

QUADERNI DI MEDICINA DEL LAVORO
ERGONOMIA E TERAPIA OCCUPAZIONALE

I

Direttore

Marcello IMBRIANI
Università degli Studi di Pavia

Comitato scientifico

Pietro APOSTOLI
Università degli Studi di Brescia

Giacomo BAZZINI
Istituto Scientifico di Riabilitazione Fondazione “Salvatore Maugeri”

Fabio BUZZI
Università degli Studi di Pavia

Carlo Francesco CALTAGIRONE
Università degli Studi di Roma “Tor Vergata”

Enrico PAGGI
Istituto Scientifico di Riabilitazione Fondazione “Salvatore Maugeri”

Gabriele PELISSERO
Università degli Studi di Pavia

Alfredo RAGLIO
Università degli Studi di Pavia

QUADERNI DI MEDICINA DEL LAVORO ERGONOMIA E TERAPIA OCCUPAZIONALE

I “Quaderni di Medicina del Lavoro, Ergonomia e Terapia occupazionale” vogliono portare un contributo, non solo per gli specialisti del settore o di altre discipline, ma anche per il medico di base, affinché si possa prestare costantemente attenzione alle possibili inferenze del lavoro sulla salute dell’individuo. In questo modo si potrà agire su un livello di prevenzione primaria attraverso mezzi tecnici sui fattori di rischio e sull’organizzazione sociale–produttiva attraverso apposite norme che devono rendere compatibili tra loro produzione e tutela della salute. La complessità dei rapporti tra salute e lavoro ha reso necessario lo sviluppo di competenze che hanno acquistato dignità di specializzazioni afferenti all’area della Medicina del Lavoro (Igiene Industriale, Psicologia del Lavoro, Epidemiologia).

All’interno della collana particolare rilievo sarà dato ad argomenti di “Ergonomia”, disciplina intesa come metodologia di analisi e progettazione, che consente di costruire, gestire e migliorare situazioni ed esperienze che influiscono sulla percezione delle persone riguardo la soddisfazione complessiva dei loro bisogni e desideri. Saranno trattati inoltre, argomenti di “Terapia occupazionale”, una disciplina riabilitativa che si occupa dell’apprendimento e del riapprendimento, in condizioni patologiche, delle attività della vita quotidiana e che si prefigge come obiettivo principale il massimo recupero dell’autonomia e dell’indipendenza, finalizzato al massimo grado di integrazione familiare, sociale e lavorativa del soggetto disabile. Ulteriori interessi della collana saranno i temi legati agli aspetti medico–legali, all’igiene ambientale e all’economia sanitaria; l’importanza di quest’ultima nel campo della Medicina del Lavoro è sempre più evidente.

Musicoterapia

Teorie, applicazioni, ricerca, formazione e professione

a cura di

Alfredo Raglio



Copyright © MMXIII
ARACNE editrice S.r.l.

www.aracneeditrice.it
info@aracneeditrice.it

via Raffaele Garofalo, 133/A-B
00173 Roma
(06) 93781065

ISBN 978-88-548-6703-1

*I diritti di traduzione, di memorizzazione elettronica,
di riproduzione e di adattamento anche parziale,
con qualsiasi mezzo, sono riservati per tutti i Paesi.*

*Non sono assolutamente consentite le fotocopie
senza il permesso scritto dell'Editore.*

I edizione: novembre 2013

Indice

- 9 Presentazione dell'opera
- 11 Musicoterapia, Medicina del lavoro, Ergonomia e Terapia occupazionale: quale nesso?
Alfredo Raglio, Marcello Imbriani
- 17 Introduzione alla Musicoterapia
Alfredo Raglio
- 33 Tecniche e prassi
Gerardo Manarolo
- 53 Ambiti applicativi: la letteratura
Stefano Navone
- 79 La ricerca in ambito musicoterapeutico
Alfredo Raglio
- 95 Relazione, osservazione e valutazione del processo nella prassi musicoterapeutica
Marta Gianotti, Chiara Imbriani
- 111 La formazione in musicoterapia
Claudio Bonanomi
- 127 Uno sguardo alla professione
Maria Emerenziana D'Ulisse, Fabio Plocco
- 145 Conclusioni

Presentazione dell'opera

Il volume si propone di introdurre il tema della musicoterapia trattando i differenti ambiti che caratterizzano tale disciplina. Ad essi afferiscono alcuni aspetti relativi ai contenuti e alla scientificità degli stessi e altri riferibili alla formazione e alla professione.

