

APRECIEREA MUZICII

Creativitatea aplicată la singurătate (Activitatea 11/12)

DESCRIERE

În cadrul acestei activități, participanții selectează și ascultă diferite seturi de muzică și discută atât despre cum îi face muzica să se simtă, cât și despre ce cred despre ea. Există o variantă opțională de a cânta la instrumente muzicale în plus față de a asculta muzică înregistrată.

OBIECTIVE

Obiectivele acestei activități sunt:

1. Promovarea spiritului de unitate prin împărtășirea experiențelor și discuții despre muzica ascultată.
2. Atenuarea singurătății prin legăturile sociale stabilite atât în timpul acestei activități, cât și în timpul sesiunilor ulterioare.
3. Încurajarea aprecierii unei mari varietăți de tipuri și genuri muzicale.

RESURSE ȘI MATERIALE

- Accesul la muzică, de exemplu prin intermediul unui CD, al unui telefon mobil sau al unui alt dispozitiv, cum ar fi un difuzor inteligent.
- Opțional: pix și hârtie.

IMPLEMENTARE - INSTRUIRE

Spuneți-le participanților că veți asculta și veți vorbi despre muzică.

1. Pentru început, întrebați-i cu câte tipuri sau genuri diferite de muzică pot începe. Dacă au dificultăți, îi puteți ajuta, de exemplu, folk, pop, rock, country, muzică clasică, jazz, swing, hip hop, heavy metal, soul, reggae, disco, cor, latino.

După ce au creat o listă, puteți să o completați cu oricare dintre tipurile enumerate mai sus pe care nu le-au creat gândit încă.



<https://creatingwellbeing.eu/>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Renunțare: Sprijinul acordat de Comisia Europeană pentru realizarea acestei publicații nu reprezintă o aprobare a conținutului, care reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi trasă la răspundere pentru orice utilizare a informațiilor conținute în acestea.

2. Rugați-i să vorbească despre preferata lor.

- De ce le place?

- Cum îi face să se simtă?

- Există un cântec sau o piesă anume care le place? - Vedeți dacă puteți să le-o cântați pentru ei/grup folosind telefonul sau alt dispozitiv și căutând-o pe internet.

Apoi discutați mai departe folosind întrebările de mai sus și cu ceilalți participanți (dacă sunteți în grup).

3. Există genuri din lista de la pasul 1 pe care nu le cunosc. Faceți o căutare online pentru a afla tot ce puteți despre acest gen și discutați despre el. Apoi ascultați o parte din el, de exemplu o piesă celebră sau populară din acest gen. Revedeți întrebările de la Pasul 1 cu întrebările suplimentare:

- (De ce) îți place acest cântec/piesă/unitate?
- Cum te face să te simți?
- Ce poveste spune?
- De ce vă amintește?

4. Ca o sarcină de urmărire autodirijată, ați putea să le cereți să asculte muzică de un gen nou pentru ei în următoarea săptămână sau cam așa ceva, iar apoi să continuați cu o altă sesiune de apreciere muzicală o săptămână sau două mai târziu.

MODIFICĂRI POSIBILE

1. Participanții pot aduce sau cânta la propriile instrumente, dacă sunt capabili să cânte la oricare dintre genurile enumerate mai sus. În mod alternativ, dacă sunt disponibile instrumente de bază, cum ar fi shakere, zornăitoare, triunghiuri, tobe, participanții pot cânta împreună cu muzica ascultată în etapele de mai sus. <https://creatingwellbeing.eu/>.

2. Ca o variație a ideii de mai sus, participanții ar putea, de asemenea, să cânte pe muzică, fie cântând pe muzică înregistrată, fie cântând singuri pentru a acompania muzica instrumentală.

3. Pornind de la ultima sugestie din etapa "Instrucțiuni" de mai sus, ați putea începe un curs de apreciere a muzicii.

club care se întâlnește în mod regulat pentru a asculta și a aprecia diferite tipuri de muzică sau pentru a cânta muzică împreună



<https://creatingwellbeing.eu/>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

REZULTATELE AȘTEPTATE

Ne așteptăm să observăm o reducere a simptomelor de singurătate prin intermediul legăturii sociale create în timpul acestei activități, cu alți participanți sau direct cu un îngrijitor, dacă se desfășoară într-un cadru individual. Printr-o înțelegere și o apreciere mai profundă a muzicii, se poate îmbunătăți starea de bine și dispoziția participanților.