



UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI TORINO  
CORSO DI LAUREA IN SCIENZE DELL'EDUCAZIONE  
INDIRIZZO NIDI E COMUNITA' INFANTILI

ANNO ACCADEMICO 2020/2021

**“ANSIA DA PRESTAZIONE RELATIVA AGLI ESAMI E RENDIMENTO  
UNIVERSITARIO”**

CORSO DI PEDAGOGIA SPERIMENTALE ED EVIDENCE BASED  
EDUCATION  
PROF. Roberto Trincherò

BOSCO SARA - MATRICOLA 864814  
LATERZA STELLA MAGDALENA- MATRICOLA 842679

# INDICE

<b>1. PROBLEMA CONOSCITIVO DI PARTENZA, TEMA E OBIETTIVO DI RICERCA</b> .....	pag.3
<b>2.QUADRO TEORICO</b> .....	pag.3
<b>3.IPOTESI DI LAVORO</b> .....	pag.7
<b>4.FATTORI DIPENDENTI E INDIPENDENTI</b> .....	pag.7
<b>5.DEFINIZIONE OPERATIVA DEI FATTORI</b> .....	pag.8
<b>6.POPOLAZIONE DI RIFERIMENTO, NUMEROSITA' DEL CAMPIONE, TIPOLOGIA DI CAMPIONAMENTO</b> .....	pag.11
<b>7.TECNICHE E STRUMENTI DI RILEVAZIONE DEI DATI</b> .....	pag.12
<b>8.PIANO DI RACCOLTA DATI</b> .....	pag.12
<b>9.TECNICHE DI ANALISI DEI DATI UTILIZZATI E INTERPRETAZIONE DEI RISULTATI</b> .....	pag.12
<b>10.AUTORIFLESSIONI SULL'ESPERIENZA COMPIUTA</b> .....	pag.26
<b>BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA</b> .....	pag.26

## **FASI DELLA RICERCA EMPIRICA**

### **1) PROBLEMA CONOSCITIVO DI PARTENZA, TEMA E OBIETTIVO DI RICERCA**

**PROBLEMA CONOSCITIVO DI PARTENZA:** Vi è relazione tra l'ansia da prestazione relativa agli esami e il rendimento universitario?

**TEMA:** Ansia da prestazione relativa agli esami e rendimento universitario

**OBIETTIVO DELLA RICERCA:** Stabilire se vi è relazione tra l'ansia da prestazione relativa agli esami e il rendimento universitario

### **2) QUADRO TEORICO**

La ricerca empirica che abbiamo deciso di svolgere riguarda la possibile relazione tra ansia da prestazione relativa agli esami e il rendimento universitario.

Per indagare questa relazione abbiamo costruito un quadro teorico basandoci su due articoli scientifico-pedagogici, uno realizzato da ricercatori dell'Università di Messina in collaborazione con l'Università dell'Aquila, e l'altro da un ricercatore dell'Università degli Studi Niccolò Cusano di Roma.

I due articoli indagano aspetti diversi relativi all'ansia da prestazione riguardo agli esami universitari, alle sue cause, e agli effetti sul rendimento.

Il primo articolo, “*Predizione della credenza di autoefficacia, dell'ansia e degli stili decisionali sui risultati universitari*”, descrive l'apprendimento come una forma di elaborazione più estesa rispetto al concetto di “studio”. Essa è considerata costruttiva e ricostruttiva, in quanto esercita un paragone e un'integrazione tra quanto si sta apprendendo e ciò che già si è appreso, selezionando ciò che è necessario acquisire e conservare in termini di memoria a lungo termine.

Lo studio nella sua presentazione sottolinea l'importanza del contesto ambientale sullo studente in termini meta-cognitivi e affettivi. Lo studente percepisce ed elabora gli stimoli provenienti dal contesto e interagisce con l'ambiente di apprendimento costruendosi una propria idea e rappresentazione dell'essere studente.

Lo studio universitario, intenzionale e auto-diretto dallo studente, richiede la mobilitazione di competenze ed abilità che, se non attivate, possono portare a processi e modelli di adattamento disfunzionali.

Lo studio prende in considerazione diverse variabili quali le abilità di problem solving, le credenze di efficacia, l'ansia di stato e di tratto, l'ansia da performance, gli stili decisionali e le dimensioni personalologiche rilevando come maggiormente significative: gli stili decisionali (ipervigilanti, vigili ed evitanti), la componente emotiva, quindi l'ansia di tratto e di stato (in particolare l'attivazione fisiologica derivante e la componente cognitiva di preoccupazione e aspettative per l'esame) e l'ansia da performance, sottolineando come il sentimento di insicurezza e impotenza transitoria legata a particolari eventi critici influenzi il rendimento degli studenti, il quale appare strettamente legato all'ansia e agli stati emotivi esperiti durante gli esami.

Sembra inoltre che gli studenti più diligenti, disciplinati, scrupolosi e organizzati abbiano maggiore competenza nel prendere decisioni sul proprio studio e nel gestire le manifestazioni emotive ansiose.

Per quanto riguarda l'ansia come tratto di personalità e legata alla performance, si è manifestata come fattore determinante nell'influenzare le altre variabili:

*“È possibile notare come il tratto stabile del carattere dello studente ansioso e lo stato transitorio di ansia esperita dallo studente durante un periodo particolarmente stressante incidano in maniera significativa sul rendimento. Si evince poi soprattutto la presenza di elevati livelli di ansia da performance che vanno ad influenzare le prestazioni dello studente durante lo svolgimento degli esami. Ciò che gli studenti percepiscono in maniera prevalente sono sia le manifestazioni fisiologiche dell'ansia, la componente maggiormente incontrollabile e legata all'emotività, sia gli aspetti relativi alla dimensione cognitiva, connessa ai pensieri e alle aspettative.”*

Tale condizione emotiva conduce necessariamente ad un crollo dell'autoefficacia e della fiducia in se stessi e nelle proprie capacità di prendere decisioni, portando a nette ricadute sui propri risultati scolastici, i quali rinforzeranno la demotivazione e lo stato di ansia legata all'università in modo circolare.

Questa ansia eccessiva può spingere allora lo studente a compiere scelte inappropriate, ad assumere decisioni in modo impulsivo e legate al proprio stato emotivo-affettivo del momento e, addirittura, ad evitare, in maniera difensiva, il momento della scelta o a rinviarlo continuamente.

Dalla ricerca delle autrici si evince quindi il ruolo disadattivo che l'ansia assume, in tutte le sue forme, nel rendimento accademico e nell'influenzare il comportamento degli studenti.

Secondo gli autori, questi risultati confermano la necessità di indirizzare la ricerca educativa, oltre che sui fattori cognitivi e metacognitivi, sugli aspetti individuali ed emotivo-motivazionali che sembrano condizionare in maniera determinante il percorso formativo degli studenti.

Nonostante ciò le ricercatrici hanno analizzato un campione unicamente al femminile di 147 donne, matricole della facoltà di Psicologia dell'Università di Messina, con un'età media di 20.76 anni, provenienti da diversi indirizzi scolastici precedenti. Il campione totalmente al femminile è stato giudicato dalle autrici come un limite dello studio, oltre alla bassa numerosità campionaria e al fatto di aver analizzato solo matricole e solo studentesse appartenenti ad un unico corso di laurea di un unico Ateneo.

Le autrici hanno utilizzato quali strumenti per la propria ricerca diverse scale di valutazione e questionari, uno per ogni variabile/fattore potenziale causa del rendimento universitario del campione preso in esame, quindi: uno per i fattori di personalità, uno per l'atteggiamento di fronte ai problemi accademici, uno per la fiducia, competenza e autostima percepita (autoefficacia), uno per lo stile decisionale (decision making), uno per la valutazione dell'ansia di stato e di tratto e uno per misurare e valutare i livelli di ansia relativa a situazioni specifiche (esami, prove, compiti, ecc).

Il secondo articolo, invece, si focalizza sugli aspetti fisiologici dell'ansia da prestazione e sulle sue cause.

Esso mette in evidenza come l'ansia da esame si verifichi in modo particolare quando gli individui si trovano in situazioni di valutazione.

Generalmente si ritiene che bassi gradi di ansia possano agire come motivatori, mentre che alti livelli d'ansia siano dannosi.

Nel secondo caso può essere, quindi, debilitante e distruggere i processi mentali, specialmente nel momento in cui si viene sottoposti a prove valutative, influenzando in maniera consistente sulla performance.

Le manifestazioni d'ansia possono essere fisiologiche, cognitive o entrambe.

La fiducia in se stessi è strettamente collegata all'ansia da esame. Altri fattori che possono influire sull'ansia sono: il numero degli studenti presenti all'interno della classe, il sistema educativo, i genitori e gli insegnanti che premono sugli studenti.

