

Progetto PRO-BEN 2023 - Università per il benessere psicologico: dalla prevenzione all'intervento (UNIBEN-PI)

PRESENTAZIONE GENERALE DEL PROGETTO

PROBEN (UNIBEN – PI) è un progetto nazionale, finanziato dal MUR, dedicato a promuovere il Benessere tra gli studenti delle istituzioni Universitarie e AFAM. Il Politecnico delle Arti di Bergamo partecipa a questa iniziativa in rete con altri 7 atenei lombardi: Università degli Studi di Bergamo, l'Università Bocconi, l'Università degli studi di Brescia, l'Università dell'Insubria, l'Università degli Studi di Milano, Humanitas University e il Capofila Università Milano Bicocca.

Scopo del progetto è sviluppare iniziative dedicate al benessere sotto diversi punti di vista: psicologico, fisico-motorio, di socializzazione e benessere nelle proprie istituzioni, che si sviluppano su diverse Linee d'azione, indicate come A, C, D, E, F e Sport. Ciascuna Linea d'azione prevede l'attuazione di diverse attività.

A. INDAGINE SUL BENESSERE E MALESSERE NELLA POPOLAZIONE UNIVERSITARIA

- Monitorare benessere e malessere della popolazione universitaria
- Definire profili di studenti\esse con diversi livelli di benessere, condizioni di difficoltà o disagio, rischio di sviluppare dipendenze
- Identificare fattori di rischio e di protezione e monitorare le modalità di accesso ai servizi di Ateneo di area psicologica

C. PREVENZIONE SELETTIVA CON STUDENTI FUORI SEDE E INTERNAZIONALI

Attività 1 – Formazione e potenziamento delle life skills

Attività 2 – Promozione attività di socialità e sportive

D. PREVENZIONE INDICATA CON STUDENTI DSA E ALTRI BES

Attività 1 – Monitoraggio percorsi universitari

Attività 2 - Servizio di Counselling di psicologia dell'apprendimento

E. INTERCETTAZIONE SITUAZIONI PROBLEMATICHE

Attività 1 - Campagne di informazione e sensibilizzazione sui Servizi di Ateneo e iniziative sportive

Attività 2 – Formazione a figure peer-to-peer per riconoscimento situazioni di disagio

Attività 3 – Formazione per il personale di Ateneo sul riconoscimento e gestione di situazioni di disagio

F. INTERVENTO PER SITUAZIONI DI MALESSERE, DISAGIO E ABUSO DI SOSTANZE E COMPORAMENTI

Attività 1 – Monitoraggio e verifica dell'efficacia del counselling psicologico breve multiapproccio

Attività 2 - Sperimentazione e miglioramento delle modalità di counselling online

Attività 3 – Definizione ed implementazione di protocolli di interventi di gruppo brevi

Attività trasversale: Valorizzazione attività sportive

- realizzazione e diffusione di campagne informative sulle iniziative già disponibili negli Atenei
- sensibilizzazione e accesso semplificato agli studenti più a rischio
- organizzazione specifiche attività per questi studenti
- offerta di attività gratuite o a tariffe agevolate grazie alle convenzioni esistenti con il Centro Universitario Sportivo (CUS) e associazioni sportive
- realizzazione di attività sportive di gruppo nelle residenze e/o in spazi degli Atenei di facile accesso
- coinvolgimento di figure peer-to-peer (ad es. rappresentanti degli studenti, studenti con ruolo di tutor, mentor).

Attività trasversale: Attività di disseminazione

- Incontri con gli studenti di condivisione e progettazione: 3 incontri
- Comunicazione attività progetto tramite social di Ateneo e sito web
- Disseminazione scientifica
- Convegno Nazionale
- Pillole video per storytelling del progetto