Salute e Benessere in Sapienza
I servizi di Counselling psicologico

SAPIENZA
UNIVERSITÀ DI ROMA

I Servizi di Counselling di Ateneo: promuovere il benessere mentale

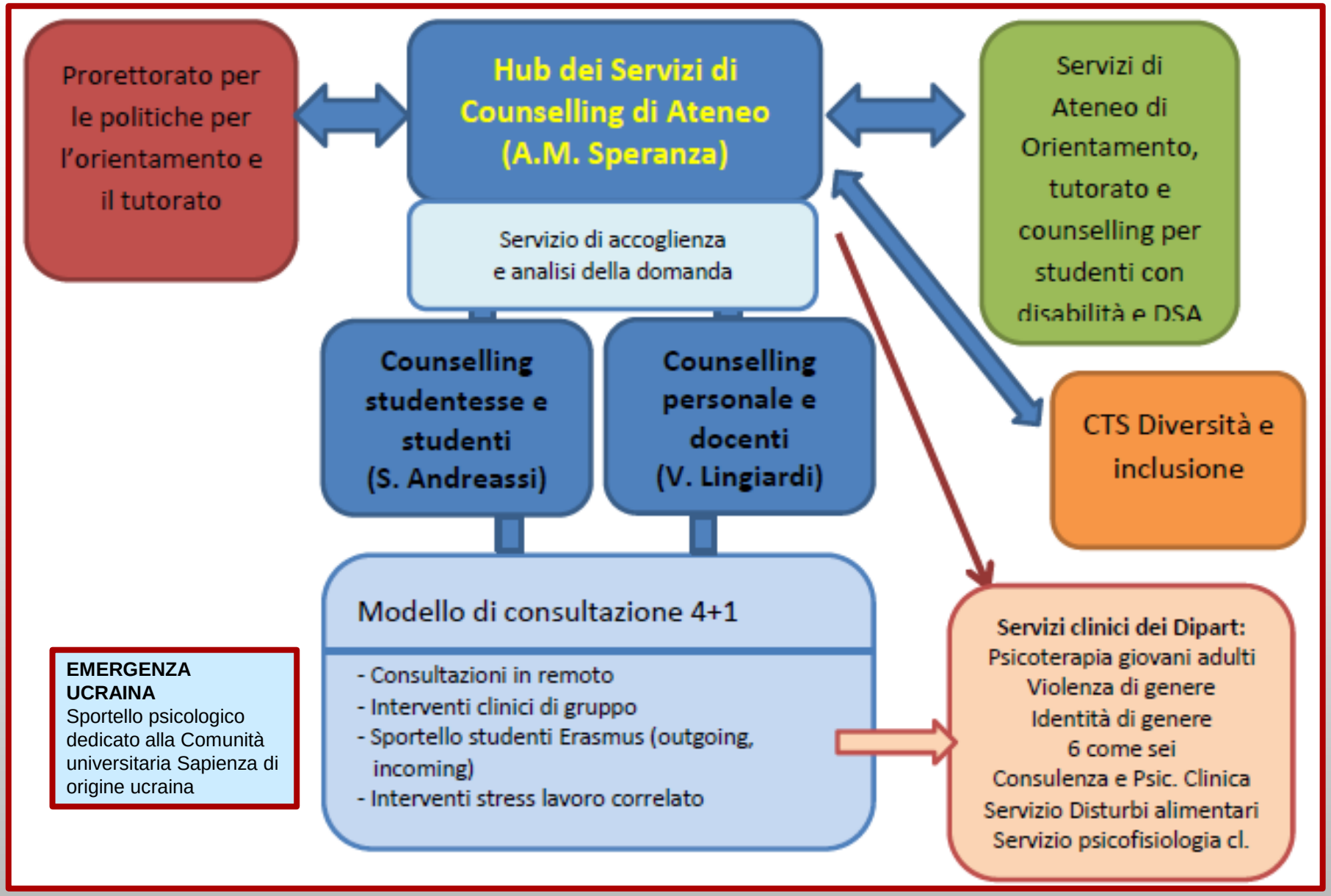
Anna Maria Speranza, Delegata ai Servizi di Counselling di Ateneo

