

Bologna, 6 maggio, Convegno inaugurale della Settimana della Musica a Scuola 2024

"UNA RES-PUBLICA DELLA SCUOLA CON LA MUSICA"

Ascolto, movimento, espressione: vivere la musica nell'incontro tra il Sé e l'Altro

Sara Leo

Procedendo dai molteplici riferimenti alla corporeità, primo strumento di conoscenza di sé e del mondo, presenti nelle Indicazioni Nazionali del 2012, l'intervento si propone di riflettere sui vantaggi di una educazione musicale che riporti al centro della pratica didattico-educativa l'attenzione al corpo e al movimento. Tale approccio non può che ricondurre al pensiero pedagogico e alle proposte didattiche di E.J. Dalcroze che, già agli inizi del Novecento, elaborò una Metodologia, definita Ritmica Jaques-Dalcroze, che utilizza il movimento come tramite per l'interiorizzazione del linguaggio musicale e che si pone alle origini della didattica musicale moderna. Non si può realizzare ciò che oggi le Indicazioni Nazionali prescrivono se il docente stesso non si riconosce nel profondo bisogno di essere nella musica, con il corpo prima ancora che con la mente. È questo atteggiamento autentico che educa gli allievi alla ricerca di quello stesso rapporto che la scuola ha il dovere di far ri-scoprire in quanto veicolo privilegiato di benessere, gioia condivisa ed insegnamento – apprendimento efficaci.

Insegno Musica nella Scuola Secondaria di I Grado; dal 2020 sono Docente di Ritmica Dalcroze. Il mio intervento dal titolo **Ascolto, movimento, espressione: vivere la musica nell'incontro tra il Sé e l'Altro** vuole aprire una riflessione sui vantaggi di un'educazione musicale che riporti al centro della pratica didattico-educativa l'attenzione al corpo e al movimento.

Il docente della scuola pubblica di oggi ha un'opportunità: quella di ispirarsi ai principi pedagogici di E.J. Dalcroze e di "contaminare" il proprio agire didattico con *buone pratiche* centrate sulla corporeità. Dalcroze fu il primo didatta ad intuire il valore della centralità del corpo nell'apprendimento della Musica. Fu lui, agli inizi del '900, a porre le basi per il rinnovamento dello statuto disciplinare della Didattica Musicale, poi completamente trasformato dalle metodologie attive. Interpretare il pensiero di E.J. Dalcroze, alla luce del complesso paesaggio educativo di oggi, è possibile; ed è in linea con ciò che le Indicazioni Nazionali prescrivono; risponde, inoltre, al desiderio che ogni docente che lavora con la musica dovrebbe avere: *essere nella musica con tutto se stesso*, con il corpo prima ancora che con la mente. Questo atteggiamento autentico è educante: muove gli allievi alla ricerca di quello stesso rapporto che la scuola ha il dovere di far ri-scoprire in quanto veicolo privilegiato di benessere, gioia condivisa ed insegnamento – apprendimento efficaci.

Per molti miei colleghi è difficile immaginare, che la pratica didattica ordinaria, nell'ora di musica a scuola, preveda attività centrate sulla corporeità; nella migliore delle ipotesi, proposte didattiche di questo tipo sono valorizzate per il loro valore propedeutico o di supporto ad apprendimenti "veri" e significativi; più spesso sono proposte in contesti laboratoriali, affidate ad esperti esterni, su progetto, non sempre in orario curricolare¹.

Eppure nelle Indicazioni Nazionali del 2012, quadro normativo entro cui il docente nella Scuola Pubblica Italiana modella il proprio agire didattico, il Ministero invita a *fare scuola* a partire da una premessa: "La scuola, [...] è investita da una domanda che comprende, insieme, l'apprendimento e

¹ P. Gherardi, *Attività corporea e abilità cognitive*, in "Musica Domani", 2019, n. 181

il “*saper stare al mondo*” La scuola delle Indicazioni Nazionali, che *pone lo studente al centro dell’azione educativa in tutti i suoi aspetti: cognitivi, affettivi, relazionali, corporei, estetici, etici spirituali, religiosi, [...] affianca al compito dell’insegnare ad apprendere quello dell’insegnare ad essere*².

