PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 21 - numero 4577 di Venerdì 08 novembre 2019

Cosa di può fare per prevenire e gestire i rischi psicosociali?

Una guida e alcuni consigli pratici sui primi passi da compiere per gestire i rischi psicosociali sul luogo di lavoro. I consigli di Eu-Osha.

E' disponibile sul sito di Eu-Osha la "Guida elettronica per la gestione dello stress e dei rischi psicosociali in un nuovo formato e in inglese, spagnolo e sloveno.

Con l'occasione viene presentata un 'area tematica sui rischi psicosociali e stress nei luoghi di lavoro e la "Guida pratica al benessere sul luogo di lavoro: lavoratori sani, imprese prospere" per contribuire alla prevenzione e alla gestione dei rischi psicosociali e dei disturbi muscolo-scheletrici connessi al lavoro

Rischi psicosociali e stress nei luoghi di lavoro

I rischi psicosociali e lo stress lavoro-correlato rappresentano una delle sfide principali con cui è necessario confrontarsi nel campo della salute e della sicurezza sul lavoro in quanto hanno considerevoli ripercussioni sulla salute delle singole persone, ma anche su quella delle imprese e delle economie nazionali.

Circa metà dei lavoratori europei considera lo stress comune nei luoghi di lavoro e ad esso è dovuta quasi la metà di tutte le giornate lavorative perse. Come molte altre questioni riguardanti la salute mentale, spesso lo stress viene frainteso o stigmatizzato. Tuttavia, se li si considera come un problema aziendale anziché una colpa individuale, i rischi psicosociali e lo stress possono essere gestibili come qualsiasi altro rischio per la salute e la sicurezza sul luogo di lavoro.

Pubblicità
<#? QUI-PUBBLICITA-SCORM1-[EL0584] ?#>

Cosa sono i rischi psicosociali e lo stress?

I rischi psicosociali derivano da inadeguate modalità di progettazione, organizzazione e gestione del lavoro e da un contesto lavorativo socialmente mediocre e possono avere conseguenze psicologiche, fisiche e sociali negative, come stress, esaurimento o depressione connessi al lavoro. Alcuni esempi di condizioni di lavoro che comportano rischi psicosociali sono:

- carichi di lavoro eccessivi;
- richieste contrastanti e mancanza di chiarezza sui ruoli;
- scarso coinvolgimento nei processi decisionali che riguardano i lavoratori e mancanza di influenza sul modo in cui il lavoro viene svolto;
- gestione inadeguata dei cambiamenti organizzativi, precarietà del lavoro;
- comunicazione inefficace, mancanza di sostegno da parte dei colleghi o dei superiori;
- molestie psicologiche e sessuali, violenza da parte di terzi.

Quando si considerano le richieste lavorative, è importante non confondere i rischi psicosociali, come un carico di lavoro eccessivo, con condizioni stimolanti, sebbene talvolta impegnative, in cui esiste un ambiente di lavoro che dà sostegno e i lavoratori sono correttamente preparati e motivati a utilizzare al meglio le loro capacità. Un buon ambiente psicosociale consente di promuovere il miglioramento delle prestazioni, lo sviluppo personale e il benessere fisico e mentale dei lavoratori.

I lavoratori soffrono di stress quando le richieste della loro attività sono eccessive e più grandi della loro capacità di farvi fronte. Oltre ai problemi di salute mentale, i lavoratori sottoposti a stress prolungato possono sviluppare gravi problemi di salute fisica come le malattie cardiovascolari o i disturbi muscoloscheletrici.

Per le imprese gli effetti negativi possono essere una scarsa redditività complessiva, un maggiore assenteismo, il presenteismo (le persone continuano ad andare a lavorare quando sono malate e non possono essere efficienti) e un aumento dei tassi di incidenti e infortuni. Le assenze tendono ad essere più lunghe di quelle dovute ad altre cause e lo stress lavoro-correlato può contribuire ad aumentare i tassi di prepensionamento. I costi per le imprese e la società sono considerevoli e vengono valutati in miliardi di euro a livello nazionale.

Qual è l'entità del problema?

Un sondaggio europeo di opinioni effettuato dall'EU.OSHA rivela che circa la metà dei lavoratori ritiene che il problema dello stress correlato con il lavoro sia comune sul luogo di lavoro. Tra le cause più frequenti di stress legato al lavoro figurano la riorganizzazione del lavoro oppure l'insicurezza del lavoro, le lunghe ore lavorative oppure l'eccessivo carico di lavoro nonché le molestie e la violenza sul lavoro. L'EU-OSHA fornisce informazioni circa dati recenti e prove fornite dalla ricerca relativamente alla prevalenza e all'impatto sulla sicurezza e la salute del lavoro correlato allo stress e dei rischi psicosociali.

