

# *Servizio per la Prevenzione e la Promozione della Sicurezza nelle Organizzazioni D.Lg. 81/08*

*Dr.ssa Alessia Agnello, Psicologo*

## **LA LEGGE**

**Il decreto legislativo 81/08** (nell'art. 28 comma 1 "*Oggetto della valutazione dei rischi*") afferma che **la valutazione deve riguardare tutti i rischi per la sicurezza e la salute dei lavoratori, ivi compresi quelli riguardanti gruppi di lavoratori esposti a rischi particolari, tra cui anche quelli collegati allo stress lavoro-correlato**, secondo i contenuti dell'accordo europeo dell'8 ottobre 2004 e quelli riguardanti le lavoratrici in stato di gravidanza, secondo quanto previsto dal decreto legislativo 26 marzo 2001, n. 151, nonché quelli connessi alle differenze di genere, all'età, alla provenienza da altri paesi.

**La legge (L.56/89)** prevede la valutazione delle variabili psicosociali **che viene effettuata da psicologi regolarmente iscritti all'albo professionale.**

## **COME SI INTERVIENE NELLE ORGANIZZAZIONI**

- Interventi per la promozione della salute organizzativa.
- Formazione su diverse tematiche: stress da lavoro correlato, mobbing, burnout, comunicazione e negoziazione.
- Valutazione del rischio psicosociale nelle organizzazioni ai sensi della Legge 81/08.
- Interventi sulle dinamiche di gruppo: comunicare in modo efficace, saper gestire la conflittualità, creare un clima collaborativo, gestire la leadership.

## ***STRESS LAVORO CORRELATO***

(art.28, comma 1, D. Lgs. n. 81/08)

## **CHE COS'E' LO STRESS?**

Lo stress è il secondo problema di salute legato all'attività lavorativa riferito più frequentemente.

- Lo stress interessa quasi un lavoratore europeo su quattro
- Dagli studi condotti emerge che una percentuale compresa tra il 50% e il 60% di tutte le giornate lavorative perse è dovuta allo stress
- Nel 2002 il costo economico dello stress legato all'attività lavorativa nell'UE per 15 stati era di circa 20 000 Milioni di Euro
- Il numero di persone che soffrono di stress legato all'attività lavorativa è destinato ad aumentare per la situazione socio-economica, culturale e per gli stili di vita

Lo stress è una condizione che può essere accompagnata da **disturbi o disfunzioni di natura fisica, psicologica o sociale** ed è conseguenza del fatto che taluni individui non si sentono in grado di corrispondere alle richieste o alle aspettative che vengono loro rivolte.

1. L'individuo è assolutamente in grado di sostenere una esposizione di breve durata alla tensione, che può essere considerata positiva (Eustress), ma ha maggiori difficoltà a sostenere una esposizione prolungata ad una pressione intensa (Distress).
2. Lo stress non è una malattia ma una situazione di prolungata tensione può ridurre l'efficienza sul lavoro e può determinare un cattivo stato di salute con successive reazioni organiche, psicologiche o psicosomatiche.
3. Lo stress è, dunque, una reazione di allarme che avvisa, attraverso una sintomatologia specifica, quando un individuo ha bisogno di preoccuparsi della proprio stato di benessere al fine di tutelare la propria salute ed il rendimento lavorativo
4. Lo stress che ha origine fuori dall'ambito di lavoro può condurre a cambiamenti nel comportamento e ad una ridotta efficienza sul lavoro, in ogni caso è bene, dunque, imparare a conoscere i segnali del proprio corpo che orientano il termometro della sicurezza, della salute e del benessere psicologico individuale.

**Non tutte le manifestazioni di stress sul lavoro possono essere considerate come stress lavoro-correlato.**

- Lo stress lavoro correlato può essere causato da fattori diversi: come il contenuto del lavoro, l'eventuale inadeguatezza nella gestione dell'organizzazione del lavoro e dell'ambiente di lavoro, carenze nella comunicazione, la non corrispondenza tra tempi di lavoro ed aspettative, mancato riconoscimento del ruolo e delle competenze, conflittualità tra i gruppi, tra dipendenti, tra dirigenti e dipendenti.

## **COME SI MANIFESTA?**

**Stanchezza**

**Senso di schiacciamento**

**Isolamento**

**Insonnia**

**Disturbi Psicosomatici (Gastriti, Dermatiti, Tachicardia, Vertigini, Mal di testa, Pesantezza alle gambe, Disorientamento...)**

**Ansia e/o Attacchi di Panico**

**Desiderio di fuga**

**Difficoltà di concentrazione**

**Perdita dell'Autostima**

**Perdita della Motivazione**

**Disagio**

**Irritabilità**

**Apatia**

**Resistenza ad andare a lavoro**

**Senso di frustrazione**

**Fare una corretta diagnosi è fondamentale, un solo indicatore non è indice di SLC, infatti talune di queste sensazioni sono spesso presenti nella frenetica vita quotidiana di molti, la concomitanza di più fattori invece è utile che venga sottoposta a giusto ascolto ed eventuale valutazione, al fine di attuare strategie per ritrovare il benessere. Le strategie possono essere individuali, del contesto di lavoro, sociali, in ogni caso può essere utile individuare le proprie con l'aiuto di uno specialista sulla base dei singoli bisogni.**

**Valutare il livello di rischio in una organizzazione permette di prevenire il collasso delle energie psichiche dell'individuo e migliorare la qualità del lavoro e del profitto aziendale, attraverso la valutazione dei rischi a cui è esposta una data organizzazioni; la somministrazione di una check list permette infatti di rilevare il livello di rischio (Basso, Medio, Alto) e procedere con l'eventuale attuazione di misure-strategie correttive in materia di sicurezza sul lavoro.**

