

# APPRENDERE DALLE ESPERIENZE IN AZIONE: LA MUSICA NELLE SCUOLE PER PROMUOVERE LA SALUTE FACENDO FRONTE AL DOLORE ED ALLA PERDITA

**TITOLO:** Learning from experiences in action: music in schools to promote healthy coping with grief and loss

**AUTORI:** Katrina McFerran; Meagan Hunt

**FONTE:** Educational Action Research Vol. 16, No 1, Marzo 2008, 43-54

**PAROLE CHIAVE:** musica; adolescenti; dolore

**Abstract** Questo articolo descrive tre progetti di ricerca che utilizzano una serie di approcci per indagare i benefici della terapia musicale come supporto per i giovani che stanno sperimentando sia il lutto sia la migrazione. Due dei progetti di ricerca utilizzano i principi della ricerca azione nei loro disegni, mentre il progetto originale utilizza un approccio fenomenologico per l'analisi dei dati. Gli autori ritengono che la natura del dolore e della perdita adolescenziale richieda un orientamento partecipante indipendentemente dalla metodologia di ricerca formale utilizzata. All'interno di questo articolo l'approccio di Kurt Lewin alla ricerca azione è utilizzato per organizzare retrospettivamente i cicli di apprendimento che diventano successivamente evidenti agli autori nel riflettere su questa serie di progetti di ricerca. Seguendo la condizione dell'informazione contestuale, i cinque passaggi della ricerca azione sono spiegati come: l'identificazione del problema del dolore adolescenziale nelle scuole; la verità scoperta che era prevista in riferimento alla letteratura; il fare un piano generale per rivolgersi al problema; seguito da tre cicli di azione che sono rappresentati da veri progetti; includendo infine una valutazione di ciascun progetto. I tre cicli indicano che, sebbene le opportunità di libertà e controllo sono state una parte essenziale del processo dalla prospettiva dei giovani, il grado a cui i vari gruppi hanno lavorato verso il tentativo di promuovere un cambiamento all'interno della comunità è risultato inferiore al previsto, con gli adolescenti che sceglievano di focalizzarsi sui loro propri bisogni in ogni caso. Gli autori concludono descrivendo un quarto ciclo di ricerca che tenta più pienamente di lavorare verso il cambiamento di comunità attraverso la preparazione di opportunità più appropriate e di relazioni più forti con la comunità scolastica.

## Riassunto

### Introduzione

Lo scopo primario del presente articolo è discutere la rilevanza dei principi della ricerca azione per condurre ricerca nel setting scolastico sul dolore e sulla perdita in adolescenza. Vengono presentati tre progetti di ricerca che corrispondono al fluire di un unico processo di ricerca azione. La motivazione di ciascun progetto era indagare l'uso della terapia musicale per rivolgersi al dolore ed alla perdita dovuti al lutto ed alla migrazione in adolescenza.

### La professione della terapia musicale

L'applicazione professionale della musica come forma di terapia della stessa natura di quella sanitaria è stata riconosciuta a partire dal secondo dopo guerra. Sebbene la musica sia stata usata terapeuticamente dalle culture di ogni tempo, tuttavia l'accordo su un modello di terapia musicale è stato raggiunto solo recentemente. Questo approccio si è sviluppato in teorie paramediche/psicologiche. I terapeuti musicali lavoravano all'interno di setting istituzionali con persone che combattono contro la malattia mentale, la disabilità ed il disagio. Utilizzavano le proprietà della musica per motivare comportamenti orientati alla salute, facilitare l'insight e promuovere comunicazione ed espressione, ed era esercitata secondo questo modello da istituzioni

registrate. Ci sono stati ultimamente ampi cambiamenti all'interno della disciplina, e la terapia musicale ha iniziato ad essere più ampiamente concettualizzata in un movimento, una "terapia musicale di comunità" che promuove il desiderio di utilizzare la musica in modelli di prevenzione tanto quanto di trattamento. Questo ha richiesto nuove ricerche perché non era possibile trasferire semplicemente le conoscenze acquisite a queste persone che vivono la malattia mentale all'interno della comunità, e non in contesti istituzionalizzati. Sono state condotte ricerche secondo vari approcci, l'approccio partecipante è quello che ha maggiormente dato popolarità alla disciplina. La ricerca azione ha un ingresso recente in questo palco che coincide col nuovo modello di "terapia musicale di comunità" espressa in una particolare epistemologia di ricerca azione. Questo approccio attribuisce importanza al contesto sociale ed ai cambiamenti che vanno oltre l'individuo. Stige (2003) propone uno schema teorico di terapia musicale che incorpora sia la ricerca azione che la terapia musicale di comunità.

