



Università
degli Studi di
Messina

CENTRO ORIENTAMENTO
E PLACEMENT D'ATENE0



LABORATORI DI POTENZIAMENTO A FAVORE DEGLI STUDENTI

L'UCT "Orientamento e Placement" nel perseguire la finalità di supportare gli studenti nell'autoriflessione su eventuali difficoltà incontrate nel corso degli studi universitari, che ostacolano il raggiungimento degli obiettivi di carriera attesi, ha predisposto un programma di attività laboratoriali finalizzati allo scopo.

Le suddette attività si svolgeranno in presenza presso i locali di Palazzo Mariani, via Consolato del mare n. 41 - Messina, Aula Ausilioteca.

L'intero ciclo dei laboratori (4 incontri) avrà una durata di 12 ore e vi potranno partecipare massimo 15 studenti. Sarà comunque replicabile fino ad esaurimento delle richieste.

Per la frequenza alle 12 ore laboratoriali è previsto il riconoscimento di 1 CFU, secondo le indicazioni proposte dai rispettivi corsi di laurea.

1) Scelta universitaria – Motivazioni, interessi e aspettative

3 marzo 2023 ore 10,00 -13,00

2) Consapevolezza di sé: gestione delle emozioni e dello stress

10 marzo 2023 ore 10,00 -13,00

3) Autoriflessione sulle problematiche che contrastano il successo negli studi e riprogrammazione dell'impegno

17 marzo 2023 ore 10,00 -13,00

4) Take home message: riflessioni conclusive

24 marzo 2023 ore 10,00 -13,00

PROGRAMMA

1) Laboratorio “ Scelta universitaria – motivazioni, interessi e aspettative”

A cura della dott.ssa Laura Zanghì con la collaborazione dei dott.: Lucia Guerrisi, Laura Culicetto e Alberto De Luca

3 marzo 2023 - ore 10.00 -13.00

Aula Ausilioteca Palazzo Mariani

Obiettivi: Sviluppare e/o consolidare la capacità di riflettere sulle scelte e sugli impegni assunti.

2) Laboratorio " Consapevolezza di sé: gestione delle emozioni e dello stress "

A cura della dott.ssa Laura Culicetto con la collaborazione dei dott.: Lucia Guerrisi, Laura Zanghì e Alberto De Luca

10 Marzo 2023 - ore 10.00 -13.00

Aula Ausilioteca Palazzo Mariani

Obiettivo: Favorire la consapevolezza emotiva e l’autovalutazione sulle abilità di problem solving e di coping nelle situazioni di stress.

3) Laboratorio “Autoriflessione sulle problematiche che contrastano il successo negli studi”

A cura della dott.ssa Lucia Guerrisi con la collaborazione dei dott.: Laura Zanghì, Laura Culicetto e Alberto De Luca

17 marzo 2023 - ore 10.00 -13.00

Aula Ausilioteca Palazzo Mariani

Obiettivi: Contrastare il ritardo nel raggiungimento degli obiettivi formativi del percorso di studi e far emergere problematiche connesse a: autostima, autoefficacia e stili attributivi.

4) Laboratorio “Take home message: riflessioni conclusive”

A cura del dott. Alberto De Luca con la collaborazione delle dott.sse Laura Zanghì, Lucia Guerrisi e Laura Culicetto

24 Marzo 2023 - ore 10.00 -13.00

Aula Ausilioteca Palazzo Mariani

Obiettivi: Riflettere sui laboratori precedenti - promuovere la costruzione di strategie pratiche per fronteggiare e superare gli ostacoli del percorso universitario.

Per iscrizioni inviare mail a: orientamento@unime.it