

Federica Giulia Marchi

MusicContact

*Ascolto corporeo e improvvisazione
nella pedagogia musicale*

*Principi e possibilità
di un approccio aperto*

Ottobre 2026

Per iniziare

Ascoltare ciò che accade nel corpo, lasciarlo diventare movimento e suono, esplorare cosa accade quando questa espressione incontra quella degli altri.

Questo breve saggio presenta i principi di MusicContact, un approccio aperto alla pedagogia musicale fondato sull'ascolto corporeo e sull'improvvisazione. Si rivolge a insegnanti, educatori, musicisti e persone interessate a esplorare il rapporto fra gesto, suono e relazione.

Le pagine che seguono delineano una cornice di lavoro: gli stadi orientano l'esperienza e lasciano disponibili differenti forme di partecipazione. Le valenze pedagogiche descritte costituiscono finalità e possibilità da approfondire nella pratica e attraverso la sua documentazione.

Prima edizione · ottobre 2026

© Federica Giulia Marchi 2026

Edizione digitale a distribuzione gratuita

Indice

01	Il corpo come luogo di ascolto	4
02	Una struttura aperta	5
03	Dal movimento alla forma musicale	6
04	La ripetizione come possibilità di approfondimento	7
05	La relazione come scelta	8
06	La libertà rende percepibili le conseguenze	9
07	Il non giudizio come qualità dell'attenzione	10
08	Elaborare l'esperienza senza imporne il racconto	11
09	Finalità e obiettivi nella pedagogia musicale	12
10	Perché proporre questo lavoro oggi	14

Il corpo come luogo di ascolto

MusicContact nasce dall'ascolto nel proprio corpo. Prima di produrre un suono o organizzare un movimento, la persona è invitata ad accorgersi di ciò che sente: il respiro, il peso, gli appoggi, le tensioni, l'impulso a muoversi o a restare ferma.

Questo ascolto non richiede di raggiungere una condizione ideale di calma. Anche l'irrequietezza, l'esitazione, la discontinuità e il desiderio di immobilità possono entrare nell'esperienza. Il punto di partenza è la condizione presente della persona, senza la richiesta di sostituirla con uno stato ritenuto più adatto a fare musica.

Il corpo assume così una funzione conoscitiva: attraverso le sensazioni, il movimento e l'ascolto dei loro effetti, il partecipante esplora il proprio modo di essere nella situazione. L'educazione musicale può offrire uno spazio nel quale questa conoscenza prende forma attraverso materiali concreti: durate, accenti, intensità, pause, gesti e relazioni spaziali.

Una struttura aperta

MusicContact si configura come un approccio articolato in stadi permeabili. Ogni stadio orienta l'attenzione e può essere ripreso più volte nel corso dello stesso incontro.

Ascoltare Che cosa percepisco nel mio corpo, nello spazio e nel suono presente?

Esplorare Quali movimenti e quali forme sonore posso lasciare emergere?

Interagire Che cosa scelgo di fare rispetto alle presenze e alle proposte degli altri?

Elaborare Di che cosa mi sono accorta? Che cosa desidero trattenere, trasformare o lasciare aperto?

L'ascolto continua durante l'improvvisazione. L'interazione può modificare il movimento. Una pausa può riaprire l'esplorazione. La riflessione può avvenire attraverso le parole oppure attraverso un nuovo gesto, un cambiamento sonoro o il silenzio. La struttura offre orientamento, mantenendo disponibili differenti tempi e modi di partecipazione.

Dal movimento alla forma musicale

Dall'ascolto corporeo può sorgere un movimento libero nello spazio. Un passo, un'oscillazione, uno spostamento del peso o un gesto ripetuto possono acquistare continuità e far emergere una configurazione ritmica.

Questa configurazione può diventare una pulsazione, un ostinato, una frase irregolare, una successione di accenti oppure un'alternanza fra suono e silenzio. Il materiale musicale nasce così dall'esplorazione e diventa qualcosa che la persona può ascoltare, ripetere, modificare e condividere.

La body music rende immediatamente percepibile questo legame. La voce e gli strumenti ampliano le possibilità: un gesto può proseguire in un suono vocale, un ritmo corporeo può trasferirsi su uno strumento, una sonorità ascoltata può suggerire un nuovo movimento.

È utile precisare il senso dell'idea di ritmo come "specchio" del presente. Il ritmo può essere vissuto dalla persona come espressione di ciò che sente; non permette al conduttore di decifrarne dall'esterno lo stato emotivo. Un gesto rapido può avere significati diversi per persone diverse, o per la stessa persona in momenti differenti. Il significato resta aperto all'esperienza e all'eventuale racconto di chi lo produce.

