



# Karoshi Blackberry: Esclavo de las nuevas tecnologías en el trabajo

Clara Martín,

Consultor Senior de PeopleMatters.

**B**ien podría ser el nombre de un directivo de una multinacional americana con ascendencia asiática, pero realmente este hombre no existe o si existe lo hace un poco dentro de cada uno de nosotros. Se trata del efecto que produce en las personas un inadecuado uso de la comunicación a través de las nuevas tecnologías. 'Karoshi' en japonés significa muerte por exceso de trabajo, y 'Blackberry', en fin, creo que no necesita ningún tipo de presentación.

Las nuevas tecnologías en el trabajo han conseguido que cada uno de nosotros esté informado en cada momento de lo que ocurre en la oficina, lo que facilita realmente nuestra tarea diaria, permitiéndonos ser más flexibles y rápidos en nuestras respuestas, o al menos ese es el objetivo. Sin embargo, ¿quién nos ha enseñado realmente a utilizar estas herramientas con eficacia? Bien puede parecer que nadie cuando observamos que el exceso de información es en ocasiones perjudicial para todos, ¿cómo es posible tener 300 correos electrónicos diarios? ¿por qué se me agota la batería de mi móvil/ Blackberry/ I-phone todos los días? ¿cuántas veces estoy interesado en acudir a una conferencia y me dedico a tomar notas en mi portátil y a estar continuamente mirando mi correo electrónico en el móvil a la vez que trato de hacer networking con el compañero de al lado?

A través de mi I-phone/Blackberry puedo estar en la oficina cuando estoy en el cliente, en el cliente cuando estoy en la oficina, y en el cliente y en la oficina cuando ya he llegado a casa y he finalizado mi jornada laboral. En definitiva, estoy en cualquier parte excepto donde verdaderamente estoy. ¿No creéis que esto repercute en la calidad de nuestro trabajo

como profesionales y en la calidad de nuestra vida personal?

Emplear por tanto el canal adecuado a la hora de comunicar, teniendo en cuenta el momento, a quién va dirigido y la extensión de lo que quiero expresar son aspectos clave para agilizar nuestra vida diaria en el trabajo y conseguir no convertirnos en verdaderos esclavos de las nuevas tecnologías. ¿Por qué mandar ocho correos si lo soluciono con una llamada de teléfono? ¿por qué estoy en copia de todos estos e-mails cuando ya he delegado esta función en mi colaborador? ¿por qué tenemos que contestar el viernes a las 17.00 de la tarde, no podemos hacerlo el lunes con la cabeza despejada?

Como si de una adicción se tratase nos conectamos a internet constantemente y consultamos el correo del trabajo con la misma intensidad. Puedo pasar sin tele pero, ¿sin internet, sin móvil, sin portátil? Hagamos la prueba contando cuántas veces consulto mi Blackberry al día, estando o no en el trabajo.

Las nuevas tecnologías han transformado nuestro espacio de trabajo pero de igual forma nuestro hogar, colándose incluso en el lugar más sagrado, el dormitorio. Según María Martín-Escanciano (Arquitecta de Interiores), "las mesillas que eran como su nombre indica pequeñas mesas decorativas, ahora se convierten en contenedores funcionales de las nuevas tecnologías, en donde los enchufes para cargar se multiplican. Ya no hay hueco para la pequeña lámpara que acompañaba la última lectura, la luz se deriva al techo y preferiblemente regulable y orientable para evitar reflejos en las pantallas". El libro se suplanta por el E- Book, el despertador por el teléfono móvil y lo que hago cinco minutos antes de acostarme es apagar la tele

Como si de una adicción se tratase nos conectamos a internet constantemente y consultamos el correo del trabajo con la misma intensidad. Puedo pasar sin tele pero, ¿sin internet, sin móvil, sin portátil?)

del cuarto, cerrar el portátil o mirar en la *Blackberry* el último correo electrónico que ha entrado. Difícil es no dejarnos llevar por la inmediatez, confundiendo la eficacia y la eficiencia con la respuesta inmediata a nuestros clientes. A veces es necesario coger un papel y un lápiz para poder conceptualizar/procesar nuestras ideas/objetivos y no dejarnos arrastrar por la vorágine tecnológica. Las nuevas tecnologías son un canal de

comunicación muy útil pero no un fin en sí mismo. Necesitamos cabezas pensantes con contenidos en el trabajo no sólo gestores de e-mails y numerosos contactos en Linked-in. )

Información elaborada por:

peoplematters

# OBSERVATORIO

## de recursos humanos y relaciones laborales



Suscríbase ahora  
llamando al **902 88 31 56**  
y acceda en internet  
a la **COLECCIÓN COMPLETA**  
de artículos publicados



**15%**  
de descuento  
2 años  
de suscripción

**10%**  
de descuento  
1 año  
de suscripción

Consultar condiciones especiales a colectivos

**PROMOCIÓN PARA NUEVOS  
SUSCRIPTORES A NUESTRA REVISTA**  
11 Números al año - Publicación Mensual

La revista más completa de información  
laboral y de gestión en Recursos Humanos



[www.observatoriorh.com](http://www.observatoriorh.com)