

# LES JEUDIS DE LA MSHE

Cycle de conférences  
grand public  
organisé  
par la Maison  
des Sciences  
de l'Homme et de  
l'Environnement  
C. N. Ledoux

Le 1<sup>er</sup> jeudi de chaque mois\*  
de 20h à 21h  
salle de conférence de la MSHE  
1 rue Charles Nodier, Besançon

Entrée libre et gratuite  
dans la limite des places disponibles

Renseignements :  
[communication@mshe.univ-fcomte.fr](mailto:communication@mshe.univ-fcomte.fr)  
<https://mshe.univ-fcomte.fr>  
@MSHE\_Ledoux



\* hors vacances

**JEUDI 7 FÉVRIER 2019**

## Comment rester attentif dans un monde de distractions ?

François Maquestiaux, professeur de psychologie

Face à la surabondance d'informations qui caractérise notre époque, nos capacités d'attention et de concentration sont mises à rude épreuve. Au point que cette sollicitation permanente est parfois vécue comme un déficit chronique en « temps de cerveau humain disponible ». Dans cette présentation, François Maquestiaux examinera les processus attentionnels à l'œuvre en situation de surcharge informationnelle. En s'appuyant sur de récentes études de psychologie cognitive, il montrera comment certains mécanismes cognitifs empêchent le traitement de la majorité des informations parvenant à nos organes sensoriels et comment, paradoxalement, cela nous permet de mieux percevoir, analyser, décider et agir. Il envisagera enfin la possibilité d'une réappropriation de notre temps et de notre attention grâce à une meilleure connaissance de notre fonctionnement mental.