Servizi di Counselling di Ateneo

- I servizi di Counselling di Ateneo rappresentano una realtà coordinata all'interno della quale viene svolto un lavoro di accoglienza, di monitoraggio e di indirizzo da e verso i servizi esistenti all'interno dell'Ateneo volti allo sviluppo e al sostegno del benessere psicologico di tutta la Comunità accademica

Su impulso della Rettrice, a giugno 2021 il Senato Accademico ha approvato una importante azione di ristrutturazione e potenziamento dei servizi di Counselling Psicologico dell'Ateneo, con l'obiettivo fondamentale di sostenere e promuovere il benessere psicologico e attivare percorsi di superamento del disagio della comunità accademica.

- Coinvolgimento di tutte le Scuole di Specializzazione di area psicologica che possono offrire all'Ateneo competenze certificate e attività supervisionate ricevendo in cambio occasioni formative uniche


Prorettorato per le politiche per l'orientamento e il tutorato
Hub dei Servizi di Counselling di Ateneo (A.M. Speranza)
Servizi di Ateneo di Orientamento, tutorato e counselling per studenti con disabilità e DSA
Servizio di accoglienza e analisi della domanda
Counselling studentesse e studenti (S. Andreassi)
Counselling personale e docenti (V. Lingiardi)
CTS Diversità e inclusione
Modello di consultazione 4+1
- Consultazioni in remoto
- Interventi clinici di gruppo
- Sportello studenti Erasmus (outgoing, incoming)
- Interventi stress lavoro correlato
Servizi clinici dei Dipart:
Psicoterapia giovani adulti
Violenza di genere
Identità di genere
6 come sei
Consulenza e Psic. Clinica
Servizio Disturbi alimentari
Servizio psicofisiologia cl.
EMERGENZA UCRAINA
Sportello psicologico dedicato alla Comunità universitaria Sapienza di origine ucraina

Una grande squadra

Prof.ssa S. Andreassi coadiuvata dalla Prof.ssa M. Morelli	• Responsabile del Counselling per le studentesse e gli studenti
Prof. V. Lingiardi	• Responsabile del Counselling per il personale a cui partecipano colleghi psicologi come consulenti
10 + 10 Borse di studio per specializzandi psicologi	• Attività di counselling e attività cliniche svolte nell'Hub, nel Counselling per le studentesse e gli studenti, nei Servizi clinici dei Dipartimenti
17 Borsisti e/o Tirocinanti	• Attività di segreteria, partecipazione alle riunioni di equipe settimanali, partecipazione alle attività dell'hub
3 Assegnisti di ricerca	• Valutazione del disagio, verifica degli interventi, costruzione di interventi mirati, ad alta efficacia e verificabili empiricamente

