



---

## Bandi Szabolcs

Zenei teljesítményszorongás és mentálhigiéné: mit tehetünk és hogyan?

---

2020. November 11. 9 óra

Helyszín: Debreceni Egyetem Zeneművészeti Kar Liszt terme

Az előadás során kísérletet teszünk feltárni és bemutatni a zenei hivatáshoz kapcsolódó szépségek és nehézségek pszichológiai vonatkozásait egyaránt. Miként hat a zenélés a személyiségünk fejlődésére? Miben más egy zenész egy zenével nem foglalkozó társától? Milyen veszélyei lehetnek a muzsikusi hivatásnak? Hogyan kerülhető el a kiégés és van rá biztos recept? A beszélgetésünk alkalmával egy olyan útra invitáljuk a résztvevőket, mely során igyekszünk a fenti égető kérdések mindegyikével foglalkozni és ha tudunk, választ kínálni rájuk. Ha a zene az emberi lét egyik sajátos és kitüntetett sajátossága, itt az alkalom hogy a függöny mögé nézve megismerjük jobban a számunkra ezt létrehozók elméjét és lelkét, amely legalább ugyanannyi titkot és kihívást rejt, mint a muzsika maga.

A kurzus a Gulyás György Szakkollégium szervezésében és az Emberi Erőforrások Minisztériuma, az Emberi Erőforrások Támogatáskezelő és a Nemzeti Tehetségprogram Támogatásával valósul meg.

