

【DRニュース・055】: FACT FULNESS (ファクトフルネス)な思考・世界を正しく見る習慣

2020 年 07 月 30 日発信

今回は、2020 年の世界的なベストセラーの著書から、ファクトフルネスな思考が大切で有り、間違いや勘違いをしないように、正確で信頼できるデータに基づいて、正しく見る習慣をつけることを学ぼう。

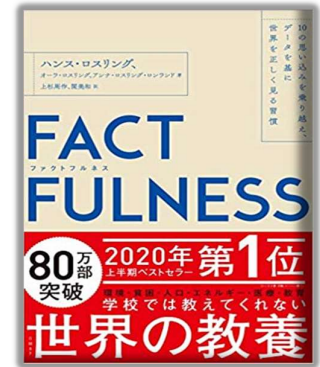
まずは、世界の状況を取り巻く変化の「クイズに挑戦」してみて、自分の世界の見方がどれほど間違っているかを認識して、ここ記載されている「10 の思い込みや本能」の重要性について、深く考えてみよう。

・・・そして、FACT FULNESS (ファクトフルネス)「事実に基づいた見方の習慣」をつけるようにしよう。

1. FACT FULNESS (ファクトフルネス)な思考

2020 年第 1 位；世界で 300 万部を突破の大ベストセラー書籍！！

- ・・・賢い人ほど、世界の真実を知らない。
そして、世界についてとんでもない勘違いをしている。
- ・・・ビル・ゲイツ、バラク・オバマ元アメリカ大統領也大絶賛！！



- ① **ゲイツ**：「名作中の名作。世界を正しく見るために欠かせない一冊だ」、
多くの人が読めば、世界はより良いものになるだろうと語った。

※2018 年：アメリカの大学を卒業した学生のうち、希望者全員にこの本をプレゼントした。

- ② **オバマ**：「思い込みではなく、事実をもとに行動すれば、人類はもっと前に進める。
そんな希望を抱かせてくれる本だ」

1.1 FACT FULNESS (ファクトフルネス)とは

ファクトフルネスとは、データや事実にもとづき、世界を読み解く習慣。賢い人ほどとられる。

10 の思い込みから解放されれば、癒され、世界を正しく見るスキルが身につきます。

世界を正しく見る、誰もが身につけておくべき、FACT FULNESS の習慣でありスキルを身につけよう。

- ・・・ 「10 の思い込みを乗り越え、データを基に世界を正しく見る習慣」について、
 ・・・ この本の思考方法から、どんな見方なのかを探ってみよう。

1.2 世界の状況を取り巻く変化の「クイズに挑戦」

あなたがどれほど、世界のことを知っているか、まず、クイズに挑戦して、チェックしてみしてほしい。

No	質問内容	解答 A、B、C のどれか？
質問 1	現在、低所得国に暮らす女子の何割が、初等教育を終了するでしょうか？	A:20%、B:40%、C:60%
質問 2	世界で最も多くの人住んでいるのは、どの所得層でしょう？	A:低所得国、B:中所得国、C:高所得国
質問 3	世界の人口のうち、極度の貧困にある人の割合は、過去 20 年でどう変わったでしょう？	A:約 2 倍になった、 B:あまり変わっていない、 C:半分になった
質問 4	世界の平均寿命は、現在およそ何歳でしょう？	A:50 歳、B:60 歳、C:70 歳
質問 5	15 歳未満の子供は、現在世界に約 20 億人います。国連の予想によると 2100 年に子供の数は、約何人になるでしょう？	A:40 億人、B:30 億人、 C:20 億人
質問 6	国連の予測によると、2100 年には今より人口が 40 億人増えるとされている。人口が増える最も大きな理由は、何でしょう？	A:子供 15 歳未満が増える、 B:大人 15 歳～74 歳が増える、 C:75 歳以上が増える
質問 7	自然災害で毎年亡くなる人の数は、過去 100 年で、どう変化したでしょう？	A:約 2 倍以上になった、 B:あまり変わっていない、 C:半分以下になった
質問 8	現在、世界《①ヨーロッパ州、②アフリカ州、③南北アメリカ州（ブラジル含む）、④アジア州（インド含む）》には約 70 億人の人がいます。世界の人口分布を正しく表しているのは 3 つのうちどれでしょう？	A:①10 億②10 億③10 億④40 億人 B:①10 億②20 億③10 億④30 億人 C:①10 億②10 億③20 億④30 億人
質問 9	世界中の 1 歳児の中で、なんらかの病気に対して予防接種を受けている子供は、どの位いるでしょう？	A:20%、B:50%、C:80%
質問 10	世界中の 30 歳男性は、平均 10 年間の学校教育を受けています。同じ年の女性は、何年間学校教育を受けているでしょう？	A:9 年、B:6 年、C:3 年
質問 11	1996 年には、トラとジャイアントパンダとクロサイはいずれも絶滅危惧種として指定されていました。この 3 つのうち、当時よりも絶滅の危機に瀕している動物は、いくついるでしょう？	A:2 つ、B:ひとつ、C:ゼロ
質問 12	いくらかでも電気が使える人は、世界にどの位いるでしょう？	A:20%、B:50%、C:80%
質問 13	グローバルな気候の専門家は、これからの 100 年で、地球の平均気温はどうなると考えているでしょう？	A:暖くなる、 B:変わらない、 C:寒くなる

結果はどうだっただろうか？ たくさん間違えた？ ほとんど適当に選んでしまった？

・・・でも心配はいらない。その理由を2つ説明しよう。

① まず、この本を読み終える頃には、もっと良い点が取れるはずだ。

・・・シンプルな世界の見方さえ身につければ、細かい数字を覚えなくとも、世界の全体像をつかめるようになる。

② また、このクイズには多くの人が間違える。どれほど優秀な人でもだ。

・・・ここ数十年間、何千もの人々に質問をしてきた。

「貧困・富・人口・出生・死亡・教育・保健・ジェンダー・暴力・エネルギー・環境など」、
どれも世界を取り巻く状況の変化にまつわる質問だ。

複雑でひっかけ問題はひとつも無い。それなのにまともに正解できる人はほとんどいない。

質問の解答	
正解	質問1；C、質問2；B、質問3；C、質問4；C、質問5；C、質問6；B、質問7；C 質問8；A、質問9；C、質問10；A、質問11；C、質問12；C、質問13；A

あなたは、次のような先入観をもっていないだろうか？

・・・世界では戦争、暴力、自然災害、人災、腐敗が絶えず、どんどん物騒になっている。
金持ちはより一層金持ちになり、貧乏人はより一層貧乏になり、貧困は増え続ける一方だ。
・・・ 何もしなければ、天然資源ももうすぐ尽きてしまう。

少なくとも西洋諸国においては、それがメディアでよく聞く話だ。

・・・ 人々に染みついた考え方なのではないか？（これを「ドラマチックすぎる世界の見方」と呼ぶ）

最もネガティブで、極端な答えを選ぶ人が多いのは、「ドラマチックすぎる世界の見方」が原因だ。

世界のことについて考えたり、推測したり、学んだりするときは、

・・・ 誰でも無意識に「自分の世界の見方」をしてしまう。

・・・ だから、世界の見方が間違っていたら、正しい推測もできない。

世界はあなたが思うほどドラマチックではないからだ。

健康な食生活や定期的な運動を生活に取り入れるように、

ここで紹介する「ファクトスルネスという習慣」を毎日の生活に取り入れて欲しい。

訓練を積み、「ドラマチックすぎる世界の見方」をしなくなり、「事実に基づく世界の見方」
ができるようになる。たくさん勉強しなくても、世界を正しく見られるようになる。

判断力が上がり、何を恐れ、何に希望を持てばいいのかを見極められるようになる。

このクイズは、さまざまな国の、さまざまな分野で、活躍する人々に、実践してきました。

- ・ ・ ・ 医学生、教師、大学教授、著名な科学者、投資銀行のエリート、多国籍企業の役員、活動家、ジャーナリスト、そして、政界のトップまで。
- ・ ・ ・ 間違いなく、高学歴で国際問題に興味がある人たちだ。しかし、このグループでさえも大多数がほとんどの質問に間違っていた。
- ・ ・ ・ 一般人の平均スコアを下回り、とんでもなく低い点数をとったノーベル賞受賞者や医療研究者もいた。優秀な人たちでさえ、世界のことを何も知らないようだ。

何も知らないというより、みんな同じ勘違いをしているといったほうが、近いかもしれない。

- ・ ・ ・ 世界について本当に何も知らなければ、クイズの正解率は、当てずっぽうに答えた場合と近くなるはずだ。しかし、実際の正答率は、それよりずっと低い。
- ・ ・ ・ それぞれの3択問題には不正解の選択肢が2つあるが、よりドラマチックなほうを選ぶ傾向が見られた。
- ・ ・ ・ ほとんどの人が、世界は実際よりも怖く、暴力的で、残酷だと考えているようだ。

事実に基づいて（ファクトフルに）世界を見ることができていないのです。

なぜでしょう？ その理由は、誰もが持っている

「分断本能」「ネガティブ本能」「直線本能」「恐怖本能」「パターン化本能」「過大視本能」「宿命本能」「単純化本能」「犯人捜し本能」「焦り本能」など【10の本能】にありました。