Insegnare ad essere: come è possibile interpretare questa indicazione? Quali strade possiamo percorrere noi docenti di musica, nella scuola pubblica di oggi, per dare ai ragazzi questa opportunità? Di “usare” questo straordinario linguaggio per conoscersi ed “esserci”?

Lascia che il tuo corpo diventi musica è una delle frasi più celebri di Dalcroze; ci parla di una conoscenza incarnata che ha origine nella sensorialità, nella forza della percezione unita all’azione. Questa intuizione lo fa anticipatore delle più recenti concezioni psico-sociali per cui “la natura della partecipazione musicale è profondamente cinestetica, un evento corporeo oltre che un fenomeno eminentemente sociale”³. *L’embodied music cognition* dopo più di un secolo, conferma che la percezione è “influenzata dalle interazioni con la musica e queste interazioni influenzano il modo in cui le strutture musicali sono percepite”⁴.

Tutto questo Dalcroze l’aveva intuito e riportato nei suoi scritti. Il testo **Il ritmo, la musica, l’educazione**, a cura di Louisa Di Segni Jaffè, fu pubblicato dal Dipartimento Scuola Educazione della RAI, per le Ed. ERI, nel 1986. Fu lei che, più di quarant’anni fa, portò la Ritmica Dalcroze in un’Italia cristallizzata su metodi di insegnamento tradizionali ancora oggi purtroppo diffusi negli ambienti accademici. In questa direzione si muove oggi l’Associazione Italiana Jaques-Dalcroze, che, dal 1998, ha la responsabilità della trasmissione della memoria storica della metodologia Dalcroze in Italia. Forte è il rapporto dell’Associazione con l’Istituto Jaques-Dalcroze di Ginevra, luogo in cui il didatta sperimentò per primo questa metodologia e dove ancora oggi sono presenti i migliori docenti al mondo che ne sperimentano l’applicazione in diversi ambiti e per ogni fascia d’età.

È oramai noto che la musica e il movimento sono espressioni di confine e di mediazione tra l’intuizione, la creatività e l’organizzazione cosciente del linguaggio, della comunicazione e che, quando la musica si lega al movimento, si dispone di un mezzo potentissimo di comunicazione olistica con effetti di benessere, catarsi ed empatia comunicativa. L’attenzione al gruppo, l’ascolto e la produzione creativa condivisa generano quella identità collettiva che è componente ineliminabile e vitale per ciascuno di noi.

Ciò che lega in modo inscindibile la musica e il movimento è il rapporto tra spazio, tempo ed energia. Attraverso lo studio approfondito di questo rapporto, l’allievo impara a mostrare, con movimenti naturali e spontanei, gli elementi del discorso musicale in ogni loro sfumatura; esplora le nozioni di spazio, durata, peso e velocità interiorizzando il significato espressivo dei parametri musicali e traendo da questa esperienza attiva le codificazioni teoriche.

Nel primo breve video [Andature: sincronizzazione sui movimenti naturali](#) un gruppo di ragazzi di Scuola Secondaria di Primo Grado camminano, in silenzio, cercando una velocità comune; senza accordarsi verbalmente, si fermano per poi riprendere a camminare e ritrovarsi sincronizzati con

² Ministero dell’Istruzione, dell’Università e della Ricerca, a cura di *Indicazioni Nazionali per il curriculum della scuola dell’infanzia e del primo ciclo d’istruzione*, in “Annali della Pubblica Istruzione”, Numero speciale 2012, Anno LXXXVIII, Le Monnier

³ L. Corbacchini, *Il tocco del suono. La Ritmica Dalcroze come pratica somatica*, in “Musica Domani”, n. 181, 2019

