



*«Il potere della musica, degli strumenti e delle vibrazioni nel contesto della stanza Snoezelen: Impatti sul corpo umano e sulle emozioni»*

# Cosa sono le frequenze?

Le frequenze sono un parametro fondamentale delle onde sonore. La loro unità di misura è l'Hertz - HZ, che esprime il numero di oscillazioni in un secondo di un elemento.

# Orecchio e Pelle



- **Il nostro orecchio** percepisce un'onda come suono con frequenza sia compresa tra i 20 e i 20000 HZ, sotto i 20 HZ si parla di Infrasuoni, sopra i 20000 HZ di Ultrasuoni: al di fuori di questo range, l'orecchio umano è sordo.
- **La nostra pelle** invece continua a percepire le vibrazioni sonore anche al di sotto dei 20 Hz, attraverso dei piccoli recettori presenti praticamente ovunque nell'organismo. Il suono si propaga nelle ossa, nei tessuti, nei liquidi intra ed extracellulari e raggiunge ogni cellula del nostro corpo.



**Tutto quello che esiste nel regno fisico, mentale, emotivo e spirituale nasce da una struttura vibratoria.**

# Principio della Fisica Quantistica

Il 3° Principio, afferma che la massa (M) è una forma di energia (E).

Se la massa può essere trasformata in energia e viceversa e se l'energia è un'onda, espressa dalla frequenza, significa che tutti gli organi del corpo hanno più masse e più frequenze.

# Vibrazioni e corpo

Le vibrazioni generano degli effetti sulla materia e sono in grado di plasmarla proprio in virtù di questa interazione inseparabile tra la vibrazione dei fotoni (unità elementari della luce), l'energia e la materia; lo stesso potere creativo ce l'hanno anche i pensieri, le parole e le emozioni.

Potete immaginare quali possano essere le implicazioni delle frequenze o di qualsiasi altra fonte sonora, su questo l'elemento acqua del quale tutti noi siamo costituiti .

# Cimatica



La Cimatica di Hans Jenny, già nei primi anni del 1900, dimostrò che le onde sonore erano in grado di produrre effetti morfo-genetici e di creare forme nel mondo fisico (terra, sabbia, sale, acqua o altri liquidi)



Relatore: Davide Stecca



# Cimatica e acqua



Relatore: Davide Stecca



# Potere della Musica



Ricerche scientifiche, hanno appurato la validità della musica in ambito terapeutico, soprattutto nel ridurre l'ansia, aumentare la concentrazione e stabilizzare il battito cardiaco. Tutto ciò è possibile grazie al potere che la musica ha di centratura.



Ogni essere umano ha la propria “tonalità personale”

Ogni persona ha un suono specifico, una frequenza vibratoria.

Questa nota individuale, può essere usata per curare i  
malesseri del corpo e dell’anima

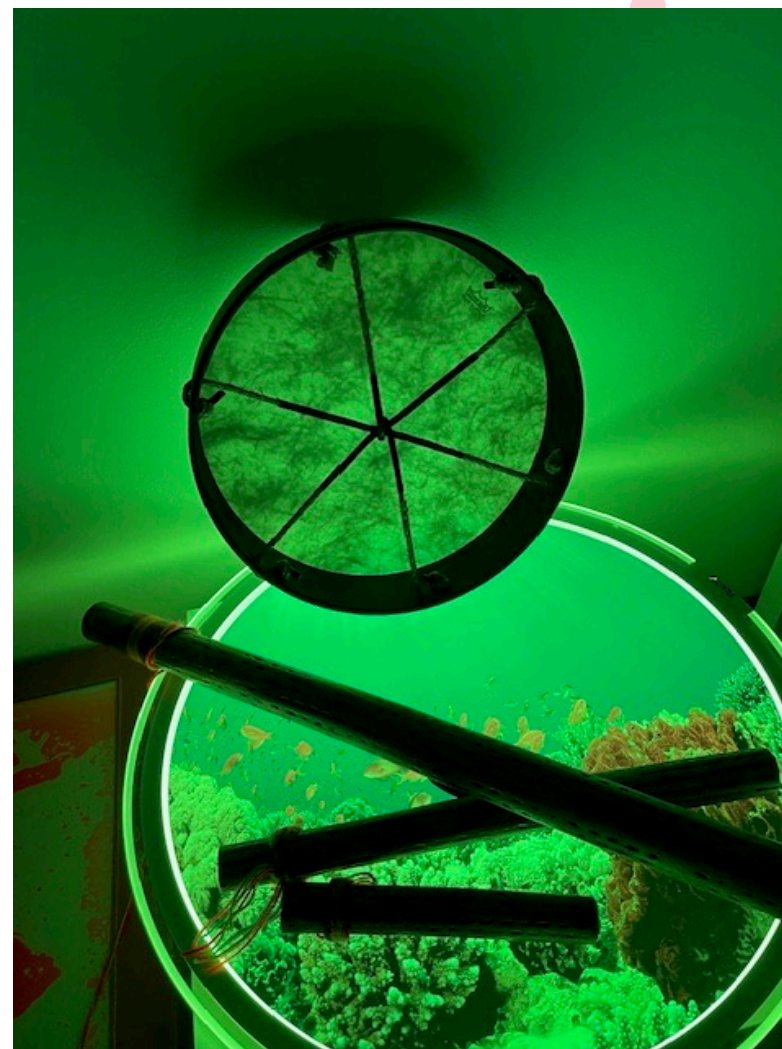
(Oddenino, Tomatis)



