

Fernbleiben von Dienstbesprechung

Beitrag von „Websheriff“ vom 6. Mai 2023 14:46

Zitat

Bei den meisten Menschen senken Multitasking und ständige Unterbrechungen nicht nur die Produktivität und die Kreativität, sondern **führen darüber hinaus auch zu Erschöpfung und Stress**.

Ebenfalls als wissenschaftlich erwiesen gilt die Tatsache, dass **Multitasking das Gedächtnis schwächt**. Das zeigt etwa eine erst kürzlich in der renommierten Wissenschaftszeitschrift „Nature“ veröffentlichte Studie. So haben Jugendliche, die oft gleichzeitig am Tablet, Smartphone und vor dem Fernseher zugange sind, größere Schwierigkeiten, sich auf eine bestimmte Aufgabe zu konzentrieren und sich Dinge zu merken, als Gleichaltrige, die nur selten Medien-Multitasking betreiben. Bei Erwachsenen dürfte das vermutlich nicht viel anders sein.

Quelle: <https://www.aok.de/pk/magazin/koe...nur-ein-mythos/>

... sollte also für strickende Lehrer*innen auch gelten.