

**NOME PROGETTO**

Valutazione dell'efficacia del counseling psicologico per il contrasto del burnout accademico: un trial clinico randomizzato

**P.I.**

Prof.ssa Irene Messina

**CODIFICA**

9- FIN/RIC

**CLASSE FINANZIAMENTO**

Avanzato

**FASCIA**

Associato

**S.S.D.**

M-PSI/07

**GSD**

11/PSIC-04

**S.C.**

11/E4

**STRUTTURA AFFERENZA**

Facoltà di Scienze della Società e della Comunicazione, Università Telematica Universitas Mercatorum

## **OBIETTIVI PROGETTO DI RICERCA**

L'obiettivo della ricerca è sviluppare e valutare l'efficacia di una forma di counseling psicologico per contrastare il burnout accademico.

Obiettivi intermedi sono quelli di effettuare uno screening dei livelli di burnout accademico degli studenti iscritti a corsi di laurea di Universitas Mercatorum, per individuare, attraverso l'impiego di strumenti standardizzati, soggetti a rischio di burnout accademico. Esso consentirà di ottenere una descrizione accurata della diffusione del fenomeno e delle sue caratteristiche (in termini di correlazioni con altre variabili) per progettare un intervento di counseling da offrire agli studenti a rischio di burnout accademico.

Successivamente uno studio clinico controllato e randomizzato (randomized controlled trial - RCT) validerà l'efficacia dell'intervento del counseling psicologico.

Si è posto come obiettivo ulteriore quello di creare un database di informazioni sullo stress e il benessere della popolazione studentesca, come base per eventuali sviluppi futuri dello studio: raccolte di dati in forma longitudinale potrebbero essere trattati con l'ausilio di forme di intelligenza artificiale (machine learning) in grado di individuare precocemente gli individui a rischio di burnout ed effettuare valutazioni prognostiche degli stessi.

## **RISULTATI RAGGIUNTI**

### **Screening**

Lo screening è avvenuto attraverso un questionario self-report per la valutazione del burnout accademico. Statistiche descrittive sono state applicate con la finalità di descrivere la diffusione del fenomeno del burnout nel campione raccolto. Per la valutazione dell'intervento si è applicata la metodologia del randomized controlled trial che prevede misurazioni di variabili di esito prima e dopo l'intervento psicologico, e di un confronto statistico tra il gruppo sperimentale sottoposto al trattamento e un gruppo di controllo costituito da soggetti in attesa del trattamento.

Per l'approfondimento qualitativo è stata predisposta una intervista semi-strutturata. I dati raccolti attraverso le interviste verranno analizzati attraverso un software per l'analisi qualitativa del testo, utile ad individuare le tematiche che si presentano con maggiore frequenza nel corso dell'intervista. In merito allo screening, più di 5000 studenti iscritti a lauree triennali sono stati invitati a compilare il questionario, di questi circa 800 hanno compilato i questionari. Considerando le indicazioni di Portoghesi e colleghi (2018), sono stati considerati come valori critici di burnout, quelli situati ad una deviazione standard sopra la media riportata nel loro studio di validazione in almeno una delle sotto-scale del MBI-SS. Abbiamo individuato: 54 studenti (7.2%) con punteggi di rilevanza clinica relativi al sintomo dell'esaurimento emotivo legato alle attività di studio; 81 studenti (10.8%) con punteggi di rilevanza clinica nell'area del cinismo/distacco rispetto alle attività di studio; 47 studenti (6.26%) con punteggi di rilevanza clinica nell'area dell'auto-efficacia percepita nelle attività accademiche.

### **Definizione di un protocollo d'intervento**

La definizione del protocollo d'intervento, basata sulla confluenza tra quanto emerso dalla letteratura e delle competenze presenti nel gruppo di ricerca, è stata portata a termine e include:

- la definizione dei principi teorici su cui si basa l'intervento (con agganci nella letteratura scientifica);
- la definizione di strumenti concettuali per l'intervento, attinti dal settore dell'Analisi Transazionale;
- definizione del setting dell'intervento (6 sedute di 90 minuti, online, in piccoli gruppi da 4 a 8 persone);
- definizione delle attività specifiche previste per ciascuna seduta.

