IL BENESSERE PSICOLOGICO DELLE LAVORATRICI E DEI LAVORATORI

Vissuto, bisogni e desiderata delle e dei dipendenti delle aziende italiane

Main Results 2021

BVA Doxa

mindwork
Well-being in progress

Premessa

A distanza di un anno dalla precedente ricerca realizzata per noi da **BVA Doxa** a settembre 2020, abbiamo promosso una **nuova edizione dello studio sul benessere psicologico delle lavoratrici e dei lavoratori italiani.**

I presenti dati sono stati raccolti a **settembre 2021** attraverso **interviste online a partire da un questionario strutturato.**

La ricerca, ha avuto l'obiettivo di:

- fotografare lo stato psicologico di lavoratrici e lavoratori;
- analizzare le strategie e le soluzioni adottate;
- verificare bisogni, aspettative e desiderata.

mindwork
Well-being in progress

Stato psicologico ed emotivo

mindwork
Well-being in progress

Salute psicologica

85%

Percepisce una forte relazione
tra il proprio benessere psicologico
e il benessere lavorativo.

Quasi l'**85**% delle persone considera il proprio **benessere psicologico generale correlato al proprio benessere sul lavoro e viceversa.**

mindwork
Well-being in progress

Ansia e insonnia

La quota di persone che dichiara di soffrire di frequenti problemi di **ANSIA E INSONNIA per motivi legati al lavoro** è del **49%.**

La quota relativa alle stesse persone prima del Covid era del 35%, denotando un fenomeno diffuso a prescindere dalla pandemia, ma comunque in aumento.

1 persona su 2

Soffre di ansia e insonnia.

mindwork
Well-being in progress

Burn-out

80%

Ha provato
almeno un sintomo
correlato al burnout.

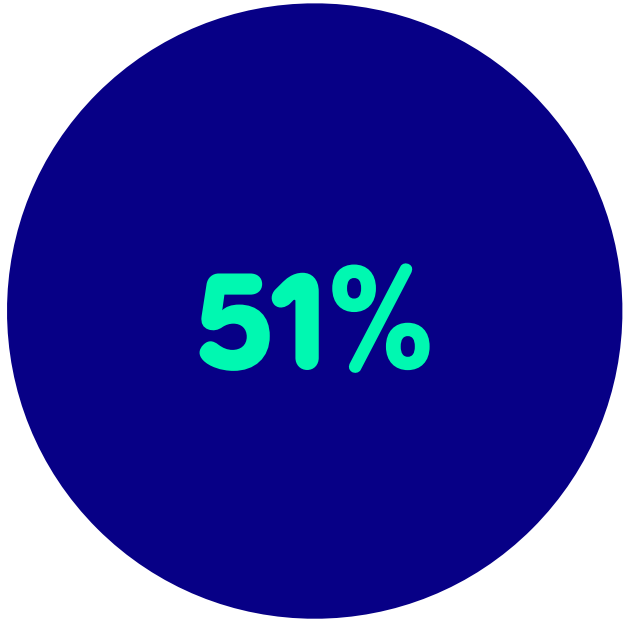
Con l'esplosione dell'emergenza sanitaria è **raddoppiata la quota di lavoratrici e lavoratori che presenta almeno uno dei principali «marker» del burnout**
(sensazione di sfinimento, calo dell'efficienza lavorativa, aumento del distacco mentale, cinismo rispetto al lavoro)
con un **numero medio di sintomi dichiarati di 2.7 sintomi su 4.**

mindwork
Well-being in progress

Soddisfazione e sentiment

mindwork
Well-being in progress

Work-life balance



Sperimenta interferenze
del lavoro
nella vita privata/familiare.

Per il **51%** dei lavoratori e delle lavoratrici,
le responsabilità e gli impegni di lavoro interferiscono con la vita privata e/o familiare.

Il dato, in aumento di 7 punti percentuali rispetto ad un anno fa, evidenzia dunque la **difficoltà a definire confini netti tra vita e lavoro**, con la percezione che siano soprattutto gli impegni lavorativi a pesare sulla vita personale.

mindwork
Well-being in progress

Vissuti psicologici e luogo di lavoro

Il 40% del campione riferisce di non sentirsi libero di parlare del proprio malessere emotivo nel suo luogo di lavoro.

In continuità con i dati 2020, l'ambiente di lavoro si conferma il luogo meno adatto ad esprimere il proprio disagio, anche tra coloro che si sentono invece tranquilli nel condividere il proprio malessere a casa.

mindwork
Well-being in progress

Assenteismo

1 persona su 3 dichiara di essersi **assentata dal lavoro a causa di malessere emotivo**, dovuto a eccessivi carichi di stress e ansia, che non riusciva più a sostenere.

1 persona su 3

Si è assentata dal lavoro
per motivi di malessere psicologico.

mindwork
Well-being in progress

Drop-out lavorativo

1 under 34 su 2

Lascia il lavoro
per motivi legati
al malessere psicologico.

Lavoratori e lavoratrici giovani hanno una maggior propensione a **lasciare il lavoro a causa di un malessere emotivo ad esso correlato.**
Il 49% degli under 34 si è infatti **dimesso** almeno una volta **per preservare la propria salute psicologica.**

La tendenza è in aumento 5 punti percentuali rispetto al 2020.

mindwork
Well-being in progress

Benessere psicologico, talenti e attrattività delle aziende italiane

mindwork
Well-being in progress

Percezione di lavoratori e lavoratrici

Il 42% del campione **ritiene inefficaci le iniziative promosse dalla sua azienda** per aumentare il livello di benessere dei lavoratori e delle lavoratrici e/o ridurre lo stress legato al lavoro.

