

こころの科学入門

中山真孝

京都大学・人と社会の未来研究院

こころの科学とは

- 「こころ」の科学は何をめざしているのか？
- 「こころ」を科学的に研究するとは？

こころの科学とは

- 実践科学

→社会からの要請に応じて、専門知識に基づき問題の解決のために実践する

- 基礎科学

→人のこころの働きを行動実験や調査等を用いて実証的に明らかにする

実践科学としてのこころの科学

- カウンセリング
(進路としての公認心理師)

実践科学としてのこころの科学

- コンサルティング（リーダーになる）
→ 人を知り組織を知って経営に生かす

リーダーシップ研究

基礎科学としてのこころの科学

- こころの働きや現象に関する新しい事実を発見する
- こころの現象をあらわし、理解することを助けるような概念をつくる
- こころを理解するための実証的方法論を提供する
- こころを理解する「見方」を提示する

こころの科学を体験してみよう

- 「炙りカルビ」とできるだけ早く10回言ってください。



ここらの科学を体験してみよう

- 間違えたりゆっくりになったりせずに10回言い切ることができましたか？

こころの科学を体験してみよう

- こころの働きや現象に関する新しい事実を発見する

→ 「炙りカルビ」は言いにくい

なぜ？

こころの科学を体験してみよう

- こころの現象をあらわし、理解することを助けるような概念をつくる

→なぜ「炙りカルビ」は言いにくいのか？

炙りカルビ

→アブリカルビ

→ ABURIKARUBI

こころの科学を体験してみよう

- こころの現象をあらわし、理解することを助けるような概念をつくる

→なぜ「炙りカルビ」は言いにくいのか？

炙りカルビ

→アブリカルビ

→ ABURIKARUBI

こころの科学を体験してみよう

- こころの現象をあらわし、理解することを助けるような概念をつくる

→なぜ「炙りカルビ」は言いにくいのか？

炙りカルビ

→アブリカルビ

→ ABURIKARUBI

こころの科学を体験してみよう

- こころの現象をあらわし、理解することを助けるような**概念をつくる**

→なぜ「炙りカルビ」は言いにくいのか？

→似たような音からなる言葉は言いにくいのではないか？

→「音韻類似性効果」 (概念)

←人が言葉を話す時、1つの単語としてだけでなく母音や子音といった音に分解して、組み合わせることで話しているのではないか？似た音同士はその時に誤って組み合わせられるのではないか？

こころの科学を体験してみよう

- こころを理解するための実証的方法論を提供する
→ 言い間違いから言語を話すメカニズムを知る

もし「音韻類似性」が言い間違いを起こすなら・・・

- 「上タン塩」は言い間違いにくい
- 「生菓子（NAMAGASHI）」は言い間違いやすい

さらに実験をして比較する

こころの科学を体験してみよう

- 「上タン塩」とできるだけ早く10回言ってください。

こころの科学を体験してみよう

- 「生菓子」とできるだけ早く10回言ってください。

こころの科学を体験してみよう

- 「上タン塩」は言い間違いにくい
- 「生菓子（NAMAGASHI）」は言い間違いやすい
という仮説通り？

→仮説通りの結果が出る場合もある

→仮説通りの結果が出ない場合もある

定説を学ぶだけが科学ではない（学ぶのは大事）

仮説の修正と再検証を繰り返すのが科学

バイアス

- ある道で事故が起こった

→ 「あの道は危ないと前からわかっていた」と思う

- ある人が事件を起こした

→ 「あいつは危ないと前から思っていた」と思う

バイアス

- トランプがアメリカ大統領になった

→ 「トランプが選挙で勝つと前から予想していた」と思う

- 決勝でAチームが優勝した

→ 「Aチームが勝つと試合前から思っていた」と思う

バイアス

- 心の働きや現象に関する**新しい事実**を発見する

人間の心には、

物事が起こったと知った後に、そのことが起こることがあらかじめ予測できたと、実際以上に思う傾向がある

Roese and Vohs (2012)

Roese, N. J., & Vohs, K. D. (2012). Hindsight Bias. *Perspectives on Psychological Science: A Journal of the Association for Psychological Science*, 7(5), 411–426.
<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1745691612454303>