Emerge una situazione decisamente ricca e articolata nonostante la complessità e la necessità di un'ulteriore definizione a tutti i livelli (scientifico, applicativo, professionale e normativo).

La stessa appartenenza del volume a una collana dedicata a tematiche apparentemente lontane dall'ambito musicoterapeutico pone in evidenza come siano possibili legami con discipline fino a oggi considerate estranee al tema trattato, quali, appunto, la Medicina del Lavoro, l'Ergonomia e la Terapia Occupazionale.

Il Capitolo introduttivo dell'opera, "Musicoterapia, Medicina del Lavoro, Ergonomia e Terapia Occupazionale: quale nesso?" (A. Raglio, M. Imbriani), riprenderà i possibili legami tra questi ambiti e la musicoterapia.

Il volume, successivamente, tratterà le tematiche più specifiche della disciplina sviluppando alcuni concetti scientifici di fondamentale importanza che definiscono le basi psicologiche e neuroscientifiche su cui poggia la musicoterapia. Tali aspetti verranno considerati nel capitolo "Introduzione alla musicoterapia" (A. Raglio).

Il capitolo seguente considererà invece gli aspetti legati alle "Tecniche e prassi" (G. Manarolo), mentre nel capitolo "Ambiti applicativi: la letteratura" (S. Navone) sarà presentata un'ampia revisione della letteratura scientifica (nazionale e internazionale) che riporta alcuni tra i più significativi studi (qualitativi e quantitativi) riferiti ai principali ambiti di applicazione della musicoterapia.

Ampio spazio è stato lasciato anche al tema della ricerca che costituisce un punto cardine della disciplina e che è alla base del pensiero di chi scrive. La ricerca costituisce infatti una componente fondamentale della musicoterapia che, soprattutto in ambito

nazionale, necessita di un riconoscimento scientifico e istituzionale. Molte esperienze in tal senso sono state avviate presso alcune università e istituti di ricerca con lo scopo di introdurre il metodo scientifico anche in ambito musicoterapeutico. Sono stati inoltre progettati percorsi accademici che possano accrescere il livello formativo del professionista che si occupa di musicoterapia. Il capitolo “La ricerca in ambito musicoterapeutico” (A. Raglio) definisce i contenuti fondamentali della ricerca scientifica e menziona alcune significative esperienze attive sul territorio nazionale. Il capitolo “Relazione, osservazione e valutazione del processo nella prassi musicoterapeutica” (M. Gianotti, C. Imbriani) completerà il tema della ricerca musicoterapia approfondendo le modalità di osservazione e valutazione di quanto accade nell’interazione musicoterapeutica.

L’ultima parte del volume è stata dedicata ai temi della formazione e della professione, trattati rispettivamente nei capitoli “La formazione in musicoterapia” (C. Bonanomi) e “Uno sguardo alla professione” (M.E. D’Ulisse e F. Plocco).

Questi capitoli riportano i contenuti fondamentali relativi ai temi indicati ripercorrendo anche le principali tappe della musicoterapia nei rispettivi ambiti e illustrando le prospettive future, fra cui, ultimo ma non ultimo, il riconoscimento giuridico della disciplina.

Lo scopo dell’opera è quello di divulgare in ambito accademico–scientifico ma anche terapeutico–riabilitativo i contenuti e gli obiettivi fondamentali della musicoterapia cercando di rispondere, attraverso i singoli capitoli, ai principali interrogativi che ci si possono porre e che questa intrigante quanto affascinante disciplina suscita in chi non la conosce.