Si registra un **aumento di quasi 15 punti percentuali dal 2020.**

mindwork
Well-being in progress

Il ruolo dell'azienda

9 persone su 10

Vogliono che l'azienda si occupi di benessere psicologico.

Il **92%** delle lavoratrici e dei lavoratori ritiene **importante** che l'**azienda si occupi attivamente del "BENESSERE PSICOLOGICO"** dei propri dipendenti.

mindwork
Well-being in progress

Un motivo in più per scegliere un'azienda

In caso di ricerca di una nuova posizione lavorativa, **il 73% delle persone dichiara di preferire un'azienda attenta al benessere psicologico delle sue persone.**

Tale evidenza, si riscontra anche laddove il livello di stress attualmente percepito dalla persona sul proprio lavoro sia basso.

7 persone su 10

Scelgono l'azienda
anche sulla base dell'attenzione
al benessere psicologico.

mindwork
Well-being in progress

Il supporto psicologico in azienda

Laddove vi sia un servizio di supporto psicologico in azienda, il **60% delle persone lo valuta positivamente** e ritiene che sia **necessario** che il servizio continui **anche in futuro**, quando l'emergenza Covid-19 sarà finita.

mindwork
Well-being in progress

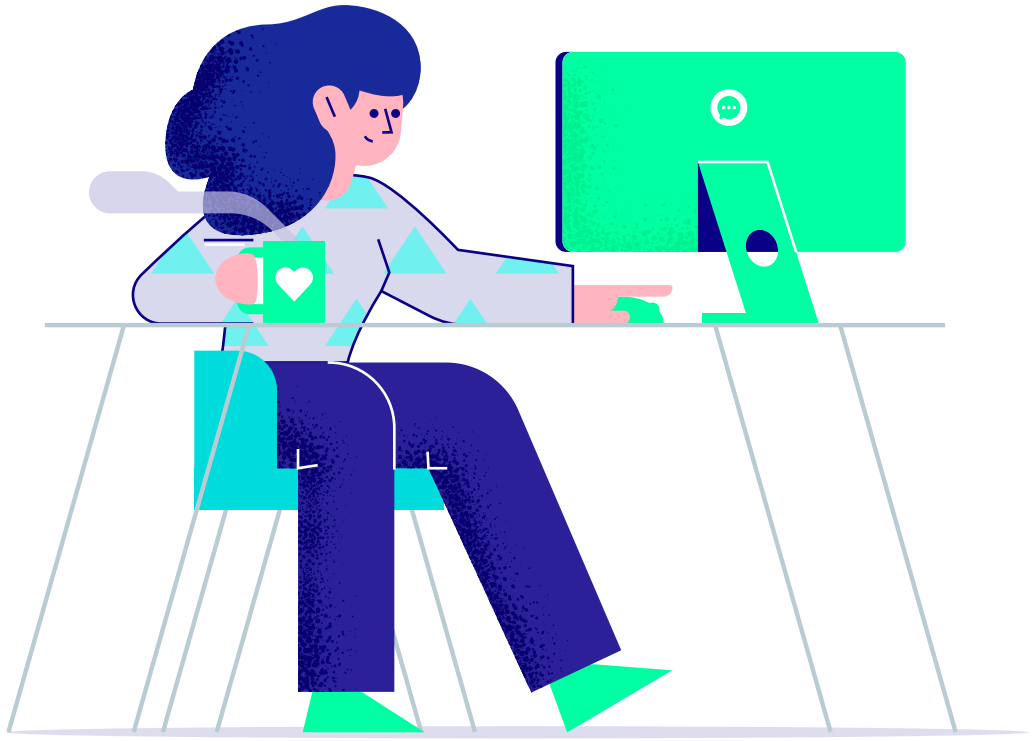
Il supporto psicologico in azienda

Laddove non è presente, il **75% delle persone valuterebbe positivamente** la messa a disposizione, da parte dell'azienda, di un **servizio di supporto psicologico.**

mindwork
Well-being in progress

Lo stato emotivo di chi dovrà rientrare in azienda

mindwork
Well-being in progress



Rientro in ufficio

Circa il **40%** si dice **preoccupato del rientro** a tempo pieno **in ufficio.**
Il 20% cambierebbe lavoro se costretto a rientrare.

I principali motivi di tale preoccupazione sono:

- gestione tempo
- **vissuti di stress**
- gestione familiare

mindwork
Well-being in progress

Rientro in ufficio

Il **62% dei lavoratori e delle lavoratrici** valuta **utile un servizio di supporto psicologico** per fronteggiare momenti di **stress e disagio legati al rientro in azienda.**

Rispetto al 2020, la quota è salita di 8 punti percentuali (dal 54% al 62%).

6 persone su 10

Ritengono utile
un servizio di supporto psicologico
per il rientro in ufficio.

mindwork
Well-being in progress

Contatti

Press Office

m: +39 3331831393

e: press@mindwork.it

Mindwork S.r.l.
Piazza della Repubblica, 10 20121 Milano
P.IVA 10719170960
business@mindwork.it
mindwork.it/business

mindwork
Well-being in progress