

Tecniche attentive

Tecniche attentive per l'ottimizzazione della performance strumentale: l'utilizzo strategico della psiche nella prassi esecutiva

con **Riccardo Pignatti**
quando **mar 5 e mer 13 aprile**
dove **Salone del Conservatorio**
orario **12/18**



La Masterclass è dedicata agli allievi musicisti, perché possano contattare al meglio le proprie forze creative, al fine di migliorare le performance esecutive e di vita. Togliere l'attenzione dal passato e dal futuro per centrarla sul "qui ed ora" è un metodo ritenuto da secoli universalmente valido nelle discipline, sia occidentali sia orientali, volte al benessere e al miglioramento delle prestazioni. Lo scopo non è far terapia, ma sviluppare la crescita personale e una nuova autonomia della persona, per mezzo di un lavoro che può esser svolto sia a livello individuale sia di gruppo. Ascolto e fiducia di sé e degli altri sono presupposti imprescindibili per attuare e mantenere viva una buona esperienza di performance musicale. Per fare ciò, si affronteranno i temi di sicurezza personale nella dimensione psichica, che in ogni momento è a disposizione dell'allievo come fonte di informazioni. Infatti, il seminario ha anche come obiettivo quello di utilizzare tutti i segnali possibili per entrare nel particolare stato di grazia denominato "flow", durante la prestazione (e durante l'ascolto) musicale. La Masterclass si svilupperà attraverso una breve introduzione teorica, ma sarà soprattutto basata su contenuti pratici e di immediata applicazione.

Nato a Vigevano, PhD in Psicologia, Neuropsicologo e Psicoterapeuta. Attualmente è Dirigente psicologo con mansione di Psicoterapeuta presso il Centro di Salute Mentale del Distretto 12, ASL 3 Liguria, Genova. Docente di psicoterapia ipnotica presso la scuola di Specializzazione AMISI a Milano. Responsabile scientifico della didattica del Master in Neuropsicologia, presso Spazio Iris a Milano. Precedentemente, neuropsicologo clinico e ricercatore nell'ambito della neuropsicologia clinica dell'adulto e dell'anziano, con attività di docenza e supervisione di studenti per tesi e tirocini post-lauream, consulente tecnico di parte e d'ufficio. Ha esperienze di lavoro in IRCCS, ospedali e centri privati in Italia e in Canton Ticino. Improvvisatore teatrale a livello amatoriale con il gruppo autonomo Senza Carte (Milano) e presso Teatribù (Milano) e Maniman Teatro (Genova). Dal teatro, ha mutuato esercizi di gruppo e modelli di intervento che coniugano terapia ericksoniana e improvvisazione, finalizzati sia alla clinica sia al miglioramento dell'attività artistica.