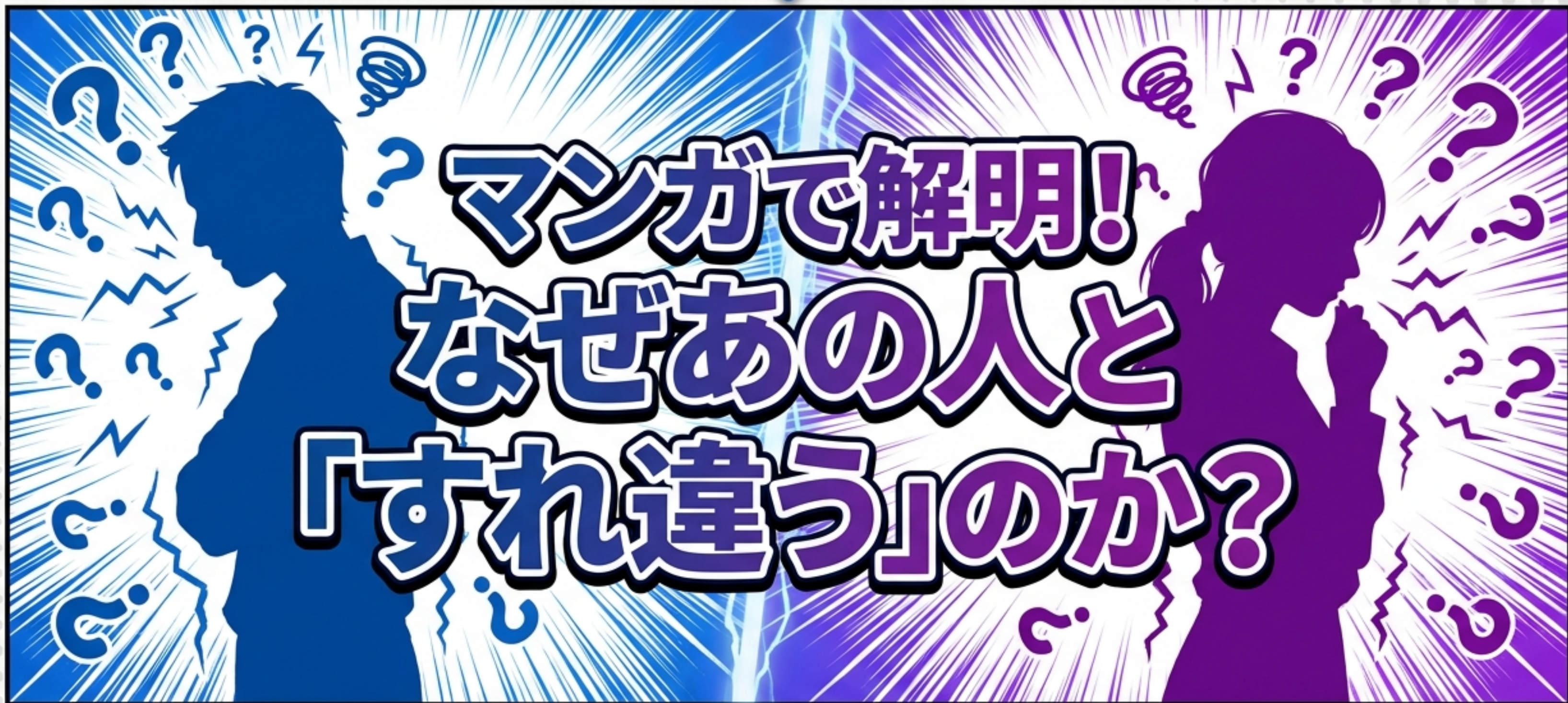


性格の不一致じゃない。脳の自動反応が引き起こす人間関係のカラクリ



「良かれと  
思ったのに…」

「こんなに相手のことを  
思っているのに、なぜか  
いつもギクシャクする…」

「もしかして、  
性格が合わない  
のかな…？」

人間関係の「すれ違い」。  
実はそれ、**意思や性格**の  
問題ではないかもしれません。

多くの行動は「自分で選んでいる」  
ようで、実は単なる反応。



人間は意思で動いているように見えて、  
その根本は極めてシンプル。  
脳に備わった【2つの自動回路】が、  
あなたの行動の基盤になっています。

「ちょっと待った!  
それ『性格』のせいじゃなく、

**脳の『自動反応』  
のせいだよ!**



# 脳を動かす2つの超・シンプル回路



## 【報酬系】向かいたい！

気持ちいい・嬉しい・安心する  
方向へ進む回路。



## 【危機回避】離れたたい！

怖い・痛い・不安なものから  
逃げる回路。

人は無意識に、この2つの軸だけで行動を選択しています。



# 「あなたの報酬」と「あの人の報酬」は全く違う！

人によって、何が「報酬（嬉しい・気持ちいい）」になるかは千差万別。



# 検証！同じ出来事でも、**脳内スイッチ**はこんなに違う

A人(報酬重視)

