



## RISCHI PSICO – SOCIALI

Stress lavoro  
correlato

## RISCHI PSICO-SOCIALI

### I RISCHI PSICOSOCIALI



“L'insieme delle variabili organizzative, gestionali, ambientali e relazionali che possono causare un danno psicologico, sociale o fisico alle persone e determinare effetti negativi in termini di efficienza e di immagine a livello organizzativo, economico, sociale e ambientale”



**Work  
Stress  
Risk**  
Questionnaire  
Pro

## RISCHI PSICO-SOCIALI

### I RISCHI PSICOSOCIALI AMBIENTE DI LAVORO



I rischi che hanno origine da situazioni stressanti in ambito lavorativo fanno parte della più ampia categoria dei rischi di natura ergonomica e, per tipo di conseguenze cui possono portare, vengono classificati all'interno dei rischi psicosociali.





## VALUTAZIONE DEI RISCHI DA STRES – LAVORO CORRELATO

Il miglioramento dell'organizzazione del lavoro è un processo che deve nascere all'interno di ogni singola istituzione scolastica con l'obiettivo di

**Armonizzare il potenziale rappresentato dalla popolazione**



## RIFERIMENTI NORMATIVI



- Commissione delle Comunità Europee (Bruxelles 11/03/2002):  
**"Adattarsi alle trasformazioni del lavoro e della società:una nuova strategia comunitaria per la salute e la sicurezza 2002 - 2006"**
- Commissione delle Comunità Europee (Bruxelles 21/02/2002): **"Migliorare la qualità e la produttività sul luogo di lavoro: una nuova strategia comunitaria 2007 – 2012 per la salute e la sicurezza sul luogo di lavoro"**
- Comunicazione della Commissione delle Comunità europee:  
**Migliorare la salute mentale della popolazione . Bruxelles, 14/10/ 2005**

## RIFERIMENTI NORMATIVI



- Circolare INAIL n.71 del 17 dicembre 2003 “**Disturbi psichici della costrittività organizzativa sul lavoro. Rischio tutelato e diagnosi di malattia professionale**”.
- Direttiva del Ministero della Funzione Pubblica sulle **misure finalizzate al miglioramento del benessere organizzativo nelle pubbliche amministrazioni**
- D. Lgs 81 / 2008 art. 15. 28, 37

## RIFERIMENTI NORMATIVI



- Direttiva del Ministero della Funzione Pubblica sulle **misure finalizzate al miglioramento del benessere organizzativo nelle pubbliche amministrazioni**
- D. Lgs 81 / 2008 art. 15, 28, 37

## RISCHI PSICO-SOCIALI

IL RISCHIO PSICOSOCIALE È DATO  
DALL'IMPATTO DEL LAVORO SULLA SALUTE  
PERCHÉ OCCUPARSENE?



- Vi è una diretta correlazione tra stress, infortunio lavorativo ed errore professionale
- Vi è una riduzione della qualità della vita dell'individuo

Psychosocial  
Risk MAnagement  
European Framework

<http://prima-ef.org>



## LA TUTELA GIURIDICA

### ➤ Art. 32 Costituzione Italiana

Il bene della salute costituisce oggetto di autonomo diritto primario assoluto

### ➤ Art. 2087 c.c. *tutela delle condizioni di lavoro*

### ➤ *Accordo quadro europeo sullo stress lavoro-correlato, 2004*

### ➤ Art. 28 D.Lgs 81/2008 (D.Lgs 106/2009)

*La normativa vigente tutela in modo globale la salute dell'individuo*

## RISCHI PSICO-SOCIALI

### MINISTERO DELLA SALUTE

#### PIANO SANITARIO NAZIONALE 2005-2008



#### 5.11 La tutela della salute e sicurezza nei luoghi di lavoro

Patologie derivanti dai rischi psico-sociali connessi all'organizzazione del lavoro (stress, burn-out, mobbing, ecc.)  
L'interesse è focalizzato sulle patologie da "rischi emergenti" – come quelle derivanti dallo stress lavorativo - , meno conosciute, ma logoranti in quanto minacciano la salute dell'individuo

