

Il Social Dreaming (SD) e la Musica

Esperienza nel Campus Universitario "G. d'Annunzio" Chieti-Pescara

Mini-Corso "L'utilizzo della musica in ambito psicologico-clinico"

Domenico Agresta[°], Mario Fulcheri^{°°}

[°] *Psicologo, borsista presso il Dipartimento di Scienze Biomediche, Università degli Studi "G. D'Annunzio" di Chieti Pescara, Cattedra Psicologia Clinica (Tit. Prof. M. Fulcheri), Host of the "Social Dreaming Institute of London, ltd UK" e di Socialdreaming.it*

^{°°} *Medico, Psichiatra, Psicoterapeuta, Ordinario di Psicologia Clinica, Presidente Corso di Laurea Magistrale in "Psicologia Clinica e della Salute", Facoltà di Psicologia, Università degli Studi "G. D'Annunzio", Chieti-Pescara.*

La musica e i sogni sono strumenti ed esperienze della relazione e della comunicazione umana. Essi rappresentano, a livelli diversi, momenti significativi che hanno da sempre permesso a tutti noi di creare contatto, cultura e pensiero. Il ritmo musicale è congenito nell'essere umano: il ritmo del cuore della madre è avvertito e registrato dal feto e a questo ritmo questo si addormenta, si sveglia, si muove e si riposa. Così il sogno: già dai primi mesi di vita, il feto sogna; i neonati *vivono* nella fase REM gran parte della loro vita extrauterina; il sistema immunitario si rinforza proprio durante la fase REM.

La preistoria del fatto musicale inizia col grido del bambino al momento della nascita: è un grido musicale, è uno stimolo sonoro. La preistoria del sogno ci insegna, allo stesso modo, che una delle prime forme di pensiero condiviso era proprio il racconto del sogno e la rivelazione che esso offriva alla comunità, cioè il pensiero e l'identità della comunità. Come ha felicemente affermato Ferruccio Antonelli: "La disperazione del malato non è mai sorda. Sul pentagramma della salute qualche nota può avere toni di sollievo e addirittura di vita".

Questa visione antropologica e sociale del sogno così come della funzione della musica come strumento terapeutico nella clinica psicologica è alla base dell'esperienza che sarà qui presentata come sintesi di un mini corso svolto presso l'Università degli Studi "G. d'Annunzio" di Chieti-Pescara il 3 e il 4 giugno 2008, dal titolo "La musica nelle applicazioni psicologico-cliniche". Il mini Corso è stato organizzato dalla Cattedra di Psicologia Clinica (Tit. Prof. M. Fulcheri).

E' bene sottolineare che questo Corso non aveva la pretesa di considerare la musica come un tipo/genere di terapia, niente di *magico* potremmo dire; essa è considerata come un elemento/ strumento che il professionista ha a disposizione per creare uno spazio accogliente e significativo rispetto alla relazione terapeutica in un setting definito e specifico.

Attraverso l'utilizzo della metodologia del Social Dreaming qui riadattata, i partecipanti, guidati dallo Host della Matrice, hanno potuto sperimentare come l'esperienza musicale in gruppo determini uno spazio che può generare pensieri nuovi e utili per definire e conoscere il contesto nel quale i detentori di ruolo si relazionano e vivono. In effetti, nell'esperienza del SD, non sono state trattate tematiche prettamente cliniche né classificazioni o studi che riguardano aspetti psicopatologici; l'esperienza del mini Corso è stata utile per sensibilizzare gli studenti e far conoscere loro il fatto musicale in modo nuovo e indirettamente terapeutico.