催動

B人(回避重視)

注目されて快感！  
→【報酬回路がON】

【人前で  
話すこと】

失敗が怖くて地獄…  
→【回避回路がON】

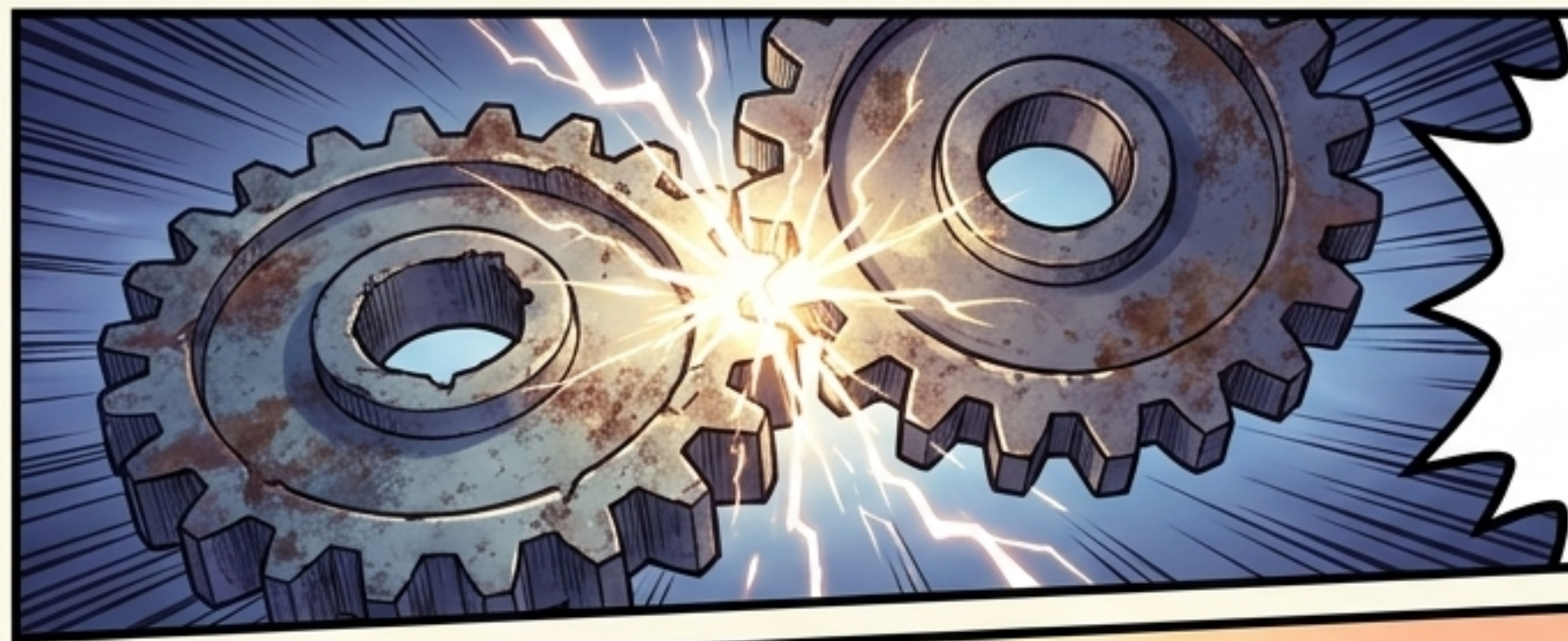
興奮する！  
→【報酬回路がON】

【勝負  
すること】

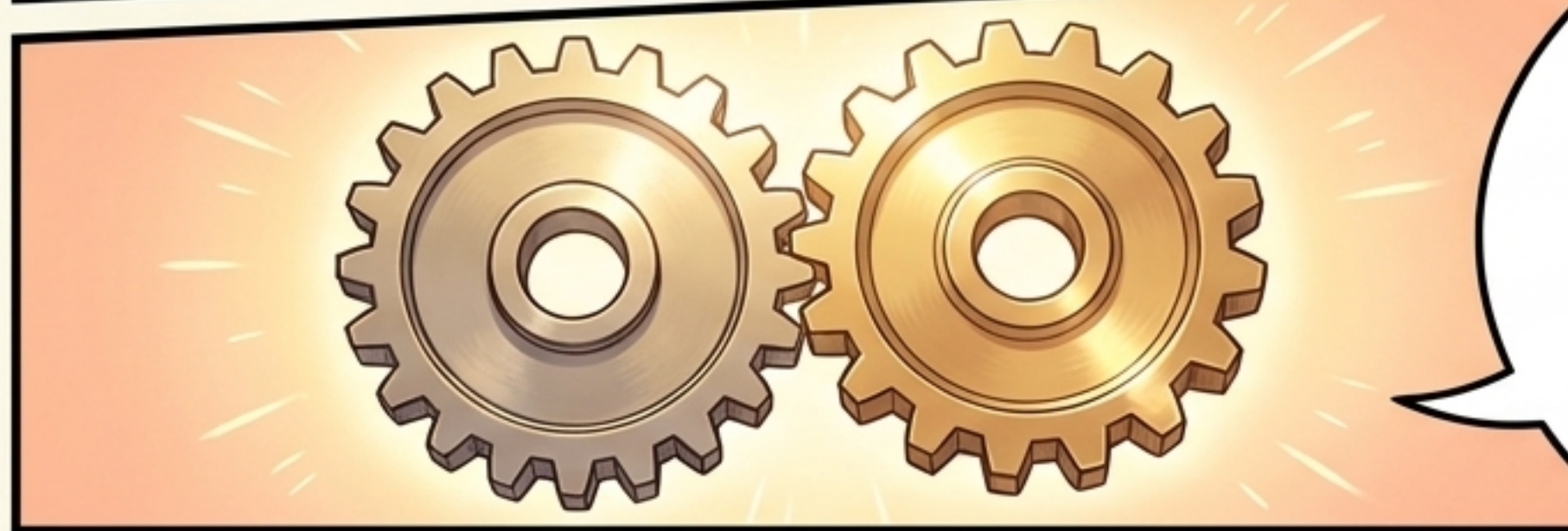
強いストレス…  
→【回避回路がON】

