



Università
degli Studi di Catania



COUNSELING PSICOLOGICO D'ATENEO -CPd'A-



CInAP - Centro
per l'Integrazione
Attiva e Partecipata
Servizi per la disabilità



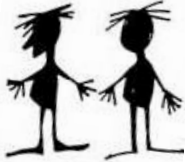


Il Counseling Psicologico dell'Ateneo di Catania -**CPd'A**- attivo già da diversi anni, **si rivolge agli studenti universitari in itinere e si propone di aiutare i giovani a superare talune difficoltà che, impedendo loro di vivere adeguatamente l'esperienza universitaria, ne condizionano il rendimento accademico.**

Le aree d'indagine ed intervento prendono in considerazione i seguenti fenomeni:

- stati ansiogeni
- disagio accademico
- inadeguata organizzazione dello studio
- relazioni interpersonali insoddisfacenti

COUNSELING PSICOLOGICO INDIVIDUALE



ORGANIZZAZIONE E STRUTTURA



ACCOGLIENZA

Prevede un servizio di segreteria che
assolve al compito di:

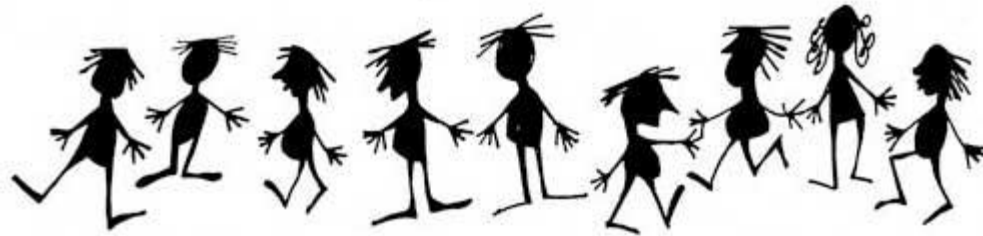
- organizzare gli appuntamenti
- fare redigere la [scheda di accoglienza](#) e il [consenso al trattamento dei dati personali](#).



MODALITÀ DI INTERVENTO



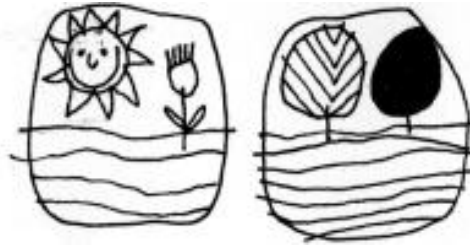
. **Counseling Individuale**



. **Counseling di gruppo**

in collaborazione con le Facoltà dell'Ateneo

COUNSELING PSICOLOGICO INDIVIDUALE



INTERVENTO

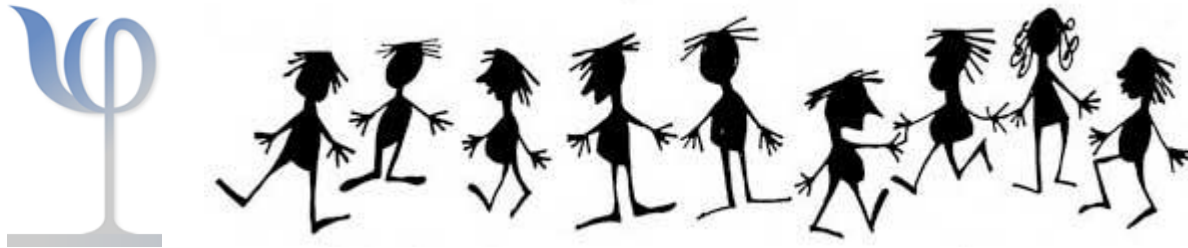
Il counseling individuale prevede un **ciclo di incontri consistenti in colloqui e test psico diagnostici.**



Partendo dalle problematiche della persona ci si propone di **favorire**, attraverso un'indagine di sè, **il processo di acquisizione di strategie per la risoluzione dei problemi.**

