



IL RUOLO DELLE EMOZIONI NEL PROCESSO DECISIONALE

SANJA VLAHOVIC, PH.D

LE DECISIONI SONO EMOTIVE?

- Status: Perché hai deciso di acquistare una BMW?
- **Potere:** come ti senti quando hai il potere di decidere?
- **Paura:** cosa provi di fronte al rischio?
- **Felicità:** che ne dici della soddisfazione?



IL RUOLO DELLE EMOZIONI

Secondo **Herbert Simon**, scienziato americano premio Nobel, "Per avere qualcosa di simile a una teoria completa della razionalità umana, dobbiamo capire quale ruolo gioca l'emozione in essa".

Come hanno sottolineato il Dr. Simon e altri, *le emozioni influenzano o determinano completamente l'esito di un gran numero di decisioni* che dobbiamo affrontare in un giorno.

IL RUOLO DELLE EMOZIONI

- Ogni sensazione inizia con uno stimolo esterno, che sia quello che qualcuno ha detto o un evento fisico.
- Quello stimolo genera un'emozione non sentita nel cervello, che fa sì che il corpo produca ormoni reattivi.
- Questi ormoni entrano nel flusso sanguigno e creano sentimenti, a volte negativi e talvolta positivi.

Quindi, per rivedere, sono gli stimoli, poi le emozioni, poi gli ormoni e, infine, i sentimenti. In altre parole, le tue emozioni influenzano il tuo processo decisionale creando determinati sentimenti.