## RISCHI PSICO-SOCIALI

### MINISTERO DELLA SALUTE

#### PIANO SANITARIO NAZIONALE 2005-2008



#### 5.11 La tutela della salute e sicurezza nei luoghi di lavoro

Patologie derivanti dai rischi psico-sociali connessi all'organizzazione del lavoro (stress, burn-out, mobbing, ecc.)  
L'interesse è focalizzato sulle patologie da "rischi emergenti" – come quelle derivanti dallo stress lavorativo - , meno conosciute, ma logoranti in quanto minacciano la salute dell'individuo

## RISCHI PSICO-SOCIALI

**Migliorare la qualità e la produttività sul luogo di lavoro: una nuova strategia comunitaria 2007-2012 per la salute e la sicurezza sul luogo di lavoro**



**COMMISSIONE DELLE COMUNITÀ EUROPEE**  
(Bruxelles, 21.02.2007.)

Conferma la necessità di promuovere un approccio globale al benessere sul luogo di lavoro:

**La situazione lavorativa rafforza la salute ed il benessere personali**

e

**l'accesso al mercato del lavoro ed il mantenimento del posto di lavoro migliorano globalmente la salute della popolazione**

## RISCHI PSICO-SOCIALI

Migliorare la qualità e la produttività sul luogo di lavoro: una nuova strategia comunitaria 2007-2012 per la salute e la sicurezza sul luogo di lavoro



COMMISSIONE DELLE COMUNITÀ EUROPEE (Bruxelles, 21.02.2007.)



....Tra gli obiettivi della strategia comunitaria:

- Promuovere **mutamento dei comportamenti** dei lavoratori nonché approcci orientati alla salute presso i datori di lavoro
- **Integrazione di salute e sicurezza** nei programmi di istruzione e formazione
- Favorire la **sensibilizzazione** nell'ambito delle **imprese**
- Mettere a punto **metodi per l'identificazione e la valutazione di nuovi rischi** potenziali

## RISCHI PSICO-SOCIALI

Migliorare la qualità e la produttività sul luogo di lavoro: una nuova strategia comunitaria 2007-2012 per la salute e la sicurezza sul luogo di lavoro



COMMISSIONE DELLE COMUNITÀ EUROPEE (Bruxelles, 21.02.2007.)

OMS entro il 2020 la **depressione** diventerà la **causa principale di inabilità al lavoro**



il **luogo di lavoro** costituisce l'ambiente privilegiato per la **prevenzione** dei disturbi psicologici e la **promozione** di una migliore salute mentale

## RISCHI PSICO-SOCIALI

### FATTORI DI RISCHIO PSICOSOCIALE



#### ASPETTI AMBIENTALI

- Rumorosità
- Vibrazioni
- Variazioni di temperatura, ventilazione, umidità
- Carenze nell'igiene ambientale