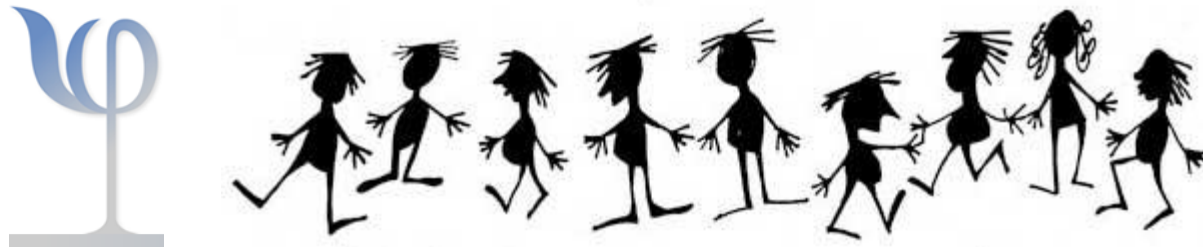
COUNSELING PSICOLOGICO DI GRUPPO

ORGANIZZAZIONE E STRUTTURA



**“IO NEL GRUPPO:
LA SCOPERTA DI UNA NUOVA DIMENSIONE”**

• GRUPPI DI COUNSELING PSICOLOGICO



- *gruppi di counseling psicologico*

Consentono ai partecipanti di prendere coscienza delle dinamiche relazionali tra gruppo ed individuo, li aiutano a potenziare le proprie capacità di ascolto e a sviluppare strategie autonome di gestione dell'ansia e delle emozioni.

Favoriscono l'acquisizione di conoscenze e di strategie atte a migliorare l'organizzazione del metodo di studio, la concentrazione e la memoria.

PROGETTI OPERATIVI

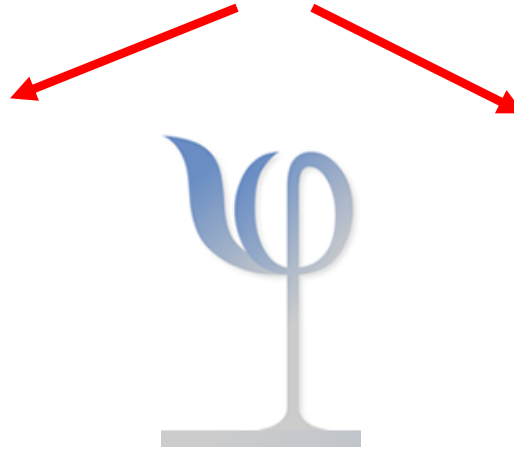
Per le matricole

Fornire agli studenti degli strumenti di adattamento al nuovo contesto universitario

Organizzazione di seminari presso le Facoltà

Counseling di gruppo

Counseling psicologico individuale



Per gli studenti ripetenti e fuori corso

Fornire agli studenti l'occasione per operare una scelta produttiva

Organizzazione di seminari presso le Facoltà e pubblicizzazione specifica dell'iniziativa

Presenza di contatto e proposta operativa:

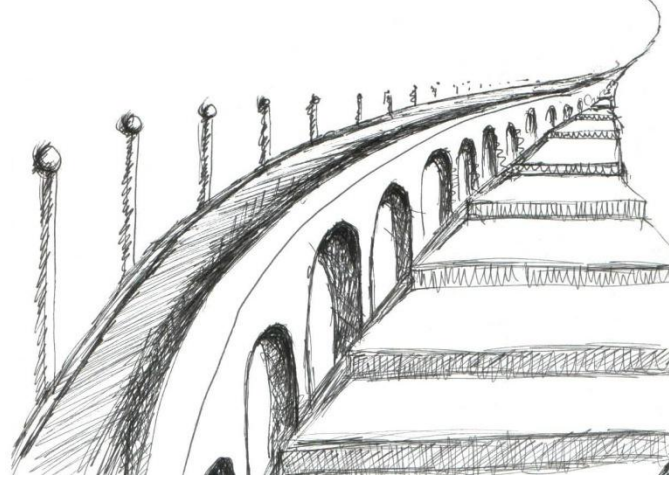
- counseling individuale per la messa a fuoco delle difficoltà legate all'identità di "studente fuori corso" e per supportarlo nell'operare una scelta consapevole:
 - A) proseguire il percorso fittizio di "studente"
 - B) impegnarsi a percorrere un terreno nuovo e costruttivo alla ricerca di una individualità nuova e produttiva?
 - C) continuare il percorso di studente con impegno?

Counseling di gruppo



Il percorso universitario è un momento di crescita importante, ricco di esperienze e di opportunità.

