

KNOWLEDGE ADDICTION

KNOWLEDGE ADDICTION

Lo psicologo svizzero Carl Gustav Jung scrisse che ogni tipo di dipendenza è cattiva; non importa se il narcotico sia l'alcool, la morfina o l'idealismo. Da allora, anno dopo anno, le possibili forme di dipendenza (in inglese: *addiction*) sono aumentate in modo esponenziale, tanto da portare alcuni a definire il nostro secolo come l'era delle dipendenze.

Oltre alle infinite sostanze, chimiche o naturali, abbiamo scoperto di poter diventare dipendenti dal lavoro, dal cibo, dal sesso, da Internet, dal gioco d'azzardo o dallo shopping!

Vogliamo – giocosamente – provare a contraddire il noto psicologo inventando una nuova dipendenza “buona”: la Knowledge Addiction, la dipendenza da conoscenza.

Questa newsletter, ogni mese, cercherà di dare a tutti i “dipendenti da (o della) formazione” una dose di conoscenza, su aspetti generali o specifici del mondo della formazione e dell'apprendimento.

Buona lettura!



I PERCORSI DI QUESTO NUMERO

IL TEMPO È DENARO O QUALCOSA DI PIÙ?

I cambiamenti sociali che hanno interessato l'ultimo secolo hanno contribuito a trasformare il tempo in una risorsa “scarsa”, da utilizzare con parsimonia.

L'affermazione di Benjamin Franklin: “Il tempo è denaro”, ormai, fa registrare un sempre maggiore consenso.

Utilizzando le variabili tempo e denaro, possiamo dividere la popolazione in 4 gruppi:

- Ricchi di tempo e di reddito;
- Ricchi di tempo e poveri di reddito;
- Poveri di tempo e ricchi di reddito;
- Poveri di entrambe le risorse.

STRATEGIE DI GESTIONE DEL TEMPO

Nell'epoca del consumismo, il tempo non è più legato solo alla produzione di un bene, ma anche al suo consumo.

Secondo il paradosso di Linder (1970), se il reddito di una persona cresce questa ha bisogno di più tempo per spendere quanto guadagnato e per consumare quanto acquisito, oppure deve sviluppare delle strategie di velocizzazione, definite **time deepening**.

Avere una vita frenetica, spesso, significa fare un intenso ricorso a strategie di **time deepening** per far fronte ai propri impegni.

I DUAL-CAREER

Rispetto al passato, i mutamenti sociali hanno introdotto ulteriori condizioni che limitano il tempo degli individui. Soprattutto per i giovani, si diffonde sempre di più la condizione di **dual-career**, ossia coloro che svolgono due o più attività lavorative in ambiti diversi. In passato rappresentavano una minoranza esigua della forza lavoro, ma adesso sono in netta ascesa.

Questi soggetti devono confrontarsi con diverse organizzazioni e riuscire a conciliare tempi e ritmi un tempo “inconciliabili”.



IL TEMPO È DENARO O QUALCOSA DI PIÙ?



*Il tempo:
una risorsa scarsa*



Il tempo è denaro



*Tempo e denaro:
due variabili
strettamente
correlate*



*Tempo e denaro:
quale relazione con la
soddisfazione di vita?*



*I vantaggi derivanti
dall'essere soddisfatti
del proprio tempo*



*L'importanza
della qualità
del proprio tempo*



*L'importanza
della capacità di
gestire il tempo*

I cambiamenti sociali che hanno interessato l'ultimo secolo hanno contribuito a trasformare il tempo in una risorsa "scarsa", da utilizzare con estrema attenzione.

Avere poco tempo o pensare di non averne abbastanza – per molte persone – rappresenta la principale causa di stress.

L'affermazione di Benjamin Franklin: "il tempo è denaro", ormai, fa registrare un sempre maggiore consenso.

