

Pentagramma a quadretti

**Utilizzo della musica
nella disabilità intellettiva
Esperienza dell'Associazione Outsider**

A cura di Marco Rizzonato

Introduzione

La scelta di scrivere questa piccola tesina è nata dal desiderio di raccontare l'esperienza vissuta all'interno dell'associazione Outsider che ha visto coinvolti, in diversi anni, utenti con disabilità diverse. L'esperienza nasce dall'idea di allestire un laboratorio di musicoterapia. L'idea nacque grazie a un disabile spastico che un giorno chiese di poter suonare un bonghi. Da quel giorno iniziammo i corsi di musicoterapia. Un giorno ad un disabile intellettivo con problemi comportamentali, di nome Guido, venne chiesto se voleva fare musicoterapia, lui rispose che era interessato alla musica e non alla terapia. Questo ci portò a riflettere su cosa si voleva ottenere da un'esperienza del genere e capimmo che Guido aveva ragione, era la musica nella sua originalità e nella sua creatività che avrebbe generato il cambiamento dentro di lui. Io non sono un musicista terapeuta, ma amo moltissimo la musica, nella mia vita ho suonato il clarinetto, la chitarra e mi piace cantare. La musica, quando riesce ad espandersi dentro di te, ha un effetto liberatorio. Ritengo che per una persona disabile la musica dia la possibilità di uscire da se stessa per trovare un canale d'incontro con l'altro. Un giorno con Luca, il musicista terapeuta con il quale per anni ho collaborato, e ringrazio per l'aiuto concessomi per questo lavoro, abbiamo fatto un esperimento interessante; in sette (noi due più cinque persone disabili intellettive con disturbi comportamentali) abbiamo utilizzato strumenti a percussioni. Ha iniziato a suonare uno di loro con un ritmo inventato in quel momento e gli altri, lentamente e progressivamente, si sono uniti. Ci siamo accorti che senza bisogno di conoscere la musica, il ritmo, il tempo, i suoni si sono armonizzati diventando un ritmo solo. Credo che questa sia la magia della musica perché è imprevedibile e suscita emozioni che ti smuovono dentro.

Nelle prossime pagine presenterò il lavoro che in questi 6 anni abbiamo fatto come associazione Outsider attraverso il laboratorio musicale.

Il Laboratorio è organizzato dall'Associazione Outsider che nasce da un'esperienza di danza terapia con persone sensoriali nel 2003. L'Associazione si costituisce per dare la possibilità alle persone disabili, che hanno vissuto per molti anni all'interno dell'Istituto Cottolengo, di esprimersi attraverso l'arte. Queste persone, pur vivendo in luogo protetto ma pur sempre istituzionalizzato, non avevano potuto esprimere il loro vissuto, le loro problematiche inerenti alla loro condizione di vita; l'Associazione comprende l'importanza dell'arte nelle sue molteplici manifestazioni e come in essa ci fosse l'aspetto catartico per liberare una situazione di difficile comunicazione. Il laboratorio musicale si inseriva all'interno di questo contesto.

Da sette anni l'Associazione accoglie settimanalmente 180 persone disabili (provenienti dalla Piccola Casa della Divina Provvidenza, dai CST, dalle cooperative, fondazioni e privati) in percorsi artistici attraverso laboratori di pittura, danza, fotografia, musica, canto, informatica, teatro, creta, sartoria, maglieria, ecc. La loro nascita è legata all'esigenza dell'utenza.

1. La musicoterapia



Interno del laboratorio orchestrazione

Che cosa significa musicoterapia? Quasi sempre si pensa ad una terapia in cui si utilizza la musica. La musicoterapia agisce, nel suo intervento specifico, sulla sfera emotiva del soggetto, favorendo l'apertura di quei canali comunicativo-relazionali, aiutando il soggetto a vivere una maggiore inclusione in una dimensione intrapersonale e interpersonale. La musicoterapia non viene utilizzata solo nello svantaggio psico - fisico (difficoltà cognitive, sensoriali e umorali) ma anche nella prevenzione per evitare un aggravamento della persona disabile suscitando, a colui che partecipa, movimenti sonori dentro di sé, evitando la situazione di stasi.

La musicoterapia è: "l'arte di armonizzare i silenzi e le pause per permettere la comunicazione". Ascoltare è una funzione che si basa sulla relazione di contrasto tra il silenzio e il suono. Un buon musicoterapeuta è colui che sa ascoltare e maneggiare i silenzi. Il silenzio è la prima espressione del paziente di ascoltarsi e riconoscersi e riconoscere l'altro. Il silenzio gioca un ruolo essenziale nella musicoterapia. Il tema del silenzio lo tratterò più avanti in un apposito capitolo.

