

# Quando e perché gli interventi di psicologia energetica sono funzionali nel percorso psicoterapeutico

“L’Io prima di ogni altra cosa è un IO-Corpo” (Freud, L’Io e l’ES).

Sempre di più nel corso di questi anni le teorie e le metodologie legate alla psicologia energetica stanno entrando nella quotidianità e nel lavoro di professionisti quali medici e psicologi. Altrettanto vero è l’utilizzo di tali metodi o approcci anche da parte di operatori con diversa competenza. La riflessione che come professionisti si impone è legata però alla complessità delle dinamiche psichiche e non, che si attivano in ogni Processo di Cambiamento Guidato, psicoterapia, coaching ecc.. e che richiede una specifica competenza e preparazione per garantire un adeguato contenimento e sostegno alle richieste di aiuto dei nostri clienti. Condivido quindi alcuni spunti e riflessioni sull’inserimento di tecniche energetiche nel lavoro psicoterapeutico, in particolare l’E.F.T. e la Logosintesi, rimandando la definizione e le caratteristiche di queste ai rispettivi ambiti di approfondimento.

Con il concetto di *“psicologia energetica”* si intende: *“ il nome dato ad una famiglia emergente di strumenti sperimentali di rapida efficacia che utilizzano le vie energetiche corporee (sistema dei punti meridiani di agopuntura) , i centri energetici (chakra) e il biocampo (aura) per favorire il raggiungimento di obiettivi psicologici, spirituali, mente-corpo e di massimo rendimento”* (Grudermeyer, 2003). *Il termine psicoenergetica si riferisce ad una classe di terapie che fanno risalire la sofferenza psicologica e fisiologica a disturbi o blocchi dei campi energetici sottili del corpo (ibidem, 2002).*

Tra le tecniche energetiche più diffuse possiamo ricordare l’E.F.T., la Logosintesi, la TAT, ed altre che hanno avuto come base iniziale la TFT (though field therapy) di Callahan, ulteriormente semplificata e sintetizzata da G. Craig con l’E.F.T. e la cui concezione base è l’idea secondo cui: *“la causa di tutte le emozioni negative è un’interruzione nel sistema energetico del corpo”*. Più recentemente F. Gallo ha integrato la psicologia energetica nella pratica clinica tradizionale. L’ipotesi di fondo dell’approccio energetico è che alla base del disturbo psicologico ci sia un disturbo nel sistema energetico del corpo. Nonostante le metodologie della psicologia energetica non siano più vecchie di 10/15 anni, le basi e le conoscenze trovano radici nella Medicina Tradizionale Cinese e nei concetti di Prana dello yoga indiano o nel Chi dei cinesi. L’energia sottile con cui lavora la psicologia energetica può essere misurata con dispositivi come: la camera Kirlian e la camera Coggins ideate per fotografare l’aura (Tiller 97).

Attualmente molti scienziati e ricercatori trovano conferma di queste teorie nell’ambito degli studi relativi alla fisica quantistica ed alla metamedicina. Per approfondimenti sulle teorie e applicazioni della psicologia energetica si vedano i rispettivi siti: [www.psicologia-energetica.it](http://www.psicologia-energetica.it); [www.eft-italia.it](http://www.eft-italia.it); [www.emofree.com](http://www.emofree.com); [www.energypsych.org](http://www.energypsych.org); [www.logosintesi.eu](http://www.logosintesi.eu).

## Perché utilizzare E.F.T. ?

Le ricerche e le molte applicazioni terapeutiche di E.F.T. dimostrano risultati di grande efficacia. A differenza di altri strumenti infatti l'E.F.T. può essere appresa da tutti ed attraverso precisi passaggi permette con facilità di accedere a quegli aspetti di noi stessi che agiscono come credenze, schemi e pensieri limitanti che influiscono negativamente nella nostra vita. La ricerca scientifica dice che cambiando i nostri schemi di pensiero possiamo superare i nostri problemi; E.F.T. amplia le nostre risorse e permette di migliorare la nostra vita.

