

Fonaments i pràctica de la musicoteràpia

Pau Gimeno Ortuño*

Resum

La musicoteràpia és una disciplina que mira de donar resposta a la pregunta de per què la música pot provocar canvis a la vida de les persones. La reflexió dels musicoterapeutes sobre la seva pràctica i el treball que duen a terme proposen la música com a element rehabilitador, preventiu i afavoridor de processos i comportaments saludables. Aquesta reflexió implica una definició dinàmica en constant revisió i una mirada històrica del progrés de la disciplina. Els escenaris de treball són el lloc en el qual les construccions teòriques de les aproximacions es concreten pràcticament. Els recursos dels musicoterapeutes s'estructuren en un procés sistemàtic de treball que posa la música al servei de la modificació del panorama personal. La musicoteràpia com a professió fonamentada en l'evidència es troba en un procés de consolidació i reconeixement al nostre país mentre troba el seu espai de relació amb les pràctiques clíniques i educatives.

Paraules clau

Musicoteràpia, Educació musical, Música i salut, Música i prevenció, Música i rehabilitació

Recepció original: 15 de maig de 2016

Acceptació: 2 de juny de 2016

Publicació: 1 de juliol de 2016

Concepte, repàs històric i vincles epistemològics

La musicoteràpia és una disciplina relacionada amb la salut i el desenvolupament personal. Aquest article té com a objectiu presentar-la com a recurs assistencial, explicar el seu rerefons històric i enumerar els principals abordatges que es fan en l'àmbit metodològic. Els musicoterapeutes entenen la seva pràctica com un treball que guanya en efectivitat si es realitza en un equip interdisciplinari en què diferents professionals vetllen per tenir cura de les persones. Aquesta interrelació és important per a facilitar la comprensió del procés de treball.

Presentem un parell de definicions inicials de musicoteràpia utilitzades habitualment per la seva amplitud i claredat. Segons la Federació Mundial de Musicoteràpia (World Federation of Music Therapy), la «musicoteràpia» és la utilització professional de la música i els seus elements per intervenir en contextos mèdics, educatius o quotidians amb grups, famílies o comunitats amb l'objectiu d'optimitzar la seva qualitat de vida i millorar els seus estats físics, socials, comunicatius, emocionals, intel·lectuals, la seva salut espiritual i el seu benestar. La recerca, pràctica, educació i entrenament clínic en musicoteràpia estan fonamentats en estàndards professionals d'acord amb els diferents contextos culturals, socials i polítics (WFMT, 2011).

La musicoteràpia, doncs, és un procés sistemàtic d'intervenció en què el terapeuta ajuda el client a la promoció de salut, utilitzant experiències musicals i les relacions que es desenvolupen mitjançant aquestes com a forces dinàmiques de canvi (Bruscia, 1998).

(*) Professor de música, compagina el seu treball a diversos centres educatius amb adolescents i joves amb la seva feina com a musicoterapeuta al Parc Sanitari de Sant Joan de Déu a Sant Boi de Llobregat on treballa amb persones afectades per un trastorn mental greu, demències o que es troben internades a centres penitenciaris. Professor del Departament de Didàctica de l'Expressió Corporal i Musical a la UB. Adreça electrònica: gimeno@ub.edu

La musicoteràpia es nodreix de les aportacions d'un seguit de disciplines que miren d'explicar els canvis que les persones experimenten sota la influència de la música (Ruud, 2001). Sovint per donar resposta a aquesta qüestió, els musicoterapeutes han extret recursos de les ciències socials, les ciències naturals i les humanitats. Teories sociològiques, psicològiques, mèdiques o musicològiques han intentat donar resposta a la pregunta de fins a quin punt la música pot influir en les nostres vides, en el nostre benestar o la salut entesa en un sentit ampli. Aquest caire interdisciplinari que ha generat un volum de reflexió es troba ara en condicions de retornar aportacions.

Al llarg de la història trobem testimonis de la relació que existeix entre la música i la salut. La regulació dels estats d'ànim i la funció del músic com a gestor de la salut és present a diversos testimonis en tota mena de tradicions culturals (Gouk, 2000). Les teories especulatives que se'n deriven són una part important de la història de la professió i poden aportar imatges i metàfores de gran utilitat. La musicoteràpia contemporània es basa en un pensament en clau científica i en un augment creixent d'experiència empírica.

La musicoteràpia com a disciplina experimenta al segle passat una evolució, tot reclamant i guanyant progressivament respectabilitat científica. La seva evolució en diversos indrets segueix una trajectòria bastant similar, tot i que amb particularitats segons les característiques de cada context. Podem assenyalar uns estadis que ens ajuden a entendre aquesta evolució al llarg del segle vint al nostre context occidental.

- Un primer estadi, fins a la dècada dels 40, en què la música, en un context sanitari, es presenta com un recurs d'utilitat al marge de la participació o implicació activa dels pacients/usuaris. Es fa música per alleujar, per exemple, el malestar que comporta un ingrés hospitalari
- Un segon estadi, després de la Segona Guerra Mundial, en què es valoren els beneficis en l'estat d'ànim quan es posen en contacte músics al servei dels qui han patit el trauma i el dolor físic. Es comença a practicar fer música no únicament pels pacients; també se'ls implica en l'activitat musical. Les dècades de 1960 i 1970 coneixen l'arribada de pioners a contextos educatius, noms com els de Juliette Alvin, Paul Nordoff i Clive Robbins, Mary Priestley i al nostre país la doctora Serafina Poch inicien un camí de treball assistencial al qual sumen tasques de formació i divulgació de la disciplina.
- En un tercer estadi, durant les dècades de 1970 i 1980, es consoliden les associacions professionals (algunes existents prèviament), les publicacions i les trobades de practicants, es defineix cada cop més el discurs i es regulen els aspectes de formació i pràctica supervisada que donen entitat a un perfil professional.

La musicoteràpia actualment es desenvolupa nodrint-se de diverses disciplines relacionades. És una disciplina atenta als creuaments de la història, la psicologia, la pedagogia i la sociologia de la música, entre d'altres. S'ha incrementat exponencialment la recerca relacionada amb la percepció musical i el cervell humà. La música pot aportar coneixement de l'organització del sistema nerviós central i la seva organització, d'aquí l'interès en aquest sentit (Peretz i Zatorre, 2003). Les tècniques de neuroimatge i els avenços en matèria de neurociència han mostrat interès en la música com a estímul força present a la vida quotidiana. La psicologia ha trobat als processos de creixement musical igualment una via de creixement personal i ha establert en aquest sentit pa-

ral·lelismes entre la pràctica musical i l'assoliment d'altres objectius no musicals (Elliot, 1995).

