

有太多選擇嗎？

讓應用程式幫你解決這個問題

作者：Steve Almas

繪圖者：Guy Billout



要想深入了解我到底多
沒辦法自己做抉擇，或許得從
九月初那個傍晚，我們全家都
知道的 Netflix(網飛) 噩夢故
事開始說起。

我妻子艾琳帶著我們年
幼的三個孩子去拜訪她的朋
友，而我則在家裡埋首工作好

趕上即將來臨的截稿日。就在
與鍵盤為伍兩天後，我終於完
成我的工作。待在空蕩蕩的屋
子裡，我很少有一些空閒時間
可以我想看的電影。

我打開 Netflix(網飛)，
開始尋找我想看的東西。因為
孩子們的關係，我們很少出去

看電影，也因此，我覺得馬
上有十多部極好的電影，可以
選來看看。

我把幾部我可能會想跟
艾琳一起看的電影先擺在一
邊，刪減了一半的片單。現
在我只需要決定我到底想看
哪一部便行。聽起來很簡單

對吧？只是個電影而已，隨便選一部，然後窩回沙發裡放鬆一下。

但突然之間，我覺得每一部看起來都很不錯，基於各種不同的理由。沉悶恐怖的納粹戰爭史紀錄片，古怪的愛情喜劇片（因為我喜歡裡面的女演員），以及我沒能進電影院觀賞的正典奧斯卡得獎作品。

所以我索性做了所有網路世代的美國人都會做的事，我上網搜尋資料，觀看預告片，還上了影評網站，點進連結看了那些長篇評論。這個時候，電話響了。

是我妻子打來的，她問「你在做什麼？」我回答「只是想找部電影來看而已。」她接著回答「哇，你還真是勤奮，連夜晚都不放過。」

我抬頭看了一下時間，已經 11 時 27 分，而我花了兩個半小時在網路上尋找相關資料。

「那麼以你決定好要看哪一部了嗎？」艾琳隨意地問

接著便是一段很令人尷尬無聊的沉默。

「我還沒完全地決定。」我悄聲回答

在這個僵持的過程中，我不覺孤單。多虧我們身為人類，擁有無限創造力，我想生活在現代的人類應該對於過多的選擇以及因為這些選擇而延伸出來的豐富資訊感到滿足了吧。結局是，我們總是很容易就陷入疑慮，總是認為會有更好看的、更好穿的、更好吃的

或更好開的車。

整個學術界也開始發展研究決策這一門學問，例如芝加哥大學的決策中心便有一群心理學家及行為科學家試圖瞭解及推敲我們到底如何做決策。

哈佛商學院以及紐約大學研究學者最近提出來的一份論文裡完整總結了現今研究的重點。以本質而論，人類有兩種決策系統之指導方向，第一種的特點為快速的，暗示的，以及比較情緒化的決策，第二種為緩慢的，明確的更具邏輯性的。越是忙碌且瘋狂的人，代表他們越靠第一種系統來做決定，大部分的學術單位之目標都希望把我們從第一種系統（直覺）慢慢地轉移到第二種系統（正式的分析過程）。

不過很幸運的是，科技帶給我們一些有效力的工具來幫助我們適應以上的變化，雖然科技本身也承受了許多造成資訊過剩的罵名。因此，我決定外包一個禮拜所有需要做決定的事給我的智慧型手機。更精確地來說，是外包給一系列專門為我這種束手無策的人設計的應用程式。

這件事從 11 月底開始執行，我必須要做的第一個決定便是為 12 月初，為我兒子的 7 歲生日挑選生日禮物，我必須先澄清這個決定，就像我生命中其他大部分的決定，是跟我妻子一起做的。

我兒子猶大已經先宣告他想要的禮物了——一台價值

50 美元的遙控直升機，我則偏好從他最喜歡的手工玩具店裡買禮物。於是我們向「選項地圖」——一個評價極高的應用程式——尋求幫助，此一應用程式要求我們輸入一些篩選條件。

於是你注意到的第一件事便是這些應用程式並不會真的幫你做決定，只是要求你個別化及數量化（然後，假定性地釐清）你的慾望罷了。

所以我開始輸入一些篩選標準：價格、教育價值、以及打開不到三分鐘被弄壞的機率。

艾琳說：「喔，拜託。只是個生日禮物而已，最重要的是他開心就好。況且，他的手工玩具已經比馬莎莎都華多了。」

這時你理解到這些應用程式帶來的第二個影響——造成人們在做決定前的爭辯。在跟艾琳幾經爭論後，我們開始幫那些標準依序排列其重要性，然後「選項地圖」便顯露了個答案給我們。