⁴ L. Corbacchini, *Il pensiero del corpo*, Viewpoints, in “Musica Domani”, n. 181, 2019, www.musicadomani.it

l'improvvisazione pianistica che li invita poi ad adeguare il proprio movimento a velocità diverse. La risposta pre-riflessiva alla musica, oltre a sviluppare l'orecchio, sollecita la velocità delle risposte psicofisiche e "sviluppa una flessibilità e una padronanza della mente e del corpo", permette inoltre di sperimentare il dosaggio dell'energia e la capacità di gestire il rapporto fra incitamento e inibizione⁵. Nelle attività di Ritmica Dalcroze, si procede sempre a partire dalle risposte motorie spontanee alla musica degli allievi, *condotte d'ascolto* che il docente orienta e dal quale procede con proposte sempre più articolate, per una comprensione più profonda della musica. L'attenzione data a ciascuno, il rispetto per la diversità delle risposte agli stimoli dati, va a vantaggio del gruppo, delle relazioni che si instaurano al suo interno e rende la metodologia *naturalmente inclusiva*. La Ritmica Dalcroze sviluppa la consapevolezza corporea, la capacità di coordinazione, la musicalità e le abilità di esecuzione vocali e strumentali. Tali finalità sono raggiunte attraverso attività inerenti a tre aree di studio: La Ritmica, in cui lo stretto rapporto tra la mente e il corpo crea i presupposti per un ascolto riflessivo, mediato dall'uso consapevole della corporeità; il solfeggio, in cui la ritmica si lega all'uso della voce per lo sviluppo e l'affinamento delle funzioni uditive, delle facoltà analitiche, del senso armonico-tonale; l'improvvisazione in cui l'allievo applica le conoscenze assimilate per attività di creazione musicale estemporanea e consapevole in vista di un intenzionale risultato sonoro e comunicativo⁶.

Per Dalcroze la Ritmica è: "un'educazione del sistema nervoso, della volontà e delle facoltà immaginative" e ancora "un'educazione speciale che mira a organizzare le risposte del sistema nervoso, [...] ad armonizzare la mente e il corpo." [...] Tutti questi esercizi hanno come obiettivo un accrescimento della concentrazione mentale, un'organizzazione chiara dell'economia del movimento, una crescita della personalità, inoltre – grazie a un'educazione progressiva del sistema nervoso – uno sviluppo della sensibilità nei soggetti insensibili o poco sensibili, e viceversa, un'armonizzazione delle reazioni nervose negli individui tesi o iper-attivi."⁷

In questo esercizio [La pulsazione: gioco di dissociazione corporea](#) i ragazzi mostrano, all'ascolto, la pulsazione, cambiando parte del corpo, in risposta ad un segnale verbale dato dall'insegnante. L'attività è volta quindi a sviluppare la *capacità di dissociazione corporea* in risposta all'improvvisazione pianistica. Come l'attività mostrata nel primo video, anche questa elicitava la qualità della presenza e permette di sperimentare la capacità corporea di incitamento e inibizione, quindi il dosaggio dell'energia, nel *qui ed ora* delle attività.

Ispirarsi al pensiero di Dalcroze vuol dire *educare alla musica e attraverso la musica*, strumento prezioso per conoscersi, nell'incontro con l'Altro. I ragazzi ascoltano insieme, *partecipano* all'ascolto dell'Altro: imitano, sostengono, completano le risposte motorie dei loro compagni. Ampliano, nell'ascolto dell'Altro, il proprio repertorio motorio-gestuale, esplorando, sostenuti dal gruppo, le proprie capacità espressive. Imparano *dagli* altri e *con* gli altri. Nel gruppo di Ritmica l'Io lascia lo spazio al Noi, insieme, nella Musica. Anche questo è *naturalmente inclusivo*. Interessante è la centralità che la Ritmica Dalcroze riconosce alla qualità della presenza e del contatto che avviene anche attraverso l'improvvisazione, corporea, vocale e strumentale. Si sperimenta che il contatto con un altro corpo è, insieme e innanzitutto, contatto con se stessi. Nella attività i ragazzi adeguano il proprio movimento a quello del compagno, imparano a gestire lo spazio, a riconoscere e a modulare la propria energia corporea per entrare in sincronia con l'Altro, condizione necessaria per procedere insieme, verso un obiettivo comune. Il contatto può essere

