

SAP – Counseling e Psicoterapia

Servizio di **Aiuto Psicologico**

per studenti universitari



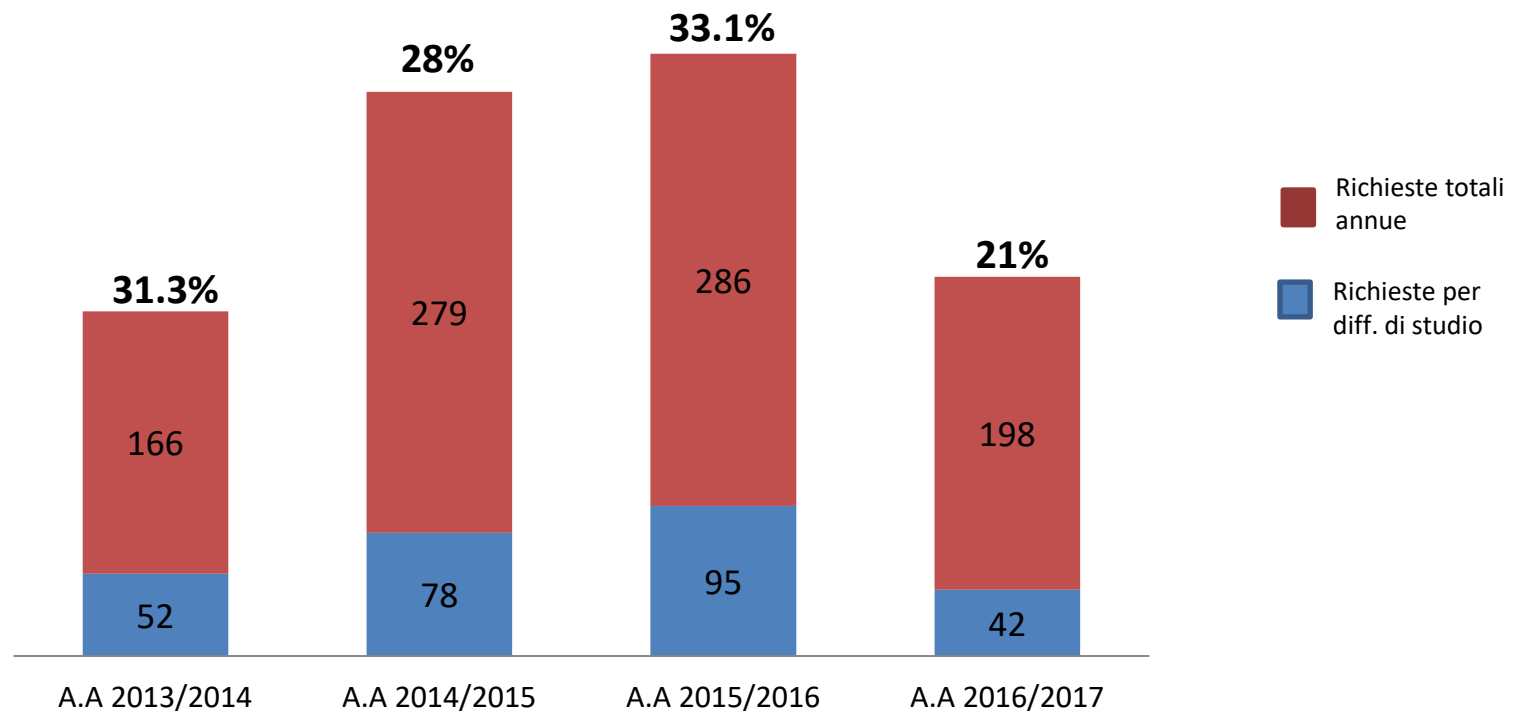
UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

«Studiare meglio e riuscire all'università»: analisi dell'efficacia di un percorso.

