

FEDERICA VALLONE, MARIA FRANCESCA
CATTANEO DELLA VOLTA, MARIA CLELIA ZURLO

L'IMPATTO DELLA PANDEMIA DA COVID-19 SULLE CONDIZIONI DI SALUTE PSICOLOGICA DEGLI STUDENTI UNIVERSITARI: FATTORI DI RISCHIO E INDICAZIONI PER GLI INTERVENTI DI *COUNSELLING*

1. *Premessa*

L'11 Marzo 2020 l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS, 2020) ha definito la diffusione del Coronavirus 2019 (COVID-19) un'emergenza internazionale sanitaria, economica e sociale, dichiarando lo stato di pandemia globale. A partire da tale dichiarazione, in tutto il mondo sono state adottate misure estreme di contenimento, nel tentativo di prevenire e rallentare la diffusione del virus. Con particolare riferimento all'Europa, l'Italia, ad oggi, figura tra le nazioni più colpite, con 3.376.376 casi, e il più alto numero di decessi (104.942 decessi; Ministero della Salute, 2020).

In risposta a tale condizione senza precedenti, la ricerca in ambito psicologico ha compiuto numerosi sforzi nel tentativo di comprendere i vissuti connessi non solo all'esperienza relativa all'emergenza sanitaria in atto, ma anche alle misure di contenimento attivate, quali, ad esempio, la riduzione della mobilità (intra-nazionale e internazionale), i *lockdown* locali, il passaggio massiccio al lavoro da casa (*smart-working*), e il distanziamento sociale (Xiong et al., 2020).

In tal senso, considerando la completa eccezionalità di tale condizione e, dunque, l'assenza di sostanziali punti di riferimento, la ricerca ha, *in primis*, attinto allo specifico filone di studi che ha indagato l'impatto di alcune condizioni di emergenza sanitaria occorse negli ultimi decenni (ad es., SARS, influenza H1N1 del 2009 e del 2010), ed ha mirato a analizzare l'impatto dell'attuale emergenza per ricavare indicazioni utili per affrontarne gli effetti non solo in termini sanitari ma anche in termini di salute psicologica e sociale.

In particolare, una recente rassegna di ricerche sull'impatto psicologico dei periodi di quarantena e confinamento dovuti a epidemie negli ultimi decenni ha identificato specifici vissuti, quali paura del contagio, sentimenti di frustrazione legati alla scarsa reperibilità di beni necessari (ad es. farmaci e dispositivi di protezione personale), senso di confusione relativo a una inadeguata qualità delle informazioni ricevute da parte delle autorità sanitarie pubbliche, e senso di isolamento e noia derivanti dalla perdita della *routine* quotidiana (Brooks et al., 2020). Inoltre, studi condotti nel corso della recente epidemia SARS hanno rilevato un significativo incremento della diffusione di forme diverse di disagio psicologico: depressione, ansia, attacchi di panico, ma anche sintomi psicotici, disturbi deliranti, e aumento del tasso di suicidi (Xiang et al., 2020).

La presenza di un significativo incremento della diffusione di diverse forme di disagio psicologico è stata recentemente confermata anche durante l'attuale periodo di pandemia da COVID-19 (Qiu et al., 2020; Zandifar & Badrfam, 2020), e, in particolare, sono stati rilevati, nella popolazione generale, elevati livelli di ansia (Horeish & Brown, 2020; Lima et al., 2020; Rajkumar, 2020) e depressione (Wang et al., 2020), nonché un incremento del tasso di attacchi di panico (Shigemura et al., 2020).

In tal senso, la ricerca ha evidenziato che le stesse misure di contenimento adottate durante l'emergenza COVID-19 – che hanno comportato sostanziali e massicce restrizioni relative all'accesso ai diversi contesti lavorativi e ai luoghi di aggregazione – hanno avuto un profondo impatto sia a livello individuale che a livello relazionale, esacerbando sentimenti di incertezza e di isolamento, nonché vissuti di perdita sul piano delle motivazioni, dei significati e del senso di autostima (Williams et al., 2020).

Il settore educativo e della formazione rappresenta uno dei contesti più colpiti dalle misure di contenimento messe in atto in risposta alla pandemia (UNESCO, 2020), e il presente studio ha inteso quindi focalizzare l'attenzione sui cambiamenti che hanno interessato e che, ad oggi, interessano il contesto accademico universitario, ed esplorare i potenziali fattori di rischio che caratterizzano l'esperienza degli studenti universitari e possono influenzarne significativamente le condizioni attuali e future di salute psicologica.

In particolare, il presente studio fa riferimento al filone di ricerca che mira a esplorare i processi che influenzano l'esperienza dello stress, approfondendo sia i fattori situazionali che ne determinano l'insorgenza (ossia le fonti di stress percepite), che i fattori individuali (ossia le caratteristiche socio-demografiche e i fattori di personalità), che costituiscono potenziali fattori di rischio o, viceversa, fattori protettivi in grado di mediare e/o

moderare gli effetti dello stress sulla salute psicologica e fisica individuale (Lazarus & Folkman, 1984; Zurlo et al., 2017, 2020a).

