Филиал МАОУ «Нижнеаремзянская СОШ»-«Надцынская СОШ»

**КАК РАБОТАТЬ В РЕЖИЕ МНОГОЗАДАЧНОСТИ,**

**ПРИНИМАТЬ ВАЖНЫЕ РЕШЕНИЯ И УСПЕВАТЬ БОЛЬШЕ.**

**P.S : Цезарю и не снилось!**

 Автор: Чолак Наталья Михайловна

(педагог-организатор)

*Превысить скорость, данную людям,*

*ещё не значит стать Богом
(Эрих Мария Ремарк)*

 В современном мире информационные технологии являются неотъемлемой частью жизни: компьютеры и мобильные телефоны есть практически у каждого человека. Технические устройства, которые становятся все более совершенными и многофункциональными способствуют ускорению темпа жизни, требуют к себе постоянного внимания, приводят к стремлению, а зачастую и необходимости, быть всегда «в зоне доступа» и решать несколько задач одновременно. Активное использование информационных технологий во всех сферах жизнедеятельности обусловило возникновение феномена «многозадачности», который в последнее время все чаще становится предметом исследования психологов, педагогов, философов. В данной статье рассмотрены положительные и отрицательные аспекты многозадачности как реалии современного образования.

Необходимо отметить, что слово «многозадачность» изначально предназначалось исключительно для описания компьютеров и не использовалось применительно к людям вплоть до 1990-х гг. Впервые термин «многозадачность» появился в 1965 г. статье IBM, описывающей возможность IBM System / 360. В этом документе многозадачность упоминалась при описании компьютера, способного выполнять несколько разных операций одновременно.

В русскоязычной версии электронной энциклопедии «Википедия» термин трактуется с технологической точки зрения: «Многозадачность – свойство операционной системы или среды выполнения обеспечивать возможность параллельной (или псевдопараллельной) обработки нескольких задач». Авторы статьи выделяют *свойства* «компьютерной многозадачности»: каждая задача имеет свой приоритет, в соответствии с которым получает процессорное время и память; система организует очереди задач так, чтобы все задачи получили ресурсы, в зависимости от приоритетов и стратегии системы.

В англоязычной версии «Википедии» помимо «компьютерной многозадачности» (англ. «Computer multitasking») и «медиа многозадачности (англ. «Media multitasking») есть термин «Human multitasking», определяемый как способность человека выполнять более одной задачи в течение короткого периода времени (1 час). В качестве примера многозадачности предлагаются следующие действия современного человека: возможность одновременно принимать телефонные звонки во время набора текста в электронной почте и чтение книги.

В Оксфордском словаре английского языка, помимо информационно-технологической версии термина «многозадачность», также приведена трактовка, применимая к людям: «Возможность человека иметь дело с более чем одной задачей одновременно».

Следует отметить, что в современной литературе выделяется несколько видов многозадачности.

1. *Врождённая многозадачность (талант).* Например, когда человек умеет одновременно играть на пианино и петь. Врождённая многозадачность возможна тогда, когда по крайней мере одна из задач осуществляется автоматически, без дополнительных раздумий.
2. *Переключение между задачами.* Ситуация, когда необходимо подготовить презентацию, написать квалификационную работу и ответить на несколько электронных писем в ограниченный отрезок времени. В данном случае больше походит термин «быстрое переключение между задачами», поскольку внимание распределяется между презентацией, телефоном и входящими письмами. На самом деле, вместо того, чтобы в одно время выполнять сразу несколько работ, мозг просто быстро и неоднократно переключается между выполнением различных задач. Это может происходить в доли секунды, поэтому создаётся ощущение, что мы делаем всё одновременно.
3. *Рассеянное внимание.* Переключение между задачами часто путают с увлечением прокручивать бесконечную ленту новостей и обновлений в социальных сетях «между делом». Есть большая разница между человеком, который остановился на середине статьи, чтобы сделать несколько заметок по своему будущему исследовательскому проекту, а затем обратно вернулся к ней, и человеком, который прочитал половину статьи, а потом отправился рассматривать фотографии друзей, недавно вернувшихся из отпуска. Американский психолог Ш. Карсон отмечает: «То, что мы часто называем многозадачностью, зачастую оказывается простой интернет-зависимостью. Это навязчивое действие, а не проявление многозадачности» [Shelley Carson. Your Creative Brain: Seven Steps to Maximize Imagination, Productivity, and Innovation in Your Life. 2010].

