

LE “GIUSTE” PAURE PER I PERICOLI IMMAGINATI NEL TEMPO

Come ogni altro meccanismo mentale, anche l'immaginazione ha degli effetti positivi, oltre a molti negativi (per esempio gelosia e invidia: quando immaginiamo di perdere qualcosa o ci confrontiamo con qualcosa che ci immaginiamo sia meglio). Diversamente, infatti, tale funzione della nostra mente sarebbe stata “eliminata” durante l'evoluzione della specie umana, perché si sarebbe rivelata, generazione dopo generazione, inutile o, peggio, dannosa e quindi non sarebbe stata mantenuta.

Qual è l'effetto positivo più importante dell'immaginazione? Attraverso l'immaginazione riusciamo a immaginare mondi diversi creando anticorpi alla paura: ci permette di vincere le paure anche in ambienti ostili, in cui sarebbe comprensibile provarle. Facciamo un esempio concreto che si riferisce agli effetti del coronavirus sulle borse mondiali. Invece di abbinare l'andamento del coronavirus a quello delle borse, cerchiamo di considerare questo episodio di storno in analogia a quelli del 2000 e del 2008. E' vero che allora si trattava di cause “interne”, cioè legate ai mondi dell'economia e della finanza, mentre ora si tratta di una causa esterna “biologica”. Eppure è il peso dato alla notizia dalla pluri-canaltà odierna che determina l'entità della paura rispetto al 1957, quando la TV era posseduta da pochissimi e radio e giornali seguirono la politica governativa volta a “non allarmare”. D'altronde oggi è un fenomeno nuovo, sconosciuto, e impressionante. Allora invece era la “asiatica”, una variante più pericolosa delle consuete influenze stagionali. Ce lo ricorda bene Fubini sul Corriere del 5 marzo:

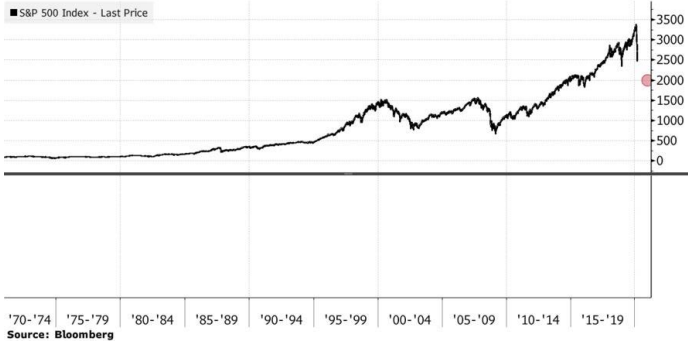
Che dire invece del 1957? Di quell'anno oggi si ricordano il lancio dello Sputnik sovietico nello spazio e magari la nascita di Carosello. Ma ci fu anche una pandemia che uccise più di un milione di persone, dopo averne contagiate fra 250 milioni e un miliardo nel mondo. L'Asiatica. Per confronto, Covid-19 per ora è stato diagnosticato in 94 mila persone e ne ha uccise 3.220 (dati aggiornati al 4 marzo): l'Asiatica del '57 fu oltre trecento volte più letale, eppure pochi oggi sembrano serbarne il ricordo. Il 17 aprile di quell'anno sul New York Times compare giusto una notizia dall'allora colonia britannica di Hong Kong: «La stampa popolare riferisce che circa 250 mila residenti hanno ricevuto delle cure. La popolazione della colonia è di circa 2,5 milioni. L'afflusso di 700 mila rifugiati dalla Cina comunista ha creato un pericolo costante di sovraffollamento. Migliaia di malati aspettano cure in lunghe file, molte donne portano sulle spalle bambini dallo sguardo vitreo». Anche il Corriere del 20 settembre '57 parla della pandemia, in una pagina interna: «Ventidue morti in Inghilterra per l'influenza asiatica» e 250 mila persone colpite «in Germania occidentale» con «oltre seicento scuole chiuse nella sola Bassa Sassonia». Allora il Corriere dell'Informazione la chiamò «la nuova spagnola», verso metà dicembre in verità «rincrudita a Roma». Ma appunto l'epidemia non conquistò quasi mai le prime pagine e la sola volta che quell'anno il Corriere dell'Informazione dedicò un titolo grande in prima a un virus, fu quando il Milan di Schiaffino - neo-laureato campione d'Italia a metà giugno - dovette andare «in quarantena» e rinviare varie partite. Ma quello era «morbo giallo», cioè «epatite ittigerina» presa da tutta la squadra nella vasca da bagno di uno spogliatoio.



