

Esercitazione «DRUM CIRCLE»

Tenacia della memoria musicale: *ciò che sentiamo nei primi anni di vita può restare inciso per tutta la vita.*

Suscettibilità alla musica: *può calmare, animare, dare conforto, emozionare.*

Oliver Sacks, Musicofilia



Il battito del tamburo: *le sue vibrazioni riproducono la lingua parlata. Rispecchia l'intreccio ritmico della vita: piante, animali, esseri umani; ma anche le pulsazioni del sangue, del cuore e della terra, evocando la forza degli elementi e i processi di creazione, collegando gli individui ai ritmi del cosmo.*

Domenico Barricelli

Sociologo del Lavoro, counsellor aziendale

www.armoniadelcambiamento.org

domenico.barricelli@uniroma2.it

Esercitazione «DRUM CIRCLE» briefing

La qualità della musica prodotta nel drum circle non è centrata sulla competenza di dei suonatori, bensì sulla qualità delle loro relazione con le altre persone (nel cerchio).

Il risultato sono quei magici momenti musicali in cui una potente voce corale si manifesta tra le molte. In quei momenti i suonatori smettono di preoccuparsi di tenere il tempo, perché il tempo come lo conoscono si è fermato. Al suo posto troviamo una viva entità che respira, esprimendo una gioia senza tempo, passione e liberazione tramite il potere del ritmo.

*Questa è la bellezza di un drum circle
(Arthur Hull)*

Principi:

- **Non esiste pubblico** (giudizio)
- **La musica è pura improvvisazione** (nessuno sbaglia)
- **Tutto viene ben accolto** (libertà di espressione)
- **Non c'è un maestro** (solo un facilitatore, che crea uno spirito di gruppo a ritmo di musica)

Attraverso l'aiuto del facilitatore i partecipanti riscoprono queste (ed altre qualità):

Ritmicità, apprendimento intuitivo, rilascio dello stress, empowerment, integrazione delle emozioni, collaborazione, autostima, divertirsi imparando, improvvisazione partecipata, ascolto pieno attraverso l'intuizione, sviluppo della creatività da uno spazio di fiducia reciproca...

...mentre i ritmi e la musicalità crescono in funzione del dialogo

ESERCIZI di group drumming

1 esercizio:

Layering in

(inizio uno ad uno con il proprio strumento, coinvolgendo in sequenza gli altri con i diversi strumenti)

Ascolto, empatia e costruzione del clima

2. esercizio:

Individual call & response

(“input tema individuale e risposta di gruppo”)

Valorizzare le potenzialità

3. esercizio:

Everybody rumble

(rullio con toni e accenti)

La forza del gruppo: energia e creatività

4. esercizio:

Marking the pulse

(segnare il battito/i quarti)

5. esercizio:

Getting attention (count to stop..1,2,3 and start)

Esercitare l'attenzione (aperta e selettiva)

6. esercizio:

Groove & Eco (metà gruppo percussioni e metà voci)

Co-creazione

Esercitazione «DRUM CIRCLE»

De briefing

- Come avete vissuto il **tempo** individuale e di gruppo?
- Come avete percepito il **ritmo individuale e collettivo**?
- Come avete vissuto il **rapporto con lo strumento**?
 - Come avete percepito il **clima di gruppo**?
- Quali sono gli **apprendimenti** da trarre da questa esercitazione **per il funzionamento di un gruppo**? Quali sono gli **apprendimento nuovi** acquisiti?
- **Cosa trasferireste**, di quanto appreso, **nell'esperienza quotidiana di gestione dei gruppi**?