

Оглавление

Предисловие	13
Глава 1. Эволюционная логика самообмана	16
Эволюция самообмана.....	18
Обман повсюду.....	22
Что такое самообман?	25
Обнаружение обмана у человека посредством когнитивной нагрузки	26
Самообман древнее, чем язык.....	30
Самораздувание правит миром	33
Низкая оценка окружающих — разновидность самораздувания	37
Ощущение принадлежности к группе	38
Фактор власти	40
Моральное превосходство	42
Иллюзия контроля	43
Искаженная социальная теория	45
Фальшивые истории	46
Модули бессознательного, участвующие в обмане	47
Критерии самообмана	49

Глава 2. Обман в природе 51

Козволюционная борьба между обманщиком и обманутым	52
Частотно обусловленный отбор у бабочек	53
Эпическая козволюционная борьба	54
Интеллект и обман	60
Имитация женских особей	62
Фальшивые сигналы тревоги	64
Камуфляж	65
Имитация смерти или травмы	66
Произвольность как стратегия	67
Обман может спровоцировать гнев	69
Животные могут осознавать обман	71
Обман как эволюционная игра	74
Теория обмана в более глубоком рассмотрении	76

**Глава 3. Нейрофизиология и уровни
налагаемого самообмана..... 78**

Нейрофизиология осознанного знания	79
Нейрофизиология подавления мыслей	82
Ирония подавления собственных мыслей.....	83
Улучшение обмана путем угнетения нейронной деятельности	84
Бессознательное самоузнавание сигнализирует об обмане	85
Может ли одна часть мозга спрятаться от другой?	88
Навязываемый самообман	90
Скрытая и явная самооценка	92
Ложные признания, пытки и лесть	94

Фальшивые воспоминания о насилии у детей	96
Самообман — иммунная система психики?	97
Эффект плацебо	100

Глава 4. Самообман в семье и расщепленное самосознание

107

Конфликт родитель/ребенок	111
Жестокое обращение с детьми	112
Геномный импринтинг	114
Внутренний конфликт противоположно импринтированных генов	115
Родительская манипуляция и импринтинг	118
Влияние супружеского конфликта на генетический конфликт	119
Импринтинг и самообман	120
Дети и обман	121
Влияние родителей на детский обман	125

Глава 5. Обман, самообман и отношения полов

128

Зачем нам секс?	129
Два пола — два коэволюционирующих вида	130
Обман и самообман при ухаживании	132
Чей это ребенок?	135
Ответ мужчины на женскую неверность	136
Обман и женский менструальный цикл	138
Самообман мужчины по поводу интереса к нему женщины	142
Отрицание мужчинами гомосексуальных склонностей	143
Приносит ли самообман в браке пользу или вред?	144

Очарование и опасность фантазий.....	147
Боль предательства.....	148
Глава 6. Иммунология самообмана.....	152
Иммунная система очень затратна	154
Важность сна	157
Компромиссы с иммунной системой.....	159
Поделиться горем — значит улучшить действие иммунной системы	164
Гомосексуализм и эффект отрицания	168
Позитивные эмоции и иммунная функция	171
Воздействие музыки на психику.....	172
Позитивность в пожилом возрасте	174
Иммунологическая теория счастья	177
Глава 7. Психология самообмана.....	180
Избегание информации одного вида и поиск другой	181
Искаженное кодирование и интерпретация информации	183
Искаженные воспоминания	185
Рационализация и искаженные описания.....	189
Предсказание будущих чувств	190
Является ли самообман причиной всех искажений?	191
Отрицание и проекция	193
Отрицание усиливается.....	194
Твоя агрессия, моя самозащита	195
Когнитивный диссонанс и самооправдание	196
Социальные эффекты уменьшения	

когнитивного диссонанса	200
Когнитивный диссонанс у обезьян и маленьких детей	201

Глава 8. Самообман в повседневной жизни..... 203

Как половые различия связаны с самоуверенностью	203
Метафоры в описании событий на фондовом рынке	206
Манипулятивные метафоры в повседневной жизни	208
Эффект «предпочтения букв своего имени»	211
Самопреуменьшение и игра под дурачка	215
«Лице-изм»	217
Спам против антиспама	220
Юмор, смех и самообман	223
Наркотики и самообман	224
Уязвимость перед манипуляциями	226
Профессиональные мошенники	228
Детектор лжи	232

Глава 9. Самообман — причина авиа- и космических катастроф..... 235

Рейс 90 Air Florida — обречен из-за самообмана	237
Катастрофа на высоте 37 000 футов над Амазонкой	242
Эльдар принимает управление на себя — Аэрофлот, рейс 593	245
Простая ошибка пилота или его крайняя усталость?	246

Лед против пилотов, авиакомпаний против ФУА	249
Подход США к безопасности становится одной из причин трагедии 11 сентября	254
Катастрофа «Челленджера»	256
Катастрофа «Колумбии»	262
Египет и Egyptair отрицают все	266
Спасенный отсутствием самообмана?	270
Глава 10. Фальшивые исторические повествования и интерпретации	272
Фальшивая интерпретация истории США	276
Осуществление контроля: небольшие военные конфликты и подставные представители	280
Учебники по истории США	283
Более широкий взгляд на историю США	285
Переписать японскую историю	286
Отрицание турецкого холокоста	290
Земля без народа для народа без земли	293
Основание государства Израиль	296
Добровольное бегство или этническая зачистка?	299
Арабский обман и самообман	301
Христианский сионизм	303
Первая линия защиты — кричи: «Антисемит!»	306
Зачем нужно исторически фальшивое изложение фактов?	309
Глава 11. Самообман и война	310
Рейды в среде шимпанзе → военные действия в среде людей	312
Самообман способствует разжиганию военных действий	316

Недооценка других людей → губительная самонадеянность	320
Война США с Ираком в 2003 году	323
Получить информацию, а затем отгородиться от нее	330
Можно ли выиграть войну с помощью бомбежки?	333
Бомбардировка помогает уничтожить историю, а также укрепить ее	337
Резня в Газе	338
Самообман и история войны	343

Глава 12. Религия и самообман 346

Внутригрупповое взаимодействие	349
Религия: рецепт самообмана	352
Религия и здоровье	356
Паразиты и многообразие религий	360
Почему существует предвзятость в отношении к женщинам?	364
Развращенность власти	366
Религии навязывают характер брачного поведения	369
Религия осуждает самообман	371
Просительная молитва — эффективна ли она?	375
Религия и террористические атаки смертников	377
Религия → самоуверенность → война	378

Глава 13. Самообман и структура общественных наук..... 379

Справедливость предшествует правде?	380
Своим успехом наука обязана механизмам предотвращения самообмана	381

Чем более «общественна» дисциплина, тем неспешнее ее развитие	384
Самообман в биологии	386
Является ли экономика наукой?	389
Культурная антропология	393
Психология	396
Психоанализ: самообман при изучении самообмана	398
Самообман деформирует науку	401

Глава 14. Побороть самообман

в повседневной жизни	403
-----------------------------------	------------

Имеет ли смысл бороться с самообманом?	405
За серией небольших побед следует большой провал	406
Признаки возможных глубинных ошибок	407
Сделать поправку на свои ментальные искажения ...	409
Почему мы так компульсивны?	411
Ценность осознанности	413
Фантазия способствует развитию обмана	414
Польза молитвы и медитации	416
Ценность поддержки друзей и наставников	418
Поощрение самообмана и личная катастрофа	419
Нескончаемая фантазмагория	420

Благодарности	426
----------------------------	------------