

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.