

# تلنگر

ریپارچ. ٹیلرو کاس آر. سانسٹاین  
مترجم: مرتضیٰ رستمی



۱۳۹۷

سرشناسه: تالر، ریچارد اچ، ۱۹۴۵ - Thaler, Richard H. م.  
عنوان و نام پدیدآور: تلنگر/ ریچارد اچ، تیلر، کاس آر، سانستاین؛ مترجم: مرتضی رستمی.  
مشخصات نشر: تهران: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی، ۱۳۹۷.  
مشخصات ظاهری: دوازده، ۴۱۴ ص.  
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۴۳۶-۶۵۹-۵

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Nudge: Improving Decisions About Health, Wealth, and Happiness, 2009.  
یادداشت: کتاب حاضر نخستین بار تحت عنوان «سقله» به‌یود تصمیمات درباره تندرستی، ثروت و خوشبختی و نیز «تلنگر» به‌یود تصمیم‌گیری‌ها برای بهداشت، ثروت و رضایت ترجمه و منتشر شده است.  
عنوان دیگر: سقله، به‌یود تصمیمات درباره تندرستی، ثروت و خوشبختی.  
عنوان دیگر: تلنگر: به‌یود تصمیم‌گیری‌ها برای بهداشت، ثروت و رضایت.  
موضوع: اقتصاد -- جنبه‌های روان‌شناسی Economics -- Psychological Aspects  
موضوع: انتخاب (روان‌شناسی) -- جنبه‌های بهداشتی Choice (Psychology) -- Health Aspects  
موضوع: تصمیم‌گیری -- جنبه‌های روان‌شناسی Decision Making -- Psychological Aspects  
موضوع: مصرف‌کنندگان -- رفتار Consumer behavior  
شناسه افزوده: سانستاین، کاس آر، ۱۹۵۴ - Sunstein, Cass R. م.  
شناسه افزوده: مرتضی رستمی، ۱۳۴۲ - مترجم  
اسم افزوده: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی Elmi - Farhangi Publishing Co.  
رده‌بندی کنگره: الف ۱۳۹۷ ۷۴/۹  
رده‌بندی دیویی: ۳۳۰/۰۱۹  
شماره کتابشناسی ملی: ۵۲۹۴۸۸۱

## تلنگر

نویسندگان: ریچارد اچ. تیلر و کاس آر. سانستاین

مترجم: مرتضی رستمی

چاپ نخست: ۱۳۹۷

شمارگان: ۱۰ نسخه

حروفچینی: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: شرکت چاپ و نشر علمی و فرهنگی کتیبه

حق چاپ محفوظ است.



انتشارات  
علمی و فرهنگی

اداره مرکزی و مرکز پخش: خیابان نلسون ماندلا (افریقا)، چهارراه حسنی (چهار کودک)، کوچه کمان، پلاک ۲۵؛ کدپستی: ۱۵۱۸۷۳۶۳۱۳؛ صندوق پستی: ۹۶۴۷-۱۵۸۷۵؛ تلفن: ۸۸۷۷۴۵۶۹-۷۰؛ فکس: ۸۸۷۷۴۵۴۴-۴۵

فکس: ۸۸۷۷۴۵۷۲؛ تلفن: ۲۹-۸۸۶۶۵۷۲۸؛ تلفکس: ۸۸۷۷۴۵۴۴-۴۵  
آدرس اینترنتی: [www.elmifarhangi.ir](http://www.elmifarhangi.ir) info@elmifarhangi.ir

وبسایت فروش آنلاین: [www.farhangishop.com](http://www.farhangishop.com)

فروشگاه مرکزی (پرنده آبی): خیابان نلسون ماندلا (افریقا)، بین بلوار گلشهر و ناهید، کوچه گلفام، پلاک ۷۲؛ تلفن: ۲۲۰۲۴۱۴۰-۳

فروشگاه یک: خیابان انقلاب، روبه‌روی در اصلی دانشگاه تهران؛ تلفن: ۱۶-۶۶۹۶۳۸۱۵ و ۶۶۴۰۰۷۸۶  
فروشگاه دو: میدان هفت‌تیر، خیابان کریمخان زند، بین قائم مقام فراهانی و خردمند، پلاک ۱۳؛ تلفن: ۸۸۳۴۳۸۰۶-۷

فروشگاه سه: خیابان کارگر شمالی، روبه‌روی پارک لاله، نیش کوچه ستاره، نمایشگاه و فروشگاه محصولات فرهنگی سازمان تأمین اجتماعی، پلاک ۱

## فهرست مطالب

|                                                           |       |
|-----------------------------------------------------------|-------|
| سپاسگزاری.....                                            | یازده |
| مقدمه.....                                                | ۱     |
| رستوران سلف سرویس.....                                    | ۱     |
| پدر مآبی لیبر تاربان.....                                 | ۶     |
| انسان‌ها و اکون‌ها: چرا تلنگرها می‌توانند مؤثر باشند..... | ۹     |
| یک فرض نادرست و دو تصور غلط.....                          | ۱۳    |
| معماری انتخاب در عمل.....                                 | ۱۷    |
| مسیری نوین.....                                           | ۲۰    |