Cosmiana Saponaro, Chiara Meneghetti, Claudia Zamperlin e Rossana De Beni

Dipartimento di Psicologia Generale

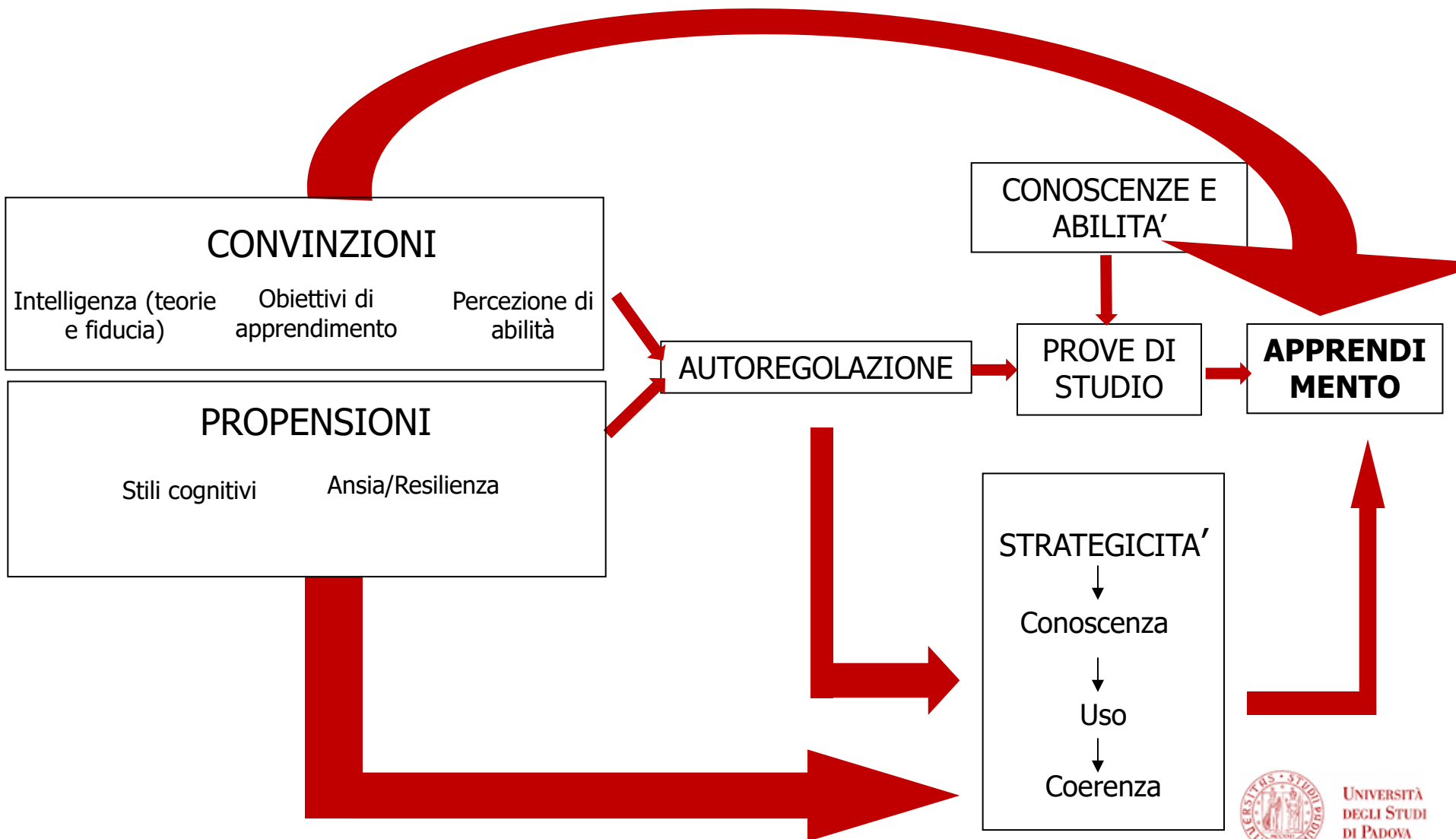
Quanti studenti riferiscono difficoltà di studio?



Una possibile risposta: I GRUPPI STUDIO

Modello metacognitivo multicomponentenziale

De Beni et al. (2003, 2014)



Obiettivo

Esaminare l'efficacia di un percorso metacognitivo-motivazionale e strategico in un gruppo di studenti universitari che riportano difficoltà di studio.



Campione

- ✓ 35 studenti (20 maschi e 15 femmine)
- ✓ Età media: 24 anni (d.s. 5.94)
- ✓ Difficoltà di studio
- ✓ Corsi di laurea triennale, specialistica e a ciclo unico
- ✓ Facoltà di appartenenza prevalente: 31% Ingegneria

TIPO DI FACOLTA'	PERCENTUALE (sui 35 studenti)
Ingegneria	31
Medicina e Chirurgia	17
Psicologia	17
Lettere e filosofia	11
Sc. Statistiche	6
Sc. Politiche	6
Chimica	3
Sc. Educazione	3
Biologia	3
Economia	3



