



## **Benessere dei Dipendenti: analisi dei fattori che influenzano lavoro e vita privata**

## *Panoramica sui lavoratori*

## **Salute e benessere dei dipendenti**

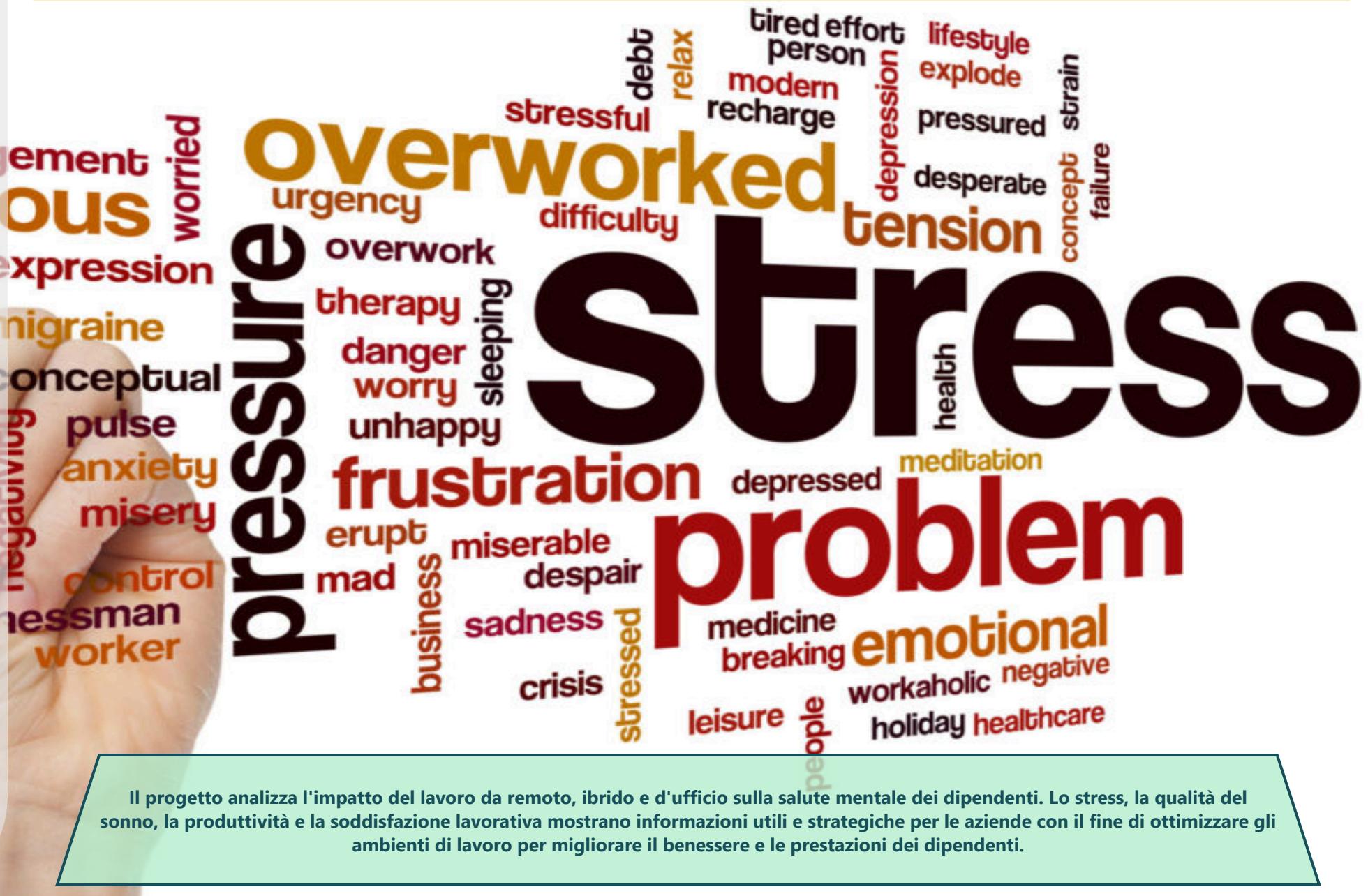
# *Luogo di lavoro e salute mentale*

## *Insights su continenti e settore lavorativo*

## *Produttività e soddisfazione lavorativa*

# L'impatto del lavoro da remoto

## *Implicazioni e Raccomandazioni finali*



## Panoramica sui lavoratori

5000  
Lavoratori Totali



Lavoratori da Remoto

1714

Lavoratori fisici

1637

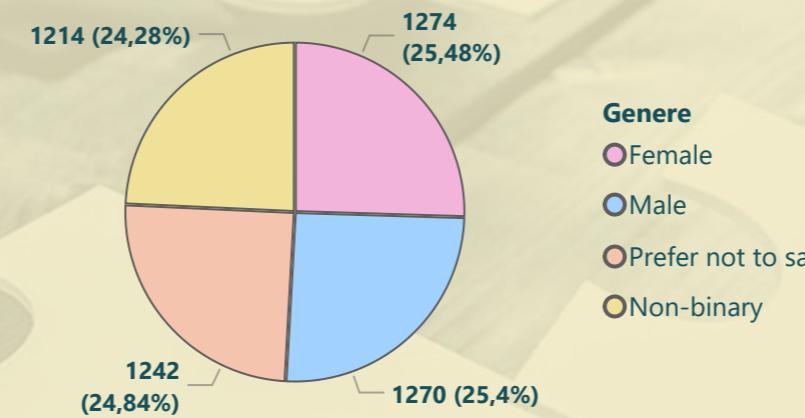
Lavoratori ibridi

1649

18

Media Anni di Esperienza

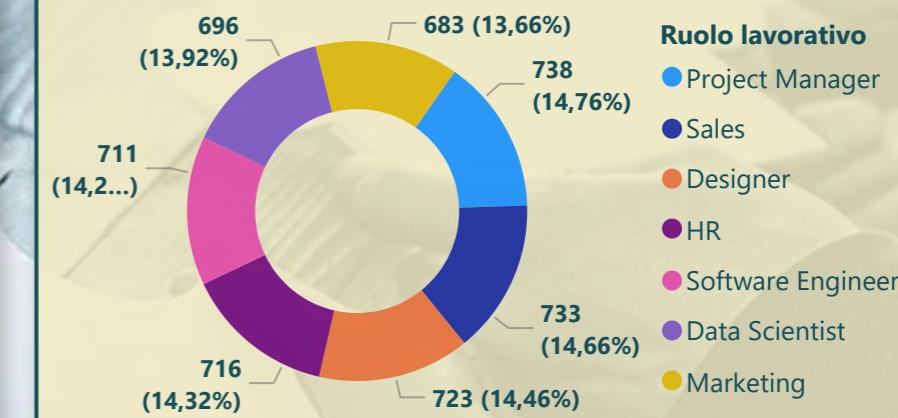
### Distribuzione dei Lavoratori per Genere