Passaggio Scuola-Università



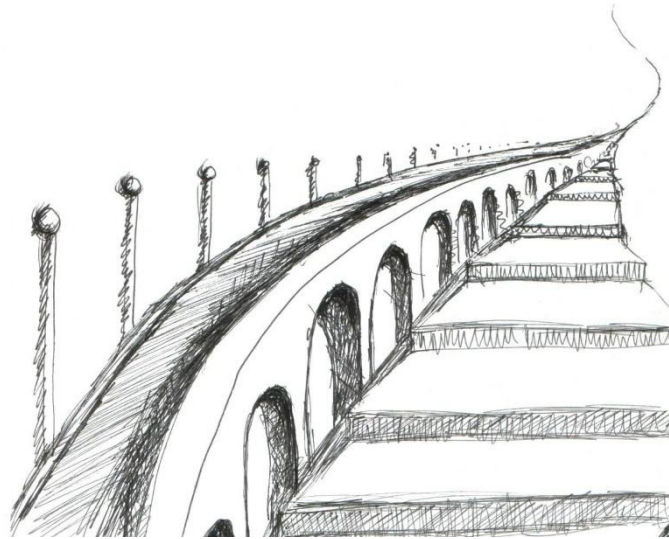
Scuola

- Conosciuto
- Percorso strutturato / Ambiente protetto (regolamentazione e controllo)
- Assetto spazio-temporale assicurato dai docenti
- Piccoli gruppi (classe) che favoriscono le relazioni

Università

- ▶ Nuova dimensione
- ▶ Percorso libero / Ambiente anonimo che richiede abilità di auto-organizzazione
- ▶ Gestione assetto spazio-temporale in autonomia
- ▶ Grandi gruppi (aule universitarie)

Passaggio Scuola-Università



Scuola

- Metodo di studio centrato su singole parti di programma
- Metodo di apprendimento lettura-ripetizione, studio sistematico e compilativo

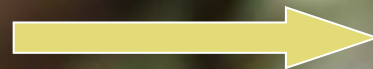
Università

- ▶ Metodo di studio centrato su programmi ampi
- ▶ Metodo di studio e apprendimento flessibile

Passaggio Scuola-Università

- ▶ **Perdite (status, relazioni con i vecchi compagni, sicurezze, conosciuto...)**
- ▶ **Opportunità: scoperta di “nuove dimensioni” (status, amicizie, luoghi...)**

Dipendenza



Autonomia



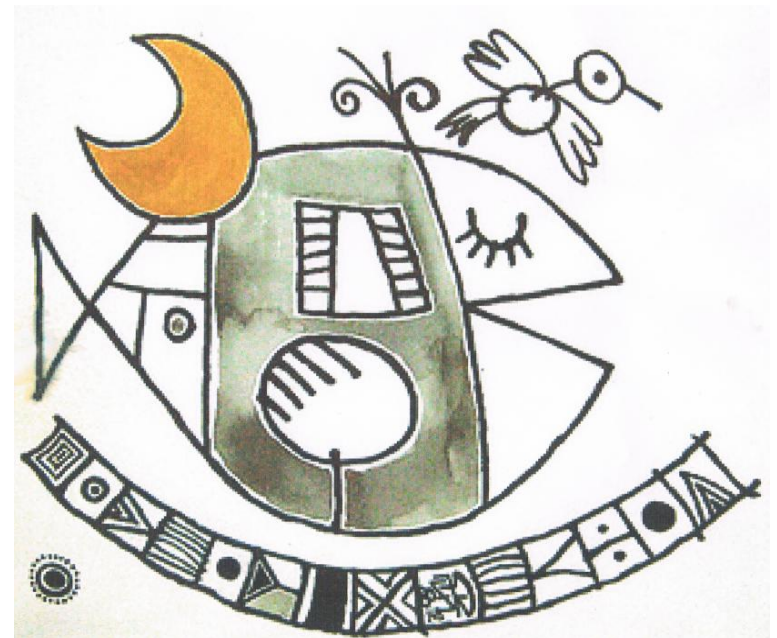
La nuova esperienza può generare:

- Preoccupazione per l'organizzazione dello studio
- Ansia da prestazione
- Difficoltà nella concentrazione
- Disadattamento al contesto universitario
- Disorganizzazione spazio-temporale
- Difficoltà relazionali

