



ASSISTERE UN FAMILIARE CON DISABILITÀ, OCCUPARSI DI UN GENITORE ANZIANO, ACCUDIRE I FIGLI, LAVORARE: CARICO MENTALE E STRESS IN AUMENTO. IN PARTICOLARE, PER LE DONNE DELLA “GENERAZIONE SANDWICH” E PER I GIOVANI PROFESSIONISTI

Nel report delle consulenze Stimulus la fotografia dei bisogni degli italiani. Nei colloqui effettuati nel 2024 a 16.881 persone, a cura di psicologi e consulenti socio-assistenziali, emergono le fragilità del sistema di welfare e dei ritmi di vita della società

Milano, 26 Febbraio 2024 – Il 36,6% dei professionisti e delle professioniste che si sono rivolti al servizio di consulenza socio-assistenziale di Stimulus Italia, nel 2024, ha chiesto un aiuto per un problema legato alla **disabilità**. Più di 3 persone su 10 avevano bisogno di un supporto – orientativo o di assistenza – per una condizione di disabilità propria o, nella maggior parte dei casi, di un familiare. Nel **35,7% dei casi, le donne che hanno chiesto aiuto in ambito socio-assistenziale appartengono alla “generazione sandwich”**, tra i 40 e i 49 anni: sono professioniste, mamme, che dopo una giornata in ufficio affrontano impegni gravosi anche a casa, accudendo i figli e i genitori anziani.

Sono alcuni dei dati emersi dal report di [Stimulus Italia](#), società di consulenza specializzata nell'integrazione del benessere psico-sociale nei contesti aziendali, in merito alle attività **EAP, Employer Assistance Program**, dell'anno scorso. EAP è un programma che comprende supporto psicologico individuale, ma anche orientamento di tipo sociale, legale e fiscale.

In un anno, il programma EAP ha coinvolto 16.881 persone, fra professionisti e professioniste delle imprese italiane, e ha svolto 474 consulenze su temi socio-assistenziali. È soprattutto l'area sociale quella maggiormente in crescita nei servizi EAP, segno di un bisogno delle famiglie che non riesce ad essere soddisfatto in altri contesti. *“Si rivolgono a noi parenti stretti di un minore con una condizione di disabilità o di un anziano con malattie gravi, non autosufficiente”*, spiega **Veronica Preti**, Social Care Specialist di Stimulus Italia. *“Preoccupate e gravate dalla malattia del familiare, spesso le persone hanno difficoltà a gestire incombenze crescenti nel lavoro di cura; a volte non sanno come orientarsi per adempiere a procedure burocratiche, fare richiesta di esenzioni, indennità o servizi di assistenza pubblica”*.

“In una società nella quale il sistema di welfare, anche quando c'è, è di difficile accesso, non stupisce che, allora, la generazione sandwich si senta “schiacciata” per l'eccessivo lavoro di cura. Un peso che ha ripercussioni sul benessere complessivo delle persone, anche in ufficio, e si somma ai ritmi e agli impegni professionali” continua Preti.

Anche nel caso delle consulenze di Stimulus Italia in ambito lavorativo, emerge che il 21% delle richieste abbia come argomento il carico mentale. Almeno 2 professionisti su 10 lamentano una pressione dovuta a un aumento delle responsabilità o dei ritmi e delle attività di lavoro.

Oltre alle donne, una categoria che emerge come maggiormente esposta al malessere è quella dei giovani: il **16,1% dei professionisti**, nella fascia di età tra 20 e 29 anni, ha chiesto un supporto psicologico.



Dichiara **Diego Scarselli**, Operations Manager: *"Il carico mentale è una delle sfide chiave nel mondo del lavoro attuale, legata a ritmi lavorativi sostenuti, a risorse organizzative non sempre presenti e a carichi di cura. Sempre più professionisti si trovano a gestire responsabilità familiari e lavorative senza strumenti adeguati, rischiando di sviluppare elevati livelli di stress o condizioni di Burnout. I nostri dati dimostrano quanto il carico mentale impatti sul benessere e sulla motivazione delle persone, aumentando la probabilità di fenomeni come il Quiet quitting e il Turnover".*

Dichiara **Andrea Bertoletti**, Managing Director Stimulus Italia, *"I dati emersi dal nostro Report confermano che il benessere psicologico e il supporto sociale sono aspetti imprescindibili della vita professionale e personale. Il programma EAP nasce proprio per dare una risposta ai bisogni più ampi di professionisti e professioniste: Stimulus Italia continuerà a investire in soluzioni innovative per rispondere ai bisogni delle persone e delle organizzazioni, affinché nessuno si senta solo di fronte alle proprie difficoltà".*