

Thư viện GK Ghi chép tri thức

Được nhớ bởi đỉnh điểm và kết thúc: Quy luật đỉnh–kết (Peak-End Rule)

Địa chỉ bài viết

<https://www.gklibrarykor.com/vi/article/9960/>

Xem trước bố cục PDF - chỉ có đoạn trích

Khi trở về sau một chuyến đi và nhớ lại khoảng thời gian ấy, lạ thay, không phải ngày nào cũng hiện lên rõ ràng như nhau. Khoảnh khắc nín thở trước hoàng hôn và cảm giác trên đường ra sân bay vào ngày cuối cùng đặc biệt rõ nét, còn những giờ dài lác đường hay xếp hàng thì mờ nhạt. Và người ta thường chỉ dựa vào vài cảnh ấy để đánh giá đó là “một chuyến đi tuyệt vời” hay “chẳng ra sao”. Nói đơn giản, quy luật đỉnh–kết là ‘xu hướng khi nhớ lại và đánh giá một trải nghiệm, con người không dựa vào tổng hay trung bình của toàn bộ, mà phán đoán chủ yếu dựa vào khoảnh khắc cảm xúc mạnh nhất (đỉnh) và