

Sei in: [Economia](#) » [Lo stressometro funziona, compilati...](#) »

Lo stressometro funziona, compilati quasi 10 mila questionari

Bolzano. Da giugno 2019 è online lo "stressometro" creato da Ipl e Inail. Migliaia di altoatesini hanno misurato e confrontato il proprio livello di stress sul lavoro. Lo stressometro è un articolato...

01 febbraio 2020 A- A+   



Bolzano. Da giugno 2019 è online lo "stressometro" creato da Ipl e Inail. Migliaia di altoatesini hanno misurato e confrontato il proprio livello di stress sul lavoro. Lo stressometro è un articolato questionario online che, grazie a una metodologia scientifica, è in grado di misurare con precisione il livello di stress sul lavoro. «Lo scopo del nostro test è rendere i lavoratori consapevoli della propria situazione di stress. Il test si basa su valori consolidati e il risultato non rispecchia solo uno stato momentaneo», sottolinea il **presidente Ipl, Dieter Mayr**. Lo stressometro ha riscosso un inatteso successo: sono stati compilati quasi 10.000 questionari e la pagina è stata consultata quasi 23.000 volte. Il test, anche se disponibile per tutta l'area tedescofona e italiana, è stato compilato per oltre l'80% da altoatesini. «Va sottolineato che a partecipare sono state le persone per le quali lo stress rappresenta un problema corrente, pertanto sarebbe sbagliato riportare i risultati all'intera popolazione altoatesina», premette lo **psicologo del lavoro Tobias Hölbling**; e aggiunge che, tra le persone che hanno risposto a tutte le 31 domande relative ai sei differenti livelli di stress, una su due lamenta problemi nei rapporti sociali sul posto di lavoro, con il capo o con i colleghi. A questa principale causa di stress seguono la postura faticosa (29%), l'intensità elevata del lavoro (26%) e un carico emotivo critico, ovvero pressione di tempo, ritmi elevati, rapporti con clienti difficili o la necessità di nascondere le proprie emozioni sul lavoro. L'intensità del carico di lavoro colpisce soprattutto gli uomini (uomini 31%, donne 21%), mentre le donne soffrono specialmente per il carico emotivo critico (donne 30%, uomini 23%). «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. Per l'Alto Adige il test evidenzia anche delle differenze per gruppi linguistici. Tra quelli di lingua italiana i fattori critici di stress rappresentati da carichi emotivi (36%) o addirittura dai rapporti sociali (58%) sono più frequenti che nel gruppo tedesco e ladino, dove solo il 21% lamenta un carico emotivo e il 45% uno sociale.

<https://www.altoadige.it/economia/lo-stressometro-funziona-compilati-quasi-10-mila-questionari-1.2249533>