



LA MUSICOTERAPIA A MUSIC'S COOL

PREMESSA

La Musicoterapia utilizza l'espressione sonoro-musicale come forma di comunicazione non verbale, per stimolare lo sviluppo di funzioni cognitive, affettive, motorie e linguistiche, catturando il soggetto emotivamente, mirando a riordinare progressivamente le azioni corporee e la mente del paziente con e nella musica, quindi contribuendo al miglioramento della sua salute mentale e fisica, ossia del suo benessere.

PERCHÉ SCEGLIERE LA MUSICOTERAPIA?

La necessità di comunicazione che ci caratterizza in quanto esseri umani, ci rende portatori di bisogni che possono essere schermati a causa di una difficoltà dovuta a problemi espressivi, al proprio vissuto, motivo di blocco e timidezza. Esistono un'ampia varietà di difficoltà e disabilità e all'interno della stessa ogni persona ha caratteristiche differenti. Il primo strumento di comunicazione che ogni essere umano ha a disposizione è il corpo. La musica e il suono provengono dal corpo: il corpo stesso è uno strumento musicale già di per sé. Nel corpo nasce il suono come ritmo naturale, involontario. In questo modo il ritmo è in rapporto diretto con la psiche ed è veritiero e autentico, rivela quindi le emozioni più intime.

Nella Musicoterapia le tre componenti, corpo, suono e movimento, sono le risorse principali che permettono l'instaurarsi di un sistema di comunicazione tra Musicoterapeuta e Utente e in seguito dello stesso con il mondo esterno.

Non c'è comunicazione senza corpo e non c'è musica senza corpo. Al contempo non c'è corpo senza comunicazione e non c'è corpo senza musica.

Attraverso la musicoterapia quindi si agisce sull'aspetto corporeo, motorio e comunicativo-emozionale attraverso la musica.

SOLO MUSICOTERAPIA?

Negli utenti con disabilità la Musicoterapia non è un intervento da considerare in sé, ma come parte che contribuisce al percorso globale che sta affrontando l'utente da un punto di vista medico, psicologico e in altri contesti. Tutti questi ambiti collaborano insieme per il benessere della persona, dando ognuno il suo contributo specifico per un risultato il più completo possibile. Ecco perché entriamo in contatto con medici, psicologi e altri operatori che seguono l'utente.

Associazione Culturale Musicale

Via Scuderlando 89 - 37060 – Castel d' Azzano – Verona
Tel. 3203374290 – www.musicscool.it – info@musicscool.it
C.F.93267510233 – P. IVA 04423460239



FINALITÀ

L'obiettivo principale della Musicoterapia è dare la possibilità all'utente di trovare la sua modalità espressiva individuale, attraverso la quale mettersi in rapporto con il mondo. La musica si propone come mezzo per contribuire allo sviluppo della personalità, permettendo al destinatario di scaricare le tensioni emotive, relazionarsi con gli altri e migliorare il funzionamento generale nella propria vita.

OBIETTIVI SPECIFICI

La dimensione comunicativa sociale, in ambito musicoterapico, sfrutta il linguaggio musicale, sollecitando il coinvolgimento sul piano vibrazionale, psicomotorio, affettivo-emozionale e cognitivo. L'approccio musico-centrato sarà focalizzato sulla sfera ludico-musicale degli utenti monitorando gli effetti per quanto riguarda:

- lo sviluppo senso-percettivo e psicomotorio.
- l'attenzione, la concentrazione, la memoria e le funzioni cognitive
- l'espressione e il controllo delle emozioni
- la riduzione dello stress e il rilassamento
- l'autostima e la gratificazione
- la comunicazione e l'interazione verbale e/o non verbale nelle relazioni interpersonali
- la partecipazione attiva e la socializzazione
- il benessere e la qualità della vita quotidiana individuale e comunitaria.

METODOLOGIA

Le opzioni di percorso sono: sessioni individuali e sessioni di gruppo.

In linea generale si prevede una iniziale conoscenza individuale di ogni utente e una successiva valutazione del tipo di percorso adatto ad ognuno. Nella valutazione si stabilirà chi può iniziare direttamente con le sessioni di gruppo, altrimenti si effettuerà un percorso propedeutico individuale che mira a inserire l'utente all'interno del gruppo. L'incontro individuale ha sempre l'obiettivo di risolversi in un inserimento grupppale, in quanto il gruppo ha potenzialità molto maggiori di quello che si può fare individualmente.

