

IMPACTUL PSIHO-EMOȚIONAL AL DIGITALIZĂRII MUNCII ASUPRA CADRELOR UNIVERSITARE

Mariana Cernițanu

Catedra de sănătate mintală, psihologie medicală și psihoterapie, USMF „Nicolae Testemițanu”, Chișinău, Republica Moldova

Introducere. Digitalizarea este unul dintre cele mai influente și rapide procese de transformare a societății și a pieței muncii în prezent. Pentru cadrele universitare, provocările tin, în special, de aspectul psihoemoțional ca: nevoia de adaptare continuă, presiune psihologică, așteptări înalte, oboseală digitală. **Scop.** Analiza impactului psiho-emoțional al digitalizării muncii cadrelor didactice universitare, în vederea identificării beneficiilor și provocărilor cu care se confruntă în activitatea profesională. **Material și metode.** Studiul este de tip descriptiv, transversal. Metode statistice - analiza frecvențelor și a valorilor medii. Un chestionar de estimare a opiniilor, aplicat prin Google Drive, a fost aplicat pe un eșantion de 100 de cadre didactice universitare din 3 universități din Republica Moldova (USMF „N. Testemițanu”, UPS „I. Creangă”, USM). **Rezultate.** Cadrele didactice chestionate, în general, se pronunță pozitiv cu referință la digitalizarea muncii lor, menționând posibilitățile crescute de eficientizare a muncii (78%) și de flexibilitate a regimului de lucru (66%). Printre nemulțumiri, dar și frici figurează: nerespectarea limitelor dintre viața profesională și cea personală (69%); oboseala cronică (57%); lipsa instruirii pentru a ține pasul progresului (56%); presiunea de a fi disponibil(ă) și a răspunde la mesaje în afara orelor de muncă (54%); insecuritatea datelor personale (55%); lipsa intimității în mediul digital (41%); nesiguranța față de automatizarea rapidă a muncii (35%). **Concluzii.** Procesul de digitalizare a muncii în zilele noastre este indispensabil. Digitalizarea în exces inevitabil va afecta sănătatea angajaților. Aici, este necesar de a aplica măsuri de prevenire cum ar fi instruire privind utilizarea tehnologiilor, suport în adaptare și gestionarea stresului ocupațional. **Cuvinte-cheie:** digitalizare, cadre universitare, provocare, adaptare, progres.

THE PSYCHO-EMOTIONAL IMPACT OF WORK DIGITIZATION ON ACADEMICS

Mariana Cernițanu

Department of Mental Health, Medical Psychology and Psychotherapy, Nicolae Testemițanu University, Chișinău, Republic of Moldova

Introduction. Digitalization is one of the most influential and rapid processes of transformation of society and the labor market today. For academics, the challenges relate, especially, to the psycho-emotional aspect such as: the need for continuous adaptation, psychological pressure, high expectations, digital fatigue. **Objective.** Analysis of the psycho-emotional impact of the work digitalization of academics, in order to identify the benefits and challenges they face in their professional activity. **Material and methods.** The study is descriptive, cross-sectional. Statistical methods - analysis of frequencies and mean values. A questionnaire to estimate opinions, applied via Google Drive, was applied to a sample of 100 university teachers from 3 universities in the Republic of Moldova (Nicolae Testemițanu SUMPh, Ion Creangă SUP, SUM). **Results.** The surveyed academics, in general, are positive about the digitalization of their work, mentioning the increased possibilities for work efficiency (78%) and work schedule flexibility (66%). Among the mentioned discontents, but also fears, are: failure to respect the boundaries between professional and personal life (69%); chronic fatigue (57%); lack of professional trainings to keep up with progress (56%); pressure to be available and respond to work messages, out of working hours (54%); insecurity of personal data (55%); lack of privacy in the digital environment (41%); sense of insecurity towards the rapid automation of work (35%). **Conclusion.** The process of digitalization of work, nowadays is indispensable. Excessive digitalization will inevitably affect the health of employees. Here, it is necessary to apply preventive measures such as professional trainings, support in adaptation to new challenges and management of occupational stress. **Keywords:** digitalization, academics, challenge, adaptation, progress.