

Bildungs märchen

PÄDAGOGISCHE MYTHEN ENTZAUBERT

Multitasking | Von einem der auszog, um alles auf einmal zu erledigen

[Jingle]

Julia: Liebe Hörer*innen, herzlich Willkommen zur ersten Folge von Bildungsmärchen – Pädagogische Mythen entzaubert einer Podcastreihe des FG Empirische Schul- und Unterrichtsforschung der Uni Kassel. In dieser Podcastreihe kläre ich zusammen mit Expert:innen die größten Mythen rund um das Lehren und Lernen auf. Ich freue mich sehr, dass ihr dabei seid. Ich bin Julia Götzfried und forsche an der Uni Kassel zum Thema „Bildungsmythen“.

Heute geht es um das Thema Multitasking. Dazu habe ich einmal Nike als Expertin eingeladen. Hi Nike, erzähl unseren Hörer:innen doch kurz wer du bist, was du so machst und warum du heute hier im Podcast bist.

Nike: Hi, ich bin Nike. Ich studiere den Master Empirische Bildungsforschung hier an der Uni Kassel und zuvor habe ich Grundschullehramt studiert. In meiner Examensarbeit habe ich mich sehr intensiv mit dem Thema Multitasking beschäftigt. Und ich freue mich heute, mein Wissen mit euch teilen zu dürfen. Meine Examensarbeit hab ich natürlich auch am Start, um euch nichts wichtiges vorzuenthalten...Safety first [lachen]!

Julia: [lachen] Ja, danke, Nike. Wir sind mega gespannt. Und außerdem ist Jonathan heute am Start. Schön, dass du da bist. Jonathan, stell dich doch auch einfach mal kurz vor und vielleicht kannst du uns schon mal verraten, was du über Multitasking denkst und wie du so zum Multitasking stehst.

Jonathan: Hallo zusammen auch von meiner Seite. Ich bin Jonathan und studiere auch Lehramt auch an der Uni Kassel. Es freut mich sehr, dass ich heute auch im Podcast dabei sein darf.

Zum Thema Multitasking habe ich eigentlich eine ganz klare Meinung: Ich finde Multitasking ist eine superpraktische Methode, um viele Dinge schnell gleichzeitig erledigen zu können. Ich nutze Multitasking zum Beispiel, um halt einfach mehrere Aufgaben parallel abzuarbeiten.

Nike: Na dann wollen wir mal schauen, ob das wirklich so effektiv ist. Und hier schon mal ein kleiner Spoiler: So multitaskingfähig, wie wir häufig denken, sind wir leider gar nicht.

Julia: Ok, interessant. Ich sehe schon, es treffen jetzt hier zwei sehr unterschiedliche Meinungen aufeinander. In diesem Sinne würde ich einfach sagen, wir legen los und zwar mit der ersten Frage an unsere Expertin, Nike: Was versteht man eigentlich unter Multitasking?

Nike: Also, Multitasking stammt eigentlich aus der Informatik und beschreibt dort einfach die Leistungsfähigkeit von Betriebssystemen. Und bei uns Menschen meint Multitasking die Fähigkeit, zwei oder mehrere Dinge oder Aufgaben, also multiple tasks, gleichzeitig zu erledigen – deswegen halt auch Multitasking.

Jonathan: Ah krass, also der Begriff wurde aus der Informatik auf den Menschen übertragen. Aber Multitasking ist schon mega praktisch. Schnell mehrere Aufgaben gleichzeitig zu erledigen, hat mich bei meinen endlosen To-Do-Listen schon das eine oder andere Mal gerettet. Während der Vorlesung mal schnell eine Mail schreiben oder die Einkaufsliste fertigstellen, und schon kann ich wieder ein To-Do abhaken. Von der Vorlesung bekomme ich natürlich trotzdem genug mit.

Julia: Naja, also, ob Multitasking wirklich zu so einer hohen Produktivität beiträgt – so wie du das sagst, Jonathan – werden wir sicherlich heute im Laufe der Folge noch klären.