この【10の本能】を抑えなければ、事実に基づいて正しく世界を見ることができません。

いまある世界を正しく認識できなければ、社会問題を解決することも、未来を予想することも、危機に対応することも出来ないでしょう。

この本は、その【10の本能】を、誰にでもわかるように説明し、どうしたら、それらの本能を抑えることができるのかを具体的に教えてください。

それを学び、本能が引き起こすとんでもない勘違いに気づくことが、ファクトフルな世界の見方、つまり「FACT FULNESS：事実に基づいた習慣」につながる。

1.3 人類が抱える「10の思い込み・本能」について

これから、「10の思い込みや本能」について、質問の解答・解析も含めて、深掘りをしてみよう。

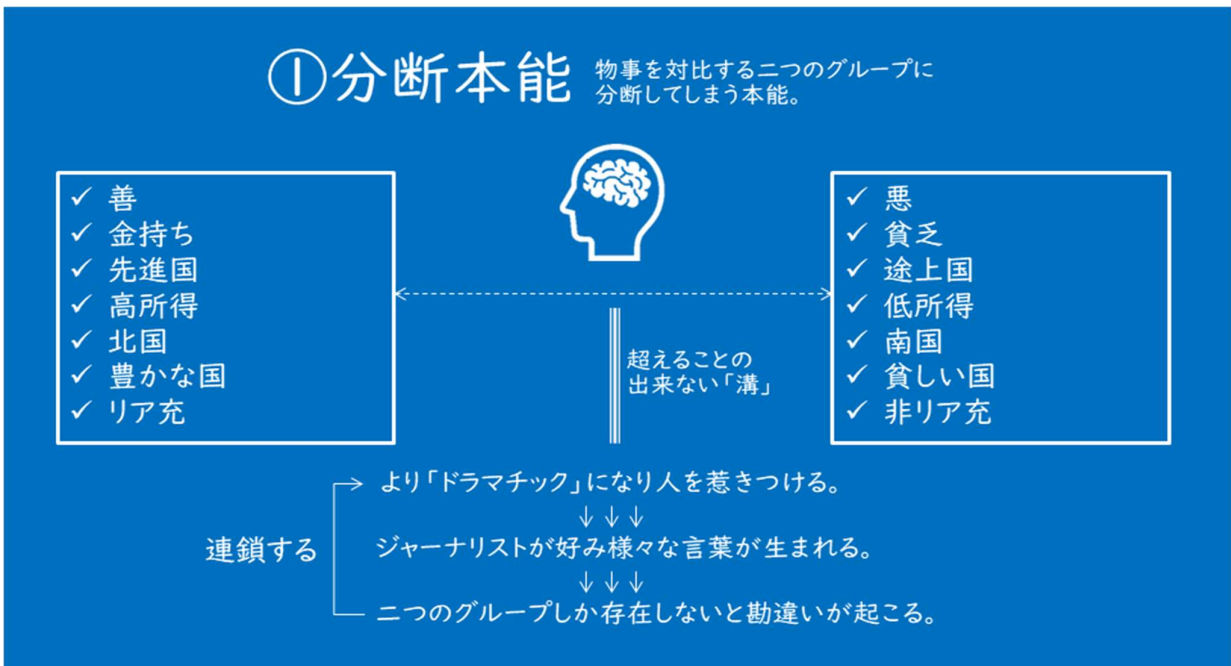
(1) 「分断本能」・・・「世界は分断されている」という思い込み

人は誰しも、さまざまな物事や人々を2つのグループに分けないと気がすまないものだ。
そして、2つのグループのあいだには、決して埋まることのない溝があるはずだと思い込む。
・・・これが、分断本能だ。

世界の国々や人々が「金持ちグループ」と「貧乏グループ」に分断されているという思い込みも、分断本能のなせるわざだ。

・・・分断本能による勘違いは、たちが悪い。

「金持ち」対「貧乏」という世界を間違った枠組みで分けてしまうと、頭の中にある世界のイメージが隔々まで歪められ、それが「とんでもなく的外れな世界の見方」につながる。



何事も2つのグループに分けて考えたがる。いわゆる「二項対立」を求めるのだ。
「良いか悪いか」「自国か他国か」・・・世界を2つに分けるのは、シンプルだし直感的かもしれない。
しかも双方が対立していれば、なおドラマチックだ。いつも知らないうちに、世界を2つに分けている。

ジャーナリストは、人間の分断本能に訴えたがる。
だから話を組み立てるとき、対立する2人、2つの考え方と、2つのグループを強調する。

(1-1) 質問 1 の正答率は、何%だと思いますか？

質問 1 ; 現在、低所得国に暮らす女子の何割が、初等教育を終了するでしょう？

A : 20% B : 40% C : 60% . . . 正解は、**C の 60%**

この質問の正答率はわずか「7%」、つまり低所得国の「60%」の女子は小学校を卒業するということだ。多くの人は A の 20%を選んだのだが、20%以下の女子しか小学校を卒業しない国は希だ。アフガニスタンや南スーダンなどだが、そういう国に住む女子は世界で「2%以下」しかいない。

ほかにも、平均寿命、栄養不足、水質、ワクチンの摂取率などの質問を通して、低所得国に住む何割の人が、近代社会に欠かせないものにアクセスできるか、人々に予想してもらった。

先に答えを言うと、低所得国の平均寿命は 62 歳だ。多くの人は食べ物に困らないし、多くの人はある程度安全な水道水を飲めるし、多くの子供はワクチンを接種し、多くの女子が小学校を卒業。
 . . . 大多数の人は、「最悪の状況」を示す回答を選んでいた。

(1-2) 世界の人口の何%が、低所得国に住んでいると思いますか？

この質問で最も多かった答えは「50%以上」で、平均回答は 59% . . . 正しい答えは、「9%」だ。

まとめると、ほとんどの人が想像するほど低所得国の暮らしは苦しくないし、人口も多くない。世界が分断され、大半の人が惨めで困窮した生活を送っているというのは幻想でしかない。
 . . . はっきり言って、完全な勘違いだ。

(1-3) 多くの人が住んでいるのは、いったいどこでしょう？

質問 2 ; 世界で最も多くの人が住んでいるのはどこでしょう？

A : 低所得国 B : 中所得国 C : 高所得国 . . . 正解は、**B の中所得国**

大半の人は低所得国(9%)でも高所得国(16%)でもなく、中所得国(75%)に暮らしている。
 . . . 世界が分断されていると考える人には想像ができないだろうが、これが事実だ。

低所得国と高所得国のあいだには分断があると思われているが、

. . . 実際に分断はなく、代わりに中所得国がある。

そこには人類の 75%が暮らしている。中所得国と高所得国を合わせると人類の 91%になる。

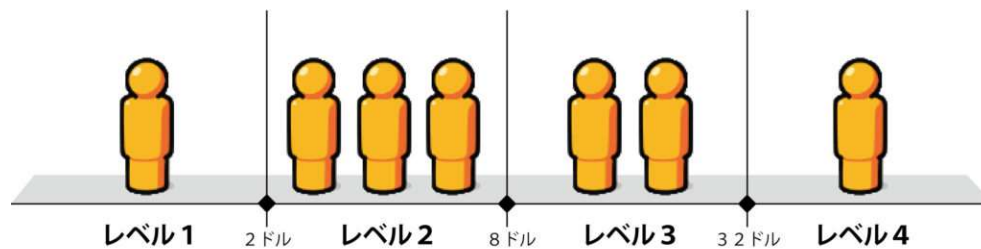
. . . そのほとんどはグローバル市場に取り込まれ、徐々に満足のいく暮らしが出来るようになっていく。人道主義者にとっては喜ばしいし、グローバル企業にとっても極めて重要だ。

(1-4) 所得レベルに応じた4つのグループ

世界を2つのグループ（例：先進国&途上国（発展途上国））に、分ける代わりに、
 ・ ・ ・ 所得レベルに応じて、4つのグループに、分けてみよう。
 図の中の記号はそれぞれ10億人を表しており、全部で7つに分けて、
 ・ ・ ・ 世界の人口70億人の分布を表している。

■ 4つの所得レベル

所得ごとの世界の人口分布（2017年）。それぞれの記号は10億人を表している。



横軸はひとりあたりの1日あたりの所得（単位はUSドル）。購買力平価を用いて算出。（出典：Gapminder[3]を参考に作成）

所得レベル	各レベルごとの生活概要
レベル1	スタートは1日1ドルから。5人の子供が一家にひとつしかないプラスチックのバケツを抱え、裸足で数時間かけて歩き、ぬかるみに溜まった泥水を汲んでくる。帰りに拾った薪で火を焚き、泥混じりのポリッジ（粥）を調理する。生まれてこのかた、口にすることがあるのはこの粥だけ。土地は痩せ細り、不作の月にはお腹を空かせて床に就く。 まさに、極度の貧困だ。
レベル2	1日の稼ぎは以前の4倍、4ドルになった。毎日3ドルもお金が余る。さて、何に使おうか？自分が育てた作物以外にも、例えば鶏を飼って卵を食べることもできる。少しお金をためれば、子供にサンダルを買える。自転車を手に入れば30分で1日分の水を汲んでこられる。マットレスを買えば、地べたで寝る生活ともおさらばだ。
レベル3	仕事を掛け持ち、毎日休みなく16時間働いている。1日の収入が、また4倍の16ドルになった。手元のお金も増えたところで、水道管を引いてみた。これで水を汲んで来なくてもいい。電力の供給も安定し、子供も毎日宿題が出来るようになり、買いたての冷蔵庫も安定して使えるように、食料を保存できるようになり、毎日違う御馳走が食べられる。
レベル4	収入は1日32ドルとなり、もはや裕福な消費者だ。1日3ドル余分に稼いでも暮らしに大差はない。極度の貧困に暮らす人たちにとっては、1日3ドルの違いが人生を左右するが、レベル4にいる人はむしろ、3ドルなんてはした金だと思っている。学校には12年以上通い、旅行のときは飛行機に乗る。月に一度は外食し、車を買うこともできる。蛇口からはお湯も出る。

