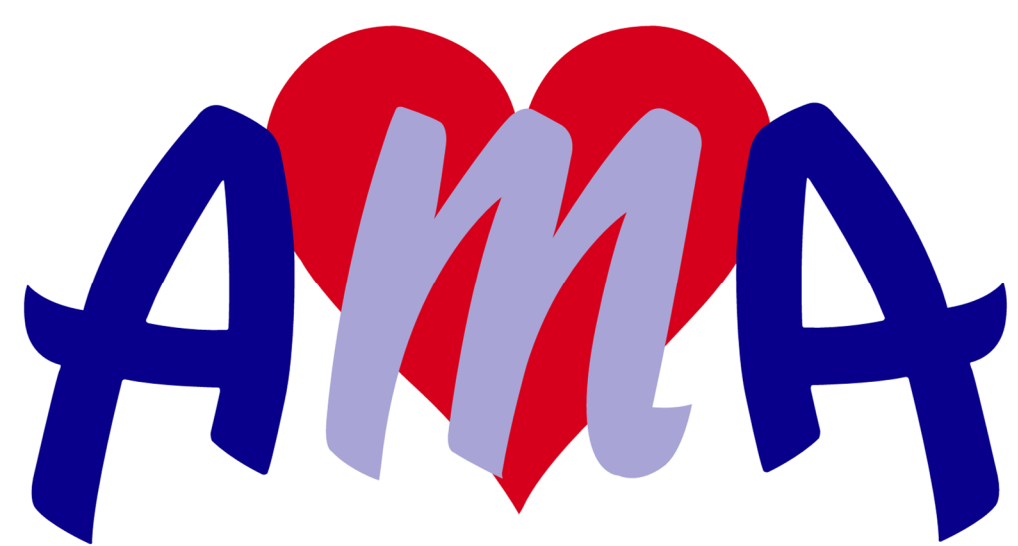




Songwriting Terapeutico e resilienza del caregiver: un'esperienza di musicoterapia di gruppo

Dott.ssa Maria Francesca Piazzolla, Musicoterapeuta
Associazione Malattia Alzheimer - AMA Ferrara

Introduzione

Il Songwriting Terapeutico di Gruppo (GTSW) è una tecnica musicoterapica che coinvolge i partecipanti nella scrittura collaborativa di una canzone. Fornisce uno spazio creativo in cui poter esprimere ed elaborare il proprio carico emotivo.

Il *burden* (tr.: carico) del Caregiver Informale (ICG) è un concetto multidimensionale che unisce gli effetti delle pratiche di accudimento, comprende lo stress emotivo e fisico ed è fortemente legato all'isolamento sociale. Può intervenire un senso di fallimento rispetto alle proprie potenzialità, aspirazioni o aspettative di vita [1,3].

Da una revisione della letteratura scientifica degli studi empirici pubblicati tra il 2013 e il 2023 è emerso che il GTSW è una delle tecniche maggiormente applicate tra gli interventi rivolti agli ICG di persone affette da Disturbo Neurocognitivo Maggiore (DNCM) [1,3,4,5,6,10,11,14,16,18].

Questa tecnica può apportare un significativo miglioramento in termini di autostima, coinvolgendo i partecipanti in ruoli diversi da quello puramente assistenziale.

Contesto

23 caregiver
Associazione AMA
Ferrara

Divisi in 3 gruppi, omogenei per gravità della
patologia del congiunto.

Ott. 2024 – Mag. 2025
7 Incontri per gruppo
1,5 - 2 ore

Sala adiacente a quella di stimolazione
cognitiva, musicoterapia o attività motorie per
parenti con DNCM.



Rilassamento musico-guidato, attività di coesione grupale e
improvvisazione musicale per l'espressione emotiva.

Metodi

SONGWRITING TERAPEUTICO DI GRUPPO

Scelta della
melodia

Brainstorming

Riscrittura collaborativa
del testo

Audio-registrazione

CONDIVISIONE DELLE CANZONI



Ci Sarà



Sognare

🎵 Ascolta Qui 🎵

Risultati

Il Songwriting ha coinvolto l'ICG in un'attività creativa gratificante, lontana dalle quotidiane pratiche di accudimento e mai praticata prima. I partecipanti hanno mostrato grande impegno sia nella scrittura dei testi che nell'audio-registrazione della propria interpretazione canora.

Entrambi i brani, fruibili tramite QR-code (vedi: **Ascolta Qui**), elaborano come tema principale il legame affettivo con il congiunto. Le canzoni sono un prodotto artistico concreto e riconoscibile, aiutano l'ascoltatore a comprendere lo stato d'animo degli autori. Sono la prova tangibile del percorso svolto e possono essere condivise nel proprio contesto sociale, contribuendo a migliorare la percezione di sé e l'autostima del caregiver.

