

Studyholism e Study Engagement in relazione alle conseguenze sullo studio dovute alla pandemia da Covid-19

*Uno studio pilota quali-quantitativo
su studenti universitari*

Yura Loscalzo¹, Costanza Ramazzotti² e Marco Giannini¹

Sommario

La pandemia da Covid-19 ha richiesto l'adozione di misure governative volte a contenere la diffusione del virus, tra cui la chiusura delle università. Questo studio pilota quali-quantitativo ha l'obiettivo di analizzare, in un campione di 202 studenti universitari italiani ($M_{eta} = 24.60 \pm 5.50$), se sono stati vissuti effetti positivi e negativi (oltre che neutrali) sullo studio a causa dell'emergenza sanitaria e se il livello di *Studyholism* (ossessione da studio) e *Study Engagement* (piacere/motivazione nei confronti dello studio) differisce in base alla presenza/assenza di questi effetti. I risultati hanno evidenziato che quasi la totalità degli studenti ha esperito Effetti Negativi (83.70%) sullo studio, ma che il 47.50% dei partecipanti ha avuto anche Effetti Positivi. Una minoranza, inoltre, ha riportato Effetti Neutrali (10.40%). Infine, chi ha riportato Effetti Negativi ha livelli maggiori di *Studyholism* rispetto a chi non li ha riportati; inoltre, chi ha riportato Effetti Positivi ha livelli minori di *Studyholism*. Non sono emerse differenze nei livelli di *Study Engagement*. In conclusione, questo studio suggerisce l'importanza di implementare interventi di counseling, anche di gruppo e online, volti a potenziare le risorse degli studenti di fronte a situazioni stressanti e a ridurre lo *Studyholism*.

Parole chiave

Covid-19, Studio, Studyholism, Study Addiction, Study Engagement.

¹ Università degli Studi di Firenze, Scuola di Psicologia, Dipartimento di Scienze della Salute.

² Laureata in Psicologia, Università degli Studi di Firenze.

Studyholism and Study Engagement in relation to the consequences of the Covid-19 pandemic on studying

A quali-quantitative pilot study on university students

Yura Loscalzo¹, Costanza Ramazzotti¹ and Marco Giannini¹

Abstract

The Covid-19 pandemic required the adoption of government measures to contain the spread of the virus, including the closure of universities. This quali-quantitative pilot study aims to analyse, in a sample of 202 Italian university students ($M_{age} = 24.60 \pm 5.50$), whether the health emergency provoked positive and negative (as well as neutral) effects on studying, and if the level of Studyholism (study obsession) and Study Engagement (pleasure/motivation towards studying) differs based on the presence/absence of these effects. The results showed that almost all the students experienced negative effects (83.70%) on studying, while 47.59% of the participants also had positive effects. Furthermore, a minority reported neutral effects (10.40%). Finally, those who reported negative effects have higher levels of Studyholism than those who did not report them; furthermore, those who reported positive effects have lower levels of Studyholism. No differences emerged in the levels of Study Engagement. In conclusion, this study suggests the importance of implementing counseling interventions, also in group and online formats, aimed at enhancing students' resources when faced with stressful situations and at reducing Studyholism.

Keywords

Covid-19, Study, Studyholism, Study addiction, Study engagement.

¹ Università degli Studi di Firenze.

Introduzione

L'epidemia da Covid-19, a partire dalla città cinese di Wuhan, si è diffusa rapidamente nel resto del mondo facendo sì che l'11 marzo 2020 venisse dichiarato ufficialmente lo stato pandemico a livello mondiale (World Health Organization – WHO, 2020a), portando a una serie di misure restrittive che, unitamente al timore di contrarre il virus, avrebbero potuto condurre a conseguenze psicologiche negative (Rubin & Wessely, 2020). Infatti, una ricorrente esposizione a notizie e aggiornamenti sull'emergenza, soprattutto se provenienti da fonti non attendibili, può provocare distress. Inoltre, gli operatori sanitari, poiché sottoposti a una forte pressione sul lavoro, potrebbero avere anche il timore di non essere in grado di lavorare o di essere deboli e il timore di venir stigmatizzati ed emarginati. I bambini, invece, potrebbero incrementare l'attaccamento verso i genitori durante un tale momento di crisi. Infine, la popolazione anziana, specialmente se in isolamento o con declino cognitivo, potrebbe avere maggiore ansia e stress (WHO, 2020b).

