

<https://www.vanityfair.it/gallery/toxic-worker-colleghi-pericolosi>

The screenshot shows the Vanity Fair website interface. At the top left is the 'VANITY FAIR' logo in red. To the right are navigation links for 'Italia', 'Vanity Fair App', 'Abbonamenti', and 'Newsletter'. Below the logo is a horizontal menu with categories: 'People', 'Show', 'News', 'Beauty & Health', 'Fashion', 'Lifestyle', 'Food & Travel', 'Experience', 'Video', and 'Podcast'. The main article title is 'LAVORO: Toxic worker, chi sono e come riconoscere i colleghi «pericolosi»'. Below the title is a subtitle: 'Sono quelli che passano le giornate a sfogarsi del troppo lavoro, a lamentarsi di un collega o pensare che il proprio manager li abbia presi di mira'. The author is 'DI JADER LIBERATORE' and the date is '22 OTTOBRE 2021'. A short summary follows: 'Il 49% dei dipendenti italiani soffrirebbe di ansia e insonnia causata dal proprio lavoro e addirittura una persona su tre si sarebbe assentata dal lavoro per un eccessivo carico di stress: sono i dati emersi dalla nuova ricerca realizzata da BVA Doxa e presentata da Mindwork, prima società italiana di consulenza psicologica online specializzata in ambito aziendale.'

Toxic worker, chi sono e come riconoscere i colleghi «pericolosi»

Sono quelli che passano le giornate a sfogarsi del troppo lavoro, a lamentarsi di un collega o pensare che il proprio manager li abbia presi di mira

Il 49% dei dipendenti italiani soffrirebbe di ansia e insonnia causata dal proprio lavoro e addirittura una persona su tre si sarebbe assentata dal lavoro per un eccessivo carico di stress: sono i dati emersi dalla nuova ricerca realizzata da BVA Doxa e presentata da Mindwork, prima società italiana di consulenza psicologica online specializzata in ambito aziendale.

Tuttavia, molto spesso a causare tali sofferenze sono i cosiddetti «**toxic worker**» ossia i colleghi che hanno impatto negativo **sull'ambiente lavorativo**, le **performance dei colleghi** – quindi dell'intero team – e **sulla salute** di coloro che ogni giorno trascorrono del tempo insieme.

«Sentire lamentele legate al proprio capo, al proprio lavoro o magari a qualche collega non è certo inusuale e non ci stupisce affatto, ma ci sono casi in cui l'ambiente diventa talmente tossico da compromettere il benessere delle persone e, a lungo andare, anche le loro performance. In questo secondo caso, è fondamentale intervenire tempestivamente e promuovere piani di gestione dello stress per non compromettere la salute delle persone ed evitare di perdere i migliori talenti a causa di un ambiente di lavoro non stimolante o, peggio ancora, tossico» spiega **Francesca Contardi**, *managing director* di EasyHunters - società di ricerca e selezione – e prosegue «I *toxic*

workers hanno un impatto estremamente negativo sull'ambiente di lavoro perché **passano le loro giornate a sfogarsi del troppo lavoro**, a **lamentarsi di un collega** o pensare che il proprio **manager li abbia presi di mira**. Collaborare con queste persone, senza farsi fagocitare da questo vortice di negatività, a lungo andare può diventare davvero molto difficile perché con le loro azioni non fanno altro che **aumentare i livelli di stress delle persone**, con impatti devastanti anche sulle loro performance. Limitare la loro influenza negativa non è semplice, ma cercare di mettere delle barriere è di vitale importanza: magari cercando di spiegare al proprio collega che ci sono **aspetti positivi che non considera**, condividendo i lati più stimolanti del lavoro o aiutandolo a **cambiare il suo punto di vista**».

Ma in che modo possiamo riconoscere un vicino di scrivania da evitare? Nella gallery di questo articolo troverete **7 elementi utili per riconoscere un collega «tossico»** e perché no, magari starne alla larga!

Non fa squadra. Una scarsa propensione per il lavoro di squadra è un segnale lampante del «collega tossico» che non perde mai occasione per enfatizzare il proprio lavoro e i propri risultati, ma soprattutto tende sempre a minimizzare i meriti degli altri.

Collabora poco. Si tratta del collega che, nel momento in cui sorgono situazioni difficili, non offre supporto utile per risolvere il problema nel minor tempo possibile ma trova il modo per trarre vantaggio e mostrarsi migliore: infatti, il successo degli altri è per lui motivo di frustrazione!

È il «migliore». Chi tende ad autocelebrarsi spesso non lo fa apertamente ma con un atteggiamento subdolo: ad esempio, quando è in pubblico, ricorda i momenti in cui gli altri hanno commesso un errore o sono stati rimproverati dal manager!

È sempre d'accordo. Durante le riunioni non contraddice mai i suoi superiori ed è sempre in pieno accordo con le decisioni del manager. Tuttavia, un una volta terminata la riunione, non perde tempo per mostrare il suo disappunto o lamentarsi.

Si vendica. Non cerca di risolvere un diverbio o un piccolo malinteso direttamente con il collega coinvolto ma riferisce l'accaduto al proprio capo per mettere in cattiva luce l'altra persona.

È distruttivo. Ama le critiche distruttive e le lamentele continue: non a caso, si lamenta di qualsiasi cosa anche quando non c'è un reale motivo ed enfatizza gli aspetti di una vicenda, un lavoro o una situazione poco gradevole.

Ama il gossip. È un vero amplificatore di notizie - spesso poco veritiere - che riguardano la vita di colleghi, del manager o dei fornitori. Non importa che si tratti di verità o semplici illazioni, il «toxic worker» le diffonderà appena possibile senza curarsi degli impatti negativi derivanti da questo genere di comunicazione.