

## IL MASSAGGIO DEL BAMBINO

Il contatto corporeo, che funziona attraverso il senso del tatto, è un bisogno vitale biologico e psicologico del bambino di incontrarsi e relazionarsi con l'altro. Nel neonato questo bisogno è urgente e innato. Per il piccolo stare a contatto significa parlare il suo linguaggio, quello che comprende dal periodo gestazionale, ovvero il linguaggio della pelle, del tatto che gli comunica sicurezza e attraverso il quale stabilisce la prima relazione con l'esterno. Prendere consapevolezza e soddisfare questo bisogno primario del neonato non significa creare o amplificare un suo ulteriore bisogno, ma colmarlo. Il massaggio rappresenta così una modalità importante che va a soddisfare il bisogno innato del bambino di “stare a contatto”

“Le madri di tutto il mondo hanno sempre saputo che il contatto delicato delle loro mani rilassa, calma e comunica amore” (Vimala Mc Clure) In quest'ottica il massaggio può definirsi come un atto d'amore.

### **Che cos'è il massaggio?**

Il massaggio infantile è un modo di stare con il proprio bambino.

Con il massaggio possiamo accompagnare, proteggere e stimolare la sua crescita e salute.

L'evidenza clinica e recenti ricerche hanno confermato l'effetto positivo del massaggio sullo sviluppo e sulla maturazione del bambino a diversi livelli.

- aiuta il bambino a scaricare e a dare sollievo alle tensioni provocate da situazioni

nuove, stress o piccoli malesseri

- stimola, fortifica e regolarizza il sistema circolatorio, respiratorio, muscolare, immunitario e gastro-intestinale poiché previene e dà sollievo al disagio delle coliche gassose

- è un'esperienza di profondo contatto affettivo tra genitore e bambino e in questo modo favorisce il rilassamento di entrambi

- nutre e sostiene nell'arte di essere genitori

Il massaggio del bambino è un'antica tradizione presente in culture di molti paesi e recentemente è stata riscoperta e si sta espandendo anche nel mondo occidentale.

### **Il massaggio:**

- è un mezzo privilegiato per comunicare ed essere in contatto col proprio bambino

- favorisce il legame di attaccamento e rafforza la relazione genitore-

bambino

- favorisce uno stato di benessere nel bambino
- può rivelarsi un buon sostegno nei disturbi del ritmo sonno-veglia
- facilita la conoscenza delle varie parti del corpo sviluppando l'immagine di sé, così da far sentire il bambino aperto, sostenuto e amato

## Il corso:

### Struttura del corso

Il corso è strutturato in 5 incontri della durata di un'ora circa, con neonati entro i 12 mesi di vita.

Durante ogni seduta le mamme e i papà imparano a massaggiare una parte diversa del corpo del neonato:

1° INCONTRO Gambe e Piedi

2° INCONTRO Addome + Sequenza per coliche e meteorismo

3° INCONTRO Torace e Braccia

4° INCONTRO Viso e Schiena

5° INCONTRO Esercizi dolci

Durante ciascun incontro c'è la possibilità di affrontare tematiche quali:

- il rispetto e la richiesta del permesso a cominciare il massaggio;
- il trattamento, di manifestazioni molto frequenti nella primissima infanzia quali stipsi, meteorismo, coliche addominali, il pianto;
- il rafforzamento del legame genitori-bambino;
- le esperienze di comunicazione sottile non verbale quali: il sorriso, il contatto visivo, contatto attraverso la pelle;

Potranno partecipare al massimo **8 coppie genitori-bambino** per rendere l'incontro rispettoso delle esigenze del bambino e per creare un ambiente più possibile familiare.

Indicativamente gli incontri verranno svolti una volta la settimana , le lezioni durano circa due ore.

Alla fine del corso verrà consegnato un **piccolo opuscolo** con dei suggerimenti per il massaggio e un **attestato di partecipazione**.