Anche alcuni autori, in linea con quanto suggerito dalla WHO (2020b), hanno evidenziato che nella popolazione generale certe categorie di persone risultano più a rischio di sviluppare conseguenze psicologiche negative, come ad esempio gli operatori sanitari, soprattutto quelli che lavorano in prima linea (Talevi et al., 2020; Lee et al., 2007; Wu et al., 2009). Un altro gruppo di persone caratterizzate da un rischio più elevato di sviluppare sintomi psicologici gravi è costituito da coloro che prima della pandemia da Covid-19 presentavano già patologie psichiatriche diagnosticate. Queste persone sembrerebbero anche più a rischio di contrarre il virus a causa di deficit cognitivi, minor percezione del rischio, minor consapevolezza per la salvaguardia personale e condizioni di confinamento nei reparti psichiatrici (Yao et al., 2020).

Inoltre, per quanto riguarda le conseguenze psicologiche, nella popolazione generale cinese sono state riscontrate percentuali significative di ansia, depressione e stress, con livelli tra il moderato e l'elevato (facendo riferimento ai valori di cut-off dello strumento utilizzato per valutare questi sintomi), durante l'emergenza sanitaria da Covid-19 (Wang et al., 2020). Inoltre, Zhang e Ma (2020) hanno riportato che metà del campione della loro ricerca si è sentito scioccato e in ansia a causa della pandemia, sebbene la maggioranza non abbia riportato sentimenti di impotenza.

Sahu (2020) ha suggerito che tra le categorie maggiormente a rischio ci sono anche gli studenti, compresi quelli universitari. Nel contesto statunitense, ad esempio, Son e colleghi (2020) hanno evidenziato due importanti effetti negativi della pandemia sugli studenti: la preoccupazione per la salute (propria e dei propri cari) e la difficoltà di concentrazione. Hanno individuato, inoltre, un aumento di pensieri depressivi e suicidari, associato a sentimenti di solitudine, impotenza e

incertezza dal punto di vista finanziario e accademico. In Italia, invece, Marelli e colleghi (2021) hanno indagato, confrontando studenti universitari e lavoratori, la qualità del sonno durante la pandemia. Hanno quindi evidenziato negli studenti una qualità e un'igiene del sonno tendenzialmente scarse, con un peggioramento dei sintomi connessi all'insonnia, un aumento nella latenza di addormentamento (seppur senza il superamento della soglia clinica di 30 minuti) e del tempo passato a letto. Inoltre, l'impatto del *lockdown* sugli aspetti relativi al sonno è risultato più forte sugli studenti universitari rispetto ai lavoratori. Anche l'Italia, infatti, come molti altri Paesi, ha dovuto assumere una serie di decisioni volte a contenere la diffusione del virus e, tra i provvedimenti, quello di maggior impatto è stato probabilmente quello relativo alla chiusura di varie attività (fino ad arrivare a un *lockdown* totale), comprese le scuole di ogni ordine e grado (Cottone, 2020).

Considerando i cambiamenti emersi a seguito della chiusura delle università, sia per quanto riguarda le attività strettamente connesse allo studio (lezioni ed esami online, chiusura delle biblioteche, sospensione dei tirocini curriculari e post-laurea) che per quelle sociali (impossibilità di uscire e incontrare amici e parenti), anche gli studenti universitari italiani potrebbero aver esperito alcuni effetti negativi sul proprio studio (come le difficoltà di concentrazione evidenziate da Son et al., 2020). Il presente studio pilota, quindi, ha l'obiettivo di analizzare mediante una ricerca di tipo quali-quantitativo qual è stato l'effetto (positivo, negativo, neutrale) percepito dagli studenti universitari italiani sul proprio studio. Inoltre, ha l'obiettivo di esplorare se i livelli di *Studyholism* (ossessione da studio; Loscalzo & Giannini, 2017) e *Study Engagement* (piacere/motivazione nei confronti dello studio) differiscono negli studenti che hanno riportato effetti di diversa valenza.

