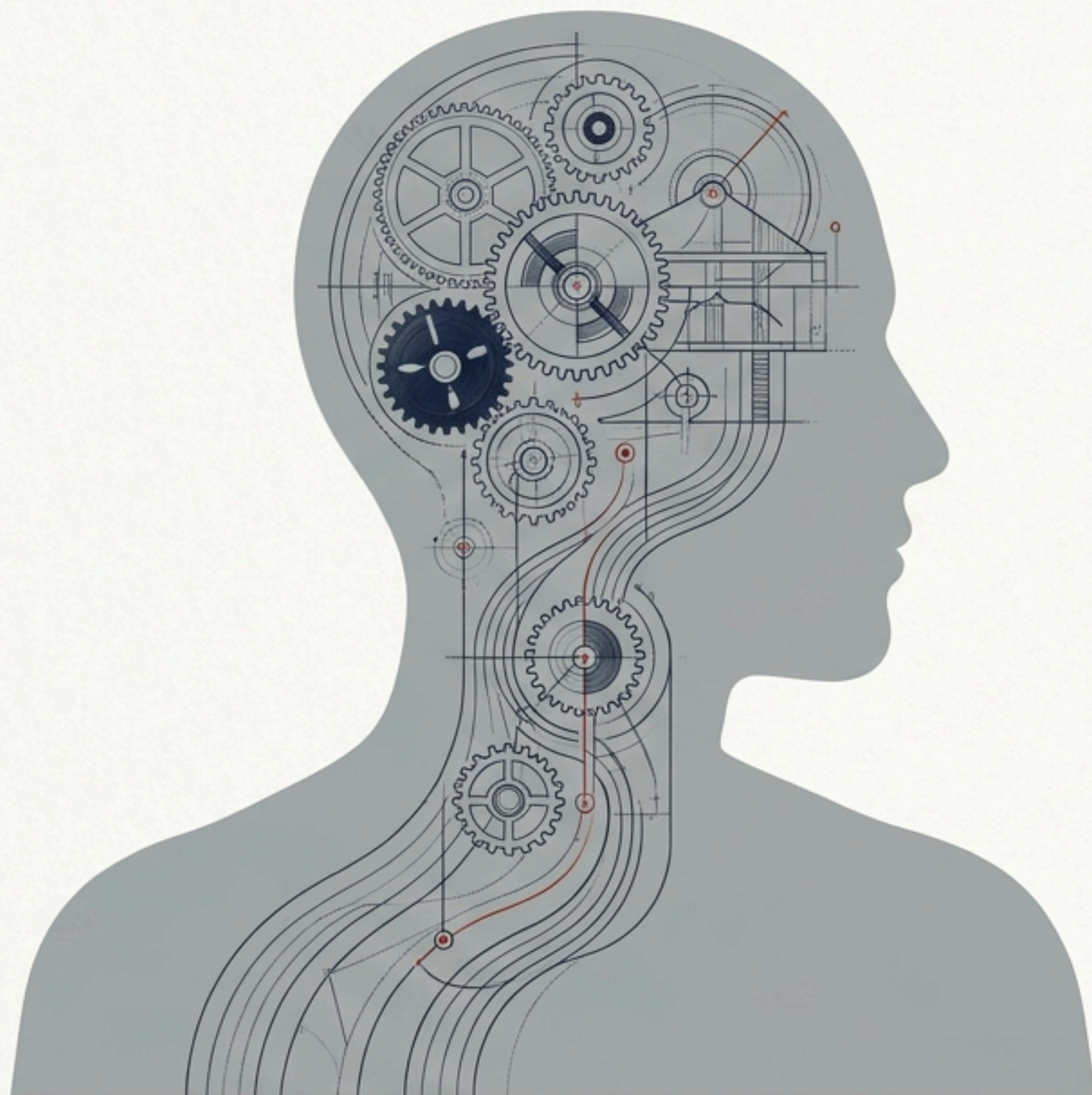


脳の報酬系と人のすれ違いの正体

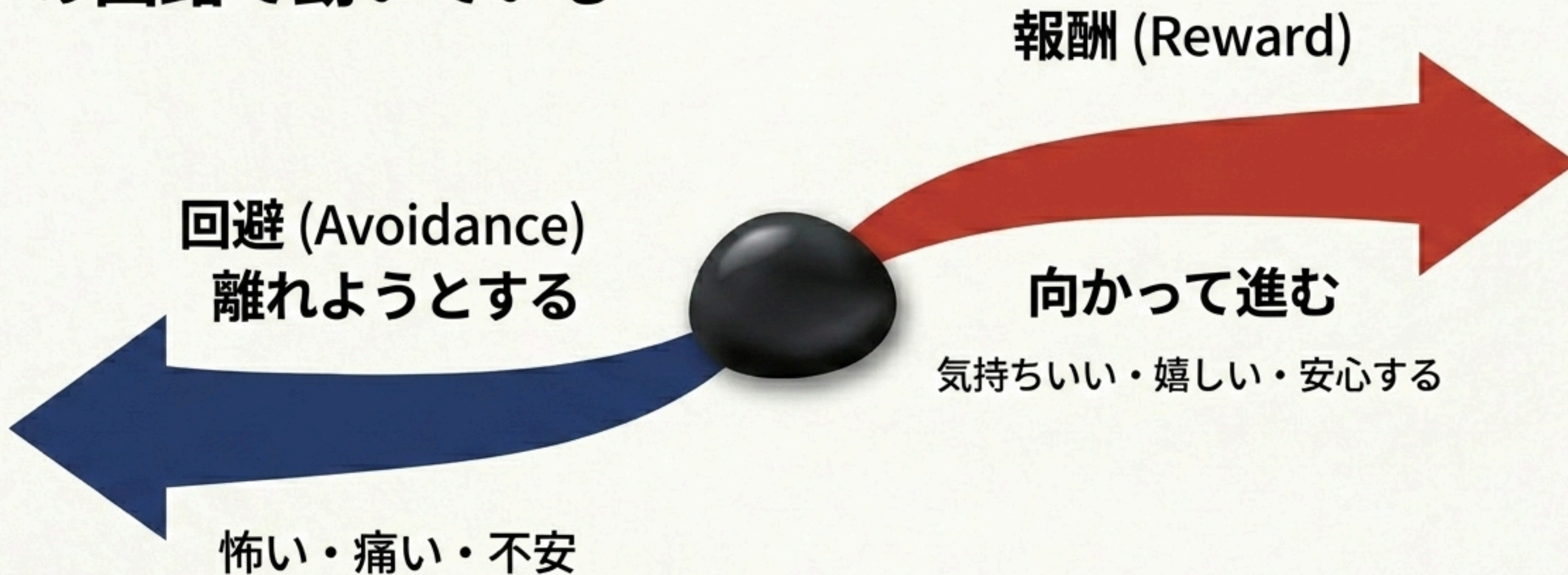
TAOISM — 整える思想



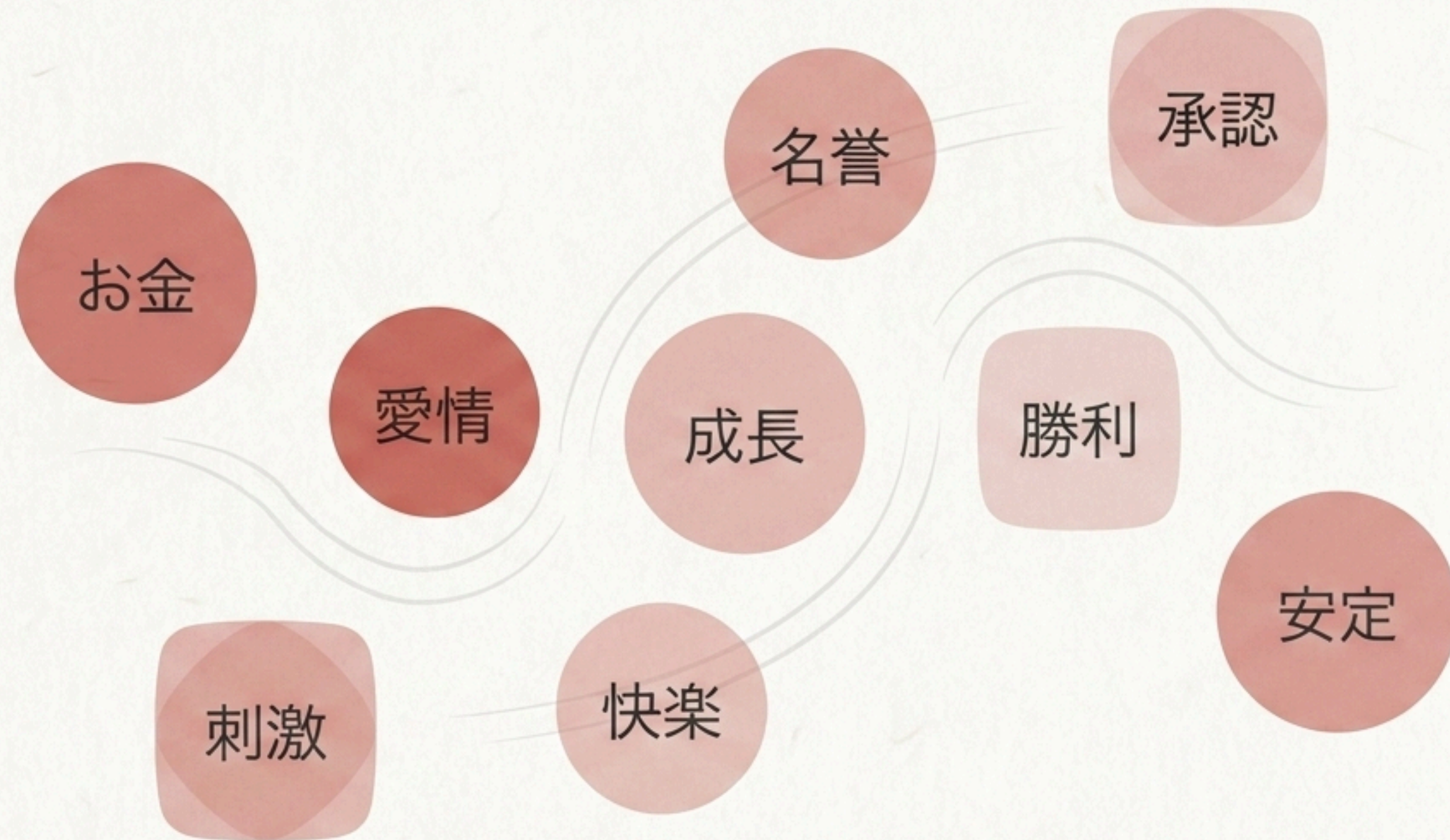