Discussione

Il Songwriting Terapeutico di Gruppo, integrato in un percorso strutturato, si conferma una tecnica musicoterapica efficace e promettente. I risultati ottenuti supportano la sua inclusione nei programmi rivolti ai caregiver informali di persone con DNCM. L'ascolto delle registrazioni nei momenti difficili può rievocare il senso di appartenenza al gruppo di sostegno e rinnovare la motivazione all'assistenza, sostenendo così la resilienza del caregiver informale. Gli effetti a lungo termine di questo intervento meritano ulteriori approfondimenti.

Bibliografia

- 1 Baker, F. A., & Yeates, S. (2017). Carers' experiences of group therapeutic songwriting: An interpretive phenomenological analysis. *British Journal of Music Therapy*, 32(1), 8–17. 2 Brotons, M., & Martí, P. (2003). Music Therapy with Alzheimer's Patients and Their Family Caregivers: A Pilot Project. *Journal of Music Therapy*, 40(2), 138–150. <https://doi.org/10.1093/jmt/40.2.138> 3 Clark, I., Baker, F. A., Tamplin, J., Lee, C., Cotton, A., & Stretton-Smith, P. (2021). "Doing things Together is what It's About": An interpretive phenomenological analysis of the experience of group therapeutic songwriting from the perspectives of people with dementia and their family caregivers. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.598979> 4 Denk, J. G. (2023). The impact of a music therapy support group on Perceived Stress, Anxiety, and Depression in Long Term Caregivers: a pilot study. *Music Therapy Perspectives*. <https://doi.org/10.1093/mtp/miac019> 5 García-Valverde, E., Badia, M., & Orgaz, B. (2021). Self-care and creativity: A group therapeutic songwriting intervention protocol for caregivers of people with dementia. *Nordic Journal of Music Therapy*, 31(4), 327–343. <https://doi.org/10.1080/08098131.2021.1998197> 6 García-Valverde, E., Badia, M., Orgaz, B., & González-Ingelmo, E. (2019). The influence of songwriting on quality of life of family caregivers of people with dementia: An exploratory study. *Nordic Journal of Music Therapy*, 29(1), 4–19. <https://doi.org/10.1080/08098131.2019.1630666> 7 Global status report on the public health response to dementia. (ca. 2021). World Health Organization. 8 Lee, S., Allison, T. A., O'Neill, D., Punch, P., Helitzer, E., & Moss, H. (2022). Integrative review of singing and music interventions for family carers of people living with dementia. *Promotion International*, 37(Supplement_1), i49–i61. <https://doi.org/10.1093/heapro/daac024> 9 Mado Proverbio, A. M. (2023). Neuroscienze cognitive della musica. Il cervello musicale tra arte e scienza. *Health* 10 Madsø, K. G., Molde, H., Hynninen, K. M., & Nordhus, I. H. (2022). Observing Music therapy in dementia: Repeated single-case studies assessing well-being and sociable interaction. *Clinical Gerontologist*, 45(4), 968–982. <https://doi.org/10.1080/07317115.2021.1978121> 11 Melhuish, R., Grady, M., & Holland, A. (2019). Mindsong, music therapy and dementia care: collaborative working to support people with dementia and family carers at home. *British Journal of Music Therapy*, 33(1), 16–26. <https://doi.org/10.1177/1359457519834302> 12 Molyneux, C., Hardy, T., Lin, Y. C., McKinnon, K., & Odell-Miller, H. (2020). Together in Sound: Music therapy groups for people with dementia and their companions – moving online in response to a pandemic. *Approaches*. <https://arro.anglia.ac.uk/id/eprint/706254/> 13 Novak, M., & Guest, C. (1989). Application of a multidimensional caregiver burden inventory. *The Gerontologist*, 29(6), 798–803. <https://doi.org/10.1093/geront/29.6.798> 14 Potvin, N., Bradt, J., & Ghetti, C. (2018). A Theoretical Model of Resource-Oriented Music Therapy with Informal Hospice Caregivers during Pre-Bereavement. *Journal of Music Therapy*, 55(1), 27–61. 15 Raglio, A., Filippi, S., Bellandi, D., & Stramba-Badiale, M. (2014). Global music approach to persons with dementia: evidence and practice. *Clinical Interventions in Aging*, 1669. <https://doi.org/10.2147/cia.s71388> 16 Särkämö, T., Tervaniemi, M., Laitinen, S., Numminen, A., Kurki, M., Johnson, J. K., & Rantanen, P. (2013). Cognitive, emotional, and social benefits of regular musical activities in early dementia: randomized controlled study. *The Gerontologist*, 54(4), 634–650. <https://doi.org/10.1093/geront/gnt100> 17 Steiner-Brett, A. C. (2023). The use of music therapy to address psychosocial needs of informal caregivers: An integrative review. *The Arts in Psychotherapy*, 84, 102036. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2023.102036> 18 Thurn, T., Voigt, M., & Wosch, T. (2021). Pilot study of a Modular music intervention: A first evaluation of the use of basic elements of music to support interaction. *Australian Journal of Music Therapy*, 32(2)(1–25). <https://doi.org/10.3316/informit.273358653765370>