

УДК 159.9
ББК 88
А81

Переводчик П. Миронов

Ариели Д.

А81 Позитивная иррациональность: Как извлекать выгоду из своих нелогичных поступков / Дэн Ариели ; Пер. с англ. — М. : Альпина Паблишер, 2019. — 312 с.

ISBN 978-5-9614-2075-3

Эта книга — захватывающее исследование Дэна Ариели, ведущего эксперта в области поведенческой экономики и автора бестселлера «Предсказуемая иррациональность», о неожиданной пользе нелогичных поступков на работе и в личной жизни. Почему высокие бонусы не мотивируют и что на самом деле заставляет нас хорошо работать? Почему мы склонны переоценивать то, что делаем? Как мы адаптируемся к новым условиям и привыкаем к отдельным вещам? Почему нам так важно отомстить обидчику во что бы то ни стало? Какие методы поиска партнера через интернет работают? Эта книга для тех, кто хочет узнать больше о скрытых силах, определяющих наше поведение, и научиться принимать лучшие решения.

УДК 159.9
ББК 88

This edition published by arrangement with
Levine Greenberg Rostan Literary Agency
and Synopsis Literary Agency

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу mylib@alpina.ru.

ISBN 978-5-9614-2075-3 (рус.)
ISBN 978-0-06-199503-3 (англ.)

© Dan Ariely, 2010
© Издание на русском языке,
перевод, оформление.
ООО «Альпина Паблишер», 2019

Содержание

ВВЕДЕНИЕ

Уроки промедления и побочные медицинские эффекты

Гепатит и склонность к промедлению...

Кино как лекарство...

Необходимые действия и поведенческая экономика...

Излишний вес и опасность новых технологий...

Как учитывать влияние иррациональности

9

Часть I

НЕОЖИДАННЫЕ СПОСОБЫ, КОТОРЫМИ МЫ ОТВЕРГАЕМ ЛОГИКУ НА РАБОТЕ

ГЛАВА 1

Платить больше за меньшее: Почему бессильны большие бонусы

*О мышцах и людях или как высокие ставки влияют
на поведение грызунов и банкиров...*

Измеряем влияние больших бонусов на жителей Индии...

Боязнь потери: почему бонусы на самом деле не стимулируют...

Деятельность в условиях стресса:

так ли хороши лучшие баскетболисты NBA?..

Боязнь публичных выступлений

и социальная сторона высоких ставок...

*Как размер компенсации может служить
в интересах общества*

25

ГЛАВА 2

Смысл труда: Как конструктор Lego может научить получать удовольствие от жизни

*Вы — то, чем вы занимаетесь: личность и работа...
Боль от напрасной работы... Уроки от попугая и нескольких
голодных крыс... Поиск смысла во время игры Lego...
Как вернуть смысл работе*

59

ГЛАВА 3

Эффект IKEA:

Почему мы склонны переоценивать то, что делаем

*Как IKEA помогает нам гордиться собой... Уроки готовки:
просто добавить воды или создать яблочный пирог из ничего?..
За сколько денег вы соберете 1000 журавликов-оригами...
Все ли можно (и нужно) кастомизировать...
Почему мы меньше ценим сделанное другими...
Чем полезны для нас собственные усилия*

87

ГЛАВА 4

Предубеждение против чужих идей:

Почему «мои» лучше «твоих»

*Что говорил Марк Твен о человеческой глупости...
«Что бы ты ни сделал, я сделаю это лучше»:
почему мы предпочитаем свои собственные идеи...
Теория зубной щетки...
Чему мы можем научиться на ошибке Эдисона*

111

ГЛАВА 5

Поговорим о мести:

Что заставляет нас искать справедливости?

*Удовольствие от мести... Спасать или наказывать банкиров?...
Как я хотел наказать компанию Audi... Этикет мести...
Почему компаниям нужно бояться активных и недовольных клиентов...
Когда месть нужна, а когда нет... Как правильно извиняться*

127

Часть II
Неожиданные способы,
которыми мы отвергаем логику в личной жизни

ГЛАВА 6

Адаптация:

**Почему мы привыкаем к вещам,
но не ко всем и не всегда**

Лягушки: свариться заживо или спастись?...

Адаптация к визуальным подсказкам и болевому порогу...

Гедоническая адаптация: дома, супруги и многое другое...

Почему гедонизм заставляет нас покупать больше и больше...

Когда адаптация полезна, а когда нет...

Заставляем адаптацию работать в наших интересах

161

ГЛАВА 7

Hot or Not?

**Адаптация, ассортативное скрещивание
и индустрия красоты**

Моя личная адаптация...

Что делать, когда дух не в ладах с телом...

Стили выстраивания отношений:

адаптироваться или менять приоритеты?..

*Давайте спросим в интернете: сайты знакомств
и критерии привлекательности...*

Как я встретил вашу маму

193

ГЛАВА 8

**Когда рынок терпит поражение:
Пример онлайн-свиданий**

Функция свахи...

Главные проблемы рынка одиноких (если вы не в курсе)...

Что истинно — человек или его фотография...

Вопиющий пример неудачи при свидании...

Как сайты знакомств искажают наше восприятие...

Идеи для улучшения ситуации

213

ГЛАВА 9

Сопереживание и эмоции:

Почему мы помогаем одному и не помогаем многим

*Малышка Джессика или геноцид в Руанде...
Личная трагедия и статистика...
Как формируется сострадание к жертве...
Уроки вовлечения от American Cancer Society...
Рационализм и готовность жертвовать...
Как преодолеть нашу неспособность противостоять
масштабным проблемам*

235

ГЛАВА 10

Долгосрочные эффекты краткосрочных эмоций:

Почему не стоит ничего делать в плохом настроении

*Не стой на пути, или как я нагрубил своему коллеге...
Темная сторона импульсов... Решение под влиянием эмоций...
Важность «незначительных» эмоций...
Что может сказать о вашей семейной жизни
путешествие на каноэ*

255

ГЛАВА 11

Уроки нашей иррациональности:

Зачем нужен тест

*Жизненно важное решение — рука или протез...
Эксперименты библейского героя Гедона...
Что могут рассказать о мудрости пиваки...
Уроки, которые мы (надеюсь!) извлекли*

277

Благодарности 291

Список соавторов 293

Примечания 299

Библиография и дополнительные источники 301