Inserendosi in questo filone di studi, la presente ricerca mira quindi a valutare l'impatto di specifiche fonti di stress connesse alla pandemia da COVID-19 sulla salute psicologica degli studenti universitari, riportando i risultati dell'utilizzazione di uno specifico strumento costruito e validato per l'*assessment* delle fonti di stress da essi percepite durante l'emergenza COVID-19: il *COVID-19 Student Stress Questionnaire* (CSSQ; Zurlo et al., 2020b). Nelle pagine che seguono saranno, quindi, descritti i livelli di stress percepiti, i diversi stressor rilevati, e gli effetti di essi sulle condizioni di salute psicologica in un campione di 500 studenti universitari, iscritti all'Università degli Studi di Napoli Federico II, nel corso dell'attuale pandemia.

Nelle pagine che seguono sarà presentata la ricerca e i suoi risultati, che verranno discussi anche al fine di offrire un contributo alla definizione di interventi di *counselling evidence-based* per la protezione e la promozione della salute psicologica degli studenti.

2. *L'impatto dell'emergenza COVID-19 e delle misure di contenimento sulla routine quotidiana degli studenti universitari*

In tutto il mondo la diffusa chiusura dei *college* e delle sedi universitarie, e la conseguente ridefinizione di tutte le attività e degli eventi formativi in programma (lezioni, laboratori, sedute di laurea, esami di profitto), ha comportato un cambiamento sostanziale nella *routine* quotidiana degli studenti universitari (Chen et al., 2020; Sahu, 2020).

Diversi studi condotti a livello internazionale hanno evidenziato, tra gli studenti universitari, elevati livelli di ansia connessa ai cambiamenti avvenuti – in relazione alle misure di contenimento – nella vita quotidiana personale e accademica, che hanno investito attività, obiettivi e relazioni sociali (Cao et al., 2020; Chen et al., 2020; Lee, 2020; Sahu, 2020). In tale prospettiva, l'impossibilità di partecipare alla vita universitaria può, difatti, avere un impatto significativo non solo sulla formazione e sullo studio accademico, inducendo vissuti di incertezza connessi a annullamento/ritardi delle attività e a difficoltà nell'impiego di piattaforme *online* per la formazione a distanza, ma anche sulle relazioni con potenziali punti di riferimento quotidiano, quali colleghi e docenti, inducendo possibili vissuti di perdita e frustrazione (Lee, 2020; Sahu, 2020).

Inoltre, sempre dal punto di vista relazionale, è necessario tener presente anche il ruolo centrale che è svolto nei giovani adulti dalle rela-

zioni con i pari (Anniko et al., 2019), e considerare i possibili effetti dei cambiamenti imposti dalle misure di contenimento sulle relazioni con gli amici, sulla vita di coppia, e sulla vita sessuale (Li et al., 2020; Rosenberg et al., 2020).

D'altra parte, se, da un lato, i suddetti rapporti con partner, coetanei, colleghi e docenti universitari hanno subito una radicale trasformazione – in termini di una significativa riduzione dei contatti *face-to-face* nella vita quotidiana – dall'altro, nella maggior parte dei casi, i rapporti intra-familiari si sono fortemente intensificati, comportando una pressoché totale esclusività delle relazioni con i genitori e/o con i fratelli, quali uniche possibili.

In questa prospettiva, anche i cambiamenti nella frequenza e intensità dei rapporti con i familiari devono essere attentamente presi in esame, considerando sia gli studenti conviventi con i genitori, per i quali le misure di emergenza hanno comunque determinato condizioni completamente mutate (convivenza forzata *full-time* all'interno di spazi comuni di condivisione sia di lavoro che di svago), sia gli studenti fuori sede, costretti a rientrare a casa e a sospendere così tutte le relazioni instaurate e intrattenute nella vita quotidiana universitaria.

In tal senso, l'emergenza COVID-19 ha comportato per la maggior parte delle famiglie la necessità di rinegoziare e ridefinire modalità di condivisione del tempo, degli spazi, nonché dei confini. D'altra parte, è necessario considerare anche che tali processi di rinegoziazione e ridefinizione possono assumere connotazioni differenti in relazione alla qualità dei legami familiari precedenti al periodo di emergenza COVID-19, e possono in alcuni casi comportare la riattivazione o l'intensificazione di difficoltà e di problematiche relazionali preesistenti e potenzialmente patologiche (Lee, 2020).

3. Fonti di stress collegate all'emergenza COVID-19 percepite dagli studenti universitari: Il COVID-19 Student Stress Questionnaire

Nel corso dell'ultimo anno, quindi, la ricerca in campo psicologico ha compiuto diversi sforzi per analizzare e comprendere l'impatto dell'attuale periodo di pandemia da COVID-19 anche sul piano del benessere individuale e relazionale, e, in tale direzione, sono stati sviluppati diversi strumenti specifici per identificare e valutare nella popolazione generale l'eventuale insorgenza di disagio psicologico in termini di vissuti di paura (Fear of COVID-19 Scale, FCV-19S; Ahorsu et al., 2020; Soraci et al., 2020), ansia (Coronavirus Anxiety Scale, CAS; Lee, 2020) e *distress*

(COVID-19 Peritraumatic Distress Index, CPDI; Costantini e Mazzotti, 2020; Qiu et al., 2020; COVID-19 Stress Scales, CSS; Taylor et al., 2020).