La musicoteràpia ha evolucionat en aquests darrers cinquanta anys de la seva orientació inicial que l'ha relacionada amb contextos de pràctica mèdica, rehabilitació o vinculats a l'educació especial. A les darreres dècades, el seu objecte d'estudi i els seus àmbits de treball s'han ampliat a la relació que s'estableix entre la música i la salut en general. El concepte de musicoteràpia comunitària (Ansdell, 2002) obre a Europa un procés de reflexió i adaptació al treball en context que intenta fer de la música un recurs per preservar i restablir la salut de les persones en un sentit més ampli en centrar-se en la cultura o una perspectiva salutogènica. Els musicoterapeutes segueixen interactuant amb persones, individualment o en grup, mirant de propiciar que la participació musical sigui una possibilitat no exclusiva d'alguns col·lectius afavorits. La musicoteràpia parteix de la comprensió de la música com a procés i pràctica allunyant-se de la contemplació de la música com a objecte i emfasitzant la seva dimensió activa (Small, 1998). La música ofereix un seguit de possibilitats en forma de recursos o *affordances* que la persona ha de gestionar en clau de salut (De Nora, 2004).

La musicoteràpia es consolida com una disciplina i una forma de treball que comença a tenir coses a dir a les disciplines de les quals fins ara s'ha nodrit. La pràctica dels musicoterapeutes comença a tenir interès per la tasca de psicòlegs, sociòlegs i d'altres professionals que reflexionen i actuen en contextos de salut.

La musicoteràpia i l'educació musical són dues disciplines amb possibilitats d'enriquir-se dels seus progressos independents. Sovint la necessitat d'afermar perfils professionals fa que es presentin radicalment diferenciades. A la pràctica, estem davant un parell de dominis que no sempre tenen la claredat fronterera que ens agradaria. Musicoterapeutes rellevants i pioners han començat la seva tasca definint-se com a educadors especials que posen la música al servei de la seva funció. Tot i la conveniència de matisar diferències entre educar musicalment i el treball del musicoterapeutes, el fet de compartir l'activitat musical comporta un territori comú.

Els objectius de l'educació musical i la musicoteràpia no són els mateixos, tot i que ho són els elements amb què es treballa: la música i les persones. Podem aproximar una certa diferenciació dient que generalment l'ensenyament musical és un procés consistent a oferir als alumnes les habilitats i els coneixements musicals que els permetran apreciar o interpretar música, millorant en definitiva la capacitat musical que les persones han de desenvolupar com a part dels seus drets. El musicoterapeuta, per la seva banda, treballa inicialment partint de les necessitats no musicals de la persona, i pensant en el seu desenvolupament, salut i qualitat de vida.

L'interès del professor és educar musicalment i el del terapeuta és rehabilitador d'aspectes personals i relacionals. L'educació musical contempla cada cop més una comprensió de la dimensió social i emocional de la persona a la qual es pretén formar, aquest pensament s'apropa als interessos dels musicoterapeutes. La musicoteràpia reconeix i accepta la necessitat de donar recursos a la persona que necessita expressar els seus sentiments i les seves emocions musicalment, fet que l'apropa a la formació musical. Una disciplina i l'altra aporten des de la seva especificitat recursos a un punt de trobada a una línia continua en què a un extrem trobem l'educació musical i a l'altre la musicoteràpia. Aquesta idea és una proposta d'alguns musicoterapeutes conscients de

l'enriquiment que es pot obtenir de dues àrees de coneixement. La música és entesa com un mitjà, pel pol més musicoterapèutic d'aquesta línia continua. A l'altre extrem del contínuum, l'educació musical entén la comprensió i habilitat musicals com el principal propòsit (Wigram, Pedersen i Bonde, 2002).

Davant la pregunta de si els musicoterapeutes han d'ensenyar música o no a les persones amb qui treballen és molt entenedora la resposta que dóna Amelia Oldfield: «Si la formació musical pot enriquir els processos terapèutics de les persones, no tinc cap dubte de la utilitat de la seva incorporació a l'aproximació musicoterapèutica» (Oldfield, 2006, p. 72).

Escenaris d'aplicació

La musicoteràpia es posa al servei de grups força diversos amb l'objectiu de millorar la seva salut i qualitat de vida. Esmentarem alguns escenaris en què els musicoterapeutes treballen amb la intenció d'oferir un servei adient a les persones a qui s'adrecen.

Hospitals

Probablement un dels llocs on la musicoteràpia més interès està despertant i experimentant creixement són els hospitals en totes les seves variants. Els musicoterapeutes són presents a les unitats hospitalàries que acompanyen els més petits que arriben, de vegades abans d'hora i necessiten el caliu que la música pot oferir per acompanyar l'assoliment d'un desenvolupament normal. Les unitats de neonats es beneficien del treball de musicoterapeutes que assisteixen els nadons, les famílies i els equips de professionals mirant pel benestar de tots ells. Al que podríem considerar l'altre extrem del camí, el final de la vida, els musicoterapeutes sovint tenen un paper igualment normalitzador quan els equips serveixen les persones que van arribant al final del seu camí. La música evoca vivències significatives i enforteix vincles amb les persones que tenen cura dels moments finals de la vida. La música es pot posar al servei del treball per millorar, entre d'altres, estats d'ànim, de la gestió del dolor i tenir cura de les relacions de persones hospitalitzades. Publicacions especialitzades i programes són testimonis d'un progrés i implantació a diverses unitats sanitàries. Oncologia, preoperatori, cures pal·liatives, rehabilitació són paraules que es poden trobar associades a musicoteràpia. Al nostre país, l'increment del nombre de centres hospitalaris en què la musicoteràpia té lloc, augmenta constantment. La professionalitat dels musicoterapeutes en aquest sentit juga un paper important en tenir una consciència cada cop més gran de les possibilitats i les limitacions del que poden oferir els seus serveis en cada situació.

Centres educatius

Una de les poblacions que més es pot beneficiar de la feina dels musicoterapeutes és el sector educatiu. La facilitat per adoptar el seu llenguatge i el gaudi que els nens experimenten quan la música és present són un bon aliat per experimentar els beneficis de l'activitat musical. Els musicoterapeutes poden aportar recursos als processos de desenvolupament, independentment del ritme al que es produeixen. La visió complementària que es planteja juntament amb l'educació musical és enriquidora.

