

di Pietro Dossena

Cantare fa bene



Negli ultimi anni una parte della ricerca musicologica, spesso localizzata nell'Europa settentrionale, ha esplorato i rapporti che intercorrono tra musica, salute e benessere in senso lato. Un saggio del 2012 di Brynjulf Stige (*Health Musicking: A Perspective on Music and Health as Action and Performance*) allarga il concetto di *health musicking*, sviluppato originariamente nelle discussioni teoriche sulla musicoterapia, agli ambienti socioculturali in cui i processi biologici vengono vissuti e interpretati. Secondo Stige l'investigazione dei rapporti tra musica e salute non si può ridurre allo studio degli effetti diretti di specifici parametri musicali, ma deve anche tenere conto degli aspetti para-musicali legati all'esperienza e alla pratica della musica. All'interno di questa cornice metodologica, la studiosa Anne Haugland Balsnes si è occupata specificamente delle relazioni tra musica, didattica e salute nel canto corale: il coro è un contesto educativo che produce preziosi benefici legati alla salute e al benessere. Anche in Italia questa

Secondo studi recenti esiste una profonda relazione tra pratica musicale e benessere. L'esperienza del progetto Choral Kids

consapevolezza sta iniziando a manifestarsi in realtà educative articolate e aggiornate. Un esempio notevole è il progetto milanese Choral Kids, ideato non da un'esperta di didattica, ma dall'odontoiatra Francesca Romana Dimaggio che, incuriosita dal metodo utilizzato da Aleksander Zielinski nelle lezioni seguite dai suoi figli, ha pensato di organizzare un corso di canto corale per bambini in cui la pratica musicale si coniuga con l'attenzione al benessere psicofisico. «Mi sono stupita nel notare le affinità tra le indicazioni che Aleksander dava ai bambini per cantare, relative soprattutto a postura e respirazione, e le nostre conoscenze mediche». Il corso, ora al secondo anno di attività,

si avvale della consulenza di ben otto specialisti qualificati: dal neuropsichiatra infantile al logopedista, dal pediatra allo psicologo. «Noi esperti ci siamo poi ritrovati per confrontare le rispettive osservazioni sul campo», continua Dimaggio, che prospetta il raggiungimento di possibili risultati scientifici tra qualche anno «la strada da percorrere è la logopedia, che mira a correggere abitudini viziate».

L'insegnante principale è lo stesso Zielinski, esperto di didattica musicale, pianista e direttore di coro, il quale recepisce le indicazioni degli specialisti e le inserisce nella propria attività con i bambini: «Non è facile tradurle in giochi musicali adatti a loro, ma privilegio l'approccio psicomotorio, sempre molto efficace e coinvolgente. Anche con i vocalizzi ci si può divertire, pur mutuando alcuni esercizi dalla logopedia». I corsi, per le fasce di età 3-5 e 6-12 anni, sono aperti a tutti: «Non vogliamo formare l'ennesimo coro di voci bianche, ma rivolgerci anche a chi ha qualche difficoltà» chiarisce Zielinski. Info: tel: 3738659145, Facebook: #choralkids