Il testo fornisce dunque le conoscenze di base della musicoterapia e vuole sottolinearne la possibile valenza terapeutico–riabilitativa in ambiti già ampiamente esplorati ma anche in altri nei quali è possibile coglierne le grandi potenzialità.

Il curatore
Alfredo RAGLIO

Musicoterapia, Medicina del lavoro, Ergonomia e Terapia occupazionale: quale nesso?

ALFREDO RAGLIO, MARCELLO IMBRIANI

L'ambito della musicoterapia nasce e si sviluppa intorno a tematiche di natura psicologico-relazionale, prevalentemente nell'ambito psichiatrico e dei deficit della comunicazione. Il background della disciplina è quindi riconducibile alla valenza comunicativa del suono e della musica e alle loro potenzialità in tal senso. Lo sviluppo della disciplina e la sistematizzazione della stessa hanno successivamente introdotto altre applicazioni cliniche riconducibili al contesto preventivo, terapeutico e riabilitativo. Tali prospettive introducono possibilità applicative anche in nuovi ambiti, contestualizzando la disciplina in modo più ampio e ipotizzando potenzialità terapeutiche a livello psicologico-relazionale ma anche sul piano strettamente riabilitativo.

Riteniamo che la Medicina del Lavoro, l'Ergonomia e la Terapia Occupazionale possano costituire nuovi possibili contesti applicativi in rapporto a problematiche di varia natura che caratterizzano i rispettivi ambiti di riferimento. La Medicina del Lavoro può essere considerata come quella branca della medicina che si occupa della prevenzione, della diagnosi e della cura delle patologie causate dalle attività lavorative. In tal senso si può comprendere come la persona impegnata in alcune professioni in particolare possa essere sottoposta a condizioni psicologiche di stress, ansia e fatica che incidono certamente sullo stato complessivo di salute condizionando anche l'attività lavorativa. L'intervento musicoterapeutico può porsi come possibile risorsa per agire sul piano psicologico e ridurre la componente sintomatologica producendo effetti positivi sulla persona e agendo potenzialmente sul disagio causato dall'ambito lavorativo. Se si considera che una parte dei sintomi sopra menzionati può essere vista come condizione che, almeno in una fase iniziale, non si configura necessariamente come patologia strutturata ma come

condizione transitoria, si può pensare che anche una terapia non farmacologica quale la musicoterapia possa considerarsi una risorsa terapeutica. In tal senso la letteratura documenta alcune interessanti esperienze. Lesiuk (2010) riporta come l'ascolto della musica preferita possa incidere sugli aspetti cognitivi e sull'umore su un gruppo di professionisti dell'ambito informatico; O'Callaghan e Magill (2009) segnalano i benefici della musicoterapia sullo staff oncologico che assiste alle sedute; Taets e coll. (2013) rilevano una significativa diminuzione dello stress dopo un trattamento musicoterapeutico nel personale sanitario che lavora in ospedale; analoghi risultati vengono riportati anche da Lai e Li (2011), mentre Shih e coll. (2009) e Huang e Shih (2011) rilevano come la musica ambientale possa aumentare il livello di attenzione e concentrazione durante l'attività lavorativa. Accanto a queste esperienze credo che si possano cogliere anche alcune potenzialità date dall'evoluzione delle tecniche musicoterapeutiche e dai conseguenti possibili ambiti applicativi. Il concetto di terapia può infatti includere quello di benessere, più comune, ma anche a quello di *empowerment*, meno comune ma certamente di grande attualità. In questo senso possiamo pensare alla musica e a specifiche tecniche musicoterapeutiche come modalità per migliorare e potenziare globalmente la *performance* e lo stato di benessere che la può favorire.

