



## Centro Counseling Psicologico

### Che cos'è

Uno spazio gratuito di ascolto e di riflessione con professionisti qualificati con cui poter parlare delle difficoltà che si stanno incontrando lungo il proprio percorso di formazione.

### A chi è rivolto

Studentesse e studenti di tutti i Corsi di laurea, di dottorato e di specializzazione, assegniste e assegnisti di ricerca.

### Obiettivo

Sostenere il percorso di studi e di crescita personale delle studentesse e degli studenti Sapienza, favorendo la comprensione dei propri stati mentali ed emotivi e la capacità di affrontare le sfide universitarie e relazionali.

### Modalità

I colloqui avvengono in presenza presso il Centro Counseling della Sapienza.

La modalità da remoto è prevista esclusivamente per le studentesse e gli studenti che frequentano i corsi presso le sedi decentrate (Es. Polo universitario di Latina o di Rieti) o che sono impegnati in programmi di mobilità internazionale (es. Erasmus).

### Come funziona

Per il **Counseling Individuale** sono previsti 4 Colloqui gratuiti di consulenza psicologica a cadenza settimanale seguiti da 1 Incontro di follow-up a distanza di 3 mesi; per il **Counseling di Gruppo** sono previsti 6 Colloqui gratuiti di consulenza psicologica a cadenza settimanale.

### Tipologie di Counseling

- Counseling psicologico individuale
- Counseling psicologico individuale per studenti in mobilità internazionale sia in entrata che in uscita
- Counseling psicologico di gruppo
- Counseling psicologico di gruppo per dottorandi di ricerca
- Counseling psicologico individuale per situazioni di emergenza (violenza di genere, discriminazione e per provenienza da Paesi attualmente in guerra o in cui si stanno verificando catastrofi naturali)

### Come contattare il Centro

[servizi.counseling@uniroma1.it](mailto:servizi.counseling@uniroma1.it)



### Dove si trova

La sede del Centro Counselling si trova all'interno della Città Universitaria, Edificio C U002, piano terra - Piazzale Aldo Moro 5.