Con particolare riferimento al contesto accademico, in risposta alla necessità di sviluppare strumenti specifici per comprendere l'impatto della pandemia da COVID-19 tra gli studenti universitari (Cao et al., 2020; Lee, 2020; Sahu, 2020), abbiamo costruito e validato un questionario per valutare fonti e intensità dello stress percepito dagli studenti universitari durante la pandemia: il *COVID-19 Student Stress Questionnaire* (CSSQ; Zurlo et al., 2020b).

Il *COVID-19 Student Stress Questionnaire* comprende 7 item suddivisi in tre sottoscale:

(1) la sottoscala *Relazioni e Vita Accademica* (4 item), che misura la percezione di stress connesso ai cambiamenti nelle relazioni con i familiari, con i colleghi universitari, con i docenti, e nel proprio percorso di studio universitario;

(2) la sottoscala *Isolamento* (2 item), che misura la percezione di stress connesso alla condizione di isolamento sociale e ai cambiamenti nelle relazioni amicali, di coppia e nella sfera intima/sessuale;

(3) la sottoscala *Paura del Contagio* (1 item), che misura la percezione di paura del virus e valuta lo stress percepito connesso alla paura di contrarre la malattia e/o che altri possano contrarla.

Gli studi effettuati di validazione del *COVID-19 Student Stress Questionnaire* (CSSQ) hanno mostrato che esso possiede soddisfacenti proprietà psicometriche, in termini di validità di costrutto, validità convergente e discriminante, nonché in termini di consistenza interna (Zurlo et al., 2020b). Inoltre, pur nella sua brevità, il CSSQ è risultato essere in grado di catturare le principali dimensioni del vissuto quotidiano che hanno subito una radicale trasformazione a causa della pandemia in atto (ossia, relazioni e vita accademica, isolamento, e paura del contagio), ed ha confermato, anche sul piano psicometrico, che esse costituiscono delle significative fonti di stress per gli studenti universitari, in grado di influenzarne, come vedremo, in modo determinante le condizioni di salute psicologica.

In tal senso, l'utilizzazione del CSSQ consente di individuare precocemente gli studenti a rischio di insorgenza di problemi psicologici e che necessitano di interventi di supporto, contribuendo alla comprensione delle dimensioni più significative e pregnanti del loro vissuto, e promuovendo, di conseguenza, la diffusione di interventi di *counselling evidence-based*, tempestivi e su misura.

4. *Valutazione dell'impatto dell'emergenza COVID-19 e delle misure di contenimento sulle condizioni di salute psicologica degli studenti universitari: Uno studio sperimentale*

Sulla base della ricerca riportata nei paragrafi precedenti, e nel tentativo di contribuire al crescente filone di studi che mira a comprendere l'impatto della pandemia da COVID-19 e delle relative misure di contenimento sulle condizioni di salute individuale e relazionale, il presente studio propone, quindi, un'applicazione del *COVID-19 Student Stress Questionnaire* (Zurlo et al., 2020b) per esplorare i vissuti di stress connessi alla pandemia negli studenti universitari. In particolare, il presente lavoro mira a esplorare l'impatto di specifiche fonti di stress, connesse a *Relazioni e Vita Accademica*, *Isolamento*, *Paura di Contagio*, oltre che a una più ampia dimensione di *Stress Globale* (comprendente tutte le fonti di stress), sulle condizioni di salute psicologica percepite dagli studenti universitari.

Lo studio è stato condotto nei mesi di Aprile e Maggio 2020 su un campione di 500 studenti iscritti all'Università degli Studi di Napoli Federico II. Le caratteristiche sociodemografiche dei partecipanti alla ricerca (ossia età media degli studenti distinti per genere, e frequenze e percentuali relative a corso di studi e anno di corso) sono riportate nella Tabella 1.

Tabella 1. *Caratteristiche dei Partecipanti (N = 500)*

	Uomini N = 142 (28.4%)	Donne N = 358 (71.6%)
Età, M (SD)	20.50 (1.82)	19.69 (1.29)
[Range]	[18-26]	[18-25]
Corso di Studi, N (%)		
Psicologia	124 (87.3)	326 (91.1)
Lingue, Culture e Letterature Moderne Europee	11 (7.7)	29 (8.1)
Filosofia	7 (5.0)	3 (0.8)
Anno di Corso, N (%)		
1° Anno	103 (72.5)	287 (80.2)
2° Anno	18 (12.7)	28 (7.8)
3° Anno	21 (14.8)	43 (12.0)

Per quanto riguarda la metodologia utilizzata per la ricerca, agli studenti è stato chiesto di completare un questionario *online* somministrato attraverso la piattaforma Microsoft Teams.

La batteria somministrata agli studenti comprendeva:

(1) Una sezione relativa alle caratteristiche Socio-demografiche: Genere, Età (in anni), Corso di Studi, Anno di corso.

