



*SERVIZI DI ORIENTAMENTO DI
ATENEIO DELL'UNIVERSITÀ
MILANO BICOCCA*



LIFE DESIGN PSY-LAB

-IL CORAGGIO DI DARE FORMA A SE STESSI-

UN TRAINING LIFE DESIGN PER SVILUPPARE
CORAGGIO ALL'INTERNO DEL CONTESTO
UNIVERSITARIO E PROFESSIONALE

UN CICLO DI 4 INCONTRI PER PREPARARSI ALLE
DIFFICOLTÀ E IMPREVEDIBILITÀ DEL FUTURO CHE
CI ASPETTA



TI CAPITA MAI DI VOLER DARE IL MEGLIO DI TE MA GLI
OSTACOLI CHE TI TROVI DI FRONTE
TE LO IMPEDISCONO?

PRIMO INCONTRO

20/10/2021 CORAGGIO: COSA, COME E PERCHE'

Che cosa è il coraggio? A cosa serve?

Come lo sviluppo?

SECONDO INCONTRO 27/10/2021

LE MIE PAURE, I MIEI TIMORI

Quali sono le mie paure? Cosa significano?

Come posso affrontarle?

TERZO INCONTRO

02/11/2021 STRATEGIE PER AGIRE

CORAGGIOSAMENTE

Come posso essere coraggioso/a?

Dove trovo il coraggio in me?

QUARTO INCONTRO

10/11/2021 IL CORAGGIO DI GUARDARE AL FUTURO

Come posso utilizzare il coraggio per costruire il mio
futuro?

TUTTI GLI INCONTRI SI SVOLGERANNO ONLINE DALLE ORE
15.30 ALLE ORE 17.00



VUOI PARTECIPARE A QUESTO PERCORSO GRATUITO?

CONTATTACI ALL'INDIRIZZO MAIL:

CONSULENZA.PSICOSOCIALE@UNIMIB.IT

PER ULTERIORI INFORMAZIONI:

WWW.UNIMIB.IT/SERVIZI/BICOCCA-ORIENTA/SERVIZI-ORIENTAMENTO/LIFE-DESIGN-PSY-LAB



UNIVERSITA' DEGLI STUDI
DI MILANO
BICOCCA



SERVIZI DI ORIENTAMENTO DI
ATENEIO DELL'UNIVERSITÀ
MILANO BICOCCA



LIFE DESIGN PSY-LAB

PERCORSO

- ERASMUS...sì o no? -

*Progettare con consapevolezza e coraggio la partenza tra motivazioni,
paure e cambiamenti*

3 INCONTRI PER RIFLETTERE INSIEME E
CONFRONTARCI, PER SCEGLIERE DI
COMPIERE IL PASSO DELL'ERASMUS CON
PIÙ CONSAPEVOLEZZA E MENO TIMORE



STAI PENSANDO DI ANDARE IN ERASMUS? È
QUALCOSA CHE TI ISPIRA, MA VORRESTI CAPIRE
COME SCEGLIERE AL MEGLIO?

ECCO IL PERCORSO CHE ABBIAMO PENSATO DALLE
ORE 16.00 ALLE ORE 17.30:

PRIMO INCONTRO

19/10/2021 *“SCEGLIERE DI PARTIRE: QUANDO,
COME E PERCHÉ”*

SECONDO INCONTRO

26/10/2021 *“STRATEGIE PER AFFRONTARE AL
MEGLIO LE PAURE E LE DIFFICOLTÀ”*

TERZO INCONTRO

29/10/2021 *“PARTIRE SÌ...MA DA SÉ STESSI E CON
CORAGGIO”*



VUOI PARTECIPARE A QUESTO PERCORSO GRATUITO?

CONTATTACI ALL'INDIRIZZO MAIL (indicando

numero matricola e corso di laurea):

CONSULENZA.PSICOSOCIALE@UNIMIB.IT

PER ULTERIORI INFORMAZIONI:

[https://www.unimib.it/servizi/bicocca-orienta/servizi-](https://www.unimib.it/servizi/bicocca-orienta/servizi-orientamento/life-design-psy-lab)

[orientamento/life-design-psy-lab](https://www.unimib.it/servizi/bicocca-orienta/servizi-orientamento/life-design-psy-lab)

