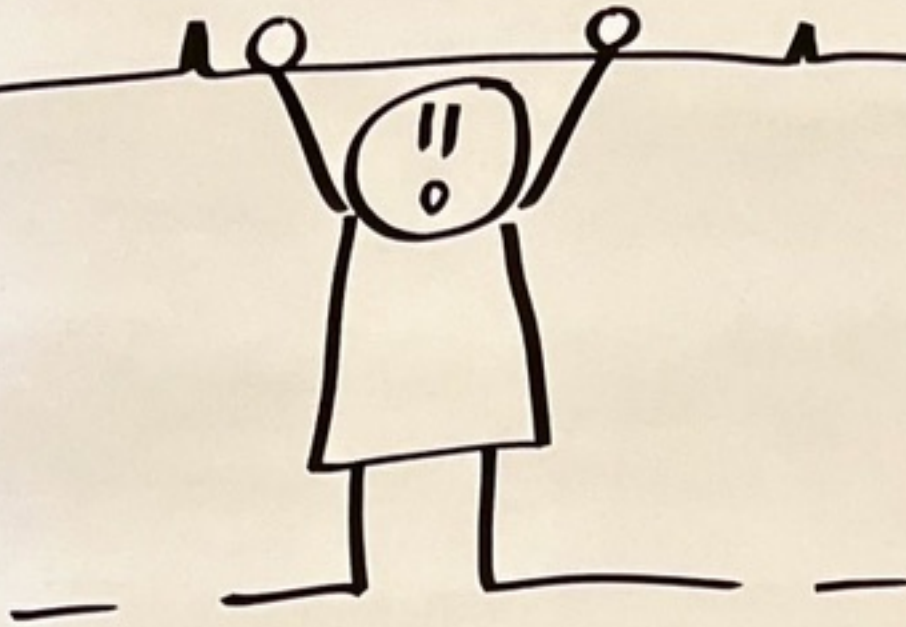


VAD ÄR MOTSTÅND?



BIOLOGI & BIOGRAFI



YES!

LIMBISKA SYSTEMET

KÄNSLOR:

- Intresse
- nyfikenhet
- entusiasm

BETEENDE:

- UTFORSKANDE
- AKTIV
- ENGAGERAD
- DRIVEN
- RASTLÖS
- NERVIG/KICK-SÖKANDE

DOPAMIN

KOGNITION
BEGÄNSANDE
MÅLNRIETAD

UTFORSKAR-
SYSTEMET

UTFORSKA
PRESTATION

AHA...

PREFRONTALA CORTEX

KÄNSLOR:

- lugn, trygghet
- glädje
- välmående

BETEENDE:

- VÄNLIG
- ALTRUISTISK
- OMSÖRGSFULL

KOGNITION:

- ÖPPEN
- REFLEKTERANDE
- ICKE DÖMANDE
- UPPMÄRKSAM

OXYTOCIN
ENDORFINER

ledsen

TRYGGHETS-
SYSTEMET

TRYGG/LUGN

HJÄLP!

AMYGDALA

KÄNSLOR:

- rädsla, oro
- ilska
- skam
- ångest

BETEENDE:

FIGHT
FLIGHT
FREEZE

ADRENALIN
NORADRENALIN

KOGNITION:

"BETTER SAFE
THAN SORRY"

HOTSYSTEMET

HOT/SKYDD

HUR BEMÖTA MOTSTÅND??



MOTSTÅND
JAG HAR SVÅRT
ATT (BE)MÖTA?

VAD HÄNDER?

VARFÖR?





Motståndsbeteendena
jag kan se
mig använda
som H.L.

