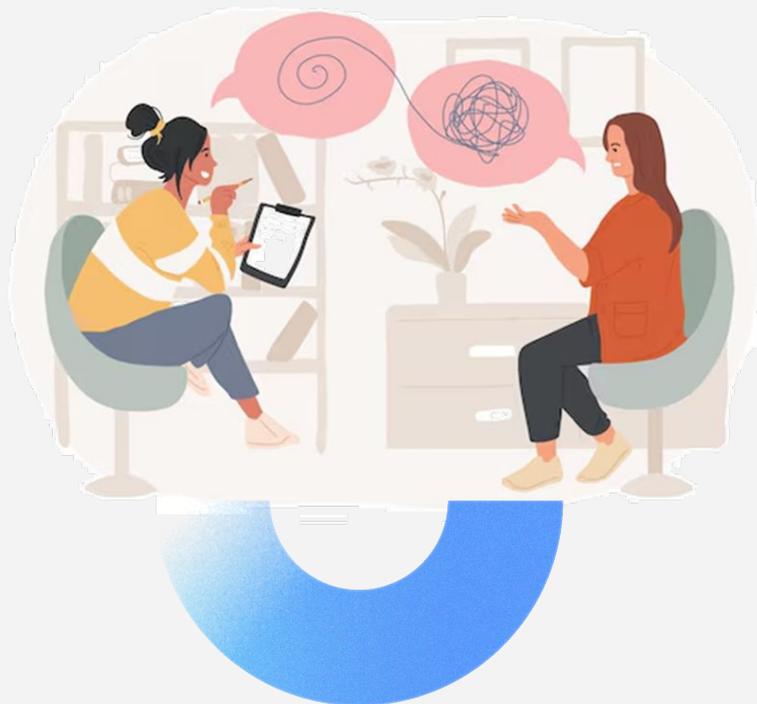




UNIVERSITÀ
DI TORINO

VQR 2020-2024



Spazio di Ascolto

Per la promozione
del benessere e della
qualità della vita

S spazio di
A ascolto
QUALITÀ della VITA in UNITO

In breve

Il caso studio consiste nell'attivazione di uno spazio di ascolto psicologico gratuito gestito dal Dipartimento di Psicologia di Unito ed erogato dagli/le specializzandi delle Scuole di Specializzazione in psicologia. L'obiettivo è garantire uno spazio di accoglienza, per la promozione della salute mentale e la prevenzione del disagio psicologico tra studenti/esse universitari e personale. L'iniziativa ha un forte impatto sulla comunità delle organizzazioni coinvolte, migliorando il benessere e prevenendo il rischio di abbandono universitario e di stress lavoro-correlato. Il valore aggiunto risiede nell'integrazione tra supporto psicologico, formazione specialistica e politiche istituzionali.

Struttura proponente

Intera Istituzione

Tematiche ANVUR

IV: Scienze della vita e salute
II: Produzione, gestione di beni pubblici



Contesto generale



Agenda 2030

Obiettivo 3: Assicurare la salute e il benessere per tutti e per tutte le età



Piano strategico di Ateneo 2021-2026

Obiettivo 1.3 “Potenziare il percorso verso la sostenibilità” con particolare attenzione alle persone e al loro benessere, che si declina nell’azione 1.3.2. “Promuovere la cultura del benessere nella comunità di UniTo”

Beneficiarie e beneficiari



Interni

- ★ Studenti e studentesse dell'Università di Torino
- ★ Personale accademico e tecnico-amministrativo dell'Ateneo
- ★ Specializzandi delle Scuole di Specializzazione in Psicologia, che acquisiscono esperienza professionale e ricevono borse di tirocinio



Esterni diretti

- ★ Studenti e personale del Politecnico di Torino
- ★ Studenti e personale dell'Accademia di Belle Arti di Torino
- ★ Studenti e personale del Conservatorio "Giuseppe Verdi" di Torino
- ★ Studenti e personale dell'Università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo
- ★ Personale del Comune di Torino e dell'ATC (Azienda Territoriale per la Casa)