⁵ Cfr. nota n.3

⁶ www.dalcroze.it

⁷ É. Jaques-Dalcroze, *Il ritmo, la musica, l'educazione*, a cura di Louisa Di Segni-Jaffé, EDT-SIEM, Torino 2008

sperimentato anche senza l'effettiva azione del toccare nelle cosiddette attività a specchio: esercizi che conducono i partecipanti in una empatia cinestetica attraverso l'attivazione dei neuroni specchio che possono invitare a risposte multisensoriali in una o più modalità. Nel video [Il fraseggio](#), i ragazzi mostrano in movimento, in coppia, il fraseggio di un brano registrato, guidando o lasciandosi guidare dal compagno. Il contatto visivo è condizione necessaria per procedere insieme, senza parlare.

Quale spazio occupa la corporeità nelle Indicazioni Nazionali? Il docente di musica può ispirarsi ai Principi dalcroziani e integrare il proprio agire didattico con percorsi che riconoscano la *centralità del corpo della persona che apprende*? In che misura l'applicazione dei principi dalcroziani può contribuire alla realizzazione di ciò che le Indicazioni Nazionali prescrivono?

Nella Scuola dell'infanzia "il corpo in movimento è strumento di conoscenza di sé e del mondo; ha potenzialità espressive e comunicative che si realizzano in un linguaggio caratterizzato da una propria struttura e da regole che il bambino impara gradualmente a conoscere". L'identità del bambino "si definisce e si articola come consapevolezza del proprio corpo, della propria personalità, del proprio stare con gli altri ed esplorare il mondo". Costante è il riferirsi ad un *apprendere facendo sempre in una dimensione ludica*. Il gioco esplorativo con la voce permette di sperimentare situazioni comunicative con sensi diversi acquistando fiducia nelle proprie capacità espressive; ascoltandosi nelle proprie produzioni sonore personali, il bambino si dispone al piacere di fare e ascoltare musica, musica che "usa" per esprimersi, raccontarsi e per rielaborare in modo creativo esperienze personali e sociali. E ancora, il movimento, permette di stimolare nel bambino l'acquisizione di abilità inerenti all'orientamento spazio-temporale e alla "scoperta di concetti geometrici come quelli di direzione e di angolo"⁸.

E' così che, per esempio, un foulard, nelle mani di un bambino, può legarsi spontaneamente alla voce pre-verbale che esplora, divertita, timbri inusuali e dinamiche diverse. È un gioco senso-motorio che si aggancia alla dimensione simbolica per mostrarci la sua personale visione del mondo: la vocalizzazione del movimento di un foulard è un gioco che permette di prendere coscienza del peso, dell'energia, di movimenti possibili nello spazio suggeriti da un materiale che ha delle particolari caratteristiche fisiche, tattili. Per questo, ogni oggetto esplorato dai bambini apre alla sperimentazione di diverse qualità della voce. Il bambino può così ideare storie di suoni in movimento: materiale a cui un docente può, in vario modo, in relazione alle sue competenze di base, "dare una forma". Il docente dalcroziano improvvisa su quei movimenti che, tradotti in musica, restituiscono al bambino la Sua personale visione del mondo in una forma nuova, condivisa. Per il bambino significa sperimentare la reciprocità della relazione con l'adulto a cui si affida nell'avventura della conoscenza.

Con i piccoli si accede al linguaggio musicale in maniera spontanea, attraverso un approccio ludico-espressivo, lavorando principalmente sul rapporto spazio-tempo-energia per lo sviluppo dell'attenzione, della concentrazione, della memoria. Si stimola la prontezza di riflessi collegata alla reazione corporea al suono, la consapevolezza dello schema corporeo e la coordinazione motoria, la socializzazione e l'integrazione sociale. La creatività è espressa sempre sotto forma di improvvisazione vocale e motoria, anche nel lavoro di gruppo. I bambini scoprono la pulsazione, il rapporto suono-silenzio, la dinamica, l'agogica, la direzione melodica, il fraseggio, la forma⁹.

