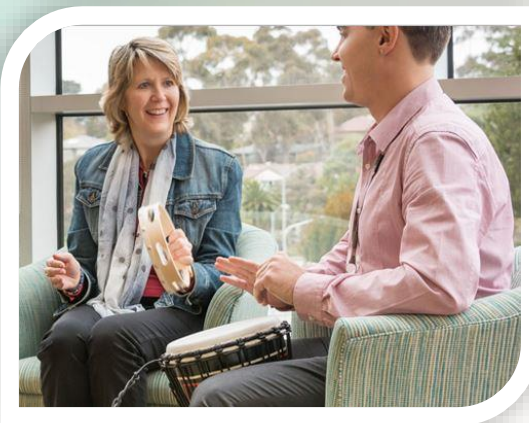


Музыкален Тиймбилдинг



Корпоративният музикален уъркшоп дава възможност на всеки да достигне и разкрие своя индивидуален потенциал чрез увлекателни техники, въвличащи участниците в позитивно и удовлетворяващо музикално преживяване.



Структурата и използваните техники пресъздават по естествен начин характерните взаимоотношения и предизвикателства в екипната работа, като предоставят стимулиращ и тонизиращ подход за усвояването на критично важни умения от всеки участник.



Музикалният Тиймбилдинг не изисква абсолютно никакъв предишен музикален опит и умения. За целите на уъркшопа се използват лесносвирещи перкусионни инструменти, като техниките на звукоизвличане се овладяват неусетно, буквално за минути.



Упражненията в сесията са специално подбрани, за да стимулират и развият умения в следните области:



- Себеизразяване
- Креативен подход
- Взаимоотношения в група
- Фокусиране върху поставена задача

- Екипна работа
- Следване на инструкции
- Отборно разрешаване на проблем
- Приспособяване и гъвкавост



Положително въздействие:

- Редуцира стреса
- Повишава концентрацията
- Подобрява личната самооценка
- Повишава мотивацията
- Насърчава комуникацията между служителите
- Изгражда екипни взаимоотношения
- Повишава издръжливостта
- Стимулира продуктивността
- Разтоварва, подобрява настроението и повишава самочувствието



Една примерна сесия съдържа следните компоненти:

1.

Загряващи упражнения за въвеждане в изразния свят на музиката и запознаване с музикалните инструменти

2.

Екипно аранжиране на песен, използвайки глас, музикални инструменти и хореография

3.

Ритмичен кръг - колективна тонизираща импровизация



Въвеждащите упражнения позволяват на участниците да изследват изразните възможности на музиката, посредством музикалните инструменти и човешкото тяло. Използваните техники стимулират комуникацията и тренирането на междуличностни взаимоотношения.



Централно място в музикалния уъркшоп заема екипното аранжиране на песен. Участниците се разделят на отбори, като всеки отбор отговаря за един от компонентите на аранжирката: мелодични модели, звукови ефекти с тялото, ритъм с перкусии, хореография. Всички екипи работят заедно за реализирането на един цялостен общ проект, подпомагани от фасилитатора.



Заклучителният ритмичен кръг е едно упражнение за релаксация и настроение, включващо солови импровизации и игра с ритъма. Редуването на активно свирене и паузи стимулира осъзнаването на личната роля в общото цяло, развива уменията за комуникация, изслушване, зачитане правото на останалите да изразят себе си, засилва чувството за принадлежност и съпричастност към екипа.

Продължителност на музикалния уъркшоп – примерни варианти:

1.

Една сесия с продължителност 90-120 мин., включваща основните компоненти от програмата в оптимизиран вид

2.

Една сесия с продължителност 4 часа, даваща възможност за по-разгърнато протичане на отделните занимания, с включена почивка от 15 мин.

3.

Еднодневен уъркшоп с разширена програма, като отделните компоненти се обсъждат и решават предварително

Възможно е изготвянето на индивидуална оферта с продължителност и програма, отговарящи на Вашите конкретни изисквания

Реализирани проекти:

- “Пролетна звукова лаборатория”

Пролетна звукова лаборатория



- „На чаша чай” – клавирен рецитал с колективна музикотерапевтична импровизация



Звукова работилница

„Ритъмът на сърцето“

Ритъмът е в основата на всичко живо, той ни сплотява.

А какво се случва, когато съберем музикални инструменти от цял свят и ги срещнем с българските ритми?

В Нощта на музеите и галериите ще открием своя индивидуален ритъм, за да го впишем в българската музикална традиция.

Датата е

20-21 май



- Звукова работилница „Ритъмът на сърцето”
Част от Нощта на музеите и галериите – Варна 2017

- „Звукът на...” – музикотерапевтичен цикъл от 7 тематични сесии



НОЩ

НА МУЗЕИТЕ
И ГАЛЕРИИТЕ
ВАРНА 2016

20-21 МАЙ

РАМ
PER
RO

Звукова лаборатория

„Музиката на живота“

Всеки от нас е различен и уникален, а взаимностите ни помежду ни могат да звучат като калейдоскоп или като красива музика.

Едно колективно звуково преживяване, което ще ни увлече в импровизационна игра с музиката и ритма.



- Звукова лаборатория „Музиката на живота”
Част от Нощта на музеите и галериите – Варна 2016

За музикалния фасилитатор:

Дарина Титкова-Спириева

е завършила магистратура със специалностите музикотерапия и класическо пиано в Националната музикална академия "Проф. Панчо Владигеров" - гр. София. В годините на своето музикално обучение участва активно като солист и камерен изпълнител в концерти, фестивали и майсторски класове в страната и чужбина, солист е на филхармониите във Варна, Шумен и Разград, лауреат на национални и международни конкурси. Има опит в музикалната и музикотерапевтична практика с деца и възрастни, работила е като музикотерапевт в Дневен център за подкрепа на младежи с умствени затруднения „Ривиера“ - гр. Варна, като доброволец в Център за психично здраве „Проф. Н.Шипковенски“ - гр. София, а понастоящем работи активно като доброволец музикотерапевт с децата в Център за настаняване от семеен тип - гр. Нови пазар, гр. Балчик и с. Бързица. От 2012 г. паралелно осъществява и самостоятелни проекти с прилагане на музикотерапия под формата на музикални уъркшопи, празненства за рождени дни и сесии за личностно развитие.

Контакти:

моб. тел.: 089 5454988

e-mail: darinea@gmail.com

