

In sintesi approccio psicoterapeutico: eclettico e integrato, con soluzioni in setting strutturato e nel campo della psicoterapia dell'abitare. la psicoterapia dell'abitare ha attinenza con l'architettura e ha lo scopo di agire sull'ambiente per migliorare il benessere psichico, si avvale di conoscenze psicologiche nel campo della percezione sensoriale della rappresentazione del se nell'ambiente in cui vive sia in senso simbolico che in senso motorio-percettivo ed energetico

In particolare: Carla Foletto, con oltre vent'anni di esperienza clinica, adotta un approccio eclettico e integrato nella sua pratica, con una specializzazione in psicoterapia ad orientamento neo-ericksoniano. Utilizza una psicoterapia integrata per facilitare cambiamenti profondi rispettando il ritmo individuale, integrata con elementi di sostegno psicologico. Integrazioni complementari: Include omotossicologia applicata (per aspetti psicosomatici), naturopatia e test dei Fiori di Bach per un approccio olistico che considera corpo, mente e ambiente, e un approccio omeopatico. Psicoterapia dell'abitare: Un approccio innovativo che lega psicologia e architettura, agendo sull'ambiente (casa o lavoro) per migliorare il benessere psichico attraverso la percezione sensoriale simbolica dello spazio ed energetica Il suo framework teorico, la f-psicoarchitettura, permea il lavoro clinico, integrando concetti energetici e dimensionali (ritmo, risonanza, identità) per una visione olistica che collega psiche, corpo e habitat. F-psicoarchitettura appunti: è una serie di riflessioni teoriche e note progressive scritte dalla psicoterapeuta Carla Foletto, con studio a Mantova. Si tratta di un approccio personale che lei definisce come "f-psicoarchitettura": "f" per approccio fisico, "psico" per gli aspetti immateriali e ipotetici della realtà (come coscienza e inconscio), e "architettura" per gli elementi strutturali tangibili. La serie esplora la sua "Habit theory" o "teoria dell'abitabilità energetica", un framework che ipotizza unità energetiche elementari alla base degli esseri viventi, analizzando concetti come ritmo, forza, resistenza, identità energetica, e illusioni percettive di spazio e tempo. Integra psicologia, filosofia, fisica quantistica e spiritualità, criticando visioni materialistiche e enfatizzando dimensioni immateriali (materiale, intellettuale, spirituale). La serie è ongoing dal 2015 e conta almeno 44 appunti

(l'ultimo datato 4 ottobre 2025), pubblicati sul suo blog. Ecco un riassunto dei più recenti (dal 36 al 44), per darti un'idea del contenuto: Appunti 44 (4/10/2025): Esplora lo spazio come elaborazione mentale senza vettori classici, con "impronta" (movimento esperienziale) e "ombra" (movimenti non percepiti), analoghi al battito cardiaco in campi senza tempo. Appunti 43 (1/10/2025): Discute ombra e impronta energetica, ritmo subatomico per risonanza identitaria, e spazio-tempo come variabili indeterminabili. Appunti 42 (20/09/2025): Analizza determinazione, destinazione e polarità in analogia con la quantistica, con livelli energetici e influenze sul libero arbitrio. Appunti 41 (18/09/2025): Esamina forza e resistenza come propagazione ondulatoria, influenzando risonanza e percezione cosciente. Appunti 40 (11/09/2025): Definisce il ritmo come chiave identitaria, con il cervello come ponte tra immateriale e materiale; usa insiemistica per campi dimensionali. Appunti 39 (7/09/2025): Sintetizza variabili energetiche (ritmo, forza, resistenza, determinazione, destinazione) per l'espressione individuale. Appunti 38 (6/09/2025): Riflette sull'universo pre-Big Bang come ritmo energetico, con spazio-tempo come costruzioni cognitive. Appunti 37 (10/08/2025): Descrive campi ritmici e potenza in insiemi dimensionali intersecati. Appunti 36 (19/07/2025): Analizza la violenza come entropia volitiva che propaga disordine nelle dimensioni. Post più datati (dal 2015-2016) trattano temi come illusioni di spazio-tempo, critiche al biocentrismo e alla psichiatria, empatia online e storia della psicologia in Italia. Puoi leggere tutto sul suo sito: [www.carlafolettopsicoterapeuta.it/category/f-psicoarchitettura/](http://www.carlafolettopsicoterapeuta.it/category/f-psicoarchitettura/). La visione psicologica nella serie "f-psicoarchitettura appunti" di Carla Foletto è un approccio olistico e ipotetico che ridefinisce la psiche umana non come un'entità isolata, ma come espressione dinamica di unità energetiche fondamentali, interconnesse con il corpo, l'ambiente e l'universo. Essa integra la psicologia tradizionale con elementi della fisica quantistica (come entanglement e propagazioni ondulatorie) e della spiritualità (dimensioni materiale, intellettuale e spirituale), criticando le visioni riduzioniste materialistiche e proponendo una "psicologia energetica" dove la coscienza emerge