(2) Il *COVID-19 Student Stress Questionnaire* (CSSQ; Zurlo et al., 2020b). Lo strumento comprende 7 item su scala Likert a 5 punti (da 0 = “Per niente stressante” a 4 = “Estremamente stressante”) e suddivisi in tre sottoscale: *Relazioni e Vita Accademica* (4 item, *cut-off* = 7.69); *Isolamento* (2 item, *cut-off* = 5.56); *Paura del Contagio* (1 item, *cut-off* = 2.73). La scala fornisce un punteggio totale di *Stress Globale* (7 item, *range* = 0-28; *cut-off* = 14.59; $\alpha = 0.71$).

(3) La *Symptom Checklist-90-Revised* (SCL-90-R; Derogatis, 1994; Prunas et al., 2010). La scala comprende 90 item su scala Likert a 5 punti (da 0 = “Per niente” a 4 = “Estremamente”), suddivisi in 9 sottoscale: *Ansia* (10 item, $\alpha = 0.84$; *cut-off* uomo = .91; *cut-off* donna = 1.31); *Depressione* (13 item, $\alpha = 0.87$; *cut-off* uomo = 1.08; *cut-off* donna = 1.62); *Somatizzazione* (12 item, $\alpha = 0.83$; *cut-off* uomo = 1.09; *cut-off* donna = 1.67); *Ipersensibilità Interpersonale* (9 item, $\alpha = 0.83$; *cut-off* uomo = 1.01; *cut-off* donna = 1.34); *Ostilità* (6 item, $\alpha = 0.80$; *cut-off* uomo = 1.18; *cut-off* donna = 1.34); *Ossessività-Compulsività* (10 item, $\alpha = 0.82$; *cut-off* uomo = 1.41; *cut-off* donna = 1.61); *Ansia Fobica* (7 item, $\alpha = 0.68$; *cut-off* uomo = .44; *cut-off* donna = .72); *Psicoticismo* (10 item, $\alpha = 0.77$; *cut-off* uomo = .71; *cut-off* donna = .81); *Ideazione Paranoide* (6 item, $\alpha = 0.76$; *cut-off* uomo = 1.00; *cut-off* donna = 1.67). I *cut-off* clinici riportati derivano dalla validazione italiana del test, sono relativi alla popolazione adulta non-clinica e sono differenziati rispetto al genere (Prunas et al., 2010).

Lo studio è stato approvato dal Comitato Etico della Ricerca Psicologica dell'Università degli Studi di Napoli Federico II (IRB: 12/2020). La ricerca è stata svolta in conformità con la dichiarazione di Helsinki del 1964. Il consenso informato è stato ottenuto da ogni studente prima di partecipare allo studio. Ogni precauzione è stata presa per proteggere la *privacy* dei partecipanti alla ricerca e la riservatezza delle loro informazioni personali. I dati raccolti sono stati analizzati utilizzando il software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS; Versione 21).

Per quanto riguarda le metodologie utilizzate nella ricerca per l'analisi statistica dei dati, in primo luogo sono state calcolate le frequenze e le percentuali degli studenti che superavano i *cut-off* clinici relativi sia alle fonti di stress collegate al COVID-19 (CSSQ, Zurlo et al. 2020), sia alle

condizioni psicopatologiche rilevate dal SCL-90-R (Prunas et al. 2010). In secondo luogo, è stata effettuata una analisi della regressione logistica per esplorare le associazioni statisticamente significative tra fonti di stress percepite durante l'emergenza COVID-19 e condizioni di salute psicologica degli studenti considerati, per valutare il rischio psicopatologico cui sono esposti coloro che percepiscono elevati livelli di stress.

I risultati dell'analisi dei dati ha, in primo luogo, evidenziato un numero significativo di studenti che percepisce elevati livelli di stress connesso al COVID-19 e alle misure di contenimento, superando i *cut-off* delle tre sottoscale e della scala di valutazione dello *Stress Globale* del *COVID-19 Student Stress Questionnaire* (CSSQ; Zurlo et al., 2020). Infatti, i risultati hanno evidenziato che il 12.7% ($n = 18$; $\chi^2 = 79.13$, $p < .001$) degli studenti uomini ed il 19.6 % ($n = 70$; $\chi^2 = 132.75$, $p < .001$) delle studentesse percepisce alti livelli di stress connesso ai cambiamenti nelle relazioni e nella vita accademica; inoltre, il 20.4% ($n = 29$; $\chi^2 = 49.69$, $p < .001$) degli studenti uomini ed il 21.5% ($n = 77$; $\chi^2 = 116.25$, $p < .001$) delle studentesse percepisce alti livelli di stress connesso all'isolamento sociale; infine, il 19.0% ($n = 27$; $\chi^2 = 54.54$, $p < .001$) degli studenti uomini ed il 26.5% ($n = 95$; $\chi^2 = 78.84$, $p < .001$) delle studentesse percepisce alti livelli di stress connesso alla paura del contagio, mentre il 14.8% ($n = 21$; $\chi^2 = 70.42$, $p < .001$) degli studenti uomini ed il 19.8% ($n = 71$; $\chi^2 = 130.32$, $p < .001$) delle studentesse riporta elevati livelli percepiti di stress globale.

