



Rolando Proietti Mancini

## MUSICA IN TERAPIA

Di fronte ad evidenti fenomeni di difficoltà e disagio in ampi settori sociali riguardanti l'area della comunicazione, dell'espressività e della gestione emozionale, riteniamo necessario sollecitare un percorso di confronto interdisciplinare tra tutti gli operatori (in primis quelli della vasta area delle artiterapie) impegnati nell'area espressiva, artistica, educativa, riabilitativa, terapeutica, in sintesi tra tutte le aree professionali che utilizzano prevalentemente l'elemento artistico nei contesti socio-sanitari e di ricerca.

Nello sviluppo della ricerca specialistica, insieme alla crescita e all'arricchimento scientifico e culturale, emerge la necessità di una messa in circuito delle esperienze che via via si compiono, facendo in modo che l'area complessiva e interdisciplinare ne usufruisca positivamente. Nello sviluppo specialistico e di parcellizzazione della ricerca, molto spesso l'espressione artistica viene inserita in ambiti educativi, riabilitativi e terapeutici. Le esperienze di ricerca applicata in questo campo devono poter essere vivificanti e ricostituenti per molti ambienti limitrofi ed è necessario evitare ogni deriva epistemologica eccessivamente tecnica che rischierebbe di privare l'arte intera della sua millenaria potenziale funzione educativa, riabilitativa e terapeutica (oltre ad indicare un carico ulteriore anacronistico sulla spesa sanitaria).

E' generalmente noto che il neonato entri a far parte di un ecosistema, anche artistico, e lo modifichi (e ne venga modificato) profondamente; egli tende a realizzare un processo di complementarità anche e soprattutto con l'ambiente sensoriale, attraverso un meccanismo interattivo che definisce i confini della reciproca compatibilità. Considerando negativamente lo stato dell'ecosistema sensoriale metropolitano, si può affermare come evidentemente occorra una particolare capacità esplorativa e comunicativa e una modificabilità e adattabilità dei propri ritmi e scelte comportamentali, che non sono spontanee in generale ma che possono essere apprese con l'esperienza, soprattutto se guidati dall'interazione con persone esperte e professionalmente preparate. Se ciò vale per il bambino "normodotato" a maggior ragione vale per il disabile, il quale ha ulteriori problemi (sensori sporchi) nell'esplorare e gestire l'ecosistema. Scopo dell'operatore è quello di incrementare la variabilità e modificabilità adattiva espressiva, attraverso la modulazione mirata delle perturbazioni presenti nella nicchia ecologica (inizialmente nel dialogo sensoriale). Fondamentale è l'esplorazione del confine tra limiti e possibilità espressive, facilitando l'individuo a produrre variabili, autorganizzazione, riflessione, confronto, commento verbale e non verbale dell'esperienza stessa.

In questo particolare aspetto quindi educare e riabilitare (apprendere in condizioni patologiche) è un processo con una base epistemologica comune: significa consentire all'individuo, con o senza danno delle funzioni di comunicazione parametrica, di continuare a costruire la propria identità caratteristica, a variare i parametri e a costruire nel nostro caso significato artistico, utilizzando il proprio corpo. Intendiamo sviluppare una riflessione comune che contribuisca a collocare tali studi e ricerche nell'alveo del mondo della funzione sociale dell'arte. A nostro avviso ogni attività di ricerca in merito alla funzione educativa, riabilitativa e terapeutica dell'arte, caratterizzandosi culturalmente e istituzionalmente come disciplina e ricerca autonoma dal circuito artistico, rischierebbe di indurre nell'immaginario collettivo un'idea conseguente di impoverimento della stessa arte "intera", privata dell'arte "interna" (rimarrebbe all'arte la cultura dell'effimero? l'esposizione asettica estetico-intellettuale? La specializzazione esecutiva?).

