



LA LEGGE PER TUTTI
INFORMAZIONE E CONSULENZA LEGALE

Stress da lavoro: impiegati più a rischio dei manager

Autore: Federica Fontana | 18/10/2017

Recenti studi mostrano come gli impiegati siano più a rischio dei manager di andare incontro a stress da lavoro

Lo **stile di vita** sempre più **frenetico**, le continue corse per riuscire a portare a termine tutti gli **obiettivi** prefissati, il **lavoro**, la famiglia ecc. ci portano ad essere sempre più soggetti a **stress**. A chi non è mai capitato di sentirsi pervadere da uno stato di **ansia**, di **irritabilità**, dalla brutta sensazione di non essere all'altezza delle aspettative; in questi casi sentiamo che i battiti del cuore subiscono una repentina accelerata, soffriamo di insonnia, di pressione alta, di depressione, ci arrabbiamo per nulla, perdiamo oggetti continuamente e dimentichiamo appuntamenti, ci sentiamo continuamente stanchi. Ebbene, quando a causare lo stress è il lavoro svolto si parla di "**stress da lavoro**". Ma quali sono i soggetti più a rischio? E quali le cause? A tale domanda risponde uno studio dell'Università di Manchester in collaborazione con quella di Essex e del London College.

Quali sono i soggetti più a rischio?

Comunemente si pensa che i soggetti più a rischio di incorrere in stress da lavoro

siano i **manager** in carriera. Sono questi, infatti, coloro che hanno **maggiori responsabilità**: devono prendere decisioni importanti in tempi rapidissimi e dare le relative risposte con altrettanta celerità, devono gestire il lavoro dei loro sottoposti, devono dare una disponibilità di tempo più alta rispetto al normale ecc. Nonostante tali considerazioni, uno studio dell'**Università di Manchester** in collaborazione con quella di Essex e del **London College**, i cui risultati sono stati pubblicati sul The Journals of Gerontology, ha fornito una risposta che sorprende: ad essere maggiormente a rischio di incorrere in **stress da lavoro** non sono i manager, bensì gli **impiegati**. La **ricerca** ha esaminato un **campione** costituito da oltre mille **impiegati pubblici** inglesi ed è arrivata alla conclusione che gli impiegati sono più stressati dei loro capi. Con il pensionamento la situazione non cambia.

Perché gli impiegati sono più stressati?

Lo **stress da lavoro**, come constatato dagli studiosi inglesi, non dipende solo dalla **responsabilità**, ma è causato anche da altri fattori. I manager, sebbene il loro lavoro richieda un maggiore grado di responsabilità, soffrono di un minor livello di stress: ciò grazie al maggior grado di **soddisfazione** che deriva dal loro lavoro, alla facoltà di gestire le varie incombenze in base alle proprie esigenze, all'influenza che possono esercitare, alla possibilità di crescita professionale, al cospicuo stipendio che viene loro elargito. Gli impiegati, al contrario, sono soggetti al **controllo** del loro capo, sono costretti a passare la maggior parte della loro giornata con colleghi con i quali spesso non vanno d'accordo, sono spesso **insoddisfatti** del proprio lavoro, hanno uno **stipendio più basso** e, pertanto, non possono consolare le proprie insoddisfazioni in svaghi costosi. Anche gli **accordi pensionistici** sono peggiori. Per non parlare del **sovraccarico di lavoro**, degli **straordinari non pagati** e delle aspettative irraggiungibili.

Note

Autore Immagine: Pixabay.com