

## PROGETTO MUSICOTERAPIA DI GRUPPO



La musicoterapia è una modalità di approccio alla persona basata sull'uso della musica come strumento educativo e riabilitativo. È usata in molte condizioni patologiche ed è un approccio terapeutico riabilitativo, coadiuvante e complementare. Sebbene non sia ancora riconosciuta dalla medicina ufficiale, la musicoterapia è usata per le patologie legate alla disabilità mentale e per i deficit motori. Viceversa la scienza è da tempo interessata agli effetti benefici della musica sulla psiche e sul corpo. Molte ricerche sono incentrate sulla neurochimica della musica, perché l'essere umano è chimica, sia nel corpo che nella psiche. Il punto fondamentale sta allora nella capacità delle vibrazioni musicali, di modificare alcuni squilibri agendo sulla chimica e sulla salute psicofisica.



*La musica aiuta a conoscersi meglio, sondando con cautela e tranquillità le fragili pieghe del nostro corpo psichico. Le motivazioni che muovono le persone ad ascoltare o a produrre musica nascono dalla necessità pressante di entrare in una dimensione mentale che permetta il contatto con la propria sfera emotiva, dove è possibile la strutturazione di uno spazio immateriale gestibile secondo le regole della propria fantasia.*

L'ascolto della musica allora non è semplicemente strumento ludico o di rilassamento, ma un vero e proprio strumento terapeutico che supporta le discipline mediche. La musica è fatta ascoltare ai bambini nel grembo materno (con risultati scientificamente accertati), è persino una disciplina di studio a scuola. La musica accompagna da sempre la vita dell'uomo, da quando lo stesso ha cominciato ad agire come forma intelligente. E infatti la musica ha sempre accompagnato le manifestazioni della cultura umana. È così per le cerimonie e i riti come battesimi, matrimoni e funerali; altrettanto dicasi per la poesia e per le rappresentazioni sceniche. La musica infatti esprime i sentimenti e gli stati d'animo, comunica messaggi ed emozioni, in altre parole è il *sottofondo dell'umanità*. Non stupisce affatto quindi l'utilizzo della musicoterapia come coadiuvante delle cure mediche, in quanto generatrice di benessere psicofisico. La musicoterapia agisce su molte sfere: comunicazione, motricità, relazione, apprendimento, espressione, grazie al linguaggio sonoro musicale e ai suoi stimoli non verbali. La musicoterapia è dunque in grado di sollecitare risposte spontanee, frutto di una relazione nella quale le parti si connettono e si riconoscono. In tal modo la musicoterapia è in grado di originare un incontro di conoscenza di sé e dell'altro. A seconda del paziente un terapeuta sceglie di utilizzare la musicoterapia attiva o recettiva, per poter entrare in contatto con le sue più intime peculiarità. Ovviamente l'una non esclude l'altra a priori e il percorso terapeutico spesso oscilla tra i due approcci.

- **Musicoterapia attiva:** è l'azione del suonare. L'interazione tra paziente e terapeuta è incentrata sulla produzione di suoni mediante l'uso della voce, di strumenti musicali o di oggetti.
- **Musicoterapia recettiva:** è l'ascolto di suoni e/o brani musicali. Non è però un'attività passiva, perché stimola delle azioni mirate come la percezione e l'immaginazione attraverso l'elaborazione delle melodie e dei suoni.





## Scopo

Il progetto ha come scopo aumentare momenti per i ragazzi di scambio, di collaborazione, di esperienze positive fatte con la musica.

Gli incontri sono articolati su diversi temi che avranno un filo conduttore il suono, e il suo potere inclusivo.

Il laboratori avranno inizio da ottobre e finiranno a maggio con una cadenza di una volta a settimana.

## Finalità:

Valorizzare il ragazzo nella sua globalità rafforzandone le funzioni cognitive e la buona relazione con gli altri, stimolandolo nell'utilizzo della sensorialità e della fantasia. Divertendosi tutti insieme con la musica.

## Obiettivo generale:

Migliorare le qualità della vita e le relazioni sociali.

## Obiettivi specifici:

- Potenziare la socializzazione (la musica, come attività sociale, agisce sul piano della prevenzione, facilita la comunicazione; consente l'integrazione del gruppo, la partecipazione e lo stabilirsi di legami interpersonali, il rinforzo dell'identità del singolo, l'emergere di sentimenti positivi originati dalla sensazione di appartenenza); Un lavoro di questo anno sarà sulla voce sul tirar fuori ai ragazzi un sé sonoro attraverso canti, filastrocche, musiche canti intonate delle vocali ecc.....
- Incentivare la ricreazione (la musica può essere fonte di godimento, di gioia e di divertimento spontaneo; essa dà un piacere momentaneo che non richiede sforzo di apprendimento né implica preparazione);





- Aumentare la gratificazione (l'influenza di un clima musicale incoraggia visibilmente l'attività generale, l'espressività e la creatività, aumentando la considerazione di se stessi e l'autostima);

L'uso dello strumento offre la possibilità di comunicare e quindi di aprire una strada a molteplici forme di interazione, di correlazione e di abilità interpersonali.

### **Attività'**

Attività ritmica propedeutica

Attività strumentale con strumentario ORFF

Apprendimento per imitazione

Giochi musicali

Potenziare il senso ritmico e favorire il conseguimento della coordinazione motori

Attività di yoga e movimento con piccoli esercizi

### **MODALITA'**

I ragazzi che avranno bisogno saranno affiancati per tutto il loro percorso solo se ritenuto necessario da un operatore.

### **Materiali e sussidi:**

L'intervento prevede un setting adeguato costituito da:

- Un'aula ampia e luminosa provvista di stereo
- Maracas
- Triangoli
- Bastone della pioggia
- Legnetti
- Palloni grandi per movimenti ampi
- Tastiera





- Tamburo a cornice
- Teli colorati piccoli, telo grande elastico,paracadute
- Tutto lo strumentario per fare karaoke

Musicoterapista e Arteterapeuta

Laura Zanchiello



**ASSOCIAZIONE HAPPY TIME INFERNETTO ONLUS**

Tel. 327- 492015

[info@associazionehappytimeinfernetto.org](mailto:info@associazionehappytimeinfernetto.org)  
[www.associazionehappytimeinfernetto.org](http://www.associazionehappytimeinfernetto.org)