#### CARATTERISTICHE DEL LAVORO

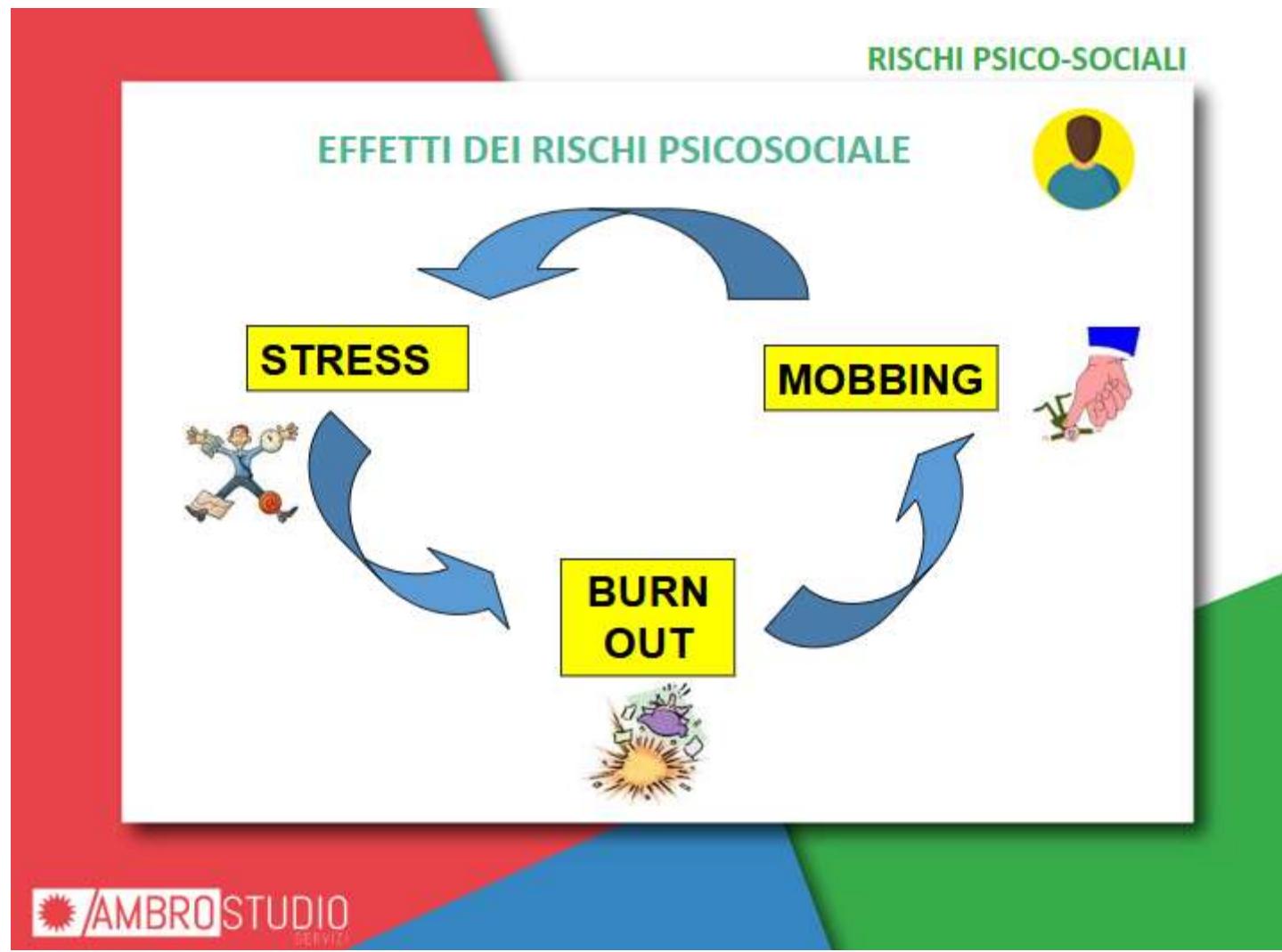


##### a) Contesto del lavoro

- Funzione e cultura organizzativa
- Ruolo nell'organizzazione
- Sviluppo di carriera
- Modalità di presa di decisione, stili di gestione e di controllo
- Relazioni interpersonali
- Mobilità e trasferimenti
- Equilibrio tra lavoro e vita privata.

##### b) Contenuto del lavoro

- Tipo di compito
- Carico, ritmi e orari di lavoro



## RISCHI PSICO-SOCIALI

### STRESS

#### Definizione:

Lo stress dovuto al lavoro può essere definito come un insieme di reazioni fisiche ed emotive dannose che si manifesta quando le richieste poste dal lavoro non sono commisurate alle capacità, risorse o esigenze del lavoratore.

Lo stress è uno stato caratterizzato da livelli elevati di eccitazione e ansia, spesso accompagnati da senso di inadeguatezza.

(Commissione Europea,  
*Guida allo stress legato all'attività lavorativa*, 1999)



Lo stress, potenzialmente, può colpire in qualunque luogo di lavoro  
e qualunque lavoratore, a prescindere dalla dimensione dell'azienda, dal campo di attività, dal tipo di contratto o di rapporto di lavoro.

(Accordo Europeo sullo stress sul lavoro 8 ottobre 2004)

## RISCHI PSICO-SOCIALI

### STRESS



Quindi secondo Selye :

**Stress**

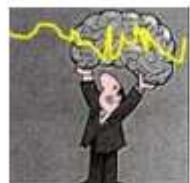


Risposta non specifica dell'organismo a uno stimolo negativo

**Sindrome  
Generale  
di Adattamento**



Risposta che l'organismo mette in atto quando è soggetto agli effetti prolungati di svariati tipi di stimoli negativi, quali stimoli fisici (ad es. fatica impegno lavorativo), sociali o ambientali (ad es. obblighi o richieste dell'ambiente sociale).