人類の歴史が始まった頃、誰もがレベル1にいた。最初の10万年間以上は誰もレベル2に進めなかった。

ほとんどの子供は、自分が子供を産める年齢まで生き延びられなかった。

そして、いまから200年ほど前までは、世界の85%がレベル1、すなわち、極度の貧困の中に暮らした。

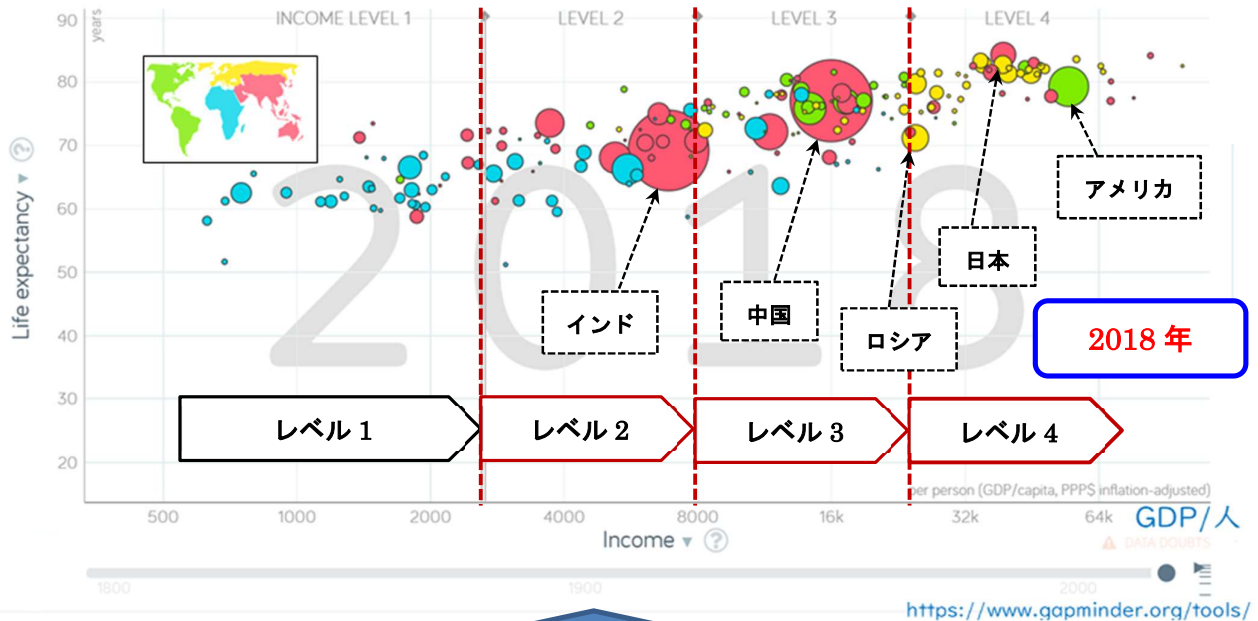
現在、世界の大部分は真ん中のレベル2とレベル3に暮らしている。この常態はしばらく続いている。

(1-5) 現在、「途上国」はほとんど無い

だが、国連やその他の国際機関は、いまだに「途上国」と「先進国」を使い続けている。

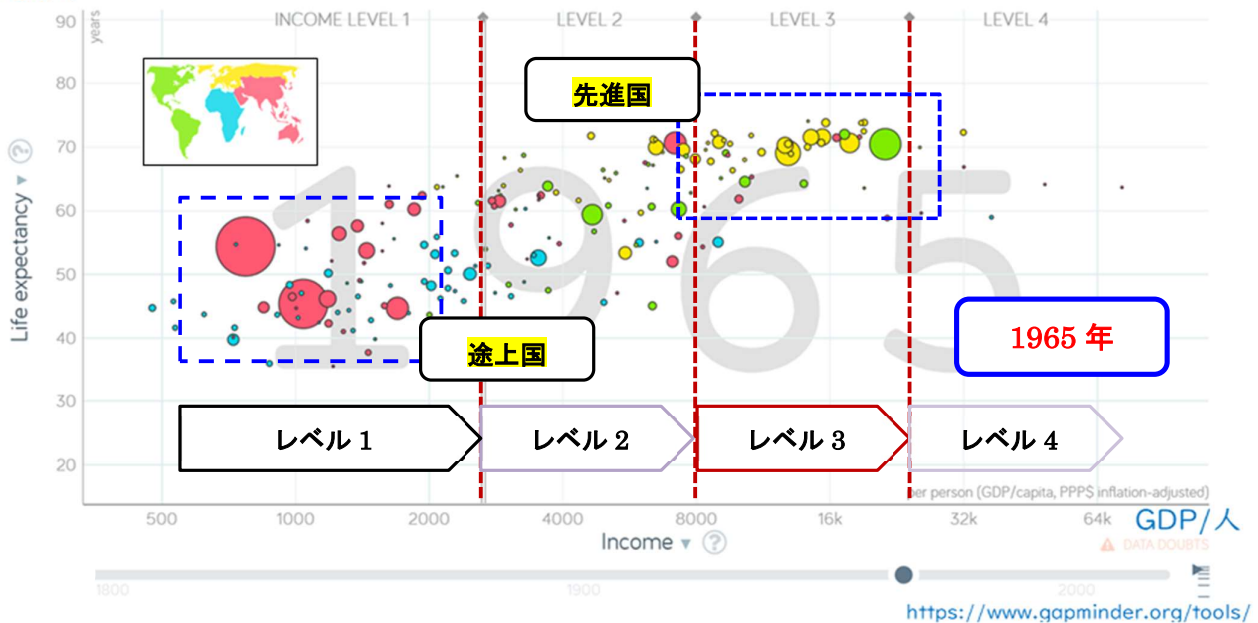
しかし現在、「途上国」はほとんど無い。

平均寿命



50年以上前は大体2分割出来た。

平均寿命



(1-6) 分断本能を抑えるために

ファクトフルネスとは・・・話の中の「分断」を示す言葉に気づくこと。

それが、重なり合わない2つのグループを連想させることに気づくこと。

多くの場合、実際には分断はなく、誰もいないと思われていた中間部分に大半の人がいる。

・・・**分断本能を抑えるには、大半の人がどこにいるか探ること。**

① 「平均の比較」に注意しよう

分布を調べてみると、2つのグループに重なりがあり、分断などないことが多い。

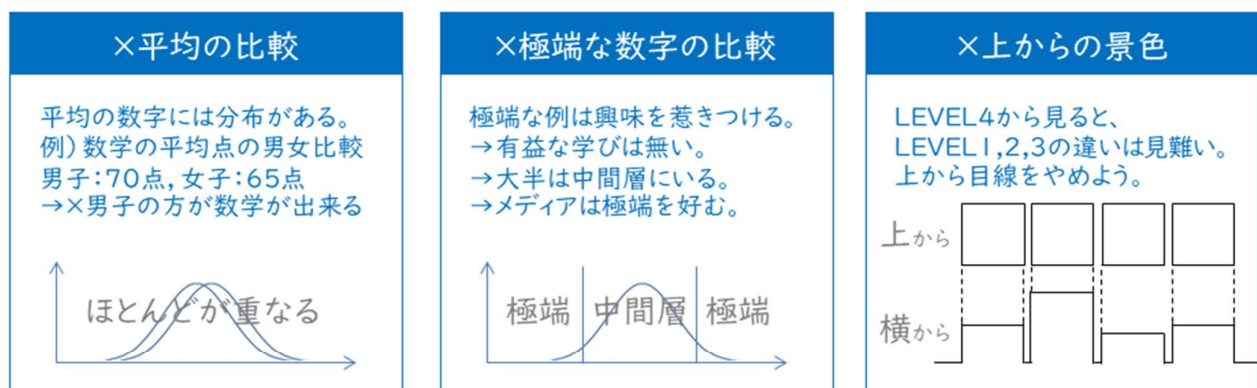
② 「極端な数字の比較」に注意しよう

人や国のグループには必ず、最上位層と最下位層が存在する。2つの差が残酷なほど不公平なときもある。しかし多くの場合、大半の人や国はその中間の、上でも下でもないところにいる。

③ 「上からの景色」であることを思い出そう

高いところから低いところを正確に見るのは難しい。どれも同じくらい低く見えるけれど、実際は違う。

分断本能を抑えるための3つの注意すべきポイント



大半の人がどこにいるかを探ることが大事。
但し、様々な視点で判断すること。

(2) 「ネガティブ本能」・・・「世界はどんどん悪くなってる」という思い込み

次のうち、あなたの考えに最も近い選択肢を選んでください。

A: 世界はどんどん良くなっている。 B: 世界はどんどん悪くなっている。

C: 世界は良くなっても、悪くならない。

・・・「世界の大半の人は、Bのどんどん悪くなっていると考えていることだ」

人は誰しも、物事のポジティブな面より、ネガティブな面に注目しやすい。

これは、ネガティブ本能のなせるわざだ。そして、ネガティブ本能もまた、

・・・世界についての「とんでもない勘違い」が生まれる原因になっている。

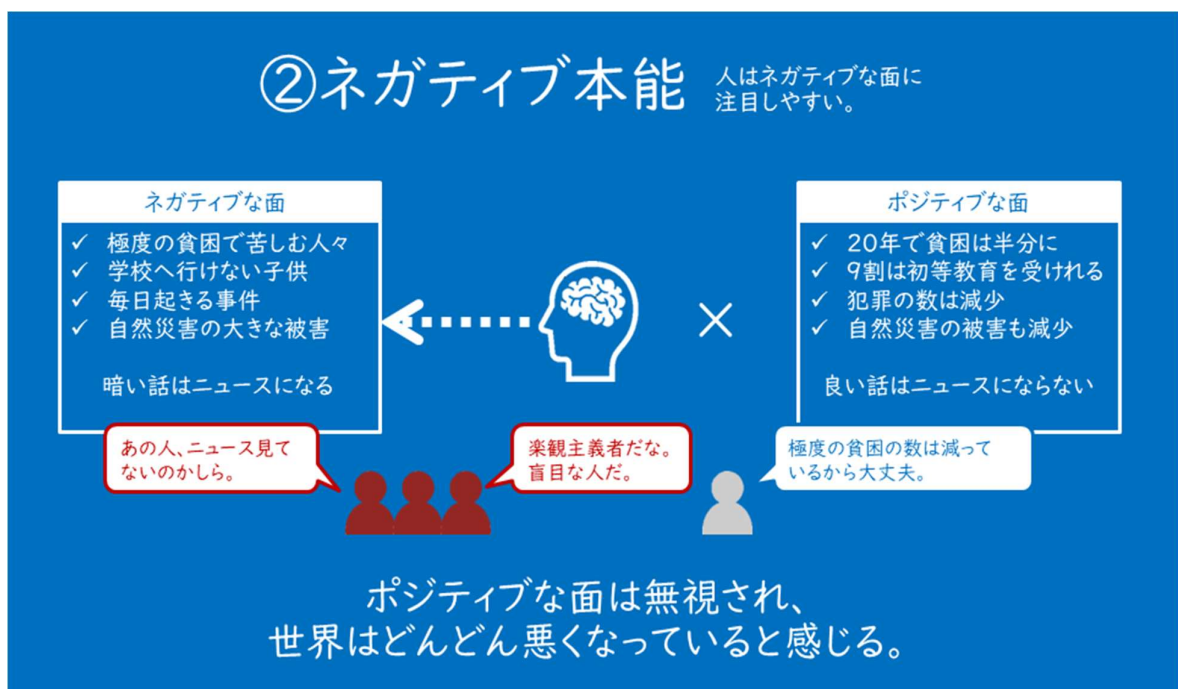
その勘違いとは、「世界がどんどん悪くなっている」という、暗い話は数え切れないほどある。

