



Door: [Ruby Nefkens](#) op 26 oktober 2009

## Multitasken

Kun je overspannen raken van multitasken? Het schijnt zo te zijn. Uit een onderzoek dat op de Stanford universiteit is gedaan blijkt multitasken in elk geval contraproductief te werken.

En hoe vaker je het doet, hoe slechter je er in wordt. Wat wordt onder multitasken verstaan? In het huidige tijdperk met internet, skype, twitter en mobiele telefoon wordt eronder verstaan het continu bereikbaar zijn en direct reageren op alle communicatie die naar je toe komt.

Een advocaat is van oudsher al een multitasker. Er is altijd een aantal zaken dat op hetzelfde moment aandacht vergt. In het 'oude' tijdperk, dus voor internet en mobiele telefoon en fax (het telex- tijdperk heb ik niet meegemaakt), was het eenvoudiger om je te concentreren op het werk dat voor je lag. Je verstuurde een brief en regel was dat je een ontvangen brief toch wel binnen veertien dagen moest beantwoorden. Je kon nog met één zaak tegelijk bezig zijn. Ondenkbaar in de huidige tijd. De fax maakte de advocaat al een stuk zenuwachtiger. De druk én de uitdaging om sneller te reageren werd opgevoerd. En de uitdaging om snel te werken en alles tegelijkertijd te kunnen doen is ook de valkuil. Direct reageren op e- mail, terwijl je eigenlijk met iets anders bezig bent. Bellen en e- mailen tegelijk kan ook. Altijd de telefoon opnemen en in een vergadering in elk geval de mobiele telefoon mee om in de gaten te kunnen houden of er ge- emaild, ge- smst of gebeld wordt. En als het kan onder tafel even lezen wat het bericht zegt. Ik word er moe van als ik het lees. Altijd direct klaar staan voor de cliënt, je kantoorgenoot, je partner, je kind. En laten we niet familie en vrienden vergeten. Want het multitasken houdt natuurlijk niet op nadat de deur van het kantoor achter je sluit. Het is exact hoe wij nu leven en ik doe er keihard aan mee. Want het is toch leuk om zo dynamisch te leven en midden in het leven te staan?

Als advocaat hebben wij een beroep dat verplicht tot goede communicatie. Goede communicatie is echter niet hetzelfde als snelle communicatie. Waar de cliënt recht op heeft is dat de advocaat geconcentreerd aan zijn of haar zaak werkt. Uit het onderzoek blijkt dat nu juist niet meer optimaal te kunnen als je je overgeeft aan de dynamiek van deze tijd. Multitasken brengt concentratieproblemen met zich mee. Uit het genoemde onderzoek volgde zelfs dat hoe beter de persoon dacht te kunnen multitasken, hoe slechter hij presteerde. Een waarschuwing ook voor werkgevers die van hun personeel eisen constant bereikbaar te zijn. Het is schadelijk voor de productiviteit.

Voor elk probleem is een oplossing en ook hier zijn er natuurlijk weer personen die de oplossing bedacht hebben. De zogenaamde 'lifehackers'. Zij hebben een methode gevonden om effectiever te werk te gaan. Waar het allemaal op neer komt is natuurlijk het zelf beter organiseren van je werk. Niet meteen op e- mail reageren. Doe de kamer van je kantoor eens dicht en laat je niet storen wanneer je je moet concentreren. Vorige week was ik met mijn dochter in Barcelona. Drie dagen met z'n tweeën. De eerste dag liet ik me nog storen door regelmatig mijn e- mail te checken. Daarna heb ik mijn BlackBerry resoluut in mijn tas gestopt en kon ik me pas echt overgeven aan het samen zijn in een andere stad. En alhoewel ook zij zich haar leven zonder mobiel, Hyves en MSN niet kan voorstellen, hebben we ons zonder dat alles pas echt heerlijk kunnen ontspannen.

[nefkens@vandersteenhoven.nl](mailto:nefkens@vandersteenhoven.nl)

