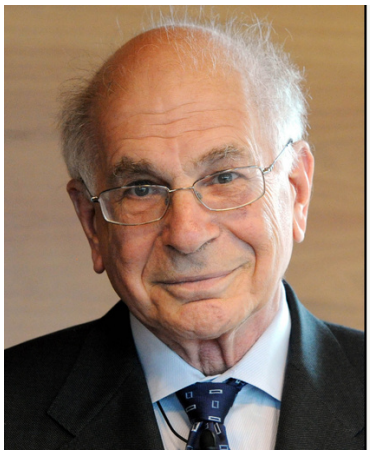
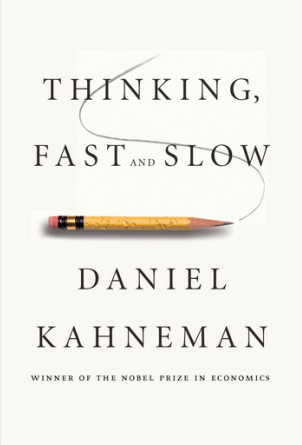
SIMNEWSLETTER #6 • LUGLIO 2021

PENSIERI LENTI E VELOCI

di Marco de Luca

progetto grafico di Sara Ligutti





In questa SIMNewsletter non parleremo di un articolo di simulazione, bensì di un libro scritto dallo psicologo israeliano **Daniel Kahneman** (insignito nel 2002 del Premio Nobel per l'economia assieme al collega Vernon Smith): "Thinking, Fast and Slow", ovvero "**Pensieri lenti e veloci**" nella traduzione italiana.

Forse vi starete chiedendo: "**Un premio Nobel per l'economia a uno psicologo? Cosa c'entra uno psicologo con l'economia?**" La motivazione del premio spiega al meglio il perché: «per avere integrato risultati della ricerca psicologica nella scienza economica, specialmente in merito alla capacità di giudizio umana e alla Teoria della scelta in condizione di incertezza». Forse vi starete anche chiedendo cosa abbia a che fare tutto ciò con la simulazione... ci arriviamo a breve.

La sindrome del libro sul comodino

Alcuni anni fa questo libro è rimasto sul mio comodino in attesa di lettura per svariati mesi. Consigliatomi da alcuni colleghi al termine di un convegno, ero rimasto affascinato dalle teorie proposte sul funzionamento del cervello e la facilità con cui si arriva all'errore, ma da qui a intraprendere la lettura di un saggio di oltre 500 pagine ne passava...

Perciò, prima di parlarvene, vorrei condividere con voi le strategie che ho adottato per vincere la "battaglia" con questo interessante tomo e che utilizzo tutt'ora quando intraprendo la lettura di un qualsiasi libro:

- **Non è un romanzo, posso non leggerlo tutto, dall'inizio alla fine**. Non c'è nessun colpevole che appare solo nelle ultime pagine e se ne hai saltato alcuni passaggi non comprendi la fine. Vi confesso che alcune pagine molto legate all'economia non le ho lette.
- **Come tutti i saggi, ruota su pochi concetti essenziali** – talvolta anche solo uno. Una volta individuato questo concetto, molte sezioni del libro risultano semplicemente un modo in cui l'autore dimostra la sua interpretazione di quella realtà.
- **Se non mi piace, lo lascio lì e leggo qualche altra cosa**, senza sentirmi in colpa per non aver terminato questa determinata azione, ossia leggere tutto il libro...

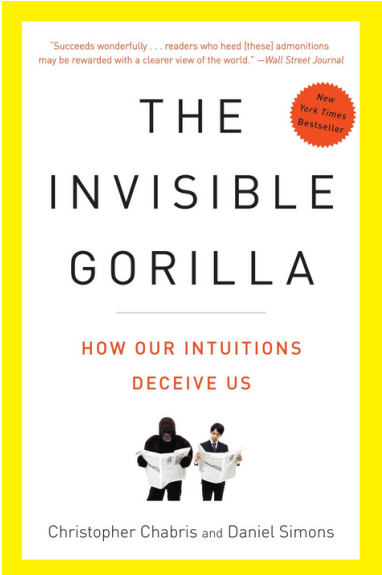
Pensieri veloci e pensieri lenti

Il concetto di base su cui si sviluppa il libro è legato all'idea che il ragionamento dell'essere umano sia divisibile in due differenti Sistemi: un Sistema 1, veloce e intuitivo, e un Sistema 2, più razionale, ma pigro e lento. Spesso crediamo che sia il Sistema 2 ad avere il controllo sul nostro pensiero, ma Kahneman ci dimostra, con una serie di esempi, come sia in realtà il Sistema 1 ad avere il maggiore impatto e come spesso sia sottovalutato.

