

REPORT SERVIZIO DI COUNSELING PSICOLOGICO

"DA SOLI MAI"

Università degli Studi di Ferrara

Febbraio 2025

Introduzione generale sul servizio	4
<i>La storia del servizio</i>	4
<i>Gli interventi attuati</i>	5
Descrizione sintetica dei servizi erogati	6
Ore erogate per tipologia di intervento	6
Tempi di attesa tra Richiesta e Primo contatto nel Counseling psicologico	6
Tempi di attesa per il campione "primo contatto" - confronto nel tempo	7
Giorni trascorsi tra il Primo Contatto e il Primo colloquio	8
Tempi di attesa per il campione "primo contatto" - confronto nel tempo	11
Studenti presi in carico dal Servizio di Counseling Psicologico "Da soli mai" nel 2024 (n=1619)	14
Anagrafiche (n=1619).....	15
<i>Genere</i>	15
<i>Genere per età</i>	15
<i>Status studente (Fuori sede/in sede; fuori corso/in corso)</i>	16
<i>Cosa studiano</i>	18
Studenti DSA/disabilità che hanno svolto almeno 1 ora di attività/counseling/seminari nel 2024	20
<i>Studenti con DSA</i>	20
<i>Studenti con disabilità</i>	20
Studentesse/studenti che hanno svolto almeno un'ora di counseling nel 2024 (n=1488)	21
Anagrafiche partecipanti al counseling psicologico individuale (n=1488).....	22
<i>Genere per età</i>	22
<i>Cosa studiano</i>	22
Dati sul tipo di intervento richiesto	23
<i>Incidenza delle difficoltà sulla carriera universitaria</i>	23
<i>Urgenza della richiesta</i>	23
<i>Focus dell'intervento</i>	24
<i>Esito dei percorsi</i>	25
<i>Invii ad altro servizio</i>	26
<i>Colloqui individuali</i>	26
<i>Preferenze degli utenti sul tipo di colloquio</i>	29
<i>Scelta del consulente</i>	29
Studenti con DSA che hanno svolto almeno un colloquio di counseling psicologico individuale nel 2024	33
<i>Studenti con DSA</i>	33

<i>Studente con disabilità</i>	33
Questionario anonimo di valutazione del counseling psicologico individuale 2024 (N=590).....	34
<i>Anagrafiche questionario anonimo</i>	34
<i>Percezione tempi di attesa</i>	34
<i>Chiarezza del percorso</i>	34
<i>Setting dei colloqui</i>	35
<i>Competenza dell'operatore</i>	36
Seminari esperienziali 2024	39
Anagrafiche dei partecipanti ai seminari (n=326).....	40
<i>Genere per età</i>	41
<i>Cosa studiano</i>	41
<i>Status studente (Fuori sede/In sede; Fuori corso/In corso)</i>	42
<i>Studentesse/studenti con DSA</i>	42
<i>Studentesse/studenti con disabilità</i>	42
Dettagli sulla partecipazione ai singoli seminari (n=509).....	44
Questionario anonimo Seminari 2024 (N=419).....	47
<i>Sezione anagrafica</i>	47
<i>Utilità percepita del seminario</i>	47
<i>Ambienti</i>	47
<i>Competenza e professionalità del/la conduttore/conduttrice</i>	48
<i>Quale seminario hai seguito?</i>	49
Counseling psicologico di gruppo	52
Core-OM	52
<i>Descrizione del Core-OM</i>	52
<i>Core-OM in entrata ed in uscita</i>	53
<i>Confronto diretto tra Core-OM in entrata ed in uscita (n=661) a fine 2024</i>	54
Il Counseling Psicologico individuale nel corso degli anni 2020-2024	57
Bibliografia	59

Introduzione generale sul servizio

La storia del servizio

Il **Servizio di Consulenza psicologica e di counseling "Da soli Mai"** nasce a fine luglio 2020, in piena pandemia, per dare una risposta di ascolto e di accoglienza psicologica agli studenti e alle studentesse dell'Ateneo di Ferrara.

Il servizio, oggi erogato sia in modalità on line che in presenza, è aperto tutto l'anno (senza pausa estiva) e si pone l'obiettivo di fornire consulenza psicologica agli studenti e alle studentesse che stanno affrontando impegnativi compiti di sviluppo, criticità transizionali e difficoltà di adattamento assai comuni nell'esperienza universitaria. Tali problemi, se non affrontati precocemente e in modo appropriato, possono tradursi in un peggioramento delle condizioni di vita con esiti indesiderati come ritardi, abbandoni e differenti forme di insoddisfazione, malessere e disagio psicosociale.

Obiettivo principale del servizio è migliorare il benessere degli studenti e delle studentesse del nostro ateneo, prevenire e alleviare il disagio e il disadattamento, risolvere situazioni di crisi e facilitare il funzionamento personale e interpersonale della persona tramite l'identificazione delle risorse personali e dei suoi punti di forza, un focus specifico sugli obiettivi concordati da realizzare in un percorso breve e metodologie volte a migliorare il funzionamento globale della persona anche con approcci psicoeducativi.

L'oggetto e la finalità della consulenza erogata consiste principalmente nel rispondere a esigenze multiformi rappresentabili lungo un continuum che vede - da un lato - richieste di *remedial* più direttamente connesse con la salute psicofisica (stati di malessere e disagio psicologico); di sostegno emotivo e di aiuto sistematico (declinabile come ascolto, rassicurazione, cura) in momenti di crisi o di cambiamento ampiamente diffusi nella popolazione universitaria; dall'altro lato - esigenze di facilitazione delle scelte e dei progetti personali futuri; di accompagnamento nella loro iniziale realizzazione; di *advising*, ri-motivazione e resilienza rispetto a insuccessi nell'iter accademico; di informazioni significative per gestire situazioni impreviste; di potenziamento delle risorse decisionali e attuative; di *advocacy*, (protezione e difesa in situazioni di vulnerabilità psicosociale);

Il *modus operandi* fa riferimento principalmente a interventi di breve durata, sostenuti da modelli teorici di tipo psicologico, tradotti operativamente con strumenti e tecniche convalidate da evidenze scientifiche e adatti sia a prevenire o fronteggiare momenti di crisi e disagio sia a promuovere cambiamenti funzionali a crescita e migliore integrazione sociale delle persone;

La personalizzazione dell'attività consulenziale. Con ciò si evidenzia la differente articolazione e l'adattamento degli interventi professionali alle specifiche finalità dell'aiuto e alle peculiarità di una fascia d'età che sta affrontando compiti di sviluppo tipici dell'*emerging adulthood* al fine di assicurarne appropriatezza, specificità ed efficacia.

I punti di forza del servizio sono:

- Apertura: continuativa, senza interruzioni nell'anno
- Modalità di erogazione: in presenza oppure on line
- Lingua di erogazione: italiano e inglese (a scelta dello studente)
- Partecipazione attiva del richiedente: lo studente può scegliere la modalità del colloquio, la lingua, con chi effettuare un colloquio (donna o uomo, nessuna scelta), la motivazione prevalente della richiesta, gli obiettivi della consulenza concordati assieme al consulente.
- Tempi di presa in carico: entro 48 ore dalla richiesta
- Tempi di attesa per il primo colloquio: entro 2 settimane

- Supervisione regolare individuale e di gruppo: supervisione individuale al consulente per ogni nuova presa in carico, supervisione di gruppo a cadenza bisettimanale o mensile

Il Servizio, come molti altri in Italia (si veda Bastianoni, Barella, Barone, Inguglia, Rollo, Sbattella e Zeppego, 2024) si è parametrato su standard internazionali (tra cui quelle dell'International Association of Counseling Services¹), dotandosi di una sua Carta dei Servizi, oltre che con la sua responsabile entrare a far parte del Gruppo di Lavoro sul counseling universitario della CRUI (Bastianoni *et al.*, 2024).

Gli interventi attuati

Nel corso degli anni il servizio ha ampliato l'offerta e conseguentemente lo staff.

Oltre al tradizionale counseling psicologico individuale (che rimane il nucleo centrale dell'intervento), si sono nel tempo attivati **seminari esperienziali** su tematiche di interesse per la popolazione delle studentesse e degli studenti universitari (es. gestione della rabbia, gestione dell'ansia, gestione delle relazioni amorose, autostima, etc...). Dal 2023 si sono poi sperimentati percorsi di **counseling psicologico di gruppo**.

Questa diversificazione delle offerte viene attuata con l'intento di offrire un intervento "tailored" sui bisogni dell'utente, elaborando un'azione personalizzata in base al focus di lavoro e la possibilità per ogni utente di usufruire delle diverse opportunità.

Ad **ottobre 2024** ha preso avvio il **progetto PRISMA 1.0** ha preso avvio nel mese di ottobre 2024 e prevedeva varie attività, tra cui:

- Indagine/ricerca sul benessere e sugli stili di vita degli studenti e delle studentesse universitari e dei percorsi di Alta Formazione
- Corsi di formazione rivolti agli studenti e alle studentesse
- Esperienze residenziali per studentesse e studenti
- Seminari esperienziali in presenza
- Webinar
- Attività motorie per il benessere psicofisico rivolte agli studenti e alle studentesse
- Corsi di formazione rivolti a manager didattici, coordinatori dei corsi di laurea, personale docente e personale tecnico amministrativo
- Attività motorie per il benessere psicofisico rivolte al personale docente e tecnico amministrativo
- Proposte di supervisione online per i consulenti dei nostri SCPA
- Corsi di formazione online per consulenti
- Giornate aperte alla cittadinanza
- Attività sportive promosse dal CUS e rivolte prevalentemente alla popolazione studentesca UNIFE

Una piccola notazione necessaria per una corretta lettura del documento è che quando parleremo del Servizio di Counseling Psicologico "Da soli mai" ci riferiamo al Servizio nel suo complesso, quando invece parliamo di Counseling psicologico ci riferiamo esclusivamente alle consulenze individuali, così come quando ci riferiamo ai soli seminari è ben identificato. Faremo breve riferimento alle consulenze di gruppo, che è un servizio che ha preso avvio nella seconda parte del 2023.

¹ Scaricabili all'indirizzo: <https://iacsync.org/wp-content/uploads/2023/11/IACS-2023-STANDARDS.pdf>

Descrizione sintetica dei servizi erogati

La presente rilevazione si basa sui dati estratti al 31 dicembre 2024.

Ore erogate per tipologia di intervento

Incontri individuali	3708 ore
Incontri in gruppo	30 ore (15 incontri di 2 ore ciascuno)
Seminari esperienziali	173 ore
Totale ore erogate	3911 ore

Tempi di attesa tra Richiesta e Primo contatto nel Counseling psicologico

La Carta dei Servizi del Servizio di Counseling di Ateneo ed i principali standard qualitativi riferiscono che i tempi di presa in carico devono essere contenuti entro 48 ore dalla richiesta. Per il Servizio di Counseling Psicologico di Ateneo "Da Soli Mai" il primo contatto avviene, di norma nelle prime 24 ore, a cura della Responsabile che risponde alla studentessa/studente e sulla base della sua richiesta gli invia risposta assegnando ad un consulente.

Per coloro che hanno ottenuto il primo contatto da parte della Responsabile nel 2024 (*campione "primo contatto 2024"*) i giorni di attesa tra la richiesta e il primo contatto si distribuiscono come illustrato nella tabella e nel grafico che seguono.

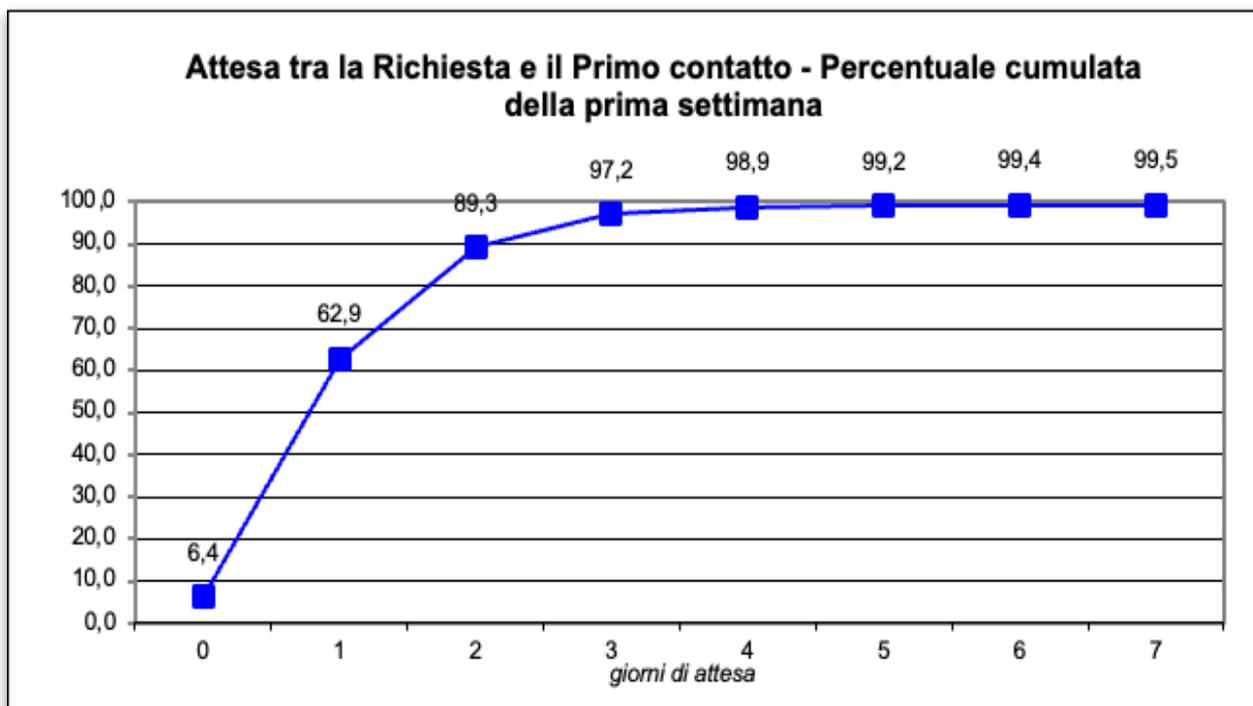
Le tabelle che seguono includono solo i dati validi (n=1137), cioè quei casi in cui è stato possibile calcolare le date effettive con esclusione quindi di 6 *missing* per i quali la data della Richiesta risultava successiva alla data del Primo contatto. Si sono invece considerati 3 soggetti che avevano effettuato la richiesta a fine 2023 con Primo contatto fissato a gennaio 2024.

N giorni	Freq	%	% cumulate
0	73	6,4	6,4
1	642	56,5	62,9
2	301	26,5	89,4
3	89	7,8	97,2
4	20	1,8	98,9
5	3	0,3	99,2
6	2	0,2	99,4
7	1	0,1	99,5
8	1	0,1	99,6
14	1	0,1	99,6
15	1	0,1	99,7
24	1	0,1	99,8
25	1	0,1	99,9
70	1	0,1	100,0
Total	1137	100,0	
<i>Missing</i>	6		
	1143		

2024 Giorni di attesa tra Richiesta e Primo contatto -
Percentuali (N=1137)

giorni	Percentuale (%)
0	6,4
1	56,5
2	26,5
3	7,8
4	1,8
5	0,3
6	0,2
7	0,1
...	
70	0,5

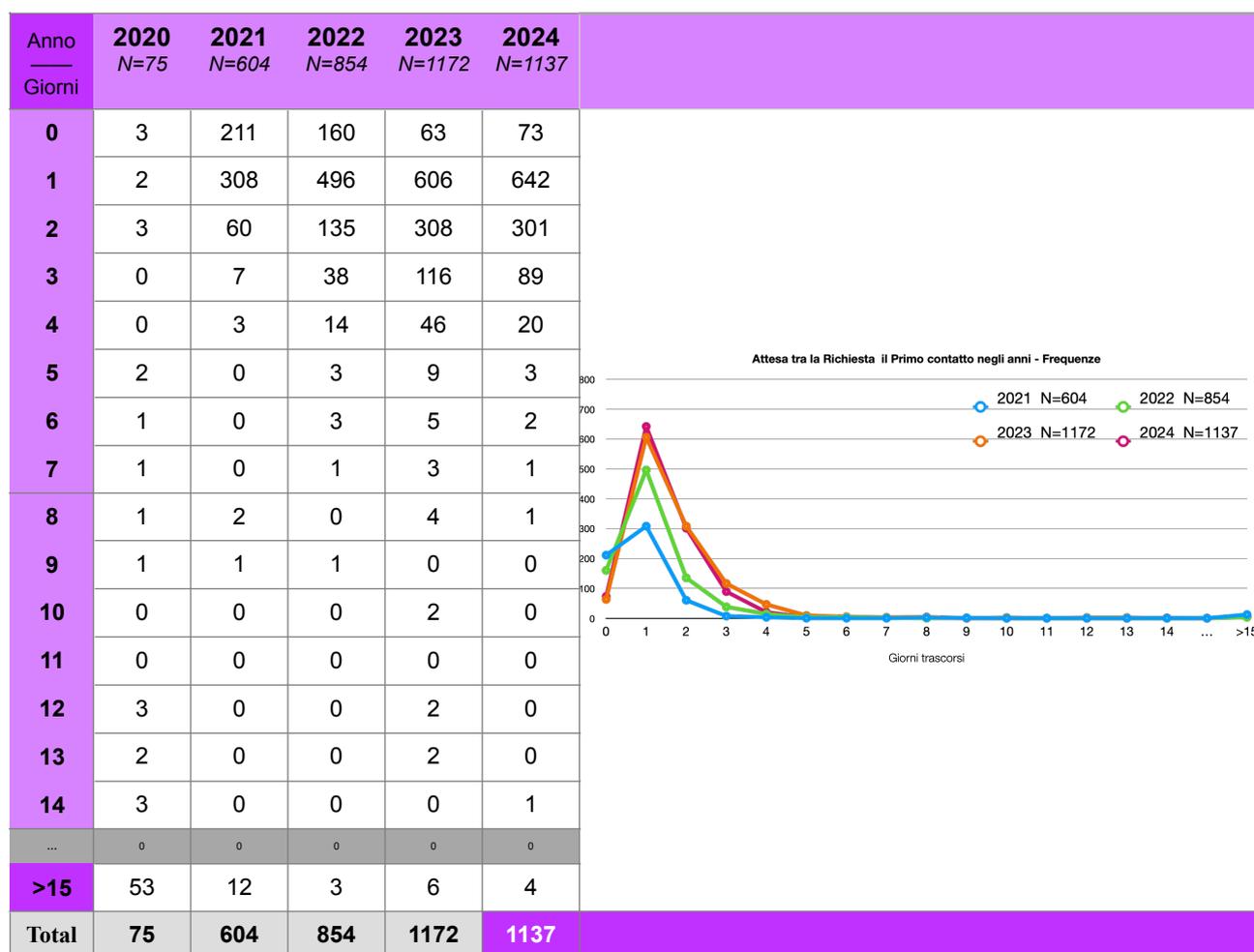
Come si può osservare dal grafico qui sotto più del 97,2% delle richieste ottiene un primo contatto nell'arco dei primi 3 giorni; allargando la finestra temporale a 7 giorni vediamo che la quasi totalità ottiene un primo contatto (99,5%).



