



Musica e comportamento

ERASMUS+ n° 2021-1-IT-02-KA220-ADU-000033494

Il supporto della Commissione Europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un avallo dei contenuti, che riflettono solo le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che potrebbe essere fatto delle informazioni in esso contenute.



"Sai che puoi usare la musica per calmare o aiutare il tuo caro quando presenta alcuni disturbi comportamentali legati alla demenza?"

"Lavoravo al centro diurno Alzheimer da un mese. Non c'era giorno in cui non rimpiangessi di aver cambiato lavoro! Poi un giorno ho preso la chitarra e tutto è stato diverso, perché abbiamo cantato, riso e pianto. Insieme.

Quando la musica finì, quasi nessuno degli utenti sembrava ricordare cosa fosse successo. Ma io sì. Per la prima volta li ho guardati e ho sentito una certa vicinanza con loro, ho capito che era possibile... E che sarebbe stato anche bello".

Queste sono le parole di un'educatrice di un centro diurno per persone che soffrono di Alzheimer.

La musica rappresenta una grande risorsa per la relazione con le persone affette da demenza, non solo nelle strutture residenziali o nei centri diurni, ma anche a casa.

La musica è un linguaggio antico che diventa una forma di espressione perché strettamente legato al nostro mondo interiore, ai nostri ricordi, alle nostre emozioni più profonde e quindi strettamente connesso al bisogno di comunicare tali esperienze.

Proprio per questo motivo la musica diventa uno strumento di comunicazione fondamentale per generare benessere e creare un momento di condivisione con la persona affetta da demenza.

La musica, così intesa, serve soprattutto a trovare una connessione, uno spiraglio, quella fessura che ci permette di ritrovare il nostro caro e di riscoprirlo.

Inoltre, la musica permette alla persona amata di riconnettersi con se stessa, di riconoscersi e di riconnettersi a un mondo che spesso viene vissuto con paura e disorientamento.

La musica diventa quindi un solido aggancio sensoriale, un modo per "tornare a casa".

"Lucio poteva rimanere seduto in poltrona per ore, fissando il vuoto. Poi, un giorno, l'operatore, in piedi accanto a lui con un piccolo gruppo di utenti, gli ha proposto di ascoltare un po' di musica. Immediatamente la sua seduta è cambiata, si è seduto più dritto, ha sorriso, ha guardato negli occhi Paola".

Non ci sono regole fisse nell'uso della musica: molto dipende dalla persona che abbiamo di fronte. Conoscere le canzoni e i cantanti che hanno costituito la colonna sonora della vita della persona di cui ci si prende cura permette di trarre spunti per utilizzare la musica in vari modi per vari scopi.

Tutte queste emozioni possono aiutare a distogliere una persona da un pensiero fisso, una canzone familiare e amata può avere un immediato effetto rilassante e aiutare a



distogliere il pensiero dalle illusioni e dagli stati di agitazione psicomotoria.

La gamma di emozioni suscitate dalla musica può riattivare alcune abilità, dandoci la possibilità, ad esempio, di avere un momento di scambio con una persona che solitamente è apatica.

La musica è un potente richiamo alla vita.

Con alcune persone la musica funziona come stimolo al movimento, a volte è più facile ballare che camminare per spostarsi: è come se tutto diventasse più fluido. Alcuni operatori di strutture residenziali utilizzano la musica per facilitare i momenti di igiene e di cura della persona, anche semplicemente cantando, perché anche l'operatore può beneficiare dello stesso effetto: far ascoltare una canzone alla persona che stiamo assistendo ci aiuta a prestare più attenzione, a cercare più contatto e a rilassarci.

"Consolata non ha mai voluto alzarsi dalla sedia. Rimaneva lì sorridente, senza parlare.

Poi un giorno venne l'idea di mettere in scena un tango: era un'assidua frequentatrice di sale da ballo e bastavano poche note per farla alzare e condurla in bagno ballando. Prima erano necessari due operatori per farla alzare".

Ecco, con la musica a volte tutto diventa più semplice e tutto più bello.