La musicoteràpia ha fet una part important del seu camí al costat de l'educació especial. Alguns dels pioners de la disciplina entenien el seu treball en principi com a

música feta per educadors centrats a treballar en la diversitat funcional. La musicoteràpia es focalitza en àrees específiques que inclouen les expressions emocionals o les conductes socials així com el desenvolupament de recursos personals que la música pot afavorir. La comunicació que s'estableix, mitjançant el llenguatge no verbal, posa en evidència aspectes que la interacció mediada verbalment no ho fa. De vegades, les dificultats de comunicació que es mostren en utilitzar la paraula poden, mitjançant la música, ser vistes i abordades de manera diferent. Un nen amb dificultats per expressar-se verbalment o comportaments es pot mostrar al mateix temps despert i creatiu si considerem la seva expressivitat musical. Les dificultats pel que fa a la interacció, les relacions socials empobrides o la pròpia autoestima de la persona que viu sota aquestes condicions es pot beneficiar del musicoterapeuta que s'ofereix per obrir nous canals de comunicació. Entendre qualsevol comportament com a musical i la convicció que qualsevol persona té un potencial creatiu que pot desenvolupar mitjançant la música fa de la musicoteràpia una activitat desitjable per ajudar les persones a tenir un millor sentit de qui són i de les seves capacitats. La motricitat, el desenvolupament del llenguatge, les possibilitats expressives a un enquadrament no verbal, la força inclusiva de la música com a activitat, són aportacions al treball dels equips d'educació especial.

La recerca, tot i la conveniència de seguir investigant per aportar resultats en alguns casos, és favorable a la valoració del treball que els musicoterapeutes fan en contextos de salut mental infantil. El treball que es du a terme en el cas dels trastorns de l'espectre autista ha presentat dades en què els nens que es troben en aquesta situació aconsegueixen millorar les seves habilitats en àrees tan fonamentals com la comunicació verbal, prendre iniciatives i la reciprocitat social i emocional, que tenen un impacte central a les vides d'aquestes persones. Igualment la tasca dels musicoterapeutes amb aquestes persones pot ajudar a establir habilitats comunicatives no verbals.

Centres d'atenció a la gent gran

L'aplicació de la musicoteràpia a l'àmbit de la gent gran partint d'un recorregut de vivències i experiències musicals pot assistir les persones als seus processos d'envelliment. La música que acompanya la vida representa un estímul des del qual es poden treballar tot un seguit de funcions cognitives, altres relacionades amb la mobilitat i també a mantenir la vinculació amb el seu context. L'afrontament de noves situacions que comporta l'envelliment, com pot ser renunciar a l'autonomia personal i la mateixa intimitat, el canvi amb les relacions amb els familiars i amics o l'establiment de noves rutines, fan necessària una cura i empatia que pot arribar entre altres atencions mitjançant l'acompanyament musical. L'acompanyament es concreta en unes cures que resulten importants per a les relacions socials i l'estat anímic de la gent més gran. Aquests processos es poden veure afectats per demències en què la pèrdua del contacte amb la realitat que envolta les persones és un dels efectes que més comprometen el manteniment d'una qualitat de vida acceptable. La conservació de la memòria musical en aquests casos representa un recurs de treball important. La relaxació, l'estimulació física i social així com la cognitiva, la comunicació i la interacció serien aspectes que es poden treballar en aquesta etapa de la vida. El valor de la música com a estímul que pot ajudar a mantenir funcions durant els processos d'envelliment fa que sigui una activitat creixent a molts centres d'atenció a persones grans.

Centres de salut mental

El treball dels musicoterapeutes en centres de salut mental ofereix la possibilitat d'un escenari en què la persona es pot sentir acollida i que convida a l'expressió, la relació i l'experiència plaent. Els instruments i les cançons ofereixen un punt de connexió en què el musicoterapeuta pot treballar amb persones que afronten trastorns de diversa gravetat. La música, que inicialment es presenta com un joc, implica moltes àrees especialment afectades per aquests trastorns que incapaciten la persona per jugar i moltes altres activitats.

La tendència a l'aïllament, la manca de motivació envers les activitats quotidianes i les dificultats de participar en activitats rehabilitadores han estat tractades amb èxit per musicoterapeutes a centres de salut mental amb diverses afectacions. La relació de l'experiència musical amb aspectes saludables de la persona és determinant en aspectes motivacionals i la musicoteràpia és considerada com una proposta clau d'implicació a activitats rehabilitadores. La musicoteràpia diferenciada de l'aspecte recreatiu de la música i relacionada amb la psiquiatria experimenta un desenvolupament més moderat que en altres especialitzacions de la disciplina.

Musicoteràpia a la comunitat

La pràctica de la musicoteràpia comunitària és probablement un dels escenaris que ha experimentat un creixement més important i que alimenta una reflexió al voltant del concepte i model de salut. Les persones es posen malaltes, de vegades no com a conseqüència d'un procés físic sinó més aviat per privacions, per un desequilibri de la salut social, que considera algunes activitats com a exclusives d'un sector que hi pot tenir accés en tenir recursos. Els musicoterapeutes han de veure com la música pot ser única per implicar, per apoderar i fer visibles persones que han perdut la capacitat de participació i accés a la cultura i els significats expressius.

La pràctica de música en clau saludable a la comunitat apodera i genera recursos personals i capital social per als participants a l'activitat. L'oportunitat de participar mitjançant la música de la vida saludable que comporten les relacions és fonamental en tots els escenaris esmentats anteriorment, representa el manteniment del dret d'accedir a la participació independentment de la presència d'una diversitat funcional o d'un període d'hospitalització. La musicoteràpia s'apropa a la reflexió com a generadora de possibilitats que sovint els mateixos musicoterapeutes han de crear i defensar davant una manca de sensibilitat que es tradueix en manca de recursos.

Diferents aproximacions

Com a altres disciplines relacionades amb les ciències humanes, socials i de la salut, la diversitat d'aproximacions que mostra la musicoteràpia resulta de la riquesa del concepte de salut afegit a la diversitat de recursos que la música posa a disposició de les persones. Dileo-Maranto (1993) va editar una guia en què a 38 països dels cinc continents es podien trobar 14 models diferents i aproximadament unes 100 tècniques esteses i consolidades utilitzades pels musicoterapeutes. Al Congrés de Musicoteràpia de Washington, de 1999, cinc models es van presentar com a més representatius a la seva pràctica i més fonamentats en el pla teòric. Sense que aquesta classificació indiqui exclusivitat d'aquestes aproximacions en relació a la pràctica de la musicoteràpia arreu

del món, s'hi enquadren grups nombrosos de professionals que s'identifiquen amb elles, afegint a aquesta corporació de professionals una reflexió emparada en un marc teòric concret.