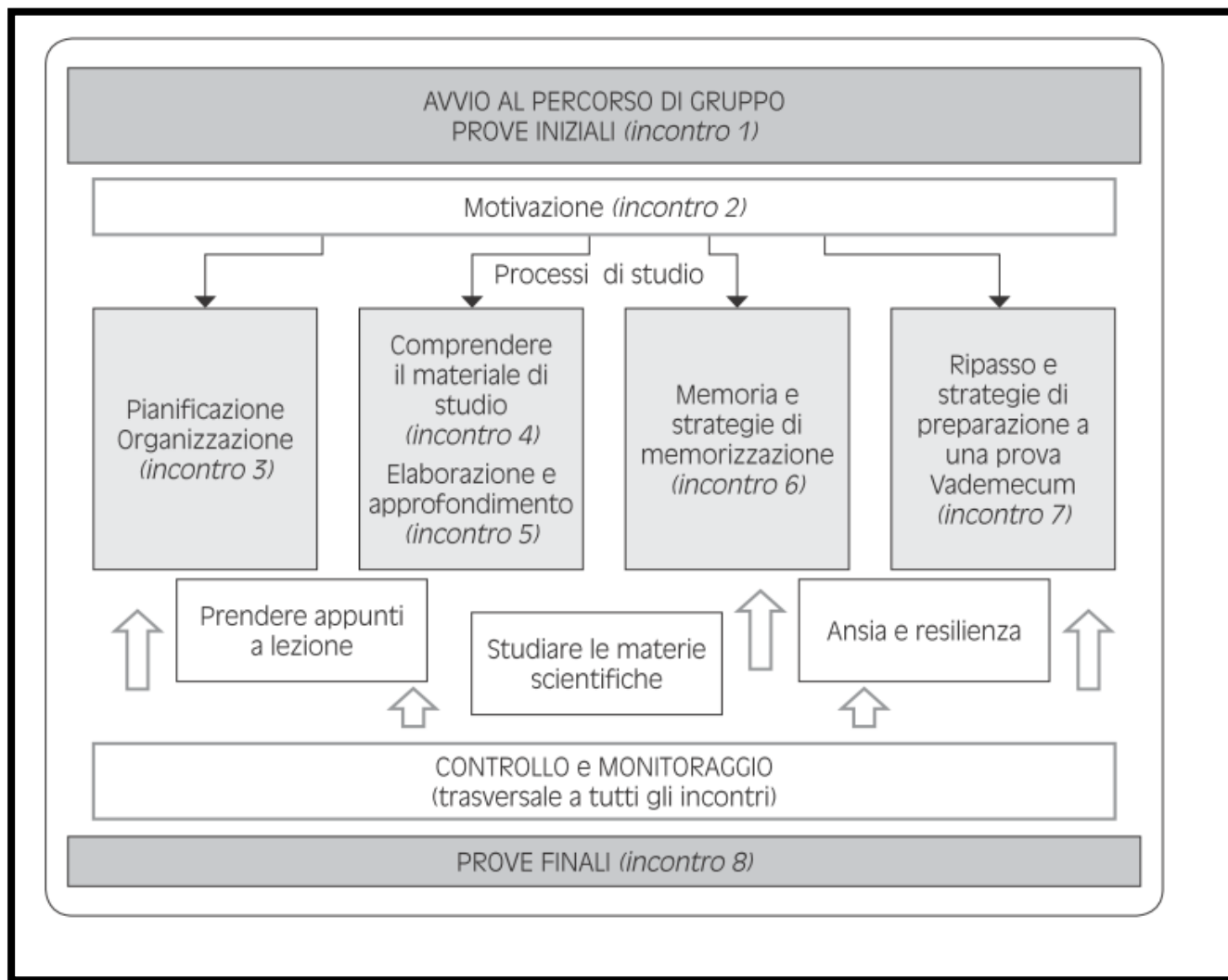
Carriera universitaria...

	MEDIA	DS
Status di studente	2.48	2.01
Esami sostenuti	7.5	6.08
Voto esami	23.8	2.25
CFU conseguiti	54.26	44.1

- ✓ Con una media di 2 anni e mezzo di iscrizione all'università, sono attesi dai 120-150 cfu conseguiti: il gruppo presenta un ritardo nell'iter universitario!
- ✓ Richieste pervenute al servizio SAP-CP nell'A.A. 2015/2016 e 2016/2017;
- ✓ partecipazione ad una delle edizioni del gruppo studio tra aprile 2016 e marzo 2017;
- ✓ adesione ad almeno l'80% dell'iter proposto.



L'INTERVENTO





Strumenti Pre e Post intervento

- Questionario sulle abilità di studio all'università (Attività 1A)
- Questionario sull'uso delle strategie di studio (Attività 1B)

tratti da «Studiare meglio e riuscire all'università» (De Beni et al., 2015)



- Intervista semi-strutturata di follow-up

- Intervista telefonica;
- studenti contattati dopo un arco di tempo dalla fine del percorso sullo studio (dai 4 ai 12 mesi al termine dell'intervento);
- obiettivo dell'intervista: capire se l'attività di gruppo è stata utile nell'affrontare lo studio nel periodo successivo.

Cognome _____ Nome _____ Periodo gruppo _____ Conduttore _____

- 1) Attualmente sta usando le strategie suggerite durante l'attività di gruppo? _____
(1=per niente, 2=poco, 3=abbastanza, 4=molto, 5=moltissimo)
- 2) Se sì, quali strategie sta usando maggiormente? (indichi da 1 a 5 le strategie sta usando maggiormente:
1=per niente, 2=poco, 3=abbastanza, 4=molto, 5=moltissimo)
 - Pianificazione di contenuti e tempi _____
 - Strategie di lettura (esplorativa, a salti, analitica) _____
 - Sottolineatura _____
 - Annotazioni scritte _____
 - Porsi domande dopo la lettura _____
 - Fare schemi _____
 - Acronimi e acrostici _____
 - Immagini mentali _____
 - Reiterazione delle informazioni _____
 - Strategie di ripasso in funzione della prova (immaginarsi le domande, fare una prova dell'esame, ripassare ad intervalli di tempo regolari...) _____
- 3) Quanti esami da quanti crediti ha sostenuto nelle due sessioni d'esame successive all'attività di gruppo?
Esame _____ N- Crediti _____
Esame _____ N- Crediti _____
Esame _____ N- Crediti _____
Esame _____ N- Crediti _____
- 4) Quanti esami ha superato nelle due sessioni d'esame successive all'attività di gruppo?
Esame _____ N- Crediti _____
Esame _____ N- Crediti _____
Esame _____ N- Crediti _____
Esame _____ N- Crediti _____
- 5) Nell'affrontare questi esami si è sentito: (esprima sempre un punteggio dove 1= per niente, 2= poco, 3=abbastanza, 4=molto, 5= moltissimo)
 - preparato _____
 - sereno e tranquillo _____
 - soddisfatto di sé _____
 - più capace di gestire l'ansia _____
- 6) Complessivamente valuta utile l'esperienza del gruppo? _____
(1=per niente, 2=poco, 3=abbastanza, 4=molto, 5=moltissimo)
- 7) Complessivamente si ritiene soddisfatto dell'esperienza del gruppo? _____
(1=per niente, 2=poco, 3=abbastanza, 4=molto, 5=moltissimo)
- 8) Ha qualche suggerimento per migliorare questa attività?



