

## ①一分为二

### 概念

把事物一分为二两个类别，互相对立、互相矛盾

### 三种情况

- 只比较平均数
- 只比较极端情况
- 只俯视不仰视

### 案例

不再把国家一分为二为发展中国家和发达国家，而是四个收入等级

- ★第一级：每天收入1美元，平均生育5个孩子
- ★第二级：每天收入4美元
- ★第三级：每天收入16美元
- ★第四级：每天收入32美元

## ②负面思维

### 体现在三个方面

- 对过去错误的记忆
- 媒体和社会活动家对负面新闻的选择性报道
- 只要有坏事情发生，就不认为世界是在变好

### 32项重要的进步

- 16项坏事的趋势在下降，如合法奴役、漏油、自然灾害、饥饿等
- 16项好事的趋势在上升，如环保、科学、互联网、识字等

### 对抗负面思维的三种方式

- 接受好与坏两种情况
- 对坏消息有思想准备
- 不过分美化历史

## ③直线思维

### 一个误解

人口会持续直线增长？事实是，人口会在110亿达到平衡

### 多曲线思考

- 直线：人们的健康程度、教育水平、结婚年龄、娱乐活动与收入水平
- S形曲线：基础教育水平、疫苗注射水平与收入水平
- 滑梯曲线：妇女人均生育数量与收入水平、疫苗注射成本的变化
- 驼峰曲线：牙齿健康水平、交通事故水平与收入水平，溺水儿童占全部儿童比例
- 倍增曲线：旅行距离、支出、二氧化碳排放与收入水平

## ④恐惧本能

### 自然灾害

自然灾害致死人数锐减，高收入国家助低收入国家共渡难关

### 飞机失事

2016年四千万架次飞机，仅有10架坠毁，是最安全的交通工具之一

### 战争和冲突

世界更加和平，暴力冲突以及死于暴力冲突的人数处于历史的最低点

### 污染

化学恐惧症

### 恐怖主义

收入水平高的国家，恐怖袭击降低  
恐怖袭击增加主要来自5个国家：伊拉克、阿富汗、尼日利亚、巴基斯坦和叙利亚

### 恐惧VS.危险

应把关注点放在真正危险的事情上，而非恐惧的感觉

## ⑤规模错觉

### 两个重要方面

- 注意局部，忽略整体
- 对单一事件或看得见的受害者的重要性产生误判

### 如何控制规模错觉

- 数字对比
- 二八原则
- 研究比例

## ⑥以偏概全

### 错误的归纳法

会把不同类别的人事物归为一类，导致我们脑海中形成错误典型

### 如何控制以偏概全的思维

- 找到更好的分类方法
- 质疑你的分类方法
- 注意大多数和极端案例
- 不要把别人当傻瓜

## ⑦命中注定

### 正确认知

社会和文化并不是不可改变，是在持续变化的

### 如何控制命中注定的思维

- 迎接变化
- 随时更新自己的知识
- 和老年人对话
- 收集文化改变的案例

## ⑧单一视角

### 两个原因

- 政治的意识形态
- 专业局限性

### 如何控制单一视角的思维

- 检查你的想法
- 关注自己的局限
- 关注数字，但不仅仅关注数字

## ⑨归咎他人

### 真正的英雄

- 组织机构
- 科学技术

### 如何控制归咎他人的思维

- 寻找原因，而不是寻找坏人
- 寻找系统，而不是寻找英雄

## ⑩情急生乱

### 风险

- 做出错误的决策
- 牺牲信用和信仰

### 如何控制情急生乱思维

- 深呼吸
- 坚持以数据为基础
- 警惕带有偏见的预言家
- 小心过激的行动