



Cecilia Pizzorno

I bambini e la musica

*Nel grande lago di silenzio in cui tu galleggi
sfociano fiumi d'aria mossa da vibrazioni intermittenti;
tu le intercetti e le decifri, attento, assorto.*

Italo Calvino, "Un re in ascolto"

L'uso della voce e dei suoni per esprimersi rappresenta un'attività umana diffusa che si è manifestata in tempi, luoghi e forme diverse e costituisce un fatto culturale universale. Il suono è un elemento fondamentale per veicolare messaggi comunicativi, concorre a coordinare e sincronizzare gli individui e contribuisce alla manifestazione della propria identità e creatività.

La parola e il canto si sono sviluppati parallelamente fino a rappresentare, ancora oggi, due forme di comunicazione che hanno usi e funzioni diversi, riconoscibili da tutti. La situazione di confine tra parola e canto che ci interessa indagare qui è il dialogo che si manifesta e si costruisce tra mamma e bambino.

Ora, per molti adulti la parola "musica" è sinonimo di produzione artistica e di un approfondito percorso di studi teorici e tecnici.

Ciò significa che numerosi genitori ed educatori si chiedono:

Come posso fare musica con il mio bambino se non ne so niente?

Come faccio a proporre attività appropriate ai bambini visto che non sono musicista? Cosa devo cantare? Come usare la voce? Come ascoltano la musica i bambini? Cosa piace di più a loro e come come posso capirlo?

Queste sono solo alcune delle domande che mi sono sentita rivolgere da persone preoccupate di essere inadeguate ed impreparate nell'instaurare un dialogo musicale con i piccoli.

Innanzitutto, è importante dunque mettere a fuoco il significato del termine "musica" e farlo combaciare alla nostra storia personale.

"Musica", per ciascuno di noi assume connotazioni diverse legate a luoghi, persone, umori, profumi, immagini... Una mappa che comprende generi musicali, autori, brani, strumenti, sonorità e ricordi particolari. E' dalla storia personale che si ripercorrono i momenti importanti della propria vita, ritrovando anche solide esperienze acquisite nel corso degli anni ma nascoste nella scatola dei ricordi.

Approfondire e riflettere sulla propria identità sonoro-musicale permette a tutti, musicisti e non, di essere più consapevoli di questo "tesoro musicale", spesso dimenticato o ritenuto inesistente. Infatti raramente conserviamo, accanto alle fotografie, documenti sonori legati alla propria storia personale. E' fondamentale, dunque, che ci concediamo del tempo per portare alla luce i nostri gusti musicali, gli incontri importanti avuti con persone, oggetti e strumenti, che hanno influito e segnato positivamente o negativamente la nostra formazione musicale. E' bene ripensare come abbiamo scelto i "modelli" da seguire e come si sono modificati strada facendo i nostri gusti musicali.

Fate adesso un esercizio che potremmo intitolare "Lo scrigno dei ricordi musicali". Concentratevi e completate queste frasi:

- Mi piaceva cantare...
- Ora mi piace...
- I miei incontri importanti (positivi/negativi) sono stati...

Questa breve riflessione è utile per fare una prima mappa del vostro territorio musicale e per farvi comprendere quanto sia importante conoscere la propria identità musicale, per avere coscienza di quanto sia possibile utilizzare la musica per manifestare affetti ed emozioni nelle relazioni sociali e sentimentali. Ciò che lega le persone alla musica non è l' "oggetto musica" in sé, quanto il *fare* e *fruire* musica. E fare musica fa appello a motivazioni e comportamenti universali, che ognuno di noi può provare. La prospettiva educativa, relazionale e pedagogica è, dunque, centrale: valorizzare le diverse identità, promuovere le risorse individuali ponendo al centro dell'attenzione i desideri, le aspettative, gli interessi e le esperienze. In questo senso, dal concetto di *musica* si passa a quello di *musicalità*.

La *musicalità* è definita come la capacità di entrare in comunicazione con i nostri simili in modo interattivo. Studi

scientifici confermano che l'intenzionalità, intesa come facoltà di dare senso al mondo appartiene anche all'infanzia. E costruisce un rapporto che inizia prima ancora della nascita.

Dalle donne in gravidanza mi sento rivolgere domande come queste:

"Quando posso cominciare a cantare per il mio piccolino?"

"Talvolta mi ritrovo a parlare alla mia bambina e ho l'impressione che mi ascolti e mi comprenda: cosa le arriverà davvero?"

"Mi hanno detto di cantare mentre mi accarezzo la pancia per stabilire una relazione con il mio bambino, ma servirà?"

La voce dà l'avvio alla costruzione delle relazioni: la voce della mamma è unica, ne manifesta l'identità e permette una comunicazione profonda. Sappiamo che non coincide con nessun'altra voce al mondo: è flessibile e ha svariate sfumature nell'articolazione delle sillabe, nel ritmo e nel contorno melodico.

