

人間の探求心をくすぐる 「新奇探索性」 学びを伝えることで、 喜びを得る

脳科学の知識をわかりやすく解説している中野信子さんに、
人生の先輩であるシニア世代に対する尊敬の念と、
学ぶこと、伝えることで得られる喜びについて語っていただきました。

得てきた経験に敬意を払う

シニア世代に対する視線は、2つある
と思います。尊敬すべき人生の先輩とい
う見方と、「おばあちゃん、おじいちゃん」
というどこか弱者に対する優越を感じ
る眼差しです。時には、まるで子どもを
あやすような接し方をする人を見かけ
ます。筋力、体力が衰えただけで弱者の
ように振る舞わなければいけないのでは

ないか屈辱的だと感じているシニア世
代の方もいると伺いました。

もちろん、体力的には助けて差し上げ
なければならぬ人もいます。思いますが、
シニア世代の人の得てきた経験は、私
たち世代に比べてはるかに多いはずな
です。単純に年数だけで計算しても80歳
ならば私の2倍、100歳ならば25倍の
経験を積まれています。そのことを踏ま
えた上で、シニア世代の人には敬意を持っ

て接するべきではないかと感じます。

誰もが持つている新奇探索性

シニア世代の多くは、人生の大きな節
目を迎えられ、悠々自適な暮らしをされ
ていると思います。長年の疲れを癒し、ス
トレスから解放される時間を持つことは
心地いいと感じられるものでしょう。一方
で、何もしなくてもよい時間は、それ自
体がストレスになることもあるのです。シ
ニア世代の方の中には、特に果たすべき役
割を持たないことで、誰かに必要とされ
ている実感を得にくくなってしまい、居場
所を失ったような気持ちになってしま
う人も少なくない……という話をしばし
ば伺います。

人間は、安心して暮らせて、繁殖もで
きて、この先ずっと安泰という状況を基
本的には希求する生き物ですが、それが
続くと、そこから抜け出したいという欲
求を持つ人が一定の比率で現れます。そ
こにいればいいのに、じっとしていること
に飽きて、旅に出たり新しいことを学んだ
りしたくなるのです。この性質を「新奇
探索性」と言います。脳内のドーパミンに
よる働きで、新しいことを知りたいとい
う欲求です。

例えば、人類は食べ物豊富に手に入
り安定していた中央アフリカから、わざ
わざ寒いヨーロッパに、さらに、砂漠や山脈

を越え、東アジアに移り住みました。こ
れは、まさに人間が有する「新奇探索
性」の賜物で、人類の進化に不可欠な探
求心なのです。

日本人特有の幸福観

人は、他人と違うこと、今の自分と違
うことを望み、自分の知っている世界と
違う世界を知りたい、学びたいという欲
求を持っています。現代の人類が、宇宙を
探索したり、脳を研究したりするのも、
同じです。

また、新奇探索性以外にも、自分の達
成感や承認されることに喜びを感じてい
ます。これは社会性の高さにも通じ、人
間に社会的な振舞いをさせるための原
動力となっています。この働きが強い脳の
持ち主を、向社会的である、ということ
もあります。社会性の高い振舞いをする
ことが、多くの人には幸福をもたらして
くれます。

日本人の持つ幸福観は、欧米人と比べ
ると独特です。欧米人では自分の社会的
地位など、自分が達成した業績や成果
を中心とした幸福観が基本です。しか
し、日本人は周りの人からどれだけ必要
とされているのかという尺度で、幸福度
を測る傾向が強いことがわかっています。

脳科学者 中野信子さん

他人に伝える喜びが 存在を示す

自分が業績を上げることがモチベー
ションに動ける人は、自分のためにがん
ばることができません。ところが、自分が
どれだけ人に必要とされているかとい
うことをベースに考える人は、自分だけ
のためにはがんばりません。自分のため
にがんばると、目立ち過ぎないか、叩か
れないかという心配が先に立つからで
す。

このような人がやる気を出すための
ヒントは、学んだことを他人に伝えるこ
と。誰かのためになつていて、自分の存在
が必要とされているという実感がある
と、自分のためにがんばることだけから
は得難い喜びを感じられると思います。

シニア世代は若い世代よりも、多くを
経験し、社会的スキルに優れています。
学ぶことは、永遠です。学び続けること
は、人間の持つている「新奇探索性」を満
足させ、学んだ知識を伝えることで脳
も活発に働きます。

中野 信子さんの近著の紹介

『ヒトは「いじめ」をやめられない(小学館新書)』
『サイコパス(文春新書)』



Nakano Nobuko

脳科学者、医学博士、認知科学者。東日本国際大学
教授。1998年東京大学工学部応用化学科卒業、
2008年東京大学大学院医学系研究科脳神経医学
専攻博士課程修了。その後、フランス国立研究所に
て博士研究員として勤務。横浜市立大学客員准教
授としても教鞭をとる。現代アート、和装、読書(歴史、
ミステリー)、廃墟を観に行くことなど、趣味も多彩。