La ripetizione come possibilità di approfondimento

Nell'approccio trovano spazio anche sequenze di movimento apprese e memorizzate. Una volta divenuta sufficientemente familiare, una sequenza può offrire un sostegno all'attenzione: la persona può soffermarsi sulla qualità del gesto, sul respiro, sulle transizioni e sulle sensazioni che cambiano dentro una forma riconoscibile.

La ripetizione può quindi essere proposta come accesso a una qualità meditativa dinamica, intesa come attenzione al movimento mentre accade. Questa possibilità va lasciata all'esperienza individuale: il flow può emergere, ma non costituisce una prestazione da ottenere.

La sequenza mantiene una funzione esplorativa quando consente adattamenti, variazioni di ampiezza, ritmo, intensità e durata. Anche riconoscere il bisogno di interromperla è parte dell'ascolto.

La relazione come scelta

Quando più persone si muovono e producono suono nello stesso spazio, si apre un campo di possibilità. Si può entrare nella pulsazione altrui, imitare un frammento, aggiungere una linea, rispondere, contrastare, accompagnare, interrompersi o continuare autonomamente.

MusicContact attribuisce valore alla possibilità di scegliere fra queste azioni. La convergenza del gruppo può essere un'esperienza significativa; altrettanto significativa può essere la scoperta di poter mantenere una propria proposta mentre altre persone agiscono diversamente.

L'appartenenza può assumere la forma di una presenza riconosciuta nella differenza. Non richiede necessariamente l'unisono, la sincronizzazione o una produzione comune.

Occorre però distinguere fra possibilità di stare per conto proprio ed esclusione: una persona che sceglie di ascoltare o di mantenere una linea autonoma deve poter rientrare nello scambio. La conduzione ha il compito di rendere questa possibilità effettiva.

Il termine contact può allora indicare il contatto con le proprie sensazioni, con il suono e con la presenza altrui. Il contatto fisico è un'eventuale modalità, da proporre con consenso, e non una condizione necessaria alla partecipazione.

La libertà rende percepibili le conseguenze

Ogni scelta modifica la situazione musicale e coreutica. Aumentare l'intensità può coprire una proposta; ripetere un gesto può offrire un riferimento; introdurre una pausa può rendere udibile qualcuno che prima rimaneva sullo sfondo. Avvicinarsi, allontanarsi o cambiare direzione modifica le possibilità di incontro nello spazio.

Questi effetti costituiscono materiale di apprendimento. La persona può sperimentare che la propria iniziativa ha un peso e che questo peso entra in relazione con quello degli altri.

La libertà assume quindi una dimensione concreta: scegliere, percepire gli effetti della scelta, mantenerla o trasformarla. Il conduttore può aiutare a rendere osservabili tali processi, evitando di assegnare automaticamente un valore morale alle forme musicali. Una dissonanza non dimostra un conflitto personale; un unisono non dimostra che tutte le persone si sentano accolte.

Il non giudizio come qualità dell'attenzione

Il non giudizio riguarda anzitutto il modo in cui viene accolta la persona e la sua proposta. Il materiale emergente non deve superare una selezione preliminare di bellezza, originalità o bravura per poter essere esplorato.

Resta possibile descrivere con precisione ciò che si ascolta: una pulsazione accelera, due linee si sovrappongono, un suono copre un altro, una pausa cambia la forma. Descrivere permette di approfondire l'esperienza senza trasformarla in una graduatoria di valore personale.

Anche in una cornice di non giudizio sono necessari confini condivisi: rispetto del corpo altrui, attenzione allo spazio, intensità sonore sostenibili, possibilità di fermarsi. Sono condizioni che rendono praticabile la libertà di ciascuno.

Elaborare l'esperienza senza imporre il racconto

L'esperienza può suscitare piacere, imbarazzo, curiosità, senso di appartenenza, desiderio di distanza o sensazioni difficili da nominare. La fase di elaborazione offre la possibilità di riconoscere questi vissuti senza richiedere una confessione o una spiegazione.

Le domande possono partire dall'accaduto:

In quale momento hai cambiato il tuo ritmo?

Che cosa hai percepito quando qualcuno si è unito alla tua proposta?

Che cosa è successo quando hai scelto di continuare da sola?

C'è stato un momento in cui avresti voluto più spazio o un riferimento?

La persona può rispondere, scegliere un'altra forma espressiva o non condividere. Il conduttore accoglie il significato che il partecipante attribuisce alla propria esperienza, evitando interpretazioni psicologiche imposte.

In questa cornice, il lavoro resta pedagogico: riguarda l'esplorazione, l'apprendimento e la costruzione di significati. Le sue possibili risonanze emotive meritano attenzione senza diventare promesse terapeutiche.

