

La salute sul lavoro delle apprendiste e degli apprendisti in Svizzera: un'analisi critica delle condizioni di apprendistato

Gentili Signore e Signori,

Sabine Jacot, dott. in scienze umane e sociali, docente presso l'Istituto di sociologia dell'Università di Neuchâtel e collaboratrice scientifica presso la Scuola universitaria professionale per il settore sanitario a Friburgo.

In veste di esperta indipendente, ho partecipato alla revisione dello studio esplorativo inteso a riportare le esperienze vissute dalle apprendiste e dagli apprendisti svizzeri in relazione alle loro condizioni di lavoro durante l'apprendistato e il loro livello di soddisfazione rispetto a queste ultime. Nel quadro del mio intervento per questa conferenza stampa, porrò in particolare l'accento su alcune questioni e sfide in relazione alla salute sul lavoro all'interno del sistema di formazione professionale di base.

Principali risultati dello studio e dati contestuali sullo stress sul lavoro in Svizzera

I risultati del presente studio s'iscrivono in un contesto più ampio che vede un aumento dello stress percepito e dello sfinimento nel quadro del lavoro in Svizzera. Ad esempio, affermare di «sentirsi emotivamente svuotato sul lavoro» è associato a uno stato di salute peggiore. Esiste d'altronde una correlazione tra le condizioni di lavoro e lo stato di salute o la soddisfazione percepita nei confronti del proprio lavoro. Inoltre, secondo l'Indagine svizzera sulla salute (ISS) relativa alle condizioni di lavoro e allo stato di salute, tra il 2012 e il 2022 (l'ultima indagine, pubblicata dall'UST nel maggio 2024), la quota delle persone che hanno dichiarato di provare stress sul lavoro (la maggior parte del tempo o sempre) è passata dal 18% nel 2012 al 23% nel 2022, pari a quasi un quarto delle persone che esercitano un'attività professionale. Dallo studio di Unia emerge che questa quota è ancora più elevata tra le apprendiste e gli apprendisti, con più della metà degli intervistati (53%) che dichiara di essere stressata e di sentirsi emotivamente esausta, incorrendo in tal senso in un rischio maggiore di burnout. Si noti che lo stress cronico può comportare disturbi di ansia, depressione e altri problemi di salute mentale o fisica quali mal di testa, problemi digestivi e anche malattie cardiovascolari. I giovani che svolgono un apprendistato, sovente sottoposti a pressioni in termini di rendimento, rappresentano una popolazione particolarmente vulnerabile e possono pertanto soffrire regolarmente di un affaticamento costante. Lo stress percepito può quindi ridurre la loro motivazione e il loro impegno, incidendo fortemente sul loro apprendistato e le loro prospettive professionali. I giovani che si sentono stressati possono anche presentare delle difficoltà a concentrarsi e a rispettare determinate scadenze, difficoltà che a loro volta potrebbero contribuire a spiegare in parte il 24% dei contratti di tirocinio interrotti (ossia quasi un contratto su quattro). Lo stress rappresenta pertanto un rischio psicosociale importante, amplificato in particolare dall'intensità dell'attività lavorativa, dallo scarso sostegno sociale, dalla discriminazione o dalla violenza, per non citare che alcuni fattori. Può dunque avere un impatto negativo sulla salute mentale e fisica delle apprendiste e degli apprendisti, con conseguenze che possono andare dall'ansia, alla depressione o al burnout. Le giovani donne, e più in generale le persone sotto i 30 anni, sono

particolarmente esposte a rischi psicosociali e fisici, che possono a loro volta incidere sulla soddisfazione lavorativa e sulla salute in generale.

Anche la discriminazione fondata sul genere, sull'origine etnica o sull'età, venuta alla luce in questa indagine, può causare danni psicologici quali l'isolamento, la perdita dell'autostima e un senso di ingiustizia, che a loro volta possono provocare ansia e depressione. Ripetute esperienze di discriminazione generano spesso sentimenti di frustrazione e di collera, che possono pregiudicare in modo significativo le relazioni sul lavoro. I giovani che vengono discriminati si sentiranno meno motivati e s'impegneranno di meno, e questo può nuocere alle loro prestazioni e prospettive professionali. Inoltre, un ambiente di lavoro discriminatorio crea un'atmosfera più ostile, riducendo in modo ancora più pronunciato la coesione all'interno della squadra e il rendimento collettivo.

