Associazione Tel./Fax 0515874861 - 3338575872 - Bologna V. P. Bentivoglio2

SUPERBASS email : superbass@superbass.it web: www.superbass.it

Progetto di Musicoterapia

Prof. Maria Ascenza Cuglia

Finalità: rispondere ai bisogni psicosociali di soggetti che ricercano il benessere e promuovere la capacità di mettere in relazione emotivo-affettivo la persona con le sue parti più remote.

I principali obiettivi sono**:**

- favorire e promuovere la conoscenza reale tra le persone, superando barriere e pregiudizi di varia natura e riscoprendo le risorse e le possibilità di ognuno;
- incoraggiare e sviluppare la comunicazione
- favorire esperienze di benessere psicofisico come il rilassamento, la consapevolezza corporea;
- migliorare le abilità sensoriali, percettive e motorie.

L'ascolto della musica

La psicologia cognitiva della musica ha descritto i processi attraverso cui la mente elabora le informazioni sonore, conferendo loro i caratteri di **ritmo, melodia, tonalità (struttura musicale) e i parametri che caratterizzano la musica.**

Attraverso tali caratteri, la musica diviene un canale di comunicazione universale (a cui tutti possono partecipare) che può guidare attraverso le condizioni interiori, dalle più superficiali alle più profonde ed intensamente personali.

La musica con la sua struttura diventa un'esperienza che usa il **linguaggio emotivo** privo di sovrastrutture che non obbliga a tensioni codificate e aiuta ad aprirsi e a mettere in gioco la voce e tutte le parti del corpo.

Durante la seduta i brani musicali che vengono proposti presentano delle caratteristiche di strutture ritmico-melodiche che favoriscono il controllo e la coordinazione dei movimenti; la risoluzione/allentamento di stati di tensione muscolare, posturale, emotiva.

L'ascolto musicale è un modo di offrire un contesto per la "cura" ed il sostegno a persone che non possono direttamente esercitare il diritto alla loro soggettività che sono bloccate all'interno del loro essere. la musica riesce ad aprire brecce e a raggiungere la parte che riesce ancora a mettersi in relazione con l'altro e a sganciarsi da blocchi psichici e paure.

Il fare musicale invece offre la possibilità di espressione e la capacità di entrare in relazione attrevereso la voce o strumenti ritmici melodici.

Modi e mezzi:

Il *setting* è costituito da un ambiente che favorisce il rilassamento. Vi sono predisposti alcuni tappetini e cuscini per gli utenti che vogliono e/o possono assumere posizioni distese; una lampada a “luce calda” crea un’atmosfera accogliente; un apparecchio stereo per un buon ascolto della musica; e CD di selezioni musicali e di programmi di musicoterapia e motricità e strumentario ritmico melodico..

Mentre la prima e l’ultima mezz’ora della seduta sono dedicate all’ascolto di musica rilassante; l'ora centrale è dedicata alla sperimentazione dei programmi specifici:

- Rilassamento
- uso del corpo e della voce
- attività di piccoli gruppi con strumenti ritmici e melodici.

Tempi:

si svolgono una volta a settimana ed hanno la durata 2 ore per un totale di 20 0re.

Si propone di tenere il corso nella sede dell'associazione, i giovedi dalle ore 16 alle 18 a partire da giovedi 2 aprile fino a giovedi 4 giugno compreso.

Costi:

Si richiede all' Associazione rimborso spese di euro 42,50 orari per un totale di euro 850,00. Tutti i materiali occorrenti, impianto audio, strumentazione, computer ecc. saranno a carico della sottoscritta Prof.ssa M.A. Cuglia.

Non vi è alcun costo per i partecipanti iscritti all'associazione

Bologna 27 Marzo 2015

LA DOCENTE