



**ISTITUTO  
CRANIOSACRALE  
LA MAREA**

**CORSO DI FORMAZIONE  
PER OPERATORI IN DISCIPLINA CRANIOSACRALE**

**TESI FINALE**

**LA MIA CRANIOSACRALE**

**RESPONSABILE DELLA FORMAZIONE**

**Dr. Roberto Rizzardi**

**CANDIDATO**

**ZENNARO ANTONELLA**

**TRIENNIO DI FORMAZIONE 2010-2012**

## **L'approccio**

Il mio primo approccio con la craniosacrale avvenne diversi anni fa. Mi rivolsi ad un medico omeopata per una consulenza su mio figlio minore Riccardo che all'epoca aveva sette anni e presentava importanti sintomi di irrequietezza, difficoltà scolastiche e di relazione con i coetanei. Successivamente fu diagnosticata come sindrome da iperattività (ADHD) dalla medicina ufficiale, ma all'epoca tutti i medici consultati ( i vari pediatri e psicologi ) non mi erano stati d'aiuto. Un genitore a conoscenza delle mie difficoltà con Riccardo mi indicò questo medico il quale dopo aver visto mio figlio, consigliò un periodo di trattamento da parte di un operatore craniosacrale, senza però darmi nessuna spiegazione su tale tecnica, disse solo che gli avrebbe fatto molto bene.

Quando lo portai da questa persona, fin dalla prima volta, mi chiesi : "chissà cosa gli farà?", perché mi sorprendevo molto trovarlo sempre addormentato quando andavo a prenderlo. Riccardo , infatti, aveva sempre avuto moltissima difficoltà con il rilassamento ed il sonno e per questo chiesi incuriosita all'operatore di conoscere "il sistema" per farlo rilassare senza ottenere da quest'ultimo però nessuna risposta che mi potesse tranquillizzare e far capire meglio.

L'operatore inoltre non mi permetteva di assistere alla seduta e mi dava un certo disagio lasciare mio figlio, allora molto piccolo, da solo con uno sconosciuto senza sapere cosa gli avveniva.

Queste due situazioni furono da me valutate molto negativamente e mi indussero ad interrompere il trattamento.

Alla luce delle conoscenze successive sulla "craniosacrale", rimpiango questa mia decisione che ora so avrebbe aiutato mio figlio dandogli dei benefici momenti di rilassamento nella condizione di tensione quasi permanente in cui si trovava. Il comportamento reticente e oscuro dell'operatore purtroppo fu

determinante nel farmi prendere quella decisione e ad allontanarmi da questa pratica per me sconosciuta. Questa esperienza mi lasciò inoltre per molto tempo alquanto scettica sulle potenzialità dei trattamenti olistici in generale considerandone i praticanti molto poco credibili.

Questo episodio mi ha insegnato, oggi che IO stessa mi accingo a diventare un operatore craniosacrale, che la conoscenza e la chiarezza nel rispondere a tutte le domande, curiosità e perplessità dipana immediatamente la ragionevole diffidenza delle persone che si avvicinano a questa pratica, rendendole molto più disponibili e recettive nei confronti del benefico trattamento che riceveranno, permettendo che si instauri, inoltre, un positivo clima di fiducia nei confronti dell'operatore.

Il mio interesse sulla craniosacrale si risvegliò quando casualmente incrociai un operatore di questa disciplina che collaborava con un'associazione che aiuta i bambini con problemi di rendimento scolastico, dove portavo mio figlio Riccardo.

A differenza delle altre figure mediche consultate, gli operatori di questa associazione

sono stati in grado di darmi delle alternative alle terapie farmacologiche e di iniziare così un percorso a cui partecipava tutta la famiglia, con colloqui sia individuali che collettivi.

Questo operatore di craniosacrale essendo una persona molto aperta e disponibile mi mise subito a mio agio facendomi cambiare opinione sull'argomento tanto che feci trattare anche l'altro figlio più grande e soprattutto me stessa. Infatti, dopo una fase iniziale di sospetto, rimossa dalla percezione del beneficio fisico della pratica, cominciai un percorso di trattamenti , in vista di un imminente delicato intervento chirurgico che dovevo affrontare.