Esterni indiretti

- ★ Familiari degli utenti che accedono al servizio
- ★ Colleghi, responsabili e utenti per i dipendenti beneficiari
- ★ Amici e compagni di corso per gli studenti beneficiari
- ★ Sistema sanitario nazionale, grazie alla riduzione della pressione sui servizi clinici



Azioni principali



Analisi del disagio psicologico in UniTo e definizione del modello di intervento



Strutturazione del team e supervisione: coinvolgimento di docenti, tutor e psicoterapeuti per formare e supportare gli specializzandi



Erogazione di supporto psicologico gratuito: fino a 5 colloqui con psicologi e specializzandi per studenti e personale



Attivazione delle convenzioni con enti esterni: collaborazioni con università e istituzioni pubbliche per ampliare l'impatto



Monitoraggio dell'efficacia: raccolta dati con questionari pre e post-trattamento per valutare l'impatto psicologico



Creazione di nuovi sportelli tematici: attivazione di SUPERA per studenti e sportelli antiviolenza per la comunità

Impatto sociale

- ★ Il progetto ha migliorato il **benessere psicologico** della comunità universitaria e delle istituzioni collegate, offrendo **supporto gratuito** per studenti e personale. Con oltre 3.000 richieste annue, ha ridotto lo **stress**, prevenuto il **burnout** e favorito un ambiente accademico più sano. Coinvolgendo gli **specializzandi in Psicologia**, ha anche formato nuovi professionisti, rafforzando il legame tra università e servizi di salute pubblica.

+3.000

richieste annue di supporto psicologico

80%

di utenti con miglioramento dei sintomi dopo 5 colloqui

7.527

richieste tra marzo 2020 e maggio 2022, con l'82% prese in carico

6

organizzazioni esterne coinvolte, tra cui Politecnico, Comune e ATC

617

richieste dal Politecnico nel 2024, segno di una crescente domanda

Impatto economico

- ★ Lo Spazio d'Ascolto ha **ridotto i costi** legati al disagio psicologico, prevenendo il ricorso a servizi clinici più onerosi e diminuendo l'abbandono universitario. Ha generato **risparmio per studenti e personale**, che altrimenti avrebbero dovuto rivolgersi a psicologi privati. Il modello di finanziamento sostenibile, basato su convenzioni con enti, ha permesso di convertire i fondi in borse di tirocinio, garantendo un **impatto economico positivo per l'Ateneo e il territorio**.

+7.500

richieste gestite tra 2020-2022, riducendo i costi del SSN

migliaia

ore di consulenza gratuite, evitando costi privati per utenti

500k

euro il valore economico stimato per un anno di lavoro dello Spazio d'ascolto

Impatto culturale e organizzativo

- ★ Il progetto ha promosso una **cultura della salute mentale**, normalizzando il ricorso ai servizi di ascolto e **riducendo lo stigma legato al disagio psicologico**. Ha diffuso consapevolezza sull'importanza del benessere attraverso eventi, ricerche e collaborazioni con altre istituzioni. L'integrazione con la didattica ha formato nuovi psicologi e rafforzato il legame tra ricerca e intervento sociale, favorendo un **cambiamento positivo** nell'ambiente accademico.
- ★ Il progetto ha influenzato la governance dell'Università, portando alla creazione di **nuovi servizi** come SUPERA (Sportello per la Riuscita Accademica) e **sportelli antiviolenza**. Ha migliorato la **gestione delle risorse umane**, prevenendo il burnout e favorendo un ambiente di lavoro più sano. La sua integrazione con il Dipartimento di Psicologia ha garantito **continuità operativa**, mentre la collaborazione con altre istituzioni ha ampliato il raggio d'azione del servizio.