Dall'esame di questi dati si può concludere che il parametro delle 48 ore è ampiamente rispettato, considerando che quasi il 90% ottiene un primo contatto in tale arco temporale, un altro 7,2% nelle 72 ore, e solo piccole percentuali, che possiamo considerare fluttuazioni fisiologiche, anche considerando la non immediata reperibilità delle studentesse e degli studenti, 'attendono' oltre i 3 giorni per avere un primo contatto. Infatti nella lettura di questo dato va considerato anche che viene 'segnata' la data in cui il primo contatto è andato a buon fine.

Tempi di attesa per il campione "primo contatto" - confronto nel tempo

Prendendo in esame i 3842 casi in cui è possibile calcolare la distanza temporale intercorsa tra la richiesta dello studente ed il primo contatto da parte dell'operatore del Servizio di Counseling Psicologico si possono rappresentare le frequenze dei giorni di attesa nell'arco del periodo 2020-2024.



Nel grafico non viene rappresentato l'anno primo contatto 2020 in quanto i casi erano molto pochi e non era visualizzabile.

Si nota come, con lo strutturarsi del servizio, sono diminuite in maniera drastica le frequenze di risposte nella finestra temporale > 15 giorni (passando da 53 casi nel 2020 a solo 4 nel 2024).

Giorni trascorsi tra il Primo Contatto e il Primo colloquio

La Carta dei Servizi del Servizio di Counseling ed i principali standard qualitativi riferiscono che i tempi di attesa per il primo colloquio dovrebbero essere contenuti nell'arco di 2 settimane. Questo parametro è perseguito dagli operatori con l'obiettivo di fornire una risposta celere alla domanda di supporto psicologico proveniente dalle studentesse e dagli studenti. Per valutarlo al meglio, dobbiamo però considerare tutti quei casi in cui, pur nel rispetto delle tempistiche di funzionamento del servizio, la data proposta per il primo colloquio non viene accettata dalla studentessa o dallo studente, che chiede di rimandare (allungando perciò la distanza temporale tra il primo contatto ed il primo colloquio) o annullare (quindi non fissando una data per un primo colloquio). Inoltre ci sono alcune studentesse o studenti che avendo fatto richiesta a fine dicembre 2024 al momento della presente rilevazione (al 31.12.2024) non avevano ancora un primo colloquio fissato.

Andando a vedere nel dettaglio:

- 73 non hanno il primo colloquio (di questi 55 hanno annullato/erano irreperibili oppure hanno chiesto di rimandare il primo colloquio e la nuova data non è ancora stata fissata)
- 106 hanno un primo colloquio, ma questo è stato fissato in linea con le esigenze della studentessa/studente che non ha accettato la prima proposta che gli è stata fatta dall'operatore.

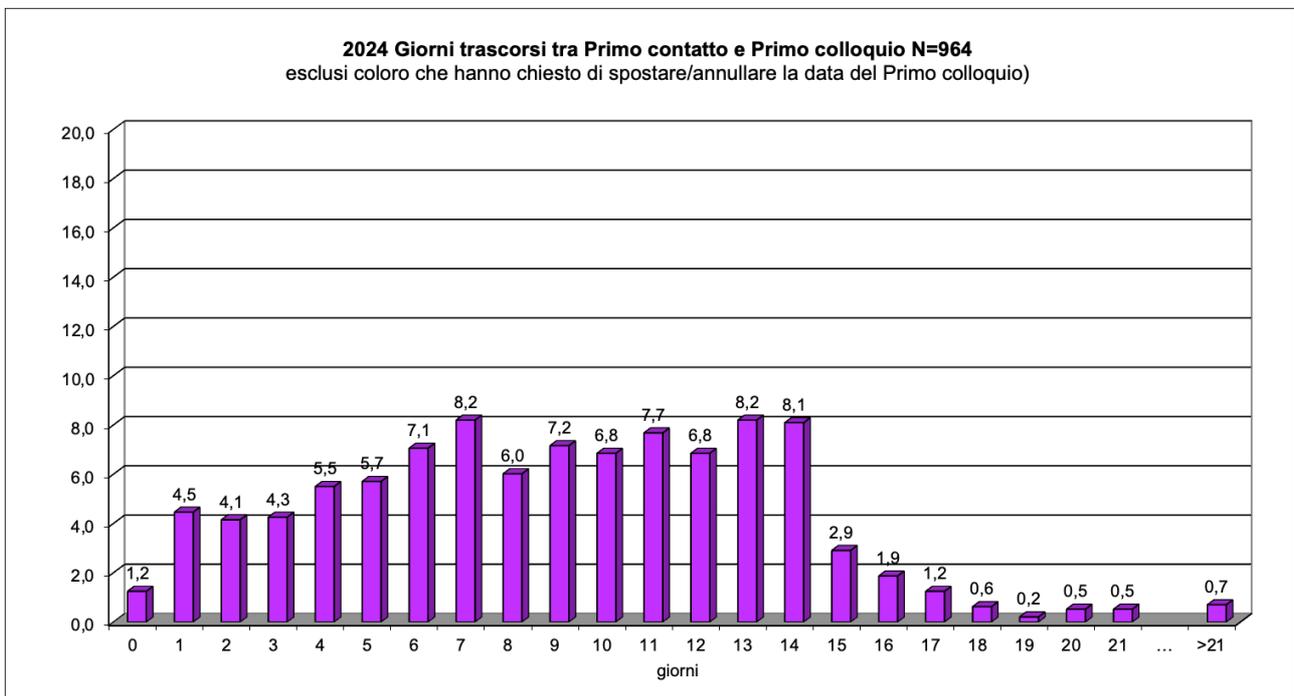
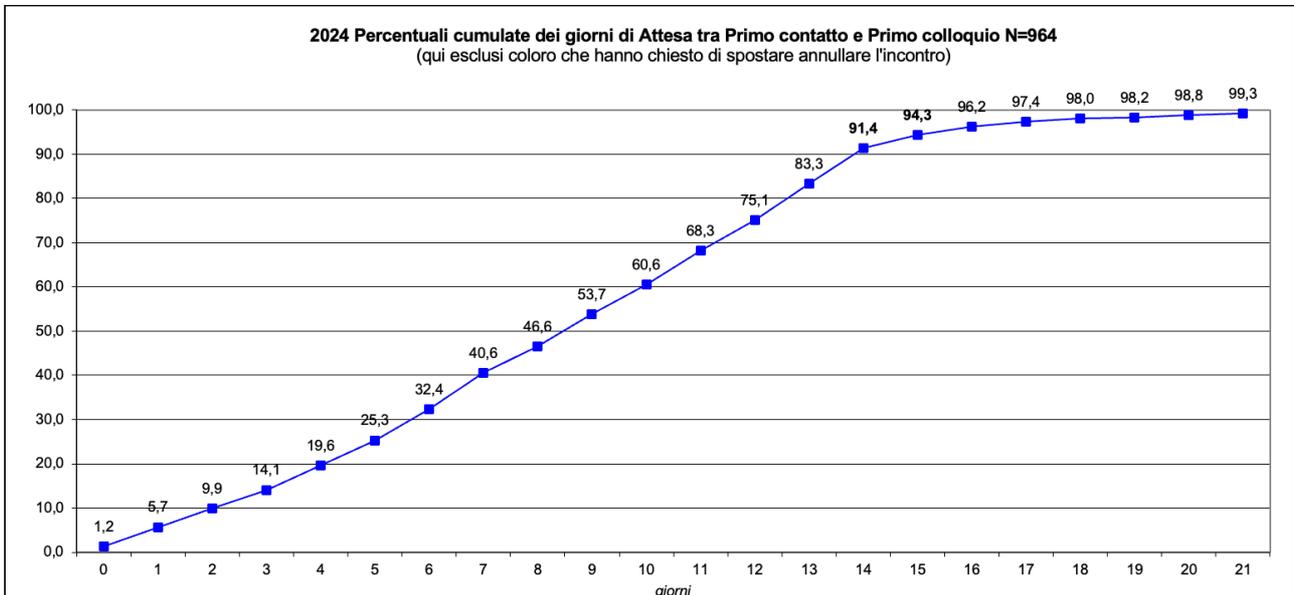
Quindi dal totale delle studentesse e degli studenti che hanno un primo contatto nel 2024 (n=1143) per le analisi successive elimineremo i sopraccitati 179 casi.

Di conseguenza, nel 2024 i casi in cui la data proposta del primo colloquio è stata accettata e rispettata dagli utenti senza richiesta di spostare/rimandare/annullare sono 964.

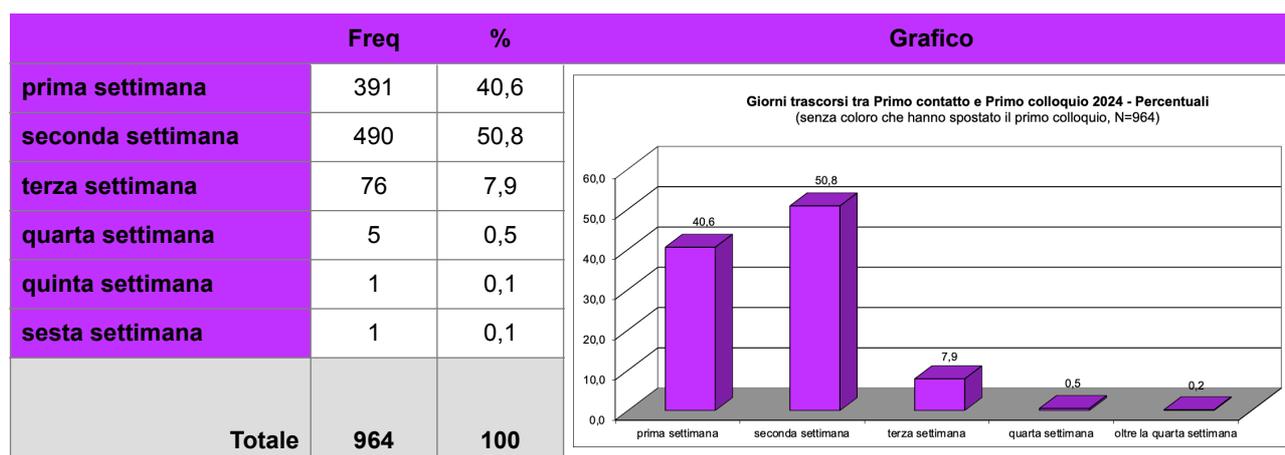
Per valutare il rispetto del parametro di qualità della distanza temporale tra il Primo contatto ed il Primo colloquio ci baseremo pertanto su questi 964 utenti.

Giorni	Freq	%	% Cumulativa
0	12	1,2	1,2
1	43	4,5	5,7
2	40	4,1	9,9
3	41	4,3	14,1
4	53	5,5	19,6
5	55	5,7	25,3
6	68	7,1	32,4
7	79	8,2	40,6
8	58	6,0	46,6
9	69	7,2	53,7
10	66	6,8	60,6
11	74	7,7	68,3
12	66	6,8	75,1
13	79	8,2	83,3
14	78	8,1	91,4
15	28	2,9	94,3
16	18	1,9	96,2
17	12	1,2	97,4
18	6	0,6	98,0
19	2	0,2	98,2
20	5	0,5	98,8
21	5	0,5	99,3
-			
22-28	5	0,5	99,8
29-35	1	0,1	99,9
36-42	1	0,1	100
	964	100%	

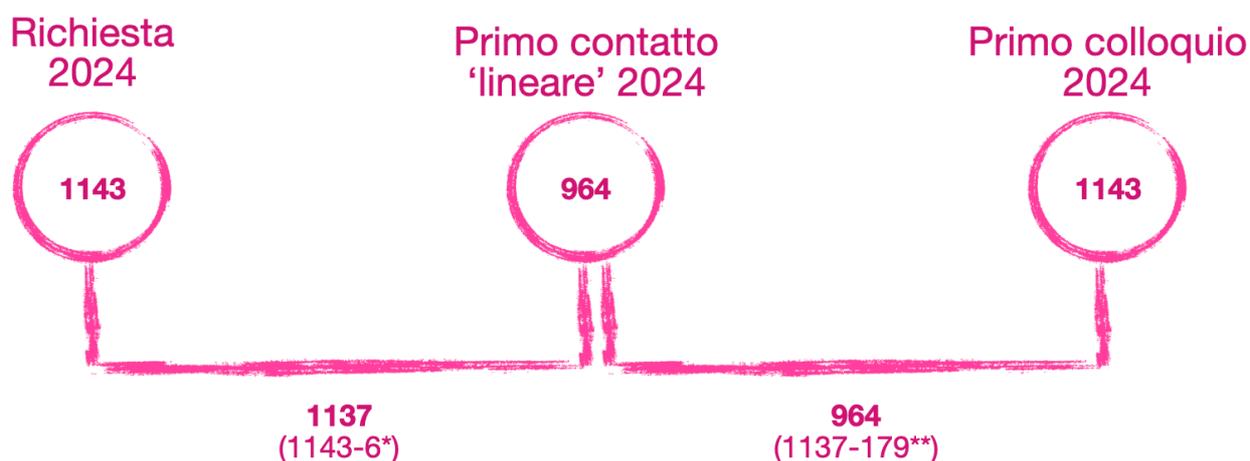
Il target di riferimento di 2 settimane viene rispettato nel 94,3% dei casi, da notare che a 17 giorni tale proporzione supera il 97%, per raggiungere il 99,3% nell'arco delle tre settimane. L'andamento si può apprezzare nel grafico qui sotto.



Anche prendendo in considerazione tutti i casi che hanno avuto un primo contatto nel 2024, considerando la reale differenza tra il primo contatto ed il primo colloquio effettivamente svolto, come si vede nei grafici sottostanti, la quasi totalità dei primi colloqui viene svolta nell'arco temporale previsto dagli standard di riferimento.



Qui di seguito uno schema che sintetizza la costituzione dei campioni su cui si sono calcolati i parametri relativi alla distanza temporale tra la richiesta ed il primo contatto e tra il primo contatto 'lineare' ed il primo colloquio descritti in dettaglio sopra.



* **missing** per i quali la data della Richiesta risultava successiva alla data del Primo contatto

** 73 non hanno il primo colloquio (di questi 55 hanno annullato/erano irreperibili oppure hanno chiesto di rimandare il primo colloquio e la nuova data non è ancora stata fissata); 106 hanno un primo colloquio, ma questo è stato fissato in linea con le esigenze della studentessa/studente che non ha accettato la prima proposta che gli è stata fatta dall'operatore.

Tempi di attesa per il campione "primo contatto" - confronto nel tempo

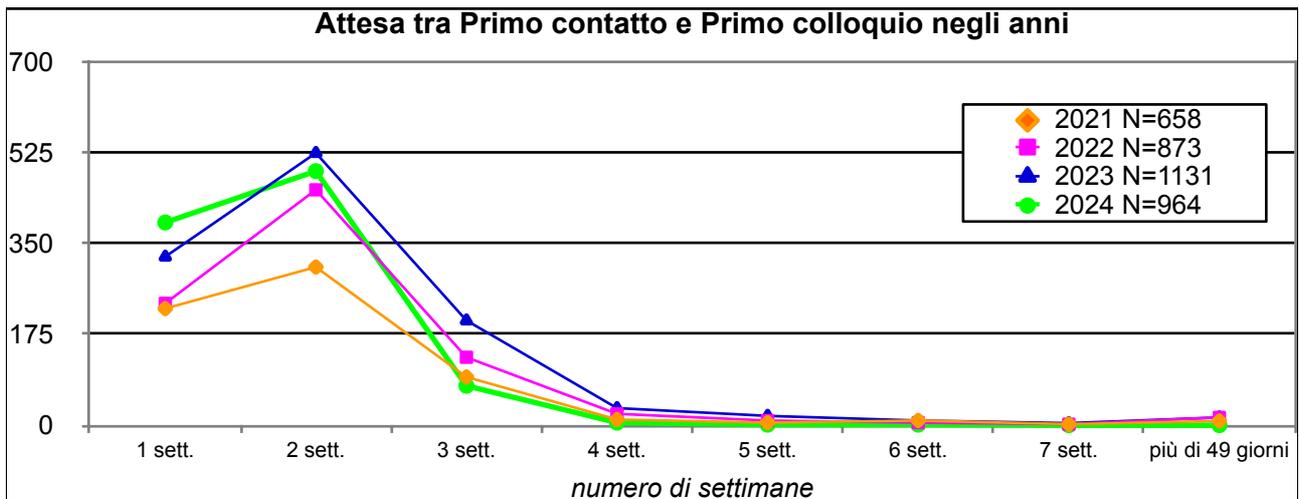
Per apprezzare ancora meglio il rispetto di tale parametro, si possono mettere a confronto i tempi di attesa tra il primo contatto ed il primo colloquio nel corso degli anni 2020-2024 (laddove lo scarto temporale era calcolabile).

