

NILA BELLINI

IL MASSAGGIO DEL BAMBINO : STRUMENTO DI COMUNICAZIONE E RELAZIONE

Estratto

In questo contributo si vuole focalizzare l'attenzione sull'importanza del contatto e quindi del massaggio nel primo periodo di vita del bambino. Il massaggio infantile sta diventando una pratica sempre più diffusa anche in Italia. Accanto ai benefici fisici e al rilassamento che può produrre, il massaggio apre genitori e figli ad una comunicazione intima e profonda. Le mani trasmettono amore tenerezza e calore, voglia di vivere e benessere. Inoltre i momenti di incontro per prendere visione dei diversi movimenti del massaggio sono importanti opportunità di scambio e confronto per i neo-genitori.

1. Introduzione

Raccontare l'esperienza del massaggio del bambino non è cosa semplice, il tocco e il contatto dell'altro infatti, aprono all'ascolto del non detto ovvero di quelle emozioni e vibrazioni che solo il corpo riesce a trasmettere e la parola tradisce perché spesso incapace di tradurre. Si tratta di entrare in una relazione fisica corporea con l'altro che muove da una fase iniziale di presa di contatto con se stessi, con il proprio io corporeo, con il proprio esserci qui ed ora, con le ansie, le gioie, le tensioni che si esprimono attraverso il gesto, il contatto, il massaggio e si riflettono nel bambino che diviene lo specchio dell'adulto che se ne prende cura.

2. Quale massaggio

Il tipo di massaggio proposto ai genitori è il massaggio dell'A.I.M.I.(Associazione Italiana Massaggio Infantile) che raccoglie i movimenti del massaggio indiano, rilassante, del massaggio svedese, energizzante, alcuni esercizi che rimandano allo yoga e infine per il massaggio del piede viene fatto riferimento alla riflessologia.

2.1. Gli incontri di massaggio del bambino

Durante gli incontri di massaggio con i gruppi di genitori che hanno bambini di pochi mesi o anche un po' più grandi, si viene a creare una *nicchia accogliente* invasa da mille emozioni; ed è questa emotività condivisa che riscalda l'ambiente trasformandolo in luogo dove il tempo sembra aver allentato la presa e dove il qui ed ora si colora di intensità emotiva che si esprime col gesto, con lo sguardo, con la voce. I gruppi di massaggio sono composti da sei o sette genitori, anzi famiglie, perché possono intervenire sia il padre che la madre ed anche i fratelli e sorelle ; l'insegnante di massaggio mostra i movimenti da fare utilizzando una bambola.

2.2. La funzione dell'insegnante di massaggio

Circoscrivere la funzione dell'insegnante di massaggio alla semplice dimostrazione di una tecnica, sarebbe piuttosto riduttivo, la conduzione di un gruppo di genitori va ben oltre; l'insegnante infatti, durante gli incontri, assume il ruolo di *facilitatore*, di mediatore dei processi comunicativi che si attivano sia tra genitori e figli che tra gli stessi genitori che partecipano agli incontri.

2.3. Il dialogo tonico tra adulto e bambino

Attraverso il massaggio si può scoprire un mondo inesplorato fatto di emozioni, contrasti, sentimenti; si tratta, prima di lavorare sull'altro, di lavorare su se stessi per costruire con il bambino uno spazio intimo, profondo.

Il dialogo tonico corporeo è importante e influenzerà l'avvenire del bambino; dopo il trauma della nascita che lo ha strappato brutalmente da uno stato di globalità fusionale, egli potrà ritrovarla nel contatto del suo corpo con un corpo adulto. Le condizioni che favoriscono questa fusione sono il calore del corpo, l'allattamento, il contatto della pelle, il respiro, il cullare, lo sguardo, la voce, ma soprattutto le tensioni toniche. L'accordo delle modulazioni toniche dei due corpi, come prolungamento delle proprie tensioni nel corpo dell'altro, permette la fusione che porta benessere. Tuttavia la fusione è possibile solo se l'adulto ne ritrova il desiderio e si completa con il neonato.

3. L'io pelle

Per capire più a fondo il significato del massaggio del bambino occorre dedicare particolare attenzione alla pelle, alla sua straordinaria capacità di memorizzare gli stimoli e di trasmettere al cervello sensazioni piacevoli e/o sgradevoli.

F. Leboyer ha affermato (1976) che per un bambino l'essere cullato, carezzato, tenuto in braccio, rappresenta nutrimento indispensabile come le vitamine, le proteine, i sali minerali. La pelle è un sistema di comunicazione gigantesco, il contatto, il calore delle mani possono regalare sensazioni piacevoli che rimangono nella memoria, esistono infatti fibre nervose speciali che trasmettono al cervello segnali di benessere. Questa interessante scoperta fatta da uno studioso svedese Hokan Olausson (1994) ha dimostrato la fondatezza scientifica dell'importanza del massaggio molte volte giudicato semplicemente una moda.

