

Esercizio 1

Ai partecipanti, uomini e donne, veniva somministrato un farmaco contenente o un elevato o un basso contenuto di paracetamolo. In una situazione di controllo veniva invece somministrato un placebo. I partecipanti dovevano poi prendere parte ad un gioco di squadra. I partecipanti, in funzione della condizione sperimentale, venivano coinvolti o isolati dagli altri membri della squadra. Successivamente i partecipanti dovevano riportare il loro umore su degli item positivi e negativi. Metà degli item positivi e metà degli item negativi era costituita da emozioni primarie, mentre la restante metà comprendeva emozioni secondarie. I risultati mostrano che i partecipanti riportano un umore più negativo quando erano stati isolati e non avevano preso il farmaco. Questo effetto era più alto nei soggetti con un elevato livello di depressione.

Esercizio 2

I partecipanti, maschi e femmine, prendono parte a un compito di categorizzazione. Sullo schermo di un computer venivano proiettate delle immagini di persone. Metà delle immagini raffiguravano volti anziani, mentre l'altra metà delle immagini raffiguravano volti di giovani. Inoltre, metà delle immagini raffiguravano volti di donne, mentre l'altra metà delle immagini raffiguravano volti di uomini. I partecipanti, in un compito detto 'età', dovevano classificare i volti in funzione dell'età della persona ritratta nella foto. Nel compito detto 'genere', dovevano classificare i volti in funzione del genere della persona ritratta nella foto. L'ordine dei compiti, ossia del compito 'età' e 'genere', veniva definito casualmente per ogni partecipante. I risultati mostrarono che i volti di donne anziane erano classificati meno accuratamente, ossia facendo più errori, che i volti di donne giovani nel compito 'genere' ma non nel compito 'età'; nessuna differenza in termini di numero di errori emergeva nel classificare uomini giovani e anziani, in entrambi i compiti. Questo effetto era indipendente dall'età dei partecipanti e dal livello di istruzione dei partecipanti.

Esercizio 3

I partecipanti, Italiani e Statunitensi di entrambi i sessi, partecipano a uno studio sulle emozioni legate all'11-settembre. I partecipanti devono indicare quanto esperito in reazione a tale evento drammatico su delle scale associate a sentimenti negativi e a sentimenti positivi. Prima di riportare la propria esperienza emotiva, a metà dei partecipanti viene chiesto di pensare alle differenze tra Italia e Stati Uniti, mentre all'altra metà viene chiesto di pensare alle somiglianze tra Italia e Stati Uniti. I risultati mostrano che tutti i partecipanti riportano più sentimenti negativi che positivi. Questo effetto è più forte per gli italiani ma non per gli statunitensi, quando pensano alle somiglianze tra i due paesi. Il livello di depressione del partecipante, misurato 1 giorno prima dell'esperimento non modera questi risultati.

Esercizio 4

I partecipanti vengono suddivisi in funzione della loro personalità: personalità mattutina e personalità notturna. Alle 8h30 del mattino, ai partecipanti viene fatta leggere una lista di parole. Metà dei partecipanti può leggere la lista una sola volta, mentre la restante metà può leggere la lista quante volte vuole. La lista contiene 10 parole positive, 10 parole negative e 10 parole neutre. In seguito i partecipanti prendono parte a un compito di memoria, ossia devono riportare le parole dalla lista che ricordano. Inoltre metà dei partecipanti effettua il compito di memoria subito dopo aver letto la lista, mentre la restante metà effettua il compito di memoria 5 minuti dopo aver letto la lista. I risultati dimostrano che i partecipanti con personalità notturna ricordano meno parole dei partecipanti con personalità mattutina. Inoltre questo effetto non differiva tra partecipanti di sesso maschile e partecipanti di sesso femminile.

Esercizio 5

I partecipanti compilano una scala volta a misurare il loro livello di depressione. Successivamente i partecipanti devono ricordare o un evento positivo o un evento negativo della loro vita. In seguito viene chiesto loro di giudicare come vedono il loro futuro. A tale scopo, compilano una scala composta da item positivi, negativi e neutri che misurano la loro visione del futuro. I risultati dimostrano che i partecipanti che hanno ricordato un evento positivo giudicano il loro futuro più positivamente dei partecipanti a cui è stato chiesto di ricordare un evento negativo. Questo effetto era più marcato nei partecipanti di sesso maschile rispetto ai partecipanti di sesso femminile e non variava in funzione dell'età.

Esercizio 6

I partecipanti, giovani e anziani, vengono divisi in base al loro livello di autostima. Successivamente viene chiesto loro di guardare o un film dell'horror, o un documentario o una commedia. In seguito, i partecipanti compilavano un questionario volto a misurare il proprio umore. Il questionario comprendeva item positivi, negativi, e neutri. I risultati dimostrano che i partecipanti con un basso livello di autostima mostrano un umore più negativo rispetto ai partecipanti con un alto livello di autostima. Nessuna differenza è emersa per gli item positivi e neutri. Tale effetto è indipendente dall'età dei partecipanti. La tipologia di film non ha avuto un effetto sui risultati.

Esercizio 7

I partecipanti, donne e uomini, vengono equamente distribuiti in una condizione di esercizio aerobico, o di esercizio di tonificazione muscolare, o di assenza di esercizio. In seguito, i partecipanti vedevano delle fotografie di modelli e di modelle. Per ciascuna fotografia, i partecipanti dovevano valutare quanto la persona ritratta nella fotografia fosse attraente e quanto fosse competente. I risultati mostrano che la tipologia di esercizio fisico non esercita nessun effetto significativo sulla valutazione delle fotografie. I partecipanti uomini valutavano le modelle più attraenti che competenti rispetto alle partecipanti donne. Non è emerso nessun del genere dei partecipanti sulla valutazione dei modelli. Questi risultati erano indipendenti dall'indice di massa corporea dei partecipanti.

Esercizio 8

I partecipanti vengono reclutati a caso nella popolazione universitaria. I partecipanti uomini devono giudicare delle fotografie di uomini e delle fotografie di donne. I partecipanti donne devono giudicare delle fotografie di uomini e delle fotografie di donne. Indipendentemente dal genere del partecipante, le fotografie presentate sono le stesse. La presentazione delle fotografie di donne e di uomini veniva controbilanciata, ossia un gruppo vedeva prima quelle delle donne, mentre l'altro gruppo vedeva prima quelle degli uomini. I partecipanti esprimevano il proprio giudizio riguardante ciascuna foto su degli aggettivi. Un terzo degli aggettivi era stereotipico degli uomini, un terzo era stereotipico delle donne, e un terzo era irrilevante per gli stereotipi di genere. Inoltre metà degli aggettivi erano stereotipici di persone ad alto status, mentre l'altra metà riguarda aggettivi che si riferivano a persone a basso status. I risultati mostrano che, indipendentemente dal genere, i partecipanti giudicavano l'ingroup, rispetto all'outgroup, maggiormente sui tratti stereotipici di persone ad alto status. Questo risultato emergeva sia nei partecipanti giovani che nei partecipanti anziani.