Per quanto riguarda le condizioni di salute psicologica degli studenti universitari esaminati durante l'emergenza da COVID-19, i risultati hanno suggerito la presenza di un tutt'altro che trascurabile numero di studenti che ha riportato una sintomatologia clinicamente rilevante relativa ai quadri psicopatologici esplorati attraverso la SCL-90-R (Tabella 2). Tra questi, si rileva che il 31.9% ($n = 44$; $\chi^2 = 18.12$, $p < .001$) degli studenti uomini ed il 27.4 % ($n = 96$; $\chi^2 = 71.33$, $p < .001$) delle studentesse riporta livelli clinici di ansia, mentre il 28.3% ($n = 39$; $\chi^2 = 26.09$, $p < .001$) degli studenti uomini ed il 32.9% ($n = 115$; $\chi^2 = 41.14$, $p < .001$) delle studentesse riporta livelli clinici di depressione, ricollegabili ai sostanziali cambiamenti della *routine* quotidiana e alle perdite frequentemente esperite sul piano relazionale e di coppia. Inoltre, il 15.9% ($n = 22$; $\chi^2 = 64.03$, $p < .001$) degli studenti uomini ed il 23.4% ($n = 82$; $\chi^2 = 98.85$, $p < .001$) delle studentesse riporta livelli clinici di ansia fobica, che è ricollegabile anche al bisogno di evitare luoghi, persone e situazioni per proteggersi dal rischio di contagio; mentre il 10.1% ($n = 14$; $\chi^2 = 87.68$, $p < .001$) degli studenti uomini ed il 14.3% ($n = 50$; $\chi^2 = 178.57$, $p < .001$) delle studentesse riporta livelli clinici di somatizzazione, evidenziando, in tal modo, anche la presenza

rilevante di manifestazioni somatiche del disagio percepito. Infine, i dati hanno suggerito anche la presenza significativa di livelli clinici di ideazione paranoide e psicoticismo, e, in particolare, che il 35.5% ($n = 49$; $\chi^2 = 11.59$, $p = .001$) degli studenti uomini ed il 14.0% ($n = 49$; $\chi^2 = 181.44$, $p < .001$) delle studentesse ha riportato livelli clinici di ideazione paranoide, e, quindi, significativa presenza di vissuti persecutori durante l'emergenza COVID-19, mentre il 33.8% ($n = 45$; $\chi^2 = 13.90$, $p < .001$) degli studenti uomini ed il 23.2 % ($n = 81$; $\chi^2 = 100.20$, $p < .001$) delle studentesse ha riportato, sempre durante l'emergenza COVID-19, finanche livelli clinici significativi di psicoticismo, ossia rilevante presenza di vissuti di alienazione e temporanea perdita di riferimenti reali.

Tabella 2. Frequenze e Percentuali degli studenti che superano i cut-off clinici nelle sottoscale della Symptom Checklist-90-Revised ($N = 500$)

	Uomini $N = 142$ (28.4)	Donne $N = 358$ (71.6)
	N (%)	N (%)
Ansia	44 (31.9)	96 (27.4)
Depressione	39 (28.3)	115 (32.9)
Somatizzazione	14 (10.1)	50 (14.3)
Ossessività-Compulsività	40 (29.0)	110 (31.4)
Ipersensibilità-interpersonale	28 (20.3)	78 (22.3)
Ostilità	16 (11.6)	74 (21.1)
Ansia Fobica	22 (15.9)	82 (23.4)
Ideazione Paranoide	49 (35.5)	49 (14.0)
Psicoticismo	45 (33.8)	81 (23.2)

Note. I valori riportati sono relativi agli studenti che superano i *cut-off* clinici riportati nello studio di validazione Italiano della SCL-90-R (Prunas et al., 2010).

Infine, attraverso l'analisi della regressione logistica, la ricerca ha chiaramente mostrato un'associazione significativa tra i livelli di percezione delle fonti di stress misurate dal CSSQ e riferibili ai cambiamenti indotti dal COVID-19 nella vita quotidiana, e i livelli di disagio psicologico riportati dagli studenti. Infatti, la Tabella 3 mostra chiaramente come tutte le

fonti di stress esplorate siano risultate altamente predittive delle diverse e significative forme di disagio psicologico rilevate.