後知恵バイアス

- ことこの現象をあらわし、理解することを助けるような概念をつくる

物事が起こったと知った後に、そのことが起こることがあらかじめ予測できた、実際以上に思う傾向

→ 「後知恵バイアス」という

Roese and Vohs (2012)

バイアス

- ところを理解する「見方」を提示する

その1

ところは外界の事実・客観的事実をそのまま捉えるのではなく、さまざまなバイアス（歪みや思い込み）を持って世界を見ている

→バイアスに気づき、その影響を減らす（例：事故を起こした人間を過度に責めない）ように注意しないといけない

バイアス

- ところを理解する「見方」を提示する

その2

人間のところは客観的事実をそのまま捉えるのではなく、柔軟に解釈することで、その後の適応的な行動を導いている

→ 「本当は防げたかもしれない」と思うことは今後の予想や改善に役立つことも

Roese and Vohs (2012)

バイアス

- ところを理解する「見方」を提示する

その2 (別バージョン)

人間のところは客観的事実をそのまま捉えるのではなく、柔軟に解釈することで、その後の適応的な行動を導いている

→過去の出来事を解釈し直すことで、意味を見出すこともできる

「トラウマとは、『出来事それ自体』ではなく、その『出来事を見る方法』である」 (Hillman, 1994; ユング心理学者)

人間の見方や価値観を知る

• 幸せになりたいですか？

はい

いいえ

人間の見方や価値観を知る

- どれくらいの幸せが理想ですか？

最高に幸せ

とても幸せ

そこそこ幸せ

少し幸せ

幸せでない

人間の見方や価値観を知る

- どれくらいの幸せが理想ですか？

最高に幸せ

とても幸せ

そこそこ幸せ

少し幸せ

幸せでない

著作権保護のため図は省略

引用元（オープンアクセス）のFig5を参照してください

Krys et al., 2024

Happiness maximization is a WEIRD way of living.
Perspectives on Psychological Science: A Journal of the Association for Psychological Science,
17456916231208367.

<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/17456916231208367>

人間の見方や価値観を知る

- どれくらいの幸せが理想か（望むか）はそもそも社会や文化によって異なる

＝「幸せ」についての見方が社会や文化によって異なる

なぜ？

人間の見方や価値観を知る

- 「幸せ」についての見方が社会や文化によって異なる

なぜ？

西洋の、教育制度の整った、
産業化した、経済的に豊かな、
民主主義の国であり

生存のための
資源や環境が
豊富な国は

幸福の最大化を
理想とする

（「功利主義」）

著作権保護のため図は省略
引用元（オープンアクセス）のFig3を参照してください

Krys et al., 2024

Happiness maximization is a WEIRD way of living. *Perspectives on Psychological Science: A Journal of the Association for Psychological Science*, 17456916231208367.

<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/17456916231208367>

人間の見方や価値観について考える

- 現代社会では、エネルギー問題、気候変動など資源や環境の有限さが顕著になり始めている

人々の幸せについての理想や考え方はどうなるのだろうか？

どうなるべきだろうか・・・？

→科学的データを参照しながらこういった問題を考えることも
こころの科学



高校までの学びとこころの科学

- 国語・英語→論文を読み書きし、他の研究者と議論するには言語能力は必須。言語能力自体も研究対象
- 数学・情報→データの統計分析、数理・計算モデルによる分析
- 理科→実証科学的方法の基礎。生物としての人間（や他の動物）を知る
- 社会・宗教→歴史や地理、思想や宗教を知ることによって社会や文化を理解する。例：「功利主義」、「トロッコ問題」、「ユング」、「フロイト」
- 芸術・家庭→これらは実際に人間の作り出したものなのでこころの科学の対象
- 保健・体育→研究に健康・体力は必須！

京都大学でこころの科学を学ぶには？



京都大学 学際融合教育研究推進センター

こころの科学ユニット

→ 内部情報

→ 外部リンク

組織

NEWS

研究

産学連携

教育

心理系資格

京大で
「心理学」
を学ぶ。

京都大学 学際融合教育研究推進センター
こころの科学ユニット

「心を聴く。」

総合人間学部について知りたい方 

文学部について知りたい方 

教育学部について知りたい方 

医学部医学科について知りたい方 

<https://www.kokoro-unit.kyoto-u.ac.jp/highschool/>