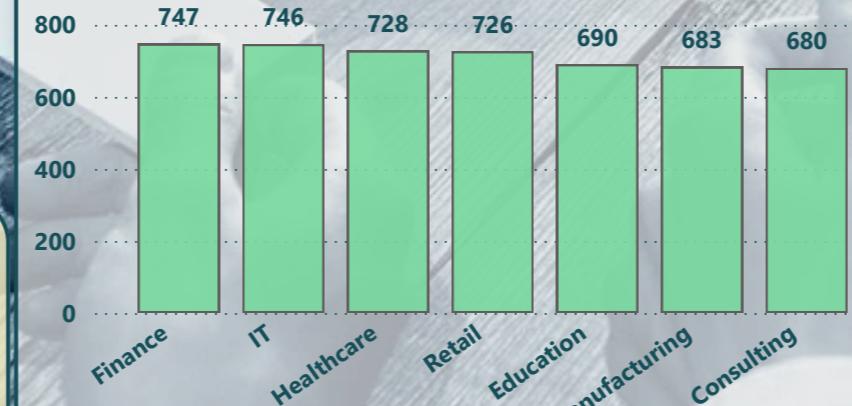
41

Media Età

### Distribuzione dei Lavoratori per Ruolo lavorativo



### Distribuzione dei Lavoratori per Settore



### Distribuzione dei Lavoratori per Continente



## Salute e benessere dei lavoratori

N. Lavoratori che accedono alle risorse per la salute mentale

**2447**

N. Lavoratori che non accedono alle risorse per la salute mentale

**2553**

Fascia d'età con peggiore qualità del sonno

**45–54**

Fascia d'età con maggiore livello di stress

**45–54**

### Condizione di salute mentale

- Anxiety
- Burnout
- Depression
- Nothing

### Fasce d'età

- 18-25
- 25-34
- 35-44
- 45-54
- 55+

### Qualità del sonno

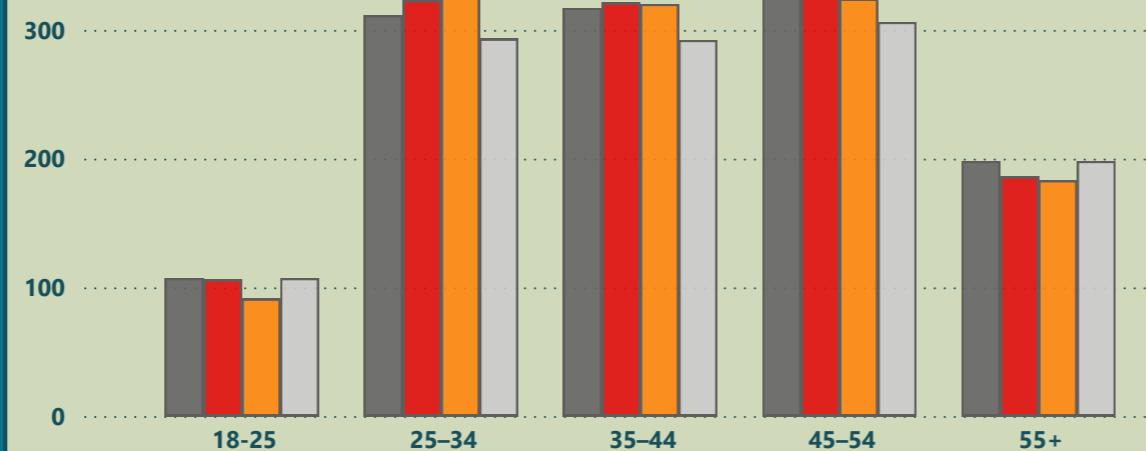