我不認為大家對於兒子（猶大）拿到他的直升機會感到很震驚，當然，更不用說他在一天之內就把它弄壞了。

我的下個要做的決定是是否要在感恩節的時候開 90 分鐘的車到我的岳父母家或者是留在家裡做更多工作。這個決定我便自己裁決，雖然我的選擇包含了「婚姻的重要性」及「工作的責任感」之抉擇準則。

自然而然的，一直耗下去，而導致越來越多的問題出現了。我應該吃肉還是吃素？我應該過夜還是吃完晚飯就回家？如果我的岳父母談到他們喜愛的川普，我應該發表我的意見抑或是閉上我的嘴？我很認真地在「選項地圖」裡填入這些選項。

結果是，我吃了半隻的火雞，完全沒有發表對川普的意見，然後狂灌了5瓶低熱量可樂來防止自己在開車回家的路上睡著。

隔天早上，我跟一位球友打壁球，我居然不能決定我要使用哪支球拍，是邊框有點受損但總是帶給我好運的那支，還是擁有高科技握把的那支新球拍？此時電話響了。

我的球友疑惑地看著我用手指戳我的手機。就在此時我開始理解到「選項地圖」的缺點，還有其他應用程式像是「決策兄弟」也是。這些應用程式要求使用者填入及排列一系列的篩選原始資料（一些抉擇的依據），進而拖延了做出決定的時間。

而這些應用程式讓我意識到首先我到底靠它做了多少決定，要穿什麼衣服，要做什麼早餐給孩子吃，自己要吃什麼，是否要喝咖啡，要做什麼，哪些電子郵件需要回，是否要逼自己閱讀頭條消息——實在讓人頭暈，更別說在供應27種品牌番茄醬選擇的超商購買生活用品了。

我想我需要的是一些可

以簡化這些決定的應用程式，於是我問了我的科技狂朋友麥特，他跟我說我必須要為我的決定做決定，假如下的賭注少了，輸入跟輸出的壓力也會相對地減少。

我不太確定我懂他的意思，但根據他的指示，我下載了「終極決策者」——一個比較靠運氣而不是靠邏輯抉擇的應用程式。內含工具包括了一個翻轉硬幣，一個骰子，一個會抽出號碼的那種樂透機。我花了幾乎一天的時間用這個來做一些決定（在購買雜貨時特別管用），然後我理解到擲硬幣根本就不太算是在做決定，跟完全認同某個決定沒有甚麼不同。

「城之匙」這個應用程式大概實用它在個人意志力與幸運意外的機率上比較相近。這得要依據你所在的地點來評估並推薦附近的餐廳給你的問題。只要輸入所在的位置，食物類型，以及價錢，然後搖搖手機，你就會看到有如吃角子老虎遊戲機的畫面。然後，你就知道你要去的餐廳在哪裡。我跟艾琳也因此成為一家泰式餐廳的常客。

我也嘗試了一般人所謂「社交民意調查所」的應用程式，透過這個應用程式，你可以在做決定前與你的親友討論。但前提是你的親友也必須用他的手機下載這個應用程式才行，我大部分的朋友都沒有，可能是因為我將屆50歲，甚至去年我才擁有我的第

一支智慧型手機。

我的妻子則在臉書上解決了這個問題，她在臉書上發表詢問我們是否應該在明年暑假時帶著我們的孩子到西岸遊玩。她所有的朋友馬上給了正面回應，更有一些住在西岸的朋友還說要來接我們。

即使湧入了許多正面回應，艾琳看起來仍然有些疑慮。

「怎麼了？」我問「這問題應該是不太需花腦筋吧？」

「我也很想同意你的說法。」她說「但我的這些朋友沒有一個人是需要跟一個兩歲小孩在租來的車上相處長達8個小時的。」

也對。

老實說，我根本撐不到一個禮拜，只花了5天半的時間我就決定我需要了斷這個念頭。

那我在這段時間到底學到了些什麼？我學到了在「資訊充足」與「資訊太多」中間存在著一條很細微卻又重要的界線。我學到了一個好的決定必須建立在自身考量之後所排出的優先順序上。最重要的是，在做「正確」的決定上過份執著根本就是傻子才會做的事。關鍵在於理解根本沒有「正確」的決定，而是你要做出對你來說最好的決定。做了決定跟決定之後你要如何自處是同等重要的，甚至後者常常比前者重要。（參考資料——羅伯特·佛洛斯特所著的「無人走過的路」）