Più specificamente la musicoterapia può agire positivamente come strumento introspettivo, di lavoro personale che induce cambiamenti sul piano psicologico riducendo appunto quei sintomi e quelle situazioni di disagio che possono incidere negativamente sulla persona e sull'ambito lavorativo. Un'altra peculiarità della musicoterapia è data dall'incidenza della stessa sulle relazioni interpersonali. Da un punto di vista culturale la disciplina ha, oltre che basi neuroscientifiche, punti di contatto con la relazione che costituisce l'elemento fondante della terapia. Ciò evidentemente, in modo trasversale, può anche costituire una risorsa nell'ambito lavorativo, soprattutto in quelle professioni che pongono al centro dell'attenzione le competenze relazionali (ruoli dirigenziali, formazione del personale, rapporti esterni, etc) o che richiedono un elevato funzionamento dei team di lavoro.

L'Ergonomia si può ritenere una scienza che ha come obiettivo quello di studiare il rapporto tra uomo e ambiente lavorativo cercando di creare le condizioni per un funzionamento ottimale a vari

livelli (salute fisica e psichica, prestazione e comportamento). Uno degli ambiti di ricerca dell'ergonomia è quello psicologico in cui si opera al fine di ridurre l'affaticamento fisico e mentale e lo stress ma anche di migliorare i meccanismi sensoriali e cognitivi, promuovere la socializzazione creando condizioni facilitanti che possano non solo ottimizzare la *performance* ma anche determinare benessere nella persona. In tal senso il concetto generale di "ergonomia" è applicabile al contesto lavorativo, all'ambiente, agli aspetti psicologici e all'ambito riabilitativo (Dal Cason, 2012).

È ben comprensibile come la musica e la musicoterapia possano collegarsi al concetto di "ergonomia" sopra esposto e facilitare il perseguimento degli obiettivi a esso sottesi.

Il rapporto tra la musicoterapia e la Terapia Occupazionale si ricollega in parte alla possibilità che la terapia con la musica agisca efficacemente sulle relazioni interpersonali migliorando la qualità di vita e motivando la persona su un piano psicologico e di attivazione globale. Crediamo che queste finalità possano accomunare e rendere complementari i due ambiti disciplinari, che, trasversalmente, si rivolgono a situazioni patologiche e in particolare all'ambito della riabilitazione. Alcuni studi riportano esperienze in cui viene utilizzata la musica nell'ambito della terapia occupazionale: sono interessanti alcuni spunti di Craig (2008) che sottolinea come la musica possa costituire un'attività che accompagna la terapia occupazionale, che costituisce essa stessa una terapia occupazionale o che può introdurla predisponendo la persona a una migliore partecipazione. Lee e Nantais (1996) riportano come l'utilizzo della musica elettronica nella terapia occupazionale possa costituire un prezioso supporto in ambito riabilitativo. Più recentemente Turner & Tyas (2012) riportano un caso trattato proprio integrando le due modalità di intervento terapeutico. Anche alcuni studi pionieristici mettono in rapporto la musicoterapia con la Terapia Occupazionale (Light, 1947; Reese, 1952; Correa, 1964; MacRae, 1992). Fondamentalmente l'idea che la musica possa essere utilizzata in questo ambito deriva dal fatto che può migliorare la qualità di vita e ottimizzare la *performance*, aspetti limitati in molti casi da fattori fisici, psicosociali e sociali.

La musica quindi può incidere positivamente su fattori che caratterizzano le attività occupazionali quali: il dolore, il movimento, l'umore, la regolazione emotiva, la motivazione, il livello di attivazione, l'espressione personale, l'attenzione, la memoria, l'apprendimento, la

comunicazione, etc. L'utilizzo mirato della musica e della musicoterapia non può prescindere da una specifica formazione (come anche in questo volume è ribadito) nonostante sia possibile un impiego di tecniche sonoro–musicali, che, pur in assenza di elementi specificamente terapeutici, possa costituire un supporto in ambito riabilitativo (*auxiliary level*, Bruscia, 1998). La definizione di musicoterapia e le relative competenze necessarie per applicare la disciplina in ambito preventivo, riabilitativo e terapeutico costituiscono ancora oggi motivo di confronto e di vivaci dibattiti nello stesso ambito musicoterapeutico (Gold, 2009; Gold *et al.*, 2009; Raglio, 2011).