- Average
- Good
- Poor

### Livello di stress

- High
- Low
- Medium

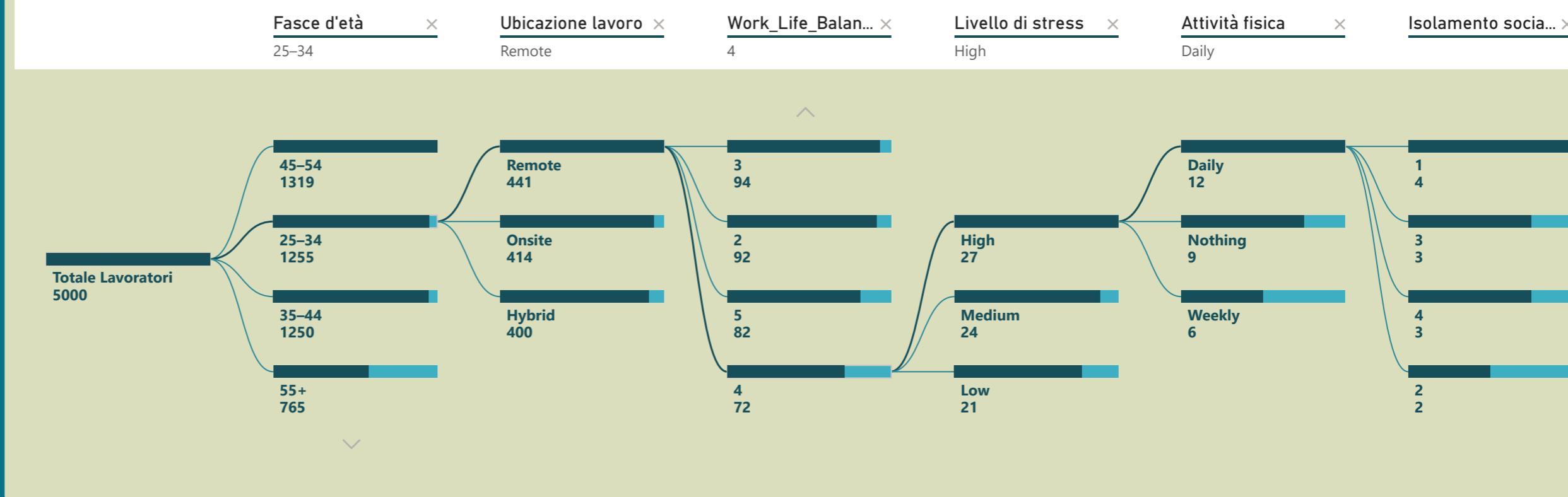
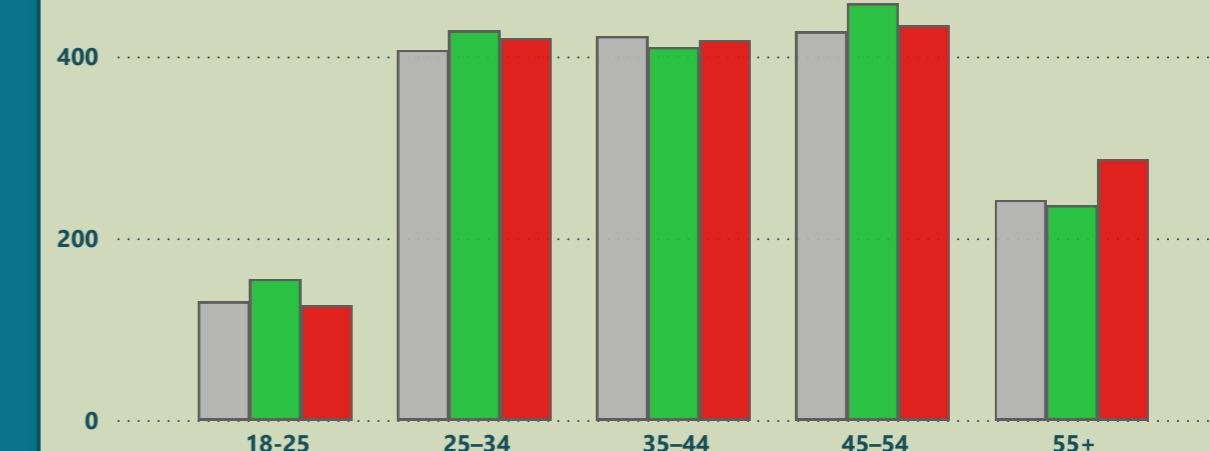
### Condizione di salute mentale per fasce d'età

Genere ● Anxiety ● Burnout ● Depression ● Nothing



### Qualità del sonno per fasce d'età

Genere ● Average ● Good ● Poor



## Luogo di lavoro e salute mentale

### Ubicazione di lavoro

- Hybrid
- Onsite
- Remote

### Condizione di salute mentale

- Anxiety
- Burnout
- Depression
- Nothing

### Qualità del sonno

- Average
- Good
- Poor

### Livello di stress

- High
- Low
- Medium

7,5

Media n. Meetings

39,6

Media Ore Lavorate per Setti...