## بخش اول: انسان‌ها و اکون‌ها

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| فصل اول: سوگیری‌ها و خطاها.....     | ۲۵ |
| ما چگونه فکر می‌کنیم: دو سیستم..... | ۲۸ |
| قواعد سرانگشتی.....                 | ۳۲ |
| خوش بینی و اطمینان بیش از حد.....   | ۴۶ |
| سودها و زیان‌ها.....                | ۴۹ |
| خطای تمایل به وضعیت موجود.....      | ۵۰ |
| صورت‌بندی.....                      | ۵۳ |

|     |                                                            |
|-----|------------------------------------------------------------|
| ۵۵  | خب، که چه؟                                                 |
| ۵۹  | فصل دوم: مقاومت در برابر وسوسه                             |
| ۵۹  | وسوسه                                                      |
| ۶۳  | انتخاب نیندیشیده                                           |
| ۶۵  | استراتژی‌های کنترل خود                                     |
| ۷۳  | حسابداری ذهنی                                              |
| ۷۹  | عمل سوم: هم‌رنگی با جماعت                                  |
| ۸۳  | انجام دادن آنچه دیگران انجام می‌دهند                       |
| ۹۱  | نور او کی                                                  |
| ۹۲  | تغییرات فرهنگی، تغییرات سیاسی و پیش‌بینی ناپذیری           |
| ۹۷  | تلنگرها، اجتماعات به مثابه معماری انتخاب                   |
| ۱۰۳ | پیش‌زمینه‌سازی                                             |
| ۱۰۷ | فصل چهارم: چه هنگام، یک یا اگر نیاز داریم؟                 |
| ۱۰۸ | انتخاب‌های دشوار                                           |
| ۱۱۴ | بازارها: ایده‌ای ترکیبی                                    |
| ۱۲۱ | فصل پنجم: معماری انتخاب                                    |
| ۱۲۵ | گزینه‌های پیش‌فرض: پایه‌گذاری مسیری با کمترین مقاومت       |
| ۱۳۰ | خطاهای مورد انتظار                                         |
| ۱۳۵ | ارائه بازخورد                                              |
| ۱۳۷ | درک مفهوم «نقشه‌نگاری»: از مرحله انتخاب تا مرحله برخورداری |
| ۱۴۰ | پی‌ریزی انتخاب‌های پیچیده                                  |
| ۱۴۶ | انگیزه‌ها                                                  |

## بخش دوم: پول

|     |                                           |
|-----|-------------------------------------------|
| ۱۵۵ | فصل ششم: فردا بیشتر پس‌انداز کن           |
| ۱۶۰ | آیا مردم به اندازه کافی پس‌انداز می‌کنند؟ |

|     |                                                                           |
|-----|---------------------------------------------------------------------------|
| ۱۶۲ | تصمیم به نام‌نویسی: هل دادن افراد به سمت پیوستن به طرح‌ها.....            |
| ۱۶۴ | خودکارسازی پس‌اندازها.....                                                |
| ۱۶۶ | انتخاب اجباری و ساده‌سازی بیشتر.....                                      |
| ۱۶۷ | انتخاب نرخ پس‌انداز در طرح.....                                           |
| ۱۶۹ | آموزش.....                                                                |
| ۱۷۰ | فردا بیشتر پس‌انداز کن.....                                               |
| ۱۷۵ | نقش دولت.....                                                             |
| ۱۷۹ | فصل ششم: سرمایه‌گذاری خام‌دستانه.....                                     |
| ۱۸۱ | سهام و اوراق قرضه.....                                                    |
| ۱۸۳ | شمرده پول‌ها و می‌کشی که پشت میز نشسته‌ایم و بازی هنوز تمام نشده است..... |
| ۱۸۴ | زمان‌بندی بازار: گاو، خر، ارزان بفروش.....                                |
| ۱۸۶ | قوانین سرانگه و.....                                                      |
| ۱۹۱ | سهام شرکت.....                                                            |
| ۱۹۶ | تلنگرها.....                                                              |
| ۲۰۱ | فصل هشتم: بازارهای اعتبار.....                                            |
| ۲۰۲ | وام مسکن.....                                                             |
| ۲۱۱ | وام‌های دانشجویی.....                                                     |
| ۲۱۶ | کارت‌های اعتباری.....                                                     |
| ۲۲۱ | فصل نهم: خصوصی‌سازی تأمین اجتماعی: سبک رستوران‌های آب و سر ویس.....       |
| ۲۲۲ | طراحی الگوی خصوصی‌سازی سوئدی.....                                         |
| ۲۲۳ | صندوق پیش‌فرض.....                                                        |
| ۲۲۴ | آیا انتخاب کنندگان فعال انتخاب‌های خوبی داشتند؟.....                      |
| ۲۳۳ | تبلیغات.....                                                              |
| ۲۳۵ | عملکرد (بد) در غیاب تلنگرها.....                                          |

