



La resilienza: una protezione per il burnout?

Cinzia Modafferi, Carlo Chiorri, Fabrizio Bracco, Chiara Sonaglio

cinziamodafferi@gmail.com

I cambiamenti odierni in ambito sanitario comportano un maggiore carico e ritmo di lavoro a cui si aggiungono: l'esposizione alla sofferenza e alla morte, i problemi comunicativi, i conflitti interpersonali e la mancanza di supporto che espongono i lavoratori ad un aumento del rischio *burnout*. La letteratura evidenzia come resilienza e capitale psicologico (PsyCap) possano essere risorse potenziabili per migliorare il benessere dei lavoratori.

Lo scopo del presente lavoro è indagare la relazione tra resilienza, PsyCap e *burnout* nel personale di terapia intensiva di 3 diversi ospedali: TI1 (N = 25, F% = 68), TI2 (N = 39, F% = 62) e TI3 (N = 29, F% = 83). Gli operatori hanno compilato una batteria di questionari *self-report* indaganti misure di resilienza, *burnout*, PsyCap, personalità, soddisfazione lavorativa e stress. Per valutare la forza dell'associazione tra i punteggi delle scale, al netto degli effetti sociodemografici (età, qualifica, anni di lavoro, genere e ospedale) e delle variabili di controllo (tratti di personalità), è stato utilizzato il coefficiente di correlazione parziale. Si sono evidenziate molteplici correlazioni significative (Tabella1).

Tabella 1- Tavola delle correlazioni parziali tra i diversi strumenti e le scale della RSA e PCQ. In grassetto le correlazioni statisticamente significative. * = $p < ,05$, ** = $p < ,01$, *** = $p < ,001$; $r < ,10$, effetto trascurabile; $,10 \leq r < ,30$ effetto debole, $,30 \leq r < ,50$ effetto moderato, $r \geq ,50$ effetto grande (Cohen, 1988).
RSA = Resilience Scale for Adults, PCQ = Psychological Capital Questionnaire, MBI = Maslach Burnout Inventory.

	MBI_Realizzazione personale	MBI_Esaurimento emotivo	MBI_Depersonaliz zazione	Stress mentale	Stress fisico	Soddisfazione lavoro
RSA_Percezione dsi sé	-,34**	,33**	-,21	-,26*	-,22	,29*
RSA_Percezione del futuro	-,29**	,17	-,34**	-,10	-,08	,25*
RSA_Stile strutturato	,02	,05	-,02	,22*	,12	,1
RSA_Competenze sociali	-,18	,20	-,10	-,04	-,09	,15
RSA_Coesione familiare	-,28*	,34**	-,27*	-,11	-,12	,24*
RSA_Risorse sociali	-,14	,16	-,17	,03	-,20	,21
PCQ_Autoefficacia	-,19	,29**	-,24*	-,10	-,03	,12
PCQ_Speranza	-,45**	,37**	-,29**	-,19	-,21	,52**
PCQ_Resilienza	-,19	,23*	-,10	-,26*	-,11	,26*
PCQ_Ottimismo	-,46**	,39**	-,26*	-,39**	-,21	,37**

Tabella 2 - Analisi delle componenti principali. Le saturazioni inferiori a |.30| sono state omesse per facilitare l'ispezione dei risultati

Matrice delle componenti ruotate

	Componenti	
	1 Resilienza	2 PsyCap
SoddisfazioneLavoro		,66
StressMentale		-,68
Stress_Fisico		-,60
RSA_PercezionediSè	,73	,45
RSA_PercezionedelFuturo	,71	,35
RSA_StileStrutturato	,50	
RSA_CompetenzeSociali	,62	,37
RSA_CoesioneFamiliare	,66	,33
RSA_RisorseSociali	,81	
PCQ_Autoefficacia		,44
PCQ_Speranza	,37	,66
PCQ_Resilienza		,63
PCQ_Ottimismo		,75
TIPI_Estroversione		,55
TIPI_Amicialità	,64	
TIPI_Coscienziosità	,62	
TIPI_Nevroticismo	-,62	-,38
TIPI_Apertura		,49

Metodo di estrazione: Analisi delle Componenti Principali.
Metodo di rotazione: Varimax con normalizzazione di Kaiser.
a. La rotazione ha raggiunto i criteri di convergenza in 3 iterazioni.

È stata eseguita un'ACP sulle variabili che ha evidenziato una soluzione a 2 fattori (Tabella2; 47% della varianza spiegata). Sulla componente Resilienza saturano le scale della RSA ed alcuni tratti di personalità ad essa legati. Sulla componente PsyCap saturano le scale della PCQ, la soddisfazione lavorativa, estroversione, apertura e, in negativo, lo stress mentale e fisico. È stata eseguita un'analisi di regressione per la predizione del *burnout* utilizzando come predittori i punteggi nelle componenti (Tabella3). La componente PsyCap è risultata predittiva rispetto all'Esaurimento emotivo e alla Depersonalizzazione, entrambe le componenti sono risultate predittive della Realizzazione personale.

Tabella 3 - Analisi di regressione. *** = $p < ,001$

Criterion	Predittori	R ² aggiustato	Beta
MBI_Esaurimento emotivo	PsyCap	,36	-,61***
MBI_Realizzazione personale	Resilienza	,47	,62***
	PsyCap		,30***
MBI_Depersonalizzazione	PsyCap	,15	-,40***

I risultati sembrano suggerire che livelli maggiori di resilienza, di PsyCap, di soddisfazione lavorativa e livelli inferiori di stress, sono associati a livelli inferiori *burnout*. Ricerche future che utilizzino un disegno di ricerca longitudinale dovranno indagare se, sul piano causale, queste caratteristiche rappresentano effettivamente dei fattori protettivi.