Nike: Das ist doch mein Stichwort. Ich hake hier direkt ein. Ich kläre euch jetzt einfach mal auf. Also, diese Art von Multitasking – so wie du sie beschreibst, Jonathan – kommt bei Studierenden ziemlich häufig vor. Das zeigt auch eine Studie von Kraushaar und Novak (2010). Mit der Studie habe ich mich ziemlich intensiv beschäftigt. Und ich finde die Ergebnisse mega erschreckend: Etwa 42 % der Studierenden beschäftigen sich an ihren Laptops mit Dingen, die nichts mit der Lehrveranstaltungen zu tun haben.

Jonathan: Naja gut, ich schaue schon gelegentlich mal auf mein Smartphone, wenn ich in einer Vorlesung sitze oder eine Hausarbeit schreibe. Aber ich bin ja danach direkt wieder bei der Sache.

Nike: Mhm, ob dieser Wechsel zwischen Hausarbeit und Smartphone wirklich so problemlos ist? Und bist du dir sicher, dass das nur „gelegentlich“ vorkommt? Die Studie zeigt nämlich nicht nur, dass Studierende mit ihren Laptops viel multitasken, sondern auch, dass sie das Ausmaß noch nicht einmal wahrnehmen.

Julia: Wenn ich das jetzt alles richtig verstanden habe, dann ist es so, dass die persönliche Wahrnehmung über das eigene Multitasking-Verhalten und das tatsächliche Ausmaß - also wie häufig ich Multitasking wirklich betreibe – schon echt weit auseinandergehen, oder?

Nike: Ganz genau, unsere Wahrnehmung über das eigene Multitasking trügt uns – wir nehmen es nicht so stark wahr, wie wir es tatsächlich betreiben. Und wie die Studie zeigt, wird Multitasking in Lehrveranstaltungen ziemlich stark betrieben und nimmt einen großen Teil der eigentlichen Lernzeit ein.

Jonathan: Mhm, aber ohne Multitasking kann ich gar nicht allen meinen Verpflichtungen nachkommen. Ob Privates, Studium, Nebenjob – da kommt ja schon einiges zusammen. Und nur wenn ich mehrere Aufgaben parallel abarbeite, schaffe ich es überhaupt irgendwie das alles unter einen Hut zu bringen. Zum Beispiel mal schnell eine Whatsapp schreiben und ein Treffen mit Freunden

planen oder das Abendessen bestellen, während ich noch an der Uni bin. Das ist doch alles total zeitsparend. Was soll daran denn schlecht sein, Nike?!

Julia: Ok, ich muss auch mal kurz reingrätschen. Ich beobachte das bei mir schon auch. Das Smartphone ist bei mir halt immer präsent und auch im ständigen Einsatz.

Jonathan: Das finde ich aber nicht weiter schlimm. So ist man immer auf dem neuesten Stand und ich bekomme doch trotzdem alles mit.

Julia: Fragen wir doch einfach mal unsere Hörer:innen: Wie ist das denn bei euch: Beschäftigt ihr euch während der Vorlesung mit Dingen, die jetzt nichts mit dem eigentlichen Thema zu tun haben? Und glaubt ihr so wie Jonathan auch, dass ihr dadurch viel produktiver seid und auch eure To-Do-Listen viel schneller abhaken könnt? Denkt doch einfach mal kurz darüber nach. [Pause]

Nike: So, da schalte ich mich doch direkt mal ein: Ich hoffe, im Laufe der Folge wird klar, dass das Multitasking – mit digitalen Medien oder anderen Dingen – nicht so problemlos ist, wie man oft glaubt. Es gibt ziemlich viele empirische Studien, die der Frage nachgehen, ob und wie Multitasking die Leistung beeinflusst. Und die Befunde sind nicht gerade erfreulich.

Julia: Ok, ich bin jetzt echt gespannt. Ich würde sagen, leg einfach mal los, Nike.