Tot i la impossibilitat per limitacions d'extensió de poder explicar les aproximacions detalladament, la seva menció i breu explicació pretén ser una aproximació a un escenari en què la música es posa al servei de la salut i la qualitat de vida. Tot i adoptar principalment un únic marc teòric orientador, en el treball dels musicoterapeutes és recomanable tenir una visió àmplia i no restrictiva, conèixer altres posicionaments teòrics i recursos que permeten enriquir la pràctica de la disciplina.

La imatge guiada amb música (desenvolupat inicialment per Helen Bonny)

Aquesta aproximació auto-evocativa es basa en la teoria que la psique individual, quan ens hi aproximem de manera adient, respon amb les imatges més eficients i efectives i que la música serà central per aquestes imatges evocadores (Bonny, 2010). A les sessions de treball d'aquesta aproximació, una relaxació profunda porta a un estat alterat de consciència: s'utilitzen seleccions de música clàssica que es presenten seqüenciades per ajudar a un treball psicoterapèutic en profunditat conegut com a «viatge musical». Aquest viatge pot abordar diversos assumptes i problemes. El terapeuta evoca respostes sensorials i emocionals a la persona atesa. Aquestes respostes en forma d'imatges, símbols, sentiments, revisions del passat i del present, sensacions, metàfores i experiències transformadores són el centre de la sessió.

Aquesta aproximació és musicocèntrica, la música a la qual inicialment es qualifica de coterapeuta és la que juga un paper central a l'aproximació. Bona part de la formació dels terapeutes especialitzats es destina al coneixement de la música, especialment clàssica, com a element conductor a un estat alterat de consciència.

Musicoteràpia d'orientació analítica (desenvolupat inicialment per Mary Priestley)

És una aproximació fonamentada en la improvisació originada a Gran Bretanya a principis de la dècada de 1970, amb la utilització de paraules i música simbòlica improvisada pel pacient i el terapeuta (Bruscia, 1999). Mitjançant improvisacions guiades per sentiments, idees, imatges o fantasies, els participants s'expressen i és aquesta improvisació la que mostra estats d'ànim, records, sentiments i emocions així com tot el que es troba acollit a l'inconscient de les persones. És una síntesi entre el treball psicoterapèutic fonamentat en aportacions de Freud, Jung o Klein i la música entesa com a recurs expressiu de processos inconscients. La valoració de les improvisacions s'allunya del que serien els criteris estrictament estètics i es valoren pel seu valor representatiu o simbòlic dels estats i les interaccions personals.

En aquesta aproximació és fonamental l'eliminació d'obstacles que impedeixen al pacient apreciar tot el seu potencial i assolir objectius personals. El pacient és qui ha de posar de manifest els seus objectius potencials i obstacles en el progrés terapèutic. La persona assumeix amb responsabilitat i creativitat les decisions que afavoreixen el seu procés terapèutic.

Musicoteràpia creativa (desenvolupat inicialment per Paul Nordoff i Clive Robbins)

Fortament influenciada per les idees de Rudolf Steiner i el moviment antroposòfic de la psicologia humanista, P. Nordoff i C. Robbins, pianista i especialista en educació especial respectivament, treballen inicialment amb nens amb diversitat en el seu desenvolupament intel·lectual, físic i emocional.

Actualment aquesta aproximació serveix per establir relacions terapèutiques amb una gran quantitat de col·lectius, no tan sols infants, i amb diverses necessitats. Partint d'idees com la possibilitat que qualsevol persona pugui respondre i expressar-se musicalment, conservant el que anomenen com el «nen musical», la música terapèutica és creada al moment i especialment per a cada sessió.

Fonamentalment, el treball es realitza des de la improvisació i es consideren els elements musicals com a facilitadors del canvi. Els elements musicals són molt presents i valorats i es té en compte el valor de paràmetres musicals com els intervals, les tonalitats, els tempos i les diverses escales musicals. Tots aquests són recursos que no estan predeterminats per ser utilitzats seguint unes receptes però que formen part de la paleta de possibilitats que el musicoterapeuta té per treballar amb les persones a les quals serveix.

Model Benenzon (desenvolupat inicialment per Rolando Benenzon)

El model Benenzon representa un dels marcs teòrics en què s'han format gran quantitat de musicoterapeutes a Espanya. La seva influència ha estat determinant igualment a la formació i pràctica de la musicoteràpia a Amèrica Llatina. El professor Benenzon (psiquiatre, psicoanalista i compositor) ha elaborat aquesta aproximació durant 50 anys d'experiència formació i supervisió clínica. Freud, Jung, Watzlawick, Sachs, Willems, Kodaly o Jaques-Dalcroze són alguns dels noms que són presents al marc teòric del model Benenzon i que donen testimoni d'una amalgama de recursos psicoterapèutics i didàcticomusicals presents a la forma en què orienta un accés a la interioritat de la persona mitjançant els canals no verbals. Una de les elaboracions del model Benenzon ha estat la seva definició del principi d'ISO, que indica la idea que existeixen sons o fenòmens sonors interns que ens caracteritzen i individualitzen; aquesta ISO inclou la totalitat de les nostres vivències sonores acumulades des del naixement així com expressions definides com a arquetips sonors que es troben a la vivència humana relacionada amb el so i la música.

Musicoteràpia conductual (desenvolupat, entre d'altres, per Clifford K. Madsen)

Aquesta aproximació parteix de la consideració de la música com a forma de modificació cognitiva, un apunt auditiu, una estructura temporal i del moviment, un recurs que focalitza l'atenció a una recompensa. La modificació conductual és l'objectiu perseguit per aquesta orientació. La musicoteràpia conductual considera els efectes de la música en actuar com a estímul.

Recursos dels musicoterapeutes

La riquesa de recursos dels musicoterapeutes es correspon amb la varietat de possibilitats i recursos que presenta la música. La música instrumental i les cançons ofereixen

gran varietat de possibilitats. Per limitacions d'extensió resulta complicada una enumeració exhaustiva de tots els recursos i esmentem sense ordre d'importància la improvisació, les cançons, la diferenciació de la musicoteràpia entre activa i receptiva i la interpretació musical com alguns recursos que ofereixen possibilitats per treballar musicalment.

Musicoteràpia activa i musicoteràpia receptiva

Aplicats a la musicoteràpia, els qualificatius activa i receptiva fan referència a diferents processos de treball en què el musicoterapeuta i la persona o grup treballen plegats per aconseguir els seus objectius terapèutics. Utilitzem aquesta distinció per fer referència a la manera en què la persona s'implica en el seu procés terapèutic. Pot ser que ho faci utilitzant instruments o cantant, de manera que podem visualitzar a l'instant aspectes del seu procés presents al moviment que implica la pràctica instrumental o a l'emissió de la veu.