### Influenze della ricerca azione

La ricerca azione è un metodo focalizzato sulla promozione di cambiamenti sociali e sull'espansione della conoscenza collettiva, che si basa sull'invitare i partecipanti a prendere possesso del progetto di ricerca e sul riaccendere la loro voce così che essi possano proseguire questo cambiamento. La ricerca azione coinvolge i partecipanti dall'inizio alla fine del progetto di ricerca, superando la separazione positivista fra ricercatore e soggetti. L'approccio originale di Lewin creava una spirale di pianificazione, azione e valutazione. In questa ricerca, oltre alla spirale, ogni progetto ha influenzato lo sviluppo di quello successivo. L'approccio di Lewin includeva 5 passaggi:

- 1) identificazione del problema
- 2) rintracciare la verità
- 3) fare un piano generale
- 4) azione
- 5) valutazione

Nei tre progetti considerati l'identificazione del problema includeva l'individuazione delle difficoltà del dolore e della perdita adolescenziali; la scoperta della realtà includeva la consultazione della letteratura sull'uso della musicoterapia con gli adolescenti disturbati; il fare un piano riguardava il dare forma ai progetti stessi. Azione e valutazione sono presentate nei termini del fatto che ciascun progetto rappresenta un ciclo separato.

### Identificazione del problema

Lo stadio di sviluppo dell'adolescenza è definito come un periodo di formazione dell'identità. Questo comporta lo sperimentare differenti comportamenti per capire chi sono. Spesso ciò avviene nel contesto dei pari, ed anche la percezione che gli altri hanno di loro contribuisce a dar forma alla loro identità. Sebbene siano già in grado di risolvere problemi complessi, il senso della morte viene raggiunto solo al termine dello stadio e quindi gli adolescenti presentano spesso comportamenti pericolosi. L'esperienza della perdita risulta in contrasto con il compito di sviluppo affrontato a quest'età. Le relazioni coi genitori sono spesso ambivalenti a quest'età ed un lutto significa che le basi stabili da cui partire per organizzare tale ribellione risultano scomparse. I ragazzi afflitti sono molto diversi dai loro coetanei, ed il loro desiderio di apparire normali spesso li conduce a comportamenti difensivi che li portano ad essere isolati proprio quando avrebbero bisogno di supporto.

### Verità scoperte

La musica è una strada per supportare i teenager disturbati. La musica apre la strada dell'espressione dei sentimenti che spesso i ragazzi non sono in grado di mostrare negli altri contesti. La letteratura inoltre supporta il valore degli interventi di terapia musicale con gli adolescenti basandosi sulla naturale relazione che si crea fra gli adolescenti e la loro musica. Le

statistiche suggeriscono che i teenager spendono più di 6 ore al giorno ascoltando musica. Spesso la musica rock, pop e rap incarnano il loro desiderio di combattere perciò si sentono compresi. I terapeuti musicali hanno dimostrato che gli adolescenti che hanno subito una perdita, partecipando ai programmi di terapia musicale, hanno utilizzato la musica per esprimere le loro emozioni legate alla perdita. Cantare canzoni familiari è stato scoperto che serve come ponte fra la mente ed il corpo per i rifugiati che hanno subito il trauma della separazione. La terapia musicale condotta in ambienti facilitanti con adolescenti rifugiati aiuta a legarsi maggiormente ai loro pari. Spesso risulta difficile coinvolgere gli adolescenti in terapie sul dolore e convincerli che potrebbero trarne beneficio. La musica, al contrario, è più coinvolgente e non è un parlare dell'esperienza di dolore. Alle scuole viene sempre più chiesto di fornire servizi sociali oltre all'insegnamento, che prima erano normalmente di pertinenza della Chiesa o della famiglia estesa. I gruppi di terapia musicale vanno in questa direzione.

### **Ciclo uno: un'indagine fenomenologia dell'esperienza di terapia musicale per sei adolescenti che hanno subito perdite**

#### Azione

Questo progetto di ricerca nasce da una dissertazione dell'Università di Melbourne in Australia. Si scelse un'analisi fenomenologia perché era il primo progetto ad occuparsi di terapia di gruppo con adolescenti che hanno subito perdite. I giovani ebbero la possibilità di decidere cosa fare in ogni seduta di gruppo e di stabilire cosa condividere. Questo risulta importante in una ricerca azione. Il dolore deriva da un senso di perdita di controllo e da una visione del mondo che molti adolescenti non sono ancora pronti ad accettare. Il gruppo facilita l'espressione del dolore, ma prima essi devono sentire di avere il controllo di alcuni aspetti della loro vita così che possano aver fiducia nelle loro capacità di far fronte alle proprie emozioni.

