

PARLIAMOCI CON-TATTO

Lo shiatsu può essere d'aiuto ai genitori con figli autistici?
Le esperienze sul campo ci dicono di sì.

di Roberto Pandini

Trattare i bambini autistici con lo shiatsu? Sì, è possibile, considerando i risultati positivi ottenuti dal 2008 a oggi presso il Centro "Il Paguro" di Lodi, dove lavoro; in questa struttura c'è una sezione specifica, che accoglie giornalmente venti bambini affetti da disturbi dello spettro autistico e in cui si utilizza il metodo ABA (Applied Behaviour Analysis).

In base alle esperienze pregresse, nel mese di giugno 2017, grazie a un'idea del dottor Antonio Grioni (neuropsichiatra infantile e Direttore sanitario del Centro sopra citato), abbiamo elaborato un progetto pilota a livello nazionale, per coinvolgere i genitori e farli lavorare con lo shiatsu insieme ai loro bambini affetti da disturbi dello spettro autistico.





GLI OBIETTIVI DEL PROGETTO

Lo scopo prefissato del progetto "Parliamoci con-tatto" è stato quello di fornire al genitore uno strumento in più per relazionarsi con il proprio figlio (e viceversa): la comunicazione non verbale delle pressioni shiatsu e l'aggregazione con il mondo autistico; inoltre, lavorare a piccoli gruppi ha aiutato anche i genitori a conoscersi, confrontarsi e sostenersi.

Lo scopo principale di questo lavoro è stato perciò quello di illustrare e far praticare ai genitori le manualità elementari dello shiatsu, per poi arrivare al termine del percorso, nel quale il bambino, di sua iniziativa e senza aiuto alcuno, ha replicato al genitore quello che ha percepito sul proprio corpo.

Tenendo conto che il soggetto autistico non ama il contatto ma apprezza le pressioni (spesso lo calmano), gli obiettivi, nello specifico, sono stati:

- Offrire al bambino un nuovo modo di comunicazione non verbale

con i propri genitori

- Favorire una presa di coscienza di sé, delle proprie emozioni e del proprio corpo
- Sviluppare la relazione del bambino con il mondo (gruppo)
- Promuovere il raggiungimento di benessere attraverso le pressioni shiatsu
- Accrescere fiducia, accettazione, conoscenza dell'altro e degli altri.
- Accettazione e rispetto dello spa-

zio degli altri, regole di autogestione del gruppo

Il percorso ha avuto una durata di 10 mesi (da settembre 2017 a luglio 2018) con una seduta settimanale di 45 minuti (30 durante le prime lezioni) in uno spazio libero da arredi, con tappetini in gomma lavabili, teli, coperte e cuscini, pronti ad accettare piccoli gruppi costituiti da 3 a 5 coppie (genitore/figlio).

COME SI È ARTICOLATO

Nel primo incontro è stato proposto il progetto ai genitori, illustrato che cos'è lo shiatsu e gli obiettivi che si volevano raggiungere. Un aspetto importante che si sottolinea e ribadisce spesso, è quello di non paragonare le modalità di risposta o il percorso degli altri bambini al proprio, in quanto ognuno di loro reagisce con i propri tempi e i propri ritmi che vanno rispettati, senza imporre nulla. Si sono formati quattro gruppi, alcuni composti da cinque coppie altri

Lo scopo principale di questo lavoro è stato quello di illustrare e far praticare ai genitori le manualità elementari dello shiatsu



da tre, suddivisi in base all'età dei bambini (dai 3 ai 7 anni) sfruttando il loro orario di presenza nel centro (si è allungata di un'ora la loro permanenza nella struttura), per non far perdere ore di scuola in più ai bambini e spostamenti ulteriori ai genitori, usando la loro turnazione del mattino presto, oppure quella del tardo pomeriggio.

Nei successivi due incontri, il lavoro è stato fatto solo con i genitori, per insegnare loro il saluto iniziale, le posture essenziali per fare shiatsu, come premere con il palmo e con il pollice, la pressione adeguata ecc., e per far provare un mini trattamento in modo che percepissero meglio il linguaggio dello shiatsu.

Nel terzo incontro – poiché era una situazione nuova per i bambini – si è resa necessaria la presenza di un educatore come riferimento per i piccolini; si è cominciato illustrando loro il saluto shiatsu stando in seiza (modo tradizionale giapponese di sedersi a terra) contando fino a die-



ci. A piccole dosi poi, ci si è dedicati al genitore mostrando le manualità che doveva fare al figlio, accogliendo la postura in cui si posizionava o si sdraiava; nel caso il bambino corresse, o facesse capricci, si doveva aspettare che fosse lui a venire da noi quando voleva, poiché non si poteva entrare nel suo mondo se non lo desiderava (compito molto difficile è stato quello di trattenere il genitore affinché non raggiungesse il figlio urlante per coccolarlo).

Negli altri incontri, senza più il supporto dell'educatore e sempre preceduto dal saluto shiatsu, sono state

spiegate al genitore semplici manualità per affrontare quello che silenziosamente il figlio gli chiedeva: come doveva essere trattato, per esempio, in posizione prona, supina, laterale, seduta (in base a come si adagiava sul materassino); come premere i canali energetici con i palmi e successivamente con i pollici; come usare alcuni punti specifici con pressioni e ritmi differenti. Ad ogni lezione veniva aggiunto qualche passaggio in più, sempre a piccoli passi.

