

COMUNICA(N)CIÓN

EL PODER DE LAS CANCIONES



*"En la música todos los sentimientos vuelven a su estado
puro y el mundo no es sino música hecha realidad"*

Schopenhauer





La música existe porque existe el ser humano. Todas las personas podemos responder y expresarnos a través de ella, si bien de maneras distintas. La Musicoterapia ayuda a las personas a tener experiencias musicales y, a través de ellas, a alcanzar objetivos terapéuticos.

La música, nuestra herramienta principal de trabajo, puede llegar a nosotros a través de nuestro cuerpo: además de llegarnos a través del oído (la audición), también lo hace a través de los músculos, los huesos, y el sistema nervioso autónomo (Benenzon, R. 2011)

La Musicoterapia es una disciplina bastante desconocida todavía, sin embargo no es algo inaccesible. Utilizamos la música, el sonido y sus elementos con fines distintos a los musicales. No es necesario saber música ni tocar un instrumento para poder beneficiarte y disfrutar de encuentros musicoterapéuticos.

COMUNICACIÓN

MÚSICA, MUSICOTERAPIA Y COMUNICACIÓN



Todos queremos comunicarnos, eso es un hecho innegable; y que la mayor parte de la comunicación es no-verbal es algo que tampoco nos pilla de nuevas.

Con la música podemos explorar los entresijos de la comunicación, partiendo desde sus elementos más básicos, para ir, poco a poco, acercándonos a cómo las palabras, sin ser necesarias, ponen la guinda al pastel.

“Comunica(n)ción” se trata de un taller más analítico y reflexivo a través de dinámicas musicales con canciones y análisis de la letra de las mismas para reflexionar y debatir sobre las sinergias que se crean entre la música y la palabra

OBJETIVOS

- Generar curiosidad sobre otras formas de comunicarnos.
- Explorar con el cuerpo y los materiales.
- Reflexionar, tanto individual como colectivamente, el papel de la música en la comunicación y transmisión de ideas.
- Abrir canales de comunicación a través de la música y el sonido como vehículo y herramienta.
- Fomentar el flujo de ideas diferentes para encontrar y potenciar aquellas que pueden dar respuestas diferentes.
- Compartir y disfrutar momentos de conexión y comunicación con otras personas, a través de la confianza y el reconocimiento mutuo.
- Desarrollar la expresión.
- Favorecer la comunicación interpersonal.
- Favorecer la libertad personal e interpersonal.



A decorative header featuring three horizontal musical staves. Each staff has several black musical notes and bird silhouettes scattered across it, set against a light blue sky background. The word "METODOLOGÍA" is centered below the staves in a bold, teal, sans-serif font.

METODOLOGÍA

En musicoterapia podemos diferenciar las técnicas activas de las técnicas receptivas.

La metodología en la que se basan los talleres de “Comunica(n)ción” toma como punto de partida las primeras, las técnicas activas, tomando parte de nuestro propio proceso, como agentes responsables de nuestro conocimiento, crecimiento y cuidado integral personal.

Se desarrollan dinámicas totalmente prácticas y vivenciales. Se trata de una actividad vivencial y experiencial. No se necesitan conocimientos previos, toda las personas pueden participar independientemente de la formación musical que posea. Creamos desde la acción, descubriendo las posibilidades que la música y nuestro cuerpo nos brindan.

