



Centro
di Ateneo
Servizi
Clinici
Universitari
Psicologici

“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:**

**1° Edizione - Giovedì 26 febbraio e 5,
12, 19, 26 marzo dalle 16.15 alle
17.45 - IN PRESENZA**

**Per iscriverti compila il
Form Google dell'edizione
che ti interessa**

**Affrettati,
i posti sono limitati**

Link Form:

**[https://forms.gle/AhpHuV6nNrE
oruURA](https://forms.gle/AhpHuV6nNrEoruURA)**

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

