

Μουσικοθεραπεία-Ανάδυση από την αυτιστική μοναχικότητα

Πελίνα Ευαγγέλου

*Εκπαιδευόμενη Μουσικοθεραπεύτρια,
Μουσικός - Πτυχιούχος Ανωτέρων Θεωρητικών*

Η Νεκταρία γεννήθηκε τον Σεπτέμβριο του 1975. Σύμφωνα με το ιατρικό ιστορικό της, πάσχει από το σύνδρομο Turner, έχει βαριά νοητική καθυστέρηση και παρουσιάζει έντονη αυτιστική συμπεριφορά. Δεν έχει δυνατότητα για λεκτική επικοινωνία, κανένα ενδιαφέρον για ομαδικές δραστηριότητες και γενικά δυσκολεύεται να δημιουργήσει σχέσεις με άλλους ανθρώπους. Βιώνει τη λεγόμενη «αυτιστική μοναχικότητα». Το μεγαλύτερο πρόβλημα που παρουσιάζει είναι οι συχνές και έντονες εκρήξεις θυμού και η εκδήλωση επιθετικής και καταστρεπτικής συμπεριφοράς.

Μαζί με τη συνάδελφο και φίλη Μαρία Αποστολιάδη και στο πλαίσιο της πρακτικής μας εξάσκησης στο ειδικό σχολείο «Αργώ», πραγματοποιήσαμε, μεταξύ άλλων, έναν κύκλο δεκατριών συνεδριών ατομικής μουσικοθεραπείας με τη Νεκταρία. Στις τρεις πρώτες συνεδρίες έμοιαζε φοβισμένη και αμήχανη. Αποτραβηγμένη σε μια γωνιά κουνιόταν στερεοτυπικά μπρος-πίσω, ανέκφραστη, με το κεφάλι χαμηλά και τα χέρια δεμένα στην κοιλιά. Αρνιόταν κάθε σωματική επαφή, όπως το κράτημα των χεριών, και είχε ελάχιστη φωνητική έκφραση.

Ο πρώτος και σημαντικότερος στόχος μας ήταν να οικοδομήσουμε με τη Νεκταρία μια σχέση εμπιστοσύνης. Προσπαθήσαμε να δημιουργήσουμε ένα ασφαλές, προβλέψιμο και σταθερό πλαίσιο επικοινωνίας, όπου η Νεκταρία θα μπορούσε να αισθανθεί αποδοχή, αγάπη, ευχαρίστηση. Με την εφαρμογή μουσικοθεραπευτικών τεχνικών, όπως ο κλινικός αυτοσχεδιασμός στο πιάνο και ο φωνητικός κυρίως μη λεκτικός αυτοσχεδιασμός, καθρεφτίσαμε τις κινήσεις και τις εκφράσεις της, συνδέοντάς τες με ηχητικά γεγονότα. Ενθαρρύνσαμε την ελεύθερη αυτοέκφραση και δημιουργήσαμε ένα μουσικό πλαίσιο βασισμένο στον ρυθμό και το ύψος της κίνησής της, καθώς και στη μελωδία, τη δυναμική και το ύψος των φωνητικών της εκφράσεων. Κάθε ήχος, κάθε κίνηση της Νεκταρίας μπορούσε να ενταχθεί μέσα σε αυτό το εξελισσόμενο μουσικό πλαίσιο και να έχει νόημα.

Στις επόμενες συνεδρίες η Νεκταρία άρχισε να ανταποκρίνεται στον αυτοσχεδιασμό μας στο πιάνο. Ένωθε όλο και πιο άνετα να χαμογελάσει, να ψιθυρίσει, να φωνάξει ή να εκδηλώσει τον θυμό της. Κάποιες φορές οι φωνητικές της εκφράσεις έμοιαζαν με τραγούδι. Έκανε πιο συχνή οπτική επαφή μαζί μας, ζητούσε το κράτημα των χεριών, τον χορό. Ένωσε ασφάλεια και άρχισε να βγαίνει από τη λεγόμενη «αυτιστική μοναχικότητα». Η μουσικοθεραπεία προσέφερε στη Νεκταρία τη δυνατότητα να εκφραστεί και να επικοινωνήσει σε μη λεκτικό επίπεδο. Επιπλέον, της έδωσε τη δυνατότητα να αποκτήσει αυτοσυνείδηση αλλά και συνείδηση της εξωτερικής πραγματικότητας που την περιβάλλει.

Μέσα στη μουσικοθεραπευτική διαδικασία, η κατά τα άλλα παράδοξη, μη αποδεκτή στερεοτυπική κίνηση της Νεκταρίας, δηλαδή το λίκνισμα του κορμού μπρος-πίσω, μετατράπηκε σε μια κοινωνικά αποδεκτή και ευχάριστη κινητική δραστηριότητα, τον χορό. Ο ξεχωριστός αυτός χορός, με το κράτημα των χεριών και την ταυτόχρονη κίνηση του σώματος με τη μουσική, –με κατάλληλο χειρισμό της μουσικής όπως αυξομειώσεις ταχύτητας και διαφοροποιήσεις του ρυθμού– μας έφερε πιο κοντά. Εκτός όμως από αυτό αποτέλεσε και ένα βοηθητικό μέσο για τη μείωση των στερεοτυπικών της κινήσεων, η οποία συνιστούσε και έναν από τους μακροπρόθεσμους στόχους μας για τη Νεκταρία.

Μέσα από τους ήχους και τη μουσική, καταφέραμε να πλησιάσουμε τη Νεκταρία και να ακούσουμε την αλήθεια της. Μας αποκάλυψε πως είναι μια κοπέλα που παίρνει πρωτοβουλίες, που διεκδικεί αυτό που θέλει και η οποία, παρόλο που δεν μπορεί να μιλήσει, βρίσκει τρόπους να εκφράσει τις ανάγκες και τα συναισθήματά της. Μας αποκάλυψε πως πίσω από την επιθετική συμπεριφορά της κρύβεται ένας πραγματικά ευαίσθητος άνθρωπος που, όπως όλοι μας, έχει ανάγκη από επαφή, αγάπη, τρυφερότητα.

Η μουσική είναι η γλώσσα της ψυχής. Γι' αυτό και στον κόσμο της μουσικής η επικοινωνία γίνεται ευκολότερη αλλά και πιο αληθινή. Επιπλέον η μουσική έχει μια βαθιά αποκαλυπτική δύναμη. Πάλλει τις ευαίσθητες χορδές της ψυχής και φανερώνει την ένθεα φύση της.

REFERENCES

Alvin J., *Music Therapy for the Autistic Child*, Oxford University Press, London, 1978.

Alvin J., *Music for the Handicapped Child*, Oxford University Press, London, 1965.

Nordoff P. and Robbins C., *Therapy in music for Handicapped children*, Victor Gollancz Ltd., London 1971.