

L'uso dell'ironia nella canzone psicoeducativa e nel songwriting clinico. L'esperienza del progetto Psicantria

[The use of irony in psychoeducational songs and in therapeutic songwriting. The experience of Psicantria project]

Gaspare Palmieri¹, Cristian Grassilli¹

¹Associazione Psicantria, Modena
E-mail: psicantria@gmail.com

Original article

Ricevuto il 26 novembre 2022; accettato il 3 gennaio 2023

ABSTRACT

IT L'uso dell'ironia trova spazio nella tradizione cantautorale e della musica popolare, anche con la finalità di rendere più leggeri e fruibili temi complessi e seri. In questo articolo viene descritto l'uso dell'ironia nell'ambito di canzoni prodotte dal progetto Psicantria. Viene presentato un brano psicoeducativo sul disturbo bipolare, utilizzato a scopo di sensibilizzazione contro lo stigma della malattia psichiatrica e una canzone scritta in un laboratorio di musicoterapia con pazienti affetti da disturbo del comportamento alimentare. Dall'esperienza riportata si evidenzia come l'approccio ironico possa rappresentare un mezzo utile per veicolare messaggi salutari sul tema del benessere psicologico e possa essere un aiuto a livello psicologico per esprimere in modo più accettabile sentimenti di rabbia e frustrazione.

Parole chiave: musicoterapia, ironia, songwriting, stigma

EN The use of irony can be found in the songwriting tradition and popular music, also with the aim of making complex and serious topics lighter and more acceptable. This article focuses on the use of irony in the songs produced by the Psicantria project. A psychoeducational piece on bipolar disorder, used to raise awareness against the stigma of psychiatric illness, as well as a song written in a music therapy laboratory with patients suffering from eating disorder will be presented. From this experience it is evident that the ironic approach can be a useful means of conveying healthy messages about psychological well-being and can be a psychological aid for expressing feelings of anger and frustration in a more acceptable way.

Keywords: music therapy, irony, songwriting, stigmatization

1. Introduzione

Tra le varie accezioni e i vari inquadramenti teorici esistenti in letteratura sul concetto di *ironia* appare utile, nel contesto di questo scritto, fare riferimento soprattutto all'impiego che ne è stato fatto parlando di "ironia socratica". In questo caso *ironia* è etimologicamente intesa come legata alla finzione, ovvero al fingere di non sapere per creare conoscenza. La definizione fornita dal dizionario è infatti "*Alterazione spesso paradossale di un riferimento allo scopo di sottolineare la realtà di un fatto mediante l'apparente dissimulazione della sua vera natura o entità*" (Devoto e Oli, 1971). Nella tradizione filosofica ellenica risulta appunto importante l'ironia di Socrate, che fingendosi ignorante, riusciva a indurre l'interlocutore a mettere in discussione le proprie convinzioni più solide.

L'ironia ha trovato un ampio utilizzo sia nell'ambito della tradizionale canzone popolare, sia nell'ambito della musica d'autore. Alcuni autori come Giorgio Gaber hanno utilizzato lo strumento dell'ironia in maniera sapiente all'interno delle canzoni, riuscendo a cogliere le contraddizioni nell'uomo e nella società. In brani come *Far finta di essere sani*, *La comune*, *Il conformista*, *Quello che perde i pezzi* Gaber ad esempio ironizza su temi importanti come la salute mentale, l'unità mente-corpo, l'affidarsi alle ideologie, la lotta al conformismo borghese, destando però spesso un riso perturbante nell'ascoltatore. Non capita di rado ritrovarsi alla fine dell'ascolto di uno di questi brani in preda a dubbi e a un lieve senso di smarrimento causato dalle riflessioni evocate dagli stessi.

È interessante ricordare come alcuni dei più grandi cantautori italiani come Gaber appunto, ma anche Luigi Tenco (*Ballata della moda*) Fabrizio de Andrè (*Re Carlo tornava dalla guerra*), Francesco Guccini (l'intero album *Opera buffa*), Enzo Jannacci (più o meno l'intera discografia), soprattutto nelle prime produzioni usassero abbondantemente il registro ironico. Ci sono invece alcune band storiche come gli Skiantos, gli Squallor o Elio e le storie tese che hanno fatto dell'ironia, spinta fino all'estremo (genere demenziale) il proprio marchio di fabbrica.

