

Les outils proposés par l'Imago-thérapie

Le Dialogue intentionnel est un outil très important de la thérapie Imago.

Il est constitué de 3 outils de base :

- le miroitement
- la validation
- l'expression d'empathie

A partir de la 2ème ou 3ème séance, on coache les partenaires de sorte que l'un des deux, appelé le **récepteur**, à miroiter verbalement de façon précise ce que l'autre, appelé l'**émetteur**, lui dit.

L'**émetteur** développe à sa propre manière un thème délicat de leur relation. Une fois que le miroitement a été bien effectué par le **récepteur** sur tout ce que il a entendu, on coache le **récepteur** à exprimer à l'**émetteur** de la «validation» et puis de l'«empathie» envers ce dernier. On permute ensuite les fonctions d'**émetteur** et de **récepteur** et on recommence la procédure.

L'ensemble de ces 3 étapes, effectuées dans les deux directions, s'appelle «Dialogue intentionnel» ou "Dialogue Imago".

Le D.i. est certes artificiel, mais il a le grand avantage d'éliminer les critiques, d'augmenter la compréhension de l'**émetteur** par le **récepteur**, et de donner un apaisant goût d'empathie aux partenaires habitués aux luttes égocentriques. Enfin, le D.i. tend à créer une agréable résonance entre les parties limbiques (circuits émotionnels) des deux cerveaux.

Le D.i. appris et rodé en travaillant sur plusieurs thèmes, d'autres outils Imago vous sont ensuite amenés afin d'approfondir certaines problématiques qui émergent dans le couple. Tous les outils Imago sont structurés pour assurer un très bon niveau de sécurité, de telle manière qu'il y ait peu de risque d'aller plus mal qu'avant.