Associazione Culturale Musicale

Via Scuderlando 89 - 37060 – Castel d' Azzano – Verona
Tel. 3203374290 – www.musicscool.it – info@musicscool.it
C.F.93267510233 – P. IVA 04423460239



Le sessioni di individuali hanno una durata di 45 minuti a cadenza settimanale.

Le sessioni di gruppo hanno durata di 60 minuti a cadenza settimanale.

Il percorso si struttura come segue:

- conoscenza e valutazione iniziale (individuale),
- individuazione del percorso (individuale o di gruppo)
- pianificazione strutturale del programma,
- realizzazione del percorso attraverso le attività,
- valutazione finale.

ATTIVITÀ

Il percorso musicoterapico prevede attività di tipo percettivo, espressivo, motorio e creativo tra cui:

- esercizi d'ascolto;
- respirazione e rilassamento con musica e movimento;
- improvvisazione sonora strumentale, vocale e/o corporea;
- esercizi di coordinazione psicomotoria (es. body percussion).
- riproduzione e composizione di canzoni;
- attività complementari (pittura/disegno, danza)

Le attività specifiche da intraprendere in un determinato percorso vengono stabilite in base all'utente, quindi ogni percorso viene personalizzato sulle sue abilità e disabilità, sulle sue caratteristiche e gli obiettivi che si mira a raggiungere per l'utente.

Nel caso dell'attività di gruppo verranno impiegate tecniche di musicoterapia musico-centrata come strategia di intervento, al fine di istituire un comune mezzo espressivo. Il percorso sarà strutturato differenziando gli argomenti proposti nelle diverse attività (drum circle, body percussion, ecc.), con lo scopo di offrire una gamma di competenze musicali spendibili nella quotidianità.

A CHI SI RIVOLGE LA MUSICOTERAPIA

La Musicoterapia migliora la qualità della vita delle persone sane e risponde alle necessità di bambini e adulti con disabilità e malattie. Si può ricorrere ad essa per migliorare il benessere, controllare lo stress, diminuire il dolore, esprimere sentimenti, potenziare la memoria, migliorare la comunicazione e facilitare la riabilitazione fisica.

Associazione Culturale Musicale

Via Scuderlando 89 - 37060 – Castel d' Azzano – Verona
Tel. 3203374290 – www.musicscool.it – info@musicscool.it
C.F.93267510233 – P. IVA 04423460239



Il percorso di Musicoterapia presso Music's cool, si presenta come un progetto che mira quindi in generale al miglioramento della qualità di vita della persona ed è indirizzato a varie tipologie di utenza senza limiti di età:

- persone con disabilità fisiche e/o psichiche
- persone con difficoltà di varia natura, senza certificazioni patologiche.

La Musicoterapia può essere quindi utilizzata anche in ambito preventivo:

- con donne in gravidanza e nel periodo post natale o con la coppia neogenitoriale per sviluppare e consolidare l'attaccamento madre-bambino e come spazio per le coppie per condividere gioie e fatiche di questa fase molto delicata e ricca di emozioni.
- con i bambini nelle scuole per stimolare le abilità sensoriali che con lo sviluppo tecnologico sono sempre meno sviluppate, ma che sono indispensabili per l'essere umano e per una sana crescita del bambino, per stimolare le relazioni interpersonali e le condivisioni tra i bambini per la creazione di un ambiente scolastico positivo e collaborativo di crescita che si rifletta poi anche nella vita quotidiana.

Infine si rivolge a chiunque abbia il bisogno o il desiderio di intraprendere un lavoro sulla propria persona, sul contatto con le proprie emozioni e con il proprio mondo interiore.

Verona, 1 agosto 2019

La Responsabile dell'attività di Musicoterapia Francesca Lorenzini

Francesca Lorenzini



<http://www.musicscool.it/didattica/francesca-lorenzini>

Associazione Culturale Musicale

Via Scuderlando 89 - 37060 – Castel d' Azzano – Verona
Tel. 3203374290 – www.musicscool.it – info@musicscool.it
C.F.93267510233 – P. IVA 04423460239