2. La Psicantria

Psicantria è un neologismo che significa cantare la psichiatria ed è il nome del progetto musicale, culturale e psicoeducativo nato oltre dieci anni fa tra Modena e Bologna dalla collaborazione tra Gaspare Palmieri, psichiatra e cantautore e Cristian Grassilli, psicoterapeuta, musicoterapeuta e cantautore. Le finalità di Psicantria, che è anche un'associazione culturale (www.psicantria.it), sono quelle di:

- Divulgare e trattare il tema della malattia mentale e del disagio psichico attraverso l'uso dello strumento canzone, contro lo stigma nei confronti della malattia mentale
- Promuovere l'uso della canzone come strumento educativo e di riflessione in diversi contesti
- Valutare le potenzialità della canzone come strategia all'interno di una terapia e per favorire il benessere psicologico (songwriting, gruppi di ascolto)

L'attività divulgativa attraverso lo strumento canzone è stata la prima finalità del progetto. L'incontro dei due autori alla Scuola Bolognese di Psicoterapia Cognitiva ha portato ben presto alla decisione di provare a comporre canzoni che raccontassero quello che hanno poi definito "psicomondo", quell'universo variegato che comprende la malattia mentale, la salute mentale, gli utenti, gli operatori, le cure e più recentemente il mondo delle emozioni. Le canzoni del progetto Psicantria, oltre a essere ascoltabili gratuitamente in rete ¹, sono state edite in quattro libri-CD, che contengono i commenti di diversi esperti agli stessi testi (Palmieri & Grassilli, 2011, 2014, 2017, 2022).

¹ Canale Youtube Psicantria: <https://www.youtube.com/channel/UCJJCPNVCKVvFW0cc34iGSWA>
RISU 6(1) (2023), pp. 27-36

Tra le attività cliniche legate all'uso della canzone nella riabilitazione psichiatrica al momento gli autori tengono regolarmente laboratori di musicoterapia (esperienze di ascolto e songwriting) presso la Residenza Gruber di Bologna, con pazienti affetti da disturbi del comportamento alimentare, ma in passato hanno collaborato con altre strutture e ASL (Ospedale Privato Villa Igea, AUSL di Bologna e Modena) con diverse tipologie di pazienti adulti e minori (Caneva e Xodo, 2021). Lo strumento canzone viene utilizzato inoltre anche in ambito formativo in scuole di musicoterapia e psicoterapia cognitiva (Palmieri & Grassilli, 2022).

3. L'uso dell'ironia in canzoni psicoeducative contro lo stigma della malattia psichiatrica

La questione dello stigma in ambito psichiatrico è tuttora molto rilevante in quanto può influenzare aspetti fondamentali della cura come l'accesso ai servizi di salute mentale e la corretta assunzione delle terapie farmacologiche. I media giocano un ruolo fondamentale su come vengono trasmesse le informazioni sulla salute mentale, in quanto rappresentano la principale fonte di informazioni per la popolazione. In una interessante review sul tema Thornicroft (2013) definisce i media come *“una delle forze più potenti che contribuiscono ad una discriminazione strutturale verso persone che soffrono di disturbi mentali”*. Tra i principali stereotipi che emergono a riguardo c'è quello per il quale le persone con malattie mentali siano pericolose o violente, che i disturbi psichiatrici non possano guarire e che le persone che soffrano di queste problematiche non possano avere una vita come le altre (Pingani et al., 2018). In particolare, il pregiudizio della presunta pericolosità sociale della persona affetta da problematiche psichiatriche ha importati ripercussioni sul piano dell'isolamento, della solitudine e dell'emarginazione.

La canzone, come mezzo mediatico può rappresentare uno strumento psicoeducativo e di sensibilizzazione rispetto ai temi della salute mentale e dello stigma, con numerosi esempi sia a livello italiano (si pensi all'opera di Giorgio Gaber *“Far finta di essere sani”* o alla canzone di Simone Cristicchi *“Ti regalerò una rosa”*) che internazionale (recentemente nell'opera dell'artista Lady Gaga). Lo strumento canzone è un'entità comunicativa complessa, caratterizzata da diverse componenti come il testo, la melodia, l'armonia, il ritmo, l'arrangiamento e l'interpretazione. Ognuna di queste componenti può contribuire all'unicità del brano e al suo potere evocativo sul ricevente. Scrive a questo riguardo Baker (2015): *“Le canzoni possono rappresentare delle brevi storie; per ognuno di noi possono essere modi di conoscere le proprie emozioni e ci aiutano ad esprimere chi siamo e come ci sentiamo, portandoci più vicini agli altri, senza farci sentire soli”*. L'utilizzo di canzoni in ambito psicoterapico e psicoeducativo ha alcuni precedenti rilevanti. Possiamo infatti ricordare l'esperienza di Ellis (1977), uno dei padri della psicoterapia cognitiva, e in Italia dello psicoterapeuta Francesco Aquilar (2000).

