

# Progetto Commissione Welfare Studentesco

**Massimiliano Palmiero**

**Danilo Boffa, Luca Siracusano, Francesca Vaccarelli, Federica Marsico**

# 1. Obiettivi

## PROMUOVERE IL BENESSERE DEGLI STUDENTI ATTRAVERSO LA SOSTENIBILITA'

		Abilità		
	Cosa	Cognitive	Socio-emozionali	Pro-ambientali
<b>S</b>	Come	Corsi di formazione		
		Workshop degli studenti		
<b>M</b>	Cosa	Benessere psicologico		
	Come	Indicatori di performance qualitativi per raggiungimento obiettivi; Valutazione quantitativa (questionario benessere) e qualitativa (workshop)		
	Quando	Questionario benessere prima della formazione e dopo 1 anno e circa 3 anni; Workshop alla fine del triennio		
<b>A</b>	Perché	Studenti interessati al proprio benessere; Attività formative e ludico-ricreative; Controllo diretto attività		
	Come	Sensibilizzare studenti Reclutamento figure professionali per implementare i corsi Misura benessere monitorando i cambiamenti		
<b>R</b>	Perché	Sviluppare abilità migliora il rendimento accademico; integrazione sociale; sostenibilità		
<b>T</b>	Come	6 mesi: sensibilizzazione studenti; reclutamento stakeholders e definizione corsi; creazione e 1a somministrazione questionario benessere; analisi dati 1 anno: erogazione corsi e 2a somministrazione questionario benessere e analisi dati 3 anni: creazione workshop studenti e valutazione qualitativa; 3a somministrazione questionario benessere; report finale		

# 2. Descrizione delle attività

## 1. Sensibilizzare gli studenti ai temi del benessere e della sostenibilità

- Progettazione di lezioni informative e di seminari con studenti presso il dipartimento SCOM

## 2. Stakeholders implicati nella creazione e gestione dei corsi di formazione

- Contattare docenti, psicologi, formatori esperti

## 3. Progettazione attività formative a medio-lungo termine con la collaborazione degli stakeholders

- Corsi di formazione
  - Abilità cognitive:
    - Metacognizione
    - Attenzione
    - Lettura veloce
    - Memoria
    - Creatività e pensiero divergente
  - Abilità Socio-emozionali:
    - Regolazione emotiva
    - Motivazione ed empatia
    - Mindfulness
    - Comunicazione interpersonale
    - Gestione del conflitto
  - Sostenibilità ambientale:
    - Comportamento pro-ecologico (riciclo, conservazione energia)
    - Fugalità
- Workshop degli studenti: mezza giornata dedicata alla presentazione di poster su un argomento oggetto della formazione

# 2. Descrizione delle attività

## 4. Test psicometrici da somministrare agli studenti per la misura del benessere

- Digitalizzazione e creazione link da condividere
  - Scala Affetto Positivo e Negativo (PANAS-20)
  - Scala della Felicità Soggettiva (SHS-4)
  - Scala della Soddisfazione di Vita (LSS-5)
  - Scala del Benessere Sociale (SWBS-34)
  - Scala del benessere psicologico (PWBS-18);
  - Scala del distress (Depressione, Ansia e Stress - DASS-21)
- 1a Somministrazione e Analisi dati

## 5. Attivazione corsi

- Definire un programma, indicando giorni e orari, compatibilmente con le esigenze del dipartimento SCOM e degli studenti

## 6. Strutturazione workshop

- Selezionare un argomento oggetto della formazione e predisporre un ambiente in cui presentare e discutere poster nell'arco di una mezza giornata
- Definire le modalità di creazione dei poster

## 7. Raccolta dati

- 2a e 3a somministrazione questionario online dopo un anno e circa tre anni dalla formazione
- Valutazione qualitativa dei poster alla fine del triennio

## 8. Report finale

# 3. Risultati attesi/outcome

## Risultati Entro 6 mesi:

- Aumento dell'interesse degli studenti per le tematiche della sostenibilità intesa come comportamento pro-sociale e pro-ambientale
- Partecipazione alla raccolta dati relativa alla misurazione del benessere → 1° outcome

## Risultati Entro 1 anno:

- Creazione e attivazione dei corsi di formazione
- Partecipazione ai corsi di formazione da parte degli studenti → 2° outcome
- Aumento del benessere come rilevato dal questionario → 3° outcome