	2020	2021	2022	2023	2024
0 giorni	1	4	1	7	12
1 giorni	0	18	12	51	43
2 giorni	3	21	29	40	40
3 giorni	2	25	32	30	41
4 giorni	3	36	25	52	53
5 giorni	5	31	30	35	55
6 giorni	9	42	46	50	68
7 giorni	7	48	60	60	79
8 giorni	1	39	63	52	58
9 giorni	5	38	46	69	69
10 giorni	6	40	55	63	66
11 giorni	4	42	75	77	74
12 giorni	2	38	56	64	66
13 giorni	3	58	82	96	79
14 giorni	6	50	77	104	78
15 giorni	3	34	32	72	28
16 giorni	2	18	26	46	18
17 giorni	2	11	19	22	12
18 giorni	1	14	18	23	6
19 giorni	0	5	14	9	2
20 giorni	0	8	10	16	5
21 giorni	0	3	12	14	5
...					
4 settimane	1	11	22	33	5
5 settimane	0	5	9	18	1
6 settimane	0	9	5	9	1
7 settimane	0	2	2	4	0
più di 49	4	8	15	15	0
Totale validi	70	658	873	1131	964

Riassunta in settimane:

	2020	2021	2022	2023	2024
1 settimana	30	225	235	325	391
2 settimana	27	305	454	525	490
3 settimana	8	93	131	202	76
4 settimana	1	11	22	33	5
5 settimana	0	5	9	18	1
6 settimana	0	9	5	9	1
7 settimana	0	2	2	4	0
più di 49 giorni	4	8	15	15	0
Totale	70	658	873	1131	964

Nel grafico che segue sono visibili le distribuzioni del tempo trascorso tra il primo contatto ed il



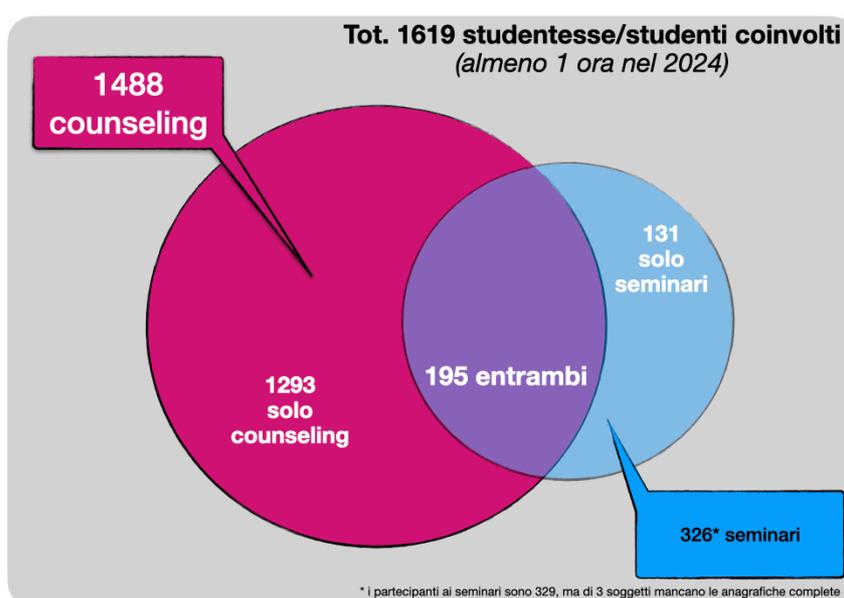
primo colloquio, solo negli anni 2021-2024 perché i dati 2020 sono poco numerosi; inoltre l'ultimo dato in ascissa (più di 49 giorni) è un dato aggregato.

Come si vede nel grafico e nelle tabelle di riferimento, all'aumentare delle richieste il trend è rimasto simile.

Studente presi in carico dal Servizio di Counseling Psicologico "Da soli mai" nel 2024 (n=1619)

I dati sono multiformi e possono essere organizzati a vari livelli. Un livello generale delle interazioni che gli studenti hanno avuto con i servizi di consulenza nel 2024 è formato da coloro che hanno svolto almeno un'ora di counseling psicologico individuale/seminari in tale anno (indipendentemente dall'anno di inizio della presa in carico attraverso il primo contatto). Per i seminari invece sono qui considerati solo quelli svolti durante il 2024.

Tra le studentesse e gli studenti che hanno svolto almeno un'ora di counseling psicologico individuale/seminari nel 2024, alcune/i hanno svolto dei colloqui di un percorso counseling individuale già iniziato negli anni precedenti.



195 studentesse/studenti hanno partecipato sia al counseling psicologico individuale che ai seminari, ed in molti casi hanno svolto più di un seminario. Tra counseling psicologico individuale e seminari gli interventi attuati nel 2024 sono stati usufruiti da 1619 persone distinte non ripetute.

Nella tabella che segue sono indicate le frequenze relative all'anno del primo contatto sia per il counseling psicologico individuale che per i seminari.

Nel caso di studenti che abbiano svolto più attività su anni diversi sono stati scelti i dati più recenti. Per quanto riguarda i seminari sono state conteggiate solo le partecipazioni ai seminari che si sono svolti nel 2024.

Anno primo contatto counseling o anno del seminario

Anno 1 contatto/anno seminario	Frequenza	Percentuale
2021	15	0,9
2022	25	1,5
2023	242	14,9
2024	1337	82,6
Totale	1619	100,0

Anagrafiche (n=1619)

Prendendo in esame tutte le studentesse e gli studenti che hanno fatto almeno 1 ora di counseling psicologico individuale nel 2024 e/o un seminario nel 2024, come illustrato nello schema nella pagina precedente abbiamo un campione di 1619 di soggetti non ripetuti. Per le analisi che seguono non verranno presi in considerazione 3 soggetti che hanno partecipato ai seminari, ma per i quali non risultano registrate le varie informazioni anagrafiche.

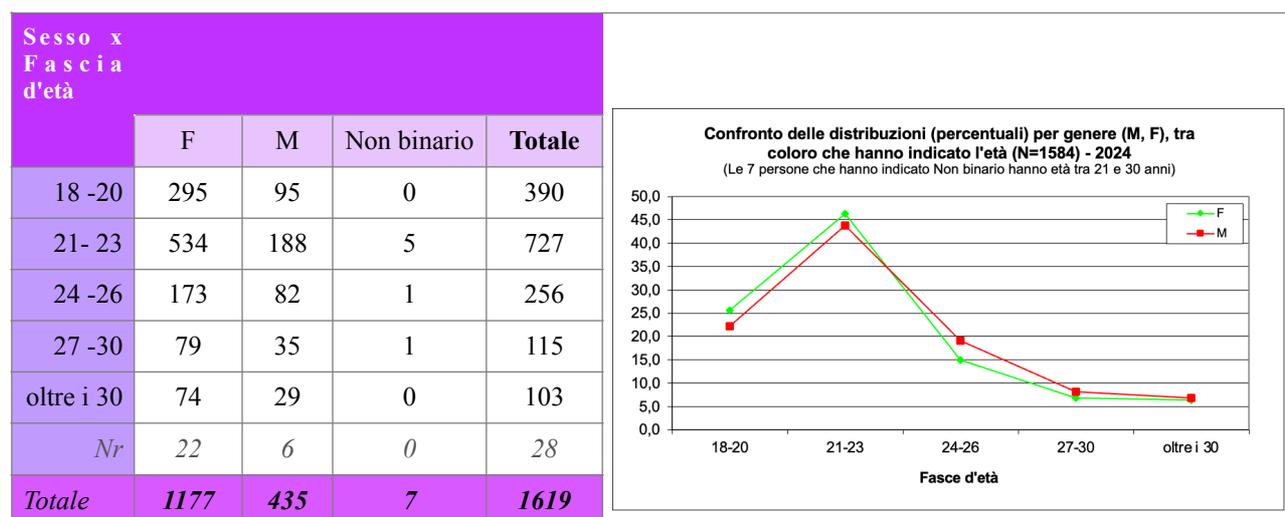
Genere

Quanti maschi femmine e non-binari		
	Frequenza	%
F	1177	72,7
M	435	26,9
Non binario	7	0,4
Totale	1619	100,0

Al counseling psicologico individuale ed ai seminari hanno fatto accesso un numero maggiore di studentesse rispetto al numero di studenti maschi e studenti non binari.

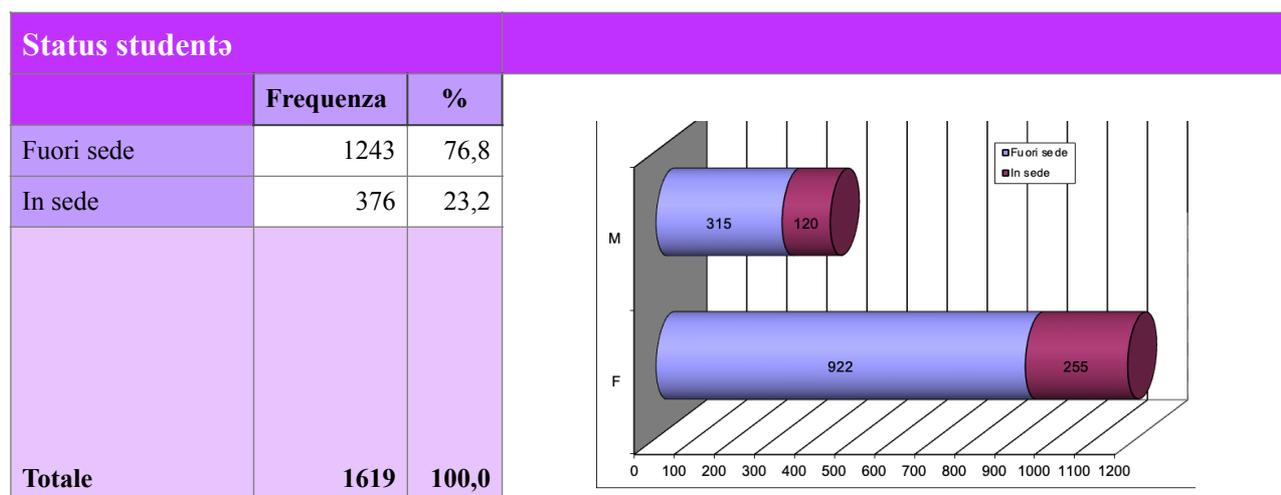
Genere per età

La risposta alla domanda età, manca in 28 casi (visualizzati in tabella ma non nel grafico, dove vengono visualizzate solo le studentesse e gli studenti che hanno risposto ad entrambe le domande).



La fascia di età maggiormente presente è quella tra 21-23 anni, sia tra gli utenti di genere femminile che tra quelli di genere maschile.

Status studente (Fuori sede/in sede; fuori corso/in corso)



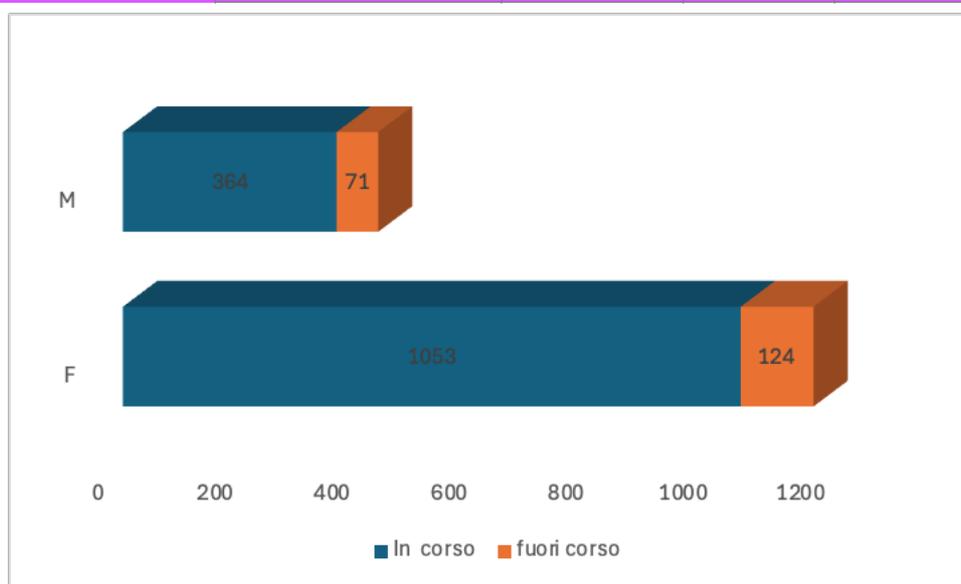
Il maggior numero di accessi al counseling psicologico individuale e ai seminari è avvenuto da parte di studentesse e studenti fuori sede. Questa tipologia di studenti è portatrice di specifiche necessità, bisogni ed anche fragilità (Armando et al., 2009).

Come scrivono Bozzetti e De Luigi (2022): *“I legami significativi costruiti con compagni e docenti durante gli studi rappresentano delle risorse fondamentali per l’accesso a informazioni, codici culturali e reti di supporto che influiscono sullo svolgimento e sul successo dei percorsi formativi. Si tratta di relazioni che rappresentano un elemento particolarmente significativo per gli studenti fuorisede, i quali risultano costantemente impegnati, oltre che nelle attività formative, nella costruzione di reti, nella messa in atto di specifici stili di consumo culturale (Gasperoni, 2000), nella scoperta di un nuovo contesto urbano e nell’organizzazione di una quotidianità progressivamente indipendente dall’ambiente familiare di origine. Tale tendenza a impegnarsi più attivamente nella creazione e nel mantenimento di relazioni sociali nel nuovo contesto, meno impellente per i pendolari e per chi è residente e già inserito in una rete di relazioni, sarebbe peraltro legata a più alti livelli di benessere soggettivo e sociale (Cicognani, Pirini, 2007). Per i fuorisede, ancora più che per gli altri profili di studenti individuati, la dimensione relazionale assume quindi un ruolo centrale: frequentare i luoghi dello studio, così come le realtà sociali, culturali e politiche che animano la città sede del corso di laurea, equivale ad esperire un percorso universitario che non sia unicamente finalizzato al conseguimento del titolo di laurea, ma che rappresenti anche una fonte di crescita formativa e personale”* (p. 69). Quest’ultimo elemento emerge anche in uno studio portato avanti con studenti dell’Università di Torino con l’obiettivo di indagare i predatori dell’attaccamento e dell’identificazione con il territorio da parte di studenti autoctoni e studenti fuoriesce (Rollero e De Piccoli, 2011). Da questo studio emerge infatti come *“...ciò che incrementa maggiormente il legame affettivo con Torino è l’utilizzo del territorio a scopi ludici”* e questo elemento è il secondo fattore che influenza anche l’identificazione con il territorio (per dettagli si rimanda all’articolo originale). La situazione dei fuorisede italiani è differente da quella esistente in altri paesi, soprattutto in quello dove ci sono campus e servizi organizzati per l’accoglienza degli studenti. Ciò non toglie che alcune tematiche di tipo psicologico, come ad esempio la nostalgia di casa e la mancanza di supporto della famiglia sia un tema comune (Nghiem, Le, Ly, Tang, Phan, 2021; Thurber, Walton, 2012;).

Incrociando lo status con il genere

		Sesso			
		F	M	Non binario	Totale
Status studentessa/studente	Fuori sede	922	315	6	1243
	In sede	255	120	1	376
Totale		1177	435	7	1619

		Sesso			Totale
		F	M	Altro	
Status iscrizione	In corso	1053	364	5	1422
	Fuori corso	124	71	2	197
Totale		1177	435	7	1619



		Status studentessa/studente		
		Fuori sede	In sede	Totale
Status iscrizione	In corso	1109	313	1422
	Fuori corso	134	63	197
Totale		1243	376	1619

I fuorisede che hanno fatto accesso ai servizi risultano essere nell'89,2% dei casi in corso. Questo indica che le difficoltà che vivono non sembrano impattare in maniera drammatica generando blocchi nel percorso di studio (non abbiamo invece dati per poter escludere che le difficoltà possano impattare sul rendimento e sullo studio). Per le studentesse e gli studenti in sede la percentuale di coloro che sono in corso è pari all'83,2%.

Confrontando per età

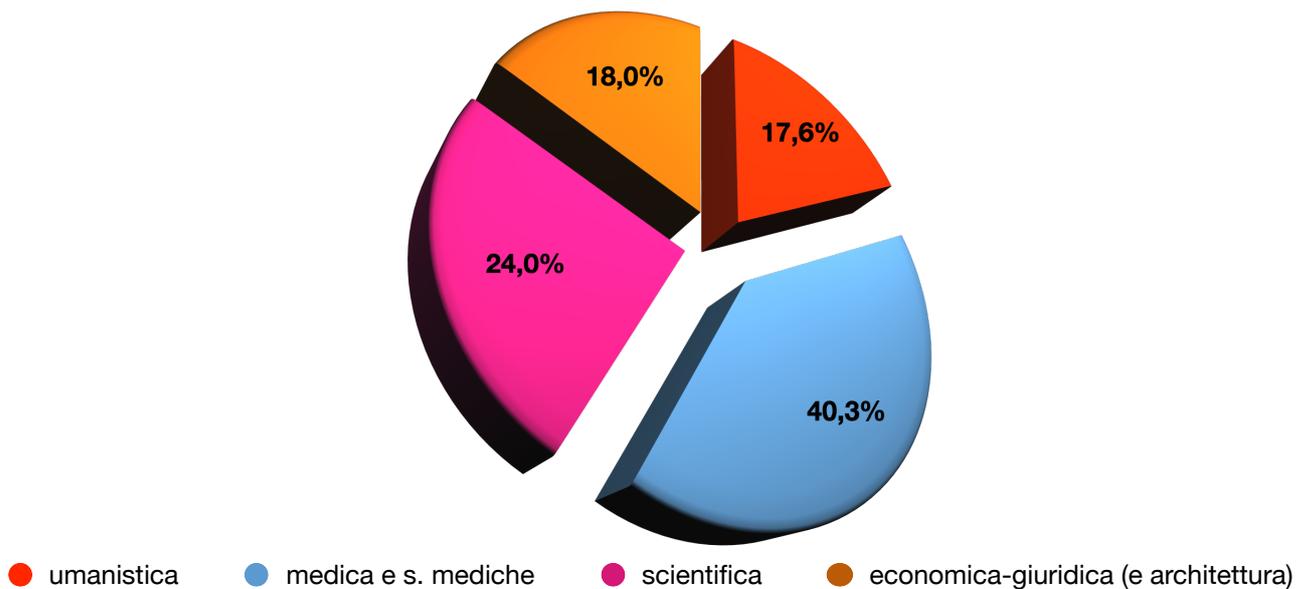
		Status studentessa/studente		
		Fuori sede	In sede	Totale
Indica la tua fascia d'età	18-20	312	78	390
	21-23	579	148	727
	24-26	188	68	256
	27-30	76	39	115
	oltre i 30	68	35	103
	nr	20	8	28
	Totale	1243	376	1619

		Status iscrizione		
		Fuori corso	In corso	Totale
Indica la tua fascia d'età	18-20	3	387	390
	21-23	51	676	727
	24-26	52	204	256
	27-30	42	73	115
	oltre i 30	47	56	103
	nr	2	26	28
	Totale	197	1422	1619

Cosa studiano

	Freq	%		
Studi umanistici	285	17,6	17,60	% umanistici
Medicina traslazionale e per la Romagna (ex Morfologia, chirurgia e medicina sperimentale)	353	21,8		
Medicina, Farmacia e Prevenzione	24	1,5	40,33	area medica e scienze mediche
Scienze mediche	185	11,4		%
Neuroscienze e Riabilitazione (ex Scienze biomediche e chirurgico specialistiche)	91	5,6		

Scienze chimiche e farmaceutiche ed agrarie	70	4,3		
Scienze dell'ambiente e della prevenzione	8	0,5		
Scienze della vita e biotecnologie	162	10,0	area scientifica, scienze pure e applicate	
Ingegneria	80	4,9	24,03	%
Fisica e Scienze della Terra	22	1,4		
Matematica e informatica	47	2,9		
Giurisprudenza	69	4,3	18,04	%
Economia e management	126	7,8	Economico-giuridiche/ architettura	
Architettura	97	6,0		
Totale	1619	100,0	100,0	



Da questi dati vediamo una buona fetta di studentesse e studenti provenienti da percorsi di area medico-sanitaria e scienze mediche. Il dato potrà essere approfondito, ma un elemento che contraddistingue questa tipologia di studenti, proprio per il percorso di studi intrapreso, è una maggiore *health literacy* (si veda ad esempio Kühn, Bachert, Hildebrand, Kunkel, Reitermayer, Wäsche, Woll, 2022), oltre a dover affrontare un percorso di studi molto impegnativo ed a forte impatto emotivo nelle prime esperienze dirette con i pazienti. In una meta-analisi condotta nel 2016 e che ha incluso 167 studi "cross-sectional" e 16 studi longitudinali provenienti da 43 paesi, alcuni autori hanno evidenziato una rilevante presenza di depressione o di sintomi depressivi tra gli studenti di medicina (pari del 27,2%), così come la presenza di ideazione suicidaria (pari all'11,1%) (Rotenstein LS, Ramos MA, Torre M, *et al.*, 2016).