## بخش سوم: سلامت

|     |                                      |
|-----|--------------------------------------|
| ۲۴۳ | فصل دهم: داروهای تجویزی: Part D..... |
|-----|--------------------------------------|

|     |                                                    |
|-----|----------------------------------------------------|
| ۲۴۵ | طراحی برنامه Part D                                |
| ۲۴۸ | سردرگمی در انتظار شفافیت                           |
| ۲۵۲ | طرح‌های پیش فرض تصادفی برای آسیب‌پذیرترین گروه‌ها  |
| ۲۵۶ | چیزی نه چندان کاربرپسند                            |
| ۲۵۹ | آیا انتخاب‌کنندگان انتخاب‌های خوبی کردند؟ نه همیشه |
| ۲۶۰ | تلنگرهای ممکن                                      |

|     |                                            |
|-----|--------------------------------------------|
| ۲۶۷ | فصل یازدهم: چگونه اهدای عضو را افزایش دهیم |
| ۲۶۹ | اعلام رضایت صریح                           |
| ۲۶۹ | عضو داری روتین                             |
| ۲۷۰ | رضایت از روض                               |
| ۲۷۳ | بخش پیچیده‌ها                              |
| ۲۷۴ | انتخاب ستوری                               |
| ۲۷۵ | نرم‌ها                                     |

|     |                                  |
|-----|----------------------------------|
| ۲۷۹ | فصل دوازدهم: محافظت از سید       |
| ۲۸۳ | انگیزه‌های بهتر                  |
| ۲۸۷ | بازخورد و اطلاعات                |
| ۲۹۴ | تلنگرهای زیست‌محیطی بلندپروازانه |

### بخش چهارم: آزادی

|     |                                           |
|-----|-------------------------------------------|
| ۳۰۳ | فصل سیزدهم: بهبود انتخاب مدرسه            |
| ۳۰۵ | انتخاب‌های پیچیده و میانبرهای ذهنی        |
| ۳۰۷ | همسویی و تعارض انگیزه                     |
| ۳۱۲ | هل دادن دانش‌آموزان دبیرستانی به سمت کالج |

|     |                                                                        |
|-----|------------------------------------------------------------------------|
| ۳۱۵ | فصل چهاردهم: آیا بیماران باید وادار شوند که بلیت‌های بخت‌آزمایی بخرند؟ |
|-----|------------------------------------------------------------------------|

|     |                                |
|-----|--------------------------------|
| ۳۲۷ | فصل پانزدهم: خصوصی‌سازی ازدواج |
| ۳۲۹ | ازدواج چیست؟                   |

|     |                                   |
|-----|-----------------------------------|
| ۳۳۱ | بدون پروانه های دولتی             |
| ۳۳۲ | ناهنجاری زمانی کنترل دولتی ازدواج |
| ۳۳۵ | آیا ازدواج رسمی سودمند است؟       |
| ۳۳۸ | هل دادن زوجین                     |

## بخش پنجم: توضیحات تکمیلی و مخالفت ها

|     |                                          |
|-----|------------------------------------------|
| ۳۴۵ | فصل شانزدهم: یک دوجین تلنگر              |
| ۳۵۷ | فصل هفدهم: مخالفت ها                     |
| ۳۵۷ | شیب مزنده                                |
| ۳۶۱ | تلنگر ران بیست و سه گره های بد           |
| ۳۶۴ | حق اشتباه کردن                           |
| ۳۶۴ | در باب اجبار، توریع مجاز و انتخاب        |
| ۳۶۷ | ترسیم حدود و اصل عینی سار                |
| ۳۷۱ | بی طرفی                                  |
| ۳۷۴ | چرا باید در پدر مآبی لیبرتاریان متوقف شد |
| ۳۷۹ | فصل هجدهم: راه سوم حقیقی                 |
| ۳۸۳ | یادداشت ها                               |
| ۳۹۵ | کتابنامه                                 |

## مقدمه

### رستوران سه‌سده وید

یکی از دوستان شما با نام کارولین: مدیر رستوران‌های سلف‌سرویس مدارس یک شهر بزرگ است و مسئولیت رستوران‌های صدها مدرسه بر دوش اوست، رستوران‌هایی که بیش از صدها هزار کودک هر روز در آن‌ها غذا می‌خورند. کارولین دارای تحصیلات رسمی در حوزه تغذیه است (کارشناسی ارشد از دانشگاه ایالتی). تیپ شخصیتی‌اش از نوع خلاق است، کسی که دوست دارد به موضوعات به شیوه‌هایی غیر معمول بیندیشد.

یک روز عصر کارولین و دوستش آدام، که کارش ارائه مشاوره آماری به مدیران است و در کارنامه خود سابقه همکاری با سرپرست رستوران‌های زنجیره‌ای را دارد، مشغول صرف یک بطری شراب ناب‌اند که آن‌ها ایده جالبی به ذهنشان خطور می‌کند: شاید بتوانیم آزمایشی را در مدارس ترتیب دهیم تا ببینیم آیا تغییر ترتیب درج نام غذاها در منوی غذا می‌تواند بر انتخاب این غذاها توسط کودکان تأثیر بگذارد یا خیر (البته بدون تغییر دادن اقلام صورت غذا و صرفاً با تغییر نحوه چینش اسامی غذاها).

