

Prefazione di Franco Fraccaroli

1. Natura, misura e sviluppo del benessere organizzativo di Guido Alessandri

Introduzione/Una prospettiva temporale/Classificazione degli approcci allo studio del benessere al lavoro/La natura del benessere lavorativo/L'importanza del benessere nelle organizzazioni/La prospettiva del work engagement/Conclusione

2. L'influenza della psicologia positiva sullo studio del benessere al lavoro di Valentina Rosa

Introduzione/La psicologia positiva/Le fasi di sviluppo della psicologia positiva/Altri costrutti positivi/Conclusione

3. Benessere e dinamiche emotive al lavoro di Simone Tavolucci

Introduzione/Dinamiche emotive/Regolare le emozioni al lavoro/Autoregolazione e senso di competenza nel dominio delle emozioni/Il lavoro emotivo/Conclusione

4. Il contributo della psicofisiologia alla comprensione del benessere al lavoro di Cristina Ottaviani

Introduzione/Rispondere attivandosi fisiologicamente di fronte a un evento stressante è adattivo/Principali indicatori psicofisiologici utilizzati per misurare lo stress lavoro correlato/Sfruttare la psicofisiologia per aumentare la resilienza allo stress lavoro correlato/Conclusione

5. Benessere lavorativo e valore personale di Lorenzo Filosa

Introduzione/Che cos'è davvero l'autostima/Autostima come risorsa per il benessere e la salute dei lavoratori/Conclusione

6. Benessere lavorativo ed equilibrio vita-lavoro di Ferdinando Paolo Santarpia e Laura Borgogni

Introduzione/Gestire l'interfaccia tra lavoro e vita privata: una prospettiva centrata sulle risorse/Le risorse personali secondo una lettura agentic/Conclusione

7. Gli stressor sociali come minacce al benessere occupazionale dei lavoratori di Valentina Sommovigo, Piergiorgio Argentero e Guido Alessandri

Introduzione/I conflitti interpersonali al lavoro/La scortesia sul luogo di lavoro/La supervisione abusiva/Il mobbing/Lo stalking occupazionale/Le molestie sessuali al lavoro/La violenza sul luogo di lavoro/La teoria della conservazione delle risorse: un framework per gli stressor sociali/Conclusione

Postfazione di Fabio Lucidi

Bibliografia

Gli autori