



[Home](#) [Cronaca](#)

Dal burnout al mobbing, quando il lavoro diventa 'tossico'. L'allarme sociale raccontato in un libro

L'autrice è la giornalista Isabella Schiavone: "Tanti i casi che mi hanno colpito, ma la generazione Z vuole vivere meglio e rifiuta certe dinamiche malate"



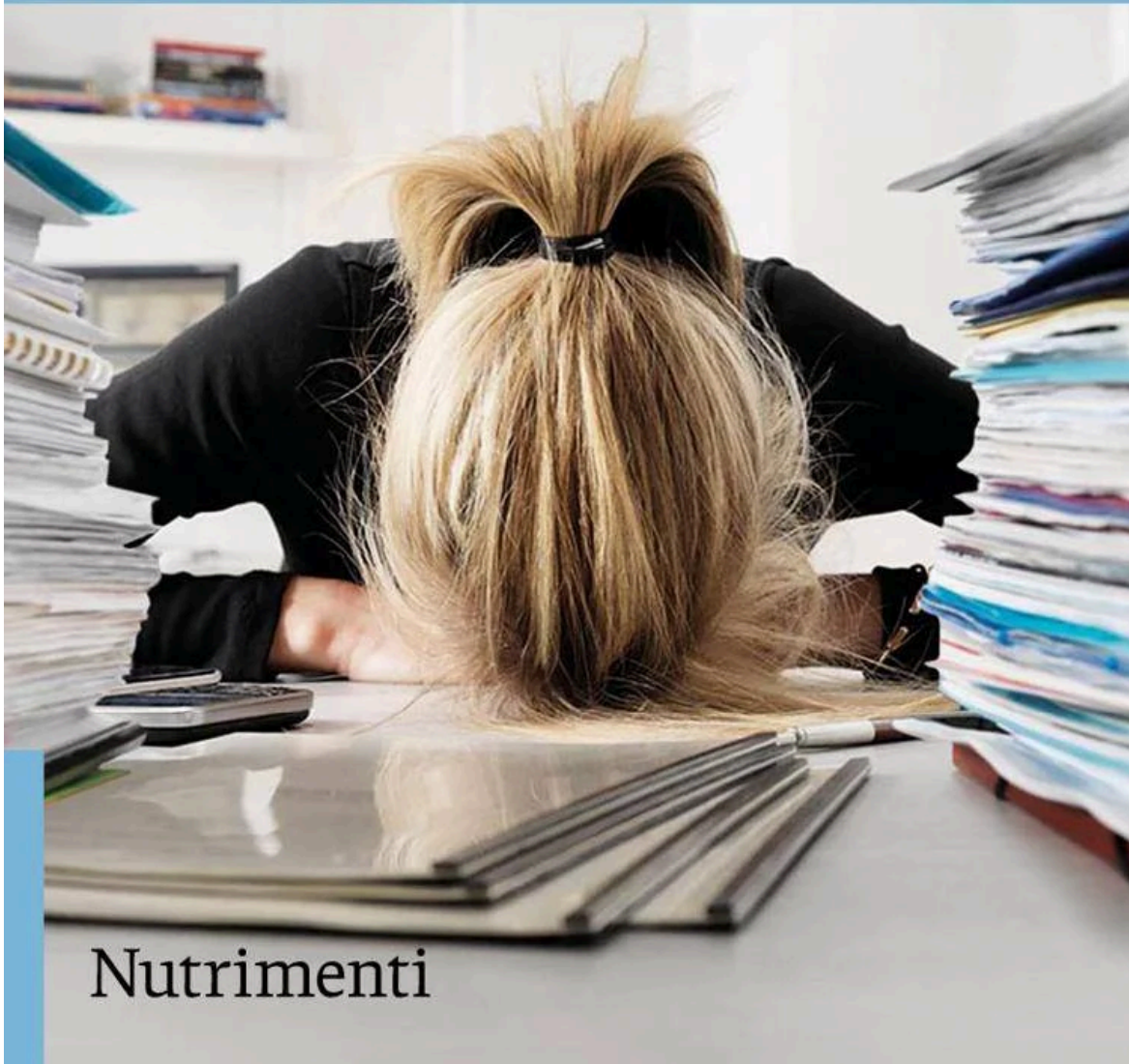
Isabella Schiavone

Lavoro tossico

Quando l'ambiente professionale avvelena.

