

## METODO VITTOZ

---



Intorno al 1907 il Dr. Vittoz di Losanna, scopre una vibrazione che si manifesta in micromovimenti di espansione e ritrazione dei tessuti epiteliali del corpo, più particolarmente percepibili all'esame manuale della fronte e che si modificano con l'attività cerebrale del soggetto.

Questa scoperta conferma l'esistenza di una relazione tra l'attività organica e quella psichica e permette di osservare la principale funzione regolatrice dell'equilibrio psichico: il "controllo cerebrale". Questa funzione, naturale e automatica nell'uomo normale, è caratterizzata dalla padronanza della coscienza sulle forze inconse; il suo effetto si estende sia alla percezione e all'azione che al pensiero.

L'attività insufficiente e instabile del controllo cerebrale, osservate da Vittoz nei pazienti affetti da nevrosi, sono caratterizzate da un ritmo irregolare della vibrazione cerebrale, mentre il comportamento mostra segni di mancanza di adattamento e di sufficiente padronanza dell'io cosciente sulle azioni, sulle emozioni e sui pensieri.

Il metodo di rieducazione da egli ideato mira a regolarizzare la vibrazione anormale attraverso una rieducazione funzionale e a modificare lo stato mentale mediante una rieducazione psichica.

Nella rieducazione funzionale vengono riattivati e coordinati progressivamente i fattori fondamentali del controllo cerebrale: la ricettività (percezione sensoriale cosciente), la concentrazione dell'attenzione e la volontà.

Con la ripetizione di esercizi appropriati e azioni coscienti si stabilisce il loro intervento spontaneo nella vita quotidiana.

Per ricettività si intende la facoltà di ricevere le percezioni sensoriali in modo cosciente, senza l'interposizione del pensiero: essere presenti al momento in cui si percepisce una sensazione o si fa un'azione.

Mentre la ricettività è caratterizzata da una sensazione d'insieme e fornisce informazioni relativamente oggettive, la concentrazione ha la proprietà di focalizzare e mantenere l'attenzione su un punto, esterno o interno, senza distrazione né tensione, sia esso un oggetto, una sensazione o un'idea. Una buona concentrazione regolarizza l'emissione di energia. Sul piano mentale permette di fissare, dirigere, ordinare il proprio pensiero mentre sul piano fisico, ha un'azione tonica e regolatrice. La memoria è strettamente collegata al buon funzionamento di queste prime due facoltà.

La Volontà è un'energia particolare, propria ad ogni individuo, indipendente dalle circostanze interiori ed esteriori. Si esprime quando l'unità interiore dell'uomo si accorda all'esatta sensazione della realtà formulando un'adesione libera, elastica e intelligente alle necessità del momento o può agire nella realizzazione di uno scopo.

## METODO VITTOZ

---



Nel trattamento psichico si tratta di osservare il lavoro anormale del pensiero e ricercare l'origine psichica di un sintomo in una vecchia impressione cristallizzata detta cliché, quindi di neutralizzarne l'effetto rendendola cosciente.

Il trattamento, relativamente breve, si modificherà secondo il soggetto e l'aspetto delle vibrazioni cerebrali.