In conclusione, le apprendiste e gli apprendisti sono particolarmente vulnerabili allo stress e alla discriminazione, vulnerabilità che può avere un impatto significativo sulla loro salute mentale e fisica, sulle loro prestazioni e sul benessere generale. Il fatto che questi fattori possano pertanto compromettere l'apprendistato e le opportunità d'impiego sottolinea l'importanza delle misure di prevenzione e di sostegno per migliorare l'ambiente di lavoro e il loro benessere generale.

Difficoltà e sfide del percorso di formazione professionale

Se l'esperienza della formazione professionale di base può essere ricca di apprendimenti e di opportunità per le apprendiste e gli apprendisti, è tuttavia importante segnalare alcune difficoltà, come ad esempio la transizione dalla scuola dell'obbligo a una formazione post-obbligatoria o secondaria. Infatti, i giovani che accedono alla formazione professionale di base hanno generalmente bisogno di più tempo rispetto ai loro coetanei che seguono una formazione professionale generale (modello sotto questo aspetto più vicino a quello della scuola dell'obbligo).

In linea di massima, le sfide per garantire buone condizioni di apprendistato sono molteplici: si tratta infatti di poter integrare i giovani nel mercato del lavoro e di adeguare il sistema di formazione professionale ai bisogni evolutivi di questi ultimi, di tenere conto delle differenze cantonali nell'offerta dei posti di apprendistato, ma anche di promuovere le pari opportunità, in particolare in termini di genere e rivolgendo un'attenzione particolare all'integrazione dei gruppi sottorappresentati (come i giovani provenienti da contesti migratori o con difficoltà particolari), assicurando allo stesso tempo di fornire le risorse necessarie alle formatrici e ai formatori.

Benché appaia solido, il sistema duale di formazione professionale in Svizzera richiede un'attenzione continua non solo per adeguarsi alle sfide regionali e sociali, ma anche per rispondere alle esigenze di un mercato del lavoro in continua evoluzione. Inoltre, e segnatamente in relazione alla salute sul lavoro, occorre anche esaminare attentamente i risultati emersi dallo studio di Unia, prestando particolare attenzione ai rischi associati all'esperienza soggettiva di stress e di discriminazione durante l'apprendistato che numerosi apprendisti e apprendiste riferiscono di aver vissuto.

Condizioni quadro nell'ambito dell'apprendistato necessarie a promuovere la salute sul lavoro delle apprendiste e degli apprendisti

Le sfide che ruotano intorno alle condizioni di lavoro durante l'apprendistato sono di varia natura. In primo luogo, occorre prevenire gli infortuni e i rischi professionali; le apprendiste e gli apprendisti hanno spesso meno esperienza e sono pertanto potenzialmente più esposti a rischi professionali. I dati mostrano infatti che sono più a rischio di infortuni professionali, il che richiede un rafforzamento delle misure di prevenzione. In secondo luogo, occorre esaminare le condizioni psicosociali del contesto in cui si svolge l'apprendistato. Le apprendiste e gli apprendisti possono anche essere costretti ad affrontare sfide psicosociali quali lo stress legato al duplice impegno della formazione teorica e pratica o le aspettative in parte elevate del datore di lavoro: immaginiamoci di cominciare un nuovo impiego a tempo pieno che prevede solo la metà delle vacanze che avevamo prima e di seguire contemporaneamente una formazione teorica che richiede tempo e studio. Allo stesso modo dobbiamo immaginarci l'enorme cambiamento che le apprendiste e gli apprendisti devono affrontare in questo nuovo periodo della loro vita. Infine, va sottolineato che l'integrazione delle apprendiste e degli apprendisti nel mondo del lavoro può essere difficoltosa in ragione della loro giovane età, ma lo può essere anche per coloro che provengono da un contesto socioeconomico svantaggiato o che hanno un passato migratorio. Essi possono incontrare delle difficoltà legate a tali condizioni e subire discriminazioni di cui occorre tenere conto.

