

モーツァルト、ヘミングウェイ、ポアンカレ、世界の偉業の影に

～無意識思考～

Third Thinking

最先端の脳科学・心理学研究が証明した

“最強の思考法”

6月24日(水)発売

株式会社あさ出版(代表取締役:佐藤和夫、所在地:東京都豊島区)は、影山 徹哉 著『Third Thinking～無意識思考～最先端の脳科学・心理学研究が証明した“最強の思考法”』を2020年6月24日(水)に刊行いたします。

人工知能の台頭、複雑で不確実な時代を生き抜く“最強の思考法”

ノーベル経済学賞を受賞した、アメリカの行動経済学者ダニエル・カーネマンによると、人間の思考には、「直観的な“第一の思考”」「論理的な“第二の思考”」の2つがあるとされてきました。しかし近年、最先端の科学により“第三の思考”である“無意識思考”があるということが分かってきました。そして、この無意識思考は**複雑な意思決定や創造性を発揮する場面で前の2つの思考法よりも優れている**ことが科学的に検証されてきました。

本書では、この“無意識思考”の脳科学研究において世界的トップランナーである影山徹哉氏が、研究から導き出した**“無意識思考”の特徴や生活・ビジネスでの活用の仕方**などについて解説いたします。

書籍名: Third Thinking～無意識思考～

最先端の脳科学・心理学研究が証明した“最強の思考法”

刊行日: 2020年6月24日(水) 価格: 1,500円(税別)

著者名: 影山 徹哉(かげやま・てつや) ページ数: 208ページ

ISBN : 978-4-86667-215-1

【目次】

プロローグ

第1章 その「選択」は最善か?—人生は一つひとつの意思決定で成り立っている

第2章 これからの時代をどう生き抜く?—必要不可欠かつ最強の思考ツール「無意識思考」

第3章 世界最先端の研究でここまでわかった!—「無意識思考」で一体何ができるのか

第4章 問題について「注意」を向けているか否か—「意識思考」と「無意識思考」という2つのモード

第5章 目的を明確に、情報を十分に仕入れる—「無意識思考」をうまく活用する

第6章 第三の思考で人生は変わる!—「創造性」は人間が持つ最高の知性

エピローグ

【著者プロフィール】 影山徹哉(かげやま・てつや)

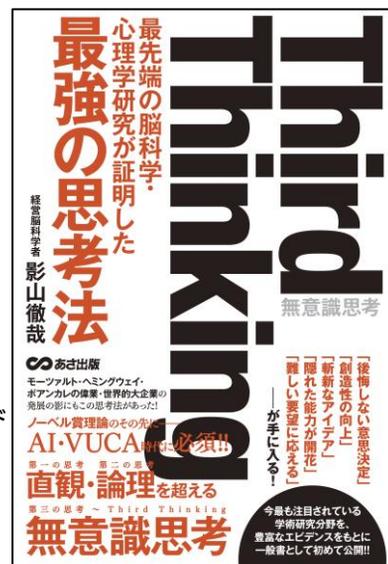
京都芸術大学客員教授、経営脳科学者、博士(医学)

1982年福島県郡山市生まれ。宮城県仙台市在住。東北大学経済学部、同大学院研究科博士課程前期修了。米国パデュー大学留学後、中小企業支援機関に経営コンサルタントとして勤務。

東日本大震災で被災により人生観が劇的に変化。後悔のない生き方をしたいと、以前より興味があった脳科学研究を志す。その後、東北大学大学院医学系研究科博士課程(脳科学専攻)に進学し、脳機能イメージング研究の第一人者・川島隆太教授、杉浦元亮教授に指導を受ける。

博士課程在学時こは、東北大学学際高等研究教育院の博士研究教育院生に選抜され、文系、理系の枠を超えた世界最先端の文理融合研究に携わり、東北大学加齢医学研究所人間脳科学研究分野研究員を経て、現職。専門領域は、脳科学、コーチング心理学、経営心理学。

大学教員を務める傍ら、高校生向けの講義、一般向けの各種講演、個人コーチング、法人向けコンサルティングを行うなど幅広く活動している。



第三の思考(Third Thinking)～無意識思考～とは

速い思考(システム1)・・・直観的で素早く判断する思考。

例:パン屋さんに入り、衝動的に「クリームパンがおいしそう」と思って、即座に買う。

遅い思考(システム2)・・・じっくりと考える、熟考すること。「論理的思考」「合理的思考」。

例:「クリームパンもおいしそうだけど、あんぱんもおいしそう。

でも、2つも食べるとカロリーオーバーだし、どっちにしよう……」などと、じっくり考えて購入。

最先端の科学で
提唱!

無意識思考(システム3)・・・課題に対して意識的な注意が向けられていないときの思考。

例:新企画の構想を練るために何時間もかけて情報を集め、検討したのに、なかなかいい案が思い浮かばない。一旦切り上げて家に帰り、お風呂につかってゆっくりしていたら、不意に名案が思い浮かんだ……。

実は、帰宅途中もお風呂に浸かっている間も、脳は無意識に新企画について思考している。

“無意識思考”5つの特徴

本書では数々の研究・実験の結果とともに、無意識思考の特徴を記載しています。ビジネスや生活における意思決定においてこれまで以上にベストな選択ができるようになること。さらには、創造性も向上することが研究により明らかになっています。

特徴① 情報処理に制約がない

「遅い思考(システム2)」は、その容量の制約のため、情報量が大きくなると、うまく機能しなくなってしまいます。一方、「無意識思考(システム3)」の情報処理は、「遅い思考(システム2)」に比べて桁違いの情報量の処理が可能です。つまり、複雑な意思決定で良い成果を出すことができます。

特徴② 適切かつきちんと評価ができる

「遅い思考(システム2)」は、理解しやすいもの、もっともらしいと思われるもの、言語化しやすいものに、誤って重みづけしてしまう傾向を持っています。一方、「無意識思考(システム3)」はさまざまな属性の相対的な重要性について、自然な重みづけをすることができます。つまり、意思決定に関する情報のどれが重要でどれが重要ではないかをきちんと評価することができます。

特徴③ バイアスがかからない

「遅い思考(システム2)」は、事前知識や期待などに影響されてしまうため、バイアスのある情報処理が行われがちです。一方、「無意識思考(システム3)」は、時間はかかるものの、膨大な情報をまとめ、統合して情報処理がなされます。その結果、偏りのないより正確な結論を導き出せます。

特徴④ 斬新なアイデアを生み出せる

「遅い思考(システム2)」が、事前に与えられた情報に影響され、ありきたりなアイデアしか生み出せないのに対し、「無意識思考(システム3)」は事前情報に影響されずに、より斬新なクリエイティビティを発揮できます。

特徴⑤ 計算問題は解けない

「遅い思考(システム2)」は、ルールに従うことができますが、「無意識思考(システム3)」は苦手です。例えば計算問題などの場合、一度問題を頭に入れておき、そのあとまったく関係のない他のことをやって、いくら「無意識思考(システム3)」を働かせようとも、計算問題がいつの間にか解けるといいうようなことはできません。