L'operazione e la successiva convalescenza non ebbero nessun tipo di conseguenza negativa ed io mi sentivo sempre in piene forze, nonostante il periodo molto difficile ed impegnativo che stavo vivendo. Da allora continuai a farmi trattare con la craniosacrale con regolarità, percependo un progressivo benessere fisico e mentale.

Quando lo stesso operatore un giorno mi propose una cosa per me impensabile, rimasi senza parole: diventare a mia volta operatore craniosacrale.

Fu una grande emozione : ero molto tentata e dovevo decidere in pochi giorni se intraprendere un percorso di studio lungo e impegnativo, mai affrontato nella mia vita. Avevo concluso la scuola molto presto, contro la mia volontà e ora, all'età di 50 anni, mi ritrovavo a provare tutte le paure e le ansie di non essere all'altezza di questo obiettivo. I dubbi mi tolsero anche il sonno ma alla fine decisi di mettermi alla prova e mi iscrissi iniziando così questa fantastica esperienza.

Ricordo l'emozione del primo giorno di corso, seduta in cerchio tra altri 13 compagni di fronte al docente e gli assistenti; mille paure mi attanagliavano e lasciavano trapelare la mia caratteriale insicurezza : ci saranno interrogazioni ? sarò in grado di comprendere ? di memorizzare ? Retaggi di una timidezza adolescenziale che aveva condizionato la mia esperienza scolastica fino al punto di rinunciarvi.

Mentre ci presentammo la mia mente fantasticò sulle qualità e le posizioni sociali dei miei compagni, continuavo a intimorirmi immotivatamente. Mi resi infatti successivamente conto della fortuna di aver incontrato questo gruppo di persone sensibili e disponibili anche all'ascolto delle mie non poche paturnie ed esperienze negative.

Le paure si trasformarono velocemente in entusiasmo e consapevolezza di aver intrapreso finalmente un percorso personale e professionale che sentivo

pienamente appagante e mio, facendomi recuperare autostima e un equilibrio smarrito, o mai posseduto.

## **Prime esperienze di tocco**

Dei primi giorni ricordo la curiosità e l'impazienza nell'avvicinarmi al momento di effettuare il primo tocco guidato su una persona e la successiva immediata delusione di non avvertire nulla che è arrivata a diventare col passare del tempo quasi un'ossessionante frustrazione. Poi, all'improvviso, la folgorazione : una eccitante scarica nell'avvertire un movimento sulle mie mani, eccomi a sentire la fascia ondeggiare sotto le mie dita riuscendo a percepirne il lento scorrimento. Riuscivo finalmente a capire il senso delle nozioni teoriche acquisite durante il corso, trasformandole in una entusiasmante consapevolezza della vita che scorre sotto la nostra pelle.

## **Il contatto con il corpo di altri**

Le emozioni successive sul contatto fisico furono però contrastanti : da una parte provavo il disagio di toccare il corpo di un'altra persona e il timore di poter provocare un danno su di essa a fronte dell'inesperienza dei primi trattamenti, dall'altra avevo il desiderio di essere utile e la consapevolezza della capacità di essere d'aiuto, instaurando anche un rapporto di fiducia e confidenza reciproca.

## **I problemi di percepire il movimento delle fasce**

Ho avuto molta difficoltà inizialmente a percepire la fascia , appoggiare le mani su una persona e non sentire nulla. Ricordo lo sforzo nell'adottare mille strategie per riuscire a liberare la mente dal pensiero fisso di "dover" percepire a tutti i costi.

Gli inutili e demoralizzanti tentativi di pensare a qualcos'altro, convinta che la concentrazione e la volontà avrebbero aiutato le mie mani a sentire. Solo con il passare del tempo, provando ripetutamente su amici e parenti che gentilmente si prestavano, ho capito che non avevo bisogno di una strategia particolare ma solo di tanta pratica. L'esperienza è stata per me la chiave di volta, seduta dopo seduta mi accorgevo con entusiasmo di sentire sempre più con le mie mani questo mondo interiore che non conoscevo prima.

