



“REALE VS IDEALE”

LAVORARE SULL’AUTOSTIMA

Partecipa ai 5 incontri di gruppo per:

- Lavorare sull’autostima e migliorare la consapevolezza di te
- Esplorare il tuo dialogo interno superando l’autocritica
- Scoprire il tuo rapporto con il giudizio esterno e i suoi effetti
- Valutare la tua percezione di efficacia in diversi contesti

Gli incontri sono gratuiti e rivolti agli studenti iscritti all’Università di Padova:

2° Edizione - Giovedì 20, 27 novembre, 4, 11, 18 dicembre dalle 16.00 alle 17:30 - IN PRESENZA

Per iscriverti compila il Form Google dell’edizione che ti interessa

Affrettati,
i posti sono limitati

Link Form:
<https://forms.gle/1JanTSrTtSs8UG1eA>

Per info e contatti:
sap.bsr.scup@unipd.it