

# Why Multitasking Reduces Productivity



বর্তমান সমাজে **multitasking** অনেক জনপ্রিয়, কিন্তু এটি **productivity** কমাতে পারে। যখন একাধিক কাজ **simultaneously** করা হয়, তখন **cognitive** মনোযোগের অভাব হতে থাকে। একাধিক কাজের মাঝে **distraction** তৈরি হয়, যা কাজের **efficiency** কমিয়ে দেয়। বিভিন্ন কাজের মধ্যে **fragmentation** ঘটে, যার ফলে প্রতিটি কাজের জন্য পর্যাপ্ত **concentration** দেওয়া সম্ভব হয় না। এই **impediment** গুলি শেষে **detrimental** প্রভাব ফেলে, এবং **subsequent** সময়ে কাজগুলো সঠিকভাবে শেষ হয় না।

তবে, **monotasking** বা একে একে কাজ করার মাধ্যমে আমাদের মনোযোগ এবং **synergy** বৃদ্ধি পায়। এটি কাজের প্রতি একাগ্রতা তৈরি করে এবং সময়ের ব্যবহারকে **optimize** করে।

অতএব, **exorbitant** পরিমাণ **workload** নিয়ে **multitasking** করার চেয়ে, **deliberate** এবং এককভাবে কাজ করা অধিক **productive** হয়।

Word	Antonyms	Bangla Translation
<b>Multitasking (N)</b> /ˌmʌltɪˈtɑːskɪŋ/ (মালটিটাস্কিং) একাধিক কাজ একসঙ্গে করা Synonyms: Juggling Simultaneous tasks Concurrent work	<b>Single-tasking Focused task Unilateral task</b>	<b>Multitasking may reduce the quality of each individual task.</b> (মালটিটাস্কিং প্রতিটি পৃথক কাজের গুণগত মান কমাতে পারে।)
<b>Productivity (N)</b> /prəˈdʌktɪvɪti/ (প্রোডাক্টিভিটি) উৎপাদনশীলতা, কার্যক্ষমতা Synonyms: Efficiency Output Performance	<b>Inefficiency Unproductiveness Stagnation</b>	<b>The team's productivity has increased due to streamlined processes.</b> (টিমের উৎপাদনশীলতা সুনির্দিষ্ট প্রক্রিয়া দ্বারা বৃদ্ধি পেয়েছে।)
<b>Simultaneously (Adv)</b> /ˌsɪməˈteɪnɪəsli/ (সিমালটেনিয়াসলি) একসঙ্গে, এক সময়ে Synonyms: Concurrently In parallel At the same time	<b>Separately Sequentially Disjointedly</b>	<b>He worked on two projects simultaneously.</b> (সে দুটি প্রকল্প একসঙ্গে কাজ করেছেন।)
<b>Cognitive (Adj)</b> /ˈkɒɡnɪtɪv/ (কগনিটিভ) জ্ঞানীয়, চিন্তাভাবনা সম্পর্কিত Synonyms: Intellectual Mental Psychological	<b>Physical Emotional Unrelated</b>	<b>Cognitive skills are important for problem-solving.</b> (জ্ঞানীয় দক্ষতা সমস্যার সমাধানে গুরুত্বপূর্ণ।)
<b>Distraction (N)</b> /dɪˈstrækʃən/ (ডিস্ট্রাকশন) বিভ্রান্তি, ব্যাঘাত Synonyms: Interruption Diversion Disturbance	<b>Focus Concentration Attention</b>	<b>Distractions can reduce productivity in the workplace.</b> (কাজের পরিবেশে বিভ্রান্তি উৎপাদনশীলতা কমাতে পারে।)
<b>Efficiency (N)</b> /ɪˈfɪjənsi/ (এফিশিয়েন্সি) কার্যক্ষমতা, দক্ষতা Synonyms: Productivity Effectiveness Competence	<b>Inefficiency Wastefulness Unproductiveness</b>	<b>His efficiency at work has increased significantly.</b> (তার কাজের দক্ষতা উল্লেখযোগ্যভাবে বেড়েছে।)
<b>Fragmentation (N)</b> /ˌfræɡməntɪˈeɪʃən/ (ফ্র্যাগমেন্টেশন) টুকরো টুকরো হওয়া, ভাঙা Synonyms: Division Disintegration Separation	<b>Integration Unity Cohesion</b>	<b>The fragmentation of the report made it difficult to understand.</b> (রিপোর্টের ভাঙন তা বোঝা কঠিন করে তুলেছিল।)
<b>Concentration (N)</b> /ˌkɒnsnəˈtreɪʃən/ (কনসেন্ট্রেশন) মনোযোগ, নিবিড়তা Synonyms: Focus Attention Intensity	<b>Distraction Diverted attention Diffusion</b>	<b>Concentration is key to completing tasks efficiently.</b> (কাজগুলো দক্ষতার সাথে সম্পন্ন করার জন্য মনোযোগ থাকা গুরুত্বপূর্ণ।)
<b>Impediment (N)</b> /ɪmˈpɛdɪmənt/ (ইম্পিডিমেন্ট) বাধা, প্রতিবন্ধকতা Synonyms: Obstacle Barrier Hindrance	<b>Aid Assistance Help</b>	<b>Language barriers can be an impediment to communication.</b> (ভাষার প্রতিবন্ধকতা যোগাযোগে বাধা সৃষ্টি করতে পারে।)

