

Il massaggio dolce bioenergetico neonatale



Lo sviluppo del massaggio bioenergetico dolce neonatale, nasce come promozione della salute e prevenzione delle biopatie e venne sviluppato da Eva Reich, figlia di Wilhelm Reich, fondatore della Psicologia Somatica, negli anni cinquanta durante la sua esperienza di pratica ospedaliera con i neonati e le loro madri.

La stimolazione tattile risulta un canale privilegiato di comunicazione che ci consente di entrare in contatto con noi stessi e con l'altro, permettendoci di attivare e armonizzare le funzioni vitali del corpo.

Il neonato comunica e apprende attraverso la pelle; essa è l'organo che filtra il mondo esterno. Un buon contatto corporeo rappresenta un prerequisito indispensabile per l'instaurarsi di una adeguata relazione madre/bambino. Nel neonato gli effetti benefici di un buon contatto corporeo sono infatti riscontrabili a livelli differenti: fisiologico (ritmo del sonno, sistema respiratorio, digestivo, e così via), psicologico (capacità di apprendere, esplorare, creare legami ecc.), neurologico (miglior sviluppo delle strutture del cervello), vengono inoltre rinforzati i sistemi immunitario, nervoso, endocrino e le risposte affettivo-motorie. Il massaggio bioenergetico dolce è applicabile anche in età adulta, tra i suoi effetti possibili troviamo:

- ❖ maggior benessere psico-corporeo (sentirsi radicati)
- ❖ accrescere la consapevolezza del proprio corpo, dei confini e dell'identità mente-corpo
- ❖ permette di entrare in contatto con i vissuti emozionali, aumenta la comprensione della natura delle emozioni
- ❖ una migliore gestione dello stress e dell'ansia
- ❖ maggior capacità di instaurare rapporti interpersonali
- ❖ stimola la capacità di prendersi cura di sé stessi
- ❖ rinforza il sistema psico-neuro-endocrino-immunologico
- ❖ fornisce "cure materne alla madre" (mothering the mother) le madri toccate con dolcezza durante la gravidanza, parto e post-parto toccheranno a loro volta i propri bimbi con dolcezza