例えば、戦争による死者数は第二次世界大戦を境に減り続けているが、最近ではシリア内戦が原因で増えつつある。テロの数も同じく増加中だ。漁業での乱獲や海洋汚染もきわめて深刻の問題だ。生物が生きられない海域や絶滅危惧種も増えている。

温暖化で氷が溶け、次の100年で海面は、1メートル弱ほど上昇するだろう。原因は間違いなく人間が排出する温室効果ガスだ。排出を止めても、ガスが消滅するまでには長い時間がかかる。最近の新型コロナウイルスの蔓延も世界経済を低迷させ、人類を死の窮地に陥れると思いがちだ。

人々が「事実に基づく世界の理解」を持ち、国の枠組を越えて協力することが大切だ。

・・・だからこそ、世界についての知識不足が蔓延している現状は変えて行かなければならない。



(2-1) 「極度の貧困」について考えてみよう

質問 3 ; 世界の人口のうち、極度の貧困にある人の割合は、過去 20 年でどう変わったでしょうか？

A: 約 2 倍になった B: あまりかわらない C: 約半分になった・・・正解は、**C の半減**。

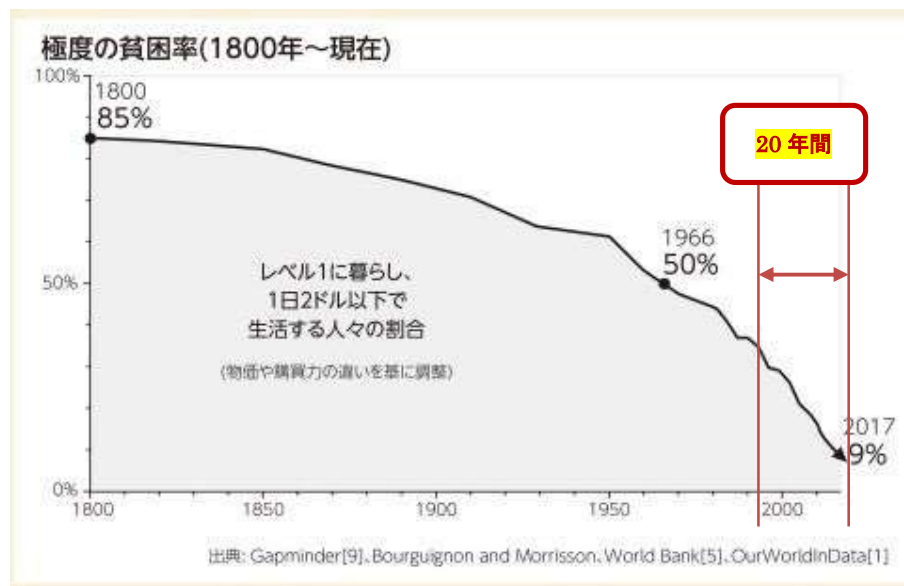
オンライン調査をした結果、この事実を知っていた人の割合は、ほとんどの国で 10%未満だった。

1800 年頃は、人類の「約 85%」が極度の貧困層、すなわちレベル 1 の暮らしをしていた。

世界中で食料が不足しており、ほとんどの国の人が、年に何度もお腹を空かせて眠りについた。

イギリス国内や植民地では児童労働があたりまえで、子供たちが働き始める年齢は 10 歳だった。

スウェーデンの全人口の 5 分の 1 が、飢餓を逃れるためアメリカに渡った。後にスウェーデンに戻ったのは 2 割しかいなかった。不作の年が続き、周りの人が餓死するのを目の当たりにしたら、・・・誰だって、「できればここを抜けだしたい」と思うだろう。



1997 年頃、インドと中国の両方で、人口の 42%が極度の貧困に陥っていた。

だが、2017 年までに極度の貧困率はインドでは 12%までに低下。20 年前に比べ、2 億 7000 万人が極度の貧困から脱出した。一方中国では、同じ期間に極度の貧困率は 0.7%に低下。約 5 億人が極度の貧困から脱した。中南米では極度の貧困率が 14%から 4%になり、3500 万人が脱した。

- ・・・極度の貧困率の計測は完璧ではないが、
数字上ではこれほどの変化があれば、間違いなく大きな出来事が起きている。
- ・・・20 年前には世界人口の「29%」がレベル 1 だったが、現在は「9%」まで下がった。

20 年前、あなたは何歳だっただろうか？ 昔を思い出し、世界はどれだけ変わっただろうか？

(2-2) 「平均寿命」は、現在は何歳だろうか？

質問 4；世界の平均寿命は、現在およそ何歳でしょうか？

A：50 歳 B：60 歳 C：70 歳・・・正解は、C の 70 歳

人々の苦難や死因を数字で表すのは簡単では無いが、平均寿命を見るというのはひとつの手だ。
 幼児の死、人的災害や自然災害による死、妊産婦の死、年配者の寿命の延びなど、
 ・・・・生死に関する、すべての数字が平均寿命の計算に盛り込まれている。

1800 年頃、スウェーデン人が飢えに苦しみ、イギリス人の子供が炭鉱で働いていた頃、
 世界のどの地域でも、平均寿命は 30 歳だった・・・生まれた子供の半分は、大人になること
 なく死んでいった。残りの半分は、だいたい 50 歳から 70 歳のあいだに亡くなっていた。

ほとんどの人が 30 歳で亡くなったというわけではない。
 ・・・・平均寿命はあくまで平均を表すもので、「平均はばらつきを隠す」ことを忘れないで欲しい。

現在の世界の平均寿命は、70 歳を超え、72 歳になった・・・最も多かった答えは「60 歳」だった。
 もし 1973 年にこの質問を聞いていたら、60 歳が正解だったのだが、その年、エチオピアで、
 約 20 万人が餓死した年だ。それから 40 年が経ち、平均寿命は 10 年も延びた。

※1960 年頃の窪みは、何だろう？

1960 年(今から 60 年前)の中国では、凶作が続き、その上中央政府の的外れな政策が重なって、農作物の収穫量が大幅に落ち込んだ。

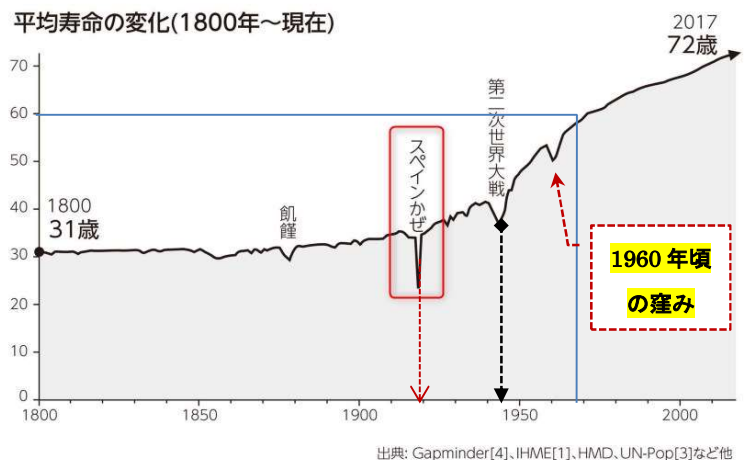
中国の地方政府は落ち込みをごまかそうと、あるだけ食料をかき集めて中央政府に送ってしまった。

地方には食べ物が一切残らなかった。

翌年になると、道路のあちこちに転がる死体の様子などが中央政府に報告された。

1996 年になってから政府の計画経済の失敗が諸外国に報じられ世界に知れた。36 年間もひた隠した。
 推定死者数は 3500 万人以上の人と言われ、人工的な大飢饉としては人類史上最多となる。

食料不足の国へ支援を行う「国際連合世界食料計画」が創設されたのは、1961 年だからだ。



(2-3) ネガティブ本能在刺激される理由

- ① **偏った報道**・・・戦争、飢餓、自然災害、失敗、腐敗、予算削減、難病、大規模リストラ、テロ事件～世界はいつだって悪いニュースのオンパレードだ。
反対に、ゆっくりとした進歩は、どれほど大規模であっても、何百万という人に影響を与えたとしても、新聞の一面に載ることはない。

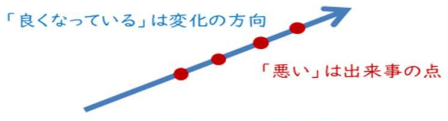
報道が自由になり、技術が進歩するにつれ、悪いニュースは以前にも増して、すぐに広まるようになった。悪事や災いに対する監視も厳しくなった。活動家や利益団体による印象操作も問題だ。何らかの指標が一時的に悪化しただけで「もうおしまいだ」と叫び、悪事を煽り（あおり）たててしまう。