那一周確實幫助我跟艾琳釐清了為何我們一直在一些小事無聊的決定上糾結之行為模式，因為我們試圖逃避一些比較重大的決定。例如艾琳到底需不需要去做昂貴的牙齒矯正治療，這件事我們已擱置好幾年。

與其很苦惱地做一些無法下決定的討論，我們坐下來好好地列了一張綜合所有因素的清單。我們衡量了美感及口腔健康與花費及不便性的利弊得失，然後作一個「大膽的判斷」，以確定我們的直覺是否符合仔細分析之後的結果。

然後，結果確實是相符的。於是我妻子在春天即將戴上她幾十年來一直想擁有的牙套（大部分是透明的）。

我們也想到了另一個困擾我們很多年的問題：養貓。艾琳跟孩子們一直想要養一隻貓，但是我不想，應該說，我想要等到我們所有的孩子都有能力可以幫忙清理垃圾箱時再來討論這件事。

艾琳和我花了很長的時間討論這件事，我竭盡所能提出對我有利的問題，例如貓食以及獸醫的費用，清理所花費的時間，以及跳蚤出現的風險。艾琳並沒有跟我爭辯這些問題，反之，她提出了貓對於我們跟孩子的意義以及貓咪有助於兒童發展同理心等重要性。（煩人的是，她還做了一些研究來支撐她的理論。）

好吧，就決定養貓吧，

等我們兩歲的兒子學會自己上廁所的時候。

還有許多事情等著我們去做決定，一個最重要的決定是我們是否要搬回加州，那是我長大的地方，又或者待在新英格蘭？當然對於手機應用程式來說，這個決定過於重大。不過應用程式倒是幫助我們認真且真誠思考搬家這件事對於我們家來說是件意義多麼重大的事。

看的出來，幾乎所有跟決定相關的應用程式都是為了個人預設的抉擇困境而設計出來的。但當我更廣泛的思考這些我所做的決定後，我理解到很多我很掙扎的個人內在衝突其實跟我的職業生涯有很大的關係，特別是在於捍衛我自己利益的同時也要表現出符合道德行為。

舉例來說，我最近寫了一篇文章刊載在一個散文選集上，出版商想把這篇文章發表在一個有名的網站上，問題是，他們不要付我錢。

在網路世代這是一個很常見的標準議題，癥結點在於藉由轉發文章，作家的作品得以在很多人面前曝光而因此受益。

這或許不假，但我還是堅持主張作家（藝術家）提供他們的作品刊載於雜誌，報紙或網站上，就該獲得他們應得的報酬。但這次事情有點複雜，在於那個散文選集的編輯是我一個很好的朋友，同時也是一個作家，她希望我的作品

可以轉載在網路上。

正當我掙扎著該怎麼做時，我突然想到一個極佳的決策工具，一個扶輪社員可能不太陌生的東西。

那便是扶輪的四大考驗，這是扶輪社員赫伯·泰勒 Herbert Taylor 在 1932 奉命接管芝加哥一家瀕臨倒閉的公司時，他為員工所設立的道德標準，由四個很簡潔的問題所構成，同時也可視為一種原型應用程式：

- 是否一切屬於真實？
- 是否各方得到公平？
- 能否促進親善友誼？
- 能否兼顧彼此利益？

我立即把這四個問句套用在我左右為難的問題上。而無庸置疑的，請網站付我酬金才是對各方公平的，而我也很榮幸這符合我個人定義的真實性。然而，問題在於這可能無法促進出版商及網站的利益進而傷害到我們的友誼關係。

所以我寫信給我的朋友，說明我的立場並請她給點建議，她表示，身為一個作家，她很同情我的困境，也建議我應該依著自己認為最正確的方向去做。所以我謹嚴用詞，寫了另一封信給網站的編輯。而她也一樣同情我的處境，並答應要詢問比較高位階的編輯是否可以付給我一點酬金。

最後，網站決定不發表我的文章。這當然很令人沮喪，但我覺得在符合個人道德意義下我做了正確的決定。

我也確信必須把扶輪的
四大考驗變成一個應用程式，
只是我必須決定我是否要當做
這件事的人。

作者 Steve Almond 是國
際扶輪英文月刊 The Rotarian
定期投稿人，同時也是一位
作家，著作包含「抵制美式
足球——一位球迷的宣言」

(Against Football: One Fan's
Reluctant Manifesto)

本文譯自 2016 年 12 月
號 The Rotarian 內 Option
Overload? 一文。

