

TEORIA POLIVAGALE E PSICOTERAPIA: RISTABILIRE IL RITMO DELLA REGOLAZIONE

Deb Dana



MILANO

**30 NOVEMBRE - 1 DICEMBRE
2019**

TEORIA POLIVAGALE E PSICOTERAPIA: RISTABILIRE IL RITMO DELLA REGOLAZIONE

L'attività del sistema nervoso autonomo è al centro della vita quotidiana di ogni essere umano e influisce significativamente sulla sua percezione di sicurezza, influenzandone così la capacità di connessione. La teoria polivagale e i suoi principi cardine – gerarchia, neurocezione e co-regolazione – hanno rivoluzionato la nostra comprensione del funzionamento di questo sistema: oggi sappiamo, infatti, che il trauma blocca lo sviluppo della capacità di regolazione del sistema nervoso autonomo, impedendogli di ricercare la connessione e intrappolandolo all'interno di pattern di protezione. Grazie a una mappa aggiornata dei circuiti del SNA all'origine di determinati comportamenti e delle credenze ad essi associate, il terapeuta può quindi aiutare i propri clienti ad abbandonare le risposte adattive che hanno utilizzato per sopravvivere; in questo modo, il cliente potrà raggiungere quella condizione di sicurezza, regolata dal sistema nervoso autonomo, che è fondamentale per un trattamento terapeutico di successo.

Adottare un approccio terapeutico guidato dalla teoria polivagale significa innanzitutto aiutare il cliente a "mappare" i profili del sistema nervoso autonomo e a monitorare, momento per momento, i movimenti che accompagnano l'organizzazione gerarchica di questo sistema. Partendo da questa base, il terapeuta si pone un quesito clinico essenziale: in che modo posso aiutare il cliente a interrompere i suoi pattern di risposta abituali e ad attivare il sistema di ingaggio sociale, permettendogli così di sentirsi al sicuro? Il sistema nervoso autonomo del cliente funziona, infatti, come un sistema di sorveglianza perfettamente sincronizzato, sensibile al minimo segnale di pericolo, ma non in grado di cogliere pienamente i segnali di sicurezza.

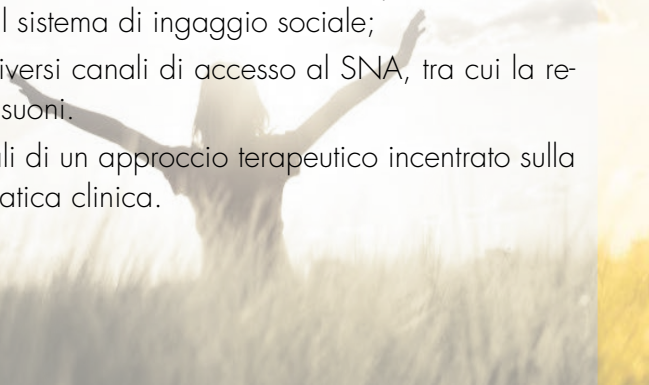


A questo proposito, la teoria polivagale funge da guida per il terapeuta, permettendogli di diventare una risorsa regolata per il cliente, in grado di attivare il processo di co-regolazione. Inoltre, la teoria polivagale offre al terapeuta numerosi spunti concreti per aiutare i propri clienti a vivere – e godersi appieno – un’esperienza di sicurezza. Utilizzando la teoria polivagale come fondamento teorico del proprio approccio alla terapia, il terapeuta dispone di strumenti pratici per aiutare efficacemente il cliente a identificare e bloccare i pattern di risposta abituali e le strategie familiari; in questo modo, il sistema nervoso autonomo del cliente viene “riprogrammato” per la ricerca di sicurezza e connessione.

Durante questo workshop esperienziale di due giornate, Deb Dana illustrerà il proprio approccio alla terapia, incentrato sulla teoria polivagale. Oltre ad apprendere i principi fondamentali di questa teoria, i partecipanti avranno la possibilità di sperimentare una serie di pratiche concepite per sfruttare il potere della teoria polivagale direttamente all’interno del lavoro clinico. Lavorando individualmente o a coppie, i partecipanti apprenderanno così a “mappare” i propri pattern di risposta del SNA, acquisiranno una serie di abilità necessarie per analizzare i diversi pattern (azione, disconnessione, ingaggio sociale) in modo sicuro, e sperimenteranno una serie di tecniche finalizzate a favorire la regolazione del sistema nervoso autonomo e la resilienza. Questo workshop consentirà ai partecipanti di imparare non solo a utilizzare il linguaggio della teoria polivagale, ma anche ad applicarla a livello pratico: Deb Dana illustrerà, infatti, una roadmap specifica per aiutare i clienti a sintonizzarsi sugli stati del proprio SNA in tutta sicurezza, a “riprogrammare” il sistema nervoso e a “riscrivere” le storie traumatiche rimaste impresse all’interno dei percorsi da cui è costituito.

