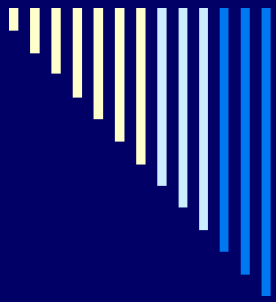


presunzione e insicurezza

- viviamo la segreta presunzione di essere superiori alla media, e in quella presunzione risiede il seme di molti errori
- l'eccessiva sicurezza riposta in sé può essere fonte di errore

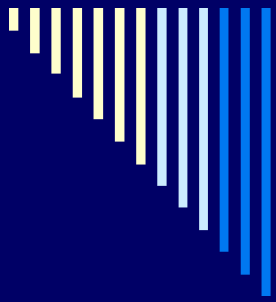
uscire dalla media?



Illusione del controllo

- l'illusione di poter esercitare un controllo sulle scelte quotidiane contrasta con l'evidenza che molte scelte appaiono condizionate da fattori e condizionamenti esterni

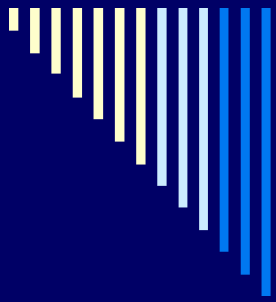
si è in grado di filtrare le informazioni?



La calibratura

- la calibratura misura la differenza tra le capacità reali e quelle percepite: se siete bravi come pensate di essere, si dirà che siete "ben calibrati"; se non siete bravi come pensate, si dirà che siete "mal calibrati"
- la maggior parte delle persone tende ad essere mal calibrata

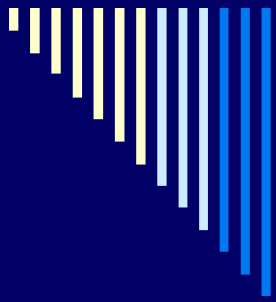
essere bravi



La calibratura

- migliorare l'attitudine a capire, comprendere quanto si è bravi; ciò migliora con il tempo, ma l'esperienza non è sufficiente
- il curriculum di molti professionisti non è così brillante come vorrebbero farci credere

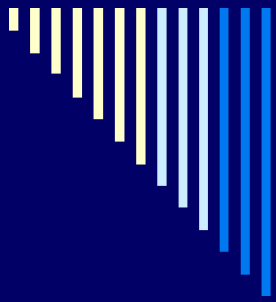
“pratica” & “competenza” non sono la stessa cosa



esercitarsi

- occorre possedere una grande biblioteca per imparare a riconoscere gli “schemi”
- è necessario riconoscere i modelli mentali secondo cui dovrebbe svolgersi una sequenza di eventi
- imparare ad individuare i problemi e la relativa risoluzione

Saper costruire una mappa cognitiva della situazione

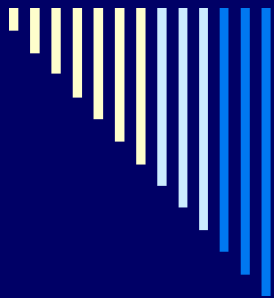


esercitarsi

- utilizzare il feedback: fornisce informazioni sulle azioni eseguite e sui risultati ottenuti

JT Hallinan, *Il metodo antierrare*
Newton Compton Editori, Roma, 2009

imparare a convivere con la complessità



Calibratura

Ferdinando Pellegrino
psichiatra, psicoterapeuta

cell. 360 524 930
info@ferdinandopellegrino.com

www.ferdinandopellegrino.com