Il primo libro con canzoni di Psicantria contiene alcuni brani che hanno uno spiccato tono ironico (*Psicantria, Jessica l'anoressica, Il cowboy bipolare, Tarzan e Borderjane*), seppure mantenendo un aspetto contenutistico il più possibilmente rigoroso e scientificamente fedele alla realtà. In fase compositiva è stato pensato che questa attitudine ironica potesse contribuire a sdrammatizzare temi dolorosi e difficili da accettare da parte di un pubblico di non specialisti e rendesse i temi più affrontabili, contribuendo alla maggiore diffusione dei brani. L'ironia in questo caso non è sarcasmo, non è mancanza di rispetto nei confronti della sofferenza, ma è un tentativo di svelare situazioni cliniche da un punto di vista insolito, con l'obiettivo di rendere meno oggetto di stigma e da un certo punto di vista più “simpatici” i protagonisti delle canzoni, che nella maggior parte dei casi sono persone affette da disturbi psichiatrici.

Nel brano *Psicantria* l'ironia non risparmia neanche gli operatori, divenendo quindi autoironia, che può contribuire a migliorare anche la relazione con gli utenti. Possiamo infatti considerare la malattia mentale come una lente per decifrare la realtà, caratterizzata da un irrigidimento e spesso da un funzionamento stereotipato. In questo ambito l'ironia può avere un effetto perturbante che in qualche modo può contribuire se non a un cambiamento, quanto meno a una lettura delle situazioni da un'angolazione diversa o almeno a un distanziamento critico. D'altra parte, l'importanza di questo meccanismo comunicativo era stato riconosciuto anche dallo stesso Freud (1985; ed or.1905) quando scrisse *Il motto di spirito e la sua relazione con l'inconscio*, in cui sottolineava come l'ironia (intesa come Witz, motto di spirito e arguzia) ci permetta di esprimere pubblicamente fantasie inconscie, attenuandole e mascherandole attraverso il complesso codice dei processi primari. Anche in ambito psicoterapeutico o più in generale nelle relazioni di cura l'ironia può assumere una certa importanza, come affermano Querini e Lubrani (2004) "Le persone, e in particolare il paziente nel contesto psicoterapeutico, più inclini alla lettura della propria realtà esperienziale ed emotiva in chiave ironica e umoristica, posseggono maggiori potenzialità evolutive: sono prognosticamente più ricettive e più in grado di mobilitare le proprie capacità di cambiamento".

Più recentemente in ambito cognitivista i colleghi Battilani e Lambruschi (2022) hanno cercato di delineare un modello dello humor basato sul modello dinamico maturativo dell'attaccamento, che consente di connettere le funzioni e i ben noti meccanismi cognitivi caratteristici del processo umoristico, con gli aspetti affettivi e relazionali intrinseci a ogni atto umoristico. Riportiamo di seguito a scopo esplicativo il testo di una delle canzoni contenute nel primo libro-CD di *Psicantria* dal titolo *Il cowboy bipolare*.

*Solo nel deserto col mio rum
il fuoco è spento in testa c'ho Blue moon
non combino un cactus, non c'è l'ombra di un raptus
c'è Toro sedato capo Sioux...augh!
Piango nell'armonica il mio blues, mi manca la voglia per un bis
non cucino il cous-cous, non ha soluzione il rebus
è quasi mezzogiorno e sono giù,
ma all'improvviso come un fiume in piena
mi sento come un toro nell'arena.
Rit. Così spalanco le porte del saloon, pianista forza suonami un can-can
un'altra mano a poker, applausi per il joker,
offro a tutti un giro di tequila bum-bum.
Parlo senza freno come un treno
mi schianto su ogni femmina che c'è
provoco una rissa, seduco la sceriffa
signori va di scena il mio rodeo.
Ma poi ripenso a lei che non c'è più, come un pendolare torno giù.
Vago in questa piccola downtown,
piango sulla tomba di John Brown
dormo nella stalla, evito la doccia
vivere mi scoccia nel far west
ma all'improvviso scocca il mezzogiorno
mi accendo come un fuoco nell'inverno.*