Com'è strutturata l'intervista ?

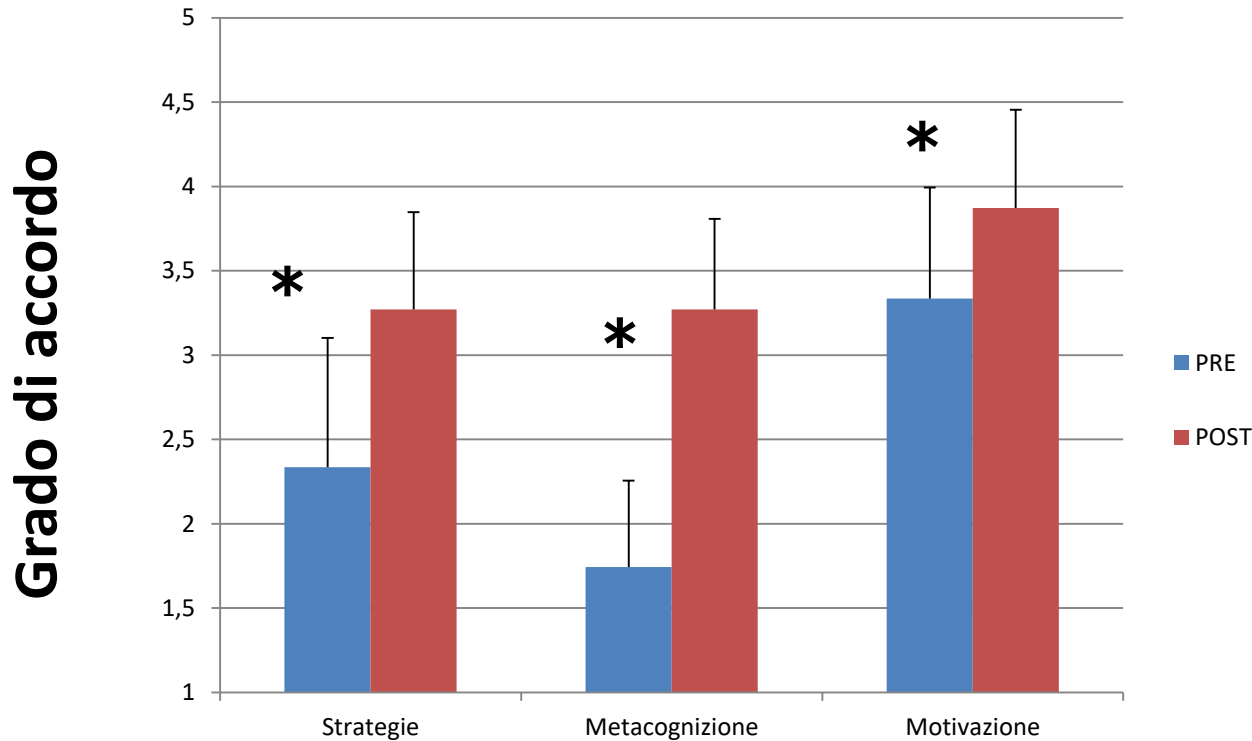
AREE DELL'INTERVISTA DI FOLLOW-UP	
USO DELLE STRATEGIE	Pianificazione, strategie di lettura, sottolineatura, annotazioni scritte, porsi domande dopo la lettura, fare schemi, acronimi e acrostici, immagini mentali, reiterazione delle informazioni, strategie di ripasso.
ESAMI SOSTENUTI ESAMI SUPERATI	Numero degli esami e crediti
EMOZIONI RELATIVE AGLI ESAMI	«Nell'affrontare gli esami si è sentito»: preparato, sereno e tranquillo, soddisfatto di sé, più capace di gestire l'ansia.
VALUTAZIONE DELL'ESPERIENZA DEL GRUPPO	Utilità e soddisfazione suggerimenti



RISULTATI: ASPETTI DELLO STUDIO

Pensando al SUO MODO DI STUDIARE..