Riteniamo proficuo che tale confronto continui a esistere (data anche la giovane età della disciplina) e che l'utilizzo terapeutico–riabilitativo della musica possa estendersi, con le doverose cautele e precisazioni, a nuovi ambiti e contesti in cui certamente possono rientrare la Medicina del Lavoro, l'Ergonomia e la Terapia Occupazionale. Ciò potrà avvenire attraverso l'implementazione di specifici programmi formativi che riguardano queste discipline e attraverso una interazione/collaborazione tra i professionisti della musicoterapia e quelli di questi ambiti di intervento.

Bibliografia

- K.E. BRUSCIA, *Defining music therapy*, Barcelona Publishers, Phoenixville PA, 1998.
- R.A. CORREA, *Musical activity in occupational therapy*, «J Bras Psiquiatr», 1964, Vol. 13, pp. 239–54.
- D.G. CRAIG, *An Overview of Evidence–Based Support for the Therapeutic Use of Music in Occupational Therapy*, «Occup Ther Health Care», 2008, Vol. 22, pp.73–95.
- D.L. DAL CASON, *Ergonomic principles and tools for best interdisciplinary psychophysical stress prevention*, «Work.», 2012, Vol. 41S, pp. 3920–2.
- C. GOLD, *All those things with music*, «Nord «J Music Ther»», 2009, Vol.18, pp.1–2.
- C. GOLD, H.P. SOLLI, V. KRUGER *et al.*, *Dose–response relationship in music therapy for people with serious mental disorders: systematic review and meta–analysis*, «Clin Psychol Rev», 2009, Vol. 29, pp. 193–207.

- R.H. HUANG, Y.N. SHIH, *Effects of background music on concentration of workers*, « Work. », 2011, Vol. 38, pp. 383–7.
- H.L. LAI, Y.M. LI, *The effect of music on biochemical markers and self-perceived stress among first-line nurses: a randomized controlled crossover trial*, « J Adv Nurs », 2011, Vol. 67, pp. 2414–24.
- B. LEE, T. NANTAIS, *Use of electronic music as an occupational therapy modality in spinal cord injury rehabilitation: an occupational performance model*, « Am J Occup Ther », 1996, Vol. 50, pp. 362–9.
- T. LESIUK, *The effect of preferred music on mood and performance in a high-cognitive demand occupation*, « J Music Ther », 2010, Vol. 47, pp.137–54.
- S. LIGHT, *Music and occupational therapy*, « Can J Occup Ther », 1947, Vol. 14, pp. 76–8.
- A. MACRAE, *Should music be used therapeutically in occupational therapy?*, « Am J Occup Ther », 1992, Vol. 46, pp.275–7.
- C. O'CALLAGHAN, L. MAGILL, *Effect of music therapy on oncologic staff bystanders: a substantive grounded theory*, « Palliat Support Care », 2009, Vol. 7, pp. 219–28.
- A. RAGLIO, *When music becomes music therapy*, « Psychiatry Clin Neurosci », 2011, Vol. 65, pp. 682–3.
- M.R. REESE, *Music as occupational therapy for psychiatric patients*, « Am J Occup Ther », 1952, Vol. 6, pp. 14–9.
- Y.N. SHIH, R.H. HUANG, H.Y. CHIANG, *Background music: effects on attention performance*, Work, 2012, Vol. 42, pp. 573–8.
- G.G. TAETS, C.J. BORBA-PINHEIRO, N.M. FIGUEIREDO, E.H. DANTAS, *Impact of a music therapy program on the stress level of health professionals*, « Rev Bras Enferm », 2013, Vol. 66, pp. 385–90.
- S. TURNER, R. TYAS, *Joint music therapy and occupational therapy sensory sessions with “Fran: Sensing the seasons”*, « Social Care and Neurodisability », 2012, Vol. 3, pp. 165 – 171.

