

By Eldar Shafir, Sendhi

序: Why having too little means so much?

思考贫穷: } 受环境所迫, 完全理性
 | 不善规划

A AC ABD B C D B D A B

人的认知空间和带宽很有限。当你极其专注于某件事情, 就没多少精力投入到其他事情中去。这个现象称为“管窥”, 当你把越来越多的精力投入到稀缺问题上时, 在其他地方上的投入的精力就会越来越少, 而你投入很少的事情里, 有些事情甚至比稀缺问题更重要。

在稀缺状况下表现糟糕的人, 其实他们的能力和其他人并没有什么不同, 只要稀缺没有占据他们的心智。

伏尔泰: “知觉是所有乐趣之首。”

带宽 [Bandwidth]:

心智的容量, 包括两种能力: ①认知能力 ②执行控制力。

稀缺会降低所有这些带宽的容量, 致使人们缺乏洞察力和前瞻性, 还会减弱人们的执行控制力。

贫穷之人会一直穷困潦倒, 忙碌之人会永远日理万机, 孤独之人会终日形单影只, 而节食之人也总是会以失败而告终。

稀缺, 会迫使人们做出选择, 所有抽象的事物都会变得具体起来,

当稀缺越发大时, 人们的注意力会集中在如何以最有效的方式去利用自身资源上。虽然这种现象存在着负面影响, 但也意味着人们可以从稀缺中获益。

“英国人失去最好用的时候, 就是快要来不及的打击。”

。专注红利 (Focus dividend) :

无论是有工作还是娱乐,只要时间有限,我们都会尽量将其利用得淋漓尽致。这是稀缺俘获大脑时所产生的积极成果。

。目标抑制: 管窥现象背后动作的机制。稀缺创造出一个强大的目标,应对紧迫的需要,而这一目标会抑制其他目标和想法。(Goal inhibition)

。管窥负担 (Tunneling tax): 因没有对管窥心态的成本与收益进行评估,而产生的心智负担与不利影响。

。带宽, 是对我们计算能力、关注能力、英明决策能力、坚持计划能力和抵制诱惑能力的衡量。稀缺会不断将我们吸入“管子”的视野中, 形成带宽负担, 并由此抑制我们各项基本能力。

。前摄干扰: (Proactive Interference) 当我们心中想着别的事物时, 就会将其置于思想的中心, 而产生忽略行为。

。细化带宽:

① 认知能力: 向解决问题、获得信息、进行逻辑推理等能力背后的心理学机制, 其中最突出的是“流体智力”, 即进行抽象思维和推理时, 在无须特定学习或体验的情况下向解决问题的能力。

。稀缺, 不仅仅会令我们入不敷出, 不知如何分配资源, 而且还会让我们在生活的其他方面束手无策。稀缺会让人变笨, 变得更加冲动。我们不得不在流体智力和执行力被削弱弱的情况下, 依靠更为有限的脑力去勉强度日。生活, 就这样变得举步维艰起来。

— 2021.09.08 at Berkeley