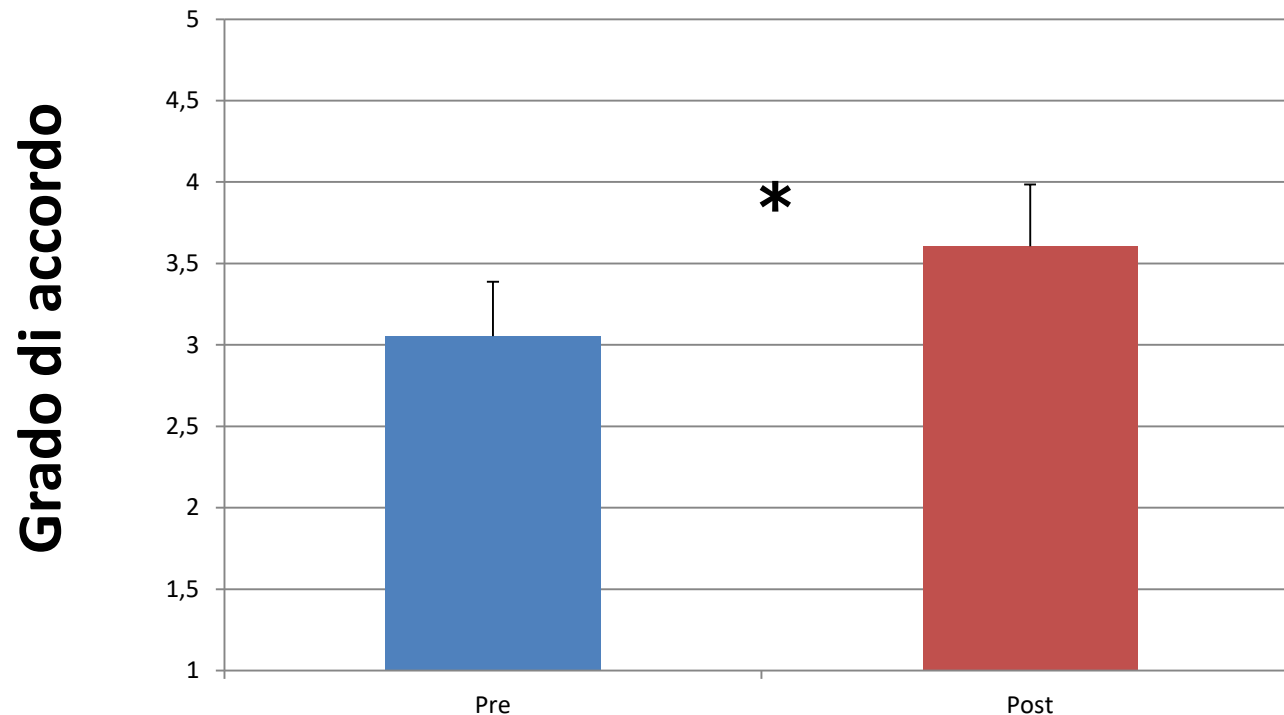
tratto da «Questionario SAP-CP»



RISULTATI: ASPETTI DELLO STUDIO

Questionario sull'uso delle strategie di studio

(De Beni et al., 2015)



