

La musicoteràpia i el desenvolupament infantil

Anna Garí
Psicòloga infantil
i musicoterapeuta



14 Moltes persones encara desconeixen la figura del musicoterapeuta, un professional que utilitza la música en un context terapèutic, amb uns objectius diferents dels estrictament lúdics o educatius. Però, cada vegada hi ha més escoles que confien en la tasca d'aquest professional quan recomanen als pares una ajuda terapèutica per al seu fill o filla externa al context escolar.

La musicoteràpia infantil consisteix en l'ús de la música i de les activitats musicals amb l'objectiu d'estimular, millorar o recuperar el desenvolupament correcte dels nens petits en tots els seus àmbits.

En una sessió de musicoteràpia, mentre el nen o la nena s'ho passa bé cantant i tocant instruments, el musicoterapeuta pretén aconseguir que sigui capaç de mantenir l'atenció, que articuli millor les paraules o que construeixi les frases correctament. També

es pot fixar l'objectiu de controlar la hiperactivitat, millorar la conducta o bé l'estat d'ànim en situacions emocionalment difícils.

Per què la música?

La música, per si mateixa, té una sèrie de característiques que la fan molt útil per treballar amb nens. D'entrada, és un recurs que tots els nens coneixen i han experimentat moltes vegades, sovint d'una manera agradable i divertida. A més, de música, en pot fer tothom, del més gran al més petit, del nen més intel·ligent al nen amb més dificultats, del nen que parla al nen que és incapaç de comunicar-se verbalment... I aquesta flexibilitat per presentar-se a tothom en el nivell que cadascú necessita, és un gran valor per utilitzar-lo en teràpia.

No hem d'oblidar que la música ens toca emocionalment, ens activa o ens relaxa físicament, ens fa

treballar el cervell i ens ajuda a relacionar-nos amb els altres. A més, una cançó sempre té moments previsibles encara que sigui el primer cop que ens la canten. Per això, el nen o la nena se sent segur en una sessió de musicoteràpia, perquè sempre és capaç de participar amb èxit en les activitats que s'hi fan.

Com actua la música en una sessió de musicoteràpia?

Segons l'objectiu que es vulgui treballar i les característiques del nen, el musicoterapeuta utilitzarà la música d'una manera o d'una altra. En alguns casos, la música actua com un estímul per facilitar l'aprenentatge de nous conceptes, noves paraules, noves maneres de construir una frase... Seria com quan ensenyem els dies de la setmana amb les cançons de la Dàmaris Gelabert, o quan els nens aprenen l'abecedari a classe d'anglès amb una cançó.

En altres casos, l'activitat musical (tocar un instrument, escoltar una gravació, cantar, etc.) és l'excusa per aconseguir que el nen treballi una dificultat. Així, tocar la flauta pot ser l'excusa per fer exercicis de respiració que sense la flauta podrien resultar força avorrits. O bé tocar en un grup pot millorar la capacitat d'atenció del nen (si ha de tocar els cascavells just després de sentir el triangle), millorar la relació amb altres nens, o augmentar l'autoestima.

Finalment, no podem oblidar que les activitats musicals són engrescadores per als nens i nenes, i això els dona un gran paper com a reforç per aconseguir un treball previ en les tasques que d'entrada no el motivarien gaire.

Abans de començar

Per dur a terme una bona intervenció amb musicoteràpia, el musicoterapeuta ha d'elaborar un estudi adequat per valorar tots els àmbits del desenvolupament del nen o nena. Un cop feta aquesta valoració, el professional establirà els objectius a treballar i planificarà un tractament adequat.

A més, el musicoterapeuta ens preguntarà quines músiques escolta el nen o nena a casa, quines cançons li han cantat de petit, si reacciona especialment a alguna música, o si s'ha interessat per algun instrument, ja que aquesta informació serà bàsica per al tractament. Tots tenim una música preferida, una cançó, una melodia que ens emociona especialment..., i els nens en no són una excepció. Aquesta música especial serà un recurs indispensable per al musicoterapeuta, i servirà de base per a la teràpia.

Què hi fan els nens i nenes, a les sessions?

Cantar: Cantar cançons és una font d'aprenentatge de vocabulari, i els ajuda a treballar l'estructura correcta de paraules i frases. La cançó adequada per a cada activitat dependrà de l'objectiu a aconseguir, l'edat i la capacitat del nen o nena.

Audició musical: Amb l'audició podem treballar principalment l'atenció i la discriminació auditiva, i ens pot servir també per aconseguir moments de relaxació durant la sessió.

Jocs musicals: Són totes les activitats que tenen com a protagonista un instrument o una acció musical, i estan regides per unes normes que s'han de complir i un objectiu que cal aconseguir.

Improvisació vocal i instrumental: La improvisació permet un ambient flexible en què el nen o la nena és lliure de tocar o cantar el que vol, sempre dins d'uns límits. Aquest espai és molt important per als nens i nenes acostumats a un ambient d'aprenentatge molt rígid, i en fomenta l'expressió espontània i la creativitat.

Composició de cançons: Podem animar el nen o nena a compondre una cançó, ja sigui canviant la lletra d'una cançó coneguda o inventant una nova melodia, per fomentar la creativitat i la imaginació. **Viatges musicals:** Amb ajuda de l'audició, podem guiar la imaginació del nen o nena cap a un altre lloc, com si el fiquéssim dins d'un conte en què és el protagonista i li passen coses increïbles...

Tocar instruments: La destresa motriu necessària per tocar un instrument implica un desenvolupament de certes habilitats que poden ser un objectiu en si mateix. Però també tocar en grup o juntament amb el musicoterapeuta implica treballar la relació amb l'altre, l'espera dels tornos, l'escolta de l'altre o la coordinació amb aquest.

Finalment, cal dir que en tot aquest treball terapèutic els pares i mares tenen un paper molt important, ja que les seves pautes educatives, en coordinació amb el musicoterapeuta, seran decisives per a un progrés positiu del fill o filla.