

# La tua azienda è a rischio stress organizzativo?

10 segnali da non ignorare per prevenire burnout, turnover e calo di produttività.



# Introduzione

## Lo stress non è una fragilità. È un indicatore.

Ignorarlo costa caro: turnover, assenteismo, demotivazione.

Lo stress lavoro-correlato è responsabile del 25% delle assenze e costa alle aziende europee oltre 136 miliardi l'anno.

Ma non sempre è evidente. Spesso si infiltra nelle routine quotidiane senza farsi notare, fino a quando è troppo tardi.

Questa checklist ti aiuta a capire **dove si nasconde il rischio di stress nella tua azienda** — e da dove partire per affrontarlo in modo sistemico, non simbolico.

# Checklist



## Area 1: Cultura e clima organizzativo

- In azienda si parla poco o per niente di benessere.
- Le persone non si sentono sicure nel condividere difficoltà o emozioni.
- I ritmi di lavoro sono spesso urgenti, reattivi, poco pianificati.



## Area 2: Leadership e comunicazione

- I manager non ricevono una formazione continuativa sulla gestione dello stress nei team.
- I collaboratori faticano a ricevere feedback costruttivo o sentirsi valorizzati.
- Non ci sono momenti strutturati per ascoltare le difficoltà dei team.



## **Area 3: Carico di lavoro e organizzazione**

- Le persone lamentano carichi di lavoro eccessivi o poco chiari.
- Le priorità cambiano di frequente senza una comunicazione adeguata.
- Ci sono frequenti assenze, turnover o casi di quiet quitting.



### **Bonus: hai dati a supporto?**

- Non avete mai misurato lo stress organizzativo con uno strumento dedicato.

# Valutazione



## **0-3 segni**

Il tuo clima organizzativo è sano.  
Continua così, ma resta in ascolto.



## **4-6 segni**

C'è un rischio latente. È il momento di raccogliere dati più strutturati e intervenire in modo mirato.



## **7+ segni**

Il livello di stress è critico. Sta già impattando il benessere delle persone (e i risultati).

**Vuoi andare oltre la percezione e iniziare a misurare davvero il malessere organizzativo?**

Scopri come farlo con **Wellbeing Analytics** di **Trainect**: dati reali, dashboard intelligenti, insight azionabili.

---

© 2025 - Trainect s.r.l. Società Benefit

Via Calatafimi 21, 00185 RM