E' indubbio che la musica, in alcune psicopatologie, è un vero *strumento terapeutico*, almeno dal punto di vista relazionale e comunicativo, ma essa è e rimane *solo* una delle numerose componenti del setting in funzione della qualità della relazione: da un punto di vista

psicodinamico, infatti, la musica ha in sé la funzione di creare contatto (Nesci, 1991), comunicazione e, talvolta, di risolvere blocchi nel processo terapeutico. Tutto ciò non deve ridursi, però, a non considerare l'applicabilità della musica in specifiche terapie: le tecniche musicoterapiche ci insegnano come bambini gravemente deficitari dal punto di vista cognitivo e/o relazionale possono esperire, per esempio, una relazione qualitativamente significativa e perciò terapeutica; in questo senso, la musica diventa proprio un *fatto terapeutico* inseribile benissimo tra i parametri della clinica psicologica. Un esempio potrebbe essere proprio il valutare i cambiamenti della produzione musicale dei pazienti con deficit cognitivi così come avviene nelle tecniche di musicoterapia attiva come indicatori di nuovi processi di pensiero o processi di tipo metacognitivo nei casi meno gravi. In tutti i casi, queste osservazioni riguardano riflessioni che non saranno qui trattate, ma è bene sottolineare l'importanza della cosiddetta musicoterapia¹ nelle esperienze riabilitative e terapeutiche.

L'esperienza del Mini-Corso è stata registrata interamente da uno staff tecnico professionista, ma in questo lavoro saranno riportati *solo* i pensieri, le connessioni, le catene associative dei partecipanti così come è indicato nella metodologia del Social Dreaming. Grazie a questa modalità d'indagine, è possibile, infatti, conoscere e scoprire in che modo il Sistema pensa e che tipo di pensieri nuovi si possono sviluppare, produrre. Gli studenti hanno trascritto delle relazioni riguardo alla Matrice di Social Dreaming condotta in un preciso contesto ed in una speciale modalità². Una prima parte del Corso è stata comunque svolta attraverso lezioni frontali dal Prof. N. Cattich di Torino, esperto di musicoterapia e analista adleriano. Il resto del Corso, invece, è stato caratterizzato proprio dall'utilizzo del SD insieme alla musica suonata e prodotta durante il lavoro della Matrice. Si è pensato di riprodurre, allo stesso modo delle associazioni libere verbali già codificate nella metodologia del SD rielaborate nel Dialogo, associazioni musicali eseguite da musicisti che partecipavano nella e alla Matrice, reinterprestando o comunicando musicalmente ciò che i sogni suggerivano loro³. In questo senso la musica è stata considerata come un *facilitatore attivo non verbale* al lavoro della Matrice, così come lo Host fa all'interno di questo spazio condiviso con la riformulazione o con interventi che sciolgono alcuni nodi o permettono di far emergere, quando necessario, alcune connessioni facilitanti il lavoro associativo ed emergente del pensiero della Matrice. Nel momento del Dialogo, invece, la musica non è stata inserita né eseguita, proprio per mantenere un livello di pensiero razionale e lineare e prettamente verbale. Al termine della prima giornata della Matrice gli studenti hanno ascoltato materiale musicale precedentemente prodotto dai musicisti attraverso l'ascolto di "paesaggi sonori", musica atonale e d'ambiente⁴. Lo scopo di questo ulteriore momento dell'esperienza era legato

¹ "La musicoterapia è l'uso della musica e/o degli elementi musicali (suono, ritmo, melodia e armonia) da parte di un musicoterapeuta qualificato, con un utente o un gruppo, in un processo atto a facilitare e favorire la comunicazione, la relazione, l'apprendimento, la motricità, l'espressione, l'organizzazione e altri rilevanti obiettivi terapeutici al fine di soddisfare le necessità fisiche, emozionali, mentali, sociali e cognitive.

La musicoterapia mira a sviluppare le funzioni potenziali e/o residue dell'individuo in modo tale che questi possa meglio realizzare l'integrazione intra e inter-personale e, consequenzialmente, possa migliorare la qualità della vita grazie a un processo preventivo, riabilitativo o terapeutico".

² Sarà fornita e scaricabile, per la versione multimediale dell'articolo, una registrazione dal vivo di produzione musicale definibile come "ambiente musicale" prodotta nel lavoro della Matrice.

