

RITMES EN COMPANYIA

Conclusions

Com a primera experiència de ritmes en companyia valorem positivament un seguit d'aprenentatges que podem recollir en un seguit de punts.

1. La satisfacció dels participants.

La intervenció ha estat valorada molt positivament pels participants a les sessions. Les persones ateses al centres de Salut Mental que hi han participat han estat els primers a posar en valor la intervenció i expressar la voluntat de continuïtat. Aquesta expressió posa de manifest una necessitat que convé satisfer. Hem de generar espais expressius i de connexió amb l'art i en aquest cas la música com a font de recursos saludables.

2. Obertura de nous escenaris.

Tot i els progressos que hem anat fent en considerar la relació entre música i salut, són encara molt nombrosos els espais que poden millorar la qualitat de vida de les persones ateses en incorporar l'art a l'agenda d'activitats. Apropa Cultura manté la proposta de "ritmes en companyia" com un punt d'inici al servei dels equips assistencials que el poden adaptar a les seves necessitats. La valoració positiva que els participants fan de les sessions en cap de setmana ha estat també significativa, l'activitat es redueix i mantenir un espai d'activitat afavoreix la qualitat de vida de les persones ateses. La intenció d'obrir nous espais fa que des de Apropa Cultura es prioritzin unitats on a dia d'avui la música com a complement a la tasca assistencial no sigui present evitant, per exemple, espais on actualment es desenvolupa un programa de musicoteràpia aplicada a la rehabilitació psiquiàtrica.

3. Equipar la intervenció

La convicció que Apropa Cultura manté en relació al valor rehabilitador de la música arriba acompanyada d'una dotació de personal qualificat i instrumental adient a cada situació possibilitant la tasca.

Ritmes en Companyia ha comptat amb el suport de Remo instruments de percussió pensats per fer servir en àmbits sanitaris. La diversitat d'espais necessita adaptar la

intensitat del so de manera que no sigui molest ni entorpeixi el normal funcionament de les unitats.

Les sessions facilitades per un musicoterapeuta tenen el valor de comptar amb un professional especialitzat en ajustar la música a les necessitats de les persones ateses a unitats de tractament.

4. Treballar en equip.

Un factor que explica la bona acollida de la proposta de Ritmes en Companyia ha estat la implicació dels professionals i gestors diversos dels centres. El diàleg amb metges, infermers, psicòlegs, terapeutes ocupacionals, educadors i altres perfils permet ajustar i definir les coses per afavorir les necessitats específiques del grup. L'acompanyament de qui interactua diàriament recolzant el dia a dia del procés de rehabilitació juga un paper fonamental al funcionament d'aquesta proposta. Especialment significativa ha estat la implicació dels directius de les fundacions i unitats d'hospitalització per l'actitud de recolzament que ha fet el camí força planer. Suports per accedir als espais més adients, llocs per endreçar instruments, personal de suport a cada sessió i un munt de detalls que possibiliten la realització de l'activitat.

5. Treballar adaptant

Ha estat important en cada cas incloure sempre que sigui possible "Ritmes en Companyia" al pla de tractament que segueix el grup. Els objectius del programa acostumen a formar part d'alguns dels que es treballen als serveis rehabilitadors:

- Practicar habilitats socials a un escenari segur.
- Treballar continguts relacionats amb la cognició i l'emoció.
- Poder expressar i avaluar emocions diverses.
- Vincular persones amb tendència a l'aïllament amb pràctiques artístiques al seu moment i context social.

6. Mantenir el contacte amb la comunitat i els recursos musicals.

Un moment especialment celebrat pels participants ha estat la visita dels músics de l'orquestra del gran teatre del Liceu. Aquest contacte afavoreix el sentiment de reconeixement personal i sobretot de vinculació a una comunitat musical que envolta els assistents. Ritmes en companyia és una invitació a formar part d'una comunitat que valora la música com a element essencial i beneficis per la nostra salut mental.

Escoltar un músic professional té entre d'altres beneficis la carrega terapèutica d'una interacció social normalitzada.

7. Continuitat del projecte.

Aquesta primera experiència del programa Ritmes en Companyia ha estat molt condicionada per la situació viscuda els darrers mesos. Malgrat l'observació de totes les mesures de seguretat durant l'activitat, la continuïtat s'ha vist afectada per restriccions degudes al tancament preventiu d'unitats on s'havia de dur a terme. Tot i que això ha dificultat implementar el programa seguint la intenció de que les sessions siguin setmanals, el millor indicador d'acceptació ha estat la intenció de les institucions participants d'adquirir el compromís de seguir programant i recolzant amb recursos propis la continuïtat del programa.