



איור: ערן מנדל

## למה כשקר משתינים יותר?

בעודי שוכב תחת הפוך בימים הקרירים של החורף עלתה בי תהייה: האם אני מדמין או שהתדירות של הליכה לשירותים להטייל את מימינו כשקר גבוהה מאשר כשחם? בנימין

כדם ושולח אותך בריצה קלה לשירותים. יכול אפילו להיות שהתכונה הזו הש' תמרה מסיבות אבולוציוניות. במבט רא' שון נדמה שהצורך להשתין בקור נוגד את האינטרסים של הגוף שלך. הוא מכריח אותך לבקוע מבין קפלי השמיכה (כי פוך מאבד מייעילותו כשהוא נרטב), למהר לאסלה ולח' שוף חלקים מגופך לאוויר הצונן; והשתן המהביל שאתה פולט בכירור חם יותר מהסביבה, מה שאומר שאתה מאבד חום. אך בט' ווח הארוך דווקא משתלם להיפטר מהשתן, כי כל זמן שהוא בתוך השלפוחית שלך הוא גוזל חום מהגוף. לכן בדיוק הוא חם יותר מהסביבה.

**דרך אגב,** אותם צמד חשודים ממקורם משפ' עים על תופעה נוספת בשם "שיתון טבילה", שבה אנשים חשים צורך לתת שתן כשהם טובלים במים. כיוון שהמים מקררים אותנו בייעילות רבה, ייתכן ששיתון טבילה הוא בעצם סוג של שיתון קור, אף ששיתון שגם לחץ המים על הגוף משחק פה תפקיד. כך או כך, שיתון טבילה דורש כמות נכבדת של מים. אז אם תכננת לשים למישהו את היד בקערית מים בזמן שהוא ישן, אני ממליץ לך בחום למצוא משהו טוב יותר לעשות עם הזמן שלך. ■

שאלות לבלדד השוחי: askbidad@calcalist.co.il

**בנימין היקה,** אין שום ספק – כשקר לנו אנחנו משתינים יותר. זה קורה, דרך אגב, לא כשקר בחוץ אלא רק כשהגוף עצמו מתקרר משמעותית. שמה המדעי של התופעה הזאת הוא "שיתון קור", ואף שהמדענים עדיין לא בטוחים בדיוק מה גורם לה (ויכול מאד להיות שיותר מגורם אחד משחק בה תפקיד), יש להם שני חשודים מצוינים.

**החשודה** המיידית והראשונה היא היצרות של כלי הדם ההיקפיים. בתגובה לקור שרירים מיוחדים בדופנות כלי הדם מתכווצים, מצרים את כלי הדם, סוחטים אותם ושולחים את הדם שנמצא בהם פנימה, למ' רכו הגוף, איפה שקל יותר לשמור על חומו. תוצאה עקיפה של הסיפור הזה היא שיותר דם מגיע לכליות, והכליות מזדרזות לאזן את העודף הזה בדרך היחידה שהן מכירות.

החשוד השני הוא חלבון מופלא בשם אקוואפורין שמורכב מסדרות של מסננים וברזים מיקרוסקופיים, ושמןנו בנויה הצ' נרת הפנימית של כל אחד מהתאים בגוף. בקור (ותחת השפעת משקאות חריפים) יע' לוחו של האקוואפורין נפגמת ופחות מים זורמים לתוך התאים; מה שמשאיר יותר מים



## דן אריאלי

מומחה להחלטות חשובות

### למה אני עוזרת לכולם חוץ מלעצמי?

פרופסור יקר, גיליתי משהו מוזר: אני מעולה בלעזור לחברים בסידורים וטופסאדות, ולריב בשמם עם נציגי שירות. אבל דווקא כשזה מגיע לחיים שלי אני ההפך. אני דוחה דברים, אני מרגישה שאין לי חשק להתקשר לבנק או לסוכן הביטוח, ואני מפסידה בגלל זה. למה אני כזאת? והאם יש פתרון?

#### יעל היקה,

שמעי סיפור: ביקשנו פעם מאנשים לדמיין שהם סובלים מבעיה רפואית כלשהי, ורופא ממליץ להם על טיפול מורכב ויקר. הנשאלים ידעו שהרופא ירוויח יותר כסף מהטיפול הזה, ושיש לו אינטרס, שלא לומר ניגוד עניינים. השאלה ששאלנו אותם היתה אם הם יקבלו את ההמל' צה ויעברו את הטיפול עכשיו, או יתחילו בסבב חוות דעת ומחקרי שוק. רוב הנשאלים ענו שהם היו הולכים על בטוח, עוברים את הטיפול המורכב וגומרים עם זה.

