

*La ballerina e il musicista.  
acqua e musica  
terapia vincente nella disabilità*

*Congresso Internazionale F.A.A.E.L. Evreux 2007*

*Di Paola Ulrica Citterio*

Riassunto:

Il mio lavoro consiste nel ricercare e sperimentare in acqua tutte le attività tutte legate alla motricità, alla relazione interpersonale, alla comunicazione, al rilassamento, allo sviluppo delle capacità intellettive utilizzando sia la voce che differenti strumenti musicali e non, con bambini diversamente abili. Questo percorso musico-terapeutico è stato da me ideato e adattato ai singoli allievi, rispettando le loro esigenze, bisogni e interessi.

Attualmente mi occupo di tredici bambini, ognuno con una sua storia e problema.

Ogni lezione, di trenta minuti, si svolge singolarmente in una piscina di 6x3 metri alta 1.20 metri, con una temperatura di 33°C circa.

In occasione di questo congresso presenterò due diversi interventi musicoterapici: Chiara, la ballerina e Manuel, il musicista.

Chiara ha quasi nove anni e soffre dall'età di due anni di una grave forma di distrofia muscolare, la SCARMD. Grazie al lavoro svolto insieme in acqua nell'arco di questi tre anni, Chiara è riuscita a mantenere delle competenze che altrimenti avrebbe perso, come il camminare, avanzare prona e supina suonando e cantando, muovendosi sempre in modo libero e autonomo. Danzare sott'acqua è comunque la sua specialità: mantenendo ottime apnee è capace come nessun altro a esprimere dolcezza, forza, fragilità, creatività e libertà. I nostri incontri, nonostante l'inevitabile peggioramento dovuto alla malattia, sono utili non solo per preservare posture e schemi corporei, ma soprattutto sono diventati per lei "l'unica fonte di benessere psicofisico". I momenti di tristezza, di paura, di insicurezza, di inadeguatezza, di stanchezza passano in un

secondo piano dopo che lei ha affrontato una seduta di musicoterapia in acqua con me.

Manuel ha quasi otto anni, nato prematuro alla 31° settimana di gestazione, ha avuto un'emorragia intraventricolare associata a lesione ischemica con sviluppo di idrocefalo, soffre di una diplegia spastica. Quando ha iniziato la terapia due anni fa, camminava solo con sostegni e tutori, col lato sinistro del corpo più compromesso, sofferente di diverse crisi epilettiche nell'arco del mese. Grazie all'attività svolta suonando gli strumenti musicali sopra e sotto l'acqua, il suo equilibrio, le posture, le spinte, il galleggiamento, lo stato di rilassamento, sono così migliorati che ora Manuel inizia a camminare senza sostegni con una mano sola, ha diminuito fortemente le crisi epilettiche, ha iniziato a farsi capire col linguaggio parlato, ha acquisito più sicurezza, coraggio, maggior autostima, serenità, sta imparando a giocare e a rilassarsi in posizione prona e supina. Ama tuffarsi, saltare, correre, suonare urlando, restare in ascolto di sé, degli altri e dell'ambiente circostante. Manuel è in continua evoluzione. La sua "spensieratezza", la sua "vivacità", la sua "creatività" lo porteranno ad essere sempre più autonomo e comunicativo.

L'empatia tra l'allievo e il terapeuta che si crea nell'acqua, grazie al suo abbraccio sonoro è unica. L'amalgama acqua -musica è quindi una terapia vincente.