Tabella 3. Analisi della Regressione Logistica: Associazioni tra le sottoscale del COVID-19 Student Stress Questionnaire e le sottoscale della Symptom Checklist-90-Revised (N = 500)

COVID-19 Student Stress Questionnaire				
	Relazioni e Vita Accademica	Isolamento	Paura del Contagio	Stress Globale
Symptom Checklist-90-R	OR (95% CI)	OR (95% CI)	OR (95% CI)	OR (95% CI)
Ansia	6.20 (3.77-10.20)***	2.45 (1.56-3.84)***	4.33 (2.78-6.73)***	6.58 (4.01- 10.82)***
Depressione	3.53 (2.18-5.70)***	2.77 (1.77-4.32)***	2.15 (1.40-3.31)***	5.39 (3.30-8.81) ***
Somatizzazione	2.05 (1.12-3.75)*	5.73 (3.39-9.97)***	1.84 (1.05-3.23)*	4.00 (2.27-7.04)***
Ossessività- Compulsività	3.30 (2.04-5.32)***	2.63 (1.68-4.11)***	1.69 (1.10-2.62)*	4.45 (2.75-7.21)***
Ipersensibilità- interpersonale	4.43 (2.69-7.29)***	1.86 (1.14-3.03) *	3.82 (2.40-6.08)***	4.22 (2.57-6.92)***
Ostilità	3.52 (2.09-5.90)***	3.68 (2.24-6.03)***	1.81 (1.10-2.99)*	4.44 (2.66-7.41) ***
Ansia Fobica	3.54 (2.14-5.84)***	2.46 (1.52-3.98)***	4.46 (2.80-7.12)***	4.38 (2.66-7.20)***
Ideazione Paranoide	1.99 (1.17-3.36)*	1.44 (0.87-2.41)	2.00 (1.23-3.23)**	1.65 (0.97-2.81)
Psicoticismo	1.90 (1.16-3.12)*	2.65 (1.67-4.19) ***	2.89 (1.85-4.52)***	2.64 (1.63-4.29)***

Note. OR = odds ratio; 95% CI = Intervallo di Confidenza al 95% .

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

In particolare, è emerso che gli studenti che percepiscono elevati livelli di stress connesso a *Relazioni e Vita Accademica* sono esposti a un significativo incremento del rischio di riportare disturbi di Ansia (nervosismo, tensione, sentimenti di terrore, paura, preoccupazione, e manifestazioni so-

matiche come tremori, e attacchi di panico) e Ipersensibilità-Interpersonale (sentimenti di inadeguatezza legati alla sfera relazionale, autosvalutazione, problemi nelle interazioni interpersonali, aspettative negative in merito ai rapporti interpersonali). Tale risultato evidenzia che i cambiamenti imposti dalla pandemia sul piano relazionale e della vita accademica hanno accentuato i vissuti d'ansia (ad esempio, la paura di ritardi/interruzioni nel percorso formativo) e le difficoltà sul piano delle relazioni interpersonali sia familiari che extrafamiliari.

Allo stesso modo, i dati suggeriscono che gli studenti che percepiscono elevati livelli di stress connesso all'*Isolamento* sono particolarmente esposti al rischio di riportare livelli clinici di Somatizzazione (disturbi dell'apparato digerente, dell'apparato respiratorio e dell'apparato muscolo-scheletrico), rischio probabilmente ascrivibile anche ai rilevanti cambiamenti nello stile di vita quotidiana indotti dall'emergenza COVID-19, che hanno comportato non di rado una riduzione delle possibilità di svolgere attività motoria, un aumento della sedentarietà, e cambiamenti nel regime alimentare.

Inoltre, i dati hanno indicato che gli studenti che percepiscono elevati livelli di stress connesso alla *Paura del Contagio* sono esposti significativamente a un più elevato rischio di soffrire di sintomi di ansia e ansia fobica. Quest'ultimo risultato evidenzia in modo chiaro come le inevitabili rigide misure di contenimento del contagio imposte, che hanno prescritto di evitare luoghi affollati, di evitare il contatto con le altre persone, di lavarsi sempre le mani dopo essere entrati in contatto con oggetti e altre persone, abbiano frequentemente intensificato i vissuti ansiosi e l'ansia fobica.

Infine, i dati suggeriscono che gli studenti che percepiscono elevati livelli di *Stress Globale* legato all'emergenza COVID-19, e, quindi, di stress legato a cambiamenti sul piano relazionale e della vita accademica, a isolamento e a paura del contagio, sono esposti a un più alto rischio di riportare sia sintomi ansiosi che sintomi depressivi, che appaiono inequivocabilmente collegati alla peculiare combinazione di fonti di stress percepite, che hanno mostrato di incrementare sia i vissuti di ansia e paura legati al rischio di contagio, sia i vissuti depressivi legati alle esperienze di perdita dei riferimenti e delle relazioni della vita quotidiana.

In generale, tali risultati hanno confermato il notevole impatto della pandemia da COVID-19, e delle misure di contenimento cui è stato necessario ricorrere, sulla salute psicologica degli studenti universitari, e inducono a sottolineare l'importanza di adottare strumenti specifici di rilevazione delle fonti di stress da essi percepite, nonché delle loro condizioni psicologiche, per favorire lo sviluppo di interventi precoci e su misura a sostegno del loro adattamento e della loro salute psicofisica.

5. *L'utilizzazione del COVID-19 Student Stress Questionnaire per la predisposizione di interventi evidence-based di counselling e sostegno psicologico per gli studenti universitari*

In conclusione, il presente studio di applicazione del COVID-19 *Student Stress Questionnaire* (CSSQ) ha evidenziato un significativo rischio psicopatologico connesso alle crescenti difficoltà che gli studenti universitari stanno affrontando in risposta alla pandemia. I risultati emersi, da un lato suggeriscono la necessità di monitorare la salute psicologica degli studenti e, dall'altro, forniscono evidenze empiriche sulla direzione che si deve fare intraprendere alle eventuali pratiche di supporto psicologico durante l'emergenza COVID-19.