2. La teoria utilizzata nel laboratorio (Benezon)

L'ascolto per l'essere umano inizia già nel momento in cui si trova all'interno del grembo materno. In quel silenzio il bambino ascolta la voce della madre, ma da studi fatti, si è appurato che sente anche la musica, i suoni e tutte le voci che arrivano dall'esterno. Egli si trova in questa realtà di movimento e di silenzio come un ritmo fatto di suoni ma anche di pause di silenzio.

Questi sistemi sonori, di movimento e di silenzio, generati a loro volta da tutta la dinamica dei movimenti ed equilibri e squilibri degli altri sistemi di micro-atomi, ricreano il modello originale e primario, il vero prototipo, l'archetipo.

Questo archetipo Jung lo pensò sotto forma di immagini (immagini arcaiche primordiali), di simboli, di suoni; dimenticò che in loro si trovano in primo luogo il suono, la vibrazione il movimento e il silenzio. Anche Freud dimenticò che nell'inconscio della psiche fetale l'elemento primario è costituito dal movimento del suono e delle vibrazioni e del silenzio degli stessi microatomi che costituiscono il substrato fondamentale dell'esistenza.

Questa dimenticanza del suono nelle teorie psicoanalitiche, Benezon la chiama ISO. ISO è formato dalla lettera I che significa: Identità e SO che vuol dire: Sonoro, pertanto ogni qual volta quando si parla di ISO si parlerà di Identità Sonora.

L'ISO (Identità Sonora) si struttura in ogni essere umano seguendo una legge definita e uguale, però la dinamica energetica che si sviluppa è definitivamente diversa tra un essere umano e l'altro.

ISO è il cumulo di energie e il suo processo dinamico formato da suoni, movimenti e silenzi che caratterizzano ogni essere umano e che lo distinguono da un altro. Nell'ambito della musicoterapia serve per aprire canali di comunicazione tra un

paziente e il musicoterapista, è necessario riconoscere gli ISO del paziente e metterli in equilibrio con quelli del musicoterapista.

Dobbiamo supporre che durante millenni, i fenomeni corporeo-sonoro-musicali hanno stimolato in forma ripetitiva e quotidiana l'essere umano. Questi stimoli provocarono percezioni, sensazioni che si andarono annidando dinamicamente nell'inconscio di ogni individuo.

In questo modo si andò formando l'Identità Sonora Universale che caratterizza la razza umana e che è stata tramandata da individuo a individuo fino ai nostri giorni. Sarebbe come un deposito energetico di suono, movimento e silenzio forgiatosi nel corso dei millenni che contiene i modelli originali e primari, i veri prototipi che tutti possediamo e che, nella pratica clinica, osserviamo proprio in quegli esseri umani che la sofferenza psicologica trascina verso la psicosi, l'autismo, la demenza o gli stati di coma.

L'ISO Universale sarebbe formato, tra gli altri, dai seguenti archetipi corporeo-sonoro-musicale:

- 1) Il battito cardiaco con la sua struttura di base del ritmo binario.
- 2) I suoni di inspirazione e espirazione.
- 3) I suoni dell'acqua.
- 4) Il vento
- 5) Il ritmo del camminare, trottare, correre ...

In questo scritto non è mio desiderio fare un trattato che non mi compete riguardo alla teoria di Benezon, ciò che mi interessa è questa teoria dell'ISO che in sintesi è un concetto psico-corporale dove si integra la cultura con la persona. È importante questo perché quando andiamo a lavorare su una persona disabile intellettiva o

anche grave, la corporeità fa da cassa di risonanza e dall'effetto che noi abbiamo possiamo capire l'ISO di ogni singolo essere che accostiamo.



Interno del laboratorio orchestrazione

E' un'identità multisensoriale che non concerne solamente il suono, la musica, il movimento, il silenzio, ma anche i gesti, gli odori, le carnagioni, la temperatura e molti altri ancora sconosciuti che formano parte del contesto non verbale.

E' un albero con infinite radici del quale solo vediamo le foglie. E' una spirale che trascende e va verso l'altro. E' qualcosa all'interno ma che si trova anche fuori e risuona permanentemente. L'ISO può considerarsi come metafora della personalità. A partire dalla nascita si crea il grande spazio vincolare o relazionale tra un individuo e l'altro o gli altri. Questo spazio appartiene al contesto non verbale. Qui è dove si trova l'ISO in interazione che è l'unione di entrambe le spirali¹.

3. Partire dal silenzio

¹ <http://www.centrobenezon.it/ilmodello3.html>. Il sito mette molte più notizie inerenti alla teoria. Il mio scopo non era quello di fare un trattato sulla teoria di Beneson, ma come una introduzione per capire il lavoro che è stato svolto nel laboratorio.