- ② **考えずに感じて**・・・「世界が悪くなっている」と思う人たちは、実はあまり深く考えていず、なんとなく感じているだけだ。
喜ぶべきデータを何度見ても、「世界は良くなっている」と決めつけることには抵抗があるだろうか？ もしそうなら、そう感じる理由は、
・・・おそらく、世界にはまだまだ課題が山のようにあるからだろう。

(2-4) ネガティブ本能を抑えるために

- ① 世界のいまを理解するためには、「悪い」と「良くなっている」が両立することを忘れないようにしよう・・・「悪いことも・良いことも」2つの考え方を同時に持つようにしよう。
- ② メディアや活動家は、気づいてもらうために、ドラマチックな話を伝えようとする。
そして悪いニュースのほうが、良いニュースや普通のニュースよりドラマチックになり易い。
世界はオープンになり、人々はネットでつながり、報道の質も上がった。悪いニュースは以前よりずっと広まりやすいと気づくことだ・・・「悪いニュースが広まりやすいと心得ておけば、毎日ニュースを見るたびに絶望しないですむ。この考えを身に着けてほしい。

ネガティブ本能を抑えるための2つのポイント

「悪い」と「良くなっている」は両立する	ニュースと正しく付き合う
「良くなっている」は変化の方向  「悪い」は出来事の点 二つは両立することを理解する。	✓ 良い出来事はニュースになりにくい。 ✓ 「良くなっている」もニュースになりにくい。 → 特にLEVEL4の国だと変化が少ないため良くなっていることに気が付きにくい。 ※30歳の方が子供の頃だった時と今とで、劇的に社会が変わっていると言ひ難い ✓ 悪い出来事のニュースを見ても、それが過去と比べて多くなったかは分からない。

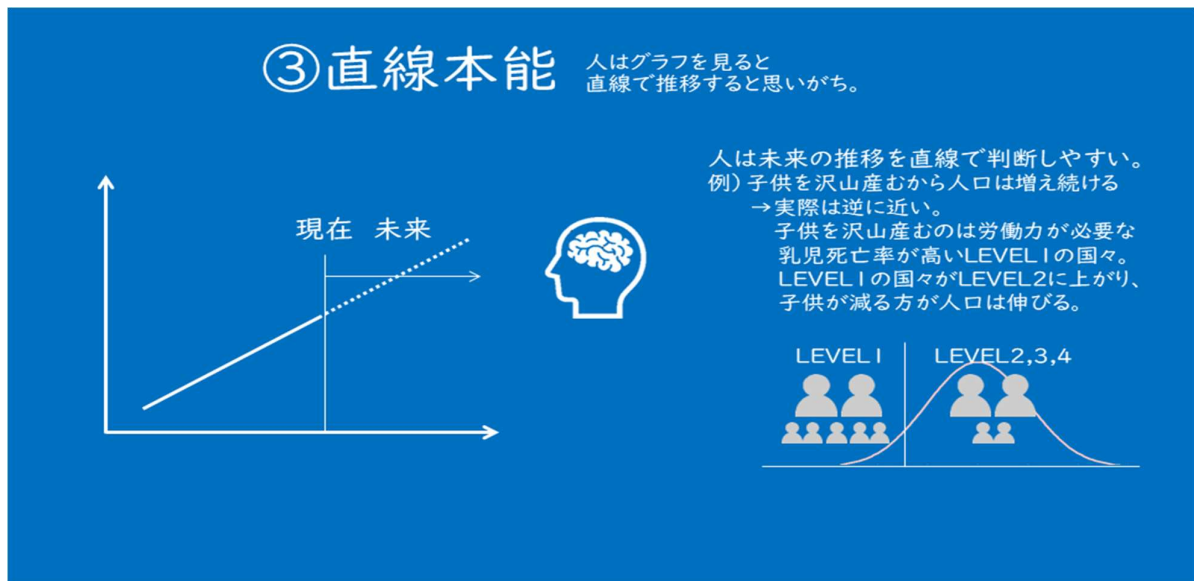
悪いニュースの方が広まりやすいことを理解する。
統計から変化の方向を意識する。

(3) 「直線本能」・・・「世界の人口はひたすら増え続ける」という思い込み

グラフが直線を描くことは意外と少ないが、まったくないわけではない。

たとえば、所得水準と健康水準のチャートがそうだ。ほとんどの丸の近くを通るようにして線を引くと、グラフは直線になる。

これらのグラフを見れば、おカネと健康は強く結びついていることがわかる。



(3-1) 2100年に子供の数は約何人になるでしょう？

質問 5 ; 15歳未満の子供は、現在世界に 20 億人います。

国連の予想によると、2100 年に子供の数は何人になるでしょう？

A : 40 億人 B : 30 億人 C : 20 億人 ・ ・ 正解は、**C の 20 億人で現在と変わらない**

紀元前 8000 年というと、農業が生まれたときだ。

人々は、世界各地の海岸沿いや川沿いに暮らし、当時の地球の人口は、500 万人。

それから約 1 万年の間、人口はゆっくりと増え続け、1800 年頃には、10 億人になった。

その後、奇妙なことが起きた。**たったの 130 年で**、1930 年頃に人口が倍の 20 億人になった。

さらにそれから、**100 年もしない内に**、2017 年に地球には 76 億人が住むようになった。

・・・ **これは、事実だ。**

・・・ **人口はとんでもない速度で、しかもひたすら増え続けているように見える。次ページ！！**

こんなグラフを
目の当りにしたら、
パニックになるのも
無理は無い。

地球の資源が
枯渇するのも時間の
問題に見えてくる。



(3-2) 人口が増える大きな理由はなんだろうか？

質問 6；国連の予測によると、2100 年にはいまより人口が 40 億人増えるとされています。

人口が増える最も大きな理由は何でしょう？

A：子供（15 歳未満）が増えるから B：大人（15 歳から 74 歳）が増えるから

C：後期高齢者（75 歳以上）が増えるから・・・ **正解は、Bの大人が増えるから**

専門家のあいだでは、「人口が増えるのは、大人が増えるから」という理論が常識になっている。
子供が増えるからでも、後期高齢者が増えるからでもない。原因は大人にある。

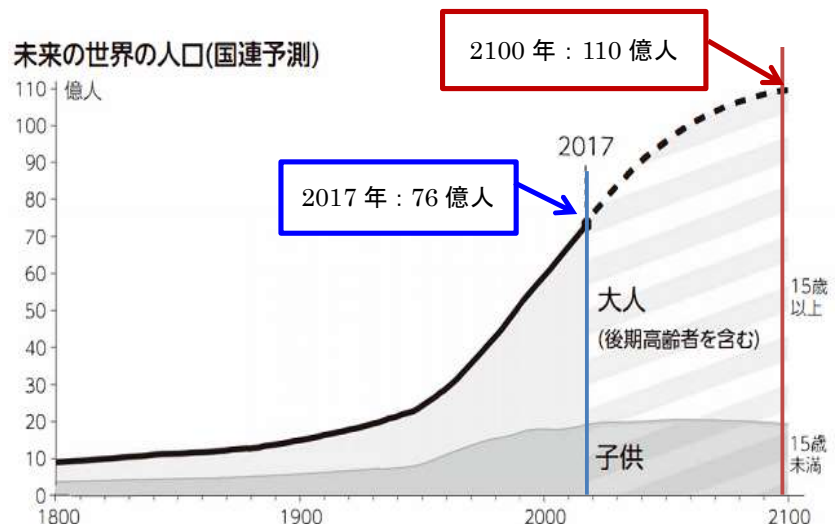
2100 年の子供の数はいまと変わらない。

子供の数が横ばいになるのはいつだろう？・・・すでに現在、子供のグラフは横ばいになっている。

人口爆発を食い止めるの
に最も効果的なのは、

子供の数をこれ以上
増やさないことだ。

しかし、すでに
子供の人口は
横ばいになっている。

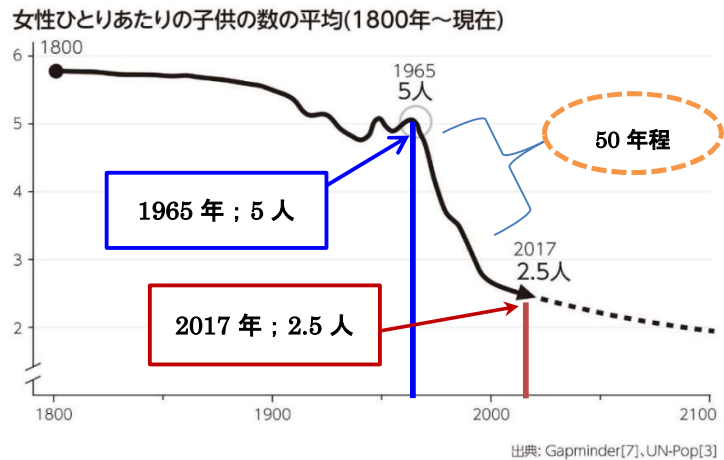


どうしてそうなったかは、誰もが知っておくべきことなので、**次の衝撃的なグラフをいつも以上に注意深く見て欲しい・・・女性ひとり当たりの子供の数が、ここ50年の間に大きく減って半減した。**

