

Mångsysslare

Den stora uppslutningen till nationsmötet och kuratorsvalet den 9 maj var glädjande. Och inte nog med det, båda kandidaterna uppträdde till sin fördel och gav upphov till en riktigt bra diskussion om nationens framtid och potentialer. En fråga som ofta dök upp var hur bra kandidaterna var på "multitasking", det vill säga på att göra många saker samtidigt och dessutom framgångsrikt.

Som bekant är alla människor ständigt mångsysslare. Vi borstar våra tänder samtidigt som vi lyssnar på radio och tänker på i vilken ordning vi ska fixa dagens alla ärenden. Ofta blir slutresultatet helt OK, men ibland utmynnar detta jonglerande i smärre katastrofer. Alla bollar faller i marken och vi får starta om från början.

Modern psykologisk forskning har påvisat att det är en illusion att tro att vi kan fokusera på många saker samtidigt och ändå prestera bra. I realiteten leder en sådan uppsplittring av vår uppmärksamhet till att vi driver in i en mental dimma, som kan tära på vår IQ kapacitet till och med mera än att röka en joint.

Hur ska vi då undvika dessa mentala dimmor? Enligt den amerikanske forskaren Daniel Levitin handlar allting om att spara sitt mentala krut genom att rigga upp en tydlig hierarki och tidtabell för vad man ska fokusera på i sin vardag. Och föga överraskande betecknar han vår ständiga uppkoppling till de sociala medierna och nätet överhuvudtaget som den stora skurken i dramat.

Goda råd är dyra även i denna fråga. Läs Levitins bestseller *The Organized Mind: Thinking Straight in the Age of Information Overload* (2014) om ni är intresserade uttryckligen av hans råd. Men världen är full av goda råd och livet är så kort att det kan vara smartare att utveckla sig en helt egen överlevnadsstrategi i den digitala djungeln.

En sak är nämligen säker. De flesta av oss trivs trots allt alldeles för bra i denna uppkopplade värld för att vi skulle kunna avstå från våra mobiler och nätverk. Kanske nationen i stället borde starta en egen klubb för sina anonyma "digital addicts", Nnada ...

Henrik Meinander, Terra Nova: Nylands nation 02/2017