### **Definizione del protocollo di ricerca**

Il protocollo di ricerca è stato descritto in tutte le sue parti e con la fornitura di tutti i dettagli metodologici di ognuna delle sue fasi:

- (T0) screening, reclutamento, randomizzazione;
- (T1) valutazione pre-intervento;
- (T2) valutazione post-intervento;
- (T3) follow-up (a 3 mesi dall'intervento).

Poiché il trial clinico è stato pre-registrato nel sito [clinicaltrials.gov](https://clinicaltrials.gov) e tutti i dettagli sono descritti nell'articolo scientifico accettato per la pubblicazione su *Frontiers in Health Psychology*.

## **PRODOTTI DELLA RICERCA**

### **Partecipazione a convegni nazionali**

1. Evento per la divulgazione delle attività di ricerca svolte e dei loro risultati presso la sede di Universitas Mercatorum e con il coinvolgimento di altri esperti italiani e stranieri che hanno prodotto ricerche in questo settore.

### **Partecipazione a convegni nazionali**

1. Rossi, T., Messina, I. (*accepted*). Supporto psicologico online di gruppo per contrastare il burnout accademico. Congresso della Società Italiana di Psichiatria, Verona 29 Maggio - 1 Giugno, 2024.
2. Rossi, T., Spataro, P., Bonaiuto, F., Cardinali, P., Maniglio, R., Messina, I. (*accepted*). Online Group Psychological Counseling to Contrast Academic Burnout. 55th International Annual Meeting of the Society for Psychotherapy Research (SPR), Ottawa, Canada.
3. Rossi, T., Cardinali, P., Petruccelli, I., Spataro, P., Bonaiuto, F., Loconsole, C., Maniglio, R., Messina, I. (*under review*). Group Psychological Counseling to Contrast Academic Burnout. 6th Joint European & UK Society for Psychotherapy Research chapters conference, Brno, Czech Republic.

### **Pubblicazioni su riviste scientifiche**

1. Messina, I., Rossi, T., Bonaiuto, F., Granieri, G., Cardinali, P., Petruccelli, I., Maniglio, R., Spataro, P. (in press). *Group Psychological Counseling to Contrast Academic Burnout: A Research Protocol for a Randomized Controlled Trial. Frontiers in Psychology.*

### **Elementi per il consolidamento**

1. Libro- Messina, I. (a cura di). *Burnout accademico. Un modello d'intervento in ottica Analitico Transazionale.* Alpes Editore. (accettato per la pubblicazione).
2. Il protocollo d'intervento è stato descritto nella bozza di un manuale d'intervento accettata per la pubblicazione.

### **Esito dell'intervento**

Il ritardo nell'inizio dello studio, causato dall'assenza di una valutazione da parte di un comitato etico, ha comportato un ritardo nella raccolta dei dati sull'esito dell'intervento. La realizzazione degli interventi e la raccolta dei dati sono attualmente in corso e si prevede che verranno concluse entro 6 mesi da questa rendicontazione.

### **Risultati attesi**

I docenti strutturati che compongono il gruppo di ricerca hanno dato la loro disponibilità nella prosecuzione del progetto oltre i termini previsti dalla progettazione iniziale e senza la richiesta di risorse aggiuntive, con l'obiettivo del raggiungimento pieno degli obiettivi definiti in fase progettuale. In particolare, si prevede di concludere l'intervento e documentarne l'efficacia entro 6 mesi dalla fine del progetto (maggio 2024).

### **Risultati sulla predisposizione di ricerche future**

L'ipotesi di sviluppo futuro del progetto emersa nella fase progettuale troverà un'effettiva realizzazione grazie al finanziamento di una borsa di dottorato sul tema del burnout accademico ottenuta da una delle risorse assunte per la realizzazione del presente progetto.