人類は最近になって多くの進歩を遂げた。同じタイミングで子供の数が減って来た。

極度の貧困から抜けだし、子供を働かせる必要がなくなった。

より多くの女性が教育を受け性教育や避妊具が普及すると子供の数は減り続けて増えることは無い。



(3-3) 直線本能を抑えるために

① 「グラフは、まっすぐになるだろう」という思い込み気づくことを覚えておくこと。

実際には、直線のグラフのほうがめずらしいことを覚えておくこと。

・・・直線本能を抑えるには、グラフにはさまざまな形があることを覚えておくこと。

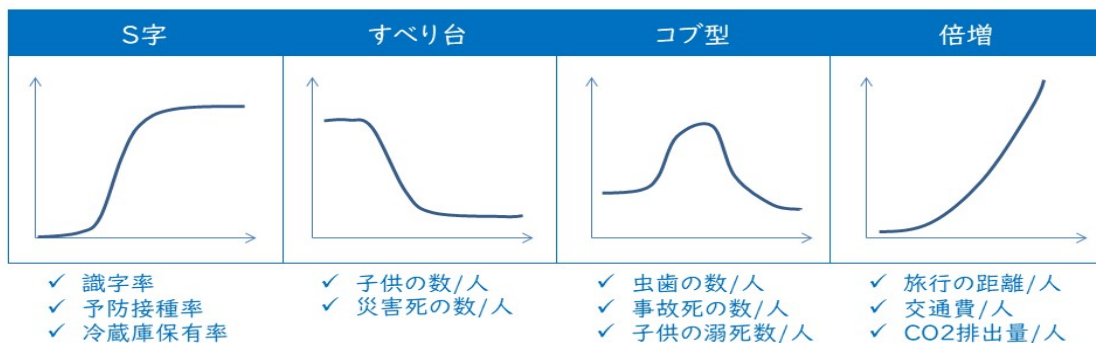
② なんでもかんでも、直線のグラフを当てはめないようにしよう。

多くのデータは直線ではなく、S字カーブ、すべり台の形、コブの形、あるいは倍増する線のほうが当てはまる。

・・・子供はうまれてから半年で大きく成長する。

でも、いずれ成長がゆっくりになることは、誰にだってわかる。

直線本能を抑えるためには様々な形のグラフを知ること。



※上の例は横軸を所得にした場合の縦軸になります。

(4) 「恐怖本能」・・・「危険でないことを、恐ろしいと考えてしまう」思い込み

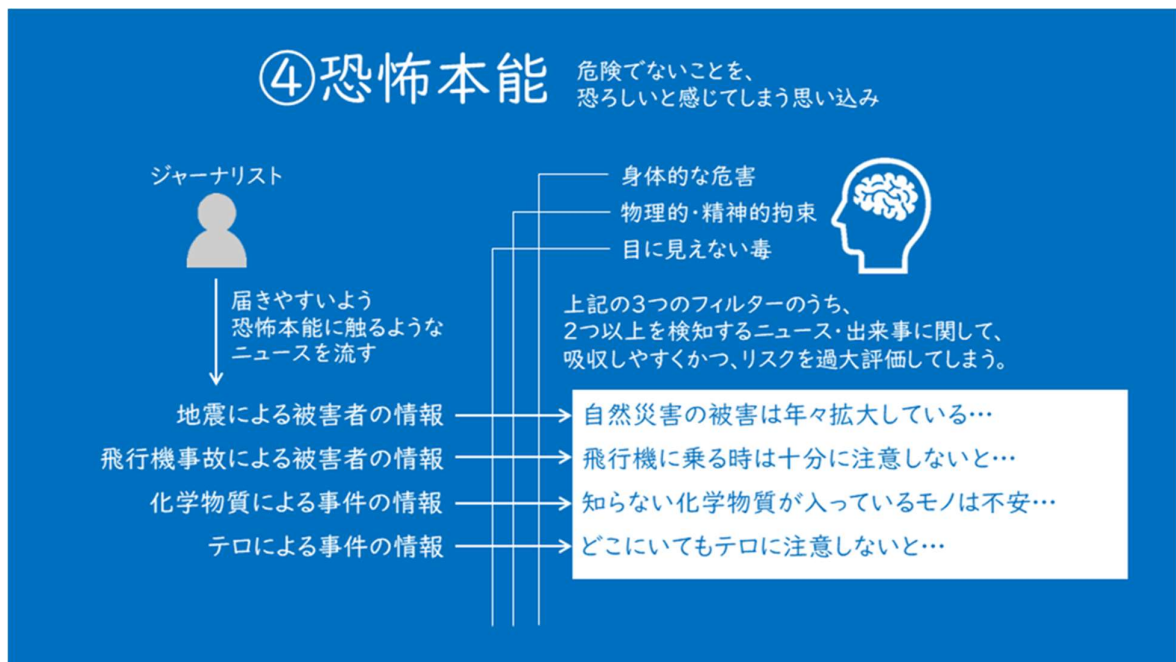
あなたが一番恐れているものはなんだろう？ この質問をすると、だいたいいつも「ヘビ」「クモ」「高所」「閉所」が回答数のトップになる。ほかにも「人前で話すこと」「針」「飛行機」「ねずみ」「他人」「犬」「人混み」「血」「暗闇」「炎」「溺れること」「蚊」など、定番の答えが上位に並ぶ。

これらに対する恐怖心はもちろん、人が進化の過程で培ったものだ。私たちの先祖は、怪我をしたり、捕まったり、毒に侵されるのをなんとか避けることで生き延びてきた。

・・・現在でも、私たちは「怪我」や「毒」などの危険を予知すると、恐怖本能が反応してしまう。

一方で、メディアは毎日のように「身体的な危害」「拘束」「毒」に関するニュースを流している。

- ・「身体的な危害」・・・暴力、危険動物、鋭利な刃物、自然の脅威など
- ・「拘束」・・・何かに閉じ込められたり、誰かの支配下に置かれたり、自由を奪われるなど
- ・「毒」・・・目に見えない有害物質や昨今の新型コロナウイルス、エボラ出血熱など



「身体的な危害」「拘束」「毒」は、レベル1やレベル2にいる人にとっては、理にかなっている。

たとえば「ヘビ」。世界では毎年6万人が、「ヘビ」のせいで命を落としている。
「ヘビ」に噛まれたら命取りだ。近くに病院はないし、あっても治療代を払えない。
棒かヘビかわからないものを見かけたら、念のため避けておくのに越したことはない。

(4-1) 自然災害で毎年亡くなる人の数は？**質問 7**；自然災害で毎年亡くなる人の数は、過去 100 年でどう変化したでしょう？

A：2 倍になった B：あまり変わっていない C：半分以下になった・・正解は、C

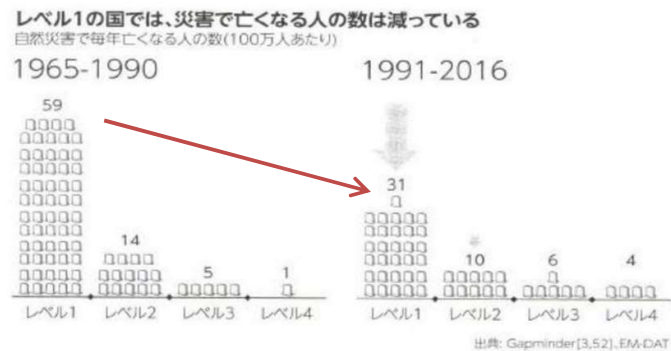
この数字には、洪水・地震・暴風雨・干ばつ・山火事・異常高温・異常低温の死亡者も含まれる。ほかにも、災害で家を追われたりして亡くなった人や災害のあとに流行した感染症による死亡者も含まれる・・・正しい答えを選んだのは、たったの「10%」だ。

答えを言うと、自然災害による死亡者数は、100 年前と比べて半分どころか、**25%**になった。なぜ、自然災害で亡くなる人がこれほど減ったのか。それは、自然が変わったからでは無い。

レベル 1 から脱出したからだ。災害はどの国でも起きる。

ただ、災害の規模は国の所得レベルによって大きく異なる。懐が豊かでないと備えにくくなる。

災害対策にはお金がかかる

(4-2) 恐怖本能を抑えるには

- ① 「恐ろしいものには、自然と目が行ってしまう」ことに気づくこと。
- ② リスクを正しく評価すること。リスク＝危険度×頻度だ。「恐ろしさ」はリスクと関係が無い。

恐怖本能を抑えるにはリスクを正しく評価すること。
そして恐怖と危険を見分ける。

自然災害の被害は年々拡大している...

飛行機に乗る時は十分に注意しないと...

知らない化学物質が入っているモノは不安...

どこにいてもテロに注意しないと...

自然災害で亡くなる確率は100年前の6%まで激減。
所得と滑り台の相関で減ってきている。

事故10件の裏には4000万件の成功がある。
確率で言えば0.00025%。

世の中のモノは大抵化学物質で出来ている。
合成化学物質という言葉で判断せずに事実を見る。

2016年に亡くなった方のうち、テロが原因で
亡くなったのは0.05%。但し、場所に依存する。

(5) 「**過大視本能**」・・・「目の前の数字がいちばん重要だ」という思い込み

人はみんな、物事の大きさを判断するのが下手くそだ。もちろん、それには理由がある。

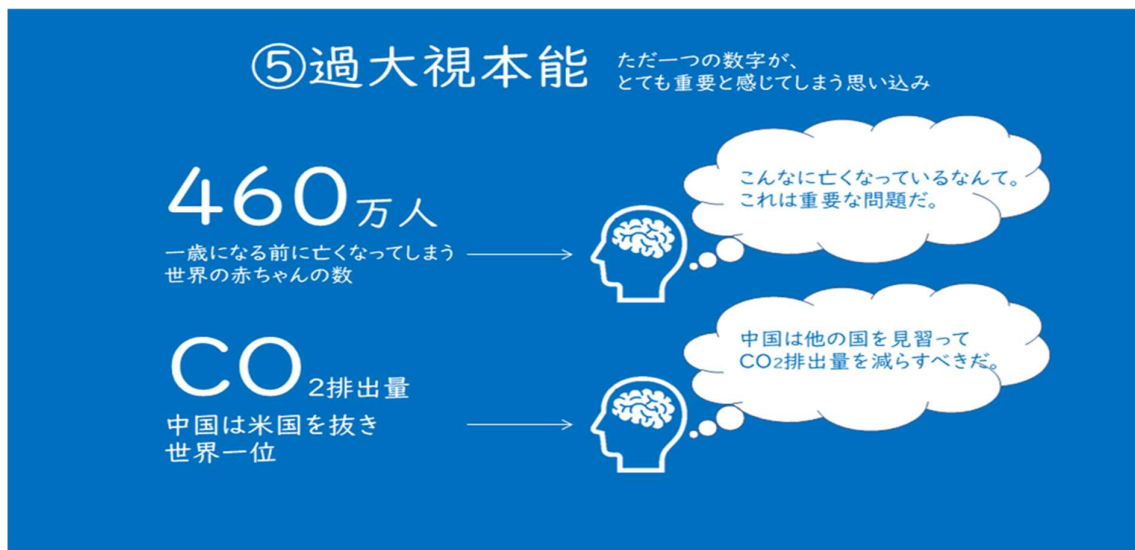
・・・ 何かの大きさや割合を勘違いしてしまうのは、私たちが持つ「過大視本能」が原因だ。