<b>Detrimental (Adj) /ˌdɛtriˈmɛntəl/ (ডেট্রিমেন্টাল)</b> <b>ক্ষতিকর, অপকারী</b> Synonyms: Harmful Damaging Injurious	<b>Beneficial Advantageous Helpful</b>	<b>Smoking has detrimental effects on health. (ধূমপান স্বাস্থ্যের জন্য ক্ষতিকর প্রভাব ফেলে।)</b>
<b>Subsequent (Adj) /ˈsʌbsɪkwənt/ (সাবসিকুয়েন্ট)</b> <b>পরবর্তী, পরবর্তী সময়ে</b> Synonyms: Following Succeeding Afterward	<b>Preceding Prior Former</b>	<b>The subsequent meeting was more productive. (পরবর্তী বৈঠকটি আরও উৎপাদনশীল ছিল।)</b>
<b>Monotasking (N) /mɒnəˈtɑːskɪŋ/ (মনোটাস্কিং)</b> একক কাজ করা, এক সময়ে এক কাজ করা Synonyms: Single-tasking Focusing Concentrating	<b>Multitasking Distraction Diversion</b>	<b>Monotasking can often lead to higher quality work. (মনোটাস্কিং সাধারণত উচ্চ মানের কাজের দিকে নিয়ে যায়।)</b>
<b>Synergy (N) /ˈsɪnərdʒi/ (সিনার্জি)</b> সহযোগিতা, মিলিত শক্তি Synonyms: Cooperation Collaboration Alliance	<b>Disagreement Conflict Disunity</b>	<b>The synergy between the two teams led to great success. (দুটি দলের সহযোগিতা দুর্দান্ত সাফল্য এনেছে।)</b>
<b>Optimize (V) /ˈɒptɪmaɪz/ (অপটিমাইজ)</b> সর্বোত্তম করা, উন্নত করা Synonyms: Enhance Improve Refine	<b>Worsen Degrade Diminish</b>	<b>They optimized the software for faster performance. (তারা সফটওয়্যারটি দ্রুত কর্মক্ষমতার জন্য অপটিমাইজ করেছে।)</b>
<b>Exorbitant (Adj) /ɪɡˈzɔːbɪtənt/ (এক্সোর্বিট্যান্ট)</b> <b>অতিরিক্ত, অত্যধিক</b> Synonyms: Excessive Overpriced Outrageous	<b>Reasonable Affordable Modest</b>	<b>The price of the concert tickets was exorbitant. (কনসার্ট টিকিটের দাম অত্যধিক ছিল।)</b>
<b>Workload (N) /ˈwɜːrkˌləʊd/ (ওয়ার্কলোড)</b> কাজের বোঝা, কর্মভার Synonyms: Task load Responsibility Duty	<b>Leisure Break Rest</b>	<b>His workload has increased dramatically in the past month. (গত মাসে তার কর্মভার ব্যাপকভাবে বেড়েছে।)</b>
<b>Deliberate (Adj) /dɪˈlɪbəreɪt/ (ডেলিবারেট)</b> মনোযোগী, সচেতনভাবে করা Synonyms: Intentional Thoughtful Considered	<b>Hasty Impulsive Careless</b>	<b>His deliberate actions showed great care and thoughtfulness. (তার সচেতন কাজগুলো অনেক যত্ন এবং চিন্তাভাবনা প্রকাশ করেছে।)</b>