Gli incontri affettivi tra madre e bambino hanno origine prima della nascita; la voce materna è un ponte tra il prima e il dopo, tra il prenatale ed il mondo. La voce manifesta l'intenzionalità individuale nel senso che è proprio attraverso la comprensione dei messaggi che il bambino, giorno dopo giorno, incomincia a capire le intenzionalità delle persone che gravitano intono a lui. Inoltre lo aiuta a prendere coscienza dello scorrere del tempo. Il fatto presente è messo in correlazione con le azioni dei minuti, giorni e mesi precedenti. Ovviamente, nel neonato, questa proiezione nel tempo si realizza per pochi secondi ma compare molto precocemente ed è un concetto base che - insieme con l'intenzionalità e la sintonizzazione affettiva - ci conduce alla comprensione degli albori della vita.

Un bagno di suoni

Le capacità uditive del feto, nonché le reazioni motorie nei confronti di stimoli uditivi sono convalidate da numerose ricerche scientifiche. Per la precisione, oggi possiamo affermare che l'apparato uditivo incomincia a funzionare dalla ventiquattresima alla trentesima settimana di gestazione.

Il bambino è immerso in un bagno di suoni dell'ambiente interno (suoni intrauterini) di origine materna e fetale, che costituiscono il suo rumore di fondo: battiti cardiaci, movimenti respiratori, flusso

ematico nei vasi pelvici, borborigmi intestinali. Anche i suoni dell'ambiente esterno giungono a tutto il corpo attraverso il liquido amniotico ma per essere *uditi* devono superare l'intensità dei suoni interni. Anche la pelle è ricchissima di recettori che amplificano e fanno da cassa di risonanza. Le stimolazioni e le vibrazioni avvengono per trasmissione liquida, tattile ed ossea, non aerea!

Ricordo quanto mi ha raccontato Laura, la quale in un incontro dopo il parto diceva che il suo bambino, durante la prima notte a casa, non smetteva più di piangere.

Dopo aver provato, inutilmente, a cullarlo e farlo poppare, aveva intonato con dolcezza un canto che gli aveva fatto ascoltare tante volte quando era nella pancia. Velocemente il pianto si era placato, lasciando spazio ad un sonno ristoratore!

Di certo, alla nascita il primo segno di comunicazione da parte del bambino è con la voce: il grido del neonato segna il suo ingresso nel mondo. E nascere è sinonimo di cambiamento. Nascere è passare dal buio alla luce, dal calore del corpo materno al freddo dell'ambiente esterno, dall'acqua all'aria... anche per ascoltare! Scomparendo il liquido amniotico, nell'orecchio medio c'è il passaggio dalla trasmissione liquida a quella aerea.

A questo punto, nel filo sonoro che lega il bambino ai genitori, i messaggi nelle due direzioni veicolano emozioni e sentimenti che si esprimono attraverso forme temporali che si alternano, in un ritmo binario, tra tensione e distensione, accelerazione e decelerazione, crescendo e diminuendo. Tutte le emozioni sono tradotte anche in movimenti: ciò che esprime la voce è sostenuto dal corpo e prende forma nel tempo che scorre.

Se il neonato piange, la madre, lo accarezza per calmarlo e, con un movimento della mano verso il basso, ricalca la voce che dice "Caaalma, tranquiillo, ...". Il profilo del gesto e il profilo melodico e ritmico della parola sono gli stessi: un accento iniziale a cui segue un'estinzione decrescente. Ciò che il piccolo conserva di questa situazione è la *sintonizzazione* gesto/parola, non tanto il significato dei termini usati.

Nella fase preverbale il bambino sente flussi di melodie: della comunicazione coglie la musicalità, i profili intonativi, le pause, la ritmicità. Questi aspetti gli forniscono informazioni basilari per comprendere lo stato affettivo dell'adulto che si relaziona con lui, la qualità della sua presenza e il livello di interazione raggiunto. Il

legame tra suono ed emozioni evidenzia quanto la musicalità del dialogo sonoro sia importante per la regolazione degli stati d'animo e la crescita armonica del bambino.

La ricerca ci conferma che i neonati preferiscono questo "linguaggio musicale" a quello normalmente parlato fra adulti; il *baby talk*, o *maternese*, presenta caratteristiche universali, riscontrate in culture fra loro anche molto differenti: la comunicazione è più lenta, utilizza frequentemente ripetizioni, i contorni melodici si mantengono su registri acuti e si fa uso di glissati discendenti. L'andamento è cantilenato e c'è un incremento di espressività e accentuazione.

La musicalità dei comportamenti è una competenza che è presente spontaneamente nei rapporti mamma/bambino e garantisce uno scambio di alta qualità. Quando un adulto canta per il proprio bimbo i benefici sono per entrambi: l'intimità che si crea permette di trasmettere emozioni e sentimenti altrimenti inespressi. Sintonizzarsi affettivamente permette di trovare quel colore, quella risonanza emotiva, di cui anche i bambini sono capaci. Come i musicisti anche i piccoli si *accordano affettivamente*, condividendo gli affetti vitali, in una trasposizione transmodale. Ci si può sintonizzare con il modo in cui il bambino afferra un gioco, cammina, ascolta un suono.

