



19/02/2025

PRO-BEN, al via il progetto per la diffusione del benessere psicologico e dei percorsi di inclusione e crescita della popolazione studentesca

Workshop, attività di peer education, campagne informative, seminari e attività sportive da marzo a settembre 2025

Al via all'**Università di Siena** il progetto per la promozione del benessere psicofisico e per il contrasto ai fenomeni del disagio psicologico ed emotivo nella popolazione studentesca. L'iniziativa, Progetto **PRO-BEN** – PROmozione del BENessere della COMunità UNivErsitaria, è finanziata per 280mila euro con il bando PRO-BEN del Ministero dell'Università e della Ricerca. L'Università di Siena partecipa ad una cordata di dieci atenei in Italia con i quali coordinare le varie iniziative, che saranno realizzate da marzo a ottobre 2025, e destinate alla diffusione del benessere psicologico e all'attuazione di percorsi di inclusione e crescita personale ed emotiva della popolazione studentesca, nonché alla prevenzione e al contrasto di fattori di rischio del malessere psicologico.

Nell'ambito del potenziamento del servizio di sostegno e consulenza psicologica per la comunità studentesca sono state inserite nuove figure professionali e previsti sia percorsi individuali che attività di gruppo nelle varie sedi dell'Ateneo, riservati e gratuiti, in presenza e online, sia in italiano che in inglese. Sono in programma workshop tematici sulla scrittura creativa, le forme espressive, la gestione dei conflitti e delle emozioni. Ma anche su danza-terapia, la comunicazione non verbale e la gestione della sofferenza. Verrà inoltre proposto un cineforum dedicato ai temi del progetto.

Le attività verranno realizzate non solo a **Siena**, ma anche ad **Arezzo** e **Grosseto** e verranno offerte, per quanto possibile, anche per gli studenti del Polo Universitario Penitenziario dell'Università di Siena.

Verranno predisposte **azioni di sensibilizzazione** attraverso, ad esempio, la realizzazione di video spot informativi, podcast, attività ludiche e culturali e campagne social finalizzate alla promozione del benessere che vedranno il diretto coinvolgimento di studentesse e studenti quali peer educator. Il progetto coinvolgerà anche attività legate all'utilizzo del laboratorio dell'Ateneo per la realtà virtuale e la realizzazione di un avatar dedicato.

Anche l'ambito della **ricerca** è interessato dalle azioni del progetto. Nel periodo fra marzo e aprile verrà somministrato un questionario per raccolta e analisi dati sul benessere psicologico della popolazione studentesca, per comprendere meglio le cause del disagio e pianificare interventi futuri. Infine, il progetto prevede anche la realizzazione di iniziative legate al mondo dello sport, quali ad esempio il trekking urbano, che verranno offerte gratuitamente alla popolazione studentesca.

Commenta il **Rettore Roberto Di Pietra**: "L'Università di Siena potenzia il suo servizio di ascolto psicologico strutturando questo servizio anche attraverso l'utilizzazione delle risorse del Progetto PRO-BEN finanziato dal MUR. Crediamo che sia un servizio importante a favore delle studentesse e degli studenti e, in particolare, in favore di chi vive momenti di disagio e fragilità e problemi di inclusione".



Aggiunge la **professoressa Stefania Lamponi**: "Le azioni previste dal progetto PRO-BEN si inseriscono tra gli obiettivi che l'Ateneo si è prefissato per potenziare i servizi dedicati alla comunità studentesca. Il nostro Ateneo pone infatti gli studenti e le studentesse al centro delle proprie attività impegnandosi attivamente alla costruzione del loro futuro supportandoli e fornendo loro gli strumenti necessari per un percorso di crescita personale. Il percorso universitario non è infatti una semplice collezione di voti, ma consiste nell'acquisizione di un patrimonio culturale, nella creazione di relazioni e nella capacità di affrontare e superare le difficoltà. In questo contesto è importante che gli studenti abbiano accesso a spazi sicuri dove possano esprimersi liberamente, condividere le proprie difficoltà e ricevere supporto oltre ad essere coinvolti in attività di svago che contribuiscono a creare un legame con il tessuto sociale della città ed a rappresentare un importante strumento relazionale. L'Ateneo da tempo è impegnato nel favorire tutto ciò ed ora grazie al progetto PRO-BEN tutte le attività in termini di servizi agli studenti e studentesse verranno potenziate".

Spiega la **professoressa Alessandra Viviani**: "Il tema del disagio psicologico è uno degli aspetti più rilevanti in merito alla promozione di un ambiente inclusivo ed accogliente. Un ambiente dove le persone apprendono non solo nozioni e competenze, ma soprattutto sviluppano il loro potenziale di cittadine consapevoli del loro ruolo nelle nostre comunità. L'università deve essere un luogo sicuro, una comunità che non lascia nessuno indietro".

Presso le sedi di Siena, Arezzo e Grosseto è già attivo il Servizio di sostegno e consulenza psicologica per la comunità studentesca.

Foto:

Presentazione di PROBEN in Rettorato. Da sinistra: professoressa Alessandra Viviani, Rettore Roberto Di Pietra, professoressa Stefania Lamponi

Ufficio stampa
Università di Siena
Banchi di Sotto 55 – Siena
Tel. 0577 235227
Cell. 335 497838 – 347 9472019