В целом, под многозадачностью понимается одновременное восприятие информации из разных источников и попытки выполнять несколько действий одновременно или непосредственно друг за другом.

Применительно к сфере образования, в отечественной литературе наряду с термином «многозадачность» нередко используются понятия «многофункциональность» и «многомерность». Так, Ф.Г. Ялалов рассматривает многозадачность как одно из неотъемлемых качеств «многомерного педагога», наряду с многофункциональностью и виртуальной мобильностью. Считая, что человек, занимающийся обучением, воспитанием и развитием детей, по своей природе должен быть многомерным, автор положительно оценивает способность выполнять несколько видов деятельности одновременно.

Вместе с тем, большинство исследователей, обращающихся к проблеме многозадачности, отмечают ее негативное воздействие, прежде всего, на процесс обучения. Исследователи Г. Смолл и Г. Ворган, а также учёные из Национального института здоровья и медицинских исследований (INSERM) в Париже пишут, что вместо того, чтобы быть чрезвычайно продуктивным, выполняя различные действия, человек оказывается малоэффективным, а иногда и совсем неэффективным, при выполнении некоторых задач. Человеческий мозг имеет очень много возможностей по обработке информации, поэтому он успешно распределяет такую способность среди различных задач, но выполнить качественно возможно только одну конкретную задачу.

Исследователей также задавались вопросом о количестве задач, которые человек может выполнять одновременно. Выяснилось, что человеческий мозг не способен обрабатывать больше двух сложных задач одновременно, так как при одновременном выполнении двух задач мозг их делит: активизируются обе лобные доли. При добавлении третьей задачи, одна из них забывается или выполняется с большим количеством ошибок.

Исследование Д. Стрэйера, психолога из Университета Юты, показало, что намного эффективнее фокусироваться на одном деле. Уже в 2006 году исследователь и его коллеги использовали высокоточный симулятор вождения, чтобы сравнить продуктивность водителей, которые разговаривают и переписываются по телефону за рулём, и водителей с превышенным содержанием алкоголя в крови. Стиль вождения водителей, которые разговаривают по телефону, не был агрессивным или рискованным, как у пьяных, но они намного медленнее реагировали на события за пределами автомобиля и не замечали указателей и дорожных знаков вокруг. Стрэйер пришёл к следующим выводам: 1) вождение с параллельным использованием мобильного телефона так же опасно, как и вождение в нетрезвом виде; 2) не имеет значения, разговаривает водитель, держа телефон в руке, или по громкой связи – его вождение опасно из-за нехватки умственных ресурсов.

Профессор Калифорнийского университета Г. Марк подчеркивает, что многозадачность в конечном итоге *не экономит время*. Переключение между задачами обычно занимает больше времени, чем необходимо для выполнения каждой задачи в отдельности. При этом исследователь отмечает, что если отвлечь человека от задачи, то он полноценно возвращается к её выполнению только через 23 минуты, а 18% исследуемых респондентов вообще не возвращались к этой задаче в тот же день. Многозадачность также увеличивает вероятность того, что человек будет ошибаться, особенно когда действие включает в себя критическое мышление.

Согласно исследованию, проведённому С. Пабилониа и Ш. Каленкоски, более половины времени, отведённого на домашнее задание, ученики смотрят телевизор или слушают музыку, то есть работают в многозадачном режиме. И эта тенденция только набирает обороты. Исследователи задаются вопросом: может ли у обучаемых действительно получается обрабатывать всю поступающую информацию быстро и эффективно? Дети думают именно так, но исследования свидетельствуют об обратном: многозадачность не так продуктивна, как хотелось бы.