Entenem per musicoteràpia receptiva aquella en què la persona s'implica de manera especialment activa en l'escolta. L'escolta és la clau d'accés al treball que pot no ser observable a la vista. Escoltar l'estímul sonor pot facilitar la creació de noves formes i nous terrenys d'exploració. Paral·lelament, una escolta interior de sons i ritmes que pot presentar sons amb harmonies i disharmonies, consonàncies i dissonàncies presents a la persona (Amir, 1995).

En la mesura en què el musicoterapeuta i els participants a la sessió treballen en aquesta audició, es genera un estat d'equilibri entre la tranquil·litat i el moviment, la relaxació i l'estimulació, la passivitat i l'activitat. Aquesta escolta permet una consciència de noves possibilitats, manté un nivell d'observació i atenció que té utilitat en els processos de treball terapèutics. Aquest nivell d'escolta és el que capacita inicialment el terapeuta per tal d'orientar la relació amb les persones amb qui treballa.

Improvisació

Entenem per improvisació clínica la creació musical conjunta en què el terapeuta intenta connectar amb la persona amb la qual treballa i poder iniciar un procés conjunt en què la música afavoreix processos de desenvolupament i millora. Improvisar amb una altra persona amb finalitats clíniques és establir un marc que possibilita la trobada i la interacció. Sovint els problemes que miren de trobar alleujament mitjançant la musicoteràpia tenen una dimensió relacional. Entenem per dimensió relacional del trastorn aquella que es manifesta en la dificultat d'establir contactes personals i terapèutics i que tendeix a afavorir l'aïllament.

La improvisació no s'ha d'entendre com la destresa de compondre música al moment seguint una convenció estilística concreta. Qualsevol expressió musical de la persona, els sons de la seva veu, els seus moviments o la interpretació instrumental, és entesa com a material musical. La tasca del terapeuta consisteix a proveir d'un context musical, a acompanyar, interactuar, donar suport a aquestes expressions com a base d'un procés col·laboratiu. Aquest procés progressa en un camí consensuat en què la persona pot trobar el que necessita en el seu progrés musical i personal. La creació musical conjunta és una experiència de proximitat en què el terapeuta s'ofereix per què la persona experimenti els beneficis de la connexió amb l'altra i descobreixi noves pos-

sibilitats. El musicoterapeuta que convida a crear música improvisada amb finalitats clíniques té com a objectiu que la persona s'expressi mitjançant la música al mateix temps que s'experimenta com una persona diferent. La improvisació és, per exemple, dinàmica perquè una persona rígida pugui experimentar la flexibilitat. Al seu torn, les inseguretats personals poden trobar un terapeuta que musicalment ofereixi una experiència de seguretat i estabilitat. Aquesta exploració té a la seva disposició tota la riquesa dels elements musicals que ens arriben de la mà del ritme, la melodia, l'harmonia, les estructures musicals o la riquesa del timbre que acompanya la producció musical.

La improvisació clínica a sessions individuals o en grup consisteix en una creació musical en què els participants utilitzen instruments per interactuar. Les combinacions instrumentals són moltes i sovint el musicoterapeuta utilitza un instrument harmònic per poder oferir un marc ric en possibilitats. Es pot improvisar a partir d'una idea o concepte suggerit o sense cap altra referència que el material sonor que es genera en la interacció. Un cop finalitzada la improvisació i segons quina sigui l'aproximació del terapeuta i la voluntat de la persona participant es pot fer una anàlisi del resultat. L'enregistrament de les sessions pot resultar especialment útil en aquest sentit.

Cançons

Les cançons acompanyen el desenvolupament personal des del moment de la concepció. Tots establim una relació personal amb les cançons com a banda sonora de la nostra vida. Recurs d'aprenentatge, relació amb el context cultural, gestió dels pensaments i les emocions, les cançons acompanyen els moments més significatius de les nostres vides. Els infants, de manera natural, improvisen amb les seves veus i creen les seves pròpies versions de les cançons que els resulten familiars. El text de les cançons facilita una experiència simbòlica de representació del món i de com podem utilitzar el significat de la metàfora per entendre la realitat que ens envolta. L'adolescència i l'edat adulta poden vincular fàcilment moments, persones i relacions significatives a una cançó que fa reviure el moment en què ha quedat lligada als nostres afectes mitjançant la memòria.

Aquesta forma cultural que ens resulta especialment propera i la seva familiaritat situa les cançons com un dels recursos principals del treball dels musicoterapeutes. Les cançons ofereixen seguretat, suport, estimulació o relaxació; poden ajudar les persones en la representació del passat present o futur, facilitar el contacte amb els processos inconscients del pensament. Les cançons permeten considerar la nostra vida intrapersonal i també ens parlen constantment de com ens relacionem amb els altres i permeten projectar els nostres sentiments musicalment. Les cançons poden ser utilitzades per facilitar el desenvolupament o restauració d'habilitats funcionals fins i tot físiques, cognitives o comunicatives. El treball amb grups es beneficia de les cançons com ajuda per desenvolupar la cohesió grupal, l'encoratjament d'interacció social i la provisió de suport grupal (Wigram i Baker, 2005).

Elaborar un llistat de cançons significatives per al treball terapèutic, d'acord amb els gustos dels participants, és un bon punt d'inici. El treball interpretatiu obre la porta amb la finalitat que els musicoterapeutes puguin elaborar els recursos expressius (dinàmiques, tempos, variacions de l'estructura de les cançons). La transformació del material mitjançant les versions de les cançons seguint objectius terapèutics adapta el repertori a les necessitats del moment. La creació de nous materials escrivint cançons és un recurs creatiu que canalitza la creativitat en la seva funció terapèutica.