Prof. Paolo Legrenzi
Professore emerito di psicologia cognitiva presso l'Università Ca' Foscari di Venezia

S&P 500 2000?

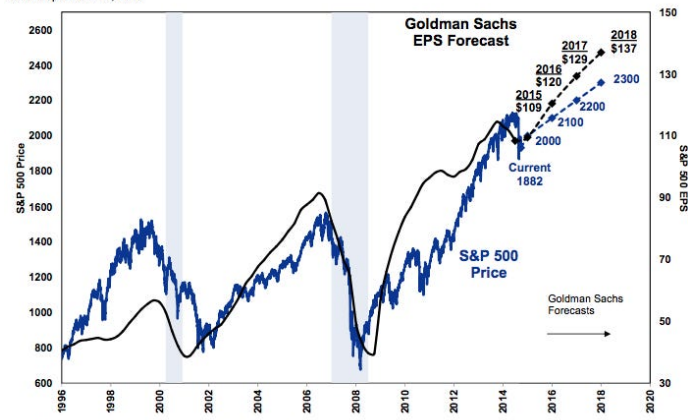
Goldman updates pandemic bear case for stocks



La previsione più pessimista di Goldman vede lo S&P500 fermarsi a 2000. Meno impressionante è il calo se lo raffrontiamo alle crisi del passato, così come se paragoniamo l'epidemia del coronavirus all'asiatica del 1957. Fonte: Bloomberg modificata.

Il confronto può servire da placebo procurando un effetto tranquillizzante. Immaginiamo che, dopo aver fatto fatica a dormire nelle ultime notti, abbiamo iniziato ad aver paura di soffrire di insonnia e, prima di andare a letto, abbiamo paura che non riusciremo a dormire. Ci immaginiamo che passeremo la notte in bianco e più ci pensiamo, più ci preoccupiamo. Passeremo il tempo a rigirarci nel letto pensando al perché non ci addormentiamo. Però possiamo anche inventarci un "antidoto", qualcosa che ci aiuterà a dormire stanotte: ci prepariamo una tisana rilassante e ci convinciamo che riuscirà a farci dormire una notte filata. Funziona? Sì. Esattamente come funziona pensare che un amuleto ci difenderà dalle malattie o che una pietra ci porterà fortuna. L'idea che degli oggetti possano darci sicurezza e scacciare la sventura è antichissima nell'umanità, pensiamo per esempio agli ex-voto che accompagnavano le preghiere dei fedeli. Possiamo quindi immaginare che qualcosa riuscirà a scacciare le paure e che quindi potrà anche annullare i pericoli da cui derivano quelle paure. Questa è l'immaginazione usata in chiave positiva. Nel caso degli investimenti finanziari si tratta di avere una prospettiva più ampia: l'esame del passato ci darà speranza per il futuro.

Exhibit 2: Our S&P 500 EPS forecasts and index targets as of September 28, 2015

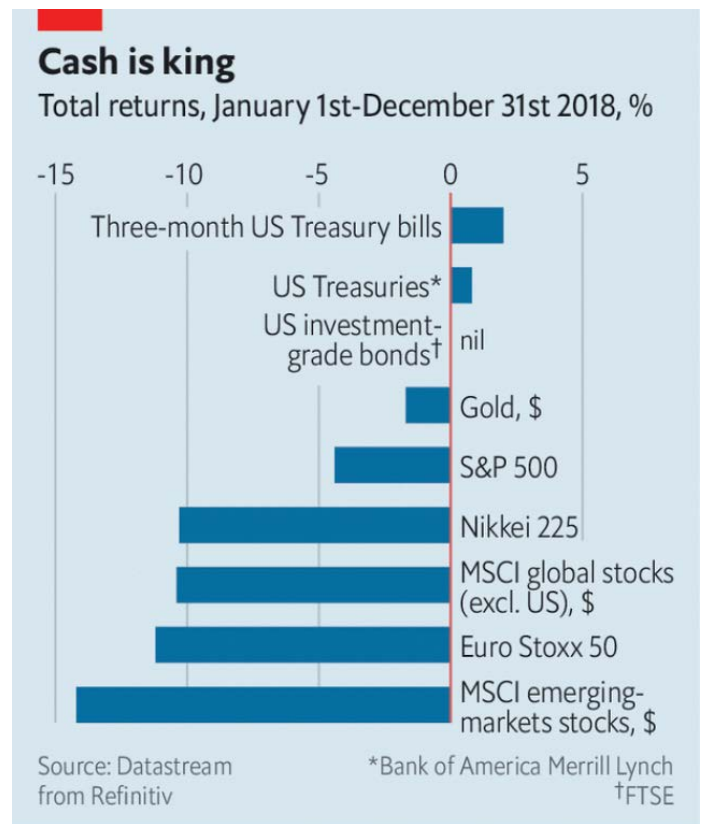


Source: Compustat, IB/E/S, and Goldman Sachs Global Investment Research.

