



Ministero  
dell'Università  
e della Ricerca



PRO-BEN



APPROCCIO  
RETICOLARE E SISTEMICO  
ALLA PROMOZIONE DEL  
BENESSERE PSICOFISICO DELLA  
POPOLAZIONE STUDENTESCA



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI  
SUOR ORSOLA  
BENINCASA

## Laboratorio Territoriale Regionale **Parlare chiaro, vivere meglio**

START:

# 11 Giugno 2025

Il laboratorio si propone di sviluppare le competenze assertive degli studenti universitari, fornendo loro strumenti pratici per gestire i conflitti, migliorare la comunicazione e affrontare lo stress accademico. Attraverso attività esperienziali, simulazioni e riflessioni, i partecipanti impareranno a stabilire confini sani, a comunicare in modo chiaro ed empatico e a gestire le emozioni in contesti universitari.

Responsabile laboratorio  
**Carla Nasti**

Numero minimo e massimo partecipanti: **10 - 20**  
Durata: **2 mesi**

Giorno e orario di erogazione del laboratorio:

**Mercoledì 11 Giugno - 14:00 / 16:00**

**Mercoledì 18 Giugno - 14:00 / 16:00**

**Mercoledì 25 Giugno - 14:00 / 16:00**

**Mercoledì 2 Luglio - 14:00 / 16:00**

Luogo di svolgimento delle attività

**Università degli Studi Suor Orsola Benincasa**

**Napoli Dipartimento di Scienze formative,  
psicologiche e della comunicazione**

Corso Vittorio Emanuele, 292 - 80134 - Napoli

Preiscrizioni aperte dal **8 Aprile al 31 Maggio 2025**

Il Laboratorio consentirà di acquisire l'open badge



iscriviti su

**StaiChill.it**