

Descrizione del metodo Terapia craniosacrale

Metodo

Nella terapia craniosacrale l'attenzione principale è rivolta alla salute innata, alle forze di autoguarigione e alle risorse dell'essere umano.

Alla base del metodo vi è il respiro vitale, la cui espressione come meccanismo respiratorio primario mette in azione e mantiene strutture e fluidi. Il meccanismo respiratorio primario influenza tutte le cellule dell'organismo, producendo tra l'altro un effetto positivo sul metabolismo dell'intero organismo. I ritmi del meccanismo respiratorio primario sono movimenti indipendenti dalla respirazione polmonare e dal sistema cardiocircolatorio. Il modello teorico comprende diversi ritmi involontari, la cui distinzione serve sia all'anamnesi sia al lavoro terapeutico.

Storia

La terapia craniosacrale affonda le proprie radici nell'osteopatia, fondata nel 1874 dal dottor Andrew Taylor Still (1828-1917). Al centro dell'interesse vi era la creazione perfetta come espressione e opera di una forza superiore.

Il dottor William Garner Sutherland (1873-1954) avvertì i movimenti ritmici del cranio così come i movimenti ritmici nel cervello, nelle meningi, nel liquido cerebrospinale e nel sacro.

Secondo la sua ipotesi, questi movimenti erano provocati da un meccanismo respiratorio primario, ossia una respirazione originaria interna.

Egli parlò del "Breath of Life", il respiro vitale che crea e mantiene i movimenti ritmici innati, regolando e rigenerando in tal modo l'organismo.

Il termine "terapia craniosacrale" fu usato per la prima volta negli anni '70 dall'osteopata e chirurgo americano dottor John E. Upledger (1932-2012). Il termine "craniosacrale" è composto da "cranio" e "sacro" (osso sacro).

Ricercatori e docenti contemporanei del metodo hanno ripreso l'aspetto del respiro vitale e sviluppato ulteriormente la terapia craniosacrale nel suo complesso. Oltre al ritmo craniosacrale sono stati osservati e descritti ulteriori ritmi e movimenti delicati. La terapia craniosacrale, originariamente manuale, si è così sviluppata in un metodo terapeutico olistico, centrato sulle risorse, orientato alle soluzioni e di accompagnamento del processo.

Concetto terapeutico

La/il terapeuta complementare con metodo terapia craniosacrale percepisce con le mani i delicati ritmi involontari e le loro qualità e aiuta con diversi approcci sottili il processo di autoguarigione della/del cliente. La terapia persegue l'obiettivo dell'intero organismo di creare, attraverso i propri meccanismi di regolazione e le forze di autoguarigione, condizioni di equilibrio in corpo, mente e anima.

La/il terapeuta accompagna la/il cliente, con la propria attenzione e presenza, a livello verbale e non verbale. Percepisce l'organismo nella sua totalità e dà spazio ai processi di guarigione che si sviluppano.

Grazie ad impulsi manuali delicati che avviano l'autoregolazione dell'organismo, la/il terapeuta complementare con metodo terapia craniosacrale aiuta la/il cliente sulla strada per l'autoguarigione.

Oltre a struttura e funzione, la terapia craniosacrale coinvolge spesso anche i livelli emotivi e tocca i livelli di esistenza più profondi della persona. Questi livelli possono così essere percepiti in maniera rafforzata dalla/dal cliente. Questa presa di coscienza, accompagnata in parte a livello verbale o a livello non verbale dalla/dal terapeuta complementare con metodo terapia craniosacrale, può aprire la strada a cambiamenti.

L'accompagnamento verbale può aiutare a rendere sperimentabile la percezione corporea e le emozioni e a entrare in contatto con la salute interna.

Attraverso domande e istruzioni viene studiata la percezione differenziata delle risorse interne ed esterne e l'effetto fisico-emotivo di queste ultime viene reso sperimentabile e ancorato.

Limiti / controindicazioni

La terapia craniosacrale non può essere utilizzata o può esserlo solo a determinate condizioni nei casi seguenti:

- a) situazioni in cui deve essere evitato un aumento della pressione intracranica
- b) subito dopo lesioni cranio-cerebrali, infarti cerebrali ed emorragie cerebrali
- c) aneurismi cerebrali

La terapia craniosacrale può essere usata solo con particolare prudenza, con esperienza professionale pluriennale ed eventualmente d'intesa con altre persone del sistema sanitario nei seguenti casi:

- a) compromissioni del sistema nervoso centrale (ad es. epilessia)
- b) gravidanze a rischio
- c) malattie psichiche
- d) tumori maligni