



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

