ניתוח מצב בהתאם לשלושת המצבים של המוח - המוח הרגשי, המוח המאוזן והמוח השכלתני

תיאור מצב המטריד אותי כעת: תגובה בהתאם ל:		
המוח הרגשי	המוח המאוזן	המוח השכלתני