

Focus en neurodiversiteit



skan





Herkenbaar?



Vandaag?

- 1) Meer begrip voor jezelf
- 2) Beter begrip van de 3 termen : neurodiversiteit, neurodivergentie en neurotypische breinen
- 3) Ontwikkelen van strategieën die breinvriendelijk zijn (vandaag specifiek in het kader van focus)



Standaardinstelling

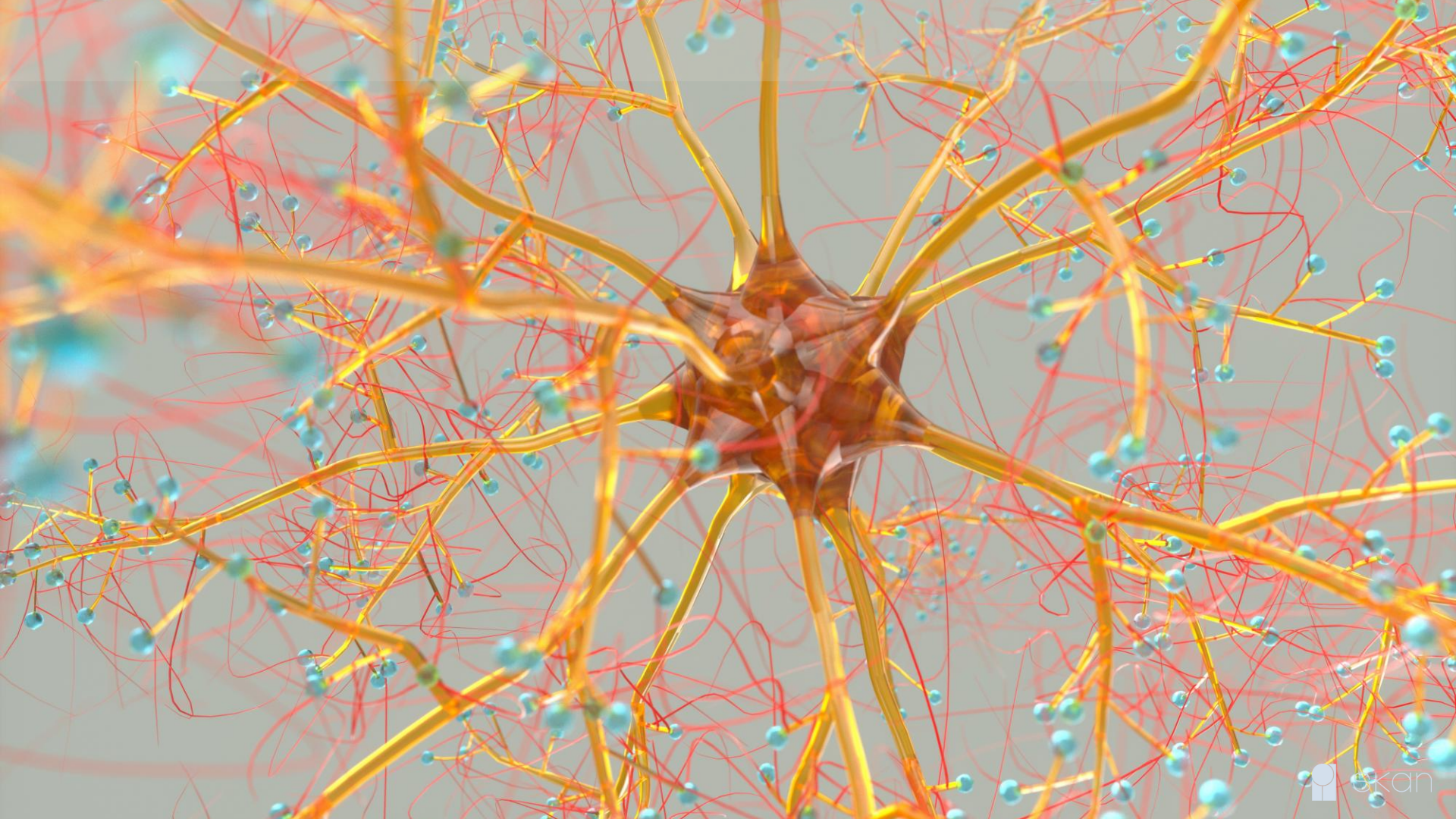
DIS – TRACTION

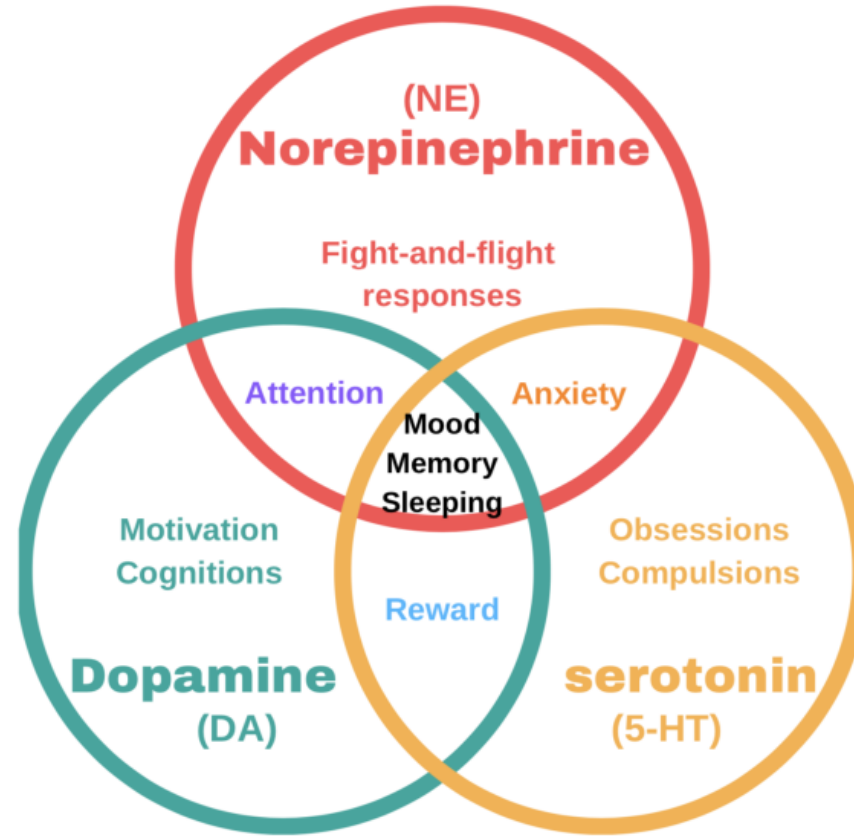
Trahere (Latin verb) = to pull, to drag, ...

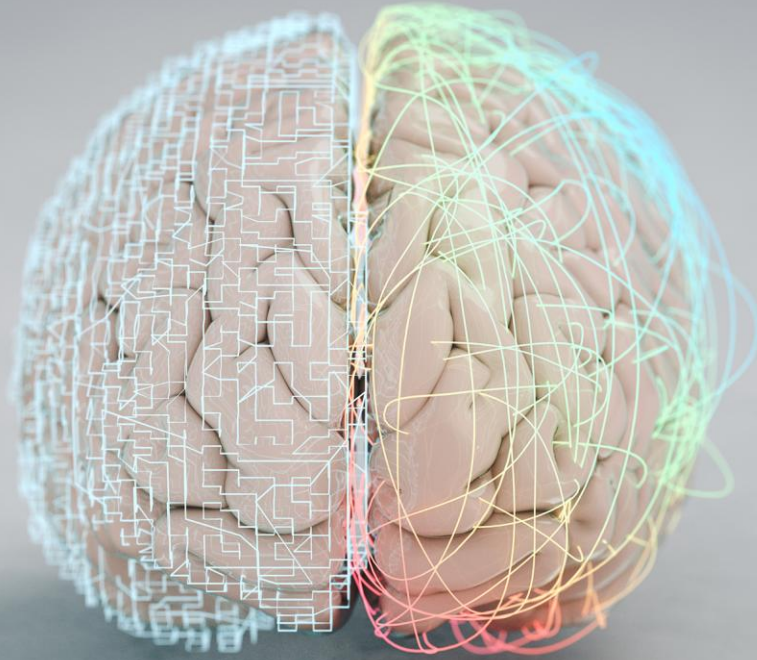
Traction = the grip or pull of something

Focus je toch “gewoon”...









Neuro – diversiteit?

Neurodiversiteit

**Natuurlijke variatie
in menselijke breinen qua o.a.**

Prikkelgevoeligheid

Informatieverwerking

Aandacht

Geheugen

Emotionele regulatie

Zelfsturing

...

De grote plantentuin



Neurotypisch

Het statistisch gemiddeld

Gemiddelde prikkelgevoeligheid

Relatief stabiele aandacht

Plannen en uitvoeren in lineaire stappen

Sociale patronen intuïtief herkennen

Minder last van wisselende energie of emoties

...

