

# Rievocalizzando...

la propria storia attraverso la voce  
Gabriella Greco

## Identità personale...

### Obiettivo:

- \* scoprire le potenzialità espressive e comunicative della voce per conquistare autonomia e fiducia nell'uso della vocalità
- \* attività conoscitiva per prendere coscienza di sé e delle relazioni sempre mutevoli tra sé e l'ambiente circostante

### Contenuti:

- \* educazione alla **respirazione**:  
rapporto tra respirazione e sviluppo fisico, emotivo e mentale dell'individuo;  
atto vocale come atto "espiratorio"
- \* educazione all'**ascolto**:  
ascoltarsi per scoprire se stessi, ascoltare per entrare in relazione;  
acquisire una coscienza corporea: sensazioni che la voce provoca in noi (funzione percettiva non solo dell'orecchio, ma del corpo nella sua globalità)
- \* educazione al **movimento** e al **gesto corporeo**:  
atto vocale e movimento come forma immediata e più spontanea di esteriorizzazione del pensiero e delle emozioni

## ... e identità musicale

quanto e come la musica aiuta a conoscersi meglio? Una biografia musicale accanto a quella cognitiva, affettiva, etica...

### Obiettivo:

esprimere i propri vissuti emotivi ed emozionali attraverso l'esperienza sonoro-musicale

### Contenuti:

- \* autobiografia musicale
- \* percorso di **stimolo**
  - emozione/ricordo di emozioni**
  - produzione di oggetto**
  - rielaborazione**

### Strumenti:

- \* training respiratori
- \* improvvisazione vocale e strumentale
- \* dialogo sonoro
- \* ascolto
- \* movimento creativo
- \* attività corale
- \* proposte del gruppo