3.1. Il massaggio antica tradizione.....

Il massaggio del bambino, tradizione di molti paesi è stato recentemente riscoperto e si sta espandendo anche nel mondo occidentale dove possiamo dire che i sensi della

prossimità (tatto, odorato) sono stati messi da parte. Al contrario l'importanza della pelle è fondamentale per un sano ed equilibrato sviluppo organico e psicologico. La sensibilità della pelle è la funzione che si sviluppa per prima nel feto e la stimolazione dell'epidermide è importante sia negli animali che nell'essere umano.

3.2. *Benefici del massaggio*

L'accompagnamento aptonomico (aptonomia = particolare relazione basata essenzialmente sul contatto) del padre e della madre è utile per lo sviluppo affettivo del bambino. Le mani possono costruire un dialogo profondo e particolare con l'altro, possono infondere sicurezza, trasmettere amore e possono permettere ai bambini di assaporare il benessere di un ambiente che non solo richiede loro competenza e attenzione , ma può dare anche momenti di tranquillità e di piacere

Accanto a quelli che sono i benefici fisici (stimolazione e fortificazione del sistema circolatorio, respiratorio, muscolare, immunitario, riequilibrio dei ritmi veglia sonno, accelerazione del processo di mielinizzazione, rilassamento) il massaggio facilita il bambino nella conoscenza del proprio corpo, nello sviluppo dell'immagine di sé e favorisce la relazione genitore-figlio.

3.3. *Emozioni e massaggio*

Durante gli incontri di massaggio si lavora molto con le emozioni e spesso ci si imbatte in quello che è l'analfabetismo emotivo degli adulti che nasce dalla disabitudine ad esprimere i propri sentimenti. Le emozioni, come sostiene Daniel Goleman (1966) sono una risorsa e possono rappresentare una ricchezza per l'individuo; la capacità di riconoscere e di trattare i propri sentimenti aiuta a vivere meglio, migliora la capacità di comunicazione e permette di leggere i sentimenti degli altri. Le emozioni svolgono una funzione di mediazione tra la mente e il corpo con le sue sensazioni e i suoi bisogni; è importante riuscire ad armonizzare la dimensione intellettuale con quella affettiva.

4. *Progetto “ Insieme”*

Il progetto *Insieme*, presentato all' ASL 6 di Livorno e realizzato nei Distretti Sud E Centro della città, ha avuto come finalità quella di offrire sostegno alla genitorialità nel momento della nascita del figlio/a attraverso appunto la proposta del massaggio del bambino. Ai 12 gruppi di genitori seguiti hanno partecipato le madri (n° 82), i padri (n° 13, di cui solo uno ha massaggiato la figlia mentre gli altri sono stati osservatori ed hanno partecipato alle conversazioni) sorelline e fratellini.

4.1. *Struttura degli incontri*

Durante gli incontri settimanali (4 incontri nell'arco di un mese per ciascun gruppo) oltre al massaggio, preceduto dal rilassamento, era previsto anche un momento di conversazione durante il quale i genitori avevano l'opportunità di scambiarsi opinioni impressioni, riflettere e confrontarsi su tematiche legate alla genitorialità.

4.2. *Le conversazioni*

I temi delle conversazioni hanno riguardato principalmente : l'allattamento, i rapporti con le famiglie di origine, le modalità di reazione al pianto del bambino, le diversità dei bambini legate ai loro bisogni e alle modalità di richiesta di soddisfacimento di questi, importanza del contatto fisico per il bambino, la solitudine della madre dopo il parto, le coliche addominali dei neonati, ripresa dell'attività sessuale dei genitori, ricordi legati al primo contatto con il proprio bambino, i cambiamenti avvenuti dopo la nascita del bambino.

5. *Conclusioni*

Dalle conversazioni molto sinteticamente posso dire che è emerso principalmente che i genitori si trovano a vivere un periodo della vita caratterizzato da grande vulnerabilità ma anche disponibilità e fiducia. Per questo è fondamentale dare loro un sostegno emotivo adeguato attraverso l'ascolto e la possibilità di incontro con persone che stanno vivendo la loro stessa esperienza di neo genitori.

Nei gruppi ciascun partecipante poteva parlare di sé, di ciò che stava provando ,dire la propria opinione senza esprimere giudizi sull'altro, esternare dubbi e certezze con l'obiettivo di andare alla ricerca delle risorse positive nelle diverse situazioni e con la volontà di continuare a mantenere anche una volta finiti gli incontri il con-tatto.

Bibliografia

- Goleman D. [1996], *Intelligenza emotiva*, Rizzoli Milano,1997.
Lapierre A., Aucouturier B. [1980], *Il corpo e l'inconscio in educazione e terapia* Armando, Roma, 1987.
Leboyer F, [1976], *Spantala. L'arte del massaggio indiano per far crescere i bambini felici*, Bompiani Sonzognò, 1997.
Montagu A. [1981], *Il linguaggio della pelle*, Vallardi ,1989.
Pennisi Pelizzola L. [1995] (a cura di), *Nascere e crescere. Il bambino nei primi tre anni esperienze a confronto*, Il pensiero Scientifico Editore, Roma.
Welch M. [1991], *L'abbraccio che contiene*, Red, Como.

Pedagoga, insegnante di massaggio del bambino