Congas

In stanza Snoezelen uso strumenti ritmici come il tamburo sciamanico, le congas, il cajon e le campane tibetane per favorire il benessere e l'armonia, pensando al loro potere curativo legato ai ritmi ritmi ancestrali.

# Tamburo Sciamanico

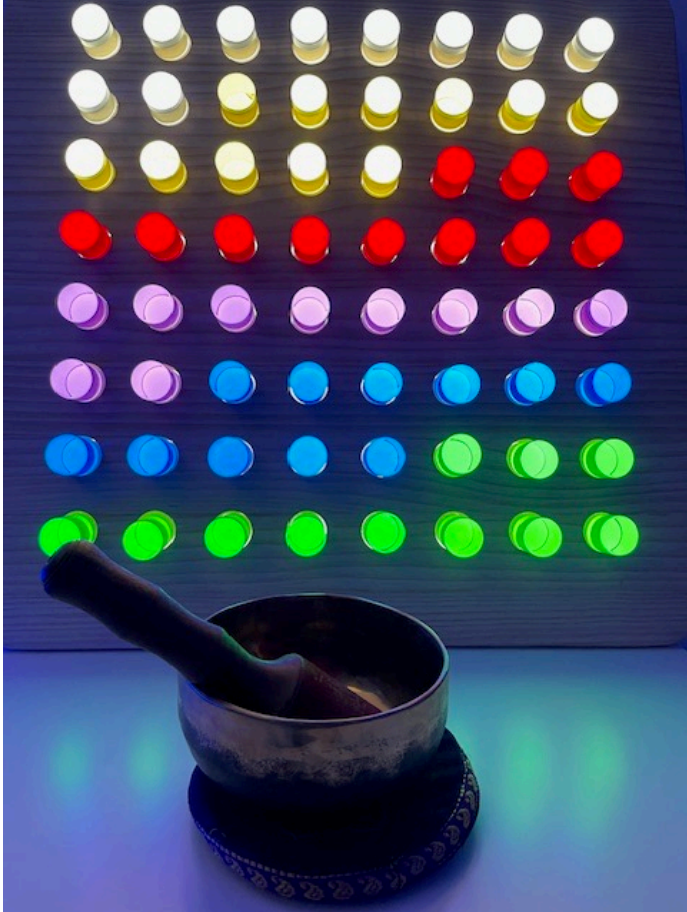




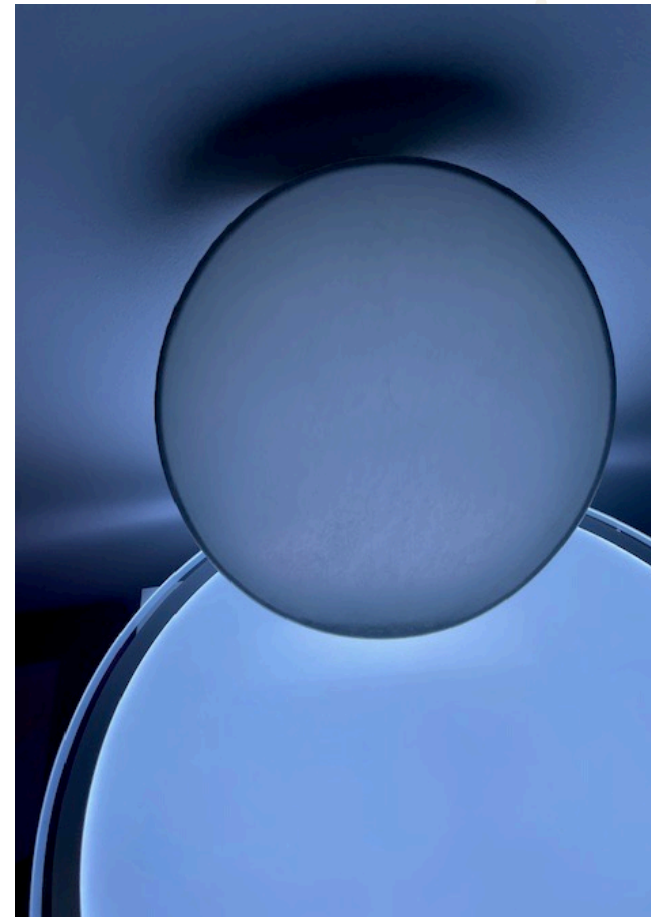
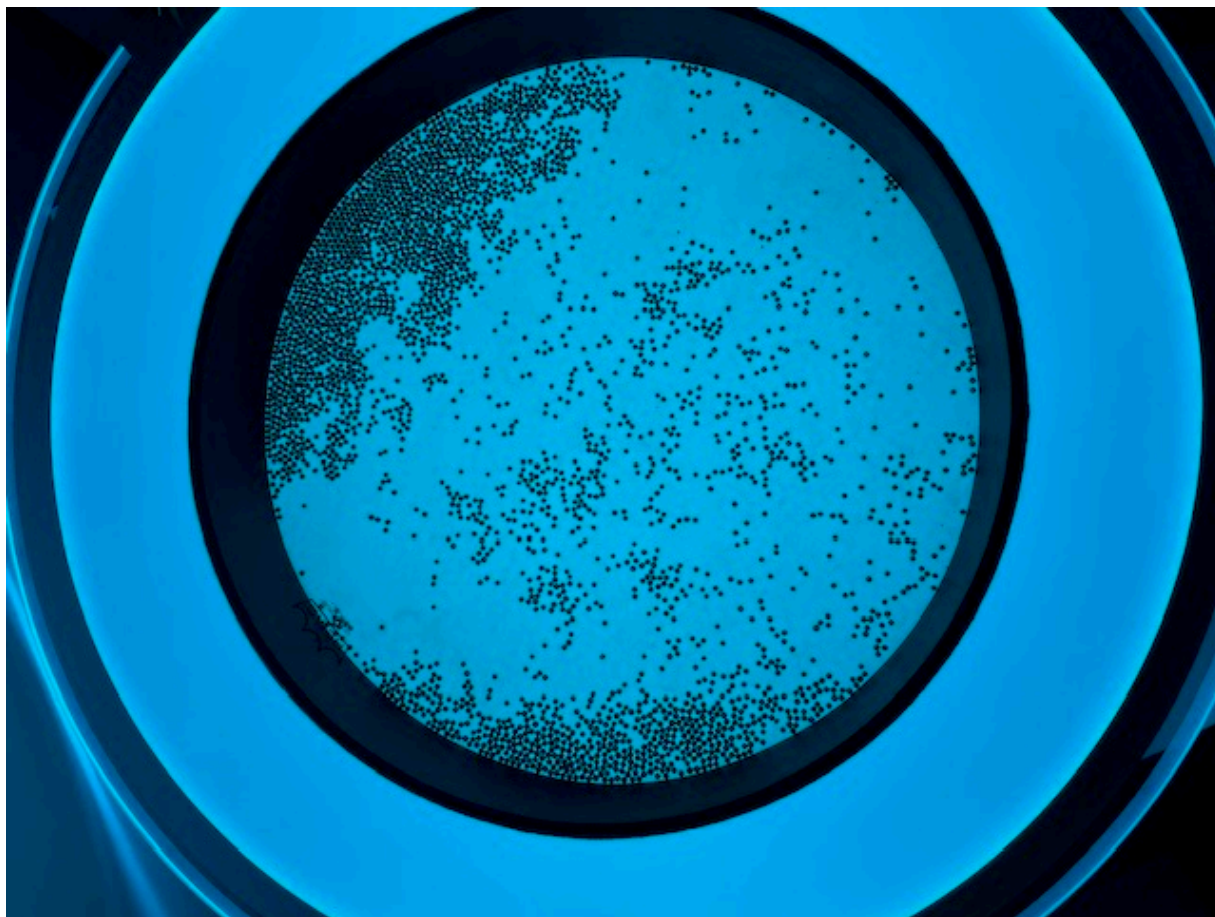
Bastone della pioggia



