

Maurizio Spaccazocchi  
**AUTOSTIMA E MUSICALITÀ**

*Famiglia, scuola e società come “specchi” negativi o positivi del sé musicale dei nostri figli.*



Quella che a scuola usiamo comunemente chiamare con il termine *autostima*, in psicologia, si potrebbe sintetizzare come *quella rappresentazione di noi che ci siamo potuti strutturare sulla base di valutazioni e giudizi che nel tempo ci siamo fatti di noi stessi in stretto rapporto con l'immagine globale che abbiamo di noi e con quella che gli altri vedono e valutano in noi.*

Il noto filosofo e psicologo Umberto Galimberti riesce a sintetizzare in maniera ancor più stringata il concetto di autostima: *Considerazione che un individuo ha di se stesso.*

Stiamo quindi trattando di quell'aspetto umano che permette, a ogni persona, di sviluppare un'idea (o immagine, o concetto) di sé, in stretta dipendenza con i suoi più intimi potenziali auto-valutativi e sotto la costante influenza che gli altri (famiglia, scuola, società, ecc.) con i loro altrettanto personali metri di valutazione, possono attribuire valori o disvalori a quella specifica persona.

A questo punto, dopo questa sintetica presentazione del concetto di autostima, e tenendo conto dei tanti studi svolti in Italia e all'estero su questo argomento generale, vorremmo passare direttamente, alla trattazione del tema specifico che coinvolge il rapporto fra le possibilità di manifestazione dei propri potenziali espressivo-musicali, l'autostima e il concetto del sé musicale.

### **Esternalizzarsi musicalmente**

Percepirsi e valutarsi come persona in grado di esternalizzare verso gli altri una propria capacità espressivo-musicale (cantare, suonare e danzare in una delle tante e diverse modalità più o meno riconosciute dai diversi contesti socio-culturali colti e popolari), comporta inevitabilmente essere riusciti a dar forma a una costruzione cognitivo-positiva in termini di autostima personale globale e musicale particolare.

L'autostima musicale sarebbe quindi da intendersi, prima di tutto, come una personale e forte credenza integrata verso il proprio sé generale fortemente convogliato in termini musicali. E tutto ciò comporta l'assunzione di un'energia vitale esternalizzata attraverso la presenza di una qualsiasi dote di musicalità. In breve, l'autostima musicale potrebbe essere tradotta anche come *quella credenza che convince e avvince la persona* nei confronti del suo essere in grado di *dirsi e di darsi* in termini musicali agli altri e a se stessa.

Questo significa che dall'acquisizione generale del concetto di sé, che dirige poi la persona alla strutturazione di una autostima più o meno negativa o più o meno positiva, l'autostima musicale risulta essere un poco più articolata: non è solamente la capacità-possibilità di descriversi come soggetto portatore di musicalità, poiché è proprio questo portato che non può fare a meno di essere interiormente integrato con la capacità-possibilità di manifestarsi materialmente verso gli altri oltre che verso-intro se stessi.

Ora però sarà bene porsi alcune domande sulle possibilità di acquisire in termini positivi o negativi una qualsiasi forma di autostima musicale:

- *Come i nostri giovani possono maturare una coscienza positiva nei confronti del loro poter essere soggetti in grado di esternalizzarsi in termini musicali?*
- *Come i nostri giovani possono crescere privati di autostima nei confronti del proprio sé musicale?*

È chiaro che queste due domande impongono, ognuna, una trattazione specifica.

### **Verso una positiva autostima musicale**

Tante possono essere le ragioni per le quali un giovane possa giungere a una visione positiva del proprio sé musicale, vediamo alcune:

- *Crescere in un contesto (famiglia, scuola, gruppi sociali, ecc.) in cui si offrono ai più piccoli varie possibilità di “giocare” con la voce (parlata e/o cantata in più svariate modalità), con gli strumenti (di diversa fattura e manualità: percussioni di vari tipo, piastre sonore, strumenti a fiato, ecc. adatti alla manualità e alle capacità fisico-articolatorie dei più giovani).*

È questo un clima facilitatore, stimolatore di approcci ludici che rendono gli incontri con la musica amichevoli, che appaiono subito su misura dello spirito e del bisogno dei più piccoli di appropriarsi del mondo sonoro, e dunque di percepirsi soggetti in grado di incontrare e migliorare i vari utilizzi del fare musica giocando.