Un approccio preventivo, olistico e sistematico alla gestione dei rischi psicosociali è ritenuto essere il più efficace. L'indagine dell'EU-OSHA presso le imprese relativa ai rischi nuovi ed emergenti (ESENER) esamina come vengono percepiti e gestiti i rischi psicosociali nelle imprese europee,

identificando i principali fattori trainanti, gli ostacoli e le necessità di sostegno. L'indagine rivela che i rischi psicosociali sono ritenuti più ostici e più difficili da gestire rispetto ai rischi "tradizionali" della sicurezza e della salute sul lavoro. C'è una necessità di sensibilizzazione e di reperire semplici strumenti pratici che agevolino il trattamento dello stress correlato al lavoro, la violenza e molestie.

Cosa di può fare per prevenire e gestire i rischi psicosociali?

Adottando il giusto approccio, è possibile prevenire e gestire con efficacia i rischi psicosociali e lo stress lavoro-correlato, a prescindere dalle caratteristiche o dalle dimensioni dell'impresa, e affrontarli con la stessa logica e sistematicità riservate ad altre questioni di salute e sicurezza sul lavoro.

Gestire lo stress non è solo un imperativo morale e un buon investimento per i datori di lavoro, bensì anche un dovere giuridico stabilito dalla direttiva quadro 89/391/CEE e ribadito dagli accordi quadro tra le parti sociali sullo stress lavoro-correlato e sulle molestie e la violenza sul luogo di lavoro.

Inoltre, il patto europeo per la salute e il benessere mentale riconosce il mutamento delle esigenze e le crescenti pressioni nei luoghi di lavoro e incoraggia i datori di lavoro ad applicare ulteriori misure volontarie per promuovere il benessere mentale.

Sebbene spetti ai datori di lavoro la responsabilità giuridica di garantire la corretta valutazione e il controllo dei rischi sul lavoro, è indispensabile coinvolgere anche i lavoratori, che insieme ai loro rappresentanti conoscono meglio di chiunque altro i problemi che possono verificarsi nei luoghi di lavoro. La loro partecipazione può assicurare l'adeguatezza e l'efficacia delle misure adottate.

L'EU-OSHA fornisce una grande quantità di informazioni e aiuto pratico riguardo all'individuazione, la prevenzione e la gestione dei rischi psicosociali e dello stress lavoro-correlato.

Guida elettronica per la gestione dello stress e dei rischi psicosociali

La guida elettronica è stata ideata per soddisfare le esigenze dei datori di lavoro e dei dipendenti delle piccole imprese, che cominciano ad affrontare i rischi psicosociali sul luogo di lavoro e hanno bisogno di orientamenti per quanto riguarda i primi passi, tra cui:

- semplici spiegazioni su cosa siano i rischi psicosociali e lo stress lavoro-correlato;
- gli effetti sulle imprese e sui lavoratori;
- esempi pratici di come prevenire e affrontare i rischi psicosociali.

Scarica la guida (pdf)

Lavoratori sani, imprese prospere: una guida pratica al benessere sul luogo di lavoro

Questa guida presenta un approccio pratico alla prevenzione e gestione dei rischi psicosociali e dei disturbi muscolo-scheletrici connessi al lavoro che, secondo i lavoratori europei, rappresentano le principali cause di malattie professionali. Oltre a comportare numerosi giorni di lavoro persi, queste malattie generano non solo sofferenza per l'individuo, ma anche oneri finanziari non indifferenti.

Redatta sulla base delle esigenze delle micro e piccole imprese, la guida suggerisce un processo semplice in cinque fasi per migliorare l'ambiente di lavoro e, così facendo, far fronte a tali problematiche. Benché sia destinata principalmente a titolari e quadri, la guida interessa anche i lavoratori e i loro rappresentanti nonché gli operatori del settore della salute e sicurezza sul lavoro.

La guida contiene spiegazioni semplici e una serie di esercizi utili per apportare miglioramenti efficaci e duraturi, a beneficio sia dei lavoratori sia delle imprese.

Scarica la guida (pdf)

Visita la sezione tematica sui rischi psicosociali e lo stress sul lavoro

Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.

---

www.puntosicuro.it