

La simulazione mentale
Rivedere il passato e prevedere il futuro

1

PENSIERO IMMAGINATIVO

simulazione mentale

- La nostra vita mentale non è limitata a “*ciò che è accaduto e sappiamo che è vero*”;
- possiamo anticipare esperienze future e modificare mentalmente esperienze passate;
- possiamo immaginare sia eventi possibili che eventi impossibili;
- la capacità di immaginazione è coinvolta in un'ampia gamma di attività di pensiero: nel sogno a occhi aperti, nel pensiero creativo, nelle ipotesi di ricerca, ma anche nelle scelte e nei giudizi quotidiani.

2

PENSIERO CONTROFATTUALE

Immaginare quello che sarebbe potuto accadere

Es.: Se solo si fosse svegliata prima, non avrebbe perso il treno

3

Kahneman e Tversky (1982)

Due signori, il sig. Crane e il sig. Tees devono prendere due voli diversi, ma che partono alla stessa ora. Vanno all'aeroporto sulla stessa Limousine, rimangono intrappolati nel traffico e arrivano all'aeroporto 30 minuti dopo l'orario previsto per il volo. Al sig. Crane viene detto che il suo aereo è partito in orario; il sig. Tees scopre invece che il suo volo è stato ritardato e che il suo aereo è partito da soli 5 minuti.

Chi dei due è maggiormente infastidito?

- sig. Crane
- sig. Tees

Per il 96% dei partecipanti è il sig. Tees a essere maggiormente infastidito

4

I mondi controfattuali che tendiamo a immaginare sono una sottoclasse dei mondi possibili

- ci sono mondi controfattuali che sono più facili da immaginare (*counterfactual availability*)
- i mondi controfattuali che ci vengono in mente influenzano i nostri giudizi e le nostre reazioni emotive: le persone valutano gli eventi in base a quanto è facile immaginarli diversi

5

Determinanti del pensiero controfattuale

Attivazione

stato affettivo

stato d'animo negativo

Quando le cose vanno male tendiamo a immaginare alternative alla realtà

- alternative in cui le cose sarebbero andate meglio (controfattuali *upward*),
- alternative in cui gli eventi avrebbero portato a un esito peggiore di quello che si è realizzato (controfattuali *downward*).

6

Petrocelli et al. [2012]

In un compito in cui erano possibili sia controfattuali *upward* sia controfattuali *downward*

→ 95% dei controfattuali prodotti era di tipo *upward*.

De Brigard et al. [2013]

hanno confermato tale risultato e hanno anche mostrato che i controfattuali *upward* risultavano più vividi.

7

Determinanti del pensiero controfattuale

Attivazione

vicinanza dell'esito alternativo

Kahneman e Tversky (1982)

Agenti di borsa (5 minuti vs 30 minuti)

Ad es.: *Mario è quasi finito fuori strada*
Ce l'avevo quasi fatta!

È la specificità della situazione e non la sua valenza ad attivare dei pensieri controfattuali

8

Determinanti del pensiero controfattuale

Contenuto

Quali pensieri controfattuali tendiamo a generare?

Quali eventi tendono a essere più facilmente modificati?

9

FATTORE NORMALE-ECCEZIONALE

Kahneman e Tversky (1982)

Gli eventi eccezionali sono più mutabili degli eventi normali: la norma a priori o il comportamento abituale costituiscono un'alternativa particolarmente disponibile.

Storia del sig. Jones

2 versioni

in una versione è eccezionale la strada percorsa, nell'altra è eccezionale l'orario di uscita dall'ufficio.

RISULTATI

Gli eventi eccezionali sono maggiormente mutati 10

FATTORE CONTROLLABILITA'

Giroto, Legrenzi e Rizzo (1991)

Nelle scelte consapevoli in genere, prima di scegliere, si considerano le alternative disponibili



le alternative considerate tendono a restare altamente accessibili per la produzione di pensieri controfattuali

11

Giroto, Legrenzi e Rizzo (1991)

Ai partecipanti viene presentata la storia di un signore che sta tornando a casa dopo una giornata in ufficio. Durante il tragitto una serie di eventi (birra, tronco, camion in manovra, gregge) ritardano il suo arrivo a casa. Quando giunge a casa trova la moglie morente a causa di un infarto.