کارولین به شماری از مسئولان رستوران‌ها دستورالعملی خاص را برای نحوه چینش غذاها در منوهایشان ابلاغ می‌کند. در برخی مدارس دسرهای در

ابتدای منو قرار داده می‌شوند و در برخی دیگر دسرها در انتها قرار می‌گیرند، در باقی رستوران‌ها نیز در نقاط مختلف منو. جای اقلام غذایی مختلف از یک مدرسه به مدرسه دیگر تغییر می‌کند؛ در برخی مدارس سیب زمینی سرخ کرده در دیدرس مستقیم قرار می‌گیرد و در باقی مدارس اسنک میله‌ای هویج<sup>۱</sup>.

آدام، با توجه به تجربیاتی که در طراحی چیش اجناس در سوپرمارکت‌ها داشت، انتظار نتایج چشمگیری را می‌کشید. حق با او بود. کارولین توانست فقط با تغییر نحوه چیش اسامی غذاها در منو، مصرف بسیاری از اقلام غذایی نا حدود ۲۵ درصد افزایش یا کاهش دهد و بدین ترتیب درسی بزرگ بیاموزد: تغییری کوچک در شرایط می‌تواند کودکان مدرسه‌ای را، درست مانند بزرگسالان، به شدت تحت تأثیر قرار دهد. حال، این تأثیر می‌تواند در راستای رشد و بالندگی یا بدتر شدن به کار گرفته شود. برای مثال، کارولین واقف است که می‌تواند با استفاده از این دانش، مصرف مواد سالم را افزایش دهد و از مصرف مواد غذایی غیر سالم بکاهد.

با عنایت به دسترسی به مدارس، مدرسه و به کارگیری یک تیم از دانشجویان فارغ التحصیل داوطلب گروهی و تحلیل داده‌ها، کارولین به این نتیجه رسیده است که او قدرتی قابل توجه دارد برای تأثیرگذاری بر آنچه کودکان می‌خورند. او به این می‌اندیشد که با این توان، از به یافته خود چه می‌تواند بکند. موارد ذیل فهرستی از پیشنهادهایی است که از دوستان و همکاران اغلب خوش طینت و به ندرت مغرضش دریافت داشت، است:

۱. ترتیب غذاها را جوری بچین که از جمیع جهات مشرب منفعت را برای دانش آموزان داشته باشد؛

۲. ترتیب غذاها را تصادفی انتخاب کن؛

۳. سعی کن ترتیب غذاها را طوری انتخاب کنی که بچه‌ها همان غذای را انتخاب کنند که اگر قرار بود مداخله‌ای در کار نباشد، انتخاب می‌کردند؛

۴. تأمین کنندگان مواد اولیه‌ای وجود دارند که حاضرند بیشترین رشوه‌ها را بدهند. ترتیب را طوری انتخاب کن که نرخ فروش اقلامی که از این تأمین‌کننده‌ها خریداری می‌شود بیشتر شود؛

۵. سود خود و دوره زمانی این سود را افزایش بده.

گزینه ۱ دارای جذابیت مشهودی است؛ در عین حال به نظر می‌رسد که اندکی مداخله گرانه باشد و حتی پدرمآبانه<sup>۱</sup>. ولی هرچه که باشد، پیشنهادهای دیگر پیشنهادهای بدتری هستند! پیشنهاد دوم چیش تصادفی غذاهاست. این پیشنهاد می‌تواند بسیار عادلانه و اصولی در نظر گرفته شود و به یک معنا پیشنهادی بدون جانبداری. ولی اگر ترتیب غذاها در مدارس تصادفی چه شود، این امکان وجود دارد که کودکان برخی مدارس از برنامه غذایی سالانه‌ری نسبت به باقی مدارس برخوردار گردند. آیا چنین وضعیتی مطلوب ماست؟ آیا کارولین باید این نوع از بی‌طرفی را برگزیند، در حالی که می‌تواند به سادگی بیشتر به منفعت را برای دانش آموزان فراهم آورد و تا حد زیادی سلامت دانش آموزان را تقویت کند؟

پیشنهاد سوم به نظر می‌رسد تلاشی شایان ستایش برای اجتناب از مداخله گری باشد: تلاش برای بازی آنچه که کودکان خود انتخاب می‌کنند. این انتخاب شاید واقعاً خالی بدون جانبداری باشد، و شاید کارولین باید خواسته‌های افراد را به طیفی از دلایل کند (حداقل آن هنگام که با دانش آموزانی با سن و سال بیشتر مواجه است). ولی با اندکی مذاقه، مشکل این پیشنهاد عیان می‌شود. آزمایش آدامز اثبات کرده است که آنچه کودکان انتخاب می‌کنند وابستگی مستقیم به ترتیب نمایش غذاها در لیست دارد. پس معنای انتخاب حقیقی خود کودکان چیست؟ معنی این چیست چیست که بگوییم کارولین باید بکوشد کشف کند که دانش آموزان اگر چه خودشان بود، چه چیزی را انتخاب می‌کردند؟ به هر حال در یک رستوران سلف سرویس اجتناب از سازماندهی غذاها در یک لیست ناممکن است.