## **Le difficoltà ad affrontare la barriera**

Una volta riuscita ad ascoltare il sistema fasciale e le ossa e quindi aver capito come funziona, mi sono ritrovata con un'altra grande difficoltà: indurre la barriera.

Questa operazione non mi riuscì prima del completamento del terzo modulo. Non capivo come eseguirla nonostante i ripetuti ripassi sull'argomento. Forse a causa del riaffiorare della mia insicurezza che mi impediva di impormi sul sistema. Ma anche in questo frangente ancora una volta la pratica favorì il superamento dell'ostacolo insegnandomi ad essere ferma e decisa, ma nello stesso tempo paziente e delicata. Ora vado in barriera con molta facilità senza paura e sono certa che viene percepita dal cliente come benessere.

Ed eccomi qui oggi, oramai quasi giunta alla fine, con ancora le mie difficoltà, ma pienamente decisa a concludere questo percorso, che mi ha dato la possibilità di apprendere molte cose interessanti sul corpo umano e di capire cosa succede quando metto le mani su una persona, insegnandomi a trattare le sue parti attraverso questo "misterioso" organo chiamato fascia.

Ho imparato, anche grazie ai geniali suggerimenti scoperti sui libri di Upledger, a rivolgermi al "medico interiore" di ognuno di noi chiedendogli di aiutarmi, chiedendo di poter sentire quello che le mie mani non riescono a percepire. Ho provato la soddisfazione nel riconoscere la risposta del corpo

nell'allineamento delle ossa, nella distensione del sacro che si rilassa, nella fascia che scorre fluida e armoniosa. Mi si è rivelato lo "still point", che arriva a richiesta, questo magnifico momento di pace, dove tutto tace, tutto si ferma, per poi ripartire lentamente a significare che qualcosa si è sistemato, che la persona si è profondamente rilassata: che tutto va.

La sensazione che percepisco, ogni volta che tratto una persona, è bellissima ho l'impressione che tutto il sistema, tutto il corpo, lavori per me; sembra volermi evitare fatiche e delusioni; sembra volermi proteggere.

Ora pratico regolarmente per il mio tirocinio ma non è ancora facile descrivere le mie percezioni mentre effettuo un trattamento: tutto intorno a me si annulla, non esiste altra cosa che la persona stesa sul lettino. A volte mi rendo conto che sono talmente concentrata su quello che sto facendo che ogni minimo rumore, ogni minima interferenza mi crea disagio, quasi fastidio. Cerco quindi, mentre tratto, di creare le migliori condizioni per avere un contesto tranquillo e sereno.

## **Impostazione della seduta**

Dopo aver messo a proprio agio la persona sul lettino mi siedo comodamente accanto a lei e faccio dei profondi respiri. Inizio da una posizione quasi mai calcolata prima, ma da dove mi guida l'ispirazione in quel momento. Di solito se non ci sono particolari richieste o problemi da parte del cliente, procedo d'istinto in base a quello che sento e dove le mani mi portano.

Per trovare i miei fulcri utilizzo una sorta di piccolo rituale: chiudo gli occhi e ripasso mentalmente le fasi acquisite al corso. Operazione questa che a volte ripeto durante la seduta se avverto un mio calo di attenzione causati da stanchezza o deconcentrazione.

Ho capito dopo qualche tempo l'importanza dei fulcri, che avevo inizialmente sottovalutato, necessari per potermi isolare e creare una situazione adeguata di protezione e benessere.

## **La qualità del tocco**

Rispetto alle prime esperienze un sostanziale miglioramento è avvenuto anche nel tocco. Inizialmente insicuro ed incerto, assoggettato al timore di essere troppo invasivo, è divenuto col tempo sempre più deciso e sereno acquisendo la giusta sensibilità, necessaria per tranquillizzare il cliente infondendogli sicurezza e conforto.