Musicoteràpia i interpretació musical

Entesa en un sentit ampli, la interpretació musical o el fet de fer públic i visible el treball és un recurs que molts musicoterapeutes fan servir. Interpretar permet observar i reconèixer certes possibilitats i potencialitats de les persones que poden passar desapercubudes. Permet fer visibles trets i característiques de les persones que normalment no es presenten públicament. Entenem la interpretació en relació a aquests elements terapèutics que situen en un segon pla les motivacions i els valors que acompanyen la interpretació com activitat dels músics a les seves audicions i concerts. A banda d'aquesta consideració social, interpretar és un acte que implica gran quantitat d'aspectes personals i relacionals. A tall d'exemple, la musicoteràpia pot intervenir en els aspectes següents:

- Aspectes fisiològics. Les constants s'adapten al moment interpretatiu. La respiració, el ritme del nostre cor i les nostres respostes així el moviment que acompanyen l'activitat musical es veuen modificades durant la música.
- Aspectes cognitius. Són força nombrosos els que el sistema nerviós posa en joc a l'hora d'actuar musicalment en el sentit de la planificació de l'activitat, l'atenció o la recuperació del que es troba a la memòria i ens ajuda a expressar-nos.
- Aspectes culturals que es posen en joc en produir-se sempre la interpretació en un context determinat. Aquests trets configuren la identitat personal i orienten la nostra pertinença a un grup.

Algunes aproximacions musicoterapèutiques valoren especialment la interpretació en públic com a recurs terapèutic (Ansdell, 2005). Interpretar música composta prèviament genera un espai de participació que pot implicar un significat terapèutic per individus i comunitats. La comprensió que les persones tenen de fer música en grup per a ser interpretada, independentment de la presència o no de públic, forma part del que entenem com a acte musical. Actuar al món en què vivim és natural i necessari (Small, 1998). Interpretar genera xarxes relacionals entre les persones i l'auditori com a comunitats i institucions.

Procés de treball en musicoteràpia

El treball dels musicoterapeutes com a procés sistemàtic comparteix una seqüència amb altres professionals dedicats a la salut o educació. Partint d'un motiu de derivació es planteja un treball que implica una avaluació per relacionar els assoliments amb els objectius. Tot i la diversitat d'organitzacions, el procés de treball segueix un esquema bàsic en què podem diferenciar els moments que es detallen tot seguit.

Derivació

La tasca dels musicoterapeutes s'emmarca en un treball en equip. Independentment de l'escenari en què estiguem situant la seva participació, aquesta s'entén com una aportació a un tot interdisciplinari. Aquest factor de coordinació és normalment sinònim de qualitat i necessari per a l'assoliment d'un resultat satisfactori. Pot haver-hi casos en què la persona arribi a les sessions de musicoteràpia com a opció personal; habitualment són altres professionals els qui detecten una situació que recomana un treball que la música pot fer en mans del musicoterapeuta. Una de les tasques més importants del

musicoterapeuta és mostrar com s'aproximen la música i la salut. La comprensió d'aquesta proximitat per part de l'equip de treball millora les derivacions en ser l'equip més conscient de quines són les possibilitats i limitacions de la musicoteràpia. Al mateix temps, el musicoterapeuta ha de conèixer els motius pels quals una persona ha estat derivada, qui és el responsable de la recomanació i quines en són les seves expectatives.

Avaluació inicial

Un cop realitzada la derivació, es procedeix a reunir tota la informació possible de la persona amb qui treballarem. És especialment important conèixer la relació amb la música al llarg de la seva vida, conèixer els seus gustos i especialment centrar-nos en les seves potencialitats: el que pot fer ens pot ajudar a plantejar un treball interessant. És recomanable establir unes sessions per realitzar aquesta coneixença de la persona i descobrir què espera del treball que farà amb el musicoterapeuta. Segons l'aproximació, es dissenyarà una estratègia per establir un punt de partida. Aquesta estratègia pot variar: a vegades, pot incorporar la utilització conjunta d'instruments, la conversa que ajuda a formar una idea de la persona i el seu context personal, cultural i musical.

Establiment d'objectius

És recomanable que la persona participi per establir els seus objectius al treball musicoterapèutic. Amb l'ajut del musicoterapeuta, el primer objectiu és la participació de la persona i l'establiment d'una relació saludable. És important, segons les possibilitats, que la persona participi en decisions com ara la durada del temps que treballarà, la quantitat de sessions, o les activitats que voldrà consensuar amb el musicoterapeuta. Pot ser un bon moment per treballar aquest enquadrament i clarificar allò que es relaciona amb la confidencialitat i altres qüestions ètiques. El llistat d'objectius que els musicoterapeutes poden treballar és extens. Deixem a tall d'exemple:

- Reforçar el potencial per respondre i iniciar contacte i comunicació.
- Desenvolupar el contacte i la comprensió envers emocions i sentiments.
- Millorar la qualitat de vida mitjançant experiències d'interacció personal així com d'habilitats socials.
- Millorar el coneixement del context de les persones i la seva consciència del món que els envolta, enfortint un sentiment d'identitat.

Sessions de treball

El ventall de possibilitats que té un musicoterapeuta pel que fa al seu material de treball és immens. Podem proposar un llistat, entenent que la diversitat d'activitats possibles és molt gran. La música ens estimula, ens tranquil·litza, ens convida a ballar, ens ajuda a reconèixer l'altre, regula els moviments i així podem esmentar un llistat tan gran com el que podem associar al verb «musicar».

- A les sessions s'escolta música. Les cançons o la música instrumental ens ajuden a conèixer un repertori que ens apropa a emocions i sentiments o ens vincula a un context determinat. L'escolta pot acompanyar la imaginació i generar produccions que tindran una lectura en clau terapèutica. La música pot jugar igualment un pa-

per estimulador o relaxant i segons l'objectiu perseguit els dos adjectius són igualment vàlids.

- A les sessions es toquen instruments. Aquesta activitat permet experimentar amb els sons i els materials que els generen. Descobrir les possibilitats rítmiques, melòdiques, harmòniques i tímbriques dels instruments obre camins expressius. Crear al moment música amb l'ajuda del musicoterapeuta que fa que la producció sonora trobi un contenidor, propicia la comunicació.
- A les sessions de musicoteràpia s'experimenta amb el moviment. Les sessions poden utilitzar l'expressió lliure, l'estructura dels patrons rítmics a activitats de percussió corporal i l'enriquiment d'aprendre una dansa relacionada amb un lloc o esdeveniment.

El consens en relació a les activitats és clau per afavorir la relació terapèutica i fer comprensible el procés que els musicoterapeutes proposen.

Igualment extens seria el llistat que presentaria les possibles activitats que es posen en joc amb finalitats terapèutiques, destaquem algunes activitats utilitzades per assolir determinats objectius:

- La utilització de la veu amb la finalitat de regular processos emissors i treballar aspectes relacionats amb el llenguatge. La utilització del moviment com activitat que regula l'esquema corporal i el treball motriu.
- La utilització de jocs musicals amb què es pot treballar el torn d'intervenció o la interacció grupal.
- La utilització instrumental amb finalitats expressives o comunicatives mitjançant un codi diferent del verbal.
- Les activitats permeten treballar aspectes relacionats amb la cognició i així es poden utilitzar per exemple les lletres de les cançons per afavorir la memòria, concentració i atenció.

