

RELAZIONE

LABORATORIO “ANSIA E VITA UNIVERSITARIA” online giugno 2021

INTRODUZIONE

Come nelle edizioni del 2020, a causa della necessità di distanziamento imposte dal COVID-19, il laboratorio “Ansia e vita universitaria: capire e gestire la tensione” si è svolto in modalità online anche nel giugno 2021, su piattaforma Google G-Meet. Il servizio CUORI dell’ESU di Venezia è infatti rimasto attivo in modalità online per tutto il periodo di distanziamento fisico. Il laboratorio viene attivato in due edizioni l’anno, quale misura per il contrasto alla dispersione universitaria.

A questa edizione di giugno hanno chiesto di partecipare **n. 196 studenti**.

Il numero elevato di iscrizioni ha richiesto l’organizzazione di 3 incontri, con un conduttore e un tecnico di supporto, psicologi, e con la supervisione dell’Ufficio Cuori. Posto il limite di 150 partecipanti, se non vi fossero state rinunce (come invece avviene abitualmente, in particolare nei seminari online) sarebbe stato seguito il criterio dell’ordine di arrivo e del garantire una quota percentuale, in relazione all’universo di studenti per ogni università.

Sono stati tenuti 3 incontri, della durata ciascuno di 2h 30’:

-10 Giugno 2021 dalle 15 -17.30 (Incontro condotto dalla dott.ssa Giulia Gabrielloni; supervisione tecnica dott. Lorenzo Ghion)

-14 Giugno 2021 dalle 15 -17.30 (Incontro condotto dal dott. Enrico Tonon; supervisione tecnica dott. Lorenzo Ghion)

-17 Giugno 2021 dalle 15 -17.30 (Incontro condotto dal dott. Lorenzo Ghion; supervisione tecnica dott.ssa Elena Avanzi)

1. PROCEDURA TECNICA

1.1. PUBBLICIZZAZIONE DEL SEMINARIO ONLINE

E’ stato creato un modulo di iscrizione su Google Form.

Sono stati contattati i referenti dell’orientamento di Ca’Foscari, IUAV, del Conservatorio e dell’Accademia delle Belle Arti per la consueta collaborazione alla pubblicizzazione. I singoli atenei hanno provveduto alla comunicazione a tutti gli iscritti, tramite mail o notizia nel blog, inserendo inoltre il link per il form di iscrizione.

Successivamente alla scadenza, fissata per il giorno 8 giugno, ogni studente iscritto ha ricevuto una mail con la data del seminario.

Di seguito il testo della mail:

“Gentile Studentessa, gentile Studente,

Abbiamo ricevuto la sua pre-iscrizione al laboratorio di gruppo "Ansia e vita universitaria. Laboratori per capire e gestire la tensione". Posto l’elevato numero di adesioni, abbiamo provveduto ad aumentare la date disponibili, oltre che ad incrementare il numero dei partecipanti.

Rispetto all'ordine di arrivo della sua richiesta, lei è stata inserita/ è stato inserito nel gruppo del giorno **dalle ore 15.00 alle ore 17.30.**

Il laboratorio verrà condotto in modalità on-line tramite la piattaforma "Google Meet".

Di seguito, alcune precisazioni per costruire uno spazio sicuro:

- Assicurarsi di avere una buona connessione, telecamera e microfono funzionanti
- Disporre di uno spazio riservato per tutta la durata dell'incontro, nel rispetto della privacy di tutti
- È vietato registrare o fotografare durante il seminario.

Per il corretto funzionamento della piattaforma:

- Occorre avere un account Google per partecipare
- Per partecipare basterà cliccare sul link: xxx (o con ID: xxx) ed attendere che il conduttore accetti l'ingresso. La invitiamo a collegarsi 15 minuti prima dell'inizio del seminario: il link sarà attivo dalle ore 14.45.

Il laboratorio è inoltre pensato per essere un luogo di attività, e verranno dunque proposte alcune esercitazioni. Troverà qui di seguito in allegato alcuni file che le chiediamo di stampare: la compilazione avverrà durante il seminario. Conviene inoltre tenere a disposizione carta e penna.