1 evento controllabile (birra) vs 3 eventi non controllabili (tronco, camion in manovra, gregge)

4 versioni ottenute manipolando l'ordine di presentazione

RISULTATI

L'evento controllabile è maggiormente mutato rispetto agli eventi incontrollabili, indipendentemente dall'ordine di presentazione.

12

FATTORE AZIONE - INAZIONE

Kahneman & Tversky (1982)

Paolo possiede delle azioni della società A. Nel corso dell'ultimo anno ha preso varie volte in considerazione l'idea di vendere queste azioni e di prenderne altre della società B, ma alla fine ha deciso di non farne niente. Oggi scopre che se avesse cambiato le sue azioni con quelle della società B, il suo capitale sarebbe aumentato di 1000 euro. Giorgio possedeva delle azioni della società B. Nel corso dell'ultimo anno ha venduto le sue azioni e ne ha acquistate altre della società A. Oggi scopre che se avesse conservato le sue azioni della società B, il suo capitale sarebbe di 1000 euro superiore. Chi proverà maggior rammarico?

92% "Giorgio"

13

FATTORE ORDINE TEMPORALE

Miller e Gunasegaram [1990]

In una sequenza costituita da due o più azioni si tende a ritenere maggiormente responsabile dell'esito finale l'azione (o le azioni) che è (sono) accaduta/e per ultima/e

Ad es.: eventi sportivi

Byrne et al. [2000]

il primo evento tende a essere considerato una sorta di iniziatore del modello mentale della situazione e per questo motivo viene percepito come relativamente immutabile.

14

Anna, una studentessa del tuo corso di laurea, sta partecipando a un esperimento di psicologia.

Il ricercatore le dice: "Il tuo compito consiste nel moltiplicare a mente e in 30 secondi due numeri a due cifre, o due numeri a una cifra. Se ci riesci, vincerai un premio. Le due moltiplicazioni si trovano in queste due buste chiuse, la busta A e la busta B.

Naturalmente, non sai quale busta contiene la moltiplicazione di due numeri a due cifre e quale la moltiplicazione di due numeri a una cifra. Quale busta scegli?"

Anna sceglie la busta A che, purtroppo, contiene la moltiplicazione più difficile. Anna non la risolve.

Le cose sarebbero andate meglio per Anna se solo ...

15

Giroto et al. [2007]

Lettore → *avesse scelto l'altra busta*

Attore → - *Se avessi avuto più tempo*

- *Se avessi avuto una calcolatrice*

- *Se fossi più bravo in matematica*

Lettore: non vive un'esperienza, ma semplicemente legge il racconto di un'esperienza, le sue informazioni sono meno dettagliate

→ rappresentazione schematica, dove gli elementi centrali sono la scelta della busta e il fallimento

Attore: concentrato sul compito

16

De Brigard et al. [2015]

Correlati neurali dell'effetto lettore/attore

- quando i pensieri controfattuali riguardano noi stessi o qualcuno che ci è molto familiare l'attività neuronale associata è molto simile all'attività che si verifica quando siamo impegnati in compiti di memoria episodica
- quando i controfattuali riguardano qualcuno su cui non abbiamo conoscenze personali vengono attivate maggiormente le regioni laterali associate con l'elaborazione semantica.

17

Bell [1982]; Loomes e Sudgen [1982]

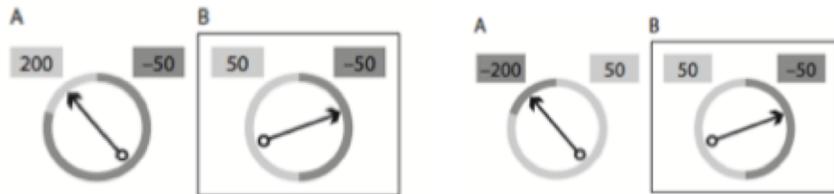
Per spiegare alcune importanti violazioni degli assiomi che definiscono la scelta razionale, proposero che:

- 1) le persone confrontano l'esito reale con gli esiti che si sarebbero verificati se avessero fatto una scelta diversa;
- 2) se esiste almeno un'alternativa che avrebbe prodotto un esito migliore provano *regret*;
- 3) le conseguenze emotive di una decisione possono essere anticipate e quindi prese in considerazione nel momento in cui si decide.

