

# ***Lo stress lavoro-correlato: problemi e possibili soluzioni***

**Presentato da YourRelax**

Roma, 16 Febbraio 2010

## YourRelax: approccio, team ed obiettivi

YourRelax è una realtà specializzata nella valutazione e soluzione delle problematiche relative allo Stress lavoro-correlato, in accordo con quanto disposto dai Decreti Legislativi 81/2008 e 106/2009.

La proposta di YourRelax si caratterizza per un approccio interdisciplinare al problema stress che tiene conto di tutti gli aspetti (scientifici, giuridici, organizzativi e gestionali) che possono contribuire ad inquadrare il fenomeno.

### Il team di YourRelax è diretto da:

- Prof. Franco Avenia, direttore dell'area scientifica;
- Prof. Francesco Borghini, direttore dell'area medico-scientifica;
- Prof. Maurizio Decastri, direttore dell'area ottimizzazione dell'organizzazione aziendale;
- Prof. Angelo Pandolfo, vicedirettore dell'area consulenza legale;
- Prof. Arrigo Pedon, direttore area valutazione aziendale e psicologia del lavoro.
- Prof. Tiziano Treu, direttore dell'area consulenza legale;

Obiettivo di YourRelax è costituire lo standard a livello nazionale, per quanto riguarda la prevenzione dello stress da lavoro.

## Stress: definizione del fenomeno

Lo stress è riconosciuto dall'Unione Europea come una delle prime cause di malattie da lavoro e colpisce circa 40 milioni di lavoratori. Derivano dallo stress anche malattie particolarmente gravi, come riconosciuto in sede giudiziaria. Può essere determinato da fattori:

- soggettivi, relativi alla personalità dei singoli e alla loro esperienza e vita privata;
- oggettivi, dovuti alle caratteristiche e modalità di organizzazione del lavoro.

Concentrandosi su uno solo degli aspetti il risultato è necessariamente parziale e difficilmente porta a soluzioni efficaci nel lungo periodo.

Ogni azienda rappresenta una realtà a sé: per settore merceologico, processi produttivi, dimensioni e radicamento territoriale

***Servono interventi mirati sulle specifiche caratteristiche ed esigenze della singola impresa***

## Progetti in fase di studio

### 1. *Atac*

### 2. *Coca Cola*

### 3. *Banca Sella*

#### *Atac:*

- interventi per incrementare nei conducenti la concentrazione nella guida e l'atteggiamento di cortesia verso il pubblico.

#### *Coca Cola:*

- interventi specifici per le forze vendita per incrementare rapidamente "freschezza decisionale";
- identificare una soluzione che non faccia percepire la valutazione dello stress lavoro correlato come una intromissione nella sfera personale dei dipendenti.

#### *Banca Sella:*

interventi diversi per i vari ruoli aziendali:

- aumento della concentrazione per gli analisti finanziari;
- capacità di sciogliere velocemente le tensioni e riacquisire positività per i promotori finanziari.

## Come affrontare il rischio stress lavoro-correlato?

La legge in vigore prevede l'adeguamento delle imprese, entro il 1 agosto 2010, a quanto disposto dall'Accordo-Quadro del 2004. Sono tre i principali tipi di interventi per la gestione dello stress lavoro-correlato:

- **prevenzione primaria**, combattere lo stress cambiando elementi nelle modalità gestionali ed organizzative del lavoro;
- **prevenzione secondaria**, sviluppare le capacità individuali di gestione dello stress mediante formazione specifica;
- **prevenzione terziaria**, ridurre l'impatto dello stress sulla salute dei lavoratori sviluppando adeguati sistemi di riabilitazione e di rientro al lavoro.

## Metodo YourRelax

- **Valutazione dei fattori di rischio:** utilizzo di questionari, integrabili con altri strumenti di analisi (interviste strutturate ed in profondità, focus group, analisi del clima, etc.).
- **Consulenza:** effettuata dalle aree *Valutazione e ottimizzazione dell'organizzazione aziendale* e *Consulenza legale* per ideare possibili interventi di ristrutturazione dei processi produttivi ed offrire supporto nella gestione di tutti gli aspetti relativi allo stress.
- **Training:** insegnamento di tecniche antistress, consolidate in ambito scientifico ed accademico, in grado di affrontare e risolvere in maniera specifica i diversi problemi da stress. Il training potenzia le difese individuali e rigenera le energie, permettendo di sciogliere le tensioni ed ottenere, in brevissimo tempo, freschezza decisionale, equilibrio, positività ed una maggiore capacità di gestire le situazioni stressanti.
- **Interventi di sostegno psicologico:** volti alla cura e riabilitazione di soggetti che presentino livelli patologici di stress.

## Problemi

- Eccessiva rigidità delle attuali norme di validazione dei test per la valutazione dello stress e conseguente difficoltà di identificare strumenti personalizzabili sulla singola impresa.
- Acquisizione di informazioni “sensibili” potenzialmente in contrasto con lo statuto dei lavoratori, che all’art. 8, vieta espressamente indagini “su fatti non rilevanti ai fini della valutazione dell’attitudine professionale del lavoratore”. Per esempio, l’analisi della vita relazionale del dipendente, delle sue condizioni di sonno e della sua vita sessuale, elementi ritenuti fondamentali dalla letteratura scientifica.

## YourRelax: ricerca e divulgazione scientifica

- Il test di valutazione dello stress è in corso di validazione in collaborazione con l'università La Sapienza.
- Sono in via di definizione 4 progetti di ricerca interuniversitari con la LUISS, la LUMSA, La Sapienza, l'Università di Venezia e Tor Vergata.
- Presto on-line il nuovo sito web, che sarà il centro di riferimento in Italia per lo stress lavoro-correlato e conterrà l'intera legislazione europea di riferimento, abstract di ricerche scientifiche da tutto il mondo e interviste, in corso di realizzazione, a decisori politici (ad esempio al Ministro Brunetta) ed economici (managers di grandi imprese), artisti (come Scarlett Johansson), scienziati (Rita Levi Montalcini).

# Q&A

Contatti:

Dr. Massimiliano Bortolomiol

massimiliano.bortolomiol@yourrelax.it

[www.yourrelax.it](http://www.yourrelax.it)