

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	15
---------------	----

Freud und Leid

Wie wir leben

Der Bystander-Effekt

Nichts hören, nichts sehen, nichts tun	23
--	----

Der Peltzman-Effekt

Warum immer wieder Unfälle passieren	26
--	----

Die Pender-Amnesie

Warum Pendeln krank macht	28
---------------------------------	----

Der Gummiband-Effekt

Warum am Wochenende der Schnupfen kommt	31
---	----

Der Ferien-Effekt

Weshalb zu lange Auszeiten doof machen	33
--	----

Der Cocktailparty-Effekt

Warum wir auch bei größtem Lärm anderen zuhören können	36
---	----

Der Gähnen-Effekt

Warum der Reflex so ansteckend ist	38
--	----

Der Barnum-Effekt

Wieso Horoskope und andere Quacksalbereien funktionieren	41
---	----

Der Walkman-Effekt

Warum wir Musik so gerne über Kopfhörer hören	43
---	----

Der Dalai-Lama-Effekt

Nach seinem Besuch leidet die Wirtschaft	46
--	----

Der Gore-Effekt

Kaum beginnt der Urlaub, wird das Wetter schlecht	47
---	----

Der Überraschungs-Effekt	
Erstens kommt es anders und zweitens als man denkt	48
Für schnelle Aha-Effekte	49

Kopf und Kragen

Wie wir fühlen

Der Katharsis-Effekt	
Warum wir weinen	55
Das Feel-Good-Do-Good-Phänomen	
Warum gute Laune hilfsbereiter macht	57
Das Lächelmasken-Syndrom	
Warum zu viel Lachen schadet	60
Der Macbeth-Effekt	
Warum Händewaschen das Gewissen erleichtert	63
Das Impostor-Syndrom	
Warum sich manche keinen Erfolg gönnen	65
Der Spotlight-Effekt	
Warum Ausrutscher egal sind	68
Der Prätfall-Effekt	
Warum Missgeschicke attraktiv machen	70
Der Underdog-Effekt	
Warum unser Herz für Außenseiter schlägt	72
Der Luzifer-Effekt	
Das Böse steckt in jedem von uns	75
Der Jo-Jo-Effekt	
Warum wir nach einer Diät wieder zunehmen	78
Der Roseto-Effekt	
Wie wir unser Leben verlängern können	79
Für schnelle Aha-Effekte	83

