PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 22 - numero 4808 di Martedì 03 novembre 2020

I frammenti ricomposti: strumenti per vivere bene lo smart working

La pandemia da Coronavirus ha accelerato il processo di trasformazione del lavoro aumentando in modo esponenziale i lavoratori in smart working: cosa occorre fare per vivere al meglio questa opportunità?

Lo smart working esisteva ed era normato già prima dell'emergenza Covid. Non si può negare che rappresentasse una probabile linea di tendenza, ma la pandemia ha fatto sì il processo di trasformazione del lavoro si accelerasse e che riguardasse un numero molto elevato di persone. Secondo gli ultimi dati Istat l'incidenza del lavoro da casa è salita nella fase di emergenza della pandemia al 18,5% degli addetti interessando nell'aprile 2020 più di 4milioni di italiani. Presumibilmente, questa modalità di lavoro diventerà permanente per molti di essi.

Di conseguenza la riflessione sullo smart working.è di grande interesse, sia per il numero di soggetti interessati che per la varietà delle angolature da cui può, anzi deve, essere esaminato.

Si richiede dunque "u*na riorganizzazione del lavoro, avendo ben chiaro che una messa in pratica dello smart working non spetta solo a chi nelle aziende si occupa di gestione delle Risorse Umane, come in molti pensano. È una attività che va condivisa, che va pensata, studiata, analizzata, e adattata a ogni singola realtà produttiva. Un monitoraggio nazionale su questo tema, che coinvolga tutti gli stakeholder, potrebbe essere anche l'occasione per analizzare con più cognizione le altre difficoltà che potrebbero emergere in futuro, e trarne indicazioni ancora più mirate da mettere al servizio della ripresa economica del Paese*", precisa **Pier Giovanni Bresciani**, Presidente Siplo (Società Italiana di Psicologia del Lavoro e dell'Organizzazione).

Pubblicità
<#? QUI-PUBBLICITA-SCORM1-[EL0499] ?#>

Un approccio utile, in attesa dei decreti e della direttiva europea che dovrebbe essere emanata nel 2021, consiste rileggere il quadro legislativo vigente cioè le regole che già oggi delimitano il campo, nel verificare se esse vengono adeguatamente applicate e, soprattutto, se sono sufficienti a tutelare ugualmente tutti i soggetti in campo. Da questa attenta osservazione deriva l'individuazione di possibili evoluzioni delle norme, riconoscendo la doppia valenza della legislazione: reattiva ai cambiamenti in atto e proattiva nel promuoverne di virtuosi. Nello specifico, per esempio, potrebbe essere necessario individuare misure che attenuino i disagi delle donne. Esse infatti, secondo una ricerca di Valore D, sarebbero messe più a dura prova dei colleghi maschi: 1 donna su 3 lavora più di prima e non riesce, o fatica, a mantenere un equilibrio tra lavoro e vita domestica. Tra gli uomini che avvertono queste difficoltà, il rapporto è di 1 su 5, sempre stando ai dati della ricerca.

Più in generale, nell'ambito delle strategie che possono aiutare chi si trova proiettato a gestire la situazione ? nuova e, in alcuni casi, non scelta - possono essere utili *"adeguati strumenti di formazione e di consulenza-accompagnamento sui comportamenti delle persone e del management",* come sostiene **Felice Damiano Torricelli**, Presidente ENPAP [1].

Cosa fare dunque?

L'idea che lo smart working possa e debba contribuire a far vivere bene le persone fa emergere la necessità di una riflessione polifonica, sviluppata da figure professionali diverse, che possa costruire un quadro complessivo in cui emerge con chiarezza che ciascuna disciplina è necessaria a garantire il ben-essere di chi lavora da casa, e dare indicazioni specifiche.

Occorre per prima cosa che gli e le smartworker applichino strategie quotidiane utili a gestire i rapporti, negoziando regole nuove con i soggetti di sempre, ma in un mutato contesto, a tenere sotto controllo lo stress, a usare strategicamente il tempo, a mantenere le relazioni con i colleghi lontani. Insomma, a vivere meglio con se stessi e con gli altri. Risultano utili persino delle esercitazioni per imparare a farlo (o a farlo meglio). Occorre che essi imparino a calmare la mente con gentilezza, a superare le trappole mentali, a evitare lo stress da "infodemia", a coltivare la propriocezione.

Occorre lo sguardo dell'architetto per imparare a osservare gli spazi fisici della propria abitazione che, divenuta luogo di lavoro, non sempre risulta adeguata, del medico del lavoro che esamina costanti e variabili della mutata condizione, della nutrizionista che ben sa come una corretta alimentazione possa essere insidiata da una diversa declinazione dei tempi di lavoro e dalla permanenza a casa.

In quest'ottica lo smart working diventa l'occasione per estendere alla vita privata l'applicazione di strumenti di analisi solitamente relegati al contesto professionale. E a diventare un po' più protagonisti della cura di sé.

Renata Borgato

---

[1] Ente Nazionale di Previdenza e Assistenza per gli psicologi)



Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.

www.puntosicuro.it