


Aivojen & autonomisen hermoston tila & mieliala	Tällainen olen	Tämä auttaa (+) Tämä haittaa / ei auta (-)
	<p>Ilo, rauha, into oppimiskyky persoonaa lahjakkuudet</p>	<p>+ unet, ravinto + liikunta, rento + kivat hommat + struktuuri</p>
	<p>hämmennys hermostuneisuus ahdistus, pelko aistit, muisti keskittyminen ↓</p>	<p>- aistimukset - sekava ohje + oma musiikki + oranssi väri + yksinolo</p>
<i>KAOSRAJA</i>		
	<p>turhautuminen ärtymys, kiukku raivo huuto, kiroilu, paiskoo, lyö</p>	<p>jne</p>
	<p>lamaannus turtumus tunteettomuus ei saa kontaktia</p>	<p>jne</p>

© Meri Lähteenoksa