

PSICOTERAPIA E TECNICA METAMORFICA: UN'INTEGRAZIONE POSSIBILE

La Tecnica Metamorfica (T.M. di seguito) è un semplice approccio verso la trasformazione e la realizzazione del proprio potenziale creativo. È stata sviluppata da R. St. John e si è ispirata alla Dottrina delle Corrispondenze di E.Swedenborg. La T.M. consiste in uno sfioramento dei punti riflessi della colonna vertebrale dei piedi, delle mani e della testa. Questi punti (che corrispondono anche a movimento, azione, pensiero) contengono le memorie del periodo della gestazione. Attraverso leggeri tocchi o sfioramenti si liberano energie che sono state bloccate durante la gestazione, sciogliendo gli schemi prenatali e attivando un processo di trasformazione naturale che agisce in tutti gli ambiti dell'esistenza. La T.M. può essere usata da sola o insieme ad altri trattamenti medici e/o psicoterapici.

È fondamentale che l'operatore abbia una buona conoscenza di sé e delle proprie dinamiche, al fine di poter divenire effettivamente uno strumento che permette il libero fluire dell'energia e del processo trasformativo.

Durante il trattamento di T.M.- che ha la durata di circa un'ora - la persona è libera di parlare e/odi rimanere in silenzio e in ascolto del proprio corpo e delle proprie emozioni.

La T.M. può essere utilizzata a integrazione e complemento di un percorso di psicoterapia, ad esempio:

- ⊕ Momento di grande stanchezza psicofisica.
- ⊕ Disturbi e malattie organiche.
- ⊕ Sintomatologia psicosomatica.
- ⊕ Stallo terapeutico e/o difficoltà ad affrontare determinate dinamiche per un eccessivo ricorso all'intellettualizzazione.
- ⊕ Favorire la riparazione di uno scarso contenimento affettivo.
- ⊕ Favorire la percezione del proprio corpo e dei suoi confini.
- ⊕ La T.M. può essere utilizzata con i bambini: trasformando schemi energetici legati al passato si possono modificare problematiche fisiche, emozionali e/o relazionali. I bambini ottengono solitamente risultati soddisfacenti in tempi relativamente brevi. Quando si opera con un minore è importante considerare l'ambiente in cui è inserito che spesso, in maniera involontaria e inconsapevole, ha un ruolo nel mantenere lo *status quo* della situazione. Al fine di favorire un adeguato utilizzo delle energie liberate dal trattamento, è opportuno accompagnare i genitori con un percorso di counseling psicologico che possa migliorare gli

strumenti di lettura della relazione e favorire l'attenzione e la presa di coscienza delle risorse presenti in una determinata situazione.

Poiché si tratta di una metodica molto potente, occorre prestare attenzione ad alcuni aspetti:

- ⌚ Come regola generale, è importante che l'alleanza terapeutica sia solida e che non si stia vivendo un movimento transferale negativo.
- ⌚ Se il terapeuta è dotato di una buona sensibilità e la relazione lo consente, è possibile iniziare un percorso di crescita personale con la T.M., per poi virare verso una metodologia che favorisca una costruttiva presa di consapevolezza del "materiale energetico" che si è attivato.
- ⌚ Analizzare insieme al soggetto la sua disponibilità ad essere toccato in generale, e dal terapeuta nello specifico;
- ⌚ Condividere il senso dell'uso della T.M. in relazione al momento terapeutico.
- ⌚ È importante che il terapeuta ascolti la propria disponibilità e le motivazioni interne al trattamento nei confronti di una determinata persona, al fine di evitare proiezioni proprie sul soggetto e di condizionare la scelta del paziente.

Durante il trattamento la persona può sperimentare sensazioni fisiche ed emozionali diverse, quali: caldo, freddo, pruriti, formicolii, pesantezza, leggerezza, sensazioni di apertura, sonno, immagini oniriche e oniroidi, emersione di ricordi appartenenti a diverse fasi del ciclo di vita, sperimentazione di insight ed una vasta gamma di emozioni che possono sfociare in manifestazioni fisiche quali pianto, sorriso, distensione del viso e di altre parti del corpo, crampi. Nel corso del trattamento è possibile che scompaiano alcuni sintomi fisici, quali mal di denti, febbre, mal di schiena...

Al termine del trattamento, le persone riportano spesso sensazioni di piacere, serenità, benessere, leggerezza, piacevole assenza di pensieri e un senso di rinascita e ritrovata energia.

Bibliografia:

- ⌚ G. Saint-Pierre, *La Tecnica Metamorfica. Il massaggio che trasforma*. Edizioni Mediterranee.
- ⌚ G. Saint-Pierre, *I Principi Universali e la Tecnica Metamorfica. Il massaggio che trasforma*. Edizioni Mediterranee.