Thorben Albrecht ist ein international anerkannter Experte zur Zukunft der Arbeit. Zu seinen Themen gehören Entwicklungen der Automatisierung, Robotisierung und des Einsatzes von Künstlicher Intelligenz, neue Arbeitsformen und Change-Management, agiles Arbeiten, orts- und zeitflexibles Arbeiten, Qualifizierungsnotwendigkeiten und Spzialpartner-Dialog.

Thorben war Mitglied der Global Commission on the Future of Work, die von der Internationalen Arbeitsorganisation (ILO) unter dem Vorsitz des südafrikanischen Präsidenten Cyril Ramaphosa und des schwedischen Ministerpräsidenten Stefan Löfven eingesetzt wurde und von 2017 bis 2019 gearbeitet hat. Er ist ebenfalls Mitglied im Beirat "Zukunft der Arbeit" der IG Metall.

Von 2014 bis 2018 war Thorben beamteter Staatssekretär im Bundesministerium für Arbeit und Soziales. Zu seinen wichtigsten Gesetzgebungsprojekten zählt unter anderem die Einführung eines gesetzlichen Mindestlohns in Deutschland. Zudem hat er den Dialogprozess "Arbeiten 4.0" angestoßen - einen öffentlichen Dialog über die Zukunft der Arbeitsgesellschaft und die Voraussetzungen für "Gute Arbeit" im digitalen Zeitalter. Damit wurde ein wichtiger Impuls für eine breitere gesellschaftliche Debatte über die Gestaltung der Zukunft der Arbeit gesetzt. Als Staatssekretär war Thorben auch Mitglied des IT-Rats der Bundesregierung und der Steuerungsgruppe "Digitale Agenda".

Zu den Stationen seiner Karriere gehörten auch die SPD (u.a. als Bundesgeschäftsführer von April 2018 bis Dezember 2019) der Deutsche Gewerkschaftsbund (DGB).