*Rit. Corro e sparo come nei cartoon
più ricercato di Billy the Kid
mi attacco a un videopoker, mi gioco anche il mio pony
non prendo la mira e faccio fuoco bang-bang
stacco qualche scalpo degli Apache
metto in sesta e premo sul gas
vinco le elezioni, mi sposo Pocahontas
non c'è nessuno che mi fermerà
ma poi ripenso a lei che non c'è più
come un crollo in borsa vado giù
Oh Susanna non piangere perché
non mi sono ricordato la pastiglia delle tre
Oh Susanna non piangere perché
mi dovevi ricordare la pastiglia delle tre.*

Come risulta evidente dal testo, il tentativo nella scrittura di questo tipo di brano è quello di veicolare nozioni scientifiche e relative alla salute attraverso un canale non convenzionale come la canzone e utilizzando anche l'ironia. La musica del brano segue l'andamento del testo e del disturbo bipolare, nelle strofe è infatti lenta e in tonalità minore, mentre nel ritornello accelera e passa in tonalità maggiore. In questo modo si è tentato di descrivere le due fasi del disturbo bipolare, insieme a diversi aspetti sintomatologici che si possono osservare normalmente nell'attività clinica e che vengono riportati anche dai principali sistemi nosografici come il DSM-V (APA, 2013).

Nel testo i sintomi del disturbo vengono contestualizzati all'ambientazione fantasiosa di un contesto country-western di un'altra epoca, il cui immaginario è ben noto e familiare alla maggior parte delle persone. Il "cow-boy bipolare" vive la sua vita a due velocità. Quando è nella fase depressiva emergono i sintomi tipici come il calo del tono dell'umore ("in testa c'ho Blue Moon/ piango nell'armonica il mio blues/ vivere mi scoccia/ è quasi mezzogiorno e sono giù/ piango sulla tomba di John Brown"), la perdita di energia ("non combino un cactus/ evito la doccia"), diminuzione dell'appetito ("non cucino il cous-cous").

Quando vira alla fase maniacale compaiono invece l'aumento del tono dell'umore ("metto in sesta e premo sul gas) l'aumentata loquacità ("parlo senza freno come un treno"), la prodigalità ("offro a tutti un giro ti tequila boom boom"), la disinibizione sessuale ("mi schianto su ogni femmina che c'è/ seduco la sceriffa"), il senso di grandiosità ("mi sento come un toro nell'arena/ vinco le elezioni/ non c'è nessuno che mi fermerà").

Nello scrivere questo brano il duo ha tratto ispirazione dalla storia reale di un paziente affetto da disturbo bipolare, che durante una fase maniacale si era candidato sindaco del piccolo paese della provincia reggiana dove abitava e in un'altra occasione aveva organizzato un matrimonio da mille e una notte con centinaia di invitati. Ad entrambi gli episodi era poi conseguito un ricovero, anche in concomitanza alla sospensione volontaria della terapia farmacologica. La conclusione della canzone con la parodia di *Oh Susanna* affronta in modo leggero un tema assolutamente cruciale per le persone affette da disturbo bipolare, cioè la compliance alle terapie farmacologiche, considerato che le ricadute avvengono molto spesso a causa dell'interruzione troppo precoce della terapia, soprattutto dopo lunghi periodi di benessere (Haynes, 2002).

Il brano (come gli altri del progetto) è stato caricato nel 2011 sul canale YouTube di Psicantria e ha ricevuto oltre 16.000 ascolti. Esiste anche una versione in inglese redatta in collaborazione con l'*International Bipolar Foundation* e presentata nell'ambito di un webinar dell'associazione americana. Il brano viene utilizzato in ambito didattico in scuole e università e in numerosi incontri di

sensibilizzazione contro lo stigma, promossi da associazioni di famigliari di utenti affetti da disturbi psichiatrici o da cooperative sociali. E' stato ascoltato ovviamente anche da molti utenti psichiatrici, che generalmente ne hanno apprezzato l'ironia da una parte e la verosimiglianza alla realtà dall'altra.