○ KRITIKER

○ OFFER

UPPSKATTNINGSC-
○ KRÄVARE

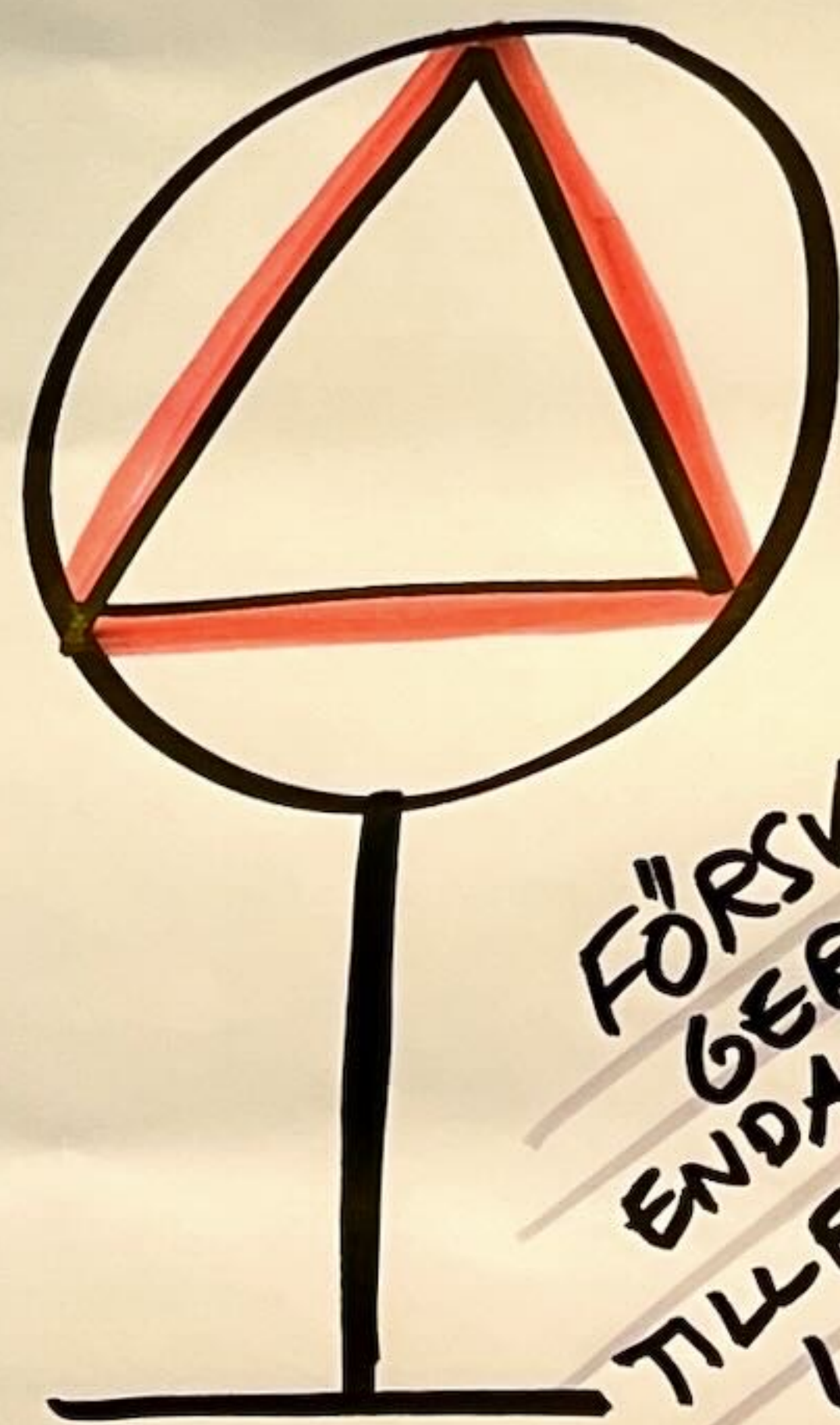
○ HJÄLPARE

○ SJÄLVANKLAGARE

○ FÖRNEKARE

○ BUDKARE

○ INTEKTUALISERARE



FÖRSVAR
GER
ENDAST EN
