

BIAS COGNITIVI

Bias della verità illusoria

PAROLE CHIAVE

disinformazione | familiarità | ripetizione | credibilità



Ogni giorno riceviamo centinaia di messaggi da amici, scuola, social media, notizie, pubblicità, meme e altro ancora. Alcuni sono accurati, altri no. Poiché il nostro cervello tende a propendere per ciò che ci è familiare, sentire qualcosa più e più volte lo rende più convincente, anche se non è vero. Ecco perché, con una ripetizione sufficiente, anche un'affermazione falsa può iniziare a sembrare vera.

"Lo dicono dappertutto, quindi dev'essere vero"

Questo bias, si incarna nella tendenza a credere a qualcosa semplicemente perché l'abbiamo sentita ripetere più volte. Più un'affermazione viene ripetuta, più diventa familiare e più siamo propensi ad accettarla come vera. Il nostro cervello prende delle scorciatoie e la familiarità ci fa sentire a nostro agio. Ci fidiamo delle informazioni ripetute, anche se non sono accurate. Non si tratta di pigrizia, ma di rendere più facile il pensiero. Le cose familiari ci sembrano più sicure e quel senso di sicurezza ci induce a credere che siano corrette.

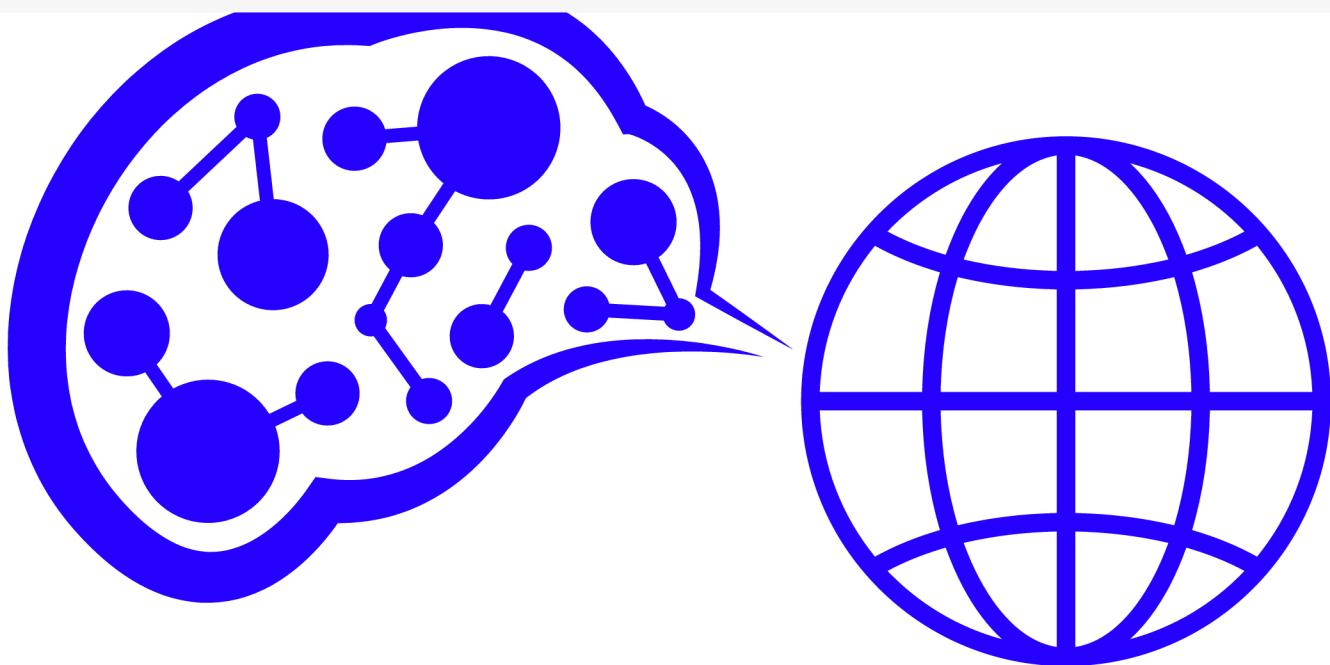


"Aspetta... penso di averlo letto da qualche parte"

Immaginate di sentire qualcosa del tipo "Bere caffè aiuta a vivere più a lungo". Lo leggete online, ve lo dice un amico e poi lo ritrovate in un articolo. Comincia a sembrarvi credibile, anche se non ci sono prove concrete a sostegno. Ben presto, potreste ritrovarvi a ripeterlo ad altri.

È così che si diffondono le informazioni errate. Non sempre ricordiamo dove abbiamo sentito qualcosa per la prima volta, ma più spesso lo sentiamo, più siamo propensi a crederci. Il nostro cervello scambia la ripetizione per verità.

