



HO 37 ANNI, UNA BELLA VOCE...

Gent.mo dottore,

Ho 37 anni una bella voce, ma...

perchè mi blocco e faccio 'schifo' se canto in pubblico, ma non sempre, solo alcune volte? Magari è bisogno di maggiore preparazione, ma... è capitato anche quando ero sicura di me, e ho i classici sintomi: tachicardia, sudorazione, salivazione azzerata, tremore... altre volte, invece... vado così bene che la volta successiva mi gaso e inizio tranquilla...

...per fare una figuraccia.

Mi chiedo soprattutto perchè questa discontinuità, che non mi permette di fare la cantante di professione come vorrei.

Grazie per le indicazioni che saprà darmi

RISPOSTA:

Gentile amica,

l'affrontare il pubblico è sempre una grande prova di sicurezza e di scioltezza.

Sicurezza e scioltezza si possono imparare. Con l'esercizio, con l'allenamento, con la ricerca del perchè si ha paura, con un lavoro sulla propria autostima.

Non butti via le sue possibilità di successo o semplicemente di soddisfazione.

Impari ad esibirti in pubblico, come le ho detto, con un percorso tecnico e "terapeutico", e vedrà che dopo sarà tutto più facile.

Auguri.