KATHOLIEKE UNIVERSITEIT
LEUVEN





★★★★★

"Onmisbaar"
(De Standaard der Letteren)

"Een dikke aanrader"
(Eos Psyche & Brein)

"Glashelder en bijzonder inzichtelijk"
(Knack)

"Rijk en soepel lezend"
(De Standaard)

"Uiterst lezenswaardig en meeslepend"
(Tertio)

Eervolle vermelding
Prijs voor wetenschaps-communicatie 2023
(Academische Stichting Leuven)



ANGST IS EEN <u>EMOTIE</u>

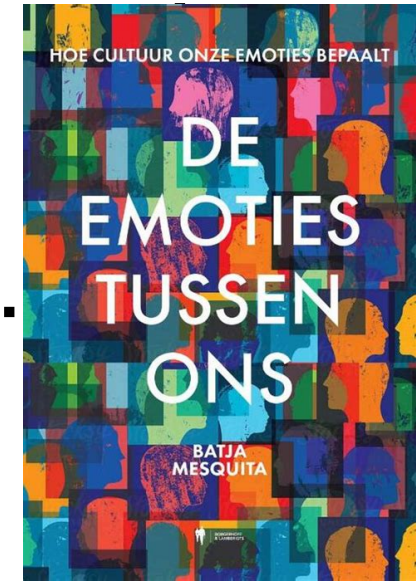
wat je voelt



wat je denkt

wat je doet

Waarden, Doelen, Normen



ZELFVERDEDIGING



VEILIG

DREIGINGSNABIJHEID

GEVAAR

ANGST	***VREES***	***PANIEK***
nog geen gevaar	*gevaar voor je neus*	*gevaar op je huid*
brede aandacht	*aandachtsfocus*	*circa-strike*
behoedzaam	*vecht-vlucht-vriesreactie*	*volle spierkracht*
chronische stress	*accute stress*	*catastrofische gedachten*







Putin warns any country threatening Russia will be 'wiped off face of the Earth'