Qui è l'*homo ludens* che scopre, conosce e usa i suoni per maturare, giocando, il suo poter essere soggetto musicale, sviluppando così i primi livelli di autostima nei confronti del suo sé musicale.

- *Crescere in un contesto in cui il fare musica è vissuta come pratica spontanea da molti persone circostanti (famigliari, amici, gruppi di pari, associazioni musicali, ecc.).*

Vivere accanto a persone che sono esempi costanti del fare musica con spontanea giocosità, significa offrire campioni reali che possono certamente stimolare il piacere e l'interesse verso la loro imitazione. Chi si diverte in musica, trasmette una passione, chi è appassionato avvince e quindi convince gli altri a provare quella passione che tanto si vede desiderata negli occhi e nel cuore di chi la sta vivendo davanti a noi.

Ad esempio, chi conosce l'ambiente musicale napoletano di cultura popolare, può ben comprendere come mai il cantare, il suonare e il danzare siano pratiche tanto vivaci ed esercitate da molti, poiché la libera diffusione di spontaneità musicale si rende stupefacente e diventa quindi un vero e proprio invito a vivere il musicale esaltando così il sé musicale positivo dei neofiti.

- *Crescere in un contesto in cui ogni esperienza musicale è fatta vivere con il piacere della scoperta del proprio sé musicale in stretto rapporto con la scoperta manipolatoria e psicofisica della propria vocalità e/o del proprio utilizzo degli strumenti.*

L'*homo faber* nella sua primaria specificità mostra un grande interesse per la scoperta e la manipolazione basate su un fare sperimentale tipico del *bricolage* per tentativi ed errori. Ed è proprio da questo sapersi predisporre ai tentativi che il corpo scopre e conosce sempre più se stesso, un se stesso che si gratifica sempre più tanto in termini di personalità che di musicalità.

- *Crescere in un contesto in cui l'esternalizzazione musicale è stimolata, non da lezioni, ma da veri e propri esempi umani.*

Esternalizzare il canto, il suono o il corpo in termini ritmico-espressivo-motori, è una dote che si acquisisce superando quel passaggio che intercorre fra la nostra dimensione interiore ed esteriore. “Uscire” fuori, verso il mondo, verso gli altri, non è cosa che si conquista attraverso una lunga serie di lezioni di insegnamento della musica. “Uscire” per *dirsi e darsi agli altri* ha bisogno di esempi reali, cioè di persone che si dicono e si danno a noi in termini musicali.

È dall'esempio vitale e musicale spontaneo che si comprende che anche noi possiamo dire e dare agli altri il nostro sé musicale. E non può assolutamente esistere l'obbligo di "uscire" solo se siamo dotati di un complesso *saper fare*, poiché il *dirsi e darsi agli altri* non è motivato da capacità tecniche, quanto piuttosto è gestito dalla qualità del nostro *saper essere*.

Ed è per queste ragioni che il nostro saper essere, come entità che gestisce e *pro-muove* il nostro sé musicale, ha bisogno di persone che nel loro esternalizzarsi davanti a noi ci trasmettono, senza dirlo, che ci stimano e ci danno gli stimoli per stimarci.

- *Creare entusiasmi*

Anche se può apparire scontato, ma scontato non lo è certamente, un giovane studente di canto, di strumento o di danza, ha bisogno, come in altri contesti d'apprendimento, di sentirsi soggetto "interessante" in termini di musicalità. I primi incontri "ravvicinati" con i suoni sono quindi molto decisivi per cercare di iniziare ad "aprire la chiave" dell'autostima, del vivere positivamente i suoi primi incontri musicali. Purtroppo molti insegnanti di musica (colta e popolare) trascurano o negano *la forza dell'entusiasmo*.

Vedere, davanti a un gruppo di bambini, educatori musicali che sanno stupirsi, meravigliarsi, entusiasmarsi anche e soprattutto nei confronti di una loro semplice esternalizzazione musicale, significa donar loro il sorriso nel volto e nel cuore, un sorriso che si tramuterà in desiderio e piacere di continuare a "giocare" con la voce, i suoni e il corpo, un sorriso che a poco a poco aprirà la strada verso la costruzione di un'autostima sempre più positiva.

