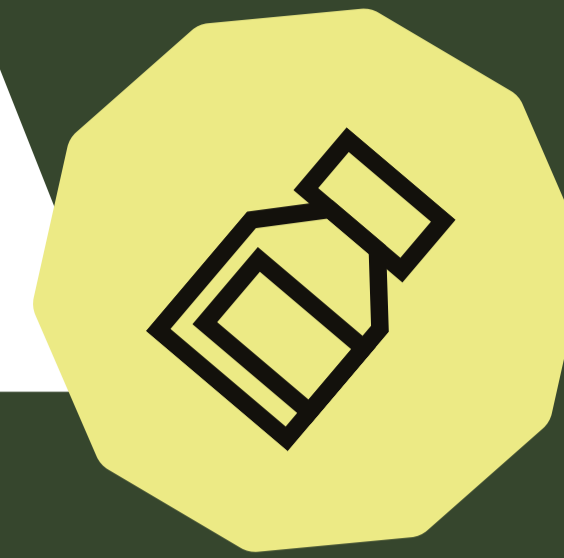


# CUM REACTIONEAZĂ CREIERUL NOSTRU LA DEZINFORMARE



ÎN FIECARE ZI PRIMIM TONE DE INFORMAȚII DIN DIVERSE SURSE, DINTRE CĂRE O MARE PARTE SUNT INCORECTE ȘI MANIPULATOARE. DE CE CREDEM CU ATÂTA UȘURINȚĂ ȘTIRILE FALSE ȘI RESPINGEM FAPTELE CARE NE CONTRAZIC CONVINGERILE? ESTE OARE POSIBIL SĂ EVITĂM CAPCANELE MANIPULĂRII ȘI SĂ LUĂM DECIZII RAȚIONALE?

PENTRU A EVALUA VERIDICITATEA INFORMAȚIILOR, TREBUIE SĂ DEPUNEM EFORTUL DE A LE VERIFICA DIN SURSE DE ÎNCREDERE, SĂ ANALIZĂM ÎN CE MĂSURĂ ACESTEA CONTRAVIN VIZIUNII NOASTRE ASUPRA LUMII ȘI SĂ NE ASIGURĂM CĂ AMEVITAT SĂ CĂDEM ÎN CAPCANA UNOR PREJUDECĂȚI COGNITIVE. HAI SĂ VEDEM CARE SUNT STRUCTURILE CEREBRALE CRITICE PENTRU PRELUCRAREA INFORMAȚIILOR DIN FLUXURILE DE ȘTIRI.

## CORTEXUL PREFRONTAL

– centrul uman al gândirii raționale – se activează în timpul deliberării, creând concepte noi atunci când avem suficient timp la dispoziție, iar situația este percepută ca fiind sigură. Navigarea rapidă printr-un flux de știri nu încurajează o analiză temeinică ce poate să implice cortexul prefrontal. Activitatea intensă de la nivelul amigdalei (așa cum se întâmplă într-o situație de pericol sau de stres cronic) inhibă procesarea informațiilor de către cortexul prefrontal.

## CORTEXUL ORBITOFRONTAL

reprezintă zona de flexibilitate cognitivă. Acesta devine activ atunci când trebuie să renunțăm la tiparele comportamentale deprinse anterior în favoarea unor noi. Cu cât activitatea din această zonă este mai intensă, cu atât este mai probabil ca o persoană să se răzgândească după ce se confruntă cu contraargumente.

## CORTEXUL PREFRONTAL DORSO-MEDIAL

este o parte a cortexului frontal al emisferelor, care se activează atunci când trebuie să ne controlăm comportamentul. Aceasta ne ajută să blocăm reacțiile impulsive care nu corespund modului în care trebuie să ne comportăm în societate. Activitatea acestei structuri este intensă atunci când încercăm să analizăm rațional informațiile care nu sunt în concordanță cu percepția noastră asupra realității.

## AMIGDALA

– un grup de nucleu din lobul temporal al cortexului care se activează în prezența unor informații cu potențial amenințător sau în cazul apariției unor emoții negative. Atunci când știrile prezintă imagini sau un limbaj asociat cu pericolul, amigdala ne îndeamnă să gândim rapid și intuitiv. Iar atunci când ne aflăm într-o asemenea stare, e ușor să dăm crezare informațiilor false. Amigdala se mai activează și atunci când susținem afirmațiile în care credem cu tărie, în ciuda existenței unor contraargumente solide.

## CORTEXUL CINGULAR ANTERIOR

monitorizează situațiile conflictuale. Acesta devine activ atunci când intervine un conflict intern. Există două alternative: fie facem greșeli, fie ne aflăm într-o stare de incertitudine. Atunci când „simți” că ceva este în neregulă cu o știre, cel mai indicat este să o verifici: cortexul cingular anterior încearcă să-ți atragă atenția, această senzație fiind adesea numită „intuiție”.

## ZONA TEGMENTALĂ VENTRALĂ

este o zonă din trunchiul cerebral în care sunt localizați mulți neuroni care eliberează neurotransmițătorul dopamină. Sentimentele plăcute care însoțesc eliberarea de dopamină încurajează repetarea comportamentelor care activează această zonă. Informațiile noi și neașteptate declanșează activarea acestei zone. Creierul prioritizează prelucrarea noutăților, astfel încât acordăm mai multă atenție mesajelor noi și mai ales celor cu o puternică încărcătură emoțională.

## SARCINA COGNITIVĂ

se referă la efortul mental total utilizat de memoria funcțională. Pe măsură ce sarcina cognitivă crește:

- Crește și probabilitatea de a greși la executarea sarcinilor;
- Oamenii gândesc mai mult intuitiv și stereotipic, ceea ce obstrucționează gândirea rațională.

Dacă cineva îți prezintă informațiile în mod dezorganizat, incluzând mulți termeni necunoscuți, propoziții lungi și complexe sau folosind litere de dimensiuni mici, aceste acțiuni vor spori sarcina cognitivă și te vor împiedica să recunoști manipularea.

## HIPOCAMPUL

este o structură esențială din lobul temporal al creierului, care este responsabilă de constituirea memoriei pe termen lung. Procesul de consolidare a memoriei are loc în timpul somnului și se acordă prioritate evenimentelor din ziua precedentă care au fost încărcate emoțional, intense și neașteptate. Prin urmare, știrile de mare audiență au mai multe șanse de a fi reținute decât cele obișnuite.

## INSULA

este o structură profundă din cortexul cerebral, care se activează în timpul experiențelor dureroase, a vizionării unor scene respingătoare sau a violenței. O reacție emoțională negativă este asociată cu stimularea insulei. Prin urmare, tindem să ne amintim mai bine știrile cu un astfel de conținut. Totodată, atunci când cineva încearcă să te convingă că opiniile tale sunt greșite, acest lucru activează insula, ceea ce declanșează sentimentul de frică din cauza posibilei schimbări a convingerilor tale.