### L'E.F.T. è una tecnica che funziona perché:

- E' uno strumento della psicologia energetica che permette **alla persona di essere attiva nel proprio processo di cambiamento;**
- È uno strumento di **facile apprendimento ed applicazione;**
- E' semplice, precisa ed **applicabile ovunque ed in qualsiasi momento;**
- Una volta appresa diviene uno **strumento di auto-guarigione** che ognuno può usare facilmente quando ne ha bisogno;
- Fornisce uno strumento di **pronto soccorso** in situazioni stressanti, di ansia o panico;
- Permette ad ognuno di essere **responsabile del proprio benessere** fisico, emotivo e spirituale;
- **Stimola il sistema dei meridiani energetici** favorendo un equilibrio dell'intero sistema nel corpo;
- Aspetti problematici specifici possono essere **risolti in poco tempo** e non più in mesi o anni;
- Favorisce il superamento di **fobie, ansie, paure o ricordi traumatici;**
- Agisce **rimuovendo le credenze negative limitanti** della persona che impediscono di progredire e migliorarsi;
- **Le resistenze inconsce** e l'inversione psicologica della persona possono essere facilmente superate;
- **Il cambiamento** fisico e cognitivo può essere **percepito** immediatamente dalla persona;
- Permette di **sincronizzare i 2 emisferi** cerebrali in modo semplice e veloce;
- **I risultati** delle applicazioni possono essere **verificati** subito da ognuno (scala SUD);
- Permette di **superare le emozioni negative** e comprendere il potere dei pensieri;

- L'uso regolare della tecnica allena il nostro intuito ed **aumenta la consapevolezza** di noi stessi;
- Si può insegnare facilmente anche ai bambini;
- Si può **utilizzare l'ironia** per favorire il cambiamento;
- E' utilizzata quotidianamente da milioni di persone che ne testimoniano l'efficacia ([www.emofree.com](http://www.emofree.com) ; [www.eft-italia.it](http://www.eft-italia.it));
- **E' utilizzata da medici e psicologi**, come strumento di supporto nella loro attività terapeutica;
- E' assai **meno dolorosa di altre tecniche** nell'elaborazione del trauma poiché si può utilizzare una parola bersaglio o immagine concordata, più neutra e meno dolorosa per il soggetto;
- Pur essendo un metodo energetico, non è necessario che il cliente creda in esso: E.F.T. agisce al di là delle convinzioni;
- La stimolazione bilaterale di punti nel corpo induce piacevoli sensazioni di **rilassamento**;

*“Se i problemi psicologici della persona sono complessi ...è possibile alternare l'E.F.T. con periodi di psicoterapia tradizionale .. nella mia esperienza una simile combinazione è di gran lunga più efficace e valida della sola psicoterapia. In tal modo l'insight resta un elemento importante, ma anziché essere la causa del cambiamento psicologico, sembra emergere come risultato dell'elaborazione. Analogamente l'interpretazione dei contenuti e dei processi finora inconsci viene spesso raggiunta dal cliente anziché dal terapeuta” (Mollon, '06, p. 62).*

## **Applicazioni di un intervento di E.F.T. Integrata nel corso della psicoterapia**

*“gli eventi affettivi sono incorporati nella vita psichica come sedimenti di antichissime esperienze traumatiche e vengono ridestati quali simboli mnestici in situazioni simili”  
(Freud, 1925 p. 243, Opere- Boringhieri, Inibizione sintomo e angoscia).*

Come ci ricorda Dalfovo ('08), l'E.F.T., la Logosintesi e altre tecniche di psicologia energetiche possono essere integrate nella psicoterapia in diverse situazioni:

- **Vissuti emotivi o traumatici con forte carica emotiva;**
- **Convinzioni limitanti radicate;**
- **Sensazioni fisiche spiacevoli**, ansia, rabbia, paura, tristezza ecc. ;
- **Sensazioni fisiche da segnale**, (rilassamento, calore o freschezza, sbadigli, formicolii, ecc.)

