

脳機能学者・カーネギーメロン大学博士

# 苦米地 英人

脳機能学者として、人間の脳の中に眠っている潜在的な能力の使い方から、I/Oを高める方法、独特の勉強法、自己啓発術、洗脳を解く方法まで、幅広く提唱している苦米地英人氏。本当に頭が良くなる方法や人を動かす秘訣を記した著書は100点以上に上る。苦米地氏に警察官としての脳の使い方について伺った。

## 犯罪者の視点でものを見る

脳機能学者の視点から、警察官を「賢くなって、どのようにお感じになっていきますか。」

警察官は、国家の治安を維持する人たちであり、逮捕権という極めて特殊な権限を持っています。軽火器（小型武器）に限って武器の携行も認められています。それが軍と警察の大きな違いです。国際法上、世界の各国は、戦争を起こす権利があります。日本は憲法によって、この権利を放棄している、極めて珍しい国なので、日本にいるとつい忘れてしましますが、世界の国家は通常、戦争権利を基礎にした軍隊を持っています。その軍人には重火器の使用が認められています。逮捕権はありません。相手は自分の国の法律の及ばない外国人なので逮捕という概念が通じないからです。

それに対して、警察は国内に対する機関なので、法の下に逮捕権を持っています。世界のどの国においても、法律上、火器の使用を認められ、逮捕する権利が認められ

子供たちのいる所にどんどん行って正義の味方の姿を見せてほしい



とまへちひでこ 昭和34年東京生まれ。脳機能科学者、計算言語学者、認知心理学者、分析哲学者。上智大学外国語学部卒業後、三菱地所株式会社にて2年間勤務し、休職。エール大学大学院計算機科学科・人工知能研究所と認知科学研究所で助手を務め、カーネギーメロン大学大学院に移籍。日本人初の計算言語学の博士号を取得。平成5年徳島大学知能情報工学科助教授。7～10年ジャストシステム基礎研究所所長。現在は株式会社クワダ代表取締役。コグニティブリサーチラボ株式会社CEO、角川春樹事務所顧問、中国南海大学客座教授、カーネギーメロン大学博士・同コンサルタント。著書に『頭が10倍よくなる超催眠脳の作り方』『なりたいたい自分になれる！最強の自己プログラム』『本当に強い脳と心のつくり方』『すべての仕事をやりたいことに変わる』『ほんとうに頭がよくなる』『速読脳』のつくり方。洗脳原論』ほか多数。

Interview

苦米地 英人

## お巡りさんは、犯罪者の視点、犯罪者の心になって ものを見ることが必要です そうすれば、その後の展開が違ってきます

ているのは警察だけです。警察官にとっては当たり前のことなので、忘れてしまいがちですが、警察官は圧倒的な権力を持っているのです。逆に言うと、圧倒的な人権侵害を起こす可能性もあるのです。だから、自分たちは特殊な人たちだという意識を常に頭の中に入れておかなければなりません。しかし、その時に、大きな矛盾が生じてくるのです。

**具体的に、どのような矛盾が生じるのでしょうか。**

私は過去のいろいろな未解決事件をプロファイリングしてきました。それを見てきて分かったことは、事件が未解決になっている最大の理由は、お巡りさんがまともすぎるのではないかとということでした。というのは、犯罪者のやったことを徹底的に捜査するには、犯罪者の視点でものを見なければいけません。でも、お巡りさんはそうでないことだけを叩き込まれるのか、もともとそうではない人がお巡りさんになるのか、分かりませんが、どうしても犯罪者の視点がないのです。

犯罪者の視点になるといっつのは、犯罪者の心と同調するわけですから、仕事が終わったら、視点を切り替えなければいけません。つまり、お巡りさんは、大きく矛盾する二つのことを両方とも、理想的にやらなければいけません。一つは、まっとうな国民

民の心を徹底的に見ること。もう一つは、徹底的に泥棒やテロリストの気持ちになることです。しかし、これは結構難しいことです。なぜなら、人間は、自分がその時に重要だと思っていることしか見えないものだからです。これを心理学では「スコトーマ（盲点）の論理」と言います。例としてよく言われるのは、夫は妻が妊娠すると、街中に妊婦があふれていることを知るとか自分が、ベビーカーが必要になると、街中にベビーカーを押している人がいることに気が付き始めるとか言われています。

