

Spis treści

Podziękowania	7
Prolog. Paradoks wyboru: mapa drogowa	11
CZĘŚĆ I. KIEDY DOKONUJEMY WYBORU	
Rozdział 1. Idziemy na zakupy	21
Rozdział 2. Nowe wybory	36
CZĘŚĆ II. JAK DOKONUJEMY WYBORU	
Rozdział 3. Podjęmowanie decyzji i dokonywanie wyboru	63
Rozdział 4. Kiedy tylko najlepsze ma rację bytu	96
CZĘŚĆ III. DLACZEGO CIERPIMY	
Rozdział 5. Wybór i szczęście	119
Rozdział 6. Utracone możliwości	139
Rozdział 7. „Gdyby tylko...”: problem żalu	172
Rozdział 8. Dlaczego decyzje rozczarowują: problem adaptacji	193
Rozdział 9. Dlaczego przy porównaniu wszystko traci	208
Rozdział 10. Czyja to wina? Wybór, rozczarowanie i depresja	231
CZĘŚĆ IV. CO MOŻEMY ZROBIĆ	
Rozdział 11. Co zrobić z wyborem	253

SPIS TREŚCI

6

PS. DODATKI

O Autorze	272
Pytania i odpowiedzi	274
Dalsza lektura	284
O książce	287

Przekład z języka angielskiego: *Anna Winiarska*

Projekt okładki i stron tytułowych: *Przemysław, Agnieszka, Łukasz i Katarzyna*

Wydawca: *Wydawnictwo Prószyński Siedlce*

Redaktor naczelny: *Janusz Kosiński*

Redaktor: *Anna Winiarska*

Projekt okładki i stron tytułowych: *Przemysław, Agnieszka, Łukasz i Katarzyna*

Projekt wnętrza: *Przemysław, Agnieszka, Łukasz i Katarzyna*

CZĘŚĆ I KIEDY DOKONUJEMY WYBÓR

Wstęp: *Anna Winiarska*

CZĘŚĆ II JAK DOKONUJEMY WYBÓR

1. *Anna Winiarska*

CZĘŚĆ III DLACZEGO CIEBIE WYBÓR

2. *Anna Winiarska*

3. *Anna Winiarska*

4. *Anna Winiarska*

CZĘŚĆ IV CO MOŻEMY ZROBIĆ

5. *Anna Winiarska*