



Unione Europea
FONDO SOCIALE EUROPEO



UNI ORIENTA
Centro Orientamento di Ateneo

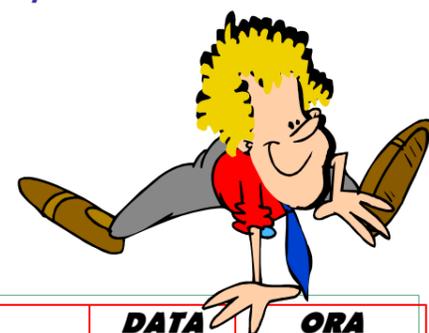
Progetto
ICARO+
Orientamento

LAB - TRAINER

Un mese di grandi appuntamenti

L'Open Space, all'interno del S.O.S. (Sostegno Orientamento Studenti) - Progetto ICARO+, ti invita a partecipare ad una serie di incontri tematici frutto di un attento ascolto dei bisogni degli studenti della Mediterranea. Si tratta di un percorso di laboratori extra didattici pensati per coloro che vogliono essere protagonisti attivi della propria vita a partire dall'iter universitario, sviluppando una serie di competenze personali! Non perdere l'occasione di "diventare" senza smettere di "essere".

► L'iscrizione gratuita ai laboratori potrà avvenire tramite e-mail all'indirizzo unitrainer@unirc.it



Calendario Laboratori

TITOLO	MODALITA'	LUOGO	DATA	ORA
ABILITA' RELAZIONALI	<i>Parte Teorica: le life skills Parte Pratica: tecnica di valutazione personale</i>	Facoltà di Ingegneria	06.05.08	19:00/21:00
COMUNICAZIONE	<i>Parte teorica: cenni sulla teoria della comunicazione, le barriere alla comunicazione, gli assiomi della comunicazione Parte pratica: role playing</i>	Facoltà di Agraria	07.05.08	19:00/21:00
TECNICHE DI COMUNICAZIONE EFFICACE	<i>Parte teorica: tecniche di ascolto, comunicazione assertiva e costruzione dei messaggi assertivi Parte pratica: esercitazioni</i>	Casa dei giovani	08.05.08	19:00/21:00
GRUPPO E DINAMICHE DI GRUPPO	<i>Parte teorica: concetto di gruppo e di gruppo di lavoro, caratteristiche di un gruppo Parte pratica: preparare un pranzo assieme</i>	Parco universitario	10.05.08	10:30/12:30
CONOSCENZA DI SÈ E CONSAPEVOLEZZA DELLE PROPRIE EMOZIONI	<i>Parte teorica: le emozioni come i messaggi Parte pratica: simulazioni</i>	Facoltà di Agraria	12.05.08	19:00/21:00
COME AFFRONTARE/GESTIRE INSUCCESSI E FALLIMENTI	<i>Parte teorica: abilità di coping per il fronteggiamento delle situazioni di insuccesso Parte pratica: circle time</i>	Facoltà di Ingegneria	15.05.08	19:00/21:00
GESTIONE EFFICACE DI STRESS, ANSIA E FRUSTRAZIONI	<i>Parte teorica: distinzione tra ansia fisiologica e patologica, eustress e distress, frustrazioni ed aggressività Parte pratica: scrittura e disegno creativo</i>	Parco universitario	17.05.08	10:30/12:30
TECNICHE DI RILASSAMENTO	<i>Parte teorica: indicazioni teoriche su tecniche di rilassamento Parte pratica: training autogeno</i>	Facoltà di Ingegneria	19.05.08	19:00/21:00
CONFERENZA	<i>Conferenza di restituzione alla comunità accademica del questionario sull'analisi dei bisogni somministrato e sulle attività dei laboratori svolte</i>	Teatro Siracusa	22.05.08	19:00/21:00
TAVOLA ROTONDA e sintesi dei risultati	<i>Cena con docenti, studenti, personale TA</i>	Casa dei giovani	04.06.08	20:00/22:00

EQUIPE FORMATIVA

Prof. Valerio Chiovaro
Dott. Giovanni Mazza
Dott.ssa Viviana Caprino
Dott.ssa Katia Marabello
Dott.ssa Cinzia Bottalico
Dott.ssa Elisa Mascaro
Dott.ssa Lucia Piras
Ing. Alfredo Pudano



Luoghi e date possono essere soggetti a variazioni

Ambito Tematico ORI 05
"Iniziativa Tutorato Orientamento e Counselling Psicologico"
Attività n. 51 S.O.S. (Sostegno Orientamento Studenti)
Resp. di iniziativa: Prof. Andrea Donato

Per ogni informazione rivolgersi ad unitrainer@unirc.it
tel. 3348605497