

HumanLetter

ヒューマン・レター

vol 2 怒り



脳の造りが犯罪者を創る

正常な人の脳と暴力的な犯罪者の脳が同じではないことは、すでに数々の研究で確認されています。たとえば、殺人で起訴されたものの、精神異常を理由に無罪を申し立てた41名の脳のPETスキャン画像を正常なグループと比較したのがあります。どちらも視角的作業をしているときの脳をスキャンしているときのものです。

調査の結果、犯罪者の脳は怒りなどの感情を抑える前頭葉の活動が低いことがわかりました。それが特に顕著だったのが、計画殺人ではなく、衝動殺人の加害者です。さらにくわしく分析すると、犯罪者の脳は前頭全皮質の灰白質が11%も少ないことが判明しました。さらに右脳の情動領域が活発で、左右の脳の神経接続が悪いこともわかりました。

この調査を行ったのは南カリフォルニア大学の心理学者によるものです。彼は、犯罪者と正常な人間では大脳辺縁系の活動状態が異なる点をあげ、犯罪者は恐怖を感じにくく、さらに状況を長期的にとらえることが難しいのではないかとしています。

この調査をみると前頭葉、そして右脳が犯罪に大きく関与しているのが分かります。前頭葉は、思考、概念化、計画など脳のあらゆる機能を統合するところです。前頭葉はまた、感情を意識的に認識するうえで重要な役割を果たしている。

右脳は左脳より情緒的といわれています。とくに悲しみの感情、また漠然とした悲観主義に関しては特にそれがあてはまります。左脳に障害がある人は、些細なことでも、まるで人生が終わったかのように振る舞います。左脳が右脳をコントロールできず、情緒最優先になってしまった結果です。

逆に右脳がだめになった人は、本当は耐えがたい苦しみを味わっているのに、まったく動じず、楽観的で快活な態度を取り続けることになるのです。さらに、自分自身の身に降りかかった問題を認めようとしないこともあります。米国のある高齢の判事は、右脳に障害を持ったのにも関わらず、現職にとどまろうとして周囲を困らせました。法廷に出るとことのほか楽しくなって、重い犯罪をおかしたものを無罪にしたり

したかと思えば、軽犯罪の被告に終身刑を宣告したりしたそうです。

このように犯罪というのは、犯罪者の意識（道徳観、宗教観など）のトラブルだけではなく、脳の造りによって起こることもあります。それは生得的なものもあるでしょうし、後天的なものもあるでしょう。ここで、知っておいていただきたいのは、脳の仕組みが私たちの行動をコントロールしているということです。

犯罪が未だに絶えないのは、倫理や道徳の問題だけでなく、脳という情報空間をうまく構築することができていないからなのです。脳の仕組みを知り、それを上手にプラスの方向にもっていかない限り、人生を良好な方向にコントロールができないといっても過言ではありません。

ヒューマン・ハーバーではウェルビーイング（健康な心と体及び社会の実現）をミッションに様々な取り組みを企画しております。今回は近々に開催されるセミナーをご案内させていただきたいと思っております。脳機能、心理学をベースにした内容となっております。多くの方々にご満足いただいているものです。申込・お問い合わせは当オフィスまでお願い致します。満席になり次第締切となりますので、早めに申込み下さい。

※セミナー開催のご案内 平成27年3月13日(金) 藤枝市生涯学習センター
参加費：各2,500円 2講座受講される場合4,500円 定員各20名

◆「メンタル・コーチングってなに？」体験セミナー(2時間)

～錦織圭はなぜあんなに強くなったのか？ 午前10時～12時

全米オープンテニスでのあの錦織圭の活躍はみごとでした。実は、その支えになっていたのが、マイケル・チャンの「メンタル・コーチング」でした。「誰にも負ける気がしない」というコメントはかなりポジティブなものです。そこにハタリや強がりではなく、素直に自然にコメントしていました。結果はご存知の通りです。奇跡に近い活躍ぶりでした。

実はその背景にメンタル・コーチングの関わりがあります。メンタル・コーチングが目指すものは、「正しいゴール(目標)設定」です。正しいゴール設定ができれば、自ずと今必要なリソースが目に入り、モチベーションダウンすることもありません。なぜなら「したいこと」をすることになるからです。錦織圭の場合もまさしくこのゾーンに入っていました。

◆「感情解放(エモーション・コントロール)セラピー」体験セミナー(2時間)

～たった数分で感情は良くなります！ 午後1時半～3時半

私たちはいつも良い感情でいたいものです。しかし、なかなかそれが難しい時があります。落ち込んだり、やる気がでなかったり、不安になったりしてしまいます。そんな時に一人で簡単にできてしまうのが、このセラピーです。米国では心を病んだ帰還兵の治療に絶大な効果を発揮しました。感情の仕組みを脳機能やエネルギーシステムという視点でとらえ、それを良好にすることで心身の状態を整えることを行います。その結果、不安は軽減し、よりポジティブな思考、行動へと移行していきます。本セミナーではそのアプローチ法をご案内します。