



Ministero
dell'Università
e della Ricerca



Area Servizi agli Studenti
**Consulenza
e Benessere Psicologico**



m Mente in
Movimento

ME.MO - Menti in Movimento

Percorso psicoeducativo di gruppo per il benessere universitario

rivolto alle studentesse e agli studenti della **Scuola di Architettura e Design**

Ascoli Piceno primo incontro del 23 aprile 2026

giovedì ore 9/11

8 incontri in presenza, condotti da psicologhe, basati sul modello della **mentalizzazione**
+ follow-up a due mesi.

Lavoreremo su: regolazione emotiva, autostima, relazioni, gestione del tempo e dello stress.

Il gruppo è il cuore del percorso: un ambiente accogliente e di fiducia dove condividere e confrontarsi con altri studenti permette di sviluppare nuove prospettive e competenze.

Gruppi da 6 a 10 partecipanti

Attività pratiche, role-playing e strumenti utili per la vita universitaria

Prima di iscriverti al gruppo compila la survey



Partecipa ai Gruppi Me.Mo!

Iscrizione tramite QR code



Completamento del percorso:
riconoscimento di **2 CFU**

Per ulteriori informazioni

cristina.polini@unicam.it - justnamaria.poniatowska@unicam.it