

Relazione conclusiva
PRIMO CONGRESSO TELEMATICO INTERDISCIPLINARE
15 Ottobre 2007 - 15 Giugno 2008

“L'ADOLESCENZA: NELLA SOCIETA' COMPLESSA”

Giacomo Cassano - Roberta Frumento

Arrivai ormai alla conclusione di questo I° Congresso telematico, dal mio punto di vista oltre che interessante anche molto arricchente e stimolante, vorremmo in qualità di Chairman dell'area di terapia –riabilitazione- educazione riguardante, nello specifico la disciplina Musicoterapica, trarre le dovute conclusioni.

Nelle relazioni pervenute nell'area suddetta si è messo in evidenza l'importanza della musica per l'essere umano di ogni cultura ed età. Dobbiamo distinguere l'aspetto fisico-acustico di impatto che i suoni (con le loro proprie frequenze) hanno sull'essere umano, dall'effetto di risonanza emotiva che la musica provoca nel soggetto fruitore; ovvero tutto quello che riguarda le pratiche socio-musicali e le condotte musicali tipiche della relazione circolare *suono-uomo-suono*.

Bertirotti nel suo saggio ricorda che l'elaborazione musicale, come la fruizione della musica, sono state indagate da un punto di vista dell'attività neuronale in esse coinvolte e, da studi specifici emergerebbe la convinzione che la musica, vuoi nella sua composizione, vuoi nella sua fruizione, è associata ad una “specifica architettura cerebrale”.

La rivisitazione che Bertirotti compie su testi che riportano studi recentissimi e che prendono in esame queste problematiche lo inducono a dichiarare che il confronto tra i processi elaborativi che caratterizzano la musica e quelli che caratterizzano il linguaggio, può consentire notevoli progressi nella ricerca neurocognitiva.

Dati scientifici dimostrano che abilità linguistiche e musicali possono dipendere anche da un training formativo, ma il patrimonio neuronale coinvolto in queste operazioni è lo stesso.

L'autore, infine, individua un percorso in cui la moderna neuroscienza possa impegnarsi nella conoscenza della musica per collocare le abilità cognitive musicali e la loro assunzione in un ampio schema interpretativo che tenga nella giusta considerazione i livelli di plasticità cerebrale.

Albanese da parte sua, prendendo come punto di partenza la teoria evoluzionistica di C. Darwin, sottolinea come la musica abbia ricoperto un ruolo strumento ausiliario adattivo, per l'essere umano che, attraverso i secoli ha dovuto costantemente conformarsi alle richieste dell'ambiente in cui ha vissuto.

L'uso terapeutico del complesso Suono/Musica

Senza dubbio, come ci fanno notare **Frumento** e **Cassano** nelle loro relazioni, la Musicoterapia utilizza tali concetti alla base di studi, sempre in approfondimento, sulle modificazioni neurobiologiche attribuibili al suono.

Il punto di forza, dice la Frumento, su cui si fonda la musicoterapia è la

capacità di creare (o ampliare) canali comunicativi efficienti per raggiungere l'instaurarsi di una relazione terapeutica, con il terapeuta.

La comunicazione è componente irrinunciabile per l'essere umano e si fonda su dei parametri universali come competenza verbale, mimica, postura, sguardo. Ovviamente il solo linguaggio rappresenta il vero pilastro della comunicazione, ci consente di elevarci al livello dell'astrazione, si regge da solo anche svincolato dal contesto, permette di connotarci a livello personale, quasi come una firma o un'impronta digitale (uso di particolari intercalari, timbro, pause, ecc.). Tuttavia gli altri canali comunicativi, che restano disponibili, sono sempre validi agganci sui quali vale la pena di soffermarsi, per curarne un'interpretazione e per stimolarli fino a poter sopperire ad altre carenze.

Quanto fin qui esposto, continua la **Frumento**, sottolinea come la musicoterapia sia un'area per elezione destinata alle patologie del linguaggio, o deficit della comunicazione, perché si pone come intervento riabilitativo/terapeutico volto ad armonizzare i canali comunicativi (visivo, uditivo, cinestesica), in funzione della relazione.

La relazione viene qui intesa come bisogno irrinunciabile dell'individuo, che senza possibilità di confronto con chi lo circonda non può crescere interiormente. Sono a tal proposito espliciti i diversi esperimenti, condotti in ambito etologico/psicologico, volti a dimostrare che il bisogno di relazione nasce negli esseri viventi ancor prima del bisogno di nutrimento.

È giusto sottolineare la particolarità della musicoterapia rispetto alle altre arti-terapie. Come dice Fubini la musica è una forma d'arte che, a differenza della pittura e scultura, appartiene alla dimensione del tempo (e non dello spazio). La miglior sinfonia, o la più bella aria operistica, cessano di esistere fuori dal tempo dell'esecuzione; continuano ad esistere materialmente su un pentagramma che, tuttavia, è solo un simbolo, ben lontano dall'esperienza sensoriale dell'ascolto.

