

## DONNE E LAVORO, l'Ordine degli Psicologi ER: “Essere multitasking sta diventando una schiavitù”



6 marzo 2021–**Dipendenza dagli strumenti digitali, isolamento, depressione, paura, rabbia, frustrazione.** Sono solo alcuni effetti del “multitasking” portato al suo eccesso su cui invita a porre l’attenzione l’Ordine delle Psicologhe e degli Psicologi dell’Emilia-Romagna.

In occasione della Giornata Internazionale dei diritti della donna (8 marzo), l’Ordine riflette sulla **condizione delle donne lavoratrici**, a cui in questo delicato momento storico viene richiesto di somigliare sempre più “a dee Kali”, forti, invincibili e con mille braccia.

“L’essere multitasking, vale a dire la capacità di **fare più cose contemporaneamente**’, specie nell’ultimo anno si è trasformata per le donne da qualità a schiavitù”, dice **Carmelina Fierro**, consigliera dell’Ordine e coordinatrice della commissione Pari Opportunità. Questa abilità, spiega Fierro, a causa delle **nuove modalità di lavoro legate all’emergenza pandemica da Covid19**, è diventata una pretesa di spazi e tempi da parte dei datori di lavoro e, insieme, una patologia.

Molte donne, dall’anno scorso, si sono trovate a lavorare tante ore al giorno davanti a uno schermo, provando con **difficoltà a trovare un equilibrio con i tempi della vita familiare e privata** e subendo conseguenze da non sottovalutare.

Il sovraccarico di attività e pretese da parte di datori di lavoro e collaboratori, spiegano infatti dall’Ordine delle Psicologhe e degli Psicologi, può portare a dipendenza dai device digitali, stress lavoro correlato, burnout – cioè un cortocircuito dovuto allo stress eccessivo – isolamento, depressione, stati d’ansia che si possono trasformare in angoscia.

Tali effetti hanno portato, in una spirale di conseguenze, anche alla riduzione del lavoro.

**“Le donne lavoratrici sono una categoria da proteggere perché in fase di estinzione**– spiegano alla Commissione Pari Opportunità dell’Ordine regionale – Le aziende dovrebbero essere a conoscenza sia delle opportunità sia dei pericoli dello smartworking, vedere i dipendenti non solo come un costo ma come l’unica fonte di produttività e mettere in atto delle azioni per favorire la salute dei dipendenti e dei collaboratori, per esempio coinvolgendo psicologhe e psicologi per potenziare le risorse e rivedere l’organizzazione aziendale”.

Coloro che hanno ridotto il carico di lavoro, per scelta o perché costrette, hanno guadagnato meno e questo ha portato a una diminuzione della domanda di sostegno psicologico, che sarebbe invece stata fondamentale proprio per affrontare le conseguenze dello smartworking e dell’applicazione del concetto di “multitasking. **La perdita del lavoro, la paura per il futuro e la rabbia connesse a queste condizioni portano inoltre a tensioni che se non vengono riconosciute ed elaborate diventano vere e proprie armi.**

Link all’articolo: <https://www.ferraraitalia.it/donne-e-lavoro-lordine-degli-psicologi-er-essere-multitasking-sta-diventando-una-schiavitù-228849.html>