



## Scheda laboratorio

### Ben-essere da soli e insieme

Laboratorio rivolto alle: scuole Primarie

Area tematica: Benessere e Salute

Codice laboratorio: **P-BS08**

Struttura di riferimento: Dipartimento di Psicologia

Sede di svolgimento: in Ateneo

Numero classi ammesse: 6-10

Durata del laboratorio: 3 ore

Sessione di svolgimento: Primaveraile

Tipologia di disabilità ammesse: tutte  
(è richiesta la presenza dell'insegnante di sostegno, se previsto)

#### Descrizione

L'incontro sarà condotto in collaborazione con studentesse e studenti universitarie/i. Dopo una iniziale presentazione degli Spazi del Dipartimento (Biblioteca, Aule...) si introdurranno i concetti relativi al benessere e alla salute mentale.

#### Obiettivi e metodi

L'obiettivo è quello di implementare la conoscenza relativa alla psicologia, individuando alcuni aspetti che fanno parte del quotidiano, aumentando così la consapevolezza e la capacità di comprensione di determinati fenomeni (benessere, salute, emozioni...).

I metodi utilizzati in aula saranno di tipo ludico-ricreativo e interattivo con le singole persone, il piccolo gruppo e il gruppo classe.