



Taktil Massage

Taktipro är en erkänd metod som används inom rehabilitering, omvårdnad och friskvård. Det är en mjuk omslutande beröring som med varsamma styrkningar aktiverar beröringsreceptorerna, anpassat efter varje individ. Händerna är arbetsredskapet. Med lugn rytm följer rörelserna varandra så att det parasympatiska nervsystemet aktiveras - motpolen till adrenalinpåslag och stress.

Kroppen är "inboad". Det stärker kroppsuppfattningen och ger skydd, trygghet och värme. Etik och bemötande är viktiga delar av metoden. Effekter som vi ofta ser är avslappning, bättre sömn, förbättrad mag-tarmfunktion, stärkt kroppsuppfattning, ökad självkänsla, mindre stress, lindring av smärta, mindre oro och ångest och tänd livsgnista. Allt utgår från tre fundament:

LYHÖRD

Koncentrerad och medvetet närvarande till både kropp och själ för att uppfatta det subtila kroppsspråket så att mottagaren aktiverar det para-sympatiska nervsystemet för lugn och ro och återhämtning.

FYSISK

Ger kroppen bekräftelse för trygghet och samspel. En icke-verbal kommunikation som aktiverar det para-sympatiska nervsystemet för lugn och ro och återhämtning.

PROFESSIONELL

Ger ett reflekterande förhållningssätt och medvetandegör reaktioner på närhet och möjliggör samspel, att i varje situation se till hela människan. Metoden grundas på forskning och beprövad erfarenhet.