

Wielozadaniowość źle wpływa na efektywność pracowników

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: piątek, 31, sierpień 2018 09:33

Sylwia Cyrankiewicz-Gortyńska

Odśrody: 3079

Jak wynika z badania „Praca, Moc, Energia w polskich firmach”, wielozadaniowość źle wpływa na efektywność i produktywność pracowników biurowych. Prowadzi do deficytu uwagi i niewykorzystania całego potencjału.

W polskich firmach nacisk kładzie się na wykonywanie kilku rzeczy w tym samym czasie. Skutkiem jest „nieświadoma niekompetencja.”

Z badań wynika, że aż 66% codziennych zadań jest przerywana przez maile, telefony i zapytania od współpracowników. Prawie 60% pracowników czuje presję, aby wykonywać wiele rzeczy na raz, a 46% nie ma czasu, żeby myśleć koncepcyjnie.

W konsekwencji 40% pracowników odczuwa w pracy zniecierpliwienie, frustrację i irytację, a aż 1/3 zauważa, że ten styl pracy obniża ich efektywność. To z kolei przekłada się na pogorszenie zapamiętywania bieżących informacji i terminów oraz na dużo słabszą koncentrację na właśnie wykonywanych zadaniach. Co ciekawe, co czwarty pracownik nie pamięta co robił w pracy poprzedniego dnia.

Praca w stresie i pod dużą presją nie sprzyja kreatywności i nowym pomysłom.

Dużo osób zaczyna dzień pracy z zapałem i optymizmem. W ciągu dnia, ten optymizm gdzieś znika zamieniany na wysoki poziom stresu. W ten sposób sabotujemy swoją pracę, bo, jak się okazuje, spowalniamy wykonywanie pracy dwukrotnie.

Wielozadaniowość sprawia, że robi się więcej błędów, bo uwaga jest rozproszona na wiele różnych spraw. Ponadto dużo częściej wielozadaniowcy nie kończą swoich zadań. Multitasking wpływa też negatywnie na aspekty indywidualne – zwiększa się możliwość depresji i lęków społecznych, może szkodzić związkom.

Wypowiedź: Małgorzata Czarnecka, prezes firmy Human Power.