Nike: Gerne doch. Zahlreiche Studien zeigen, dass man weniger lernt, wenn man in Lehrveranstaltungen digitale Medien nutzt, die nichts mit der Lehrveranstaltung zu tun haben. Also sprich, wenn man nebenher im Internet surft, E-Mails beantwortet, online shoppt oder Ähnliches. Das nennt man dann auch Media-Multitasking, weil man eben mehrere Aufgaben auf mehreren Medien ausführt.

Julia: Du hast jetzt schon von Studien gesprochen. Was sagt denn die Forschung genau? Welchen Einfluss hat das Multitasking auf den Lernerfolg?

Nike: Es hat auf jeden Fall keinen guten Einfluss [lachen]. Schauen wir uns hierzu eine Studie von Sana und Kolleg:innen (2013) genauer an: Sie konnten zeigen, dass Studierende, die im Internet surfen, den Vorlesungsinhalt schlechter verstehen. Und im Test schnitten sie dann auch schlechter ab. Aber nicht nur das: Auch Studierende, die neben Mitstudierenden sitzen, die im Internet surfen, werden durch das Multitasking abgelenkt und lernen weniger. Diese Ergebnisse sprechen ja wohl ganz klar gegen Multitasking.

Jonathan: Ok, na gut. Also, dass Multitasking mein Lernen beeinträchtigt und zu schlechteren Lernergebnissen führt – ok. Aber dass man sogar die Sitznachbar:innen mit in den Abgrund reißt ...boah, das hätte ich jetzt echt nicht erwartet. Ich denke trotzdem, dass ich durch Multitasking mehrere verschiedene Aufgaben effizient abarbeiten kann, sodass man im Endeffekt viel, viel mehr in gleicher Zeit schafft. Und selbst wenn ich in der Vorlesung mal was nicht mitbekomme, ist das doch auch nicht so schlimm. Sind wir ehrlich, am Ende lernen wir doch eh erst vor der Klausur.

Nike: Mhm, leider nein. Multitasking hat nicht nur einen negativen Einfluss auf den Lernerfolg – er spart außerdem auch keinerlei Zeit: Hättest du in der Vorlesung schon mehr verstanden, hättest du vor der Klausur selbst weniger lernen müssen. Und im Zweifel sparst du auch durch Multitasking nicht nur keine Zeit, sondern benötigst sogar noch mehr.

Jonathan: Hä, das verstehe ich jetzt nicht, Nike. Wieso das denn?

Nike: Dazu gibt's auch eine interessante Studie: Die Forschungsgruppe von Laura Bowman (2010) hat untersucht, wie das Verschicken von Nachrichten die Lesezeit eines Textes beeinflusst.

Also, stell dir vor, du liest einen komplizierten Text für die Uni. Du bekommst eine Nachricht und liest diese nur mal kurz. Willst du dann den Text weiterlesen, musst du erstmal suchen, hä, wo war ich gerade und dich wieder reindenken, was du zuletzt gelesen hast. Am Ende brauchst du mehr Zeit, um den Text zu lesen. Genau das zeigen auch die Ergebnisse der Studie. Die reine Lesezeit des Textes verlängerte sich um rund 20 %, das ist ja wohl nicht gerade wenig. Und das heißt einfach, durch Multitasking lassen sich also Dinge nicht schneller erledigen, sondern man braucht für die einzelnen Aufgaben sogar länger. Deine endlosen To-Do-Listen kannst du durch Multitasking also nicht schneller abarbeiten – und im Zweifel brauchst du sogar länger als wenn du eins nach dem anderen erledigst.

Jonathan: Ja gut, da ist schon was dran. Wenn ich meine eigentliche Aufgabe unterbreche, um z. B. eine Nachricht zu schreiben, dann fällt es mir manchmal echt schwer, da weiterzumachen, wo ich aufgehört habe. Irgendwie habe ich dann immer das Gefühl, dass ich den Faden verloren habe.

Julia: Ich habe jetzt schon aus den ganzen Infos rausgehört, dass Multitasking anscheinend überhaupt nicht zeitsparend ist und dass es auch mit geringeren Lernerfolgen einhergeht. Das spricht ja eigentlich überhaupt nicht für das Multitasking. Ist der Mensch denn überhaupt fähig zum Multitasking?