**私たちは自分の意思で
動いていると思っている。**

現実：人間の行動の多くは、隠された回路による「自動反応」によって起きています。

脳は「報酬」と「回避」の 2つの回路で動いている



あなたの「報酬」は何か？



報酬の形は、人によってまったく異なります。

同じ出来事でも、回路が違えば「真逆の反応」になる。

Person A

快感・興奮

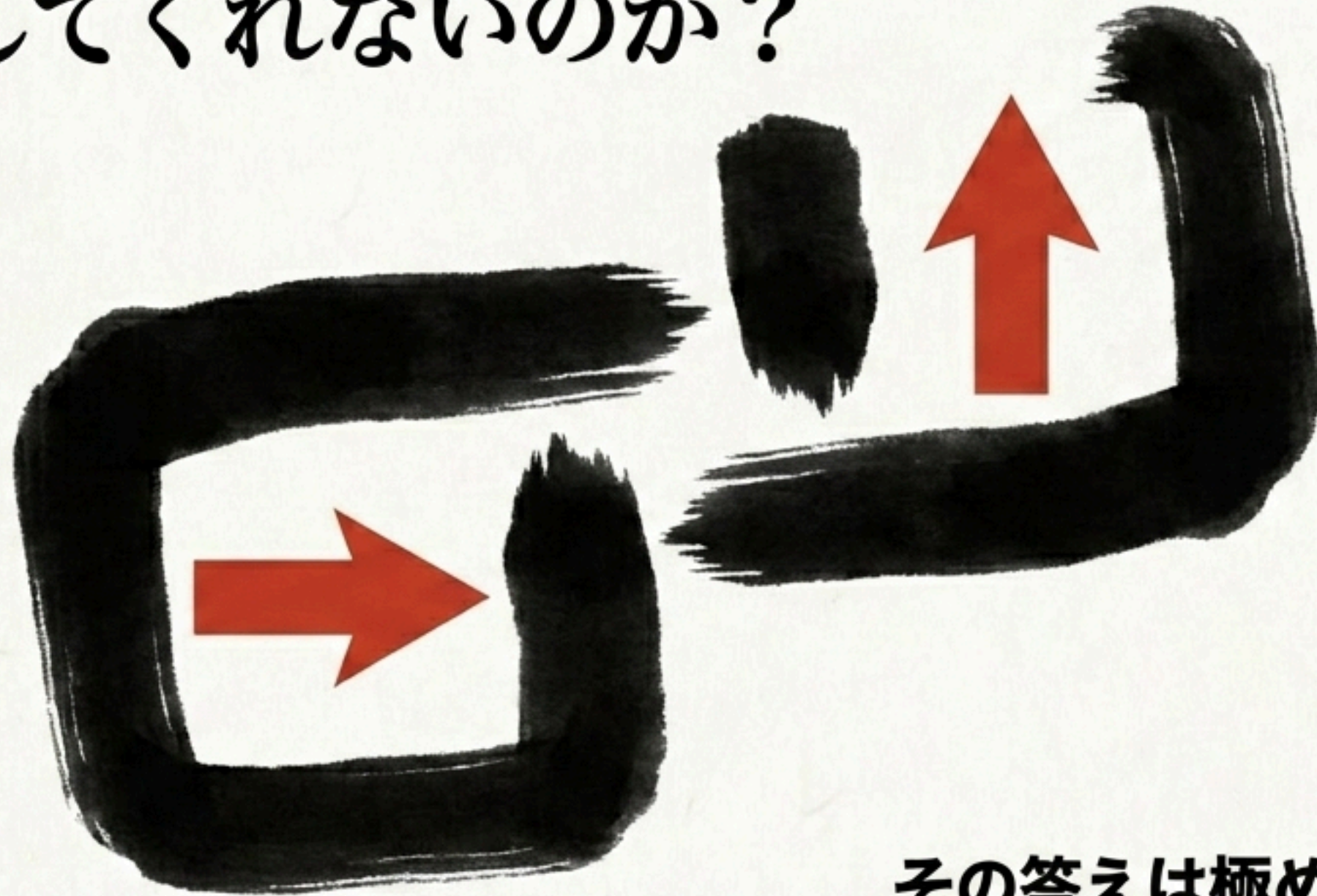
人前で話すこと
勝負すること

Person B

地獄・強いストレス

これは「価値観の違い」ではありません。
「報酬回路の違い」です。

なぜこの人はこんな行動をするのか？
なぜ、理解してくれないのか？



その答えは極めてシンプルです。
「相手と自分の、報酬が違うから」

すれ違いの正体

	報酬がズレると	報酬が一致すると
恋愛・関係性	成長目的 vs 安定目的	同じ報酬回路の共有
発生する感情	物足りなさ・ストレス・違和感	心地よさ・安心感・一体感
結果	別れ	出会い・共鳴

