

# Ricerca sugli effetti della musicoterapia nel Centro di Salute mentale di Decollatura

Data: Invalid Date | Autore: Redazione



Asp Catanzaro: Presentata a Formia una ricerca sugli effetti della musicoterapia avviata nel Centro di Salute mentale di Decollatura

**CATANZARO, 17 OTTOBRE**– Una ricerca sugli effetti della musicoterapia avviata lo scorso ottobre nel Centro di Salute Mentale di Decollatura è stata presentata in occasione del Convegno nazionale CUM “Musicoterapia Terapeutico/Riabilitativa e Sociale. Esperienze di Musicoterapia a Confronto”, che si è tenuto a Formia (LT).

Il lavoro “Sentire, riconoscere, condividere: Musicoterapia per la Psicoeducazione delle Emozioni - Resoconto della Ricerca condotta dal CSM di Lamezia Terme - ASP di Catanzaro” è stato illustrato dalla dott.ssa Francesca Rubbettino, musicista, musicoterapista, socia del Consiglio Unitario Musicoterapisti Italiani per la Professione Socio-Sanitaria (CUM-Sanità), Catanzaro.

Il protocollo ha visto coinvolti un gruppo di pazienti adulti seguiti, presso il CSM di Decollatura, dai dottori A. Lucchino (responsabile del servizio) e P. Scardamaglia, coadiuvati dalla musicoterapista F. Rubbettino, dal tecnico della riabilitazione G. Pastore e dalla psicologa I. Zaffina. Si è trattato di un riuscito esperimento di collaborazione tra l'ASP e l'associazione MUSICAmi, a testimonianza della necessità oggi sempre più sentita di attingere alle risorse presenti sul territorio per migliorare e potenziare i servizi erogati. Importante il contributo della dottoressa R. Manfredi direttrice del Csm di Lamezia che ha creduto nel progetto e lo ha approvato.

La musicoterapia è un approccio terapeutico centrato su un processo interpersonale nel quale il suono e la musica vengono impiegati in tutti i loro aspetti (percettivi, motori, emotivi, mentali, sociali ed estetici) per rispondere al disagio e alla sofferenza collegati a patologie fisiche e/o psichiche, per facilitare l'ascolto, la comunicazione e per valorizzare le abilità e lo stile espressivo di ogni individuo agendo sulla globalità della sua condizione. Nel processo terapeutico la musica ha il potere di attivare relazioni: tra le nostre parti interne, tra paziente e terapeuta, tra noi, gli altri e il mondo esterno, tra noi e la musica stessa. Tutti questi sono elementi dinamici utilizzati e finalizzati al perseguimento di obiettivi riabilitativo-terapeutici.

La musicoterapia viene applicata in vari contesti con persone di tutte le età; si può svolgere in sedute sia individuali che di gruppo. I pazienti non devono possedere una competenza musicale specifica; la mediazione non verbale che offre la musica facilita la partecipazione alle esperienze sia di ascolto sia di espressione anche a persone con gravi disabilità, disturbi psichici e/o comportamentali.

La ricerca presentata, valutate le caratteristiche dei pazienti inseriti nel gruppo di ricerca, è consistita nel proporre un laboratorio di musicoterapia di gruppo, 11 maschi e 2 femmine, articolato in 5 incontri di 1 ora e 30 minuti ciascuno a cadenza settimanale, nel corso dei quali si è lavorato sulle emozioni fondamentali: rabbia, paura, tristezza, gioia, disgusto.

Le sedute sono state articolate in rilassamento guidato; ascolto della traccia sonora; riflessioni verbali su quanto emerso durante l'ascolto ed associazione ad una emozione; rielaborazione dell'ascolto attraverso una improvvisazione strumentale di gruppo; verbalizzazione conclusiva.

Le tracce sonore, selezionate per stimolare nei pazienti l'emergere di sensazioni, ricordi, situazioni collegate alle singole emozioni, si caratterizzavano per struttura ritmica e melodica facilmente intellegibili. Il titolo delle tracce sonore se non emergente in maniera spontanea tra i pazienti nel corso dell'ascolto, veniva comunicato alla fine. Il processo associativo tra traccia sonora ed emozione è stato facilitato attraverso l'utilizzo delle emoticons (faccine).

Le improvvisazioni di gruppo avvenivano dando come indicazione la rielaborazione della emozione appena affrontata, utilizzando lo strumentario Orff (piccoli strumenti a percussione, tamburi, bongos). Ciascun paziente è stato libero di scegliere lo strumento che preferiva.

La durata della improvvisazione è stata determinata dalle dinamiche di gruppo emergenti in ciascuna seduta. Alcune improvvisazioni sono state molto brevi, ad esempio l'improvvisazione relativa al disgusto, avendo espresso i pazienti un vero e proprio fastidio fisico nell'ascoltare la traccia proposta, altre piuttosto lunghe, ad esempio quella relativa alla rabbia, che ha assunto subito la funzione di scarica catartica di tensioni fisiche e mentali.

I test somministrati dopo il ciclo di sedute di musicoterapia, hanno evidenziato un miglioramento nella capacità di autovalutare il proprio stato d'animo unitamente ad una diminuzione della alessitimia (difficoltà di identificare e descrivere i propri sentimenti).

L'utilizzo della musicoterapia nella psicoeducazione alle emozioni e nel controllo della alessitimia si è dimostrato essere uno strumento efficace e senz'altro utilizzabile all'interno dei protocolli riabilitativi standard applicati ai pazienti psichiatrici cronici.