Come nella relazione fra sconosciuti, l'incontro di volti che sorridono, che sanno meravigliarsi, sono i primi e più istintivi comportamenti che trasmettono segnali di umana accettazione, ed è proprio da questi segnali che inizia a infondersi la stima fra le persone.

- *Ecc.*

### **Verso una negativa autostima musicale**

Anche in questa direzione molte possono essere le motivazioni che inducono all'acquisizione di una scarsa o negativa percezione del proprio sé musicale, vediamo alcune:

- *La valutazione diretta nei confronti del sé musicale del giovane*

In questo specifico caso ci troviamo di fronte a un atteggiamento educativo che sembra essere l'esatto contrario della dote umana del *creare entusiasmi* nei contesti educativo-musicali.

A scuola sono vasti gli elenchi di affermazioni che molti giovani studenti di musica hanno udito in termini negativi nei loro confronti: *Oggi hai davvero cantato in modo pietoso! Questo brano tu non riuscirai mai a suonarlo! Quello hai cantato era del tutto inespressivo! Ecc.*

Questi "attacchi" diretti nei confronti di un giovane studente non funzionano nemmeno come stimolo nei confronti di un ragazzino che non si applica nel suo fare musicale, immaginiamo quindi l'effetto "malefico" e deprimente che queste valutazioni possono creare nei confronti della disistima personale.

Un buon educatore sa che tali giudizi non sono altro che la strada diretta per incentivare un giovane a smettere di praticare musica. E per quel giovane non si tratterà solo di smettere uno specifico fare musica, poiché un tale abbandono sarà sempre accompagnato da una delusione, da una reale perdita di una parte di se stessi che andrà ad abbassare il grado di positività della propria autostima e del proprio sé musicale.

- *Scaricare sul giovane i propri disvalori musicali*

Un altro esempio produttore di svalutazioni del sé musicale dei giovani è il comportamento di certi insegnanti di musica che, non volendo riconoscere e/o accettare alcune loro peculiari incapacità musicali giungono, inconsapevolmente, pur di liberarsi da queste loro personali caratteristiche negative, a “scaricarle” su altri musicisti e quindi pure sui loro allievi.

Questo mancato accettarsi per quello che si è in termini musicali globali, dovrebbe predisporre alla comprensione dei limiti e delle probabili mancanze che un giovane studente di musica potrebbe inevitabilmente e con naturalezza esternalizzare. Eppure in molti casi, dalla parte degli insegnanti, questa non accettata mancanza va a colpire la loro autostima trasformandola in un’arma offensiva ciò che al contrario potremmo sintetizzare con il motto popolare che dice: *Mal comune mezzo gaudio*.

Nel riconoscere i propri limiti c’è la possibilità di comprendere che la perfezione non esiste in termini assoluti, e dunque la stessa autostima e coscienza del proprio sé musicale potrebbero certamente fare dei passi in termini di positività.

- *Giungere a etichettare il sé musicale del giovane*

A volte, da parte di un insegnante di musica, arrivare a definire uno studente con un termine o con una singola valutazione che comunque ne restringe e “recinta” il suo sé musicale, non è mai corretto perché ogni soggetto mostra variegati aspetti del suo essere musicale.

Come un voto che “confina” la valutazione di una personalità intellettuale all’interno di un’unica e “misurata” scala graduale di valori, così un’etichetta, una definizione (es. l’aritmico o quello che non va mai a tempo, lo stonato, l’inespressivo, il romantico, quello senza tecnica, ecc.) possono essere, pur attribuiti con una certa leggerezza, dei potenti e pericolosi mezzi per abbassare i livelli di autostima e di presa di coscienza positiva del proprio sé musicale, specialmente dei soggetti più giovani che si vogliono avvicinare alla musica.

Questa è la ragione per la quale ogni educatore o insegnante di musica dovrebbe stare molto attento nel fare uso di termini che etichettano una personalità che, come è logico supporre, è ben più complessa e articolata di una valutazione “tagliata” su un territorio musicale limitato del proprio studente.

- *Trascurare il concetto di presenza psicofisica e coscienza del suono, insita nello sviluppo del sé musicale del giovane*

Capita molto di frequente che lo studio musicale iniziale di un giovane venga subito e con costanza “fossilizzato” solo su aspetti tecnici o comunque sul cantare o suonare qualcosa di specifico (piccoli esercizi, canti o brani strumentali elementari, ecc.). Questa diffusa tattica d’apprendimento, mirata sulla risoluzione apparente delle prime difficoltà tecniche, rischia di trascurare o comunque di sminuire due importanti aspetti dell’apprendimento che hanno il compito di permettere al giovane di prendere coscienza di ciò che sta facendo in forma cantata o strumentale.

