



Università di Camerino

Prorettorato
Pari Opportunità, Tutela e Garanzia della Persona

Servizi agli Studenti



Gruppo teorico-esperenziale *Studio*

E tu ... come studi?

condotto da **Federica Rossi** Psicologa

il martedì dalle 16.30 alle 18.30, con cadenza settimanale, per **8 incontri**

Camerino

Polo informatico 'Carla Lodovici' - Edificio B - via Madonna delle Carceri 7
da martedì **10 maggio 2022**

Per capire di cosa si tratta, iniziare a parlare di approccio allo studio e comprendere se è il momento "giusto" per intraprendere il percorso!

"Leggo, sottolineo e ripeto!"

Sei sicuro che studiare si tratti solo di questo?
Ti sei mai fermato a riflettere su quali aspetti entrano in gioco durante il tuo studio?

Obiettivi del percorso

Potrai riflettere sul tuo approccio allo studio e diventare più consapevole dei processi implicati nello studio, di come funziona la motivazione allo studio, come gestire l'attenzione e la concentrazione, di come organizzi e pianifichi il tempo e di come ti approcci all'elaborazione dei contenuti. Un atteggiamento più attivo riflessivo e consapevole potrà aiutarti a comprendere e gestire i momenti più difficili e faticosi dello studio.

Struttura del percorso

In ogni incontro ci concentreremo su una tematica in particolare che verrà approfondita da un punto di vista teorico e poi attraverso pratiche esperienziali, esercitazioni e condivisioni in gruppo.

Il percorso è a numero chiuso e prevede fino ad un massimo di 20 partecipanti.

Per iscrizioni ed informazioni rivolgersi alla segreteria del **Servizio di consulenza e benessere UNICAM**
segreteria.consulenzapsicologica@unicam.it
tel. 0737 404604

