



## 《推力》

作者：理查·塞勒、凯斯·桑思坦  
整理：赵晓霞

导读主席：黄卓绵  
导读组员：利蕙南 洪泽深 罗亦俊

导读主席：黄卓绵

### 介绍书本及导读流程

#### 推力：决定你的健康、财富与快乐

- 生活很忙，时间很少，选择很多，而我们做的决定常常不太高明。运用一点推力，结果将大不相同。
- 你有多少机会可以读到一本重要又有趣，务实又有深度的好书？  
任何人若希望看到人类的心智与社会迈向更好的未来，都不能错过此书。阅读本书能让你做出更高明决定，让这个世界更美好。--卡尼曼（Daniel Kahneman）诺贝尔经济学奖得主
- 我们每天都必须面临各种决定，小如冰淇淋的口味，大至医疗保险、贷款、退休金储蓄方案的选择。但是身为凡人，受到人性缺陷的影响，我们总是倾向于做出较差的决定，并因此变得更穷、更不健康、更不快乐。因此我们需要高明的选择设计来形成一股推力，协助我们做出有利的决定。

#### “推力”导读流程

- 系统解读“推力” 导读：利蕙南
- “推力”的使用案例 导读：洪泽深
- 十二种“推力” 罗亦俊
- 分组讨论：“推力”的实习运作
- 小组总结分享（各5分钟）
- 自由分享（各3-5分钟）
- 导读主席总结 5分钟

## 导读之一：利惠南

### 系统解读推力

**推力：特别设计的架构，刻意让人在不知不觉中朝向设计师有利的方向做选择。**

#### 设计轻推的人主宰结论的生死权！

- 经济人：有思考力，做出客观的预测（也许是错的）；主要受诱因影响
- 一般人：会犯下预期的错误，会受诱因影响也会受推力影响

#### 重点

- 适度运用诱因与推力，将更有能力改善人们的生活，解决社会上许多重大的问题，而且不必牺牲每个人的选择自由。
- 推力帮助人们做出更快更好的决定，通常是对自己更有利的决定-“私利”，从而达到“公利”的结果。
- 推力是一种观念，是一种提醒，不是推动力，不是激励理论中的诱因。不只是制度，赏罚分明，胡萝卜加大棒的制度。
- 强调人类的文明，发扬“人性中较光明的一面”，肯定人们的潜力。
- 从正面出发，设计一个利己又利他的文明规定，人们就会在不知不觉中，心甘情愿下被轻推，人类/企业就有希望了。
- 你找到希望了吗？

## 导读之二：泽深

### 推力的使用案例

#### “明日存更多”计划

- 不要再说自己“应当”更节约！  
推力：如何控制无度浪费的心理？
- 自动登记：用默认保障更多储蓄  
推力：如何令养老保险计划易进难出？
- 选项越多，参与率越低？  
推力：如何简化程序以提高投保率？
- 拿什么拯救美国人的储蓄？  
推力：“明天储蓄更多”养老保险计划？ P.145

## 天真的投资人

- 股票占投资比例多少才合适？  
推力：如何确定最佳投资比例？
- 投资股票，还在高买低卖？  
推力：如何把握最棒的投资时机？
- 为什么有的多元化投资幼稚得可笑？  
推力：如何用好的组合推进理性投资？
- 如何把我们的钱袋从水里捞出来？  
推力：如何设计更好的投资选择体系？

## 信用市场

- 次级贷款真的是掠夺性的魔鬼吗？  
推力：如何选择合适的贷款方案？
- 别跌进商业助学贷款的泥潭中！  
推力：如何降低大学生家庭对商业助学贷款的需求？
- 别被方便的信用卡给“方便”了！  
推力：如何更合理地控制信用卡消费？

## 民营化社会安全制度、瑞典模式

- 选择最多，并非选择最佳？  
推力：如何制订有益的默认基金方案？
- 自由选择者能做出更好的选择吗？  
推力：如何让自主选择更智能？
- 广告明星能帮你做出更明智的选择吗？  
推力：如何控制广告的负面影响？
- 自由是更好选择的第一条件吗？  
推力：如何弥补自由选择体系的漏洞？

## 问题重重的处方药计划

- 让人望而却步的 PartD 计划  
推力：处方药计划如何能让普通人看明白？ P.195
- 开玩笑！让老人玩转电脑、ipod？  
推力：如何帮助在47项选择中一头雾水的老人们？
- 如何保证最弱势群体也能同等受益？  
推力：如何降低随机选择的代价？

- 选择方案怎样才能满足每个人的特殊要求?  
推力: 终止随机,改用智能型指派合适计划
- 什么样的分配方式才算智能?  
推力: RECAP 资询,透明化,提问引导做出决定.