Questa figura può fungere da "amuleto". Le previsioni di Goldman Sachs fermavano il picco della discesa del 2009 a meno di mille punti e il valore attuale più o meno al doppio. Nessun investimento non di nicchia ha fatto così bene nell'ultimo decennio. Fonte: Bloomberg modificata.

Però, attenzione, dobbiamo crederci veramente non far finta di crederci. In realtà, come suggeriva un grande filosofo del passato, Blaise Pascal, anche se all'inizio ci crediamo e non ci crediamo, quando, un poco alla volta, prendiamo l'abitudine di farci una tisana, col tempo, finiremo col crederci. Saremo assolutamente convinti che è la tisana a permetterci un sonno tranquillo e riposante. Al punto che se un giorno fossimo senza tisana avremmo paura che quella di fronte a noi sarà una notte insonne. Eppure, magari, fino a pochi anni prima, neppure ci pensavamo a prendere una tisana per dormire bene (a me è capitato proprio questo).

Si tratta insomma di un altro modo per ridurre la paura. Se il 2008 è troppo lontano, pensiamo al 2018.



The Economist

Nel 2018 tutto è calato, tranne i governativi USA a 3 mesi. Se fossimo usciti allora dalle borse avremmo forse potuto perdere il 2019, eccezionale. Fonte: Economist modificata.

E' importante la conoscenza: conoscere la causa, decidere se è proporzionata al pericolo reale, se è immaginata o reale: cfr. il confronto di Fubini con l'Asiatica del 1958 e anche:

<https://www.ilpost.it/2020/03/08/pandemie-italia-asiatica-hong-kong/>

Ora sappiamo che possiamo farlo anche modificando uno stato mentale, per esempio convincendoci che uno strumento, una medicina, una sostanza, un comportamento ci permettono di controllare un ambiente che sfugge al nostro controllo. Il meccanismo che produce questa modificazione, l'esempio più importante dell'utilizzo benefico dell'immaginazione, è quello che in psicologia si chiama "effetto placebo".

Che cosa è? Il placebo è una sostanza innocua, non è un farmaco e non ha caratteristiche terapeutiche, per esempio può essere una pillola “neutra” che contiene dello zucchero. L’effetto placebo è il miglioramento fisico e psicologico della persona che prende quella sostanza, pensando che sia un farmaco, e quindi aspettandosi che abbia effetti curativi. Grazie all’immaginazione, pensare che una sostanza abbia un effetto benefico ha di per sé un effetto benefico. Gli studi hanno infatti dimostrato che effettivamente si verificano dei cambiamenti neuropsicologici innescati da questa credenza. In questo caso, l’effetto placebo è un inganno che facciamo a noi stessi e, perché funzioni, non dobbiamo essere consapevoli di auto-ingannarci, dobbiamo cioè essere convinti che la sostanza abbia davvero un effetto curativo.

Nel caso degli amuleti e degli oroscopi, invece, sappiamo almeno in parte che ci stiamo auto-ingannando, ma è come se sospendessimo il nostro giudizio, ci autoconvinciamo che toccare quell’amuleto, avere con noi quell’oggetto che ci ha donato una persona cara o seguire le indicazioni dell’oroscopo ci proteggerà dai pericoli. L’idea che abbiamo di un oggetto diventa quindi più importante della realtà di quello stesso oggetto.

Prima che nascesse la medicina moderna, il 97% dei farmaci usati dall’umanità sono stati placebo, cioè erano dei farmaci inutili. Ma quando un santone, un mago, un curatore, dava questi farmaci inutili, talvolta anche dannosi, in realtà dava alle persone la possibilità di affrontare la paura del male. Questo dimostra la forza positiva dell’immaginazione, pensando che si tratti di un farmaco efficace, anche se non lo è, in realtà noi ci sentiamo meglio e scacciamo le nostre paure. Quindi l’effetto placebo mostra la nostra capacità di generare da noi stessi la difesa rispetto alle paure, perché è una difesa generata internamente da noi stessi.

