

Har du kört fast i musiken och vill komma vidare?



Jag skriver låtar till bandet men vågar aldrig säga...

Känns det som att du sitter fast någonstans? Du har spelat ett tag och har höga ambitioner med ditt musikskapande men det är något som gnager inom dig. Något som inte stämmer.

Då har vi lösningen! Som musiker eller deltagare ansluten till Bilda får du här en chans att prata med vår supercoach Mats!



Mats Olsson: "Hej! Jag är utbildad coach vid Skandinaviska Ledarhögskolan och har även studerat vid Musikhögskolan i Göteborg, musikerlinjen och instrumental pedagog. Jag arbetar som trummis och slagverkare i en symfoniorkester och undervisar på en folkhögskola. När jag föreläser pratar jag om vad som är viktigt att tänka på och göra för att utvecklas som musiker. Jag gillar att jobba med förändringsprocesser och målbilder och välkomnar dig till ett reflekterande samtal."

Det låter lite flummigt. Vad ska vi prata om då?

Samtalen är 45 minuter långa och såklart belagda med tystnadsplikt. Vi kan ju kanske prata om:

- Hur man övar, lär och utvecklas på sitt instrument på bästa sätt.
- Ideér om personlig utveckling, böcker, kurser, poddar.
- Samtal kring motivation, fokus, disciplin, målsättningar.
- Hur man bearbetar och hanterar nervositet och stress.
- Ledarskap och kommunikation i band.
- Självförtroende och självkänsla i spelsituationen.
- Negativa tankar.

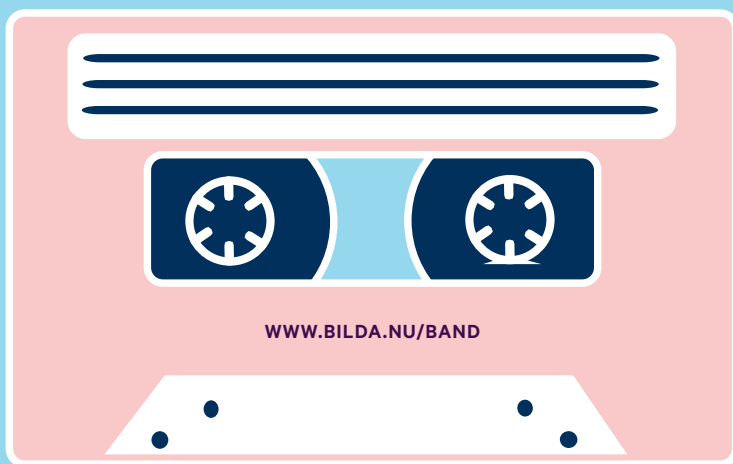
**HITTA
DIG SJÄLV
I GRUPPEN**

Så här funkar det!

Vill du boka ett samtal med Mats?

Kontakta din verksamhetsutvecklare på Bilda.
Mats kontaktar sen dig för att boka en tid
som passar. Lätt som en plätt!

Kontaktuppgifter till alla verksamhetsutvecklare på Bilda
hittar du på www.bilda.nu/kontakta-oss



BILDA MUSIK

Läs mer

www.bilda.nu/bandcoachning

