

Estratto dalla relazione finale del

Progetto

“Musicalmente mi sento...”

a cura della

Prof^{ssa} Nunzia Bloise

**”Ascolta le tue emozioni.
Esprimile
scrivendo, disegnando, suonando,
danzando, dicendo
“MI SENTO“**

Le emozioni nell'adolescenza hanno costituito il fulcro del progetto “Musicalmente mi sento...”, lavoro coordinato dalla scrivente in collaborazione della dott.^{ssa} Mattia Maria Sturniolo, dirigente medico dell'U.O. di Promozione ed Educazione alla Salute dell' *ASP* di Cosenza, condotto dai Consigli di classe e realizzato dagli alunni delle seconde e terze, sezioni D, E, G della nostra scuola secondaria di I grado.

Il percorso educativo multidisciplinare realizzato ha ottenuto il patrocinio della stessa *ASP* di Cosenza, della *SIMA*, “*Società Italiana di Medicina dell'Adolescenza*” e della *Società Scientifica “Laboratorio Adolescenza”*.

Il progetto di laboratorio sulle emozioni, approvato dal Collegio dei Docenti e sostenuto dal dirigente, prof. Fabio Grimaldi, ha contrassegnato il *rapporto tra musica e medicina nel campo educativo* per “*favorire lo sviluppo della personalità degli alunni affinandone le competenze in campo emotivo*” ed avviarli nel contempo al raggiungimento di competenze per la vita o “*life skills*” come raccomandato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità che ha attribuito un ruolo primario alle emozioni, inscindibili dal benessere personale e intellettuale di ogni individuo.

Sappiamo che nella fascia d'età compresa tra la II e la III media, simultaneamente alla fase iniziale dell'adolescenza, si verificano cambiamenti importanti nelle capacità cognitive che raggiungono la massima potenza e che sono influenzate dalla sfera emotiva.

L'intelligenza emotiva è stata oggetto della nostra attenzione, in un tracciato che ha preso l'avvio nella presentazione delle “emozioni” quali inconsapevoli reazioni automatiche neuro-endocrine alle evenienze della vita. Immagini, giochi di ruolo, considerazioni, discussioni, ascolti musicali hanno animato gli incontri con la dott.^{ssa} Mattia Maria Sturniolo tenuti nell'Auditorio della scuola il 19 ed il 21 marzo 2016 e permesso ai nostri alunni di *identificare e denominare le emozioni*, di innescare l'acquisizione della *consapevolezza emotiva*, che, spostando l'attività mentale sui circuiti della neo-corteccia, stimola l'autocontrollo attenuando l'intensità istintiva.

Naturalmente, il progetto “Musicalmente mi sento...” ha dimostrato come la musica sia uno strumento efficace ed indispensabile nell'educazione emotiva poiché già dall'antichità, la sua azione si

è rivelata *"efficace nel moderare i livelli di agitazione e concentrazione e.. a regolare l'umore con la sua azione sulla chimica naturale del cervello. Daniel J. Levitin "*.

Gli adolescenti hanno amato esprimersi attraverso musiche e canzoni appositamente scelte, nelle quali hanno identificato emozioni e vissuti propri della loro età. Nel tempo delle mele, periodo della vita in cui le emozioni raggiungono il massimo impeto, la musica è divenuta un "balsamo" poiché tutte le proprietà del suono (agogica, sound, ritmo, struttura) unitamente ai testi dei canti, sono riusciti a trasmettere profondi messaggi, difficili da esprimere in modo completo solo attraverso le parole. Per questa ragione sono state curate le assonanze con immagini d'arte appositamente selezionate e karaoke illustrati al fine di evidenziare concetti cardinali e contenuti emotivi che hanno facilitato gli apprendimenti attraverso l'uso delle nuove tecnologie.

Suonare e cantare insieme ha consentito ad ogni nostro alunno di entrare in armonia, in empatia con tutto l'ensemble costituito da 120 alunni tra flauti dolci, tastiere, chitarre, coro e danzatori, accrescendo competenze utili nelle relazioni interpersonali. Ha consentito di riflettere sui propri stati d'animo, su quelli dell'autore e sui valori che la musica stessa veicola, ha permesso di interpretare quelle emozioni e trasmetterle a chi le ha ascoltate, alimentando le capacità di contenere e gestire le emozioni, di comunicarle e condividerle. Come O. Sacks, noto scrittore britannico, docente di neurologia alla New York University School of Medicine , anche noi pensiamo che *"La musica è il modo più diretto e misterioso di trasmettere ed evocare il sentimento. È un modo per collegare la nostra coscienza a quella di un altro. Fare musica insieme è la cosa che più si avvicina alla telepatia."*

E' stata stimolata la capacità di concentrazione ed educato al senso di responsabilità nella realizzazione della applauditissima performance finale, tenuta il 3 giugno 2016 a partire dalle ore 18,00, presso l'affollata Sala Convegni Caterina Palazzo adiacente alla Parrocchia di San Girolamo.