Negli ultimi incontri, è stato il genitore a sdraiarsi e ad aspettare che fosse il figlio, di sua iniziativa, a ri-

Imparare dormendo

Un aneddoto curioso: uno dei bambini più piccoli, inserito nel gruppo del tardo pomeriggio, dopo le terapie (dalle 15 alle 16), si addormentava subito dopo essersi sdraiato e rimaneva così per tutto il tempo, nonostante il trattamento "dinamico" della madre; ha fatto così per quasi tutto il progetto, poi verso la fine ha smesso di dormire e, con gran stupore della madre, ha iniziato a rifare tutto quello che aveva ricevuto.

L'ultimo regalo di Tonino

Questo progetto è stato l'ultimo regalo che mi ha fatto il dottor Antonio Grioni, per tutti noi Tonino. A Lodi è stato il primo a credere e a portare lo shiatsu in un Centro riabilitativo polifunzionale: la prima sperimentazione shiatsu-autismo da lui approvata risale al 2008. Purtroppo, quattro mesi dopo quel giugno 2017, ci ha improvvisamente lasciato. Anche senza i suoi preziosi consigli, spero di essere riuscito a terminare il progetto come lo avevamo ideato.

proporre le pressioni e le manualità che aveva ricevuto, percepito e interiorizzato.

PIÙ RILASSATI E ATTENTI

Al termine di questi dieci mesi di incontri sono stati ottenuti buoni risultati, a volte anche inaspettati, sia da parte dei bambini sia dei genitori. I genitori che si conoscevano solo per il fatto di incontrarsi per portare il bambino a fare terapia, hanno instaurato fra di loro una relazione di reciproco supporto, si confrontavano sui vari argomenti – come richiedere documenti particolari o ausili, dove portare il figlio a fare attività fisiche o ippoterapia ecc. – oppure andavano semplicemente al bar (a fianco alla struttura) in attesa che terminasse la terapia dei figli, per chiacchierare e “svagarsi” un po’ insieme a persone con le stesse difficoltà e problematiche, sostenendosi senza giudicarsi.

MIGLIORAMENTI ANCHE A CASA

Anche gli obiettivi che ci eravamo prefissati con i bambini sono stati raggiunti: al termine del progetto, tutti avevano apprezzato il tocco dello shiatsu, ritrovando tranquillità, alcuni anche addormentandosi; anche se in modo differente, tutti erano arrivati a trattare il proprio genitore con logica e in silenzio, rispettando

il loro spazio e quello dei compagni. Alcuni di loro, quando cominciarono ad essere un po’ stanchi o agitati, indicavano al genitore sulla tabella della comunicazione aumentativa e alternativa, di andare al bagno (per non disturbare gli altri). Avevano cominciato a fidarsi e affidarsi anche a persone “sconosciute”, giocando con gli altri genitori e anche con me. Anche a casa i genitori hanno visto “piccoli” cambiamenti, come ad esempio periodi più lunghi di tranquillità, il miglioramento della relazione con i fratelli, la ricerca del contatto con i genitori (seppur in modo sporadico); un padre ha usato con successo la tecnica appresa per calmare il figlio in iperattività durante un elettroencefalogramma durato circa un’ora, con stupore dei medici e degli addetti ai lavori.

Le operatrici ABA, che lavorano quotidianamente con i bambini, hanno anch’esse evidenziato alcuni cambiamenti, tra i quali maggior rilassamento e più attenzione durante le attività proposte.

IL PROGETTO PROSEGUE

A settembre del 2018, a grande richiesta da parte dei genitori e delle operatrici ABA, è stato riproposto il progetto con due varianti. Sono stati formati due gruppi nuovi (bambini

appena entrati in struttura a giugno) con i quali avevo lavorato con le procedure già collaudate l’anno precedente, mentre con gli altri due gruppi “vecchi” è stato deciso di proseguire con il lavoro che era appena terminato, modificando leggermente la modalità e senza variarne l’obiettivo.

Il lavoro è stato inizialmente sempre lo stesso, con il genitore che trattava il proprio figlio, ma facendo scegliere al bambino (sulla tabella della comunicazione aumentativa e alternativa) la parte del corpo che voleva farsi trattare. Proseguendo poi con le sedute, ci si scambiavano i figli e i bambini trattavano altri genitori; in sostanza tutti lavoravano con tutti – me compreso –, sempre nel rispetto degli spazi e dei compagni.

Per il primo gruppo si sono ottenuti i risultati visti nell’anno precedente, mentre per il secondo, si è notato che i bambini avevano acquisito una maggior conoscenza/coscienza del proprio corpo, avevano gradito e, in seguito, richiesto di essere premuti da altri, avevano imparato e/o consolidato il rispetto dell’altro (ad eccezione di qualche sporadica manifestazione di gelosia da parte di un paio di bambini nel vedere il proprio genitore trattato da un altro soggetto).

Ringraziamenti

Questo progetto è stato reso possibile grazie alla Fondazione Danelli che ha sostenuto da subito questa nostra idea e dalla Fondazione Bambini delle Fate (ideata e promossa da Franco e Andrea Antonello) che si occupa di attivare e finanziare progetti di inclusione sociale per bimbi e ragazzi affetti da disturbi dello spettro autistico e che ha sponsorizzato in parte questo progetto.



CHI È L'AUTORE

Roberto Pandini è operatore Shiatsu dal 2001 certificato CMT (Centro Medicina Tradizionale di Milano) e insegnante dal 2004. Fondatore, Direttore Didattico ed Insegnante della Scuola di Shiatsu Zampeluci di Lodi ed Insegnante delle Scuole di Shiatsu Associate. Dal 2003 si occupa con lo Shiatsu di disabilità e dal 2008 anche di autismo.
segreteria.zampeluci.lodi@gmail.com