



Introduzione alla teoria polivagale

30
GENNAIO

La mappa non sarà il territorio ma aiuta a viaggiare

Peter Levine

La teoria Polivagale, nata negli anni 70 dagli studi del neurofisiologo *Stephen Porges*, ci regala una mappa che consente di sintonizzarsi sugli stati fisiologici di base che guidano percezioni specifiche relative in particolare alla sicurezza, al pericolo e alla minaccia di sopravvivenza.

Questa mappa è uno strumento importante e relativamente semplice, che ci permette di muoverci all'interno del panorama degli eventi e degli stati percepiti come soprafacenti. Ci offre inoltre un sentiero verso la metabolizzazione e la risoluzione dei sintomi a essi collegati.

In questa breve introduzione scopriremo insieme che i sistemi psicofisiologici che governano implicitamente gli stati traumatici mediano anche le sensazioni nucleari di sicurezza e di gentilezza.

QUANDO

Sabato 30 gennaio 2021 dalle 10 alle 13.

DOVE e COME

La partecipazione al seminario avverrà tramite la piattaforma Zoom. Sugeriamo ai partecipanti di creare un account Zoom (gratuito) e di sistemarsi, durante il seminario, in un luogo tranquillo dove non essere disturbati, con un computer o un tablet (al limite anche uno smartphone); ovviamente, la videocamera dovrà essere attiva e posizionata in modo che sia visibile buona parte del corpo.

CONDOTTO DA: **Marina Negri** fisioterapista, posturologa e insegnante Feldenkrais®, è assistente e supervisore di Somatic Experiencing, trauma counselor somatorelazionale ed è conduttrice di gruppi di supporto in oncologia.

INFORMAZIONI E ISCRIZIONI

Il costo di partecipazione è di 25 € + IVA. Il seminario è a numero chiuso; è previsto un massimo 20 partecipanti. Per prenotarsi contattare la segreteria IPSO (risponde dalle 10 alle 18 al **346 697 3975**), oppure inviare una mail all'indirizzo qui sotto:



www.biosofia.it



segreteria@biosofia.it