TILLFÄLLIG
LÄTNAD



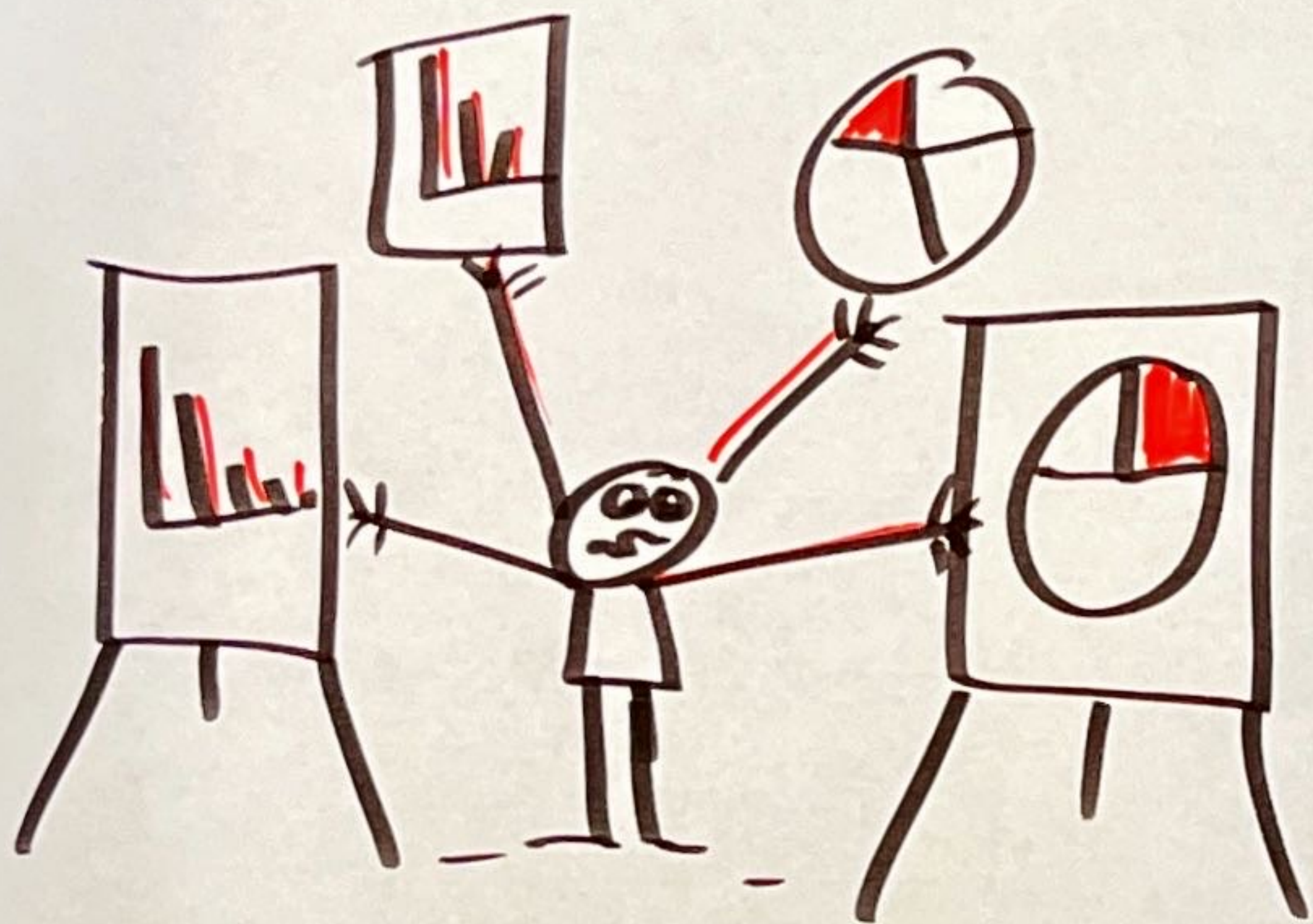
INTE F-N
VET JAG,
VI TAR VÄL
LITE Y, X, Z
OCH G....
MIXmix Ö

APOTEKAREN



INTE MITT
ANSVAR, JAG
DRAR (byter
ämne, skämtar...)