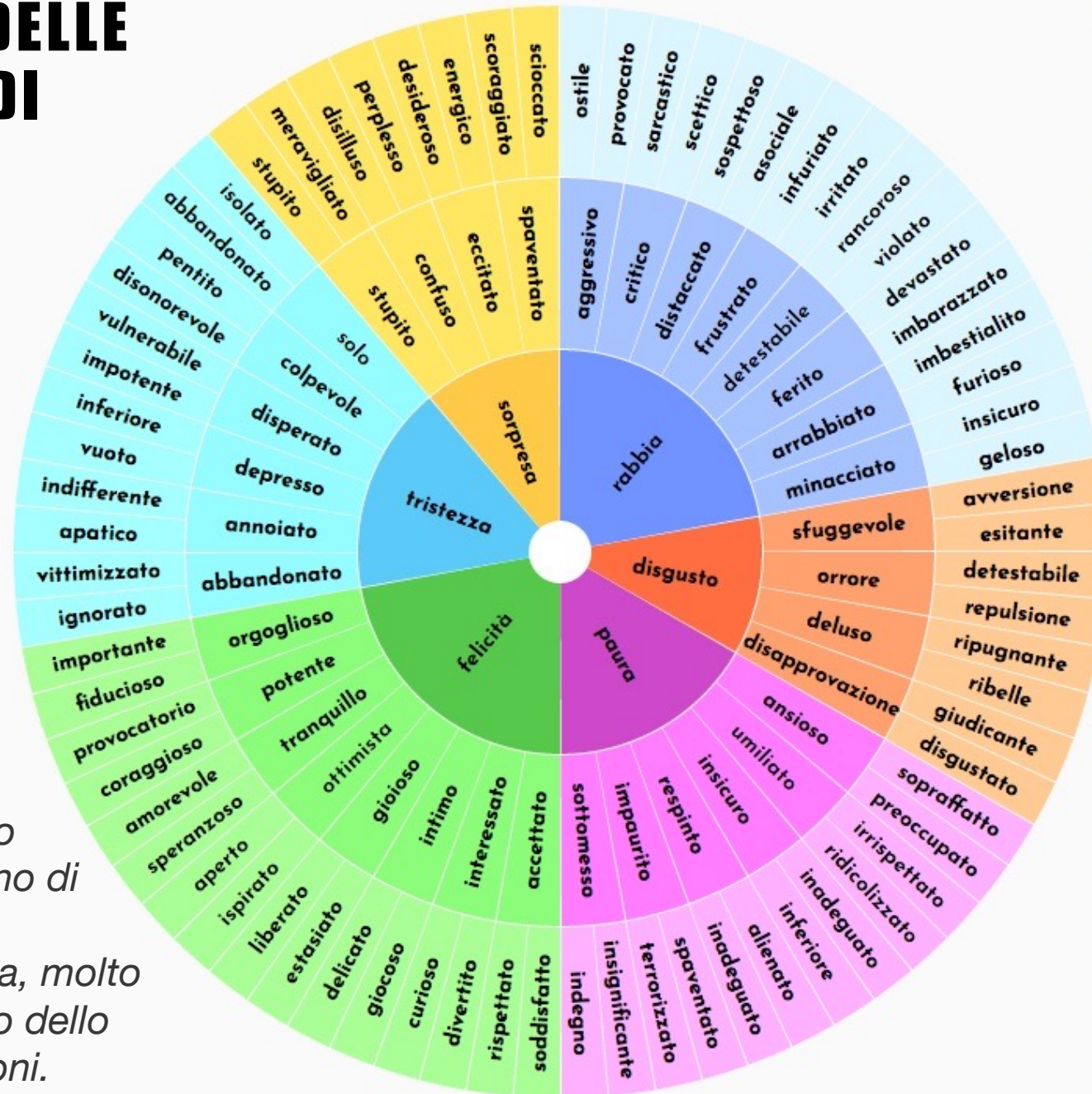
DR. ANTONIO R. DAMASIO

- Secondo un altro esperto del settore, il neuroscienziato americano-portoghese **Dr. Antonio R. Damasio**, *il cervello ha bisogno costantemente di aggiornare le sue informazioni sullo stato del corpo per regolare i numerosi processi che lo tengono in vita e ha bisogno di tradurre quelle emozioni in sentimenti attuabili.*
- Ad esempio, quando ci sentiamo minacciati da qualcosa, l'emozione iniziale è etichettata come "paura". Quella paura, per mezzo degli ormoni, si traduce nella produzione di sentimenti reattivi di lotta o fuga, consentendo al nostro corpo di reagire rapidamente e in modo appropriato per il suo propria autoconservazione. *Questa reazione emotiva avviene improvvisamente e inconsciamente.*
- Quindi, di solito dopo un periodo di tempo estremamente breve, diventiamo consapevoli di questi cambiamenti. Ne diventiamo consapevoli solo dopo che gli ormoni reattivi sono entrati nel nostro flusso sanguigno e li sperimentiamo come un sensazione di essere spaventato o forse inferiore.

LA RUOTA DELLE EMOZIONI DI PLUTCHIK

☒ Italiano
☐ English

Legenda



Plutchik é stato uno psicologo americano di impostazione psicoevoluzionistica, molto influente nel campo dello studio delle emozioni.

LA RUOTA DELLE EMOZIONI DI PLUTCHIK

- Questa figura é stata ottenuta dalle otto emozioni che Plutchik considera fondamentali.
- *Le emozioni di qualità opposta si trovano in posizioni contrapposte di 180 gradi.*
- Abbiamo dunque la gioia opposta a dolore/tristezza (sorrow in inglese), la rabbia opposta alla paura, l'accettazione opposta a al disgusto, e la sorpresa in opposizione all'attesa.



LA RUOTA DELLE EMOZIONI

- In che modo la comprensione di questo ci aiuta a fare scelte che sono effettivamente vantaggiose a lungo termine e non, forse, solo percepite come vantaggiose a breve termine?
- Lo facciamo concentrandoci sulla sensazione che ne deriva. In altre parole, **dobbiamo considerare come ogni particolare emozione (cerchio interno) si tradurrà in un sentimento (cerchio esterno).**



EMOZIONI E DECISIONI

Quindi, come puoi sviluppare una consapevolezza operativa di questo processo, in modo da aiutare il processo decisionale? •

- Dai un nome a ciò che stai decidendo. Non hai bisogno della Ruota delle emozioni per questo, ma devi considerare esattamente qual è il problema e le ramificazioni della soluzione proposta.
- Riconosci e dai un nome a tutti i sentimenti che provi in relazione alla decisione. Questi sentimenti appariranno senza dubbio da qualche parte nel cerchio esterno della Ruota delle emozioni.
- Porta i tuoi sentimenti verso l'interno attraverso il cerchio centrale per identificare la causa principale (un'emozione).
- Elabora quell'emozione, non uno dei suoi sintomi (una sensazione).
- Sii consapevole se vuoi prendere una decisione da questa specifica emozione o se vuoi aggiustare il corso.

LA RICERCA DI DAMASIO

- *“Senza emozione, le persone non sono in grado di prendere buone decisioni”*
- Il professore di neuroscienze Antonio Damasio ha scoperto nella sua ricerca che senza emozioni le persone non sono in grado di prendere buone decisioni.
- Ha studiato pazienti con lesioni cerebrali la cui capacità di provare emozioni era compromessa ma la loro ragione era altrimenti inalterata e ha scoperto che quelle persone non potevano prendere buone decisioni. Ha scoperto che la concezione di sé "estesa" degli esseri umani emerge da emozioni e sentimenti.
- Nella sua ricerca, *Damasio ha stabilito che esiste un "programma d'azione" nel corpo che inizia con un'emozione. Quando proviamo paura, ad esempio, il nostro corpo prende la sensazione e la usa per sviluppare una reazione mentale adeguata che alla fine porterà a un'azione.*
- *Le nostre emozioni sono ciò che ci aiuta a guidarci nel processo decisionale. Ci aiutano a determinare il passo successivo. L'emozione è così fondamentale per noi umani e per il modo in cui funzioniamo che non avremmo musica, arte, religione, scienza, tecnologia, economia, politica, giustizia o filosofia morale senza l'esistenza di sentimenti forti.*

Read more on Damasio's research here:
<https://www.technologyreview.com/s/528151/the-importance-of-feelings/>



ALTRE RICERCHE EMOZIONE

- I ricercatori del processo decisionale in genere **considerano l'emozione come impulsiva e irrazionale** e trascurano il suo ruolo nel processo decisionale (Kahneman e Tversky, 1979; Von Neumann e Morgenstern, 2007).
- Nella "**teoria delle decisioni normative**", il **processo decisionale economico si basa su calcoli matematici "freddi"** e i decisori sono idealizzati come perfette "macchine razionali".
- Gli studi dimostrano sempre più che **l'emozione è uno dei fattori più importanti nel processo decisionale irrazionale** (Hastie, 2001; Sanfey et al., 2006).

DOMANDE