Nike: Das ist eine mega gute Frage. Also, aus kognitionspsychologischer Sicht können wir verschiedene Aufgaben nur sehr bedingt gleichzeitig ausführen. Also, eigentlich kann unser Gehirn nämlich nur zwischen verschiedenen Aufgaben wechseln. Im Klartext heißt das: Unsere Aufmerksamkeit springt ständig zwischen der einen Aktivität zur anderen Aktivität – gleichzeitig ist das also gar nicht. Deshalb spricht man in der Wissenschaft nicht von Multitasking, sondern von task switching. Das verläuft aber relativ schnell, sodass wir den Prozess als gleichzeitig wahrnehmen.

Jonathan: Ah krass, das wusste ich gar nicht. Das heißt also, unsere Aufmerksamkeit switcht ständig zwischen den Aufgaben, wenn wir versuchen, diese gleichzeitig zu erledigen?

Nike: Yes, ganz genau. Du betreibst also ordentlich Gehirnsport, wenn du versuchst, Aufgaben gleichzeitig abzarbeiten, weil deine Aufmerksamkeit immer zwischen den Aufgaben hin- und her-springt.

Julia: Ok, das ist echt interessant. Ich wusste das auch nicht. Kannst du uns vielleicht trotzdem nochmal genauer erklären, welche Vorgänge in unserem Gehirn stattfinden, wenn wir versuchen zwei, oder lass es auch mehrere Aufgaben sein, gleichzeitig zu erledigen.

Nike: Wie gesagt, sind wir nicht gerade gut darin, mehrere Aufgaben gleichzeitig zu bearbeiten. Unser Gehirn kommt damit nicht zurecht. Das liegt daran, dass wir nur eine begrenzte Menge an Aufmerksamkeitsressourcen haben, mit denen wir Informationen wahrnehmen, verarbeiten und dann auch abspeichern.

Julia: Ok...also, unsere Aufmerksamkeit spielt eine wichtige Rolle bei der ganzen Sache. Aber was hat Aufmerksamkeit genau mit Multitasking zu tun?

Nike: Wenn wir uns z. B. auf eine einzige kognitiv anspruchsvolle Aufgabe konzentrieren, wird unsere gesamte Aufmerksamkeit auf diese eine Aufgabe gelenkt. So können wir die Informationen richtig verarbeiten und speichern. Wenn wir dann versuchen, mehrere solcher Aufgaben gleichzeitig auszuführen, – so wie es Jonathan immer mal öfter macht [lachen] – dann muss sich unsere vorhandene Aufmerksamkeit auf diese Aufgaben aufteilen. So bleibt weniger Aufmerksamkeit für eine Aufgabe übrig.

Julia: Ok.

Nike: Und diese Aufgaben kämpfen dann sozusagen um eine begrenzte Menge an kognitiven Kapazitäten. Dadurch beeinträchtigt die Ausführung der einen Aufgabe, die der anderen. Und das Ende vom Lied ist, dass beide Aufgaben vermutlich nur halbgar erledigt werden. Dadurch werden die Inhalte der beiden Aufgaben auch nur oberflächlich verarbeitet. Und so kommt es im Endeffekt zu schlechteren Leistungen.

Julia: Durch Multitasking belasten wir unserem Gehirn also ziemlich stark zu und gewinnbringend scheint es jetzt auch nicht wirklich zu sein.

Nike: Genau, durch das hin- und herswitchen schenkt man den beiden oder mehreren Aufgaben, die man versucht gleichzeitig abzuarbeiten, nicht die Aufmerksamkeit, die sie eigentlich verdienen, um es mal so auszudrücken.

Jonathan: Moment, Nike, aber du hast doch gerade gemeint, dass wir nicht mehrere Dinge gleichzeitig tun können. Aber ich kann doch Spazierengehen und mich dabei unterhalten, oder nicht?