I disturbi d'ansia rappresentano la causa più comune di disordini psichiatrici: aumentano il livello di rischio di malattie cardiache (CVD) e di mortalità a causa di una diminuzione della naturale variabilità della frequenza cardiaca nel corso del tempo, generalmente misurata con l'elettrocardiogramma (ECG).

Sono stati condotti molti studi sul legame tra processo di valutazione e generazione di fenomeni ansiosi, come quello del 2011 nel sud dell'Inghilterra (Chamberlain, Daly and Spalding, 2011) in

cui sono stati analizzati 4 gruppi da 19 partecipanti al primo anno di un Corso di Laurea Magistrale, al fine di esplorare le cause scatenanti dell'ansia da esame ed intervenire per assistere quegli studenti con un elevato livello di ansia.

Dai risultati è emerso che la maggior parte dei partecipanti riferiva di sentire che la loro prestazione all'esame fosse significativamente compromessa dall'ansia da prova, invece molti partecipanti riportavano che un minimo grado di ansia aiutasse la loro prestazione. Inoltre, si è evidenziato che i partecipanti sperimentavano due tipi di ansia:

- Ansia pre-esame = durante ripetizioni e simulazioni d'esame
- Ansia relativa al giorno dell'esame = preoccupazioni pratiche, come quella sul tempo disponibile per completare l'esame

Per quanto riguarda l'ansia pre-esame, dai risultati è emerso che questa sia dovuta a:

- Pesanti carichi di lavoro = ripetizione pesante e stressante
- Aspettative da parte degli insegnanti = fanno uso della paura per motivare gli studenti, facendogli temere una bocciatura all'esame
- Numero di esami
- Precedente risultato negativo ad un test pre-esame = basso voto genera ansia
- Stanchezza, notti in bianco, senso di colpa, senso di inadeguatezza

Per quanto riguarda, invece, l'ansia relativa al giorno dell'esame, l'ambiente in cui questo viene svolto può essere parzialmente responsabile dell'ansia. Le cause principali però sono:

- Time tabling (Programmazione) = avere uno o più esami in un giorno
- Waiting time (Tempo d'attesa) = può generare ansia in quanto gli studenti hanno la possibilità di comparare le loro conoscenze
- Time available (Tempo disponibile) = avere poco tempo può avere 2 effetti: uno positivo, che stimola lo studente a non perdere tempo e scrivere subito la risposta corretta; uno negativo, che può rendere lo studente ansioso e mandarlo in confusione

Altro studio fondamentale è stato quello di Chalmers nel 2014, che si è occupato della relazione esistente tra HRV e ansia, confrontando registrazioni di stato a riposo HRV in pazienti con disturbi d'ansia diagnosticati precocemente e persone non affette da questo disturbo.

L'HRV rappresenta l'Heart Rate Variability, ovvero l'intervallo fra un battito cardiaco e l'altro, la variabilità della frequenza cardiaca in risposta ad alcuni fattori come il ritmo del respiro, gli stati emozionali, ansia, stress, rabbia, rilassamento, pensieri, etc. Questa dipende dall'interazione tra il Sistema Nervoso Simpatico e il Sistema Nervoso Parasimpatico: il primo responsabile della risposta dell'organismo ad una condizione di allarme e stress; il secondo responsabile della risposta dell'organismo ad una condizione di calma, tranquillità, riposo.

Da questo studio è emerso che i disturbi d'ansia sono caratterizzati da una bassa HRV e da una prevalenza del Sistema Nervoso Simpatico sulla funzionalità cardiaca, ed è importante prenderne consapevolezza proprio per intervenire e prevenire l'insorgenza di malattie cardiovascolari, come le malattie coronariche ed aritmie.

Essendo che l'esame rappresenta un evento critico nella vita degli studenti, questo può comportare una manifestazione negativa dell'ansia a livello fisico, cognitivo, ed emotivo. Nella maggior parte dei casi l'ansia si rivela, quindi, distruttiva e debilitante; solo in alcuni casi, si manifesta positivamente in quanto motivante.

Dai risultati è emersa l'esistenza di una relazione negativa tra attitudini, auto-efficacia, e ansia da esame, considerando quest'ultima come l'involuzione della capacità di gestire emozioni, quali la preoccupazione, l'apprensione, la vigilanza.

In particolare è stato condotto uno studio su un campione di studenti dell'Università "Niccolò Cusano" (Roma), sia maschi che femmine, di età compresa tra i 18 e i 42 anni.

L'ipotesi del lavoro è che soggetti impegnati in fase di esame universitario possono presentare HRV e frequenza cardiaca alterate come risultato di modificazioni nel bilanciamento tra il Sistema Simpatico e Parasimpatico, e che tali alterazioni siano ancora più visibili nei soggetti predisposti a disturbi di ansia.

Il fine del lavoro è stato quello di verificare l'ipotesi comparando l'HRV e la frequenza cardiaca di un campione di soggetti impegnati nel sostenere un esame curriculare del proprio piano di studi con un gruppo di soggetti presenti alla sessione di esame ma non impegnati nella procedura di valutazione.

Sono stati valutati anche gli effetti delle variabili età, indice di massa corporea, sesso, fumo, storia di ipertensione familiare, sull'ansia.

Per misurare l'ansia il giorno dell'esame è stato usato il questionario Zung della Scala di Autovalutazione dell'Ansia (SAS), composto da 20 domande, 15 formulate per aumentare i livelli di ansia e 5 per diminuirli, ciascuna con un punteggio da 1 a 4. Un punteggio SAS complessivo superiore a 50 punti veniva considerato come ansia.

Dunque, i soggetti sono stati suddivisi in due gruppi:

- Gruppo 1 (campione clinico) = 30 studenti che dovevano sostenere l'esame
- Gruppo 2 (gruppo di controllo) = 30 studenti presenti ma che non dovevano sostenere l'esame

In fase di reclutamento, a ogni soggetto è stata somministrata la SAS.

La rilevazione dell'Heart Rate Variability è stata realizzata mediante una strumentazione Hosand Mini Cardio, ovvero un cardiofrequenzimetro senza fascia elastica.

Una prima registrazione è avvenuta in una giornata diversa da quella in cui lo studente doveva sostenere l'esame, con una durata complessiva di circa 5 minuti, ed è stata realizzata con il soggetto in situazione di riposo ed in posizione seduta, con una temperatura ambientale compresa tra 18 – 29 °C.

Una seconda registrazione, della durata complessiva di circa 30 minuti, è stata realizzata con il soggetto in situazione di riposo ed in posizione seduta, in attesa dell'esame e successivamente durante l'esame, con una temperatura ambientale compresa tra 18 – 29 °C.

Dai risultati è emerso che:

- Nel campione clinico = bassa HRV in 7 casi, alta HRV in 3 casi, normale HRV in 5 casi
- Nel gruppo di controllo = bassa HRV in 2 casi, alta HRV in 10 casi, normale HRV in 3 casi

Il bilanciamento ottimale tra simpatico e parasimpatico è presente nel 52% del gruppo di controllo e nel 36% del campione clinico, con valori significativamente più alti della frequenza cardiaca nel clinico rispetto al controllo.

Il fine dello studio è stato quello di verificare l'ipotesi di alterazione della Heart Rate Variability e della frequenza cardiaca in studenti universitari in fase di esame curriculare.

I risultati ottenuti presentano una bassa variabilità della frequenza cardiaca nel campione clinico generale.

In conclusione, si può affermare che i disturbi d'ansia sono associati ad una riduzione dell'HRV e ad una riduzione delle performance sia fisiche che mentali. La conoscenza dell'impatto che ha l'ansia sul cuore può aiutare a prevenire malattie cardiovascolari, il che è importante per la salvaguardia della salute.

