



SERVIZI DI ORIENTAMENTO
DELL'UNIVERSITÀ
MILANO- BICOCCA



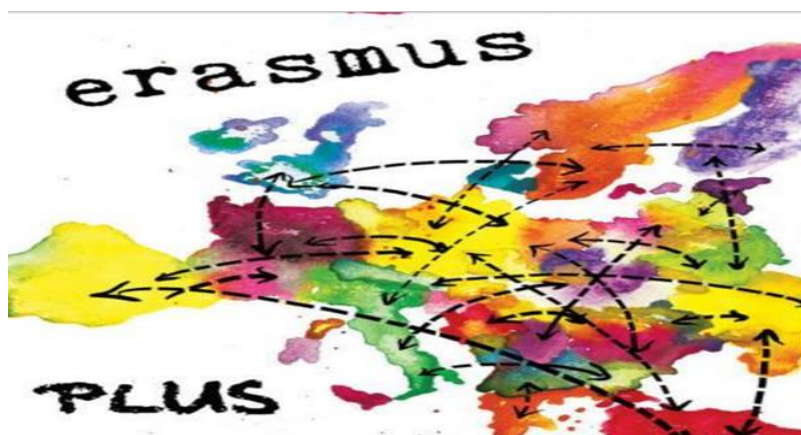
LIFE DESIGN PSY-LAB

PERCORSO

- ERASMUS...sì o no? -

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

3 INCONTRI IN PRESENZA 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:

PRIMO INCONTRO

07/11/2022 *“SCEGLIERE DI PARTIRE: QUANDO,
COME E PERCHÉ”*

SECONDO INCONTRO

14/11/2022 *“STRATEGIE PER AFFRONTARE AL
MEGLIO LE PAURE E LE DIFFICOLTÀ”*

TERZO INCONTRO

21/11/2022 *“PARTIRE SÌ...MA DA SÉ STESSI E CON
CORAGGIO”*

TUTTI GLI INCONTRI SI TERRANNO

DALLE ORE 15.00 ALLE ORE 16.30

PRESSO L’AULA U7-16

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)





SERVIZI DI ORIENTAMENTO DI
ATENEIO DELL'UNIVERSITÀ
MILANO-BICOCCA



LIFE DESIGN PSY-LAB

PERCORSO

DIRE, FARE, COMUNICARE

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



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

PRIMO INCONTRO - AULA U7-16

25/10/2022 DIRE, FARE COMUNICARE: PRIMO PASSO

Che cosa significa comunicare?

Come posso costruire una comunicazione efficace
e con quali strategie?

SECONDO INCONTRO - AULA U6-43

03/11/2022 DIRE, FARE COMUNICARE: SECONDO PASSO

Come posso gestire i miei "stati" nella
comunicazione con una o più persone?

Come posso comunicare le mie idee e farmi
ascoltare da un gruppo?

TERZO INCONTRO - AULA U7-16

08/11/2022 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 16.00 ALLE 17.30



VUOI PARTECIPARE A QUESTO PERCORSO GRATUITO?

PER ISCRIVERTI (CON NUMERO DI
MATRICOLA E CORSO DI LAUREA),

CONTATTACI A:

CONSULENZA.PSICOSOCIALE@UNIMIB.IT

PER ULTERIORI INFORMAZIONI:

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





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



LIFE DESIGN PSY-LAB

PERCORSO
-L'UNIVERSITÀ DA *MATURE STUDENTS*-

Cerchi un modo per conciliare il tuo essere
adulto, lavoratore e/o persona con
carichi di cura con la vita universitaria?

Vuoi confrontarti con altri studenti adulti e
conoscere l'esperienza di chi è nella tua
stessa situazione?

PRIMO INCONTRO - WEBEX

26/10/2022 DAL SOGNO AL PROGETTO

**Cosa mi ha spinto ad iscrivermi all'università
da adulto?**

Come posso affrontarla al meglio?

SECONDO INCONTRO - WEBEX

**16/11/2022 STRUMENTI E RISORSE PER
AFFRONTARE LE SFIDE UNIVERSITARIE**

**Quali competenze devo sviluppare
per affrontare al meglio l'Università?**

**Come posso gestire efficacemente il
mio tempo di vita da adulto e di
studio?**

TERZO INCONTRO - WEBEX

28/11/2022 OBIETTIVI E PIANI D'AZIONE

**Come posso migliorare la qualità della mia
esperienza universitaria da adulto?**

**TUTTI GLI INCONTRI SI SVOLGERANNO
ONLINE -WEBEX**

DALLE ORE 18.00 ALLE ORE 19.30



VUOI PARTECIPARE A QUESTO PERCORSO GRATUITO?

CONTATTACI ALL'INDIRIZZO MAIL

(indicando numero di matricola e CdL):

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