

視点を変えてみませんか！

右の性格診断を見て、あなたは どう
思いますか？

多かれ少なかれ人間関係に問題のない人はいませんし、また誰でも褒められたら嬉しいし、自分の欠点の1つや2つ抱えているのは自然なことです。

アメリカの心理学者バートラム・
フォアラーは、誰にでも当てはまるあ

りきたりな性格描写を、他人にも当てはまることだと考えることなく、自分だけに当てはまると思い込んでしまう状況を発見しました。これをバーナム効果と呼んでいます。話し手が権威のある立場の人や、内容が前向きなものだとその効果がより高まり、少し考えれば「これはおかしい」と分かることなのに、何の疑いもなく自分に都合の良い情報にばかりに目をやってしまいます。

「あなたは、人間関係に大きな問題を抱えていますね。」

「あなたは他人から好かれない、褒められたいと思っていますが、反対に自分を否定的に捉えて思い悩むところがありますね。」

「あなたは理屈っぽく、優柔不断なところがあります。」

「あなたはロマンチストな面を持っています。」

星座占いや血液型性格診断で「あれ、なんか当たっている気がする…」と、これまで思ったことのある人はバーナム効果の影響をすでに受けているかもしれません。几帳面やおおざっぱ、または自己中心的な言動などは、人間ならば誰でもあることで、血液型が何型であろうとも当てはまることです。

バーナム効果の影響をいったん受けると、それが意識の中に残り、例えば血液型がA型の人が几帳面な行動を取ったら「やっぱりA型は几帳面だ。」「A型は几帳面に決まっている。」などと信じ込んでしまい、そのことだけが記憶に強く残ってしまいます。そうになると「あの人はA型だから几帳面なんだ。」というように勝手に決めつけ、「思い込み」という固定観念ができあがり柔軟な考え方ができなくなるのです。

<日本でよく言われる血液型の特徴>

A型：几帳面できれい好き

B型：わがままで自己中心的

O型：おおらかで大雑把

AB型：二重人格で二面性がある

※ 欧米人には自分の血液型を知らない人もいます。



「思い込み」という固定観念に踊らされないためには、今までとは少し視点を変えてみるのが大切です。

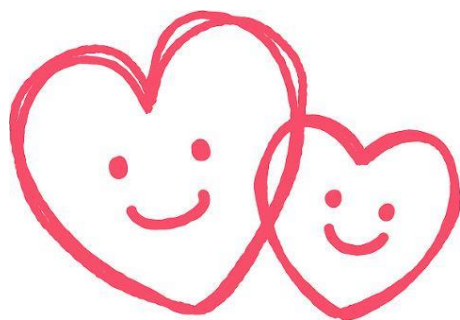
そのことを、私たちに教えてくれる、金子みすゞさんの「雀のかあさん」という詩を紹介します。

我が子が子雀を捕らえて遊ぶ姿に、子供の成長を母は笑ってみていた。しかし、捕らえられた子雀にどうする事も出来ない母雀は、ただ見る事しか出来ない。子を失いそうな母雀の怒り、悲しみが伝わってくる。この母雀と同様な思いを、人間を含めてどれだけの生き物たちが味わっているのでしょうか。

この詩では、子供が雀を捕らえた所から、屋根に止まっている母雀へ視点を徐々に移動させていくことで、「人間の母親の視点」と「母雀の視点」を比べ、ある一つの出来事における二つの「かあさん」の反応を上手く描き出している。「人間の母親の視点」と「母雀の視点」と同様に、「自分の視点」と「相手の視点」が同じであるとは限らず、全く違っているかもしれないということを、この詩が教えてくれています。

一方的な思い込みや正確でない情報は偏見につながる恐れがあります。私たちのまわりにある人権問題は、間違った思い込みや偏見が一つの原因になっている場合も多くあります。「男だから、女だから、子どもだから、高齢者だから、外国人だから」といった自分の中の一方的な思い込みから、差別意識が生まれ、気づかないうちに人の心を傷つけたり、分け隔てたりしていませんか。

相手との違いを受け入れ、思いやりの心を持って相手を気遣い、相手の立場や気持ちを考えることで差別のない社会につながっていくのではないのでしょうか。



自分の中に刷り込まれた「思い込み」は、必ずしも正しいとは限りません。視点を変えるだけで見えてくるものが変わります。ほんの少し視点を変えるだけで世界が変わります。少し視点を変えてみませんか。

次回の放送は、9月18日(水)の予定です。お楽しみに…

