VRSML

# Valutazione Rischi Salute Mentale sul Lavoro: Supporto e risposta

**Scopo:** verificare se sono previste misure concrete di supporto e risposta quando chi lavora attraversa difficoltà di salute mentale, disagio emotivo o una crisi. Per ogni riga, indicare se la situazione descritta è adeguatamente controllata nella pratica, e non solo se esiste un servizio.

| ORGANIZZAZIONE | SEDE/LUOGO |
|---|---|
| | |
| **VALUTAZIONE A CURA DI** | **DATA** |
| | |

| Rif. | Situazione prevedibile | Possibile conseguenza se non controllata | Misure di controllo applicabili | Verifica di adeguatezza | Stato |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Chi lavora deve sapere quale supporto per la salute mentale è disponibile | Accesso tardivo o mancato a un aiuto adeguato | Inserimento; comunicazioni aziendali; benefit; intranet; segnaletica; risorse HR | Il personale sa facilmente quale supporto è disponibile e come accedervi? | ☐ A ☐ P ☐ N |
| 2 | Chi lavora vuole e può chiedere una valutazione, una consulenza o un trattamento professionale | Le difficoltà possono persistere o peggiorare senza cure professionali adeguate | EAP; medicina del lavoro; consulenza psicologica; servizi sanitari; invio a specialisti | Il personale può accedere in modo riservato a un supporto professionale adeguato? | ☐ A ☐ P ☐ N |
| 3 | Chi lavora vuole subito l'aiuto di un'altra persona e c'è chi può intervenire | Il disagio può persistere o aggravarsi senza aiuto | Responsabile con formazione; MHFAider; collega di supporto; medicina del lavoro | Il personale trova facilmente una persona adatta e pronta a intervenire? | ☐ A ☐ P ☐ N |
| 4 ⚠ | Chi lavora ha bisogno di supporto ma non **vuole o non riesce a chiedere aiuto a un'altra persona** | Supporto non usato se bisogna esporsi o chiedere aiuto; il disagio può persistere o aggravarsi; 41% di chi lavora[1] a rischio | Secondo Soccorso; strumenti di supporto per la salute mentale da usare in autonomia e in privato | Il personale può ottenere un supporto concreto in privato, senza dover rivelare il proprio disagio né chiedere aiuto ad altri? | ☐ A ☐ P ☐ N |
| 5 ⚠ | Chi lavora vive un forte disagio o un attacco di panico che richiede **una stabilizzazione immediata sul posto** | Il disagio acuto può aggravarsi; l'11,2% delle persone che lavorano[2] è a rischio | Secondo Soccorso; supporto per la salute mentale sempre visibile, per l'autostabilizzazione nel momento del bisogno | È esposto uno strumento di autostabilizzazione d'emergenza senza barriere (iscrizione, rivelare il disagio, dati personali)? | ☐ A ☐ P ☐ N |
| 6 | Chi lavora vuole e può contattare un supporto umano a distanza quando non c'è aiuto sul posto | Il disagio può persistere finché non è disponibile un aiuto sul posto | EAP telefonico/video; linea per le crisi; telemedicina; supporto reperibile; altri servizi a distanza con assistenza umana | Il personale può contattare rapidamente a distanza una persona qualificata? | ☐ A ☐ P ☐ N |
| 7 | Chi lavora ha bisogno di un intervento professionale urgente per una grave crisi di salute mentale o un rischio di danno | Lesioni gravi o morte | Servizi di emergenza sanitaria; procedura di gestione delle crisi; servizio adeguato per le crisi; canale di emergenza nazionale/locale applicabile | Esiste un percorso chiaro e immediatamente accessibile verso un intervento professionale in caso di crisi? | ☐ A ☐ P ☐ N |
| 8 ⚠ | Chi lavora ha bisogno di supporto immediato **in attesa dell'aiuto professionale** | Il disagio può persistere o aggravarsi in attesa dell'aiuto professionale | Secondo Soccorso; strumenti di supporto per la salute mentale da usare in autonomia, subito accessibili | Il personale può accedere subito a un supporto di stabilizzazione prima che arrivi l'aiuto professionale? | ☐ A ☐ P ☐ N |
| 9 | Chi lavora subisce conseguenze psicologiche dopo un incidente grave o traumatico sul lavoro | Danno psicologico acuto o tardivo | Procedure di gestione degli incidenti; medicina del lavoro; EAP; invio a specialisti del trauma; follow-up strutturato | Sono previste misure di supporto adeguate, immediate e successive, dopo un incidente grave? | ☐ A ☐ P ☐ N |
| 10 | Chi lavora ha bisogno di supporto continuativo dopo un'assenza o una limitazione legata alla salute mentale | Ricaduta, assenza prolungata o difficoltà a rientrare al lavoro in sicurezza | Medicina del lavoro; valutazione per il rientro al lavoro; EAP; accomodamenti ragionevoli sul luogo di lavoro; professionisti sanitari curanti | Esiste un processo strutturato di valutazione, adattamento e supporto continuativo? | ☐ A ☐ P ☐ N |

⚠ **Nell'aprile 2026,** sul modello del Primo Soccorso per la salute fisica, è nato il Secondo Soccorso per la salute mentale: *autostabilizzazione privata* della mente, accessibile *nel momento stesso* del disagio, senza formazione professionale. Vedi: www.secondosoccorso.com

**Ambito:** il presente documento riguarda solo le misure di supporto e risposta per la salute mentale sul lavoro. Va utilizzato insieme alle valutazioni più ampie dei rischi psicosociali, della sicurezza sul lavoro e della gestione delle emergenze, nonché alle altre valutazioni previste dalla normativa applicabile.

**Codici di stato della valutazione**
A = Adeguatamente controllato
P = Parzialmente controllato
N = Non controllato

1. **American Psychological Association**, *Public Attitudes Toward Mental Health, 2025.*
2. **Kessler et al.**, *The Epidemiology of Panic Attacks and Panic Disorder*, 2006