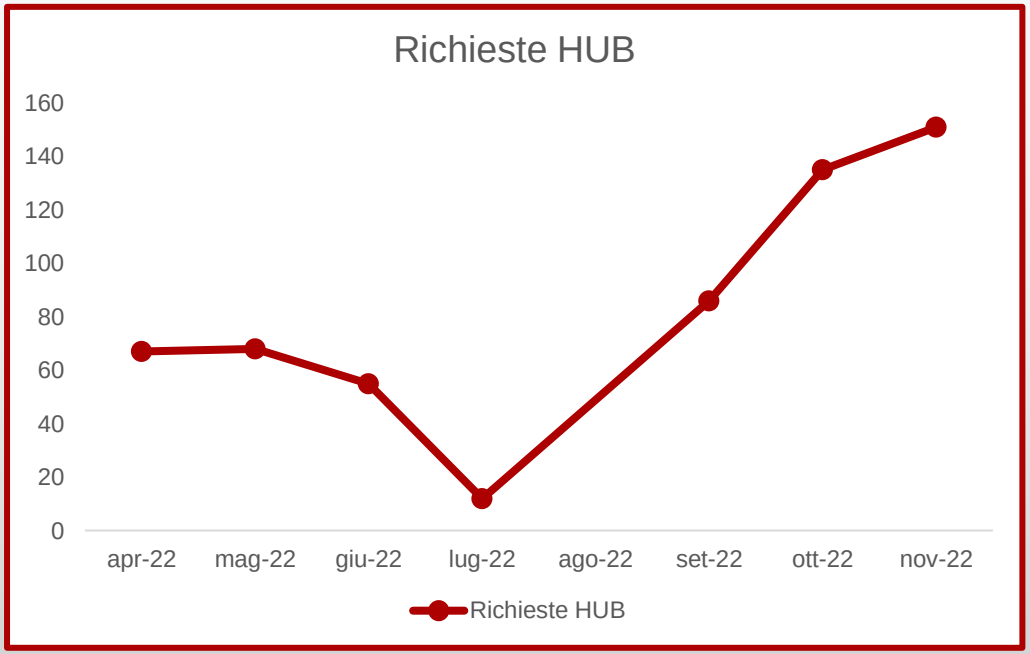
Hub dei Servizi di Counselling di Ateneo

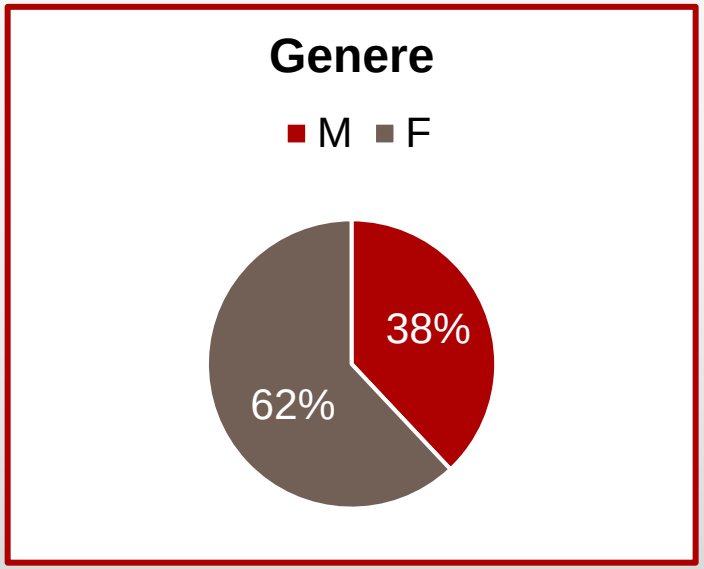
Hub dei Servizi di Counselling di Ateneo

Servizio di prima accoglienza e analisi della domanda

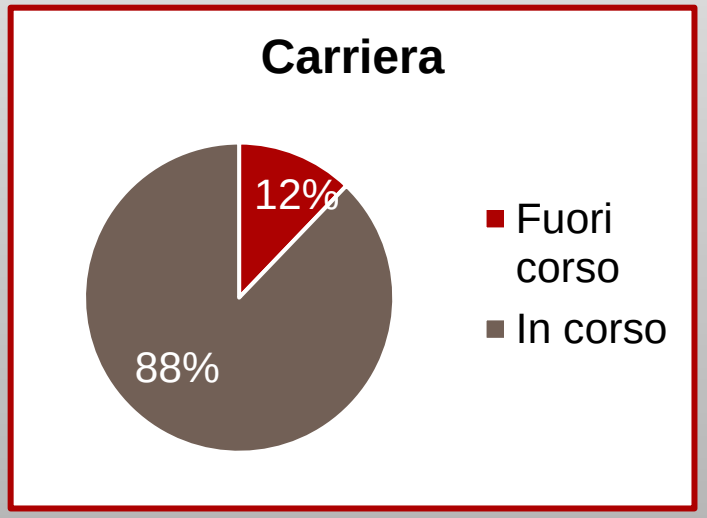
- Servizio di prima accoglienza in grado di analizzare le domande e fornire brevi consulenze, indicazioni di percorsi o fare invii diretti ai servizi
- Monitoraggio delle esigenze e dei bisogni delle studentesse e degli studenti