Studente DSA/disabilità che hanno svolto almeno 1 ora di attività/counseling/seminari nel 2024

Studente con DSA

Tra le persone che si sono rivolte al servizio almeno una volta nel 2024, tra seminari e counseling, 58 su 1619 (il 3,58%) dichiarano di essere studenti con DSA. Queste proporzioni rispecchiano quelle già osservate nel 2023. Tra le 58 persone con DSA, 30 (51,7%) dichiarano di usufruire dei servizi di supporto DSA erogati da Unife. 1 persona dichiara di usufruire dei servizi anche se non si definisce studente con DSA.

		Sei una studentessa o uno studente con DSA?		
		Sì	No	Totale
Se sì, usufruisci dei erogati servizi di supporto DSA da Unife?	Sì	30	1	31
	No	28	1560	1588
	Totale	58	1561	1619

Andando a vedere in dettaglio solo coloro che hanno dichiarato di essere studente con DSA:

		Sì DSA	% su 58
Se sì, usufruisci dei erogati servizi di supporto DSA da Unife?	Sì	30	51,7
	No	28	48,3
	Totale	58	100,0
58/1619 sono il 3,58% del Totale 1619			

Studente con disabilità

Tra le persone che si sono rivolte al servizio almeno una volta nel 2024, tra seminari e counseling, 12 su 1619 (il 0,74%) dichiarano di avere una disabilità. Tra queste 12 persone con disabilità, 4 su 12 (33,3%) dichiarano di usufruire dei servizi per disabilità erogati da Unife.

		Sei una studentessa o uno studente con disabilità?		
		Sì	No	Totale
Se sì, usufruisci dei servizi per disabilità erogati da Unife?	Sì	4	1	5
	No	8	1606	1614
	Totale	12	1607	1619

Andando a vedere in dettaglio solo coloro che hanno dichiarato di essere studente con disabilità:

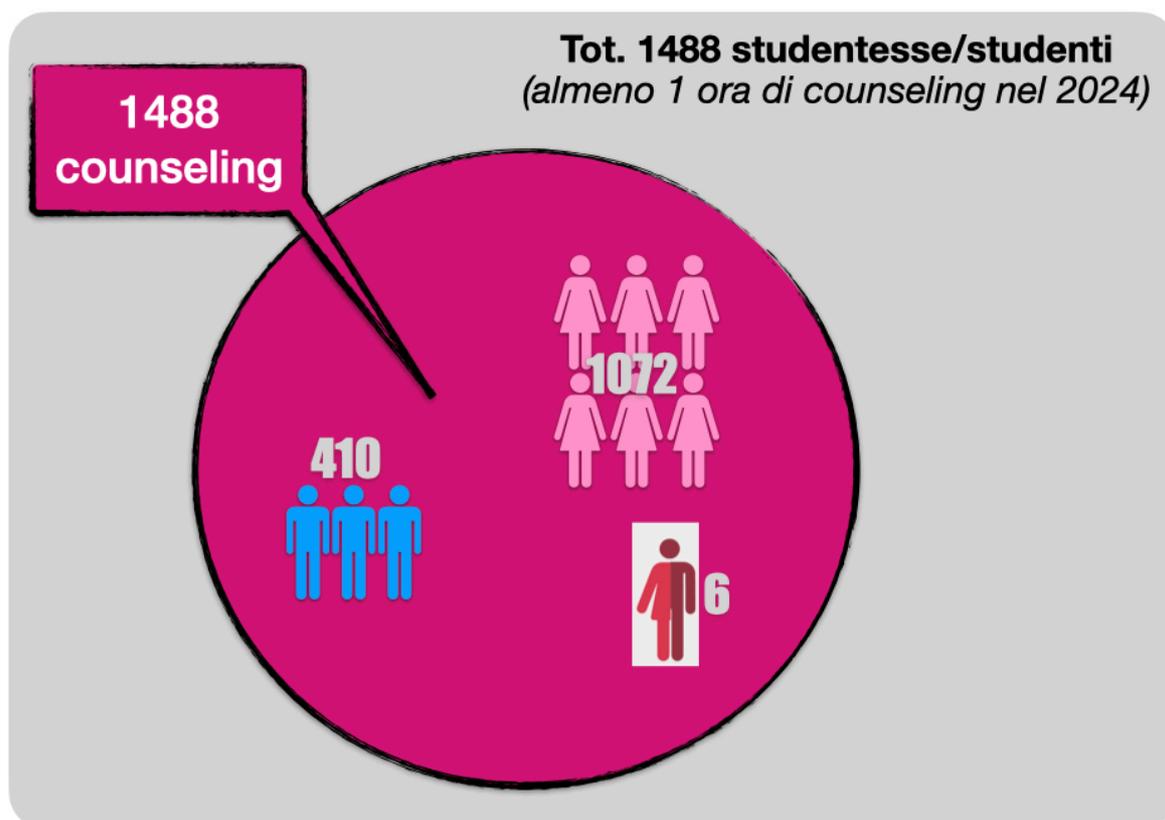
		Sì disabilità	% su 12
Se sì, usufruisci dei servizi per disabilità erogati da Unife?	Sì	4	33,3
	No	8	66,7
	Totale	12	100,0
12/1619 sono lo 0,74%			

E' stata controllata anche la congiunzione dei due eventi, 2 persone tra quelle sopra indicate dichiarano di essere studenti con disabilità e contemporaneamente anche studenti con DSA.

Se dovessimo indicare le persone coinvolte in Totale tra DSA e disabilità, il numero di soggetti corretto sarebbe $(58+12)-2=68$ persone. $68/1619$ equivale al 4,2% dei soggetti ricevuti o presi in carico durante il 2024.

Studentesse/studenti che hanno svolto almeno un'ora di counseling nel 2024 (n=1488)

Guardando un campione meno ampio e focalizzando l'attenzione sui soggetti che hanno svolto almeno un'ora di counseling nel 2024 possiamo dire che in totale sono 1488 persone.



In tabella vediamo quando hanno svolto il primo contatto.

	Frequenza	Percentuale
2021	16	1,1
2022	33	2,2
2023	296	19,9
2024	1143	76,8
Totale	1488	100,00%

Anagrafiche partecipanti al counseling psicologico individuale (n=1488)*Genere per età*

Sesso X Fascia d'età				Totale
	F	M	Non binario/ Altro	
18-20	284	96	0	380
21- 23	480	173	4	657
24 -26	155	75	1	231
27 -30	69	33	1	103
oltre i 30	57	25	0	82
nr	27	8	0	35
Totale	1072	410	6	1488

Cosa studiano

		Freq	%
Dipartimento/Facoltà	Architettura	94	6,3
	Economia e management	115	7,7
	Fisica e Scienze della Terra	23	1,5
	Giurisprudenza	63	4,2
	Ingegneria	74	5,0
	Matematica e informatica	41	2,8
	Medicina traslazionale e per la Romagna (ex Morfologia, chirurgia e medicina sperimentale)	315	21,2
	Medicina, Farmacia e Prevenzione	27	1,8
	Neuroscienze e Riabilitazione (ex Scienze biomediche e chirurgico specialistiche)	84	5,6
	Scienze chimiche e farmaceutiche ed agrarie	67	4,5
	Scienze della vita e biotecnologie	161	10,8
	Scienze mediche	179	12,0
	Studi umanistici	245	16,5
Totale		1488	100,0

Considerando che questi 1488 studentə coprono quasi per intero il campione precedentemente descritto i dati convergono con le descrizioni del campione dei 1619.

Dati sul tipo di intervento richiesto

Incidenza delle difficoltà sulla carriera universitaria

Quanto incidono attualmente sulla tua carriera universitaria le difficoltà che stai vivendo e per le quali chiedi la consultazione?		
	Frequenza	%
<i>Per nulla</i>	43	2,9
<i>Poco</i>	323	21,7
<i>Abbastanza</i>	719	48,3
<i>Molto</i>	385	25,9
<i>nr</i>	18	1,2
Total	1488	100,0

Più del 74% individua un'incidenza importante ('abbastanza' e 'molto') delle difficoltà che stanno vivendo sulla carriera universitaria. Come vedremo nell'analisi dei focus di lavoro, tali difficoltà non sono strettamente connesse allo studio e all'ambiente universitario, ma ci sono difficoltà relazionali, difficoltà di tipo ansioso e difficoltà legate all'autostima e alla sfiducia in se stessi e sono queste che poi vanno ad incidere, a detta delle studentesse e degli studenti, sulla loro carriera universitaria.

Urgenza della richiesta

Sul livello di urgenza della richiesta:

Che livello di urgenza daresti alla tua richiesta di consultazione?		
	Frequenza	%
Non urgente/per nulla urgente	634	42,6
Poco urgente	10	0,7
Urgente	722	48,5
Molto urgente/urgentissimo	104	7,0
<i>nr</i>	18	1,2
Totale	1488	100

E' interessante notare come le richieste si dividono in buona parte tra richieste che non rivestono nessun carattere di urgenza e richieste che invece rivestono un carattere di urgenza. Solo nel 7,0% dei casi ci troviamo in una percezione da parte dello studente di una richiesta che risulta "Molto urgente/urgentissimo".

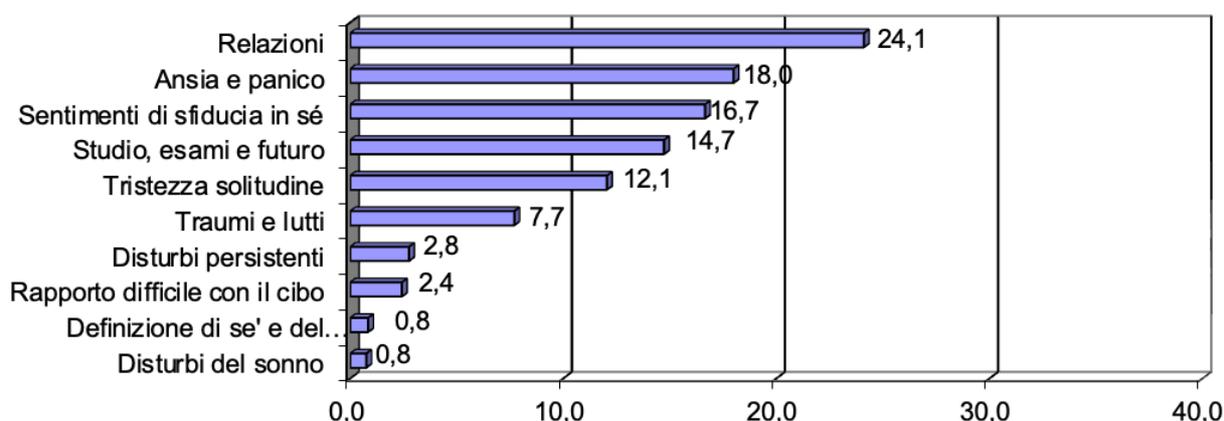
Focus dell'intervento

Tra coloro che nel 2024 hanno fatto almeno un colloquio di counseling psicologico individuale, la proporzione di femmine e maschi è tale che il loro rapporto sia 2,6, ossia per ogni studente maschio si sono presentate al counseling 2,6 studentesse femmine, possiamo anche dire più del doppio. Consideriamo coerente con tale suddivisione una proporzione tra 1 e 3,7 che viene rilevata in gran parte dei Focus definiti (ultima colonna della tabella). Il rapporto tra femmine e maschi è più alto a favore delle studentesse nei due casi "Attacchi di Panico" (7,5) e "Stati ansiosi ricorrenti" (5,6), ma risulta elevato anche nel "Presunto disturbo psichiatrico e invio" (5,0) e "Rapporto difficile con il cibo" (4,8).

Focus	F	M	Non binario/ Altro	Totale	proporzione F/M
01. Studio ed esami	46	42	0	88	1,1
02. Scelta universitaria	21	7	0	28	3,0
03. Adattamento ai cambiamenti imposti dalla pandemia	0	1	0	1	0,0
04. Tristezza e apatia persistenti	77	40	0	117	1,9
05. Solitudine	16	11	0	27	1,5
06. Stati ansiosi ricorrenti	150	27	1	178	5,6
07. Attacchi di Panico	15	2	0	17	7,5
08. Disturbi del sonno	7	2	0	9	3,5
09. Agitazione/irrequietezza	14	5	1	20	2,8
10. Relazioni familiari	70	21	0	91	3,3
11. Disagio emotivo nella gestione della frustrazione relazionale	121	53	1	175	2,3
12. Socializzazione con i coetanei	15	7	0	22	2,1
13. Sentimenti di sfiducia in sé e nelle proprie capacità	157	42	0	199	3,7
14. Eventi traumatici	45	18	0	63	2,5
15. Presunto disturbo psichiatrico e invio	25	5	0	30	5,0
16. Rapporto difficile con il cibo	24	5	0	29	4,8
17. Vissuti di estraniamento	1	2	0	3	0,5
18. Definizione di sé e del proprio genere	6	4	0	10	1,5
19. Disorientamento verso il futuro	42	18	0	60	2,3
20. Lutti recenti	22	6	0	28	3,7
21. Altro - specificare nelle note	28	19	1	48	
mancante	170	73	2	245	
Totale	1072	410	6	1488	2,6

Prendendo in considerazione l'intero campione di coloro che nel 2024 hanno fatto almeno un colloquio di counseling psicologico individuale e che hanno un focus individuato (non considerando il focus 'altro' e i focus mancanti) abbiamo un campione di 1195. Su di esso, raggruppando i focus, si può vedere che il tema delle relazioni è predominante, seguito dalle tematiche dell'ansia e degli attacchi di panico e dai sentimenti sfiducia in sé. Queste tematiche possono influire sull'andamento universitario, ma nessuna di esse è intimamente connessa al vissuto dello studente universitario. Il focus raggruppato "Studio, esami, futuro" presenta tale caratteristica, ma percentualmente è presente solo nel 14,7% dei casi.

Percentuali del Focus nel 2024 N=1195 senza vuoti



Incrociando il focus con l'esito, esclusi i "21. Altro" e i vuoti (che sono 294, di cui 293 non hanno focus, e di questi 53 non hanno neppure l'esito, mentre 1, anche se ha il focus non ha l'esito), rimangono 1194 casi definiti.