## **Il racconto dei sintomi**

Ogni volta che incontro un nuovo cliente preferisco avere il minor numero di informazioni sul suo stato di salute, scoprendolo personalmente durante il trattamento. Cerco di usare le mani come uno scanner alla ricerca di ogni minima indicazione che possa far pensare ad una disfunzione.

Ascolto il ritmo delle ossa del cranio, delle caviglie, delle iliache valutandone l'ampiezza, la simmetria e la forza. Analizzo la fascia alla ricerca di tracce di traumi o cicatrici.

Solo quando il trattamento è terminato eseguo un piccolo colloquio con il cliente riportandogli la valutazione appena eseguita e trovando quasi sempre riscontro con quello che mi riferisce. Nei successivi incontri invece lavoro in modo più mirato sui sintomi individuati o riferiti .

## **Il cranio, l'ultimo tabù**

Trattare le ossa del cranio per me non è stato facile; forse perché fin da piccola mi è stato ripetuto che questa parte del corpo è la più delicata e pericolosa.



Anche lo studio sull'anatomia delle ossa del cranio risulta particolarmente impegnativa ciononostante l'argomento mi affascina e stimola la mia attenzione.

Ora che la craniosacrale impone la necessità di trattare anche questa parte anatomica, trovo molta soddisfazione quando mi viene riportato dal cliente la sua sensazione di sentirsi la testa più leggera e "svuotata dai mille pensieri", specie in presenza di dolori.

In questo ultimo periodo, durante la seduta, dedico sempre più tempo alle ossa del cranio, in virtù delle conoscenze acquisite su questa parte del corpo .

## **Trattare gli altri fa bene anche a me**

Trattamento dopo trattamento la tecnica craniosacrale ha migliorato tutto il mio essere e anche il mio stato di salute generale, come non ricordavo da molto tempo attenuando molti miei problemi. Non soffro più di attacchi di panico e ansia che erano oramai dichiarati cronici, l'asma che mi torturava togliendomi il respiro fin dalla nascita facendomi vivere nel terrore di soffocare si è attenuata fino a dimenticarmela. Sembro quasi essermi rappacificata con la vita senza più paure e fobie e affronto tutte le situazioni con più determinazione e tranquillità.

## **Questa esperienza mi aiuta con i clienti**

Questa mia esperienza personale mi ha permesso di comprendere meglio le situazioni di altre persone. Fino ad oggi si sono rivolte a me, per i miei trattamenti, quasi tutte donne che hanno problemi molto simili a quelli che avevo io, con cui riesco ad identificarmi. Capisco il loro stato d'animo, comprendo il loro malessere e ascolto con pazienza riuscendo comunque a tenermi sufficientemente distaccata per rimanere obbiettiva e serena nelle valutazioni. Sono fortemente convinta dell'efficacia del trattamento

craniosacrale su queste persone e quindi dedico loro un'ora di massimo rilassamento rispettandole senza giudicarle. Mi sento però anche in grado di consigliare alcune piccole strategie, da me precedentemente collaudate, per cercare di uscire dalla loro opprimente quotidianità come il "pensiero positivo" dopo aver letto parecchi libri sull'argomento trovandolo molto utile.

Molte di queste persone sono state indirizzate a me da conoscenti che hanno già sperimentato il trattamento traendone giovamento. Donne a cui è cambiata un po' la vita, forse perché è cambiato il modo in cui affrontano una intensa giornata piena di impegni, sentendosi più energiche ed ottimiste. Dico loro che il merito principale sta nella ritrovata voglia di star bene e nella riattivazione del processo di auto guarigione che ognuno ha dentro di sé e inibito per un particolare intenso periodo della propria vita. L'operatore ha il merito, attraverso il trattamento craniosacrale, di risvegliare ed accelerare questo processo.

Durante l'ultimo anno è avvenuta per me la nascita di un nuovo futuro, di nuove speranze ed esperienze, ma soprattutto la voglia di sperimentarmi e di essere d'aiuto ad altre persone in cerca di un appoggio sia morale che fisico, facendomi capire che questa è la strada che mi piace, mi soddisfa e mi gratifica.