אבל כששאלנו אנשים מה הם היו מיעצים לחבר שהיה נקלע לאותו מצב בדיוק, הרוב ענו שהם דווקא היו ממליצים לו לקבל חוות דעת נוספת ולהקדיש מאמצים כדי למצוא את הת' שובה הטובה ביותר. הבריאות שלו חשובה מדי להחלטות פזיונות. מצלצל מוכר?

כלכלנים התנהגותיים קוראים לזה "הפרס' פקטיבה הפנימית והפרספקטיבה החיצונית", וזו סיבה נפוצה לזה שאנחנו לפעמים לא פועלים מספיק לטובת עצמנו.

כשאנחנו עוזרים לאחרים קורים שני דברים: הראשון הוא שבגלל הריחוק שלנו מהנושא אנ' חנו בוחנים אותו מבחוץ ומקבלים החלטות קרות ורציונליות, ולרוב טובות יותר. הדבר השני שקורה הוא שאנחנו מתייחסים לעזרה לזולת כמשהו שתחום בזמן, הזמן שלו.

כשזה מגיע אלינו זה מתהפך. בגלל הקרבה הרגשית יותר קשה לנו להחליט, וכיוון שזה הזמן שלנו אנחנו מרגישים רשאים להיכנע לחולשות, ולמשל לפעול באופן אימפולסיבי או לחלופין לתת לעצמנו עוד ועוד דחיות. מהו הפתרון? להיות העוזרת החיצונית של עצמך. הייתי מתחיל בלנסות לשנות פרספקטי' בה, לדמיין שזו היתה בעיה של חבר ולהתאמץ להחליט באופן קר מה נכון לעשות. את התשובה הייתי מכניס כמשימה ביומן, והופך אותה לעבר' דה, תוכנית פעולה עם זמנים. ובקיצור, תהפכי לחברה טובה של עצמך ותתקשרי כבר לבנק. ■

פרופ' אריאלי הוא חוקר כלכלה התנהגותית ומחבר רבייהמכר "לא רציונלי אבל לא נורא" והאמת על באמת". שאלות לדן אריאלי: askdan@calcalist.co.il



# להילחם על חירות או על הרמוניה?

ובמה צפון קוריאה דומה לנוצרים בדרום ארה"ב

שאלה: איך כינו השנה כל היהודים והמוסלמים את 25 בדצמבר? התשובה: יום חמישי. ההתחכמות הזאת ניתנה בציוץ ששיגר האסטרופיזיקאי ניל דה-גראס טייסון בטוויטר במהלך חג המולד. ציוץ זה היה חלק מסדרת שניות שנויות במחלוקת של טייסון שהבעירו סערה ציבורית. בבוקר חג המולד הוא צייץ בטוויטר: "היום, לפני שנים רבות, נולד ילד שעד שהגיע לגיל 30 הוא שינה את העולם. מזל טוב, אייזק ניוטון". גם השניות הזאת, כמו קודמתה, היא מסר עוקצני על חשבון רגשות דתיים.

טייסון הוא מדען בעל שם עולמי, מנהל הפלנטריום הענק במוזיאון האמריקאי להיסטוריה של הטבע, אחד המוזיאונים החשובים בעולם הממוקם במנהטן. מעבר לכך, הוא כנראה אחד הדוברים הבולטים היום בעולם בתפר שבין מדע לתקשורת, מה שמכונה "מדע פופולרי". הוא חיבר יותר מתריסר ספרים רבי-מכר, זכה לכי

**ההתבטאויות האנטי-דתיות של ניל דה-גראס טייסון רלבנטיות גם לנו. האם צריך לשים "רגולציה" על השיח הפוגעני ברשתות החברתיות בישראל, או שמגבלות על אופן הביטוי יזיקו יותר מכל פגיעה?**

מעט שני תריסר תוארי דוקטור של כבוד מאוניברסיטאות שונות, ומוכר מאוד בזכות אינספור הופעות בתקשורת.

