



Centro  
di Ateneo  
Servizi  
Clinici  
Universitàri  
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 9, 16, 23, 30 ottobre e 6 novembre 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/6zUCNinjDqrPMreT6>

Per info e contatti:  
[sap.bsr.scup@unipd.it](mailto:sap.bsr.scup@unipd.it)