La conferma alla mia predisposizione nell'approcciarmi e stare a contatto con le persone è venuta anche dalla mia prima esperienza da sola con un cliente. Le sue aspettative sulla mia capacità e sul risultato del trattamento, mi aveva creato una forte emozione e timore. Però la consapevolezza, che durante questo periodo di corso avevo fatto un buon lavoro, mi ha dato la fiducia e la fermezza per affrontare il debutto con più sicurezza. Tuttora, mi stupisce con soddisfazione verificare che le mie spiegazioni sulla craniosacrale sono comprese dai miei interlocutori, pur non conoscendo ancora molti particolari. Mi da molta gioia, trasmettere qualcosa agli altri; mi sto impegnando al

massimo affinché la craniosacrale diventi il mio prossimo lavoro : ho affittato uno studio presso un centro polifunzionale, ho aperto con timore una partita iva (che non pensavo mai di poter fare), sto cercando in tutti i modi legali e leali di farmi conoscere sia privatamente che presso altri centri con una discreta risposta. Consapevole che ci vorrà del tempo prima che questo sogno si avveri sono entusiasta in quanto la mia voglia di conoscere si è appena attivata, studiando il più possibile il materiale che l'insegnante mi passa alle lezioni, partecipando a tutti gli eventi, cercando di imparare e capire il più possibile con estrema umiltà e passione convinta che tutto ciò che nasce dal cuore viene prima o poi ripagato.

In questo momento sono molto soddisfatta del percorso personale sin qui compiuto e grata al mio insegnante per la sua capacità di esprimere con semplicità, a volte in modo bizzarro, argomenti per me nuovi e ostici dando conforto e motivazione nei momenti di difficoltà.

Un ringraziamento anche ai vari tutor che hanno collaborato con l'insegnante, per il loro sostegno ed esperienza, facendo in modo che le ore di lezione trascorressero serene e a tutti i miei compagni di corso divenuti amici.

Un grazie alla craniosacrale che mi ha dato nuove speranze e prospettive per la mia vita, spero di avere anche in futuro la forza, il tempo e le risorse necessarie per proseguire nel cammino della conoscenza.

## **Pratica**

### **Giacomo marzo 2011**

E' un ragazzo di 15 anni cerebroleso in sedia a rotelle dalla nascita : la mamma lo prende in braccio per trasportarlo da una stanza all'altra. Fino a qualche tempo fa pronunciava qualche parola e sorrideva mentre ora emette solo dei suoni; secondo la madre a causa dei farmaci che sta prendendo per i frequenti attacchi epilettici, che gli inibirebbero ogni stimolo facendolo dormire quasi tutto il giorno.

Mi hanno contattata per capire se la craniosacrale avrebbe potuto aiutarlo a ridurre le sue frequenti crisi epilettiche.

Ho accettato questa esperienza volentieri senza grosse aspettative iniziando a vedere Giacomo una volta alla settimana a casa sua. Ad ogni seduta ho trattato principalmente la fascia, mentre il cranio l'ho solo ascoltato, ho lavorato sui diaframmi, su ingresso toracico e caviglie. Giacomo all'inizio mi guardava con i suoi occhioni neri, stupito di vedere un viso nuovo emetteva dei suoni che la madre interpretava di lamento. Rimanevo sola con lui per circa mezz'ora ad incontro ed in quel lasso di tempo oltre che avvicinarmi con le mani, gli parlavo sorridendo e ad un certo punto il lamento cessava.

Col passare del tempo Giacomo nel vedermi non emetteva i soliti lamenti iniziali ma una sorta di quello che io credo fosse un sorriso dandomi una gran gioia.

Durante il periodo di circa un mese e mezzo in cui ho trattato Giacomo la madre aveva notato un calo nell'intensità delle crisi epilettiche fino a segnalarmene una in cui non aveva avuto bisogno di intervenire in alcun modo essendosi risolta spontaneamente nel giro di pochi minuti.