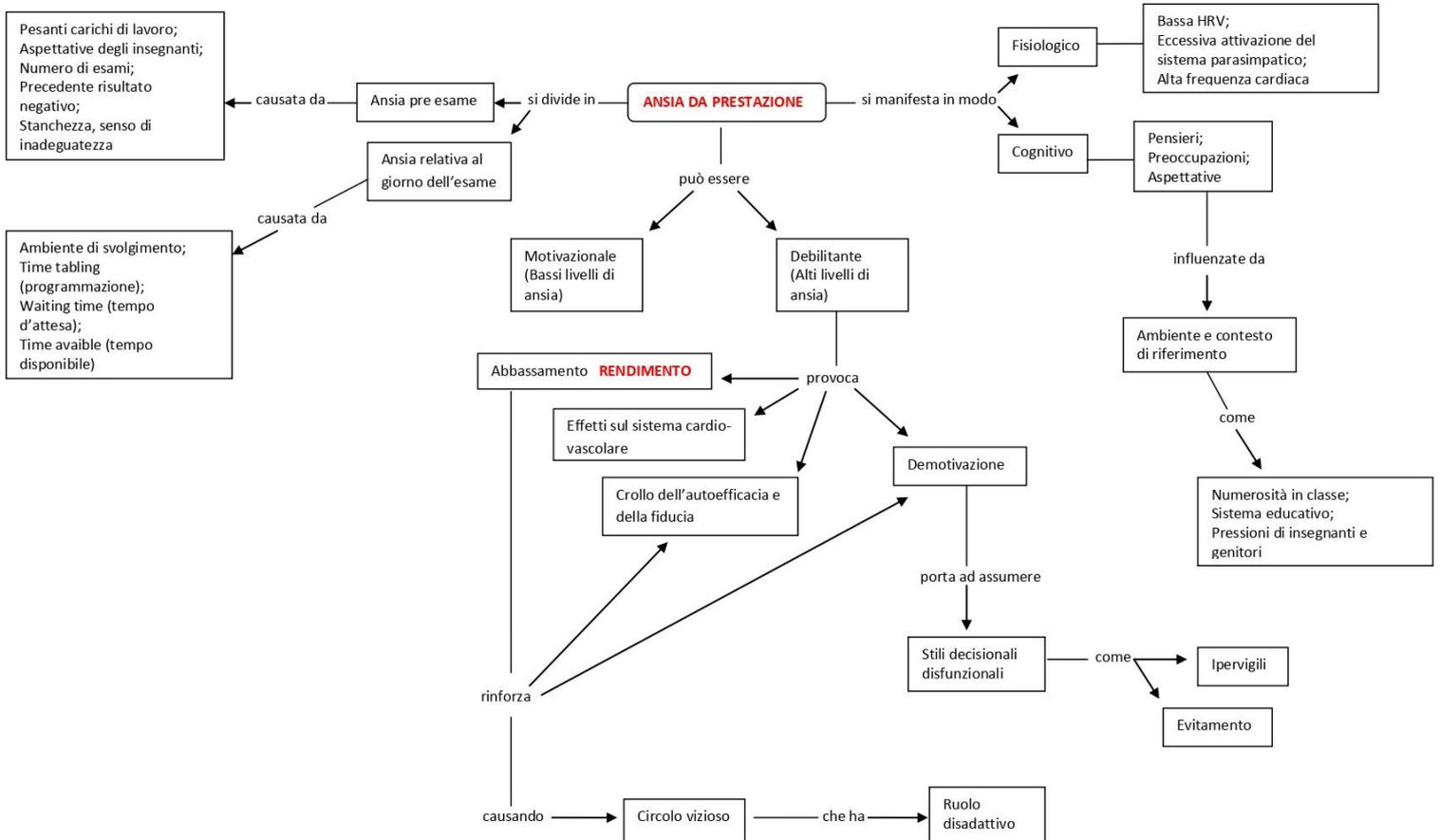
In alcuni casi l'ansia, se moderata, può essere positiva perché motivante; mentre in altri casi, se troppo alta, può essere distruttiva e debilitante.

L'ansia da esame, ad esempio, è dovuta ad un'insicurezza inerente alle proprie capacità e ha conseguenze distruttive sulla concentrazione e sulla qualità dell'apprendimento.

Attraverso questa ricerca sperimentale è stato evidenziato che la totalità degli studenti sottoposti

alla rilevazione della HRV presentano un maggiore livello di ansia nei 20 – 30 minuti prima dell'esame, per poi decrescere dopo aver risposto alla prima domanda fatta loro durante l'esame.

## MAPPA CONCETTUALE



### 3) IPOTESI DI LAVORO

Vi è relazione tra l'ansia da prestazione relativa agli esami e il rendimento universitario

### 4) FATTORI DIPENDENTI E INDIPENDENTI

Fattore dipendente: Rendimento universitario

Fattore indipendente: Ansia da prestazione relativa agli esami

## 5) DEFINIZIONE OPERATIVA DEI FATTORI

FATTORI	INDICATORI	DOMANDE DEL QUESTIONARIO
Variabili di sfondo	<p>Genere</p> <p>Età</p> <p>Tipologia di Corso di Laurea</p> <p>Facoltà</p>	<p>Genere:</p> <p>Età:</p> <p>Quale tipologia di Corso di Laurea frequenti?</p> <p>Quale facoltà frequenti?</p>
Ansia da prestazione relativa agli esami (fattore indipendente)	<p>Manifestazione di ansia durante la carriera universitaria</p> <p>Momento di manifestazione</p> <p>Modalità di manifestazione</p> <p>Causa dell'ansia</p> <p>Tipologia di esame</p> <p>Precedente risultato negativo</p> <p>Alto numero di esami nella stessa sessione</p> <p>Maggiore tempo di attesa</p> <p>Quantità di tempo a disposizione durante una prova d'esame</p> <p>Evoluzione dell'ansia dopo la prima domanda</p> <p>Effetto dell'ansia da prestazione</p> <p>Effetto DAD</p>	<p>Durante la tua carriera universitaria hai mai sofferto di ansia da prestazione relativa agli esami?</p> <p>Quando si è manifestata?</p> <p>In che modo si è manifestata?</p> <p>Quale pensi sia la causa?</p> <p>Quale tipologia di esame ti suscita più ansia da prestazione?</p> <p>Un precedente risultato negativo influenza la tua ansia da prestazione?</p> <p>Un alto numero di esami nella stessa sessione aumenta la tua ansia da prestazione?</p> <p>Un maggiore tempo di attesa primo dello svolgimento dell'esame aumenta la tua ansia da prestazione?</p> <p>La quantità di tempo a disposizione durante una prova d'esame influenza la tua ansia da prestazione?</p> <p>Normalmente, dopo aver risposto alla prima domanda durante un esame, la tua ansia:</p> <p>Che effetto ha su di te l'ansia da prestazione?</p> <p>Che effetto ha avuto la DAD sulla tua ansia da prestazione relativa agli esami?</p>

Rendimento universitario (fattore dipendente)	Regolarità di corso	Sei fuori corso?
	Numero di esami sostenuti	Nell'ultimo anno accademico (da Giugno 2020 a Luglio 2021) quanti esami hai sostenuto?
	Media esami sostenuti	Qual è la media dei tuoi esami (sostenuti nell'ultimo anno accademico) ?
	Risultato inferiore	Ti è mai successo di prendere un voto inferiore alla tua preparazione?
	Bocciatura ad un esame	Sei mai stato bocciato ad un esame nonostante ti sentissi preparato?
	Evitamento di un esame	Ti è mai successo di rimandare o evitare un esame?

## QUESTIONARIO

### 1. Genere

- Donna
- Uomo
- Altro

### 2. Età

- Tra 18 e 25
- Più di 25
- 

### 3. Quale tipologia di Corso di Laurea frequenti?

- Laurea Triennale
- Laurea a Ciclo Unico
- Laurea Magistrale

### 4. Quale facoltà frequenti?

Testo a risposta breve:

- 5. Durante la tua carriera universitaria hai mai sofferto di ansia da prestazione relativa agli esami? (Intesa come l'involuzione della capacità di gestire emozioni quali la preoccupazione, l'apprensione e la vigilanza prima o durante attività che richiedano una valutazione da parte di terzi)**
- Sì
  - No
- 6. Se sì, quando si è manifestata?**
- Nei giorni o ore precedenti all'esame
  - Durante lo svolgimento dell'esame
  - Entrambe
- 7. Se sì, in che modo si è manifestata?**
- Sintomi fisiologici (sudorazione, aumento del battito cardiaco, tremori, secchezza della bocca,..)
  - Sintomi cognitivi (preoccupazione, vuoti di memoria, pensieri negativi e/o di svalutazione..)
  - Entrambe
  -
- 8. Se sì, quale pensi sia la causa?**
- Fattori interni (temperamento personale, scarsa preparazione, scarsa fiducia in sé...)
  - Fattori esterni (pressioni e aspettative da parte di genitori e/o insegnanti, caratteristiche ambientali della sede d'esame...)
  - Entrambe
  -
- 9. Quale tipologia d'esame ti suscita più ansia da prestazione?**
- Scritto
  - Orale
  - Entrambe
- 10. Un precedente risultato negativo aumenta la tua ansia da prestazione?**
- Sì
  - No
- 11. Un alto numero di esami nella stessa sessione aumenta la tua ansia da prestazione?**
- Sì
  - No
- 12. Un maggiore tempo di attesa prima dello svolgimento dell'esame aumenta la tua ansia da prestazione?**
- Sì
  - No
- 13. La quantità di tempo a disposizione durante una prova d'esame influenza la tua ansia da prestazione?**
- Sì
  - No
- 14. Normalmente, dopo aver risposto alla prima domanda durante un esame, la tua ansia:**
- Diminuisce
  - Aumenta
  - Rimane costante

