

Variazione orario lezione 27/04/2023

Inizio ore 9:15

Termine ore 11:45

1

I fattori di rischio SLC

▶ Fattori **tradizionali di rischio**

- ▶ Rischi tradizionali → fonte di stress (es. esposizione a forti rumori prolungati) *effetto diretto*
- ▶ Rischi tradizionali → ansia per possibili danni alla salute → stress (es. esposizione a rischi biologici) *effetto indiretto*

▶ Fattori di **rischio operativi**

- ▶ Rischi specifici inerenti la natura del lavoro (es. gestire emergenze nel caso dei vigili del fuoco, esposizione a comportamenti violenti nel caso di poliziotti ecc.)

▶ Fattori di **rischio organizzativi**

- ▶ Aspetti relativi **contenuto** e al **contesto** organizzativo del lavoro che *possono* peggiorare la salute psicofisica dei lavoratori
- ▶ **Trasversali**, presenti in tutti i settori occupazionali

2

I fattori di rischio organizzativi

▶ Fattori di **contenuto** del lavoro

▶ **Carico di lavoro** (o *domanda*)

- ▶ Richieste che il lavoro pone al lavoratore
 - Quantità
 - Ritmo
 - Difficoltà
 - Interruzioni frequenti
- ▶ Sovraccarico
- ▶ Sottocarico

3

I fattori di rischio organizzativi

▶ Fattori di **contenuto** del lavoro

▶ **Orario di lavoro**

- ▶ Lavoro a turni
- ▶ Orario di lavoro prolungato (>48h a settimana)
- ▶ Rigidità dell'orario
- ▶ Imprevedibilità

4

I fattori di rischio organizzativi

- ▶ Fattori di **contenuto** del lavoro
 - ▶ **Controllo e partecipazione**
 - ▶ Grado in cui si possono prendere decisioni riguardo il proprio lavoro
 - ▶ Partecipazione alle decisioni dell'organizzazione

5

I fattori di rischio organizzativi

- ▶ Fattori di **contesto** del lavoro
 - ▶ **Ruolo**
 - ▶ **Conflitto di ruolo**
 - Aspettative di comportamento non compatibili
 - ▶ **Ambiguità di ruolo**
 - Confusione su cosa fare
 - Confusione sulla propria posizione all'interno dell'organizzazione
 - ▶ **Responsabilità**
 - Conseguenze sul destino degli altri

6

I fattori di rischio organizzativi

- ▶ Fattori di **contesto** del lavoro
 - ▶ **Cultura organizzativa**
 - ▶ Cultura → comportamenti dei lavoratori
 - ▶ **Comunicazione** interna
 - ▶ Gestione del **cambiamento**
- ▶ **Sviluppo di carriera**
 - ▶ Promozioni/sviluppo personale
 - ▶ Sicurezza lavorativa

7

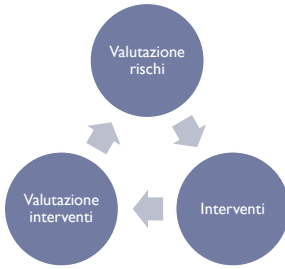
I fattori di rischio organizzativi

- ▶ Fattori di **contesto** del lavoro
 - ▶ **Relazioni interpersonali**
 - ▶ **Supporto sociale**
 - Colleghi
 - Superiori
 - Stile di leadership abusante/punitivo
 - Stile di leadership passivo
 - ▶ **Relazioni sociali**
 - Colleghi
 - Superiori
 - Clienti/utenti/fornitori/consulenti ecc.
 - Mobbing**

8

La valutazione dello SLC

- ▶ **Ciclo di controllo** dello SLC: processo di miglioramento continuo (monitoraggio e intervento)



La valutazione dello SLC

- ▶ Si valuta l'**esposizione** ai fattori di rischio organizzativi
 - ▶ Non quanto ogni lavoratore si «sente» stressato
- ▶ La valutazione viene fatta per **gruppi omogenei** di lavoratori
 - ▶ Non a livello individuale, ma a livello **di gruppo**
- ▶ Nel DVR si riportano gli **esiti** della valutazione, gli **interventi** ipotizzati e la pianificazione delle **valutazioni successive**

Interventi per la riduzione dello SLC

- ▶ Interventi 'preventivi'
- ▶ **Prevenzione:**
 - ▶ Attività che mirano a ridurre le conseguenze di una certa malattia o fattore di rischio
 - ▶ Le attività di prevenzione possono essere condotte in ogni momento dell'evoluzione di una malattia o degli effetti dovuti all'esposizione a fattori di rischio
- ▶ **Prevenzione:**
 - ▶ Primaria
 - ▶ Secondaria
 - ▶ Terziaria

