

QUESTION 1: Quels sont les avantages de l'exposition à la musique pour le développement cognitif, social et personnel des enfants, et comment l'exposition précoce à la musique affecte-t-elle la relation d'un individu avec la musique à l'âge adulte ?

RESPONSE: Le mécanisme de l'ouïe se développe depuis la gestation et la recherche montre que les stimuli auditifs externes ont une influence significative sur la formation des synapses neurales. Les expériences musicales et l'exposition à un environnement musical riche jouent un rôle clé dans la création de l'espace dans le cerveau pour la musique dès les premières années de la vie. Une stimulation musicale méthodique pendant les premières années peut créer un sens de la compréhension de la musique comme une langue maternelle. Cependant, à mesure que l'enfant grandit, le facteur des intérêts personnels déterminera s'il va exploiter ce potentiel et s'il va finalement s'engager dans la musique. Dans le cas où il ou elle est activement impliqué dans la pratique musicale, l'individu bénéficiera de nombreuses façons en développant des compétences musicales et non musicales, à condition que l'engagement se fasse de manière naturelle, sans effort et associé à des expériences agréables. Ceux qui pratiquent la musique, le chant, la danse ou qui jouent d'un instrument de musique développent consciemment ou inconsciemment des compétences cognitives, telles que la mémoire visuelle et auditive, la reconnaissance, l'identification, la séquence, etc. L'individu développe également des compétences sociales importantes telles qu'augmenter le temps passé en activité, la tolérance à l'échec, l'empathie, la reconnaissance des émotions en soi et chez les autres, etc. Il a été démontré que l'engagement musical active de nombreuses parties du cerveau en même temps. Une multitude de recherches confirme la déclaration selon laquelle la musique a un pouvoir énorme dans la régénération multifacette de l'individu.

QUESTION 2: Comment la musique contribue-t-elle à l'inclusion sociale et au bien-être émotionnel des enfants et des adolescents, et quelles sont les fonctions sociales de la musique ?

RESPONSE: Chaque pièce de musique véhicule des informations socio-culturelles que chaque personne interprète en fonction de son expérience et de son environnement. La musique enregistrée est utilisée dans l'éducation formelle pour aborder l'inclusion sociale et le bien-être émotionnel des enfants et des adolescents. Des recherches

récentes montrent que la création, la pratique et l'interaction musicales entre les individus peuvent significativement améliorer le bien-être émotionnel, social et physique. Plus précisément, les applications pratiques de la musique communautaire sont efficaces pour construire des relations, développer une image de soi et de la confiance en soi, créer une identité et un sentiment d'appartenance.

QUESTION 3: Quelles formes d'intelligence émotionnelle peuvent être développées grâce à l'éducation musicale ?

ANSWER: Grâce à l'éducation musicale, à l'interprétation et à la création, l'individu entre en contact avec ses émotions. Il utilise ses expériences pour interpréter les idées musicales et les pièces d'autres compositeurs, ainsi que pour créer les siennes propres. La reconnaissance des sentiments, la communication de ceux-ci, l'identification et l'empathie ne sont que quelques-unes des compétences développées au cours de ces processus.

QUESTION 4: Comment la création de chansons peut-elle être utilisée dans les écoles et les lycées pour créer un environnement sûr et favorable, stimuler le travail d'équipe et améliorer l'estime de soi et le bien-être ?

ANSWER: Pour répondre à l'activité ci-dessus, quelques exemples de descriptions d'activités seront fournis :

Exemple 1 : Les élèves sont invités à remplir anonymement sur un petit bout de papier la phrase "Les amis pour moi sont comme...". Ils placent ensuite tous les petits bouts de papier dans une boîte. Après avoir été mélangés, ils tirent chacun un morceau de papier. Sur un rythme libre, les élèves lisent la phrase qui leur est parvenue en utilisant la technique de la parole parlée. Toutes les quatre phrases, les élèves peuvent jouer spontanément une courte phrase musicale sur les instruments de la classe.

Exemple 2 : Les élèves se déplacent dans la salle en faisant semblant de faire un métier en pantomime. Lorsque la musique joue, ils pantomiment et quand elle s'arrête, ils restent immobiles dans une position typique du métier. Lorsque le tambour bat deux fois, les élèves expérimentent et cherchent à faire correspondre rythmiquement les sons du métier avec le thème musical joué. Lorsque tout le monde a trouvé une phrase rythmique accompagnée d'un mouvement, les élèves sont divisés en binômes. Les binômes échangent leurs phrases et essaient de deviner la profession

de l'autre. Enfin, les binômes trouvent un moyen de présenter leur métier avec leurs sons au groupe en suivant la musique enregistrée donnée.

Exemple 3 : Les participants étudiants sont répartis en groupes de 5 et invités à composer une mélodie originale, en ré mineur pentatonique, à tempo 70 bpm, en 4/4, d'une durée de 16 mesures. Ils investissent ensuite leur composition avec des boucles rythmiques en utilisant l'application chrome music lab.

QUESTION 5: Quelles sont les façons dont la musique peut être utilisée comme méthode de prévention et de maintien du bien-être tout au long de la vie ?

RESPONSE: La discipline de la musique communautaire vise à utiliser la musique comme outil pour atteindre le bien-être de l'individu. Les programmes de musique communautaire sont mis en œuvre depuis des années en Grèce et à l'étranger pour les groupes vulnérables (personnes âgées, toxicomanes, réfugiés, femmes maltraitées, etc.). À titre indicatif, certains programmes sont mentionnés : El Sistema, l'orchestre recyclé, Rising Voices, New Note Orchestra, le festival de musique de Setúbal et Hungry for Music.

Valentini Papathanasiou

Music educator,

Animator/Coordinator of community music activities

Greece