Inoltre l'uso delle tecniche energetiche che divengono facilmente patrimonio del paziente stesso completano l'intervento della psicoterapia tradizionale:

- **Il paziente è attivo:** nel corso delle sedute di psicologia energetica, il paziente è attivo, si picchietta per eliminare sensazioni spiacevoli, questo stimola e sostiene un segnale di autoefficacia e competenza: *“Io posso fare qualcosa, sono responsabile del mio benessere”*;
- **Autoguarigione:** la funzione attiva del paziente è molto positiva in particolare nei disturbi d'ansia. L'idea di poter fare qualcosa nel momento del bisogno, fornisce uno strumento di “pronto soccorso” al paziente che dispone così di una tecnica con cui affrontare le crisi d'ansia o di panico. Ciò sostiene molto il benessere personale e soprattutto genera fiducia: *“Finalmente posso fare qualcosa quando sento che l'ansia sale ... mi dà sicurezza sapere che posso fare dei giri di E.F.T....”*.
- **Integrazione di E.F.T. e logosintesi in tutti i setting terapeutici:** la psicologia energetica può essere integrata con tutti i setting terapeutici, è un arricchimento del percorso di guarigione del paziente e delle tecniche professionali dei terapeuti.

## Psicologia energetica e pratica clinica

Con estremo rigore professionale Dalfovo ('08) ricorda che l'utilizzo delle pratiche energetiche nella clinica richiede una riflessione sull'applicazione di tecniche di psicologia energetica di cui il terapeuta deve essere consapevole. Riporto alcuni suoi preziosi spunti sull'operatività ampliati ed integrati:

- Proporre ed applicare la Psicologia Energetica quando la relazione è consolidata ed il contratto terapeutico è chiaro. Una forte alleanza terapeutica è infatti necessaria per l'utilizzo di tecniche che possono discostarsi dai paradigmi di riferimento tradizionali del paziente;
- Essere realistici, proporre l'intervento in modo adeguato e comprensibile per la persona in base a riferimenti già presenti (es. agopuntura, massaggio emozionale ...), spiegare la funzione e il significato degli interventi energetici in modo comprensibile rispetto alle conoscenze del soggetto;
- Valutare quando è necessario usare l'approccio tradizionale o meno e come gestire questo equilibrio in base alle esigenze della persona – es. richiesta mascherata; a volte la persona può non essere pronta o avere bisogno di più tempo per sperimentare tecniche di psicologia energetica;
- Valutare il tempo adeguato necessario per l'intervento, in funzione dell'aspetto specifico che si vuole trattare in seduta. Se emerge una problematica nodale e rimangono solo 15', si rimanderà l'applicazione delle tecniche di Psicologia energetica o la trattazione di quello specifico aspetto con tali tecniche, al successivo appuntamento;
- Essere consapevoli di pensieri, convinzioni emozioni o aspetti inconsci che il trattamento fa emergere e accompagnare con rispetto le persone nella loro elaborazione, senza giudizi;

