

Quella valanga di notifiche sullo smartphone che ci “distrae al lavoro”. Il costo: oltre 5mila euro a testa

R repubblica.it/economia/2024/10/07/news/notifiche_smartphone_lavoro_costo-423539905

Raffaele Ricciardi

7 ottobre 2024

Lo smartphone propaggine del nostro braccio rischia di diventare un problema sul luogo di lavoro. Sullo schermo passano ormai senza soluzione di continuità input dal mondo interno all'organizzazione ed esterno ad essa, cioè dal privato. Che puntano però in un'unica direzione: la perdita di attenzione e quindi di capacità di stare focalizzati sui propri impegni professionali quotidiani. **Alcuni numeri portati da FiordiRisorse e dall'Osservatorio JobPricing sul tavolo della recente manifestazione Nobilita**, dedicata proprio alla cultura del lavoro, sono clamorosi. **Solo due lavoratori su dieci dicono di riuscire a resistere alla tentazione di rispondere nell'immediato a una mail**, salvo che siano urgenti, mentre l'80% non sfugge all'ansia della casella piena. Con costi pesantissimi in termini di perdita di produttività.

Secondo uno studio condotto dall'Università del Michigan e da Common Sense, in una giornata media un adolescente riceve 240 notifiche sul telefono, un quarto durante l'orario scolastico e per il 5% pure di notte. Il tempo dedicato da ragazze e ragazzi allo schermo dello smartphone variava da pochi minuti a oltre sedici ore al giorno, per una media di quattro e mezza. Ma il problema ben noto sui banchi di scuola è arrivato sulle scrivanie del lavoro.

Come detto non si tratta solo di distrazioni che provengono dal mondo esterno, magari dai messaggi WhatsApp degli amici o dai cuoricini di Instagram. Un report Unily sui lavoratori britannici ha scoperto che **più dei tre quarti giudica le notifiche provenienti dai tool di lavoro una fonte di distrazione di massa; un terzo arriva a individuare questo rumore di fondo ogni quarto d'ora**. Per concentrarsi davvero sulle proprie mansioni, i due terzi dei lavoratori che hanno risposto a un sondaggio di People Management su LinkedIn hanno detto che ormai è meglio spegnere le notifiche dell'e-mail o le quelle dei sistemi di messaggistica aziendale per essere sul pezzo.

Tutto questo ha un costo. Difficile misurarlo in maniera scientifica, ma l'Osservatorio JobPricing ci è arrivato indagando i comportamenti di quasi 900 lavoratori che hanno risposto a un sondaggio. Ponderando le risposte per la numerosità di ciascun gruppo di lavoratori intervistati, **l'Osservatorio è arrivato a definire una perdita di ore di lavoro pari al 12,9%, circa un'ora al giorno in un arco lavorativo di otto ore**. “Premettendo che il dato può esser solo indicativo” ha spiegato il responsabile dell'Osservatorio Matteo Gallina, “e considerando che la retribuzione media di un lavoratore in Italia nel 2023 era di 30.838 euro annui **questo 13% si traduce in un costo della disattenzione di 3.995 euro all'anno per ciascun lavoratore, intesi come retribuzione lorda non produttiva, che a sua volta significa un costo per l'azienda di 5.593 euro**”.

“Ovviamente non tutte le distrazioni sono eliminabili, e bisogna considerare che per il nostro cervello "staccare la spina" ogni tanto è necessario”, ragiona il **partner di JobPricing Federico Ferri**. “E altrettanto va tenuto presente che con lo smart working ci siamo abituati a orari di lavoro ‘estesi’ e a vivere in modalità ‘always on’”, e che quindi parte del nostro tempo privato è stato messo a disposizione dell'azienda. “Ma se moltiplichiamo il "costo" individuale della disattenzione per il numero di lavoratori dipendenti in Italia, circa 18 milioni e mezzo, arriviamo a un totale annuo di 104 miliardi di euro... un paio di manovre finanziarie. Pur consapevoli che ragionare su queste cifre non è realistico, che nel calcolo non abbiamo considerato le ore di straordinario che i lavoratori italiani spendono, spesso non retribuite, per compensare il tempo svanito a causa della disattenzione, vale comunque la pena di chiedersi come sia possibile, almeno in parte, recuperare un po' di quel tempo. Magari solo per vivere meglio il lavoro e anche la vita privata”.

Sul *Washington Post* è apparso in estate anche un galateo per cercare di contenere l'uso dello smartphone sul luogo di lavoro, tanto invadente da esser arrivato – secondo LinkedIn – a disturbare persino i colloqui di lavoro. Il primo passo è prender consapevolezza di quanto lo si usa, misurarne l'invasività (anche chiedendo a chi ci sta accanto che impressione destiamo). Il secondo – quando il problema insorge per le interferenze dall'esterno – è fare un mese detox, in cui magari lanciare anche una sfida tra amici a una decrescita felice delle interazioni. Gli apparecchi possono poi aiutare con app dedicate o impostazioni di notifica ad hoc per creare momenti di pausa. Ci sono poi gli aspetti puramente relazionali: durante le riunioni di gruppo, i colloqui individuali o le presentazioni è meglio tenere il contatto visivo coi colleghi; ed è bene far sapere agli altri se si sta usando lo smartphone proprio per una ricerca inerente alla riunione, perché il dubbio immediato è che stiate facendo un giro sui social.

I commenti dei lettori