



CORSO DI SENSIBILIZZAZIONE SULLA PREVENZIONE DELLE DIPENDENZE E DEI COMPORTAMENTI DIPENDENTI E SULLA PROMOZIONE DEL BENESSERE

Promozione del benessere psicofisico e contrasto ai fenomeni di disagio psicologico e emotivo della popolazione studentesca

Nell'ambito del progetto **WAVE** per la promozione del benessere psicofisico e contrasto ai fenomeni di disagio psicologico e emotivo della popolazione studentesca (Pro-Ben Lazio1), l'Accademia di Belle Arti di Roma è partner della Università di Roma "La Sapienza", l'Università degli Studi della Tuscia, l'Università degli Studi di Roma "Foro Italico", la Libera Università Maria SS Assunta (LUMSA), l'Università degli Studi "Link Campus University", l'Università degli Studi Internazionali di Roma (UNINT), e l'Accademia Nazionale d'Arte Drammatica "Silvio d'Amico".

Il corso di sensibilizzazione sulla prevenzione delle dipendenze e dei comportamenti dipendenti e sulla promozione del benessere **si svolge in due moduli distinti: uno rivolto agli studenti e l'altro ai docenti e al personale amministrativo.**

Ciascun modulo si articola in 3 incontri di 2 ore ciascuno. Le lezioni si svolgeranno su piattaforma Teams e saranno registrate. Verrà effettuata una valutazione finale dell'apprendimento, del benessere e del gradimento da parte dei docenti e degli studenti. I materiali prodotti rimarranno a disposizione dell'accademia sul sito istituzionale.

La frequenza al corso da parte degli studenti, costituisce condizione necessaria e indispensabile per potersi candidare alla formazione come *peer educator*, per la quale gli studenti selezionati potranno usufruire di una borsa di studio.



Obiettivi del corso

I professori saranno in grado di apprendere le conoscenze di base sulle tecniche, gli strumenti e le strategie per

- tutelare il proprio benessere e quello degli studenti
- prevenire le dipendenze
- ridurre i fattori di rischio
- aumentare i fattori di protezione
- promuovere corretti stili di vita nella popolazione giovanile

Gli studenti saranno in grado di analizzare e valutare le conoscenze di base sugli studi, gli strumenti e le strategie utilizzate per

- tutelare il proprio benessere
- prevenire e ridurre i fattori di rischio nell'ambito delle dipendenze e dei comportamenti dipendenti
- aumentare i fattori di protezione, considerare i corretti stili di vita

PROGRAMMA

1° incontro Promozione di corretti stili di vita / Prevenzione delle dipendenze

- - Caratteristiche e comportamenti nella crescita
- - Stili di vita e bisogni dei giovani
- - Fattori di rischio e fattori di protezione

2° incontro Promozione del Benessere /Efficacia degli interventi

- - Dimensione del benessere
- - Benessere e Neuroscienze
- - Efficacia degli interventi

3° incontro Promozione delle *Life Skills* nella prevenzione delle dipendenze/ Contesti che promuovono salute

- Formazione alle *Life Skills*
- Focus sulla Creatività e sulla Gestione dello stress
- Contesti favorevoli /Contesti che promuovono salute



Il corso sarà online su piattaforma Teams

Titolo del TEAM:

PROBEN (Lazio1) Corso di sensibilizzazione

[PROBEN \(Lazio1\) Corso di sensibilizzazione | Generale | Microsoft Teams](#)

Date del corso per i docenti e gli amministrativi:

17 aprile dalle ore 16:00 alle ore 18:00

28 aprile dalle ore 16:00 alle ore 18:00

6 maggio dalle ore 16:00 alle ore 18:00

Date del corso per gli studenti:

18 aprile dalle ore 16:00 alle ore 18:00

29 aprile dalle ore 16:00 alle ore 18:00

7 maggio dalle ore 16:00 alle ore 18:00

Le iscrizioni al corso vanno inviate alla [prof.ssa Nicoletta Agostini](mailto:n.agostini@abaroma.it)
n.agostini@abaroma.it