Finalità e obiettivi nella pedagogia musicale

La finalità generale è sviluppare una relazione consapevole, creativa e autonoma con il fare musica attraverso il corpo e l'incontro con gli altri.

Gli obiettivi vanno scelti in relazione ai destinatari e alla durata del percorso. Possono comprendere:

Ascolto corporeo e sonoro. Riconoscere appoggi, respiro e qualità del movimento; distinguere la propria produzione da quelle presenti nell'ambiente.

Organizzazione ritmica. Esplorare pulsazione, accento, durata, pausa e ostinato; mantenere o modificare una linea ritmica.

Invenzione musicale. Generare materiali, ripeterli, variarli e trasferirli fra corpo, voce e strumenti.

Obiettivi e osservazione

Interazione. Sperimentare imitazione, risposta, contrasto, sovrapposizione e sincronizzazione; ascoltarne gli effetti.

Scelta e autonomia. Iniziare, aderire, differenziarsi, fermarsi e rientrare nell'attività.

Consapevolezza del processo. Descrivere cambiamenti musicali e corporei e, quando desiderato, collegarli al proprio vissuto.

L'apprendimento può essere osservato nelle trasformazioni delle possibilità d'azione: una persona scopre come variare un ostinato, riconosce quando il proprio volume copre gli altri, riesce a conservare una linea autonoma oppure sceglie consapevolmente di lasciarla.

La valutazione formativa può documentare queste scoperte. Non dovrebbe premiare l'estroversione, la disponibilità al contatto o la quantità di contenuti personali condivisi.

L'accessibilità richiede inoltre proposte adattabili: movimento da seduti, gesti minimi, differenti modalità di produzione sonora e possibilità di osservazione. Il coinvolgimento corporeo deve poter assumere forme coerenti con le possibilità e le scelte della persona.

Perché proporre questo lavoro oggi

La necessità di un lavoro di questo tipo può essere sostenuta come una scelta educativa argomentata, senza affermare che un singolo approccio sia indispensabile per tutti.

Negli ambienti educativi in cui prevalgono consegne, risposte attese e prodotti da valutare, può essere difficile trovare uno spazio per accorgersi di ciò che si sta vivendo mentre si agisce. MusicContact propone di esercitare questa attenzione: ascoltare prima di intervenire, riconoscere un impulso, prendere un'iniziativa e percepirne gli effetti.

In un contesto nel quale molti contenuti possono essere immediatamente riprodotti, selezionati o generati, acquista valore educativo anche l'esperienza di produrre insieme qualcosa il cui sviluppo dipende dalla presenza e dalle scelte dei partecipanti. Un ritmo cambia perché qualcuno ha ascoltato, esitato, risposto o lasciato spazio. Il senso dell'attività si costruisce nel suo svolgersi.

Convivenza e partecipazione

Vi è poi una questione di convivenza. Stare insieme richiede la capacità di coordinarsi, ma anche quella di attraversare differenze, tempi non coincidenti e momenti di incertezza. L'improvvisazione offre un ambiente nel quale queste condizioni diventano udibili e modificabili. Si può sperimentare una relazione senza stabilirne anticipatamente ogni esito.

Questa prospettiva si colloca nel più ampio riconoscimento dell'educazione artistica come parte di un'educazione inclusiva, capace di sostenere creatività, partecipazione e rispetto della diversità: orientamento ribadito dal quadro UNESCO per l'educazione culturale e artistica e dalle indicazioni attuative pubblicate nel 2025. Tale cornice sostiene la rilevanza del campo, senza costituire una validazione specifica di MusicContact.

Il contributo che MusicContact intende esplorare è dunque preciso: offrire condizioni nelle quali fare musica significhi esercitare attenzione, iniziativa e responsabilità nella relazione, mantenendo il diritto a una propria forma di presenza.

Riferimenti e nota al testo

UNESCO (2024). Framework for Culture and Arts Education. Quadro internazionale adottato ad Abu Dhabi nel febbraio 2024.

<https://www.unesco.org/en/articles/unesco-member-states-adopt-global-framework-strengthen-culture-and-arts-education>

UNESCO (2025). UNESCO Framework for Culture and Arts Education: Implementation guidance.

<https://www.unesco.org/en/articles/implementation-guidance-unesco-framework-culture-and-arts-education>

I documenti UNESCO richiamati nel capitolo conclusivo offrono una cornice generale per l'educazione culturale e artistica. Non costituiscono una validazione specifica dell'approccio MusicContact.

Questo testo presenta una proposta pedagogica in sviluppo. Le esperienze corporee, musicali ed emotive rimangono personali: non sono utilizzate per formulare diagnosi o interpretazioni psicologiche dei partecipanti.