A mio avviso, l'integrazione delle buone pratiche in termini di salute sul lavoro per le apprendiste e gli apprendisti richiede pertanto un approccio olistico, che combini legislazione, formazione, sostegno psicosociale e programmi di tutoraggio.

La Svizzera dispone di un quadro normativo relativamente solido in materia di salute e di sicurezza sul lavoro, che si applica anche alle apprendiste e agli apprendisti. Il rispetto rigoroso di queste norme, che devono essere integrate nella prassi quotidiana, è essenziale per garantire condizioni di lavoro sicure. Al fine di migliorare le condizioni di lavoro delle apprendiste e degli apprendisti, è essenziale creare un ambiente di lavoro più favorevole, adeguando ad esempio il carico di lavoro, promuovendo un migliore equilibrio tra teoria e pratica e riconoscendo il lavoro svolto, ma anche creando condizioni di lavoro che includano tempi di recupero adeguati e rafforzando la prevenzione.

Anche il perfezionamento in materia di salute e di sicurezza sul lavoro è fondamentale. Vi rientrano formazioni specifiche per i giovani sul riconoscimento dei pericoli e sulle misure di prevenzione da adottare nonché la sensibilizzazione nei confronti dei problemi psicosociali (ad esempio la gestione dello stress o la prevenzione delle molestie).

I programmi concernenti la salute sul lavoro rivolti alle apprendiste e agli apprendisti possono ad esempio includere consigli ergonomici o iniziative di promozione della salute. Anche le formatrici e i formatori nelle aziende dovrebbero seguire delle formazioni per riconoscere i segnali di stress nelle apprendiste e negli apprendisti e incoraggiare la scelta di metodi di insegnamento che promuovano un apprendimento sano e soddisfacente. Inoltre, una collaborazione periodica e duratura tra le scuole professionali e le aziende, che tenga conto delle opinioni delle apprendiste e degli apprendisti, può rafforzare queste iniziative, integrando ad esempio dei moduli sulla salute sul lavoro nei programmi scolastici.

Infine, i programmi di tutoraggio in cui lavoratrici e lavoratori esperti accompagnano le apprendiste e gli apprendisti possono facilitare la loro integrazione e il loro adeguamento al contesto lavorativo. I servizi di sostegno psicosociale quali gli orientatori professionali e gli psicologi del lavoro dovrebbero essere più accessibili, al fine di aiutare i giovani a superare le sfide sia personali che professionali durante il periodo di formazione. Appare inoltre importante

dar voce alle apprendiste e agli apprendisti nella valutazione e nel miglioramento delle loro condizioni di formazione: il loro parere è indispensabile per adeguare le politiche e le pratiche di formazione alle realtà sul terreno e in funzione delle loro rispettive esperienze. In tal senso, lo studio di Unia rappresenta uno dei primi passi per dare voce alle apprendiste e agli apprendisti in Svizzera.

Tenendo conto delle opinioni dei giovani e adottando una serie di misure, la Svizzera può garantire condizioni di lavoro più sicure e attente alla salute delle apprendiste e degli apprendisti, promuovendo non solo il loro sviluppo professionale e personale in un ambiente favorevole, ma aiutando anche i giovani a sviluppare appieno il loro potenziale e a prepararsi al meglio per la loro futura carriera professionale.

Conclusioni

Per concludere, la salute sul lavoro delle apprendiste e degli apprendisti rappresenta una sfida importante sia per assicurare la qualità e l'efficacia della formazione professionale in Svizzera che in termini di salute pubblica. I risultati della presente indagine esplorativa sottolineano l'importanza di un approccio olistico e partecipativo volto a migliorare le condizioni di formazione e a garantire il benessere delle apprendiste e degli apprendisti. In questo periodo segnato da sfide economiche e sociali di rilievo, è quanto mai importante assicurare che i nostri giovani possano assolvere una formazione in condizioni propizie al loro sviluppo e alla loro realizzazione personale e professionale

Messaggio di chiusura

Possiamo solo sperare che questi primi risultati esplorativi e queste raccomandazioni vengano presi in considerazione dai responsabili politici e dai professionisti della formazione per costruire un sistema di formazione professionale di base ancora migliore e per certi versi più sano.

Grazie della cortese attenzione.