



1

---

---

---

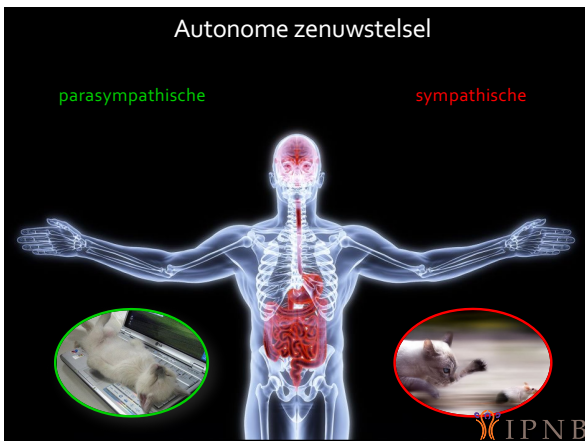
---

---

---

---

---



2

---

---

---

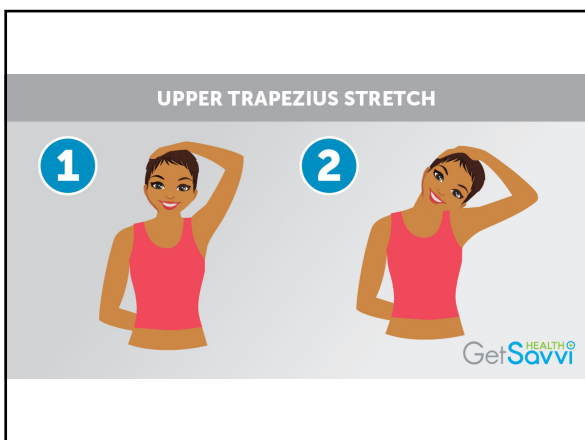
---

---

---

---

---



3

---

---

---

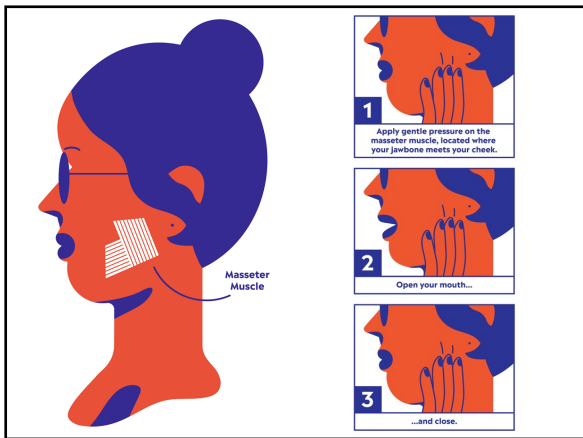
---

---

---

---

---



4

---

---

---

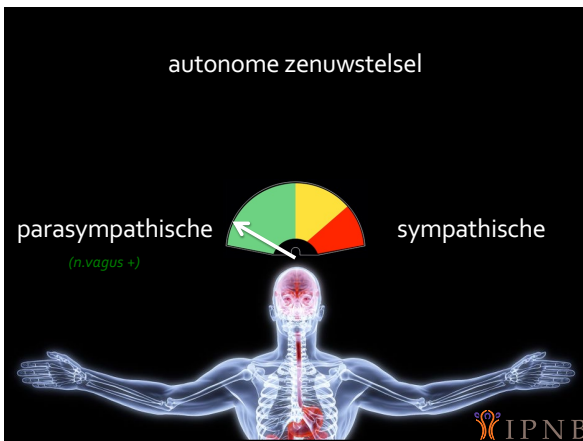
---

---

---

---

---



5

---

---

---

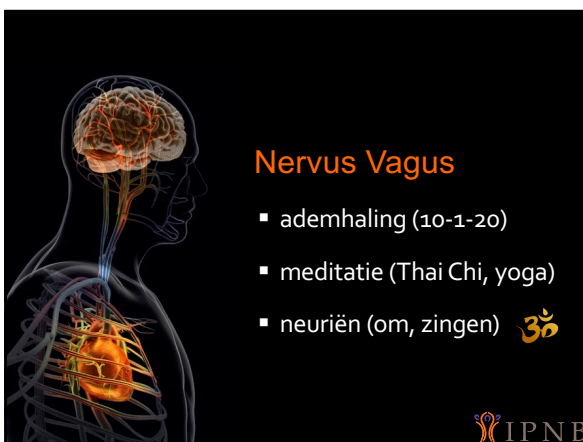
---

---

---

---

---



6

---

---

---

---

---

---

---

---

### Nervus Vagus

- ademhaling (10-1-20)
- meditatie (Thai Chi, yoga)
- neuriën (om, zingen)
- Hart Ritme Variabiliteit



7

---

---

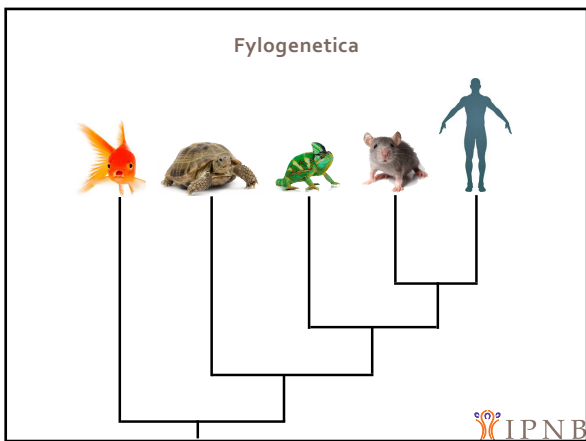
---

---

---

---

---



8

---

---

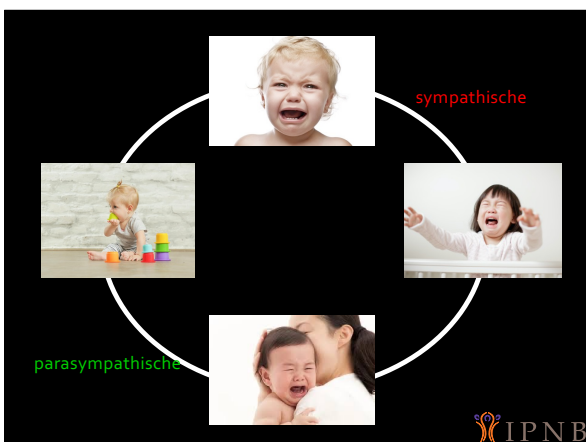
---

---

---

---

---



9

---

---

---

---

---

---

---

motivatiesystemen

Tweede niveau van organisatie (evolutionair jonger):  
gehechtheidssysteem: bescherming, hulp en troost te zoeken bij gevaar  
spelen & exploreren: sociaal gedrag, samenwerken



Eerste niveau van organisatie (evolutionair ouder):  
seksuele reproductie  
verdedigingssysteem: vechten, vluchten, bevriezen



10

---

---

---


---

---

---

---

---



'de hand die voedt is ook de hand die slaat'

11

---

---

---

---

---


---

---



---

motivatiesystemen

Jong:  
spelen & exploreren  
gehechtheidssysteem

biologische paradox 

Oud:  
verdedigingssysteem (vechten, vluchten, bevriezen)



12

---

---

---

---

---

---

---

---

### Fylogenetische ordening van het autonome zenuwstelsel



ventrale nervus vagus  
activatie parasympatische zenuwstelsel  
immobilisatie in verbinding

activatie sympathische zenuwstelsel  
mobilisatie: vechten/ vluchten/bevriezen

dorsale nervus vagus  
activatie parasympatische zenuwstelsel  
immobilisatie: apneu / bradycardie

13

---

---

---

---

---

---

---

---

### Parasympathische (dorsale) activatie

- Hartslag en ademhaling dalen
- Spijvertering ligt stil of juist defecatie
- Spieren zijn verslapt: immobilisatie
- Geen pijnsensaties
- Dissociatie (verlaagt of vernauwd bewustzijn)

