

Musicoterapia Definizione

La musicoterapia è un'attività che ha per oggetto la cura della salute dell'uomo e impiega, come primario strumento di lavoro, la relazione tra paziente e terapeuta quale essa si configura attraverso l'espressione sonora e musicale.

La disciplina è applicabile praticamente a tutti i campi psicopatologici, a tutti i disadattamenti psicosociali e a tutte le forme di ritardo dello sviluppo.

La specificità della musicoterapia applicata ai quadri psicopatologici è legata alla capacità della musica di evocare affetti primari ed emozioni distinte, proiettando, stimolando, armonizzando o trasformando lo stato del paziente ai fini del raggiungimento di livello di sviluppo più maturi.

La musica va combinata con la terapia. Una teoria musicoterapeutica centrata solamente sulla natura dell'esperienza musicale sarebbe insufficiente.

La musica è presente in ogni età dell'uomo e in ogni cultura, dall'epoca intrauterina alla vecchiaia. Accompagna l'essere umano nelle sue attività, lo aiuta ad esprimere le sue emozioni, funge da stimolo all'attività psicomotoria e tant'altro.

All'essere umano, già in epoca fetale, la presenza del mondo si annuncia essenzialmente attraverso le vibrazioni che il corpo materno riceve, produce e gli trasmette.

Tanto che molto particolare appare la somiglianza tra feto in gestazione e padiglione auricolare: l'uno sembra quasi sovrapponibile all'altro. Non a caso per la medicina cinese, il padiglione è la traduzione delle varie parti del corpo.

La stessa prima relazione intersoggettiva e quindi la prima comunicazione dell'essere umano, è altamente musicale. A dimostrarlo è la "baby talk", la comunicazione preverbale tra madre e bambino caratterizzata da semplificazioni, amplificazione del tono di voce, enfaticizzazione dei contorni melodici.

Nella storia dell'umanità, la musica e la medicina hanno sempre mantenuto una stretta relazione.

L'approfondimento della musica nel campo delle neuroscienze si è sviluppata notevolmente negli ultimi anni. L'evoluzione di strumenti tecnologici come la Risonanza magnetica funzionale (fMRI) o la Stimolazione magnetica transcranica (TMS) ha permesso di visualizzare le parti attive del cervello durante l'elaborazione degli stimoli musicali dimostrando che lo stimolo sonoro musicale è capace di attivare più aree cerebrali distinte tra loro.

In altre parole, la musica produce elasticità mentale, ossia la capacità del cervello di modificare la propria struttura e la propria funzionalità, in base sia a stimoli interni e sia a stimoli ricevuti dall'ambiente esterno; in questo caso stimoli sonori.

Le recenti scoperte dimostrano che l' ascolto della musica è un' esperienza gratificante e che attiva il sistema dopaminergico della gratificazione e pertanto offrono ancora maggior sostegno all' idea che la pratica musicale possa essere lo strumento perfetto per la riabilitazione.

La musicoterapia presenta due modalità d' impiego: passiva (o ricettiva) e attiva (o produttiva).

1. Nella **musicoterapia passiva** si fa ascoltare al paziente della musica o dei suoni, lasciando che gli effetti vadano direttamente a modificare il terreno neuropsichico. Si ottiene così il miglioramento delle funzioni neuro-cognitive (ideazione, attenzione, concentrazione, memoria), il miglioramento della capacità di modulazione dell' umore (con effetti sulla psicomotricità e sul rilassamento) e si riesce ad incidere su attività corticali superiori come l' apprendimento e l' immaginazione;

2. La **musicoterapia attiva** si presenta invece come una tecnica specialistica di miglioramento della comunicazione, che cerca di favorire il contatto con le proprie emozioni e la possibilità di esprimerle. Il paziente suona e produce musica utilizzando strumenti musicali, si muove utilizzando il suo corpo, canta. La voce non è solo considerata uno strumento musicale ma è qualcosa di più profondo, è la persona stessa che si esprime e si manifesta attraverso il suono.