il Centro
QUOTIDIANO DELL'ABRUZZO
Giovedì 8 ottobre 2026

CHIETI » L'INDAGINE NELL'UNIVERSITÀ

Aiuto psicologico per gli studenti: boom di richieste alla d'Annunzio

I referenti dell'ateneo: «Non solo stress e ansia da esami, ma difficoltà relazionali e di adattamento»
Nei primi sei mesi del 2026 sono 163 i percorsi avviati. Un numero definito «elevato e strutturale»

di Francesco Colagreco
CHIETI

Quando l'ansia pesa sulla concentrazione, anche preparare un esame diventa più difficile. Dietro una richiesta di aiuto all'università possono esserci relazioni complicate, la fatica di diventare autonomi, le aspettative sul futuro. Nell'ultima indagine condotta alla d'Annunzio su 908 studenti, più della metà dei partecipanti presentava livelli elevati di difficoltà nella gestione delle emozioni e/o di sofferenza psicologica. E tra chi ricorre al servizio gratuito di counseling psicologico, oltre otto utenti su dieci lo fanno per problemi personali.

«Non si tratta semplicemente di essere stressati per un esame, ma spesso di difficoltà emotive, relazionali e di adattamento che attraversano più aree della vita della persona e che possono avere conseguenze anche sul percorso accademico», spiegano dal servizio, di cui sono responsabili **Piero Porcelli** per la parte clinica e **Daniela Marchetti** per quella scientifica. Porcelli è anche delegato del rettore al counseling psicologico. Attivo dal 2021, il servizio ha ricevuto 338 richieste nel 2025: 240 persone hanno effettivamente iniziato un percorso. Nei primi sei mesi del 2026 sono arrivate altre 163 richieste, tutte prese in carico. Una domanda definita «elevata e strutturale», che negli anni ha reso necessario potenziare l'offerta.

Nel 2025 circa l'87% degli utenti ha indicato come motivo principale problemi personali, contro l'11% di difficoltà accademiche. Nel primo semestre del 2026 le quote sono rispettivamente dell'84,4% e del 14%. Una distribuzione sostanzialmente stabile, che aiuta a leggere ciò che gli studenti portano nei colloqui.

» Nel 2025 circa l'87% ha indicato come motivo problemi personali, contro l'11% di difficoltà accademiche

» Da un questionario emerge che quasi il 70% ha livelli elevati di difficoltà nel regolare le proprie emozioni

Ricorrono ansia e stress, difficoltà nel regolare le emozioni, problemi nelle relazioni, crisi personali e fatica ad adattarsi alla vita universitaria. È una fase nella quale si ridefiniscono i rapporti familiari e affettivi, si costruiscono nuove reti sociali, spesso lontano dal proprio contesto di origine. «La difficoltà accademica, quindi, molto spesso non è il problema in sé, ma può essere una delle manifestazioni di un disagio più ampio». Le conseguenze possono riguardare la motivazione, la capacità di studiare e il modo di vivere l'università. A fotografare questo bisogno sono anche i questionari del progetto University for Students' Health, UniSt-Health.

Nella prima annualità, tra i 1.400 studenti che hanno completato l'indagine alla d'An-

il Centro
QUOTIDIANO DELL'ABRUZZO
Giovedì 8 ottobre 2026

A destra, il servizio di consulenza psicologica presentato nell'ateneo A sinistra, studenti universitari nel campus della d'Annunzio

La docente Daniela Marchetti

nunzio, quasi il 70% presentava livelli elevati di difficoltà nella regolazione delle emozioni. Nella seconda, su 908 partecipanti, oltre la metà mostrava difficoltà elevate nella regolazione emotiva e/o sofferenza psicologica. Due rilevazioni che fanno emergere un bisogno al quale la sola attesa di una richiesta non basta a rispondere.

«Il disagio psicologico nella popolazione studentesca è tutt'altro che marginale. Non sempre chi presenta una difficoltà significativa arriva spontaneamente a chiedere aiuto», osservano dal servizio. Per questo al counseling si affiancano la sensibilizzazione, il monitoraggio e la prevenzione: riconoscere i primi segnali e aiutare gli studenti a sviluppare strumenti per gestire lo stress.

«L'università non è soltanto un luogo di formazione, ma anche un contesto di vita. Prendersi cura del benessere psicologico degli studenti significa anche creare le condizioni perché possano vivere e affrontare in modo più efficace il proprio percorso universitario». La sfida è dare continuità al sostegno, rendendolo parte stabile delle politiche dell'ateneo anche oltre i singoli progetti. «Non possiamo limitarci a intervenire quando il disagio è già diventato importante: dobbiamo riuscire a intercettarlo prima, ridurre le barriere alla richiesta di aiuto e costruire servizi facilmente accessibili, differenziati e continuativi».