Questi importanti aspetti sono:

*Presenza psicofisica*: è quel tipo di coscienza che invita, a poco a poco e in forma ludica, il giovane a produrre le posture psicologiche e fisiche per realizzare quel determinato suono (es. *Come dovresti prepararti mentalmente e come dovresti stare con il corpo per produrre un suono esile, eroico, comico, ecc.*)? In breve, è nello stimolare l’attenzione del giovane al proprio sé mentale e fisico che si andrà a sviluppare sempre più una coscienza del sé musicale e quindi l’autostima nei propri confronti.

*Coscienza del suono*: è quel tipo di coscienza che invita lo studente a sviluppare quella dote che, in psicoacustica, viene indicata con il termine di *anticipazione*.

La memoria generale e musicale specifica è in grado prevedere le qualità sonore di un breve e semplice frammento melodico di carattere, per esempio, *lamentoso, volgare, marziale, raffinato, spiritoso, incerto, ecc.*

Lo sviluppo costante di questa dote, da promuoversi all'interno dello studio musicale quotidiano, è anch'essa una valida tattica per rendere più artefici del loro sé musicale i nostri giovani studenti.

- *La valutazione senza valorizzazione*

La scuola musicale che si affida alla sola valutazione dello studente, come si sarà già compreso, rischia molto spesso di operare giudizi di valore che possono debilitare il sé musicale dei nostri giovani e, di conseguenza la loro autostima. Bisogna comprendere che le valutazioni sono atti parziali che non danno la giusta misura della personalità musicale degli studenti e, quindi, sul piano docimologico, andrebbero bilanciati da vere e proprie *azioni di valorizzazione*. Se la valutazione può molto spesso rischiare un depotenziamento dell'autostima e del sé musicale, la valorizzazione è, al contrario, una forte carica psico-pedagogica e didattico-metodologica per *pro-muovere* positivamente la personalità musicale.

- *Ecc.*

### **L'essere musicale reale e l'essere musicale ideale**

Molti studi generali sull'autostima ci confermano che ogni persona “gioca” il suo personale grado di autostima fra ciò che è nella sua condizione attuale e ciò che vorrebbe essere nella sua condizione ideale.

Questo rapporto è chiaro che si attiva inevitabilmente anche all'interno del nostro sé generale e musicale particolare.

Un soggetto che vive un determinato stato di autostima musicale e di coscienza del suo sé musicale, nel momento in cui le sue aspirazioni dovessero mirare verso livelli di musicalità molto alti, potrebbe, nel fattivo tentativo di conquistarli, subire un forte potenziamento della sua autostima qualora riesca a ridurre sempre più lo “spazio” fra ciò che ora è e ciò che cerca di raggiungere. Quanto più constaterà un reale avvicinamento a quel essere musicale che intravedeva come meta ideale, tanto più vedrà aumentare la fiducia nel suo sé musicale.

Ma questo rapporto, che lo studente può attivare fra il suo stato musicale reale e quello ideale, mostrasse una discrepanza incolumabile, potrebbe portare a una grave delusione e quindi produrre un calo di autostima sia in termini musicali che generali.

A un buon educatore musicale è anche richiesto di avere la capacità e l'accortezza utile per giungere a capire, nei suoi studenti, il possibile rapporto fra ciò che loro sono e ciò che loro desidererebbero essere; e se lo “spazio” fra i due sé apparisse incolumabile, è anche compito dell'educatore indicare altri e diversi stati ideali di musicalità realmente raggiungibili.

Purtroppo questa capacità non sempre è presente in forma così elastica negli insegnanti di musica e, quindi, la possibilità di depauperare l'autostima e l'identità musicale degli studenti è ancora molto presente, specialmente nei contesti di formazione musicale concertistica.

### **L'autostima musicale nei film**

La cultura filmica ci offre una ricca serie di film che trattano in modo evidente il tema dell'autostima a livello generale, ma, ogni tanto possiamo avere la fortuna di vedere dei film dedicati alla musica nei quali si evidenzia il tema-problema dell'autostima generale e musicale particolare.

