**Modulo specialistico con laboratorio: Tecniche musicali per il benessere**

## Prof. Dario Benatti

***OBIETTIVI DEL CORSO E RISULTATI DI APPRENDIMENTO ATTESI***

Il corso si pone l’obiettivo di fornire agli studenti conoscenze teoriche di acustica, teoria musicale, psicologia della musica e musicoterapia utili a comprendere la rilevanza della musica come mezzo di comunicazione ed espressione di sé e come potente induttore di stati psico-fisici diversi. Inoltre gli incontri, nella loro peculiare forma laboratoriale, si prefiggono lo scopo di far acquisire agli studenti strumenti operativi di base per l’analisi e le applicazioni di tecniche musicali utili a favorire situazioni di benessere psicofisico e di espressione di sé da applicarsi in vari ambiti, da quello formativo/educativo a quello terapeutico e riabilitativo.

***Risultati di apprendimento attesi***

Al termine del corso gli studenti saranno in grado di:

- fruire del medium musicale con maggiori capacità di ascolto attivo;

- discriminare in modo accurato le caratteristiche del suono: altezza, intensità, timbro, durata

- saper individuare nella musica gli aspetti ritmico, melodico, armonico;

- scegliere brani musicali e applicare percorsi di ascolto attivo adatti a favorire stati di benessere, attivazione, rilassamento con target e in ambiti diversi;

- applicare nelle sue basi essenziali la tecnica del Dialogo Sonoro;

- applicare nelle sue basi essenziali la tecnica del songwriting

***PROGRAMMA DEL CORSO***

Il corso, come si vedrà in seguito è organizzato sotto forma di laboratorio con la partecipazione attiva degli studenti anche per quanto riguarda la scelta stessa dei contenuti del programma in alcune sue parti. Va da sé quindi che la programmazione qui descritta, riguarda i punti fermi irrinunciabili, e può essere integrata da contenuti proposti dagli studenti in itinere. Di seguito le unità previste e il loro contenuto:

UNITÀ 1 - IL SUONO, QUESTO CONOSCIUTO SCONOSCIUTO

introduzione

Il paesaggio sonoro, gli ambienti e i loro suoni caratterizzanti

Le caratteristiche acustiche del suono

Test di Bentley sulle capacità dell’orecchio musicale

La musica a programma

L’ambient music e il minimalismo musicale

UNITÀ 2 - IL TEMPO E IL RITMO ALLA BASE DELL’ESPERIENZA MUSICALE

Psicologia del ritmo

I ritmi biologici e i ritmi motori spontanei

L’induzione motoria del ritmo e la danza

Ritmo e misura in musica e poesia

Ritmo e cultura musicale nel mondo

I ritmi musicali e il loro utilizzo per favorire stati psico-fisici diversi

Esperienze pratiche di esecuzione di ritmi semplici e poliritmie

Approccio teorico-pratico alla tecnica del Dialogo sonoro: -1 il tempo/ritmo

UNITÀ 3 - MUSICA, SENSO E SIGNIFICATO

Le componenti della musica: melodia, armonia, ritmo

La musica come mezzo di comunicazione e di espressione delle emozioni

Analisi di brani musicali e canzoni portatori di un bisogno di senso

Approccio teorico-pratico alla tecnica del Dialogo sonoro: -2 lo spazio/timbro

Esperienze pratiche guidate di movimento lento su base musicale

UNITÀ 4 - LA MUSICA IN CAMPO EDUCATIVO E TERAPEUTICO

L’apprendimento musicale del bambino

Il ruolo della musica nel sistema sociale occidentale, con accenni anche alle culture mediorientali e asiatiche

La tecnica GIM (H. Bonny method) e i percorsi di ascolto musicale guidato finalizzati a facilitare uno stato di benessere psicofisico ideale

La musica ri-creativa e il song-writing: improvvisazione di canzoni e melodie alla ricerca di risorse personali e gruppali per facilitare benessere e empowerment

Approccio teorico-pratico alla tecnica del Dialogo sonoro: -3 energia e dinamica

***BIBLIOGRAFIA[[1]](#footnote-1)***

Testi basilari

Murray Shafer R., Il paesaggio sonoro, Ricordi, Milano, 1985

Fraisse P., Psicologia del ritmo, Armando Armando Editore, Roma 1974

Antonietti A., Significati musicali. Come la mente pensa i suoni, Quaderni di Psicologia Cognitiva, EDUCatt, Milano, 2006.