³ Dai suggerimenti di alcuni studenti musicisti, per esempio, si è pensato, nelle prossime esperienze di SD e musica, di permettere anche ai partecipanti di associare con la musica attraverso strumenti musicali forniti dallo staff e a disposizione nel Setting.

⁴ I musicisti che hanno collaborato in questa lezione/esperienza sono: Rosa Dino, Agresta Domenico, Antico Rocco, Tatone Augusto e Cardone Fabio. Cardone ha registrato interamente il materiale emerso nella Matrice e curato e fornito la produzione.

all'ipotesi, già dimostrata in altri ambiti di utilizzo del Social Dreaming o di sue variazioni che, elementi esterni alla Matrice, correlati al contesto stesso nel quale la Matrice si sviluppa, possano contribuire alla formazione di nuovi pensieri attraverso un vero e proprio stimolo alla produzione onirica. Esistono altri esempi per giustificare questa ipotesi di lavoro in ambito psicologico-clinico e osservativo con il SD. Altri metodi di stampo psicodinamico⁵, infatti, come il Training Autogeno con Visualizzazioni Guidate o il metodo della Relaxation di M. Sapir, utilizzato prima di un Gruppo Balint, facilitano il lavoro inconscio e l'emergere delle emozioni, dei ricordi, delle immagini non solo in ambito individuale ma soprattutto in un setting di gruppo. Parte di queste riflessioni sono legate al fatto che il gruppo è già di per sé un facilitatore di attività inconsce, uno spazio condiviso che stimola più velocemente e più intensamente alcune dinamiche inconsce; tuttavia, se pensiamo a questi metodi in ambiti formativi (studenti, professionisti) o prettamente esperienziali, notiamo come le tecniche corporee, per esempio, sono di grande aiuto per il conduttore e per i partecipanti. In ambito psico-oncologico (Nesci D.A. e Polisenò T.A., 2005, Nesci e Coll. 2006a; 2006b; 2008a; 2008b) la visione di film a tema facilita il lavoro onirico durante il lavoro di Matrici di Sogno Sociale⁶.

Il Mini-Corso era così strutturato: introduzione del lavoro (circa 15 min.), una Matrice di SD di un'ora e mezza, un dialogo di un'ora, una Matrice di chiusura sempre di un'ora e mezza, ascolto di materiale musicale di 30 minuti. Il giorno successivo, una nuova Matrice di un'ora e mezza, un dialogo di un'ora, una Matrice finale di 45 min. Nell'ultimo quarto d'ora gli studenti hanno scritto delle brevi relazioni sull'esperienza.

Il fatto che gli studenti abbiano sottolineato ciò che l'esperienza stessa, nel suo complesso, ha fatto vivere in loro, cioè la possibilità di poter dire ciò che pensano in uno spazio condiviso all'interno dell'Università, fa di questa esperienza un momento interessante anche per conoscere il loro punto di vista: in questa lezione, infatti, lo studente è stato invitato a partecipare attivamente.

Nelle relazioni degli studenti i sogni sembrano fare *solo* da background, ma non è così: i sogni sono le fondamenta dei nuovi pensieri emersi. La scelta di strutturare principalmente questo lavoro attraverso il report dei pensieri degli studenti piuttosto che dei soli sogni sembra essere la strada migliore da percorrere per meglio descrivere il materiale emerso. In questo senso, il sogno come la musica, non sono secondari rispetto all'ipotesi di lavoro o rispetto al metodo stesso del SD, ma diventano essi stessi strumenti grazie ai quali i ragazzi partecipano, si sentono protagonisti attivi. La catena associativa è perciò apparentemente più legata ad un pensiero lineare e razionale ma si è ipotizzato che sia i sogni sia la musica siano stati già trasformati in pensieri nuovi sin dal lavoro della Matrice. Inoltre, nel contesto universitario, il pensiero dello studente ha un valore particolare e i partecipanti stessi hanno sentito la necessità di sottolineare questa possibilità di esporsi e pensare liberamente. Alcuni di loro hanno fatto notare come all'interno dell'Università si sentono più come figure "passive", almeno rispetto ai ruoli e alle richieste dell'Istituzione. In questo senso, il SD ha favorito

