



Isabella Schiavone

Lavoro tossico

Quando l'ambiente professionale avvelena.

Cause e possibili rimedi

Prefazione di **Gianni Riotta**



Nutrimenti

Isbn **9791255481188**

Pp. **144**

Prezzo **17,00**

Collana **Igloo**

Settore **attualità**

Uscita **12/09/25**

Parole chiave **lavoro tossico, mobbing, burnout, straining, comportamenti vessatori, stress da lavoro**

Massimiliano, libero professionista di 53 anni: “Avrei comunque rallentato, perché i ritmi erano troppo pesanti, ma il burnout è stato deflagrante. I medici mi dissero espressamente che avrei dovuto cambiare vita. Per mesi ho avuto la febbre, mi sentivo sempre stanco, non avevo energie. Ho consultato tre immunologi. Io sapevo dove stavo andando, sapevo che stavo spingendo troppo, ma pensavo di potercela fare. Finché un medico mi disse che sapevo già da solo cosa dovevo fare. Ho mollato i negozi, delegato molte mansioni nel volontariato, allentato con il lavoro e le pubbliche relazioni. Ho perso circa il 70% degli introiti economici”.

Un libro-inchiesta sulle tante forme di lavoro che fa male. Con una prefazione di Gianni Riotta.

Il bullismo non esiste solo nelle scuole. Dilaga anche negli ambienti professionali: dalle aziende ai ministeri, dagli ospedali alle università. Più si va in alto e più arroganza e scortesia toccano vette estreme, insieme ad un senso di impunità dettato dal ruolo.

A metà tra il saggio e l'inchiesta giornalistica, questo libro approfondisce il tema del lavoro tossico: burnout, straining e mobbing, testimonianze di vittime, di specialisti che denunciano malfunzionamenti, sindacalisti, psicoterapeuti, persone che hanno cambiato vita con coraggio, imprenditori illuminati che segnano la strada. Quanto è ancora attuale il binomio che associa arroganza e dispotismo ai ruoli dirigenziali? Come si ripercuote nelle nostre giornate la tensione costante generata da rapporti complicati, carichi di lavoro insostenibili, demotivazione diffusa? Come reagiamo allo stress da lavoro e come esso influisce sulla salute? Uno spaccato del mondo lavorativo attuale in Italia e non solo, dove le persone sono sempre più demotivate e stressate da un sistema che deve necessariamente reinventarsi.

Il libro denuncia condizioni di lavoro esasperanti ed un vuoto normativo importante, proponendo al contempo un nuovo umanesimo del lavoro, dove etica, empatia e collaborazione prendono il posto di individualismo e arrivismo. Dove la produttività può essere la risultante naturale di equilibrio emotivo, interdipendenza e gentilezza. Dove ognuno viene valorizzato per ciò che può dare e viene realmente considerato come una risorsa umana.



Isabella Schiavone è giornalista, scrittrice, istruttrice mindfulness. Ha lavorato per 20 anni al Tg1, ha ricevuto numerosi riconoscimenti, tra cui – per il Tg1 – il Premio Luchetta Hrovatin con un'inchiesta sulla droga a Scampia; il Premio Pentapolis – Giornalisti per la sostenibilità, il Diversity Media Awards, il Premio responsabilità sociale Amato Lamberti. È Ambasciatrice Telefono Rosa per l'impegno in difesa dei diritti delle donne e a sostegno dei minori. Ha scritto due romanzi presentati al Premio Strega, Lunavulcano e Fiori di mango, ed un saggio su meditazione e Tai Chi Chuan per rivoluzionare la società. Ha insegnato teoria e tecnica del giornalismo radiotelevisivo a Tor Vergata.