- Favorire nella persona la capacità di cogliere e riconoscere i cambiamenti (sensazioni corporee, emozioni, cambi d'intensità, ecc.);
- Dedicare attenzione e tempo a tutti gli aspetti che emergono spontaneamente dalla persona;
- Terminare l'intervento avendo cura di concludere il lavoro con uno stato positivo o neutro per la persona;
- Evitare di lasciare il soggetto in uno stato d'animo negativo o con una forte carica emotiva non ben controllata; ogni seduta va chiusa con uno stato d'animo positivo evitando di lasciare la persona a gestire da sola emozioni dolorose e non chiare;
- Può essere necessario valutare con equilibrio e competenza quali spazi terapeutici dedicare alle tecniche di psicologia energetica all'interno di un percorso terapeutico più ampio;
- Risulta più facile l'utilizzo di queste tecniche se l'uso sporadico di E.F.T. e/o Logosintesi o altro, viene prospettato sin dall'inizio come elemento strutturale del lavoro terapeutico;
- Prestare attenzione alle richieste del soggetto e decodificare le attese implicite; (es. attese "magiche"), rimanere vigili nei confronti delle implicazioni sia coscienti sia inconscie; gli interventi di psicologia energetica sono a volte molto rapidi ed efficaci, la motivazione di ogni richiesta di intervento deve però essere ben chiara al terapeuta, (non proporremo mai per es. interventi di E.F.T. a pazienti psicotici non in grado di gestire le cariche emotive che questo intervento può attivare);
- Monitorare le proprie motivazioni sia cosce che inconscie nell'introdurre un metodo energetico (onnipotenza, narcisismo..);
- Comprendere l'assunzione di auto responsabilità sviluppata nel corso del percorso personale, il cambiamento è un processo che deve attivare "la responsabilità al benessere" di ogni paziente. Le tecniche di psicologia energetica che permettono, nel tempo, anche l'autotrattamento possono essere "affidate" alla persona se è chiaro il valore del proprio coinvolgimento nel percorso di cambiamento;
- Accettare che il livello di cambiamento o consapevolezza dell'operatore può essere diverso da quello desiderato dal soggetto;
- La formazione continua ed il percorso personale di crescita del terapeuta sono aspetti fondamentali della qualità dell'intervento. In ogni intervento di sostegno o psicoterapeutico non possiamo chiedere niente ai nostri pazienti che non abbiamo elaborato per noi stessi.

Ogni intervento sulla persona è un intervento che può essere (o no) terapeutico; dobbiamo essere consapevoli delle dimensioni e degli equilibri emotivi che si muovono in ogni percorso in cui si modificano le dinamiche intrapsichiche.

*"non c'è dubbio che l'E.F.T. funzioni. La difficoltà consiste nell'applicarlo a problemi psicologici complessi. Ciò richiede esperienza clinica e conoscenza delle dinamiche psicologiche, della psicopatologia, dei processi evolutivi, nonché capacità di comprendere la stratificazione e il legame tra i ricordi emotivi"* (Mollon '06 p. 27)

## **Quando e perché gli interventi di psicologia energetica sono funzionali nel percorso psicoterapeutico – esempi di casi clinici.**

A volte nel tradizionale lavoro di psicoterapia ci troviamo di fronte a situazioni in cui l'uso della tecnica energetica (E.F.T., logosintesi ecc...) va commisurato diversamente in base alle caratteristiche del percorso terapeutico e del significato che l'utilizzo di tale strumento assume nel lavoro individuale del paziente. *“Gli approcci della Psicologia Energetica (...) sono inoltre compatibili con gran parte delle intuizioni originarie della psicoanalisi freudiana (...) e con studi sull'attaccamento; (...) tali forme di trattamento non sono superficiali, bensì capaci di raggiungere livelli profondi del sistema psicosomatico.”* (Cortina-Marrone 2003 p. 8). A volte infatti l'uso di un intervento di psicologia energetica è auspicabile poiché: *“La psicoterapia può produrre grandi insight ma può essere lenta a produrre cambiamenti profondi a livello di sentimenti e comportamento”* (P. Mollon, 2006, p. 7). A volte però l'utilizzo di tecniche legate alla psicologia energetica, risulta prematuro e non compatibile con la richiesta esplicita del cliente, la cui motivazione profonda va attentamente valutata e compresa. Ecco alcuni esempi di situazioni possibili:

- **E.F.T. su richiesta**, richiesta mascherata di psicoterapia
- **“C'è sotto qualcos'altro”** non consapevole per la persona ma visibile al terapeuta
- **Quando il paziente ha bisogno di sentire che c'è “qualcosa che si può fare”** – disperazione infinita, ansia, panico...

