

# Die heilende Kraft des **Vagusnervs**

## So bringt der **Vagusnerv** Psyche und Körper ins Gleichgewicht

### 3-tägiger Kurs mit Thor Philipsen nach Stanley Rosenberg

20. - 22. August 2021

Berlin

Dieser Kurs gibt einen Einblick in die Polyvagaltheorie, die vom Neurowissenschaftler und Psychiater Professor Stephen Porges entwickelt und erforscht wurde. Studien haben gezeigt, dass menschliche Beziehungen der wichtigste Faktor für Gesundheit und Glück sind. Die Polyvagal-Theorie ist ein einfaches Modell für jeden Mediziner auf dem Weg zu einem neuen Verständnis der komplexen Beziehung zwischen menschlicher Wahrnehmung, dem autonomen Nervensystem und sozialem Verhalten einschließlich Stresszuständen, Depressionen und unserer angeborenen Natur der Liebe. Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt auf der praktischen Anwendung der Polyvagal-Theorie mit hands on Techniken, die von Stanley Rosenberg und Thor Philipsen entwickelt wurden. Was voraussetzt, dass die Schüler Interesse an oder Erfahrung mit Körperarbeit haben.

#### **Der Kurs findet in englischer Sprache statt und wird ins Deutsche übersetzt**

Der **theoretische** Teil des Kurses:

Vermittlung der Grundlagen der Polyvagal-Theorie von Stephen Porges,; hierarchisch organisierte Subsysteme des autonomen Nervensystems, die unsere neurobiologischen Reaktionen beeinflussen:

1. Der ventral-parasympathische Zweig des Vagusnervs: für das System soziales Engagement
  2. Das sympathische System: Mobilisierung (Kampf-Flucht-Verhalten)
  3. Der dorsal-parasympathische Zweig des Vagus: Immobilisierung (Erstarrung)
- Eröffnet neue Möglichkeiten die vielschichtige Beziehung zwischen der menschlichen Wahrnehmung, dem autonomen Nervensystem und dem Sozialverhalten zu verstehen.

Der **praktische** Teil des Kurses:

Die von Stanley Rosenberg und Thor Philipsen entwickelten spezifischen Übungen und hands on Techniken, um den Zustand des vegetativen Nervensystems zu regulieren.

Thor Philipsen ist der erste von **Stanley Rosenberg** autorisierte Lehrer seiner Methoden.

Zeit: Freitag 20.08.2021 - Sonntag 22.08.2021

Beginn: 9.00 Uhr - Ende Sonntag 17.00 Uhr

Ort: Berliner Schule für Zen Shiatsu, Wittelsbacherstr. 16, 10707 Berlin

Kursgebühr: 620.- Euro



Wir halten uns an das geltende Hygienekonzept

**Anmeldung und weitere Fragen bitte an:**

**[www.praxis-integration.net](http://www.praxis-integration.net)**

praxis.christiane.hets@mail.de