Testimonianza

“ Lo spazio d’ascolto, servizio che il Dipartimento di Psicologia di Unito effettua per il Politecnico di Torino dal 2017, rappresenta un supporto fondamentale per la comunità politecnica e in particolare per la sua popolazione studentesca, che in questi sette anni vi si è rivolta in una percentuale pari circa al 3 % degli/delle iscritti/e. La gestione del servizio da parte di un altro Ateneo del territorio ha dato continuità e garanzia in relazione ai modelli di intervento e alla possibilità di confronto sui casi (a volte segnalati dai/dalle docenti) anche alla luce dell’alta numerosità delle richieste.

Claudia De Giorgi
Vicerettrice per le Pari Opportunità, l’Inclusività
e la Qualità della vita del Politecnico di Torino

”

Testimonianza

“

“A me comunque è servito, sento che mi è servito...perché in quel momento avevo bisogno di avere un supporto, di sapere che comunque c'era una persona a cui io potessi parlare, a cui mi potessi rivolgere.”

21 anni, Biotecnologie, Unito

“Quei cinque incontri per me sono stati... sono stati un'ancora di salvezza. Io ancora oggi ho un bellissimo ricordo (...) mi ha aiutato a vedere le cose... cioè vedevo le cose in maniera diversa, cioè da un punto di vista, da una prospettiva diversa”

24 anni, Ingegneria, Polito

“Sicuramente è stato molto utile e mi sono trovata molto bene con la psicologa. Probabilmente è stato efficace perché ho trovato spunti per reagire, trovare la mia strada. Cioè, grazie al confronto con la psicologa con cui mi sono trovata molto, molto bene, mi ha dato gli spunti giusti per cambiare le cose che non mi stavano bene (...) anche vedendola a distanza di due anni, ho notato proprio quanto quei colloqui mi abbiano aiutata.”

22 anni, Ingegneria, Polito

”

Testimonianza

“

Durante il mio servizio ho avuto la possibilità di seguire numerosi percorsi di supporto, affiancando gli utenti nella loro crescita e nel superamento delle difficoltà, siano esse legate a problematiche accademiche o personali. Questi percorsi, che si sono estesi lungo gli anni della mia formazione quadriennale, sono stati sempre arricchiti dal confronto continuo con colleghi, docenti e supervisori, favorendo una costante evoluzione del mio approccio professionale. Tutto ciò ha promosso quella che oggi è una maggiore tranquillità e sicurezza nell'affrontare la sofferenza, il disagio, le crisi e soprattutto le persone nella loro complessità e interezza con uno sguardo sempre teso a rintracciare, esplicitare e fortificare le risorse e le potenzialità di ciascuno verso la possibilità di vivere un'esistenza piena di significato. Per molti studenti, docenti, ricercatori, lo spazio di ascolto ha rappresentato un primo avvicinamento al mondo della consulenza psicologica, ed è stato proprio questo incontro che ha fortificato in me il senso di grande responsabilità che deriva dal fungere da “porta di accesso” a un percorso di sostegno psicologico. L'utenza include persone con grandi potenzialità che, se adeguatamente sostenute e accompagnate, possono arricchire enormemente la società con le proprie conoscenze, le proprie idee, e il proprio contributo specialistico.

”

Dott.ssa Elisabet Ivanova, Psicoterapeuta

Parlano di noi

UNIT  News

UniTo attiva uno spazio di ascolto psicologico per la Comunità Universitaria

16/03/2020

Al via dal 18 marzo i colloqui di supporto a distanza per l'emergenza Coronavirus

CORRIERE TORINO

Torino, la solitudine dei fuorisede combattuta da uno sportello. «Gli studenti di oggi travolti dall'ansia»

di Mattia Aimola, 21/01/2025

Più della metà vive in una camera singola e paga in media un affitto di 433 euro. Daniela Converso, responsabile di «spazio di ascolto», racconta i giovani

VQR 2020-2024

**Guarda tutti i casi studio
su unito.it**



UNIVERSITÀ
DI TORINO