### **E.F.T. su richiesta**, - richiesta mascherata

Giovanni telefona per un appuntamento, mi chiede espressamente di lavorare con la tecnica dell'E.F.T. di cui lui era a conoscenza su uno specifico sintomo. Quando arriva nel mio studio, per 4 sedute consecutive parla a raffica. Fa riferimento alla sua famiglia, alla madre anaffettiva, rigida, inquadrata in comportamenti formali. Descrive il padre come un uomo periferico, depresso in contrasto con la propria famiglia d'origine. Parla di sé come primogenito responsabile, che manifesta il suo disagio con una serie di sintomi fisici e non (prostatite, mancanza di desiderio sessuale, incapacità di relazioni affettive durature poiché vissute come limite alla propria libertà). Quando io riporto il discorso sulla richiesta esplicita da lui fatta, di utilizzare l'E.F.T., Giovanni glissa e continua a raccontare di sé. Emerge quindi sempre più chiaramente una differenza tra le sue motivazioni consapevoli e quelle inconsce: la sua **è una richiesta di psicoterapia mascherata da un aggancio ad una tecnica.** Giovanni infatti si è potuto permettere di chiedere aiuto facendo riferimento a qualcosa di più definito come una tecnica quale l'E.F.T., mentre avrebbe avuto forti resistenze e difficoltà a chiedere una psicoterapia per sé. In questo caso l'E.F.T., che la persona conosce, e che quindi fa meno paura, è più tollerabile e facile da utilizzare come aggancio per una richiesta di aiuto psicoterapeutico.

Un operatore attento deve saper distinguere tra queste due dimensioni: una esplicita e consapevole ed una più profonda e non verbalizzata. Se infatti la richiesta di aiuto di Giovanni

fosse stata gestita solo con l'applicazione della tecnica, l'intervento non sarebbe risultato terapeutico. Dopo alcune sedute infatti propongo l'esperienza di E.F.T. su un sintomo fisico, (prostatite); dopo pochi giri scompare il dolore/calore, di cui Giovanni soffriva da anni. Lui resta allibito, incredulo, non può ancora accettare un cambiamento così veloce, il paziente non è pronto ha bisogno di più tempo, di altre sedute tradizionali. Giovanni infatti di fronte ad un cambiamento veloce e tangibile sperimenta quello che Mollon definisce come paura di disintegrazione: *“E' un fenomeno nascosto, oscuro e non facilmente compreso. Può costituire una formidabile resistenza ... a qualsiasi forma di terapia psicologica. (...) Spesso la si riscontra in individui che in età precoce non sono stati sufficientemente tenuti dall'ambiente in cui vivevano. (...) quando si pratica l'EMDR o L'E.F.T. la persona non riesce a manifestare l'elaborazione normalmente attesa che conduce al rilassamento. Ciò costituisce ciò che in psicologia Energetica si chiama “rovesciamento psicologico”, poiché (l'E.F.T.) può determinare un rapido cambiamento, l'angoscia di disintegrazione può essere più forte e di ostacolo durante queste forme di lavoro. Le persone sembrano aver installato all'interno della propria psiche, strutture mentali estranee ed oppressive basate in parte sulle caratteristiche di figure di riferimento dell'infanzia (...) il secondo fenomeno è la tendenza frequente ad aggrapparsi rigidamente a credenze ed opinioni fondamentali anche quando siano disadattive e generino dolore”*. (Mollon, 2006)

Il terapeuta deve essere capace di riconoscere le richieste mascherate, altrimenti non farebbe un buon lavoro né per il paziente che inconsapevolmente richiede altro, né per l'uso dell'E.F.T., perché egli stesso ne farebbe una pubblicità negativa, per l'incapacità di accettare cognitivamente ed emotivamente dei cambiamenti così repentini. Il cliente che desidera veramente utilizzare l'E.F.T. “è pronto” dalla prima seduta, impara la tecnica facilmente e la esegue con entusiasmo a casa; sta agli esperti saper distinguere.

