
INDICE

Introduzione. Come ci abituiamo a ogni cosa, sempre	13
--	----

PARTE PRIMA

Benessere

1. Felicità. A proposito di gelati, crisi della mezza età e monogamia	23
2. Varietà. Perché spezzettare il buono ma ingoiare il cattivo in un colpo solo	43
3. Social media. Come risvegliarsi da un coma indotto tecnologicamente	57
4. Resilienza. Un ingrediente fondamentale per una mente sana	73

PARTE SECONDA

Pensare e credere

5. Creatività. Vincere l'abituazione del pensiero	89
6. Mentire. Come evitare che a vostro figlio si allunghi il naso	101
7. (Mis)informazione. Come far credere alle persone (quasi) qualsiasi cosa	117

PARTE TERZA

Salute e sicurezza

- | | |
|--|-----|
| 8. Rischio. Che cosa ci hanno insegnato
gli svedesi su <i>Högertrafikomläggningen</i> | 135 |
| 9. Ambiente. Si può vivere vicino a un
allevamento di suini al Sud durante l'estate | 151 |

PARTE QUARTA

Società

- | | |
|---|-----|
| 10. Progresso. Spezzare le catene
delle basse aspettative | 167 |
| 11. Discriminazione. L'Ebreo Gentile,
la scienziata in minigonna
e i bambini che non erano "cool" | 177 |
| 12. Tirannia. La devastante natura
incrementale della discesa verso il fascismo | 193 |
| 13. Legge. Mettere un prezzo al dolore? | 205 |
| 14. Esperimenti di vita. Il futuro
della disabituazione | 213 |
| Ringraziamenti | 219 |
| Note | 221 |
| Indice analitico | 237 |