

SCHEDA — SESSIONE SONORA

Descrizione della sessione in otto aree · previsto / svolto

Metodo Myamo dei Cinque Elementi · La Curva del Suono

Livello: base · Versione 0.1 candidata · Data: _____

Questa scheda descrive ciò che era previsto e ciò che è realmente accaduto. Serve alla pratica, al confronto e alla supervisione. Non misura l'efficacia della sessione e non è una cartella sanitaria.

Area 1 · Identità e finalità

Titolo / nome della sessione: _____

Data: _____ Luogo: _____

Durata prevista: _____ Durata svolta: _____

Finalità dichiarata: _____

Che cosa non promette questa sessione:

Area 2 · Persone e contesto

Tipo: ☐ individuale ☐ gruppo ☐ altro: _____

Numero previsto: _____ Numero presente: _____

Posizione prevalente: ☐ distesa ☐ seduta ☐ mista

Libertà dichiarate: ☐ interrompere ☐ uscire ☐ occhi aperti ☐ non partecipare attivamente

Note rilevanti comunicate spontaneamente e utili al setting (senza raccogliere dati non necessari):

Area 3 · Spazio

Sala / configurazione: _____

Suono ambientale / rumori:

Riverbero e risposta percepita della sala:

Postazioni e adattamenti principali dello spazio:

Area 4 · Strumenti e sorgenti

Strumento / sorgente	Ruolo previsto	Ruolo effettivo	Live / registrato	Posizione	Note

Chi ha scelto il programma / gli strumenti: _____

Esperienza / formazione pertinente di chi conduce:

Area 5 · Curva — previsto / svolto

Sequenza canonica: Soglia → Terra → Acqua → Fuoco → Aria → Spazio → Terra di ritorno. Nessuna fase è una variante omissibile; se la sessione si interrompe, registrare l'interruzione come evento reale.

Fase	Previsto	Svolto	Adattamento / ragione
Soglia			
Terra			
Acqua			
Fuoco			
Aria			
Spazio			
Terra di ritorno			

Curva complessiva: che cosa ha richiesto più tempo o più sottrazione del previsto?

Area 6 · Gestione sonora

Chi controllava l'intensità: _____

Da quali posizioni è stato verificato il suono: _____

Dinamica generale: ☐ molto contenuta ☐ contenuta ☐ variabile ☐ ampia ma controllata

Densità / sovrapposizione: ☐ minima ☐ moderata ☐ alta ☐ ridotta durante la sessione

Pause e silenzi:

Strumenti ridotti, spostati, allontanati o tolti durante la sessione — e perché:

Eventuali misure di livello: dispositivo, posizione, momento e contesto (nessun valore è qui trattato come soglia universale):

Area 7 · Voce, respiro e consegne

Parole iniziali / patto:

Respiro guidato: ☐ no ☐ sì · descrizione: _____

Voce / humming / mantra: ☐ assenti ☐ conduttore ☐ partecipazione facoltativa del gruppo

Che cosa è stato proposto e in quale momento:

Consegne nella Terra di ritorno:

Condivisione finale: ☐ non proposta ☐ proposta e facoltativa ☐ altra forma: _____

Area 8 · Adattamenti, osservazioni ed eventi

Che cosa è cambiato rispetto al progetto?

Perché è cambiato?

Interruzioni / cambi di posizione / allontanamenti:

Segnali di disagio osservati o riferiti:

Azioni adottate:

Eventi indesiderati o imprevisti:

Esito immediato / eventuale follow-up organizzativo:

Rilettura del conduttore

Ciò che ho osservato:

Ciò che ho sentito personalmente:

Ciò che sto interpretando e che non voglio confondere con un fatto:

Ciò che desidero verificare:

Un solo aspetto da rivedere nella prossima sessione:

Fedeltà non significa eseguire una partitura identica: significa rispettare principi, limiti e criteri di decisione, documentare gli adattamenti e distinguere ciò che era previsto da ciò che è accaduto.