

## Promozione del benessere psicologico e prevenzione rischio stress lavoro correlato

### *Sportello di ascolto psicologico*

Il Rapporto mondiale dell'OMS sulla salute mentale, pubblicato nel giugno 2022 (WHO, 2022)<sup>1</sup> insieme alla nota informativa congiunta dall'OMS e ILO (WHO e ILO, 2022)<sup>2</sup> conferma la stretta connessione tra lavoro e salute mentale. Non solo la presenza di un ambiente lavorativo sano e sicuro, ma anche la promozione della salute mentale aiuta i lavoratori ad essere produttivi e performanti incrementando il livello di soddisfazione fisica, psicologica e sociale, l'autostima e il senso di appartenenza e riducendo la possibilità che lo stress possa evolvere in conseguenze che non coinvolgono solo l'ambito psicologico.

In particolar modo, in seguito alla pandemia Covid-19, una ricerca condotta in Europa da EU-OSHA (EUOSHA, 2022)<sup>3</sup> ha evidenziato un incremento dello stress lavorativo percepito nel 44% dei lavoratori. Lo stress di per sé non è un fattore negativo, lo diventa se la persona sente di non avere le capacità e le risorse per potersi far fronte generando conseguenze che potrebbero minare la sua salute fisica e il suo benessere psicologico.

Lo **sportello di ascolto** nasce puntando specificatamente l'attenzione sulla prevenzione e promozione della salute psicologica al fine di offrire ai lavoratori che ne fanno richiesta l'occasione di un **iniziale ascolto e supporto** nella gestione dello stress derivante da una **momentanea situazione di sofferenza psicologica** percepita. La possibilità di garantire uno spazio personale e privato nel quale il lavoratore può esprimersi liberamente in un clima di accettazione, comprensione e accoglimento può favorire inoltre anche la fiducia nelle proprie capacità di poter fronteggiare e gestire la situazione. Esso è condotto da professionisti psicologi e si articola in attività di **consulenze psicologiche** (massimo 5 incontri della durata di 1 ora circa ciascuno).

Qualora il lavoratore manifestasse il bisogno di un percorso più mirato e prolungato e/o la fragilità emotiva e il disagio perdurino e/o necessitino approfondimenti e conseguente orientamento verso trattamenti più opportuni, egli verrà indirizzato presso i servizi presenti sul territorio.

Il lavoratore, a richiesta, potrà usufruire di un colloquio di follow up a 1 mese circa dal termine delle consulenze.

---

<sup>1</sup> World Health Organization (2022) World mental health report: Transforming mental health for all , disponibile online: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>

<sup>2</sup> World Health Organization e International Labour Organization (2022) Mental health at work: Policy brief , disponibile online: [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@ed\\_protect/@protrav/@safework/documents/publication/wcms\\_856976.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@ed_protect/@protrav/@safework/documents/publication/wcms_856976.pdf)

<sup>3</sup> EU-OSHA (2022) OSH Pulse – Sicurezza e salute sul lavoro dopo la pandemia disponibile online: <https://osha.europa.eu/it/facts-and-figures/osh-pulse-occupational-safety-and-health-post-pandemic-workplaces>

## Destinatari

Lavoratori (ad esclusione dei dipendenti ASL Foggia) che lavorano  
o sono residenti nella provincia di Foggia



Lo sportello psicologico, gestito dal Servizio di Prevenzione e Sicurezza negli Ambienti di Lavoro (**SPESAL**), è ubicato al primo piano della sede del Dipartimento di Prevenzione di **Foggia**, in **Piazza Pavoncelli n. 11**.

Si accede allo sportello tramite prenotazione inviando una mail alla segreteria del servizio SPESAL [spesal.areasud@aslfg.it](mailto:spesal.areasud@aslfg.it) indicando, nell'oggetto della mail la richiesta di una consulenza psicologica per lo sportello di ascolto.

È necessario riportare oltre ai dati anagrafici, anche un recapito telefonico al fine di poter essere ricontattati per fissare il primo colloquio.

### Motivi di esclusione

- Non potranno accedere alle consulenze psicologiche, i lavoratori che stiano già fruendo di percorsi psicologici/psicoterapici.
- Lo sportello non si occupa di attività diagnostiche e/o terapeutiche, non si occupa di mobbing, violenza, vessazione morale, fisica e psichica e patologie stress lavoro correlato e non offre consulenza sindacale o legale.