

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 Pendler-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 Gähn-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 Ausrütscher egal sind 68

Der Pratfall-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 Westermark-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 begehrter 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 hervorsticht, behalten wir besser 168

Der Rezenz-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 | | | | |
| Warum es sich kurzfristig besser paukt | 238 | Warum klassische Musik nicht schlau macht | 240 | Für schnelle Aha-Effekte | 242 |
| Warum es sich kurzfristig besser paukt | 238 | | | | |
| Warum klassische Musik nicht schlau macht | 240 | Für schnelle Aha-Effekte | 242 | | |
| 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 Korrumperungs-Effekt

| | |
|--|-----|
| Weshalb Belohnungen demotivieren | 249 |
|--|-----|

Das Helper-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 |
| <u>Einzig und artig</u> | |
| 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 Mitläufers-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 Erfolgschancen 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