



In ferie senza e-mail e chat? Ecco come organizzarsi per staccare davvero la spina dal lavoro

Descrizione

(Adnkronos) Chi parte per il mare con un romanzo in valigia e chi, insieme alla crema solare, porta anche il computer per ogni evenienza. Chi controlla le e-mail sotto l'ombrellone, chi risponde a un messaggio di lavoro durante una passeggiata in montagna, chi fatica a non dare un'occhiata alle notifiche anche quando dovrebbe essere ufficialmente in ferie. Con l'arrivo delle ferie, il desiderio di staccare davvero dal lavoro torna ad essere uno dei temi più sentiti dai lavoratori. Eppure, per molti, la pausa resta più teorica che reale. Secondo una recente analisi pubblicata da Eurofound, un lavoratore europeo su cinque dichiara di essere contattato per motivi professionali al di fuori dell'orario lavorativo diverse volte al mese. Lo stesso studio evidenzia anche una relazione diretta tra reperibilità costante e livelli di stress: tra i lavoratori contattati quotidianamente, almeno 6 su 10 affermano di sentirsi stressati sempre o quasi sempre sul lavoro.

Il risultato è che le ferie rischiano di trasformarsi in una storia di "modalità aereo" incompleta: si è lontani dall'ufficio, ma non davvero fuori dal lavoro. E-mail da leggere, richieste urgenti, chat aziendali e piccoli task lasciati in sospeso finiscono per entrare anche nei momenti che dovrebbero essere dedicati al riposo, alla famiglia, agli amici o semplicemente a sé stessi.

Per Sesame Hr, piattaforma tecnologica europea per la gestione digitale delle risorse umane, il diritto alla disconnessione non dipende solo dalla buona volontà dei singoli lavoratori. Staccare davvero è anche una questione di organizzazione. Il benessere, infatti, non passa soltanto da benefit, iniziative dedicate o politiche di welfare, ma anche dalla qualità della gestione quotidiana del lavoro: pianificazione delle ferie, visibilità sulle assenze, distribuzione dei carichi, passaggi di consegne chiari e strumenti che permettano ai team di sapere chi è disponibile e chi no.

Una gestione poco strutturata del periodo estivo può generare l'effetto opposto rispetto a quello desiderato: accumulo di attività prima della partenza, colleghi sovraccarichi, richieste last minute, urgenze che inseguono le persone anche fuori ufficio. Al contrario, quando ferie, permessi e assenze vengono pianificati con anticipo e in modo trasparente, diventa più semplice garantire continuità al lavoro senza interrompere il tempo di riposo di chi è in vacanza.

Il tema Ã particolarmente rilevante per le pmi, dove lâassenza anche temporanea di una figura chiave puÃ avere un impatto significativo sullâoperativitÃ quotidiana. In questi contesti, la digitalizzazione dei processi Hr consente di avere una visione aggiornata di ferie, permessi, disponibilitÃ e carichi di lavoro, riducendo il rischio di sovrapposizioni e facilitando la gestione dei periodi di maggiore assenza.

âIn un momento in cui il confine tra vita professionale e personale Ã sempre piÃ sottile, la possibilitÃ di godersi le ferie senza notifiche, senza sensi di colpa e senza la sensazione di dover essere sempre reperibili sta diventando una componente essenziale del benessere lavorativo. PerchÃ la vera disconnessione non comincia quando si spegne il computer o si chiude la valigia: comincia molto prima, da come il lavoro viene organizzatoâ, conclude Sesame Hr.

â

economia

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Agosto 6, 2026

Autore

redazione