Профессор Стэнфордского Университета К. Насс утверждает, что чем больше задач человек выполняет за один раз, тем меньше он сможет выучить или запомнить. При выполнении нескольких задач обучаемый не может как следует сконцентрироваться ни на одной задаче [15]. Исследования К. Насса показали, что изучение, выполнение домашнего задания, восприятие информации от преподавателя в аудитории, а также одновременное обращение внимания на другие источники информации или развлечения, неизбежно приводит к снижению уровня понимания, запоминания и использования материала в дальнейшем. При этом К. Насс отмечает, что прослушивание музыки во время выполнения той или иной задачи не мешает (если музыка правильно подобрана), так как у человека есть отдельная область мозга, отвечающая за восприятие музыки.

Интересным направлением современных исследований многозадачности является изучение гендерных различий в управлении задачами. Д. Морган и Р. Грей, основываясь на исследованиях психолога К. Лос, сходятся во мнении, что женщины склонны к многозадачности больше, чем мужчины. Возможно, многие дети узнают, как работать в многозадачном режиме, наблюдая за действиями мамы, когда она готовит ужин, убирает на кухне, моет посуду, и одновременно приглядывает за младшими братьями и сёстрами. Однако существуют и противники этой теории, в частности Д. Дин утверждает, что не существует различий в склонности к многозадачности у мужчин и женщин.

Таким образом, большинство исследователей сходятся во мнении, что полностью избежать многозадачности в современном мире практически невозможно. Человек живет в условиях перманентной многозадачности, поэтому возникает потребность в управлении многозадачностью, повышении продуктивности выполняемых дел и снижении временных затрат.

Специалистами, изучающими проблему многозадачности, выделяются следующие рекомендации:

1) определение приоритетов в выполняемых задачах (сначала выполняются самые важные и самые срочные задачи);

2) выделение подзадач, которые можно решить за короткие промежутки времени (25-30 мин.);

3) создание положительной мотивации для выполнения задач.

Интересно, что данные советы и рекомендации по сути своей направлены на фактическое ограничение многозадачности, несмотря на то, что заявлены как условия повышения её эффективности. Как отмечает В.Д. Емельяненко, формирование у человека способности в условиях многозадачности сосредотачиваться на определённых приоритетах и целях деятельности в сочетании со способами «внешнего расширения» сознания помогут сделать учебную деятельность более эффективной.

Таким образом, анализ современной литературы, посвященной феномену многозадачности, позволяет сделать несколько выводов. Во-первых, на сегодняшний день происходит активная «гуманитаризация» термина «многозадачность» и его отделение от информационно-технологической трактовки. Во-вторых, авторами отмечается, что многозадачности как таковой не существует, чаще всего речь идёт о быстром переключении задач. В-третьих, исследования показали, что мозг устроен таким образом, что стремится сосредоточиться только на одной задаче в каждый конкретный момент времени. В-четвертых, большинством исследователей отмечается негативное влияние многозадачности на процесс решения задач и качество их выполнения, особенно в образовательном процессе.

**Литература**

1. Лысак, И.В., Белов, Д.П. Влияние информационно-коммуникационных технологий на особенности когнитивных процессов [Текст] / И.В. Лысак, Д.П. Белов // Известия ЮФУ. Технические науки. – 2013. – №5. – С. 256-264.
2. Игнатова, Н.Ю. Цифровая многозадачность и обучение студентов [Текст] / Н.Ю. Игнатова // Открытое и дистанционное образование. – 2014. – №3. – С. 5-11.
3. Кузнецов, Д.В., Гагарина, В.Р., Сафина, Л.Р. К вопросу многозадачности и многофункциональности преподавателя английского языка в экономическом вузе [Текст] // Казанский педагогический журнал. – 2016. – №4. – С. 71-76.
4. Емельяненко, В. Д. Многозадачность как фактор, влияющий на процесс обучения [Текст] / В. Д. Емельяненко // Новая наука: стратегии и векторы развития. – 2017. – №2. – С. 164-170.
5. IBM Operating System/360 Concepts and Facilities - Witt, Bernard I. & Lambert, Ward [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://bitsavers.informatik.uni-stuttgart.de/pdf/ibm/360/os/R01-08/C28-6535-0\_OS360\_Concepts\_and\_Facilities\_1965.pdf
6. Многозадачность // Электронная энциклопедия «Википедия» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://ru.wikipedia.org/wiki/Многозадачность