Fleisch und Blut

Wie wir lieben

Der Michelangelo-Effekt

Warum Partner die bessernde Hälfte sind 87

Der Westermarck-Effekt

Warum alte Freunde als Partner ausscheiden 88

Der Valins-Effekt

Männliche Erregung ist Ansichtssache 90

Der Romeo-und-Julia-Effekt

Warum das Gras nebenan immer grüner ist 93

Der Weihnachts-Effekt

Warum die Liebe auf Distanz so schwierig ist 95

Der Coolidge-Effekt

Warum Männer fremdgehen 96

Für schnelle Aha-Effekte 101

Brot und Spiele

Wie wir konsumieren

Der Anker-Effekt

Wie Verkäufer Sie über den Tisch ziehen 105

Das Kontrastprinzip

Wie schlechte Nachrichten sofort besser wirken 108

Der Reaktanz-Effekt

Je begehrt etwas ist, desto mehr wollen wir es 111

Der Framing-Effekt

Warum Gewinn oder Verlust Ansichtssache ist 114

Der Zero-Price-Effekt

Vorsicht bei Lockvogelangeboten 115

Der Reziprozitäts-Effekt

Warum wir uns einem Schenker verpflichtet fühlen 117

Der Endowment-Effekt

Was uns gehört, bewerten wir sofort höher 120

Der Name-Letter-Effekt	
Warum wir Dinge bevorzugen, die Buchstaben unseres Namens enthalten	122
Der Frage-Effekt	
Werden Sie diesen Text lesen?	124
Der Decoy-Effekt	
Warum man bei schwierigen Entscheidungen eine Alternative braucht	126
Der Wert-Effekt	
Warum guter Rat oft zu teuer ist	128
Der Assimilations-Effekt	
Warum Marken so verführerisch sind	130
Der Veblen-Effekt	
Je teurer etwas ist, desto lieber kaufen wir es	133
Der Diderot-Effekt	
Warum wir Luxusprodukten verfallen	135
Der Mere-Exposure-Effekt	
Weshalb Schleichwerbung so gut funktioniert	138
Der Sleeper-Effekt	
Warum wir Werbelügen glauben	140
Der Halo-Effekt	
Wie leicht sich unser Urteil manipulieren lässt	143
Der Wandfarben-Effekt	
Warum wir gelbe Räume lieber mögen	146
Der Denominations-Effekt	
Warum das Geld zwischen den Fingern zerrinnt	150
Für schnelle Aha-Effekte	153

Art und Weise

Wie wir denken

Der Flynn-Effekt

Wird der Mensch immer klüger?	159
-------------------------------------	-----

Das Sieben-Phänomen	
Warum wir uns keine acht Dinge merken können	161
Der Vergessens-Effekt	
Kaum gelernt, schon aus dem Sinn	164
Der Restorff-Effekt	
Was hervorsteht, behalten wir besser	168
Der Rezens-Effekt	
Was im Gedächtnis haften bleibt	169
Der Stroop-Effekt	
Warum wir lesen, ohne zu begreifen	171
Der Hindsight-Bias	
Warum hinterher immer alle klüger sind	173
Der Bowery-El-Effekt	
Warum wir Dinge hören, die gar nicht mehr da sind	176
Der Stroboskop-Effekt	
Warum sich Räder beim Fahren rückwärts zu drehen scheinen	178
Der Placebo-Effekt	
Warum keine Wirkung auch eine Wirkung hat	181
Der Texas-Scharfschützen-Effekt	
Warum wir versuchen Muster zu erkennen, wo keine sind	184
Das Gesetz der Serie	
Zufall oder höherer Zusammenhang?	186
Warnocks-Dilemma	
Warum Ignoranz gar nicht schlimm ist	189
Für schnelle Aha-Effekte	191

Fix und fertig

Wie wir entscheiden

Die Entscheidungsparalyse

Warum wir uns nicht entscheiden, obwohl wir sollten ... 197

Der Confirmation-Bias	
Warum wir einmal gefasste Meinungen selten ändern ...	199
Der Semmelweis-Effekt	
Warum wir uns dem Fortschritt verweigern	202
Der Overconfidence-Effekt	
Warum wir uns so oft überschätzen	206
Der Kuleshov-Effekt	
Warum unsere Augen unser Urteil beeinflussen	209
Der Schiefe-Bahn-Effekt	
Warum wir unbewusst sündigen	211
Das Monty-Hall-Dilemma	
Warum es sich lohnt, Entscheidungen zu korrigieren	213
Der Minoritäts-Effekt	
Warum die Minderheit oft die Macht hat	215
Der Abilene-Effekt	
Warum unser Denken und Handeln häufig auseinanderklaffen	216
Der Begründungs-Effekt	
Warum das Wörtchen »weil« große Macht hat	220
Der Wiederholungs-Effekt	
Warum wir einer Aussage umso eher glauben, je öfter wir sie hören	222
Das Blue-Seven-Phänomen	
Warum alle dieselbe Zahl und Farbe mögen	223
Das Catch-22-Phänomen	
Warum manche Probleme unlösbar bleiben	225
Für schnelle Aha-Effekte	228

Pauken und Trompeten

Wie wir lernen

Der Effort-Effekt

Weshalb Lob auch schaden kann	233
-------------------------------------	-----

Der Fischteich-Effekt	
Warum begabte Kinder keine Konkurrenz brauchen	235
Der Lern-Effekt	
Warum es sich kurzfristig besser paukt	238
Der Mozart-Effekt	
Warum klassische Musik nicht schlau macht	240
Für schnelle Aha-Effekte	242

