

La Musicoterapia

La musicoterapia può essere definita una disciplina paramedica che, attraverso l'utilizzo dell'elemento sonoro (inteso come suono – rumore – silenzio - ritmo – movimento) in un contesto verbale o non verbale, facilita la comunicazione con lo scopo di sviluppare la relazione e migliorare la qualità della vita.

Le premesse teoriche/scientifiche si basano sul presupposto di una peculiare predisposizione di ogni essere umano, prenatale e neonatale, alle informazioni sonore, cioè a impiegare il suono come veicolo espressivo e comunicativo: le nostre prime espressioni verbali sono state gesti e suoni. Sulla base delle premesse teoriche, che ogni nostra prima esperienza è “passata” attraverso il corpo, l'attività proposta nei Centri Diurni, ha l'obiettivo di rivalutare/risvegliare il corpo ripristinando l'esperienza sensoriale, emotiva e immaginativa.

Questo percorso musicoterapico ha carattere *riabilitativo* in cui vengono fornite una serie di stimolazioni sonore, al soggetto/gruppo, per consentire una nuova relazione, un rapporto diretto e immediato con l'elemento sonoro – musicale.

Attraverso il canto e l'ascolto di villotte e brani popolari, attraverso l'impiego di strumenti musicali a percussione e di facile manipolazione si favorisce il coinvolgimento psicofisico della persona potenziandone e arricchendo le capacità espressive e comunicative.

L'offrire uno spazio di espressione condivisa, di presa di contatto col proprio corpo e di esplorazione multisensoriale permette la magia di un corpo che cambia passando da posizioni statiche e contratte ad altre, più dinamiche e fluide, migliorando il livello del benessere.

Il percorso di musicoterapia a carattere riabilitativo, in continuità con le varie attività proposte agli utenti dei Centri Diurni, si pone lo scopo di riattivare la memoria sonora-musicale e pertanto la musica può essere un linguaggio ricco che parla alla persona nella sua interezza:

- *al corpo* (con stimolazioni sensoriali che suscitano gesti e risposte motorie);
- *all'affettività* (perché evoca sentimenti, ricordi e emozioni);
- *alla psiche* (in quanto attiva la memoria, l'attenzione, il giudizio);
- *alla relazione* (può essere un'esperienza condivisa con altri).



la musica può aprire qualsiasi porta

Marco Groppo San Giovanni al Natisone (UD) groppomarco@alice.it 339 2778263

Musicoterapista formato al Corso Triennale di Musicoterapia – A.R.Te.M. Udine

Iscritto al Registro Regionale APM/FVG

Iscritto al Registro Nazionale AIM (279)

A.R.Te.M. Associazione Regionale di Musicoterapia “Il Flauto Magico” www.musicoterapia.fvg.it