#### Valutazione

Approcci che danno più potere offrono potenzialmente maggiori benefici ai giovani. La letteratura pone enfasi sull'importanza di sviluppare risposte adattive. Se per alcuni la perdita può dare origine alla malattia mentale, per la maggior parte degli adolescenti è un comportamento adattivo per vivere con una perdita. Molti adolescenti non ricevono supporti adeguati nel momento del lutto; sarebbe necessario dare origine a cambiamenti nella comunità così che essi possano accedere più facilmente al livello di supporto adatto a loro. Lavorare con un approccio fenomenologico ebbe alcuni limiti, e gli adolescenti furono coinvolti solamente in alcuni passaggi della ricerca. Sarebbe necessario un coinvolgimento maggiore degli adolescenti per identificare i bisogni di cambiamento necessari alla comunità per supportare gli adolescenti. Per queste ragioni si decise di condurre lo studio successivo.

### **Ciclo due: il progetto scolastico di tristezza celata**

#### Azione

Il progetto è stato condotto a Limerick da McFerran. L'autore ebbe un incontro casuale con Murphy che aveva appena ultimato un master sulla ricerca azione. L'autore voleva superare i limiti dello studio precedente e favorire una partecipazione dei ragazzi a tutti i passaggi della ricerca. Murphy si raccomandò di comprendere le dinamiche della scuola e della cultura irlandese. I ricercatori iniziarono col fornire, nella stanza dello staff, un'analisi ragionata per indirizzarsi al lutto. Questa strategia non ricevette responso. McFerran incontrò due ricercatori, questi esperti del luogo spiegarono l'inclinazione irlandese a considerare le vite emotive degli studenti come dei libri chiusi e incoraggiarono a lavorare con l'intera comunità per accrescere la consapevolezza del lutto e del suo impatto. I ricercatori decisero di iniziare con focus group con 8 membri dello staff interessati, successivamente proposero una seduta educativa con l'intero staff interessato alla questione chiave

sollevata. A seguito di questi cicli di azione furono ricevuti 7 referenti e questo portò ad un'ulteriore ciclo che coinvolse gli studenti che avevano subito lutti. A causa di limiti di tempo questo ciclo ebbe sia la funzione di focus group che di gruppo di supporto. I giovani furono considerati co-ricercatori e si chiese loro di individuare miglioramenti che potessero essere apportati a scuola per affrontare il lutto. Essi ebbero la possibilità di rivolgersi al loro dolore usando i metodi della terapia musicale. Il gruppo di 4 ore fu la prima occasione per molti studenti per poter parlare del proprio dolore a scuola e di dare origine ad esperienze condivise. Gli studenti durante la seduta scrissero una canzone da suonare all'assemblea per informare la scuola del dolore e della sua forza.

### Valutazione

A seguito del focus group con i giovani, Murphy condusse brevi interviste. I feedback furono positivi, i giovani si dimostrarono interessati a contribuire maggiormente ad educare la comunità scolastica alla perdita ed al dolore. Prima che McFerran lasciasse il Paese i ricercatori svilupparono un piano per cicli di azione e valutazione successivi e ulteriori opportunità di lavorare in gruppo con la terapia musicale. Malgrado queste buone intenzioni, non ci furono cicli successivi. E' ovvio che non ci si è sufficientemente concentrati sui punti di diniego emersi nei primi passaggi del progetto di ricerca. Il progetto non ha raggiunto il suo scopo, sebbene maggior libertà di espressione per i giovani coinvolti sia stata raggiunta. Lo staff rimase esitante e poco volenteroso di ascoltare la voce dei giovani alla conclusione del progetto. Si dimostrò l'importanza di lavorare con l'intera comunità scolastica. Si tentò di lavorare con focus group con gli insegnanti, ma vi fu dedicato troppo poco tempo. Si è dedicato troppo tempo ad una scuola non realmente interessata al progetto, sarebbe necessario coinvolgere scuole maggiormente interessate.

### **Ciclo tre: gruppo di terapia musicale per rivolgersi al dolore e all'appartenenza con giovani rifugiati nella comunità scolastica**

#### Azione

Il progetto fu preso da un master di ricerca dell'Università di Melbourne che lavorò con lo staff e gli studenti di un ESL English as a Second Language school come co-ricercatori.

