

# *Questionario SLC-60*

## *Rilevazione dei livelli di Stress-Lavoro-Correlato*

---

***Fabio Cotti, Erika Riva (2009)***

***(R) All Rights Reserved***

## Lo stress correlato al lavoro

---

- Lo stress è uno stato di malessere che si accompagna a problematiche fisiche, psicologiche o sociali
  - Lo stress si genera quando le persone non si sentono in grado di far fronte alle richieste o alle attese nei loro confronti o valutano la situazione lavorativa come eccedente alle proprie risorse e tale da mettere in pericolo il loro benessere
  - La reazione allo stress passa attraverso tre fasi:
    - Allarme
    - Difesa e adattamento
    - Esaurimento
  - Quando i livelli di stress raggiungono un certo livello, l'individuo non è più in grado di adattarsi: questo comporta un peggioramento delle prestazioni lavorative, la comparsa di sintomi psicologici (ansia, depressione, irritabilità, ecc.) e fisici (nausea, mal di testa, alterazione del ritmo cardiaco, debolezza, ecc.)
-

## Cosa misura il Questionario SLC-60?

---

***Il Questionario SLC-60 fornisce una valutazione del livello di stress lavoro-correlato percepito dagli individui.***

***Comprende una valutazione dei fattori di stress presenti nell'ambiente di lavoro, l'impatto soggettivo che questi hanno sulla persona e le capacità individuali di far fronte agli stressors lavorativi***

---

## Informazioni ottenute

---

**Il report informatizzato darà informazioni di sintesi relativamente a:**

- **Fattori di stress**
    - Organizzativi
    - Intrinseci al lavoro/ruolo/mansione
    - Sociali/relazionali
  - **Effetti dello stress**
    - Energia/esaurimento
    - Affezione/disaffezione al lavoro
    - Sintomi specifici
  - **Capacità di coping individuali**
  - **Analisi critica degli item**
  - **Scala di validità**
    - Simulazione o esagerazione dei sintomi
-

**I fattori di stress sono alcune condizioni che potrebbero dare origine a distress ed esaurimento nel lavoratore**

- **Fattori di stress organizzativi**
    - Riguardano l'ambiente di lavoro e le sue modalità di funzionamento
  - **Fattori intrinseci al ruolo/mansione**
    - Riguardano le caratteristiche specifiche della mansione svolta dall'individuo
  - **Fattori sociali/relazionali**
    - Riguardano le dinamiche relazionali che si sono instaurate nell'ambiente di lavoro con colleghi e superiori
-

**Gli effetti dello stress sono le conseguenze (psicologiche, fisiche, motivazionali) sperimentate dal lavoratore che vive una condizione stressante**

- **Energia/esaurimento**

- Riguarda la quantità di energie disponibile a cui si attinge per fronteggiare il lavoro

- **Affezione/disaffezione al lavoro**

- Riguarda il grado di coinvolgimento, voglia di fare e passione rispetto al proprio lavoro

- **Sintomi specifici**

- Riguarda sintomatologie specifiche, ad esempio fisiche, che insorgono in situazioni di stress

---

- **Le capacità di coping sono le capacità dell'individuo di rispondere in modo adeguato allo stress, così da raggiungere un buon adattamento e non sviluppare sintomi**
  - **Le capacità di coping si riferiscono per esempio alla capacità di tollerare una certa quota di stress, di “staccare la spina”, di avere altre aree di interesse oltre al lavoro, ecc.**
  - **E' importante valutare le capacità di coping per verificare la “vulnerabilità” dell'individuo ed impostare, se ci fosse il bisogno, un programma specifico di gestione dello stress**
-

## Informazioni ottenute: Analisi critica degli item

---

- **Permette di individuare quegli item (affermazioni) che a livello statistico hanno ottenuto punteggi particolarmente alti o bassi**
  - **Questa analisi serve ad evidenziare in modo più specifico i punti critici e i punti di forza dell'Azienda e dei Soggetti rispetto all'insorgenza di stress lavoro-correlato**
-

## Scala di validità

---

- **Simulazione o esagerazione dei sintomi**
  - Serve a controllare eventuali distorsioni nel fornire le risposte
  - E' una scala finalizzata a rilevare l'eventuale tendenza ad esasperare i sintomi, al fine di apparire maggiormente "stressati"

## Report elaborati

---

*E' possibile avere due tipologie di report:*

- **Report individuale**

- Per ogni Soggetto viene elaborato un grafico di sintesi con il livello di stress percepito e i punteggi ottenuti alle diverse scale

- **Report aggregato**

- In riferimento alla popolazione indagata, ossia tutte le risorse che hanno compilato il questionario, viene fornito un quadro d'insieme come “rappresentazione aziendale” dello stress-lavoro-correlato

---

## Indicazioni e Interventi

---

- **Su richiesta è possibile:**
  - Fornire indicazioni specifiche sugli interventi da attuare (individuali e/o di gruppo) al fine di ridurre lo stress correlato al lavoro
  - Individuare piani di formazione/sviluppo individuali o di gruppo

*Per informazioni e preventivi:*

**Studio RiPsi®    HR•RiPsi®**

*Milano – Como – Varese*

**Via Sidoli, 6 – 20129 Milano**

**Tel. 02 49457024 ♦ Fax 02 39256308**

**info@studioripsi.it ♦ www.studioripsi.it**

**info@hr-studioripsi.it ♦ www.hr-studioripsi.it**

---