心理学の有名な実験があります。「自分の腕時計を見ないで、自分の腕時計の絵を書いてください」というものです。文字盤の形や数字がアルファベットなのか、ローマ数字なのか、そういうことも含めて、できるだけ正確に書きます。読者の皆さんも一緒にやってみてください。書き終わったら答え合わせをします。すると、ちゃんと書いている人は、ほとんどいません。その後、「では、今チェックした時に、時計の長針は何時を指していましたか」と聞くと、これもほとんどの人が答えられません。1日に何度も時計を見ていても、時間を見るということが目的だと、デザインはほとんど見ていない。逆に、デザインを見ていた時は時間を見ていないのです。これが「スコトーマの論理」です。ということは、私たちが今、見ている現実世界は、今見たいものし

か見ていないこととなります。

これをお巡りさんの仕事に置き換えると、大きな問題を起こす犯罪者は、国民ののごく少数です。でも、現場で犯罪者はかりと接していると、まっとうな国民の心がだんだん見えなくなってくる。そして普段犯罪者に舐められないように、偉そうにふるまっていると、自分ではそのつもりが全くないのに、国民に対しても偉そうにしてしまいます。特に、月間などになると、普通の一般人たちを犯罪者と同じように見て、粗探しをしてしまうので、長い目で見ると警察の評判を下げてしまうこととなります。自分たちの首を絞めてしまうのです。でも、お巡りさん同士は、お互いにスコトーマが出ているから、そのことに気がつかないのです。一般の国民は、市役所の人と話をするよりも、お巡りさんと会話する機会のほうが多いと思いますし、お巡りさんは日本の公務員を代表する存在なのですから、あまり尊大に振る舞わないほうが良いと思います。

では、どうすれば良いかと言つと、家でくつろいでいる時や、奥さんや子供と一緒にショッピングしている時、彼女とデートしている時の心で、一般の国民を見れば良いのです。

ただし、相矛盾することをしなければいけない時があります。それは、1000人に1人が、あるいは100万人に1人いる

かいないかの、わずかな凶悪な人たちが相手にする時です。その時は犯罪者、もしくはテロリストの心になって、ものを見なければいけません。これはとても大変なことです。なぜテロリストはテロ行為をしたのか。なぜ犯罪者は凶悪事件を起こしたいと思ったのかを考えるのです。

最近、昔のように、やむにやまれない事情があつて人を殺すのではなく、朝起きたら機嫌が悪かつたから人を刺したというよつな、何とも不可解な犯罪が増えていきます。でもその心が生まれるまでには、社会環境や育つた過程などの様々な事情がありますから、そこまで立ち上つた視点が必要です。最初にその目を持てるかどうかで、その後の展開が違つてくるはずですよ。

**その人の視点になれば  
改善策が見えてくる**

**若米地先生は、外国の警察のアドバイザーもされているそうですね。**

メキシコの前大統領のピンセント・フォックス氏に頼まれて、メキシコの警察の腐敗を治すためのプログラムを作りました。パートナーである米国の軍・警察の顧問ルー・タイスと一緒に取り組んでいます。米国の場合は、市警察、郡警察、州警察があり、さらに連邦を統括するFBIがあります。メキシコの場合はさらに細かく分か

れていて、警察が市や州などの行政単位ごとで独立しています。また、民営化も進んでいて、末端の組織などでは、お金さえ払えば警察官になれるようなところがあつて、警察官の腐敗もひどいのです。メキシコでは、大金持ちが誘拐されて身代金を取られた後、殺される事件が多くありますが、実は裏で、警察官が手を引いていることがほとんどなのです。そういう不祥事を防ぐために、対策法を作りました。具体的には、犯罪者の心理や、犯罪者に同調する警察官の心理まで考えて、そういう心が起きた時に、最初に起こす行動、もしくは動機になるものを一つ一つ潰していきました。そして、不祥事が起きたら、どのように不祥事を起こしたのか、どこに逃げているのかなどを当人の視点で見えていきました。最近、メキシコの警察官がしょっちゅう逮捕されていますが、それはプログラムの効果が出てきた証拠です。