4. L'uso dell'ironia nel songwriting terapeutico

Il songwriting terapeutico può essere definito come “*Il processo di creare, annotare o registrare testi e musiche da parte di utenti e terapeuti nell'ambito di una relazione terapeutica per affrontare bisogni emotivi, psicosociali, cognitivi o comunicativi dell'utente*” (Baker, 2015). Questa tecnica musicoterapica può essere proposta in diversi setting terapeutici psichiatrici (reparti ospedalieri, centri diurni e day hospital, comunità terapeutiche) e extrapsichiatrici (reparti oncologici, carceri, scuole) e ha mostrato svariati benefici a livello psicologico sugli utenti (Caneva & Xodo, 2021). Alcuni studi hanno mostrato come la partecipazione a questo tipo di attività potesse migliorare il livello di rilassamento, il senso di benessere soggettivo e la frequenza cardiaca dei partecipanti, così come l'intensità dei sintomi ansiosi e depressivi in popolazioni cliniche. Il songwriting terapeutico permette ai partecipanti ai gruppi di esplorare, indagare e mettere alla prova il proprio senso di sé, le narrative personali e il proprio modo di essere (Baker & MacDonald, 2013).

La canzone in questo ambito può diventare uno strumento di facilitazione relazionale tra gli utenti tra loro e tra gli utenti e il conduttore o altri membri dell'equipe che partecipano all'attività. Altri studi hanno mostrato come l'inserimento di questo tipo di attività, spesso particolarmente gradita agli utenti, aumenti la motivazione al trattamento in popolazioni di pazienti psichiatrici o affetti da dipendenze (Ross et al., 2008, Palmieri et al. 2016).

Gli autori tengono dal 2015 un laboratorio di ascolto di canzoni e songwriting presso la Residenza Gruber di Bologna, un centro per la riabilitazione psico-nutrizionale, che propone percorsi residenziali e semiresidenziali per pazienti affetti da disturbi del comportamento alimentare provenienti da ogni parte d'Italia. All'interno della residenza viene utilizzato un approccio terapeutico multidisciplinare ed interdisciplinare, offerto dalla copresenza di figure professionali diverse, che garantiscono ai pazienti assistenza medica ed infermieristica, riabilitazione nutrizionale e psicologica con attività di supporto educativo.

Tra queste è compreso il laboratorio di musicoterapia, che si svolge per tre/quattro mesi all'anno a cadenza settimanale e ha una durata di un'ora e mezzo. Ogni gruppo prevede la partecipazione di circa 8-10 ragazze (in netta maggioranza) o ragazzi di età variabile dai 14 ai 45 anni circa, con una prevalenza dell'età tra i 16 e i 25 anni.

La prima parte dell'attività viene dedicata all'ascolto consapevole di tre brani musicali proposti dalle ragazze, con la consegna di compilare una scheda di autosservazione, nella quale ciascuna di loro può scrivere pensieri, emozioni e sensazioni fisiche riconosciuti durante l'ascolto, con successiva condivisione di gruppo. La seconda parte dell'attività è dedicata alla produzione sonora: l'esplorazione della propria vocalità, il canto in gruppo di canzoni note e proposte dai partecipanti, la composizione di parodie e infine la scrittura di un brano originale.

I temi per la composizione della canzone originali vengono proposti dalle partecipanti attraverso un brainstorming di parole significative da cui si parte per la scrittura del testo. Generalmente i temi che emergono possono riguardare il percorso terapeutico e l'accettazione del disturbo, il prendersi cura di sé, la speranza di guarire. Nella scrittura dei brani i partecipanti non ricorrono spesso all'uso dell'ironia, utilizzando un tono talvolta più serio e talvolta più leggero, paragonabile a brani pop o cantautorali.

Il gruppo condotto nell'estate del 2020 ha rappresentato un'eccezione in quanto ha portato alla scrittura di un brano molto ironico dal titolo “*La resistenza all'ignoranza*”. Il percorso iniziava in un

momento di particolare criticità a causa del decesso per suicidio di una utente ricoverata l'anno precedente e alle note difficoltà connesse al momento pandemico iniziato pochi mesi prima. Una parte dei partecipanti espresse il desiderio di trattare il tema della morte con l'intenzione di dedicare il brano all'amica scomparsa, ma la maggior parte dei partecipanti non si sentiva di affrontare questo tema così impegnativo e pesante in quel momento.