Avaluació

L'avaluació del treball és irrenunciable per sistematitzar i donar sentit al treball dels musicoterapeutes. Presentar els resultats del procés forma part del que es demana com a professionals. Decidir els aspectes avaluats i els instruments utilitzats per fer-ho defineix l'aportació dels musicoterapeutes al treball interdisciplinari. Les explicacions relacionades amb l'assoliment d'objectius poden tenir una lectura musical al mateix temps que una lectura extramusical pensant en la persona que ha fet la derivació. La millora d'un aspecte musical com pot ser la flexibilitat a l'hora de seguir un moviment que s'accelera pot representar que la persona s'està allunyant per un moment d'una actitud de rigidesa no desitjada o fins i tot patològica.

Actualment es treballa en instruments de mesura musicoterapèutics; també s'utilitzen escales que mesuren diverses variables relacionades amb la resposta personal. De la mateixa manera, es poden generar qüestionaris o escales que facin comprensible quina ha estat l'evolució del treball. El retorn del resultat als professionals que n'han fet la

derivació o amb qui es treballa en equip és una de les accions més importants a l'hora de fer significatiu el treball dels musicoterapeutes.

Supervisió

L'acompanyament i l'oportunitat de contrastar el treball amb altres professionals és probablement un dels punts més importants d'aquest procés. La supervisió és un dels moments en què un terapeuta pot experimentar més clarament el fet de posar-se al lloc de l'altre. Mostrar el treball per rebre orientació, compartir pors i errades, al mateix temps que celebrar els encerts és un moment molt enriquidor en relació amb el treball. La complicitat amb el supervisor reflecteix amb matisos la relació que el musicoterapeuta estableix amb les persones amb qui treballa. De la mateixa manera que és molt complicat fer un treball de qualitat sense pensar prèviament en l'avaluació, el mateix passa amb la supervisió. Treballar sota supervisió d'un altre musicoterapeuta i contemplant la possibilitat de rebre orientació d'altres professionals de l'equip de treball, incrementa les possibilitats de realitzar un treball de més qualitat.

La formació del musicoterapeuta

El procés de formació del musicoterapeuta és divers en funció del programa al qual té accés així com l'especialització que vulgui seguir tant pel que fa a l'escenari del seu treball com les tècniques utilitzades. En alguns països aquesta formació segueix l'estructura i temporització dels estudis de grau. A Espanya, són estudis de màster als que s'accedeix amb posterioritat a uns estudis de grau. Els estudiants matriculats acostumen a ser músics amb estudis superiors, metges, psicòlegs, pedagogs, infermers i altres professions principalment relacionades amb l'àmbit assistencial de la salut i l'educació.

Els programes de formació acostumen a mantenir un equilibri de continguts de formació psicoterapèutica d'una banda i una adquisició en recursos musicals de l'altra. Aquests dos eixos que organitzen el currículum dels estudis s'han d'interpretar en clau musicoterapèutica. La formació es completa amb una estada, com a mínim, a un emplaçament en què els estudiants realitzen les pràctiques i cada cop més s'afavoreixen processos de *self experience* i supervisió personal. Aquest esquema de formació respon a la necessitat que tenen com a professionals els musicoterapeutes de poder guiar processos individuals o grupals de rehabilitació i millora.

S'hi treballen continguts de psicologia del desenvolupament, psicopatologia o de dinàmiques de grup, per fer esment d'alguns coneixements a assolir i habilitats a desenvolupar. També es treballa amb un o més instruments, un d'ells preferiblement harmònic, tot i que cada musicoterapeuta ho fa des de la seva formació musical, per la conducció de les sessions individuals o en grup. El compromís de reciclatge professional s'ha d'assumir en aquesta doble especialització musical i terapèutica.

La musicoteràpia a Espanya i a Catalunya és una professió que treballa pel seu reconeixement a tots els efectes. Associacions professionals, publicacions i congressos nacionals defensen el valor de la musicoteràpia com a professió amb ressonàncies sanitàries i educatives. El fonament de la reivindicació parteix del reconeixement de la seva efectivitat i d'una activitat científica paral·lela generadora d'evidència. Alguns impediments en aquest avenç són, per exemple, l'intrusisme que es produeix per una pobra comprensió del que realment implica un servei qualificat. El fet de trobar-se en el pro-

cés d'aconseguir una regulació de l'acreditació professional fa que sovint la musicoteràpia es vegi perjudicada per pràctiques empobrides. Malgrat aquest fet, les noves incorporacions que constantment es produeixen de persones amb una formació sòlida que facilita una pràctica més rigorosa fa que s'avanci en el camí de la consolidació de la professió al nostre país. Aquest procés de reconeixement professional es relaciona igualment amb qüestions relatives al funcionament laboral del dia a dia dels qui treballen i han de trobar un model de funcionament laboral que a altres països es troba més regulat i establert. És precisament l'experiència i reflexió d'altres indrets les que testifiquen que consolidar i acreditar una professió com la de musicoterapeuta és un camí llarg i de treball intens.

Els programes formatius es van consolidant a Espanya com a oferta universitària de màster i aquesta formació resulta en la incorporació constant de musicoterapeutes que impulsen projectes propis, que interessin a diverses institucions. L'experiència creixent mostra la necessitat de rigor professional i genera formadors experimentats en la pràctica de la musicoteràpia.