da ritmi e risonanze subatomiche, anziché da strutture neurali fisse. Concetti Chiave Psicologici Coscienza come Elaborazione Energetica: La coscienza non è un "io" statico, ma un processo che filtra e sincronizza ritmi energetici in campi privi di spazio-tempo classici. Il cervello agisce da "ponte" tra il mondo immateriale (pensieri, emozioni, affetti spirituali) e quello materiale (sensazioni corporee), creando rappresentazioni cognitive di esperienze come il battito cardiaco o i movimenti percettivi. Patologie come la dissociazione nascono da perturbazioni di questa risonanza, ad esempio quando vibrazioni neuronali (legate a bifonti entangled) perdono sincronia. Identità come Impronta Ritmica: L'identità personale è un "timbro energetico" unico e incancellabile, composto da variabili come ritmo (oscillazioni individuali per il self o relazionali per gli altri), forza (spinta vitale), resistenza (resilienza contro perturbazioni), determinazione (libero arbitrio) e destinazione (influenze probabilistiche esterne). Si distingue dall'"ombra energetica" (aspetto junghiano di non-identità universale, simmetrico e indistinguibile). Questa identità permea ogni particella, permettendo migrazioni dimensionali (da materiale a spirituale) e rischi di estinzione entropica in casi estremi, come la violenza che propaga disordine irreversibile. Percezione e Illusioni Cognitive: La percezione non cattura la realtà energetica diretta, ma la media attraverso recettori sensoriali, generando illusioni di spazio (relativistico e dipendente da espressioni astronomiche) e tempo (quantistico e ritmico). È una costruzione cognitiva basata su "impronte" (movimenti persistenti esperienziali) e "ombre" (movimenti potenziali non percepiti), influenzata da poli opposti come ordine/disarmonia o vitale/entropico. La memoria, ad esempio, è un "accadere ora" senza linearità temporale, mentre la violenza altera questa percezione diffondendo caos multidimensionale. In sintesi, questa visione psicologica enfatizza l'empowerment attraverso la consapevolezza delle risonanze energetiche: il libero arbitrio emerge dal contrastare determinismi entropici (come il "fuoco divoratore" biblico) con cogeneratività armonica, promuovendo una terapia che lavora su ritmi interiori per ristabilire equilibrio tra self e cosmos. L'applicazione terapeutica

della f-psicoarchitettura e della teoria dell'abitabilità energetica di Carla Foletto emerge principalmente come un approccio olistico e personalizzato nella sua pratica clinica come psicoterapeuta, dove i concetti teorici si traducono in interventi mirati a ristabilire l'armonia energetica individuale. Poiché i suoi appunti sono prevalentemente speculativi, le applicazioni pratiche non sono descritte in dettaglio esplicito sul blog, ma si inferiscono dalle implicazioni per la salute psichica, come il trattamento della dissociazione e il rispetto dell'identità energetica. Di seguito, un riassunto basato sui temi ricorrenti. Principi Fondamentali in Ambito Terapeutico Ripristino della Risonanza Energetica: La terapia si focalizza sul riequilibrio dei ritmi subatomici e delle variabili energetiche (ritmo, forza, resistenza), perturbati in condizioni patologiche come la dissociazione psichica. Ad esempio, quando vibrazioni neuronali perdono sincronia (legate a bifotoni entangled), il soggetto fatica a riconoscere elementi del sé; l'intervento terapeutico mira a sincronizzare queste risonanze attraverso esplorazioni coscienti, riducendo l'entropia e promuovendo una percezione integrata di self e cosmos. Rispetto e Scoperta dell'Identità Autentica: Basata sulla "vera e autentica natura identitaria", la terapia enfatizza relazioni non manipolative per prevenire disturbi come la scissione dell'io, derivanti da contesti che ignorano l'impronta energetica unica. Questo implica un lavoro su empatia e responsabilità soggettiva, simile a principi buddisti di karma energetico, per favorire il libero arbitrio anche in dimensioni immateriali (es. stati onirici o post-mortem come migrazioni energetiche). Tecniche e Metodi Pratici Inferiti Metafora del Labirinto: Un metodo cognitivo-relazionale per distinguere la psicoterapia da altri interventi: il terapeuta guida il cliente a sviluppare autonomamente abilità per navigare il "labirinto" del problema, partendo da dettagli evidenti verso quelli sottili, rispettando la soggettività del cliente. Questo promuove continuità terapeutica e responsabilità, integrando elementi energetici come il riconoscimento di pattern ritmici nel caos percettivo. Contesti Empatici Relazionali: Alternativa ai psicofarmaci, la terapia privilegia ambienti ad alta empatia per gestire sintomatologia grave

