



Una nuova tecnica in musicoterapia

SCRIVIAMO UNA CANZONE

di Barbara Zanchi

Le canzoni non sono scritte soltanto per essere ascoltate con piacere. Talvolta hanno anche un utile lavoro da compiere. Come ha illustrato la prof. Jane Lings, dell'Università di Bristol.

Il 'song writing' è una tecnica musicoterapica avanzata che richiede da parte del musicoterapeuta l'impiego di competenze articolate (musicali, verbali, tecnico-informatiche) e che può essere proposta a tipologie di pazienti con un livello di funzionamento cognitivo adeguato. Non è ancora largamente applicata nell'ambito della musicoterapia italiana a differenza dell'improvvisazione e dell'approccio recettivo.

Jane Lings sottolinea come il 'song writing' sia diventato negli ultimi anni l'approccio più ampiamente impiegato nell'ambito del suo lavoro con i pazienti dell'Hospice.

Come scrive Ken Bruscia, autore di numerose pubblicazioni internazionali sulla musicoterapia, le canzoni sono il modo con cui gli esseri umani sperimentano le loro emozioni. Esse riescono ad esprimere ciò che noi siamo e ciò che noi proviamo, possono essere condivise con gli altri o possono farci compagnia quando siamo soli.

Le canzoni alimentano le nostre credenze e danno forza ai nostri obiettivi, ci permettono di rivivere il

passato, di esaminare il presente e di dare voce ai sogni del futuro. Esse riescono a raccontare le nostre gioie ed i nostri dolori, rivelano i nostri più intimi segreti, esprimono le nostre speranze o i nostri dubbi, le nostre sconfitte o i nostri trionfi.

Sono i nostri personali diari musicali, sono i suoni del nostro sviluppo interiore.

Il 'song writing', e in questo senso il canale musicale, risulta essere una possibile risorsa in grado di aiutare a dare voce a ciò che non si è in grado (inconsciamente o volontariamente) di esprimere con le parole. Lo scrivere canzoni investe principalmente il percorso che il paziente ed il musicoterapeuta intraprendono nella relazione terapeutica: le canzoni non vengono composte semplicemente per essere ascoltate o per il piacere di farlo, ma soprattutto per il processo che permette dapprima l'elaborazione emotiva e, successivamente, quella musicale.

Nel corso del seminario, Jane Lings ha proposto l'ascolto di numerosi brani composti da pazienti dell'hospice in cui opera; ciò che si evince dagli ascolti è che la musica, ed in particolar modo la canzone, sono strumenti favorevoli ad esprimere il "non

Esperienze musicoterapia con adulti e bambini nelle cure palliative

Si è svolto a Bologna, presso la Sala Mozart dell'Accademia Filarmonica, un seminario formativo sul tema "La musicoterapia nell'ambito delle cure palliative: Esperienze con adulti e bambini" tenuto dalla musicoterapeuta Jane Lings.

Al seminario, proposto dall'Associazione MusicSpace Italy nell'ambito del programma di formazione del Corso Post Laurea di Musicoterapia in collaborazione con il Progetto Tamino dell'Orchestra Mozart, hanno partecipato, oltre agli studenti in formazione presso MusicSpace, i musicoterapeuti e gli operatori coinvolti nelle attività del Progetto Tamino e alcuni professionisti del settore.

Ha introdotto il seminario la Vice Presidente dell'Orchestra Mozart, Gisella Belgeri, che ha presentato l'iniziativa collegandola ai contenuti delle attività proposte dal Progetto Tamino. Di seguito Barbara Zanchi, Direttore del Corso di Formazione MusicSpace Italy, ha contestualizzato i temi affrontati riferendoli all'ambito della musicoterapia italiana.

Jane Lings, Senior Lecturer presso la University of the West of England di Bristol (UK) e musicoterapeuta al St. Peter Hospice della stessa città, ha offerto un ampio panorama del lavoro svolto con i pazienti e i familiari dell'Hospice illustrando gli elementi caratteristici dell'approccio palliativo, la nascita e lo sviluppo degli Hospice in Gran Bretagna, i diversi metodi e le specifiche tecniche che il musicoterapeuta può utilizzare nell'incontro con un paziente terminale, adulto o bambino, e nella cura del lutto con i familiari, la specificità di tale approccio e il lavoro di équipe.

