

Comunicato stampa

Milano, 18 settembre 2018

«The Memory Experiment» un esperimento internazionale sui ricordi di viaggio

SWISS studia il segreto dei momenti indimenticabili

- Sono i dettagli personali a rendere indelebili i ricordi di viaggio.
- Determinati stimoli sensoriali accendono in noi dei «lampi di memoria» (*Flashbulb memories*) che ci fanno rivivere le vacanze.
- Condividere le esperienze rende i ricordi di viaggio ancora più vividi.

Quali esperienze si imprimono veramente nella nostra memoria? La compagnia aerea Swiss International Air Lines (SWISS) affronta questo tema nell'ambito di un esperimento internazionale, in collaborazione con il professore di neuropsicologia Lutz Jäncke.

Obiettivo: capire perché le persone ricordano meglio, con maggiore intensità e più a lungo i momenti di viaggio piuttosto che i fatti quotidiani.

Nel mese di agosto, SWISS ha invitato a Zurigo 30 persone, di età compresa tra i 18 e gli 80 anni, provenienti da sei diversi Paesi, per un esperimento sul tema dei ricordi di viaggio. Sotto la guida scientifica del neuropsicologo Prof. Dr. Lutz Jäncke, i soggetti sono stati intervistati prima individualmente e poi a coppie in merito ai rispettivi ricordi di viaggio. Per stimolare la loro memoria ci si è avvalsi di cosiddetti trigger sensoriali, ovvero di stimoli-chiave come odori, immagini e rumori – con un effetto sorprendente.

Come se fosse ieri... i ricordi dei momenti di viaggio

Dalle interviste è emerso che i soggetti ricordavano molto meglio le esperienze di viaggio piuttosto che i fatti quotidiani. Durante l'esperimento, per esempio, pochissimi partecipanti sono riusciti a dire al primo tentativo cosa avessero mangiato a cena tre giorni prima. Nessun problema, invece, quando sono stati invitati a parlare dei propri ricordi di viaggio più belli: li hanno subito raccontati nei minimi dettagli, come se fossero appena rientrati dalle vacanze. Anche se a volte gli eventi risalivano a dieci anni prima.

«I ricordi di viaggio hanno un posto straordinario nella nostra memoria», spiega il professor Lutz Jäncke. E aggiunge: «Nella vita di tutti i giorni ignoriamo una buona parte delle informazioni trasmesse dall'ambiente intorno a noi. Durante i viaggi, invece, la nostra mente è libera dal peso delle preoccupazioni quotidiane e assorbe letteralmente, con dovizia di dettagli, tutto ciò che è estraneo e nuovo. Per di più, durante le vacanze siamo spesso di ottimo umore. E le emozioni positive fanno sì che i momenti vissuti si imprimano ancora più in profondità nella memoria.»

Di nuovo in vacanza in un lampo: gli stimoli-chiave riattivano la memoria

L'esperimento ha dimostrato, inoltre, che determinati stimoli possono attivare ulteriormente la memoria. I ricordi riemergevano con intensità ancora maggiore se i partecipanti venivano esposti a cosiddetti trigger sensoriali, come l'aroma del curry, il ritmo della samba o immagini di sculture tipiche.

Questo perché un viaggio si imprime nella memoria sotto forma di mosaico multisensoriale, spiega il professor Jäncke: «Per questo motivo certi stimoli possono scatenare in noi veri e propri lampi di memoria (*flashbulb memories*) che ci riportano prontamente in vacanza.» Questa osservazione è confermata anche da un sondaggio sul tema dei ricordi di viaggio che SWISS ha affidato alla società di ricerche di mercato GfK.

È emerso che quasi il 70% degli italiani ricorda i propri viaggi attraverso le immagini, oltre il 46% ricorda maggiormente le persone incontrate e circa il 40% il cibo.

I ricordi più nitidi sono quelli condivisi

Anche condividere con altre persone quanto vissuto fa riaffiorare più intensamente i ricordi. L'esperimento di Zurigo lo ha dimostrato con una serie di interviste a coppie, in cui due soggetti con le stesse destinazioni di viaggio confrontavano le proprie esperienze guidati dalle domande degli intervistatori. I partecipanti hanno ricordato con facilità, rievocando in modo molto personale, ricco di emozioni e dettagli, anche eventi complessi o avvenuti molto tempo prima. «Quando parliamo dei nostri viaggi, ne riattiviamo e ravviviamo i ricordi, che così acquistano una posizione privilegiata nella nostra memoria», spiega il professor Jäncke.