Un'altra diversa e possibile situazione si verifica quando:

**“C'è sotto qualcosa”** di cui la persona non è consapevole, ma il terapeuta sì.

Nel corso di una seduta di psicoterapia si colgono alcuni nodi, il paziente dice qualcosa di significativo, magari sconclusionato rispetto al discorso logico presente. Rita, 40 anni parrucchiera, abusata da bambina da un cugino ed un parente, vissuta in una famiglia patriarcale dove il nonno paterno insidiava la madre, ed il padre era una figura periferica e sottomessa. Rita porta in terapia il dolore del rapporto con la madre distaccata e giudicante, di una nascita difficile e del suo rifiuto, dopo soli 40 giorni di vita, del latte materno che l'ha condotta ad essere poi nutrita con comune latte vaccino. Tra i disagi che Rita espone in terapia c'è quello del peso, delle molte diete e cure inefficaci. E' chiaro che il problema di sovrappeso di Rita è anche legato ad altre problematiche (molestie, modo per difendersi, per distinguersi dalla madre “secca e dura”, ecc... ). Dopo un lungo lavoro stabiliamo anche alcuni obiettivi per rendere il suo cambiamento concreto, per “buttar via vecchie cose”. Nonostante il lungo lavoro fatto Rita appariva scettica e viene fuori la frase **“le cose facili le fanno i bambini”**. Sento un aggancio analogico e le propongo E.F.T. su questo pensiero sabotatore; *“Perdere 3 kg è troppo facile.. per me le cose non sono mai facili, ... sono una persona complicata, le cose facili le fanno i bambini ... rischierei di essere felice come una bambina ...* (Rita inizia a piangere, emerge il nucleo del problema). *“Io non sono stata una bambina felice (ronzio orecchie) io non voglio sentire che le cose possono essere facili...; perdono me stessa per quello che è successo ... io mi posso perdonare ... io provo a perdonare chi non mi ha difeso ecc., .. io mi*

*rispetto, io mi accetto così come sono, posso scegliere di essere una bambina felice (nodo alla gola/bocca) anche se non ho potuto dire il mio dolore non ho colpa, mi accetto come sono e mi rispetto, posso scegliere di essere felice, posso permettermi di volermi bene; io posso essere felice e fare cose facili .....*". Picchiettiamo su tutti questi pensieri ed emozioni, arrivando a sciogliere il nucleo emotivo negativo presente da anni.

In funzione della mia esperienza sono certa che sarebbero state necessarie molte più sedute di psicoterapia tradizionale, per accompagnare Rita a rivivere questo aspetto con la sua abreazione emotiva. Rita aveva riflettuto già a livello razionale su questi elementi ma l'emozione non veniva fuori, rimaneva congelata. L'uso di E.F.T. in quel momento ha permesso di gestire un aspetto emotivo profondo e negativo sull'immagine di sé, che le impediva di migliorare e di cambiare. In questi casi l'E.F.T. diventa uno strumento estremamente funzionale e terapeutico; fa percepire emotivamente e fisicamente alla persona il pensiero limitante sottostante al cambiamento e la capacità di agire su di esso. Questo è un uso terapeutico di come una tecnica energetica incrementa fortemente la capacità di competenza della persona all'interno di un percorso psicoterapeutico.

### **Quando il paziente ha bisogno di sentire che "c'è qualcosa che si può fare"**

In alcuni casi nel lavoro psicoterapeutico c'è bisogno di uno strumento che faccia "sentire un sollievo possibile". Simonetta, 55 anni, figlia unica, con una grave crisi depressiva. I farmaci le fanno perdere la lucidità, ultimo baluardo del suo modo di essere "efficiente"; vive una disperazione infinita, ed aspettare 10/20 sedute per poter iniziare a percepire un cambiamento è un tempo davvero lungo. In questo caso l'E.F.T. permette di farle vivere **un'esperienza di cambiamento cognitivo** rispetto a una sensazione fisica, e questo le ridà la speranza. Nel giro di 3 anni perde tutti i suoi punti di riferimento: gli zii, subisce un incidente a scuola, il compagno di 20 anni la lascia, il padre ha un ictus, si sente sola ed abbandonata – *"se la persona su cui avevo puntato tutto mi ha fatto così male cosa possono farmi gli altri.. non sono niente per nessuno, non sono madre, sorella, compagna ecc.. la mia vita non ha senso"*.