⁵ Training Autogeno di J.H. Schultz (T.A.) (1884-1970): tecnica di rilassamento e di autodistensione psichica; T.A. con Visualizzazioni Guidate (CSPP e SIMP – Pescara, Agresta F.; Rotondo A. M.; Serroni A., Pelusi C.; Widmann C.): utilizzo di scene simboliche allo scopo di dinamizzare l'inconscio, favorire la desomatizzazione e la mentalizzazione del conflitto; Rilassamento analitico ("Relaxation") di M. Sapir: psicoterapia corporea attraverso cui vengono riportate alla luce ricordi, immagini, rappresentazioni, tracce mnestiche rimosse e dimenticate nella relazione psicoterapeutica.

⁶ Importante ricordare che l'utilizzo del SD in psico-oncologia è interessante quanto modificato dall'originale. In tutti i casi qui è importante sottolineare che, associati alla Matrice o a tecniche già strutturate, possono essere aggiunti nuovi parametri per poter osservare e analizzare meglio un tipo di lavoro purché la metodologia non sia comunque modificata nella sua struttura di base.

l'esperienza dell'essere più presenti nello svolgimento della lezione anche per l'essenza stessa dei laboratori o dei gruppi esperienziali. Sappiamo che il SD, sebbene usi il sogno come la moneta di scambio principale, ha lo scopo ultimo di produrre, far emergere pensieri nuovi, utili al collettivo, per meglio osservare il sistema nel quale sono immersi. Ci è sembrato perciò consequenziale rispettare ciò che gli studenti hanno colto, dal loro punto di vista, dall'esperienza del SD: il poter pensare liberamente e vedere la musica e la clinica da una prospettiva nuova, complessa, ricca di affettività e di emozioni, discutendone insieme senza pensare, se così si può dire, che erano proprio i sogni, poi, ad aver facilitato questo tipo di attività di pensiero. In un contesto universitario, una lezione così strutturata è diventata anche motivo di riflessione personale in relazione alle dinamiche che, in futuro, gli studenti affronteranno nel mondo del lavoro: relazione, transfert-controtransfert, empatia⁷, identità e ruoli all'interno delle Istituzioni.

Le Matrici sono state, nel complesso, una vera e propria evoluzione di un percorso che ha toccato temi come la morte, poi la vita, di nuovo la morte, la libertà, la trasgressione e i cosiddetti momenti critici dell'esistenza.

In effetti, cosa interessante rispetto alla modalità di lavoro, un paio di studenti hanno avuto la sensazione d'immaginare l'esperienza della Matrice come una sorta di "concept album" secondo la tradizione della musica pop-rock degli anni 70 (progressive) esplicitando questo vissuto. Un ciclo ben definito insomma dove anche pensieri riguardanti la libertà e l'identità hanno trovato spazio seppur considerati, all'inizio, come aspetti dell'esistenza apparentemente "*comuni, troppo vaghi e poco profondi*". Altri studenti partecipanti hanno fatto notare come ci sia stata una correlazione con il linguaggio musicale che è universale con un senso di democraticità e di parità vissuto nella Matrice grazie alla condivisione del sogno che diventa moneta di scambio unica ed originale. D'altro canto, la musica è stata avvertita come un sottofondo piacevole e parte integrante della Matrice e mai presenza invasiva e disturbante. Si può perciò ipotizzare che il dosaggio degli elementi presenti nella Matrice sia stato ben utilizzato da tutti i partecipanti, dal conduttore e dai musicisti.

I sogni, per esempio, sono stati utili per ben comprendere il clima e l'atmosfera della Matrice e solo in un secondo momento come strumento di indagine a disposizione dei partecipanti. I sogni, infatti, sono strumento di conoscenza consapevole e nuova una volta che si è trasformato il loro pensiero, come Lawrence ricorda, cioè "*quando si trasforma la loro specifica modalità comunicativa all'interno di un collettivo e/o di un gruppo*" (comunicazione personale). Ecco alcuni esempi che i ragazzi hanno riportato nelle relazioni finali.