In tal senso, la diffusione di elevati e significativi livelli di disagio psicologico rilevata spinge a sottolineare l'importanza dell'attivazione di servizi e *network* di supporto specifici, e dell'utilizzazione di strumenti altrettanto specifici, come il CSSQ, per individuare precocemente gli studenti che necessitano di supporto psicologico e identificare le aree (Relazioni e Vita Accademica, Isolamento, Paura del Contagio) che richiedono uno spazio privilegiato di esplorazione e ridefinizione all'interno degli interventi di *counselling*. In tal senso, il CSSQ può essere efficacemente utilizzato non solo come strumento per lo screening delle situazioni a rischio psicopatologico, ma anche come strumento per il monitoraggio e la valutazione dell'efficacia degli interventi e degli eventuali cambiamenti riscontrabili nel tempo.

In questo modo la ricerca psicologica applicata allo specifico contesto universitario e studentesco si prefigge di promuovere la costruzione di interventi *evidence-based* per tutelare la salute psicologica degli studenti in questo difficile momento di crisi e transizione, e per prevenire e ridurre eventuali effetti negativi a lungo termine.

6. *Bibliografia*

- AASSVE, A., ARPINO, B., BILLARI, F. C. (2002), *Age norms on leaving home: Multilevel evidence from the European Social Survey in Environment and Planning A*, 45, 383-401. doi: 10.1068/a4563
- AHORSU, D. K., LIN, C. Y., IMANI, V., SAFFARI, M., GRIFFITHS, M. D., PAKPOUR, A. H. (2020), *The fear of COVID-19 scale: development and initial validation in International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-9. doi: 10.1007/s11469-020-00270-8. [Epub ahead of print]

- ANNIKO, M. K., BOERSMA, K., TILLFORS, M. (2019), *Sources of stress and worry in the development of stress-related mental health problems: A longitudinal investigation from early-to mid-adolescence*, in *Anxiety, Stress, & Coping*, 32, 155-167. doi: 10.1080/10615806.2018.1549657
- BROOKS, S. K., WEBSTER, R. K., SMITH, L. E., WOODLAND, L., WESSELY, S., GREENBERG, N., RUBIN, G. J. (2020), *The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence*, in *The Lancet*, 395, 912-920. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8
- CAO, W., FANG, Z., HOU, G., HAN, M., XU, X., DONG, J., ZHENG, J. (2020), *The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China*, in *Psychiatry Research*, 287:112934. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112934
- CHEN, B., SUN, J., FENG, Y. (2020), *How have COVID-19 isolation policies affected young people's mental health? – Evidence from Chinese college students*, in *Frontiers in Psychology*, doi:10.3389/fpsyg.2020.01529
- COSTANTINI, M., MUSSO, M., VITERBORI, P., et al. (1999), *Detecting psychological distress in cancer patients: validity of the Italian version of the Hospital Anxiety and Depression Scale*, in *Supportive Care in Cancer*, 7, 121–127. doi:0.1007/s005200050241
- CROCETTI, E., MEEUS, W. (2014), *"Family comes first!" Relationships with family and friends in Italian emerging adults*, in *Journal of Adolescence*, 37, 1463-1473. doi: 10.1016/j.adolescence.2014.02.012
- DEROGATIS, L. R. (1994), *SCL-90-R: Administration, scoring and procedures manual*. Minneapolis, MN: National Computer Systems.
- EUROSTAT. (2020), *Estimated average age of young people leaving the parental household by sex*. https://appsso.eurostat.ec.europa.eu/nui/show.do?dataset=yth_demo_030&lang=en [1 Settembre 2020].
- HORESH, D., BROWN, A. D. (2020), *Traumatic stress in the age of COVID-19: A call to close critical gaps and adapt to new realities*. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12, 331-335. doi:10.1037/tra0000592
- LAZARUS, R. S., FOLKMAN, S. (1984), *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer.
- LEE, J. (2020), *Mental health effects of school closures during COVID-19*, in *Lancet Child Adolescent Health*, 4, 421. doi: 10.1016/S2352-4642(20)30109-7
- LEE, S. A. (2020), *Coronavirus Anxiety Scale: A brief mental health screener for COVID-19 related anxiety*, in *Death Studies*, 44, 393-401. doi: 10.1080/07481187.2020.1748481
- LI, W., LI, G., XIN, C., WANG, Y., YANG, S. (2020), *Changes in sexual behaviors of young women and men during the coronavirus disease 2019 outbreak: a convenience sample from the epidemic area*, in *The Journal of Sexual Medicine*, 17, 1225-1228. doi: 10.1016/j.jsxm.2020.04.380
- LIMA, C. K. T., CARVALHO, P. M. M., LIMA, I. A. A. S., NUNES, J. V. A. O., SARAIVA, J. S., DE SOUZA, R. I. et al. (2020), *The emotional impact of Coronavirus 2019- nCoV (new coronavirus disease)*, in *Psychiatry Research*, 287:112915. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112915

