



SERVIZI DI ORIENTAMENTO DI
ATENEIO DELL'UNIVERSITÀ
MILANO-BICOCCA



LIFE DESIGN PSY-LAB

**PERSONE CORAGGIOSE
SI NASCE O SI DIVENTA?**

**Un training *Life Design* per sviluppare
Coraggio all'interno del contesto
universitario e professionale**

Ti capita mai di dare "il meglio di te" ma gli ostacoli che trovi davanti te lo impediscono?

Vorresti trovare un modo per affrontare con maggior fiducia insicurezze e preoccupazioni?

Vorresti rafforzare la tua capacità di metterti in gioco per prepararti al futuro?

Sviluppare la **capacità di agire coraggiosamente** è una competenza chiave per studenti e studentesse che oggi si trovano ad affrontare numerose sfide su diversi piani (di vita, formativi, professionali).

Ecco il percorso che abbiamo pensato:

PRIMO INCONTRO

20/06/2023 – “CORAGGIO: COSA, COME E PERCHE’?
Che cos’è il coraggio, a cosa serve? Come lo sviluppo?”

SECONDO INCONTRO

27/06/2023 – “LE MIE PAURE, I MEI TIMORI”
*Quali sono le mie paure? Cosa significano?
Come posso affrontarle?*

TERZO INCONTRO

04/07/2023 – “STRATEGIE PER AGIRE CORAGGIOSAMENTE”
Come posso essere coraggioso/a? Dove trovo il coraggio in me?

Orario degli incontri: **dalle 14,30 alle 16,00**

VUOI PARTECIPARE A QUESTO PERCORSO GRATUITO?

Iscriviti compilando il seguente form:

<https://forms.gle/1hZQ7pdPo3uwaVPh9>

PER ULTERIORI INFORMAZIONI:

www.unimib.it/servizi/life-design-psy-lab

lifedesign.lab@unimib.it





SERVIZI DI ORIENTAMENTO DI
ATENEIO DELL'UNIVERSITÀ
MILANO-BICOCCA



LIFE DESIGN PSY-LAB

PERCORSO

DIRE, FARE, COMUNICARE

STRATEGIE PER PARLARE IN
PUBBLICO ED ESPRIMERE LE
PROPRIE IDEE IN MODO
EFFICACE



VUOI MIGLIORARE LA TUA CAPACITA' DI
COMUNICARE CON LE PERSONE?

PRIMO INCONTRO

29/05/2023 DIRE, FARE COMUNICARE: PRIMO PASSO

Che cosa significa comunicare?

Come posso costruire una comunicazione efficace?

SECONDO INCONTRO

05/06/2023 DIRE, FARE COMUNICARE: SECONDO PASSO

Come posso gestire le mie emozioni nella
comunicazione con il pubblico?

Come posso comunicare le mie idee e farmi
ascoltare?

TERZO INCONTRO

12/06/2023 DIRE, FARE COMUNICARE: TERZO PASSO

Che cosa è la persuasione? Come la si utilizza?

Posso persuadere senza costringere?

TUTTI GLI INCONTRI SI SVOLGERANNO IN PRESENZA
DALLE 15.00 ALLE 16.30



VUOI PARTECIPARE A QUESTO PERCORSO GRATUITO?

COMPILA IL FORM DEDICATO:

<https://forms.gle/kzxZWvBugqT9fAA39>

PER ULTERIORI INFORMAZIONI INVIA UNA
MAIL CON LA TUA RICHIESTA A:

lifedesign.lab@unimib.it