### **Francesco marzo 2011**

E' un bambino di 8 anni anche lui cerebroleso amico di Giacomo con crisi epilettiche importanti. Francesco è molto attivo e vivace infatti non sta mai

fermo e zitto; riesce a fare qualche passo sostenuto dalla madre altrimenti è in sedia a rotelle.

La prima volta che ci siamo visti non sono riuscita a distenderlo sul lettino : sembrava un serpente che ti prende come per abbracciarti senza però dosare la forza, arrivando quindi anche a far male. Dopo cinque minuti ero tutta sudata e allarmata dal fatto che potesse cadere, per cui ho rinunciato.

Ho trattato Francesco più o meno lo stesso periodo di Giacomo andando a casa sua settimanalmente e ad ogni seduta la sua iperattività diminuiva sempre di più. Ho trattato i diaframmi , il sacro, le caviglie e ascoltato il cranio.

Ad ogni seduta i minuti che il bambino era in grado di stare disteso ma soprattutto fermo aumentavano notevolmente fino ad arrivare a quaranta. Gli parlavo con voce molto calma e pacata dicendogli quanto era bravo e gli canticchiavo la sua canzone preferita (AIDI) che divenne la prima cosa che chiedeva ogni volta che ci vedevamo. Anche Francesco ha avuto dei miglioramenti riguardo la crisi epilettiche, la mamma ha riferito che erano divenute meno intense.

### **Sylla M. ottobre 2011**

La signora venne da me perché stava vivendo un brutto periodo, fatto di stress fisico e mentale. Era scontenta di come le andavano le cose in generale : lavoro, casa, etc.

Iniziai a trattarla regolarmente una volta a settimana per 10 sedute e già a metà percorso mi riferì che il suo stato d'animo e fisico era migliorato, affrontava la giornata di lavoro con più forza e serenità sentendosi meno stanca. Si irritava inoltre molto meno di prima.

Un giorno finito il trattamento mi comunicò una cosa che nemmeno sapevo avesse, in quanto lei non l'aveva ritenuta una informazione importante per la craniosacrale. Alla mattina, come sua abitudine oramai da qualche tempo,

dava un occhio al suo seno, in quanto pieno di cisti grosse come noci. Le controllava personalmente con regolarità per verificare che non subissero variazioni nelle dimensioni, oltre che farsi visitare periodicamente dal medico. Queste cisti erano per lei non solo fonte di preoccupazione ma anche di fastidio fisico in quanto non poteva urtare nulla (né persone o cose) con il seno senza percepire un intenso dolore. Era accaduto che i trattamenti fatti avevano ridotto le dimensioni di queste cisti da noci alla grandezza di piccole arachidi, citando il paragone da lei stessa usato. Ho continuato a vederla anche dopo la fine del ciclo di sedute con regolarità ogni 15 giorni. Sylla riferisce di sentirsi molto meglio : il suo organismo ha beneficiato dei trattamenti .

Ho trattato la signora principalmente sul sacro, sulla fascia in generale, sulle ossa craniche con il fascial-glide. Ho notato che rispetto ai primi trattamenti in cui il ritmo craniosacrale era piuttosto debole e poco ampio con il tempo questi parametri erano notevolmente cambiati divenendo più forti e più ampi, fino ad arrivare a 12 cicli al minuto. Dopo tre mesi sono andata a vedere la signora ogni 20/25 giorni per tre sedute poi ci siamo lasciate con l'impegno di risentirci in caso di bisogno.

### **R. Rosanna marzo 2012**

Un giorno mi chiama la signora Rosanna la quale vuole provare questo trattamento. Mi dice fin da subito che è molto scettica su alcune discipline ma anche molto curiosa e quindi decisa a scoprire cosa può fare per lei il trattamento craniosacrale soffrendo di tachicardia e pressione alta e avendo subito qualche anno fa un'operazione al cuore.

Il medico curante le ha consigliato di rilassarsi dato che è molto ansiosa.