Nel caso in cui non possa partecipare, le chiediamo di comunicarlo all'indirizzo cuori@esuvenezia.it.

Cordialmente”

Si è deciso di richiedere solo la disdetta e non la conferma, per non intasare la casella mail.

1.2. ASPETTI TECNICI

Come già detto per le edizioni del 2020, la modalità online ha reso necessarie alcuni aggiustamenti per consentire comunque uno scambio il più possibile partecipativo e interattivo. La conduzione di un seminario on line comporta infatti un allungamento delle tempistiche, oltre che, come poi abbiamo imparato, una diversa modalità di relazione.

Le modifiche riguardano sia lo snellimento del numero di slide, che la focalizzazione su alcune esercitazioni, che la conferma dell'importanza del ruolo di una figura tecnica, di supporto all'uso della piattaforma (controllo ingressi, gestione microfoni e videocamere, chat con raccolta delle domande e per il brainstorming; poi in generale su problemi eventuali di connessione)

- Raccolta dei dati di Customer satisfaction: è stato creato un form con le domande relative alla soddisfazione. Il link relativo al questionario di gradimento (<https://forms.gle/jBwZx2ap3ikVvuVD6>) è stato inserito nell'ultima slide della presentazione.



VI CHIEDIAMO DI COMPILARE IL FORM:

urly.it/3c9xd



Contatti :

CUORI- Centro di Orientamento e Consulenza psicologica
ESU di Venezia-Azienda regionale per il diritto allo studio universitario
al primo piano sede Badoer, in zona Frari
Rio Terà San Tomà, a fianco dell'Archivio di Stato - San Polo 2549 Venezia
Tel: 041-5241.530/647 mail dedicata: scop@esuvenezia.it



22

Il conduttore:

Nei 15 minuti di attesa precedenti all'inizio del seminario il conduttore ha proiettato questa slide, con l'invito ai partecipanti di disattivare nel frattempo video e microfono.

Il seminario inizierà alle ore 15:00

Vi chiediamo, nel frattempo, di disattivare
microfono e telecamera del PC

Attendiamo che tutti si colleghino

Durante il seminario il conduttore ha invitato il gruppo a mantenere, se possibile, il video invece acceso. I partecipanti per intervenire erano invitati semplicemente ad attivare l'audio, nel rispetto dei turni di parola.

Le slide sono state mostrate ai partecipanti mediante la condivisione dello schermo del conduttore, con ritorno alla schermata video durante i momenti di scambio.

2. ALCUNI DATI

Sono stati raccolti i dati relativi a: numero partecipanti, genere, università di provenienza, scarto tra partecipanti ed effettivi (dovuta principalmente alla modalità online), nonché un'analisi di Customer satisfaction. È stato creato un documento Excel con la distribuzione dei partecipanti (adesioni, disdette, rinunce, ecc.), un documento Word di appello per ogni incontro e infine un Excel con la raccolta dei risultati dei gradimenti, compilati tramite un form di Google doc.

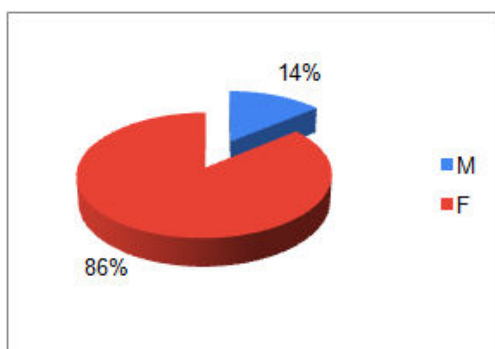
SEMINARIO	ISCRITTI VALIDI	PARTECIPANTI
10/06/2021	47	16
14/06/2021	50	14
17/06/2021	60	20
TOTALE	157	50

I LABORATORI:

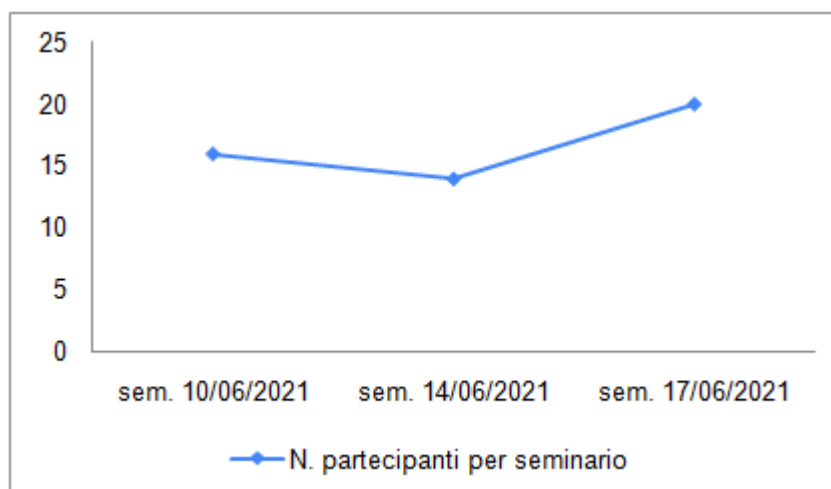
- Il numero iniziale di iscritti era di 196, di cui 36 hanno disdetto o rinunciato e 3 hanno inserito la mail sbagliata. Tutti gli iscritti hanno dato l'autorizzazione al trattamento dei dati personali. 157 le iscrizioni valide.

Iscrizioni iniziali	196
No autorizzazione	0
Rinuncia/disdetta	36
Mail sbagliata	3
ISCRIZIONI FINALI	157

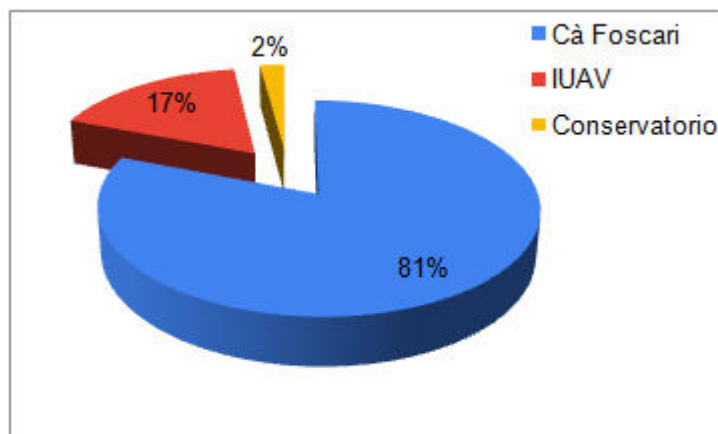
- N. **50** il numero dei partecipanti effettivi, di cui 7 maschi e 43 femmine. Rappresenta un dato più elevato rispetto alle edizioni in presenza. Lo scarto tra iscritti validi (157) e partecipanti (50), che già era emerso nelle edizioni del 2020, dice forse della percezione di minor impegno/vincolo ad una attività su web.



- Suddivisi così:



- ☐ Di cui 38 provenienti da Ca' Foscari, 8 da IUAV e 1 proveniente dal Conservatorio (3 non identificabili):

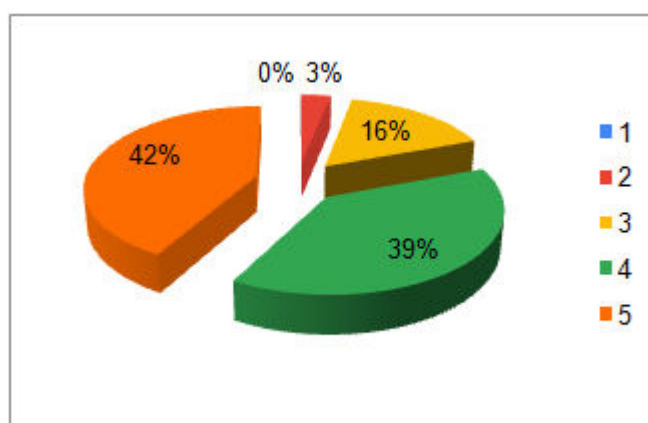


3. CUSTOMER SATISFACTION: IL GRADIMENTO

- ☐ Dei 50 partecipanti:
- ❖ 31 hanno compilato il form di gradimento
 - ❖ 26 F e 5 M
 - ❖ 23 anni di età media in un ampio range da 19 a 35 anni