もう一つの重要軸 「何から逃げているか」

報酬と同じくらい重要なのが、「回避」の回路です。

恥を避けたい

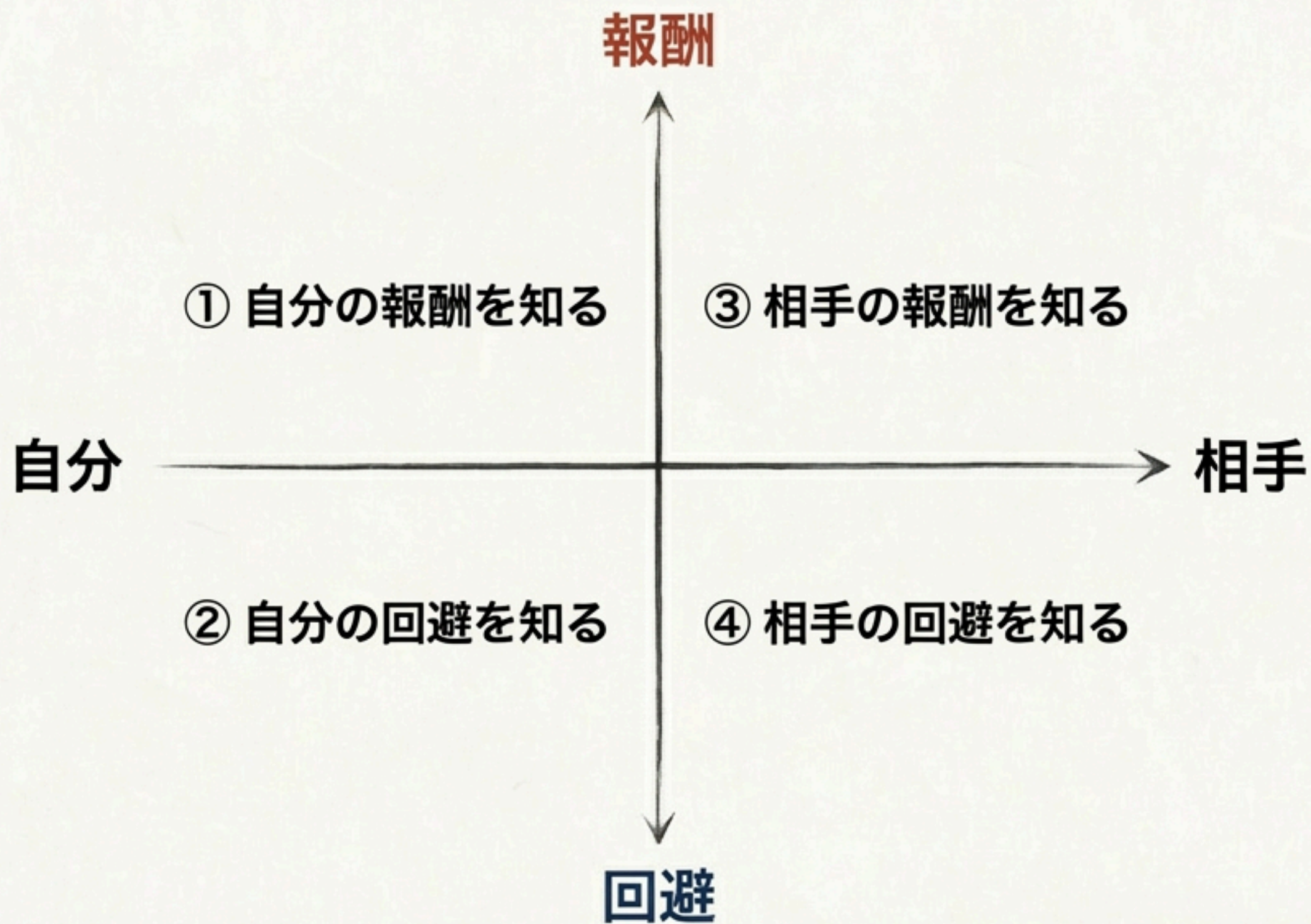
失敗を避けたい

孤独を避けたい

否定を避けたい

この回避の強さが、挑戦するか、逃げるか、怒るか、閉じるかを決定します。

TAOISM視点：人間関係を解き明かす「4つの理解」



A Zen garden featuring a dark, smooth stone in the center, surrounded by concentric circles of raked sand. The circles are evenly spaced and extend outwards, creating a sense of calm and focus.