Waarvoor de tuin is aangelegd



Neurodivergent

Wijkt af van standaard-instellingen

ADHD

ASS

Dyscalculie, dyslexie, dyspraxie

Tourette

Hoogbegaafdheid

Epilepsie

HSP

PTSD

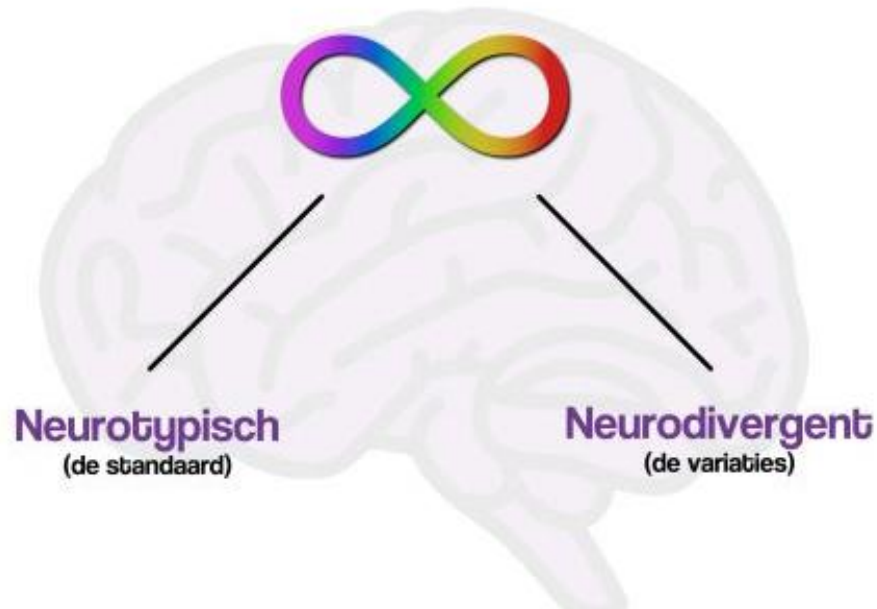
Andere voeding - anders groeien en op andere manieren floreren



(de hersenen)

(de menselijke variatie)