Studyholism e *Study Engagement* sono due costrutti analizzati, recentemente, da Loscalzo e Giannini (2019) e Loscalzo (2021) come variabili che possono presentare relazioni opposte con alcuni antecedenti e conseguenze dal momento che rappresentano, rispettivamente, un atteggiamento negativo e uno positivo nei confronti dello studio. Ad esempio, è stato evidenziato sia su studenti universitari (Loscalzo & Giannini, 2019) che su adolescenti (Loscalzo, 2021) che mentre lo *Studyholism* predice una maggior intenzione di abbandonare gli studi, lo *Study Engagement* risulta essere un fattore protettivo. Tuttavia, sebbene si tratti di due costrutti diversi, Loscalzo e Giannini (2017) suggeriscono che lo *Studyholism* possa essere associato sia a livelli elevati (*Engaged Studyholism*) che bassi (*Disengaged Studyholism*) di *Study Engagement*. Per quanto riguarda gli studenti universitari italiani, Loscalzo (2019) ha evidenziato che lo *Studyholism* è molto diffuso e che gli *Engaged Studyholics* hanno una prevalenza maggiore rispetto ai *Disengaged Studyholics*.

In conclusione, questo studio ha l'obiettivo di analizzare se gli studenti universitari italiani hanno esperito sia effetti positivi che negativi (oltre che neutrali) sul loro studio a causa dell'emergenza sanitaria da Covid-19 e se il livello di

Studyholism e *Study Engagement* differisce in base alla presenza/assenza di questi effetti. In particolare, abbiamo ipotizzato che:

1. gli studenti che hanno riportato Effetti Positivi sullo studio hanno livelli minori di *Studyholism* (e maggiori di *Study Engagement*) rispetto a chi non ha riportato questi aspetti;
2. gli studenti che hanno riportato Effetti Negativi sullo studio hanno livelli maggiori di *Studyholism* (e minori di *Study Engagement*) rispetto a chi non li ha riportati;
3. non ci sono differenze in relazione agli Effetti Neutrali per quanto riguarda i livelli di *Studyholism* e *Study Engagement*.

Metodo

Partecipanti

Loscalzo e Giannini (2021) hanno reclutato 6075 studenti universitari italiani, di età compresa tra i 18 e i 68 anni ($M = 23.60$; $SD = 5.50$; 74.6% femmine). Per questo studio pilota, è stato utilizzato un sotto-campione costituito da 202 studenti (a partire da un totale di 3103) i quali, oltre ad aver compilato gli strumenti *self-report*, avevano lasciato anche un commento in risposta alla domanda aperta finale (opzionale) sulle conseguenze esperite sul proprio studio a causa della pandemia. Più in dettaglio, si tratta di studenti di età compresa tra i 19 e i 52 anni ($M = 24.60$; $SD = 5.50$; 86.1% donne) e provenienti principalmente dal Centro Italia (67.3%), sebbene sia rappresentato anche il Nord (27.2%) e il Sud (5.5%) Italia. Per quanto riguarda l'Ateneo di appartenenza, circa la metà del campione è iscritto all'Ateneo di Firenze (55.0%).

Strumenti

Studyholism Inventory (SI-10; Loscalzo, Giannini, & Golonka, 2018). Si tratta di uno strumento *self-report* a 10 item a cui il partecipante risponde mediante una scala Likert a 5 punti e che consente di valutare *Studyholism* e *Study Engagement* (ogni scala comprende 4 item per lo *scoring* e un filler item). Nella presente ricerca è stata usata la versione italiana (Loscalzo & Giannini, 2020), ma sono disponibili anche le versioni inglese, polacca, croata e spagnola. In particolare, la versione italiana presenta buone proprietà psicometriche: $GFI = .98$; $CFI = .97$; $RMSEA = .07$; *Studyholism*, $\alpha = .84$; *Study Engagement*, $\alpha = .81$.