"Un cerchio di persone, simbolo di unione e di parità, come tanti amici intorno al fuoco che chiacchierano liberamente e suonano".

"Il 3 e il 4 giugno abbiamo fatto un'esperienza chiamata Social Dreaming, un modo per raccontare i sogni dove ognuno può sentirsi libero di esprimersi, libero di dare un contributo con ogni suo pensiero".

"Raccontare i propri sogni agli altri, ricavarne dei significati, fare delle connessioni; ho notato che molti ragazzi sognano di volare. Anche a me spesso capita di sognare di volare; volare significa per me essere libera. Tutti cerchiamo la libertà nella vita: c'è chi la cerca soprattutto nei sogni".

⁷ Alcuni studenti hanno suggerito proprio questa visione/ versione dell'esperienza domandandosi che funzione poteva avere tutto ciò nell'esperienza lavorativa futura.

"Per me il Social Dreaming è stato essenzialmente questo: un viaggio. Questo viaggio mi ha permesso di scavare dentro di me attraverso resoconti di sogni altrui, di provare le emozioni le più disparate, provare la paura, il disgusto, la gioia; le pause tra un sogno e l'altro hanno scandito il tempo tra le diverse mete. Inoltre, la musica può farci condividere stati d'animo, racchiuderci in un unicum, ma può anche mettere in risalto la diversità di ciascuno, evocando immagini e sensazioni differenti".

"A me la libertà fa pensare alla musica. Penso a Freddy Mercury, Jim Morrison, il Rock, di conseguenza il canto. Io sono libera quando canto, questo ora farei qui, canterei! Ma non posso, sono qui (probabilmente si riferisce all'aula universitaria). Ma se non parlo mi perdo l'occasione di farne parte. Però ci sono stata e, a parte l'amarezza del non essermi aperta, credo che sia stata una bellissima esperienza. Anche il flauto, che di tanto in tanto faceva da sottofondo, accompagnava i miei pensieri, i miei sogni, le mie fantasie".

"L'esperienza del Social Dreaming è stata interessante, soprattutto il secondo giorno dove i sogni hanno trattato il tema della libertà. Io credo spesso che si tenda a confondere il concetto di libertà con quello di pura evasione dalla realtà. Essere liberi significa partecipare come nel ritornello della canzone di Giorgio Gaber".

"Ho iniziato a pensare ai miei sogni, alle mie associazioni, alle mie esperienze e ho iniziato a comprendere quello che stava succedendo. Le nostre sensazioni condivise sono state accompagnate dalla musica di alcuni bravi musicisti. E' sensazionale pensare che la musica ha un suo linguaggio, un linguaggio che parla, racconta, descrive ma soprattutto che emoziona. Alcuni hanno preferito una musica triste altri una musica vivace. Io alternavo: per esempio mentre si parlava della capacità di volare, del limite, della libertà occorreva una musica più energica piuttosto che triste o più riflessiva".

"Dopo il dialogo ci sono stati 28 minuti di musica... una musica stupenda che mi sembrava "incenso sonoro"... mi accarezzava le orecchie, seduceva, mi avvolgeva... dopo un po' avevo lo sguardo fisso per terra e la mia mente vagava, immaginava e mi sono un po' innervosito quando due mie amiche mi si sono avvicinate per chiedermi alcune cose. Ero in uno stato intimo e mi sono sentito profondamente disturbato. Come quando ti svegliano da un sonno profondo. Stavo bene mentre ascoltavo quella musica".

"La musica può farci condividere stati d'animo, racchiuderci in un unicum, ma può anche mettere in risalto la diversità di ciascuno".

"Altri momenti di grande suggestione emotiva per quanto mi riguarda, sono stati quelli dedicati all'ascolto musicale. Credo che non sia stata solo la mia sensazione perché comunque era un tipo di musica che non si è soliti ascoltare".

