

TEORIA POLIVAGALE: UN PONTE TRA MENTE, CORPO E SPIRITO

Dott.ssa Marta Zighetti

Psicoterapeuta Sistemico-relazionale, Terapeuta Practitioner EMDR, Consulente
Tecnico del Tribunale di Varese

Tutti noi esseri umani veniamo al mondo programmati per entrare in connessione gli uni con gli altri.

L'evoluzione ha modificato il nostro sistema nervoso al punto da creare e rendere incarnato il valore della relazione attraverso il nervo vago: una vera e propria "piattaforma neurale" che permette la connessione intrapersonale mente corpo e spirito e la connessione interpersonale garantendo la regolazione e la co- regolazione Specie specifica.

Questa sicurezza nella connessione è la preconditione alla possibilità di cambiamento, di speranza, di compassione.