11

Interventi per la riduzione dello SLC

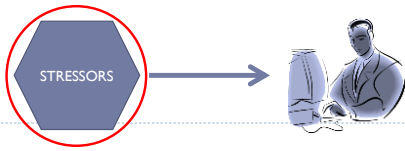
- ▶ **Prevenzione:**
 - ▶ **Primaria**
 - ▶ Interventi a monte, per evitare l'insorgenza di una patologia o per eliminare/ridurre un fattore di rischio
 - ▶ **Secondaria**
 - ▶ Diagnosi precoce o protezione delle persone nei confronti dei fattori di rischio
 - ▶ **Terziaria**
 - ▶ Ridurre le conseguenze della patologia o delle conseguenze negative dell'esposizione a fattori di rischio, in modo da far tornare la persona in salute

12

Interventi per la riduzione dello SLC

▶ **Prevenzione primaria:**

- ▶ Intervento sui **fattori organizzativi** associati al rischio SLC
- ▶ In particolare ridurre il rischio nei fattori emersi come critici nella fase di valutazione
- ▶ Obiettivo: ridurre la presenza degli stressors nell'organizzazione (eliminarli o ridurne l'impatto)



13

Interventi per la riduzione dello SLC

▶ **Prevenzione secondaria:**

- ▶ Intervento sugli effetti preclinici dei fattori di rischio SLC
- ▶ Interesse per i sintomi dello stress e per la valutazione cognitiva
- ▶ Obiettivo: modificare come le persone rispondono agli stressors

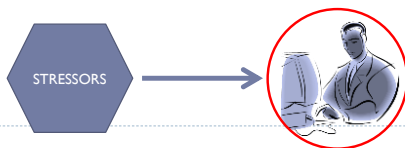


14

Interventi per la riduzione dello SLC

▶ **Prevenzione terziaria:**

- ▶ Trattamento delle patologie da SLC.
- ▶ Obiettivo: curare e reintegrare il lavoratore



15

Interventi per la riduzione dello SLC

▶ **Ciclo degli interventi**

- ▶ Progettazione
- ▶ Attuazione
- ▶ Valutazione
- ▶ **Progettazione:**
 - ▶ Concordare modalità e finalità con il management
 - ▶ Identificare le aree critiche su cui intervenire
 - ▶ Utile condurre **focus group** per approfondire i fattori emersi come 'a rischio' nelle fasi di valutazione
 - ▶ Se possibile, meglio usare un **approccio partecipativo** alla soluzione dei problemi emersi (coinvolgere i lavoratori nel trovare le soluzioni)

16

Interventi per la riduzione dello SLC

- ▶ **Prevenzione primaria**
- ▶ Interventi sui fattori organizzativi che influenzano lo SLC
- ▶ Modificare la **struttura formale**
- ▶ Modificare la **struttura informale**

- ▶ **Esempi di interventi mirati a modificare la struttura formale**
- ▶ *Job redesign*
- ▶ Management partecipativo
- ▶ Flessibilizzazione dell'orario lavorativo
- ▶ Trasparenza nello sviluppo delle carriere
- ▶ Riprogettazione dell'ambiente fisico di lavoro

17

Interventi per la riduzione dello SLC

- ▶ **Job redesign**
- ▶ Modificare le **caratteristiche del lavoro** per aumentare **soddisfazione e motivazione**
- ▶ **Job Characteristics Theory** (Oldman & Hackman, 2010), il **potenziale motivazionale** di un lavoro è elevato quando:
 1. Stimola il lavoratore a utilizzare capacità diverse
 2. Permette una visione d'insieme del lavoro, non di un singolo piccolo compito
 3. Ha impatto sulle altre persone (interne o esterne all'organizzazione)
 4. Permette libertà decisionale e autonomia
 5. Viene fornito un feedback sulla qualità della prestazione svolta

18

Interventi per la riduzione dello SLC

- ▶ **Job redesign**
- ▶ Alcuni esempi di *job redesign* secondo la Job Characteristics Theory:
 - ▶ Creare nuovi team di lavoro composti da lavoratori interdipendenti
 - ▶ Far svolgere compiti diversi / rotazione delle mansioni
 - ▶ Interazione con clienti/utenti
 - ▶ Aggiungere compiti che richiedono maggiore responsabilità e autonomia decisionale