Caratteristico è stato anche il "Silenzio" che si è percepito fortemente, come una presenza reale, materiale: lunghi momenti di pausa dove anche i musicisti hanno generalmente preferito ascoltare e non spezzare, con la musica o con interventi musicali, quell'atmosfera così unica. In effetti, ci sono stati momenti relativamente lunghi di silenzio: il sottofondo musicale, alcune volte, e quando c'era, permetteva di creare un collegamento tra una *dimensione non verbale* ed una *verbale* e tra la *dimensione onirica* e quella del pensiero lineare caratteristica poi del Dialogo, ma la musica non è mai stata disturbante. Come prima

accennato, la musica non era presente nel Dialogo ma sembrava accompagnare comunque questi passaggi di livelli differenti di esperienza. Il silenzio diventa comunque comunicazione così come alcuni studenti hanno riportato dalle loro relazioni:

"Il silenzio era accompagnato dal rumore della pioggia e dal chiarore della sera. Questo rendeva l'atmosfera molto rilassante, era piacevole stare in silenzio e stare ad ascoltare gli altri. In più questa atmosfera in alcuni momenti ha avuto come sottofondo un leggero accompagnamento musicale. Ho pensato che è difficile trovare momenti in cui tanta gente può stare in silenzio senza poi commentare il pensiero altrui".

"Io credo che la musica può aiutare ad esprimersi, a comunicare perché essa, come il silenzio, è comunicazione. La musica ha quindi un potere trasformativo. Anche chi, come me, non ha parlato ha comunque avuto, secondo me, tante emozioni, tanti pensieri, attraverso l'esperienza del silenzio, che è comunicazione".

"Apparentemente in quei momenti mi sembrava non ci fosse comunicazione, in realtà anche il silenzio ha avuto il suo potere comunicativo".

"Mi presento come una delle componenti silenziose di questa esperienza. Nonostante non sia intervenuta raccontando un mio sogno o una mia associazione mi sono sentita parte di questa matrice perché ho percepito le vibrazioni delle emozioni e dei racconti espressi. Le vibrazioni erano collegate tra di loro attraverso il silenzio e la musica suonata in alcuni momenti dai musicisti".

"C'è una cosa che ha attratto subito la mia attenzione: il silenzio, un silenzio così pieno e ricco non l'avevo mai sentito. Si parlava e si raccontavano sogni, ma non era questo che mi faceva pensare ma il silenzio che sopravveniva subito dopo".

Durante il Dialogo molti pensieri e riflessioni emersi hanno rafforzato un'analisi del concetto di libertà e conseguentemente dell'identità. Alcuni sogni sono stati ricordati come esempio pratico di come i ragazzi vedono ed immaginano queste esperienze (libertà, identità, pensiero, ecc.) e queste dimensioni esistenziali. In particolare ecco alcuni sogni/ pensieri che risultano essere particolarmente significativi rispetto a queste riflessioni:

"Sono rimasta particolarmente colpita dal sogno di una ragazza che ha sognato di guardarsi allo specchio e di vedere un volto trasfigurato, che aveva sempre avuto ma di cui non si era mai resa conto".

"Questo sogno ha rievocato in me un altro sogno in cui un ragazzo si strappava il volto e lo mangiava a morsi".

"Questi sogni mi hanno particolarmente colpito e lasciato un po' interdetta. Mi è tornata in mente l'associazione della trasfigurazione con una voglia di cambiare identità, diventare un'altra persona".

"Il sogno che in qualche modo mi ha colpito un po' è stato quello in cui si parlava del volo e della paura di volare e questo mi fa pensare alla libertà e a come la si vive e la si può raggiungere".

"Io non ho sogni ricorrenti o un sogno che ricordo ma in quel momento è come se avessi sognato.