Come esempio, qui di seguito, sintetizziamo la trama di due importanti film musicali *Shine* (1996) e *Florence* (2016):

- *Il film Shine racconta la storia vera, in forma di romanzo, del giovane pianista David Helfgott che lascia la famiglia andando a Londra per completare gli studi pianistici e dunque aspirare alla conquista del suo sé musicale ideale. Ma questo viaggio, in realtà, è una vera e propria fuga da un rapporto contrastato con il padre tiranno che gli aveva già impedito, con la forza, di trasferirsi in America per sviluppare il suo sé musicale ideale. Ma una persona sensibile in fuga, come David, soffre a tal punto da subire un tracollo nervoso ed emotivo durante un concerto. Il giovane dotato pianista, a soli venticinque anni, verrà quindi ricoverato per ben 10 anni in cliniche psichiatriche, estraniato dal mondo, dagli affetti e soprattutto in crisi totale con il suo sé musicale. Dal casuale e divertente incontro con l'astrologa Gillian e al loro conseguente matrimonio, David riesce a riconquistare una certa stabilità psicologica unita comunque a una ritrovata autostima musicale, riportandolo poi a una pratica concertistica riformulata in termini musicali più consoni al suo stato.*

In questo caso è dalla famiglia, e più specificatamente dal padre-padrone, che imponeva, senza amore alcuno, le proprie aspirazioni musicali sul figlio con un sé musicale pianistico eccellente. Ma come ormai ben sappiamo la rovina della nostra autostima generale e musicale particolare può anche venire dalla persone a noi più care.

- *Il film Florence tratta anch'esso una storia biografica: nel 1944 l'ereditiera Florence Foster Jenkins è tra le protagoniste dei ricchi salotti newyorchesi. È una generosa mecenate, appassionata di canto lirico con una evidente autostima musicale. Con l'aiuto del marito, che gli fa da manager, è solita intrattenere l'élite cittadina con "incredibili" performance canore. Quando canta, ciò che realmente sente nella sua testa è una voce meravigliosa, mentre, al contrario per chiunque l'ascolti, la sua voce risulta essere orribile sino al ridicolo. Tutelata dal marito, Florence non verrà mai a conoscenza di questa verità. Ma solo quando Florence deciderà di esibirsi alla Carnegie Hall, il marito prenderà coscienza della situazione in cui si è messo nel sostenere quella super-autostima di cui gode sua moglie senza alcun spirito autocritico.*

In questo secondo caso, siamo in presenza di un soggetto che, pur non avendo una reale coscienza del proprio sé musicale, ha un così alto grado di autostima che, purtroppo, non corrisponde alla sua reale capacità vocale. E nella vita, anche questo caso di iper-esaltazione della propria autostima, è possibile. Speriamo tanto che non capiti ai nostri giovani studenti di musica.

Ecco quindi un altro contributo per gli educatori musicali: far vedere in classe alcuni film, invitando gli studenti a mettersi nei panni di spettatori interessati a comprendere il grado e il tipo di autostima e di coscienza del sé musicale dei protagonisti.

## **Conclusioni**

Abbiamo descritto solo in parte il complesso tema dell'autostima e del concetto di sé in direzione musicale, anche se, soprattutto, ci tenevamo cercare di far comprendere agli educatori musicali lo stretto rapporto esistente fra il loro saper essere nell'insegnamento e nella musica e lo sviluppo, in termini negativi o positivi, dell'autostima e del sé musicale dei loro studenti.

Questo rapporto è molto importante per veder crescere positivamente il sé musicale di ogni bambina e bambino, e quindi la famiglia, la scuola e il contesto sociale vanno anche visti come i maggiori artefici e controllori di questa crescita, speriamo sempre più positiva.

Nello specifico caso dell'autostima generale e musicale, noi genitori, noi educatori e noi contesto sociale, potremmo descriverci come un *grande specchio*, nel quale i nostri figli e studenti si vedono come noi li vediamo, si giudicano come noi li giudichiamo.

E dunque, infine, facciamo in modo che da questo *grande specchio* possa riflettere, ogni giorno di più, quella coerenza e coscienza umana utile per dare ai nostri figli e studenti una reale gioia di vivere nel percepirsi positivamente in cammino lungo la strada del loro essere in musica.