Domanda aperta relativa all'impatto della pandemia sullo studio. Al termine di un questionario che comprendeva alcuni strumenti *self-report* (tra cui il SI-10) e alcune domande create ad-hoc in relazione alla pandemia da Covid-19 (es., il

grado di accordo con le misure restrittive applicate dal governo, l'aver contratto il virus o aver avuto sintomi influenzali), è stata inserita una domanda che consentisse ai partecipanti di esprimere liberamente gli effetti vissuti sul proprio studio a causa della pandemia, ovvero: «Se vuoi, adesso, puoi esprimere liberamente l'impatto che stai vivendo sul tuo studio a causa dell'emergenza sanitaria corrente». Inoltre, all'inizio del questionario, è stata inserita una prima sezione relativa ai dati demografici (e.g., età, genere).

Procedura

Il questionario è stato diffuso sia mediante pubblicazione del link al questionario su alcuni gruppi Facebook di studenti universitari italiani che mediante invio agli indirizzi e-mail degli studenti dell'Università di Firenze (grazie alla collaborazione degli uffici universitari) durante il periodo di *lockdown*. Per quanto riguarda il Consenso Informato, tutti gli elementi richiesti da questo documento sono stati inseriti nella prima pagina del questionario; quindi, ai partecipanti veniva richiesto di convalidare una casella al fine di dichiarare che fornivano il loro consenso alla partecipazione alla ricerca continuando a compilare il questionario nelle pagine successive.

Analisi dei dati

In una prima fase è stata condotta una codifica *line-by-line* dei commenti dei partecipanti. Nella seconda fase, le codifiche emerse sono state raggruppate in tre macro-aree: Effetti Positivi, Effetti Negativi, Effetti Neutrali (sullo studio).

Successivamente è stato utilizzato il software statistico SPSS.27 al fine di condurre sei test t di Student, dove le variabili dicotomiche Effetti Positivi, Effetti Negativi ed Effetti Neutrali sono state inserite come variabili indipendenti, mentre *Studyholism* e *Study Engagement* come variabili dipendenti.

Risultati

Analisi qualitativa dei commenti relativi all'impatto dell'emergenza sanitaria sullo studio

I partecipanti, nelle loro risposte, hanno evidenziato aspetti positivi, negativi e neutrali sullo studio in merito a una serie di variabili, quali ad esempio la motivazione e la concentrazione. La tabella 1 riporta alcuni estratti di commenti codificati, rispettivamente, nella macro-area Effetti Positivi, Negativi, Neutrali. Ad esempio, per quanto riguarda gli Effetti Positivi, gli studenti hanno riportato maggior tem-

po dedicato allo studio, l'ottimizzazione delle attività e il risparmio di tempo ed energie. Tra gli Effetti Negativi vengono citati invece la stanchezza, la difficoltà di concentrazione, i disturbi del sonno (con impatto sullo studio) e la mancanza di uno spazio personale per studiare dovuta alla presenza di molti familiari in casa. Come Effetti Neutrali, ovvero aspetti che non fanno riferimento alla valenza affettiva del commento o che non riguardano lo studio nello specifico, si riscontrano invece l'assenza di cambiamenti o il sentire la necessità di fare attività fisica.

Analisi quantitative

Al fine di condurre le analisi statistiche di tipo quantitativo, le tre macro-aree sono state codificate in tre variabili nominali dicotomiche: 1 = presenza di Effetti Negativi/Positivi/Neutrali; 0 = assenza di Effetti Negativi/Positivi/Neutrali. Le analisi descrittive (tabella 2) evidenziano come siano prevalenti gli Effetti Negativi, in quanto riportati dalla maggior parte dei partecipanti (83.7%); tuttavia, circa la metà dei partecipanti riporta anche Effetti Positivi (47.5%). Una minoranza (10.4%) riporta infine Effetti Neutrali.

Successivamente, sono stati condotti sei test t di Student al fine di testare l'ipotesi secondo cui gli studenti che hanno riportato Effetti Positivi sullo studio hanno livelli minori di *Studyholism* (e maggiori di *Study Engagement*) rispetto a chi non ha riportato questi aspetti, mentre chi ha riportato Effetti Negativi ha livelli maggiori di *Studyholism* (e minori di *Study Engagement*) rispetto a chi non li ha riportati. Per gli Effetti Neutrali, non sono state ipotizzate differenze in relazione ai livelli di *Studyholism/Study Engagement*.

