

悪用される「プラス思考」

シロクマのジレンマ

シロクマ実験」という心理学実験があります。これは、アメリカの心理学者ウエグナーが1987年に行ったもので、集めた人を3つのグループに分け、何も説明せずに、シロクマの一日を追った50分程度のビデオを見せた後、3グループそれぞれに、『シロクマのことを覚えておいて下さい』『シロクマのことは考えても考えなくても良いです』『シロクマのことだけは考えないで下さい』と別々のお願いをしました。その結果、一年後に内容をいちばん克明に覚えていたのは、なんと『シロクマのことだけは考えないで下さい』と禁止されたグループでした。

この実験で明らかになったのは、シロクマのことを考えまいとすればするほど考えてしまう。つまり、**思考を抑制することが、かえって思考を活性化させてしまうという人間の特性です。**

現在、巷では「プラス思考」がもてはやされていますが、同時に、この手の思考によって「うつ病」になる方も多いといわれています。その主な原因は、**マイナスの感情を無理にプラスの感情に変換する過程で、マイナスの感情がより強く意識され、ネガティブな私」への自己批判に陥ってしまうところにあります。**

ブラック企業の精神論

多くのビジネス書や自己啓発本では、**「逆境を楽しもう！」** 大生は一度きり、行動した者勝ち！」といったポジティブな言葉が頻出しますが、その著者が真つ当な形で成功したのだとすれば、それはあくまで、**現状を客観的に分析し、適切な行動を取るために必要な思考力や判断力が備わっていたからです。**つまり、こうしたフレーズは、**当人が価値あるものとそうでないものを正確に見分け、取捨選択した結果、事後的に意味づけされたものであって、盲目的に何もかも「ポジティブ」に捉えれば良いというわけではありません。** 私たちの多くがこの部分をはき違えるため、ブラック企業による「搾取」は止まるところを知りません。会社が唱える「共に成長」「仲間との絆」といった美辞麗句を前に、どこか違和感を覚えながらも「意識の高い人間でありたい」という欲求のもと、違法労働を受け入れてしまうのがその典型です。こうした内なる矛盾の蓄積が時として過労自殺のような惨事につながります。

本音と建前を使い分けることを一般的に「嘘つき」といいますが、これこそがブラック企業の特徴です。



出向が「自分磨き」のチャンスだなんて... びっくり! (>



若い力

第 149 号

2021年 7月1日

発責 国労九州本部

博多区博多駅東3丁目9番3号

ニッコーハイツ1003号

JR 092-2075

NTT 092-483-1515