**Recency illusion**

**Iluzia recenței** este un fenomen cognitiv în care oamenii tind să creadă că o anumită tendință, idee sau fenomen este recent apărut, deși acesta există de fapt de mult timp. Aceasta apare atunci când o persoană devine conștientă de ceva nou pentru ea și presupune că este nou pentru toată lumea.

**Impactul** iluziei recenței se poate manifesta în mai multe domenii ale vieții noastre cum ar fi Consum și cumpărături: Iluzia recenței poate influența alegerile noastre de consum, determinându-ne să căutăm mereu produse sau servicii noi, chiar dacă cele pe care le avem deja sunt perfect funcționale sau satisfăcătoare. Acest lucru poate duce la cheltuieli inutile și la o creștere a consumului excesiv. La fel Nevoia de a fi mereu la curent cu cele mai recente tehnologii poate fi alimentată de iluzia recenței. Acest lucru poate duce la o presiune constantă de a investi în echipamente sau gadget-uri noi, chiar dacă cele vechi sunt încă folositoare și eficiente.

Pentru a **preveni** impactul negativ al iluziei recenței, este important să adoptăm unele strategii și să fim conștienți de această tendință cognitive. Ca de exemplu: Informarea despre iluzia recenței și recunoașterea acesteia ca pe o distorsiune cognitivă pot fi primul pas în prevenirea impactului său. Învățarea despre modul în care mintea noastră poate fi influențată de astfel de fenomene ne poate ajuta să fim mai conștienți și mai vigilenți în luarea deciziilor. La fel și Verificarea informațiilor și a contextului poate fi esențială în prevenirea iluziei recenței. Înainte de a lua decizii importante sau de a adopta noi tendințe, este recomandabil să căutăm mai multe surse de informații și să ne asigurăm că avem o înțelegere clară a istoricului și a contextului fenomenului respectiv.

Bibliografie

<https://en.wikipedia.org/wiki/Recency_illusion>