

Złodzieje

Johann Hari

Kategorie:

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Relacje

59,90 zł

numer katalogowy: PR/0364
ISBN: 9788367327367
liczba stron: 440
format: 14,3 x 27 cm
oprawa: miękka
rok wydania: 2023

„Przeczytaj tę książkę, aby ocalić swój umysł”.
– Susan Cain, autorka *Ciszej, proszę*

Oto kolejna przełomowa książka Johanna Hariego, autora *Jak odzyskać siebie i utracone więzi*. Tym razem eksploruje on temat postępującego zdekoncentrowania mieszkańców zachodniego świata. Czy tego chcemy, czy nie, nasza umiejętność skupienia uwagi zanika. Ciągłe dążenie do wielozadaniowości, zwiększone tempo życia i przełączanie się z jednego urządzenia elektronicznego na drugie szkodzą nie tylko naszej koncentracji, ale i psychice. Czujemy to, ale nie umiemy sobie pomóc. By znaleźć rozwiązanie tego problemu, Hari wyruszył w epicką podróż, podczas której spotykał się ze światowymi ekspertami w dziedzinie koncentracji uwagi. Rozmawiał z ludźmi, którzy uciekli z Doliny Krzemowej, i z weterynarzami diagnozującymi ADHD u psów. Odwiedził fawele w Rio de Janeiro oraz nowozelandzką firmę, która wpadła na niecodzienny pomysł przywracania produktywności pracowników. Dzięki tym spotkaniom odkrył, że nasze przekonania na temat problemów ze skupieniem uwagi są błędne. Sądzimy, że trudności te wynikają z niedostatków siły woli i stanowią naszą osobistą porażkę. Prawda jest jednak znacznie bardziej nieoczywista i niepokojąca. Zdaniem Hariego u podstaw zbiorowej dekoncentracji leży dwanaście przyczyn, z których każda na swój sposób kradnie naszą uwagę i niszczy nasz dobrostan. Autor pokazuje, jak możemy je odzyskać – jako jednostki i jako społeczeństwo – jeśli zdołamy o to zawalczyć.

Nie znam nikogo, kto myślałby głębiej i bardziej kompleksowo o kryzysie naszej zbiorowej uwagi niż Johann Hari.

Ta książka jest nam niezbędna do życia. Proszę, skup się na niej.
–Naomi Klein

Johann Hari na swój wyjątkowy sposób stawia czoła zagrożeniom, jakie stwarza przed ludzkością technologia informacyjna, i mówi nam, co wszyscy musimy zrobić, aby chronić siebie, nasze dzieci i nasze demokracje.

—Hillary Clinton

Wizjonerski, kompleksowy, rewolucyjny i praktyczny przewodnik tworzenia nowego świata. . . Johann Hari przyciągnął moją uwagę dzięki swoim niestrudzonym badaniom i genialnej wnikliwości. Jego książka zmieni twoje życie.

—Eve Ensler



Niezbędna książka, cudownie klarowna i głęboka! Donośne, gruntownie udokumentowane ostrzeżenie, po którym następuje prawdziwie inspirujące wezwanie do działania. . . Przeczytaj i zapłacz, a potem otrzyj oczy i zacznij działać.

—Emma Thompson