



Il benessere dei caregivers: profili di cambiamento

Cinzia Modafferi, Fabrizio Bracco, Carlo Chiorri

cinziamodafferi@gmail.com

Introduzione

La ricerca recente ha evidenziato come resilienza e strategie di *coping* possano essere considerate risposte adattive allo stress. L'obiettivo del presente studio era di verificare l'efficacia di un intervento di promozione di tali caratteristiche individuali per verificare se possano migliorare il benessere dei lavoratori.

Metodo

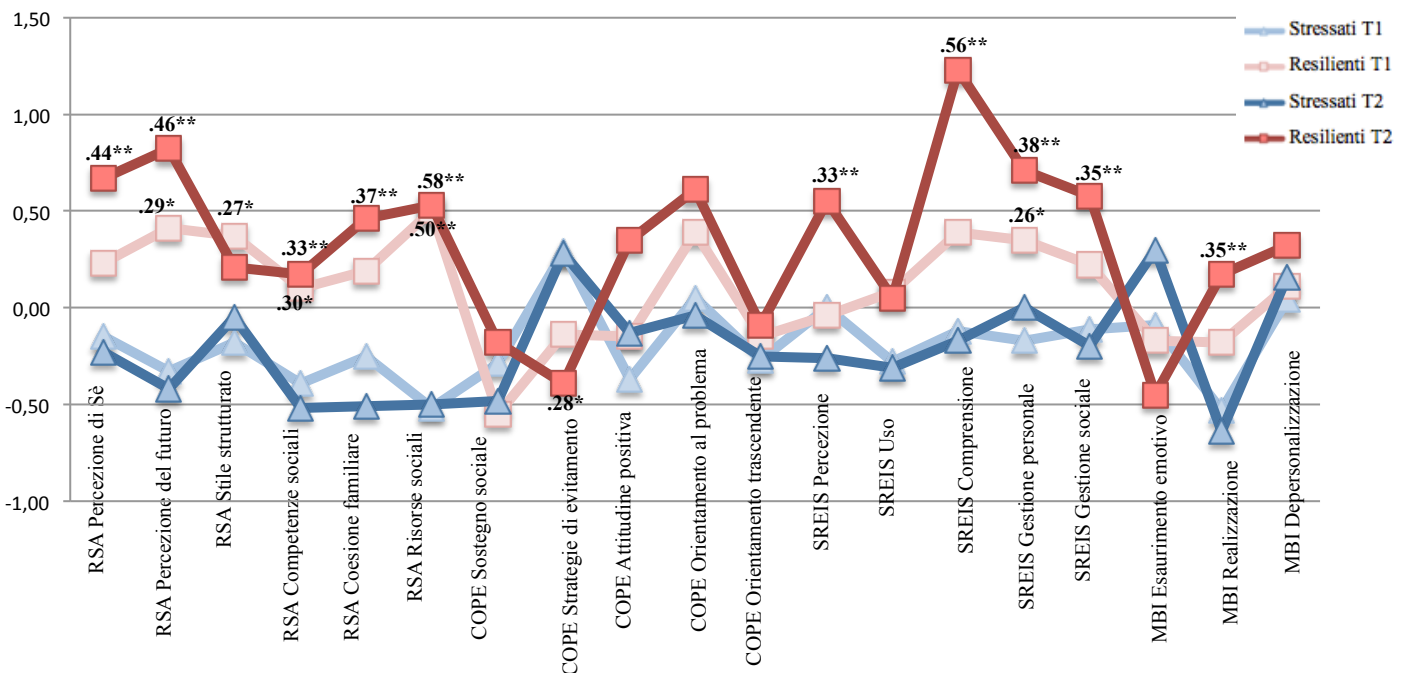
Il campione era composto da 67 operatori sanitari della ASL2 savonese afferente all'A.D.I. (F: 94%, età: 47.66±6.24). Gli operatori hanno partecipato ad una formazione e a 6 incontri di *follow-up* ogni due mesi. Hanno compilato, prima (T0), dopo 6 (T1) e dopo 12 mesi (T2), una batteria di strumenti indaganti misure di *coping*, resilienza, intelligenza emotiva (IE), burnout, personalità, benessere e stress. È stato calcolato il *Reliability Change Index* (RCI) in ogni partecipante per ogni variabile, a T1 e a T2, mediante un'analisi dei cluster sono stati individuati due profili prototipici di cambiamento: cluster1 (58%), che indica gli individui stressati e cluster 2 (42%), che indica gli individui resilienti.

Risultati

Il cluster Resilienza che in T0 aveva punteggi significativamente inferiori di stress mentale e superiori nella ricerca di sostegno sociale, ha mostrato RCI significativamente maggiori in T1 per la resilienza come percezione del futuro, competenze sociali, stile strutturato e risorse sociali e per la scala dell'IE della gestione personale. In T2 mostra RCI significativamente maggiori anche per le scale della resilienza come percezione di sé e coesione familiare, e dell'IE come percezione, comprensione e gestione sociale e nella scala realizzazione personale del MBI mentre si evidenziano punteggi significativamente minori rispetto alle strategie di evitamento.

Conclusioni

I risultati suggeriscono che gli operatori sanitari abituati a chiedere supporto nelle situazioni stressanti sembrano riuscire a trarre un maggior beneficio dall'intervento, ma rimane da chiarire quale sia la strategia di intervento ottimale per coloro che non possiedono questa caratteristica.



Nota: RSA = Resilience Scale for Adults; COPE = Coping Orientation to Problems Experienced- Nuova Versione; SREIS = Self-Rated Intelligence Emotional Scale; MBI = Maslach Burnout Inventory

In grassetto la dimensione degli effetti in r: * = $p < .05$, ** = $p < .01$, *** = $p < .001$; $r < .10$, effetto trascurabile; $.10 \leq r < .30$ effetto piccolo, $.30 \leq r < .50$ effetto moderato, $r \geq .50$ effetto grande (Cohen, 1988)