18

Effetti del pensiero controfattuale su emozioni e decisioni

Mellers e coll. (1999)



UN CONFRONTO SGRADIVOLE UN CONFRONTO MENO SGRADIVOLE

La reazione emotiva non dipendeva solo dall'esito, ma anche dal possibile esito alternativo

19

Effetti del pensiero controfattuale su emozioni e decisioni

Camille e coll. (2004)

I pazienti con lesioni della corteccia orbitofrontale valutavano l'esito delle loro scelte secondo il loro valore assoluto (non considerando l'alternativa controfattuale)

- la mancata attenzione all'esito alternativo li portava a puntare su ruote che il gruppo di controllo imparava presto a evitare
- alla fine del gioco i pazienti avevano vinto meno soldi

20

Effetti del pensiero controfattuale su emozioni e decisioni

Il pensiero controfattuale svolge in generale un ruolo di amplificatore delle reazioni affettive.

Il confronto tra ciò che ha avuto luogo e ciò che avrebbe potuto aver luogo, attraverso un effetto di contrasto:

- produce emozioni quali il *regret* e il disappunto;
- amplifica emozioni come il dispiacere, la vergogna, il senso o l'attribuzione di colpa, ma anche emozioni positive come la vicinanza e la partecipazione

21

Effetti del pensiero controfattuale sugli stati d'animo

Miller e McFarland (1986)

rimborso alla vittima di una rapina
negozio abituale vs eccezionale

Macrae et al. [1993]

i partecipanti tendevano ad assegnare maggiore responsabilità al responsabile dell'incidente accaduto in circostanze eccezionali

22

Effetti del pensiero controfattuale sugli stati d'animo

Medvec, Madey e Gilovich (1995)

Medaglie olimpiche: bronzo vs argento

23

Il fatto che:

- il processo di produzione di controfattuali sia più frequente e più saliente dopo un esito negativo
- la produzione di controfattuali abbia effetti positivi

→ fornisce evidenza a favore di una base funzionale del pensiero controfattuale

24

I controfattuali che in genere vengono prodotti [*upward*] possono fornire utili indicazioni per un comportamento futuro efficace: dal confronto tra realtà e mondo controfattuale immaginato possono emergere relazioni causali critiche per agire futuro con successo.

→ Sulla base dei determinanti individuati dalla ricerca si tende ad attribuire al pensiero controfattuale una **funzione preparatoria** (Epstude & Roese, 2008, 2011, 2017)

25

Secondo la teoria funzionale (Epstude e Roese, 2017) il pensiero controfattuale è un forma di cognizione orientata all'obiettivo

→ quando pensiamo in termini di *se solo*, stiamo di solito pensando a un modo per raggiungere un obiettivo che abbiamo appena fallito



Immaginare come le cose sarebbero potute andare meglio non dovrebbe essere diverso dal pensare a come le cose potranno andare meglio la prossima volta in cui ci troveremo nella stessa situazione.

27

Epstude & Roese [2008, 2011, 2017]

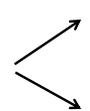
individuano due meccanismi attraverso i quali il pensiero controfattuale svolge la sua funzione preparatoria:

- *percorso a contenuto specifico* → il contenuto del pensiero controfattuale viene trasformato in un'intenzione per un comportamento futuro che possa ridurre la discrepanza tra l'esito reale e l'obiettivo ideale;
- *percorso indipendente dal contenuto* → il controfattuale favorisce l'attivazione di procedure mentali e agisce sulla motivazione aumentando la probabilità di comportamenti successivi maggiormente efficaci

26

Ferrante et al. (2013)

Gioco: 1° partita

Pensieri:  *Le cose mi sarebbero andate meglio se solo ...*
Le cose mi andranno meglio nella prossima partita se solo ...

