



## CONGRESSO SIPsiS 2018

**“La Teoria Polivagale di Stephen Porges. Applicazione delle scoperte delle Neuroscienze nella regolazione del SNA.”**

**Maria Rita Borrello** – Psicologa- Psicoterapeuta- Analista Bioenergetica- Consigliere SIPsiS.

### ABSTRACT

La Teoria Polivagale di S. Porges rivoluziona la conoscenza sul SNA, deputato alla funzione di regolazione dell'organismo, che contrapponeva la funzione di attivazione del Sistema Nervoso Simpatico, con reazione di attacco/fuga, a quella inibitoria del Sistema Nervoso Parasimpatico, ad opera del Nervo Vago che ripristina lo stato di calma.

Le ricerche del Neuroscienziato rivelano oggi una complessità del Nervo Vago che in realtà si biforca adottando due diverse funzioni:

- Un ramo “Vago-dorsale” adempie alle funzioni inibitorie già conosciute riportando lo stato di calma-rilassamento- ma anche ad uno stato “down” di immobilità e paralisi.
- Un altro ramo “Vago-ventrale” è deputato alla connessione sociale come modalità di richiesta di aiuto che può riportare l'intero organismo allo stato di benessere omeostatico.

Il termine **Neurocezione** indica la percezione dello stato interno dell'organismo (che può essere sviluppata al pari della propriocezione muscolare) come indice di “sicurezza”=benessere o di “pericolo”=paura-ansia-allarme. Sviluppare la conoscenza neurocettiva rende possibile mettere in atto esercizi in grado di far tornare la persona, l'atleta, allo stato di sicurezza ottimale.

I partecipanti al Congresso avranno la possibilità di fare una breve esperienza di Neurocezione e vedere quali risorse personali si attivano per tornare ad uno stato di sicurezza ottimale.