Man //
ABDIKERAREN



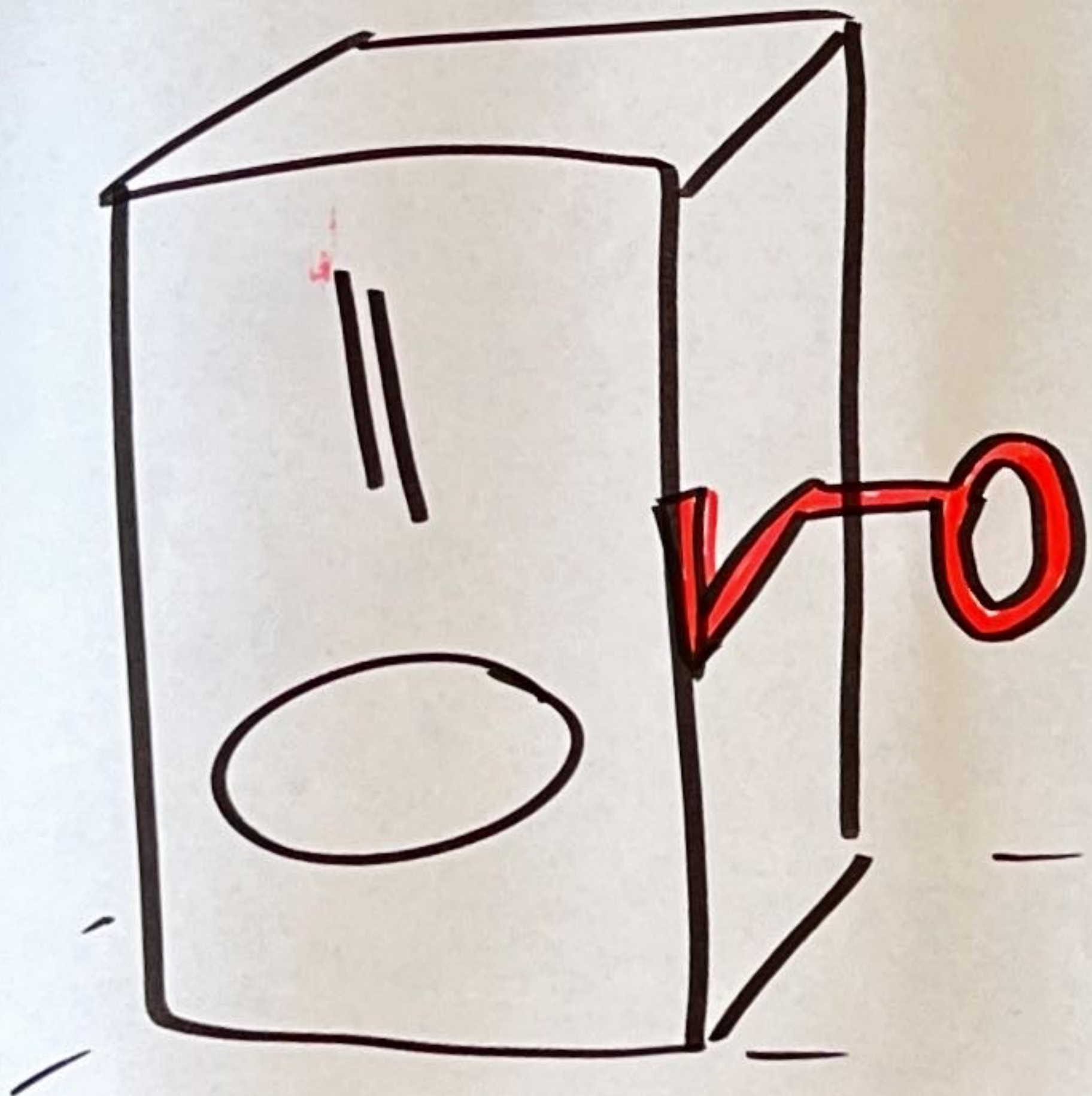
FORSKAREN SI
OCH JAJUSTJA,
FORSKAREN SÅ.
VI KÖR 50
SLIDES/ B.B.
MED FAKTA TILL! ▽