Per quanto riguarda gli Effetti Positivi e Negativi, i risultati hanno supportato le ipotesi in merito allo *Studyholism*, ma non quelle relative allo *Study Engagement*. Infine, come ipotizzato, non sono emerse differenze nei livelli di *Studyholism* e *Study Engagement* per quanto riguarda gli Effetti Neutrali.

Discussione

Questa ricerca aveva l'obiettivo di analizzare gli effetti che gli studenti universitari italiani hanno esperito sul loro studio a causa dell'emergenza sanitaria da Covid-19, mediante un'analisi qualitativa che consentisse di creare tre macro-aree: Effetti Positivi, Effetti Negativi, Effetti Neutrali. Inoltre, mediante analisi quantitative, aveva l'ulteriore obiettivo di analizzare se gli studenti che riportavano la presenza di Effetti Positivi avevano livelli più bassi di *Studyholism* (e più alti di *Study Engagement*) rispetto a chi non riportava questi aspetti mentre, al contrario, chi riportava Effetti Negativi aveva livelli più alti di *Studyholism* e più bassi di *Study Engagement*.

Tabella 1

Esempi di commenti riportati dai partecipanti per le tre macro-aree.

Effetti Positivi sullo Studio	Lo studio, inteso sia come frequentare le lezioni online che come attività in sé, mi sta aiutando molto a riempire il tempo.
	Non direi che il mio metodo ne ha risentito, anzi, sto facendo molto di più di quanto farei di solito.
	La quarantena mi ha permesso di dedicare più tempo a me stessa, di riprendermi dalla situazione che ho avuto in famiglia e soprattutto mi ha dato modo di seguire tutti i miei corsi universitari a distanza.
	Sono molto contenta che i miei professori abbiano reagito tempestivamente a portare avanti le lezioni permettendoci un impatto non negativo sullo studio a causa dell'emergenza sanitaria attuale.
	Studiare a casa mi permette però di impiegare più ore nello studio e ottimizzare le cose che ho da fare, essendo una pendolare risparmio moltissime ore ed energie stando a casa.
Effetti Negativi sullo Studio	Mi è difficile concentrarmi anche solo per ascoltare delle lezioni.
	Non riesco a studiare a causa di molteplici distrazioni!
	Lo studio ha subito un crollo drastico. La motivazione è difficile da mantenere alta.
	Mi capita spesso, durante il giorno, di avere le palpitazioni. Soprattutto la sera quando mi rilasso, dopo una giornata intera passata davanti al computer a studiare.
	Paura di non poter rispettare nessuno dei miei obiettivi a lungo termine perché non posso iniziare la tesi sperimentale e quindi rischio di dover rimandare la laurea. Non so cosa studiare perché non ci sono date di esami estivi né si sa se ci saranno o se dovranno essere online. [...] Tutto ciò mi provoca molta ansia.
Effetti Neutrali sullo Studio	Non è cambiato molto.
	Non sono una persona che si entusiasma davanti allo studio, anche se gli argomenti mi interessano molto. In questo periodo riconosco una certa altalenanza nei miei sentimenti relativi allo studio.
	Cerco di prendere le cose come vengono.
	Cerco di lamentarmi il meno possibile.

Tabella 2

Frequenza degli Effetti Positivi, Negativi e Neutrali sullo studio (n = 202).

Variabile		Frequenza	Percentuale
Effetti Positivi	Presenti	96	47,50
	Assenti	106	52,50
Effetti Negativi	Presenti	169	83,70
	Assenti	33	16,30
Effetti Neutrali	Presenti	21	10,40
	Assenti	181	89,60

Tabella 3

Test t di Student (n = 202).

