

## Donne e lavoro, «Il multitasking sta diventando una schiavitù»



*L'Ordine delle psicologhe dell'Emilia-Romagna riflette sulla situazione del lavoro femminile ai tempi del covid dove molto spesso le donne sono costrette a fare molte cose contemporaneamente.*

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). Un genere, quello femminile, a cui spesso si chiede di fare troppe cose nello stesso momento e a cui «viene richiesto di somigliare sempre più "a dee Kali", forti, invincibili e con mille braccia», dice l'Ordine delle psicologhe regionale.

«L'essere multitasking, 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 aziende dovrebbero essere a conoscenza sia delle opportunità sia dei pericoli dello smartworking. «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"», dice l'Ordine delle psicologhe.

Link all'articolo: <https://gazzettadibologna.it/costume/donne-e-lavoro-il-multitasking-sta-diventando-una-schiavitu/>