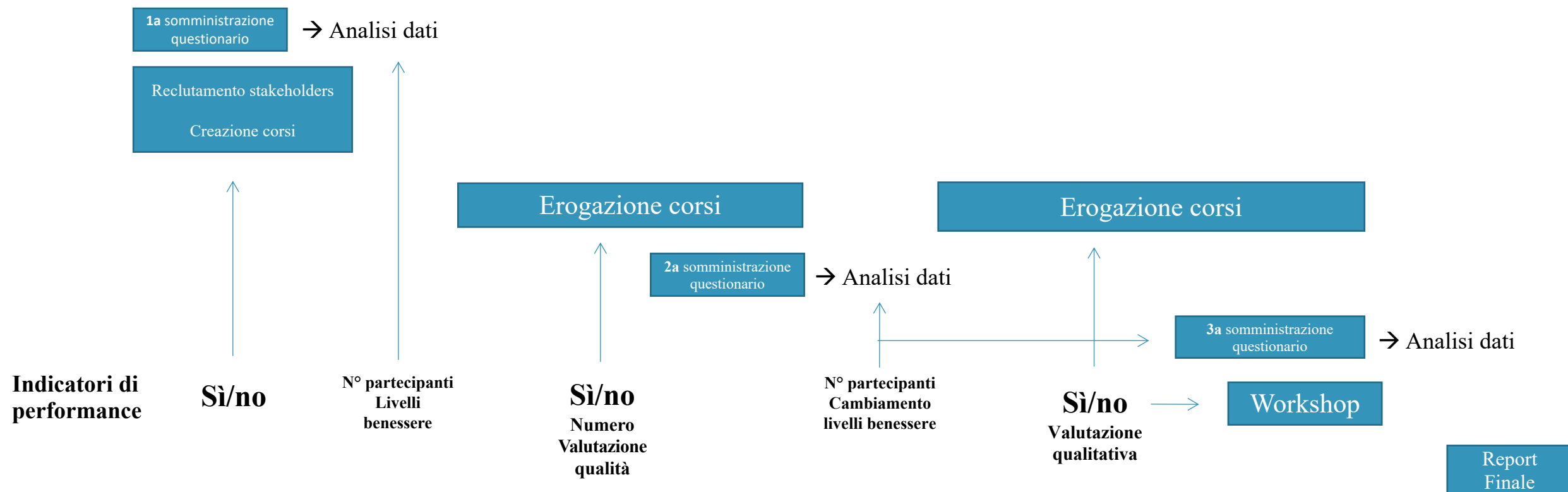
## Risultati Entro 3 anni:

- Maggiore rendimento accademico
- Partecipazione attiva alla creazione del workshop → 4° outcome
- Mantenimento/aumento del benessere come rilevato dal questionario → 5° outcome

# 4. Metodologia

## Pianificazione attività

Gen-Feb 2023	Mar-Apr 2023	Mag-Giu 2023	Lug-Ago 2023	Set-Ott 2023	Nov-Dic 2023	Gen-Feb 2024	Mar-Apr 2024	Mag-Giu 2024	Lug-Ago 2024	Set-Ott 2024	Nov-Dic 2024	Gen-Feb 2025	Mar-Apr 2025	Mag-Giu 2025	Lug-Ago 2025	Set-Ott 2025	Nov-Dic 2025
Riunione	Riunione	Riunione	Riunione	Riunione	Riunione	Riunione	Riunione	Riunione	Riunione	Riunione	Riunione	Riunione	Riunione	Riunione	Riunione	Riunione	Riunione
Sensibilizzazione studenti 1° anno			Sensibilizzazione studenti 1° anno						Sensibilizzazione Studenti 1° anno								



# 4. Metodologia

## Controllo attività

### Feed Forward concomitante

- Sensibilizzazione attraverso lezioni, seminari, etc...
  - Controllo del numero di lezioni e seminari erogati
- 1a somministrazione del questionario benessere
  - Controllo del numero di partecipanti in funzione della sensibilizzazione
- Creazione corsi di formazione con la partecipazione degli stakeholders
  - Controllo del numero e della qualità dei corsi attivati attraverso la valutazione della commissione welfare studentesco
  - Controllo del numero partecipanti ai corsi di formazione in funzione sia della sensibilizzazione iniziale che dell'offerta formativa

**Analisi Scostamento:** se il numero di partecipanti alla 1a somministrazione e soprattutto ai corsi di formazione è basso rivalutare sensibilizzazione iniziale attraverso nuove modalità

- 2a e 3a somministrazione del questionario benessere
  - Controllo dell'efficacia dei corsi di formazione rispetto a chi non partecipa a nessun corso

**Analisi Scostamento:** se i livelli di benessere non aumentano rivalutare tipologia, modalità di erogazione dei corsi

- Workshop
  - Controllo del livello di apprendimento dei concetti/metodi oggetto dei corsi di formazione

**Analisi Scostamento:** se i livelli di apprendimento risultano bassi, a fronte di un aumento del livello di benessere, pensare a seminari integrativi per chiarire aspetti critici dei concetti/metodi sviluppati attraverso i corsi di formazione