پیشنهاد چهارم ممکن است برای یک فرد فاسد در شغل کارترین جذاب باشد و دستکاری ترتیب چیش غذاها می‌تواند سلاخی دیگر باشد در زرادخانه روش‌های ممکن برای سوءاستفاده از قدرت. کارولین اما انسانی شرافتمند و درستکار است و عمل به این پیشنهاد حتی به مخیله‌اش خطور نخواهد کرد. درست به مانند پیشنهادهای دوم و سوم، پیشنهاد پنجم

نیز دارای برخی مزایاست، علی‌الخصوص اگر باور کارولین بر این باشد که بهترین رستوران، رستورانی است که بیشترین درآمد را داشته باشد. ولی آیا کارولین باید واقعاً به بیشینه کردن سود خود بیندیشد، حتی اگر این کار به قیمت به خطر انداختن سلامت کودکان تمام شود؟ مخصوصاً اینکه سروکار او با مدارس است.

کارولین کسی است که ما از این به بعد او را معمار انتخاب<sup>۱</sup> خواهیم خواند. یک معمار انتخاب مسئولیت سازماندهی شرایطی را دارد که افراد در آن شرایط دست به انتخاب می‌زنند. هرچند شخصیت کارولین ساخته و پرداخته ذهن ماست، بسیاری از انسان‌ها در جهان واقع، اغلب بی آنکه خود بدانند، در مقام معماران انتخاب قرار می‌گیرند. اگر شما برگه‌های آرایشی را سوراخ کنید که رأی‌دهندگان با آن‌ها رأی خود به کاندیدای مورد نظر را به صندوق می‌ریزند، شما یک معمار انتخاب هستید. اگر شما یک پزشک هستید و باید رمان‌های ممکن را برای یک بیمار تجویز کنید، شما یک معمار انتخاب هستید. اگر شما فرمی را طراحی می‌کنید که کارکنان جدیدالاستخدام پر می‌کنند، شما در برنامه مراقبت‌های بهداشتی شرکتشان ثبت‌نام کنید، شما یک معمار انتخاب هستید. اگر شما پدر و مادری هستید که گزینه‌های تحصیلی ممکن را به پسر یا دخترتان معرفی می‌کنید، شما یک معمار انتخاب هستید. اگر شما یک فروشنده هستید، شما یک معمار انتخاب هستید (البته این یکی را از قبل می‌دانستید).

مشابهت‌های بسیاری بین معماری انتخاب و صورت‌های سنتی‌تر معماری وجود دارد. یک شباهت تعیین‌کننده این است که چیزی را «سوان طرح»<sup>۲</sup> بی‌اثر و خنثا<sup>۳</sup> وجود ندارد. کار طراحی ساختمان جدید یک دانش<sup>۴</sup> را در نظر بگیرید. برخی درخواست‌ها به معمار ارائه می‌شود. باید ۱۲۰ متر داری داشته باشیم، هشت کلاس درس و دوازده اتاق نشست دانشجویی و الی آخر. ساختمان باید در مکان مشخص شده بنا شود؛ صدها محدودیت دیگر البته وجود خواهد داشت، محدودیت‌های قانونی، زیبایی‌شناختی و اجرایی. در پایان نیز معمار بایست ساختمانی واقعی به ما تحویل دهد، ساختمانی با

درب‌ها، راه‌پله‌ها، پنجره‌ها و راهروها. همان‌طور که معماران خبره هم می‌دانند، بسیاری از تصمیمات که در ظاهر تصمیماتی سلیقه‌ای به نظر می‌رسند، مانند این تصمیم که جای حمام‌ها کجا باشد، می‌توانند تأثیری عمیق بر شیوه ارتباط متقابل ساکنان ساختمان بگذارند. هر حمام رفتنی می‌تواند ایجادکننده فرصتی برای ارتباط با یک همکار باشد (چه چنین فرصتی را بد بدانیم چه خوب). یک ساختمان خوب فقط ساختمانی نیست که خوش‌نما و جذاب باشد؛ این ساختمان باید کارایی هم داشته باشد.

در ادامه خواهیم دید که چگونه جزئیات کوچک و به ظاهر بی‌اهمیت می‌توانند تأثیرات کلیم در رفتار آدمیان بگذارند. یک قاعده سرانگشتی<sup>۱</sup> خوب این است که پذیریم همه چیزها دارای اهمیت هستند<sup>۲</sup>. در بسیاری از موارد، قدرت این جزئیات که حکم از تمرکز توجه کاربران در جهتی خاص ناشی می‌شود. یک نمونه عالی از این موضوع در ماجرای سیستم قضای حاجت سرپایی فرودگاه شیپول<sup>۳</sup> آمده است. مردان اغلب توجه چندانی با این نشانه‌ها نداشتند که مسیر ادرار خود را به کدام سمت هدایت می‌کنند، و همین موضوع باعث آلودگی‌هایی شده بود، ولی اگر آن‌ها فقط می‌توانستند یک هدف را نشانه بگیرند، هم توجهشان و هم دقتشان بسیار بیشتر می‌شد. از این رو مقامات رودگ، تصمیم گرفتند تصویر یک مگس سیاه را درون هر کدام از گلدان‌های ادرار نقاشی کنند. همان‌طور که مبدع این ایده می‌پنداشت، نتایج حیرت‌انگیز بود. «کی‌بوم»<sup>۴</sup> این باور بود که «این کار یک هدف ایجاد می‌کند: اگر یک مرد مگس را ببیند آن را نشانه خواهد گرفت». کمی بوم اقتصاددان توسعه ساختمان فرودگاه شیپول را مدیریت می‌کرد. کارکنان او آزمایش نقاشی مگس در گلدان ادرار را اجرا کردند و شاهد این بودند که این نقاشی بیرون پاشیده شدن ادرار را تا ۸۰ درصد کاهش می‌دهد [۱].