Nike: Das ist ein super wichtiger Punkt. Bei automatisierten Prozessen – wie einen Schritt vor den anderen zu setzen – werden unsere Aufmerksamkeitsressourcen gar nicht erst angegriffen. Das läuft halt eben nebenher ab. Anders ausgedrückt: Mit steigender Übung wird die jeweilige Aktivität oder Aufgabe zunehmend automatisiert. Dadurch werden keine unserer Aufmerksamkeitskapazitäten verbraucht. Oder überleg' mal, wie es war, als du gelernt hast, Auto zu fahren. Für mich war es am Anfang super überfordernd, alles im Blick zu haben, zu schalten, zu blinken, Schulterblick usw. usf. Nebenbei eine Unterhaltung zu führen, war da echt nicht drin, weil man damit beschäftigt ist, an alles andere zu denken.

Jonathan: Jaja, ich erinnere mich [lachen].

Julia: Ich erinnere mich auch dunkel daran [lachen].

Nike: Ja, nach etwas Übung wurde das Autofahren ja sicherlich entspannter: Schalten, Blinken usw. laufen einfach automatisiert ab und einer netten Unterhaltung mit den Fahrgästen steht nichts mehr im Weg. Wenn wir also bestimmte Prozesse schon automatisiert haben, kann unser Gehirn schon mehrere Aufgaben gleichzeitig verarbeiten, ohne, dass wir Fehler machen...Vielleicht hast du ja irgendwann die Klicks bei deinem Lieblings-Online-Lieferservice automatisiert und kannst ganz automatisiert dein Essen bestellen während du der Vorlesung lauschst [lachen].

Jonathan: Wenn das mal kein Grund ist, gleich essen zu bestellen, statt selbst zu kochen [lachen]. Aber jetzt mal im Ernst: Ich habe noch nie darüber nachgedacht, ob Multitasking vielleicht den gegenteiligen Effekt haben könnte, als den, den ich mir eigentlich erhofft habe, nämlich Zeit zu sparen. Nachdem, was du aber jetzt zum Multitasking erzählt hast, frage ich mich echt, ob es wirklich so effektiv ist und ob man wirklich so viel gleichzeitig erledigen kann. Zumal spart man ja nicht wirklich Zeit, ne.

Julia: Ich merke, du kommst langsam ins Grübeln, Jonathan. Ich versuche an der Stelle jetzt mal die wichtigsten Punkte von Nikes Input zusammenzufassen. Ich habe mir ein paar Notizen gemacht, damit ich auch nichts vergesse:

1. Unsere Aufmerksamkeitsressourcen sind begrenzt.
2. Wenn wir versuchen mehrere Aufgaben gleichzeitig zu erledigen, muss unsere vorhandene Menge an Aufmerksamkeit auf die Aufgaben verteilt werden. D. h. die Aufgaben konkurrieren um die Aufmerksamkeit. Sie kämpfen also darum.
3. Je komplexer eine Aufgabe ist, desto mehr Aufmerksamkeit fordert diese Aufgabe dann ein.
4. Und wenn man dann versucht, mehrere solcher komplexen Aufgaben gleichzeitig auszuführen, kommt es ja ganz klar zu Leistungseinbußen. Ist ja auch irgendwie logisch.

Nike: Yes, ganz genau. So schützt sich unser Gehirn vor einer kognitiven Überlastung. Unser Gehirn ist nämlich ziemlich clever. Es hilft uns dabei, uns auf Aufgaben zu konzentrieren, die wir machen müssen. Gleichzeitig untersucht es, ob Dinge uns dabei ablenken. Unser Gehirn ist einfach überfordert, wenn wir versuchen, zwei oder mehrere kognitiv anspruchsvolle Aufgaben gleichzeitig zu bearbeiten. Multitasking und die Überzeugung dadurch besonders schnell, produktiv und leistungsfähig zu arbeiten sind ganz klar ein Mythos, den leider viel zu viele Studierende glauben, wie die Studie von Kraushaar und Novak (2010) auch zeigt.