Media supporto aziende per il lavoro da remoto

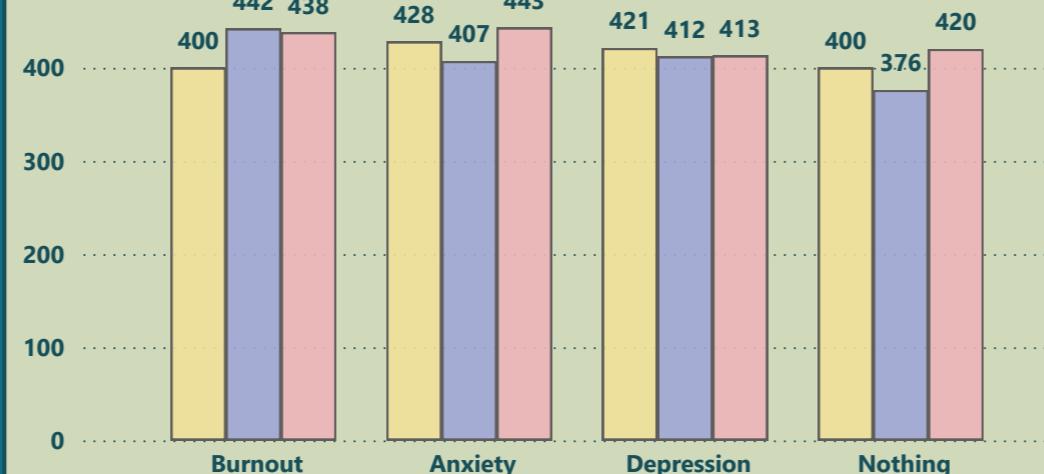
3,01

2,99

Media Isolamento Sociale

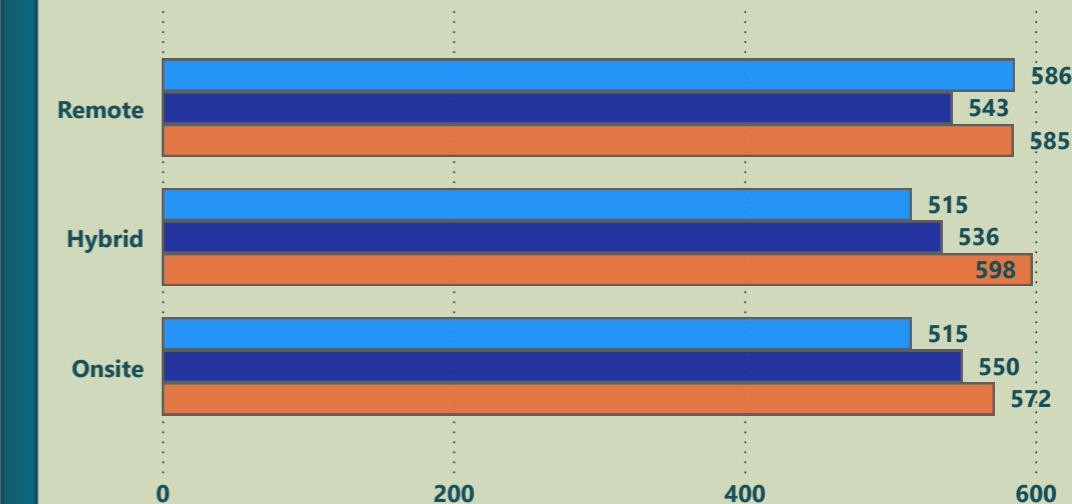
### Condizione di salute mentale per luogo di lavoro

Genere ○ Hybrid ○ Onsite ○ Remote



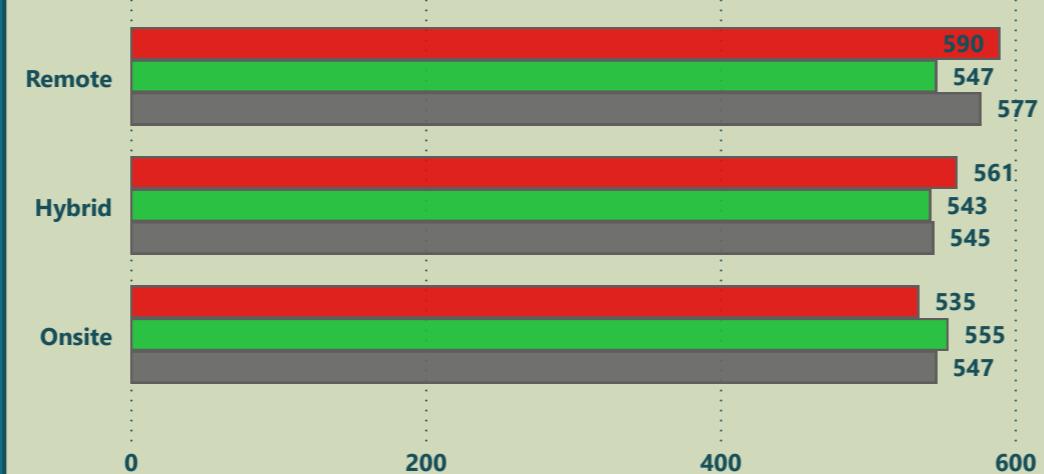
### Attività fisica per luogo di lavoro

Genere ○ Daily ○ Nothing ○ Weekly



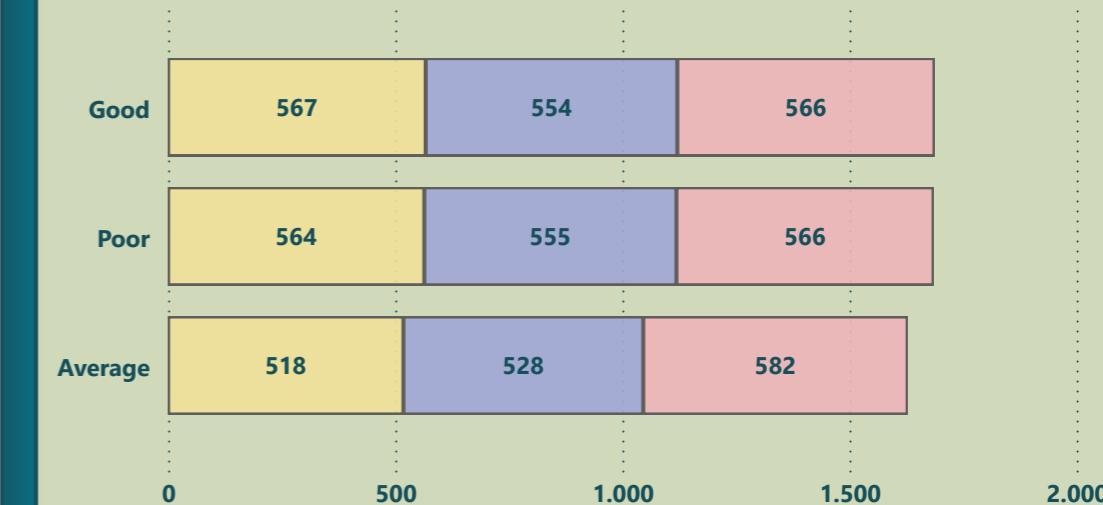
### Livello di stress per luogo di lavoro