Si pone quindi la questione della riappropriazione (ecologia dell'arte) da parte dell'arte stessa delle sue funzioni nel contesto delle contemporanee ricerche settoriali e talvolta iperspecialistiche. Non si deve, a ns. avviso, sanitarizzare l'arte, bensì invadere artisticamente le strutture socio-sanitarie attraverso la dislocazione e il decentramento delle istituzioni artistiche pubbliche e private, unitamente alla collocazione nelle strutture sociosanitarie di alcune attività del circuito artistico. Intendiamo proporre al mondo artistico, educativo, riabilitativo e terapeutico, e di ricerca, un processo di collocazione territoriale al quale inserire anche le strutture sociosanitarie locali che realizzano attività artistiche, i gruppi, i locali, i centri di ricerca, di etnologia, di pedagogia e psicologia dell'arte, per dar vita ad un archivio espressivo nazionale, centro studi e documentazione sulle funzioni e i modi d'uso dell'arte "interna" e "intera", che intendiamo tutelare promuovendo il recupero e la rivitalizzazione delle sue funzioni. A tale scopo facciamo appello al mondo dell'arte, istituzionale e non, affinché contribuisca alla diffusa applicazione dell'arte **IN terapia**.

Territorialmente si potrebbe pensare di dare vita ad archivi espressivi territoriali, composti da: gruppi, insegnanti, scuole, istituzioni decentrate, esperienze individuali e collettive, scuole statali e private, università, centri di riabilitazione con attività espressive interne, centri socio-sanitari interessati, centri studi, atelier, biblioteche, centri ambientalisti impegnati nel campo dell'inquinamento sensoriale, persone interessate.

La presente riflessione intende esclusivamente auspicare che l'arte intera, in tutte le sue funzioni e potenzialità espressive, continui a vivere e svilupparsi nella sua complessità, globalità e totalità (ricordando che nel settore della disabilità, che abbisogna di obiettivi, strategie, tecniche e verifiche ad hoc, l'esperienza ci dimostra che non vanno esclusi percorsi formativi specifici per figure che possano operare in qualità di collaboratori dell'equipe riabilitativa).

### **Ruolo delle terminologie emergenti**

Le Arti Terapie hanno una loro specificità e capacità integrativa di accorpate le principali metodologie legate alla comunicazione non verbale che passa dal corpo e dalle emozioni ed hanno dimostrato il loro beneficio sul benessere della persona, sul miglioramento del sistema immunitario e sullo sviluppo della resilienza. Questi sono fattori indispensabili, oltre alle

metodologie tecnico-sanitarie educative, riabilitative e terapeutiche, per integrare l'intera gamma dei processi e funzioni cognitive psicologiche ed emotive dei soggetti.

Con le nuove terminologie si esprime la prospettiva di una costruttiva e proficua collaborazione tra le due aree nel rispetto del mondo dell'arte e di quello della terapia, per un auspicabile studio comune del linguaggio e il processo creativo, degli strumenti peculiari di ogni arte per sviluppare un processo di trasformazione nei soggetti. Centrale è la riflessione comune sul linguaggio del corpo, che rappresenta il canale espressivo principale e ineliminabile nelle dinamiche comunicative. Le emozioni veicolate dai processi artistici, sapientemente condotti, attivano un processo di consapevolezza che ha implicazioni psicomotorie, cognitive e relazionali, utilizza codici non verbali per approfondire la conoscenza di sé e migliora la capacità di relazione con l'altro. Tale collaborazione aiuta ad accogliere nuovi contenuti esistenziali sostenendo la capacità di poterli trasformare in codici integrabili, con il proprio linguaggio corporeo, sensoriale ed emotivo, al fine di migliorare la consapevolezza sociale. E' importante soprattutto nell'era contemporanea aiutare l'individuo a crescere e conoscere attraverso la musica, l'espressione del corpo, il potere delle immagini e dell'arte e di rappresentare i contenuti interni drammatizzandoli creativamente, per creare scenari socialmente empatici e integrabili, in una società in continua espansione, che rischia una deriva sociologica e un analfabetismo emotivo.

Sviluppare questa profonda consapevolezza di sé aiuta cioè a chiarire, espandere e definire il senso di sé che affiora nell'esperienza e permette di iniziare a liberarsi da schemi comportamentali usuali, per promuovere l'autonomia di pensiero e il buon funzionamento psico-fisico (per consapevolezza sociale s'intende in particolare la cooperazione, il saper dare, ricevere e condividere, il saper guidare ed affidarsi, stabilire dei contatti fisici adeguati e non invasivi, proporre e sviluppare delle attività, saper lavorare in gruppo ed a coppie, saper allontanarsi dal gruppo o da una persona).

