Calendario 2026

15 gennaio
Il tempo dalla tua parte
Gestire il tempo con efficacia per creare spazio per sè

29 gennaio
Al centro il tuo benessere
Attivare le proprie risorse per prendersi cura di sè ogni giorno

12 febbraio
Coltiva relazioni vere
Ascoltare, esprimersi e connettersi per costruire legami veri

26 febbraio
Sereni anche sotto pressione
Affrontare ansia e stress con strategie pratiche e mirate

12 marzo
Costruisci il tuo domani
Immaginare nuovi scenari e definire i prossimi passi

Progetto Matricolando

E' ORA DI ENTRARE IN SCENA

LABORATORI DI PSICODRAMMA PER MATRICOLE UNI BS 2025/26

Ciclo di incontri di gruppo per sviluppare maggiore consapevolezza di sé e delle proprie potenzialità attraverso metodologie esperienziali

Con certificazione delle ore ai fini dei CFU

Contact us

matricolando@unibs.it

https://www.unibs.it/it/spazio-studenti

Conduttrici

Team di psicologhe ad approccio psicodrammatico & psicoterapeute in formazione, esperte nella conduzione di gruppi attraverso tecniche attive e partecipative

Location

Centro di Ateneo
"Spazio Studenti"
Viale Europa 39 - Brescia

Orario

dalle ore 20.00 alle ore 22.00

"Ogni trasformazione autentica comincia da un atto di coraggio."

J. L. Moreno

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI BRESCIA

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Psicodrammatica