

PROGETTO

MUSICOTERAPIA: “L’arte di comunicare”

Il progetto è stato realizzato nel corso del secondo quadrimestre (febbraio - giugno), ha coinvolto 6 alunni diversamente abili di 4 scuole del nostro Istituto Comprensivo (scuola dell’infanzia di Lesina, scuola primaria di Lesina e Poggio Imperiale, scuola secondaria di 1^ grado di Lesina).

Il progetto, iniziato il 17 febbraio, si è concluso il 03 giugno.

Il percorso si è strutturato attraverso sedute individuali e laboratori di integrazione con la classe (una seduta di integrazione con il gruppo classe ogni tre sedute individuali circa).

Questo progetto ha rappresentato per gli alunni una crescita, intesa come scoperta della propria individualità, attraverso il canto, la musica e il movimento, alla presenza degli altri.

Nonostante le gravi problematiche sul versante psicomotorio e dei diversi canali della comunicazione, il laboratorio ha costituito una valida opportunità educativa mirata a migliorare le potenzialità individuali.

La musicoterapia costituisce una opportunità di integrazione reale per chi sente ma rifiuta il contatto verbale, la musica riesce a prendere il posto della parola e permette di uscire, in qualche modo, dall’isolamento. Il dialogo sonoro è alla base della costruzione di una efficace relazione empatica tra musicoterapista e fruitore.

Ogni seduta ha rappresentato un momento di crescita graduale, sia per ciò che riguarda l’ascolto e la partecipazione emotiva al suono e alla musica, sia per ciò che attiene all’affettività e alla partecipazione sociale al gruppo.

Dopo una attenta anamnesi personale e musicale di ognuno dei disabili coinvolti nel progetto, sono stati individuati gli obiettivi generali ed individuali in merito alle abilità da stimolare ed attivare e sono state stabilite le strategie più efficaci da utilizzare.

Sicuramente è emersa la necessità di porre subito l’attenzione su un aspetto che accomuna tutti i fruitori del progetto: migliorarne la qualità della vita.

All’inizio sono emerse non poche difficoltà di adattamento alle nuove attività e alle richieste da parte del musicoterapista: l’ascolto e la partecipazione attiva. Alcuni dei fruitori, manifestavano un atteggiamento completamente oppositivo, alle attività.

Tuttavia, tutti gli allievi hanno mostrato lenti ma progressivi miglioramenti nel corso delle sedute arrivando a partecipare, alla maggior parte degli esercizi proposti con maggior coinvolgimento, mostrando uno stato di benessere e serenità nel rapporto con il terapeuta.

La musicoterapia è stata utilizzata mirando a questi obiettivi generali :

- **Socializzazione ed integrazione:** la musica come mezzo di facilitazione della comunicazione; che consente l'integrazione del gruppo, la partecipazione e lo stabilirsi di legami, che rinforza l'identità del singolo, fa emergere sentimenti positivi.
- **Aiuto alla memoria:** la musica per far rivivere momenti del passato, rendere presenti situazioni o periodi della vita, aiutare a ristrutturare la nozione del tempo; attraverso l'uso delle canzoni e delle musiche accettate e riconosciute stimolare i ricordi e le associazioni.
- **Apprendimento:** la musica per facilitare l'apprendimento di nuove competenze ed aiutare a compensare quelle menomate, riattivare abilità perdute o latenti in seguito a malattie o traumi.
- **Sostegno e rinforzo psicologico:** la musica per dare sollievo alle proprie ansie e consentire di spostare l'attenzione su se stesso e sui suoi disturbi, allontanando pensieri negativi e atteggiamenti di compassione.
- **Movimento e rilassamento:** la musica per aiutare il raggiungimento del rilassamento, ma anche per stimolare e motivare al movimento.
- **Liberazione di emozioni :** la musica come strumento che aiuta a liberarsi delle emozioni anche quelle più inconsapevoli.
- **Ricreazione:** fonte di benessere, di gioia e di divertimento spontaneo, la musica per dare un piacere momentaneo senza alcun sforzo di apprendimento e senza preparazione.

La linea di condotta adottata, ha guardato in ogni caso ad ottenere un cambiamento o comunque un effetto sul fruitore. La musica è stata l'agente o meglio il catalizzatore dell'esperienza musicale usata sia in modo attivo che ricettivo. Attivo perché la musica è stata il solo mezzo di comunicazione tra il terapeuta ed il fruitore. In questo caso l'allievo ha eseguito, improvvisato e creato musica sia da solo che con altri provocando così direttamente dei cambiamenti e dei benefici terapeutici.