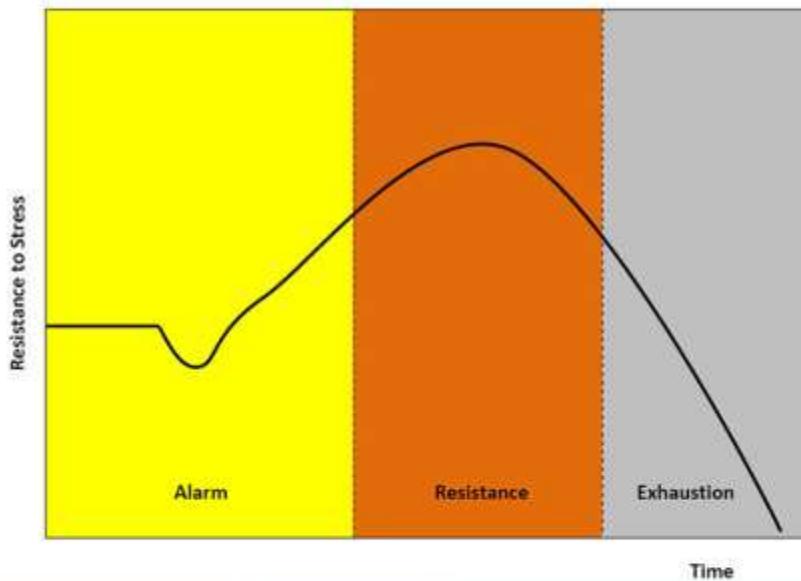
### FASI DELLO STRESS

L'evoluzione della sindrome avviene in tre fasi:

*Allarme*

*Resistenza*

*Esaурimento*



RISCHI PSICO-SOCIALI

FORME «ESTREME» DI DISAGIO NEGLI  
AMBIENTI DI LAVORO



BURNOUT



MOBBING



## RISCHI PSICO-SOCIALI

### BURNOUT

Forma particolare di stress lavorativo, che fa sentire chi ne è colpito senza via d'uscita, “**bruciato**”, “consumato” dal proprio lavoro”

Colpisce le “professioni d'aiuto”: infermieri, medici, insegnanti, assistenti sociali, poliziotti, operatori di ospedali psichiatrici



## DETERMINANTI DEL BURNOUT



### Aspetti soggettivi



- **Caratteristiche della personalità**  
(idealismo, ansia nevrotica, competizione, rigidità, introversione)
- **Aspettative professionali**

### Organizzazione del lavoro



- **Discrepanza tra ruolo e capacità e/o sovraccarico lavorativo**
- **Inadeguatezza della retribuzione, difficoltà di carriera, mancanza di autonomia decisionale**
- **Clima relazionale dell'organizzazione**  
(mancanza confronto, conflittualità, rapporti di sfiducia, discrepanza tra obiettivi dei superiori e degli operatori)

## RISCHI PSICO-SOCIALI

### SINTOMI DEL BURNOUT



#### Sintomi somatici



Senso di stanchezza ed esaurimento,  
tachicardia, cefalee, nausea, insonnia, ecc.

#### Sintomi psicologici



Depressione, bassa stima di sé, senso di colpa, sensazione di fallimento, rabbia e risentimento, alta resistenza ad andare al lavoro ogni giorno, indifferenza, negativismo, isolamento, sospetto e paranoia, rigidità di pensiero e resistenza al cambiamento, cinismo, atteggiamento colpevolizzante nei confronti degli utenti.  
Frequente abuso di alcool o di farmaci.

## CHE COS'È IL BURNOUT



La carica emotiva mai elaborata emerge sotto forma di ansia, depressione, inadeguatezza, stanchezza, irritabilità, apatia, disimpegno, noia, reazioni negative, che rappresentano un'esperienza sintomatica di uno stato di stress che, come fase ultima di un processo difensivo reattivo, può assumere le caratteristiche di una vera e propria sindrome, quella da burn out.

## CHE COS'È IL BURNOUT



SI DISTINGUONO 4 FASI

1. dell'entusiasmo idealistico e delle nobili aspirazioni;
2. dello stress lavorativo, in cui si avverte un progressivo squilibrio tra richieste e risorse (soprattutto emotive);
3. di esaurimento, in cui si comincia a pensare di non aiutare realmente nessuno, e in cui compare la tensione emotiva, l'irritabilità, l'ansia;
4. della conclusione difensiva o dell'alienazione, con totale disinvestimento emotivo nel lavoro, apatia, rigidità e cinismo.

