

Je opent de laptop om één ding te doen en komt een uur later boven water, elf dingen verder en dat ene nog niet. Je inbox bepaalt je agenda voordat jij dat doet, en het werk dat er echt toe doet komt pas aan de beurt als je beste aandacht al is opgegaan aan de urgenties van anderen. Je komt geen uren tekort. Je komt aandacht tekort, en je besteedt je scherpste uren aan je oppervlakkigste werk.

Het gangbare advies is een betere app, een strakkere lijst, meer discipline. Maar dat maakt van een structureel probleem een wilskrachtprobleem, en wilskracht verliest het elke middag van een omgeving die is ontworpen om je te onderbreken.

The Attention Architect verwerpt de economie van productiviteitstrucs en geeft je iets wat je kunt gebruiken. Gebouwd op cognitieve psychologie, aandachtsonderzoek en systeendenken introduceert het boek het PACE-raamwerk (Protect, Allocate, Compress, Eliminate): vier handelingen die aandacht veranderen van een grondstof die je laat weglekken in infrastructuur die je ontwerpt. Het behandelt je cognitieve bandbreedte als een systeem dat je ontwerpt, niet als een deugd die je oproept.

Je leert om:

- Je uren voor diep werk te beschermen als verdedigde infrastructuur, niet als tijd waarvan je hoopt dat ze overleeft.
- Aandacht toe te wijzen aan de paar beslissingen die het bedrijf vooruithelpen, niet aan elke melding.
- Oppervlakkig werk samen te persen in afgebakende vensters, zodat het niet langer doorsijpelt in de uren die zich opstapelen.
- De vaste verplichtingen te schrappen die op werk lijken en alleen capaciteit opslokken.
- Standaardkeuzes in te bouwen die standhouden wanneer je moe bent, zodat het systeem je focus beschermt wanneer jij dat niet kunt.

Dit is geen digitaal minimalisme in een nieuw jasje en geen volgende rondleiding langs apps die je vrijdag alweer hebt laten vallen. Het is aandachtsonwerp van operatorklasse: protocollen die je draait op een versnipperde dinsdag, wanneer de meldingen niet ophouden en het kapitaal waar elke andere vaardigheid uit put al rood staat.

Het resultaat is geen oprichter die sneller antwoordt. Het is er een die de scherpste bandbreedte van de dag besteedt aan het werk dat alleen hij kan doen, en de rest laat wachten.

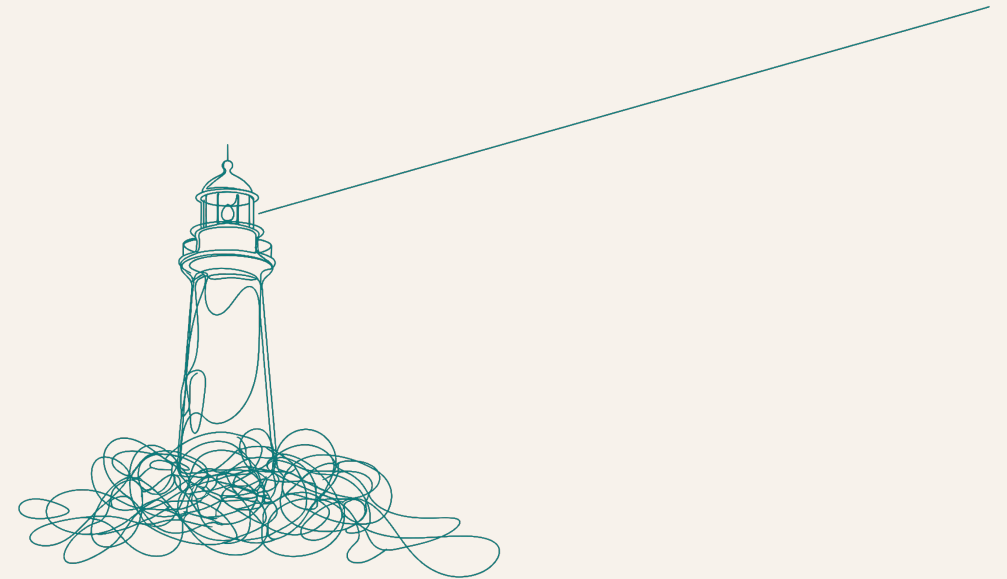
Bouw je onder druk en weiger je de luidste vraag te laten winnen van de belangrijkste, dan is dit voor de operator wiens aandacht het werkelijke knelpunt is.

drs. Len P. van der Hof

Hij bouwt besturingssystemen voor het strategische zelf. Behandelt ondernemerschap, AI en machine learning, marketing, filosofie, psychologie en gezondheidsoptimalisatie als één engineeringprobleem. MSc in Strategic Entrepreneurship, Rotterdam School of Management, Erasmus Universiteit.

De Aandachts- Architect

Cognitieve **soevereiniteit** hernemen door **afleiding** aan AI te delegeren



Len P. van der Hof

Systems for the Strategic Self