דווקא בגלל מעמדו הציבורי הזה, התביטאויותיו בטוויטר בחג המולד ובראש השנה האחרונים משכו תשומת לב מיוחדת. הסרקום של טייסון, שחידד את הקיטוב בין מדע לדת, שוכפל לעשרות אלפי שיתופים, לא כולם אוהדים: רבים רגזו על הפגיעה בגישות הנוצרים, ולא מעטים תבעו את על-בון כבודה של הדת ודרשו התנצלות. היו מי שהשוו את הציוצים הללו לקריקטורות שלעגו למוחמד, שפרסם עיתון דני ב-2005. טייסון, מצדו, סירב להתקפל. "תארו לעצמכם עולם משכיל ומואר על ידי אמינות אוניברסיטאיות במקום כזה שבו נעלבים מאמיתות שכאלה", צייץ.

העימות של טייסון ומתנגדיו שמר על טונים מכובדים. זה לא קרה במאבק אחר על גבולות הביטוי, שגם הוא התנהל באחרונה: כשאולפני סוני הפיקו את הסרט "ראיון סוף", הכולל סצנה שבה נרצח נשיא צפון קוריא, הדליפו האקרים צפון קוריאנים את הסרט ועמו שלל תכתובות פנימיות של האולפנים, חשיפה שפגעה בתדמיתה של סוני. הם גם לא היססו לאיים על בתי הקורנוע שישדרו את הסרט. סוני, מצדה, הפיזה את הסרט ברשת. האם זכותם של נפגעים מהתבטאות מקוננת להיעלם? האם מותר לעשות יותר מאשר להיעלם?

סיפור הציוצים של טייסון מעורר גם

עניין מקומי בישראל. יש כאן דההוד לוויתור הפומבי הניטש אצלנו על השימוש בתקשורת וברשתות חברתיות בהקשר של נושאים שנויים במחלוקת. מהם גבולות חופש הביטוי והנורמות הראויות? הרשתות גדושות בדיונים על סוגיות פוליטיות, יחסים בין קבוצות אתניות ושסעים בנושאי זהות ודת. ברגעים של מתח ביטחוני למשל, הטונים עולים והשפה מתחדדת. אפשר לצפות שהדפוס הזה ילך ויתחזק בשבועות הקרובים, ככל שהבחירות יתקרבו. האם יהיה נכון לקבוע מגבלות, לשים "רגולציה" על השיח ברשת כדי למנוע התלהמות? או שמא מגבלות על חופש הביטוי יזיקו יותר מכל עלבון?

**לאמריקאים יש אמרה המשוננת בגני הילדים: "אבנים ומקלות יכולים לפצוע, אבל לא מילים". לכל אחד מאיתנו יש סף של טעם טוב, שמתחתיו אנחנו מרגישים לא בנוח. יש לנו דרישות לגבי נורמות התנהגות כלפי האחר, הגדרות של נימוס וגם של אחריות משפטית. העמדות והגבולות האלה נבחרים בעוצמה גוברת בשיח המתנוון באינטרנט. האם אנחנו אווזים באותם עקרונות ומיישמים אותם סטנדרטים לכל רוחב החזית? האם התבטאויות על האסלאם ומאמיניו שוות זכויות להתבטאויות על המדע ונגד מתנגדיו?**

פרופ' רפאלי הוא ראש המרכז לחקר האינטרנט באוניברסיטת חיפה sheizaf.rafaeli.net

## תורת המספרים

הסטטיסטיקה של החיים

## למי במערב אין חיים?

האיוון בין עבודה ופנאי משתנה דרמטית במדינות שונות. במערב הממוצע הוא שבע שעות עבודה ביום, בין שעתיים (אצל גברים) לארבע וחצי שעות (אצל נשים) שמוקדשות לסידורים וחובות אחרות, 8:20 שעות שינה, ואת יתר החיים מכניסים בזמן שנותר, שעומד על בין ארבע לשש שעות ביום חול. אבל זה הממוצע. כשבוחנים כל חברה בנפרד מוצאים מדינות כמו דנמרק והולנד, שבהן מספר שעות הפנאי היומיות עולה על מספר שעות העבודה, ומדינות שבהן המצב הפוך. נחשו מי.

שיעור העובדים יותר מ-10 שעות ביום וממוצע שעות העבודה במדינות מערביות נבחרות