AKADEMIKERN



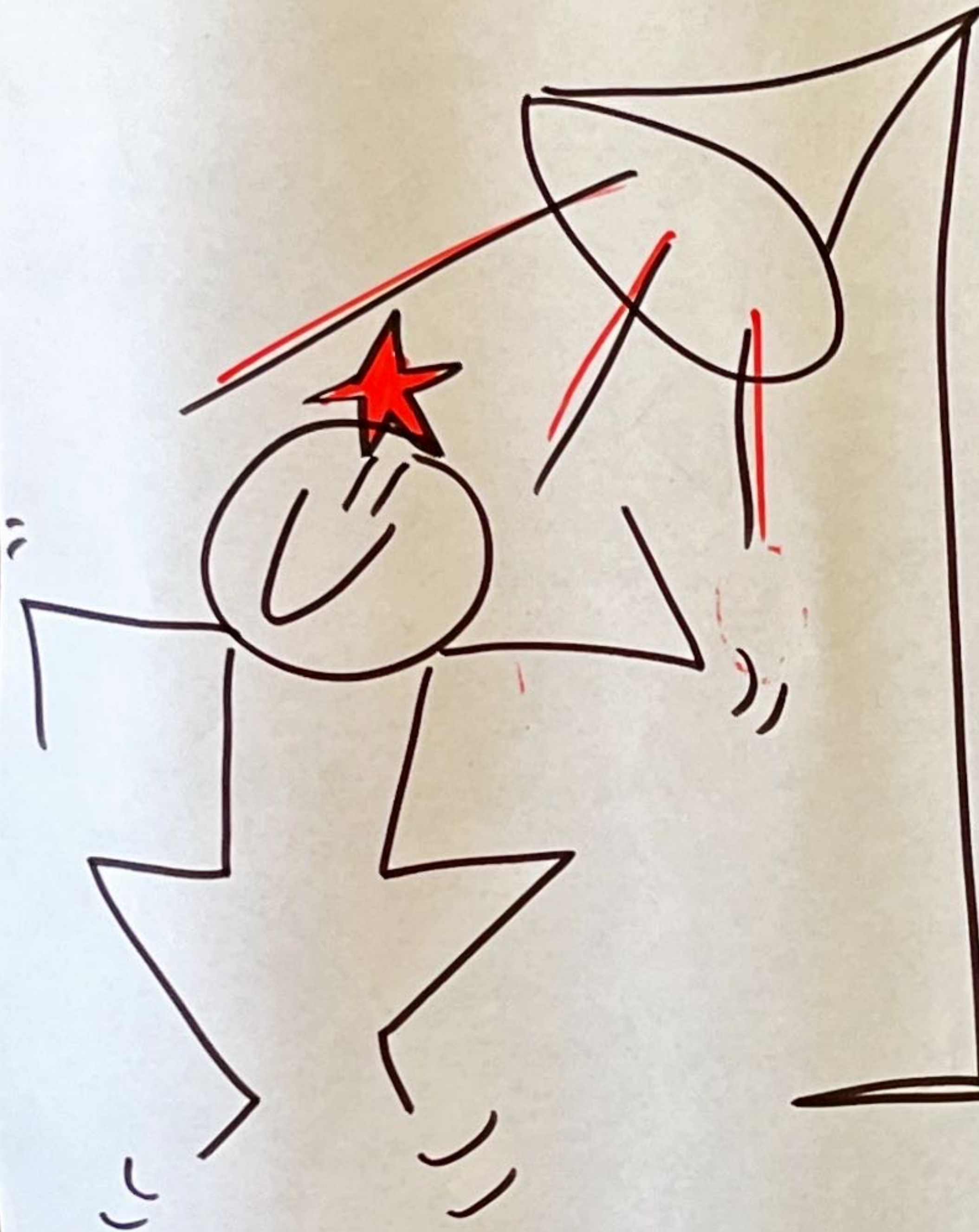
Det här är VIKTIGT
vi MÅSTE, Helt
OBEGRIPUGT, Alla
BORDE!!!