Una dinamica simile si verifica con la propaganda, come le narrazioni ripetute nei messaggi di Putin sulla guerra in Ucraina. Poiché queste idee vengono costantemente ripetute su vari canali, le persone iniziano ad accettarle come fatti, semplicemente perché le hanno sentite così tante volte, anche se non reggono a un esame approfondito.

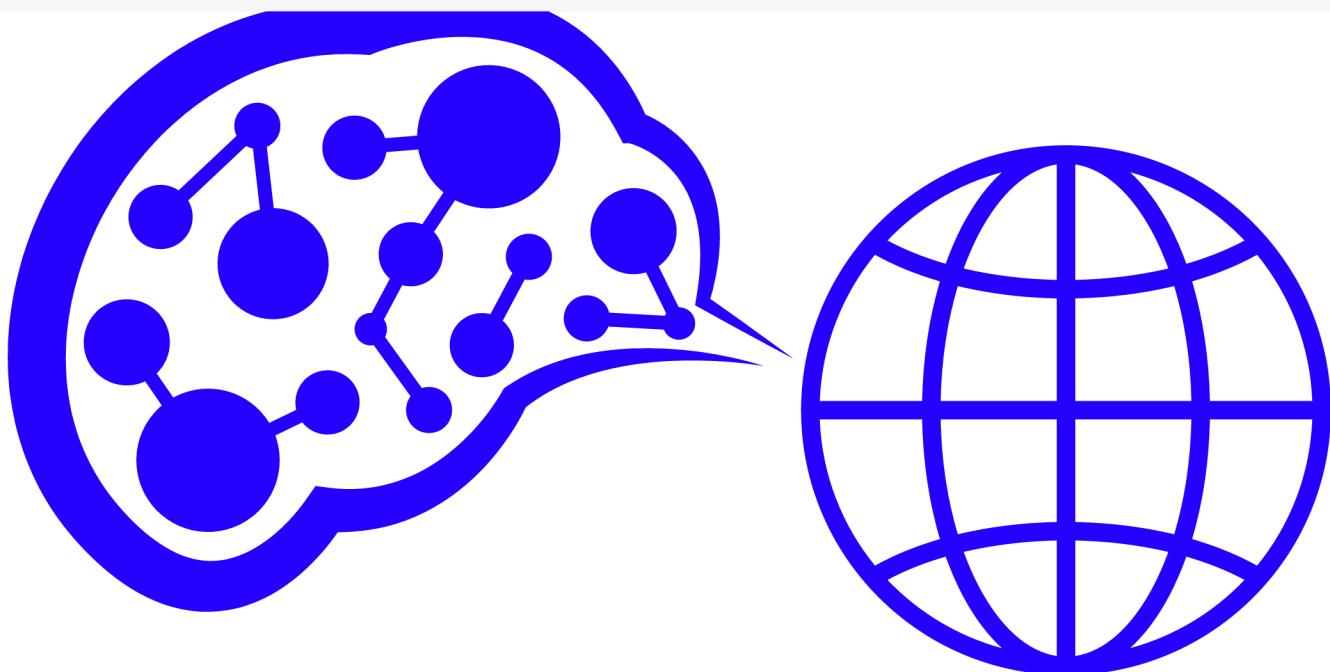




"Lo dicono tutti, quindi non lo metto più in discussione"

Questo bias è dappertutto:

- Nella **pubblicità**: "8 dentisti su 10 raccomandano questo dentifricio" suona sempre convincente, ma raramente conosciamo tutti i dettagli dello studio.
- In **politica**: i leader ripetono così spesso affermazioni come "Questa politica ridurrà la disoccupazione" che iniziano a sembrare vere, anche senza dati a sostegno.
- Nei **miti quotidiani**: "Usiamo solo il 10% del nostro cervello", ancora creduto semplicemente perché ripetuto così tante volte.
- **Online**: pensate all'affermazione "Bere acqua e limone al mattino aiuta a perdere peso". Ripetuta su blog e social media, inizia a sembrare vera, anche se non è scientificamente provata.



"Conto fino a dieci prima di ripetere cosa ho sentito"

Non è necessario mettere in discussione tutto ciò che si sente, ma è importante prendersi un momento per riflettere. Prima di diffondere un'informazione, chiediti:

- "Dove l'ho sentita?"
- "Perché mi sembra vera?"
- "È qualcosa che ho verificato personalmente o solo qualcosa che mi sembra familiare?"
- "Potrebbe esserci un altro lato della medaglia?"

Quando smettiamo di mettere in discussione le cose solo perché le abbiamo già sentite, lasciamo la porta aperta alla propaganda, alle fake news e agli stereotipi dannosi.

Prendersi un momento per riflettere criticamente non significa esitare. Significa assicurarsi di non accettare le cose per quello che sembrano.

Il pensiero critico non ci rallenta, ma affina il nostro giudizio e ci aiuta a vedere il quadro generale!



BIAS COGNITIVI

