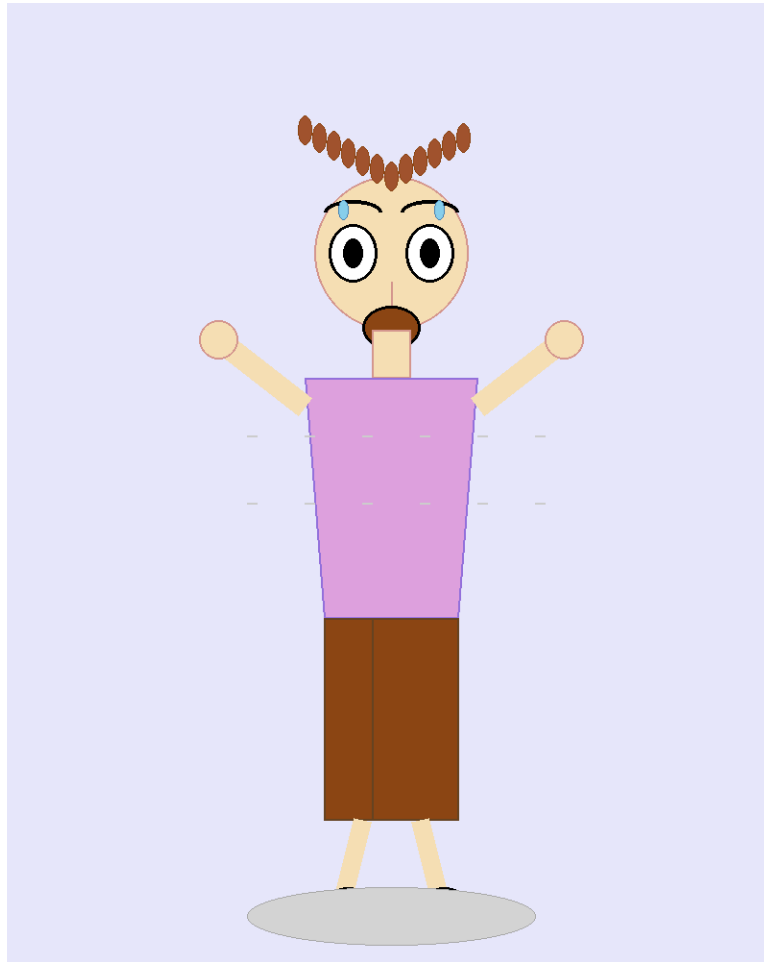


# L■K



L■k to emocja zwi■zana z przewidywaniem zagro■enia lub nieprzyjemnych konsekwencji. Objawia si■ przyspieszonym biciem serca, spoceniem d■oni, dr■eniem, szeroko otwartymi oczami i napi■ciem mi■■ni. L■k pe■ni funkcj■ ochronn■ - przygotowuje organizm do reakcji "walcz lub uciekaj". Mo■e by■ proporcjonalny do zagro■enia (zdrowy l■k) lub nadmierny (zaburzenia l■kowe wymagaj■ce profesjonalnej pomocy).