

Primo Maggio, gli psicologi: “Sia la festa anche delle lavoratrici”

30 aprile 2020

I rischi dello smart working. Conciliare lavoro, gestione dei figli, spazi e tempo: “Ci saranno nuovi contesti in cui le sindromi da stress e da disadattamento si svilupperanno notevolmente”



BOLOGNA – Sarà un **Primo Maggio anomalo** per tanti lavoratori e lavoratrici, a casa perché in cassa integrazione, o perché le attività sono chiuse o magari in smart working. L'**Ordine degli psicologi dell'Emilia Romagna** mette in guardia sui rischi della attuale situazione, soprattutto per le lavoratrici: “L’occupazione ha vissuto e vivrà un periodo drammatico, con molte persone che rischiano di perdere il proprio impiego e molte altre che dovranno venire a capo di un’inedita situazione, con il **lavoro da svolgere e l’assenza del sostegno della scuola nella cura dei bambini**. Un problema, quest’ultimo, che rischia di far arretrare la condizione di molte donne, che spesso sono le prime a essere chiamate in causa nella gestione dei figli”.

L’Ordine degli Psicologi dell’Emilia-Romagna vuole porre l’attenzione su tutte queste situazioni: “Sono cambiati gli spazi e i tempi del lavoro, ma per certi aspetti i nodi da sciogliere sono rimasti gli stessi. **Il primo di questi nodi è il ruolo della donna nella società**, che non può essere quello dell’angelo del focolare’ e **deve avere pari dignità e opportunità**, anche all’atto pratico”.

Chi, uomo o donna che sia, in qualche modo – che inevitabilmente dovrà prevedere anche il sostegno dello Stato – riuscirà a **conciliare lo smart working, da casa, con la presenza dei figli da accudire, si confronterà per mesi con un impegno non certo “smart”**. Un impegno che non mette al centro la persona e diventa di fatto **sovraccarico, stress, piuttosto che una forma di conciliazione vita-lavoro di qualità e benessere**, quale il “lavoro agile” dovrebbe essere.

“**Il lavoro**, che fino a pochi mesi fa tenevamo ben separato e lontano dalla nostra vita privata, **entra nelle nostre case**: irrompe in cucina, in camera da letto, per alcuni persino in bagno. È sempre con

<https://www.reggionline.com/primo-maggio-gli-psicologi-sia-la-festa-anche-delle-lavoratrici-quant-rischi-lo-smart-working/>

me, in un pc portatile che mi porto dietro, o direttamente sul telefono, in tasca, addosso come un vestito. Si insinua nella relazione tra me e i miei figli: mi trovo davanti a un schermo a lavorare mentre allatto, preparo da mangiare o semplicemente ascolto la bambina che mi chiede aiuto per i compiti. Da esterno alla casa, il lavoro entra oggi nei miei spazi più privati”, **commenta Carmelina Fierro**, dottoressa in tecniche e scienze psicologiche dei contesti lavorativi e Consigliera dell’Ordine degli Psicologi dell’Emilia-Romagna. E aggiunge: “Ci saranno **nuovi contesti in cui le sindromi da stress e da disadattamento si svilupperanno notevolmente**. Questo stato di affaticamento psico-fisico può compromettere sia il lavoro, sia la qualità delle relazioni, favorendo i conflitti generazionali e di coppia, con chiare conseguenze sulla salute psicologica di tutti i componenti della famiglia”.

Il lato positivo è che **chi riuscirà a gestire efficacemente il proprio tempo**, e ad avvalersi dell’ausilio di importanti forme di sostegno alla cura dei piccoli, **potrà trovare l’opportunità di uno sviluppo personale**. Potenziare le capacità digitali e imparare a gestire la propria libertà con maggiore responsabilità, riuscendo a disconnettersi e a organizzare tempi e spazi, saranno le nuove competenze necessarie per lavorare e vivere bene.