In particolare, i partecipanti impareranno a:

- Identificare i principi fondamentali della teoria polivagale;
- Creare delle “mappe” del SNA e a utilizzarle come guida durante il trattamento;
- Riconoscere l’importanza di “rilevare e dare un nome”, un’abilità essenziale per monitorare i pattern del SNA;
- Utilizzare una serie di tecniche per attivare, durante la seduta, il processo di co-regolazione che contraddistingue il sistema di ingaggio sociale;
- Utilizzare interventi che sfruttino i diversi canali di accesso al SNA, tra cui la respirazione, il movimento, il tatto, i suoni.
- Capire in che modo i quesiti centrali di un approccio terapeutico incentrato sulla teoria polivagale influenzano la pratica clinica.



Gli argomenti trattati durante le due giornate del workshop includeranno:

- la mappatura del sistema nervoso autonomo;
- i pattern di connessione e di protezione;
- il sistema di ingaggio sociale;
- come “plasmare” il sistema nervoso autonomo;
- le risorse che favoriscono la regolazione;
- i canali di accesso degli interventi terapeutici.

DEB DANA

Deb Dana, LCSW, è un medico e una consulente specializzata nel trattamento del trauma complesso. Nominata Coordinatrice del *Traumatic Stress Research Consortium* del *Kinsey Institute*, la dott.ssa Dana è una relatrice di fama internazionale, il cui approccio terapeutico – incentrato sulla teoria polivagale e indicato per lavorare con i sopravvissuti al trauma – è stato illustrato in svariati Paesi. Deb Dana ha ideato, inoltre, un modello specifico di formazione clinica, a cui ha dato il nome di *Rhythm of Regulation* (il ritmo della regolazione). Infine, è autrice dei seguenti volumi: *“The Polyvagal Theory in Therapy: Engaging the Rhythm of Regulation”* e *“Clinical Applications of the Polyvagal Theory: The Emergence of Polyvagal-Informed Therapies”*, scritto insieme a Stephen Porges. Per maggiori informazioni, è possibile visitare il suo sito rhythmofregulation.com.



PROGRAMMA

■ 30 novembre 2019 (dalle 10.00 alle 18.00)

- 10:00 - 11.30 : I principi fondamentali della teoria polivagale
- 11:30 - 11.45 : PAUSA
- 11.45 - 13.00 : Mappare i percorsi del sistema nervoso autonomo
- 13.00 - 14.30 : PRANZO
- 14.30 - 16.30 : Il sistema di ingaggio sociale
- 16:30 - 16.45 : PAUSA
- 16:45 - 18.00 : I pattern di connessione e di protezione.

■ 1 dicembre 2019 (dalle 9.00 alle 17.00)

- 9:00 - 10.30 : Le risorse per la regolazione
- 10:30 - 10.45 : PAUSA
- 10.45 - 12.00 : Plasmare il sistema nervoso autonomo
- 12.00 - 13.30 : PRANZO
- 13.30 - 15.00 : Stabilizzare la regolazione del sistema nervoso autonomo
- 15.00 - 15.15 : PAUSA
- 15.15 - 16.30 : Un approccio terapeutico guidato dalla teoria polivagale: role play e discussione
- 16.30 - 17.00 : Integrazione.



SEDE Milano - Hotel Michelangelo

Accreditamento ECM

QUOTA DI ISCRIZIONE: 300 euro

EARLY BIRD: 200 euro entro il 31 maggio

SECONDO EARLY BIRD: 250 euro entro il 31 agosto

REGISTRAZIONE

Per l'iscrizione procedere con la registrazione online sul sito

www.international-isc.com, selezionando la modalità di pagamento prescelta (carta di credito o PayPal) oppure con la richiesta del modulo a **info@isctraining.com** se si preferisse eseguire un bonifico bancario. Per assistenza e informazioni contattare la segreteria all'indirizzo **segreteria@isctraining.com**, o telefonare al numero 392/8710766.

POLITICA DI CANCELLAZIONE

Qualora la registrazione venisse cancellata, verranno applicati i seguenti criteri:

- per cancellazioni entro tre mesi dall'inizio dell'evento, il rimborso sarà pari al 60% della quota versata;
- per cancellazioni entro due mesi dall'inizio dell'evento, il rimborso sarà pari al 40% della quota versata;
- se la cancellazione non verrà effettuata entro i termini sopra indicati, non sarà garantito alcun rimborso.



CONTATTI

Istituto di Scienze Cognitive srl

Via Rolando 16 - 07100 Sassari

Cellulare: 392/8710766 - Fisso: 079/230449

www.international-isc.com