Viene in Studio e per 2 sedute porta un pianto ininterrotto. Non dorme, sembra non avere nessuna possibilità di verbalizzare se non urlare il suo dolore: *"Sono sola non servo a niente, non ho un posto..."*; piange senza sosta. In situazioni di tale disperazione oltre ad ascoltare il dolore e dare fiducia, c'è bisogno di "far sentire qualcosa". Mi parla dei suoi formicolii, le propongo un giro di E.F.T. su questi sintomi fisici, sulle: *"Formichine che mi fanno sentire viva, che hanno la loro strada, che possono scendere dalle gambe... che fanno compagnia"*.

Uscire dal dolore e ridefinire il sintomo in un'altra prospettiva, dà alla paziente un'ancora. E' un aggancio per poter arrivare successivamente ad elaborare i problemi più gravi anche in modo tradizionale. Infatti nella psicoterapia noi utilizziamo il rispecchiamento, la restituzione, l'empatia ecc.. modalità tutte che richiedono tempo e non possono scalfire con rapidità il dolore infinito, la paura di disintegrazione del paziente. Dare un segnale concreto, anche fisico, di cambiamento permette di costruire il filo della fiducia e di rinforzare il legame terapeutico per continuare un lavoro di sostegno e consolidamento delle strutture dell'Io, della propria autostima che richiede tempo e che può essere abbandonato per mancanza di riscontri di cambiamento percepibili; aspetti esperibili dai pazienti con la psicologia energetica.



Da quanto emerso quindi ritengo che sia evidente come l'applicazione di "semplici" tecniche energetiche richieda una preparazione ed un livello di consapevolezza e conoscenza approfondita delle dinamiche psichiche. Poiché l'applicazione pura dello strumento costituisce solo una parte dell'intero processo terapeutico che deve includere: il contesto, le richieste consapevoli ed inconsce della persona, le resistenze e le dinamiche relazionali della richiesta d'aiuto. L'integrazione di una solida professionalità e di apertura verso questo nuovo e stimolante mondo della psicologia energetica non potrà che far bene al nostro lavoro, a noi e ai nostri clienti in un percorso continuo di crescita e consapevolezza.

Dott.ssa Teresa Antonelli

Psicologa – Psicoterapeuta - E.F.T. Trainer and Practitioner

© Studio di Psicologia e Psicoterapia Fermo - [www.studiopsicologiafermo.com](http://www.studiopsicologiafermo.com)

#### **Bibliografia:**

G. Braden, 2007, *"La Matrix Divina"*, Macroedizioni;

B.A. Brennan, 2005, *"Mani di Luce"*, Corbaccio;

B.A. Brennan; 2004, *"Luce Emergente"*, Corbaccio;

M. Bohne, 2004, *"Psicologia energetica. Il metodo del 21° sec. o una provocazione estranea alla nostra cultura"*; [www.psicologia-energetica.it](http://www.psicologia-energetica.it)

L. Bourbourbeau, 2006, *"Quando il corpo dice di amarti"*, Amrita;

L. Dalfovo, 08, *"Integrare tecniche di psicologia energetica in psicoterapia"* ([www.psicologia-energetica.it](http://www.psicologia-energetica.it));

A. Fredi, 2004, *"il codice del benessere"*, Creative Commons;

W. Lammers, 2009, *"Logosintesi"*, MyLife;

B. Lipton, *"La biologia delle credenze"*, Macroedizioni;

P. Mollon, 2006, *"Le terapie energetiche nella prospettiva psicoanalitica"*, Astrolabio

C. Rainville, 2000, *"Ogni sintomo è un messaggio"*, Amrita;

Posted. 11.09.2009

[www.psicologia-energetica.it](http://www.psicologia-energetica.it)