Effetti sullo Studio			n	M(DS)	t	gdl	p
Positivi	Presenti	<i>Studyholism</i>	96	13,38(3,93)	1,97	200	.05
	Assenti		106	14,43(3,71)			
	Presenti	<i>Study Engagement</i>	96	14,48(3,91)	.04	200	ns
	Assenti		106	14,50(3,67)			
Negativi	Presenti	<i>Studyholism</i>	169	14,30(3,51)	-2,51	38,74	.016
	Assenti		33	12,06(4,87)			
	Presenti	<i>Study Engagement</i>	169	14,41(3,71)	.70	200	ns
	Assenti		33	14,91(4,15)			
Neutrali	Presenti	<i>Studyholism</i>	21	13,19(4,20)	.93	200	ns
	Assenti		181	14,02(3,80)			
	Presenti	<i>Study Engagement</i>	21	14,48(4,70)	.02	200	ns
	Assenti		181	14,49(3,67)			

Per quanto riguarda le tematiche emerse, gli studenti hanno riportato, tra le conseguenze positive, che lo studio ha rappresentato un'attività utile per passare il tempo in quarantena, che la quarantena ha consentito di dedicare più tempo a sé (e non solo allo studio) avendo più tempo libero, che partecipare alle lezioni a distanza è stato utile e che hanno avuto il vantaggio di risparmiare tempo ed energie non dovendo fare il/la pendolare. Tra gli effetti negativi, si riscontra invece un calo (anche notevole) della concentrazione e una forte diminuzione della motivazione, ma anche un aumento di ansia e sfiducia verso il futuro. Infine, tra gli effetti neutrali (riportati in misura nettamente inferiore rispetto agli effetti positivi e negativi), ci sono il fatto che non sia cambiato molto rispetto alla situazione precedente al *lockdown*, l'accettare gli eventi così come vengono e il cercare di lamentarsi il meno possibile. Inoltre, dall'analisi delle frequenze di Effetti Positivi, Effetti Negativi ed Effetti Neutrali, emerge che quasi la totalità degli studenti (83,70%) ha riportato conseguenze negative sul proprio studio a causa dell'emergenza sanitaria, in linea con gli studi precedenti che hanno evidenziato ripercussioni negative sul benessere psicologico della popolazione generale (Wang et al., 2020; Zhang & Ma, 2020) e, in particolare, sullo studio degli universitari (Son et al., 2020). Tuttavia, è interessante notare che il 47,50% degli studenti ha riportato di aver sperimentato anche effetti positivi, suggerendo che, pur in presenza di conseguenze negative, molti studenti si sono mostrati resilienti e in grado di individuare anche aspetti positivi nonostante le difficoltà connesse ai cambiamenti sullo studio durante la pandemia. Quindi, gli studenti hanno esperito effetti negativi sul loro studio ma, al contempo, anche effetti a valenza neutrale (in misura minore) o persino positiva (quasi la metà dei partecipanti). Questo è in linea con lo studio di Loscalzo e Giannini (2021) che, mediante l'utilizzo di strumenti *self-report* volti a indagare il benessere fisico e psicologico, ma anche alcune variabili relative allo studio, ha evidenziato sia conseguenze positive che negative per gli studenti universitari. Tuttavia, a fronte dell'elevato numero di studenti che ha esperito effetti negativi, si sottolinea l'importanza dell'implementazione di interventi di counseling, anche di gruppo, volti a potenziare le risorse degli studenti al fine di incrementare la valorizzazione degli aspetti positivi da loro stessi individuati nell'esperienza di studio che ha caratterizzato la pandemia (favorendo la presa di consapevolezza di questi aspetti in chi potrebbe non averli individuati in modo autonomo) e, al contempo, ridimensionare l'importanza dell'impatto delle conseguenze negative sul proprio percorso scolastico e sul proprio benessere psicologico.