Referències

- Aigen, K. (2005) *Music-Centered Music Therapy*. Gilsum NH, Barcelona Publishers.
- Aigen, K. (1996) *Being in Music Foundations of Nordoff Robbins Music Therapy*. St Louis MO, MMB Music.
- Amir, D. (1995) «On Sound, Music, Listening and Music Therapy», a Bereznak Kenny, C. [ed.] *Listening, Playing, Creating, essays on the power of sound*. Nova York, State University of New York press, p. 51-58.
- Ansdell, G. (2002) «Community Music Therapy & The Winds of Change». *Voices: A World Forum For Music Therapy*, 2 (2). Disponible a: <https://voices.no/index.php/voices/article/view/83> [accés: 30.6.2015].
- Ansdell, G. (2005) «Being Who You Aren't; Doing What You Can't: Community Music Therapy & the Paradoxes of Performance». *Voices: A World Forum For Music Therapy*, 5 (3). Disponible a: <https://voices.no/index.php/voices/article/view/229> [accés: 7.7.2015].
- Benenzon, R. (1989) *Manual de Musicoteràpia*. Buenos Aires, Paidós.
- Benenzon, R. (1991) *Teoría de la Musicoteràpia*. Madrid, Mandala.
- Benenzon, R. (1998) *La Nueva Musicoteràpia*. Buenos Aires, Lumen.
- Bonny, H. (2010) «Music Psychotherapy: Guided Imagery and Music». *Voices: A World Forum For Music Therapy*, 10 (3). Disponible a: <https://voices.no/index.php/voices/article/view/568/437> [accés: 20.6.2015].
- Bruscia, K. (1998) *Defining Music Therapy*. Gilsum, NH, Barcelona Publishers.
- Bruscia, K. (1999) *Modelos de improvisación en musicoteràpia*. Vitoria-Gasteiz, Agruparte.
- De Nora, T. (2004) *Music in everyday life*. Cambridge, UK, Cambridge University Press.
- Dileo-Maranto, C. D. (1993) *Music Therapy: International Perspectives*. Pennsilvània, Jeffrey Books.
- Elliot, D. J. (1995) *Music Matters*. Nova York, Oxford University Press.
- Geretsegger, M.; Elefant, C.; Mössler, K. A.; Gold, C. (2014) «Music therapy for people with autism spectrum disorder». Cochrane (England, Cochrane Collaboration).

- Disponible a: http://www.cochrane.org/CD004381/BEHAV_music-therapy-for-people-with-autism-spectrum-disorder [accès: 22.6.2015].
- Gouk, P. (2000) *Music Healing in cultural context*. Aldershot, Ashgate.
- Magee, W.; Bowen, C. (2008) «Using music in leisure to enhance social relationships with patients with complex disabilities». *NeuroRehabilitation, Amsterdam IOS Press*, 23 (4), p. 305-311.
- McFerran, K.; Rickson, D. (2007) «Music therapy in special education: Where are we now?». *Kairaranga: The New Zealand Journal of Education*, 8 (1), p. 40-47.
- Nordoff, P.; Robbins, C. (1977) *Creative Music Therapy*. Nova York, John Day.
- Oldfield, A. (2006) *Interactive Music Therapy in Child and Family Psychiatry*. Londres, Jessica Kingsley.
- Pavlicevic, M.; O'Neil, N.; Powell, H.; Jones, O.; Sampathianaki, E. (2014) «Making music, making friends: Long-term music therapy with young adults with severe learning disabilities». *Journal of Intellectual Disabilities*, 18 (1), p. 5-19.
- Peretz I.; Zatorre R. (editors) (2003) *The Cognitive Neuroscience of Music*. Nova York, Oxford University Press.
- Perry, M.R. (2003) «Relating improvisational music therapy with severely and multiply disabled children to communication development». *Journal of Music Therapy*, 40 (3), p. 227-246.
- Procter, S. (2011) «Reparative musicking: thinking on the usefulness of social capital theory within music therapy». *Nordic Journal of Music Therapy*, 20 (3), p. 242-262
- Ruud, E. (2001) «Music Therapy - History and Cultural Contexts». *Voices: A World Forum For Music Therapy*, 1(3). Disponible a: <https://voices.no/index.php/voices/article/view/66/53> [accès: 20.6.2015].
- Small, C. (1998) *Musicking: The Meanings of Performing & Listening*. Hanover, NH, Wesleyan University Press.
- Wigram, T.; Baker, F. (2005) *Songwriting Methods, Techniques and Clinical Applications for Music Therapy Clinicians, Educators and Students*. Londres, Jessica Kingsley Publishers.
- Wigram, T.; Pedersen, I. N.; Bonde, O. L. (2002) *A comprehensive guide to music therapy*. Londres, Jessica Kingsley Publishers Ltd.
- World Federation of Music Therapy (2011) *What is music therapy?* Disponible a: <http://www.wfmt.info/wfmt-new-home/about-wfmt/> [accès: 20.06.2016].

Fundamentos y práctica de la musicoterapia

Resumen: La musicoterapia es una disciplina que actualmente progresa en su intento de dar respuesta a la pregunta de por qué la música puede provocar cambios en la vida de las personas. La reflexión de los musicoterapeutas acerca de su práctica y el trabajo que llevan a cabo muestran el valor rehabilitador, preventivo y favorecedor de procesos y comportamientos saludables. Esta reflexión implica una definición dinámica en constante revisión y una mirada histórica del progreso de esta disciplina. Los escenarios de trabajo son el lugar en que las construcciones teóricas de las aproximaciones se concretan prácticamente. Los recursos de los musicoterapeutas se estructuran en un proceso sistemático de trabajo que pone la música al servicio de las personas con el objetivo de modificar el panorama personal. La musicoterapia como profesión fundamentada en la evidencia se encuentra en un proceso de consolidación y reconocimiento en nuestro entorno mientras encuentra su espacio de relación con las prácticas clínicas y educativas.

Palabras clave: musicoterapia, educación musical, música y salud, música y prevención, música y rehabilitación

Principes et pratique de la musicothérapie

Résumé: La musicothérapie est une discipline qui vise à donner une réponse à la question de savoir pourquoi la musique peut provoquer des bouleversements dans la vie des individus. La réflexion des musicothérapeutes autour de leur pratique et du travail qu'ils mènent à terme propose que la musique soit comme un élément de réhabilitation, prévenant et favorisant les processus et les comportements salutaires. Cette réflexion implique une définition dynamique en constante révision et un regard historique du progrès de la discipline. Les scènes de travail constituent des lieux dans lesquels les constructions théoriques des approches se concrétisent de manière pratique. Les ressources des musicothérapeutes se structurent dans un processus systématique de travail qui met la musique au service de la modification du panorama personnel. La musicothérapie, en tant que profession fondée sur l'évidence, se trouve dans un processus de consolidation et de reconnaissance dans notre pays alors qu'elle trouve son espace de relation avec les pratiques cliniques et éducatives.

Mots clés: musicothérapie, enseignement de la musique, musique et santé, musique et prévention, musique et réhabilitation

Basis and practices in music therapy

Abstract: This article examines the discipline of music therapy, which attempts to explain how music can prompt change in people's lives in processes of rehabilitation, in preventive care and in education in health and healthy habit forming. The article reviews the history of this discipline, observing that practitioners must constantly revise their definition of it. It also examines what music therapists do in their daily work, where the theory behind different approaches is tested in practical projects and where resources are systematically applied in such a way that music can help alter the private panorama of individuals' lives. The article concludes that professional music therapy in this country is still coming into its own, gradually establishing its position in relation with clinical and educational practices.

Key words: Music therapy, music education, music and health, music and prevention, music and rehabilitation