



ALMA MATER STUDIORUM
UNIVERSITÀ DI BOLOGNA

Da "Avrò cura di te" ad "Avrò cura di me": si estende il servizio di supporto psicologico Unibo

Nasce un nuovo sportello in Ateneo per offrire un ulteriore sostegno al personale dell'Università di Bologna. Fino a sette colloqui gratuiti in presenza o online

Bologna, 5 ottobre 2022 - L'Università di Bologna ha lanciato un nuovo servizio di supporto psicologico per il personale di Ateneo: "[Avrò cura di me](#)", sportello gratuito che allarga il Servizio "Avrò cura di te" con un obiettivo ben preciso.

Se il servizio di Ateneo "Avrò cura di te", nato in seguito alla prima diffusione della pandemia del Covid-19, continua a sostenere studentesse e studenti, personale tecnico amministrativo e docenti dell'Alma Mater impegnati nel ruolo di cura come genitori (di bambini in età prescolare/scolare e di adolescenti) e come parenti di anziani o ammalati, **il nuovo sportello "Avrò cura di me"** si apre al personale Unibo (Docenti, Ricercatori, TA, , CEL, Assegnisti, Formatori linguistici, Lettori) per la cura di se stessi e del proprio benessere psicologico.

"Avrò cura di me" intende promuovere lo sviluppo di competenze nell'affrontare il sovraccarico emotivo, le difficoltà relazionali e le situazioni conflittuali della vita lavorativa e quotidiana. E per farlo offre fino a sette colloqui gratuiti, in presenza o online, con lo scopo di aiutare le persone a individuare e utilizzare le proprie risorse interne, sia per migliorare la flessibilità psicologica e il proprio benessere sia per fronteggiare al meglio le incertezze della vita lavorativa e quotidiana e i propri conflitti relazionali.

Responsabile del servizio è la prof.ssa Eliana Tossani del Dipartimento di Psicologia "Renzo Canestrari".

[Maggiori informazioni sul Portale di Ateneo](#)