Richieste e colloqui dell'hub





Nº richieste: 633 (prevalentemente via mail o in presenza)
N° totale colloqui: 421 in presenza o da remoto



Motivazioni

Motivazioni alla richiesta	% studenti	N. studenti
Ansia e difficoltà emotive	34,69%	145
Difficoltà legate all'università (sostenere esami, terminare percorso di laurea, trasferimento)	22,01%	92
Problemi personali che influiscono sullo studio	10,29%	43
Problemi familiari e relazionali	5,74%	24
Difficoltà relazionali	5,26%	22
Esperienze di vita stressanti e traumatiche	4,31%	18
Depressione	3,59%	15
Disturbi alimentari	0,72%	3
Ideazione suicidaria	0,48%	2
Altro	12,92%	54

Hub dei Servizi di Counselling di Ateneo

Network con gli altri servizi di Ateneo

- Connettere i servizi di Counselling con un network di servizi presenti nel nostro Ateneo e fornire indicazioni chiare per la fruizione dei servizi esistenti
- Visibilità delle attività a tutta la comunità accademica con l'obiettivo di diventare un punto di riferimento per la promozione del benessere e della salute mentale
- Promuovere la comunicazione

Network

Prorettorato per le politiche per l'orientamento e il tutorato

Servizi di Counselling di Ateneo

Servizi di Ateneo di Orientamento, tutorato e counselling per studenti con disabilità e DSA

CTS Diversità e inclusione

Carta dei servizi

I Servizi di Counselling

- Hub dei Servizi di Counselling di Ateneo
- Servizio di prima accoglienza e analisi della domanda
- Network telematico
- Promozione della salute

Il Counselling psicologico

- Il Counselling per le studentesse e gli studenti
- Il Counselling per il personale
- Altri servizi offerti dal Counselling psicologico
- Mappatura e costruzione di una rete con servizi clinici specialistici
- Attività di formazione per le Scuole di specializzazione
- Attività di ricerca

Modalità di accesso al servizio e contatti

MAPPATURA
dei servizi psicologici di SAPIENZA

Dipartimento di Psicologia	• Servizio di consulenza e psicologia clinica • Servizio multidisciplinare integrato per i disturbi alimentari • Servizio di psicologia giuridica e forense (SPFG) • Servizio di consulenza e disturbi dell'apprendimento (SCDA) • Noibene
Dipartimento di Psicologia dello sviluppo e dei processi di socializzazione	• Disturbi dell'apprendimento: "laboratorio della volpe rossa" • Servizio di consulenza "6 come sei": orientamenti sessuali e identità di genere • Psicologia dello sport
Dipartimento di Psicologia dinamica, clinica e salute	• Servizio di valutazione clinica e psicoterapia per adulti e adolescenti • Laboratorio di ricerca sullo sviluppo dell'identità di genere • Laboratorio di counselling e intervento psicologico per le vittime di violenza