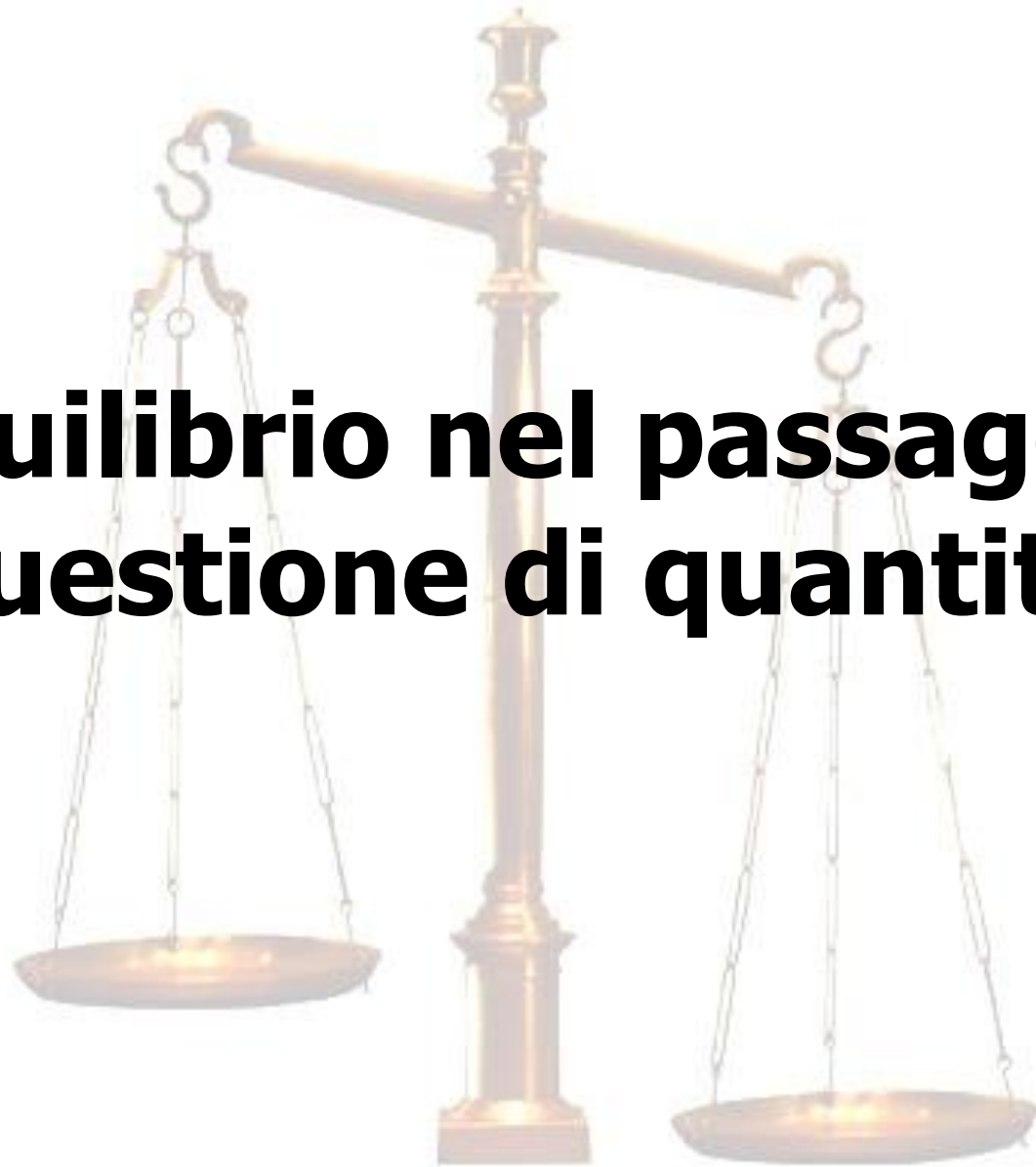


Io, studente fuori sede...

- ▶ Disorientamento
- ▶ Sentimenti di solitudine
- ▶ Anonimato
- ▶ Mancanza degli abituali punti di riferimento
- ▶ Radicale cambiamento di abitudini e nuova dimensione di autonomia
- ▶ Idealizzazione e delusione
ma anche...
- ▶ Maggiore indipendenza
- ▶ Responsabilizzazione
- ▶ Nuove possibilità



**Equilibrio nel passaggio:
questione di quantità?**



Orizzonte accoglienza



► **CONSAPEVOLEZZA
E CAPACITA' DI PROBLEM SOLVING**

FACOLTÁ DI SCELTA: STRUMENTI OPERATIVI

- ABILITÁ SOCIALI
- TOLLERANZA DELLE FRUSTRAZIONI
- PENSIERO POSITIVO
- GESTIONE DELL'ANSIA
- CREATIVITÁ

Il Servizio è gestito da un'equipe di psicologi nel rispetto massimo della privacy.



**Per informazioni
e/o prenotare un primo colloquio**

- Tel. +39 095.7307041-40
(lunedì e venerdì dalle 9,00 alle 13,00)
- Fax +39 095 7307191
- e-mail: counseling.psicologico@unict.it
- Sede: via A. Di Sangiuliano n. 197