La dottoressa Sturniolo, intervenuta dopo il doveroso omaggio per i 70 anni trascorsi dalla nascita della Repubblica, diventata una vera democrazia con diritto di voto alle donne, ha illustrato il Progetto e le motivazioni che ne hanno sostenuto la realizzazione. Ha sottolineato che le fragilità degli adolescenti sono prevalentemente legate a fattori emotivi e psicologici, consigliato di *mettere in atto strategie educative capaci di aiutarli a sviluppare abilità di relazione , in quanto oggi, una grande percentuale di problemi risulta essere proprio costituita da difficoltà di relazione. Ha parlato della crescita e maturazione della mente adolescente, della sua vulnerabilità soprattutto per quel che riguarda i comportamenti abusanti, quindi le dipendenze sia chimiche (droghe fumo alcol) che comportamentali, come le nuove dipendenze date dall'uso continuo, esagerato di internet e del telefonino, i comportamenti prevaricanti.*

Ha ricordato che *la medicina pediatrica e adolescenziale segnalano come emergenze sanitarie comportamentali l'analfabetismo emotivo, il bullismo e la mentalità abusante che negano il bisogno fisiologico dell'adolescente di comunicare – socializzare – costruire la propria identità, acquisire visibilità sociale. Ha sollecitato la condivisione di valori e regole tra la scuola la famiglia e la sanità quale fattore di protezione che influisce sugli apprendimenti e sui comportamenti.*

Significative sono state le coreografie, le drammatizzazioni e le composizioni "letterarie" dei giovanissimi poeti che alternandosi alle produzioni musicali, hanno saputo esprimere in modo efficace

le loro preoccupazioni e le loro riflessioni sui vissuti propri della loro età, dimostrando che la nostra parte emotiva è una ricchezza, una sorgente di idee e sentimenti, una fonte di vitalità che dobbiamo solo imparare a conoscere e ad usare.

Cartelloni illustrati, tabelle informative, *Perle di Saggezza*, allegre magliette multicolore appositamente disegnate per la circostanza ed indossate dai ragazzi hanno contribuito ad incoraggiare la gestione dell'emotività anche presso le famiglie.

Il percorso educativo interdisciplinare e multidisciplinare ha coinvolto i professori Rita Vigna, Loredana Fatalò, Francesca Gatto, Elvira Marano e Francesco Fratto nei laboratori di scrittura e/o drammatizzazione; Francamaria Mazzotta e Concetta Danza nei laboratori coreutici, Emilia Macrino in quello grafico-artistico, Antonietta Perciaccante per l'ambito tecnologico e Giacomo Ramundo per delle fotografie. Hanno offerto la loro collaborazione disciplinare Rosella Bonifati, Piera Covelli, Mariarosa Coccaro, Maria Antonietta Milione e Carmela Bonifati.

Hanno contribuito al buon esito della manifestazione la signora Rizzuto Iuvaro, madre di un'allieva, i collaboratori ATA, Polimeni e Frega, il tecnico del suono Pagliaminuta e le signore Maria Grazia Aversa e Marisa Donato, coadiutrici della Parrocchia di San Girolamo.

A conclusione della serata, il dirigente, prof. Grimaldi ha elogiato la qualità del lavoro svolto dai ragazzi e dal team e con la prof. Maria Antonietta Milione, ha proseguito premiando ufficialmente gli alunni vincitori dei giochi matematici d'autunno.

1. Mainieri Simone
 2. Mannato Alessandro- Martire Michael- Aggazio Donatella- Accurso Giuseppe
 3. Dursi Miriam per la categoria C1
- I. Taranto Antonella
 - II. Grisolia Roberta - Rivello Francesco
 - III. Musollino Lorenzo per la categoria C2

Menzione d'onore è stata riservata a Pastore E.P. , Aggazio D. ed a Mannato A., ragazzi che il 12 marzo 2016 hanno vinto le prove provinciali dei CAMPIONATI INTERNAZIONALI di GIOCHI MATEMATICI 2016 per l'Università Bocconi.

L'attività realizzata ha raccolto ampi consensi ed è stata commentata molto positivamente da servizi dei TG di TeleCassano e di Ten andati in onda nelle edizioni dell' 8 e dell' 11 giugno.