ERIQ

Questionario sullo squilibrio sforzo-ricompensa (ERIQ)

Il questionario del modello di Siegrist è uno strumento di autovalutazione dello stress lavorativo centrato sullo squilibrio tra gli sforzi compiuti e le ricompense ricevute in cambio. Esplora tre dimensioni complementari: sforzo estrinseco, ricompense professionali e ipercoinvolgimento (overcommitment). Nella pratica clinica, aiuta a individuare un'esposizione cronica ai rischi psicosociali, a documentare un contesto di disagio lavorativo e a chiarire quadri di stress professionale, esaurimento emotivo, burnout o sintomi ansiosi e depressivi legati al lavoro. È particolarmente utile con adulti che lavorano, nelle consulenze di psicologia del lavoro o di medicina del lavoro, o in una valutazione psicologica che tenga conto dell'ambiente lavorativo.

Numero di domande	23 domande
Durata stimata	10 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	Effort-Reward Imbalance Questionnaire
Destinatari	Adulti che lavorano
Autori	Johannes Siegrist (1996)
Categoria	Burnout

Anteprima delle 23 domande

Sono costantemente sotto pressione per mancanza di tempo a causa del forte carico di lavoro.

Del tutto in disaccordo | In disaccordo | D'accordo | Del tutto d'accordo

Nel mio lavoro vengo spesso interrotto/a e disturbato/a.

Del tutto in disaccordo | In disaccordo | D'accordo | Del tutto d'accordo

Nel mio lavoro ho molte responsabilità.

Del tutto in disaccordo | In disaccordo | D'accordo | Del tutto d'accordo

Sono spesso costretto/a a fare gli straordinari.

Del tutto in disaccordo | In disaccordo | D'accordo | Del tutto d'accordo

Il mio lavoro è fisicamente impegnativo.

Del tutto in disaccordo | In disaccordo | D'accordo | Del tutto d'accordo

Scoring e interpretazione

Nella versione francese più utilizzata, somma i 6 item dello sforzo per ottenere un punteggio di sforzo, gli 11 item della ricompensa per ottenere un punteggio di ricompensa, poi i 6 item dell'ipercoinvolgimento per il punteggio corrispondente; l'item 20 dell'ipercoinvolgimento ha punteggio invertito. Lo squilibrio principale si stima con un rapporto sforzo/ricompensa corretto dal fattore 11/6. Un rapporto superiore a 1 indica uno squilibrio sfavorevole, con sforzi elevati rispetto alle ricompense. L'ipercoinvolgimento si interpreta separatamente: un punteggio più elevato riflette un coinvolgimento eccessivo e difficoltà a staccarsi dal lavoro. L'interpretazione va sempre contestualizzata rispetto alla mansione, alle condizioni di lavoro e al colloquio clinico.