- MINISTERO DELLA SALUTE (2020), *Covid-19 – Situazione in Italia*. <http://www.salute.gov.it/portale/nuovocoronavirus/dettaglioContenutiNuovoCoronavirus.jsp?area=nuovoCoronavirus&id=5351&lingua=italiano&menu=vuoto> (21 Marzo 2021).
- ORGANIZZAZIONE MONDIALE DELLA SANITA' [OMS] (2020). *OMS Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 -11 March 2020*. Available online at: <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19--11-march-2020> [1 Settembre 2020].
- PRUNAS, A., SARNO, I., PRETI, E. MADEDDU, F. (2010), *SCL-90-R. Symptom Checklist 90-R*. Firenze, IT: Giunti.
- QIU, J., SHEN, B., ZHAO, M., WANG, Z., XIE, B., XU, Y. (2020), *A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations*, in *General Psychiatry*, 33:e100213. doi: 10.1136/gpsych-2020-100213
- RAJKUMAR, R. P. (2020). *COVID-19 and mental health: A review of the existing literature*, in *Asian Journal of Psychiatry*, 52:102066. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102066
- ROSENBERG, M., LUETKE, M., HENSEL, D., KIANERSI, S., HERBENICK, D. (2020), *Depression and loneliness during COVID-19 restrictions in the United States, and their associations with frequency of social and sexual connections*, in *MedRxiv*, doi:10.1101/2020.05.18.20101840
- SAHU, P. (2020), *Closure of universities due to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): impact on education and mental health of students and academic staff*, in *Cureus Journal of Medical Science*, 12(4), e7541. doi:10.7759/cureus.7541
- SORACI, P., FERRARI, A., ABBIATI, F. A., DEL FANTE, E., DE PACE, R., URSO, A., AND GRIFFITHS, M. D. (2020), *Validation and psychometric evaluation of the Italian version of the Fear of COVID-19 Scale*, in *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-10. doi: 10.1007/s11469-020-00277-1. [Epub ahead of print].
- TAYLOR, S., LANDRY, C., PALUSZEK, M., FERGUS, T. A., MCKAY, D., AND ASMUNDSON, G. J. (2020), *Development and initial validation of the COVID Stress Scales*, in *Journal of Anxiety Disorders*, 72:102232. doi: 10.1016/j.janxdis.2020.102232
- UNESCO (2020), *Education: From disruption to recovery*. <https://en.unesco.org/covid19/educationresponse> (1 Settembre 2020).
- WANG, D., HU, B., HU, C., ZHU, F., LIU, X., ZHANG, J. et al. (2020), *Clinical characteristics of hospitalized patients with 2019 novel coronavirus-infected pneumonia in Wuhan, China*, in *JAMA* 323, 1061-1069. doi: 10.1001/jama.2020.1585
- WILLIAMS, S. N., ARMITAGE, C. J., TAMPE, T., DIENES, K. (2020), *Public perceptions and experiences of social distancing and social isolation during the COVID-19 pandemic: A UK-based focus group study*, in *MedRxiv*, doi: 10.1101/2020.04.10.20061267

- XIANG, Y. T., YANG, Y., LI, W., ZHANG, L., ZHANG, Q., CHEUNG, T., NG, C. H. (2020), *Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed*, in *The Lancet Psychiatry*, 7, 228-229. doi:10.1016/S2215-0366(20)30046-8
- XIONG, J., LIPSITZ, O., NASRI, F., LUI, L. M., GILL, H., PHAN, L. et al. (2020), *Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review*, in *Journal of Affective Disorders*, 277 (2020), 55-64. doi:10.1016/j.jad.2020.08.001
- ZANDIFAR, A., BADRFAM, R. (2020), *Iranian mental health during the COVID-19 epidemic*, in *Asian Journal of Psychiatry*, 51:101990. doi:10.1016/j.ajp.2020.101990
- ZHAI, Y., DU, X. (2020), *Mental health care for international Chinese students affected by the COVID-19 outbreak*, in *The Lancet Psychiatry* 7:e22. doi:10.1016/S2215-0366(20)30089-4
- ZURLO, M.C., CATTANEO DELLA VOLTA, M.F., VALLONE, F. (2017), *Factor structure and psychometric properties of the Fertility Problem Inventory-Short Form*, In *Health Psychology Open* 4: 671 2055102917738657. doi:10.1177/2055102917738657
- ZURLO, M.C., CATTANEO DELLA VOLTA, M.F., VALLONE, F. (2020a). *Infertility-related stress and psychological health outcomes in infertile couples undergoing medical treatments: testing a multi-664 dimensional model*, In *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings* 27, 662-676. doi:10.1007/s10880-019-665 09653-z
- ZURLO, M.C., CATTANEO DELLA VOLTA, M.F., VALLONE, F. (2020b), *The COVID-19 Student Stress Questionnaire: Assessing Students' Stressors Related to the Coronavirus Pandemic Lockdown*, in *Frontiers in Psychology* 11:576758. doi:10.3389/fpsyg.2020.576758