

# VALUTAZIONE PSICOLOGICA DEL BENESSERE NEGLI STUDENTI UNIVERSITARI: IL RUOLO DELLA REGOLAZIONE EMOTIVA

*Saturday, September 13, 2025 2:10 PM (20 minutes)*

Il benessere psicologico degli studenti universitari è un indicatore chiave per la qualità dell'esperienza accademica e per la prevenzione del disagio psichico. Tra i fattori coinvolti, la regolazione emotiva si configura come un meccanismo cruciale, spesso associato a livelli di disagio psicologico e a un peggior rendimento accademico.

Questo studio trasversale ha esplorato la relazione tra difficoltà nella regolazione emotiva, disagio psicologico e performance accademica, analizzando l'effetto modulatore di variabili individuali ed epidemiologiche (genere, età, corso di studio, abitudini motorie, precedenti esperienze psicologiche). Il campione era composto da studenti universitari italiani, valutati mediante la Difficulties in Emotion Regulation Scale -Short Form (DERS-SF), la Scala di Kessler (K10), un questionario sulle prestazioni universitarie e un modulo anagrafico strutturato.

Le analisi hanno mostrato una correlazione positiva significativa tra disregolazione emotiva e disagio psicologico ( $r = .62$ ,  $p < .001$ ), e una correlazione negativa con la performance accademica ( $r = -.41$ ,  $p < .01$ ). Inoltre, livelli più elevati di disagio e difficoltà di regolazione emotiva sono stati riscontrati tra le studentesse, gli studenti più giovani, coloro che non praticano attività fisica e chi ha una storia di plessi psicologici.

I risultati evidenziano l'importanza di sviluppare interventi mirati sulla regolazione emotiva, integrati con un'analisi delle vulnerabilità individuali, per promuovere il benessere psicologico e il successo formativo nella popolazione universitaria.

**If you're submitting a symposium talk, what's the symposium title?**

**If you're submitting a symposium, or a talk that is part of a symposium, is this a junior symposium?**

No

**Primary author:** GUERRERA, Claudia Savia (Department of Education Sciences)

**Co-authors:** Dr PLATANIA, Giuseppe Alessio (Department of Education Sciences); VARRASI, Simone (Dipartimento di Scienze della Formazione, Università degli Studi di Catania); BOCCACCIO, Francesco Maria (Dipartimento di Scienze della Formazione, Università di Catania); TORRE, Vittoria (Università degli Studi di Catania, Dipartimento di Scienze della Formazione); SARDELLA, Alberto (Dipartimento di Scienze della Formazione, Università degli Studi di Catania); QUATTROPANI, Maria Catena (Dipartimento di Scienze della Formazione, Università degli Studi di Catania); PIRRONE, Concetta (Università degli Studi di Catania, Dipartimento di Scienze della Formazione); CASTELLANO, Sabrina (Dipartimento di Scienze della Formazione, Università degli Studi di Catania)

**Presenter:** GUERRERA, Claudia Savia (Department of Education Sciences)

**Session Classification:** Lunch and poster 3

**Track Classification:** Health, sport and wellbeing