## **L'epistemologia ecologica di base**

### Ecologia dei rapporti umani

Esiste il problema dell'inquinamento dei rapporti umani. E' necessario individuare i fattori inquinanti di tali rapporti, la loro diffusione nell'atmosfera umana interna e interindividuale. Così come andiamo a monitorare lo stato dell'inquinamento delle città, noi dobbiamo far andare un treno speciale in alcune stazioni importanti di queste città dell'uomo. Dobbiamo essere i meno generici possibili, dire cioè quali sono le misurazioni obiettive di questo inquinamento, quali i metodi che abbiamo adottato o stiamo adottando per misurare questo inquinamento, quali le responsabilità, quali gli effetti. E' un lavoro che dovremo fare tutti. Ma per essere costruttivi, dobbiamo anche indicare quali siano i principi a cui attenersi per non inquinare e non inquinarsi. Quali misure proponiamo per disintossicare noi stessi, le nostre relazioni più prossime e le intere città umane colpite dai veleni umanocorrosivi; quali saranno i meravigliosi paesaggi, ottimisticamente sperando, che ci attendono, o che già esistono, e che saranno conservati se l'opera di disinquinamento sarà efficace e costante.

Possiamo dire con una prima approssimazione che una relazione umana è inquinata se non è soddisfacente per uno o per tutti i soggetti della relazione. Prima di tutto vi è la materialità dei bisogni primari, o igienici, come li chiamava Maslow (sviluppare i problemi strutturali economici, come prima causa dei problemi anche cosiddetti psicologici: eppure anche se si sa che era un disoccupato disperato, quando si butta da un ponte si continua a parlare di malato di mente!).

Ma poi vi è anche l'esigenza più spirituale, ma non meno percepibile, dei bisogni cosiddetti secondari (autostima, realizzazione di sé, espressione della creatività personale ecc.). Per cui i tipi di bisogno si sommano e con essi le insoddisfazioni... C'è un'altissima frequenza di insoddisfazione, infelicità e ansia, provocate a una moltitudine di persone soltanto dalla presenza del vicino o del collega o del familiare, in breve del partner sociale. Questo accumulo di insoddisfazione intasa le relazioni, le coarta e rende impossibili. La dimensione dell'inquinamento relazionale umano deve essere a questo punto veramente enorme. Conviene esplorarla per bene. Ognuno, anche nel suo microcosmo.

Se è vero che la persona umana ha difficoltà a vivere da sola e ha un estremo bisogno di compagnia, di socialità, di aiuto, di solidarietà, pare anche egualmente vero che ogni persona si beve insieme con l'aiuto altrui anche l'altrui veleno. E più si è digiuni di compagnia più si diventa sensibili al veleno dell'inquinamento relazionale. E' una dolorosa esperienza di molte persone. La paura stessa di essere inquinati da fattori che per ora qualifico come soffocanti contrasta il bisogno di amore, di amicizia e di fraternità e fa oscillare continuamente il nostro desiderio tra una fuga almeno interiore dai contatti umani e una loro ritentata ricerca.

L'estrema instabilità che si produce dentro e fuori le persone per questo diffusissimo tiro alla corda tra opposte ragioni e opposti sentimenti non è segno talvolta di schizofrenia dell'individuo, di una sua malattia mentale da curare, ma di rapporti sociali da ridefinire, cioè da disinquinare. La prescrizione e l'uso di psicofarmaci aggiunge se sbrigativa una forma di inquinamento ad un'altra e non risolve il problema dell'inquinamento relazionale. E' come se l'ambientalista cercasse nei polmoni dei cittadini la causa dell'inquinamento atmosferico della loro città! Il problema dell'insoddisfazione, della fuga e dell'ansia relazionale è così diffuso che spesso non conviene neppure chiedere "come va?" neppure a chi ci ha detto ieri che stava benissimo. Il sistema delle relazioni umane è fragilissimo e sensibilissimo: basta un qualcosa come spesso si dice: "oggi c'è un qualcosa nell'aria che non mi piace". Un qualcosa nell'aria. Non è ossido di piombo, non è anidride carbonica, non è neppure acido solforoso o ossido di carbonio, ma è un qualcosa nell'aria egualmente attivo e percepibile nell'ecosistema umano, quello, piccolo, di una coppia o di una famiglia, o quello, più grande, di una scuola, di un ufficio, di una fabbrica.