「過大視本能」は、2種類の勘違いを生む。

まず、数字をひとつだけ見て、「この数字はなんて大きいんだ」とか「なんて小さいんだ」と勘違いしてしまうこと・・・そして、ひとつの実例を重要視しすぎてしまうこと。

メディアやジャーナリストたちは、さまざまな事件、事実、数字を、実際よりも重要であるかのように伝えたがり、「過大視本能」につけ込むのが得意だ。

「過大視本能」と「ネガティブ本能」が合わさると、人類の進歩を過小評価しがちになる。



(5-1) 比較と割り算で、量ではなく割合を計算しよう

ひとつしかない数字をニュースで見かけたときは、必ずこう問いかけてほしい。

- この数字は、どの数字と比べるべきか？
- この数字は、1年前や10年前と比べたらどうなっているか？
- この数字は、似たような国や地域のものとならどうなるか？
- この数字は、どの数字で割るべきか？
- この数字は、合計するとどうなるのか？
- この数字は、ひとりあたりだとどうなるか？

できるだけ、量ではなく割合を計算しよう。その後で、数字が重要かどうか判断すればいい。

(5-2) 過大視本能を抑えるには

ただひとつの数字が、とても重要であるかのように勘違いしてしまうことに気づくこと。

ほかの数字と比較したり、割り算をしたりすることによって、同じ数字からまったく違う意味を見いだせる・・・過大視本能を抑えるには、比較したり、割り算をしたりするといひ。

- ① **比較しよう**・・・大きな数字はそのままだと大きく見える。ひとつしかない数字は間違いのもと。
必ず疑ってかかるべきだ。ほかの数字と比較し、できれば割り算をすること。
- ② **80・20 ルール**・・・項目が並んでいたら、まずは最も大きな項目だけに注目しよう。
を使おう 多くの場合、小さな項目は無視しても差し支えない。
- ③ **割合を見よう**・・・割合を見ると、量を見た場合とまったく違う結論にたどり着くことがある。
たいていの場合、割合のほうが役に立つ。
・・・特に違う大きさのグループを比べるのであればなおさらだ。
・・・国や地域を比較するときは、「ひとりあたり」に注目しよう。

過大視本能を抑えるには他の数字を使ってみること。
460万は3%に相当し、過去と比較して激減しているという新たな事実が見つかる。



※一人当たりのCO2排出量で言えば、一位は中国ではなく、アメリカである。

(6) 「パターン化本能」・・・「ひとつの例がすべてに当てはまる」という思い込み

人間はいつも、何も考えずに物事をパターン化し、それをすべてに当てはめてしまうものだ。
しかも、無意識にやってしまう。

偏見があるかどうかや、意識が高いかどうかは関係がない。人が生きていく上で、パターン化は
欠かせない。それが思考の枠組みになる。

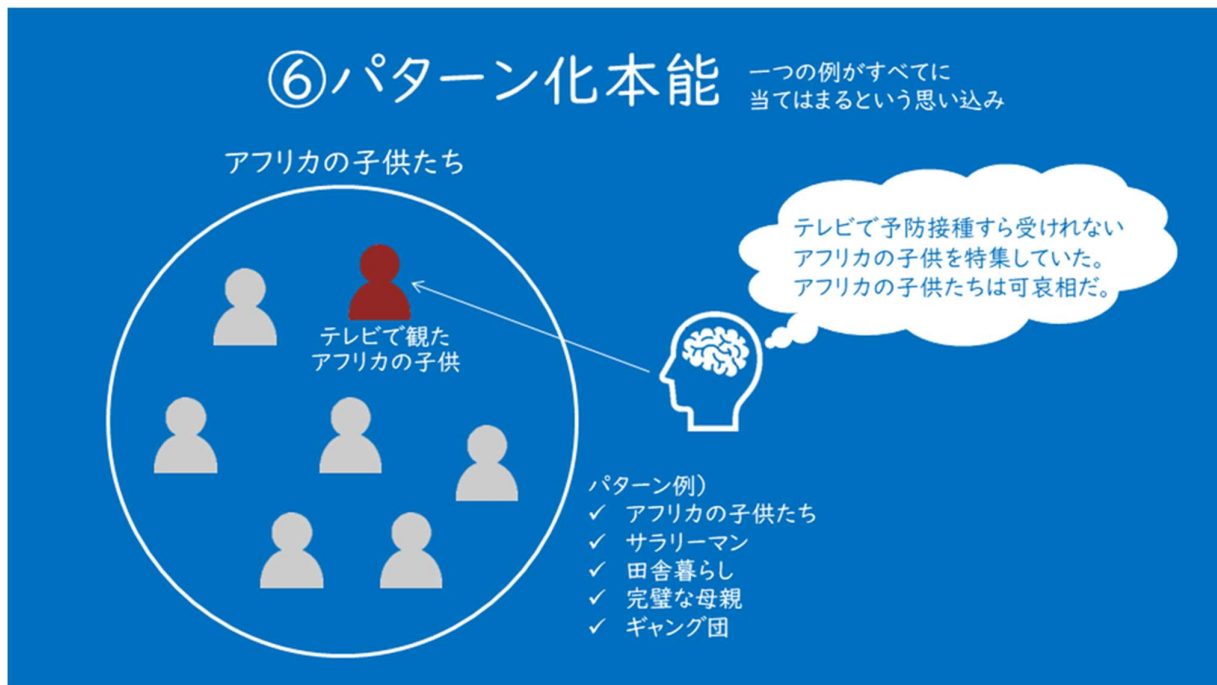
どんな物事も、どんな状況も、すべてをまったく新しいものとしてとらえていたら、自分の周りの
世界を言葉で伝えられなくなってしまう。

生活に役に立つはずのパターン化もまた、私たちの世界の見方を歪めてしまうことがある。

実際には、まったく異なる物や、人や、国を、間違っってひとつのグループにいれてしまうのだ。
そして、同じグループの物や人は、すべて似通っていると思い込んでしまう。

パターン化がメディアにとって手っ取り早い情報伝達的手段になり、それが誤解を生み出している。

「世界は分断されている」という思い込みは、「わたしたち」は「あの人たち」と違うという勘違い
を生む。一方「ひとつの例がすべてに当てはまる」という思い込みは、「あの人たち」はみな同じ
だという勘違いを生む。



(6-1) 予防接種を受けている子供はどのくらいか？

質問 9 ; 世界中の 1 歳児の中で、なんらかの病気に対して予防接種を受けている子供は、どの位いるでしょう？

A : 20% B : 50% C : 80% ・ ・ ・ 正解は、**Cの 80%**

71 人の金融マンのうち、なんと「85%」が予防接種を受けている子供は少数だと思い込んでいた。

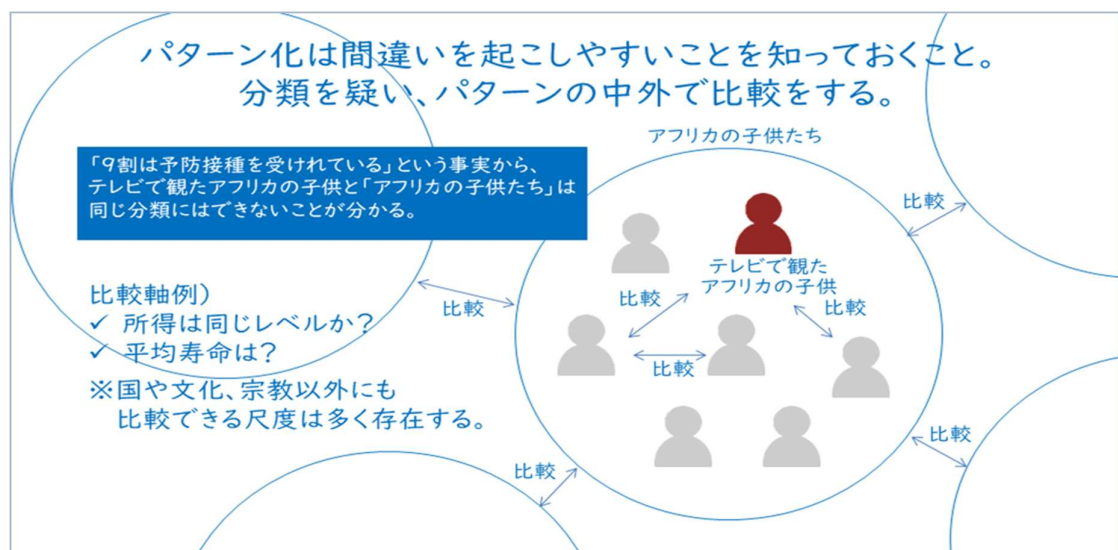
ワクチンは工場から子供の腕に届くまで、ずっと冷蔵される必要がある。世界中の港に冷蔵コンテナで海上輸送されたワクチンは、そこから冷蔵トラックに載せられる。冷蔵トラックが各地の病院までワクチンを届け、病院で冷蔵庫に保管する。この物流方式が、いわゆる「コールドチェーン」だ。基本的に交通インフラ、電力、教育、医療がすべて整っていなければ成り立たない。

実際には 88%の子供が予防接種を受けているのに、大物投資家たちがわずか「20%」しか受けていないと思い込んでいたということは、彼らが莫大な投資機会を見逃しているということだ。

