

17. Februar 2026

Polyvagaltheorie

Die von Stephen Porges entwickelte Polyvagaltheorie gibt uns neue Einblicke in die Funktionsweise des autonomen – also nicht bewusst steuerbaren – Nervensystems. Der Online-Kurs erläutert auf verständliche Weise die Polyvagaltheorie und zeigt auf, wie nützlich diese flexible Anpassung an die Umwelt ist, aber auch wie sie durch Traumatisierung unflexibel und hinderlich werden kann.



Kursinhalt

- Erläuterung der Polyvagaltheorie
- Aufgaben der einzelnen Nervenbahnen und Wirkungen auf den Körper: Ventraler Vagus, Sympathikus und dorsaler Vagus
- Unterscheidung der inneren Zustände: Sicherheit sowie Kampf, Flucht, Erstarrung und Anpassung (4 F: fight, flight, freeze und fawn response)
- Beispiele für Krankheitsbilder und die Bedeutung für die Therapie
- Selbstregulation als Therapie
- Regulation der PatientInnen über Gestaltung des Kontaktes, Atmung und Berührung

Kursziel

Die Teilnehmenden

- erhalten ein tiefes Verständnis der Polyvagaltheorie
- lernen wie unterschiedliche Umwelteinflüsse, das autonome Nervensystem prägen
- können anhand von Erkrankungen und Muskeltonus der PatientInnen deren innerpsychische Verfassung ableiten
- erfahren, wie sie sich selbst regulieren können, um ihre PatientInnen optimal unterstützen zu können
- erkennen einen Trauma-Zustand
- reflektieren, durch welche ihrer Behandlungen sie die PatientInnen innerpsychisch auf welche Weise unterstützen

ONLINE-KURS

Dozentin

Sophie Nebeling

Kursinfo

Online-Kurs

3 Kursstunden | max. 50 Teilnehmende

Voraussetzung

TherapeutIn mit medizinischem Wissen

📅 Dienstag, 17. Februar 2026

🕒 19.00 – 22.00 Uhr

📍 Wo immer Sie möchten, mit Ihrem Computer oder Laptop

💰 vdms-asmm-Mitglieder CHF 90.00

💰 Nichtmitglieder CHF 150.00

**Der Online-Kurs wird über das Programm Zoom durchgeführt.
Sie erhalten vor Kursbeginn den Zugangslink per E-Mail zugestellt.**