Utilizzando le variabili tempo e denaro, possiamo suddividere la popolazione in quattro gruppi:

● **Ricchi di tempo e di reddito:** è il gruppo più privilegiato che può permettersi di avere tempo libero anche di mattina da dedicare ad attività piacevoli. Sono soggetti con storie e percorsi di vita molto particolari (es. benestanti, pensionati ad alto reddito);

● **Ricchi di tempo e poveri di reddito.** Sono soggetti senza lavoro o con lavori occasionali che per scelta o costrizione hanno molto tempo a loro disposizione;

● **Poveri di tempo e ricchi di reddito:** sono principalmente gli uomini che lavorano per molte ore al giorno;

● **Poveri di entrambe le risorse:** sono prevalentemente donne perché coinvolte dal lavoro domestico e dall'educazione e gestione dei figli.

In passato, la popolazione si divideva tra ricchi di tempo e di reddito e poveri di tempo e reddito. Attualmente, secondo Lindskog e Brege (2003) la popolazione lavorativa è composta per la maggior parte di poveri di tempo e ricchi di

**BENJAMIN
FRANKLIN**

reddito e ricchi di tempo e poveri di reddito.

Jäckel e Wollscheid (2007) hanno messo in relazione queste quattro categorie con la "soddisfazione di vita" e hanno scoperto che sono i ricchi di tempo e poveri di reddito a dichiarare la maggiore soddisfazione, mentre i meno soddisfatti sono i poveri di tempo e ricchi di reddito.

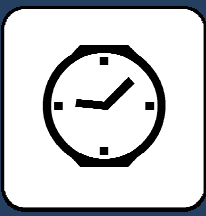
Parafrasando Benjamin Franklin, sembrerebbe che il tempo valga molto di più del denaro!

Secondo Fontana (2005) essere soddisfatti del proprio tempo produrrebbe numerosi effetti benefici:

● aumento dell'efficienza e dell'efficacia, aumento del tempo libero, maggiore soddisfazione lavorativa e una riduzione dello stress.

Secondo Durso (2007) non è la quantità del tempo a disposizione che fa la differenza rispetto al benessere ma la qualità e – in qualche modo – la capacità di gestione che favorisce un maggiore equilibrio.

**La QUALITÀ del tempo
e la CAPACITÀ DI SAPERLO GESTIRE
aumentano il benessere e la
soddisfazione di vita.**



STRATEGIE DI GESTIONE DEL TEMPO



Il tempo
aumentante



Il tempo è
sempre più legato
al consumo di beni



Il Time deepening,
ovvero le strategie di
velocizzazione



I 3 aspetti legati alla
gestione del tempo



Le componenti
macro, intermedie
e micro della



gestione del tempo



Correlazione tra
progettazione
del tempo e
attitudini



In analogia con il concetto di “capitale aumentante”, nel 1972 il sociologo tedesco Scheuch coniò il termine “tempo aumentante”. Se una persona era in grado di fare più cose simultaneamente, poteva compiere un vasto numero di attività nelle stesse 24 ore. Nell’epoca del consumismo, il tempo non è più legato solo alla produzione di un bene, ma anche al suo consumo.

Secondo il paradosso di Linder (1970), se il reddito di una persona cresce questa ha bisogno di più tempo per spendere quanto guadagnato e per consumare quanto acquisito, oppure deve sviluppare delle strategie di velocizzazione (*time deepening*):

- Consumo di beni più costosi o ad alto contenuto di servizi (cibi già pronti).
- Consumo simultaneo di diversi beni (cenare guardando la TV).
- Consumo in successione di beni, ma per quantità di tempo minori (visitare una città senza scendere dalla macchina).
- Pianificazione intensiva dei consumi (risparmiare tempo lavandosi dopo la palestra).

Avere una vita frenetica, spesso, significa fare un intenso ricorso a strategie di *time deepening*.

Secondo un modello molto diffuso (Peeters, Coriste & Rutte, 2005), la gestione del tempo include tre aspetti:

- Definire cosa si vuole compiere e organizzare gli obiettivi in ordine di priorità;
- Decidere quali compiti devono essere eseguiti per far sì che si raggiungano determinati obiettivi;
- Guardare il tempo disponibile e pianificare i compiti che sono stati decisi usando schemi o liste, iniziando dal compito più importante.