これは価値観の違いというより「**報酬回路の違い**」なのです。

# すれ違いの正体は「報酬のズレ」だった



求める報酬が違う（例：成長 vs 安定）  
結果：物足りなさ・ストレス・違和感



求める報酬が一致する  
結果：心地よさ・安心感・一体感

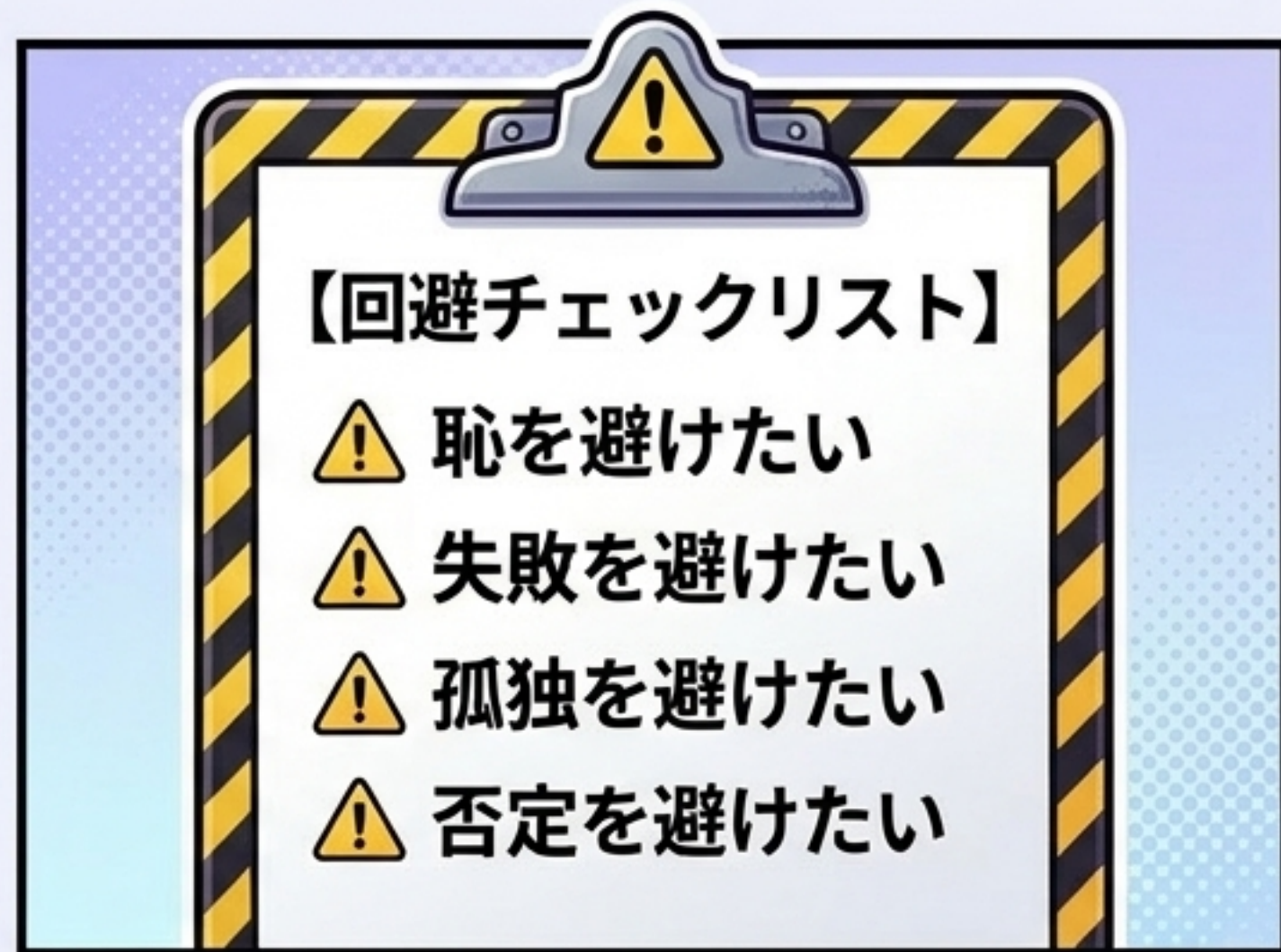
