

# Содержание

<i>Вступление</i>	9
<b>Глава 1. Выживание</b>	<b>17</b>
Поспешай медленно	17
Уличный музыкант	21
Подробнее о воздействии стресса на здоровье и продуктивность	26
Времени хватит... на неправильное решение	30
Относительность и рассеянный мир	37
Верить, чтобы добиться: искривляем время себе на пользу	40
Лучше звоните Салли: замедлиться в нужный момент	43
Решение: замедляйте время сознательно, делая что-то новое	45
Лайфхаки по замедлению времени	50
Глава 1. Выводы	52
<b>Глава 2. Секс</b>	<b>54</b>
Переосмысление ролей, лидерства и ответственности	54
Биологические роли, правила и их последствия	56
Сексуальные стратегии	60
Современные несовпадения	63

Сексуальные домогательства: улыбайся и терпи	75
От сознательности к действию: приближаем эру ответственности, чтобы преодолеть сексуальный инстинкт	82
Вместе лучше	95
Глава 2. Выводы	98
<b>Глава 3. Разнообразие</b>	<b>100</b>
Уроки «Лего»	100
Среда мгновенной реакции: идём за грани зефирок	103
Выбор в современности	109
Я не могу не получить желаемое: парадокс изобилия	114
Как максимизирование может приводить к минимальным шансам на настоящий успех	117
Когда вы поцеловали достаточно лягушек	120
Больше никаких FOMO	123
Идите до конца с Five Guys	125
Глава 3. Выводы	127
<b>Глава 4. Самообман</b>	<b>128</b>
Во власти двух разумов	128
Намерение обмануть	131
Сила эффекта плацебо: обман в помощь	138
Обман, сошедший с рельсов. Раскрываем новые причины нашей лжи	141
Оставляя экспертность позади	146
В поисках «перспективы новичка»	151
Да, и... или начало эмпатичных разговоров	160
Глава 4. Выводы	163

<b>Глава 5. Принадлежность</b>	<b>164</b>
Пернатые единомышленники вступают в бой	164
Советы по объединению	170
Бизнес – это игра ястребов (но вороны справляются лучше!)	177
Яблоко (не) раздора	180
Теория хорошей игры	184
Что отдаёшь, то и получаешь	189
Взрачивая культуру ворон	192
Вырваться из круга	198
В поисках общего врага	201
Глава 5. Выводы	205
<b>Глава 6. Страх перед чужими</b>	<b>206</b>
Почему мы всё ещё боимся незнакомцев	206
Бизнес имитирует биологию	208
Проблемы племени из восьми миллиардов человек	212
Почему система «только свои» не работает	216
Попутный ветер	219
Борьба с предубеждениями в найме	222
Проводить время с «чужими»	223
Боль при изменениях	230
Глава 6. Выводы	234
<b>Глава 7. Сбор информации</b>	<b>236</b>
Сохраняя любопытство посреди хаоса	236
Плохой сбор данных	240
Плохой анализ данных	247

Плохое применение данных	250
Дни смерти и радость от упущенной выгоды	255
Глава 7. Выводы	261
<b>Заключение</b>	<b>262</b>
Страх больше нет	262
Реакция страха 1. Краткосрочное решение	265
Реакция страха 2. Усиление эго	266
Реакция страха 3. Убежище	268
<i>Источники</i>	271
<i>Благодарности</i>	298