

# Lavoratori più stressati in Alto Adige Un caso su due, gli italiani i più colpiti

Esaminati 10.000 test di Ipl e Inail. Prima causa il rapporto con i colleghi

**BOLZANO** I lavoratori altoatesini sono in media più stressati rispetto a quelli delle altre regioni d'Italia. È questo il risultato che emerge dai dati raccolti tra i lavoratori dallo "Stressometro", un test elaborato dall'IPL e dall'Inail. «Lo scopo del nostro test è rendere i lavoratori consapevoli della propria situazione di stress — spiega il **presidente dell'Ipl Dieter Mayr** —. Il test si basa su valori consolidati e il risultato non rispecchia solo uno stato momentaneo». Da giugno 2019 a oggi sono state oltre 23.000 le persone che hanno iniziato la compilazione

del test e quasi 10.000 quelle che hanno inviato il test. «Va sottolineato che a partecipare sono state le persone per le quali lo stress rappresenta un problema corrente — afferma lo **psicologo del lavoro e ricercatore Tobias Hölbling** —. Sarebbe pertanto sbagliato riportare i risultati all'intera popolazione».

Snocciolando i dati ci si accorge che la causa maggiore di stress si riscontra nei rapporti sociali sul posto di lavoro, con il capo o con i colleghi. Stress, anche se in misura minore, deriva dalla postura faticosa (29%), l'intensità elevata

del lavoro (26%) e un carico emotivo critico: pressione di tempo, ritmi elevati, rapporti con clienti difficili o la necessità di nascondere le proprie emozioni sul lavoro.

Disparità di stress anche tra gruppi linguistici: gli italiani sembrano essere più stressati dei colleghi tedeschi con una percentuale che vede rispettivamente un 58% di lavoratori italiani stressati contro un 45% tra i tedeschi. L'intensità del carico di lavoro colpisce soprattutto gli uomini (31%) rispetto alle donne (21%), mentre queste soffrono specialmente per il carico emoti-

vo critico (il 30% contro il 23% degli uomini). «Ciò deriva dal fatto che le donne svolgono più frequentemente lavori sociali con un maggiore carico emotivo, mentre gli uomini sono occupati più nell'industria e nell'artigianato, dove l'intensità di lavoro è molto alta», spiega Hölbling. «Lo Stressometro è uno strumento importante e un primo passo verso una maggiore consapevolezza su questo argomento — commenta Sebastian Wieser, responsabile delle attività istituzionali dell'Inail di Bolzano —. Solo chi conosce i pericoli derivanti

dallo stress può attivarsi e ridurre così il rischio di infortuni sul lavoro e di assenze per malattia. Si creerebbe anche un grande risparmio per la collettività».

Attraverso i test, i ricercatori hanno potuto delineare un'anamnesi dei fattori stressanti per i lavoratori, mettendo a disposizione di questi ultimi una serie di video con consigli semplici da attuare nel quotidiano per gestire al meglio situazioni di stress.

«Il sindacato ha molto a cuore il benessere dei lavoratori e delle lavoratrici. Oltre alle adeguate condizioni contrattuali e salariali vi contribuiscono anche le condizioni di lavoro. I numeri dello Stressometro parlano da sé: i quasi 10.000 questionari compilati ci indicano che è un tema importante per molti. E ci spinge a continuare in questa direzione», ha concluso Mayr.

**Raffaele Puglia**  
© RIPRODUZIONE RISERVATA

