

## **Πώς μπορεί κανείς να διεισδύσει στο συναισθηματικό κόσμο ενός ατόμου και να του δώσει να καταλάβει ότι τον νοιώθει χωρίς να χρησιμοποιήσει λέξεις;**

Μελετητές παρατήρησαν ότι η μητέρα χρησιμοποιεί διάφορες τεχνικές ώστε να δώσει στο μωρό της να καταλάβει ότι οι πράξεις του έχουν επικοινωνιακό και παράλληλα συναισθηματικό χαρακτήρα-χωρίς όμως να χρειάζεται να χρησιμοποιεί λέξεις. Αυτές οι τεχνικές όπως θα δείτε παρακάτω έχουν καθαρά μουσικό χαρακτήρα. Ο Ντάνιελ Στερν ο οποίος επικέντρωσε τις έρευνές του πάνω στο τρόπο με τον οποίο η μητέρα συντονίζεται με το συναισθηματικό κόσμο του βρέφους και ανταποκρίνεται στις ανάγκες του, χωρίς να χρησιμοποιήσει λέξεις παρατήρησε ότι όταν για παράδειγμα το βρέφος κάνει μία κίνηση με το χέρι του, η μητέρα θα διαλέξει ένα διαφορετικό τρόπο έκφρασης, π.χ. τη φωνή της με σκοπό όχι να μιμηθεί τη συμπεριφορά αυτή καθ'αυτή του βρέφους, αλλά κάποια στοιχεία της συμπεριφοράς, τα οποία αντανακλούν το συναισθηματικό κόσμο του παιδιού. Άρα, πολύ απλά, δεν είναι η πράξη αυτή καθαυτή που μας ενδιαφέρει αλλά τα χαρακτηριστικά της.

Ας πάρουμε ξανά το παράδειγμα του μωρού που κουνάει το χέρι του. Το σημαντικό στοιχείο είναι ο τρόπος με τον οποίο το μωρό κουνάει το χέρι του, η ένταση, ο ρυθμός και η διάρκεια της συγκεκριμένης κίνησης, γιατί αυτά τα χαρακτηριστικά προσδίδουν συναισθήματα στη συγκεκριμένη πράξη. Επίσης είναι σημαντική η απάντηση, ανταπόκριση της μητέρας. Η διάρκεια της χειρονομίας, πράξης, ή φωνής της μητέρας θα πρέπει να έχει την ίδια ένταση, διάρκεια, ή ρυθμό με τη κίνηση του χεριού του παιδιού της ώστε να επιτευχθεί συναισθηματικός συντονισμός. Μέσα από την επανάληψη το μωρό αντιλαμβάνεται ότι η απάντηση της μητέρας του πχ σχετίζεται με το τη κίνηση του χεριού Μέσα από αυτή τη διαδικασία (και την επανάληψη της) η μητέρα μεταβιβάζει ότι αναγνωρίζει το συναίσθημα που κρύβεται πίσω από μία εξωτερική έκφραση, ενώ το βρέφος συνειδητοποιεί ότι μπορεί να μοιραστεί τα συναισθήματα του με άλλους ανθρώπους. Δυστυχώς το στάδιο της προγλωσσικής επικοινωνίας δεν καλλιεργείται αρκετά ανάμεσα στη σχέση γονιού-μητέρας και παιδιού διότι το παιδί με αναπτυξιακές διαταραχές δε δίνει στο γονιό του αρκετά εναύσματα επικοινωνίας, (γκριμάτσες, φωνές, βλέμματα κτλ)τα οποία ο γονιός μπορεί να εκλάβει ως σημάδια επικοινωνίας και να τα καθρεφτίσει.

Στη μουσικοθεραπεία, κυρίως με τα άτομα τα οποία δεν έχουν λόγο, αναπαράγεται μέσα από τη μουσική σχέση αυτό το στάδιο ώστε το άτομο να ενισχύσει το έναυσμα για επικοινωνία , το λόγο και τις κοινωνικές του δεξιότητες.

Ο μουσικοθεραπευτής θα αξιοποιήσει και την πιο μικρή σωματική κίνηση, την πιο μικρή λεπτομέρεια που μπορεί του δώσει ο θεραπευόμενος. Θα πιάσει το ρυθμό, την έντασή της και θα προσπαθήσει να αντικατοπτρίσει μουσικά το συναίσθημα που βγαίνει μέσα από τη συγκεκριμένη κίνηση. Μέσα από τη μουσική αντανάκλαση θα προσπαθήσει να μεταβιβάσει

ότι αναγνωρίζει το συναίσθημα που βρίσκεται πίσω από αυτή τη κίνηση. Μ' αυτό το τρόπο αναπτρώνει σιγά σιγά την αυτοεκτίμηση και τον ψυχισμό του θεραπευομένου, ενώ παράλληλα τον βοηθά να συνειδητοποιήσει ότι μπορεί να μοιραστεί τα συναισθήματά του με άλλους ανθρώπους.

Οι Νόρντοφ και Ρόμπινς, πρωτοπόροι της μουσικοθεραπείας αναφέρουν:

*"...Εκλαμβάνουμε αυτές τις παθολογικές εκδηλώσεις, και μέσα από τους αυτοσχεδιασμούς... συναντούμε το τέμπο απ' ο,τιδήποτε κάνει το παιδί- το τέμπο του περπατήματός του, του χτυπήματος του κεφαλιού του, του βαδίσματός του πάνω-κάτω, τη κίνησης του σώματός του μπρος και πίσω...και το δίνουμε πίσω σ' αυτό μέσα από τη μουσική, ώστε να αποκτήσει μία νέα εμπειρία αυτού που κάνει συνήθως."*