

AU ... BIS!

nedelja, 5. april 2009

Igrajmo SAMOZAVESTno

Po zaključku srednješolskega izobraževanja – obiskovala je športni oddelek in program mednarodne mature na gimnaziji Bežigrad – je **Zita Farkaš** na Filozofski fakulteti diplomirala iz psihologije na temo predtekmovalne anksioznosti (oz. *treme*). Kot nekdanja aktivna športnica, ki ve, kaj je trema, zdaj svoja teoretično in praktično-izkustveno pridobljena znanja prenaša na mlajši rod športnikov (in tudi glasbenikov), s katerimi izvaja psihično pripravo na tekmovanja (oz. nastope).

Iztočnice predavanja:

1. Kratka predstavitev pojma samozavesti
2. Razlika med ljudmi s (pre)visoko, (pre)nizko in optimalno ravno samozavesti
3. Kako izgraditi optimalno samozavest?
4. Praktično spoznavanje psiholoških strategij oz. tehnik za krepitev samozavesti

VSE JE MOGOČE ... GRINDEAJINA TEHNIKA

Pianistka **Damjana Zupan**, zaposlena na Srednji glasbeni šoli v Ljubljani in na Glasbeni šoli v Trebnjem, ima za sabo že vrsto solističnih in komornih nastopov ter piše članke, predava in organizira seminarje na temo glasbene medicine doma in v tujini.

Učenje njene mentorice, legendarne Carole Grindea, bo temeljno izhodišče delavnice, v kateri bomo spoznavali potrebne in nepotrebne fizične in psihične napetosti, se učili razlikovati med sproščenostjo in krčevitostjo in si ob tem utirali poti do učinkovitega nastopa.

DRUGAČEN POGLED NA PROBLEME GLASBENIKOV

Bioterapevt **Marjan Ogorevc**, avtor knjig o načinih samozdravljenja in vodja šole za bioterapevte se še posebej posveča načinom, kako pomagati športnikom pri premagovanju poškodb, utrujenosti in izboljševanju psihofizičnih sposobnosti – njegov največji uspeh doslej je pomoč Primožu Kozmusu do zlate olimpijske medalje.

Njegovo znanje in izkušnje nam bodo pomagali na poti spoznavanja:

- kako povečati fizično in mentalno zmogljivost glasbenikov
- kako biti sposoben sprejeti uspeh – kako motivirati sebe za uspeh, kako motivirati učenca, kako razviti sposobnosti, da se nastopajoči 'dvigne' nad tiste, ki ga ovirajo na poti
- kako razviti odnos do publike, kako razumeti tremo in stres ob nastopanju
- kako duhovna rast vpliva na razvoj novih dimenzij razumevanja siceršnjih 'pravil igre' – pa naj gre za tekmovanja, poučevanje, borbo – za obstanek ob iskanju možnosti za nastopanje, ali za slo po slavi oziroma željo po tem, da učitelj (s pomočjo uspehov učenca) pride čimprej do višjega plačilnega razreda
- do kolikšne mere smemo v želji po uspehu, da obenem ne manipuliramo z drugimi in ne škodimo sebi?

ISKANJE OSEBNEGA IZRAZA V NESKONČNOSTI GLASBE

Glasba je resnično absolutna. Ponuja vse kar potrebujemo, da se izrazimo in še več. Moramo le biti pogumni.

Pianist **Mladen Delin** je dokaz poguma – saj se je njegova glasbena pot začela šele pri njegovih 21 letih, trenutno pa opravlja specialistični študij pri prof. Konstantinu Boginu in je obenem kljub svoji mladosti ob kulturnem prazniku februarja 2009 že prejel posebno priznanje mestne občine Ptuj za izjemne dosežke na področju koncertne dejavnosti in glasbenega izobraževanja.

Kako pa ustvarjalno pristopimo k doživljanju in izvedbi glasbenega dela?

Katere so faze iskanja osebnega izraza?

Kako prodreti v nevidno a neskončno bogastvo napisane glasbe in katere so ovire?

Ali lahko glasba postane in ostane neizčrpen vir notranjega bogastva?

...

IMPROVIZACIJA – ZAKAJ PA NE?

Pianist in skladatelj **Blaž Pucihar** je zaposlen na ljubljanski Akademiji za glasbo, poznan pa je predvsem zaradi sodelovanja v različnih glasbenih projektih, s katerimi nastopa doma in v tujini, posnel pa je tudi že nekaj CD plošč. Je ustanovitelj in umetniški direktor mednarodne poletne glasbene šole »LOCAMUSICA« v Škofji Loki.

S svojim predavanjem bi rad mlade glasbenike in tudi njihove učitelje navdušil za improvizacijo, ki je v glasbi prisotna že od nekdaj in ki lahko predstavlja rojstvo novih skladb, ob tem pa tudi rojstvo novih skladateljev – skladateljic. Improvizacija je vedno nenapisana skladba, ki ima veliko svobode in nas popelje v čudoviti svet še neodkritega zvoka. Njene dimenzije so neskončne in ko se enkrat navdušiš nad njo, je nikoli več ne opustiš, ampak se ji vedno znova prepustiš. Kdor še vedno dvomi vase, naj svoj dvom čimprej opusti, kajti improvizirati znamo vsi.

POVZETEK SREČANJA

Pianistka in muzikologinja **Lovorka Nemeš Dular** je zaposlena na Glasbeni šoli Grosuplje, s koncerti doma in v tujini pa marsokdaj utira pota tudi skladbam, ki so manj znane. Ob zaključku konference namerava povzeti njene vsebine, ob zbranih predavateljih in udeležencih pa želi tudi zbrati komentarje in spodbude za nadaljnje delo