Ricettivo, perché il cambiamento, è stato provocato dal solo ascolto della musica dal vivo o registrata.

Musicoterapia attiva come strategia per i seguenti obiettivi specifici:

- **Attivare e sviluppare le capacità di base:** attenzione, concentrazione, percezione, memorizzazione, osservazione, analisi e sintesi, discriminazione fonetica e non, comprensione del simbolo e della struttura apprendimenti essenziali logico matematici.
- **Aiutare lo sviluppo psicomotorio:** l'accettazione positiva del proprio corpo, lo schema corporeo, il coordinamento globale, la manualità grossolana e fine, la dominanza.

- **Favorire la creatività:** offrire nuovi stimoli, abituare alla combinazione di elementi semplici, dare occasione per superare il rapporto tra impulso, intuito e disciplina creativa.
- **Migliorare la socializzazione:** intesa non solo come star bene in una determinata situazione e in un momento particolare ma come esperienza positiva per far acquisire capacità di adattamento tali da poter vivere meglio in altre situazioni. In particolar accrescere il gusto di vivere in gruppo, abituare a creare, verificare, accettare le regole, collaborare e partecipare ad un progetto con assunzione di responsabilità, riconoscere le proprie capacità ed i propri limiti, accrescere l'autostima.
- **Favorire l'accettazione della diversità come valore (per il gruppo classe):** aiutare il prossimo, lavorare in equipe, imparare a condividere emozioni e riflessioni.



Musicoterapica ricettiva come strategia per i seguenti obiettivi specifici:

- **Indurre effetti regressivi e l'apertura di canali di comunicazione** che danno accesso alla dinamica psichica
- **Rieducazione emozionale** (paure, inibizioni..)

- *Attenuazione dell'aggressività*
- *Recupero dei ritmi biologici* attraverso l'acquisizione di una maggiore consapevolezza del proprio corpo
- *Recupero della relazione positiva* nell'ambiente circostante
- *Rilassamento e distensione*

Le sedute di musicoterapia sono state svolte individualmente e con il gruppo classe, utilizzando esercizi e giochi ritmici svolti mediante l'utilizzo dello strumentario Orff, del corpo e della voce. Canzoncine, filastrocche e sequenze ritmiche sono diventate mezzo terapeutico per stimolare: abilità psico-motorie, relazioni con il prossimo, concentrazione, attenzione, memoria, creatività ed autostima.

Sono state proposti all'ascolto, brani musicali, per stimolare la creatività e l'immaginazione in modo guidato. Gli stessi brani sono diventati colonne sonore di storie fantastiche nate dalle osservazioni fatte sulle caratteristiche stesse del brano, degli strumenti musicali prevalenti in essi e dalle dinamiche. Le stesse storie sono state drammatizzate utilizzando semplici coreografie nelle sedute con il gruppo classe.



Un importante attività di grafizzazione del progetto è stato realizzato con la collaborazione del docente di sostegno nella classe 3^a B della scuola primaria di Lesina, al termine del quale è stato realizzato un lavoro su cartoncino che evidenzia tutte le attività svolte durante

il laboratorio con il gruppo classe, dal quale è emerso il grande impatto del progetto sui bambini e che evidenzia l'accettazione e l'integrazione dell'alunno disabile della classe in oggetto. I compagni di classe sanno riconoscere i momenti di crisi del bambino e hanno imparato ad ottimizzare quelli positivi in cui il loro compagno ha partecipato alle attività, gratificandolo e coinvolgendolo attivamente.



Quest'ultimo aspetto si è potuto verificare nella maggior parte dei gruppi classe, nonostante, questi quattro mesi di attività, sono sicuramente insufficienti per raggiungere totalmente gli obiettivi prefissati. E' stato comunque possibile constatare con grande soddisfazione che la maggior parte dei fruitori ha migliorato notevolmente la capacità di eseguire gli esercizi proposti ed ha vissuto gradualmente in modo molto sempre più positivo la partecipazione alle attività con i compagni di classe.





Un particolare osservazione va fatta sull'impatto del progetto nella scuola secondaria di 1^a grado, dove, l'età degli allievi, e la assoluta mancanza di esperienza in questo ambito negli anni precedenti ha reso più complicato l'approccio alle attività di laboratorio con il gruppo classe, questo, dapprima scettico ed inibito, ha poi manifestato curiosità, apertura ed interesse.

La musica riesce ad arrivare nel profondo e provoca sensazioni attivando processi di cambiamento che richiedono molto tempo e competenza per essere gestiti.

La musicoterapista:

Prof. Luigia Palmieri

Lesina: 06/06/2009