Io non sono riuscita ad intervenire in questi giorni e la mia voglia di dire qualcosa e non riuscirci mi ha fatto tornare indietro nel tempo quando studiavo pianoforte. Ricordo che c'erano dei momenti in cui avevo paura, volevo parlare ma non ci riuscivo; allora, iniziavo a suonare ed inventavo note, accordi canzoni. Per chi in quel momento mi ascoltava, molto probabilmente stavo facendo come un'offesa alla musica ma io stavo comunicando, mi sentivo libera".

"È stato il sogno del campo di grano che mi ha dato la sensazione di tranquillità e di libertà ma soprattutto di sentirmi libera di gridare".

"La libertà mi fa ricordare un sogno. Ero sulla terrazza che dà sulla parte vecchia della mia casa; ad un certo punto salto dalla terrazza. La postura è quella di una persona che salta, ma la caduta è come un volo: leggero, soffice, delicato. Infatti, quando tocco il suolo, l'atterraggio è dolce. Sono sorpresa, mi aspettavo di spiaccicarmi a terra ed invece cado come una piuma. E' una bella sensazione. Mi viene in mente una frase di una canzone di Jovanotti: "La vergogna non è paura di cadere, ma di volare". Ecco, in questo modo mi sono sentita libera e non ho provato vergogna".

Numerose sono state le riflessioni finali che gli studenti hanno fatto riguardo l'esperienza, ma alcune in particolare hanno colpito i partecipanti perché sembrano essere una sintesi originale e "nuova" sia del SD sia del fatto musicale sia del contesto nel quale la lezione è stata svolta: l'università.

"Probabilmente non bisogna trovare uno scopo al Social Dreaming né alla musica, ma semplicemente godere della piena libertà d'espressione riguardo quelle parti di noi stessi che sono private e spesso incomprensibili".

"Per me era difficile riuscire a parlare. Era difficile anche soffermarsi su se stessi e stabilire i confini della propria individualità anche rispetto al gruppo; sentivo il desiderio di farne parte ma ero come bloccata; dopo l'ascolto successivo della musica tutto è stato più facile. Il linguaggio verbale può risultare a volte troppo diretto e spesso per questo si preferisce non esprimersi a voce, con le parole; eppure ogni semplice gesto, ogni movimento, è una comunicazione. Per questo penso che la musica, l'arte, sono strumenti per esprimere emozioni, sensazioni che spesso restano dentro. In questo tipo di contesto tutto sembra assumere il significato giusto perché la più semplice sfumatura di una nota è pur sempre una creazione del nostro voler esprimere comunque una parte di noi stessi".

"Questa esperienza mi ha fatto vedere il "contesto universitario" sotto un altro aspetto: io non ero più un "raccoglitore passivo" di informazioni ma una parte attiva del contesto; il mio intervento poteva diventare utile e addirittura dare un contributo alla lezione, non ho avuto paura e la musica come i sogni mi hanno aiutato in questo".

Da questa esperienza, nuova ed originale, si è potuto certamente cogliere la funzione del sogno e della musica come facilitatori di nuovi processi di pensiero. L'ipotesi che una Matrice di sogno sociale in un contesto universitario possa essere uno strumento di indagine e di insegnamento innovativo e creativo al tempo stesso è confermata anche dalle tematiche che sono emerse dalla Matrice. In tal senso, è importante sottolineare che la Matrice è stata vissuta come un'esperienza non invasiva, ma democratica dove si può sperimentare liberamente la possibilità di condivisione e di confronto in un gruppo di pari. Si può ipotizzare, ed anche questo aspetto è emerso da alcune riflessioni nel Dialogo, che la musica e

i sogni sono davvero strumenti d'indagine clinica non solo in ambito musicoterapico, ma considerabili anche nella più ampia concezione e tematica della relazione terapeutica non necessariamente di stampo prettamente psicoanalitico o connesso a specifiche tecniche o Scuole di pensiero. In conclusione, l'universalità del sogno riguarda anche la musica e viceversa perché, entrambe, facilitano e permettono di creare comunicazione e relazione e perciò conoscenza e riflessione.

