

心理学の魅力

＜相手の心が手に取るようにわかる＞＜気になるあの人の心をつかむ＞etc…。テレビや雑誌などで紹介される＜心理学＞は、勉強しさえすれば、対人関係の悩みが解消できたり、恋愛の達人になれたりと、まるで何でも願いごとがかなう魔法のように扱われています。ところが、実際は…です。「心理学」に、魔法の力はありません。では、それを学ぶ魅力は、いったいどこにあるのでしょうか。

ところで、心理学には「学習心理学」という分野があります。ここでいう「学習」は、いわゆる勉強ではなく、経験を通じて新しい行動を身に付けることを指します。犬は、エサをもらったりほめられたりして、お手やおかわりを覚えますよね。それが「学習」です。そして、エサやほめることなどの“ご褒美”は、専門用語では正の強化子といいますが、どのようにあげるのが“一番利く”のか、動物を対象にした実験によって細かく調べられてきました。その結果、「**でたらめにご褒美をあげる**」と学習した行動が最もよく定着することがわかったのです。

ふーん、そうなんだ、で流さないでくださいね。この「**でたらめ効果**」、実は、私たちの行動、特に「**何かにハマる**」仕組みを表しているのです。

例えば、ギャンブル。なかなか止められないのは、“ご褒美”がでたらめに与えられるからです。今回は負けたけど、次は勝つかも说不定。次も負けたけど、次の次は…。こういう“いつくるかわからない”状態に、私たちはとても弱いのです。

もしみなさんのなかに、つれない異性のことがなかなか諦められないという人がいたら、それも「**でたらめ効果**」によるかもしれません。いつも冷たいけれど、時々、気まぐれに優しくしてくれるから、どうしても思い切れない…。そんなことを言っている人、いませんか？

こうしてみると、心理学とは、ギャンブルや恋愛などの人間味溢れる行動を、犬のしつけと同じ法則で説明しようとする、ある種「無謀」ともいえる学問かもしれません。しかし、複雑な心を単純に解明しようとする、その無謀さこそが、心理学の魅力だと思っています。



■教育心理学 ■教職総合演習B
■心理学
■教育測定および方法

内藤 まゆみ
(ないとう まゆみ)

北海道出身。2002年お茶の水女子大学単位取得退学。博士(人文科学)。専門は、教育心理学、教育工学。最近は、インターネットやテレビゲーム等、メディアと子どもを巡る問題を研究している。