Nella tabella che segue i focus sono raccolti in aree e suddivise in base all'esito:

Raccolti i focus	Attivo	Concluso	Consulto	Invio	Annullato/ Sospeso	Totale
Relazioni	75	163	33	10	7	288
Ansia e panico	75	111	9	10	9	214
Sentimenti di sfiducia in sé	38	130	14	6	11	199
Studio, esami e futuro	65	80	21	2	8	176
Tristezza solitudine	56	63	8	8	9	144
Traumi e lutti	39	38	5	6	4	92
Disturbi persistenti	12	11	0	9	1	33
Rapporto difficile con il cibo	12	11	0	4	2	29
Definizione di se' e del proprio genere	5	5	0	0	0	10
Disturbi del sonno	3	5	0	0	1	9
Totale	380	617	90	55	52	1194

Esito dei percorsi

Esito	Frequenza	%
Attivo	466	31,3
Concluso	650	43,7
Consulto	106	7,1
Totale Inviati ad altri centri o professionisti	65	4,4
Invio a psichiatra in libera professione	6	0,4
Invio a psicoterapeuta in libera professione	48	3,2

Invio al centro per DCA	2	0,1
Invio al CSM	8	0,5
Invio allo "Spazio Giovani"	1	0,1
Annullato	93	6,3
Sospeso	54	3,6
vuoto	54	3,6
Totale	1488	100,0

Invii ad altro servizio

Guardando gli Invii nel dettaglio:

Dettaglio invii	%	Freq	% interna a Invii
Invio a psichiatra in libera professione	0,4	6	9,2
Invio a psicoterapeuta in libera professione	3,2	48	73,8
Invio al centro per DCA	0,1	2	3,1
Invio al CSM	0,5	8	12,3
Invio allo "Spazio Giovani"	0,1	1	1,5
	4,4	65,0	100

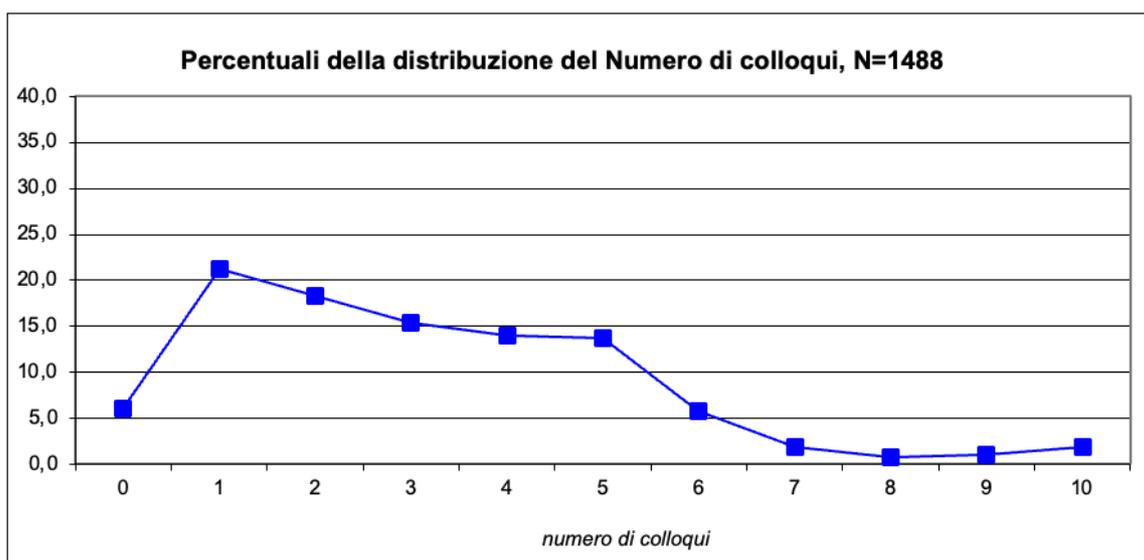
Colloqui individuali

Distribuzione del numero di colloqui individuali svolti dai 1488 soggetti che hanno attivo nel 2024 un percorso di consulenza psicologica individuale. Nella tabella sono riportate le frequenze dei soggetti che hanno svolto da 0 a 10 colloqui, alcuni dei quali iniziati prima del 2024 e calcolati alla data del 31.12.2024.

Numero di colloqui svolti pre 2025	Freq	%	% cumulate
0	90	6,0	6,0
1	316	21,2	27,3
2	273	18,3	45,6
3	230	15,5	61,1
4	208	14,0	75,1
5	205	13,8	88,8
6	86	5,8	94,6
7	27	1,8	96,4
8	11	0,7	97,2
9	15	1,0	98,2
10	27	1,8	100,0
Totale N	1488	100	

Nella tabella che segue è riportata la distribuzione del numero di colloqui complessivi svolti affiancata dal numero di colloqui svolti nel 2024.

Numero di colloqui svolti	Colloqui complessivi	Ore solo 2024
0	90	90
1	316	454
2	273	316
3	230	243
4	208	172
5	205	143
6	86	39
7	27	11
8	11	8
9	15	5
10	27	7
Totale N	1488	1488



Riguardo al numero di colloqui, si è proceduto a fare una prima rilevazione in base all'esito. Per i soggetti che hanno fatto almeno un'ora nel 2024, dove l'Esito era indicato (vuoti 54) sono state calcolate le medie e Deviazioni standard del numero di colloqui svolti effettivamente in totale (anche iniziati prima del 2024), e la Media del numero di colloqui avvenuti solo nel 2024.

Nella tabella che segue sono raccolti gli esiti di queste analisi.

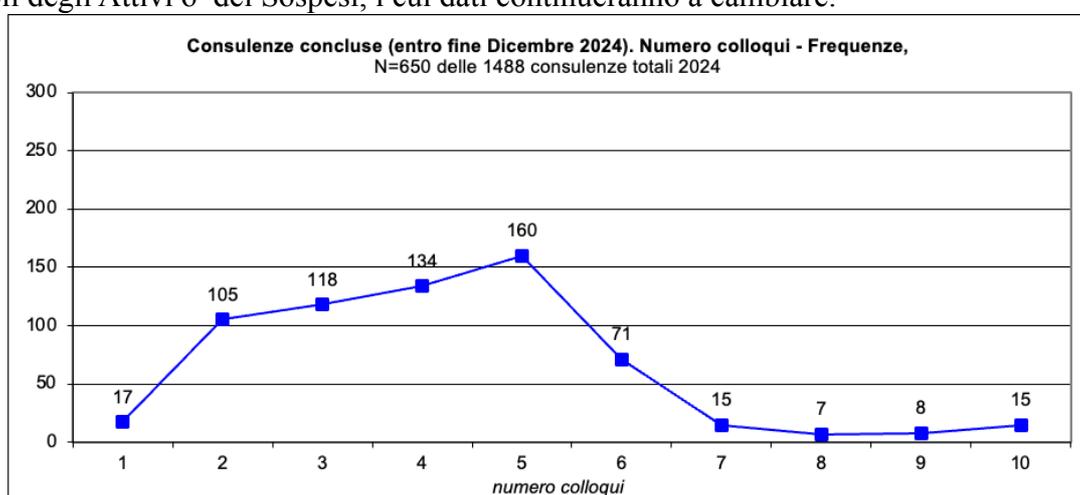
Esito al 31 Dicembre 2024					
		ESITO		N colloqui totali	ore solo 2024
N	466	Attivo	Media	2,76	2,44
			Dev.St.	1,88	1,6

N	650	Concluso	Media	4,19	3,19
			Dev.St.	1,80	1,69
N	65	Somma Inviati	Media	4,00	2,94
			Dev.St.	2,38	1,90
N	106	Consulto	Media	1,16	1,13
			Dev.St.	0,91	0,81
N	93	Annullato	Media	0,56	0,55
			Dev.St.	0,80	0,74
N	54	Sospeso	Media	2,30	1,87
			Dev.St.	1,90	1,61
	54	Esito non spec.			
N	1488	Totale	Media	3,10	2,49
			Dev.St.	2,12	1,75

Le medie più basse sono come atteso per i due gruppi Annullato con media 0,56 e Consulto con media 1,16.

Il gruppo delle studentesse e degli studenti che ha concluso il proprio percorso di counseling psicologico individuale va considerato più nel dettaglio. In effetti sono conclusi anche i casi "Consulto" e molti degli "Inviati ad altri specialisti".

Tuttavia sembra opportuno approfondire questo gruppo che è stato preso in carico, ha fatto un percorso di qualche colloquio fino anche a 9-10 incontri e poi si è concluso (si veda grafico qui di seguito). I loro dati sono rilevanti in quanto meno fugaci e meno brevi dei Consulti, ma anche meno mutevoli degli Attivi o dei Sospesi, i cui dati continueranno a cambiare.



Preferenze degli utenti sul tipo di colloquio

Il luogo della consulenza:

<i>Preferisci una consultazione:</i>		
	Frequenza	%
In presenza (Studio presso il Dipartimento di Studi Umanistici, Via Paradiso 12 Ferrara)	10	0,7
In presenza (Studio sito in Via Scienze, 41/b - Ferrara)	1034	69,5
In presenza (Via Saragat)	2	0,1
Online, tramite piattaforma Meet, Skype o Whatsapp	260	17,5
Indifferente	181	12,2
nr	1	0,1
Totale	1488	100,0

Andando a guardare il confronto sul luogo della consultazione tra i "Fuori sede" e gli "In sede"

<i>Preferisci una consultazione:</i>	<i>Fuori sede</i>	<i>In sede</i>	Tot
In presenza (Studio presso il Dipartimento di Studi Umanistici, Via Paradiso 12 Ferrara)	8	2	10
In presenza (Studio sito in Via Scienze, 41/b - Ferrara)	786	248	1034
In presenza (Via Saragat)	2	0	2
Online, tramite piattaforma Meet, Skype o Whatsapp	213	47	260
Indifferente	135	46	181
nr	1	0	1
Totale	1145	343	1488

Da questa domanda emerge che per le studentesse e gli studenti che chiedono aiuto psicologico è importante effettuare colloqui in presenza. Infatti, sia per coloro che sono 'in sede' che per coloro che sono 'fuori sede' la scelta maggioritaria ricade sul colloquio in presenza. Come abbiamo visto precedentemente parlando dei focus, il tema della relazione è per loro un tema centrale e quella con il consulente psicologo è una relazione costruttiva che le studentesse e gli studenti vogliono sperimentare in maniera corporea e non in maniera incorporea e mediata. Dal

Scelta del consulente

In una domanda del form veniva richiesto alle studentesse ed agli studenti se sentivano l'esigenza specifica di parlare con un consulente maschile o femminile. Nella tabella che segue si incrocia il genere del rispondente con la scelta del consulente.

		Genere			
		F	M	Non binario/ Altro	Totale
Senti l'esigenza specifica di parlare con un consulente maschile o femminile?	Si	435	88	1	524
	No	614	310	5	929
	nr	23	12	0	35
Total		1072	410	6	1488

Il primo dato da sottolineare è che il 63,6% delle persone coinvolte (929 su 1488) risponde di no, non vengono sentite esigenze relative al genere del consulente. La maggioranza delle studentesse non sente l'esigenza di scegliere il genere del consulente, ma questa esigenza è comunque sentita da una buona percentuale delle studentesse (40,6%; 435 su 1072). Tra gli studenti maschi la percentuale di sì è invece limitata al 21,5% (88 su 410).

Dalla tabella che segue si evince che molti di coloro che hanno risposto a tale domanda (n=529) preferirebbero un consulente donna (anche gli uomini).

Preferisci una consultazione con un consulente:	F	M	Non binario/ Altro	Totale
Donna	404	58	1	463
Uomo	11	17	0	28
Indifferente	24	14	0	38
<i>nr</i>	633	321	5	959
Totale	1072	410	6	1488

Preferisci una consultazione con un consulente:

(con le percentuali su chi ha risposto)

Preferisci una consultazione con un consulente:		
	Frequenza	%
Donna	463	87,5
Uomo	28	5,3
Indifferente	38	7,2
Totale	529	100,0

E poi incrociando le due domande "Preferisci una consultazione con un consulente (Donna, Uomo, indifferente)" con la domanda "Senti l'esigenza specifica di parlare con un consulente maschile o femminile? (Sì, No)"

		Preferisci una consultazione con un consulente:				
		Donna	Uomo	Indiff.	nr	Totale
Senti l'esigenza specifica di parlare con un consulente maschile o femminile?	Si	460	27	37	0	524
	No	1	1	1	926	929
	nr	2	0	0	33	35
Totale		463	28	38	959	1488

Rispetto alla preferenza della lingua:

In che lingua intendi effettuare la consultazione?		
	Frequenza	%
Inglese	17	1,1
Italiano	1434	96,4
nr	37	2,5
Total	1488	100,0

Il counseling psicologico individuale è un percorso di counseling 'focalizzato' nel senso che l'operatore individua un focus di lavoro che viene condiviso con la studentessa/lo studente e sulla base del focus individuato viene progettato un percorso breve di intervento (tendenzialmente 5 colloqui). Gli operatori sono invitati a tenere traccia dei percorsi tramite una reportistica individuale. Al momento dell'attuale rilevazione, la reportistica ha modalità tra loro molto variegata, non sempre vengono indicati i singoli colloqui e gli interventi attuati di volta in volta. Per il 2025 è stata predisposta una "scheda clinica" che indurrà tutti gli operatori a fornire le informazioni in modo maggiormente uniforme.

Prendendo ad esempio una reportistica contenente le informazioni relative agli interventi attuati, possiamo indicare che gli **interventi principali** includono:

1. Interventi basati sull'esplorazione emotiva e psicologica:

Analisi del sintomo attraverso associazioni simboliche: Utilizzato, ad esempio in un caso per collegare il blocco nello studio alla mancanza di attività natatoria, identificata come fonte di libertà e motivazione.

Tecnica delle due sedie: Aiuta a mettere a confronto diverse parti di sé per lavorare su conflitti interni (ad esempio, il giudizio critico e la flessibilità).

Egogramma: Strumento dell'Analisi Transazionale per esplorare il modo in cui l'energia psicologica viene utilizzata e comprendere blocchi emotivi o comportamentali.

2. Interventi strategici per lo studio:

Pianificazione e organizzazione dello studio: Elaborazione di scalette di lavoro, mappe concettuali e strategie di apprendimento.

Simulazioni e "palestra" per la ripetizione orale: Specificamente usato per preparare gli studenti alla prova orale.

3. Interventi di rinforzo positivo e motivazionale:

Teoria delle carezze positive: Introdotta per aumentare la sensibilità al riconoscimento dei propri successi.

Tabella costi-benefici: Usata per aiutare a valutare le scelte e motivare cambiamenti.

4. Interventi basati sull'EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing):

Installazione del luogo sicuro: Per rafforzare rappresentazioni mentali di fiducia e sicurezza.

Rielaborazione di eventi traumatici: Ad esempio per superare il vissuto di svalutazione legato a esperienze negative con docenti.

5. Interventi relazionali e di supporto sociale:

Partecipazione a gruppi di counseling e seminari: Proposta come supporto integrativo per favorire il senso di appartenenza e condivisione.

Consulenze di supporto sociale: Per affrontare problematiche non strettamente accademiche.

Studente con DSA che hanno svolto almeno un colloquio di counseling psicologico individuale nel 2024

Studente con DSA

Tra le persone che hanno svolto almeno un colloquio nel 2024, 53 su 1488 (il 3,6%) dichiarano di essere studenti con DSA. Tra le 53 persone con DSA, 27 (50,9%) dichiarano di usufruire dei servizi di supporto DSA erogati da Unife.

		Sei una studentessa o uno studente con DSA?		
		Sì	No	Totale
Se sì, usufruisci dei servizi di supporto DSA erogati da Unife?	Sì	27	0	27
	% colonna	50,9		
	No	26	1435	1461
% colonna	49,1			
Totale		53	1435	1488
% colonna		100,0%		

Studente con disabilità

Tra le persone che hanno svolto almeno un colloquio nel 2024, 11 su 1488 (lo 0,74%) dichiarano di avere una disabilità. Tra queste 11 persone con disabilità, 4 su 11 (40%) dichiarano di usufruire dei servizi per disabilità erogati da Unife.

		Sei una studentessa o uno studente con disabilità?		
		Sì	No	Totale
Se sì, usufruisci dei servizi per disabilità erogati da Unife?	Sì	4	1	5
	% colonna	36,4		
	No	7	1476	1483
% colonna	63,6			
Totale		11	1477	1488
% colonna		100%		

Questionario anonimo di valutazione del counseling psicologico individuale 2024 (N=590)

Al termine del percorso di counseling psicologico individuale ai partecipanti è stato richiesto di compilare un questionario anonimo tramite un form online. Nel 2024 sono stati compilati 590 questionari. Qui di seguito quanto emerso.

Anagrafiche questionario anonimo

<i>Età</i>	<i>Femmina</i>	<i>Maschio</i>	<i>Non binario/ Preferisco non rispondere</i>	Totale
Meno di 22	152	42	1	195
da 22 a 25	207	80	2	289
Più di 25	74	31	1	106
Tot.	433	153	4	590

Percezione tempi di attesa

<i>Il tempo trascorso dalla richiesta al primo appuntamento è stato</i>		
	Frequenze	%
Più breve	328	55,6
In linea con quanto dichiarato: 15 gg	240	40,7
Più lungo	22	3,7
Totale	590	100,0

Il 96,3% dei rispondenti dichiara che il tempo trascorso dalla richiesta al primo appuntamento è stato più breve o in linea con quanto dichiarato: 15 giorni (568/590).

Chiarezza del percorso

<i>Hai ricevuto informazioni sufficienti sul tipo di supporto che ti veniva offerto?</i>		
	Frequenze	%
Molto	372	63,1
Abbastanza	201	34,1
Poco	17	2,9
per nulla	0	0,0
Totale	590	100,0

<i>È stato definito in maniera chiara con il professionista il focus del lavoro da svolgere assieme?</i>		
	Frequenze	%
Molto	430	72,9
Abbastanza	149	25,3
Poco	10	1,7
Per nulla	1	0,2
Totale	590	100,0

Utilità/efficacia percepita del percorso

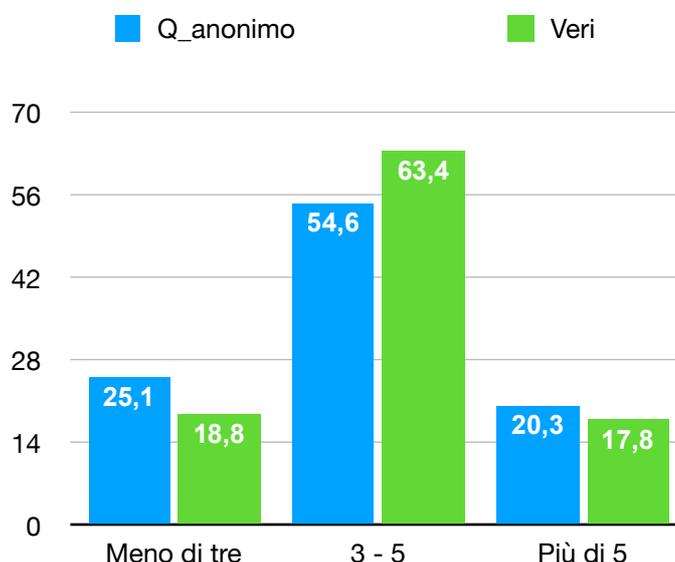
<i>Ritieni che il percorso fatto sia stato utile?</i>		
	Frequenze	%
Molto	458	77,6
Abbastanza	122	20,7
Poco	9	1,5
Per nulla	1	0,2
Totale	590	100,0

<i>La consultazione ricevuta ha contribuito a ridurre il disagio segnalato?</i>		
	Frequenze	%
Molto	364	61,7
Abbastanza	203	34,4
Poco	21	3,6
Per nulla	2	0,3
Totale	590	100,0

Setting dei colloqui

<i>Che tipo di sedute hai svolto?</i>	Frequenze	%		<i>Quanti incontri hai svolto?</i>	Frequenze	%
Sia a distanza che in presenza	141	23,9		Meno di tre	148	25,1
Solo a distanza	163	27,6		3 - 5	322	54,6
Solo in presenza	286	48,5		Più di 5	120	20,3
Totale	590	100,0		Totale	590	100,0

Mettendo a confronto quanto emerso da questa risposta al questionario anonimo e la rilevazione del numero di incontri effettivamente svolti da chi ha concluso il percorso.