Si giunse così alla decisione di scrivere un brano di critica alla società in stile ironico, includendo i temi della disuguaglianza sociale, della lotta ai luoghi comuni e al pregiudizio (compreso quello relativo ai disturbi del comportamento alimentare), nei quali si immaginava un dialogo tra un conformista "ignorante" e una persona di vedute più aperte. La musica scelta dal gruppo per la canzone e composta insieme al conduttore era una musica giocosa, tipo filastrocca cantata. Il gruppo ha scelto la forma del dialogo tra i due personaggi, favorendo il confronto dove ognuno espone il proprio punto di vista. Emerge in modo evidente il tema del giudizio, che può prendere la forma di pregiudizio e discriminazioni nei confronti delle diversità (di età, di razza, di genere, di abitudini).

Nei disturbi alimentari psicogeni questo tema è assolutamente centrale, come ci ricorda anche Vittorio Guidano (1988) nel suo libro "La complessità del sé": "*sentirsi esposti alle critiche di altre persone, specie se significative, innesca una percezione di sé a tal punto intollerabile da arrivare spesso a un senso di disorientamento totale e annullamento*".

Nel testo del brano l'atteggiamento del personaggio "ignorante" della canzone viene ridicolizzato, estremizzando i luoghi comuni espressi, quasi fosse una forma di derisione sarcastica, più che ironica. È interessante notare come il gruppo abbia sentito il bisogno di stigmatizzare un atteggiamento giudicante anche nei confronti delle abitudini alimentari ("*E poi lo vedi quello quanto mangia, se continua così gli scoppierà la pancia/ Invece ieri una ragazzina, era secca secca, si mangiasse una piadina*") ispirati da esperienze personali in questo senso. La semplice linea melodica vocale, unita all'interpretazione canzonatoria del testo suscitava nel gruppo un clima leggero e ironico, nonostante la pesantezza dei temi trattati. Questo ha probabilmente permesso ai partecipanti di esprimere in maniera accettabile anche emozioni e sentimenti di rabbia, risentimento o frustrazione.

La resistenza all'ignoranza

*Perché non ti siedi vicino a me
Così ne parliamo io e te e un caffè
Cosa ne pensi di quello che
Accade nel mondo intorno a te
Accetto volentieri questo invito
Ora con piacere te lo dico
Uno nero come un cioccolatino
Rubava il lavoro nel nostro bel paesino
E per quei musì gialli della Cina
Noi giriamo tutti con la mascherina
Ma poi la vedi questa gioventù
Di sacrifici non ne vuol far più
Una volta giovani a lavorar
Oggi la testa nel cellular
Guarda quel ragazzo effeminato
Meglio se non fosse mai nato*

*E poi lo vedi quello quanto mangia
Se continua così gli scoppierà la pancia
Invece ieri una ragazzina
Era secca secca, si mangiasse una piadina
Perché non ti siedì vicino a me
Perché non ti siedì vicino a me
Così ne parliamo io e te e un caffè
Io non vedo che male c'è
se due donne hanno un bebè
Io trovo davvero intelligente
Dare una lezione a questa gente
Sbagliati diversi sempre a fare errori
Il tuo punto di vista è il peggiore dei peggiori
Ora veramente mi hai stancato
Alzati e da qui vatti a prendere un gelato
Ma cosa me ne frega del tuo vuoto moralismo
Tutto il tuo parlare è finto perbenismo
Ora veramente mi hai stancato
Alzati e da qui vatti a prendere un gelato*

L'ironia in ambito artistico è sempre stato uno strumento potente per perturbare e talvolta provocare il fruitore dell'opera, grazie alla presenza di un doppio registro, da una parte leggero e fruibile e dall'altra portatore di contenuti più profondi, talora critici. La canzone ironica, che ha una importante tradizione nella musica popolare e d'autore italiana, può trovare uno spazio di utilizzo come veicolo di messaggi legati alla lotta al pregiudizio e della discriminazione nei confronti di chi soffre di disturbi psichiatrici. In ambito più clinico, nel songwriting terapeutico l'ironia può essere un facilitatore relazionale nelle dinamiche di gruppo e uno strumento che aiuta il paziente a veicolare emozioni per lui inaccettabili in maniera meno diretta ma comunque efficace. Oltre all'osservazione clinica e alle testimonianze dirette degli utenti, sarà utile per il futuro valutare in modo più obiettivo gli effetti di queste esperienze tramite studi di efficacia con l'uso di strumenti psicometrici di valutazione di esito o di processo.