- 15. Che effetto ha su di te l'ansia da prestazione?**
- Fattore limitante e debilitante
  - Stimolo motivante
- 16. Che effetto ha avuto la DAD sulla tua ansia da prestazione relativa agli esami?**
- L'ha aumentata
  - L'ha diminuita
  - Non noto differenze
  - Ho frequentato solo in DAD
- 17. Sei fuori corso?**
- Sì
  - No
- 18. Nell'ultimo anno accademico (da Giugno 2020 a Luglio 2021) quanti esami hai sostenuto?**
- Meno di 2
  - Tra 3 e 4
  - Tra 5 e 6
  - Più di 6
- 19. Qual è la media dei tuoi esami (sostenuti durante l'ultimo anno accademico)?**
- Tra 18 e 20
  - Tra 21 e 23
  - Tra 24 e 26
  - Tra 27 e 29
  - 30
- 20. Ti è mai successo di ottenere un voto inferiore alla tua preparazione?**
- Sì
  - No
- 21. Sei mai stato bocciato ad un esame nonostante ti sentissi preparato/a?**
- Sì
  - No
- 22. Ti è mai successo di rimandare o evitare un esame?**
- Sì
  - No

## **6) POPOLAZIONE DI RIFERIMENTO, NUMEROSITA' DEL CAMPIONE, TIPOLOGIA DI CAMPIONAMENTO**

Nella ricerca sono stati considerati come popolazione di riferimento studenti universitari senza distinzione di Ateneo, facoltà e tipologia di Corso di Laurea, di età superiore ai 18 anni.

Il campione è costituito da un totale di 86 studenti.

Abbiamo scelto come tipologia di campionamento quello non probabilistico di tipo accidentale, ovvero senza criteri definiti e ricercando i soggetti più facili da reperire.

## 7) TECNICHE E STRUMENTI DI RILEVAZIONE DATI

Abbiamo utilizzato tecniche e strumenti di rilevazione dei dati ad alta strutturazione, sottoponendo al nostro campione un questionario auto compilato anonimo, costituito da 22 domande a risposta chiusa.

## 8) PIANO DI RACCOLTA DATI

Per poter rendere effettiva la relazione di ricerca empirica abbiamo costruito un questionario auto compilato e anonimo tramite il programma specifico Google Moduli, che abbiamo diffuso e proposto tramite social ed e-mail, specificando che la compilazione dovesse essere svolta esclusivamente da studenti universitari attualmente frequentanti un qualsiasi Corso di Laurea in un Ateneo italiano.

In seguito abbiamo raccolto i dati e, con questi, abbiamo costruito una *matrice dei dati*, ovvero una tabella composta da tante righe quanti sono i soggetti e tante colonne quanti sono i fattori presi in considerazione per ciascun referente. Ciascuna riga corrisponde ad un caso e ciascuna colonna corrisponde ad una variabile. Per costruirla abbiamo utilizzato un foglio elettronico di Excel. All'incrocio di ciascuna riga e colonna è presente un dato, ovvero il valore assunto da quella specifica variabile per quello specifico caso.

Abbiamo infine inserito la matrice dei dati in un calcolatore specifico del programma JsStat per effettuare l'analisi dei risultati.

## 9) TECNICHE DI ANALISI DEI DATI UTILIZZATE E INTERPRETAZIONE DEI RISULTATI

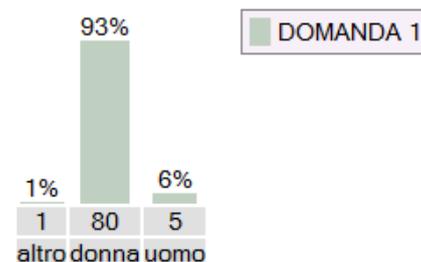
### - ANALISI MONOVARIATA:

DOMANDA 1:

**Distribuzione di frequenza:**

**GENERE**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
altro	1	1%	1	1%	0%:5%
donna	80	93%	81	94%	88%:98%
uomo	5	6%	86	100%	1%:11%



**Campione:**

Numero di casi= 86

Indici di tendenza centrale:

Moda = donna

Mediana = donna

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.87

DOMANDA 2:

**Distribuzione di frequenza:  
ETA'**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
<b>più di 25</b>	8	9%	8	9%	3%:15%
<b>tra 18 e 25</b>	78	91%	86	100%	85%:97%

**Campione:**

Numero di casi= 86

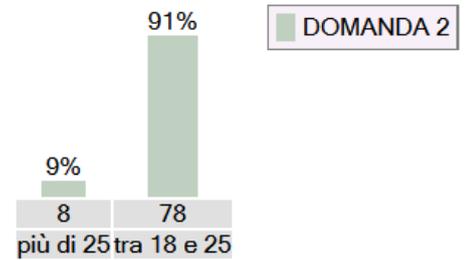
Indici di tendenza centrale:

Moda = tra 18 e 25

Mediana = tra 18 e 25

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.83



DOMANDA 3:

**Distribuzione di frequenza:  
QUALE TIPOLOGIA DI CORSO DI LAUREA FREQUENTI?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
<b>laurea a ciclo unico</b>	5	6%	5	6%	1%:11%
<b>laurea magistrale</b>	24	28%	29	34%	18%:37%
<b>laurea triennale</b>	57	66%	86	100%	56%:76%

**Campione:**

Numero di casi= 86

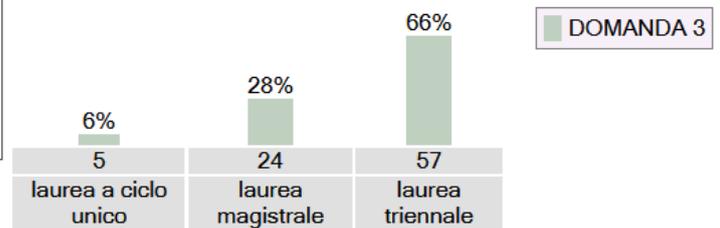
Indici di tendenza centrale:

Moda = laurea triennale

Mediana = laurea triennale

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.52



DOMANDA 4:

**Distribuzione di frequenza:  
QUALE FACOLTA' FREQUENTI?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
Comunicazione interculturale	1	1%	1	1%	0%:5%
Comunicazione internazionale	1	1%	2	2%	0%:5%
Economia	1	1%	3	3%	0%:5%
Educazione professionale	2	2%	5	6%	0%:7%
Filosofia	2	2%	7	8%	0%:7%
Giurisprudenza	2	2%	9	10%	0%:7%
Lettere	2	2%	11	13%	0%:7%
Lingue	7	8%	18	21%	2%:14%
Osteopatia	1	1%	19	22%	0%:5%
Programmazione gestione servizi educativi formativi	1	1%	20	23%	0%:5%
Scienze educazione	51	59%	71	83%	49%:70%
Scienze formazione	1	1%	72	84%	0%:5%
Traduzione	13	15%	85	99%	8%:23%
Veterinaria	1	1%	86	100%	0%:5%

**Campione:**

Numero di casi= 86

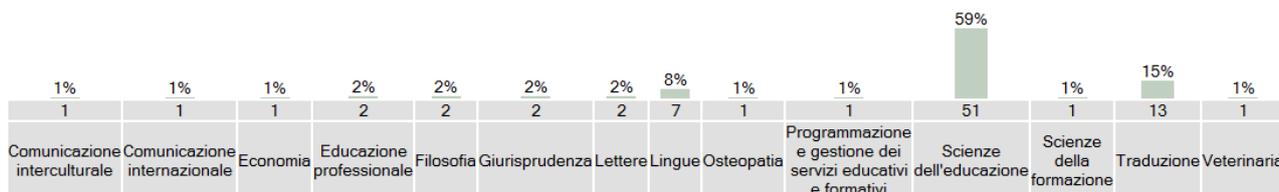
Indici di tendenza centrale:

Moda = Scienze\_ educazione

Mediana = Scienze\_ educazione

Indici di dispersione:

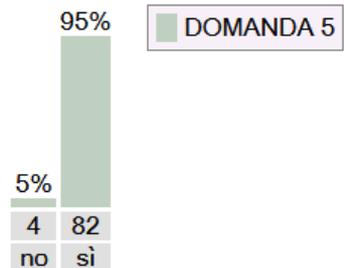
Squilibrio = 0.38



DOMANDA 5:

**Distribuzione di frequenza:  
DURANTE LA TUA CARRIERA UNIVERSITARIA HAI MAI SOFFERTO DI ANSIA DA PRESTAZIONE RELATIVA AGLI ESAMI?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
no	4	5%	4	5%	0%:10%
sì	82	95%	86	100%	91%:100%



**Campione:**

Numero di casi= 86

Indici di tendenza centrale:

Moda = sì

Mediana = sì

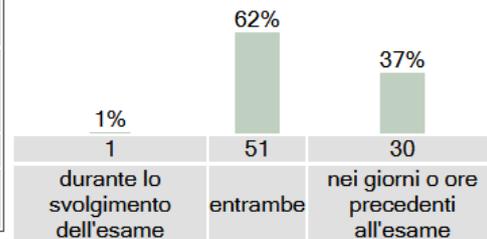
Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.91

DOMANDA 6:

**Distribuzione di frequenza:  
SE SI', QUANDO SI E' MANIFESTATA?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent semplice	Frequenza cumulata	Percent cumulata	Int. Fid. 95%
<b>durante lo svolgimento dell'esame</b>	1	1%	1	1%	0%:5%
<b>entrambe</b>	51	62%	52	63%	52%:73%
<b>nei giorni o ore precedenti all'esame</b>	30	37%	82	100%	26%:47%



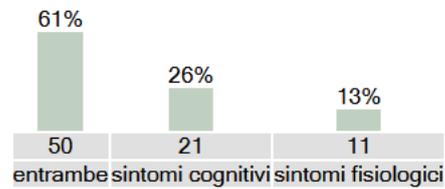
DOMANDA 6

**Campione:**  
 Numero di casi= 82  
 Indici di tendenza centrale:  
 Moda = entrambe  
 Mediana = entrambe  
 Indici di dispersione:  
 Squilibrio = 0.52

DOMANDA 7:

**Distribuzione di frequenza:  
SE SI', IN CHE MODO SI E' MANIFESTATA?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent semplice	Frequenza cumulata	Percent cumulata	Int. Fid. 95%
<b>entrambe</b>	50	61%	50	61%	50%:72%
<b>sintomi cognitivi</b>	21	26%	71	87%	16%:35%
<b>sintomi fisiologici</b>	11	13%	82	100%	6%:21%



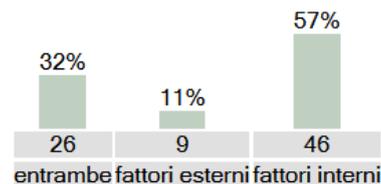
DOMANDA 7

**Campione:**  
 Numero di casi= 82  
 Indici di tendenza centrale:  
 Moda = entrambe  
 Mediana = entrambe  
 Indici di dispersione:  
 Squilibrio = 0.46

DOMANDA 8:

**Distribuzione di frequenza:  
SE SI', QUALE PENSI SIA LA CAUSA?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent semplice	Frequenza cumulata	Percent cumulata	Int. Fid. 95%
<b>entrambe</b>	26	32%	26	32%	22%:42%
<b>fattori esterni</b>	9	11%	35	43%	4%:18%
<b>fattori interni</b>	46	57%	81	100%	46%:68%



DOMANDA 8

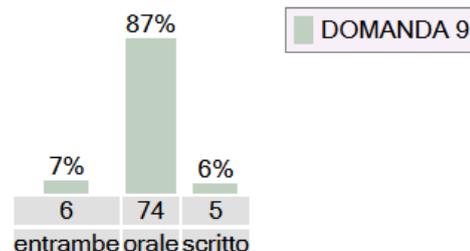
**Campione:**  
 Numero di casi= 81  
 Indici di tendenza centrale:  
 Moda = fattori interni  
 Mediana = fattori interni  
 Indici di dispersione:  
 Squilibrio = 0.44

DOMANDA 9:

**Distribuzione di frequenza:**

**QUALE TIPOLOGIA D'ESAME TI SUSCITA PIU' ANSIA DA PRESTAZIONE?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
<b>entrambe</b>	6	7%	6	7%	2%:13%
<b>orale</b>	74	87%	80	94%	80%:94%
<b>scritto</b>	5	6%	85	100%	1%:11%



**Campione:**

Numero di casi= 85

Indici di tendenza centrale:

Moda = orale

Mediana = orale

Indici di dispersione:

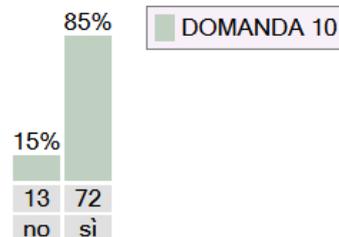
Squilibrio = 0.77

DOMANDA 10:

**Distribuzione di frequenza:**

**UN PRECEDENTE RISULTATO NEGATIVO AUMENTA LA TUA ANSIA DA PRESTAZIONE?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
<b>no</b>	13	15%	13	15%	8%:23%
<b>sì</b>	72	85%	85	100%	77%:92%



**Campione:**

Numero di casi= 85

Indici di tendenza centrale:

Moda = sì

Mediana = sì

Indici di dispersione:

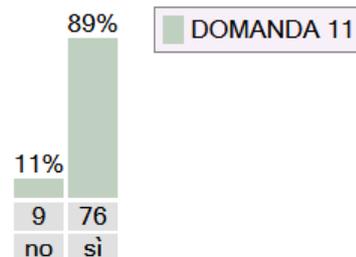
Squilibrio = 0.74

DOMANDA 11:

**Distribuzione di frequenza:**

**UN ALTO NUMERO DI ESAMI NELLA STESSA SESSIONE AUMENTA LA TUA ANSIA DA PRESTAZIONE?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
<b>no</b>	9	11%	9	11%	4%:17%
<b>sì</b>	76	89%	85	100%	83%:96%



**Campione:**

Numero di casi= 85

Indici di tendenza centrale:

Moda = sì

Mediana = sì

Indici di dispersione:

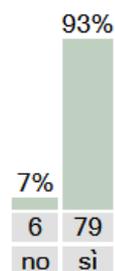
Squilibrio = 0.81

DOMANDA 12:

**Distribuzione di frequenza:**

**UN MAGGIORE TEMPO DI ATTESA PRIMA DELLO SVOLGIMENTO DELL'ESAME AUMENTA LA TUA ANSIA DA PRESTAZIONE?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
<b>no</b>	6	7%	6	7%	2%:13%
<b>si</b>	79	93%	85	100%	87%:98%



DOMANDA 12

**Campione:**

Numero di casi= 85

Indici di tendenza centrale:

Moda = si

Mediana = si

Indici di dispersione:

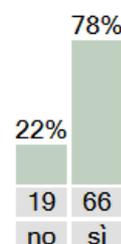
Squilibrio = 0.87

DOMANDA 13:

**Distribuzione di frequenza:**

**LA QUANTITA' DI TEMPO A DISPOSIZIONE DURANTE UNA PROVA D'ESAME INFLUENZA LA TUA ANSIA DA PRESTAZIONE?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
<b>no</b>	19	22%	19	22%	13%:31%
<b>si</b>	66	78%	85	100%	69%:87%



DOMANDA 13

**Campione:**

Numero di casi= 85

Indici di tendenza centrale:

Moda = si

Mediana = si

Indici di dispersione:

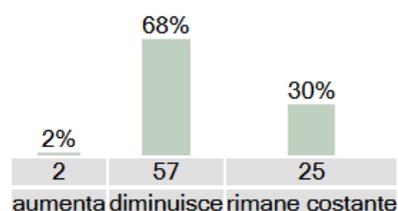
Squilibrio = 0.65

DOMANDA 14:

**Distribuzione di frequenza:**

**NORMALMENTE, DOPO AVER RISPOSTO ALLA PRIMA DOMANDA DURANTE UN ESAME, LA TUA ANSIA:**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
<b>aumenta</b>	2	2%	2	2%	0%:7%
<b>diminuisce</b>	57	68%	59	70%	58%:78%
<b>rimane costante</b>	25	30%	84	100%	20%:40%



DOMANDA 14

**Campione:**

Numero di casi= 84

Indici di tendenza centrale:

Moda = diminuisce

Mediana = diminuisce

Indici di dispersione:

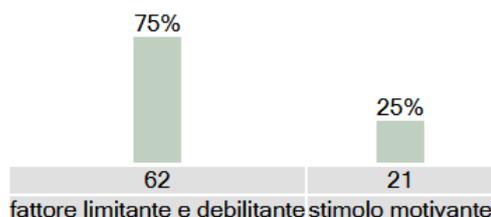
Squilibrio = 0.55

DOMANDA 15:

**Distribuzione di frequenza:**

**CHE EFFETTO HA SU DI TE L'ANSIA DA PRESTAZIONE?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
<b>fattore limitante e debilitante</b>	62	75%	62	75%	65%:84%
<b>stimolo motivante</b>	21	25%	83	100%	16%:35%



DOMANDA 15

**Campione:**

Numero di casi= 83

Indici di tendenza centrale:

Moda = fattore limitante e debilitante

Mediana = fattore limitante e debilitante

Indici di dispersione:

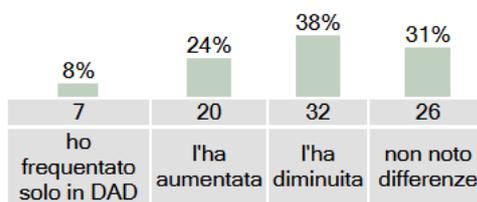
Squilibrio = 0.62

DOMANDA 16:

**Distribuzione di frequenza:**

**CHE EFFETTO HA AVUTO LA DAD SULLA TUA ANSIA DA PRESTAZIONE RELATIVA AGLI ESAMI?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
<b>ho frequentato solo in DAD</b>	7	8%	7	8%	2%:14%
<b>l'ha aumentata</b>	20	24%	27	32%	15%:33%
<b>l'ha diminuita</b>	32	38%	59	69%	27%:48%
<b>non noto differenze</b>	26	31%	85	100%	21%:40%



DOMANDA 16

**Campione:**

Numero di casi= 85

Indici di tendenza centrale:

Moda = l'ha diminuita

Mediana = l'ha diminuita

Indici di dispersione:

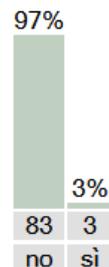
Squilibrio = 0.3

DOMANDA 17:

**Distribuzione di frequenza:**

**SEI FUORI CORSO?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent. semplice	Frequenza cumulata	Percent. cumulata	Int. Fid. 95%
<b>no</b>	83	97%	83	97%	93%:100%
<b>sì</b>	3	3%	86	100%	0%:8%



DOMANDA 17

**Campione:**

Numero di casi= 86

Indici di tendenza centrale:

Moda = no

Mediana = no

Indici di dispersione:

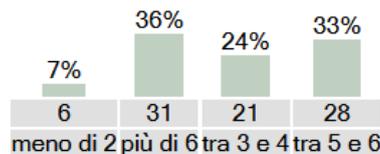
Squilibrio = 0.93

DOMANDA 18:

**Distribuzione di frequenza:**

**NELL'ULTIMO ANNO ACCADEMICO (DA GIUGNO 2020 A LUGLIO 2021) QUANTI ESAMI HAI SOSTENUTO?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent semplice	Frequenza cumulata	Percent cumulata	Int. Fid. 95%
<b>meno di 2</b>	6	7%	6	7%	2%:12%
<b>più di 6</b>	31	36%	37	43%	26%:46%
<b>tra 3 e 4</b>	21	24%	58	67%	15%:33%
<b>tra 5 e 6</b>	28	33%	86	100%	23%:42%



**Campione:**

Numero di casi= 86

Indici di tendenza centrale:

Moda = più di 6

Mediana = tra 3 e 4

Indici di dispersione:

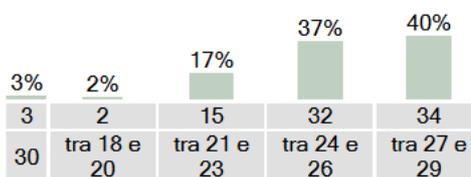
Squilibrio = 0.3

DOMANDA 19:

**Distribuzione di frequenza:**

**QUAL E' LA MEDIA DEI TUOI ESAMI?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent semplice	Frequenza cumulata	Percent cumulata	Int. Fid. 95%
<b>30</b>	3	3%	3	3%	0%:8%
<b>tra 18 e 20</b>	2	2%	5	6%	0%:7%
<b>tra 21 e 23</b>	15	17%	20	23%	9%:25%
<b>tra 24 e 26</b>	32	37%	52	60%	27%:47%
<b>tra 27 e 29</b>	34	40%	86	100%	29%:50%



**Campione:**

Numero di casi= 86

Indici di tendenza centrale:

Moda = tra 27 e 29

Mediana = tra 24 e 26

Indici di dispersione:

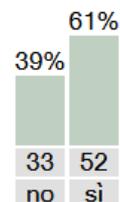
Squilibrio = 0.33

DOMANDA 20:

**Distribuzione di frequenza:**

**TI E' MAI SUCCESSO DI OTTENERE UN VOTO INFERIORE ALLA TUA PREPARAZIONE?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent semplice	Frequenza cumulata	Percent cumulata	Int. Fid. 95%
<b>no</b>	33	39%	33	39%	28%:49%
<b>sì</b>	52	61%	85	100%	51%:72%



**Campione:**

Numero di casi= 85

Indici di tendenza centrale:

Moda = sì

Mediana = sì

Indici di dispersione:

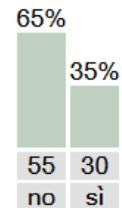
Squilibrio = 0.52

DOMANDA 21:

**Distribuzione di frequenza:**

**SEI MAI STATO BOCCIATO AD UN ESAME NONOSTANTE TI SENTISSI PREPARATO/A?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent semplice	Frequenza cumulata	Percent cumulata	Int. Fid. 95%
no	55	65%	55	65%	55%:75%
sì	30	35%	85	100%	25%:45%



DOMANDA 21

**Campione:**

Numero di casi= 85

Indici di tendenza centrale:

Moda = no

Mediana = no

Indici di dispersione:

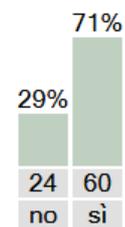
Squilibrio = 0.54

DOMANDA 22:

**Distribuzione di frequenza:**

**TI E' MAI SUCCESSO DI RIMANDARE O EVITARE UN ESAME?**

Modalità	Frequenza semplice	Percent semplice	Frequenza cumulata	Percent cumulata	Int. Fid. 95%
no	24	29%	24	29%	19%:38%
sì	60	71%	84	100%	62%:81%



DOMANDA 22

**Campione:**

Numero di casi= 84

Indici di tendenza centrale:

Moda = sì

Mediana = sì

Indici di dispersione:

Squilibrio = 0.59

**- ANALISI BIVARIATA:**

DOMANDA 5, 17:

**Tabella a doppia entrata:**

**ANSIA DA PRESTAZIONE x REGOLARITA' DI CORSO**

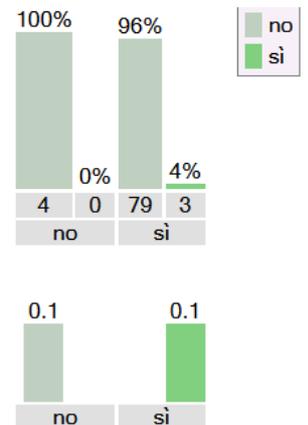
DOMANDA 17-> DOMANDA 5	no	sì	Marginale di riga
<b>no</b>	4 3.9 0.1	0 <b>0.1</b> -	4
<b>sì</b>	79 79.1 0	3 2.9 0.1	82
Marginale di colonna	83	3	86

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1. Fare riferimento ai residui standardizzati.

Probabilità esatta (approssimazione ipergeometrica, unidirezionale) = 0

Nelle celle della tabella sono indicati:

- la frequenza osservata O
- la frequenza attesa A
- il residuo standardizzato di cella, ossia lo scarto tra frequenza osservata e attesa rapportato alla radice quadrata della frequenza attesa  $(O-A)/\text{radq}(A)$ : se superiore a +1,96 vi è attrazione significativa tra le due modalità delle variabili (a livello di fiducia 0,05), se inferiore a -1,96 vi è repulsione significativa tra le modalità delle due variabili



DOMANDA 5, 18:

**Tabella a doppia entrata:**

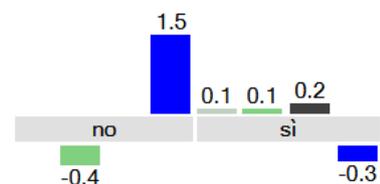
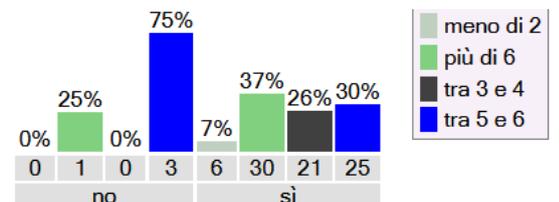
**ANSIA DA PRESTAZIONE x ESAMI SOSTENUTI**

DOMANDA 18-> DOMANDA 5	meno di 2	più di 6	tra 3 e 4	tra 5 e 6	Marginale di riga
<b>no</b>	0 <b>0.3</b> -	1 1.4 -0.4	0 <b>1</b> -	3 1.3 1.5	4
<b>sì</b>	6 5.7 0.1	30 29.6 0.1	21 20 0.2	25 26.7 -0.3	82
Marginale di colonna	6	31	21	28	86

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1. Fare riferimento ai residui standardizzati.