Gioco: 2° partita

28

Ferrante et al. (2013)

Risultati

Esperimento 1

Controfattuale: 23% di modifiche controllabili

Prefattuale: 54% di modifiche controllabili

Esperimento 2

53%vs 81%

→ Il pensiero prefattuale, più del pensiero controfattuale, sembra svolgere una funzione preparatoria

29

Mercier et al. (2013)

È possibile spostare l'attenzione dei partecipanti sugli elementi controllabili modificando leggermente la consegna con cui si richiede ai partecipanti di produrre i pensieri

→ chiedendo di produrre dei controfattuali che potrebbero essere utili a loro stessi o a una terza persona per migliorare la prestazione nella partita successiva, la percentuale di modifiche controllabili arrivava al 70% (79% nella condizione prefattuale e 15% con la consegna controfattuale classica).

30

Altre funzioni del pensiero controfattuale

Immaginare mondi alternativi modificando gli eventi esterni potrebbe servire a:

- ricavare indicazioni sul peso che hanno avuto le nostre scelte e i fattori esterni nel verificarsi dell'esito → **funzione esplicativa**
- ridurre il senso di responsabilità e proteggere la propria autostima → **funzione affettiva**

31

Immaginare mondi controfattuali peggiori del mondo che si è concretamente realizzato [controfattuali *downward*] può far apparire lo stato presente delle cose come più piacevole o comunque come meno spiacevole:

ad es. uscire feriti da un incidente automobilistico, rispetto al quale è facile pensare "*se solo ..., sarei morto*" rende più facile sopportare le conseguenze dell'incidente

→ **Funzione consolatoria**

32

Disfunzionalità del pensiero controfattuale

Roese (2001)

azioni in sequenza

- bias di liberalità
“*se solo avessi scelto diversamente*”
→ tendenza a modificare l'azione successiva
- bias di conservazione
“*ho quasi ottenuto in successo*”
→ tendenza a confermare l'azione svolta

33

Disfunzionalità del pensiero controfattuale

Miller e Turnbull [1990]

fallacia controfattuale

tendenza a confondere ciò che avrebbe *potuto* essere diverso con ciò che avrebbe *dovuto* essere diverso.

Ma ...

... poter facilmente immaginare che qualcosa sarebbe potuto accadere, non garantisce né che fosse probabile né che fosse ciò che era giusto accadesse.

34

Disfunzionalità del pensiero controfattuale

Petrocelli et al. [2013]

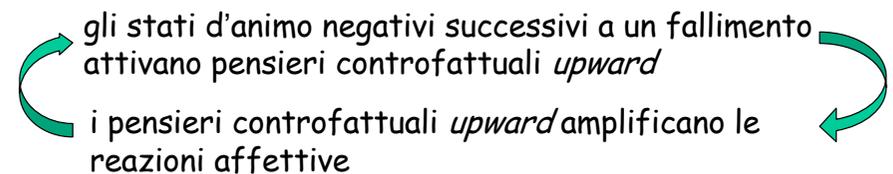
il pensiero controfattuale può interferire con i processi di memoria e di conseguenza danneggiare l'apprendimento

→ se il compito è di scoprire una regola osservando una sequenza di esiti e facendo previsioni su di essi, immaginare esiti alternativi può distrarre dagli esiti reali e interferire con i processi di memoria ostacolando così la scoperta della regola.

35

Disfunzionalità del pensiero controfattuale

Affetto e pensiero controfattuale → legame causale bidirezionale



⇒ circolo vizioso affettivo

Il pensiero controfattuale e il regret sono associati ad ansia, depressione e disturbo da stress post traumatico

36

Benjamin e coll. (1984)

75% degli studenti americani crede che non convenga modificare la prima risposta data alle domande di un esame (credenza condivisa anche da buona parte dei docenti)

... in realtà chi cambia le risposte di solito migliora le prestazioni (Kruger e coll. 2005)

→ *fallacia del primo istinto*

37

Kruger e coll. (2005)

Ai partecipanti venivano presentate una serie di domande tratte dai test attitudinali:

- in caso di dubbio potevano riportare due risposte (indicando la risposta "del primo istinto");
- alla fine dovevano rivedere le domande su cui avevano avuto dei dubbi e dovevano dare la risposta finale;
- venivano poi comunicate le risposte corrette;
- dopo 2 settimane dovevano ricordare se avevano fatto più errori cambiando o mantenendo la prima risposta.

