

Suonala di pancia la tua gravidanza

Modello di riferimento:

Il percorso fonda le sue basi metodologiche ed etiche nel modello Benenzon.

“la musicoterapia non usa lo stimolo sonoro-musicale come farmaco. Utilizza gli strumenti corporeo - sonoro - non verbale per mediare e/o favorire la relazione.”

Il Percorso:

Durante la gravidanza la donna inizia il suo percorso di comunicazione con il bambino che cresce in lei.

I tempi di questa comunicazione spesso non vengono rispettati dai ritmi di vita delle future mamme che si trovano a lavorare quasi fino al parto e comunque a vivere e spostarsi in una città.

Questo percorso vuole dare un contenitore per poter entrare nel tempo di questa nuova comunicazione assecondando gli strumenti primari di relazione quali: battito cardiaco, respirazione, movimenti del bambino.

Nella pancia il bambino percepisce le sensazioni della madre attraverso la variazione di battito cardiaco e respiro. Per questa ragione si lavora sulle sensazioni delle donne: questa capacità di ascoltarsi aiuta nella comunicazione con il bambino che appena nato è molto connesso alle emozioni materne (banalmente se la madre è tesa il bambino non si addormenta quindi la mamma deve lavorare su di se per curarsi del bambino).

La musica e la libera espressione musicale sono una possibilità per mettersi in connessione con le proprie emozioni evitando la difficoltà di doverle esprimere a parole.

Il percorso viene guidato da pochi stimoli che funzionano sostanzialmente come opportunità ma quanto più possibile lo spazio deve rimanere poco direttivo.

Il ruolo del musicoterapeuta è quello di contenere il tempo e lo spazio. L'accompagnamento non prevede nessuna forma di stimolazione musicale, di giudizio o di invasione.

Il viaggio nei propri ricordi sonori che affondano le radici anche nell'infanzia aiutano la mamma in un processo di identificazione aumentando l'ascolto attento e dedicato.

L'uso della voce permette un'espressione profonda, per questo a volte è poco usata, ma può diventare una possibilità per comunicare dopo

che il bambino è nato. Insieme all'odore, la voce è la cosa a cui il bambino presta il suo maggior interesse.

Il percorso punta dunque a scoprire dei possibili strumenti in più per la conoscenza di sé e del bambino.

Musica:

La musica rappresenta senza alcun dubbio uno strumento trasversale e accessibile a tutti coloro che in qualche misura sono affascinati dal suono.

L'approccio allo strumento e alla voce non è da intendersi nella sua natura estetica, l'obiettivo non è formare musiciste.

La nostra vita sonora affonda le sue radici nelle voci di chi ci circondava da piccoli, nei toni che usavano, nelle declinazioni dei nomi con cui venivamo chiamati, nel battito cardiaco di nostra madre. Gli strumenti messi a disposizione vengono scelti in base al gruppo che si crea.

Possono essere aggiunti degli elementi sia dal musicoterapeuta che dalle mamme ma nessun strumento potrà essere tolto prima della conclusione del percorso. Per questo motivo si parte tendenzialmente con un "gruppo operativo strumentale" ristretto.

Gli strumenti sono tutti forniti dalla musicoterapeuta.

A chi è dedicato:

Il percorso è dedicato a donne dal quinto mese di gravidanza.

Una volta costituito il gruppo non vengono aggiunte persone.

Le future mamme vengono seguite fino alla fine dell'ottavo mese.

Marta Rossi