La Scuola del primo ciclo è la scuola che promuove l'alfabetizzazione di base. Qui "si pongono le basi e si acquisiscono gradualmente le competenze indispensabili per continuare ad apprendere nel

⁸ Cfr. nota n.2

⁹ L. di Segni-Jaffé, *L'educazione musicale nella crescita dell'individuo*, Seminario Nazionale di Formazione proposto dal MIUR "Proposte e prospettive per l'attuazione del D.M. 8/11" organizzato dal Comitato Nazionale per l'apprendimento pratico della musica, Roma, 2014, <https://youtu.be/YDYhRhwa0Lo>

corso della vita. [...] Gli alunni [...] diventano consapevoli che il proprio corpo è un bene di cui prendersi cura, [...], sviluppano le capacità necessarie per imparare a leggere le proprie emozioni e a gestirle, [...]” sollecitati a “un’attenta riflessione sui comportamenti di gruppo, [...] sviluppano quel primario senso di responsabilità che si traduce nel fare bene il proprio lavoro e nel portarlo a termine, nell’aver cura di sé, degli oggetti, degli ambienti che si frequentano [...]. Offre l’opportunità di sviluppare le dimensioni cognitive, emotive, affettive, sociali, corporee, etiche e religiose, e di acquisire i saperi irrinunciabili”.

Nella Scuola Secondaria di primo grado i ragazzi accedono al linguaggio musicale attraverso la produzione e la fruizione consapevole; l’esercizio integrato di abilità diverse promuove l’integrazione delle diverse componenti della personalità, contribuisce al benessere psicofisico in “una prospettiva di prevenzione del disagio, rispondendo a bisogni, desideri, domande, caratteristiche delle diverse fasce d’età”. Compare la letto-scrittura del codice musicale alla quale conduce l’esperienza del far musica insieme, ci si riferisce all’uso didattico dell’improvvisazione.

Se i ragazzi hanno avuto modo di *avvicinarsi alla musica* come prescritto dalle Indicazioni Nazionali, ora si possono proporre attività nelle quali sempre più elementi del linguaggio musicale vengono espressi corporalmente. Ciò avviene in un rapporto equilibrato tra spazio, tempo ed energia, in esperienze globali che richiedono sempre una partecipazione fisica, mentale, emotiva oltre che un risveglio dei sensi. Esperienze che aprono all’ascolto profondo di sé e degli altri e preparano alla fruizione consapevole della musica e alla produzione musicale, anche nel rapporto con lo strumento. Gradualmente si arriva alla notazione, proposta solo quando si accerti che gli elementi musicali di base siano stati interiorizzati¹⁰.

Non è detto che i nostri ragazzi abbiano fatto esperienza di questo approccio alla musica nella Scuola dell’Infanzia e nella Scuola Primaria. Anche per questo, insegnare Musica attraverso la corporeità a ragazzi che vivono questa delicata fascia d’età non è semplice. Passività e distacco, così come rabbia e oppositività espressa da molti alunni preadolescenti celano, in realtà, una richiesta di relazione e un *profondo bisogno di essere* che il docente in ascolto accoglie e tenta quotidianamente di ri-orientare positivamente. Si può insinuare, pericoloso, nel docente, il pensiero che i ragazzi non siano capaci di interessarsi a ciò che proponiamo loro e di godere di ciò che proviamo a costruire insieme. Bisognosi di esperienze forti che li sveglino dallo stato ipnotico indotto dalla televisione e dall’uso smodato dei cellulari, appaiono estranei al proprio corpo; soli e inquieti, faticano nell’entrare in relazione con se stessi e a stabilire un legame sociale tra pari; il malessere degli studenti assume oggi forme diverse: sono gli studenti che hanno vissuto la scuola del distanziamento e dei visi coperti in cui, insieme ai docenti, hanno dovuto recuperare una relazione sana in un ambiente che la negava. Inibiti dal punto di vista sonoro, ci parlano di noi adulti, educatori, docenti che forse, abbiamo negato loro il sano e vitale interesse al suono che manifestavano da piccolissimi. Non siamo formati per riconoscerlo, accoglierlo, valorizzarlo, non sappiamo dar forma al prezioso *immaginario sonoro*, inizialmente confuso nell’indifferenziato campo della psicomotricità che, nella pedagogia dalcroziana è valorizzato attraverso il *bruitage*: l’esplorazione della *voce nel corpo in movimento* permette di sperimentare la duttilità, l’equilibrio, la libertà, la versatilità della voce preverbale migliorando il livello di consapevolezza vocale e con esso le motivazioni personali all’uso espressivo della voce. Di nuovo, sensorialità e cognizione sono strettamente connesse: esplorare le qualità emotive della voce per acquisire tecniche, ma prima di tutto, consapevolezza di sé.

