Donne più multitasking degli uomini? No, ma sanno farsi valere di piu'!

Data 10 agosto 2026
Categoria professione

Si stanno diffondendo nelle riviste scientifiche i risultati di uno studio pubblicato su Psychological Research (1) che smentisce uno degli stereotipi più diffusi sulle differenze di genere: uomini e donne sembrano diversi ma sono piu' simili di quanto credano (tranne che a chiacchiere...).

E' praticamente universale l'immagine della donna naturalmente multitasking, capace di occuparsi di mille cose contemporaneamente (lavoro, figli, casa, telefonate, spesa, appuntamenti) come nessun uomo sarebbe mai capace di fare. Ma e' proprio cosi'?

Secondo il nuovo studio invece la capacita' di gestire più attività contemporaneamente e' analoga tra uomini e donne con la differenza che gli uomini, quando sono impegnati in più compiti simultaneamente, tendono a ignorare piu' delle donne le conversazioni e gli eventi circostanti.

Lo studio:
Ai partecipanti (41 uomini e 37 donne) è stato chiesto di svolgere contemporaneamente cinque attività diverse: seguire una ricetta di cucina, cercare numeri telefonici, completare un esercizio con numeri e lettere, monitorare parole che comparivano su uno schermo e, allo stesso tempo, rispondere a domande formulate da una voce registrata.
La pressione aumentava progressivamente, con tempi sempre più ridotti per completare i vari compiti.

Successivamente 160 osservatori sono stati chiamati a valutare le prestazioni dei partecipanti attraverso registrazioni video.

Irisultati:
Nei compiti di tipo cognitivo e manuale — seguire la ricetta, cercare numeri telefonici, monitorare le parole sullo schermo e completare gli esercizi con lettere e numeri — non sono emerse differenze statisticamente significative tra uomini e donne.
Unica eccezione: la conversazione: Le donne hanno risposto, in media, a circa 25 delle 28 domande poste durante il test, mentre gli uomini si sono fermati a poco più di 20 risposte. Tuttavia, quando gli uomini decidevano di rispondere, la qualità e la rapidità delle loro risposte erano sovrapponibili a quelle femminili. Si evidenziava percio' una analoga capacità di sostenere una conversazione, ma una maggiore probabilità da parte maschile di trascurarla quando l'attenzione è distribuita su più attività.

Quando gli osservatori hanno visionato i filmati dei soggetti nel corso delle attivita' esprimendo la loro valutazione sotto diversi aspetti (controllo della situazione, qualità della prestazione, livello di stress, impegno, attenzione, gradimento del compito e stato d'animo) le donne sono state giudicate più capaci di mantenere il controllo della situazione, più competenti, più attente, e più soddisfatte rispetto agli uomini.

Quando gli sperimentatori acceleravano i tempi aumentando la pressione sui soggetti, il giudizio sugli uomini peggiorava in misura maggiore.
Il bello era, pero', che questo giudizio era fortemente correlato alla gestione della conversazione, mentre le prestazioni nelle altre quattro attività non apparivano influenzate in modo significativo, rimanendo equivalenti.

In altre parole più una persona riusciva a mantenere il dialogo durante il multitasking, più veniva percepita come competente e padrona della situazione indipendentemente dai risultati degli altri compiti.

Secondo gli autori, questo meccanismo potrebbe spiegare l'origine dello stereotipo secondo cui le donne, indipendentemente da una effettiva superiorita' vengono considerate piu' abili nella gestione simultanea dei compiti cognitivi o manuali.
In realta' lo studio suggerisce che le donne mantengono facilmente il coinvolgimento nella conversazione anche quando sono impegnate in altre attività, mentre gli uomini, nelle stesse condizioni, sono più inclini a interrompere o trascurare il dialogo, forse per concentrarsi di piu'.
Questo comportamento può cosi' influenzare il giudizio istintivo degli osservatori.

In conclusione, sostengono gli autori, **"non esistono differenze sostanziali tra uomini e donne nei compiti cognitivi visuo-manuali. Le differenze emergono invece nella capacità di sostenere una conversazione mentre si svolgono più attività contemporaneamente".** Ed è probabilmente proprio questa caratteristica, osservabile nella vita quotidiana, ad aver alimentato nel tempo il diffuso luogo comune secondo cui le donne sarebbero più brave degli uomini nel multitasking.

Considerazionipersonali:
Puo' essere opportuno evitare le facili ironie della popolazione maschile, tuttavia assume rilievo, in una visione piu' ampia, la considerazione di come gli osservatori possano essere facilmente influenzati nel giudizio. In una epoca

incentrata sulla comunicazione visiva e interpersonale appare chiaro come tutti noi possiamo essere inconsapevolmente influenzati dalla facilita' di parola dei soggetti, anziche' dalle loro effettive capacita'. Si possono cosi' spiegare tante glorie cosi' palesemente immeritate.

Rimanendo invece in ambito piu' familiare, non so proprio se questo studio bastera' a togliere alle donne quell' aria di sufficiente superiorita' che assumono quando ci guardano lavorare…

DanieleZamperini

(1) https://doi.org/10.1007/s00426-026-02279-5

https://www.sanitainformazione.it/donne-pi-multitasking-degli-uomini-la-scienza-ridimensiona-il-mito-l-unica-differenza-emerge-nelle-conversazioni/