Nelle celle della tabella sono indicati:

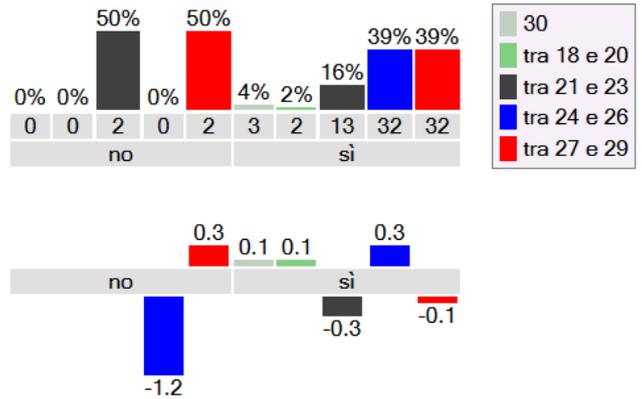
- la frequenza osservata O
- la frequenza attesa A
- il residuo standardizzato di cella, ossia lo scarto tra frequenza osservata e attesa rapportato alla radice quadrata della frequenza attesa  $(O-A)/\text{radq}(A)$ : se superiore a +1,96 vi è attrazione significativa tra le due modalità delle variabili (a livello di fiducia 0,05), se inferiore a -1,96 vi è repulsione significativa tra le modalità delle due variabili



DOMANDA 5, 19:

**Tabella a doppia entrata:**  
**ANSIA DA PRESTAZIONE X MEDIA ESAMI**

DOMANDA 19-> DOMANDA 5	30	tra 18 e 20	tra 21 e 23	tra 24 e 26	tra 27 e 29	Marginale di riga
no	0 0.1 -	0 0.1 -	2 0.7 -	0 1.5 -1.2	2 1.6 0.3	4
sì	3 2.9 0.1	2 1.9 0.1	13 14.3 -0.3	32 30.5 0.3	32 32.4 -0.1	82
Marginale di colonna	3	2	15	32	34	86



Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1. Fare riferimento ai residui standardizzati.

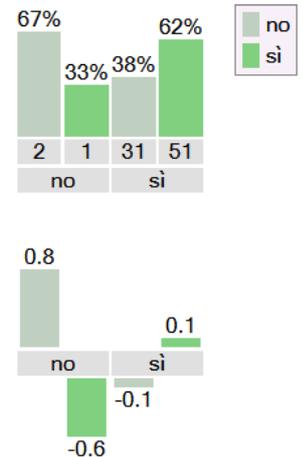
Nelle celle della tabella sono indicati:

- la frequenza osservata O
- la frequenza attesa A
- il residuo standardizzato di cella, ossia lo scarto tra frequenza osservata e attesa rapportato alla radice quadrata della frequenza attesa  $(O-A)/\text{radq}(A)$ : se superiore a +1,96 vi è attrazione significativa tra le due modalità delle variabili (a livello di fiducia 0,05), se inferiore a -1,96 vi è repulsione significativa tra le modalità delle due variabili

DOMANDA 5,20:

**Tabella a doppia entrata:**  
**ANSIA DA PRESTAZIONE X VOTO INFERIORE**

DOMANDA 20-> DOMANDA 5	no	sì	Marginale di riga
no	2 1.2 0.8	1 1.8 -0.6	3
sì	31 31.8 -0.1	51 50.2 0.1	82
Marginale di colonna	33	52	85



X quadro = 1.02. Significatività = 0.314

V di Cramer = 0.11

Probabilità esatta (approssimazione ipergeometrica, unidirezionale) = 0.055

Nelle celle della tabella sono indicati:

- la frequenza osservata O
- la frequenza attesa A
- il residuo standardizzato di cella, ossia lo scarto tra frequenza osservata e attesa rapportato alla radice quadrata della frequenza attesa  $(O-A)/\text{radq}(A)$ : se superiore a +1,96 vi è attrazione significativa tra le due modalità delle variabili (a livello di fiducia 0,05), se inferiore a -1,96 vi è repulsione significativa tra le modalità delle due variabili

DOMANDA 5, 21:

**Tabella a doppia entrata:**

**ANSIA DA PRESTAZIONE X BOCCIATURA AD UN ESAME**

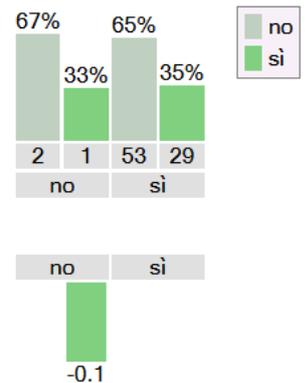
DOMANDA 21-> DOMANDA 5	no	sì	Marginale di riga
<b>no</b>	2 1.9 0	1 1.1 -0.1	3
<b>sì</b>	53 53.1 0	29 28.9 0	82
Marginale di colonna	55	30	85

X quadro = 0.01. Significatività = 0.942  
V di Cramer = 0.01

Probabilità esatta (approssimazione ipergeometrica, unidirezionale) = 0.266

Nelle celle della tabella sono indicati:

- la frequenza osservata O
- la frequenza attesa A
- il residuo standardizzato di cella, ossia lo scarto tra frequenza osservata e attesa rapportato alla radice quadrata della frequenza attesa  $(O-A)/\text{radq}(A)$ : se superiore a +1,96 vi è attrazione significativa tra le due modalità delle variabili (a livello di fiducia 0,05), se inferiore a -1,96 vi è repulsione significativa tra le modalità delle due variabili



DOMANDA 5, 22:

**Tabella a doppia entrata:**

**ANSIA DA PRESTAZIONE X EVITAMENTO DI UN ESAME**

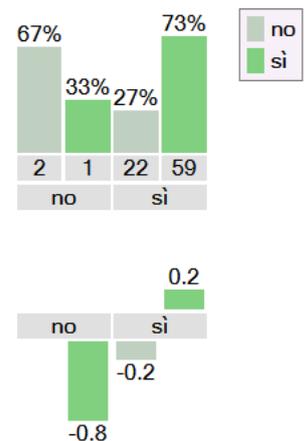
DOMANDA 22-> DOMANDA 5	no	sì	Marginale di riga
<b>no</b>	2 0.9 -	1 2.1 -0.8	3
<b>sì</b>	22 23.1 -0.2	59 57.9 0.2	81
Marginale di colonna	24	60	84

Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1. Fare riferimento ai residui standardizzati.

Probabilità esatta (approssimazione ipergeometrica, unidirezionale) = **0.021**

Nelle celle della tabella sono indicati:

- la frequenza osservata O
- la frequenza attesa A
- il residuo standardizzato di cella, ossia lo scarto tra frequenza osservata e attesa rapportato alla radice quadrata della frequenza attesa  $(O-A)/\text{radq}(A)$ : se superiore a +1,96 vi è attrazione significativa tra le due modalità delle variabili (a livello di fiducia 0,05), se inferiore a -1,96 vi è repulsione significativa tra le modalità delle due variabili

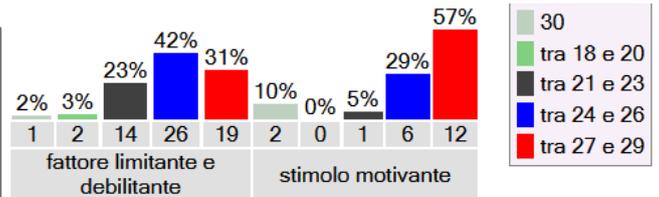


DOMANDA 15, 19:

**Tabella a doppia entrata:**

**EFFETTO ANSIA DA PRESTAZIONE X MEDIA ESAMI SOSTENUTI**

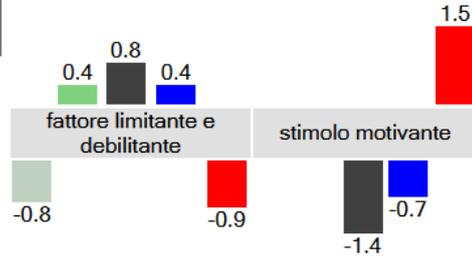
DOMANDA 19-> DOMANDA 15	30	tra 18 e 20	tra 21 e 23	tra 24 e 26	tra 27 e 29	Marginale di riga
<b>fattore limitante e debilitante</b>	1 2.2 -0.8	2 1.5 0.4	14 11.2 0.8	26 23.9 0.4	19 23.2 -0.9	62
<b>stimolo motivante</b>	2 0.8 -	0 0.5 -	1 3.8 -1.4	6 8.1 -0.7	12 7.8 1.5	21
Marginale di colonna	3	2	15	32	31	83



Il valore di X quadro non è significativo dato che vi sono frequenze attese minori di 1. Fare riferimento ai residui standardizzati.