Le analisi quantitative hanno evidenziato inoltre che chi ha riportato la presenza di Effetti Negativi ha livelli di *Studyholism* più elevati rispetto a chi non ne ha riportati, mentre chi ha riportato Effetti Positivi ha livelli di *Studyholism* più bassi. Non sono emerse differenze statisticamente significative nei livelli di *Studyholism*, invece, per quanto riguarda gli Effetti Neutrali. Questo risultato è

in linea con quanto riportato da Loscalzo e Giannini (2019) e Loscalzo (2021), ovvero che lo *Studyholism* è associato a conseguenze negative a livello psicologico, fisico, sociale e accademico, poiché fornisce ulteriori dati a supporto delle conseguenze negative che possono essere associate allo *Studyholism*. Durante la pandemia, infatti, chi aveva alti livelli di *Studyholism* ha esperito maggiormente Effetti Negativi e minori Effetti Positivi rispetto agli studenti con livelli di *Studyholism* più basso. L'assenza di differenze nei livelli di *Study Engagement* in merito agli Effetti Positivi e Negativi suggerisce che gli interventi di counseling volti a favorire la resilienza degli studenti di fronte a situazioni stressanti (quali la situazione di emergenza sanitaria attuale) dovrebbero essere volti a ridurre lo *Studyholism*, mentre l'incremento dei livelli di *Study Engagement* non risulta un target appropriato. Tuttavia, come evidenziato da Loscalzo e Giannini (2019) e Loscalzo (2021), lo *Study Engagement* è associato a una minor intenzione di abbandonare gli studi; quindi, suggeriamo che l'incremento dello *Study Engagement* debba costituire comunque un target prioritario all'interno di interventi ad ampio spettro, ovvero volti a migliorare il benessere degli studenti ma anche la loro carriera accademica.

Tra i limiti del presente studio, i partecipanti risiedono prevalentemente nel Centro Italia e circa la metà degli studenti frequenta l'Università di Firenze. Tuttavia, anche altre Regioni e Atenei italiani sono rappresentati. Inoltre, le donne costituiscono la maggior parte del campione. Infine, le analisi sono state condotte solo su una parte dei partecipanti che avevano risposto alla domanda aperta; uno studio ulteriore potrebbe approfondire le analisi sul campione totale. Nonostante questi limiti, il nostro studio pilota ha il merito di aver illustrato come la pandemia da Covid-19, pur avendo causato grandi cambiamenti nella vita quotidiana e universitaria degli studenti, ha portato a percepire conseguenze negative sul proprio studio, ma (in molti studenti) anche alcune conseguenze positive. Studi futuri potrebbero approfondire, ad esempio mediante *focus group*, quali sono stati gli aspetti positivi associati ai cambiamenti vissuti a livello universitario (ad esempio, la possibilità di seguire le lezioni a distanza per i fuori sede o di seguire le lezioni in differita per gli studenti lavoratori) che potrebbero essere utilizzati al fine di implementare alcune modifiche nell'organizzazione universitaria. Inoltre, considerando che livelli elevati di *Studyholism* sono associati a una maggior presenza di Effetti Negativi e a una minore presenza di Effetti Positivi, sarebbe auspicabile che le università proponessero interventi di counseling, anche di gruppo e su piattaforma online, volti a ridurre lo *Studyholism*, incrementare lo *Study Engagement* e favorire una rilettura basata sugli aspetti positivi e neutrali (più che su quelli negativi) in merito all'impatto dell'attuale emergenza sanitaria sul proprio percorso di studi.