(es. schizofrenia come "ferite psichiche" riparate onnicamente). Studi citati mostrano ridotte ricadute in unità abitative empatiche rispetto a trattamenti farmacologici, suggerendo applicazioni per armonizzare ombre e impronte energetiche in gruppo o individuale. **Benefici e Implicazioni** Questa visione terapeutica favorisce un'empowerment olistico, contrastando determinismi materialistici con cogeneratività armonica: riduce l'illusione di spazio-tempo rigidi, allevia entropie come la violenza (che propaga disordine multidimensionale) e supporta transizioni vitali (es. lutto come migrazione energetica). In pratica, presso il suo studio si applica a disturbi psichici, promuovendo salute attraverso il ponte cerebrale tra materiale e immateriale. La f-psicoarchitettura di Carla Foletto, come approccio teorico olistico che integra psicologia energetica, risonanza identitaria e dimensioni immateriali, non prevede protocolli terapeutici standardizzati esplicativi, ma offre un quadro concettuale per comprendere e intervenire su vari disturbi mentali attraverso il ripristino di ritmi armonici, rispetto dell'identità energetica e contrasto all'entropia relazionale. Basandomi sui suoi appunti e riflessioni, ecco i principali disturbi per cui può essere utile, con indicazioni su come si applica (inferite da meccanismi energetici e critici psicosociali). L'enfasi è su cause traumatiche/ sociali piuttosto che biochimiche, favorendo terapie empatiche e non farmacologiche. **Disturbi Specifici e Applicazioni** **Dissociazione e Scissione dell'Io:** Utile per casi di frammentazione identitaria, dove il soggetto fatica a integrare elementi del sé a causa di perturbazioni nella risonanza energetica subatomica (ritmo identitario perturbato). L'approccio mira a risincronizzare "impronta" e "ombra" energetica attraverso consapevolezza relazionale, prevenendo ulteriori disarmonie da contesti manipolativi o traumatici. Si collega a traumi psico-emotivi improvvisi o continuativi che minano la "vera natura identitaria". **Derealizzazione e Reattività Emotiva Eccessiva:** Applicabile a percezioni alterate della realtà o risposte emotive iperattive, originate da mancato rispetto dell'identità nel contesto sociale/familiare. La teoria suggerisce interventi per ristabilire l'armonia dimensionale (materiale-intellettuale-spirituale), riducendo l'entropia percettiva e promuovendo empatia per evitare

derealizzazioni croniche. Schizofrenia e Psicosi: Particolarmente indicata per origini sociali e psico-traumatiche (non genetiche o dopaminergiche), vista come "ferita psichica" riparata onnicamente o come risposta adattiva a stress prolungato (es. mobbing, conflitti). Unità abitative empatiche riducono ricadute più dei farmaci; la f- psicoarchitettura contrasta l'"ipersensibilità" con rimozione dello stress relazionale, preservando plasticità sinaptica e dinamiche ioniche per un recupero spontaneo (fino al 40% di guarigioni senza antipsicotici). Violenza e Disturbi da Trauma Ereditario: Efficace per esperienze psicologiche di violenza trasmesse ancestralmente (non via DNA "malato"), come entropia volitiva che propaga disordine multidimensionale. L'intervento promuove cogeneratività armonica contro la distruttività, prevenendo identificazioni traumatiche e favorendo ordine ritmico per ridurre aggressività, mobbing o stalking. Altri Disturbi (Anoressia, Disturbo Sadico di Personalità, Narcisismo/Sociopatia): Per anoressia, utile nel riequilibrare precisione interocettiva compromessa; per sadismo/narcisismo, contrasta bassa empatia e deregolazione da strategie manipolative, enfatizzando responsabilità identitaria. In generale, applicabile a problemi da conflitti abitativi o stressanti, che attivano circuiti emotivi eccessivi. Questa visione privilegia empowerment olistico e critica l'approccio esclusivo bio-chimico psicofarmacologico, per i loro effetti iatrogeni, suggerendo contesti empatici per armonizzare self e cosmos. Per applicazioni cliniche personalizzate, consulta il suo studio a Mantova.

Testo elaborato da: <https://grok.com/> e confermato dal professionista