

In termini di prove di laboratorio a cui sono sottoposti i metalli allo scopo di determinare il carico di rottura; In particolare fa riferimento alle prove di trazione, di flessione e di torsione (prove definite di stress).

Pare aver origine dal latino stringere in particolare da strictus che significa: "stretto, angusto, serrato".

Negli anni, grazie ai lavori di Selye il termine viene utilizzato nelle scienze mediche e successivamente nelle scienze biopsicologiche.

Nel 1975 Selye fornisce all'organizzazione mondiale per la sanità (O.M.S.) la seguente definizione:

Stress o sindrome generale di adattamento, è una risposta aspecifica a qualsiasi richiesta (demand) proveniente dall'ambiente.

Non vi è nulla sulla presunta nocività dello stress in questa definizione.

Più che altro viene sottolineata una risposta adattiva, necessaria a tutti gli esseri viventi alla sopravvivenza.

La conclusione è che lo stato di stress è uno stato fisiologico normale che non può e non deve essere evitato.

La completa libertà dallo stress è la morte (Selye 1974).

Oggi si pone l'accento sulla specificità e si tende a correlare alcune alterazioni fisiologiche con le caratteristiche dello stimolo e con quelle specifiche e individuali della persona soggetta a stress.

### Un punto di vista psicologico:

è necessaria la distinzione fra EUSTRESS (stress buono) e DISTRESS (stress cattivo)

EUSTRESS: un individuo eustressato è una persona che sente di essere adeguatamente stimolata, di possedere il controllo sulla situazione ambientale interna e di riuscire adeguatamente alle richieste all'ambiente esterno (G.Favretto 2005).

DISTRESS: un individuo distressato è una persona che ha perso il controllo sulla maggior parte delle situazioni con cui ha che fare e che percepisce le richieste provenienti dall'ambiente come superiori alle sue forze ed energie (G.Favretto 2005).

(intestazione istituto)

## SCUOLA SICURA: stress lavoro correlato (SLC)



## chi può essere colpito?

Lo stress potenzialmente può colpire qualsiasi posto di lavoro e qualunque lavoratore indipendentemente dalla dimensione dell'azienda, dal campo di attività, dal tipo di contratto o di rapporto di lavoro.

## Che cos'è?

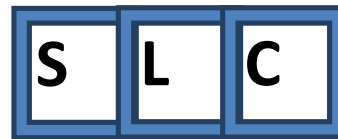
Lo stress è una situazione prolungata di tensione. Viene definito come «una condizione, accompagnata da sofferenze o disfunzioni fisiche, psichiche, psicologiche o sociali, che scaturisce dalla sensazione individuale di non essere in grado di rispondere alle richieste o di non essere all'altezza delle aspettative» (art. 3 dell'Accordo Interconfederale 9 giugno 2008).

## Chi deve valutare?

Lo stress lavoro-correlato deve essere valutato da tutti i datori di lavoro (del settore pubblico e privato) istituendo un gruppo di valutazione (GV), ovvero un organo preposto alla elaborazione di misure preventive e correttive delle situazioni di disagio.

## Perchè valutare?

Per raggiungere il benessere organizzativo, ed essere consapevoli dello stress generato nei confronti dei lavoratori. Inoltre per adempiere agli obblighi normativi previsti dal D.Lgs. 81/08 (Testo Unico sulla Sicurezza)



## Come valutare?

La scuola ha sviluppato il modello di valutazione SLC (stress lavoro-correlato) che si compone di 5 fasi:

1. Focus group iniziale con **Dirigente scolastico, RSPP, RLS, Medico del Lavoro, .....**
2. Individuazione e calcolo degli indicatori oggettivi di stress lavoro-correlato
3. Valutazione del rischio stress lavoro-correlato
4. Somministrazione di un questionario di percezione dello stress lavoro correlato tra i lavoratori (facoltativo e consigliato in caso di un rischio stress lavoro-correlato elevato)
5. Implementazione di un piano di azione e di prevenzione del rischio

## Contatti:

- Dirigente scolastico;
- Direttore SGA
- Rappresentante dei lavoratori per la sicurezza (RLS)
- Membri del GV

## I fattori di stress:

### CONTENUTO DEL LAVORO

- Tipo di lavoro
- Carico di lavoro e ritmo di lavoro
- Orario di lavoro
- Ambiente e attrezzature

### CONTESTO DEL LAVORO

- Cultura e sistema organizzativo
- Ruolo nell'ambito dell'organizzazione
- Sviluppo della carriera
- Interfaccia casa-lavoro