**出会いとは「報酬の共鳴」。別れとは「報酬の不一致」。**

# もう一つの重要軸。人は「何かから逃げているか」でも動く

報酬と同じくらい強いのが「何を避けたいか（危機回避）」の力。



何か  
が…  
追っ  
てく  
る…  
…!!



## 【回避チェックリスト】

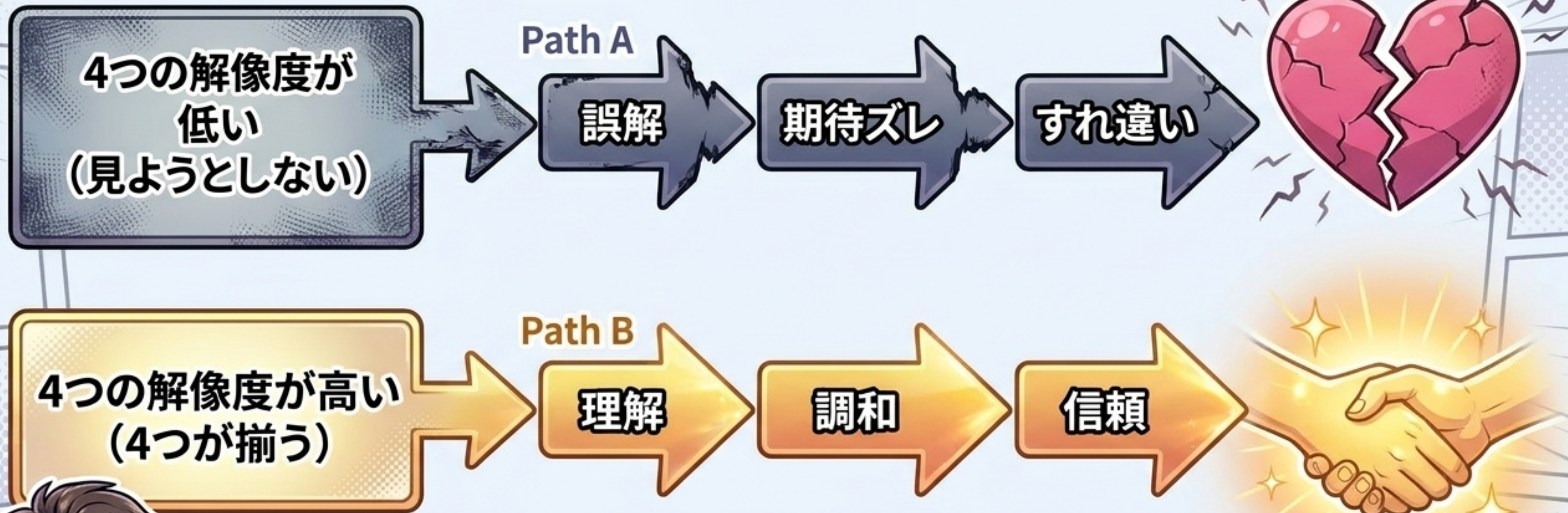
- ⚠ 恥を避けたい
- ⚠ 失敗を避けたい
- ⚠ 孤独を避けたい
- ⚠ 否定を避けたい