ルー・タイス氏は、同様なプログラムを基にして、米国のロサンゼルスで、少年ギャング問題を解決に導きました。ロサンゼルスは、少年ギャング問題が深刻で、日本では想像もできないほど危ない場所でした。ロサンゼルス市警のチームが少年ギャングに皆殺しに遭つた事件があり、警察官がマシガンのような重火器を持つようになったほどです。そこで、ルー・タイス氏は、ロサンゼルス郡警察と一緒に「PX2」と

いうプログラムを実行したのです。まずは少年のリーダーたちを少しずつ口説いていきました。そして口説かれた少年ギャングの元リーダーたちが、現役のリーダーたちをスカウトして彼らを徹底的に教育し、少年ギャングの教育をする係に育てていきました。実行に当たっては、ピートキャロルというUCLAのフットボールコーチが全面的に協力してくれました。フットボール選手は、不良たちのヒーローなので、彼らと一緒にやってくれたことが大きな力になりました。

その結果、ロサンゼルスで、しょっちゅう殺人事件が起こっていた公園を、今では少年ギャングたちが守ってくれるようになり、夜でもデートができる安全な公園に変

**子供に正義とは何かを教えると  
その子供は犯罪を起こさないだけでなく  
人を育てるリーダーになる**



Interview

苦米地 英人

## ロサンゼルス少年ギャングたちは 夢を持ったとたん、犯罪をやめました

わかりました。不良たちがいた地域の学校はP X 2のプログラムを導入したら、成績が最下位からトップになりました。治安を維持しているだけのつもりが、勉強もできるようになったのです。これはプログラムが大成功した例として有名です。

今、ルータイス氏のプログラムは、米国の刑務所でも使われ、米軍や警察の特殊部隊や幹部に当たる人たちは、ほとんどが受けています。私はこれを日本の刑務所や学校の教育に導入したら良いのではないかと、アプローチしているところです。犯罪の予防を考えるなら、小学生や中学生の段階から、地域の大人などが、正義とは何かを教えていくことが大事だからです。

私は小学生の頃、警察書で警察剣道を学びました。そのことが私の人格形成に、ものすごく役に立ちました。そういうことを学んだ子供は、犯罪を起こさないだけでなく、リーダーとして、人を育てる側に回るようになります。犯罪を防止するために重要なのは、何と言っても、次の世代をいかに育てるかです。お巡りさんは、堂々と住民サービスができるのですから、子供たちのいるところに、どンドン出て行って、正義の味方はこういう人だということを徹底的に見せていただきたい。私に警察剣道を教えてくれたように、お巡りさんが地域の子供を育成する力は大きいと思います。剣道に限らず、そろばんや書道を教えても良

いのですから、常にクリエイティブに考えて、「次の世代の若者を犯罪者にしない、正義のリーダーにさせるんだ」という視点で活動してください。それが絶対に必要です。

### 少年は、大志を抱け

「P X 2」は、簡単に言うと、どのような内容なのか。

まず、子供に向かって「なりたいたいものになれるよ」と教えることから始めます。自分の想像力の限界を取っ払ってあげるのです。犯罪者や不良の子供たちのほとんどは夢をなくしています。親が貧乏だったり、麻薬中毒や犯罪者だったりすると、警察官やパイロットになりたいと思っても、「自分なんてなれっこない」と、最初から思い込んでしまうのです。親から「なれるわけがない」と言われている場合もあります。だから、その対処の仕方もきちんと教える、やりたいものに、必ずなれることを教えます。

次に、子供に「何でもやっていいよ。ただし自己責任でね」と教えます。しかし、日本の学校教育では、逆のことを教えています。「ここまではやっていい」と誰かが枠を決めてくれて、その枠に従えば責任はない、というものです。だから、日本の官僚は、非常に有能で、いろいろな発言はす

るけれども責任をとることができない人が多いのではないのでしょうか。

そういう枠を取ってしまえば、人間は何にでもなれるのです。少年ギャングたちは家庭環境がめちゃくちゃで、不良という枠に入る子供がほとんどです。でも、自分で枠を決め、それを自己責任で行うことを徹底させると、やりたいことができるようになります。やりたいことが犯罪だという人はいません。少年ギャングたちも、やりたいことは、バスケットボールやフットボール、アーティストなどで、決して犯罪や不良ではありませんでした。夢をしっかりと持った子供は、犯罪をしている暇はないことに気が付いて、「一生懸命夢に向かって、バスケットボールやフットボールをやろうとします。夢をしっかりと持つことができれば、更生できるわけです。