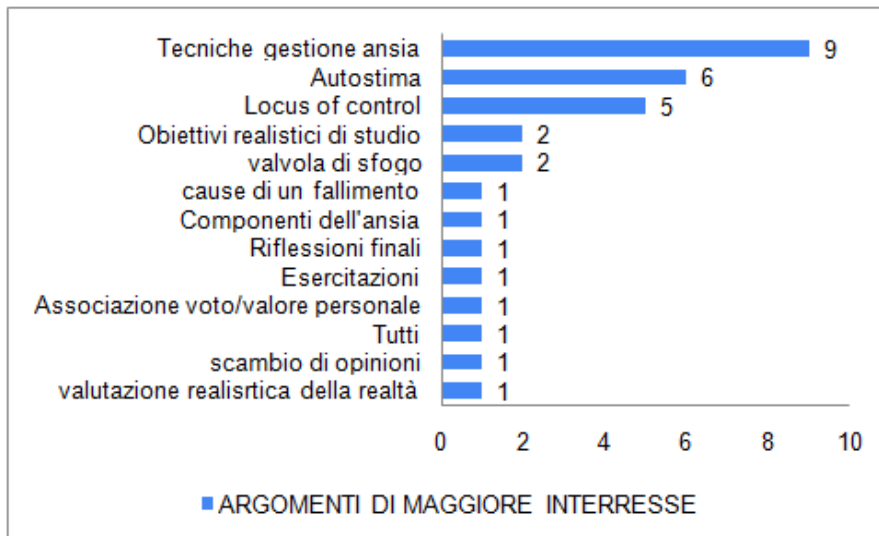
Riflessioni su alcune domande del questionario di gradimento, anch'esso online - su una scala a 5 punti, dove 5 corrisponde alla valutazione più elevata, 'molto' ed 1 a 'per niente':

- 1) "Sei soddisfatta/o dell'incontro a cui hai partecipato?" hanno risposto per l'81% tra i due punteggi a più elevata soddisfazione:



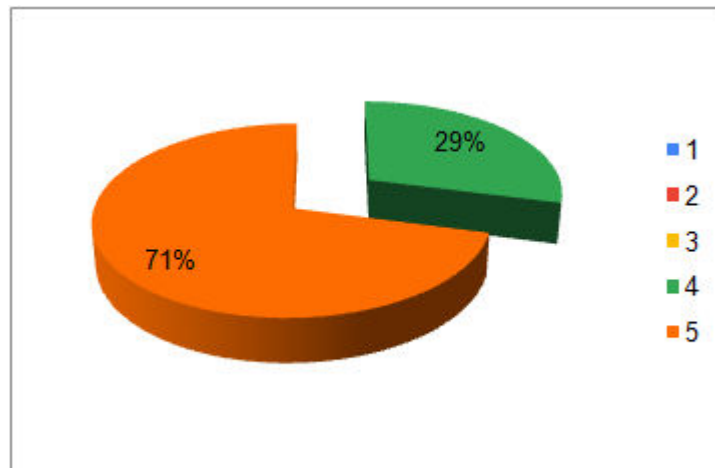
- 2) "Qual è il tema, tra quelli di oggi, che ritieni di maggior interesse?"

