



Relazione Servizio Counseling 2018

Nel corso dell'A.A. 2017/2018, presso l'Università Telematica "Giustino Fortunato" di Benevento, circa 90 studenti hanno usufruito direttamente delle prestazioni erogate dal Servizio Counseling di Ateneo.

È stata organizzata e messa a disposizione degli interessati la quarta edizione del Corso di Training Autogeno, ovvero uno spazio in cui decomprimere lo stress e imparare una tecnica per gestire le reazioni di ansia che possono compromettere le performance.

La seconda edizione del laboratorio di "Guida allo studio: time management, stress management e obiettivi" ha visto la partecipazione di circa 50 studenti universitari e di scuola secondaria di secondo grado, interessati ad acquisire metodo e conoscenze per migliorare il proprio approccio agli esami universitari e allo studio in generale. I partecipanti hanno avuto modo di approfondire la conoscenza di: tecniche di memorizzazione e metodi di studio; strategie di comunicazione efficace; ansia da esami; capacità di auto-osservazione e progettualità responsabile.

Il laboratorio di "Career Counseling" ha coinvolto circa 5 studenti, che hanno approfondito nella teoria e nella pratica la conoscenza delle proprie potenzialità sfruttabili al momento dell'ingresso nel mondo del lavoro e le caratteristiche dei team work.

Inoltre, per gli iscritti ai corsi di Laurea dell'Ateneo è stato possibile accedere allo Sportello di Ascolto del Servizio Counseling, che si è posto come punto di riferimento e orientamento psicologico per tutti coloro che si siano trovati a sperimentare momenti di difficoltà di varia natura nell'arco del percorso annuale.

In favore di circa 40 studenti è stata svolta, inoltre, un'operazione di monitoraggio, in prossimità della conclusione della prima sessione di esami: sono stati contattati telefonicamente i neoiscritti presso l'Ateneo, al fine di stimare l'andamento generale della prima parte del loro percorso universitario e promuovere il ricorso alla guida offerta dall'Ufficio Orientamento.

Anche in questo anno accademico, infatti, è stata fondamentale la collaborazione con le addette all'Orientamento di Ateneo, le quali hanno continuato a fornire a tutti gli studenti interessati informazioni appropriate relative ai servizi di consulenza.

I partecipanti coinvolti nelle attività sopra elencate hanno manifestato opinioni di gradimento generale sia rispetto all'interesse e all'accoglienza offerti loro dal Servizio Counseling, sia rispetto all'utilità delle informazioni acquisite in questo ambito. Si è confermato di grande interesse lo studio dei processi cognitivi e neurobiologici coinvolti nell'approccio al mondo universitario e l'applicazione pratica e consapevole di nuovi strumenti.

Infine, anche per quest'anno, le richieste e le proposte degli studenti dell'Ateneo saranno tenute in debita considerazione al fine di progettare nuove attività che possano integrare quelle già avviate e garantire un ulteriore supporto alla qualità del percorso universitario di questo Ateneo.