

# Artefatti digitali, pratiche d'uso e contesti organizzativi:

Idee per un approccio di psicologia positiva al fenomeno del tecnostress

Carlo Galimberti

Giulia Marcucci





Sviluppo tecnologico e cambiamento  
dei luoghi di lavoro



Veloce adattamento



Nuove minacce per la salute e la  
sicurezza

Il fenomeno

# Definizione

Craig Brod, 1984

Arnez e Wilholm, 1997

Tarafdar et al., 2007

Salanova, Llorens, Cifre e Nogareda, 2007

- uno stato psicologico negativo associato all'uso o alla minaccia d'uso delle nuove tecnologie", a cui sono connessi stati di ansia, fatica mentale, scetticismo e sensazione di inefficacia



## Techno-strain

Tensione, sforzo



## Techno-addiction

Dipendenza



## Techno-anxiety

Ansietà

Componenti fondamentali

L'invasività della tecnologia  
(techno-invasion)

Il sovraccarico tecnologico  
(techno-overload)

La complessità propria degli strumenti  
tecnologici (techno-complexity)

Senso di instabilità creato dagli strumenti  
tecnologici (techno-insecurity)

Incertezza tecnologica  
(techno-uncertainty)

*Technostress  
creators*

Conseguenze  
negative

---

Livello fisiologico

---

Livello psicologico

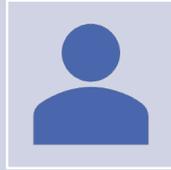
---

Livello sociale

---

Livello organizzativo

## Inibitori del fenomeno



Supporto a livello tecnico e organizzativo



Coinvolgimento dei dipendenti nelle fasi di introduzione di un nuovo strumento tecnologico



Gestione appropriata, efficace ed efficiente delle comunicazioni all'interno dell'ambiente di lavoro

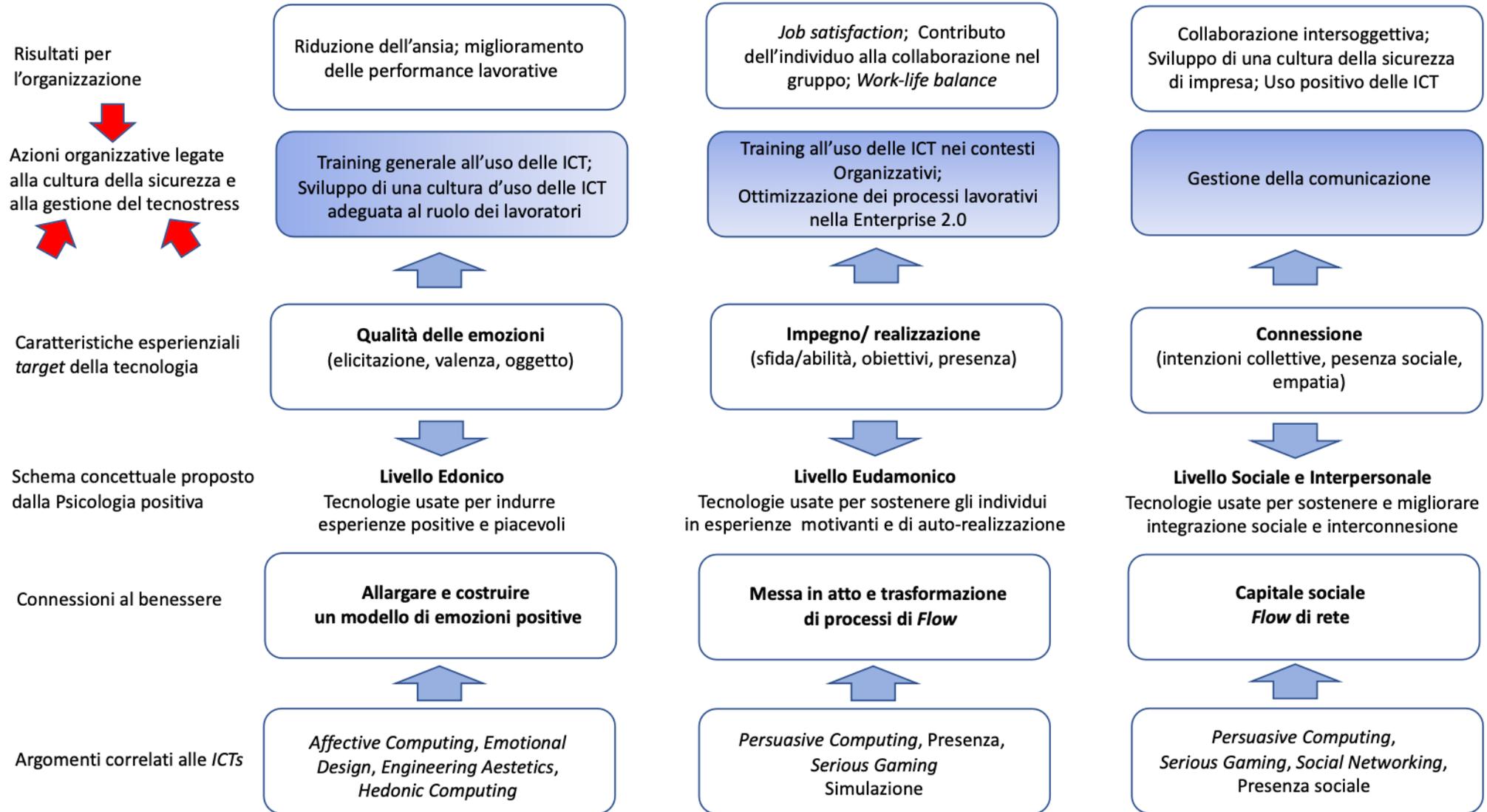
# Psicologia positiva e tecnologia positiva

Psicologia positiva → benessere e crescita

Tecnologia positiva → migliorare qualità esperienza

Domini tecnologia positiva

- Edonico
- Eudaimonico
- Sociale/interpersonale



Grazie per l'attenzione