### 如何提高器官捐赠率

- “愿意捐献” ≠ “同意捐献”  
推力: 如何减少惰性对美好愿望的阻力?
- 强制切除器官可行吗?  
推力: 如何实现大众接受与效果之间的平衡?
- “如果你愿意,它就是一种强制选择!”  
推力: 如何结合强制与推定方案的优点?
- 启动拯救互联网的能量  
推力: 如何用在线注册降低“同意”的成本? P.223

### 拯救地球

- 怎么看越来越受欢迎的排污权交易?  
推力: 如何寻找更好的环保动机?
- 仅靠披露信息就能实现节能减排?  
推力: 如何改善信息反馈质量?
- 让能源使用看得见?  
推力: 好处多多的环保推力方式

### 婚姻民营化

- 结婚的实用经济学好处  
推力: 如何同时保障婚姻的物质利益与象征意义?
- 婚姻的官方批准制度已不再合适?  
推力: 如何保障夫妻做出承诺的自由?
- 海誓山盟需要结婚证书的护航吗?  
推力: 如何推进婚姻中的自由选择?
- 什么是婚姻最合适的默认法则?  
推力: 如何维护婚姻双方及孩子的最大利益?

## 推力

- 以微小的力量去引导或力劝人去进行，不是强迫，是一种轻轻的推力
- 设计良好的选择架构，就可以产生对我们有利的推力，又不损个人的选择自由。
- 把人与事引导到你的总体所要

## 推力的使用系统

- 明确界定需要“推力”的项目
- 列出阻力与障碍
- 找出推力点
- 设计选择
- 强化选择后的“甜头双赢互惠，进行推力
- 检测结果

今天你“推力”了什么？

今天什么“推力”了你？

## 导读之三：亦俊

### 十二种推力

1. “明日捐更多”计划
2. 慈善签帐卡与捐款抵税
3. 自动报税
4. Stikk.com
5. 自然戒菸
6. 机车安全帽
7. 自发戒赌
8. 注定健康计划
9. 一天一元
10. 空调过滤器；实用的警示红灯
11. 防咬指甲油和二硫龙
12. 礼貌守门员

## 分组讨论：推力的实际运作

运用推力的六种原则，大家分组讨论，每个组一个议题，大家可以自由选择自己感兴趣的议题。

### 分享：白振才

华人讲华语，合情又合理。比如说员工的请假现象。

### 分享：罗亦俊

快乐是一种心态。知足常乐。儿时快乐是简单的，老了简单就是快乐。  
成为习惯，习惯成为人生。

### 分享：弘毅

我今天带来一篇文章，回顾当时为什么创立总裁书香轩的缘由，为什么叫做书香轩，而不是读书会。书不是总裁才可以读，期望读的书能够运用到我的企业中。关于推力的分享：

**1.新加坡政府推力：**是无形的推力。不是制度，是心态，是压力。比如ERP。每个人经过时付钱，但是没有快乐的感觉，而是紧张的感觉。

**2.企业的推力：**企业要怎么样不陷入别人设计的推力八卦阵中，是我们值得讨论的。三角推力系统。推力是一个概念。比如SOP，标准作业程序。今天收获最大的一句话：议程设定方能主宰结论。

### 分享：戴文雪

知而不行，视为不知。要有行动力。读了这么多书，要有行动力。

### 分享：卓绵

JUST DO IT。

### 分享：慧云

不要死读书，读死书。

### 分享：津梅

消费者懒惰，所以陷入陷阱。但是我们可不可以把它看成商机。

## 导读主席卓绵总结

### 什么是“推力”？什么是 Nudge ？

- 它是一种结构，是一种设计，是一种方法，是一种社会计划，还是一种管理行为？
- “推力”是不是推动力？
- “推力”是不是激励理论中的诱因？
- “推力”是不是赏罚分明制度？是不是胡萝卜加大棒的制度？

### 为什么需要“推力”？设计“推力”选择该注意哪些原则？

#### “推力”选择设计的六点原则

- iNcentives (诱因)
- Understand mappings (了解应对关系)
- Defaults (预设值)
- Give feedback (提供回馈)
- Expect error (预期错误)
- Structure complex choices (安排复杂的选择)