Sulla base delle risposte, sono state create le seguenti categorie – dove si nota come le Tecniche per la gestione dell'ansia siano stati ritenute di maggior interesse:

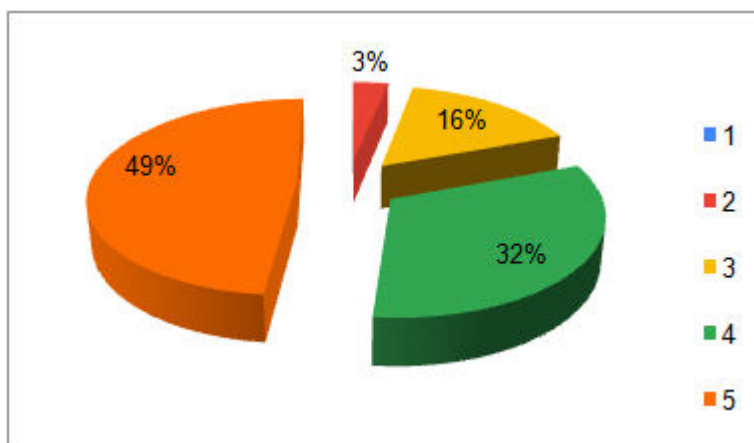


3) "Quanto pensi sia stato chiaro il relatore nella sua esposizione?"

La valutazione si pone ai due massimi livelli

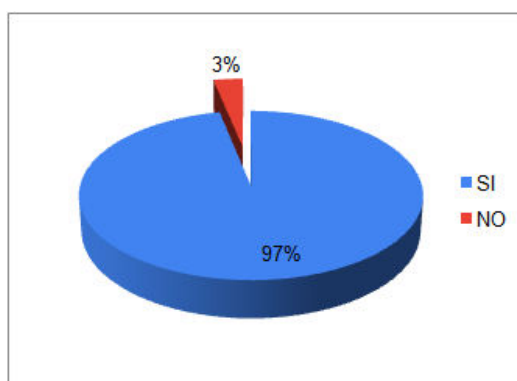


4) "Ritieni di poter utilizzare gli spunti dell'incontro di oggi?"



l'81% ritiene gli strumenti molto e più che utilizzabili: si conferma l'obiettivo di poter fornire, attraverso un laboratorio di gruppo, strumenti utili agli studenti per gestire l'ansia legata alla prestazione da esame.

- 5) "Consigliaresti ad un amico di partecipare a questo incontro?" Il consiglio è nettamente positivo, per il 97% dei partecipanti



Infine, sempre all'interno del form di gradimento lo spazio per i commenti è stato utilizzato per ringraziare, o per chiedere un approfondimento specifico, ad esempio sulle tecniche di gestione dell'ansia. Qui riporto un paio di commenti:

Incontro molto utile, specialmente per accettare che l'ansia è normale e partire con più positività per la sessione successiva

Ho apprezzato l'inizio con quali sono le nostre esperienze in merito all'ansia invece di iniziare subito con quello che sono già considerati stati d'ansia.

4. CONCLUSIONI E RIFLESSIONI

La trasposizione online di un seminario nato per essere interattivo e partecipativo ha sicuramente comportato delle difficoltà ma ha anche messo in luce interessanti dinamiche. Anche in questa edizione, *contrariamente alle attese, i gruppi sono stati molto partecipati, per alcuni tramite interventi, per altri tramite la chat.*

Rimane la difficoltà, durante la presentazione delle slide, di non poter vedere i volti degli studenti.

Un'altra dinamica confermata è relativa al divario tra le iscrizioni iniziali e le effettive presenze: un gap tra il numero di coloro che hanno compilato l'iscrizione on line e il numero dei partecipanti effettivi, al netto delle rinunce esplicite. Si ipotizza che questo possa essere legato alla gratuità dell'evento ed al maggior disimpegno di un'iscrizione ad una attività su web.

Il numero comunque molto elevato di partecipanti, rispetto alle precedenti edizioni in presenza, potrebbe essere legato ad una maggiore attenzione alle comunicazioni online in arrivo dagli atenei. Inoltre, il periodo di distanziamento fisico dall'ambiente universitario, causa COVID-19, e le nuove modalità d'esame potrebbero aver comportato un aumento delle difficoltà legate alla sfera universitaria.

Dr.ssa Anna Tortorella
Responsabile Centro Orientamento e Consulenza psicologica
ESU di Venezia

www.esuvenezia.it orientamento@esuvenezia.it

Venezia, 12 luglio.2021