Scardovelli M., Il dialogo sonoro, Cappelli, Bologna, 1992

Caneva A., Songwriting, Armando Editore, Roma, 1997[*Acquista da VP*](https://librerie.unicatt.it/scheda-libro/paolo-alberto-caneva/songwriting-program-9788860811035-426879.html)

Testi opzionali

Benenzon R. La parte dimenticata della personalità, Borla, Roma, 2007.

Cremaschi G., Musicoterapia, arte della comunicazione, Edizioni scientifiche Magi, Roma, 1996.[*Acquista da VP*](https://librerie.unicatt.it/scheda-libro/giulia-cremaschi-trovesi/musicoterapia-arte-della-comunicazione-9788874872107-240221.html)

Tomatis A., L’orecchio e la vita, Baldini e Castoldi, Milano, 1992. [*Acquista da VP*](https://librerie.unicatt.it/scheda-libro/alfred-a-tomatis/lorecchio-e-la-vita-una-ricerca-su-ascolto-linguaggio-e-comunicazione-9788872738115-526698.html)

Gordon E.E., L’apprendimento musicale del bambino, Curci, Milano, 2004.

***DIDATTICA DEL CORSO***

Nel corso si utilizzerà una didattica che consenta da una parte l’apprendimento di conoscenze teoriche e strumenti di analisi specialistici e dall’altra l’applicazione in contesti pratici delle competenze apprese. Verranno infatti svolte sia lezioni in aula, sia attività pratiche guidate, attraverso esercitazioni in role-playing in sede o direttamente sul campo in contesti di relazione di aiuto e promozione del benessere.

***METODO E CRITERI DI VALUTAZIONE***

Non viene svolto un esame finale, ma durante il corso si realizzeranno prove di accertamento dell’apprendimento degli aspetti teorici con valutazione del docente e/o autovalutazione dello studente coi criteri seguenti:

pertinenza delle risposte, uso appropriato della terminologia specifica, strutturazione argomentata e coerente del discorso, capacità di individuare nessi concettuali e questioni aperte.

Per gli studenti che si avvalgono del percorso attraverso i contenuti e le attività delle lezioni, la valutazione dell’acquisizione di competenze pratiche verrà svolta in itinere attraverso check list di osservazione e di auto-osservazione durante le attività e avrà come criteri salienti l’accuratezza del lavoro e la capacità di ricevere e far buon uso dei feedback da parte del docente o dei compagni.

Sempre riguardo le competenze pratiche, gli studenti avranno anche dei compiti da eseguire a casa, singolarmente o in piccolo gruppo, che verranno valutati dal docente in base al contenuto e all’accuratezza della presentazione.

Agli studenti che si avvalgono del percorso basato sui testi di studio verranno assegnati i testi basilari in bibliografia o parti di questi da studiare per una rielaborazione personale scritta o esposta in modo multimediale. Verranno inoltre assegnate attività pratiche da svolgere individualmente o in accordo con dei compagni del gruppo (anche a distanza) con i criteri di valutazione già citati.

***AVVERTENZE E PREREQUISITI***

Avendo carattere introduttivo, l’insegnamento non necessita di prerequisiti relativi ai contenuti. Si presuppone comunque interesse e curiosità intellettuale verso il mondo della musica e dell’espressione artistica in generale. Si consiglia di predisporsi ad una messa in gioco personale in vista di una metodologia didattica che ha nella concreta pratica di ascolto e produzione musicale un sua peculiare caratteristica. Non sono tuttavia necessari specifici prerequisiti o competenze né nella produzione né nella letto-scrittura musicale.

*Orario e luogo di ricevimento*

Il Prof. Dario Benatti riceverà gli studenti al termine delle lezioni su appuntamento, nella sede di svolgimento del corso.

1. I testi indicati nella bibliografia sono acquistabili presso le librerie di Ateneo; è possibile acquistarli anche presso altri rivenditori. [↑](#footnote-ref-1)