La partenza fondamentale in un laboratorio di musica è quella del far vivere al soggetto in causa la bellezza del silenzio, saper ascoltare quella dimensione in assenza di suoni, capacità di fermarsi in quel istante e poi ripartire. E' la storia di un viaggio che parte dal niente come nella creazione dove non c'era nulla e in modo creativo l'Eterno comincia a realizzare quei suoni che generano la vita. I suoni che escono dal silenzio che pervade l'ambiente dove ci si trova. Saper scandire il tempo fatto di suoni e di silenzio, saper aspettare per trovare il momento giusto di comunicare. Questo aiuta anche in campo psicoanalitico sulla dimensione del silenzio come ascolto dell'altro. Non sovrappormi al suo suono ma ascoltare e rispondere alla sua comunicazione. Le terapie trovano il suo punto di forza nel silenzio, nella dimensione dell'ascolto di se stessi, in quella comunicazione chiamata non verbale, dove il linguaggio analogico si carica di profonde valenze di senso soprattutto grazie al silenzio, quel motore criptato che immobile aziona le fasi delicate dell'osservazione che precede l'empatia senza la quale la parola "terapia" perderebbe ogni valore.

- Il silenzio riporta al periodo dell'assenza, dell'abbandono, dell'assenza dell'altro.
- Il silenzio permette di ascoltare altre cose, soprattutto ascoltare senza lo stimolo.
- Il silenzio forma parte della ferita narcisista, il silenzio mi fa temere che io non esista, o che si potesse pensare che io non esisto.

- Il silenzio mi avvicina alla morte. Il lavoro nel silenzio pone il terapeuta in situazioni di rischio, ma permette di oggettivare molto più chiaramente l'affettività, le emozioni, la condotta, la caratteristica del paziente.
- Il silenzio rappresenta un'apertura alla creatività del paziente.
- Il silenzio provoca l'accettazione dell'altro e della differenziazione tra l'io e il non io che culminerà la posizione depressiva.

Non è facile mantenere una posizione di silenzio di fronte al paziente aspettando una sua comunicazione. Questi aspetti sono anche nella teoria educativa quando bisogna saper aspettare che l'altro comunichi quello che ha dentro di sé. Nel non-verbale, è molto difficile il riconoscimento assoluto dell'altro, in quanto individuo separato (da uno) capace di rispettare la specificità e la caratteristica propria dell'interlocutore. In questa dimensione il silenzio è una piattaforma di partenza per mettersi all'ascolto di ciò che la musica farà vibrare dentro di noi.

4. Obiettivi

Nel progetto ci si è posti diversi obiettivi da raggiungere al fine di migliorare il livello di integrazione fra i partecipanti, quando l'attività è di tipo gruppale. Questi obiettivi hanno il compito di ampliare il grado comunicativo - relazionale al fine di aprire quei canali soffocati all'interno della persona disabile.

- a) estetico: piacere e gratificazione nell'ascolto del suono che viene prodotto in relazione alla propria identità sonora;
- b) Riabilitativo: mobilitazione delle risorse psicofisiche dell'individuo con l'ampliamento delle condotte esplorative;

- c) Psico-motorio: percezione dei propri confini corporei (per ogni partecipante e per il gruppo come entità separata);
- d) Estetico: ampliamento delle capacità espressive;
- e) Rilassamento del tono muscolare;
- f) Psicopedagogico: migliorare la socializzazione, l'interazione offrendo un rinforzo positivo e consentendo l'apertura di maggiori canali comunicativi: espressivi, affettivi, di percezione;
- g) Favorire lo sviluppo delle potenzialità espressive di ciascun individuo attraverso la dimensione ludico-creativa;

5. Il laboratorio orchestrazione



L'apertura di un canale di comunicazione attraverso l'elemento sonoro- musicale in un contesto di gruppo consente di ridurre la distanza relazionale, non solo quella affettivo-emotiva del singolo partecipante al laboratorio, ma anche quella percettiva che consente al gruppo di riconoscersi come un'entità unitaria. Il lavoro nel laboratorio di orchestrazione è stato sia individuale che di tipo gruppale. Il piano operativo adottato per il progetto dell'Associazione Outsider prende spunto dalla metodologia di Benezon sul tema del "risveglio musicale", come spiegato nel capitolo precedente. L'utenza che frequenta il laboratorio è di tipo intellettivo medio grave. Quando abbiamo una situazione particolare, esempio una persona disabile che vive delle difficoltà di relazione, si preferisce fare una prima scelta di

lavoro individuale, prima di inserirlo all'interno di un lavoro gruppale. Vorrei portare un esempio di lavoro che è stato fatto.