Quando iniziare a fare musica insieme

La voce è uno strumento musicale gratuito a disposizione di tutti. Il canto, le vocalizzazioni, l'ascolto attivo, i giochi di esplorazione e produzione con oggetti sonori e strumenti, sviluppano le potenzialità musicali presenti nel proprio DNA. La musica è un ingrediente irrinunciabile per la crescita intellettuale ed emotiva del bambino. Fare di frequente musica *insieme* con i propri bambini, in maniera non occasionale, influisce positivamente sulla relazione genitori/figli e offre opportunità di instaurare precocemente abitudini relazionali che possono durare tutta la vita. Questo è lo sfondo culturale di Nati per la Musica (www.natipermalusica.it), progetto nazionale per la diffusione della musica da zero a sei anni con l'obiettivo di promuovere e sostenere attività che avvicinano il bambino al mondo dei suoni e della musica.

Genitori e nonni ci chiedono: "Cosa significa, in pratica, fare musica con un bambino molto piccolo?" "Cosa posso cantare?" "Devo

avere CD particolari o posso cantare quello che a me piace di più, magari accompagnandomi con la chitarra?”

I primi due/tre anni sono quelli più attivi nella costruzione della rete neuronale. Il nostro cervello è fatto da miliardi di neuroni in connessione fra di loro. Le sinapsi, cioè i collegamenti tra le cellule neuronali, creano il sistema cerebrale. La formazione di nuove sinapsi ha origine genetica ma avviene soprattutto in relazione agli stimoli esterni.

In questo sviluppo, il periodo più fertile per quanto riguarda la parte di corteccia visivo-uditiva è attorno ai quattro mesi di vita, per quella che presiede al linguaggio è attorno agli otto-nove mesi e il periodo cruciale per alcune funzioni cognitive più complesse va dai due ai quattro anni di vita.

Tutto ciò che il bambino esplora, vive e sperimenta in questo periodo ha maggiori possibilità di fissarsi e restare e più a lungo ed è fondamentale per lo stato di salute nelle età successive.

Ma veniamo ad alcuni suggerimenti pratici:

- Cantate di frequente, soprattutto a partire dal terzo trimestre di gravidanza.
- Rivolgetevi al neonato intonando frasi a voce alta, che rinforzano e costruiscono il legame affettivo, ripetendo e sottolineando con modulazioni della voce i suoni piacevoli dell'ambiente.
- Muovetevi insieme all'ascolto della musica, danzate e inventate giochi motori anche cantati che coinvolgono parti del corpo.
- Proponete attività musicali talvolta libere e talvolta strutturate, ritagliandovi momenti leggeri e divertenti insieme al proprio piccolo.
- Create una colonna sonora per i momenti importanti e le routine quotidiane, come, il cambio del pannolino, il bagnetto, la pappa.
- Proponete canti e musiche diversi per genere e stile, che presentano anche sonorità curiose, lontane dal quotidiano.
- Cantando, fate variazioni sul testo, sulla melodia e sull'esecuzione, producendo rallentamenti, accelerazioni, inserendo pause inaspettate. Potete anche sostituire il testo con fonemi, sillabe e nonsense.
- Ricorrete a contesti simbolici che evocano momenti quotidiani o fantastici, associando suoni a immagini, odori, storie e situazioni.

- Ascoltate le produzioni sonore spontanee del vostro bambino e rilanciate le stimolazioni, in un gioco vocale "a specchio".
- Sin dai primi mesi sollecitate la manipolazione di oggetti sonori e strumenti musicali. E' interessante utilizzare dispositivi diversi che modificano la voce: tubi di plastica, imbuti, contenitori.
- Utilizzate il microfono per rimandare la voce e stimolate modalità di produzione del suono. E' utile anche registrare le produzioni sonore e abituare i piccoli ad ascoltare la musica dal vivo (attenzione a moderare il volume!!!).

Le ricerche ci dimostrano che i piccoli sono sensibili agli elementi propri della musica, in particolare colgono i cambiamenti di altezza, tempo, metro, durata e timbro. Classificano le sequenze musicali in base a proprietà globali e relazionali anche se la melodia resta l'aspetto prevalente.

La capacità di raggruppare i suoni compare già verso i due mesi e a quattro-sei mesi i bambini segmentano le unità sia nel parlato sia nel canto. Entro l'anno sono capaci di discriminare la trasformazione di una melodia (se vengono cambiati alcuni suoni o se ne viene modificato il profilo) e mostrano stili personali di produzione.

Insomma, non è mai troppo presto per fare musica con i propri bambini!