「笑いの心理」　　２００２年１０月１８日　金子尚人

ジェームズ＝ランゲ説

感情を経験するプロセス

宝くじがあたった！　―――→　大脳皮質　―――→　骨格筋と内臓の活動に変化

↓

うれしいと感じる　←―――　大脳皮質

刺激についての情報が大脳皮質に達し（この時点では感情は生じない)、その結果、はしゃいだり、声を出して笑うなどしてこの変化についての情報が大脳皮質にフィードバックされ、はじめて感情的な経験が生じる。

顔面フィードバック仮説

大脳皮質下に生まれながらに備わった感情のプログラムがあるという仮説

刺激を受けるとこのプログラムにしたがって顔面の筋肉などの活動がひき起こされ感情に対応した表情が出る。

喜びの感情プログラムが作動

↓

笑いなどの表情の動きが顔面に

↓

その活動パターンが中枢に

↓

喜びの感情を経験する

「表情筋が活動している場合、感情も経験している」という相関関係を示す結果は多く得られている。つまり、「笑うからおかしい」または「おかしいと感じるには笑わなければならない」という因果関係があるかどうかは分からないが「笑うとおかしく感じる」とはいえる。

微笑みは頭を冷却する

表情筋の動きによって生じる脳内の血管系の温度変化が特定の感情を引き起こす。脳内の温度変化は神経伝達物質の分泌や合成に影響を及ぼし、快・不快の感情に深くかかわる。

鼻の奥にある海綿静脈洞（脳に供給する血液の温度上昇を抑える）

↓

表情筋が緊張すると海綿静脈洞の血流が変化

↓

鼻腔に取り込まれる空気の量が変化

参考文献　「人はなぜ笑うのか　笑いの精神生理学」　角辻豊　他著