14

---

---

---

---

---

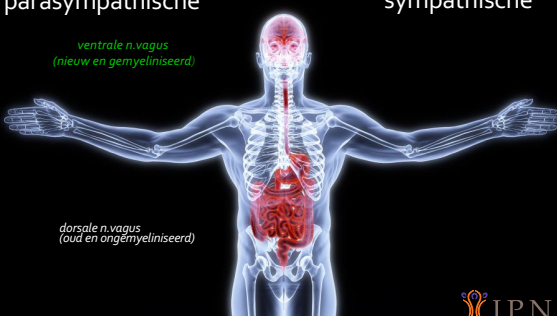
---

---

---

### polyvagaal theorie

parasympathische                      sympathische



ventrale n. vagus  
(nieuw en gemyeliniseerd)

dorsale n. vagus  
(oud en ongemyleiniseerd)

IPNB

15

---

---

---

---

---

---

---

---

### Sympathische activatie

- Hartslag stijgt
- Pijntolerantie verhoogd
- Gezichtspieren vervlakken
- Midden-oorspiers verslappen: beter horen van extreem laag en extreem hoge geluiden



16

---

---

---

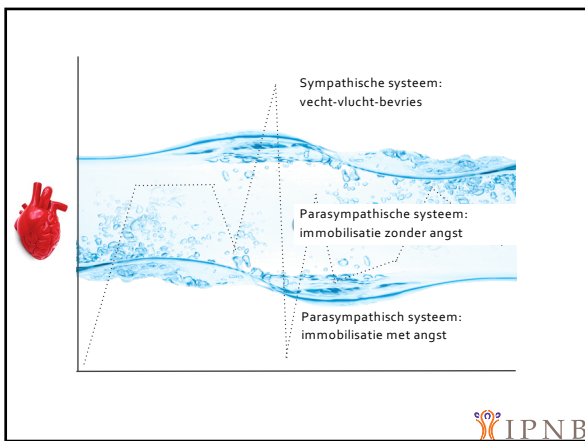
---

---

---

---

---



Sympathische systeem: vecht-vlucht-bevries

Parasympathische systeem: immobilisatie zonder angst

Parasympathisch systeem: immobilisatie met angst

IPNB

17

---

---

---

---

---

---

---

---



Autonomie:  
Je zelf kunnen zijn in verbinding met anderen

Ventraal – Veilig -Verbinden

Vluchten – Vechten (of bevriezen)

Dorsaal – 'Dood' - Dissociatie

IPNB

18

---

---

---

---

---


---

---

---

# Autonomie

isolatie ←————→ versmelting



19

---

---

---

---

---

---

---



Fawn - Fake



Ventraal – Veilig -Verbinden



Vluchten – Vechten (of bevroezen)



Dorsaal – 'Dood' - Dissociatie



20

---

---

---

---

---


---

---

# Autonomie

isolatie ←————→ versmelting

↑  
Temperament (reactiviteit)  
Hechtingsgeschiedenis  
Adolescent ervaringen (met groepen)



21

---

---

---

---

---

---


---

motivatiesystemen

Jong:  
spelen & exploreren  
gehechtheidssysteem

biologische paradox

Oud:  
verdedigingssysteem (vechten, vluchten, bevriezen)



IPNB

22

---

---

---

---

---

---

---

---

Fylogenetische ordening van het autonome zenuwstelsel



ventrale nervus vagus  
activatie parasympatische zenuwstelsel  
immobilisatie: 'lekker ontspannen'



activatie sympathische zenuwstelsel  
mobilisatie: vechten/ vluchten/bevriezen



dorsale nervus vagus  
activatie parasympatische zenuwstelsel  
immobilisatie: vasovagale syncope/ 'dood'

23

---

---

---

---

---

---

---

---

Aandachtspunten

- 
- 
- 
- 

24

---

---

---

---

---

---

---

---





---

---

---

---

---

---

---

---