

**Monitoraggio delle attività svolte per la delega in  
[WELFARE STUDENTESCO]  
da luglio 2023 a dicembre 2023**

**Delegato Massimiliano Palmiero**

Gruppo di lavoro: Massimiliano Palmiero, Danilo Boffa, Federica Marsico, Luca Siracusano e Francesca Vaccarelli

Attività svolte

Evento: **Cinema e benessere: giocare con le emozioni**

20 Novembre 2023, ore 13.30-15.30, Aula 16 G. D'Annunzio

1. Proiezione del film InsideOut (2015) diretto da Pete Docter e Ronnie del Carmen; durata 91 minuti.

La proiezione del film ha rappresentato un'occasione per riflettere sull'importanza delle emozioni (gioia, tristezza, rabbia, paura e disgusto), ponendo l'accento sul ruolo dell'intelligenza emotiva nel raggiungimento del benessere psicologico. Dopo la proiezione è seguito un breve intervento, mirato a sottolineare la centralità della tristezza come emozione adattiva, in grado di stimolare il comportamento prosociale quando viene manifestata.

Attività proposte/progettate

2. Seminario: **Alla ricerca del benessere psicologico trovando soluzioni ai problemi** (Relatori Massimiliano Palmiero e Raffaele Mascella)  
L'obiettivo è discutere e capire con esercizi pratici l'importanza della capacità di risolvere problemi nella realizzazione del benessere individuale. Illustrando diverse forme di pensiero e le relative tecniche di risoluzione dei problemi, si cerca di preparare la mente a nuovi modi di vedere e affrontare le difficoltà e le sfide attraverso nuove prospettive. Particolare enfasi verrà data al pensiero razionale e critico, al pensiero analogico, e al pensiero divergente.
3. Seminario: **Arte, creatività e benessere psicologico: creare per stare meglio** (Relatore Massimiliano Palmiero)  
L'obiettivo è rendere gli studenti consapevoli del ruolo strategico della creatività nella promozione del benessere psicologico, e di come sia possibile sviluppare il potenziale creativo che ciascuno di noi possiede per migliorare la propria vita. Particolare enfasi verrà data al pensiero divergente.