Genere ● High ● Low ● Medium



### Qualità del sonno per luogo di lavoro

Genere ○ Hybrid ○ Onsite ○ Remote



## Insights su Continenti e Settore lavorativo

### Insights su Continenti

**Settore lavorativo**

- Consulting
- Education
- Finance
- Healthcare
- IT
- Manufacturing
- Retail

**Livello di stress**

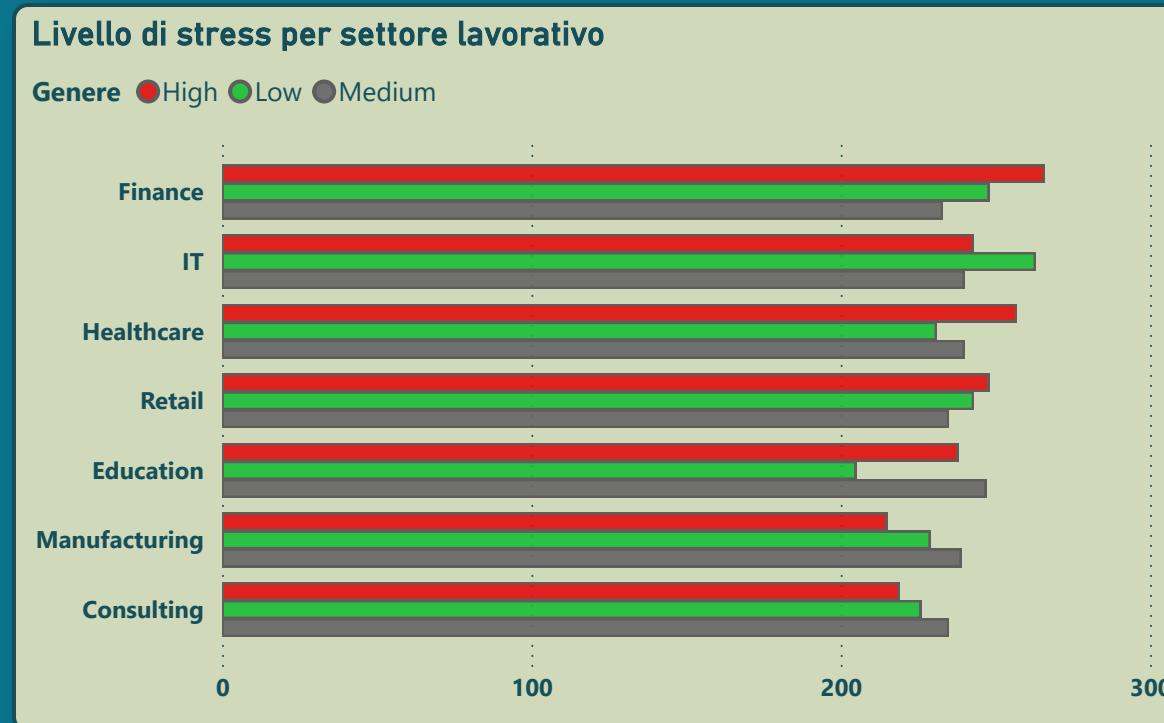
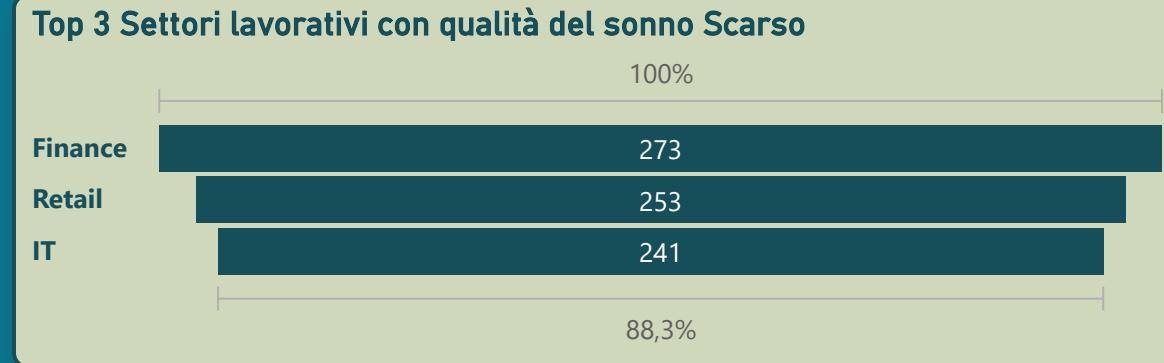
- High
- Low
- Medium