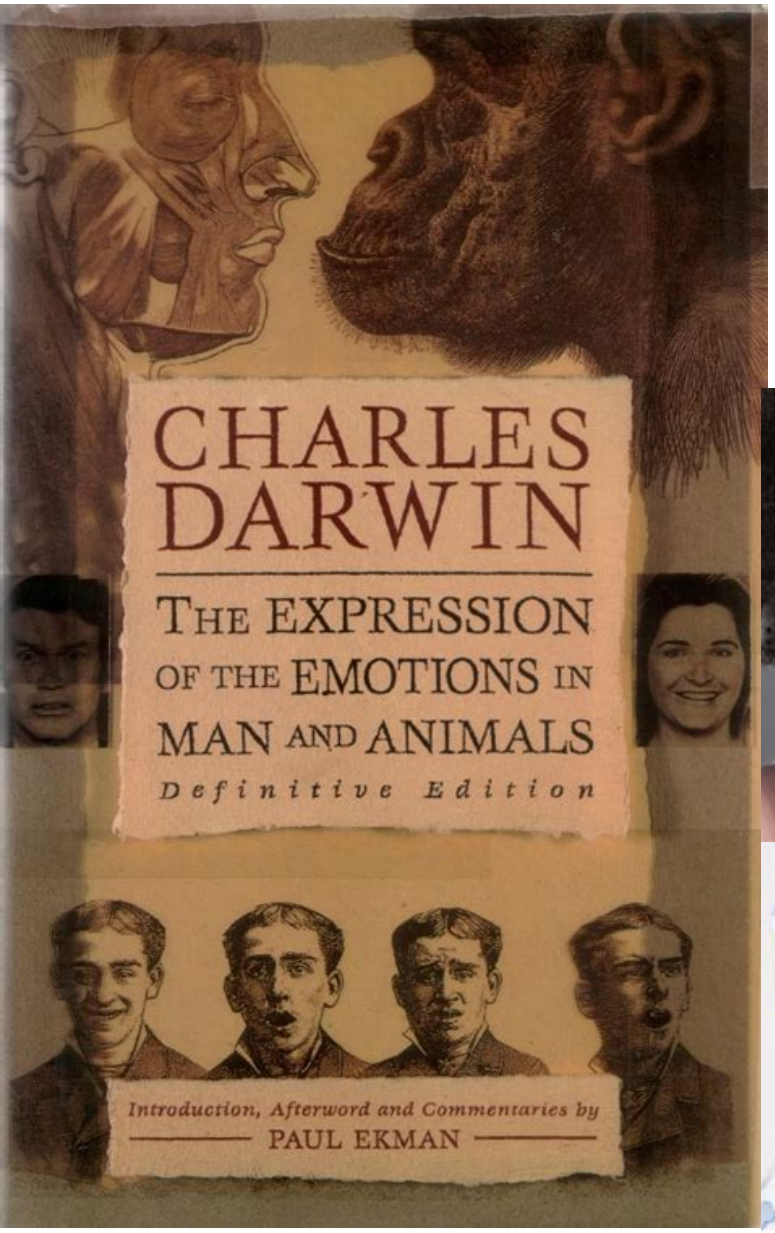




New York Post + Follow View Profile

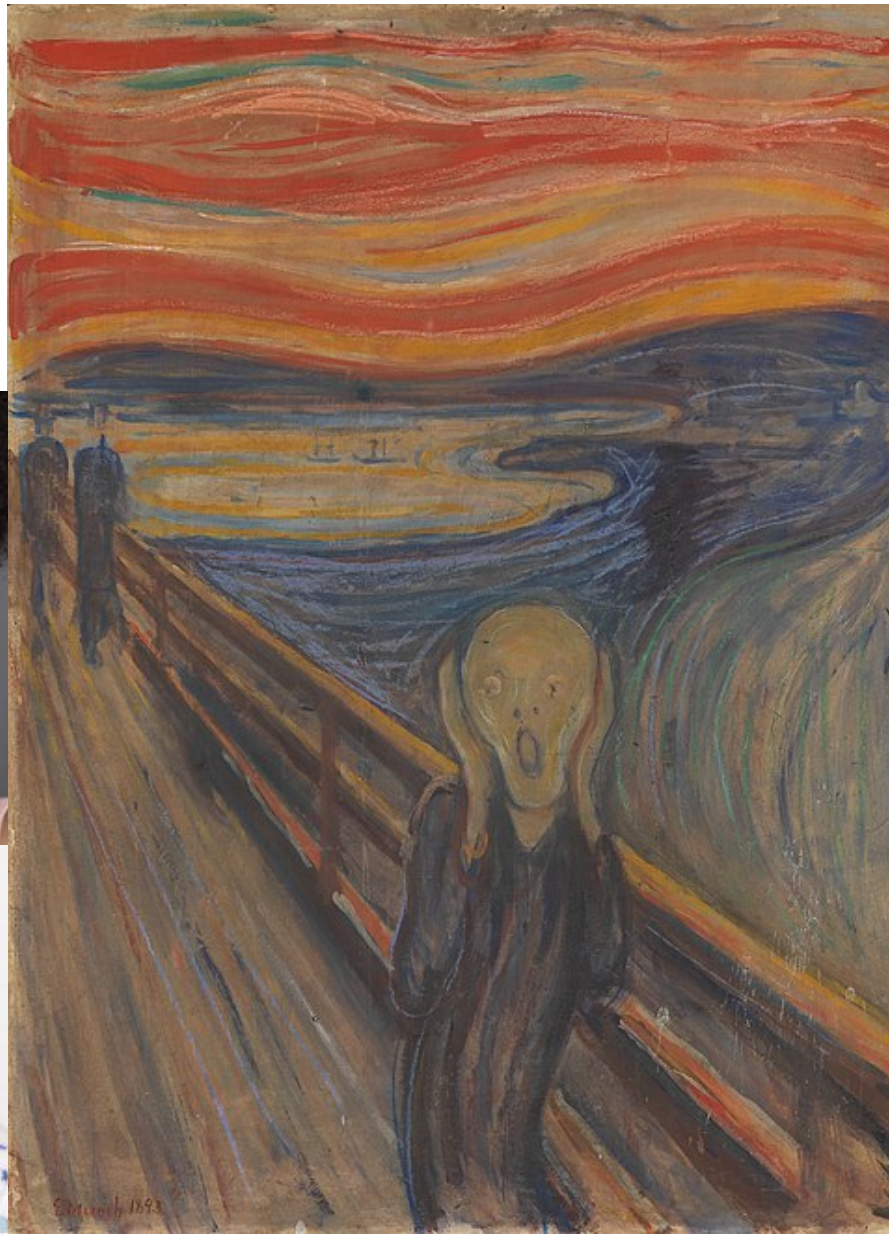
Putin threatens preemptive nuclear strike as war drags on

Putin threatens preemptive nuclear strike as war drags on


CHARLES
DARWIN
THE EXPRESSION
OF THE EMOTIONS IN
MAN AND ANIMALS
Definitive Edition
Introduction, Afterword and Commentaries by
PAUL EKMAN







ANGST IS VERWEVEN MET ZORGZAAMHEID



Amygdala:
centrum van
vrees en zorg











EVOLUTIE:
angst = verdediging/zorg

De mens is een bang prooidier.

Je angsten tonen wat je belangrijk vindt.



FILOSOFIE:
angst = vrijheid

Je angsten tonen waar je vrijheid ligt.



Kierkegaard

KATHOLIEKE UNIVERSITEIT
LEUVEN



Prof. Bram Vervliet
Faculteit Psychologie en
Pedagogische Wetenschappen



★★★★★

"Onmisbaar"
(De Standaard der Letteren)

"Een dikke aanrader"
(Eos Psyche & Brein)

"Glashelder en
bijzonder inzichtelijk"
(Knack)

"Rijk en soepel lezend"
(De Standaard)

"Uiterst lezenswaardig
en meeslepend"
(Tertio)