Ort und Stelle

Wie wir arbeiten

Der Watercooler-Effekt	
Weshalb Tratschen produktiv macht	247
Der Korrumptierungs-Effekt	
Weshalb Belohnungen demotivieren	249
Das Helfer-Syndrom	
Warum Neinsagen so schwerfällt	251
Das Mona-Lisa-Syndrom	
Weshalb die nette Kollegin ausgenutzt wird	256
Der Gruppen-Effekt	
Warum Gruppen so wenige Informationen teilen	259
Der Ringelmann-Effekt	
Warum Teams Drückebergertum fördern	262
Der Exzellenz-Effekt	
Warum zweitklassige Chefs drittklassige Mitarbeiter haben	264
Das TINA-Prinzip	
Warum wir auf Killerphrasen hereinfallen	266
Der Matilda-Effekt	
Warum es Wissenschaftlerinnen schwer haben	269
Der Superstar-Effekt	
Warum wir uns einschüchtern lassen	271
Der N-Effekt	
Warum zu viel Konkurrenz demotiviert	277

Der Zeigarnik-Effekt	
Warum Unerledigtes im Gedächtnis bleibt	278
Die 72-Stunden-Regel	
Weshalb wir sofort beginnen sollten	280
Der Prokrastinations-Effekt	
Warum wir so wenig Dinge geregelt kriegen	282
Der Broken-Windows-Effekt	
Warum sich Chaos vermehrt	285
Das Parkinson'sche Gesetz	
Warum wir immer bis zur letzten Sekunde warten	288
Der Jetzt-ist-es-auch-egal-Effekt	
Warum Deadlines manchmal gar nicht wichtig sind	290
Für schnelle Aha-Effekte	292

Einzig und artig

Wie wir kooperieren

Der Propinquity-Effekt	
Wie Freundschaften entstehen	297
Der Ben-Franklin-Effekt	
Warum uns Gefälligkeiten gefallen	298
Der Chamäleon-Effekt	
Warum wir Menschen mögen, die uns imitieren	300
Der Mitläufer-Effekt	
Weshalb wir uns manipulieren lassen	304
Der Falsche-Konsensus-Effekt	
Warum wir uns so oft in anderen täuschen	308
Der Domino-Effekt	
Wieso unser Verhalten ansteckend ist	310
Für schnelle Aha-Effekte	312

Rang und Namen

Wie wir gewinnen

Der Marshmallow-Effekt

Warum Verzicht und Erfolg zusammenhängen 317

Der Hawthorne-Effekt

Warum wir mehr können, als wir denken 319

Die 10 000-Stunden-Regel

Wieso Übung doch den Meister macht 322

Der Aha-Effekt

Warum manchmal alles zusammenpasst 325

Der Raikov-Effekt

Weshalb etwas Mimikry kreativer macht 331

Der Andorra-Effekt

Warum Frauen doch einparken und Männer
zuhören können 333

Der Pygmalion-Effekt

Warum du bist, was du meinst zu sein 336

Die Superstar-Theorie

Wieso die Reichen immer reicher werden 338

Der Matthäus-Effekt

Warum Erfolg und Erfolgchancen Hand in Hand gehen .. 342

Der Gewöhnungs-Effekt

Weshalb Toleranz ein Karrierekiller ist 345

Der Geburtsreihenfolge-Effekt

Wieso Geschwister den Charakter beeinflussen sollen 346

Der Dunning-Kruger-Effekt

Warum wir scheitern 348

Der Kobra-Effekt

Weshalb gut gemeint es oft noch schlimmer macht 350

Murphy's Law

Wieso alles schiefgeht, was schiefgehen kann 352

Der Vorführ-Effekt

Warum wir im entscheidenden Moment versagen 354

Für schnelle Aha-Effekte 356

Schloss und Gitter

Wie uns Medien beeinflussen

Das Hostile-Media-Phänomen

Warum wir Medien verurteilen 361

Der CSI-Effekt

Wie Krimiserien Gerichtsurteile beeinflussen 363

Der Werther-Effekt

Warum Selbstmorde unerwähnt bleiben sollten 365

Der Streisand-Effekt

Wieso Widerstand zwecklos ist 368

Der Clooney-Effekt

Weshalb wir Prominenz so anziehend finden 370

Das Kleine-Welt-Phänomen 2.0

Warum jeder über maximal drei Ecken erreichbar ist 371

Der Proteus-Effekt

Wieso virtuelle Avatare unser Verhalten verändern 374

Für schnelle Aha-Effekte 378

Danksagung 379

Literatur 380

Links 381

Stichwortverzeichnis 382