

## I NOSTRI CONSIGLI

### Libri:

#### PENSIERI LENTI E VELOCI

Di Daniel Kahneman

Psicologo e vincitore del premio Nobel per l'economia nel 2002, Daniel Kahneman in questo testo fornisce una interessante analisi dei processi sottostanti alla presa di decisioni e alla formulazioni di giudizi nella vita di ogni giorno. A fare da filo conduttore a tutto il testo è la tesi dell'autore secondo la quale accanto al sistema di pensiero conscio e raziocinante vi è un sistema veloce e intuitivo che è molto spesso fonte di convinzioni e di scelte quotidiane. Ad aiutare il lettore nella comprensione di questa tesi, espressa con ammirabile rigore scientifico, è la ricchezza di esempi e di piccoli esercizi cognitivi di facile esecuzione che permettono a chi sta leggendo di sperimentarsi e successivamente scoprire che la memoria associativa, nucleo del sistema di pensiero veloce, elabora in continuazione un'interpretazione di quello che sta avvenendo. Tra i temi affrontati, vi è anche un approfondimento in merito alle euristiche e ai bias cognitivi dettati dalla nostra tendenza a pensare in modo associativo, metaforico e casuale piuttosto che seguendo un ragionamento statistico che richiederebbe la gestione di molti pensieri alla volta. La lettura di questo libro mette a dura prova l'immagine che abbiamo di noi stessi come artefici autonomi e consapevoli dei nostri giudizi; ci pone invece dinnanzi alla scoperta che molto del nostro modo di ragionare risponde all'esigenza inconscia di trarre un senso dalla realtà per far apparire il mondo più ordinato, semplice, prevedibile e coerente di quanto lo sia davvero, facendoci

cadere nell'illusione di poter controllare e prevedere la realtà. La presa d'atto di ciò, mediante la conoscenza dei processi sottostanti al pensiero, ci permette di contrastare alcune certezze illusorie e ci consente di comprendere i meccanismi che sono alla radice di alcune scelte personali ma anche sociali ed economiche.

**Giulia Sernagiotto**

Psicologa

