



10 OTTOBRE, GIORNATA MONDIALE DELLA SALUTE MENTALE.
QUALE RAPPORTO TRA MALESSERE PSICOLOGICO E LAVORO?
I DATI STIMULUS: IL DISAGIO INDIVIDUALE INCIDE SULLA QUALITÀ DEL LAVORO

**L'anteprima del rapporto 2023 sul benessere psicologico sul luogo di lavoro:
è cresciuto il bisogno di servizi specifici sul tema della salute mentale**

Milano, 28 Settembre 2023. In occasione della **Giornata mondiale della salute mentale del 10 ottobre**, **Stimulus Italia**, società di consulenza per il benessere psicologico nei luoghi di lavoro, annuncia l'anteprima del rapporto 2023 su casi di stress, disagio e malessere di professionisti e impiegati nelle aziende italiane. Il **"Quick report 2023. Dati di utilizzo"** analizza i primi sei mesi dell'anno, nel corso dei quali gli psicologi Stimulus hanno prestato 8040 consulenze a collaboratori e collaboratrici di aziende di grandi e medie dimensioni.

I dati indicano che **è cresciuto il bisogno di servizi specifici sul tema della salute mentale**. La domanda di aiuto è ampia, va dai casi di sovraccarico agli stati di ansia, depressione o insonnia.

Nel 2023, il 56,4 per cento dei contatti è avvenuto al telefono, il 28,4 per cento in videochiamata, il 13,7 per cento in consulenze in presenza e l'1,4 per cento per chat o moduli di contatto. **Nel 77 per cento dei casi, le persone si sono rivolte agli psicologi Stimulus per difficoltà personali**; il 6,5 per cento, invece, ha espresso difficoltà professionali e il 16,4 per cento ha ammesso difficoltà in entrambi gli ambiti.

Questo malessere incide sulla qualità del lavoro dei professionisti e sulla loro percezione degli ambienti di lavoro, come osserva **Marisabel Iacopino**, Service Coordinator Stimulus Italia: "Notiamo come il malessere percepito a livello individuale sia notevolmente aumentato, insieme alle problematiche di benessere che vengono riscontrate nell'ambito lavorativo. Rispetto al 2022, **la percezione di malessere individuale sta permeando sempre di più il contesto lavorativo**: da qui la necessità di concentrarci, nelle consulenze con i nostri utenti, nella comprensione delle radici di tale malessere, per aiutarli a definire confini sempre più chiari tra ciò che deriva dal contesto personale e ciò che invece arriva dal contesto lavorativo".

Fra le tematiche personali, **il 57 per cento dei professionisti espone malesseri individuali; il 30,06 per cento vive problemi di coppia, il 10,10 per cento ha difficoltà con i figli**. Fra le situazioni che preoccupano i professionisti sul luogo di lavoro, per il 5,54 per cento dei casi si tratta di relazioni con i superiori, nel 5,44 per cento il tema è il carico mentale e nel 4,59 per cento emergono problemi di benessere nello svolgimento del proprio incarico.

Continua Iacopino: **"Spesso i professionisti non sono consapevoli delle origini del loro malessere**, sanno, però, di stare male e decidono di chiedere aiuto. In una società orientata alla corsa contro il tempo in favore del mito dell'iperproduttività, trovare degli spazi di ascolto di sé non è facile. È difficile, ancor di più, intuire che possa trattarsi di un disagio psico-emotivo ed è questo il motivo delle **numerose somatizzazioni**".



Conclude **Andrea Bertoletti**, Country Manager di Stimulus Italia: “In Stimulus siamo sempre stati persuasi di quanto sia importante stare bene, sotto tutti i punti di vista, nei luoghi di lavoro. **Ottobre è il mese della salute mentale** e l’attenzione cresce su questi temi, ma vorrei sottolineare che **è necessario occuparsi di questa tematica per tutto l’anno**, perché la continua sensibilizzazione permette alle aziende di far percepire che il cambiamento culturale è in atto e che la Salute Mentale e la cura della persona sono elementi prioritari per l’organizzazione. **Il benessere psicologico delle persone in azienda è oggi un tema che non può essere trascurato”**.

In occasione della Giornata mondiale della salute mentale, del 10 ottobre, Stimulus Italia presenta dal 9 al 13 ottobre 2023, di “**Leading wellbeing: meet the challenge. La Settimana della salute mentale**”, un ciclo di eventi formativi rivolti in particolare ai professionisti. Richiamare l’attenzione sul valore del benessere psicologico nelle organizzazioni e aiutare i responsabili HR sono gli obiettivi dell’iniziativa.

Per informazioni: <https://lasettimanadellasalutementale.it>

Stimulus Italia

Stimulus Consulting nasce nel 1989 in Francia da un’idea di Patrick Légeron, psichiatra e consulente d’impresa. Oggi presente in Francia, Italia, Spagna e Germania, operativa in 128 Paesi nel Mondo, Stimulus fa parte del gruppo Human & Work, una rete di aziende e professionisti esperti in consulenza aziendale, salute, parità di genere, supporto manageriale e benessere al lavoro.

In Italia Stimulus è attiva dal 2010 e ha sede a Milano. Dal 2020 Stimulus Italia cura il Report sui dati di utilizzo, che prende in esame le consulenze offerte dagli psicologi Stimulus nelle aziende e raccoglie, in forma anonima, le caratteristiche dei disagi segnalati e i bisogni degli utenti.

Per informazioni alle aziende:

Simone Tonello, Simone.Tonello@stimulus-consulting.it , 331 2461167

Per informazioni alla stampa:

Greta La Rocca, greta@gretalarocca.com, tel. 333 3191963

Claudia Silivestro, claudia.silivestro@gmail.com, tel. 340 0787800