**Condizione di salute mentale**

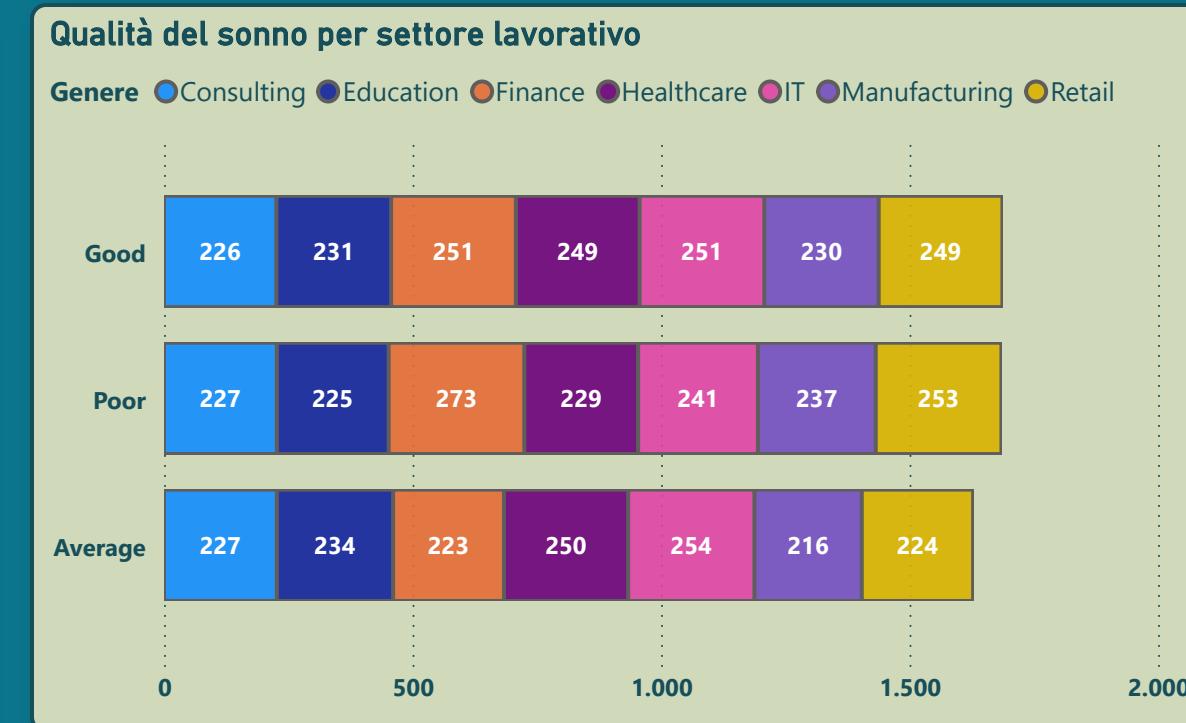
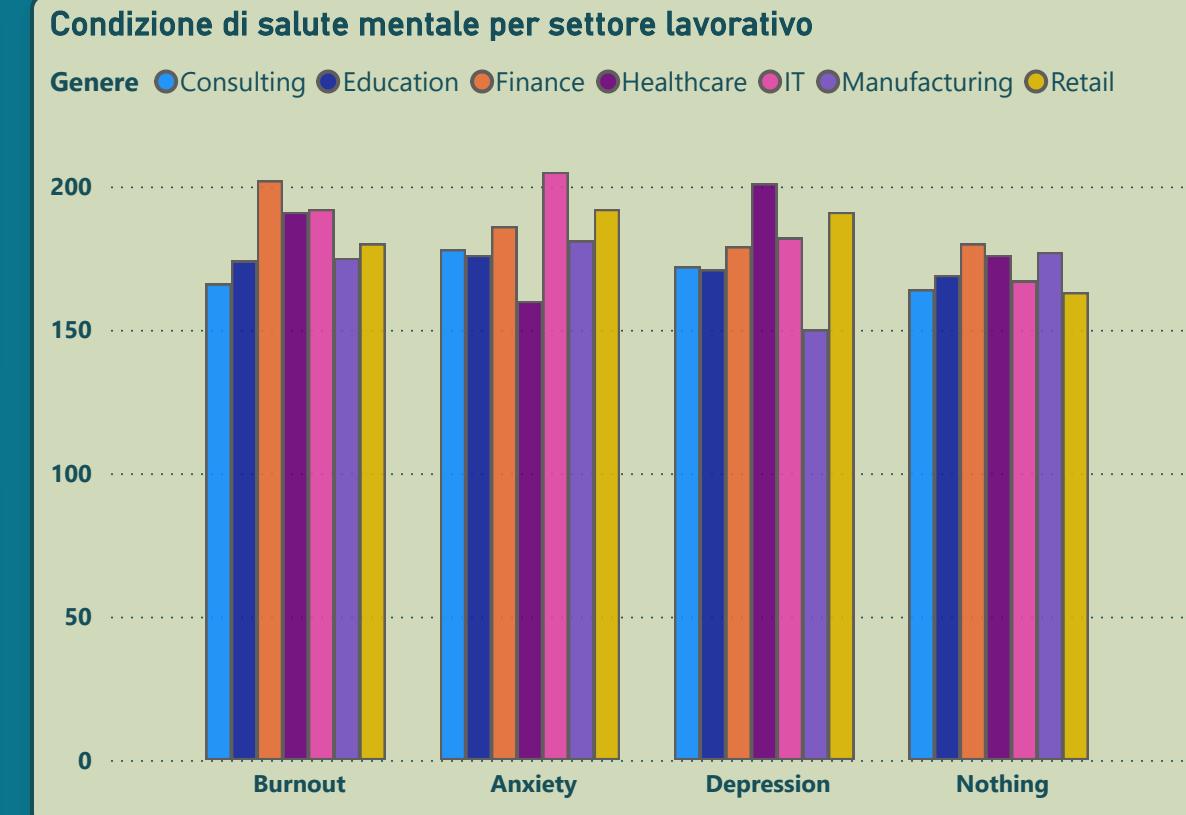
- Anxiety
- Burnout
- Depression
- Nothing

**Qualità del sonno**

- Average
- Good
- Poor

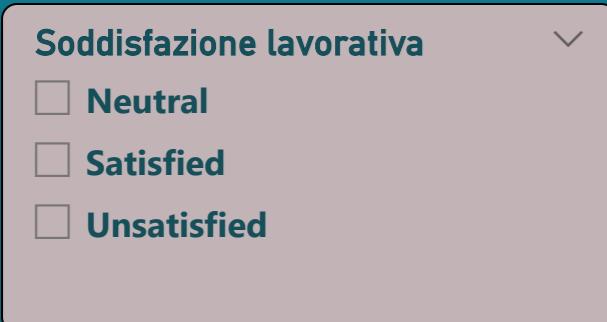
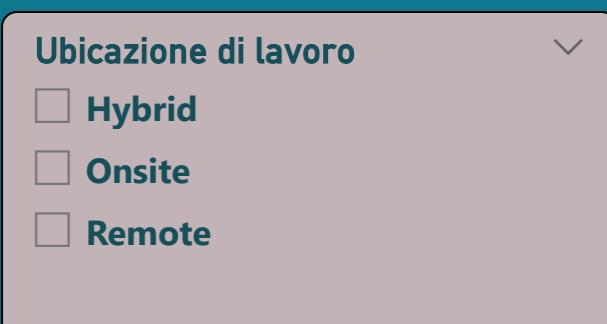


