

È il nuovo "mal d'ufficio", e non è l'unica novità in fatto di patologie che tormentano i lavoratori. Ma attenzione alle manie di persecuzione, perché a volte ci si sente mobbizzati senza esserlo

di Cristina Giudici -

illustrazioni di Marisa Vestita



CREDETE DI ESSERE VITTIMA DI **MOBBING**? MAGARI, INVECE, È "STRAINING"

Voci tremule, sguardi lacrimosi, pensieri paranoici. È così che si riconoscono le vittime del mobbing, la sindrome professionale che in Europa colpisce 12 milioni di persone. In Italia il fenomeno è stato riconosciuto per la prima volta dieci anni fa, quando lo psicologo tedesco Harald Ege fondò a Bologna l'associazione pioniera Prima. Da una recente indagine condotta proprio dall'équipe del professor Ege (che ha anche elaborato un test clinico adottato da diversi tribunali), emerge una novità: il mobbing è meno diffuso di quanto si creda e oggi ci sono nuove patologie che tormentano i lavoratori (vedi riquadro nella pagina seguente). «Fino a poco tempo fa si pensava che colpisse

se più di un milione e mezzo di persone, invece, recentemente, abbiamo scoperto che le vittime sono molto meno: 300 mila», spiega Ege, specializzato in psicologia del lavoro. «In compenso ci sono 900 mila impiegati che soffrono di straining». Il termine, tradotto letteralmente, significa "stringere", "stressare", e come il mobbing può provocare danni biologici ed esistenziali. Ne parla il film *Il grande capo*, di Lars von Trier, che racconta la storia grottesca di un'azienda diretta da un capo fantasma. Fra i lavoratori c'è una donna che passa il giorno a fare fotocopie e ogni volta che la macchina fa rumore, si mette a strillare: ecco, quello è un caso lampante di straining.

• segue



«Quando sono arrivato in Italia, tutti pensavano fossi un visionario», racconta Ege. «Oggi invece chiunque parla di mobbing, ma bisogna stare attenti a non fare confusione. Questo termine indica una persecuzione, azioni conflittuali e prolungate che, però, rappresentano l'eccezione, mentre lo straining può verificarsi anche con una semplice dequalificazione professionale».

Al centro Prima di Bologna si rivolgono 600 persone l'anno. «Hanno tutte in comune un profondo malessere, ma la loro percezione della realtà può essere distorta», informa il professore mentre mostra un pupazzo che si può attraversare (ma non toccare) con la mano. «È un'illusione ottica», scherza. «Lo uso per i miei pazienti. Capita spesso di vivere disagi professionali, ma i motivi possono essere diversi. Perciò bisogna procedere con cautela. E si deve stare attenti anche alle manie persecutorie: ci sono alcuni lavoratori che, in vista della pensione, fingono di essere stati mobbizzati».

Fra gli addetti ai lavori è famosa la "sentenza dei 60 passi". Si tratta del numero di passi che doveva compiere una signora, con amarezza, per arrivare sul posto di lavoro. Il giudice ha chiesto un risarcimento di 10 mila euro per ogni passo compiuto. «In Italia sono sorti molti centri clinici antimobbing, ma non basta fare una diagnosi del disagio psicofisico di un lavoratore: per

In Italia, su dieci casi di mobbing portati in tribunale, se ne risolvono soltanto tre

avere giustizia in tribunale servono prove», insiste Ege, che è anche perito legale. «Su dieci casi, se ne risolvono solo tre».

Nel nostro Paese non esiste una legge anti-mobbing, ora però la Corte di Cassazione ha emesso una sentenza chiara: il mobbing è un

comportamento che lede l'integrità fisica e morale del lavoratore. E può portare a eventi fatali. «Recentemente una vedova mi ha portato il diario del marito defunto», racconta ancora il professor Ege. «Era un manager che aveva subito 37 provvedimenti disciplinari per insubordinazione. Ogni giorno trascriveva le sue emozioni: l'amarrezza, le paranoie, la profonda disperazione. Poi improvvisamente il tono dei suoi scritti è cambiato. Come se si fosse liberato da un grande peso. Aveva già deciso come uscire dal tunnel: due settimane dopo si è impiccato».

Al centro Prima di Bologna gli ex mobbizzati si incontrano una volta al mese per raccontare la loro esperienza. Nella speranza di essere utili a chi subisce pressioni e ritorsioni da capi e colleghi. Come Giulia, insegnante poliomielitica, che quando ha cercato di introdurre delle novità nella sua scuola, è stata isolata. «Per sottolineare il mio handicap, mi hanno dato una scrivania con un piede rotto», ricorda. Oppure Giacomo, medico, privato di posti letto e di pazienti dal suo dirigente. «Mi era stata negata la possibilità di curare. E questo è il delitto peggiore che si possa fare contro un medico», evoca con amarezza.

Ma qual è il profilo del mobbizzato in Italia? «Le ragioni che innescano un processo di mobbing (o di straining) sono diverse, ma hanno un'unica matrice: la diversità. Perciò si tende a isolare un giovane fra i vecchi, una donna fra gli uomini, una persona capace fra gli incompetenti. Le patologie professionali sono più diffuse nelle grandi aziende e colpiscono quasi sempre quadri intermedi», conclude lo specialista.

Anche se non esiste un vaccino per prevenire il terrorismo in azienda, ci sono alcuni metodi per combatterlo. Prima regola: l'autodifesa verbale. Si deve rispondere a chi tenta di umiliare l'altro per trasformarlo in una vittima. Seconda regola: essere egoisti. Al centro Prima si fanno corsi per imparare a dare valore a se stessi. E poi, quando il gioco si fa duro, prepararsi alla battaglia legale: trascrivere ogni dettaglio, registrare ogni colloquio, cercare un testimone. E la terapia? Una sola: vincere in tribunale e poter dire "Giustizia è fatta". E infine, per consolarsi, ricordarsi la famosa massima di Albert Einstein: «Ci sono solo due cose illimitate: lo spazio e la stupidità umana». ■

I QUATTRO NUOVI STRESS DA LAVORO

Straining: a metà fra il mobbing e lo stress occupazionale, è un'unica azione compiuta dal capo per stressare, isolare o demotivare un lavoratore. Generalmente si tratta di una dequalificazione professionale.

Mobbing emozionale: colpisce soprattutto i precari. Si tratta di stratagemmi per colpire i colleghi che competono fra loro per un'assunzione. In una sola parola: invidia.

Stalking sessuale e occupazionale: sono molestie di ogni tipo che implicano ricatti sessuali da parte di un capo o, nei casi più estremi, anche persecuzioni: lettere o telefonate anonime, pedinamenti.

Post traumatic embitterment disorder: vuole dire "disordine post traumatico da amarezza". Si tratta di una forma particolare di disturbo dell'adattamento, scoperta dallo psichiatra Michael Linden della Charité (la clinica psichiatrica della Libera università di Berlino). È una reazione psicologica ai conflitti quotidiani. Colpisce anche chi subisce ingiustizie in azienda, che peggiorano la qualità della vita.