Tale effetto e capacità della mente umana spiega anche come mai, ancora oggi, si possano ancora diffondere credenze del tutto infondate verso cure e farmaci miracolosi, che non hanno nessuna base scientifica. Tuttavia la superstizione, gli oracoli, gli oroscopi, gli effetti placebo relativi a sostanze innocue continuano a esistere nella nostra realtà e a diffondersi perché ne viene ignorato il meccanismo e quindi sembrano efficaci. Se ne non vogliamo esserne vittima, però, dobbiamo imparare il meccanismo. E se vogliamo ridurre le nostre paure, dobbiamo conoscere gli effetti positivi dell’immaginazione e usarli a nostro vantaggio.

Prof. Paolo Legrenzi

Laboratorio di Economia Sperimentale

Paolo Legrenzi (Venezia, 1942) è professore emerito di psicologia cognitiva presso l’Università Ca’ Foscari di Venezia, dove coordina il Laboratorio di Economia Sperimentale nato dalla partnership con GAM. È membro dell’Innovation Board della Fondazione Università Ca’ Foscari.

Un altro antidoto alla paura è la conoscenza. Nel mercato sempre più competitivo dell’informazione e della comunicazione, è possibile diventare vittime di paure inesistenti, ma costruite per richiamare la nostra attenzione. Non dovremmo avere quelle paure, perché sono inesistenti in quanto non corrispondono a pericoli reali. Questo può accadere anche perché, in una società complessa come quella contemporanea, le paure che proviamo non sono legate a cose che viviamo direttamente, come accadeva nel nostro lontano passato, ma derivano da eventi e situazioni che ci vengono descritti da altri. Il confronto tra l’asiatica del 1957 e il coronavirus del 2020 è illuminante.

Il vero antidoto alle paure sbagliate, e la vera guida alle paure giuste, quindi è la conoscenza dei fenomeni. Quindi cosa significa? Vuol dire, in pratica, non adeguarsi agli stereotipi e ai pregiudizi correnti in una certa cultura e usare il pensiero critico. Il pensiero critico è la capacità di mettere in dubbio le informazioni e le idee della paura che ci vengono trasmesse dagli altri, mettere alla prova e studiare la situazione che potenzialmente ci potrebbe fare paura, così da poter regolare la paura in base agli oggettivi pericoli.

E nel fare questo dobbiamo essere una guida anche per chi ci circonda, che spesso non ha le conoscenze che gli permettono di farlo. Questo capita perché bisogna avere un certo livello di conoscenza per accorgersi di essere ignoranti. Si tratta di un fenomeno noto in psicologia come effetto Dunning e Kruger, dal nome dei due psicologi che lo hanno individuato. Di conseguenza bisogna avere un certo livello di conoscenza dei pericoli in un specifico scenario per accorgersi se quell’evento è pericoloso oppure no. Potremmo pensare che sotto una certa soglia di conoscenza, in realtà, noi non avremmo alcuna paura perché i pericoli non li vedremmo. Ma nella vita odierna questo ragionamento non funziona. I racconti degli eventi e le notizie ci raggiungono ovunque, quindi il fatto di avere un livello basso di conoscenza non ci protegge dalla paura: veniamo a conoscenza di quegli eventi attraverso una rielaborazione fatta da altri, quindi inevitabilmente parziale e modificata, e questo ci espone ancora di più alla paura, proprio perché non abbiamo le “basi” per capire se dobbiamo fidarci, se quanto abbiamo sentito o letto corrisponda a verità, se quindi sia giusto o meno preoccuparsi e avere paura. Quindi cosa possiamo fare? Cercare fonti affidabili, controllare che siano ufficiali e non solo l’opinione di qualcuno, verificare che siano vere e non “fake news”, notizie false, diffidare dei toni allarmistici. E poi porci delle domande, esercitare appunto il pensiero critico, valutare in base a quello che conosciamo del mondo.

Per maggiori informazioni visitate il sito [GAM.com](https://www.gam.com)



Importanti avvertenze legali:

I dati esposti in questo documento hanno unicamente scopo informativo e non costituiscono una consulenza in materia di investimenti. Le opinioni e valutazioni contenute in questo documento possono cambiare e riflettono il punto di vista di GAM nell’attuale situazione congiunturale. Non si assume alcuna responsabilità in quanto all’esattezza e alla completezza dei dati. La performance passata non è un indicatore dell’andamento attuale o futuro.