ただし、夢を持つと言っても、自分の利益だけ考えれば良いのではなく、ほかの人たちにも利益があることが大事です。なぜなら資本主義の論理は、自分だけが良ければいい、という考えを追求した論理ですが、資本主義を突き詰めていった米国は、国民の15パーセント、5000万人も人が貧困のどん底にいます。日本では考えられない事態です。だから、ウォール街でデモが起こっているのです。日本は資本主義でいながら、そうなりませんでした。皆が他人を思いやる気持ちを根底に持っていたか

らではないでしょうか。だから日本人は日本という国に、もっとプライドを持って日本の評価を上げていくべきだと思います。

### 自己評価を上げよう

「やりたいことは必ずできる」と分かったら、どうやって実現すればいいのでしょうか。

自己の能力の自己評価のことを「エフィカシー」と言いますが、人間はエフィカシーのレベルにかなりません。だから自己評価を上げると、実際に自分がレベルアップしていきます。P.X2では、これを分かりやすい言葉に置き換えて「コンフォートゾーン（自分にとって居心地の良い空間）」と言っていきます。自分の居心地の良い空間は、自分のエフィカシーのレベルで決まります。例えばテレビで、大成功したタレントが悪口を言われることがあります。

なぜ他人が悪く言うのかと言ったら、大成功したタレントが、自分のエフィカシーのレベルよりも上だと、自分のコンフォートゾーンを侵されるからです。そうすると人間は二つの方法をとります。一つは、相手を陥れて、心理的に自分のコンフォートゾーンまで下げる。ただし、この方法は自分のためにはなりません。もう一つは、自分のコンフォートゾーンを上げる。つまりエフィカシーを上げるのです。無意識は、そ

のエフィカシーのレベルになるように働く性質があります。どういふことかと言ったら、試験でいつも60点を取っていると、それが自分のコンフォートゾーンになってしまっただけ、たまに90点を取ると、次の試験では無意識に30点を取って、平均60点に調整しようとするのです。


最初の「スコトーマの論理」に戻ると、コンフォートゾーンの中のものしか見えないのがスコトーマです。例えば「犯罪以外では食べていけない」というエフィカシーを持っていると、街中にお金を稼ぐ方法がたかさあっても、それが見えなくなるのです。私の知り合いの30代男性で、年商60億円の会社を経営している人がいます。同じ年代のサラリーマンは一般的に、年収500万円もありません。なぜ同じ東京に住んで同じようなコンビニの食事をしているのに、彼は60億円の商売ができるのか。それは彼が「自分は年間60億円を売り上げるヤツだ」というエフィカシーを持っているからです。そうすると、60億円の稼ぎ方が見えてくるのです。エフィカシーが低いと、そういう稼ぎ方が見えないのです。

では、どうやってエフィカシーを上げれば良いか。それは高いゴールを設定すれば良いのです。人間は「ゴール（目的、未来）があって、認識が生まれます。「今、何時だろ」というゴールで時計を見ると、時計の長針、短針は見えても、時計のデザイ

ンは見えない。「デザインを見よう」というゴールで見ると、針が見えない。奥さんが妊娠すると、「これからの生活をどうしようか」というゴールを持つようになるから、ほかの妊婦が目に入る。つまり、ゴールを現状よりも高い所に設定すると、高い世界がちゃんと見えてくるのです。

警察官としてレベルの高い仕事をしようと思ったら、今の自分ではどうい手が届かないレベルにゴールを設定してください。ただし、自分が本気でなりたいと思っていないと、コンフォートゾーンにならないので、意味がありません。ゴールを設定したら、日々「自分はそれができる人間である」と、口に出したりして確信する。そうすれば、自然にエフィカシーが高まり、自分のやるべき仕事が見えてきます。

皆さんは、せつかくお巡りさんという特別な仕事に就いたのですから、うんとエフィカシーを高めて日々を送ってください。それから、ぜひ子供たちに、大きな夢を持つこと、そして、君はそれができるのだと教えてあげてください。



＜苦米地氏の近著＞  
「1日10分」でひらめき脳に生まれ変わる  
苦米地 英人 著  
イースト・プレス  
1500円（税込）

警察官としてレベルの高い仕事をしたいと思ったら  
今の自分ではどうい手が届かない  
高いゴールを持つこと