Julia: Ahja genau, die Kraushaar und Novak-Studie (2010) hattest du ja zu Beginn kurz angesprochen. Wenn das Multitasking doch nur Nachteile bringt, warum machen es dann alle? Ich verstehe es einfach nicht.

Nike: Ja, voll gute Frage. Schau dir doch einfach die Anforderungen der Arbeitswelt an uns an: immer höher, schneller, weiter. Da kommt das Multitasking gerade recht, um irgendwie damit klarzukommen. Es verspricht ja, dass wir vermeintlich produktiver sind und effizienter arbeiten. Es gibt aber auch noch einen psychologischen Grund: Nach Wang und Tchernev (2012) wird beim Multitasking-Verhalten unser Belohnungssystem aktiviert. Wenn wir in kürzester Zeit viel abgearbeitet haben, fühlen wir uns belohnt. Durch dieses positive Gefühl werden wir darauf konditioniert, immer wieder Multitasking zu betreiben, um wieder diese Belohnung zu bekommen.

Jonathan: Ja gut, das macht natürlich Sinn. Wenn ich mein Smartphone beim Lernen verwende und damit z. B. auf social media unterwegs bin, entspannt mich das natürlich und lässt mich auch irgendwie kurzzeitig aus der Situation „fliehen“. Schon eine Art Belohnung ... Da trickse ich mich selbst natürlich schon ganz schön aus.

Nike: Damit hast du voll recht. Klingt jetzt vielleicht ein bisschen komisch, aber um es mal zu veranschaulichen: Wir sind sozusagen unsere eigenen Hunde, die wir trainieren. Nur geben wir uns nicht ein Leckerli, wenn wir Sitz gemacht haben, sondern ein gutes Gefühl, wenn wir vermeintlich viele Aufgaben gleichzeitig durch Multitasking abgearbeitet haben. Nur eben mit dem Preis, dass wir diese höchstwahrscheinlich nicht sonderlich gut erledigen, eigentlich sogar noch mehr Zeit pro Aufgabe brauchen, unser Gehirn ordentlich beanspruchen und am Ende des Tages auch noch weniger daraus mitnehmen. Nur wirkt die Belohnung in Form von „Denkpausen“, die du gerade angesprochen hast oder durch das Gefühl, viel abgearbeitet zu haben, höher. Dadurch kommt es häufig dazu, dass unser Multitasking-Verhalten einfach weiter angetrieben wird.

Julia: Das Hunde-Beispiel fand ich jetzt gut und anschaulich. Es hört sich einfach nach einem Teufelskreis an. Die Forschungsergebnisse zum Multitasking, die du uns vorgestellt hast, sprechen ja ziemlich eindeutig gegen unsere Fähigkeit zu multitasken.

Jonathan: Ja, vielleicht sollte ich meine bisherige Arbeitsweise – also parallel mehrere Aufgaben zu erledigen – vielleicht echt mal überdenken. Scheinbar bin ich dadurch viel unproduktiver und meine Leistung ist ja auch schlechter. Die hat ja scheinbar auch darunter gelitten – obwohl ich ja eigentlich gedacht habe, dass ich schneller und besser am Ziel kommen. Das ist natürlich ein trügerisches Gefühl, auf das ich mich lieber nicht verlassen sollte.

Julia: Nachdem wir jetzt eindeutig herausgefunden haben, dass wir Multitasking vielleicht auch lieber sein lassen sollten: Gibt es vielleicht Alternativen, oder hast du Tipps, Nike, was man stattdessen machen kann, um auch wirklich produktiv und zielführend zu arbeiten?

Nike: Natürlich. Da gibt es einiges fernab vom Multitasking: Ganz wichtig ist eine realistische Arbeitsplanung, bei der nicht nur der Arbeitsaufwand, sondern auch Phasen zur Erholung eingeplant werden – dann lässt man sich vielleicht gar nicht erst zum Multitasking verleiten.