Campana tibetana



# Ocean Drum





# Tecniche musicali



Esistono diverse tecniche per utilizzare gli strumenti musicali in modo terapeutico all'interno della pratica Snoezelen.

Queste includono la **percussione ritmica, body percussion, la creazione di melodie rilassanti e l'improvvisazione guidata**. Queste tecniche sono progettate per favorire la connessione e il rilassamento.

# Esercizio alle congas


- 1. Rilassamento ritmico:** Invita la persona a sedersi comodamente e a chiudere gli occhi (dove possibile). Inizia a suonare le congas con un ritmo lento e costante. Incoraggialo a concentrarsi sul suono e a respirare profondamente in sincronia con il ritmo. Questo può aiutare a calmare la mente e il corpo.
- 2. Esplorazione ritmica:** Chiedi alla persona di esplorare il suono delle congas utilizzando le proprie mani. Incoraggialo a toccare delicatamente la superficie delle congas per sentire le diverse tonalità e risonanze. Questo può favorire la consapevolezza sensoriale e la connessione con il momento presente.
- 3. Danza libera:** Avvia un ritmo energico e coinvolgente con le congas e invita il paziente a muoversi liberamente nello spazio. Non c'è bisogno di seguire alcuna coreografia; lascia che il paziente si lasci trasportare dalla musica e si esprima attraverso il movimento. Questo può essere liberatorio e favorire il rilascio dello stress e delle tensioni.
- 4. Dialogo ritmico:** Crea un dialogo ritmico con il paziente utilizzando le congas. Suona una serie di battute ritmiche e invita il paziente a rispondere con il proprio ritmo. Questo può essere un modo divertente per promuovere l'interazione e la comunicazione non verbale.
- 5. Rilassamento guidato:** Concludi la sessione suonando un ritmo dolce e rilassante sulle congas mentre guidi il paziente in una breve visualizzazione guidata. Puoi incoraggiarlo a immaginare di essere in un luogo tranquillo e sereno, incoraggiandolo a rilassarsi completamente mentre si concentra sul suono rassicurante delle congas.

# Connessione e benessere

La connessione con la musica e l'armonia ritmica può portare ad un aumento del benessere e della comunicazione non verbale. Nell'approccio Snoezelen, questa connessione può essere particolarmente potente, offrendo alle persone un modo unico di esprimersi e interagire con il mondo circostante.

# Formazione musicale

Gli operatori che utilizzano l'approccio Snoezelen devono essere addestrati nell'uso terapeutico degli strumenti musicali. Devono essere in grado di creare un ambiente sicuro e stimolante, facilitando l'esplorazione sensoriale e l'espressione creativa. Il loro ruolo è fondamentale per garantire un'esperienza terapeutica positiva e benefica.



*L'armonia ritmica e l'utilizzo terapeutico degli strumenti musicali nella terapia Snoezelen offrono un approccio innovativo per promuovere il benessere e la connessione per le persone con disabilità o bisogni speciali. Questa pratica rappresenta un'opportunità unica per arricchire l'esperienza terapeutica e migliorare la qualità della vita di coloro che si avvicinano con noi all'approccio Snoezelen.*



# Contatti

*Davide Stecca*

*cell: 349 2888410*

*email: [davide.stecca@hrcare.it](mailto:davide.stecca@hrcare.it)*



Relatore: Davide Stecca

