

Straining: lo stress forzato sul lavoro riconosciuto dalla legge

Lo straining è un termine usato in ambito giuridico e psicologico per indicare una forma di stress forzato e protratto sul posto di lavoro, simile al mobbing, ma con alcune differenze importanti.

👉 In particolare:

nel mobbing c'è un comportamento persecutorio sistematico e continuativo, con più azioni vessatorie ripetute nel tempo.

Nello straining, invece, può bastare anche un singolo atto ostile o una decisione organizzativa negativa (ad esempio: demansionamento, isolamento, trasferimento immotivato), purché abbia effetti duraturi e penalizzanti per il lavoratore, generando stress e disagio psicologico.

⚖️ In Italia, il concetto di straining è stato riconosciuto dalla giurisprudenza, soprattutto in ambito di tutela della salute del lavoratore. Non sempre è facile distinguerlo dal mobbing, ma lo straining viene visto come una situazione meno intensa dal punto di vista delle condotte, ma comunque gravemente lesiva per la dignità e la salute della persona.

Milano, 11 settembre 2025

La Segreteria di Coordinamento