



# רובנו סובלים מ INFORMATION OBESITY

## עידן העומס הקוגניטיבי

מרצה / ד"ר תומר בקלש

המהפכה הטכנולוגית שינתה את חיינו לבלי הכר. 'תרבות השפע' הביאה אתה את מגפת הדיכאון והחרדה. ה'רשתות החברתיות' הפכו אותנו לאנשים הבודדים ביותר בהיסטוריה האנושית. ה'עולם הסלולרי' מעמיס עלינו כמויות מידע שאינן ניתנות לעיבוד ומעכב תהליכי קבלת החלטות.

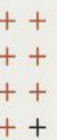
נראה ש'עידן הידע' הופך לנגד עינינו ל'עידן העומס הקוגניטיבי'. מאבדים את חוט המחשבה? מתקשים לקבל החלטות? מגיבים למצבים באופן אוטומטי? עושים כמה דברים במקביל? שוכחים דברים? כנראה שאתם סובלים מעומס קוגניטיבי ואתם לגמרי לא לבד! האנושות כולה סובלת מהשמנת יתר של מידע ונמצאת על סף קריסת מערכות. אנו נדרשים לשדרג עצמנו לעולם החברתי-טכנולוגי המשתנה, לפני שיהיה מאוחר מדי. בעשור האחרון עשה המחקר המדעי צעדים גדולים בהבנת המבנה הקוגניטיבי של המוח האנושי.

בהרצאה זו יוצגו ממצאי המחקר האחרונים מתחומי חקר המוח והפסיכולוגיה ויוצעו כלים יישומיים שיסייעו לכם לנהל חיים נורמטיביים בעידן הנוכחי.



למידע נוסף והזמנות

kerenalouf.co.il / 09.9559577



### בנימה אישית

את המונח Information Obesity שמעתי לראשונה מתומר, חוקר מוח, והרגשתי שאין הגדרה טובה יותר לצונאמי האישי שאני חווה. במעבדה של תומר גילו אזורים במוח שמשתפרים רק כשאנחנו בוהים בחלל לא חושבים על כלום. כנראה שיש לנו מה ללמוד גם מעגלים.