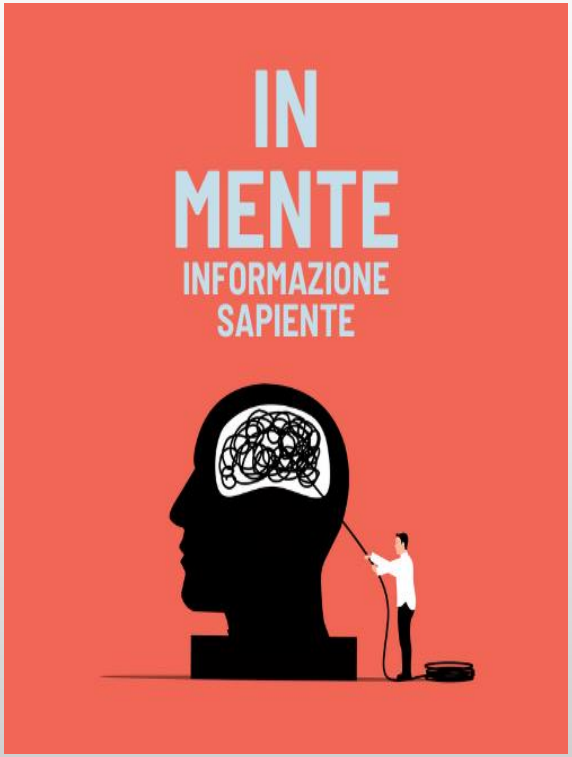
Lavoro di consulenza e invio dell'hub

	N. Studenti	%
Counselling psicologico	**326**	**79,5%**
Servizio di tutoraggio	2	0,4%
Decide di intraprendere un percorso privatamente	4	0,9%
Invio a consulenza psichiatrica	8	1,9%
Invio a centri clinici esterni (ASL, privato sociale, ecc.)	40	9,7%
Invio centro clinico universitario	7	1,7
Drop-out	12	2,9
Invio al Servizio sui disturbi alimentari	8	1,9
Inizio psicoterapia con consulenti del Counselling	3	0,7

Sapienza Università di Roma
Corso di laurea in Comunicazione Scientifica Biomedica
Anno Accademico 2021/2022

CAMPAGNA DI COMUNICAZIONE

Informare la comunità accademica circa i Servizi di Counselling di Ateneo

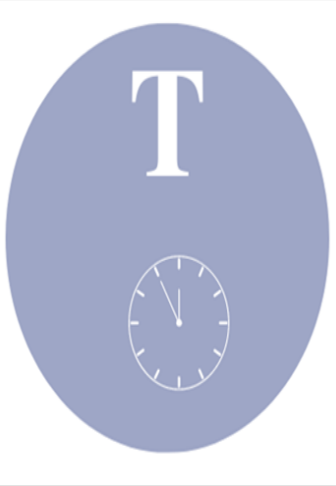


Campagna realizzata dalle studentesse Martina Mancini, Gloria Zucchini e Nichol Curcio durante l'attività laboratoriale dell'insegnamento *Salute e Società* tenuto dalla prof.ssa Michaëla Liuccio, CdS in *Comunicazione Scientifica Biomedica*.

Il video è stato realizzato in collaborazione esterna con la Gigasweb

OBIETTIVI

Potenziare la comunicazione istituzionale circa i servizi offerti dall'Ateneo



SPECIFIC	MESURABLE	ACHIEVABLE	RELEVANT	TIME-BASED
↑ Consapevolezza ↑ Organizzazione	↑ Adesione ai servizi di Ateneo	Capitale umano e infrastrutture digitali della Sapienza	↑ Intervento mirato e tempestivo ↑ Consapevolezza dell'importanza della salute mentale	In linea con le tempistiche di monitoraggio dei Servizi di Counselling di Ateneo

Promozione dei Servizi sui social

INSTAGRAM

esapienzabwell

Il nome che ho pensato di dare all'iniziativa è ***Sapienza BWell***.
Il fine della pagina Instagram è di dare una visibilità social al lavoro del counselling psicologico Sapienza e allo stesso tempo educare i visitatori all'argomento della salute mentale.

L'obiettivo è ***avviare conversazioni su questo argomento.***

INSTAGRAM LIVE

Le IG live permetteranno alla comunità di partecipare al dialogo.
Si potranno scegliere argomenti specifici e, professori di psicologia della Sapienza, dottorandi ed esperti potranno andare live su Instagram per rispondere alle domande della comunità e dare il loro punto di vista.
Si potrà anche, al fine di coinvolgere la comunità, scegliere sulla base di un contest uno o più studenti Sapienza che partecipino alla live e pongano domande all'esperto.