این باور که «همه چیزها دارای اهمیت هستند» می‌تواند هم ناتوان‌کننده باشد و هم توانمندساز. معماران خبره در می‌یابند با وجود اینکه آن‌ها نمی‌توانند

1. rule of thumb  
3. Schiphol Airport

2. everything matters  
4. Aad Kieboom

بنایی بی‌عیب بسازند، ولی می‌توانند در طراحی‌های خود تصمیماتی بگیرند که آثاری سودمند در پی داشته باشد. برای مثال، راه‌پله‌های مارپیچ می‌تواند ارتباطات متقابل بیشتر و قدم زدن‌های افزون‌تری را در محیط کاری سبب شود و این هر دو به احتمال زیاد همان چیزهایی هستند که ما می‌خواهیم. و درست مانند یک معمار ساختمان که در نهایت باید یک ساختمان خاص بسازد، یک معمار انتخاب مانند کارولین نیز بایست یک چیش خاص لیست غذایی را انتخاب کند و با این کار، او می‌تواند بر آنچه افراد انتخاب می‌کنند تأثیر بگذارد. او می‌تواند آن‌ها را هل بدهد/ تلنگر بزند.<sup>۱</sup>

### پدرمآبی لیبرتاریان<sup>۲</sup>

اگر با پدرمآبیان همه این ملاحظات به این نتیجه رسیده‌اید که کارولین باید از این نیست‌ری هل دادن کودکان به سمت غذاهایی که برایشان بهتر است استفاده کند، یعنی همان گزینه اول، ورود شما به جرگه پدرمآبان لیبرتاریان را خوش آمد می‌گوییم. ما کاملاً آگاهیم که این واژه چیزی نیست که خوانندگان بلافاصله بر سر زبان‌ها بی‌ارتباط برقرار کنند. هر دو کلمه تا حدودی دارای دافعه هستند و سایه سنگین باورهای قالبی رایج در فرهنگ

۱. *nudge* لطفاً واژه *nudge* را با واژه *nudge* اشتباه نگیرید. همان‌گونه که ویلیام سفیر در ستون خودش، «در باب زبان»، در مجله نیویورک (۸ اکتبر ۲۰۰۰) شرح داده است، واژه عبری *noodge* یک نام به معنای مایه زدن است. آن آزاردهنده و دائم‌الشکایت بودن است... *nudge* اما به معنای آرام هل دادن، با ملایمت سقلمه زدن به سمت مسیری خاص، عمدتاً به توسط آرنج است. کسی که به این شوره هل می‌دهد - یعنی آگاه می‌سازد، یادآوری می‌کند یا با ملایمت هشدار می‌دهد - بسیار متفاوت با کسی است که بی‌وقفه نق می‌زند و ناله می‌کند. *nudge* هم‌قافیه با *judge* است، ولی *noodge* مانند *book* تلفظ می‌شود.

همین مفهوم، کلیدواژه محورین سرتاسر این کتاب است، کلمه‌ای که به فراخور مقتضیات جملات، گاهی آن را «هل دادن» ترجمه خواهیم کرد و گاهی «تلنگر زدن». ولی در هر دو صورت، مرادمان یک چیز خواهد بود. البته ترجمه‌های دیگری هم از این واژه شده است، ترجمه‌هایی همچون سقلمه، هُلک، سوق دادن، و غیره. - م.

2. libertarian paternalism

و سیاست عامه بر سر هر دوشان سنگینی می‌کند و این مسئله آن‌ها را برای بسیاری ناخواستنی ساخته است. خبر بدتر اینکه به نظر می‌رسد این دو مفهوم متناقض اند. چرا باید دو مفهوم متناقض و بدنام را در هم آمیخت؟ ما نشان خواهیم داد که اگر این دو مفهوم به درستی درک شوند، هر دو معنادار جلوه خواهند کرد. و اینکه این دو در کنار هم جذابیت بسیار بیشتری نسبت به زمانی دارند که به طور جداگانه مورد استفاده قرار می‌گیرند. مشکل اصلی این است که این دو مفهوم که پیش‌تر توسط جزمی‌اندیشان<sup>۱</sup> مورد استفاده قرار گرفته‌اند، و به واقع در دام آن‌ها افتاده‌اند.