38

Kruger e coll. (2005)

Risultati

- sovrastima del numero di errori commessi cambiando la prima risposta
- sottostima degli errori commessi non modificando la prima risposta



maggior disponibilità del controfattuale che modifica l'azione rispetto all'inazione

39

Simulare il futuro

40

Immaginare eventi futuri è un'attività mentale fondamentale

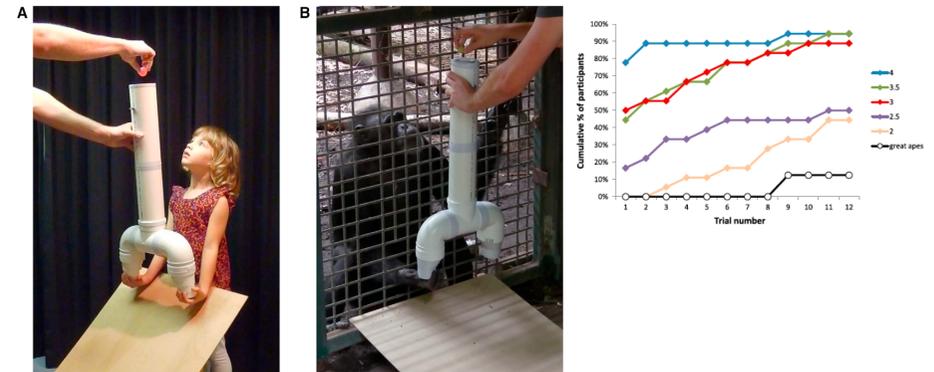
Ci permette di

- evitare di fare esperienze spiacevoli o pericolose;
- rappresentarci ciò che potrebbe accadere in funzione delle scelte che potremmo fare.

Solo la nostra specie sembra possedere la capacità di far fronte all'incertezza rappresentandosi versioni multiple, anche mutuamente esclusive.

41

Redshaw e Suddendorf [2016]



I bambini di tre anni imparavano rapidamente ad adattare il proprio comportamento al fatto che siano possibili due risultati diversi, ma ciò andava al di là delle capacità mentali dei primati non umani

42

Baumeister et al. [2018]

Il futuro esiste puramente come un insieme di possibilità.

Presente e passato hanno una realtà oggettiva definita (i passati alternativi a quello reale sono *controfattuali*) ...

... al contrario, il futuro ha un'esistenza solo potenziale, cioè esiste come un insieme di possibilità alternative.

→ futuro come *matrice di possibilità*

43

Szpunar et al. [2014]

Individuano 4 forme di pensiero riguardanti il futuro:

- **simulazione** - la costruzione di una rappresentazione mentale dettagliata del futuro;
- **previsione** - la stima della probabilità e/o la nostra aspettativa che si verifichi un determinato esito;
- **intenzione** - l'atto mentale attraverso il quale stabiliamo un obiettivo;
- **pianificazione** - l'identificazione e l'organizzazione dei passi necessari per ottenere l'esito desiderato.

Queste quattro forme di pensiero interagiscono tra loro e definiscono la nostra abilità di **pensiero prospettico**

44

Ci sono delle caratteristiche generali che i mondi futuri che immaginiamo tendono ad avere?

Se sì, sono specifiche delle rappresentazioni del futuro e diverse dalle caratteristiche che definiscono il modo in cui tendiamo a rappresentarci il passato?

45

D'Argembeau et al. [2011]

La frequenza, le caratteristiche e le funzioni dei pensieri rivolti al futuro differiscono in funzione della distanza temporale.

