

# Betriebsräte, vergesst Multitasking!

## Alles schaffen, nichts verpassen ...?

„Während ich telefoniere, beantworte ich nebenbei häufig meine E-Mails. Und wenn dabei mein Handy piepst, werfe ich auch dort noch einen Blick rein – ich bin halt fähig zum Multitasking“, meint Roger Rabbit, unser fiktiver Betriebsratsvorsitzender. Alles gleichzeitig erledigen, geht das wirklich?



Redaktion

Stand: 22.9.2016

Lesezeit: 02:00 min



Das englische Wort Multitasking (task = Aufgabe) meint das gleichzeitige Verrichten mehrerer komplexer Tätigkeiten. Der Duden hat das Wort erstmals 2004 ins sein Wörterbuch aufgenommen. Doch schon immer geben manche Menschen damit an, verschiedene Dinge gleichzeitig erledigen zu können. Auch Arbeitgeber loben gern die Fähigkeit zum Multitasking – vieles gleichzeitig erledigen, das spart doch Geld?

### Je mehr, desto schlechter

Es gibt im Alltag viele Dinge, die man – ohne nachzudenken – gleichzeitig erledigen kann. Zum Beispiel die Unterhaltung beim Spazierengehen. Doch dies funktioniert in der Regel nur bei Tätigkeiten, die automatisch ablaufen. Nimmt man hingegen das Tippen einer SMS beim Autofahren, dann führt diese „Doppelaufgabe“ bewiesenermaßen vermehrt zu Unfällen. Denn einer Studie der Technischen Universität Braunschweig zufolge schränken Textnachrichten den Fahrer ähnlich stark ein wie ein Alkoholpegel von 1,1 Promille. Erforscht haben dies auch US-Wissenschaftler der Universität Utah. Sie testeten die Aufmerksamkeit von

Personen, während diese in einem Fahrsimulator saßen. Auch ihre Leistungsfähigkeit sank beim gleichzeitigen Verfassen einer SMS deutlich.

Wenn man diesen Gedanken weiterdenkt, dann ist das Ergebnis erschreckend: Je mehr wir versuchen, Dinge gleichzeitig zu erledigen, desto mehr Fehler bauen wir ein, desto unkonzentrierter gehen wir an die einzelnen Arbeiten heran.

### **Das Gehirn ist doch groß genug – oder nicht?**

Wer jetzt denkt „Ach, das stimmt doch nicht – schließlich nutzen wir doch sowieso nur einen Bruchteil unseres Gehirns. Da ist immer Platz für viele Aufgaben gleichzeitig...“, dem öffnen vielleicht die Wörter „begrenzte Aufmerksamkeit“ die Augen (und das Gehirn). Anders ausgedrückt: Wenn wir uns auf eine Sache konzentrieren, werden andere Sinneswahrnehmungen ausgeblendet. Einfache Tätigkeiten funktionieren nur deshalb parallel, weil sie automatisch ablaufen. Komplexe Tätigkeiten, die Aufmerksamkeit erfordern, funktionieren hingegen nicht wirklich gleichzeitig. Tatsächlich wechselt das Hirn in diesem Fall rasant zwischen den Anforderungen hin und her, ein bisschen wie ein blitzschneller Pingpongball.

„Multitasker“ erledigen also nicht wirklich alles gleichzeitig, sondern streng genommen abwechselnd – und das kostet Ressourcen. Da liegt es nahe, dass beim Multitasking die Fehlerquote ebenso steigt wie der Stresslevel, oder?

### **Bitte nicht stören: Gib dem Denken eine Chance**

Der Hirnforscher Manfred Spitzer geht sogar noch einen Schritt weiter: Wenn man ständig versucht, vieles gleichzeitig zu erledigen, dann trainiert man sich eine Aufmerksamkeitsstörung an. Und wer ständig unter Stress arbeitet, der ist weder kreativ noch leistungsfähig.

Für unseren BRV Roger Rabbit bedeutet dies, dass er umso ineffektiver arbeitet, je mehr er gleichzeitig erledigen will ... ein klassischer Fall von Eigentor.

Unser Rat an alle Roger Rabbits: Hetzen Sie sich nicht und verzetteln Sie sich nicht. Konzentrieren Sie sich lieber auf eine Sache – und auf die richtig. Wer in Ruhe denkt, vielleicht sogar mal eine Stunde ohne Telefon, der wird am Ende nicht nur produktiver, sondern auch entspannter sein. Denn den kognitiven Fähigkeiten des Menschen sind einfach Grenzen gesetzt.

So müssen Sie am Ende auch nicht dafür geradestehen, dass Sie in der neuen Betriebsvereinbarung einen Bock geschossen, eine E-Mail nicht bis zum Ende gelesen oder der Kollegin, die mit einem Problem zu Ihnen gekommen ist, nur halb zugehört haben.

### **Kontakt zur Redaktion**

Haben Sie Fragen oder Anregungen? Wenden Sie sich gerne direkt an unsere Redaktion. Wir freuen uns über konstruktives Feedback!  
redaktion-dbr@ifb.de