

Het emotionele geheugen heeft voorrang

Het pad van het emotionele geheugen loopt via de amygdala. Het emotionele geheugen verdringt alle andere geheugens. Het brein geeft altijd voorrang aan emoties. De amygdala kan een stressreactie en een crisis veroorzaken.

In een stressvolle situatie neemt de amygdala de overhand. Het lichaam wordt gereed gemaakt voor vechten of vluchten (of “bevrozen”, red.) door de hypothalamus. De hypofyse stuurt chemische signalen naar de bijniere.

En de cognitieve functies worden door stress volkomen geblokkeerd.