Sviluppare ora la parte riguardante i fattori "tossici": ci sono parole, comportamenti tossici. Egoismo, menzogna, inganno, individualismo. Cosa sono da un punto di vista ecoantropologico? Fattori socioinquinanti. Come funzionano, cosa producono?

Sentire le grandi cose che non vanno oggi, porle in relazione al sistema della produzione e dell'economia, non sono del tutto nel dominio del singolo. La concorrenza, la competizione, la slealtà, il corporativismo, il menefreghismo... (alla lunga si aggrovigliano e "muoiono" anche i rampanti).

Ma anche le piccole e terribili disperazioni, le sensazioni di soffocamento nei piccoli ambienti. Le forme dell'inquinamento relazionale o sociorelazione sono quindi le più vaste e le più piccole, le

più diffuse, ma ecco qualcuna è proprio nascosta, ce l'hanno solo quei due... Cosa fare? Si può veramente fare qualcosa contro questo inquinamento? Si può misurare, controllare, contrastare? E con cosa? L'ecologia umana è tutto quello che combatte l'inquinamento sociorelazionale, è l'opera di pulizia attiva e volontaria del disinquinamento umano.

Fattori disinquanti:

- 1) La possibilità economica generalizzata
- 2) La libertà, il numero di atti quotidiani di libertà data e condivisa, responsabilizzata, non solo come caratteristica di specie, ma come risorsa di liberazione, di disinquinamento sociorelazionale.
- 3) La ricerca e la costruzione di circolarità sociali, condominiali o tematiche, più ampie delle diadi interpersonali (è anche una risposta ai lati negativi delle famiglie mononucleari); vanno affrontati problemi di ingegneria della socialità.
- 4) Una maggiore fisicità della comunicazione umana per ricreare i bacini di interazioni che rendano di nuovo possibile e "contattile" l'amicizia tra umani. L'ambientalista umano organizza incursioni di fisicità comunicazionale, rieduca e riabilita. (Cfr. A.Coppola, Scritti sull'ecologia umana)

### **L'emergenza ambientale "interna", psicocorporea, ha bisogno delle antiche/nuove visioni che utilizzano l'arte nei contesti del disagio**

Per ragioni storiche, culturali e sociali molto complesse che possono in parte riferirsi alla crisi dei modelli prevalenti, molto si è diffuso il ricorso alle cosiddette terminologie terapeutiche "alternative". Senza voler entrare nel dettaglio di questi problemi, va da sé che, oggi, vi è un bisogno diffuso di visioni complessive che un tecnicismo non sempre umanizzante appare non soddisfare.

La musicoterapia e la danzavimentoterapia (diciamo tutte le discipline di ricerca ed intervento che utilizzano l'arte nei contesti del disagio), pur sicuramente collocandosi in una visione olistica dell'essere umano, non sono collocabili nell'ambito delle pratiche "alternative" per le seguenti ragioni:

- a) "Alternativo" vuol dire letteralmente "al posto di qualcos'altro" ed esse non si pongono in antitesi ad alcun tipo di intervento di miglioramento o risocializzante o psicoeducativo.
- b) Esse nel momento in cui si collocano nell'ambito dell'intervento non farmacologico, pur non escludendolo non possono essere considerate per questo pratiche alternative.
- c) Nel momento in cui la prassi di queste discipline ha sempre lavorato avendo la massima disponibilità ad essere testata e valutata secondo metodiche condivise dalla comunità scientifica, questa prassi si colloca del tutto nell'alveo delle metodiche potenzialmente "ufficiali".

Nella maggior parte dei luoghi e dei dispositivi deputati alla costruzione del senso di appartenenza alla comunità come le scuole o anche negli spazi della cura, della riabilitazione e della socializzazione dell'handicap fisico, psichico e sociale troviamo operatori che pongono in atto degli interventi che prevedano l'uso sistematico di quelle che solitamente nella nostra cultura definiamo arte e che non hanno come scopo principale la formazione tecnica (finalità ovviamente lecitissima per un progetto scolastico, accademico o di acquisizione di competenze finalizzate all'inserimento lavorativo o anche semplicemente per il piacere di accrescere il proprio saper fare)

ma si pongono invece, in maniera esplicita, come interventi finalizzati al miglioramento delle relazioni e ad una migliore modulazione del proprio mondo emozionale.

