

SERVIZIO DI CONSULENZA PSICOLOGICA

Che cos'è la consulenza psicologica?

E' un percorso di sostegno psicologico limitato nel tempo per far fronte a difficoltà, per chiarirsi le idee davanti a scelte importanti o semplicemente per conoscersi meglio.

A chi si rivolge questo servizio?

Il Servizio è rivolto a tutti gli iscritti all'Università degli Studi di Trieste, della S.I.S.S.A., del Conservatorio di musica Tartini di Trieste, degli iscritti all'Università degli Studi di Udine che frequentano il polo universitario di Gorizia.

Quali sono gli obiettivi?

- Offrire allo studente la possibilità di affrontare assieme ad uno psicologo le difficoltà di adattamento alla vita universitaria, legate ad un errato metodo di studio, dovute ad un calo della motivazione allo studio
- Fronteggiare l'ansia da esame
- Avere un confronto sulle scelte del curriculum di studi
- Affrontare problematiche personali e relazionali, non collegate con il ruolo di studente
- Avere delle informazioni sulla rete locale legata alla salute mentale
- Prendersi uno spazio di crescita personale
- Promuovere le abilità di autonomia personale legate alla transazione all'età adulta
- Sostenere i percorsi degli studenti diversamente abili e favorirne l'inclusione universitaria
- Individuare e iniziare percorsi di cura di sé in strutture pubbliche specialistiche

Da chi è svolto?

Il responsabile del Servizio è uno psicologo psicoterapeuta iscritto all'Ordine degli Psicologi del Friuli Venezia Giulia.

Quanto costa?

Il servizio è assolutamente gratuito.

Quali sono le modalità di intervento?

La consulenza si esplica in un ciclo di 5 incontri a cadenza settimanale, della durata di 50 minuti ciascuno. E' possibile aggiungere un ulteriore ciclo di 5 incontri, all'occorrenza.

Il servizio è coperto da riservatezza.

Come si accede?

Per appuntamento telefonico allo 040.309774 o direttamente presso la sede principale durante gli orari di sportello (martedì e giovedì dalle 10.00 alle 12.00). Si può telefonare direttamente alla dott.ssa Raffaella Brumat (Responsabile del Servizio) al cellulare 328.3229935 ogni giorno fino alle 17.00, oppure scrivere una mail a: psicologo@erdisu.trieste.it

Quali sono le sedi?

La sede principale è a Trieste, in Via Capitelli 17 (Zona Urban).

Ogni venerdì lo psicologo è presente dalle 9.00 alle 10.00 presso gli uffici Erdisu di Salita Monte Valerio 3 a Trieste (Casa dello Studente)

La sede di Gorizia è in Via Mazzini 4 (Palazzo De Bassa, Casa dello Studente di Gorizia).