Similmente ciò che si produce nel setting non è un prodotto finito rappresentabile materialmente, è semplicemente un'esperienza interiore. Anche registrando i suoni, o filmando una sequenza d'azione, sfugge la portata emozionale e gestuale che ha condotto al prodotto sonoro che si ascolta.

Musica ed Emozioni

Ma perché la musica ha a che fare con la sfera delle nostre emozioni. E in che modo essa interagisce con il sistema di controllo delle stesse. Di questo **Cassano** parla a proposito di un progetto attuato con un gruppo di ragazze affette da disturbo del comportamento alimentare (DCM). Il progetto si presenta come una sorta di viaggio metaforico compiuto attraverso la fruizione e la elaborazione personale, in improvvisazioni estemporanee, di alcuni brani musicali appartenenti al repertorio dell'arte viatoria.

Anche Cassano sottolinea l'importanza dell'aspetto relazionale nel processo di cura: chi si ammala fisicamente e/o mentalmente non fa altro che interrompere un processo di comunicazione sia nei confronti del mondo esterno che con se stesso. Si pregiudicano i contatti e i normali rapporti con l'ambiente e pian piano l'individuo raggiunge un tale isolamento da divenire straniero a sé stesso.

Il soggetto malato sprofonda sempre più in una coltre di nebbia spessa dove i processi percettivi, intellettivi ed emotivi vengono alterati. La realtà esterna

diviene, spesso, qualcosa di sconosciuto e minaccioso, qualcosa che non rispecchia più il suo mondo interiore e/o viceversa.

La musica può aiutare ad esplorare, dissipare questa nebbia, e facilitare l'acquisizione e lo sviluppo della conoscenza di sé e degli altri.

In psicodinamica è la qualità della relazione che rivela l'individualità in essa. Potremmo dire che la persona non esiste fuori dalla relazione. Il terapeuta ascolta sia la musica che viene improvvisata dal paziente sia la persona nella musica. Potremmo, ancora dire quindi, che la persona "è" la musica invece che la persona è "nella" musica.

Il terapeuta si pone in relazione con il paziente come un musicista si pone davanti ad uno spartito musicale e cerca di leggere, interpretare, la musica inscritta nella sua persona.

Con un'azione maieutica cerca di tirare fuori dall'inconscio del soggetto le competenze e risorse residue e nel contempo gli offre la possibilità di agirle permettendo la loro realizzazione simbolica.

L'inconscio infatti non è contattabile direttamente ma ha bisogno di un mediatore simbolico- metaforico che "significa" (da significato) e rivela il suo lato d'ombra.

Secondo una considerazione di matrice Jungiana esistono strutture archetipe, ricorrenti nei sogni e comuni nei miti, che danno accesso al livello collettivo della psiche umana. Tale livello, sempre secondo Jung, rimane sano anche in soggetti con disturbi psichici. Perciò quando si aiuta le persone ammalate a rimettersi in contatto con questo livello collettivo esse si ristabiliscono.

Partendo da tale presupposto possiamo allora considerare la malattia psichica come una particolare modalità della psiche che esprime tendenze comunque universali della mente umana.

L'archetipo, il sogno, le immagini creative della nostra mente, sono i mediatori metaforici del nostro inconscio e il terapeuta deve sapere come evocare e cogliere le immagini e i contenuti emotivi ad esse corrispondenti, che la musica genera in un processo musicoterapico.

Va sottolineato che tutto questo funziona e avviene se c'è uno spazio contenitivo- rituale (*Setting*¹) nel quale il soggetto si deve sentire protetto e in condizione di potersi esprimere liberamente senza timore di esser giudicato. L'utilizzo delle immagini e della musica permettono di poter agire e rappresentare i processi mentali ed emotivi che accompagnano il percorso trasformativo verso la sua evoluzione.

Il linguaggio musicale, essendo linguaggio simbolico, sembra possedere la capacità di aderire in forme molto più calzanti e precise alle sfumature della vita emozionale, più di quanto riesca a fare il linguaggio verbale. Come dicevano bene Schumann e Mendelssohn "la musica è molto più precisa nel definire i sentimenti umani".

Tramite la musica è possibile dare "voce" a tali emozioni inesprese per riconoscerle e imparare a saperle gestire.

In situazioni di disagio psichico (o plurihandicap) vi è un'insufficiente integrazione delle varie parti del Sé e una conseguente stabile disarmonia

¹ Dove per setting intendiamo ciò che riguarda non solo la stanza adibita all'attività e lo strumentario in essa contenuto, ma anche lo spazio temporale (inteso come ora di inizio e durata della seduta).

nell'articolazione fra il mondo interno e quello esterno del soggetto, condizione che causa sofferenza e comportamenti disturbati.

Attraverso il mezzo sonoro possiamo pensare di poter rendere più fluido il dialogo inter ed extra soggettivo andando a riallacciare le maglie lacerate di una rete simbolica, che rappresenta la struttura di coesione della personalità del soggetto.

