

I rischi e i vantaggi per il lavoratore “mobile”

di Alessandra Innesti

Le tecnologie digitali sono sempre più diffuse e sono ormai divenute parte integrante del nostro quotidiano. L'aver a disposizione uno smartphone o un tablet ci permette, ovunque ed in qualunque momento, di svolgere la quasi totalità delle nostre attività professionali a distanza. Mentre camminiamo, in treno, in aereo, nell'attesa di un autobus, che il semaforo diventi verde, in fila al supermercato, ogni istante della giornata è una buona occasione per trasformarci in lavoratori “mobile”.

Siamo sempre iper connessi e intrappolati in una totale dipendenza da *digital device* che aggiunge, secondo uno studio britannico condotto dal colosso delle vendite di prodotti hi-tech Pixmania.com, almeno due ore di lavoro al giorno destinate alla gestione della posta elettronica e a chiamate di lavoro. Un lavoratore su dieci trascorre in media tre ore al giorno al di fuori dell'orario di ufficio a occuparsi della posta elettronica, mentre due terzi del campione intervistato ha ammesso di controllare le corrispondenze virtuali prima di addormentarsi e appena svegli il mattino seguente prima ancora di vestirsi o fare colazione, mentre un terzo ha rivelato di aver risposto ad un messaggio di lavoro durante la notte. Se da un lato, quindi, questo nuovo modo di lavorare ha determinato una maggiore immediatezza nelle decisioni e nelle comunicazioni nonché la possibilità di lavorare fuori dall'ufficio, dall'altro ha prodotto una serie di occupazioni superflue prima inesistenti che hanno intasato la vita di ognuno di noi dilatando i tempi di lavoro ed erodendo gli spazi destinati al tempo libero.

Lo scopo della imponente presenza tecnologica in ufficio e fuori è da rinvenirsi proprio nella possibilità di incrementare la produttività e l'efficienza del lavoratore e dell'azienda, motivo per il quale un numero crescente di datori di lavoro ha fornito al proprio personale smartphone e tablet aziendali chiedendo ai propri dipendenti una rintracciabilità senza limiti. Tuttavia non viene considerata l'altra faccia della medaglia, ossia la possibilità che un utilizzo incontrollato delle tecnologie provochi la sindrome da “multitasking”, una continua interruzione dell'attività lavorativa provocata dall'utilizzo multiplo di tecnologie digitali con ricadute in termini di riduzione di concentrazione, accuratezza e qualità del lavoro svolto. A tal proposito un recente studio condotto dall'Università di Amsterdam dimostra come l'utilizzo di smartphone e tablet aziendali per lo svolgimento delle attività lavorative comporti anche una serie di rischi per gli utenti: da problemi psicosociali a disturbi per la salute fisica derivanti dall'uso prolungato di questi “*digital device*” (per ulteriori approfondimenti, si v. Università di Amsterdam, *Techno-stress. Recognising an emerging risk*, pubblicato il 18 dicembre 2012). I primi consistono in tecno-stress (ogni impatto negativo sugli atteggiamenti, pensieri, comportamenti o fisiologia del corpo che è causato direttamente o indirettamente dalla tecnologia), tecno-dipendenza (uso compulsivo continuo, anche quando l'attività è manifestamente dannosa) e tecno-invasione (situazioni in cui il confine tra lavoro e vita privata è eliminato), mentre i secondi in rischi per le dita, i polsi, il collo e le spalle causati dall'assunzione prolungata di posizioni scorrette per leggere e scrivere negli schermi di smartphone e tablet. Questi strumenti, che costituiscono il nostro ufficio tascabile e ci permettono di lavorare a casa o in qualsiasi altro luogo, a qualunque orario del giorno e della notte, rappresentano un'enorme risorsa per lavoratori e aziende che, in un mercato del lavoro sempre più improntato alla mobilità, non ne possono più prescindere. In un tale contesto, il confine tra la vita

professionale e la vita privata del lavoratore “mobile” è divenuto sempre più labile e sempre più di frequente accade che i due aspetti si confondano con risultati negativi sulle relazioni personali e sulla salute psicofisica.

Non ci sono ricette preconfezionate per evitare che il lavoratore “mobile” diventi schiavo delle sue tecnologie e viva solo la sua dimensione professionale 24 ore su 24. In una società “*always on*” in cui i datori di lavoro pretendono una totale rintracciabilità e disponibilità dei dipendenti, forse soltanto il buon senso del lavoratore può prevenire la sua tecno-dipendenza e al contempo evitare di trasformare una straordinaria risorsa in un pericoloso rischio per la sua salute psicofisica.

Alessandra Innessi

Scuola internazionale di Dottorato
in Formazione della persona e mercato del lavoro

Adapt – CQIA
Università degli Studi di Bergamo
@AInnessi