Competenza dell'operatore

<i>Ritieni che chi ti ha seguit* abbia mostrato competenza e professionalità</i>		
	Frequenze	%
Molto	530	89,8
Abbastanza	57	9,7
Poco	3	0,5
Per nulla	0	0
Totale	590	100,0

<i>Ti sei sentit* ascolt* e compres*</i>		
	Frequenze	%
Molto	501	84,9
Abbastanza	82	13,9
Poco	7	1,2
Per nulla	0	0,0
Totale	590	100,0

<i>Quanto consiglieresti ad un amic* di avvalersi del servizio?</i>		
	Frequenze	%
Molto	518	87,8
Abbastanza	62	10,5
Poco	8	1,4
Per nulla	2	0,3
Totale	590	100,0

<i>Dopo questa esperienza sarebbe più o meno facile per te rivolgerti ad una/o psicoterapeuta, psicologa/o o counselor in futuro?</i>		
	Frequenze	%
Molto	415	70,3
Abbastanza	166	28,1
Poco	8	1,4
Per nulla	1	0,2
Totale	590	100,0

<i>E' stato chiarito già dai primi incontri il focus di lavoro?</i>		
	Frequenze	%
Molto	402	68,1
Abbastanza	172	29,2
Poco	15	2,5
Per nulla	1	0,2
Totale	590	100,0

<i>Quanto sei globalmente soddisfatt* del servizio?</i>		
	Frequenze	%
Molto	457	77,5
Abbastanza	124	21,0
Poco	9	1,5
Per nulla	0	0,0
Totale	590	100,0

<i>Sulla base del focus concordato quanto ritieni efficace la consulenza</i>		
	Frequenze	%
Molto	431	73,1
Abbastanza	146	24,7
Poco	13	2,2
Per nulla	0	0,0
Totale	590	100,0

<i>Gli ambienti ti sono sembrati accoglienti, confortevoli e puliti(a)</i>		
	Freq	%
Molto	400	67,8
Abbastanza	181	30,7
Poco	8	1,4
Per nulla	1	0,2
Totale	590	100,0

<i>Gli ambienti hanno garantito la riservatezza?</i>		
	Freq	%
Molto	414	70,2
Abbastanza	167	28,3
Poco	8	1,4
Per nulla	1	0,2
Totale	590	100,0

<i>Contemporaneamente al trattamento psicologico hai avuto altri interventi sociosanitari continuativi?</i>		
	Frequenze	%
Si	26	4,4
No	564	95,6
Totale	590	100,0

Dei 26 che rispondono affermativamente a questa domanda, quando viene loro richiesto di specificare quali interventi, una persona non fornisce alcuna specifica, gli altri 25 dichiarano:

Supporto psichiatrico	13
Supporto dsa	3
Tutorato didattico	3
Psicoterapia	2
Seminari	2
Supporto dsa, Tutorato didattico	1
Supporto psichiatrico, Tutorato didattico	1
Tot	25

<i>Nel periodo di trattamento si sono verificati importanti cambiamenti di vita o eventi con effetto significativo?</i>		
	Frequenze	%
Si	291	49,3
No	299	50,7
Totale	590	100,0

Seminari esperienziali 2024

Nell'anno 2024 nell'ambito delle opportunità offerte dal Servizio di Counseling psicologico di ateneo "DA SOLI MAI" vengono organizzati alcuni seminari esperienziali su varie tematiche e vissuti, sia proposti direttamente dagli operatori che progettati sulla base di richieste pervenute dalle studentesse e dagli studenti.

Alcuni dei seminari sopraelencati si compongono di due moduli ciascuno da 2 ore (4 ore ogni seminario). Hanno tale struttura:

Al cuore si comanda?

Ansia? Impariamo a gestirla!

Ansia, (ri)conoscerla ed imparare a gestirla

Autostima ne ho?

Cambiamente, io con me... più di ieri... meno di domani...

Come uso la mia energia psicologica

Io valgo e sono ok!

Libera-mente

Rabbia, il carburante del cambiamento

Sii te stesso a modo tuo

Il seminario *Il ritmo delle emozioni* è un modulo unico di due ore e 30 minuti.

Il seminario *Scrivo e riscrivo la mia storia* ha previsto tre moduli da due ore.

SEMINARI ESPERIENZIALI 2024

Seminario	GEN 2024	FEB 2024	MAR 2024	APR 2024	MAG 2024	GIU 2024	LUG 2024	AGO 2024	SET 2024	OTT 2024	NOV 2024	DIC 2024
1 "Al cuore si comanda?"	■					■		■				
2 "Ansia? Impariamo a gestirla!"	■											
3 "Ansia, (ri)conoscerla ed imparare a gestirla"										■		
4 "Autostima ne ho?"											■	
5 "Cambiamente. Io con me... più di ieri... meno di domani..."	■											
6 "Come uso la mia energia psicologica?"	■							■				
7 "Il ritmo delle emozioni"					■					■	■	
8 "Io valgo e sono ok!"	■						■					
9 "Libera-mente"										■		
10 "Rabbia il carburante per il cambiamento"	■										■	
11 "Scrivo e riscrivo la mia storia"										■		
12 "Sii te stesso a modo tuo"										■	■	

Nella tabella qui sopra illustriamo un cronoprogramma dei seminari esperienziali che si sono svolti nel 2024. Questi seminari hanno totalizzato un numero di 509 presenze, per un numero di studenti raggiunto pari a 329.

N. 509 presenze ai seminari



329 studenti/studentesse

Tot. 329 studentesse/studenti coinvolti
(almeno 1 seminario nel 2024)



329* partecipanti

* in altre sezioni vengono riportati 326 partecipanti, che corrispondono al numero di coloro per i quali sono presenti le anagrafiche complete

Queste 509 presenze con Presenza ad almeno una delle giornate (o entrambe) sono composti da 329 persone distinte, alcune delle quali hanno partecipato a più seminari.

Il numero di partecipanti ai seminari è rimasto costante rispetto allo scorso anno. Infatti nel 2023 avevano preso parte ai vari seminari proposti 320 tra studentesse e studenti e nel 2024 sono 329. Va però considerato che in questa parte vengono presi in considerazione i soli seminari esperienziali, escludendo le altre proposte introdotte con il catalogo del Progetto PRISMA (es. webinar, attività corporee, attività sportive, etc...), che verranno trattate separatamente.

Anagrafiche dei partecipanti ai seminari (n=326)

Per descrivere le variabili anagrafiche l'insieme delle studentesse/studenti che hanno partecipato ai seminari verrà considerato quest'ultimo campione di 326 (ai seminari hanno partecipato 329 studentesse/studenti contati una sola volta, ma di tre persone non abbiamo i dati anagrafici).

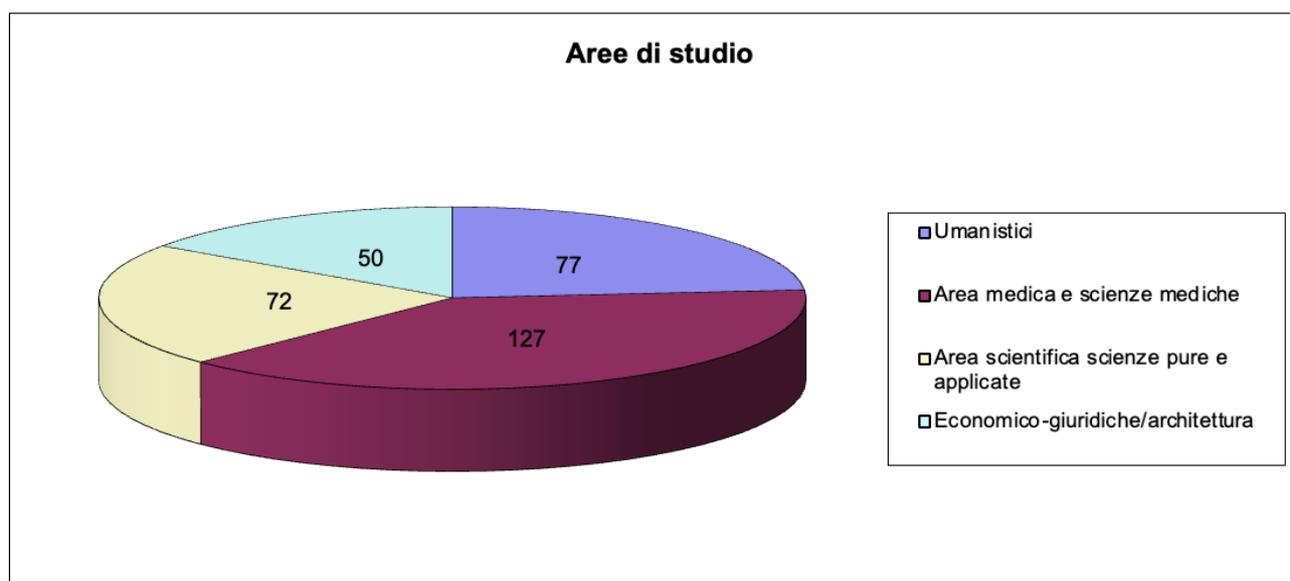
Genere per età

		Genere				
		F	M	Non binario/ Altro	Totale	% sui totali riga
Età	18-20	44	7	0	51	15,6
	21-23	128	38	2	168	51,5
	24-26	39	15	0	54	16,6
	27-30	20	5	0	25	7,7
	oltre i 30	22	6	0	28	8,6
Totale		253	71	2	326	100,0
% sul totale di 326		77,6	21,8	0,6	100,0	

La maggioranza delle persone che hanno partecipato ai seminari sono studentesse (n=253; 77,6%) in età compresa tra i 21-23 anni (n=128).

Cosa studiano

Dipartimento	Freq	%
Architettura	12	3,7
Economia e management	23	7,1
Fisica e Scienze della Terra	1	0,3
Giurisprudenza	15	4,6
Ingegneria	17	5,2
Matematica e informatica	11	3,4
Medicina Traslazionale e per la Romagna (ex Morfologia, chirurgia e medicina sperimentale)	84	25,8
Neuroscienze e Riabilitazione (ex Scienze biomediche e chirurgico specialistiche)	19	5,8
Scienze chimiche e farmaceutiche ed agrarie	13	4
Scienze dell'ambiente e della prevenzione	8	2,5
Scienze della vita e biotecnologie	22	6,7
Scienze mediche	24	7,4
Studi umanistici	77	23,6
Total	326	100



Status studente (Fuori sede/In sede; Fuori corso/In corso)

Status iscrizione		
	Frequenza	%
Fuori corso	47	14,4
In corso	279	85,6
Totale	326	100,0

Status studente		
	Frequenza	%
Fuori sede	242	74,2
In sede	84	25,8
Totale	326	100,0

Studentesse/studenti con DSA

Tra i partecipanti ai seminari le persone che hanno dichiarato di essere studentesse/studenti DSA sono 6, tra questi 4 dichiarano di usufruire dei servizi di supporto erogati da Unife. Inoltre due persone non DSA dichiarano di usufruire dei supporti.

		Sei una studentessa o uno studente con DSA?		
		Si	No	Totale
Se sì, usufruisci dei servizi di supporto DSA erogati da Unife?	Si	0	1	1
	No	13	312	325
Totale		13	313	326

Studentesse/studenti con disabilità

Tra i partecipanti ai seminari le persone che hanno dichiarato di avere una disabilità sono 7, tra questi 1 dichiara di usufruire dei servizi di supporto erogati da Unife.

		Sei una studentessa o uno studente con disabilità?		
		Si	No	Totale
Se sì, usufruisci dei servizi per disabilità erogati da Unife?	Si	0	0	0
	No	1	325	326
Totale		1	325	326

Incrociando l'informazione relativa alla disabilità e quella relativa ai DSA, emerge che 2 persone indicano di essere al tempo stesso studentesse/studenti con disabilità e DSA.

		Sei una studentessa o uno studente con DSA?		
		Si	No	Totale
Sei una studentessa o uno studente con disabilità?	Si	0	1	1
	No	13	312	325
Totale		13	313	326

Quanto incidono attualmente sulla tua carriera universitaria le difficoltà che stai vivendo e per le quali chiedi di partecipare al seminario?

Quanto incidono attualmente sulla tua carriera universitaria le difficoltà che stai vivendo e per le quali chiedi di partecipare al seminario?		
	Frequenza	%
Per nulla	13	4,0
Poco	97	29,8
Abbastanza	179	54,9
Molto	37	11,3
Totale	326	100,0

Hai effettuato colloqui individuali con operatori del servizio di counseling psicologico di Ateneo?		
	Frequenza	%
Si	134	41,1
No	97	29,8
nr	95	29,1
Totale	326	100,0

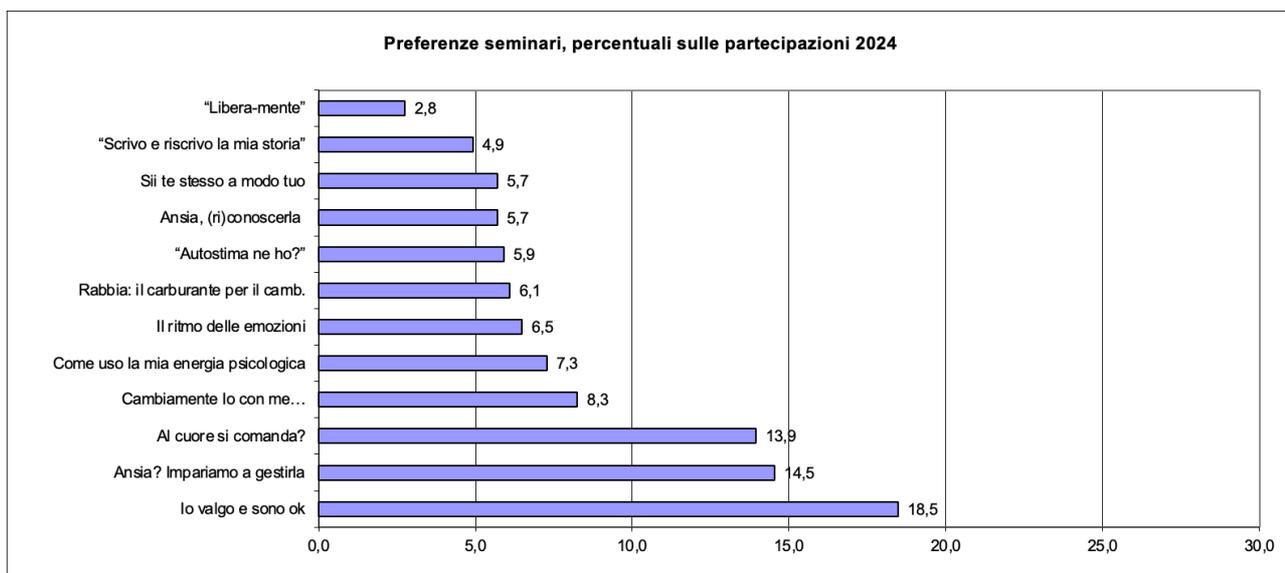
Hai già partecipato ad altri seminari del servizio di counseling psicologico di Ateneo?

	Frequenza	%
Si	132	40,1
No	149	45,3
nr	48	14,6
Totale	329 qui hanno risposto tutti	100,0

Dettagli sulla partecipazione ai singoli seminari (n=509)

Dopo aver presentato le caratteristiche dei partecipanti ai seminari, andiamo a vedere come si è distribuita la partecipazione ai singoli seminari.

Considerando le presenze totali ai seminari (509 presenze ad almeno una delle due giornate, o entrambe, nel 2024) per la partecipazione ai singoli seminari emerge la situazione rappresentata nella tabella che segue:



509 presenze - soggetti ripetuti per i diversi seminari a cui hanno partecipato (presenti almeno a un giorno) nel 2024

Seminario	Frequenza	%
Io valgo e sono ok	94	18,5
Ansia? Impariamo a gestirla	74	14,5
Al cuore si comanda?	71	13,9
Cambiamente lo con me...	42	8,3
Come uso la mia energia psicologica	37	7,3
Il ritmo delle emozioni	33	6,5

<i>Rabbia: il carburante per il cambiamento</i>	31	6,1
<i>"Autostima ne ho?"</i>	30	5,9
<i>Ansia, (ri)conoscerla</i>	29	5,7
<i>Sii te stesso a modo tuo</i>	29	5,7
<i>"Scrivo e riscrivo la mia storia"</i>	25	4,9
<i>"Libera-mente"</i>	14	2,8
Totale	509	100%

Questi seminari sono svolti e partecipati da 329 persone singole

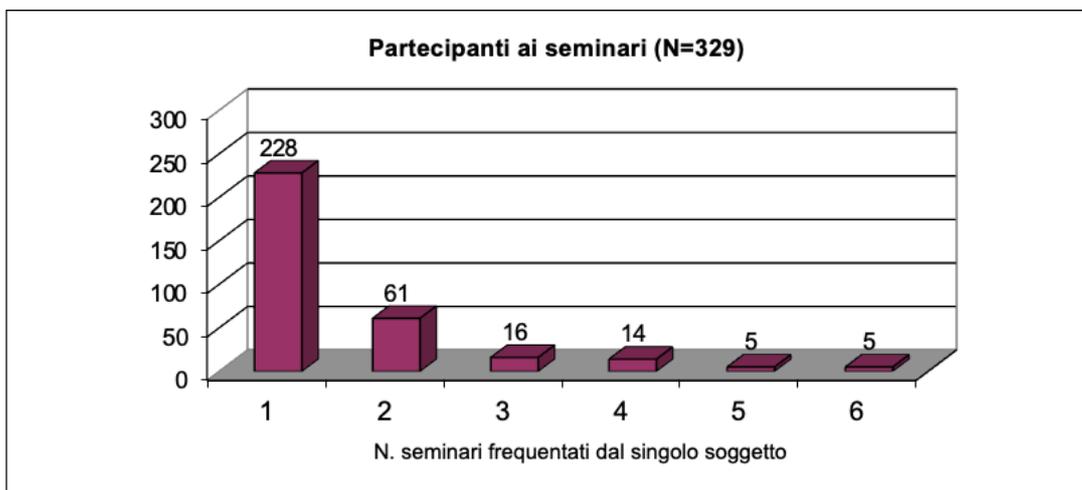
Tra coloro che hanno partecipato a più di un seminario, quanti ne hanno fatti?