In particolare:

- i pensieri rivolti al futuro riguardano soprattutto situazioni vicine temporalmente;
- i pensieri sul futuro temporalmente vicino si riferiscono a eventi specifici più spesso di quelli sul futuro lontano.

46

Anche le funzioni che i partecipanti attribuivano ai loro pensieri sul futuro differivano a seconda della distanza temporale:

- alla stragrande maggioranza dei pensieri sul **futuro prossimo** veniva attribuita una funzione di pianificazione di azioni;
- ai pensieri sul **futuro lontano** i partecipanti assegnavano anche altre funzioni, come supportare le decisioni e regolare le emozioni.

47

Per quanto riguarda il contenuto affettivo:

- i partecipanti riportavano più pensieri positivi che negativi;
- i pensieri positivi si riferivano a eventi specifici più spesso dei pensieri negativi;
- i pensieri positivi contenevano più immagini visive dei pensieri negativi
- le simulazioni positive erano costruite più facilmente ed erano meglio ricordate nel tempo rispetto alle simulazioni neutre e negative.

48

L'ottimismo del pensiero futuro (qualche volta anche irrealistico) è una caratteristica centrale del modo in cui ci rappresentiamo il futuro.

Molti studi, sia in laboratorio sia nei contesti di vita quotidiana, hanno confermato questa propensione a vedere positivamente il futuro.

49

Salgado e Berntsen [2020]

Hanno chiesto ai partecipanti di produrre dei pensieri sul futuro per sé stessi e per una persona a loro nota (stessa età, né il migliore amico né il partner)

- i partecipanti tendevano a produrre, sia per sé stessi sia per l'altro, un maggior numero di pensieri su eventi temporalmente vicini;
- questi pensieri tendevano a essere positivi;
- ma lo erano in misura maggiore per i partecipanti che non per l'altra persona.

→ il **bias di positività** che le persone esibiscono quando immaginano il loro futuro risponde essenzialmente a un bisogno di **auto-accrescimento**.

50

Alcuni lavori recenti hanno mostrato che è possibile rendere un po' meno ottimistici i pensieri se si chiede ai partecipanti di riflettere sulle loro previsioni.

Baumeister et. al [2018]

ipotizzano l'esistenza di un processo a due stadi:

- quando le persone pensano per la prima volta al futuro, immaginano ciò che vorrebbero accadesse (cioè, i risultati positivi) → lato ottimistico del pensiero prospettico.
- quando diventa cruciale determinare come arrivare all'esito positivo e diventa necessario riflettere su ostacoli, insidie, intoppi e così via.

51

Simulare il futuro

planning fallacy (fallacia della pianificazione)

Kahneman e Tversky (1982)

previsione erronea e orientata verso l'ottimismo del tempo necessario per svolgere una determinata attività

Buehler e coll. (1994)

stimare la data entro cui erano sicuri al 50%, al 75% e al 99% di completare un compito

⇒ nelle date previste svolgevano il compito il 13%, il 19% e il 43% dei partecipanti

52

Simulare il futuro

planning fallacy (fallacia della pianificazione)

- caso singolo
 - conclusione positiva dell'evento
 - tendenza a trascurare il contesto
 - tendenza a giustificare i fallimenti precedenti
- difficoltà a distinguere tra futuro plausibile e quello desiderato

53

Previsione affettiva

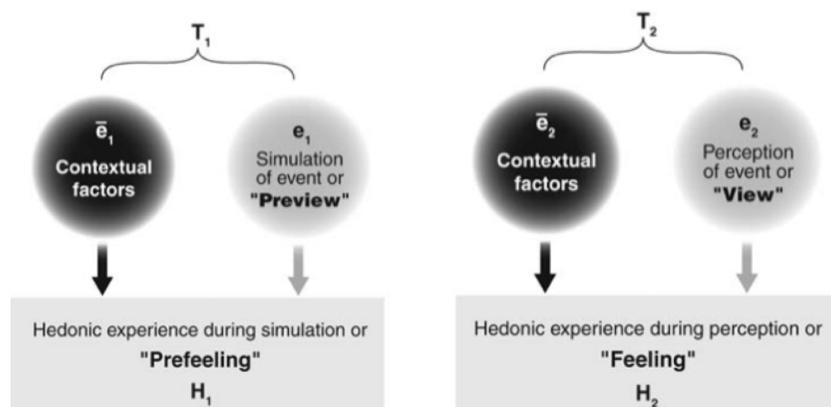
L'abilità di prevedere le conseguenze edoniche degli eventi prima che questi si verifichino è un'abilità fondamentale per la sopravvivenza.

