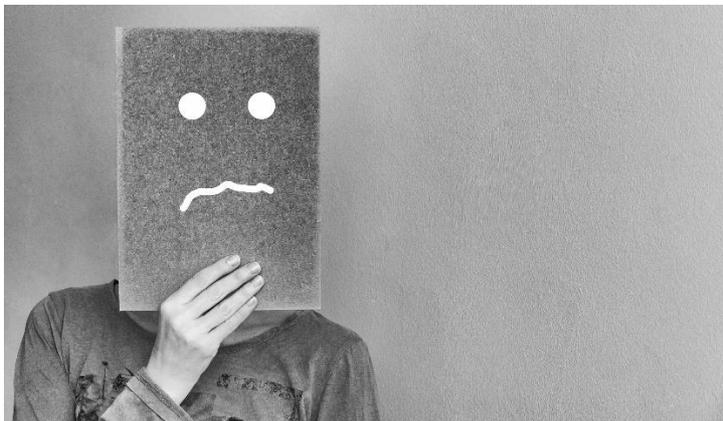


# EMOZIONI & Co

**Incontri psico – educativi di gruppo  
per gestire al meglio pensieri ed emozioni**



**Lo studio ti fa impazzire? Lo studio non è un problema ma ci sono alcuni aspetti della vita universitaria, come l'ansia d'esame, relazioni e/o convivenze difficili? In generale è un momento faticoso? Ci sono pensieri e/o emozioni che a volte/spesso ti mettono in crisi?**

**Il 27 novembre, ripartono gli Incontri Psico-educativi di gruppo dello Sportello Psicologico dell'Ardiss.**

Si parlerà ad esempio di emozioni/pensieri, autostima, relazioni interpersonali, capacità assertive, bisogni/desideri e tanto altro ancora.

## **Perché incontri di gruppo?**

Nel gruppo, si possono condividere esperienze, sperimentare il non giudizio, l'accettazione e l'accoglienza. Può essere una base sicura per consapevolizzare difficoltà e bisogni, un luogo dove non sentirsi estranei o diversi ed iniziare a porre le radici di un cambiamento.

## **Quando?**

da mercoledì 27 Novembre

## **Frequenza?**

2 volte al mese

## **Orario?**

17:30 - 19:00

## **Dove?**

Casa dello studente  
di via Gaspare Gozzi 5  
Trieste

---

## **Per Info e Iscrizioni:**

Dott.ssa Alessandra Scarcia  
3392966291  
(lun-ven 9-17)

Sportello Psicologico  
di via Gozzi 5  
Trieste  
040-3595359  
(lun e gio 12:30 - 17:00)  
[psicologo.trieste@ardiss.fvg.it](mailto:psicologo.trieste@ardiss.fvg.it)

---



agenzia regionale  
per il diritto agli studi superiori  
Friuli Venezia Giulia