Bibliografia:

1. Agresta D., (2005), "Il Social Dreaming: una metodologia di ricerca-intervento per la salute e il benessere dei gruppi e delle organizzazioni", *N. Prospettive in Psicologia*, Anno XX, n. 2, Novembre 2005 (Fasc. n. 34).
2. Agresta D., (2007), *Nuove frontiere nel lavoro dei gruppi: le Matrici di Social Dreaming*, in Agresta F., (a cura di), *Quotidianità del medico e dello psicologo secondo la metodica dei Gruppi Balint*, Pref. Klaus Rohr, Pres. Mario Fulcheri;
3. Agresta D., (2007), *Matrici di Social Dreaming (SD)*, in *La sala degli specchi: comunicazione e psicologia di gruppo*, Lo Iacono A., Milazzo P., Franco Angeli, Milano;
4. Agresta D., (2008), *Il Social Dreaming: la funzione sociale del sogno come strumento di intervento nelle organizzazioni*, in *Benessere Psicologico e mondo del lavoro*, Fulcheri M., Lo Iacono A., Novara F., Centro Scientifico Editore, Torino;
5. Baglioni L., (2002), *Associazioni e riflessioni sul "Social Dreaming"*, *Funzione Gamma Magazine*, 10. Mito, sogno e Gruppo due. <http://www.funzionegamma.edu>;
6. Ehrenzweig A., (1967), *The hidden order of art: A Study in the Psychology of Artistic Imagination*, London: Weidenfeld & Nicolson;
7. Fubini F., (2002), *Sogni in cerca di un sognatore*, *Funzione Gamma Magazine*, 10. Mito, sogno e Gruppo due. <http://www.funzionegamma.edu>;
8. Lawrence, W. G., (1998), *Social Dreaming @ Work*, London, Karnac Books;
9. Lawrence, W. G., (2001), *Tongued With Fire*, London, Karnac Books;
10. Lawrence, W. G., (2001), *Social Dreaming: la funzione del sogno*, Roma; Edizioni Borla;
11. Lawrence, W. G., (2003), *Experiences in Social Dreaming*, London: Karnac Books;
12. Lawrence, W. G., (2004), *Esperienze nel Social Dreaming*, Roma, Edizioni Borla;
13. Lawrence W. G., (2005), *Introduction to Social Dreaming; the transformation of thinking*. London, Karnac Books;
13. Lawrence W. G., (2007), *Infinite Possibilities of Social Dreaming*, London, Karnac Books.
14. Domenico A. Nesci (1991), *La Notte Bianca - studio etnopsicoanalitico del suicidio collettivo*, Roma,

Armando Editore;

15. Nesci D. A., Polisenno T. A., (2005), Doppio Sogno. *Doppio Sogno - Rivista internazionale di psicoterapia e istituzioni*, numero 1, Dicembre.

16. Nesci D.A., Polisenno T.A., Andreoli S., Mariani G. (2006a) La malattia oncologica nell'immaginario: alcune riflessioni sui Workshops Cinema e Sogni del 2002. *Doppio Sogno - Rivista internazionale di psicoterapia e istituzioni*, numero 2, Giugno.

17 Nesci D.A., Polisenno T.A., Abet F., Fazzi M., Franceschini R., Mariani G., Palermo E., Pecci A.P. (2006b) Workshop "Cinema e sogni" 11/11/2006. *Doppio Sogno - Rivista internazionale di psicoterapia e istituzioni*, numero 3, Dicembre.

18. Nesci D.A., Polisenno T.A., Scarfone D., Cassatella G. (2008a) Workshop Cinema e Sogni: nascere nell'era delle biotecnologie. *Doppio Sogno - Rivista internazionale di psicoterapia e istituzioni*, numero 6, Giugno.

19. Nesci D.A., Polisenno T.A., Scafoglio D., Fazzi M., Strangio A., Serafino D. (2008b) Workshop CINEMA E SOGNI: l'immaginario nella malattia oncologica - Edizione del 9 e 10 Novembre 2007. *Doppio Sogno - Rivista internazionale di psicoterapia e istituzioni*, numero 7, Dicembre.