### Insights su Settore Lavorativo



## Produttività e soddisfazione lavorativa

### Produttività



#### Settore lavorativo con maggiore soddisfazione lavorativa

Finance 253  
IT 253

#### Settore lavorativo con minore soddisfazione lavorativa

Finance 255

#### Ruolo lavorativo con maggiore soddisfazione lavorativa

Sales 258

#### Ruolo lavorativo con minore soddisfazione lavorativa

Designer 260

#### Luogo lavorativo con maggiore soddisfazione lavorativa

Onsite 592

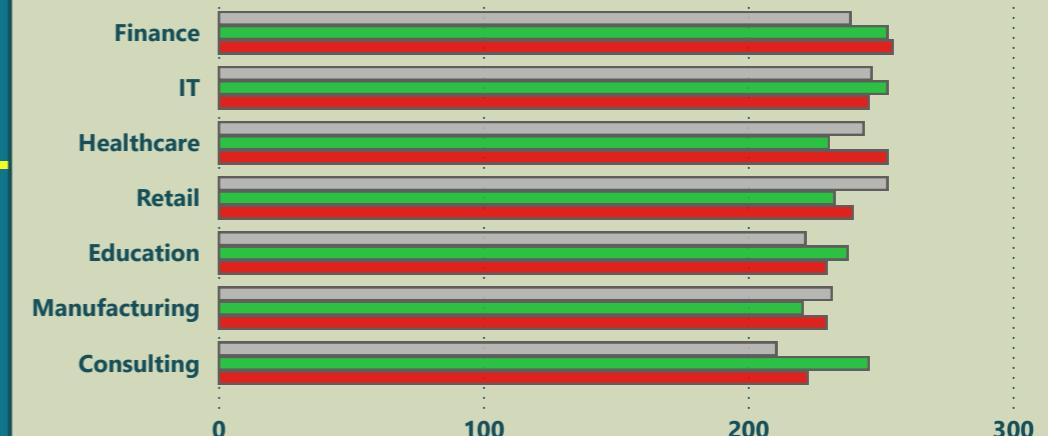
#### Luogo lavorativo con minore soddisfazione lavorativa

Remote 592

### Soddisfazione lavorativa

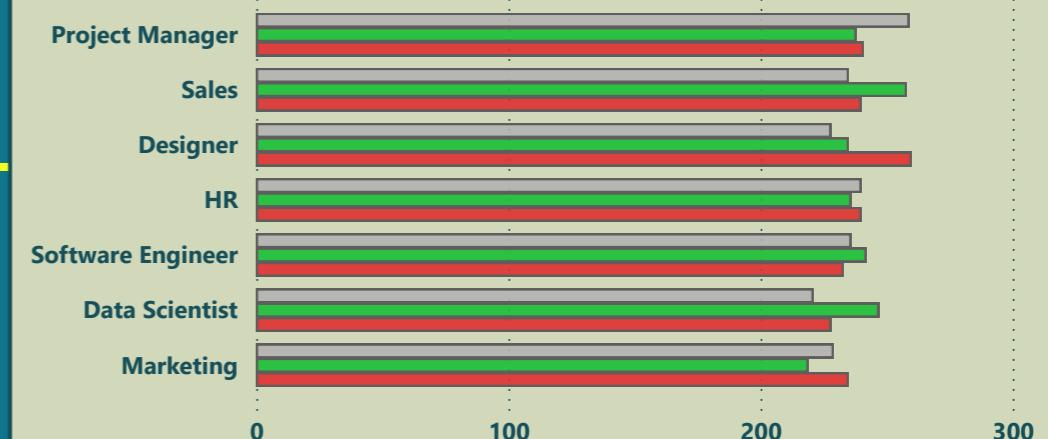
#### Soddisfazione lavorativa per settore lavorativo

Genere ● Neutral ● Satisfied ● Unsatisfied



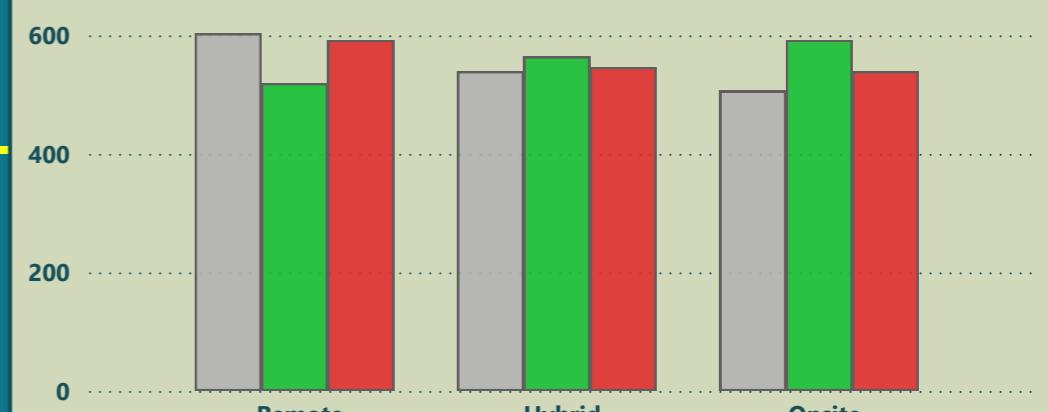
#### Soddisfazione lavorativa per ruolo lavorativo

