



8 marzo, psicologi dell'Emilia-Romagna: essere multitasking sta diventando una schiavitù

Dipendenza dagli strumenti digitali, isolamento, depressione, paura, rabbia, frustrazione. Sono solo “alcuni effetti del ‘multitasking’ portato al suo eccesso”, su cui si concentra l’Ordine delle psicologhe e degli psicologi dell’Emilia-Romagna. In particolare, in occasione della Giornata internazionale dei diritti della donna, l’Ordine si sofferma “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”, afferma Carmelina Fierro, consigliera dell’Ordine e coordinatrice della commissione Pari opportunità, aggiungendo che “questa abilità è diventata, a causa delle nuove modalità di lavoro legate all’emergenza Covid, una pretesa di spazi e tempi da parte dei datori di lavoro e, insieme, una patologia”.

Dall’anno scorso, infatti, molte donne “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”. Sul punto, l’Ordine evidenzia che “il sovraccarico di attività e pretese da parte di datori di lavoro e collaboratori può portare a dipendenza dai device digitali, stress lavoro correlato, burnout- cioè un cortocircuito dovuto allo stress eccessivo- isolamento, depressione e stati d’ansia che si possono trasformare in angoscia”. Tutti effetti che “hanno portato, in una spirale di conseguenze, anche alla riduzione del lavoro”.

Da qui l’appello, per “proteggere le donne lavoratrici, che sono una categoria in fase di estinzione”, alle aziende, che “dovrebbero essere a conoscenza sia delle opportunità, sia dei pericoli dello smartworking e vedere i dipendenti non solo come un costo, ma come l’unica fonte di produttività”.

I datori di lavoro, dunque, dovrebbero “mettere in atto delle azioni per favorire la salute dei dipendenti e dei collaboratori, ad esempio coinvolgendo psicologhe e psicologi per potenziare le risorse e rivedere l’organizzazione aziendale”. Le donne che hanno ridotto il carico di lavoro, per scelta o perché costrette, “hanno guadagnato meno, e questo- segnalano dall’Ordine- ha portato ad 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’”. Senza contare, rileva in fine l’Ordine, che “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.redattoresociale.it/article/notiziario/8_marzo_psicologi_dell_emilia-romagna_essere_multitasking_sta_diventando_una_schiavitù