

Progetto Groovedue

domenica 25 ottobre 2009

UN'ESPERIENZA PSICOMUSICALE ALL'INTERNO DELLA COMUNITÀ; TERAPEUTICA GINEPRODUE di SCALENGHE (TO)

Possiamo applicare i saperi dei trattamenti terapeutici di gruppo all'interno di un'esperienza che riattivi competenze inesprese?

Possiamo fare "terapia" attraverso strumenti che incidono profondamente a livello emozionale facendo provare piacere?

La spontaneità, la partecipazione attiva dei "pazienti", l'activation di risorse inesprese sono alla base del progetto GROOVEDUE.

Il tutto è nato spontaneamente: "chi sa suonare la chitarra?", "qualcuno ha mai suonato la batteria?",

"A me piacerebbe riprendere a suonare perché ho sempre fatto da "fuso", oppure, "ho bisogno di credere in qualcosa, in una "storia" che mi faccia stare bene, in qualcosa che mi faccia provare emozioni forti",

La ricerca di emozioni forti risulta essere una delle peculiarità di ogni persona in trattamento terapeutico riabilitativo dalle tossicodipendenze: è come se l'individuo abbia bisogno di una produzione massiccia di endorfina, che, come tutti sanno, produce una sorta di "sballo" naturale.

L'indirizzo che il nostro programma terapeutico persegue con le persone in trattamento è quello di promuovere e agevolare attività ludico-ricreative o lavorative che in qualche modo stimolino le endorfine, in questo modo la persona in trattamento può ottenere soddisfazione naturale al bisogno neurologico che probabilmente lo accompagnerà per tutta la vita.

Il progetto Groovedue nasce con l'intento di dare risposta a delle problematiche educative, sociali e personali attraverso il soddisfacimento individuale.

In sintesi, riuscire a fare terapia in modo piacevole.

I Groovedue, possono essere definiti un gruppo terapeutico. Ogni esibizione è accompagnata psicologicamente da pre e post incontri psico-educativi, l'utilizzo di strumenti di training autogeno e un lavoro approfondito sulla dimensione emotivo-affettiva. Fino ad oggi abbiamo notato nei partecipanti, un aumento dell'autostima e del concetto di sé.

Nei colloqui terapeutici stiamo notando come i pensieri autodistruttivi legati all'abuso di sostanze stupefacenti stiano notevolmente diminuendo a favore di un atteggiamento maggiormente propositivo nei confronti della propria vita.

Il "progetto Groovedue" ha partecipato per due anni consecutivi al "Festival nazionale delle comunità terapeutiche" a Lignano Sabbiadoro, classificandosi per entrambi gli anni al primo posto.

Per le persone in trattamento l'evento sopracitato si è rivelato di grande interesse, è stato preparato con la collaborazione di alcuni artisti professionisti del territorio torinese approcciando così all'argomento musica con un atteggiamento professionale in quanto obiettivi, metodi e tempi sono stati programmati e pianificati secondo una logica volta alla professionalità.

REPORTAGE di UN'ESPERIENZA

• "partecipare al progetto Groovedue per me è stata un'occasione inaspettata e molto significativa, perché partita in un particolare momento del mio percorso terapeutico, nel quale, mi sono trovato di fronte a tutta una serie di conseguenze dovute alla mia ricaduta avvenuta circa sei mesi dopo la comunità. I rapporti con i miei compagni ed operatori erano cambiati in quanto avevo una visione molto distruttiva di me stesso e della mia vita. Partecipare al progetto mi ha fatto riscoprire il piacere di fare parte di un gruppo nel quale l'obiettivo comune è l'espressione musicale, fare musica ed esprimere le mie capacità con passione. La collaborazione con gli artisti professionisti è stata essenziale perché ci ha permesso di comprendere una dimensione musicale molto diversa da quella che personalmente ho sempre vissuto con altri gruppi nei quali ho suonato, non mi era mai capitato di suonare senza aver usato sostanze. Credo che il lavoro sull'ascolto, le idee creative e la tecnica che loro ci hanno insegnato siano stati davvero una svolta teorica e pratica indispensabile."

• "nel mio programma terapeutico il Progetto Groovedue è stata una tappa fondamentale perché poter partecipare ad una competizione usando la musica, che è una delle cose più importanti della mia vita, è stata una grande occasione per poter dimostrare a me stesso che posso mettermi in gioco, che posso affrontare le paure e le ansie, che riesco a stare in un gruppo in modo sano, che posso gestire delle frustrazioni. Ho imparato che è importante

ascoltare e che credere in qualcosa aiuta, un'altra cosa importante che penso di aver imparato è che sono capace di lottare e stare male per quello in cui credo.

Quando abbiamo iniziato a suonare insieme non eravamo neanche in grado di parlarci in maniera adulta, nel giro di poco siamo riusciti ad essere un gruppo, ad ascoltarci e venirci incontro a vicenda. Fondamentale è stato il contributo di alcuni professionisti con i quali abbiamo lavorato sull'ascolto, sulla composizione di brani inediti, sugli arrangiamenti ma soprattutto sul concetto di gruppo. Prima di salire sul palco ero molto ansioso, la mia preparazione tecnica non è grandissima, ma, il gruppo è riuscito a produrre un sound e un groove che mi ha dato sicurezza. Sono salito su un palcoscenico dove hanno suonato i "grandi"; ho provato un'ansia inspiegabile prima di esibirmi che è stata affrontata attraverso un gruppo di training autogeno condotto da uno dei nostri terapeuti effettuato nel camerino dei musicisti. Durante l'esibizione avevo un livello di concentrazione altissimo che mi porta a pensare che se riuscissi ad ottenerlo in futuro nel mio lavoro otterrei dei grandi risultati. Quando ho sentito il presentatore dire che il primo premio "avevano vinto i Groovedue" non riuscivo a realizzare bene cosa fosse successo, quella sera prima di andare a letto mi sono guardato allo specchio e ho capito che ce l'avevo fatta. Come si può definire tutto questo se non magia?

{sidebar id=2}

• "Ho imparato a dare senso ad un gruppo e a mettere un po' da parte me stesso per un obiettivo più grande."

Crediamo quindi che questo progetto riproponga tutti gli obiettivi di una terapia riabilitativa:

- * Perseguire degli obiettivi comuni
- * Mettere in gioco emozioni
- * Accrescere la propria autostima
- * Riconoscere limiti e risorse individuali
- * Avere momenti rielaborativi del proprio vissuto storico
- * Lavorare sul qui ed ora per agevolare consapevolezza.

"Ci sono cose che dobbiamo accettare per come sono, altre che possiamo cambiare, capirne la differenza a volte è difficile". Un percorso terapeutico che incida profondamente sulla percezione del piacere e della gioia crediamo possa essere la frontiera della terapia, dove i cambiamenti possono sembrare magici ma avvengono.

Dott. Albino Vicario

Visita il sito web del progetto Groovedue: www.groovedue.it

VIDEO - "Tira fuori la testa" by Groovedue

{youtube}77iR609DVlo{/youtube}