

سقلمه

بهبود تصمیمات درباره‌ی تندرستی،
ثروت و خوشبختی



سازمان اسناد و کتابخانه ملی
جمهوری اسلامی ایران

www.ketab.ir

سرشناسه : ————— تالر، ریچارد اچ.، ۱۹۶۵ - م.

Thaler, Richard H. —————

عنوان و نام پدیدآور: ————— سقلمه: بهبود تصمیمات درباره‌ی تندرستی، ثروت و خوشبختی/ ریچارد تالر، کاس آرسانستین؛ مترجم معصومه عامری.

مشخصات نشر: ————— تهران: نشر مات، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ————— ۷۰ ص.

شابک: ————— 978-622-6594-62-2

وضعیت فهرست نویسی: ————— فیپا

یادداشت: ————— عنوان اصلی: Nudge Improving decisions about health, wealth, and happiness, 2009.

موضوع: ————— اقتصاد -- جنبه های روانشناسی

موضوع: ————— Economics -- Psychological aspects

موضوع: ————— انتخاب (روانشناسی) -- جنبه های اقتصادی

موضوع: ————— Choice (Psychology) -- Economic aspects

موضوع: ————— تصمیم گیری -- جنبه های روانشناسی

موضوع: ————— Decision making -- Psychological aspects

موضوع: ————— مصرف کنندگان -- رفتار

موضوع: ————— Consumer behavior

شناسه افزوده: ————— عامری، معصومه، ۱۳۴۸ - مترجم

رده بندی کنگره: ————— ۷۴۱HB

رده بندی دیویی: ————— ۰۱۹/۳۳۰

شماره کتابشناسی ملی: ————— ۷۵۸۸۲۵۰

نام کتاب:	سقلمه
مؤلف:	ریچارد تیلر ، کاس آرسانستین
بررسی، گزینش و خلاصه‌نگاری:	تحریریه انتشارات مات
مترجم:	معصومه عامری
ویراستار:	مونا اصفهانی
طراح جلد:	آتلیه انتشارات مات
چاپ و هجالی:	چاپ نقطه
چاپ/شمارگان:	اول / ۱۴۰۰ / ۵۰۰ نسخه
شابک:	۹۷۸-۶۲۲-۶۵۹۲-۶۱-۱



هرگونه کپی‌برداری، برداشت و اقتباس از تمام یا قسمتی از این اثر، منوط به اجازه کتبی ناشر می‌باشد.

کلیه حقوق این اثر برای نشر مات محفوظ است.

ارتباط با نشر مات: ۶۶۹۷۳۸۴۹ - ۰۲۱

www.NashreMaat.ir - @NashreMaat

آدرس: تهران، خیابان انقلاب، خیابان فخررازی،
بن بست فاتحی داریان، پلاک ۱۰، طبقه اول

قیمت: ۱۵۰۰۰ تومان

پیشگفتار

اگر شما هم مثل ما باور دارید وقت طلاست و همچنان مانند ما عاشق کتاب و مطالعه هستید، ولی فرصت نمی‌کنید تمام کتاب‌هایی را بخوانید که دوست دارید، کتاب‌های مینی‌بوک را به شما پیشنهاد می‌کنیم.

ما در مجموعه مینی‌بوک با حضور تعدادی متخصص و عشق کتاب، دور هم جمع شده‌ایم تا کتاب‌ها را به صورتی خلاصه کنیم که چند اتفاق جذاب و مفید در کنار آن بیفتد:

اول اینکه زمان بسیار کمی برای مطالعه کتاب‌های مینی‌بوک صرف خواهید کرد.

و دیگر اینکه به دلیل نوع تقسیم‌بندی و خلاصه کردن کتاب، لذت مطالعه برای تان چند برابر خواهد شد.

نکته‌ای که برای اهالی مینی‌بوک اهمیت دارد و دغدغه‌ای جدی برای آن‌ها به شمار می‌آید، چگونگی خلاصه کردن کتاب‌هاست تا هیچ نکته مهم و اساسی از کتاب مرجع جا نمانده باشد.

از دیگر فوایدی که با کتاب‌های مینی‌بوکی ارتباط دارد، صرفه‌جویی در مصرف کاغذ، پرداخت هزینه کمتر، دعوت به مطالعه بیشتر و... است.

اهالی مینی‌بوک بر آن هستند تا شما را در انتخاب کتاب‌های مورد نظر خودتان در حوزه‌های مدیریت، روان‌شناسی و... کمک کنند و در عین حال حواس‌شان به سرعت و کمبود زمان نیز باشد تا خیلی خیلی سریع به نتیجه مطلوب برسید.

فهرست

مقدمه	۹
بخش ۱: حساسگرها و انسان‌ها	۱۷
بخش ۲: پول	۴۳
بخش ۳: سلامت	۴۹
بخش ۴: آزادی	۵۵
بخش ۵: تعمیم‌دهی و اعتراضات	۶۱
سوالات ساده در مورد کتاب	۶۷