Bibliografia

- Cottone, N. (2020, March 10). Imprese, negozi, trasporti e servizi essenziali: cosa chiude e cosa no. *Il Sole 24 Ore*. Retrieved from <https://www.ilssole24ore.com/art/coronavirus-cosa-si-puio-fare-e-cosa-no-ecco-indicazioni-governo-ADv2lHC>.
- Lee, A. M., Wong, J. G., McAlonan, G. M., Cheung, V., Cheung, C., Sham, P. C., Chu, C. M., Wong, P. C., Tsang, K. W., & Chua, S. E. (2007). Stress and psychological distress among SARS survivors 1 year after the outbreak. *Canadian journal of psychiatry. Revue canadienne de psychiatrie*, 52(4), 233-240. doi: 10.1177/070674370705200405
- Loscalzo, Y. (2019). Heavy Study Investment in College students: Studyholism and Study Engagement prevalence. *Applied Psychology Bulletin*, 286, 55-61. doi: 10.26387/bpa.286.4
- Loscalzo, Y. (2021). Studyholism and Study Engagement: What about the role of perfectionism, worry, overstudy climate, and type of school in adolescence? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 910. doi: 10.3390/ijerph18030910
- Loscalzo, Y., & Giannini, M. (2017). Studyholism or study addiction? A comprehensive model for a new clinical condition. In A. M. Columbus (Ed.), *Advances in psychology research* (Vol. 125, pp 19-37). New York, NY: Nova Publisher.
- Loscalzo, Y., & Giannini, M. (2019). Heavy Study Investment in Italian College Students. An Analysis of Loscalzo and Giannini's (2017) Studyholism Comprehensive Model. *Frontiers in Psychiatry*, 10, 489. doi: 10.3389/fpsy.2019.00489
- Loscalzo, Y., & Giannini, M. (2020). Studyholism Inventory (SI-10): a short instrument for evaluating study obsession within the Heavy Study Investment framework. *Europe's Journal of Psychology*. 16(4), 688-706. doi: 10.5964/ejop.v16i4.1911
- Loscalzo, Y., & Giannini, M. (2021). *Covid-19 outbreak and Italian College Students' well-being: Evidence for both negative and positive consequences*. Manuscript submitted for publication.
- Loscalzo, Y., Giannini, M., & Golonka, K. (2018). Studyholism Inventory (SI-10): Psychometric properties of the Italian and Polish versions. In T. M. Ostrowski, B. Piasecka, & K. Gerc (Eds.), *Resilience and health: Challenges for an individual, family and community* (pp. 205-217). Krakow, Poland: Jagiellonian University Press.
- Marelli, S., Castelnuovo, A., Somma, A., Castromano, V., Mombelli, S., Bottoni, D., ... & Ferini-Strambi, L. (2021). Impact of COVID-19 lockdown on sleep quality in university students and administration staff. *Journal of Neurology*, 268(1), 8-15. doi: 10.1007/s00415-020-10056-6
- Rubin, G. J., & Wessely, S. (2020). The psychological effects of quarantining a city. *BMJ (Clinical research ed.)*, 368, m313. <https://doi.org/10.1136/bmj.m313>
- Sahu, P. (2020). Closure of Universities Due to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Impact on Education and Mental Health of Students and Academic Staff. *Cureus*, 12(4), e7541. doi: 10.7759/cureus.7541
- Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, X., & Sanganoghar, F. (2020). Effects of COVID-19 in college students' mental health in the United States: interview survey study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(9), e21279. doi: 10.2196/21279
- Talevi, D., Socci, V., Carai, M., Carnaghi, G., Faleri, S., Trebbi, E., Di Bernardo, A., Capelli, F., & Pacitti, F. (2020). Mental health outcomes of the CoViD-19 pandemic. *Rivista di psichiatria*, 55(3), 137-144. doi: 10.1708/3382.33569
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. *International journal of en-*

- environmental research and public health*, 17(5), 1729. doi: 10.3390/ijerph17051729
- World Health Organization (2020a). WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 - 11 March 2020. *World Health Organization*. Retrieved May 15, 2021, from <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>
- World Health Organization (2020b). Mental Health Considerations during CoViD-19 Outbreak. *World Health Organization*. Retrieved May 15, 2021, from <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf>
- Wu, P., Fang, Y., Guan, Z., Fan, B., Kong, J., Yao, Z., Liu, X., Fuller, C. J., Susser, E., Lu, J., & Hoven, C. W. (2009). The psychological impact of the SARS epidemic on hospital employees in China: exposure, risk perception, and altruistic acceptance of risk. *Canadian journal of psychiatry. Revue canadienne de psychiatrie*, 54(5), 302-311. doi: 10.1177/070674370905400504
- Yao, H., Chen, J. H., & Xu, Y. F. (2020). Patients with mental health disorders in the COVID-19 epidemic. *The Lancet. Psychiatry*, 7(4), e21. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30090-0
- Zhang, Y., & Ma, Z. F. (2020). Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Quality of Life among Local Residents in Liaoning Province, China: A Cross-Sectional Study. *International journal of environmental research and public health*, 17(7), 2381. doi: 10.3390/ijerph17072381