



# Théorie polyvagale et sentiment de sécurité

Enjeux et solutions thérapeutiques

Stephen W. Porges

La théorie polyvagale a constitué une véritable révolution dans la compréhension du système nerveux autonome et de notre fonctionnement physique, psychique et social. Ce livre nous explique comment la sécurité et la réciprocité sont biologiquement encodées, conditionnant la qualité de nos vies. Se sentir en sécurité est essentiel, non seulement pour établir des relations de confiance, mais pour activer aussi de façon optimale les hautes structures cérébrales, ouvrant la voie à la créativité et l'ingéniosité. Avec Stephen W. Porges, nous découvrons la « neuroception ». L'auteur nous amène à modifier notre conception de la sécurité en la définissant encore à travers une sensibilité interne viscérale, conditionnant notre façon de ressentir la menace et notre environnement. Il nous montre comment de nombreux désordres psychiatriques peuvent être liés à des échecs d'harmonisation et de réciprocité avec notre entourage. En expliquant les fondements biologiques de la réciprocité et de la connexion à l'autre, Stephen W. Porges nous invite à utiliser les atouts du système d'engagement social pour améliorer la qualité de nos vies, dans tous les domaines. Il nous guide sur la voie de méthodes innovantes, pour satisfaire ce besoin d'échange et d'appartenance et retrouver un sentiment de sécurité.

Ce livre est l'un des plus importants et des plus accessibles sur ce sujet, à l'attention de tout un chacun, mais aussi plus spécifiquement des étudiants et thérapeutes du traumatisme.

*Stephen W. Porges est chercheur émérite de l'institut Kinsey, Université d'Indiana, et professeur de psychiatrie à l'Université de Caroline du Nord.*

*Nico Milantoni est psychologue, praticien et formateur de la méthode Hipérion®. Il pratique la thérapie polyvagale en intégrant les dimensions corporelle, sensorielle et mentale.*

*Isabelle Chosson-Argentier est Docteur en Pharmacie, Conseil en nutrition, micronutritionniste, phyto- et aromathérapeute, praticienne de la méthode Hipérion®.*

978-2-7598-2762-6



29 €

edp sciences  
www.edpsciences.org



Théorie polyvagale et sentiment de sécurité

Stephen W. Porges

# Théorie polyvagale et sentiment de sécurité

Enjeux et solutions thérapeutiques

Stephen W. Porges

Traduit par Nico Milantoni  
et Isabelle Chosson-Argentier



edp sciences