



UNIMORE

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI
MODENA E REGGIO EMILIA

Seminari

Seminari per grandi gruppi (min 5 persone) orientati al potenziamento delle seguenti aree: ansia e stress, social skills, regolazione emotiva e metodo di studio.

I servizi sono rivolti a studenti e studentesse dei corsi di studio e dottorande e dottorandi dei corsi di Dottorato di ricerca.

Reggio Emilia



Strategie efficaci di studio

Aula F1.4 - [RE 07] - Padiglione

Buccola-Bisi

lunedì 13/04/2026 14:00-16:00



Gestione della frustrazione

Aula D2.5+D2.4 (Aula 9AB)

- [RE 04] - Palazzo Dossetti

(Comunicazione)

mercoledì 06/05/2026 14:00-
16:00



Ansia da esame

Aula D2.5+D2.4 (Aula 9AB)

- [RE 04] - Palazzo Dossetti

(Comunicazione)

martedì 09/06/2026 14:00-
16:00

Modena



Metodo di studio: cos'è e come migliorarlo

Aula P2.2 Edificio 25 -

Dipartimento di Ingegneria

“Enzo Ferrari

martedì 21/04/2026 13.00-
15.00



Gestione della frustrazione

Aula S - Dipartimento di

Giurisprudenza

martedì 12/05/2026 13:00-
15:00



Ansia da esame

Aula P0.2 Edificio 25 -

Dipartimento di Ingegneria

“Enzo Ferrari”

lunedì 15/06/2026 13.00-15.00

Info:

benesserepsicologico.mo@unimore.it

benesserepsicologico.re@unimore.it

<https://www.unimore.it/psicoseminari>