



Cerveau multitâche : une illusion ?



PROJECTION-DEBAT

en présence de

MARION MARCHIVE

doctorante au CRAN

(UMR7039, CNRS-UL)

MERCREDI 16 MARS 2022

A 18H30

AU CENTRE SOCIO-CULTUREL

SEICHAMPS

cerveau multitâche : une illusion ?

RÉALISATION :
KATRIN KRAMER
MARION SCHMIDT
ALLEMAGNE
ARTE 2021

EN PRÉSENCE DE

MARION MARCHIV

doctorante au CRAN

(UMR7039, CNRS-UL)

Diplômé en Neurosciences
cognitives et
Neuropsychologie de
l'Université de Bordeaux

Effectuer simultanément plusieurs tâches devient banal, sinon obligatoire. Mais gagne-t-on vraiment en efficacité ? Avec quelles conséquences ? Analyse scientifique d'un phénomène que l'économie a diffusé dans toute la société.

Issu de la sphère informatique, le mot «multitâche» désignait à l'origine la capacité d'un système d'exploitation à exécuter plusieurs programmes en même temps. Ce terme spécialisé est peu à peu devenu commun, puisqu'il désigne ce que la plupart des gens font tous les jours : effectuer plusieurs tâches en parallèle. À l'ère de l'immédiateté et de la quête constante pour «optimiser le temps», cela relève non seulement du banal, mais aussi, parfois, de l'obligatoire.

Est-il si judicieux de promouvoir ainsi le «multitâche» ? Sommes-nous vraiment faits pour cela ? Est-ce une question d'adaptation, de génération ? Des scientifiques et chercheurs du monde entier, issus des neurosciences, de la science du mouvement, de la psychologie cognitive ou encore de la sociologie, s'attellent à démêler les effets sur le cerveau et l'esprit de cette tendance à en faire toujours plus en même temps.

Si leurs points de vue divergent, les spécialistes interrogés s'accordent sur un point : cette manie occasionne pour le cerveau humain une forme de stress qui, à terme, peut endommager certaines des zones cérébrales de façon mesurable – dont les fameuses cellules grises, qui reçoivent les influx nerveux. On découvre aussi que le multitâche peut causer d'étonnants ravages dans le milieu industriel : dans certaines entreprises, il serait à l'origine de pertes pouvant atteindre 25 % du chiffre d'affaires. Comment dès lors identifier ces processus contre-productifs et échapper aux spirales infernales ?

ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE

INFORMATIONS PRATIQUES : ouverture des portes dès 18h00 -
mesures sanitaires en vigueur au moment de l'événement