19

Interventi per la riduzione dello SLC

- ▶ **Esempi di interventi sull'organizzazione informale**
- ▶ Analisi e chiarimento del ruolo
 - ▶ Identificare e risolvere eventuali casi di conflitto o ambiguità di ruolo
- ▶ Goal-setting (Goal-setting theory e Management By Objectives)
 - ▶ Fornire obiettivi da raggiungere piuttosto che 'microgestione' (*micromanagement*)
- ▶ Migliore gestione della comunicazione
- ▶ Rafforzamento del supporto sociale
 - ▶ Riunioni periodiche per scambio informazioni o discussione problemi
- ▶ Mentoring

20

Interventi per la riduzione dello SLC

▶ **Prevenzione primaria**

- ▶ **Pro:**
 - ▶ Se fatta bene, estremamente efficace
 - ▶ Si eliminano o riducono le fonti di rischio SLC
- ▶ **Contro**
 - ▶ Difficile
 - ▶ Non esistono procedure standardizzate, ogni caso è diverso
 - ▶ Richiedono capacità di problem solving
 - ▶ Possibile resistenza da parte di management e lavoratori
 - ▶ Possibilità di fare danni o effetti collaterali
 - ▶ Alle volte anche diversi mesi prima di avere effetto

21

Interventi per la riduzione dello SLC

▶ **Prevenzione secondaria**

- ▶ Cambiare il modo in cui i lavoratori reagiscono agli stressors, in modo da ridurre la possibilità di generare *strain*
- ▶ **Stress management:**
 - ▶ Conoscenza dello SLC
 - ▶ Consapevolezza delle cause e delle conseguenze
 - ▶ Sviluppare risposte più adattive e migliori **strategie di coping**
 - ▶ Empowerment: rendere i lavoratori attivi nella protezione e promozione della propria salute lavorativa
 - ▶ *Defusing e/o Debriefing*
 - ▶ Soprattutto per chi fa lavori emotivamente coinvolgenti o si occupa di emergenze (rischi di tipo **operativo**)

22

Interventi per la riduzione dello SLC

- ▶ **Educazione emotiva**
 - ▶ Riconoscimento delle proprie emozioni
 - ▶ Relazione tra emozioni, comportamento e salute
- ▶ **Tecniche di rilassamento**
 - ▶ Meditazione / Mindfulness
 - ▶ Tecniche di respirazione
 - ▶ Training autogeno

23

Interventi per la riduzione dello SLC

▶ **Prevenzione secondaria**

- ▶ **Pro:**
 - ▶ Interventi standardizzati
 - ▶ Tipologie di intervento molto richieste
 - ▶ Interesse e percezione di utilità da parte dei lavoratori
 - ▶ Fondamentale per gli **stressor operativi**
- ▶ **Contro**
 - ▶ Efficace solo sui lavoratori coinvolti (non su tutta l'organizzazione)
 - ▶ Idea che lo stress è un problema individuale, non organizzativo (*«se sei ancora stressato dopo questo intervento, vuol dire che il problema sei tu!»*)
 - ▶ Alcuni interventi di dubbia efficacia

24

Interventi per la riduzione dello SLC

- ▶ **Prevenzione terziaria**
- ▶ Intervento sui lavoratori che soffrono di SLC cronico

- ▶ Intervento di tipo medico
 - ▶ Trattamento dei disturbi fisici da SLC (cardiopatìa, ipertensione, disturbi gastro-intestinali, ecc.)

- ▶ Interventi psicosociali
 - ▶ Trattamento dei disturbi psicologici/comportamentali da SLC (depressione, ansia, burnout, ecc.)
 - ▶ Psicoterapia
 - ▶ Sportelli di ascolto e consulenza
 - ▶ Gruppi di supporto

25

Interventi per la riduzione dello SLC

- ▶ **Prevenzione terziaria**
- ▶ Pro:
 - ▶ Tipologie di intervento richieste
 - ▶ Necessaria per lo stress cronico
- ▶ Contro
 - ▶ Intervento esclusivamente individuale, non tocca le fonti di SLC organizzative
 - ▶ Variabilità sull'efficacia

26

Interventi per la riduzione dello SLC

- ▶ **Interventi di sistema**
- ▶ Interventi di prevenzione primaria + secondaria (o terziaria)
- ▶ Maggiore efficacia rispetto a interventi su un solo tipo di prevenzione (LaMontagne et al., 2007)

27