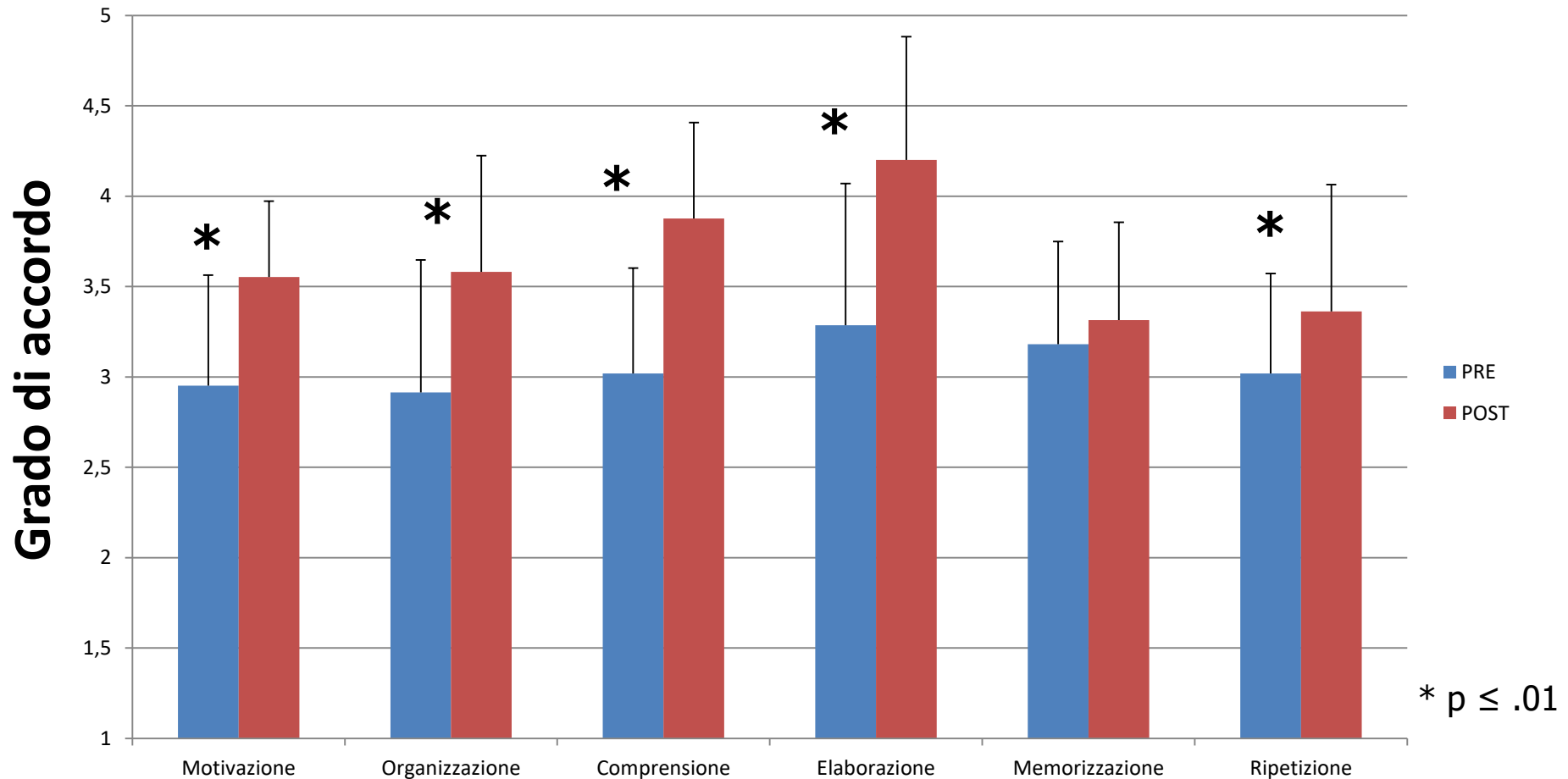
* $p \leq .01$



RISULTATI: ASPETTI DELLO STUDIO

Questionario sulle abilità di studio all'università

(De Beni et al., 2015)



Auto-attribuzione del *successo ed insuccesso* all'esame:

- Successo, sia nel pre che nel post, è dovuto all'IMPEGNO
- Insuccesso, nel PRE è attribuito alle abilità, nel POST all'IMPEGNO



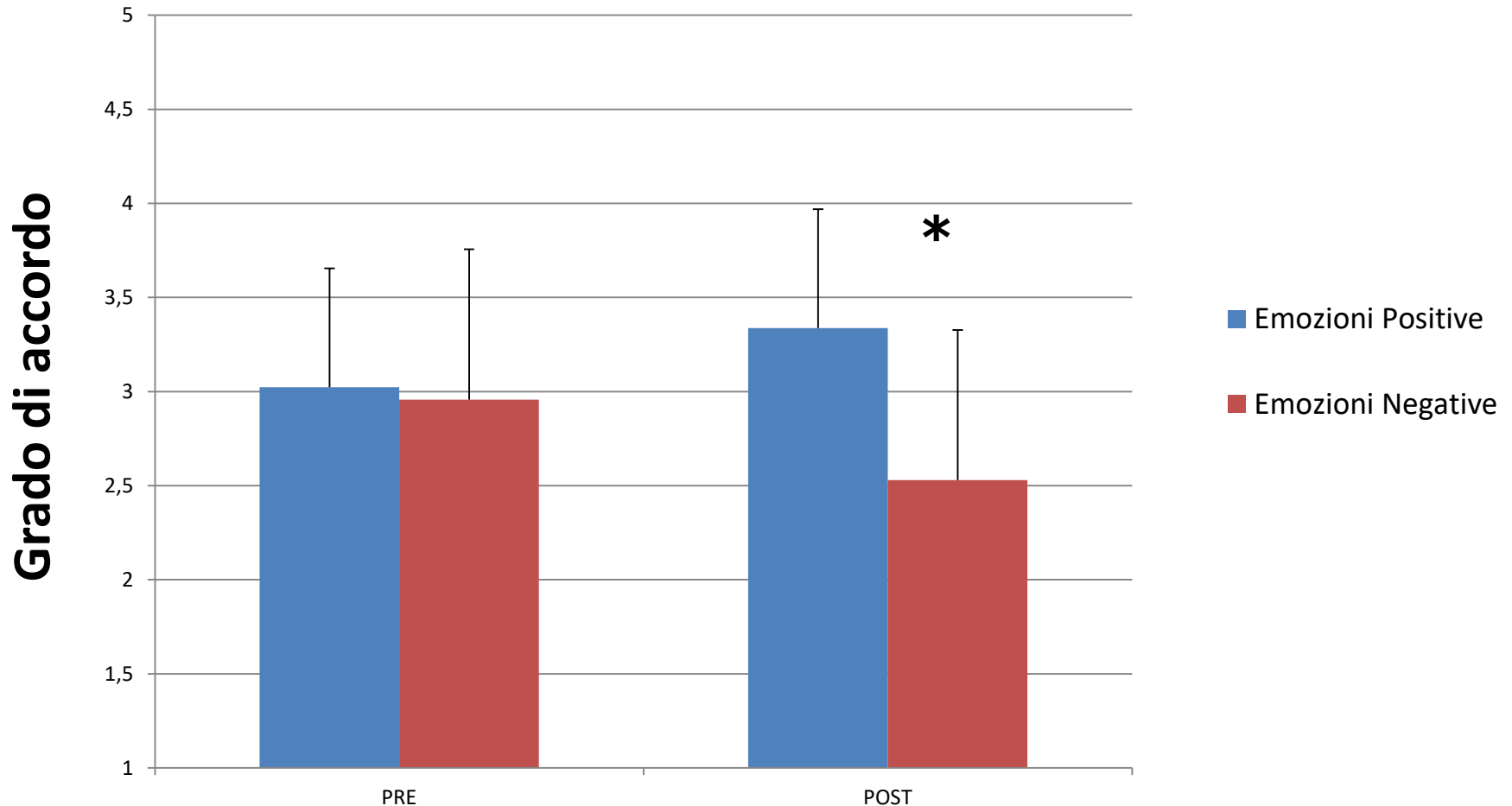
UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

RISULTATI: EMOZIONI

Cosa provo QUANDO STUDIO...

tratto da «Questionario SAP-CP»