Così la musicoterapia può facilitare il passaggio da una espressione istintuale del comportamento ad una espressione codificata motivata ed intenzionale, in maniera armonica (P. L. Postacchini); Parliamo allora di "Armonizzazione".

Questo processo di armonizzazione della persona è attuabile in una seduta di musicoterapia attraverso l'improvvisazione musicale tramite lo strumentario musicoterapico.

È più facile che i nostri pensieri seguano un'emozione piuttosto che la precedano per questo è importante agire sulla dimensione emotiva.

Il percorso verso un'integrazione e armonia della vita mentale è basato sulla possibilità di lavorare sulle emozioni e sulla affettività in modo tale che si possa passare da una semplice possibilità di esprimere le proprie emozioni e percepire le proprie sensazioni affettive, ad una capacità di "decodificarne" e "regolarne" l'intera gamma, a partire dai semplici vissuti corporei fino alle più elaborate fantasie mentali.

Una delle funzioni della musicoterapia è proprio la "regolazione delle emozioni" secondo cui, attraverso un processo sonoro-musicale che si crea in una improvvisazione clinica, è possibile evocare le energie più remote e spesso represses andando a stimolare la parte più arcaica del nostro cervello (area rettiliana) e portando a livello cosciente emozioni che giacciono nel profondo, offrendo al tempo stesso una via di risoluzione verso l'esterno.

Riconoscendo le nostre emozioni e rendendoci conto che i nostri pensieri possono subire la loro influenza possiamo provare a mettere in dubbio alcune certezze erroneamente dettate da una percezione emotiva distorta.

Una maggior consapevolezza di ciò che accade dentro di me permette il distanziamento dalle proprie emozioni, per poterle riconoscere, dare loro il giusto nome ed analizzare il punto da cui hanno avuto origine.

In sintesi il soggetto chiuso in se stesso, *incistato*, scoraggiato e deluso dalla vita, quasi del tutto incapace di reagire, si ritrova ad osservare se stesso che partecipa alla creazione di un evento musicale; evento di cui lui è parte attiva, che è anche una sua creazione.

Egli si sente partecipe nuovamente di un contesto di vita, pian piano si abbandona all'attimo presente (*all' hic et nunc*). È la gioia che vuole esprimersi nell'agire creativo.

Ogni artista conosce la gioia della creatività; la gioia nello strutturare, nel dare forma, nel creare. È lo stesso processo che provoca gioia: "*l'anima prova gioia ad agire creativamente nel corpo*" - diceva **Ildegarda di Bingen**, la musicista santa fra le mura del monastero di Rupertsberg, in Germania.

Conclusioni

L'uomo è un essere conflittuale e in quanto duale è diviso interiormente e quindi è soggetto alla malattia.

La malattia è vista dalla medicina attuale occidentale come un insieme di sintomi da combattere, eliminare, per ridare sollievo al soggetto malato.

Finché la medicina convenzionale continuerà ad affrontare la malattia solo sul piano sintomatologico trascurando la relazione globale tra corpo e psiche, il suo mondo interiore, la sua vita emotiva e affettiva e in sostanza, quindi, dimenticandosi di eliminare le cause che hanno generato la malattia i segnali di disagio (Sintomi) troveranno un'altra via per manifestarsi e finiremo per rimanere imprigionati in un circolo vizioso (favorito anche da interessi delle multinazionali farmaceutiche).

L'Arteterapia, si propone come approccio olistico alla persona, che abbraccia tutte le sue sfumature e potenzialità, nella sua dimensione globale; dimensione in cui la "salute" è intesa come condizione di armonia fisica, mentale e spirituale.

Parlo anche di Spiritualità perché la malattia può essere intesa come una profonda esperienza spirituale in quanto ritorno alla verità, che rappresenta un percorso volto a farci accedere ad uno stato superiore di coscienza; un viaggio simbolico dalla dualità verso l'unità.

La malattia, come il sogno, traduce in modo simbolico ciò che sta accadendo nella nostra vita e che non vediamo o non vogliamo vedere. Una presa di coscienza di questo diverso tipo di approccio non può che migliorare la nostra vita e la capacità di attuazione di processi di cura.

In ultima analisi, vorremmo concludere dicendo che riteniamo utilissima la possibilità di mantenere occasioni di confronto fra coloro che hanno partecipato al convegno, magari con la possibilità di pubblicare le nostre esperienze, che matureremo negli anni.

È auspicabile la formazione di un comitato scientifico con la massima apertura in area socio-psico-pedagogica-terapeutica, per dare vita anche alla produzione di lavori, non solo riguardanti l'età evolutiva. La pubblicazione online, o cartacea, produrrebbe col tempo un "archivio esperienziale" a cui attingere per fare tesoro delle esperienze altrui. In un secondo tempo, tale comitato scientifico, potrebbe dare vita ad una rete di conoscenze personali di professionisti in grado di creare contatti lavorativi su professionalità specifiche.