Gli esempi clinici presentati hanno condotto con sensibilità l'ascoltatore a comprendere come la musica possa "accompagnare" il paziente, talvolta con delicatezza talvolta con molta enfasi, con gentilezza ma anche con forza e intensità, attraverso emozioni e sensazioni complesse, difficili da riconoscere, da interiorizzare, da comprendere e alle quali è doloroso e difficile dar voce.

Attraverso l'improvvisazione musicale e il suonare insieme liberamente, paziente e terapeuta danno forma ad un dialogo musicale fatto di ritmi, di timbri, di intensità e di silenzi che non ha bisogno di utilizzare le parole e che permette l'espressione diretta di stati d'animo, di tensioni, di ansie e desideri. Alle volte è attraverso un approccio più recettivo, attraverso l'ascolto di un brano che viene offerto dal musicoterapeuta, che è possibile trovare sollievo dal dolore o ordinare i pensieri.

A tali approcci, che vengono utilizzati con flessibilità dal musicoterapeuta a seconda dei bisogni del paziente, Jane Lings accosta quello del song writing, la scrittura di canzoni fatta insieme al paziente, un tipo di esperienza accolta spesso favorevolmente e molto richiesta.



detto", così come affermano anche i pazienti stessi. L'intensità delle canzoni ascoltate ha colpito tutti i partecipanti al seminario non solo per l'aspetto sonoro – qualitativo delle stesse, quanto per i temi toccati: paure espresse, rabbie inesprese, amori di madri per i propri figli, promesse per il futuro e ricordi del passato. Ciò che stupisce, inoltre, è che siano state persone "normali" ad averle scritte. Non sono musicisti, non eseguono brani col proprio strumento leggendo delle partiture: i loro unici strumenti sono la voce, lo sperimentare le emozioni ed il legame terapeutico con Jane.

Il percorso del 'song writing' è complesso: il terapeuta deve proporre al paziente la possibilità di comporre un brano e questa può essere accettata o meno; deve sapere ascoltare il paziente, le sue proposte testuali, metriche e musicali senza essere direttivo nei suoi confronti, ma al contempo, deve possedere solide competenze e conoscenze relative alle tecniche compositive che gli permettano di armonizzare, dare forma alla linea melodica proposta dal paziente e costruire la canzone. Inoltre, la canzone registrata deve avere una buona qualità sonora per restituire una testimonianza di qualità.

Naturalmente questa tecnica musicoterapica non viene proposta da subito, ma si attende che la relazione con il terapeuta sia giunta al punto di poter affrontare e sostenere nuove esperienze emotive e di conoscenza di Sé.

Nella seconda parte del seminario, Jane Lings ha presentato il percorso clinico di un paziente affetto da una malattia neurologica degenerativa, seguito in musicoterapia attraverso il 'song writing'. Le canzoni ascoltate e analizzate hanno permesso di approfondire il significato emotivo di tale esperienza, la sua valenza espressiva e trasformativa.

È emerso, quindi, come l'uso del 'song writing' e della canzone abbia facilitato il contatto con i contenuti delle emozioni, dando loro forma e struttura, ed abbia inoltre permesso ai pazienti di riascoltarsi, di ascoltare se stessi e di farsi ascoltare.

Con una musica che dà vita alle parole, il contenuto di queste ultime è più facile da comprendere e da raccontare. Per concludere questo nostro breve commento desideriamo citare una frase che è ritornata nel corso dello svolgimento del seminario e che, a nostro avviso, ben esemplifica il senso del lavoro proposto: "Le canzoni.....non sono composte semplicemente per essere ascoltate con piacere. Esse hanno un lavoro da svolgere. @

**Barbara Zanchi è Direttrice del Corso di Formazione in Musicoterapia dell'Associazione MusicSpace Italy*