* $p \leq .01$



Pensando al MIO ATTUALE RENDIMENTO ACCADEMICO: pattern simile



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

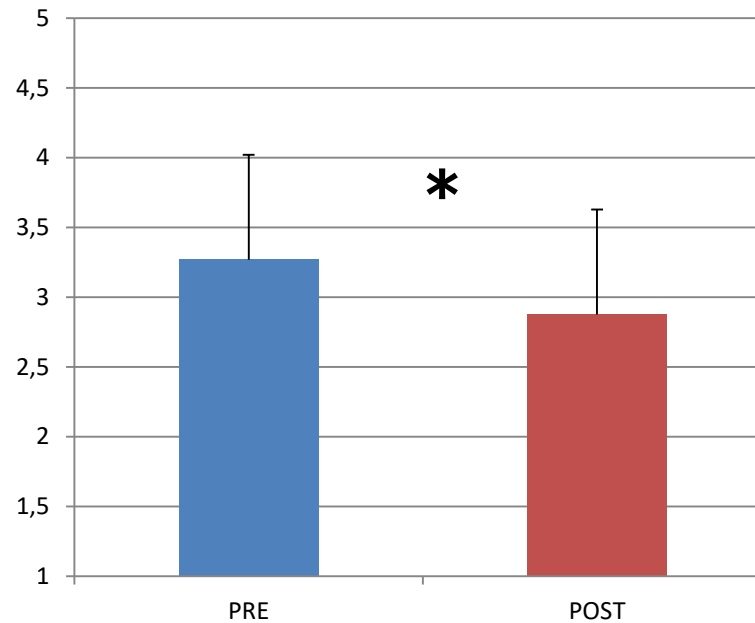
RISULTATI: EMOZIONI

Aspetti legati all'ansia

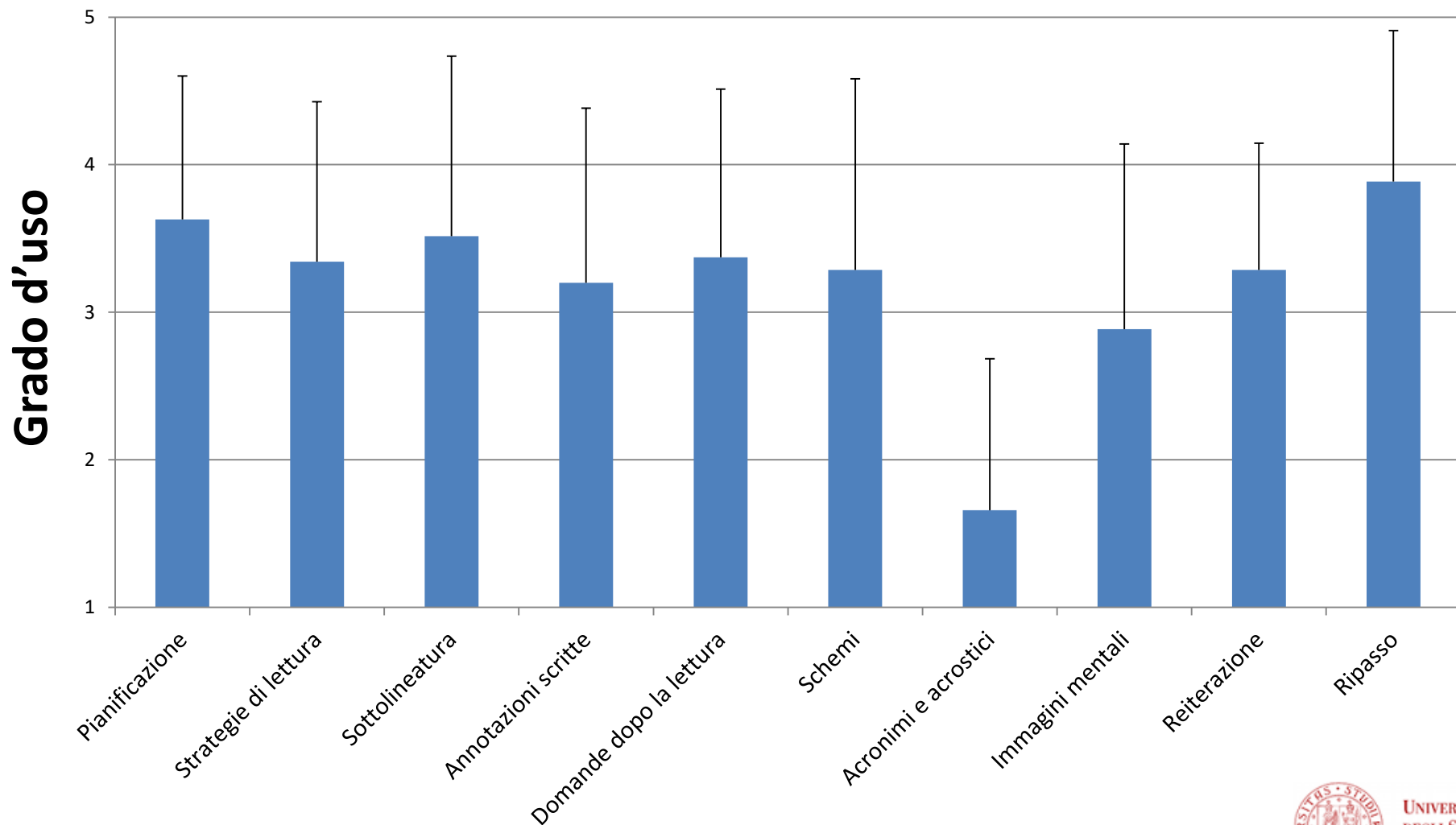
tratto da «Questionario SAP-CP»