Bibliografia

- American Psychiatric Association, (2013). *Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorders* (5th ed.). Washington, DC
- Aquilar, F. (2000). *Riconoscere le emozioni. Canzoni psicoterapeutiche ed esercizi di consapevolezza in psicoterapia cognitiva*. Franco Angeli.
- Baker, F. A. (2015). *Therapeutic songwriting. Developments in theory, methods, and practice*. Palgrave and Mcmillan.
- Baker, F. A., MacDonald R. A. R. (2013). Flow, identity, achievement, satisfaction and ownership during therapeutic songwriting experiences with university students and retirees. *Music. Sci.* 17, 131–146.
- Battilani, L., Lambruschi F. (2022). Il gioco e lo humor nell'intreccio dei sistemi motivazionali interpersonali. *Rivista Italiana di Studi sull'Umore*. 5(2), 83-99.
- Caneva, P.A., Xodo L. (2021). *Antologia di canzoni fragili. Songwriting sensibile*. Gesulato Edizioni.
- Devoto, G., Oli G.C. (1971). *Dizionario della lingua italiana*. Le Monnier.
- Ellis, A. (1977). *A garland of Rational Humorous Songs*. Ret Institute.
- Freud S. (1985), Opere. Vol. 5: *Il motto di spirito e altri scritti*. Bollati Boringhieri.
- Guidano, V. (1988). *La complessità del sé*. Bollati Boringhieri.
- Haynes, R.B., McDonald, H.P., Garg, A.X. (2002). Helping patients follow prescribed treatment: clinical applications. *Journal of American Medical Association*, 288, 2880– 2883.
- Querini, P., Lubrani, F. (2004). *Ironia, umorismo e disagio psichico*. Franco Angeli.
- Palmieri, G., Ferrazzi, G., Pingani, L. (2016). Aspettative e opinioni di un campione di pazienti psichiatrici ricoverati rispetto a Un'esperienza di musicoterapia ricettiva. *Musica et terapia*, 34, 46-53
- Palmieri, G., Grassilli, C. (2011). *La Psicantria: manuale di psicopatologia cantata*. La Meridiana Editore.
- Palmieri, G., Grassilli, C. (2014). *La psicantria della vita quotidiana*. La Meridiana Editore.
- Palmieri, G., Grassilli C. (2017). *La neuropsicantria infantile. Manuale cantato di psicopatologia dell'età evolutiva*. La Meridiana Editore
- Palmieri, G., Grassilli, C. (2022). *Abitarsi. La Psicantria delle emozioni. Esplorazione cantata dell'animo umano*. La Meridiana Editore
- Palmieri, G., Grassilli, C. (2022). Il progetto Psicantria: L'uso della canzone nella riabilitazione psichiatrica e in psicoterapia cognitiva. *Psicobiettivo*, 42(1), 21-39.
- Pingani, L., Sampogna, G., Borghi, G., Nasi, A., Coriani, S., Luciano, M., Galeazzi, G.M., Evans-Lacko, S., Fiorillo A. (2018). How the use of the term "schizo*" has changed in an Italian newspaper from 2001 to 2015: Findings from a descriptive analysis. *Psychiatry Research*, 270, 792–800.
- Ross, S., Cidambi, I., Dermatis, H., Weinstein J., Ziedonis, D., Roth, S., Galanter, M. (2008). Music therapy: a novel motivational approach for dually diagnosed patients. *Journal of Addiction Disorders*. 27(1), 41-53.
- Thornicroft, A., Goulden, R., Shefer, G., Rhydderch, D., Rose, D., Williams, P. (2013). Newspaper coverage of mental illness in England 2008-2011. *British Journal of Psychiatry*, 202, 64–69.

Biografia

Gaspere Palmieri

Psichiatra, psicoterapeuta, dottore di ricerca in psico-biologia dell'uomo, istruttore di mindfulness e cantautore. Svolge attività clinica a Modena e Reggio Emilia. Ha pubblicato tre CD cantautorali e due saggi musicali. È stato finalista al Musicultura Festival (edizione 2009) con il brano "Mio fratello". Ha collaborato come autore all'ultimo disco di Francesco Guccini.

Cristian Grassilli

Psicologo, psicoterapeuta, musicoterapeuta, cantautore. Psicologo borsista presso centro ADHD del Dipartimento di Salute Mentale dell'AUSL Bologna. Svolge attività libero professionale presso il Centro Terapia Cognitiva Bologna, di cui è co-fondatore. È tra i vincitori del Musicultura Festival (edizione 2008) con il brano "Sotto i portici di Bologna". Ha collaborato come autore all'ultimo disco di Francesco Guccini.