Lo studio sperimentale della capacità che gli esseri umani hanno di prevedere le loro emozioni ha una storia molto recente.

54

Gilbert & Wilson (2005, 2007)

Siamo capaci di prevedere i nostri stati emotivi?



Le simulazioni tendono a essere meno ricche rispetto alle esperienze, più influenzate dai processi di memoria.

55

Immaginare di ripetere esperienze già vissute in passato

Ruolo dei fattori che influenzano il ricordo

effetto della salienza

- quando le persone ricordano un'esperienza passata ne ricordano generalmente una positiva (esperienza atipica) e su questo ricordo prevedono esperienze future atipiche
- solo se vengono spinte a ricordare un'esperienza passata fortemente atipica, per un effetto di contrasto, danno giudizi più calibrati

56

Simulare il futuro - ripetere esperienze già vissute in passato

Effetto della salienza nel ricordo

Morewedge et al. (2005)

quanto ti piacerà la partita?

prima

a) *“ricorda e descrivi una partita in cui la tua squadra ha vinto”*

b) *“ricorda e descrivi la partita più bella degli ultimi 2 anni”*

c) non vengono attivati ricordi

Risultati: $a = c > b$

57

Wilson e Gilbert (2005)

- valenza dell'emozione
- tipo di emozione
- intensità
- durata

58

Anche quando sono in grado di prevedere gli esiti futuri, le persone hanno difficoltà a prevedere i loro stati emotivi

→ tendono a sovrastimare l'intensità e la durata delle loro reazioni emotive agli eventi futuri

→ sulla base di previsioni poco accurate possono mettere in atto comportamenti che non massimizzano la loro probabilità di essere felici

59

Dunn, Wilson e Gilbert (2003)

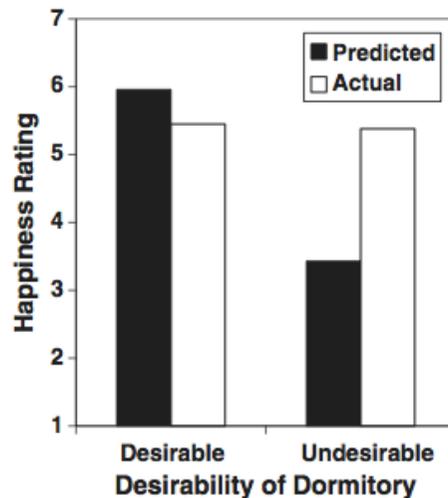
Campus universitario
assegnazione della casa dello studente (due alternative: desiderata vs non desiderata)

Condizioni
esperienti vs previsori

Misura dipendente
valutazione dello stato affettivo (livello di felicità su una scala da 1 a 7)

60

Dunn, Wilson e Gilbert (2003)



61

La tendenza a sovrastimare intensità e durata delle emozioni (*impact bias*) è stata riscontrata variando il tipo di evento e il contesto (rottura di una relazione amorosa, esami universitari, carriera ecc.)

62

Wilson e Gilbert (2005)

Previsione affettiva

2 cause

- centralità (*focalism*) dell'evento valutato
tendenza a sovrastimare il ruolo dell'evento oggetto della previsione e a trascurare l'impatto degli altri eventi
- incapacità a riconoscere quanto siamo abili a dare senso agli eventi che ci capitano

63

Wilson e Gilbert (2005)

Abilità a dare senso agli eventi che ci capitano

Quando ci accade qualcosa di nuovo, inatteso, non ben compreso, la nostra attenzione si concentra su di esso e cerchiamo di dargli un senso e facendo ciò ci adattiamo emotivamente a esso
→ la reazione emotiva viene attenuata