この「回避の強さ」が、あなたが「挑戦できるか、逃げるか、怒るか、閉じるか」を無意識に決定しています。

# 人間関係を整える「4つの理解」ダッシュボード



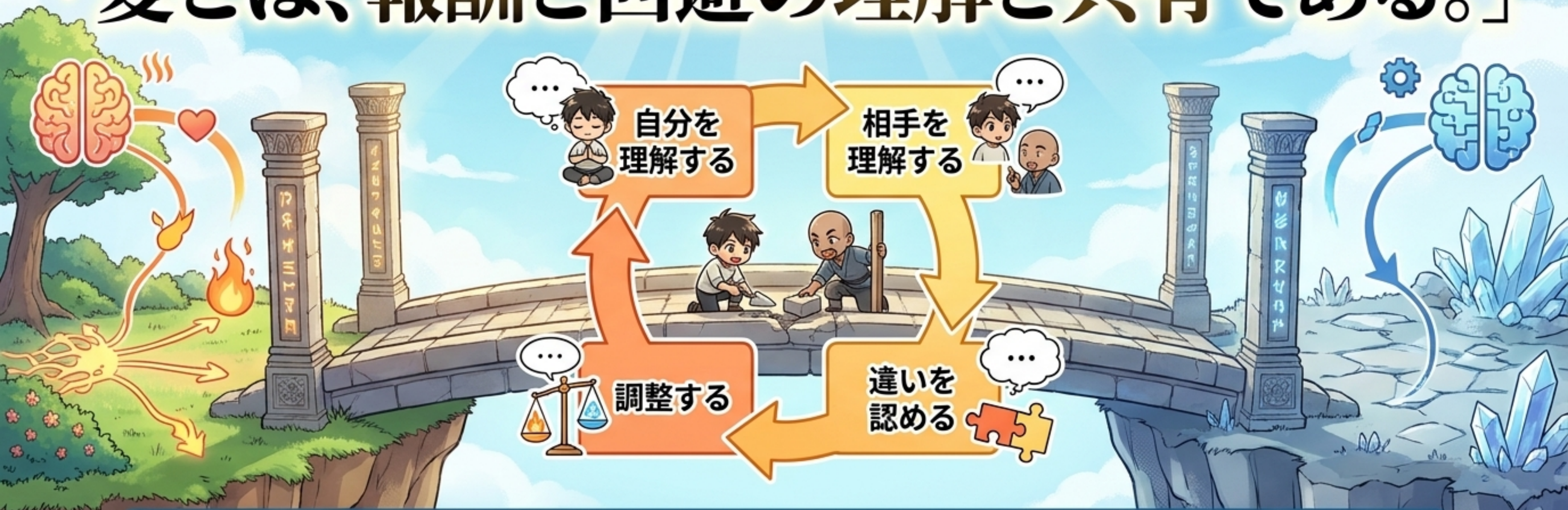
# 解像度が関係の未来を決める



「相手を知らずに『分かり合えない』と言うのは、順番が逆なんだよ。」

# TAOISMが定義する「愛」とは何か？

「愛とは、報酬と回避の理解と共有である。」



感情だけでは続かない。理解だけでも成立しない。  
この「理解し続けようとする姿勢」を対話できる関係こそが、関係を育てます。

# あなたへの問いかけ



- 自分の「報酬」を言語化できますか？
- 自分の「回避」を理解していますか？
- 相手の「報酬」を理解しようとしていますか？
- 相手の「回避」を尊重できていますか？

ここに向き合わずに「分かり合えない」と嘆くのは、もう終わりにしましょう。

「そうか、私たちは全く別の生き物じゃなくて、  
『スイッチ』が違うだけだったんだ！」



必要なのは、否定ではなく「理解」。  
強制ではなく「調整」。

★TAOISMは整える思想です。  
自分を整え、相手を知り、関係を育てる。

まずは、自分の脳を知ること。

そこからすべてが始まります。