Tutti i rifugiati di scuola superiore (13-15 anni) furono invitati a partecipare. Si inviò una lettera di invito ai giovani che chiariva le caratteristiche del progetto. Dieci giovani rifugiati rimasero nel progetto dall'inizio alla fine. La fase di azione del progetto incluse 9 sedute di terapia musicale di gruppo con i 10 rifugiati volontari che parteciparono come co-ricercatori. Oltre all'esposizione nella lettera, gli autori rappresentarono una canzone rap al gruppo nella prima seduta che tentò di spiegare il proposito della ricerca nella lingua dei rifugiati. In accordo coi principi della ricerca azione, lo scopo era far sì che il gruppo prendesse possesso del processo di ricerca e conducesse le sedute di terapia musicale come desiderava. Con gli strumenti della terapia musicale doveva occuparsi dell'appartenenza, del dolore e del lutto; tuttavia i partecipanti conoscevano poco l'Inglese, così l'unico linguaggio che li accomunava era quello del corpo o della musica. I rifugiati risultavano essere più interessati a partecipare alle opportunità fornite in ciascuna seduta che non a teorizzare sull'idea di appartenenza o a promuovere cambiamenti nella comunità.

#### Valutazione

Ogni seduta fu audioregistrata e gli autori mantennero un sommario descrittivo-osservativo di ogni seduta. All'inizio si era pensato di coinvolgere i rifugiati in tutti i passaggi della ricerca, compresa la valutazione e l'interpretazione, tuttavia la loro scarsa padronanza della lingua inglese non lo rese possibile. I rifugiati furono capaci di orientarsi all'appartenenza, al dolore ed alla perdita e di condividere pensieri attraverso canzoni come suggerito dalla terapia musicale. In più, il breve tempo di ciascuna seduta fu insufficiente per sviluppare le loro capacità di impegnarsi nella ricerca senza diminuire il potente processo di presa di poteri che si verificava all'interni del gruppo. Questo studio mette in luce le difficoltà di far impegnare i soggetti come co-ricercatori in uno studio

applicato. E' necessario quindi lasciare un tempo sufficiente perché la partecipazione al processo di ricerca possa avvenire spontaneamente, specie coi giovani in contesti educativi.

### Discussione

Il primo progetto ha messo in luce come i giovani che hanno subito una perdita hanno bisogno di sperimentare potere nel processo di ricerca per contrastare la sensazione di perdita di poteri dovuta al lutto. Il secondo dimostra che i giovani possono avere controllo all'interno della comunità scolastica solo se lo staff li supporta. Il terzo indica che anche in una comunità scolastica supportiva gli studenti sono più interessati ai loro problemi di dolore e perdita piuttosto che ad incrementare la comprensione da parte della comunità. In tutti i progetti i giovani non sono risultati pronti per teorizzare i bisogni di cambiamento della comunità. Questo potrebbe essere legato al fatto che essi usano gli altri come specchio di sé per costruire la propria identità. Sebbene una terapia musicale a lungo termine fornisca maggiori opportunità di rivolgersi a scopi più profondi, una terapia a breve termine può incontrare molti bisogni immediati. In tutti e tre i progetti il tempo fu breve. Fu data enfasi nel dare potere ai giovani di partecipare a tutte le fasi della ricerca, sebbene ciò non fu raggiunto per varie ragioni. L'imperativo della ricerca azione di promuovere cambiamenti nella comunità non fu raggiunto; il governo australiano ha investito in un quarto ciclo di azione.

### Azione futura: nuove direzioni

Dai presenti progetti di ricerca furono acquisite delle informazioni da spendere per il quarto ciclo di ricerca. Focus group serviranno all'inizio sia con gli studenti che con gli insegnanti per chiedere loro il modo con cui il dolore viene affrontato dalla comunità. Questo approccio di ricerca aperto contrasta con gli approcci più tradizionali che partono da bisogni predeterminati nella mente del ricercatore. Questo servirà a dar forma al primo ciclo di azione in cui i giovani parteciperanno ad attività musicali per imparare a far fronte al loro dolore. Alla fine di ogni passaggio ulteriori focus group permetteranno di valutare il processo. Il focus group dovrà partire dai co-ricercatori per poi estendersi all'intera comunità in momenti appropriati dell'anno, individuati dai co-ricercatori. Il progetto potrebbe culminare in rappresentazioni a scuola e nella comunità più estesa in modo tale che l'espressione musicale del dolore possa venir condivisa. I ricercatori tenteranno di ottenere una reale partecipazione della comunità scolastica e della comunità più estesa.