

# CHI FA MUSICA,

... impara di più.

... rafforza le life skills. Queste «abilità di vita» ci permettono di avere successo a scuola, a casa o al lavoro.

... allena la capacità di critica, rafforza il senso di responsabilità e aiuta a pianificare il futuro.

... migliora lo sviluppo sociale e l'equilibrio emotivo.

... migliora la salute fisica e mentale.

... imparare a prendere decisioni, risolvere problemi, pensare in modo critico e creativo e comunicare in modo efficace.

... costruisce relazioni sane e ha maggiore empatia.

# LEVEL UP YOUR LIFE SKILLS

FARE MUSICA VI PORTERÀ AD  
UN LIVELLO SUPERIORE.



«Come clarinettista in una banda giovanile, ho imparato ad ascoltare, a sintonizzarmi e ad assumermi le mie responsabilità. È stata un'educazione alla vita che ora apprezzo come codirettore dei programmi di SRF1 e SRF «Musikwelle» e come presentatrice.»

MICHÈLE SCHÖNBÄCHLER,  
CODIRETTORE A SRF1 E  
SRF MUSIKWELLE

«La musica mi ha regalato tanti bei momenti quando ero giovane, e mi ha anche insegnato molto sul mio lavoro: giocare in squadra, avere il coraggio di esibirsi, affrontare le sfide insieme e soprattutto: non arrendersi fino all'ultimo accordo.»



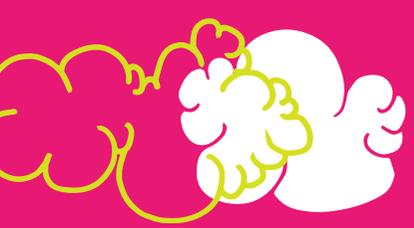
THIERRY CARREL  
CARDIOCHIRURGO

[jugendmusik.ch](http://jugendmusik.ch)  
Schweizer Jugendmusikverband  
Association suisse des musiques de jeunes  
Associazione svizzera delle bande giovanili  
Uniuon svizra da musica da giuvenils



# LEVEL UP YOUR LIFE SKILLS

# CHI FA MUSICA, IMPARA DI PIÙ



Sul palco, sotto la luce accecante dei riflettori, hai abbassato la tromba. Era la tua prima esibizione. Un successo. Sei raggiante di orgoglio. La tensione lascia il posto al sollievo e gli applausi piovono, per la vostra gioia.



Siedi con il tuo sassofono in una prova della tua banda giovanile e alzi la mano. Hai mancato un'entrata e vorresti sapere perché. Con l'aiuto del direttore d'orchestra, ti rendi conto di aver sbagliato a contare le battute di pausa. Il direttore sorride, riprende il brano e questa volta tutto fila liscio.



Seduto dietro la tua batteria sei raggiante. Per la prima volta sei riuscito a suonare correttamente un ritmo complicato. Hai lavorato duramente sul nuovo pezzo e ora non vedi l'ora di fare la prova generale.

## CHI FA MUSICA, IMPARA DI PIÙ

**La pratica della musica ti rende sicuro di te stesso, comunicativo e creativo. Ti aiuta a sviluppare nuove competenze e a portare le tue «life skills» a un livello superiore.**

È vero che imparare uno strumento può essere faticoso e persino frustrante. Ma il piacere vince, aumentando la tua resistenza e incoraggiandoti a dare il massimo. Se affronti costantemente nuove sfide e sviluppi nuove competenze e abilità, sei sulla strada giusta.

Fare musica ti influenzerà per tutta la vita: se fai musica, avrai più capacità di concentrazione, creatività, fiducia in te stesso, apertura mentale e gioia di vivere rispetto a molti giovani della stessa età. Lo sentirai fin da subito. Lo dimostrano anche i risultati delle ricerche sugli effetti della musica.

### LA MUSICA DÀ FIDUCIA IN SÉ STESSI

Il coraggio e la fiducia in sé stessi sono essenziali per salire sul palco e suonare davanti a un pubblico. La pratica della musica in gruppo insegna questo aspetto in modo rilassato.

### LA MUSICA RENDE CREATIVI

Raccontare una storia musicale o ideare una frase richiede creatività. La musica esercita il pensiero creativo senza vincoli.

### LA MUSICA CREA IDENTITÀ

La musica ha sempre trasmesso la storia e i valori di una società di generazione in generazione. Questo ti aiuterà a costruire la tua identità unica. Ti sentirai parte di una comunità.



### LA MUSICA RENDE COMUNICATIVI

La pratica della musica richiede un autentico senso della comunicazione: imparerai a spiegare a un membro del tuo registro come suonare una particolare frase. Ma ti eserciterai anche nella comunicazione intuitiva e non verbale, imparerai a influenzare l'umore del pubblico e scoprirai come evocare emozioni attraverso la musica.

### LA MUSICA UNISCE LE PERSONE

Trascorrerai del tempo prezioso con altri musicisti anche fuori dal palco e in sala prove. Grazie alla sensazione positiva che deriva dall'appartenenza a un gruppo, si creeranno forti amicizie. Sperimenterai la stima di cui godi e proverai un senso di coesione.

### LA MUSICA DÀ CAPACITÀ DI CRITICA

Come nella vita in generale, gli errori sono parte integrante del fare musica. Facendo parte di un gruppo musicale giovanile, imparerai come offrire critiche costruttive e come gestire al meglio le critiche che riceverai tu stesso.

### LA MUSICA PORTA AD UN LIVELLO SUPERIORE

Sapevi che le esperienze sensoriali che si vivono con la musica stimolano la capacità di sintesi? Si acquisisce la capacità di collegare le conoscenze provenienti da diverse aree della vita e dell'apprendimento. Quando si fa musica, il cervello crea ulteriori connessioni neurologiche. Questo ti aiuterà non solo con il tuo strumento, ma anche a scuola.