## COME PREVENIRE IL BURNOUT



- Prevedere come obiettivo formativo l'acquisizione di maggiori competenze relazionali.
- Gruppi di supporto. La loro costituzione permette di migliorare la comunicazione sui problemi della propria attività e della loro gestione, aumentare l'autostima, ridurre il senso di isolamento e le tensioni emozionali non necessarie.
- Riunioni ed incontri periodici:
  - -favoriscono un senso di appartenenza al gruppo,
  - -offrono l'opportunità di scambiare opinioni, consigli pratici
  - -e permettono di migliorare la comunicazione.

## RISCHI PSICO-SOCIALI

### IN SINTESI

La **situazione** rilevata vede la categoria dei docenti particolarmente patologie psichiatriche, oltre alle ormai riconosciute laringopatie



L'Analisi effettuata sembrerebbe escludere, come elementi di confondimento, sia l'età che il sesso, facendo ricadere per intero l'esito dei risultati dello studio sull'attività professionale esercitata

## RISCHI PSICO-SOCIALI

### ALCUNI TRATTI CARATTERISTICI (dell'insegnante a rischio)



- **ANZIANITA' DI SERVIZIO** (superiore ai 20 anni, "quasi a testimoniare lo stretto legame tra usura psicofisica e insegnamento")
- **AGGRESSIVITA'**
- **MANIA DI PERSECUZIONE** (effetto di mobbing riflesso)
- **TRASFERIMENTI FREQUENTI**
- **ASSENZE** (con frequenza crescente, per numero e quantità, con l'aggravarsi del quadro psicopatologico)
- **ACCANIMENTO VERSO EVENTUALI STUDENTI DISABILI**

## RISCHI PSICO-SOCIALI



MISURA IL TUO  
BENESSERE

### AZIONI DI PREVENZIONE



**La strada maestra è quella dell'AUTOANALISI  
(sorretta dalla condivisione dei problemi con amici o persone fidate).**



**SOMATIZZAZIONI**  
(stanchezza cronica,  
insonnia, cefalea,  
gastrite e colite le più  
frequenti)



**PERCEZIONI**  
(senso di rabbia, fallimento,  
colpa o vergogna, incapacità a  
gestire il quotidiano, crisi di  
panico o di ansia, diffidenza,  
fobie, facilità al pianto, scoppi  
ed accessi d'ira, senso di  
mobbing)



/AMBROSTUDIO

## AZIONI DI PREVENZIONE

### INTERVENTI INDIVIDUALI



L'analisi del collega-amico passa attraverso  
l'attenzione ai seguenti atteggiamenti:

- trasandatezza nella cura personale
- trascuratezza nello svolgere il proprio ruolo
- repentini cambi d'umore (disforia)
- sentirsi spiato/osservato
- apatia, assenteismo, evitamento degli impegni
- ossessioni e pessimismo cronico
- frequenti stravaganze
- rivendicazioni e lamentele
- frequente ricorso all'autorità istituzionale

## RISCHI PSICO-SOCIALI

### INTERVENTI ISTITUZIONALI



Creazione di strutture psicologiche di ascolto, informazione, condivisione e *counseling*, con l'obiettivo di evitare all'insegnante in difficoltà quei sentimenti di vergogna e di isolamento, tipici dell'individuo che si trova ad attraversare questa fase transitoria.



## IL BENESSERE ORGANIZZATIVO



Un costrutto multidimensionale,  
determinato e influenzato da diversi fattori,  
sia a livello individuale e di gruppo,  
sia organizzativo





## RISCHI PSICO-SOCIALI



### RISCHI DA STRESS LAVORO CORRELATO

#### OGGETTO DELLA VALUTAZIONE

Un alto assenteismo  
o un'elevata rotazione  
del personale

Conflitti interpersonali

Lamentele frequenti  
da parte dei lavoratori

Problemi disciplinari

Violenze sul luogo  
di lavoro

#### INDAGINE SU 5 AREE

1. DATI OGGETTIVI
2. CONDIZIONI AMBIENTALI
3. CONTESTO DEL LAVORO
4. CONTENUTO  
DEL LAVORO
5. FATTORI SOGGETTIVI