WEBINAR

I webinar, pubblicati su esapienzabwell, potranno essere utilizzati per dare consigli supportati dalla psicologia su diversi argomenti.

PODCAST

esapienzabwell

Attraverso un accordo tra la facoltà di Psicologia e Radio Sapienza potranno essere invitati professori di Psicologia da quest'ultima così da parlare di diversi argomenti riguardanti la salute mentale.

Da strategie a consigli fino alla discussione di ricerche ed esperimenti, potrebbe diventare uno spunto interessante su questi argomenti e, magari, avvicinare più studenti, intrigati da ricerche ed esperimenti, al mondo della psicologia.

LUNCH & LEARN

esapienzabwell

La Georgia State University ha creato alcuni anni fa questa iniziativa che ha chiamato "Lunch & Learn."
Gli studenti si riuniscono in una sala dove, mentre pranzano, viene tenuta una presentazione da uno o più speaker su argomenti come salute mentale, temi riguardanti la comunità LGBTQI+, ecc...
Questa iniziativa, come suggerito dal Preside Lucidi, potrebbe far nascere valide occasioni per sfruttare il nuovo cortile della facoltà di Psicologia unendo, per esempio, aperitivi a quanto esposto precedentemente.

Matteo Vannucchi - CdS in Economia e Finanza

Hub dei Servizi di Counselling di Ateneo

Promozione della salute

- Promozione e prevenzione per lo sviluppo del benessere: conferenze e interventi nelle Facoltà e/o nei Corsi di studio, eventi
- Interventi volti ad affrontare temi come la violenza di genere, la discriminazione, gli stereotipi, la relazione con l'altro per promuovere politiche di inclusione
- Analisi delle nuove tipologie di domanda post-covid legate al forte stress sperimentato, alle nuove modalità relazionali, alle nuove modalità di inclusione ed esclusione, ai nuovi bisogni

Promozione di nuove attività e sviluppi futuri

- Partecipazione alle giornate Sapienza (8 marzo, 25 novembre)
- Attivazione di un canale preferenziale con l'area dell'internazionalizzazione per studenti stranieri in difficoltà
- **Sportello legato alle Emergenze internazionali** (Ucraina, Iran)
- **Sportello psicologico per gli studenti Erasmus** (outgoing e incoming). Servizio di accompagnamento, monitoraggio ed eventuale aiuto all'adattamento nella nuova situazione e non solo come una risorsa a cui accedere in momenti di difficoltà.
- **Interventi clinici di gruppo**. Potranno essere costituiti gruppi in funzione di domande specifiche, anche non necessariamente legate al disagio psicologico vero e proprio (difficoltà accademiche, di apprendimento, di integrazione nella vita relazionale e accademica etc.) oppure di valorizzazione di risorse (p.e. gruppi di sviluppo di competenze di regolazione emotiva e di assertività o di miglioramento della qualità del sonno) o di riduzione di fattori di rischio transdiagnostici (riduzione del perfezionismo disfunzionale).

Modalità di accesso al servizio e contatti

È possibile **accedere** ai Servizi di Counselling mediante **richiesta personale** formulata direttamente dall'utente **all'indirizzo e-mail** riportato

I contatti del Servizio HUB:

servizi.counselling@uniroma1.it

Città Universitaria, Edificio CU002, piano terra

https://www.uniroma1.it/it/pagina/counselling-psicologico

La segreteria è aperta tutti i giorni feriali dalle 9 alle 17. Il Servizio di prima accoglienza è aperto tutti i giorni feriali dalle 9 alle 19.

I contatti del Counselling psicologico:

- **per le studentesse e gli studenti:** centrocounselling.psicologico@uniroma1.it
- **per il personale TAB e CEL:** sportellopsi.benessere@uniroma1.it