Nelle celle della tabella sono indicati:

- la frequenza osservata O
- la frequenza attesa A
- il residuo standardizzato di cella, ossia lo scarto tra frequenza osservata e attesa rapportato alla radice quadrata della frequenza attesa  $(O-A)/\text{radq}(A)$ : se superiore a +1,96 vi è attrazione significativa tra le due modalità delle variabili (a livello di fiducia 0,05), se inferiore a -1,96 vi è repulsione significativa tra le modalità delle due variabili

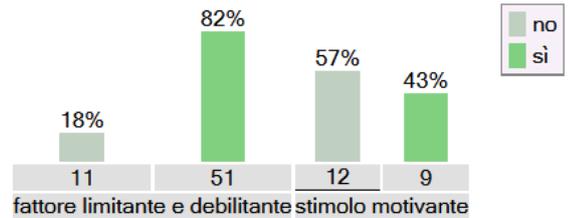


DOMANDA 15, 22:

**Tabella a doppia entrata:**

**EFFETTO ANSIA DA PRESTAZIONE X EVITAMENTO DI UN ESAME**

DOMANDA 22-> DOMANDA 15	no	sì	Marginale di riga
<b>fattore limitante e debilitante</b>	11 17.2 -1.5	51 44.8 0.9	62
<b>stimolo motivante</b>	12 5.8 2.6	9 15.2 -1.6	21
Marginale di colonna	23	60	83



X quadro = 12.16. Significatività = 0  
V di Cramer = 0.38

Probabilità esatta (dal test di Fisher) = 0.001

Nelle celle della tabella sono indicati:

- la frequenza osservata O
- la frequenza attesa A
- il residuo standardizzato di cella, ossia lo scarto tra frequenza osservata e attesa rapportato alla radice quadrata della frequenza attesa  $(O-A)/\text{radq}(A)$ : se superiore a +1,96 vi è attrazione significativa tra le due modalità delle variabili (a livello di fiducia 0,05), se inferiore a -1,96 vi è repulsione significativa tra le modalità delle due variabili



## INTERPRETAZIONE DEI DATI

Il questionario da noi ideato è stato somministrato a 86 studenti provenienti da facoltà diverse. A seguito di ciò, dopo aver svolto l'analisi monovariata, siamo arrivate ai seguenti risultati:

- Il 93% degli studenti che hanno risposto è di genere femminile
- Il 91% è di età compresa tra i 18 e i 25 anni
- Il 95% conferma di aver sofferto, durante la propria carriera universitaria, di ansia da prestazione relativa agli esami, di cui l'87% dichiara di soffrirne maggiormente prima o durante gli esami orali, il 6% durante gli esami scritti, e il 7% durante entrambe le tipologie
- Il 68% degli studenti dichiara che, dopo aver risposto alla prima domanda, la propria ansia diminuisce, per il 30% rimane costante, e per il restante 2% aumenta
- Il 75% degli studenti considera la propria ansia da prestazione un fattore limitante e debilitante, mentre il 25% la considera uno stimolo motivante
- Il 97% degli studenti dichiara di non essere fuori corso
- Per quanto riguarda gli esami sostenuti nel corso dell'ultimo anno accademico (da Giugno 2020 a Luglio 2021), il 36% dichiara di averne sostenuti più di 6, il 33% dichiara di averne sostenuti tra 5 e 6, il 24% tra 3 e 4, e il restante 7% meno di 2
- Alla domanda "qual è la media dei tuoi esami?" il 40% degli studenti ha risposto tra 27 e 29, il 37% tra 24 e 26, il 17% tra 21 e 23, il 3% ha risposto di avere una media del 30, e il restante 2% tra 18 e 20
- Il 61% degli studenti ha dichiarato di aver ottenuto almeno una volta un voto inferiore alla propria preparazione; il 65% ha dichiarato di essere stato bocciato almeno una volta ad un esame nonostante si sentisse preparato/a; il 71% dichiara di aver rimandato o evitato almeno un esame nel corso della propria carriera universitaria

Procedendo con l'elaborazione dei dati, abbiamo eseguito l'analisi bivariata che ci ha condotto ai seguenti risultati:

- Mettendo in relazione l'ansia da prestazione con la regolarità di corso, il numero di esami sostenuti, la media degli esami e l'evitamento di un esame non sono emerse relazioni significative, confutando le nostre ipotesi di partenza
- Mettendo in relazione l'ansia da prestazione con l'aver ottenuto almeno una volta un voto inferiore alla propria preparazione è emersa una debole relazione non confermata a livello di significatività, la quale è 0,314
- Mettendo in relazione l'ansia da prestazione con l'essere stati bocciati almeno una volta ad un esame nonostante la propria preparazione è emersa una debole relazione non confermata a livello di significatività, la quale è 0,942
- Mettendo in relazione l'effetto dell'ansia da prestazione con l'aver evitato o rimandato almeno una volta un esame durante la propria carriera universitaria è emersa una relazione supportata da una significatività pari a 0

Quindi, in conclusione, abbiamo riscontrato che non vi è una relazione significativa tra l'ansia da prestazione relativa agli esami e il rendimento universitario in termini di media e voto d'esame. Tuttavia abbiamo riscontrato una relazione significativa tra l'ansia da prestazione e l'evitamento o procrastinazione degli esami confermando quanto riscontrato nel primo articolo del quadro teorico, il quale evidenziava l'effetto dell'ansia sugli stili decisionali degli studenti.

## 10) AUTORIFLESSIONI SULL'ESPERIENZA COMPIUTA

Abbiamo scelto come argomento l'ansia da prestazione relativa agli esami universitari e i suoi possibili effetti sul rendimento, poiché ci coinvolge direttamente in quanto studenti e poiché ci siamo relazionate in prima persona con questo tipo di ansia. Ciò ci ha spinte ad indagare questo tema in maniera più approfondita per capirne l'impatto sulla carriera universitaria degli studenti di più Corsi di Laurea e facoltà.

Dall'analisi finale dei dati è emerso che la nostra ipotesi di partenza è stata confutata andando contro le nostre aspettative, poiché, nonostante la maggior parte degli studenti identifichi gli effetti dell'ansia da prestazione come limitanti e debilitanti, non vi sono ricadute significative sulla loro media o sui voti dei singoli esami.

Sembra, invece, che l'ansia da prestazione influenzi lo stile decisionale degli studenti portandoli a rimandare o evitare un esame, spinti dalla paura del fallimento.

Abbiamo confermato, invece, le affermazioni del secondo articolo del quadro teorico riguardo le cause dell'ansia, sia quelle legate ai fattori interni sia quelle legate ai fattori esterni.

Nonostante il risultato ottenuto siamo soddisfatte del nostro lavoro perché ci ha permesso di mettere in pratica ciò che abbiamo appreso nella teoria, costruendo in prima persona un questionario, somministrandolo, e cimentandoci per la prima volta nell'analisi dei dati e nella loro interpretazione.

Abbiamo, tuttavia, riscontrato qualche difficoltà nella stesura del rapporto di ricerca, ma ciò ci ha permesso di capire l'importanza dell'utilizzo di una metodologia precisa che guidi passo dopo passo lo svolgimento della ricerca.

Sicuramente quest'esperienza ci sarà utile sia nel nostro lavoro di educatrici sia nell'eventualità di nuove esperienze di ricerca future.

## SITOGRAFIA E BIBLIOGRAFIA

- *“Predizione della credenza di autoefficacia, dell'ansia e degli stili decisionali sui risultati universitari”*, Anna Maria Murdaca, Antonella Nuzzaci, Patrizia Oliva, Francesca Cuzzocrea, 2014, vol. 12 n.4 (2014), *Formazione e insegnamento – Rivista Internazionale di Scienze dell'educazione e della formazione*

<https://ojs.pensamultimedia.it/index.php/siref/article/view/1628>

- *“Ansia da esame. Studio sperimentale sulla variabilità della frequenza cardiaca durante prove d'esame in studenti universitari”*, Francesco Peluso Cassese, 2015, Vol.13 n.1 (2015), *Formazione e insegnamento – Rivista Internazionale di Scienze dell'educazione e della formazione*

<https://ojs.pensamultimedia.it/index.php/siref/article/view/1702>