

فهرست مطالب

۹	مقدمه دکتر محمدتقی عیسایی
۱۳	قدردانی
۱۵	مقدمه
۱۵	کافه تریا
۱۹	پدرسالاری آزادی خواهانه
۲۱	انسان و انسان اقتصادی: چرا تلنگر می تواند مفید واقع شود؟
۲۵	یک فرض غلط و دو سو برداشت درباره تلنگرها
۲۸	معماری انتخاب در دنیای واقعی
۳۱	یک مسیر جدید در سیاست گذاری دولتی

بخش ۱

۳۳	انسان و انسان اقتصادی
۳۵	فصل ۱ سوگیری ها و اشتباهات
۳۸	ما چطور فکر می کنیم: سیستم دوگانه تفکر
۴۲	قواعد سرانگشتی
۵۳	خوش بینی و اعتماد به نفس بیش از حد
۵۵	تأثیرات سود و زیان در تصمیم گیری
۵۷	سوگیری تمایل به حفظ وضع موجود
۵۹	صورت بندی مسئله و تأثیر آن بر تصمیم گیری
۶۱	خب که چه؟
۶۳	فصل ۲ مقاومت در برابر وسوسه

۸ ■ تلنگر

۶۳ وسوسه
۶۶ انتخاب بی فکر
۶۸ راهبردهای خویشتن داری
۷۵ حسابداری ذهنی
۸۱ فصل ۳ هم رنگ جماعت شدن
۸۴ هم رنگ جماعت شدن (پیروی کردن از دیگران)
۹۱ اثر در کانون توجه دیگران بودن
۹۲ تغییر فرهنگی، تغییر سیاسی، و عدم پیش بینی
۹۷ تلنگرهای اجتماعی در نقش معماری انتخاب
۱۰۲ بسترسازی
۱۰۷ فصل ۴ چه زمان به تلنگر نیاز داریم؟
۱۰۷ تأثیر گزینه های بی شمار بر تصمیم گیری
۱۱۳ بازار: یک محیط با عوامل متعدد اثرگذار بر تصمیم گیری
۱۱۹ فصل ۵ معماری انتخاب
۱۲۲ پیش فرض: تسطیح مسیر با کمترین حد مقاومت
۱۲۶ توقع خطا از انسان
۱۳۱ ارائه بازخورد
۱۳۳ درک نگاهت ها: از انتخاب تا رفاه
۱۳۶ ساختاردهی انتخاب های پیچیده
۱۴۰ مشوق ها
بخش ۲	
۱۴۵ پول
۱۴۷ فصل ۶ برنامه پس انداز فردا بیشتر پس انداز کن
۱۵۱ آیا مردم به اندازه کافی پس انداز می کنند؟
۱۵۲ تصمیم برای ثبت نام در برنامه بازنشستگی: تلنگر مردم به پیوستن به

فهرست مطالب ■ ۹

برنامه	۱۵۲
خودکارسازی پس اندازها	۱۵۴
انتخاب اجباری و سادگی بیشتر	۱۵۵
انتخاب نرخ‌های مشارکت	۱۵۶
آموزش	۱۵۸
برنامه فردا بیشتر پس انداز کن	۱۵۹
نقش حکومت	۱۶۲
فصل ۷ سرمایه‌گذاری ساده‌لوحانه	۱۶۷
سهام و اوراق قرضه	۱۶۹
پول‌های تان را می‌شمارید در حالی که پشت میز نشست‌اید	۱۷۰
زمان‌بندی بازار: خرید گران، فروش ارزان	۱۷۲
قواعد سرانگشتی	۱۷۳
خرید سهام شرکتی که در آن کار می‌کنید	۱۷۷
تلنگرها	۱۸۱
فصل ۸ بازارهای اعتباری	۱۸۷
وام‌های مسکن	۱۸۷
وام دانشجویی	۱۹۵
کارت‌های اعتباری	۲۰۰
فصل ۹ خصوصی‌سازی تأمین اجتماعی: روش میز غذاهای متنوع	۲۰۵
طراحی برنامه خصوصی‌سازی نظام تأمین اجتماعی سوئد	۲۰۵
صندوق پیش‌فرض	۲۰۷
آیا انتخاب‌گران فعال انتخاب‌های بهتری کردند؟	۲۱۰
تبلیغات	۲۱۶
اقدامات بد در غیاب تلنگر	۲۱۸

۱۰ ■ تلنگر

۲۲۱	سلامت.....
۲۲۳	فصل ۱۰ قانون داروهای تجویزی: بخش (د)، قانونی دلهره‌آور.....
۲۲۵	طراحی بخش (د) بیمه سلامت اجتماعی.....
۲۲۷	سردرگمی در انتظار شفاف‌سازی.....
۲۳۱	برنامه‌های پیش‌فرض تصادفی برای آسیب‌پذیرترین اقشار.....
۲۳۵	برنامه‌ای غیر کاربرپسند.....
۲۳۷	آیا انتخاب‌کنندگان انتخاب‌های خوبی کردند؟ نه همیشه.....
۲۳۸	تلنگرهای ممکن.....
۲۴۵	فصل ۱۱ چگونه می‌شود اهدای عضو را افزایش داد؟.....
۲۴۶	رضایت صریح و روشن.....
۲۴۷	پیوند اجباری.....
۲۴۸	رضایت مفروض.....
۲۵۰	چند ابهام.....
۲۵۱	انتخاب اجباری.....
۲۵۲	هنجارها.....
۲۵۵	فصل ۱۲ نجات زمین.....
۲۵۸	مشوق‌های بهتر.....
۲۶۲	بازخورد و اطلاعات.....
۲۶۸	تلنگرهای محیط‌زیستی بلندپروازانه.....
بخش ۴	
۲۷۳	آزادی.....
۲۷۵	فصل ۱۳ بهبود انتخاب مدرسه.....
۲۷۷	انتخاب‌های پیچیده و میانبرهای ذهنی.....
۲۸۰	تضاد و تطابق مشوق‌ها.....
۲۸۳	تلنگر دبیرستانی‌ها به سوی دانشگاه.....

فهرست مطالب ■ ۱۱

۲۸۵	فصل ۱۴ آیا باید بیماران را مجبور به خرید بلیط بخت‌آزمایی کرد؟
۲۹۵	فصل ۱۵ خصوصی‌سازی ازدواج.....
۲۹۶	ازدواج چیست؟.....
۲۹۹	کنترل دولتی ازدواج بی‌مورد است.....
۳۰۱	آیا ازدواج رسمی مفید است؟.....
۳۰۴	تلنگر زدن به زوجین.....

بخش ۵

۳۰۹	گستره تلنگر و انتقادات.....
۳۱۱	فصل ۱۶ یک زوجین تلنگر.....
۳۲۱	فصل ۱۷ اعتراضات.....
۳۲۱	شیب لغزان.....
۳۲۴	تلنگرهای شیطانی و تلنگرهای بد.....
۳۲۷	حق اشتباه کردن.....
۳۲۸	مجازات، توزیع مجدد و انتخاب.....
۳۳۰	محدوده تلنگر و اصل تبلیغ.....
۳۳۳	بی‌طرفی.....
۳۳۶	چرا توقف در پدرسالاری آزادی‌خواهانه؟.....
۳۴۱	فصل ۱۸ راه سوم واقعی.....
۳۴۵	یادداشت‌ها.....