* $p \leq .01$

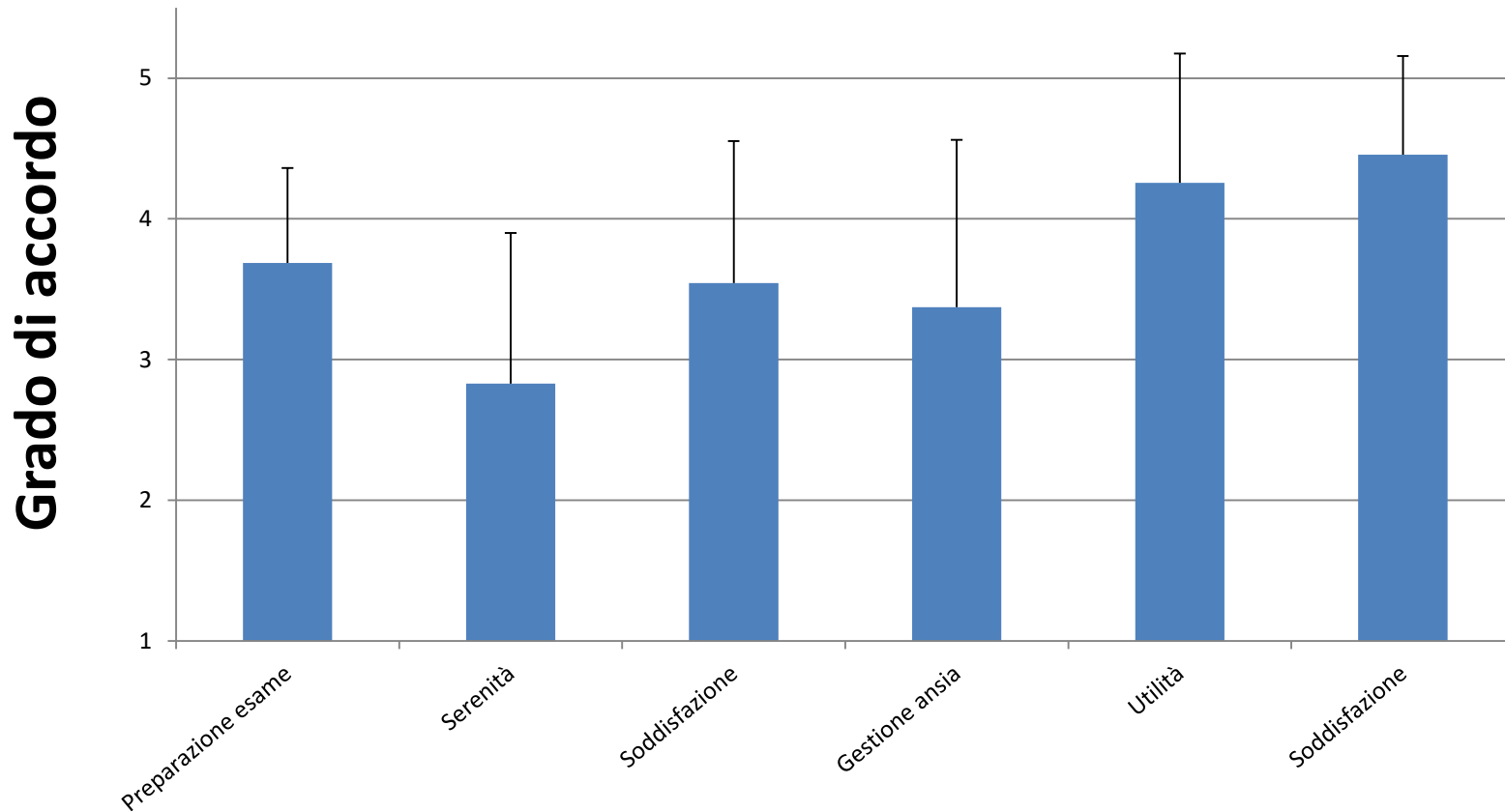
Grado di accordo



Intervista di follow-up



Intervista di follow-up



Esami

- Svolgimento e superamento esami

SI	NO
34	1

- Chi ha sostenuto e superato esami

	Pre -intervento	Follow-up
Numero esami (M, DS)	7.51 (6.08)	2.48 (1.56)
Numero crediti (M, DS)	54.26 (44.10)	18.02 (12.30)



CONCLUSIONI

Il percorso di potenziamento delle abilità di studio favorisce:

- **incremento dell'uso delle strategie**, in particolare l'elaborazione (ma non le strategie di memorizzazione), e degli **aspetti metacognitivi**
- **aumento delle emozioni positive** e riduzione dei livelli d'ansia (effetto indiretto)
- ci sono segnali positivi di una ripresa dell'iter universitario

Limiti

- Numerosità del campione;
- utilizzo di strumenti non standardizzati

SAP – Counseling e Psicoterapia

Servizio di Aiuto Psicologico

per studenti universitari



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

GRAZIE!!