

Fulcro della psicologia immaginativa catatimica è il vissuto catatimico del paziente, sollecitato e manovrato dai processi emozionali primari. In queste immaginazioni i tratti del carattere, le strutture motivazionali, le caratteristiche del comportamento e i conflitti interrelazioni si rappresentano simbolicamente in quello che metaforicamente possiamo definire il palcoscenico della mente.

Il VIC possiede un catalogo metodico differenziato e ben strutturato, dove il lavoro diretto sul simbolo è di fondamentale importanza: attingendo alle risorse personali del paziente si riescono ad attivare processi creativi idonei alla maturazione della sua personalità, portandolo a un **miglioramento della qualità di vita.**

La seduta con il VIC (KIP)

Si inizia con una fase di rilassamento, in seguito il terapeuta propone un motivo, per esempio un fiore, un paesaggio, una casa.

Nell'immaginazione riferita al motivo prescelto, vengono riflessi: lo **stato d'animo attuale**, i **conflitti consci e inconsci** e le **risorse personali del paziente.**

Nel corso del vissuto immaginativo, scene e vicissitudini si sviluppano ulteriormente. Queste vengono regolate dagli stati d'animo interni e dai modelli comportamentali generati dalle connessioni mnestiche implicite ed esplicite del paziente. Spesso si raggiungono così vissuti sottostanti la regia dei processi primari che mettono in moto l'attività corporea ed emozionale a essi connessi.

Nel vissuto catatimico questi vissuti trovano la possibilità di venir rappresentati in forme simboliche addensate.

Nel corso dell'immaginazione il paziente descrive ciò che si svolge davanti al suo occhio interno; cosa osserva, vive, prova, tocca, sente, odora o assapora.

Il terapeuta lo accompagna in un **dialogo costante.** Tramite la sua comprensione e il suo sostegno empatico il terapeuta può animarlo ad esplorare ulteriormente ciò che sta vivendo, aiutandolo e sostenendolo nei vari confronti con contenuti simbolici carichi di emozioni.

Il paziente ha anche la possibilità di sperimentare, durante il vissuto catatimico, diversi modi di comportamento o strategie e fare quindi nuove esperienze emozionali correttive, trascrivendole a sua scelta nella memoria autobiografica.

Si termina il vissuto chiedendo al paziente di trovare una scena conclusiva adeguata al suo stato d'animo; riprendendo coscientemente lo stato di veglia: respirando profondamente, stirandosi e aprendo gli occhi.

Dopo la consultazione terapeutica, il paziente può continuare l'elaborazione delle scene e vicissitudini a casa, disegnando o descrivendo il vissuto e, se necessario, aggiungendo nuove idee, dettagli o strategie che saranno discusse nella seguente ora di terapia.

Il processo iniziato con l'immaginazione continua tra le sedute. Nel dialogo tra paziente e terapeuta il vissuto nell'immaginazione è connesso con temi ed episodi della vita del paziente stesso.

L'integrazione di queste esperienze nel contesto biografico è parte del lavoro terapeutico.

Queste nuove esperienze vengono verificate: scartate o integrate come repertorio di nuove possibili strategie per la gestione della vita quotidiana.

Gli ambiti di applicazione

Complementare al trattamento dei disturbi conflittuali di origine nevrotica, lo spettro d'indicazioni si è allargato e comprende anche i disturbi strutturali della personalità e i disturbi causati da episodi traumatizzanti.

Secondo la diagnosi **il metodo VIC possiede differenti approcci d'intervento.**

La tecnica può essere applicata sia in terapia singola, di coppia, di famiglia, con bambini e adolescenti e di gruppo.

Il VIC favorisce i processi creativi, è quindi anche un ottimo strumento per il trattamento di blocchi creativi, di scrittura, di progetti.

Può anche essere usato nel **coaching** o nel **lavoro di supervisione.**

