

Metodo pronti via! **LA MIA CANZONE**

• SCOPO

Bambini, bambine e giovani si confrontano con le tematiche esistenziali grazie alla musica e ne fanno esperienza come «compagna di vita». Questo metodo serve a promuovere la salute mentale in seno all'animazione socioculturale dell'infanzia e della gioventù. Non richiede tempo di preparazione.

• INDICAZIONE TEMPORALE

15 - 30 minuti circa

• LUOGO

All'interno/all'esterno/contesto mobile

• NUMERO DI PARTECIPANTI

2 - 8 circa

• MATERIALE

Cellulare, Bluetooth Speaker

• REALIZZAZIONE

In un contesto spontaneo, il personale professionale incoraggia la persona A a scegliere una canzone che la tocca particolarmente e che ha già sentito durante una situazione specifica (per esempio durante una partita con la propria squadra, in un periodo di struggimento amoroso, in vacanza, ecc.). Si ascolta la canzone insieme e la persona A racconta cosa ha provato durante l'ascolto o che significato ha la canzone per lei. In seguito tocca alla persona B con la sua canzone. Si continua in questo modo finché tutti e tutte non hanno raccontato qualcosa. A dipendenza del gruppo e dell'interesse, è pensabile anche discutere sui temi proposti dalle canzoni ed è possibile fare diversi giri.



Altri metodi

Varianti

- La persona A propone l'ascolto di una canzone e gli altri e le altre tentano di scoprire che significato potrebbe avere per lei o in quale situazione l'ascolta.
- Compilare insieme una playlist con canzoni felici, da umore autunnale, melanconiche, tristi....

Berna, agosto 2024
Concetto / Testo : konkret bewegt AG,
ASAG e professionisti e professioniste
dell'animazione socioculturale dell'infanzia
e della gioventù