Cause e possibili rimedi

Prefazione di Gianni Riotta



Nutrimenti

31 ottobre 2025 | 18.06

Redazione Adnkronos

LETTURA: 3 minuti

Ascolta questo articolo ora...

Undyed: il nuovo filato in Cashmere non tinto. Solo da Falconeri
by Falconeri

Insulti verbali, violenze, turni massacranti e pochi riposi. Il corpo e la mente che accusano il colpo. E' la vita di tanti operatori sanitari, ma non solo. Sono molte le professionisti, dipendenti e non, che sempre di più manifestano problematiche. Quando fare il proprio lavoro diventa un percorso ad ostacoli, difficile e ci si ammala. La giornalista Isabella Schiavone ha indagato e raccontato in 'Lavoro tossico. Quando l'ambiente professionale avvelena' (Nutrimenti) tante storie di lavoratori, dalle aziende ai ministeri, dagli ospedali alle università, colpiti dal bullismo dei colleghi, soverchiari dal burnout, dal mobbing, dal subire l'ostilità prolungata del superiore. Il libro è stato presentato a Roma all'Associazione Stampa Romana.

"C'è un allarme sociale che non è ascoltato ed è sottovalutato. Esiste poi un problema sistemico, per questo ho deciso di scrivere questo libro che poi è diventato un'inchiesta", spiega l'autrice all'Adnkronos Salute. "Ci sono tanti casi che mi hanno colpito negli ultimi anni, persone che conosco personalmente - sottolinea Schiavone - vittime di mobbing, di esaurimento emotivo, fisico e mentale, e questo mi ha spinto ad indagare e approfondire con specialisti il vuoto normativo che c'è in Italia rispetto al lavoro divenuto sempre più 'tossico'. Lo stress legato al lavoro è la seconda malattia più diffusa in Europa, segue i problemi posturali". In Italia le leggi impongono al datore di lavoro di essere il responsabile principale della salute e sicurezza sul lavoro, con obblighi definiti come la valutazione dei rischi, ma questo resta sovente solo sulla carta. Negli uffici la storia è spesso diversa. C'è tanta insoddisfazione cronica, "il 40% degli italiani vorrebbe cambiare lavoro", ricorda l'autrice. Cosa fare? "C'è la necessità di rallentare e cambiare vita, la cultura del lavoro così come la stiamo vivendo non va bene. La continua ricerca della performance, il processo culturale che divinizza il lavoro - rimarca - sono segnali di una società malata e questo riguarda tutti i lavoratori, dal basso verso l'alto". Secondo Schiavone, "è una società che non premia la gentilezza e l'educazione", anzi.

I giovani? Soffrono come i genitori le insidie del mondo del lavoro? "Nel libro si parla molto della 'generazione Z': è la prima che rifiuta questa tossicità, preferisce lavorare meno e vivere meglio - risponde Schiavone - Probabilmente l'emergenza Covid è stata uno spartiacque, lo smartworking ha fatto capire che si può stare lontano da un contesto mediamente tossico. E pensare che era la generazione che veniva additata come quella dei 'bamboccioni' o nullafacenti. I ragazzi hanno capito che la salute mentale viene prima di ogni di cosa".

"Ho intervistato un medico del lavoro, Nicola Magnavita - racconta l'autrice - che mi ha spiegato le condizioni in cui arrivano le persone da lui, soprattutto che le vittime di mobbing o burnout sono quelle che si impegnano di più. In Italia il mobbing deve essere riconosciuto da una struttura pubblica e ci sono attese anche di 10 mesi. La situazione è complicata anche dal fatto che molti medici non sono in grado di riconoscere e affrontare il problema, non sono preparati, non allontanano i pazienti dal contesto tossico del lavoro, ma suggeriscono il contrario citando magari i rischi per la carriera".

"Un intero capitolo è dedicato alla consapevolezza - conclude l'autrice, che è istruttrice mindfulness - Servono interventi psicosociali per gestire lo stress insieme a terapie di natura psicologica, ma il problema nel mondo del lavoro deve essere affrontato dai sindacati e dalla politica. Le persone che si trovano in difficoltà hanno bisogno di aiuto e di cambiare sguardo rispetto al problema, devono ritrovare un equilibrio perso".