

When placed into a dangerous or threatening situation, the body enters a condition known as fight or flight. Physiological reactions cause heart and respiratory rates to quicken, which result in rapid pulse rate and increased rises and falls of the chest. Sometimes, the carotid artery in the can be seen pumping rapidly. Blood is shunted from the extremities to the inner body, resulting in cold and clammy hands. The mouth becomes dry and the voice cracks. The pupils of a person's eyes will dilate as part of the body's response in a "fight / flight" situation. Other eye movements which indicate tension / stress include rapid blinking or raid movement form side to side which is indicative of seeking escape form a difficult situation.

Վրանգի կամ սպառնալիքի պայմաններում օրգանիզմը սկսում է ինքնապաշտպանական բնագոյ դրսևորել, որը կոչվում է «փախչել-փրկվելու» մեխանիզմ: Ֆիզիոլոգիական փոփոխությունների շնորհիվ սրտխփոցը և շնչառությունը արագանում են, որի հետևանքով զարկերակն արագանում է և կրծքավանդակը արագ ելնում-իջնում: Երբեմն կարելի է տեսնել, թե ինչպես է քներակն արագորեն արյուն մղում: Արյունը վերջավորություններից խուժում է դեպի մարմին, որի հետևանքով ձեռքերը դառնում են սառն ու մածուցիկ: Բերանը չորանում է, ձայնը՝ բեկվում: Ինքնապաշտպանական բնագոյի ակտիվացման հետևանքով աչքի բիբերը կարող են լայնանալ: Աչքի այլ շարժումներ նույնպես կարող են մարմնել լարված / սթրեսային վիճակը, օրինակ հաճախակի թարթումները կամ այս ու այն կողմ նայելը, որը վկայում է այն մասին, որ նա ելք է փնտրում դժվար դրությունից: