



Berner Fachhochschule
Haute école spécialisée bernoise
Bern University of Applied Sciences

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 progetto di follow-up STRAIN 2.0 offre ora a tutte le organizzazioni interessate, l'opportunità di registrare annualmente i fattori di stress sul posto di lavoro e le relative conseguenze a lungo termine per tutti i dipendenti. Partecipando a STRAIN 2.0, potrete beneficiare di un benchmarking intersettoriale e di un'implementazione scientificamente valida. Originariamente solo le organizzazioni sanitarie potevano partecipare al progetto, ma vista l'ampia richiesta, abbiamo esteso il programma ad altri settori.

Chi sta lanciando STRAIN 2.0?

STRAIN 2.0 è organizzato dall'Università di Scienze Applicate di Berna (BFH) in collaborazione con l'Università di Scienze Applicate della Svizzera occidentale (HES-SO) e l'Università di Scienze Applicate della Svizzera meridionale (SUPSI). Questa cooperazione consente di realizzare il progetto in tutte le regioni linguistiche della Svizzera, il che può essere particolarmente interessante anche per le aziende multilingue. Il progetto beneficia anche di un'ampia rete di contatti e della cooperazione con altre università svizzere, essendo inserito nella rete di competenze Health Workforce (CNHW).

Qual è l'obiettivo di STRAIN 2.0?

L'obiettivo di STRAIN 2.0 è creare una banca dati aggiornata a livello nazionale sull'entità dei fattori di stress e sulle possibili conseguenze a lungo termine sulla salute di tutti i dipendenti delle aziende svizzere (come i sintomi di burnout, la qualità del sonno). Un ulteriore obiettivo di STRAIN 2.0 è quello di fornire una selezione trasversale alle aziende basata su prove di efficacia di possibili misure per ridurre il carico di lavoro e ottimizzare le condizioni quadro sul posto di lavoro (ambito in cui vorremmo dare un contributo importante).

Perché dovrete partecipare?

Partecipando a STRAIN 2.0, avrete il nostro monitoraggio sull'entità dei fattori di stress (ad esempio, carico di lavoro, richieste emotive, opportunità di sviluppo, chiarezza del ruolo) e le relative conseguenze a lungo termine (ad esempio, reazioni allo stress, soddisfazione lavorativa, sintomi di burnout) nella vostra azienda. Sarete voi a decidere quali dipendenti partecipano all'indagine (tutti o solo un gruppo specifico), e quali argomenti includere nel questionario (ad esempio, soddisfazione sul lavoro, desiderio di cambiare lavoro, sintomi di burnout, qualità del sonno). Partecipando, riceverete un rapporto di analisi omprensivo di un confronto (benchmarking) con altre aziende. Questo rapporto vi fornisce indicazioni concrete per ottimizzare le condizioni quadro specifiche della vostra azienda, per aumentare la vostra attrattiva come datore di lavoro e per ridurre il turnover del personale e le assenze per malattia. Potrete inoltre beneficiare di raccomandazioni basate su dati concreti per ridurre il carico di lavoro e ottimizzare le condizioni quadro sul posto di lavoro.

Quanto costa la partecipazione?

I costi per le organizzazioni partecipanti per numero di dipendenti sono i seguenti:

3'000 CHF per	7 - 100 collaboratori
4'500 CHF per	101 - 800 collaboratori
6'000 CHF per	801 - 3'000 collaboratori
7'500 CHF per	3'001 - 9'000 collaboratori

Con un costo aggiuntivo, offriamo inoltre workshop di approfondimento su temi specifici (ad esempio, l'ottimizzazione dell'equilibrio tra lavoro e vita privata) e, se necessario, saremo lieti di assistervi nell'attuazione, presso la vostra azienda, di eventuali raccomandazioni scaturite dal progetto.

Siete interessati a partecipare a STRAIN 2.0?

Vi saremo grati se vorrete contattarci per e-mail: strain.health@bfh.ch.

Il team del progetto STRAIN 2.0



Dr. **Christoph Golz**, PhD
Responsabilità del progetto
Scuola universitaria professionale
bernese, Dipartimento Sanità



Maisa Gerlach, MScN
Project Management
Scuola universitaria professionale
bernese, Dipartimento Sanità



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



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

- **Fabienne Renggli**, assistente di ricerca, BFH Sanità
- **Tanja Siegenthaler**, assistente di ricerca, BFH Sanità

Avete domande?

Il nostro team sarà lieto di aiutarvi.

Scuola universitaria professionale bernese
Dipartimento Sanità
Ricerca applicata e sviluppo infermieristico
Murtenstrasse 10
3008 Bern
Telefono: +41 31 848 55 10
Posta: strain.health@bfh.ch
Sito web: bfh.ch/en/research/reference-projects/strain-20/