Il riconoscimento delle competenze di gestione del tempo come strumento di valutazione delle performance individuali e organizzative ha incoraggiato lo sviluppo di alcuni modelli teorici.

Nel modello di Britton e Glynn (1989) la pratica della gestione del tempo è vista come l’interrelazione di componenti a livello macro, intermedio e micro:

- a livello macro si trovano la scelta di un obiettivo e dei suoi sotto-obiettivi e le relative priorità;
- il livello intermedio comporta la generazione di compiti o sotto-compiti dagli obiettivi e la priorità di tali compiti;
- a livello micro si trova il programma e l’esecuzione dei compiti individuali.

In entrambi i modelli, i comportamenti di progettazione del tempo (planning, setting goals, priorità goal/task e scheduling) e le attitudini (predilezione per l’ordine e l’organizzazione) sono ciclicamente correlati.

TIME
DEEPENING



I DUAL-CAREER



*I dual-career:
una realtà in ascesa*



*Conciliare tempi
inconciliabili*



*L'Expansionist
Theory*



*Maggiore stress
percepito dai
dual-career
rispetto a coetanei*

Rispetto al passato, i mutamenti sociali hanno introdotto ulteriori condizioni che limitano il tempo degli individui.

Soprattutto per i giovani, si diffonde sempre di più la condizione di **dual-career**, ossia coloro che svolgono due o più attività lavorative in ambiti diversi. In passato rappresentavano una minoranza esigua della forza lavoro, ma adesso sono in netta ascesa.

Questi soggetti devono confrontarsi con diverse organizzazioni e devono riuscire a conciliare tempi e ritmi un tempo "inconciliabili".

Se la teoria del conflitto asserisce che i ruoli multipli possono essere emotivamente opprimenti e dannosi per il lavoratore, di diverso avviso sono i sostenitori dell'*Expansionist Theory* (Thoits, 1992; Lee & Phillips, 2006), i quali sostengono che i ruoli multipli non siano dannosi, ma molto più spesso benefici per ambo i sessi se il numero di ruoli e le richieste di tempo di ognuno non sono eccessive. Sotto condizioni non estreme le attività multiple possono fornire energia e stimolare l'individuo piuttosto che demotivarlo. Recentemente, abbiamo condotto uno studio che ha coinvolto 32 soggetti, definibili come *dual-career*. Questi soggetti sembrano presentare dei livelli di stress percepito superiori a quelli dei propri coetanei. Inoltre, lo stress sembrerebbe essere in relazione a due dimensioni: durata (i soggetti che sono *dual-career* da più di due anni esprimono livelli di stress maggiore) e modalità (i soggetti che hanno scelto volontariamente la *dual-career* hanno livelli più bassi di stress dei soggetti che sono stati costretti a questa scelta).

CARATTERE

La Newsletter è stata stampata utilizzando il carattere ECOFONT realizzato dalla SPRANQ Creative Communications (Utrecht).



ECOFONT consente un risparmio del 20% dell'inchiostro. Il risparmio di inchiostro deriva da dei microfori presenti all'interno di ciascun carattere percepibili solo in caso di ingrandimento. Per informazioni: www.ecofont.eu

CONTATTI

Via S. Tommaso d'Aquino, 66
00136 Roma (RM)
Tel. 06.97.61.60.75
Fax 06.97.61.95.67



LO STAFF DI EULAB CONSULTING

Tel. 06.97.61.60.75
Fax 06.97.61.95.67
E-mail:
newsletter@eulabconsulting.it

COPYRIGHT ©

Eulab Consulting s.r.l. - Tutti i diritti riservati

Ciascun marchio di fabbrica citato in questa newsletter è proprietà delle rispettive aziende.

Ricevi questo messaggio perché hai espresso interesse per i prodotti e i servizi di Eulab Consulting.

Eulab Consulting protegge la tua riservatezza non cedendo in nessun modo il tuo indirizzo e-mail a terze parti.