

MUSICOTERAPIA INDIVIDUALE

Così come la musica viene definita l'"Arte dei suoni", la musicoterapia può essere presentata come l'"Arte della comunicazione attraverso i suoni". L'uomo fin dall'antichità ha utilizzato il mezzo sonoro per comunicare, e non solo: la musica accompagnava qualsiasi tipo di attività, dal lavoro nei campi ai riti religiosi. Il canto e la danza sono aspetti che con le varie sfaccettature proprie del corso della storia, hanno sempre rappresentato una parte importantissima per tutte le culture.

E così anche nello sviluppo di ogni singolo essere umano scopriamo che la musica gioca un ruolo fondamentale, fin da quando, nel grembo materno, il bambino non conosce un attimo di silenzio, in quella che Giulia Cremaschi definisce la "Prima Orchestra". Il battito del cuore, il ritmo dei passi della mamma, il suo respiro, la voce, con quel timbro unico e irripetibile, che il piccolo riconoscerà anche tra mille voci: all'inizio della vita l'uomo sperimenta profondamente che cosa è il fenomeno della "Risonanza Corporea". Come la cassa di risonanza di uno strumento musicale, anche noi, infatti, percepiamo i suoni che ci arrivano attraverso il "con-vibrare". Contrariamente a quello che si può pensare, non si ascolta solo con le orecchie, ma con tutto il corpo.

Il musicoterapeuta recupera questo aspetto vitale della musica per aiutare la persona ad andare verso il benessere, a trovare un equilibrio psicofisico ed emotivo. Attraverso la tecnica musicale, l'improvvisazione clinica, il dialogo sonoro, e altri strumenti, il professionista della musicoterapia legge nella persona quella che Edith Stein chiama "Partitura Vivente": il gioco dei suoni, dei ritmi, delle intensità, seguono il movimento, il canto, le emozioni, della persona di cui il musicoterapeuta si prende cura, e si instaura così una relazione profonda, che va al di là delle parole, che accoglie, non giudica, ed aiuta a trovare una via per attraversare le difficoltà, fisiche, psichiche o emotive che siano.

I motivi per cui si può decidere di intraprendere un percorso di musicoterapia individuale sono moltissimi, e non c'è una regola precisa. Qui di seguito si inseriscono alcuni casi in cui la musica può essere utile, anche se il seguente elenco vuole solamente essere una traccia:

autismo infantile, disturbi dello spettro autistico, disturbi pervasivi generalizzati dello sviluppo, disarmonie evolutive; bambini non vedenti; bambini prematuri; disabilità in generale; paralisi cerebrale; problemi di apprendimento; problemi e/o disturbi di linguaggio; sindrome di Down; sindromi varie; sordità.

La seduta di musicoterapia si svolge una volta a settimana, dura un'ora, e, a seconda dell'età e delle problematiche presenti, viene richiesta la presenza di una figura di riferimento (madre, padre, educatore...) che partecipi alla seduta. Questo, in un'ottica sistemica, riguarda l'importanza di creare una "Relazione Circolare" intorno alla persona, e che tutti quelli che di essa si prendono cura lavorino in sinergia per creare le condizioni ottimali verso la crescita e il miglioramento.