

Multitasking - et nødvendig onde?

Er multitasking til det beste eller det verste for høy produktivitet og arbeidsglede blant kunnskapsarbeiderne?

Forskere ved Stanford university, USA har studert 100 personers evne til multitasking og effekten av denne arbeidsmåten. Mens ytelsen til [deltakerne med høy grad av multitasking](#) er lav på alle tester, kommer deltakerne med lav grad av multitasking bedre ut. Studien konkluderer med at førstnevnte testgruppe evner dårlig å filtrere bort det som ikke er relevant, til tross for at de er blitt gjort oppmerksomme på hva de skal, og skal ikke bry seg med. Resultatet blir derfor oppmerksomhetssvikt slik at de ikke klarer å hente ut det som er relevant for "jobben" og ta gode avgjørelser.

Multitasker, Gadget - avhengig og Hollywood – produsent Jennifer Klein forteller i et intervju med TIME Magasin hvordan hun "holder fokus og får jobben gjort" og er seg bevisst utfordringene ved hennes [multitasking arbeidsstil](#).

"ADHD på jobben" (ADT), oppgir psykiater Atle Roness som årsaken til manglende prioriteringer som igjen medfører redusert produktivitet hos travle og "hyperaktive" kunnskapsarbeidere. Sosialantropolog Thomas Hylland Eriksen ønsker å [gjeninnføre arbeidsro med mål om å få mer gjort](#) og mestre informasjonsflommen bedre.

PEP worldwide treffer ulike fagpersoner og ser ulike arbeidsstiler. Mens enkelte mestrer en travel hverdag med mange baller i luften, har igjen andre det mindre bra med sin arbeidssituasjon. Noen har høy grad av multitasking. De fleste ledere og medarbeidere driver riktignok med moderat multitasking, bevisst eller ubevisst. Hva er multitasking? I mitt forsøk på en definisjon lener jeg meg på begrepets opprinnelse, som nevnt over, altså: Multitasking er enkeltmenneskets forsøk på å få hjernen til å operere som en pc – prosessor, gjerne bistått med IKT - støtte. For rutinearbeid med "sekretær – hjelp" i våre IKT – systemer og smarte mobiler, kan dette fungere slik PEP worldwide ser det. Når det kommer til oppgaveløsning og god kvalitet på den enkelte oppgave, ser vi at selv moderat multitasking er mentalt støyende og at avbrytelser forstyrrer den enkeltes konsentrasjon. Å veksle fra multitasking til singletasking er svært krevende for kunnskapsarbeideren fordi jobben ofte skal løses med faglig hjernekraft.



Associated Press

PEP worldwide trener den enkelte kunnskapsarbeider i praktisk organisering av store informasjonsmengder daglig (multitasking) for så å gjøre 1 ting om gangen (singletasking). Parallelt bistår PEP virksomheter med å redusere bl.a. ad hoc – oppgaver og epostmengdene over tid. Å mestre kunsten å sortere, samle og kaste og skille ut det essensielle i arbeidet, hjelper oss å mestre travle hverdager bedre. Hvor ofte diskuterer vi ikke med oss selv om "Først og sist?", "nå eller senere"? Egen oppgaveløsning, såkalt singletasking, taper oftere ved slike veikryss enn de fleste av oss liker å tro. PEP worldwide ser stadig oftere at kunnskapsarbeideren ikke [frigjør tid fra multitasking til oppgaveløsning](#) og heller ikke får drahjelp fra virksomhetens ledelse og/ eller filosofi om "slik får vi jobben gjort her hos oss".

Lønnsomhet og HMS – K er et lederansvar. Bedriftshelsetjenesten skal også gi næring til, og tilrettelegge forhold for produktive arbeidsmiljø og verdiskapingskultur. [Hvordan måles ytelse og styrer man på arbeidsmåte for å unngå energisløsing?](#) God etterlevelse av praktisk HMS – kultur, med vekt på M for miljø, kan best sikres når den enkelte verdiskaper skjermes fra informasjonsoverflod for å gjenvinne fokus. I teaterstykket "Den stundesløse" fremstiller Holberg en mannlig sjef som føler at alt er så travelt, vi stifter bekjentskap med en sekretær som har det travelt. Forskjellen på de 2 karakterene er at kun den ene får jobben unna. Jeg trenger ikke si hvem det er vel? Start "multiquitting" NÅ og finn godfølelsen allerede i dag.

PEP Norge ønsker deg og ditt kollegium lykke til med felles mål om en bærekraftig, høy produktivitet! Med andre ord: **Kombiner moderat multitasking med tidsstyrt singletasking. – Slik får du jobben gjort, og tilfører verdi med god kvalitet.**