PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 10 - numero 2022 di lunedì 06 ottobre 2008

Stress e mobbing: opuscoli gratis per le aziende

Disponibili gratuitamente due opuscoli per sensibilizzare i lavoratori sul rischio stress e il mobbing in ambito lavorativo.

Pubblicità

Lo stress in ambito lavorativo è il secondo problema sanitario legato all'attività lavorativa segnalato più di frequente in Europa, un problema che colpisce il 22% dei lavoratori dell'UE (2005).

Secondo alcuni studi, sono riconducibili allo stress il 50% e il 60% di tutte le giornate lavorative perse; se nel 2002 il costo economico dello stress lavorativo nell'Unione Europea è stato stimato intorno ai 20 miliardi di euro, risulta evidente come ormai i problemi psicosociali rischiano di incidere pesantemente non solo sulla salute del singolo ma anche su quella delle aziende e delle economie nazionali.

---- L'articolo continua dopo la pubblicità ----

In questa situazione è importante non solo fare emergere la gravità del problema psicosociale lavorativo, ma anche fare un'idonea opera di formazione e informazione tra i lavoratori.

Con questa finalità, l'Ismob (Centro Ricerche sul Mobbing e i Rischi Psicosociali) ha ottenuto il mese scorso il patrocinio dalla Regione Lombardia (Direzione Generale Sanità) in relazione ad un'iniziativa di sensibilizzazione che comprende la creazione di opuscoli informativi. A tal fine, l'Ismob offre gratuitamente a tutti i soggetti pubblici e privati la possibilità di stampare il proprio opuscolo.

Sul sito dell'Ismob sono a disposizione, in visione gratuita, sia il facsimile dell'opuscolo da personalizzare, sia un opuscolo già realizzato per il Patronato Inas Cisl e dedicato in particolare al mobbing.

Il primo opuscolo è intitolato "**Stress lavorativo, conseguenze sulla salute e cura**". Questa pubblicazione, realizzata dallo psicoterapeuta Alessandro Vitale, affronta in modo semplice ma esaustivo moltissime problematiche di tipo psicosociale: cos'è lo stress e i rischi psicosociali, il mobbing, le molestie sessuali, il burnout, gli attacchi di panico, la sindrome corridoio. Affronta inoltre le conseguenze sulla salute, il ruolo della psicoterapia e i passi che deve fare un lavoratore vittima di stress per migliorare la propria condizione.

Nella Postfazione il documento ricorda che "sempre più spesso il lavoro rappresenta per l'uomo la propria identità: in termini pratici, io sono quello che faccio e non quello che sono. Infatti, è più facile che nella vita ci chiedano quello che 'fai' e non chi 'sei'; e anche noi stessi ci esprimiamo nei termini del nostro operare".
In questa situazione il lavoratore è spesso preda di una "forma di frustrazione che si origina a fronte di aspettative disattese di non valorizzazione dell'impegno proferito nel lavoro".

Nell'opuscolo "**Guida al mobbing, prevenzione e tutela**" ? appartenente alla collana "Le guida" dell'Inas Cisl - si affrontano le problematiche specifiche di quella che l'Ispesl ha definito come una "forma di violenza psicologica intenzionale, sistematica e duratura, perpetrata in ambiente di lavoro, volta alla estromissione fisica o morale del soggetto/i dal processo lavorativo o dall'impresa".

Dopo una breve storia del mobbing (il termine, usato per la prima volta dall'etologo Konrad Lorenz, deriva dall'inglese "to mob": attaccare), la pubblicazione ne affronta le cause e le conseguenze.
Riguardo alla salute la pubblicazione affronta i disturbi collegati allo stress e le malattie di origine psicosociale che i lavoratori, vittime di mobbing, rischiano di sviluppare. Ad esempio:
- il Disturbo Post-Traumatico da Stress (DPTS): "fenomeni di evitamento, comportamenti cioè tesi ad evitare ogni situazione che ricordi il problema, pensiero concentrato in modo ossessivo sui problemi di lavoro con incubi, disturbi d'ansia e depressivi";
- il Disturbo Dell'Adattamento (DDA) con "fattori di rischio di intensità e durata inferiori a quelli riscontrati nel DPTS".
Nell'opuscolo è presente anche un capitolo dedicato ad una rassegna delle leggi a difesa del lavoratore.

Ricordiamo, riguardo alle normative in vigore, che la necessità di valutare, eliminare o ridurre le cause dello stress lavorativo trova esplicito riferimento nel nuovo "Testo Unico" sulla salute e sicurezza sul lavoro, il Decreto legislativo n. 81 del 9 aprile 2008.
L'art. 28 del decreto indica che la valutazione dei rischi per la salute e la sicurezza dei lavoratori ha come oggetto "tutti i rischi ... tra cui anche quelli collegati allo stress lavoro correlato, secondo i contenuti dell'Accordo Europeo dell'08 ottobre 2004".

- opuscolo facsimile "Stress lavorativo, conseguenze sulla salute e cura" (formato PDF, 5.85 MB).
- opuscolo Inas Cisl "Guida al mobbing, prevenzione e tutela" (formato PDF, 680 kB).
- indirizzo mail per la richiesta del file tipografico a Ismob.

Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.

---

www.puntosicuro.it