In particolare non è facile trovare una scuola, un centro diurno o una comunità che non abbia un laboratorio espressivo in cui si realizzino procedure riferibili alle discipline in oggetto, con la finalità di creare un migliore clima relazionale, rieducare e riabilitare.

I principali obiettivi di questa costellazione di metodi possono essere inseriti nella riflessione sui seguenti temi:

1. un superamento della dicotomia mente-corpo;
2. un occuparsi non solo della persona francamente malata ma anche della persona "sana", con finalità peraltro non solo preventive ma anche di consolidamento del "benessere" che viene sempre più inteso sia come diritto individuale che come dovere sociale, tanto che si è aperto un dibattito mondiale sull'inserimento del livello di benessere degli individui nel PIL;
3. un considerare con particolare attenzione la dimensione culturale del soggetto, ritenendola un aspetto fondativo e non secondario per la persona e presupponendo l'idea che ognuno di noi è costantemente in relazione dinamica con più modelli culturali;
4. un considerare sempre come punto di partenza una **visione ecologica** del soggetto, ovvero una visione sia unitaria che molteplice, la quale non possa prescindere anche dal sistema complesso di relazioni in cui la persona vive;
5. il considerare necessario per migliorare la qualità della vita delle persone, fare leva soprattutto sulle risorse e competenze proprie del soggetto nella loro accezione più ampia e, in questo ambito, il ritenere la creatività come una caratteristica universale delle persone e dei gruppi, non di esclusivo appannaggio di pochi privilegiati "artisti";
6. un porsi costantemente in ambiti interdisciplinari e, in particolare, quando queste metodiche vengano applicate in campo clinico, considerare come **necessaria** la collaborazione con figure professionali come quelle del medico o dello psicologo;
7. una costante e determinata attenzione e conoscenza degli studi di neuroscienze, di fisica quantistica, delle discipline che studiano i sistemi di autorganizzazione della materia vivente.

Tali metodiche di aiuto e di sostegno, a volte vengono sommariamente definite "non convenzionali", "olistiche" o addirittura "alternative".

Questi termini, sia pure di uso frequente, **non fanno giustizia** dello spessore di ricerca.

Tra l'altro ingenerano un equivoco, ipotizzando una collocazione di queste metodiche in un'area "altra", lontana ad esempio dalle possibilità di verifica rigorosa e di collocazione in ambiti metodologici consolidati.

Nel nostro paese, come peraltro anche in tutta Europa, assistiamo ad un costante aumento della domanda in questo variegato settore, con variegati sviluppi che si auspica definiscano e delimitino queste varie aree metodologiche. Tale quadro in evoluzione migliora con eccessiva lentezza anche a causa di diffusi pregiudizi artistici, scientifici e corporativi.

Nel momento in cui le nostre società confermano la scelta di modelli di welfare, non è più possibile ragionare sulla malattia escludendo il problema dei costi sociali, umani ed economici delle patologie.

Prevenire le disabilità e l'esclusione (a qualunque livello) determina una inevitabile ricaduta positiva a tutti questi i livelli, per l'appunto sociali, umani ed economici.

La salute e il benessere non appartengono quindi più solo all'individuo (ammesso e non concesso che mai siano appartenuti esclusivamente alla sfera individuale) e devono dunque trovare posto nel discorso sulla collettività nel suo insieme.

In altri termini tale sviluppo risponde alla sempre più diffusa e radicata visione del benessere e della salute come doveri sociali, sia della collettività nei confronti del singolo sia del singolo verso la collettività.

Solo per fare un esempio specifico, pensiamo al problema degli anziani non autosufficienti. L'aumento dell'età media non sempre corrisponde infatti, come sappiamo, ad un reale benessere per tutto l'arco della vita.

Diffondere quindi dei programmi di prevenzione delle disabilità legate alla senescenza potrebbe, nel quadro di un'adeguata programmazione, corrispondere ad enormi risparmi economici da parte del Servizio Sanitario Nazionale (oltre, ovviamente, a ridimensionare significativamente le sofferenze e i disagi degli anziani stessi e delle loro famiglie).

In base a quanto esposto invitiamo tutti i protagonisti delle discipline di ricerca oggetto della riflessione, operatori, centri, scuole, cittadini interessati ad ampliare la riflessione in corso.