Il Sistema 1, o Pensiero Veloce, è inconsapevole, intuitivo e soprattutto ci costa poca fatica. È quello che si attiva quando ci sottopongono un problema e prima che se ne concluda la descrizione abbiamo già la soluzione ("6 x 6...", "Mogli e buoi..."). Il Sistema 1 in questi casi si attiva per rispondere rapidamente senza doversi impegnare molto. Ci è molto utile per decodificare il mondo che ci circonda e ci permette di reagire velocemente a stimoli differenti.

Il Sistema 2, o Pensiero Lento, è consapevole, usa ragionamenti deduttivi e richiede molta più concentrazione. Lo utilizziamo in quelle situazioni che hanno bisogno di maggiore attenzione per essere risolte. Il Sistema 2 è legato alla logica, alla razionalità, è quello che utilizziamo nel caso di attività mentali impegnative che richiedono concentrazione. Essendo un sistema ad alto dispendio di energia, se potrà evitare di lavorare e lasciare il campo al Sistema 1, sicuramente lo farà, con tutti i rischi legati ai possibili errori connessi.

Comprendere questi due Sistemi e studiare il loro impatto sui processi decisionali di ogni singolo individuo diventa fondamentale per qualunque sanitario, e in maniera particolare per chi agisce in emergenza dove il Sistema 1 e le euristiche (e i conseguenti bias) entrano in modo predominante in azione.



Euristiche e bias

Ma cosa intendiamo con euristiche e bias? Le **euristiche** sono delle scorciatoie mentali che portano a conclusioni veloci con il minimo sforzo cognitivo. Ad esempio, riconosco sibili espiratori e faccio diagnosi di asma e inizio il protocollo terapeutico adeguato. Utilizzo questa scorciatoia mentale che mi permette di avere accesso alle informazioni immagazzinate in memoria su questa tipologia di paziente.

I **bias** invece sono essenzialmente **euristiche inefficaci** usate per esprimere dei pregiudizi astratti, che si acquisiscono a priori. Di fronte allo stesso paziente con sibili espiratori avrei potuto fermarmi solo all'auscultazione del torace e perdermi l'anamnesi di una febbricola e spossatezza e un esame obiettivo con un fegato debordante all'arco costale. Il mio bias in questo caso sarebbe stato "tutti i sibili sono asma", che mi avrebbe portato a non diagnosticare una miocardite con dispnea da scompenso cardiaco!

Per chi si occupa di simulazione, alcune parti specifiche del libro sono rilevanti perché affrontano la gestione dei fattori umani in situazioni di scelte critiche. Le osservazioni dell'autore su come funziona il nostro cervello e su come questo possa generare degli errori credo siano molto utili anche nella gestione e nell'analisi del debriefing.

Nel testo ritroviamo anche un grande classico dei corsi sul Crisis Resource Management: il **video del Gorilla Invisibile** (clicca per vederlo o inquadra il QR code). Citando le parole di Kahneman, questo video "*illustra due fatti importanti sulla nostra mente: possiamo essere ciechi all'ovvio, e siamo anche ciechi alla nostra cecità*".

Più consapevolezza... sempre

Kahneman propone anche alcuni stratagemmi utili a identificare e comprendere i bias più comuni e ridurre così le scelte sbagliate. La prima arma, e forse anche la più potente, è la **consapevolezza**. Ossia, per applicare questo concetto al nostro settore, potremmo fare i seguenti esempi:

- Essere consapevoli che alcune situazioni fanno la differenza per i nostri pazienti e in queste dobbiamo prestare molta attenzione. Quindi cercare di evitare errori significativi quando la posta in gioco è alta.
- Imparare a riconoscere le situazioni in cui è più probabile che si verifichino errori.
- Avere anche la consapevolezza che riconoscere gli errori altrui è più facile che riconoscere i propri. E questo ci dovrebbe spingere a chiedere aiuto quando non siamo sicuri e a richiedere feedback frequentemente sulla qualità del nostro lavoro.

Un valore aggiunto del libro è proprio la grande quantità di esempi e studi descritti che rendono più facile trovarne un riscontro nella vita quotidiana (da sanitario, da debriefer, ma anche da "essere umano"). Credo che questo saggio dovrebbe rientrare nel bagaglio del facilitatore di simulazione per la capacità di spiegare in modo scientifico come ragiona il nostro cervello e come sia vero che "*errare humanum est*".

VAI ALL'ARCHIVIO NEWSLETTER