Processo veloce e spesso inconsapevole
⇒ non ne teniamo conto quando prevediamo i nostri stati d'animo

64

Wilson e Gilbert (2005)

eventi negativi

l'abilità a dare senso agli eventi che ci capitano ci protegge dagli effetti emotivi degli eventi negativi ⇒ sistema immunitario psicologico

agisce in modo automatico ⇒ incapacità a prevedere i suoi effetti, cioè che la reazione emotiva negativa si attenua velocemente attraverso i processi di regolazione emotiva

65

Wilson e Gilbert (2005)

Incapacità a prevedere la nostra capacità di dar senso a quanto ci capita talvolta ci può portare a fare scelte inadeguate che non massimizzano la probabilità di essere felici

- rammarico/avversione per la perdita
- tendenza ad attribuire l'attenuazione dello stato emotivo negativo a forze esterne (spesso soprannaturali)
- traumi importanti vs traumi lievi
- scelte reversibili vs scelte irreversibili

66

Gilbert & Ebert (2002)

un esito immutabile favorisce l'ottimizzazione dell'esperienza soggettiva

⇒ le persone sono più soddisfatte in conseguenza di una scelta irreversibile, ma preferiscono le scelte reversibili a causa della loro incapacità a prevedere gli effetti del sistema immunitario psicologico

67

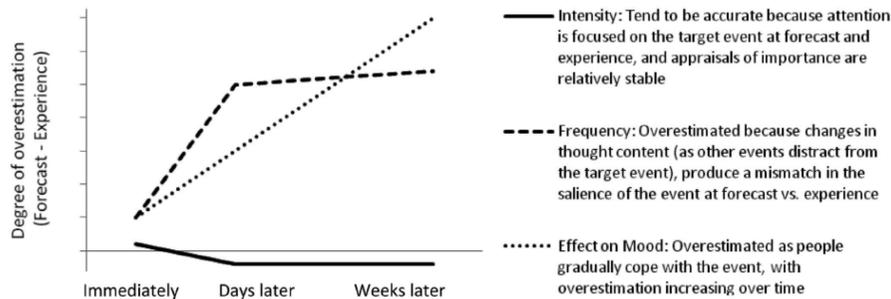
Levin et al. (2013)

- le persone tendono a sovrastimare la durata delle emozioni, ma sono in genere accurate nella stima il picco delle emozioni
- per molte decisioni è più funzionale prevedere il picco delle emozioni piuttosto che la durata (vacanze, spettacoli, visita dal dentista)

68

Lench, Levine, Perez, Carpenter, Carlson, Bench & Wan (2019)

Necessità di differenziare tra diverse dimensioni dell'emozione relativa a un evento: intensità, frequenza, impatto sull'umore.



69

Buechel, Zang & Morewedge (2017)

Non sempre le persone sovrastimano le loro reazioni emotive

- ➔ sottostima delle emozioni che si proveranno
 - vincendo un premio scontato
 - ricevendo un complimento interessato
 - rispetto a eventi ipotetici, distanti nel tempo
- ➔ sono le caratteristiche che definiscono l'evento che determinano se ci sarà sottostima o sovrastima dell'intensità dell'emozione che si proverà.

70

Buechel, Zang & Morewedge (2017)

Le esperienze edoniche sono affettivamente più ricche di quanto non sia la corrispondente simulazione

➔ l'attenzione di chi esperisce è catturata dall'evento specifico e quindi è improbabile che ci siano risorse per prestare attenzione a caratteristiche dell'evento quali la probabilità, la durata, la grandezza, mentre i previsori tendono a essere più sensibili a tali caratteristiche.

71

Previsione affettiva

- spiegare gli eventi ha lo scopo fondamentale di favorire il conseguimento di risultati positivi e di evitare i risultati negativi
- spiegare gli eventi attenua la reazione emotiva riduce la motivazione a conseguire risultati positivi e a evitare risultati negativi
- ➔ prevedere emozioni più intense e di maggior durata potrebbe servire ad aumentare la motivazione.

72