



# 百聞不如一見

北海道大学大学院文学研究科 助教  
眞嶋良全 (まじま よしまさ)

**百聞は一見に如かず (、百見は一考に如かず、  
百考は一行に如かず)**

おなじみの、あれこれ聞くよりも一度見たほうがよくわかる (、あれこれ考えるよりも一度やってみればよくわかる) という意味をもつこの成句は、ご承知の通り、漢書・趙充国伝の一節「充国曰く、百聞は一見に如かず、兵は險かにして度り難し (後略)」を出典とします。原文にあるように、本来は「百聞は一見に如かず」のみであり、小見出しに示した「百見は一考に如かず」以降は後世の創作だと言われています。それはさておき、上の成句が正しいならば、何かを理解するには、聞くより見る、ただ見るより考える、あれこれ考えるよりとりあえずやってみるのが良いということになります。(前提の) 蓋然性に関する学術的な議論はともかく、経験的には、少なくとも一部では当てはまるのではないのでしょうか。たとえば、多くの心理学者が実感していることと思いますが、実験や調査の実施や、統計分析の方法などは、人からただ聞いたり、本を読んだり、あるいは他人がやっているのを端から見たりするよりは、自分でいろいろとやってみたほうがより良く理解できるように感じます。心理学に限らず、多くのサイエンスで実習科目が教育に取り入れられていることから、それは明らかでしょう。

## 自ら体験することのインパクト

さて、話は少々変わりますが、読者諸兄も、他人に心理学の、中でも自分の専門分野の魅力をどのように説得的に伝えるかということに、一度ならず悩んだ経験がおりではないでしょ

うか。たとえば、大学教員という立場にあると、将来的に大学に入学してくれるかもしれない高校生や、自分のゼミに入ってくれるかもしれない学部1、2年生へ向けて説得的なメッセージを発信する機会は毎年のようにあることと思います (学生の皆さんも、他人事ではありません。研究者にならなくとも、自分のしていることをかみ砕いてわかりやすく、かつ興味を持ってもらえるように説明する機会は必ずやってきます)。理解が進むということと興味を持つということは必ずしもイコールではないかもしれませんが、決して多くはない筆者の経験からは、学問の魅力を滔々と説くよりは、やはり実体験を伴うデモンストレーションを交えたほうが、より強く興味を惹いてくれるように感じます。

## デモンストレーションとしての実験授業

実は、本学では、いわゆる専門教育課程の中に組み込まれる実験実習とは別に、大学に入学したばかりの1年生を対象とした、いわゆる一般教養科目としての「心理学実験」の授業があります。教員の指導のもと、学生たちが自ら参加者や、時に実験者となって実験を行う実習形式の授業です。もちろん、正規の科目としての (オモテの) 教育目標は当然ありますが、履修

あか あお みどり

図 おなじみのストループ図版



### Profile — 眞嶋良全

2000年、北海道大学大学院文学研究科行動科学専攻修了。2002年より現職。博士（行動科学）。専門は思考の認知心理学。特に、仮想的思考、認知的バイアスなどに関心がある。主な著書は、『心を測る』（分担執筆、八千代出版）、『心理学を学ぶハード＆ソフト』（分担執筆、ナカニシヤ出版）など。（2012年4月より、北星学園大学に所属先変更）

学生の専攻はこの時点ではまだ決定されていないため、あまり大声では言えないウラの目標として、あわよくばこの授業を履修したより多くの学生をこちらの世界に引き込もうという目論見を持ちながら、週替わりで担当者が交替して授業を展開しています。学生たちは、このウラの目標を知ってか知らずか、後期の1講目からの授業にもかかわらず、多くの学生が遅刻もせず授業に参加してくれています（本学のおかれている札幌市は、200万弱の人口を擁する都市としては、世界でも有数の豪雪地帯です）。

また、将来的に大学への入学を考えている高校生や中学生に対して、大学や学問の魅力を伝える一つの機会として「オープンキャンパス」があります。本学でも、8月の第一または7月の最終日曜と、その翌日の月曜日の2日連続で行われており、このうち、初日が自由参加プログラム、2日目が高校生限定の体験入学プログラムとなっています。自由参加プログラムでは、参加者は、主として講座を単位としたユニットごとに用意されているプログラムを、気の赴くままに見て回ります。プログラムを実行するわれわれのほうはというと、それぞれに趣向を凝らした演目を用意して、参加者を（手ぐすね引いて）待ち受けています。筆者の属するユニットでは、「一行」の持つ力を信じて、簡単な心理学実験の体験をプログラムに含めています。ここ数年は、初歩的な実験実習でもおなじみのスループ効果の実験を取り入れています(図)が、この形に落ち着くまでにさまざまな紆余曲折がありました。大学当局からおりてくる当日のプログラムや実施手順が毎年のように変更され、それに対応する形で少しずつ進化(?)を続け、数年前にやっと今の形式が固まったところでした。この実験を体験教材として選んだ理由

はシンプルで、①装置の扱いに関する専門的知識が不要、②実験材料が軽量（本校では実験機材の保管場所とオープンキャンパスの会場が直線距離にして900メートルほど離れているのです）、③結果がほぼ予想通りになる、④実験の目的を参加者が自身の体験として強く体感できる、ということに尽きます。毎年多くの参加者が、予想通りにつまずいてくれ、教室のそこかしこで歓声（時に悲鳴）があがるのを見て「ムフフ」とほくそ笑んでいます。

おかげさまで、参加者アンケートの結果を見るかぎりでは、毎年、われわれの企画は好評をいただいております。「一行」が、少なくとも短期的には、興味を強く惹くことに貢献してくれているようです。時には入りきれずに長い列ができることもあり、申し訳なく思うこともあります（ただ、残念なことに、それが当研究室における学生数の増加に貢献しているかどうかというところ……ゲフンゲフン）。

### 心理学の醍醐「味」

ところで、百聞は一見に如かず、英語では、Seeing is believing と言いますね。ただし、見るという経験によって、（たとえ、それが偽の体験であっても）信じ込んでしまう、といった否定的なニュアンスで使われることもあるようです。一方、似たような成句である「論より証拠」は、英語では、The proof of the pudding in the eating（プリンの味は食べてみればわかる）と言うそうです。おもしろさを表す「醍醐味」という言葉も、本来は、五味の第五、最上の味という意味ですね。さて、自信をもって「まずは食べ。話はそれからだ」と言えるよう、心理学というプリンのお味を向上させるべく、日々腕を磨くことといたしましょうか。