سوءلیبرتاریسم است اثری‌های ما مبتنی بر تأکید مستقیم‌مان بر این نکته است که به طور کلی آدمیان باید آزاد باشند تا آنچه را که می‌خواهند انجام دهند و به شرایطی که نامطوب می‌پندارند تن در ندهند. با عاریت گرفتن عبارتی از مرحوم میلندین،<sup>۲</sup> باید بگوییم پدرمآبان لیبرتاریان بر این نکته پای می‌فشرند که مردم باید «ازاد»<sup>۳</sup> انتخاب<sup>۴</sup> [۲] باشند. ما می‌گوئیم تا سیاست‌هایی را طرح بریزیم که آزادی انتخاب را افزایش دهد و یا قوام بخشد. هنگامی که از واژه لیبرتاریان استفاده می‌کنیم، تارازة پدرمآبی را تعدیل کنیم، منظور ما تنها محافظت از آزادی است. هنگامی که می‌گوئیم محافظت از آزادی، منظورمان واقعاً همان چیزی است که می‌گوئیم. هدف پدرمآبان لیبرتاریان این است که شرایطی را فراهم کنند تا مردم به خیرشان را بروند؛ آن‌ها نمی‌خواهند که چیزی را به کسانی که می‌خواهند از آزادی<sup>۵</sup> ای خود بهره گیرند تحمیل کنند.

و اما وجه پدرمآبانه این رویکرد در این نکته نهفته است که ما همان داریم کاملاً موجه و مشروع است که معماران انتخاب بکوشند بر رفتارهای افراد تأثیر بگذارند تا بتوانند زندگی آن‌ها را طولانی‌تر، سالم‌تر و بهتر سازند. به دیگر بیان، ما از تلاش‌های آگاهانه مؤسسات بخش خصوصی و همچنین دولت برای جهت دادن انتخاب‌های افراد به مسیری که زندگی‌شان را بهبود بخشد دفاع می‌کنیم. به زعم ما، یک سیاست هنگامی «پدرمآبانه» است که بکوشد بر انتخاب‌ها تأثیر بگذارد، آن هم به گونه‌ای که نتایج بهتری برای

انتخاب کنندگان داشته باشد؛ نتایج بهتر البته از نقطه نظر قضاوت خود افراد [۳]. برخی یافته‌های متواتر در علوم اجتماعی نشان می‌دهند که در بسیاری از موارد، افراد تصمیمات کاملاً نادرستی می‌گیرند - تصمیماتی که اگر توجه بیشتری می‌کردند، اطلاعات افزون‌تری داشتند، از توانایی‌های شناختی نامحدودی برخوردار بودند و دارای خودکنترلی کامل بودند، هرگز آن‌ها را اخذ نمی‌کردند.

پدرمآبی لیبرتاریان نوعی نسبتاً رقیق، ملایم و غیرتهاجمی از پدرمآبی است؛ زیرا در این نوع خاص جلوی انتخاب‌ها گرفته نمی‌شود، انتخاب‌ها پس از آنکه و یا به طور معناداری بر کسی تحمیل نمی‌شوند. اگر افراد بخواهند سبک‌تر بکشند، مقدار زیادی شکلات بخورند، برنامه مراقبت‌های بهداشتی نامناسب را بگزینند یا برای بازنشستگی‌شان پس‌انداز نکنند، پدرمآبان لیبرتاریان آن‌ها را اودار نخواهند ساخت تا به شیوه‌ای دیگر عمل کنند - و یا حتی شرایط را برای آن‌ها سخت نخواهند ساخت. با این حال، این رویکرد پیشنهادی کماکان رویکردی پدرمآبانه به حساب می‌آید؛ زیرا معماران انتخاب دولتی و بخش خصوصی صرفاً می‌کوشند مسیر انتخاب‌های افراد را دنبال کنند یا آن‌ها را اجرایی سازند، بلکه آن‌ها به طرزی آگاهانه می‌کوشند افراد را در مسیری هدایت کنند که زندگی آن‌ها را بهتر سازد. آن‌ها به افراد تلنگر می‌زنند. آن‌ها افراد را هل می‌دهند.

تلنگر، آن‌گونه که ما این واژه را در این متن به کار خواهیم بست، هر نمودی از معماری انتخاب است که رفتار افراد را به سبک‌های قابل پیش‌بینی تغییر می‌دهد، بی‌آنکه گزینه‌ای را برای افراد منع کند و یا گزینه‌ای اقتصادی آن‌ها را به طور قابل توجهی تغییر دهد.

یک مداخله برای اینکه تلنگر به حساب آید، باید ساده باشد. اجتناب از آن هزینه‌ای را به فرد تحمیل نکند. تلنگرها اجباری نیستند. قرار دادن میوه‌ها در دیدرس افراد تلنگر محسوب می‌شود، ولی ممنوع ساختن غذاهای ناسالم خیر.

بسیاری از سیاست‌های پیشنهادی ما می‌توانند توسط بخش خصوصی به کار بسته شوند، و البته بسیاری‌شان نیز تاکنون به کار بسته شده‌اند (با و

یا بدون تلنگری از سوی دولت). مثلاً کارفرمایان، در بسیاری از مثال‌های این کتاب، معماران انتخاب بسیار مهمی هستند. در حوزه‌هایی مانند خدمات سلامت و برنامه‌های بازنشستگی، گمان ما بر این است که این کارفرمایان می‌توانند به کارکنان خود تلنگرهای مؤثری بزنند. شرکت‌های خصوصی‌ای که می‌خواهند پول دریاورند و کار خود را به بهترین نحو انجام دهند هم می‌توانند از تلنگرهای محیط زیستی بهره ببرند و به کاهش آلودگی هوا (و کاهش انتشار گازهای گلخانه‌ای) کمک کنند. اما همان‌گونه که بعداً نشان خواهیم داد، همان نکاتی که بهره‌گیری از پدرمآبی لیبرتاریان را در نهادهای خصوصی موجب سازد توجیه‌گر بهره‌گیری از این رویکرد در بخش دولتی نیز هست.

