



# Ansia da performance nel musicista: ciclo di incontri per imparare a riconoscerla e regolarla

**Cosa:** 3 incontri in piccoli gruppi di natura interattiva sul tema dell'ansia legata alla performance musicale.

**Come:** la dimensione di piccolo gruppo permette di interagire e lavorare su di sé, anche attraverso lo scambio con l'altro.

E' possibile partecipare a tutti gli incontri, o soltanto a uno o due in base alle proprie disponibilità.

**Quando:** mercoledì 10 giugno h 11-13  
mercoledì 17 giugno h 11-13  
mercoledì 24 giugno h 11-13

**Dove:** Aula 22

**Modalità di iscrizione:** inviare una email all'indirizzo [sportello.psicologico@conservatoriovivaldi.it](mailto:sportello.psicologico@conservatoriovivaldi.it) entro il 9/06/2026 alle 13.

Progetto selezionato nell'ambito dell'iniziativa PRO-BEN del Ministero dell'Università e della Ricerca (MUR) per concessione di finanziamenti volti alla promozione del benessere psicofisico e contrasto del disagio psicologico ed emotivo tra gli studenti.