Nelle attività di Ritmica Dalcroze gli adolescenti si riattivano e allora bisogna accogliere e contenere l’energia che ne deriva. Il docente deve farsi attore, padroneggiare la propria voce e la

¹⁰ Cfr. nota n.8

propria corporeità, essere sempre presente a se stesso e, preservando sempre un rapporto di rispetto basato sulla reciprocità, deve essere in grado di elaborare gli stimoli più diversi che emergono dal gruppo per dar loro un senso, estemporaneamente, come quando si improvvisa allo strumento. Tutto questo è molto impegnativo, sul piano psicologico come su quello fisico ed emotivo. Anche sul piano musicale. Ma la reciprocità della relazione con gli studenti può dare vita ad esperienze umanamente profonde, esperienze musicali di qualità, gratificanti per gli studenti come per il docente che può mettere in campo competenze inerenti all'ambito espressivo-creativo spesso trascurate o mortificate dagli studi accademici tradizionali. Si accede a quella gioia superiore di cui parla Dalcroze, "uno stato che diviene permanente dell'individuo [...]; un elemento integrante del nostro organismo, [...] prodotta da un sentimento di emancipazione e di responsabilità, da una visione chiara del nostro potenziale creativo, da un equilibrio delle forze naturali e dell'armonia ritmica dei nostri desideri e delle nostre possibilità".

Le Indicazioni Nazionali ci suggeriscono la strada da percorrere; noi docenti possiamo darci un'opportunità: lavorare con la corporeità a scuola permette di re-interpretare questo difficile mestiere alla luce del pensiero pedagogico di Dalcroze, stabile punto di riferimento che orienta il docente in un "fare" che lo coinvolge e lo gratifica profondamente. L'unica sicura, vera risorsa di cui disponiamo, nel complesso paesaggio educativo di oggi, siamo noi: docenti motivati, esempio di ricerca ostinata di benessere e gioia per i nostri bambini e ragazzi.

BIBLIOGRAFIA

L. Corbacchini, *Il tocco del suono. La Ritmica Dalcroze come pratica somatica*, in “Musica Domani”, n. 181, 2019

L. Corbacchini, *Il pensiero del corpo, Viewpoints*, in “Musica Domani”, n. 181, 2019, www.musicadomani.it

É. Jaques-Dalcroze, *Il ritmo, la musica, l'educazione*, a cura di Louisa Di Segni-Jaffé, EDT-SIEM, Torino 2008

L. di Segni-Jaffé, *L'educazione musicale nella crescita dell'individuo*, Seminario Nazionale di Formazione proposto dal MIUR “Proposte e prospettive per l'attuazione del D.M. 8/11” organizzato dal Comitato Nazionale per l'apprendimento pratico della musica, Roma, 2014, <https://youtu.be/YDYhRhWA0Lo>

P. Gherardi, *Attività corporea e abilità cognitive*, in “Musica Domani”, 2019, n. 18

Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca, a cura di *Indicazioni Nazionali per il curriculum della scuola dell'infanzia e del primo ciclo d'istruzione*, in “Annali della Pubblica Istruzione”, Numero speciale 2012, Anno LXXXVIII, Le Monnier