Le scene e osservazioni più interessanti dell'esperimento sono documentate nel video «The Memory Experiment», disponibile su [swiss.com/moments](https://www.swiss.com/moments).

Qui potete vedere alcune brevi sequenze con le spiegazioni scientifiche del professor Jäncke.

«The Memory Experiment»: le principali scoperte

- Le esperienze quotidiane, molto spesso, non si imprimono nella nostra memoria. I ricordi di viaggio, invece ci accompagnano per tutta la vita. E sono quindi parte integrante della nostra personalità.
- A prescindere dall'età e dal contesto sociale e tecnologico in cui cresciamo, la nostra memoria funziona sempre nello stesso modo: i ricordi si sviluppano da dettagli personali – e proprio a partire da quei dettagli possiamo poi riportarli alla luce in tutta la loro complessità.
- Più un momento è stato ricco di emozioni e più intensamente lo ricordiamo. Questo non vuol dire che memorizziamo a lungo soltanto gli eventi ricchi di azione: anche uno stato d'animo intenso e durevole può imprimersi indelebilmente nella memoria.
- Dei nostri viaggi memorizziamo soprattutto le impressioni della natura e gli incontri con altre culture e persone. Le classiche attrazioni turistiche, invece, passano in secondo piano.
- I momenti indelebili di un viaggio non si possono fissare in una galleria fotografica. Le immagini hanno soltanto una funzione di supporto. È la memoria a selezionare, in modo del tutto individuale, i momenti più significativi per ciascuno di noi.
- La capacità di rievocarli può essere rafforzata con determinati stimoli-chiave sensoriali, che generano «lampi di memoria» (*flashbulb memories*) che ci fanno rivivere le vacanze.
- Lo scambio di esperienze riattiva e fissa i ricordi, che si ravvivano e acquistano una posizione privilegiata nella nostra memoria.

Informazioni su «The Memory Experiment»

«The Memory Experiment» è un esperimento sui ricordi condotto nell'agosto 2018 a Zurigo su 30 soggetti tra i 18 e gli 80 anni di nazionalità svizzera, tedesca, britannica, francese, italiana e statunitense. Sotto la guida scientifica del neuroscienziato Lutz Jäncke, i partecipanti sono stati intervistati prima individualmente, confrontando i loro ricordi di viaggio con quelli relativi alla vita quotidiana. In una seconda fase i soggetti sono stati esposti a cosiddetti trigger sensoriali – ovvero a diversi stimoli-chiave – per scoprire in che misura essi supportano la nostra memoria. Infine, in interviste a coppie, i soggetti con le stesse mete di viaggio sono stati indotti tramite opportune domande a confrontare i propri ricordi. Le scene e le affermazioni dei soggetti – assolutamente spontanee – sono state documentate in un filmato.

Informazioni sul professor Lutz Jäncke

Il professor Lutz Jäncke, dottore in scienze naturali, ha una cattedra di neuropsicologia presso l'istituto di psicologia dell'Università di Zurigo. Per conto di SWISS spiega la particolarità dei ricordi di viaggio e perché proprio questi siano per noi così importanti.

Informazioni su «Moments that last»

Come compagnia aerea, SWISS trasporta le persone in tutto il mondo facendo vivere ai propri viaggiatori esperienze di viaggio uniche. Con «Moments that last», SWISS vuole invitare i viaggiatori a scoprire il mondo con mente aperta, creando così ricordi di straordinarie esperienze, che restano per tutta la vita. Trovate maggiori informazioni su [swiss.com/moments](https://www.swiss.com/moments).

Informazioni su Swiss International Air Lines

Swiss International Air Lines (SWISS) è la compagnia aerea della Svizzera. Da Zurigo, serve oltre 100 destinazioni in 43 Paesi, tra cui Catania, Firenze, Milano, Olbia, Palermo, Roma, Venezia, Brindisi, Bari e Napoli. Con una flotta di 90 velivoli, SWISS trasporta ogni anno circa 17 milioni di passeggeri. Quale compagnia aerea della Svizzera, SWISS è sinonimo dei valori tradizionali di questo Paese, con la massima qualità di prodotti e servizi. Come parte del gruppo Lufthansa e membro di Star Alliance, SWISS offre ai propri passeggeri un'ampia rete di collegamenti e un pratico e veloce scalo nel crocevia di Zurigo.

Ufficio stampa Italia

ad Mirabilia

Tel. 02 02 4382 191

Email: swiss@admirabilia.it

Contatti: Isabella Foschi - Sarah Pari