Jonathan, du hast am Anfang unseres Gesprächs von To-Do-Listen gesprochen. Diese lassen sich eigentlich ganz leicht optimieren: Du kannst dir z. B. ganz konkrete Zeitfenster für deine einzelnen Aufgaben festlegen. Pufferzeiten solltest du dir hier auch einbauen, damit man wirklich genug Zeit hat, alle To-Do's ohne Stress zu erledigen. So kommst du nicht in die Lage, alle Dinge gleichzeitig anpacken zu wollen. Um zusätzlich motiviert am Ball zu bleiben, helfen kleine und überschaubare Teilziele, die du am Ende abhaken kannst. Das gibt dir einfach das positive Gefühl, was geschafft zu haben. Und dieses gute Gefühl ist dann auch wirklich berechtigt.

Jonathan: Die Alternativen klingen gar nicht mal schlecht. Natürlich verlangt es von mir wahrscheinlich ein bisschen mehr Planung, aber wenn ich dadurch schneller und besser arbeite, scheint sich das ja auf jeden Fall zu lohnen. Dann werde ich in Zukunft meine To-Do-Listen auf jeden Fall mal mit Zeitfenstern und ausreichend Puffer versehen und mal schauen, was die Zukunft so bringt.

Julia: Ich meine, wie cool ist es, am Ende des Tages einfach etwas abhaken zu können. Danke für die guten Tipps, Nike. Die helfen bestimmt auch unseren Hörer:innen z. B. – wir kennen es alle – für die Vorbereitungen auf die nächsten Klausuren. Das ist ja immer eine mega stressige Zeit mit super vielen Aufgaben. Das vermeintliche Multitasking kommt da meistens immer ganz recht. Aber man sollte sich eben nicht darauf verlassen.

Jonathan: Ja, ich glaube aber, genau in solchen Phasen ist es echt schwierig für mich, aus meinen Multitasking-Muster auszubrechen, weil es einfach Gewohnheit ist.

Nike: Ja voll. Für mich ist es auch super schwer aus alten Mustern auszubrechen. Aber mit Blick auf die Nachteile sollte das vermeintliche Multitasking dann doch lieber sein lassen. Es ist und bleibt einfach ein Mythos, dass wir kognitiv anspruchsvolle Aufgaben gleichzeitig verarbeiten können und dabei besonders produktiv und leistungsfähig sind. Das muss einfach allen von uns hier ganz klar sein.

Jonathan: Danke, Nike! Ich werde auf jeden Fall in Zukunft mal versuchen, meine Zeit mit sinnlosen Multitasking-Versuchen nicht weiter zu verschwenden. Das wäre natürlich schon mal viel wert.

Julia: Ich schließe mich ganz klar Jonathan an: Vielen, vielen Dank, liebe Nike! Das, was du uns heute über das Multitasking erzählt hast, war echt mega spannend und aufschlussreich. Ich bin froh, dass wir diesen Irrglauben in der heutigen Folge mal aufklären konnten.

Liebe Hörer:innen, wir sind am Ende dieser Folge angelangt. Danke fürs Zuhören. Vergesst nicht unsere Add-Ons zu dieser Folge abzuchecken. In diesem Sinne: Bleibt kritisch und lasst euch nicht von Bildungsmärchen täuschen. Bis zum nächsten Mal bei Bildungsmärchen – Pädagogische Mythen entzaubert.

[Jingle]

Zitierte Literatur:

- Bowman, L. L., Levine, L. E., Waite, B. M., & Dendron, M. (2010). Can students really multitask? An experimental study of instant messaging while reading. *Computers & Education, 54*, 927–931
- Kraushaar, J. M., & Novak, D. C. (2010). Examining the affects of student multitasking with laptops during lecture. *Journal of Information Systems Education, 21*(2), 241–251.
- Sana, F., Weston, T., & Cepeda, N. (2013). Laptop multitasking hinders classroom learning for both users and nearby peers. *Computers & Education, 62*, 24–31.
- Wang, Z., & Tchernev, J. M. (2012). The “myth” of media multitasking: Reciprocal dynamics of media multitasking, personal needs, and gratifications. *Journal of Communication, 62*(3), 493–513.