<i>chi ha fatto più di un seminario, quanti ne ha fatti?</i>		
numero seminari frequentati	Freq	%
1	228	69,30
2	61	18,50
3	16	4,90
4	14	4,30
5	5	1,50
6	5	1,50
	329	100,00

Come vediamo nella tabella e nel grafico la maggioranza dei partecipanti si è limitata ad un solo seminario (69,30%), mentre sono molto pochi quelli che hanno partecipato a 5 o 6 seminari (5%). Più del 20% delle studentesse e degli studenti hanno partecipato a 2-3 seminari.

Chi ha fatto una giornata o più di una					
	1	2	3	4	Presente ad almeno un modulo
<i>Io valgo e sono ok</i>	53	39	2	0	94
<i>Ansia? Impariamo a gestirla</i>	49	25	0	0	74
<i>Al cuore si comanda?</i>	34	37	0	0	71
<i>Cambiamente Io con me...più di ieri... meno di domani...</i>	22	20	0	0	42
<i>Come uso la mia energia psicologica</i>	16	20	0	1	37
<i>Il ritmo delle emozioni</i>	33	0	0	0	33
<i>Rabbia: il carburante per il cambiamento</i>	19	12	0	0	31
<i>"Autostima ne ho?"</i>	18	12	0	0	30

Ansia, (ri)conoscerla ed imparare a gestirla	11	18	0	0	29
Sii te stesso a modo tuo	16	12	1	0	29
"Scrivo e riscrivo la mia storia"	11	5	9	0	25
"Libera-mente"	9	5	0	0	14
Tot	291	205	12	1	509



Questionario anonimo Seminari 2024 (N=419)

Sezione anagrafica

Un totale di 419 studentesse/studenti hanno compilato il Questionario anonimo sulla qualità dei seminari. Il questionario prevede la possibilità di indicare anche più di un seminario ed andare poi a valutare l'esperienza che si è fatta con la frequenza del seminario o dei seminari.

Andiamo a vedere in dettaglio le caratteristiche dei rispondenti e come si distribuiscono in base al genere ed alle fasce di età.

Età	Genere			Totale	Tot (%)
	Femmina	Maschio	Non binario		
Meno di 22	100	11	1	112	26,7
da 22 a 25	138	42	2	182	43,4
Più di 25	98	26	1	125	29,8
Totale	336	79	4	419	100,00

Utilità percepita del seminario

Ritieni che il seminario fatto sia stato utile?			
	Frequenza	%	% Cumulata
Molto	274	65,4	65,4
Abbastanza	138	32,9	98,3
Poco	6	1,4	99,8
Per nulla	1	0,2	100,0
Totale	419	100,0	

Ambienti

Gli ambienti ti sono sembrati accoglienti, confortevoli e puliti			
	Frequenza	%	% Cumulata
Molto	279	66,6	66,6
Abbastanza	133	31,7	98,3
Poco	6	1,4	99,8
Per nulla	1	0,2	100,0
Totale	419	100,0	

Competenza e professionalità del/la conduttore/conduttrice

<i>Ritieni che il/la conduttore/conduttrice che ha condotto i seminari abbia mostrato competenza e professionalità?</i>			
	Frequenza	%	% Cumulata
Molto	388	92,6	92,6
Abbastanza	30	7,2	99,8
Poco	0	0,0	99,8
Per nulla	1	0,2	100,0
Totale	419	100,0	

<i>Ti sei sentita accolta?</i>			
	Frequenza	%	% Cumulata
Molto	372	88,8	88,8
Abbastanza	44	10,5	99,3
Poco	3	0,7	100,0
Per nulla	0	0,0	
Totale	419	100,0	

In linea generale chi ha compilato il questionario anonimo ha molto apprezzato il servizio da lei/lui usufruito, ritenendolo utile, riconoscendo competenza, professionalità e capacità di accogliere a chi conduceva il seminario e rilevando che anche gli ambienti risultavano accoglienti, confortevoli e puliti.

<i>Quanto consiglieresti ad un amica di partecipare a questo seminario?</i>			
	Frequenza	%	% Cumulata
Molto	343	81,9	81,9
Abbastanza	71	16,9	98,8
Poco	4	1,0	99,8
Per nulla	1	0,2	100,0
Totale	419	100,0	

I seminari seguiti sono stati apprezzati da chi ha compilato il questionario anonimo che oltre alle valutazioni specifiche sopra elencate riferisce che consiglierebbe ad un amica di parteciparvi.

Quale seminario hai seguito?

Un modo di riassumere questa variabile è considerare un seminario per volta, ossia conteggiare quanti ad esempio hanno indicato nel questionario anonimo di aver seguito il seminario "rabbia" (a prescindere dal fatto che fosse l'unico seminario o uno tra gli altri)

Seminari	Dichiarano di aver partecipato
<i>Ansia? Impariamo a gestirla</i>	52
<i>Rabbia, il carburante per il cambiamento</i>	24
<i>Al cuore si comanda?</i>	58
<i>Come uso la mia energia psicologica?</i>	35
<i>Io valgo e sono ok!</i>	82
<i>Cambiamente... io con me più di ieri e meno di domani</i>	41
<i>Autostima ne ho?</i>	21
<i>Ansia (Ri) conoscerla e imparare a gestirla</i>	18
<i>Emergenze comportamentali</i>	24
<i>Il corpo che medita</i>	33
<i>Scrivo e riscrivo la mia storia</i>	15
<i>Libera- mente. Alla scoperta dei nostri bisogni in un mondo iperconnesso</i>	11
<i>Sii te stesso a modo tuo</i>	17
<i>Il ritmo delle emozioni</i>	37

Sommando questi valori non si ottiene più il numero di utenti che ha risposto al questionario sui seminari (419) ma 468 che è il numero di partecipazioni totali dichiarate. I numeri che vengono rappresentati in tabella non riflettono in maniera proporzionata quelle che sono le tematiche di maggiore interesse. Va infatti considerato che alcuni seminari hanno avuto una serie di edizioni ripetute nel corso dell'anno (es. *Al cuore si comanda?* 11-18 gennaio 2024; 7-14 febbraio 2024; 7-14 marzo 2024; 5-10 aprile 2024; 5-12 giugno 2024; 22-29 agosto 2024), mentre altri seminari hanno preso avvio nell'ultimo trimestre 2024 come parte delle attività incluse nel progetto PRISMA (es. *Autostima ne ho?* 20-29 novembre 2024).

Un altro modo di riassumere questa variabile è quello di distinguere gli utenti in base a quanti seminari dicono di aver seguito: 389 hanno indicato un solo seminario, 20 persone hanno dichiarato di aver seguito 2 seminari, 10 persone ne hanno seguiti più di 2.

Numero di seminari indicati	Frequenze
1	389
2	20
3	6
4	1
5	1
6	2
Totale	419

Il questionario anonimo compilato dalle studentesse e dagli studenti una volta terminato la frequenza ai seminari esperienziali prevede anche uno spazio aperto in cui possono essere scritte riflessioni, commenti, annotazioni.

L'analisi tematica dei commenti raccolti nel seminario evidenzia diverse macroaree di interesse e suggerimenti per il miglioramento. Ecco un riassunto delle tematiche principali:

1. Valutazione positiva dell'esperienza

- Molti partecipanti hanno espresso gratitudine e soddisfazione per il seminario, considerandolo un'opportunità di crescita personale e di riflessione.
- L'approccio interattivo e il clima accogliente hanno favorito la partecipazione e il coinvolgimento.
- La professionalità e l'empatia della relattrice sono state apprezzate.

2. Impatto sulla crescita personale e sul benessere

- Il seminario è stato percepito come un'opportunità per sviluppare la consapevolezza di sé e per affrontare meglio ansia e stress.
- Tecniche di rilassamento e meditazione sono state ritenute particolarmente utili.
- L'importanza di fermarsi a riflettere e di condividere esperienze è stata sottolineata come un elemento chiave dell'apprendimento.

3. Aspetti da migliorare

- Durata e numero di incontri: Molti suggeriscono di aumentare le ore dei seminari o di prevedere più incontri per approfondire i temi trattati.
- Spazi e logistica: Alcuni partecipanti ritengono che l'aula fosse poco accogliente o non adeguata a determinate attività pratiche.
- Maggiore interazione: Si suggerisce di aumentare le attività di gruppo, il confronto diretto tra partecipanti e gli esercizi pratici.
- Sondaggi per nuove tematiche: Alcuni propongono di coinvolgere gli studenti nella scelta degli argomenti per future edizioni.
- Approfondimenti su specifici temi: Come mindfulness, autostima, gestione delle emozioni e comunicazione efficace.

4. Suggerimenti per il futuro

- Inserire esercizi pratici per favorire la partecipazione attiva.

- Creare momenti di pausa tra le sessioni per mantenere alta l'attenzione.
- Offrire un supporto post-seminario con materiali di approfondimento (slide, letture consigliate).
- Integrare modalità online per chi non può partecipare in presenza.

In sintesi, il seminario è stato valutato in modo estremamente positivo, ma ci sono margini di miglioramento legati alla durata, alla logistica e all'interattività.



Rappresentazione grafica delle frequenze delle parole utilizzate dalle studentesse e dagli studenti per commentare l'esperienza dei seminari

Counseling psicologico di gruppo

Nel 2023 era partito un nuovo intervento nell'ambito del Servizio Counseling di Ateneo, il counseling psicologico di gruppo. Alle studentesse e agli studenti che partecipano al counseling individuale è stata proposta l'inserimento in gruppi di counseling.

Nel 2024 gli incontri dei tre gruppi sono proseguiti, coinvolgendo 11 persone in totale nel 2024.

11 persone sono coinvolte negli incontri di gruppo 2024		
Gruppo1		Prosegue da Sett. 2023, ha svolto 4 incontri tra Gennaio e Marzo 2024
Gruppo2		iniziato a Dicembre 2023, ha svolto 5 incontri tra Gennaio e Aprile 2024
Gruppo3		Iniziato a Gennaio 2024, ha svolto 6 Incontri tra Gennaio e Maggio 2024

2 degli 11 nel 2024 hanno fatto sia counseling di gruppo che incontri di counseling individuale, altri 2 hanno fatto oltre al counseling di gruppo dei seminari esperienziali, 7 hanno seguito solo il percorso di counseling psicologico di gruppo.

Core-OM

Descrizione del Core-OM

Il Clinical Outcomes in Routine Evaluation-Outcome Measure (CORE-OM) è un questionario self-report inizialmente ideato per conto della Mental Health Foundation (MHF) nel Regno Unito, con lo scopo di fornire una misurazione degli esiti dei trattamenti psicologici che fosse valida, affidabile, pragmatica e standardizzabile (Barkham *et al.*, 1998; Evans *et al.*, 2002). Il gruppo di ricerca si è adoperato affinché lo strumento fosse (1) breve e con buone proprietà psicometriche, (2) meno suscettibile possibile alle difficoltà e i bias tipici dei contesti di ricerca, (3) semplice nella comprensione e nell'applicazione, (4) dotato di un sistema di scoring rapido e informatizzato, (5) supportato da un centro di coordinamento, (6) pan-teorico ed applicabile in tutti i servizi che forniscono interventi psicologici di routine.

Il Core-OM si compone di quattro sottoscale:

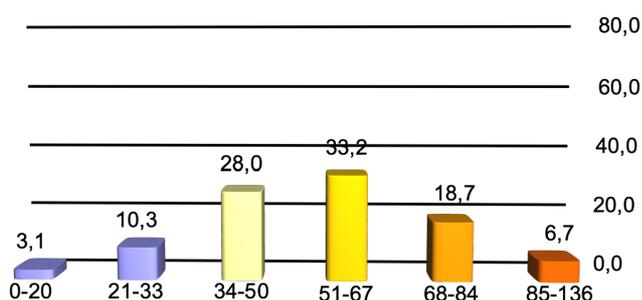
- Benessere soggettivo:** composta da 4 item, valuta il livello di soddisfazione generale del paziente nella propria vita. Gli item si riferiscono a sentimenti di felicità, calma, fiducia e soddisfazione.
- Sintomi:** include 12 item relativi all'area sintomatologica del paziente, tra cui sintomi depressivi, sintomi ansiosi, sintomi fisici ed effetti del trauma.
- Funzionamento:** dominio che contiene items che si riferiscono alle relazioni significative, al funzionamento generale e sociale.
- Rischio:** comprende 6 item che indagano il grado di rischio auto ed eterolesivo.

Basandoci sui parametri indicati da Barkham, Mellor-Clark, Connell e Cahill (2006) sulla base del punteggio totale si possono classificare i soggetti rispetto alla severità: Salute, basso livello, lieve, moderato, moderato-grave, grave.

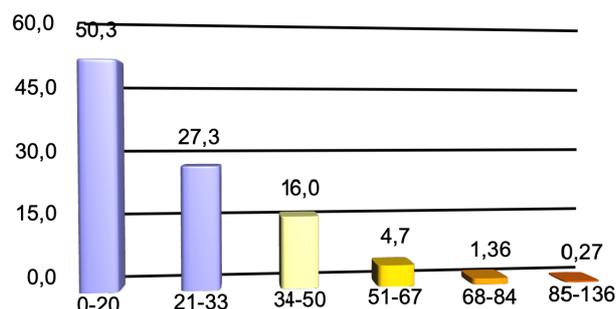
Core-OM in entrata ed in uscita

Il questionario Core-OM è stato compilato da 1519 soggetti in entrata e da 737 in uscita.

Percentuale dei valori della Somma Totale - Core in Entrata al 31.12.2024 N=1519



Percentuale dei valori della Somma Totale - Core in Uscita al 31.12.2024 N=737



Entrata			
punteggio Somma Totale in Entrata tutti N=1519			
range	descrizione	freq.	%
0-20	salute	47	3,09
21-33	basso livello	157	10,34
34-50	lieve	425	27,98
51-67	moderato	504	33,18
68-84	moderato-grave	284	18,70
85-136	grave	102	6,71
Totale		1519	100

Uscita			
punteggio Somma Totale in Uscita tutti N=737			
range	descrizione	freq.	%
0-20	salute	371	50,34
21-33	basso livello	201	27,27
34-50	lieve	118	16,01
51-67	moderato	35	4,75
68-84	moderato-grave	10	1,36
85-136	grave	2	0,27
Totale		737	100

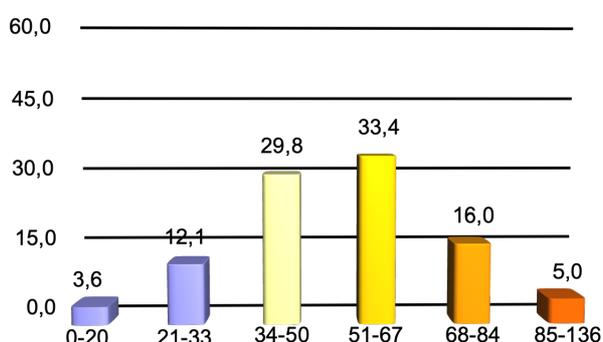
Andando a vedere invece le somme delle 4 sottoscale:

2024	N	Core-OM in Entrata sulle somme			Std. Dev.
		Minimum	Maximum	Mean	
SOMMA B	1519	0,00	16,00	10,11	3,33
SOMMA P	1519	0,00	48,00	23,46	9,39
SOMMA F	1519	0,00	45,00	20,47	7,53
SOMMA R	1519	0,00	16,00	0,98	2,06
SOMMA TOT	1519	0,00	117,00	55,02	19,05
SOMMA -R	1519	0,00	107,00	54,05	18,03

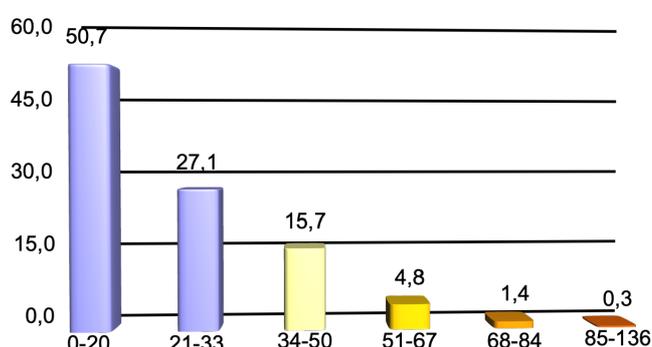
	Core-Om in Uscita sulle somme				
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Dev.
SOMMA B	737	0,00	16,00	4,78	3,13
SOMMA P	737	0,00	41,00	9,04	6,86
SOMMA F	737	0,00	43,00	9,98	6,25
SOMMA R	737	0,00	12,00	0,23	0,85
SOMMA TOT	737	0,00	100,00	24,04	15,44
SOMMA -R	737	0,00	99,00	23,80	15,04

Confronto diretto tra Core-OM in entrata ed in uscita (n=661) a fine 2024

Percentuali Somma Totale in Entrata N=661



Percentuali Somma Totale in Uscita (N=661)



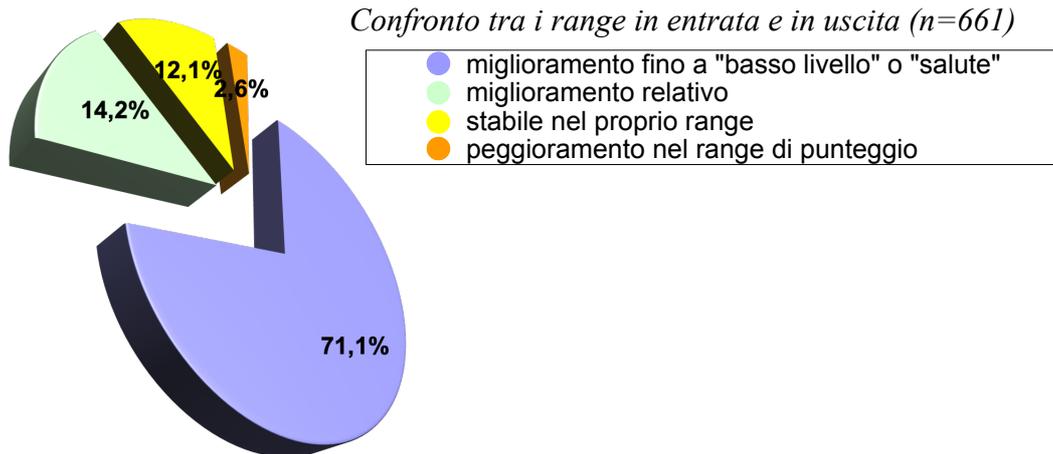
Di tutti i Core-OM compilati in entrata ed in uscita, al momento della rilevazione, 661 possono essere appaiati tra entrata ed uscita per effettuare un confronto diretto su misure ripetute.

