

Les voies du nerf vague chez l'êtrre humain

Vert: Complexe vagal ventral

Système nerveux parasympathique (*freins*), engagement social (au-dessus du diaphragme).

SÉCURITÉ : Liberté, amitié.

DANGER : Stratégies sociales de survie (rapprochement, apaisement). Celles-ci constituent des états mixtes qui comprennent de l'activation sympathique.

Doré : Système nerveux sympathique

Excitation et activation (*accélérateur*) pour les activités et l'action.

SÉCURITÉ : S'amuser, s'exciter, travailler. Ceux-ci constituent des états mixtes qui sont modulés par le complexe vagal ventral.

DANGER : Combat, fuite, agitation.

Rouge : Complexe vagal dorsal

Système nerveux parasympathique (*freins*), rétablissement, conservation d'énergie, renferment sur soi-même (sous le diaphragme).

SÉCURITÉ : Digestion et repos.

PÉRIL : Figement, effondrement, feindre la mort, évanouissement, et fragmentation (dissociation). Certains de ceux-ci s'agissent d'états mixtes qui comprennent de l'activation sympathique.

