



Università , alla Sapienza • Il mio primo passo•: progetto per benessere studenti

Descrizione

(Adnkronos) • È stata inaugurata il 29 settembre, sotto il portico del Rettorato Università degli Studi di Roma • La Sapienza•, l'installazione partecipativa realizzata dall'artista visivo Mattia Varsalone, in arte Lunar, nell'ambito di Wave (Wellbeing and Assistance for Valuable Education). Al centro dell'opera, una domanda aperta dipinta dall'artista, • Oggi faccio il mio primo passo per•, che studentesse e studenti hanno completato con parole, intenzioni e riflessioni personali, trasformando l'installazione in un'esperienza collettiva. L'evento ha dato forma e visibilità al messaggio di Wave: prendersi cura di sé può iniziare da un gesto semplice, concreto e possibile. Wave • il progetto con cui le Università e le Accademie del Lazio hanno costruito una risposta condivisa al bisogno di benessere della comunità di studenti, mettendo in rete competenze psicologiche, educative e sportive e rendendo più accessibili strumenti di ascolto, prevenzione e partecipazione. Vincitore del Bando Proben del Ministero dell'Università e della Ricerca e guidato dall'Università degli Studi di Roma • La Sapienza•, il progetto si rivolge a circa 140mila studentesse e studenti. La rete dei promotori comprende Sapienza, Università degli Studi della Tuscia, Università degli Studi di Roma • Foro Italico•, Lumsa, Unint, Accademia di Belle Arti di Roma e Accademia Nazionale d'Arte Drammatica • Silvio d'Amico•. Wave agisce su tre direttrici integrate: ascolto psicologico, movimento e comunità .

Wave nasce dalla volontà delle università e delle accademie del Lazio di rispondere in modo concreto a un bisogno sempre più diffuso tra gli studenti. I risultati preliminari della survey Proben, rivolta a un vasto panel di studenti, mostrano che oltre il 60% dei giovani coinvolti presenta indicatori di disagio psicologico e il 42,6% registra uno squilibrio tra impegno richiesto e riconoscimento ottenuto, associato al rischio di stress cronico. Questi dati confermano l'importanza di investire in ascolto, prevenzione e accompagnamento • commenta la Professoressa Anna Maria Speranza, Direttrice del Dipartimento di Psicologia Dinamica, Clinica e Salute della Sapienza •. Ma per raggiungere davvero i giovani non basta mettere a disposizione servizi: • necessario parlare il loro linguaggio. Per questo abbiamo scelto di collaborare con Lunar, trasformando un tema complesso in un'esperienza partecipativa e vicina al vissuto degli studenti, ricordandoci che il benessere può iniziare da un gesto semplice: il coraggio di compiere il primo passo•.

Il cuore dell'iniziativa Ã il counseling psicologico gratuito e riservato, destinato agli studenti maggiorenni iscritti agli enti della rete. Dopo un primo colloquio, il percorso prevede quattro incontri con psicologi e psicoterapeuti e un colloquio di follow-up dopo circa tre mesi. Sono inoltre disponibili percorsi di gruppo dedicati, tra gli altri temi, alla regolazione emotiva, al perfezionismo e alla qualit del sonno. Accanto al counseling, Wave promuove attivit di sport e benessere con SapienzaSport, Foro Italico, Cus Viterbo e Lumsa, e sviluppa gruppi di confronto tra pari guidati da studenti tutor formati con psicologi e pedagogisti. La campagna di comunicazione, pensata per avvicinare i servizi alla vita quotidiana degli studenti, comprende un sito dedicato, affissioni, contenuti social e il coinvolgimento di alcuni creator.

â??

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Ottobre 1, 2026

Autore

redazione

default watermark