Genere ● Neutral ● Satisfied ● Unsatisfied



#### Soddisfazione lavorativa per luogo lavorativo

Genere ● Neutral ● Satisfied ● Unsatisfied



## L'impatto del lavoro da remoto

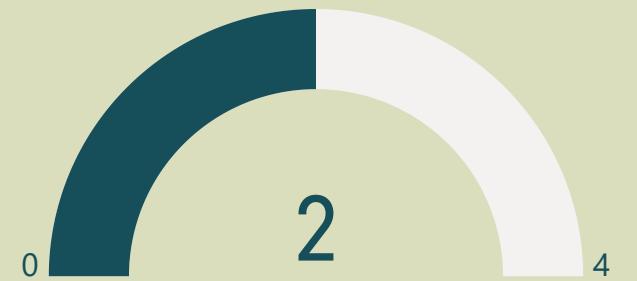
**1714**

N. Lavoratori da Remoto

**34,3%**

% Lavoratori Da Remoto

Livello di Stress Medio per i Lavoratori da Remoto



**16,36%**

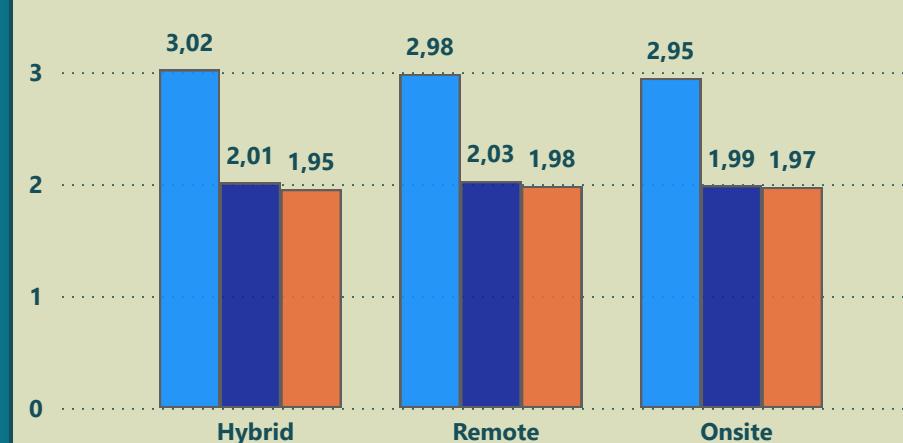
% Lavoratori Remoto Con Accesso

### Supporto aziendale per il lavoro da remoto

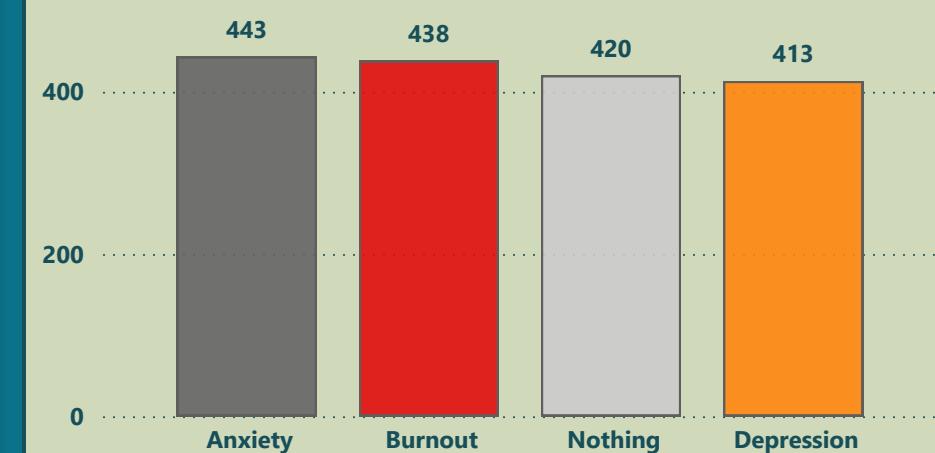


### Confronto medie per Work Location

Genere ● Media WLB per Ubic... ● Media Stress per ... ● Media Produtti...



### Distribuzione dei lavoratori da remoto per condizione di salute mentale



### Distribuzione dei lavoratori da remoto per qualità del sonno



### Distribuzione dei lavoratori da remoto per livello di stress





### 💡 Implicazioni dell'analisi

L'analisi evidenzia come il **benessere dei lavoratori** sia fortemente influenzato da età, ruolo, settore di appartenenza, supporto aziendale e modalità di lavoro. Il **lavoro da remoto**, se ben supportato, migliora l'equilibrio vita-lavoro e la produttività, ma può aumentare il senso di isolamento e lo stress.

La fascia **45–54 anni** è la più a rischio per stress e scarsa qualità del sonno.

I **settori Finance e Retail** mostrano i livelli di stress più alti.

I **ruoli gestionali e creativi** registrano minore soddisfazione.

L'**accesso limitato alle risorse di salute mentale** riduce la resilienza dei dipendenti.

### 💡 Raccomandazioni finali

- 1) Potenziare i **programmi di supporto psicologico** e il dialogo interno.
- 2) Incentivare **modelli flessibili e ibridi**, con momenti di collaborazione reale.
- 3) Monitorare periodicamente **stress, soddisfazione e produttività** tramite dashboard.
- 4) Promuovere **iniziativa di benessere fisico e mentale**, anche per chi lavora da remoto.

### 🏁 Conclusioni

Il progetto dimostra che investire nel benessere dei dipendenti non è solo una scelta etica, ma anche una **leva strategica** per migliorare **produttività, retention e clima aziendale**.

Un **approccio data-driven** al monitoraggio del benessere — come quello proposto in questa analisi — può guidare le aziende verso modelli di lavoro più sostenibili, moderni e umani.

Le organizzazioni che investono in risorse di supporto mentale, programmi di coinvolgimento e strutture di supporto sono **meglio posizionate** per mantenere soddisfazione e fidelizzazione dei dipendenti nell'era del lavoro remoto.