Entrata			
punteggio Somma Totale in Entrata (N=661 misure ripetute)			
range	descrizione	freq.	%
0-20	salute	24	3,63
21-33	basso livello	80	12,10
34-50	lieve	197	29,80
51-67	moderato	221	33,43
68-84	moderato-grave	106	16,04
85-136	grave	33	4,99
	Totale	661	100

Uscita			
punteggio Somma Totale in Uscita (N=661 misure ripetute)			
range	descrizione	freq.	%
0-20	salute	335	50,68
21-33	basso livello	179	27,08
34-50	lieve	104	15,73
51-67	moderato	32	4,84
68-84	moderato-grave	9	1,36
85-136	grave	2	0,30
	Totale	661	100

	Entrata		Uscita		t per misure ripetute	
	M	ds	M	ds	t (GdL 660)	p
SOMMA B	9,90	3,28	4,76	3,13	-34,66	p<0.00001
SOMMA P	22,64	9,42	9,01	6,84	-36,89	p<0.00001
SOMMA F	19,79	7,37	9,93	6,23	-33,32	p<0.00001
SOMMA R	0,76	1,64	0,23	0,75	-9,16	p<0.00001
SOMMA TOT	53,10	18,60	23,93	15,49	-38,64	p<0.00001
SOMMA -R	52,34	17,80	23,70	15,11	-39,02	p<0.00001

Nei 661 soggetti che hanno i valori in entrata e uscita appaiate delle scale del Core-OM, sono stati calcolati i valori *t* di student per misure ripetute con gradi di libertà pari a 660. Palmieri e Reitano (2014) mettono in guardia rispetto all'utilità della sola significatività statistica. Tali Autori infatti scrivono "Utilizzare solo la comparazione tra le medie dei gruppi dei pazienti trattati prima e dopo l'intervento, non ci fornisce alcuna informazione su quanti e quali utenti, presi individualmente, siano di fatto migliorati, peggiorati o stazionari a seguito del trattamento". Per questo motivo seguendo la linea di Jacobson e Truax (1991) successivamente sono stati verificati i cambiamenti di Range, così come identificati da Barkham, Mellor-Clark, Connell e Cahill (2006).

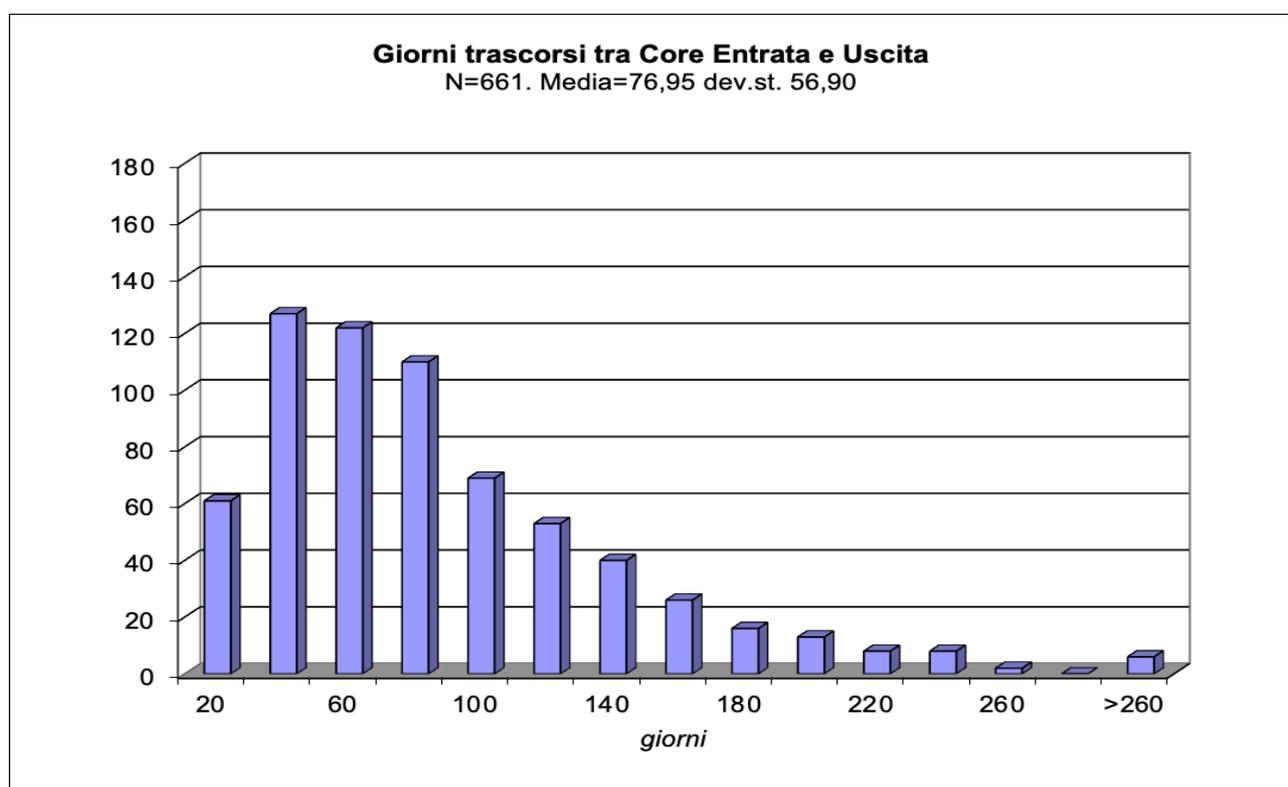


Come si vede dal grafico, tra i 661 casi per i quali è possibile effettuare la comparazione, il 71,1% è migliorato passando di range fino a raggiungere "basso livello" o "salute" (partendo da range di severità maggiore come ad esempio "moderato", "moderato-grave", "grave"). Il 12,1% anche quando i valori si modificano/diminuiscono la persona rimane nello stesso range dei punteggi. Il 14,2% ha avuto un miglioramento relativo (cioè è migliorato passando di range come ad es. da moderato a lieve o da moderato a moderato grave). C'è poi una percentuale pari al 2,6% che peggiora. In tabella i dettagli di passaggio di range.

Confronto tra i range in Entrata e Uscita del punteggio Somma Totale CORE-OM al 31.12.2024			
da basso livello a salute	55		
da lieve a salute	112		
da moderato a salute	104	315	miglioramento da altro range a salute
da moderato grave a salute	36		
da grave a salute	8		
<hr/>			
da lieve a basso livello	59		
da moderato a basso livello	59		
da moderato grave a basso livello	30	155	miglioramento da altro range a basso livello
da grave a basso livello	7		
<hr/>			
da moderato a lieve	43		
da moderato grave a lieve	26	80	miglioramento da altro range a lieve
da grave a lieve	11		
<hr/>			
da moderato-grave a moderato	9	11	miglioramento da altro range a moderato
da grave a moderato	2		

da grave a moderato grave	3	3	miglioramento da grave a moderato-grave
rimane salute	20		
rimane basso livello	20		
rimane lieve	19		non si modifica il range
rimane moderato	14	80	anche quando i valori si modificano/diminuiscono la persona rimane nello stesso range dei punteggi
rimane moderato grave	5		
rimane grave	2		
peggiora da lieve a moderato	7		peggioramenti con passaggio di range
peggiora da moderato a moderato-grav	1	17	I valori negativi del calcolo della differenza tra Entrata e
peggiora da basso livello a lieve	5		Uscita sono 35, ma in 18 casi lo spostamento non modifica
peggiora da salute a basso livello	4		il gruppo range di appartenenza
Totale	661	661	

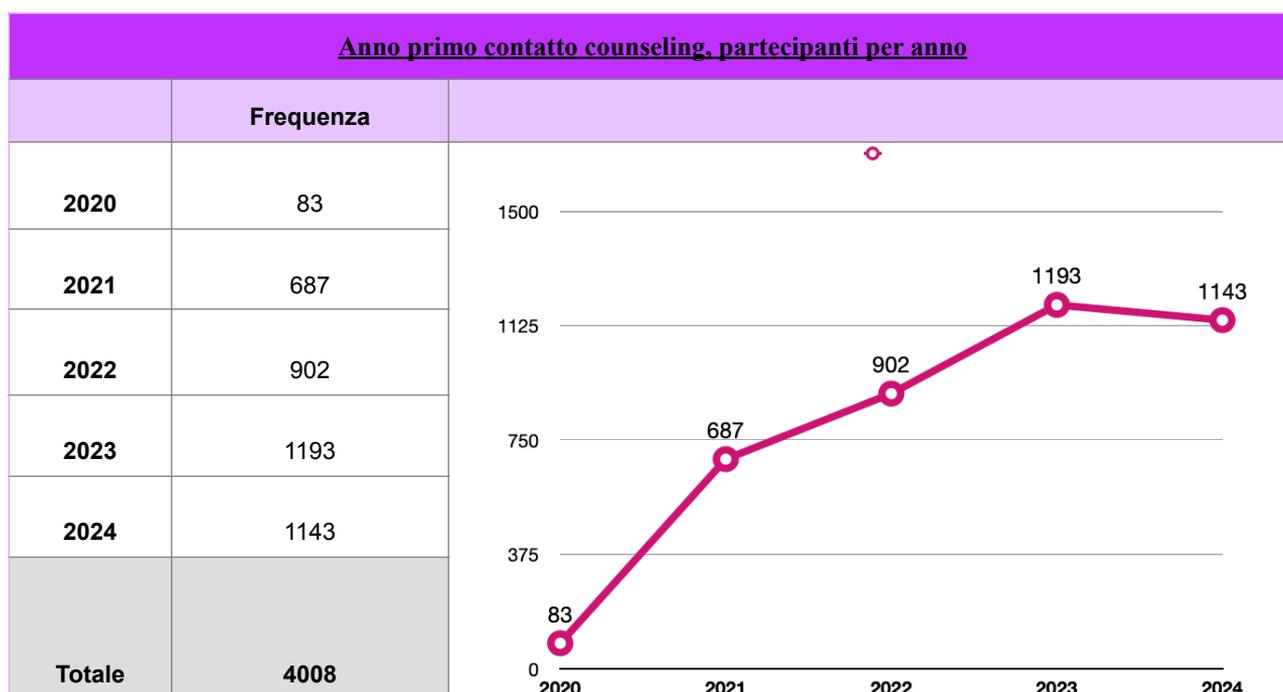
Vediamo i tempi trascorsi tra Entrata e Uscita in qualche modo misura del tempo dell'intervento di Counseling dal principio alla conclusione di ciascun percorso.



Il Counseling Psicologico individuale nel corso degli anni 2020-2024

Dopo aver esaminato in dettaglio quanto avvenuto nel 2024 per i vari servizi, vediamo una panoramica veloce sul funzionamento del Servizio di Counseling sin dalla sua nascita, anche rispetto ad alcuni parametri di funzionamento ed efficienza.

Prendendo in esame il periodo dalla nascita del servizio (luglio 2020) fino al 31.12.2024 si può vedere come la richiesta sia cresciuta negli anni fino al 2023. Tra il 2023 ed il 2024 la richiesta ha avuto una piccola flessione.



Questo dato, va però inquadrato anche nel quadro dell'evoluzione del servizio nella sua globalità, che nel tempo ha affiancato al counseling psicologico individuale altre forme di intervento (es. i seminari esperienziali) e con la partenza del progetto PRISMA ha introdotto ulteriori attività (webinar, attività motorie, etc...). Queste altre attività hanno infatti intercettato una domanda da parte delle studentesse e degli studenti, che hanno quindi optato per quel genere di percorsi e non hanno ricercato percorsi brevi e/o consulti nell'ambito del counseling psicologico individuale. Infatti in linea generale il numero di studentesse e studenti che hanno preso parte alle attività connesse al servizio non sono diminuite, ma anzi sono aumentate.

I NUMERI DEL 2024

Attività	Partecipazioni complessive	Numero di "teste"
Counseling psicologico individuale (almeno 1 ora nel 2024)	1488	1488
Seminari esperienziali	509	329
Counseling psicologico di gruppo	11	11
Webinar	302	192
Attività motorie (<i>Il corpo che medita</i>)	32	28
Corsi di formazione ¹	14	14
Aperitivi musicali	108	98
Attività sportive CUS ²	220	

1. *Sensibilizzazione alle tematiche del genere e delle identità sessuali*
2. *Il CUS ci ha fornito i dati sulla partecipazione alle varie attività. Non abbiamo le singole anagrafiche dei partecipanti e pertanto non possiamo verificare se tali studentesse/studenti avessero già preso parte ad altri percorsi o attività promosse dall' SCPA "Da Soli Mai" e dal Progetto PRISMA 1.0*

Considerando che ciascuno poteva partecipare a più di un'attività, si è provveduto ad estrapolare il numero degli studenti presi una volta sola e che risultano 1797 a cui possiamo aggiungere i 220 che hanno partecipato alle attività sportive promosse dal CUS,

per un TOTALE DI 2017 STUDENTESSE/STUDENTI (non ripetuti)

Nell'ambito del PRISMA sono stati progettati anche **interventi a sostegno dei docenti universitari e del Personale Tecnico Amministrativo (PTA)**. Questi interventi cercano di raccogliere un bisogno che può provenire anche dalle altre componenti della comunità universitaria, perché possano riconoscere il disagio, interagirvi in maniera adeguata, concorrendo non ad un suo peggioramento, ma ad un approccio che possa adattarsi ad un percorso supporto anche sul piano didattico e/o amministrativo.

Questo consente di coltivare il benessere psicologico sia delle studentesse e degli studenti nell'interazione con i propri docenti e con le persone che lavorano negli uffici, sia il benessere psicologico di questi ultimi.

Nel 2024 si sono tenute le seguenti attività:

Corsi di formazione rivolti a manager didattici, coordinatori dei CdL, personale docente e PTA

Seminario emergenze comportamentali (28 PTA; 0 docenti)

Attività motorie per il benessere psicofisico rivolte al personale docente e PTA

Il corpo che medita (2 PTA; 0 docenti)

Molte altre sono programmate nel 2025.

Bibliografia

- Armando, M., Fagioli, F., Borra, S., Carnevali, R., Rigetti, V., Saba, R., Tarsitani, L., Biondi, M., Fiori Nastro, P. (2009). Disagio mentale, percezione dello stress ed help-seeking in una popolazione di studenti universitari fuorisede. *Epidemiologia e Psichiatria Sociale*, 18(2), 154-160.
- Bastianoni, P., Baralla, F., Barone, L., Inguglia, C., Rollo, D., Sbattella, L., Zeppegno, P., (2024). I servizi di Counseling psicologico nelle università italiane: una panoramica sullo stato dell'arte *Giornale italiano di psicologia*, 1/2024, 69-96, doi: 10.1421/112889
- Barkham, M., Mellor-Clark, J., Connell, J., Cahill, J. (2006). A core approach to practice-based evidence: A brief history of the origins and applications of the CORE-OM and CORE System. *Counselling and Psychotherapy Research*, 6(1), 3-15.
- Barkham, M., Evans, C., Margison, F., Mcgrath, G., Mellor-Clark, J., Milne, D., & Connell, J. (1998). The rationale for developing and implementing core outcome batteries for routine use in service settings and psychotherapy outcome research. *Journal of Mental Health*, 7(1), 35–47. doi: 10.1080/09638239818328
- Bozzetti, A., De Luigi, N. (2022). L'esperienza universitaria ai tempi del Covid-19. Un'indagine sugli studenti dell'Università di Bologna. *Regional Studies and Local Development* 3 (3), 63-85.
- Cicognani, E., Pirini, C. (2007). Partecipazione sociale, senso di comunità e benessere: una ricerca con studenti universitari, *Psicologia della salute*, 13, 103-115.
- Evans, C., Connell, J., Barkham, M., Margison, F., McGrath, G., Mellor-Clark, J., Audin, K. (2002). Towards a standardised brief outcome measure: Psychometric properties and utility of the CORE-OM. *British Journal of Psychiatry*, 18, 51–60.
- Gasperoni, G. (2000). Studio universitario, orientamenti valoriali, consumi culturali. *Rassegna Italiana di Sociologia*, XLI:1, 109-129, DOI: 10.1423/2532.
- Jacobson, N.S., Truax, P. (1991). Clinical significance: A statistical approach to defining meaningful change in psychotherapy research. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59, 12-19.
- Kühn L, Bachert P, Hildebrand C, Kunkel J, Reitermayer J, Wäsche H, Woll A. (2022). Health Literacy Among University Students: A Systematic Review of Cross-Sectional Studies. *Front Public Health*. 21(9),680999. doi: 10.3389/fpubh.2021.680999. PMID: 35127605; PMCID: PMC8814326.
- Nghiem, H. S., Le, T. T. K., Ly, T. N. A., Tang, V. Y., & Phan, T. T. M. (2021). Difficulties when studying away from home. *International Journal of TESOL & Education*, 1(1), 1-12.
- Palmieri, G., Evans, C., Hansen, V., Brancaloni, G., Ferrari, S., Porcelli, P., Reitano, F., Rigatelli, M. (2009). Validation of the Italian version of the Clinical Outcomes in Routine Evaluation Outcome Measure (CORE-OM). *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 16, 444–449.

Palmieri, G., Reitano, F. (2014). La valutazione degli esiti degli interventi psicologici e il questionario CORE-OM. *Rivista Sperimentale di Freniatria, CXXXVII(1)*, 115-133.

Rollero, C., De Piccoli, N. (2011). I predittori dell'attaccamento al luogo e dell'identificazione con il gruppo sociale degli abitanti: studenti autoctoni e fuori sede. *Psicologia sociale, 2*, 215-224.

Rotenstein LS, Ramos MA, Torre M, et al. (2016). Prevalence of Depression, Depressive Symptoms, and Suicidal Ideation Among Medical Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. *JAMA, 316(21)*, 2214–2236. doi:10.1001/jama.2016.17324

Thurber, C.A., Walton, E.A. (2012). Homesickness and adjustment in university students. *Journal of American College Health, 60(5)*,

Report chiuso in data 05.02.2025

Responsabile del Servizio
Prof.ssa Paola Bastianoni

Analisi dei dati
Dott. Maurizio Mattei