

## Servizio di sostegno allo studio

---

Perchè rivolgersi a questo servizio? E' un servizio gratuito che si rivolge a tutti gli studenti iscritti all'Università di Perugia che hanno difficoltà legate allo studio e al loro percorso accademico. Lo scopo del servizio è quello di comprendere le ragioni delle difficoltà legate all'attività di studio e offrire un aiuto concreto e competente. In cosa possiamo aiutarti: comprendere i comportamenti di studio poco efficaci e vantaggiosi, cercare di correggerli attraverso un intervento mirato. Come? - migliorando il tuo rendimento nello studio ->; Organizzandolo in maniera più efficiente, pianificando i diversi momenti dello studio, offrendoti un metodo valido; - aiutandoti a gestire l' emotività (ansia e paure legate alla preparazione e al sostegno dell'esame, rinforzare la tua motivazione); - facilitando il rapporto e la comunicazione con il docente e con gli altri studenti. Cosa offre il Servizio: Consulenze individuali: si tratta di colloqui individuali con uno psicologo: nello specifico si offre uno spazio di ascolto relativamente alla problematica dello studio (ansia da esame, difficoltà a memorizzare, difficoltà ad apprendere, a concentrarsi). Lo studente potrà comprendere meglio le proprie modalità di studio e correggere i cattivi comportamenti ad essa legati. Gruppi: I gruppi di lavoro per promuovere e rinforzare le abilità di studio sono rivolti agli studenti universitari che presentano specifiche problematiche di rendimento accademico. Sono aperti agli studenti di tutte le facoltà e gli anni di corso. I gruppi hanno la finalità di rendere lo studente più consapevole delle sue tecniche di studio e comprendere quali sono i punti di forza e punti di debolezza. I gruppi si articoleranno in un ciclo di sei incontri della durata di due ore circa sulle seguenti tematiche: · La motivazione: impegno e motivazione nello studio · L'organizzazione: come organizzare e programmare lo

studio personale. · Metodo: le strategie di apprendimento e gli stili di pensiero. · Memorizzazione: tecniche e strategie di memorizzazione che consentano di velocizzare il processo e memorizzare più a lungo i contenuti. · Gestione dell'emozione: ansia da esame e stress. Quando Sede di Perugia: Il Servizio ha il seguente orario di ricevimento: il lunedì dalle ore 10.00 alle ore 12.00 ATTENZIONE! Data e ora del primo incontro verranno fissati previo appuntamento telefonico chiamando la segreteria allo 075/4693258. Per contattarci puoi: - chiamare allo 075/ 4693258 - inviare una e-mail all'indirizzo: [lozaino@adisupg.it](mailto:lozaino@adisupg.it) - scrivere all'indirizzo mail per una consulenza on-line: [consulenza@radiophonica.com](mailto:consulenza@radiophonica.com) Sede di Terni: il Servizio ha il seguente orario di ricevimento: il 2° e il 4° martedì di ogni mese: dalle ore 10.00 alle ore 12.00 ATTENZIONE! Data e ora del primo incontro verranno fissati previo appuntamento telefonico chiamando la segreteria allo 0744/431224. Per contattarci puoi: - chiamare allo 0744/431224 - inviare una e-mail all'indirizzo: [lozaino@adisupg.it](mailto:lozaino@adisupg.it) - scrivere all'indirizzo mail per una consulenza on-line: [consulenza@radiophonica.com](mailto:consulenza@radiophonica.com)

---

Categoria

Comunicazioni istituzionali

Pubblicato

18/09/2019 - 10:06

Inserito da admin 30/06/2009 - 11:03.

Ultima modifica

14/04/2023 - 19:06