Nella compagnia teatrale dell'Associazione avevamo il caso di Giovanni, di anni 55, con disabilità intellettiva e con disturbi comportamentali, dipendenza da alcool e con problematiche di vita affettiva omosessuale non maturata ma frustrata. Giovanni ha vissuto tutta la vita all'interno di una casa del Cottolengo, con una presenza femminile composta da suore e degenti anziane di quella casa: lui era l'unico maschio della struttura. La sua presenza era di supporto per i lavori manuali. L'abbiamo preso in carico nel 2002 per cercare di aiutarlo ad uscire dalla situazione di dipendenza dall'alcool e ad avere un migliore rapporto con se stesso. È entrato a far parte della compagnia teatrale ma immediatamente nasceva un problema legato alla recitazione: nonostante si sforzasse non riusciva ad articolare nessun suono. Abbiamo così compreso che dovevamo lavorare singolarmente con lui e solo in seguito inserirlo a livello gruppale. Il percorso scelto è stato quello di metterlo nella condizione di comunicare con un suono utilizzando il pianoforte.



L'obiettivo era quello di fargli usare la voce attraverso il canto. Il lavoro è durato due anni e alla fine Giovanni è riuscito a superare l'handicap recitando con la compagnia teatrale davanti al pubblico. E' stato poi inserito anche come lavoro di gruppo in un laboratorio di percussioni e altre attività. Al termine del laboratorio individuale egli aveva composto una canzone con il musicista terapeuta, che aveva poi

cantato in un evento. Oggi Giovanni non vive più la dipendenza da alcool ma è in grado di relazionarsi con le persone in un modo corretto, ha imparato ad aspettare, ad ascoltare, a inserirsi nella comunicazione al momento opportuno. Questo è solo un esempio del lavoro fatto a livello individuale.

Le sedute di laboratorio durano un'ora e vengono utilizzati vari strumenti particolari provenienti da luoghi diversi del mondo (es. chitarre, bonghi, silofoni ...).



Le tecniche impiegate sono:

- Improvvisazione clinica al pianoforte che consente un'intensa sintonizzazione nella dimensione duale;
- Orchestrazione a più voci dove ogni componente del gruppo assume un ruolo preciso all'interno del medesimo (una sorta di gerarchia che rispecchia anche un riflesso delle posizioni affettivo - emotive dei partecipanti);
- Improvvisazione strumentale che incrementa ogni processo creativo del gruppo;
- Visualizzazioni guidate con sottofondo musicale che facilitano il rilassamento del tono muscolare.

Conclusione

Il laboratorio di orchestrazione, realizzato in questi anni presso l'Associazione Outsider, ha raggiunto molte persone disabili intellettive aiutandole nella comunicazione, ha insegnato loro il metodo dell'ascolto dei suoni che ci circondano, la capacità di scoprire dentro di se quella dimensione sonora che parte dal battito del cuore al respiro. Questo è fondamentale per poter poi vivere la dimensione musicale; spesso volte noi ascoltiamo la musica in modo distratto, senza permettere che penetri dentro di noi, smuovendo emozioni. L'esperienza del laboratorio di orchestrazione è stata molto positiva e ricercata sul territorio di Torino. L'esempio di Giovanni, riportato sopra, aiuta a capire come sia possibile sbloccare una situazione di difficoltà comunicativa ma non è stato l'unico esempio, abbiamo avuto persone con altre situazioni e altre patologie che, passando attraverso il nostro Laboratorio, hanno raggiunto quegli obiettivi descritti nel capitolo quattro. Bisognerebbe certamente investire molto di più su queste tecniche. Purtroppo in questo momento anche l'Associazione, come tutte le realtà di tipo sociale, è coinvolta in questa grave crisi economica che non ci consente di avvalerci della consulenza di un terapeuta. Ci si domanda come sia possibile che il mondo politico non si accorga della necessità di interventi che aiutino la persona nello sviluppo della relazione. Ad oggi in Italia si continua a sostenere l'assistenzialismo e non s'investe sul recupero della persona. Di Associazione come questa che ho descritto, ce ne sono diverse sparse sul territorio italiano, che purtroppo rischiano di morire per mancanza di aiuti economici.

Bibliografia di riferimento

➤ *Arte, musica, poesia, natura fra ascolto e comunicazione*

A cura di Nicoletta Polla- Mattiot, Baldini castoldi Dalai editore, Milano 2004

➤ *Lucia Giovanna Martini, Maria Michela Taddei, Carocci Faber, Roma 2006*



Indice

Introduzione

2

1. La musicoterapia	4
2. La teoria utilizzata nel laboratorio (Benezon)	5
3. Partire dal silenzio	8
4. Obiettivi	9
5. Il laboratorio orchestrazione	10
6. Conclusione	13
Bibliografia di riferimento	14