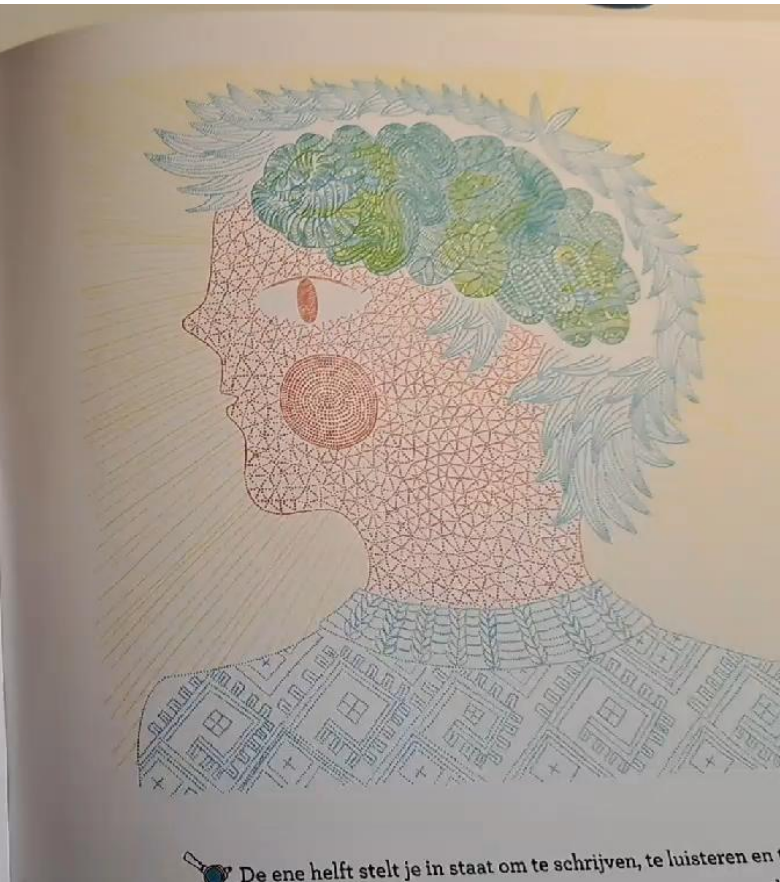
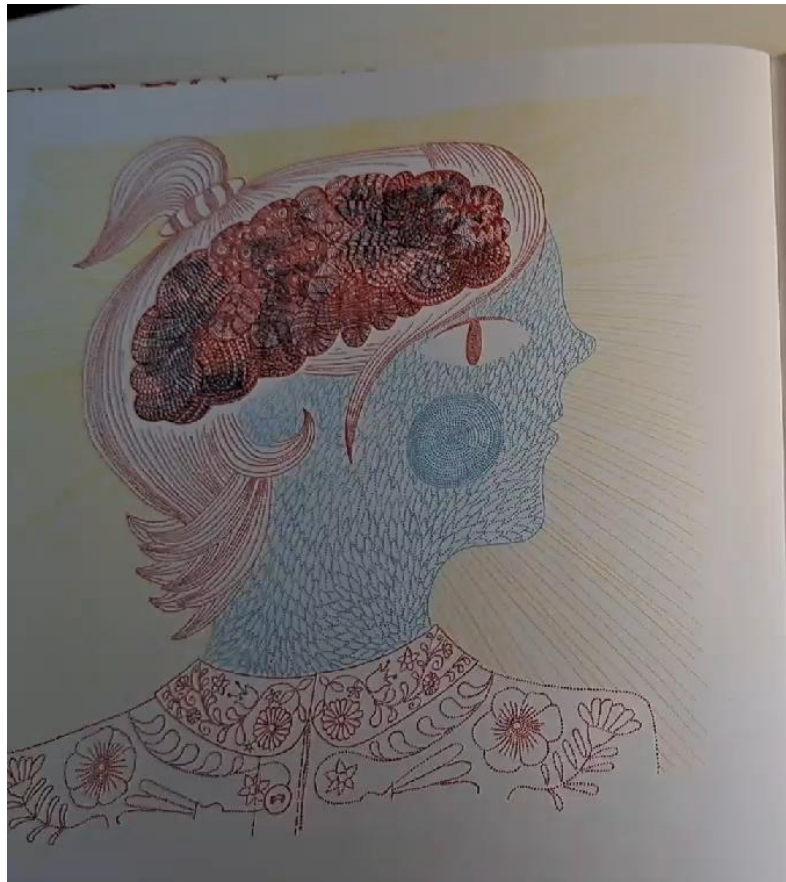
NEURODIVERSITEIT







Prikkelverwerking



De ene helft stelt je in staat om te schrijven, te luisteren en

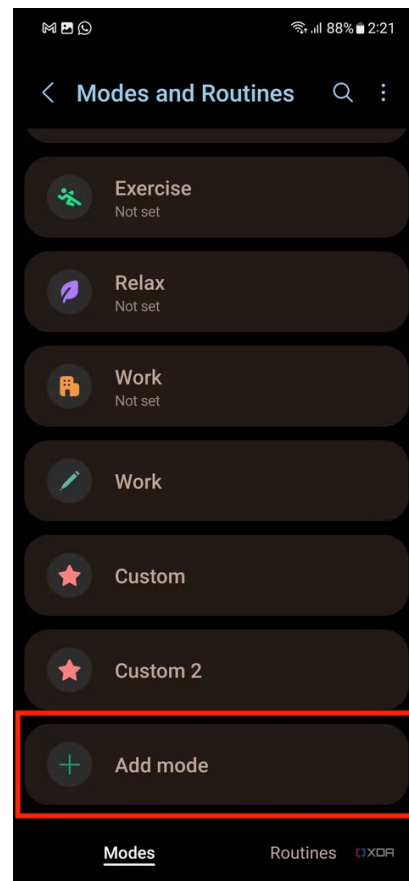


+ 29 %





Filters toevoegen
om prikkels te
verminderen



Begrenzing

FOCUSMODE.COM 

Start up	5
Focus on	40
Finish up	5
Focus off	10

Total time: 60 minutes
End time: 12:05



Vandaag?

- 1) Meer begrip voor jezelf
- 2) Beter begrip van de 3 termen : neurodiversiteit, neurodivergentie en neurotypische breinen
- 3) Ontwikkelen van strategieën die breinvriendelijk zijn (vandaag specifiek in het kader van focus)



Hoe je ons kan bereiken

SKAN Performance Management
Halingenstraat 72
3806 Sint-Truiden (Velm)

academy@skan.be

www.skan.be

+32 (0)16 29 57 00