AKTIVISTEN



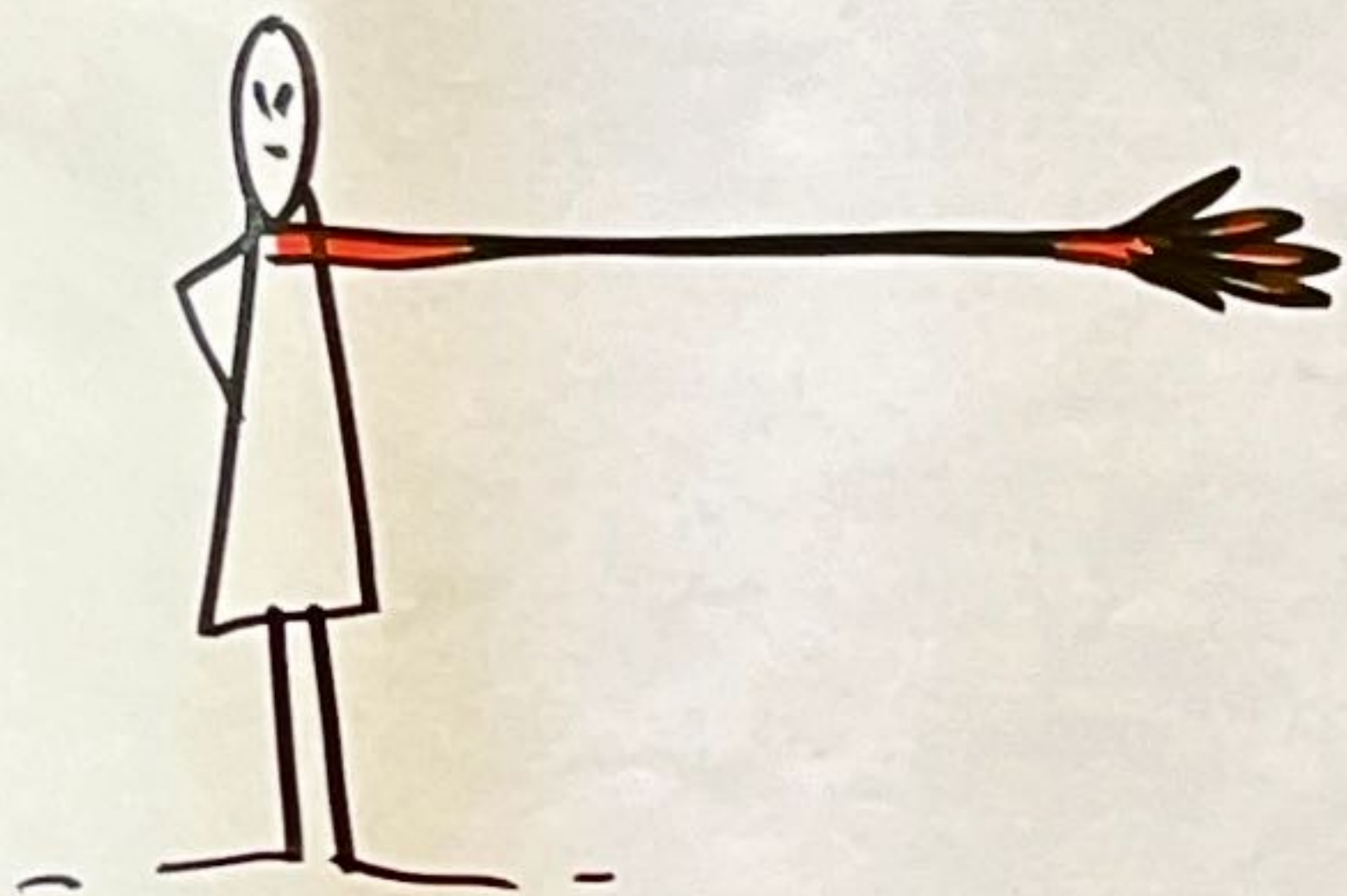
"PÄRMNÄRA"
GENOMFÖRANDE
MOMENT 1, SE 'N
ZA, B, C ...
BLA, BLB, BLC ...

AUTOMATEN



SE PÅ MIG,
JAG ÄR EN
JÄMSTÄLLDHETS-
STJÄRNA!

AKTÖREN



AUKTORITÄREN

SÅ. HÄR.

ÄR. DET.

PUNKT.



BUDKAR,
SERVERAR,
ÄNDRAR,
FIXAR ...
och... SUÅR
KNUT PÅ SIG SJÄL

PÅ VÄG,
SKYNTA,
SKYNTA...
TILL NÄSTA
MOMENT.
INTE TID...

