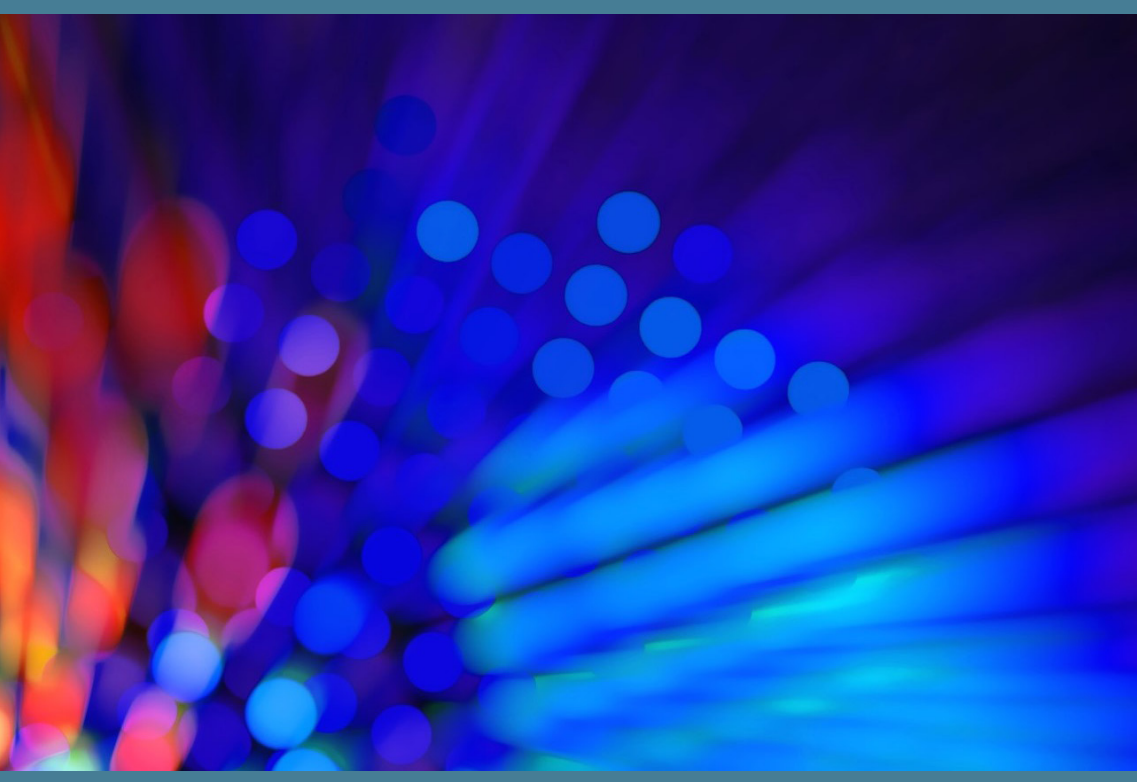




Berner  
Fachhochschule



## STRAIN 2.0

Work-related stress among health  
professionals in Switzerland

# Informazioni su STRAIN 2.0

Il progetto nazionale STRAIN (2017-2021) è uno dei più grandi studi di intervento nel settore sanitario svizzero con oltre 160 organizzazioni partecipanti. Il conseguente progetto di follow-up STRAIN 2.0 offre ora a tutte le organizzazioni interessate la possibilità di registrare annualmente i fattori di stress sul posto di lavoro e le conseguenze a lungo termine che ne derivano in tutte le professioni sanitarie. Se partecipate a STRAIN 2.0, beneficerete da un lato di un benchmarking dei vostri risultati con altre organizzazioni sanitarie di tutte le regioni linguistiche della Svizzera. D'altra parte, avrete accesso a una selezione diversificata di misure efficaci per la riduzione dei fattori di stress sul posto di lavoro, adattate ai vostri risultati, che vengono continuamente aggiornate da noi.

## Chi sta lanciando STRAIN 2.0?

STRAIN 2.0 è realizzato dalla Scuola universitaria professionale bernese (BFH) in collaborazione con la Scuola universitaria professionale della Svizzera occidentale (HES-SO) e la Scuola universitaria professionale della Svizzera italiana (SUPSI). Questa cooperazione permette di realizzare il progetto in tutte le regioni linguistiche della Svizzera. Ulteriori informazioni sul team del progetto STRAIN 2.0 si trovano nella pagina successiva. Incorporando il progetto nella Competence Network Health Workforce (CNHW), il progetto beneficia anche di un'ampia rete e cooperazione con altre università svizzere.

## Qual è l'obiettivo di STRAIN 2.0?

L'obiettivo di STRAIN 2.0 è quello di creare un database nazionale e aggiornato sulla portata dei fattori di stress e i loro effetti sulle possibili conseguenze a lungo termine come i sintomi del burnout, la qualità del sonno o lo stato di salute di tutti i professionisti della salute. Un altro obiettivo di STRAIN 2.0 è quello di fornire una selezione interorganizzativa e basata sull'evidenza di possibili misure per diminuire il carico di lavoro e ottimizzare le condizioni sul lavoro. Così, vorremmo dare un contributo importante per dei condizioni ottimali e per aumentare l'attrattiva delle professioni sanitarie nel sistema sanitario svizzero.

## Perché dovrete partecipare?

Se partecipate a STRAIN 2.0, condurremo un monitoraggio annuale dell'entità dei fattori di stress (ad es. carico di lavoro, richieste emotive, opportunità di sviluppo, chiarezza dei ruoli) e delle conseguenze a lungo termine che ne derivano (ad es. reazioni allo stress, soddisfazione sul lavoro, sintomi di burnout) nella vostra organizzazione. Deciderete voi quali dipendenti dovranno partecipare al sondaggio - tutti o solo un gruppo specifico (per esempio gli infermieri). Potete anche decidere quali argomenti vorrete integrare nel questionario (ad esempio, soddisfazione sul lavoro, pensieri sul cambio di lavoro, sintomi di burnout, qualità del sonno). Se partecipate, riceverete un rapporto annuale di analisi che include un confronto (benchmarking) con altre organizzazioni del vostro settore (ad esempio ospedali psichiatrici, ospedali per acuti, organizzazioni Spitex o case di riposo e di cura). Beneficerete del nostro pool di dati dal precedente studio STRAIN con oltre 19.000 professionisti della salute partecipanti. Questo rapporto annuale vi fornisce indicazioni concrete per ottimizzare le condizioni specifiche della vostra organizzazione, per aumentare la vostra attrattiva come datore di lavoro e per ridurre il turnover del personale e le assenze per malattia. Inoltre, beneficerete delle raccomandazioni su misura, basate sull'evidenza e aggiornate annualmente per ridurre il carico di lavoro e ottimizzare le condizioni sul lavoro.

## Quanto costa partecipare?

Il costo annuale per le organizzazioni partecipanti è:

- 3 000 CHF per organizzazioni con 7 - 50 dipendenti
- 4 500 CHF per organizzazioni con 51 - 500 dipendenti
- 6 000 CHF per organizzazioni con 501 - 3 000 dipendenti
- 7 500 CHF per organizzazioni con 3 001 - 9 000 dipendenti

Con un costo aggiuntivo, offriamo un workshop di approfondimento su argomenti specifici (ad esempio l'ottimizzazione dell'equilibrio tra lavoro e vita privata) e siamo anche disponibili ad assistervi nell'attuazione di eventuali raccomandazioni nella vostra organizzazione.

## Siete interessati a partecipare a STRAIN 2.0?

Grazie di contattarci per e-mail: [strain.health@bfh.ch](mailto:strain.health@bfh.ch)

## Il team del progetto STRAIN 2.0



Prof. Dr. **Karin A. Peter**, PhD  
Dottore di ricerca  
Responsabilità del progetto  
Scuola universitaria  
professionale bernese Salute



**Thomas Schwarze**, MNS  
Co-Project Management  
Scuola universitaria professionale  
bernese Salute



**Maisa Gerlach**, MScN  
Co-Project Management  
Scuola universitaria  
professionale bernese Salute



Prof. Dr. **Christian Voirol**, PhD  
Project Manager HES-SO  
Università di Scienze Applicate  
della Svizzera occidentale,  
dipartimento della salute



Dr. **Stefan Kunz**, PhD  
Responsabile di progetto SUPSI  
Scuola universitaria professionale della  
Svizzera italiana  
Dipartimento economia aziendale,  
sanità e sociale



Prof. Dr. phil. hist. **Andrea Gurtner**  
Docente di economia BFH  
Scuola universitaria professionale  
bernese economia

- **Fabienne Renggli**, assistente di ricerca, BFH Salute
- **Xenia Schmid**, assistente di ricerca, BFH Salute
- **Typhaine Juvet**, assistente di ricerca, Dipartimento della sanità HES-SO