Vive da sola e dice di sentire questo come un peso; frequenta poco le persone; se ne sta spesso a casa magari a leggere un libro; non fa nessun tipo di attività fisica nemmeno qualche passeggiata in quanto è molto pigra.

Come tante persone sole anche questa signora ha la necessità di ricevere delle attenzioni, infatti dopo la seduta spesso si ferma per fare due parole. Così, seduta dopo seduta, ad un certo punto mi riferisce che qualcosa in lei sta cambiando: ha la sensazione di parlare con meno frenesia, meno ansia e che anche la sua giornata tipo è meno caotica. Anche di fronte all' evidenza di questi cambiamenti mantiene il suo scetticismo sulla possibilità che dei lievi movimenti sul corpo possano dare questo beneficio. Ma la conferma definitiva avviene quando al controllo periodico con il cardiologo viene certificato il miglioramento dello stato di salute sia del cuore che della pressione.

Rilassandosi e calmandosi i battiti del cuore si erano regolati ed i parametri pressori erano rientrati nella norma. Così la signora Rosanna ha iniziato a parlare di questo trattamento con entusiasmo ed in modo positivo.

Terminato il ciclo di sedute è partita per il mare dicendo che ogni tanto mi verrà a trovare per rinfrescare lo stato di benessere.

## **Conclusione**

Questi tre anni sono passati molto in fretta. Trovo strano che tempo fa non vedessi l'ora di raggiungere la fine del percorso invece ora che sono quasi al traguardo (mentre sto scrivendo queste ultime righe mancano solamente 30 giorni) provo un senso di vuoto, di smarrimento e mi chiedo cosa succederà dopo.

In questo ultimo periodo parliamo spesso al corso con l'insegnante sul "chi siamo", "cosa faremo" e quali obiettivi vogliamo raggiungere.

Non è facile per me immaginare un cammino da operatore craniosacrale da sola. Il pensiero di una auspicabile collaborazione con qualche figura medica provoca su di me una certa timidezza, quasi paura.

Sono consapevole che per continuare questo percorso con le mie sole forze ho bisogno di tutta la mia determinazione. La scuola è stata per me in questo periodo uno stimolo forte per proseguire nel percorso di formazione e tirocinio. Quindi è proprio su questo che mi interrogo spesso : sarò in grado di trovare altrettante motivazioni da sola? Questo diventerà veramente la mia professione?

Sono consapevole che queste domande nascono dalla mia innata incertezza e paura di non essere all'altezza nell'affrontare questa nuova realtà a cui mi sto avvicinando. Sono però ugualmente convinta che se sono arrivata fino a questo punto significa che in me esiste un particolare istinto che mi dà la voglia e la forza di continuare. Dico "istinto" in quanto ho finalmente realizzato con certezza che questo tipo di contatto con le persone era quello che avevo sempre cercato e rincorso fin da bambina.

## **Ringraziamenti**

Sento il bisogno di ringraziare alcune persone a me care : primo fra tutti mio marito che da prima molto scettico e restio, in quanto conscio che questo mio



percorso gli avrebbe reso la vita un po' più complicata, è ora il mio primo sostenitore pronto a confortarmi nei momenti più difficili.

Un'altra persona molto importante che è stata vicina a me e alla mia famiglia è mia suocera la quale con la sua eterna disponibilità ha accudito sia i miei figli che la mia casa durante i giorni di assenza per il corso.

Un grazie anche ai miei figli Davide e Riccardo che hanno dimostrato tutto l'orgoglio nel vedere che la loro mamma pur con molta fatica è arrivata alla fine di un importante percorso personale.

Infine mi sento obbligata a rinnovare i ringraziamenti a tutte quelle fantastiche persone che in questo periodo hanno contribuito a rendere ogni giorno trascorso a scuola piacevole e sereno :

Roberto Rizzardi, docente responsabile formazione

Ludovica Bellina, docente medico chirurgo

Umberto Bidinotto, docente PNL

Antonietta Sartori, tutor