## انسان‌ها و اکورها: چرا تلنگرها می‌توانند مؤثر باشند

آن‌هایی که پدرمآبی را بر مبنای سبب، چنین استدلال می‌کنند که موجودات انسانی می‌توانند با مهارت و به شیوه‌ای عالی برای خود تصمیم‌گیری کنند و اگر هم نتوانند به طرز عالی این کار را انجام دهند، بی‌شک بهتر از هر کس دیگری خواهند توانست (بالأخص اگر آن‌ها کسی دیگر شخصی باشد که برای دولت کار می‌کند). به نظر می‌رسد که بسیاری از افراد، خواه چیزی از اقتصاد خوانده باشند و خواه نه، حداقل به طور تلویحی چنین ایده‌ای در ذهن دارند، ایده‌ی همومو/کونومیکوس<sup>۲</sup> و یا انسان اقتصادی – این تصور که هر کدام از ما می‌اندیشیم و پیوسته بهترین‌ها را انتخاب می‌کنیم و بدین‌گونه درست‌ترین چیزی هستیم که در کتاب‌های درسی اقتصاددانان ترسیم شده است.

با نگاهی به کتب درسی علم اقتصاد، درخواهید یافت که همومو/کونومیکوس موجودی است که همچون آلبرت اینشتین فکر می‌کند، حافظه‌ای به اندازه ابر کامپیوترهای آی‌بی‌ام دارد و البته از قدرت اراده مهاتما گاندی برخوردار است. واقعیت اما چیز دیگری است و مردمانی که ما می‌شناسیم را شباهت چندانی با این تصویر نیست. مردمان واقعی بسیاری اوقات اگر ماشین حساب در دسترس نداشته باشند، با جمع و تفریق‌های بیشتر

از دو رقم به مشکل برمی‌خورند، گاهی اوقات تاریخ تولد همسرشان را فراموش می‌کنند و در شب سال نو دچار افراط در نوشیدن می‌شوند و گرفتار خماری روز بعد. مردمان واقعی در واقع هومو اکونومیکوس نیستند؛ آن‌ها هوموساپینس<sup>۱</sup> هستند. از این به بعد، برای اینکه هرچه کمتر از این واژگان لاتین استفاده کنیم، برای اولی از واژه اکون و برای دومی از واژه انسان استفاده خواهیم کرد.

معضل چاقی را در نظر بگیرید. نرخ مرض چاقی در ایالات متحد اکنون به ۲۰ درصد رسیده است و بیش از ۶۰ درصد آمریکاییان یا چاق محسوب می‌شوند و یا دارای اضافه‌وزن هستند. شواهد فراوانی در دست است که نشان می‌دهد چاقی خطر بیماری‌های قلبی و دیابت را افزایش می‌دهد و بسیاری را اوقات مرگی زودرس را سبب می‌گردد. از همین روست که بسیار خیال‌پردازانه خواهد بود اگر گمان بریم افراد رژیم غذایی درستی برای خود انتخاب می‌نمایند و با رژیم غذایی‌ای را انتخاب می‌کنند که حتماً از رژیم‌هایی که با برخی تلنگرها می‌بران به آن‌ها ارائه داد بهتر است.

بدیهی است که امرای مادی، مزه‌نذا توجه دارند و نه صرفاً به مسئله سلامتی؛ برای آن‌ها خوردن به خودی خود منبعی است برای لذت. ادعای ما این نیست که هر کس که اضافه‌وزن دارد ضرورتاً در رفتار عقلانی ناکام مانده است، ولی قطعاً این ادعا را رد می‌کنیم که تمام آمریکاییان و یا تقریباً تمام آمریکاییان بهترین رژیم غذایی را برای خوردن انتخاب می‌کنند. آنچه برای رژیم غذایی صدق می‌کند در خصوص دیگر رفتارهای خطر آفرین نیز صادق است؛ برای مثال، مصرف سیگار و نوشیدنی‌های الکلی که سالانه بیش از پانصد هزار نفر را به کام مرگ زودرس می‌فرستد. مواردی که در رژیم غذایی، استعمال دخانیات و الکل نشانمان می‌دهد که انتخاب‌های افراد عموماً بهترین انتخاب‌هایی نیست که می‌توانند در مسیر سلامت و شادکامی‌شان داشته باشند. به واقع بسیاری از مصرف‌کنندگان سیگار و الکل و همچنین بسیاری از افراد پرخور به شخص ثالثی پول می‌پردازند و از او می‌خواهند که به آن‌ها کمک کند تا تصمیماتی بهتر اتخاذ کنند.