



## COMPRENDERE E IDEARE IL PROPRIO FUTURO

### DESCRIZIONE CORSO

Durante il percorso, studenti e studentesse saranno guidati **nell'immaginare le proprie possibili carriere universitarie**, a partire da competenze, desideri e attitudini, **tenendo conto delle possibilità che li circondano**. Sarà affrontato il tema della scelta, passando per i conflitti decisionali attraverso la relazione tra la percezione che gli studenti hanno di loro stessi e le ambizioni che sono state costruite nel tempo. Si parlerà di soft skill, attitudini e competenze e conflitti.

### MODALITÀ DI SVOLGIMENTO E METODOLOGIA

Il corso sarà svolto in presenza, e caratterizzato da un approccio interattivo.

### ORGANIZZAZIONE E TEMATICHE

Il corso si articola in 5 incontri da 3 ore ciascuno, da tenersi presso le strutture dell'Ateneo

#### 1° Orientamento informativo

Che cos'è l'Università e come viverla pienamente? Perché ci si dovrebbe iscrivere all'università? Quali opportunità si avranno a disposizione? Tante domande alle quali si proverà a dare una risposta, in modo da consentire a ciascuno di operare la scelta in modo consapevole.

#### 2° Orientamento a partire da sé stessi

Come percepisci te stesso\*, che valore di ai tuoi interessi e alle tue passioni, quali risorse pensi di avere e come le poni in relazione con la scelta del percorso accademico. Questi e tanti altri, saranno i temi toccati durante l'incontro. Inoltre, si approfondiranno i criteri di scelta, da chi e/o che cosa sono stati influenzati.

#### 3° Le soft skills

Cosa sono e perché sono richieste sia nello studio che nel lavoro? Come implementarle e sfruttarle nei vari ambiti. Cosa sono le competenze chiave dell'EU?

#### 4° Come affrontare i bivi della vita

Come funzionano le strategie di decision making quando si tratta di scelte complesse e a lungo termine.? La scelta è un momento di crisi o di crescita? È possibile scegliere in autonomia?

#### 5° I conflitti decisionali

A volte si sceglie a volte no, si evita. Quali sono le strategie possibili per affrontare il conflitto decisionale e le strategie di coping? La gestione del conflitto è una competenza sociale?