まず、己の回路を知る。

① 自分の報酬を知る：
自分は何に喜びを感じるのか。

② 自分の回避を知る：
何に恐れを感じるのか。

この解像度が低いと、無自覚な自動反応に振り回されます。



次に、他者の回路を観る。

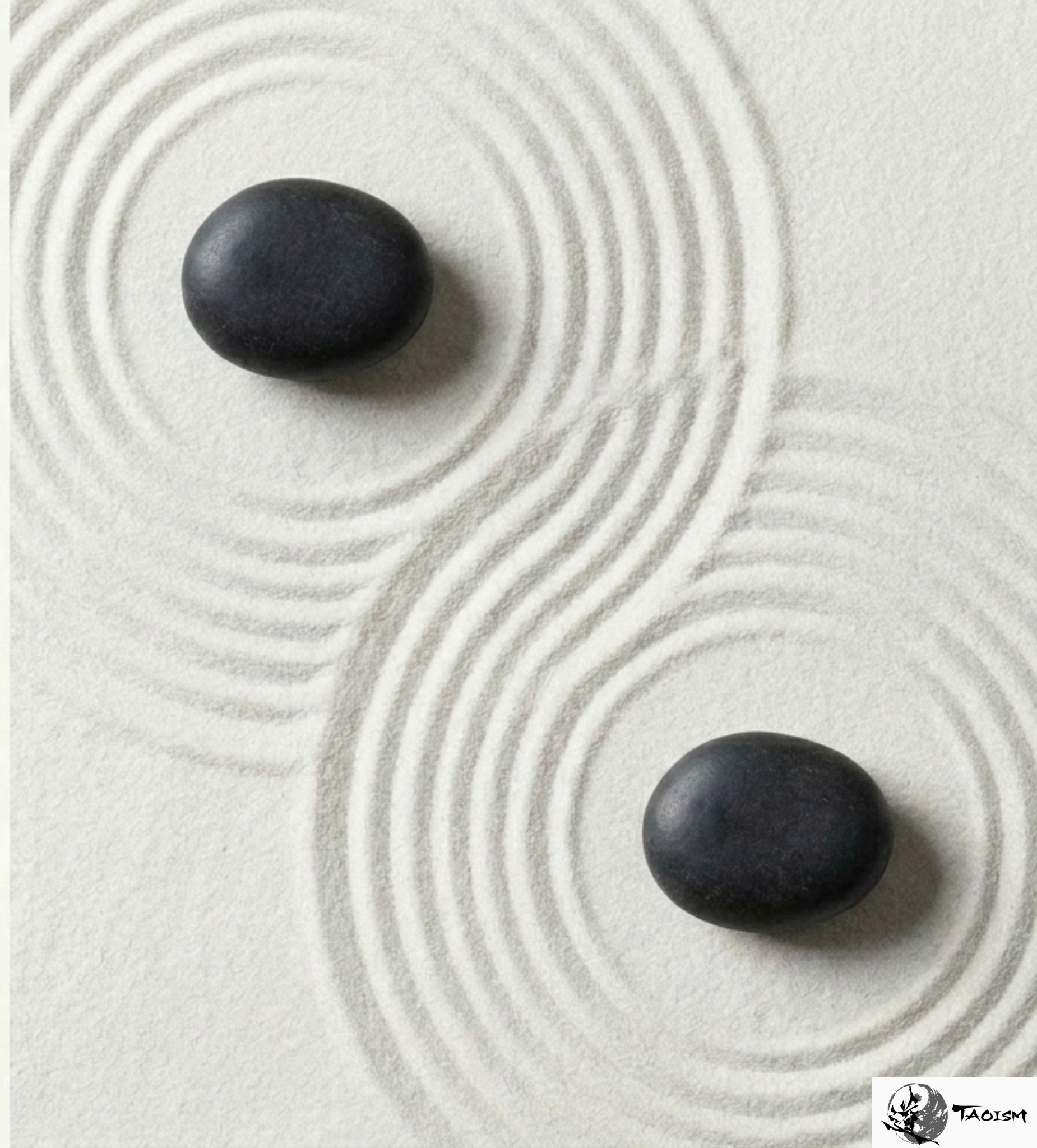
③ 相手の報酬を知る:

相手は何で満たされるのか。

④ 相手の回避を知る:

相手は何を嫌い、何を避けたいのか。

4つの解像度が揃うとき、誤解やすれ違いは
「理解・調和・信頼」へと変わります。





対話 & 調整

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。自分を理解し、相手を理解し、違いを認め、調整する。理解し続けようとする姿勢そのものが、愛です。

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」と言うのは、順番が逆です。

否定ではなく理解。強制ではなく調整。

人はまったく別の生き物なのではありません。
ただ、「報酬のスイッチ」と「回避のスイッチ」が違うだけです。

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。