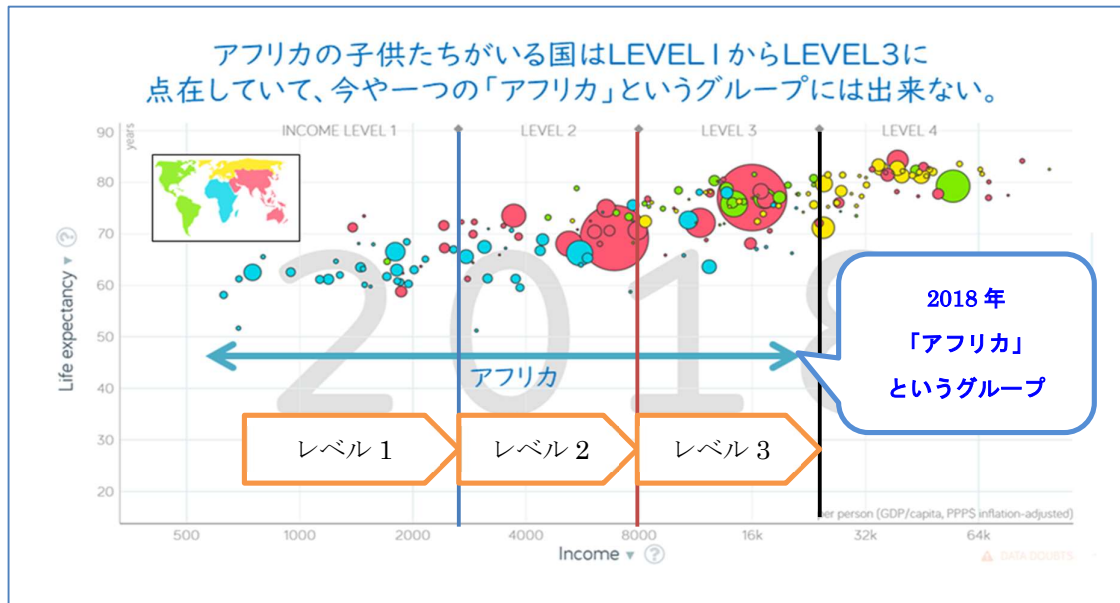
- ・ ・ ・ そんな勘違いをしてしまうのは、頭の中に「あの人たち」という分野があって、
 ・ ・ ・ そこに人類の大半を押し込んでしまっているからだ。

(6-2) パターン化本能をどう抑えるか？

- ① ひとつの集団のパターンを根拠に物事が説明されていたら、それに気づくこと。パターン化は間違いを生み出しやすいことを肝に銘じること・・・抑えるには分類を疑うといい。
- ② 同じ集団の中にある違いを探そう。
・・・集団が大規模な場合は、特に、より小さく、正確な分類に分けたほうがいい。



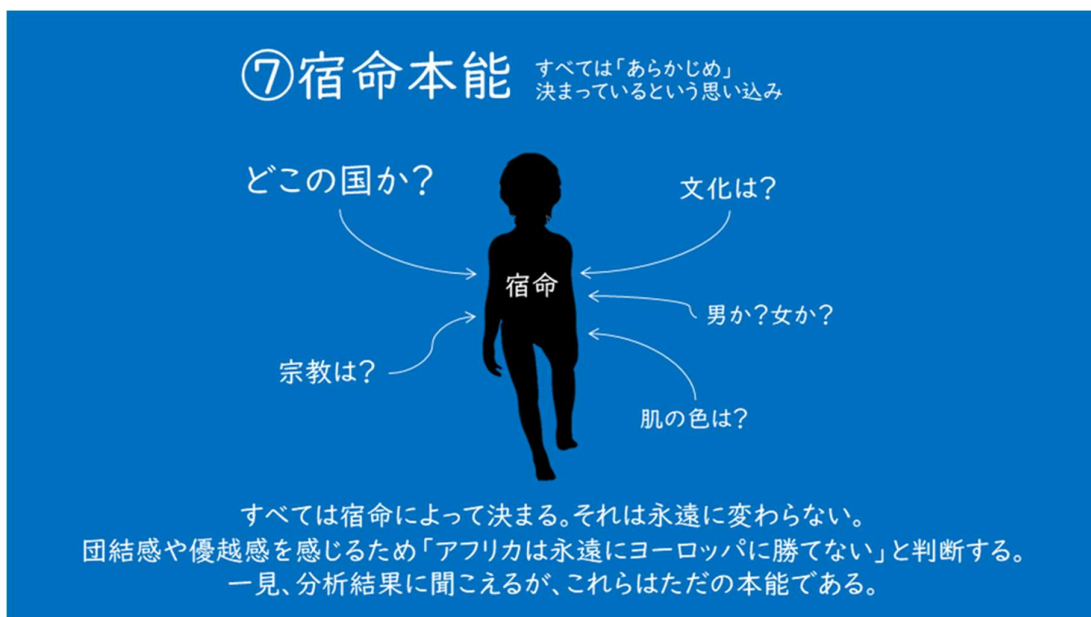
- ③ 「過半数」に気をつけよう。過半数とは半分より多いということだ。それが 51%なのか、99%なのか、その間のどこなのかを確かめたほうがいい。



(7) 「宿命本能」・・・「すべてにあらかじめ決まっている」という思い込み

宿命本能とは、持って生まれた宿命で、人や国や宗教や文化の行方は決まるという思い込みだ。

物事がいまのままであり続けるのには、どうにもならない理由があるからで、昔からそうだし、これからも永遠にそのままだ、と。この思い込みに従えば、パターン化本能で話した間違っただ一般化も分断の本能で話した存在しない分断も「そういうさだめなんだ」と正当化してしまう。



(7-1) 同じ年の女性は何年間学校教育を受けているでしょう？

質問 10 ; 世界中の 30 歳男性は、平均 10 年間の学校教育を受けています。同じ年の女性は
何年間学校教育を受けているでしょう？

A : 9 年 B : 6 年 C : 3 年 . . . 正解は、**A の 9 年間・男性より 1 年短いだけ。**

ヨーロッパの人は多くは、欧州文化はアフリカやアジア文化より優れていると勘違いしているし、アメリカの消費文化を見下して優越感に浸っている。でも、ドラマチックが好きなのは誰だろう？アメリカでは 26% が正しい答えを選んだのにスペインとベルギーは正解 13%、フィンランド 10%、ノルウェーでは、わずか 8% だ。

この質問は男女平等についての問いで、北欧のメディアでは毎日のように議論されている。

世界のあちこちで女性が残酷な暴力を受けているニュースを良く目にする。

例えば、アフガニスタンで学校に行けない少女が多いことも報道される。

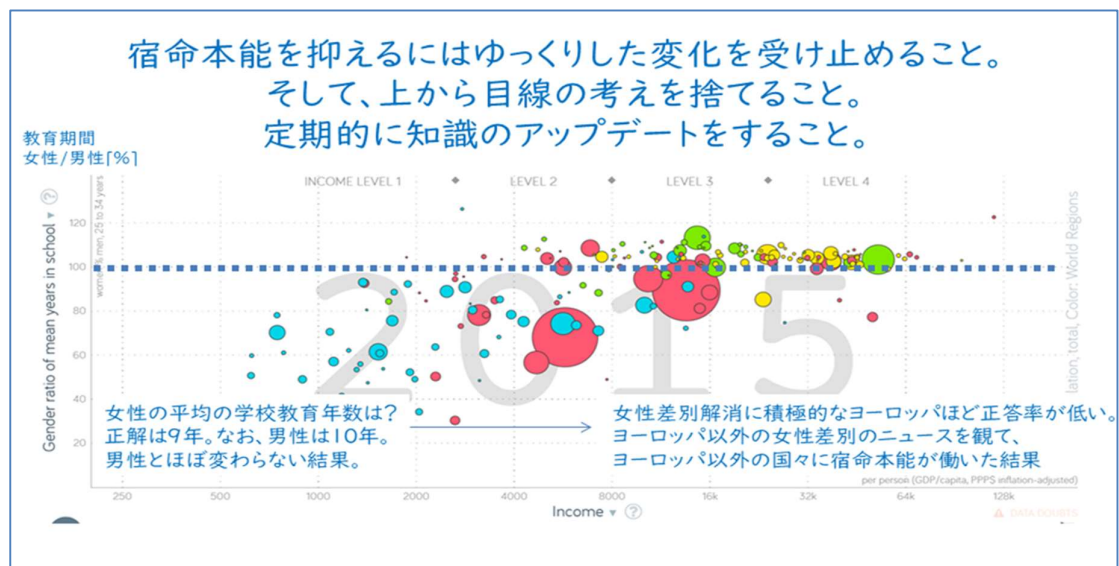
. . . こうしたイメージから、北欧以外の場所では男女平等が進まず、

ほとんどの地域や文化は、変わらないという思い込みがますます強まってしまうのだ。

(7-2) 宿命化本能をどう抑えるか？

① いろいろなもの（人も、国も、宗教も、文化も）が変わらないように見えるのは、
変化がゆっくりと少しずつ起きているからだと気づくこと。

- **小さな進歩を追いかけてよう** . . . 毎年少し変化していれば、数十年で大きな変化が生まれる。
- **知識をアップデートしよう** . . . 期限が切れている知識もあり、テクノロジー、国、社会、文化、宗教は、刻々と変わり続ける。
- **変わった文化例を集めよう** . . . いまの文化は昔から変わらないし、これからも同じだと
言われたら、逆の事例をあげてみよう。



(8) 「**単純化本能**」・・・「世界はひとつの切り口で理解できる」という思い込み

シンプルなものの見方に、わたしたちは惹かれる。

賢い考えがパッとひらめくと興奮するし、わかった！理解できた！と感じられるとうれしい。

- ・・・パッとひらめいたシンプルな解が、ほかのたくさんのことにもピッタリと当てはまると思い込んでしまうのは、よくあることだ。すると世界がシンプルに見えてくる。
 - ・・・すべての問題はひとつの原因から生まれているに違いない。
- だから、なにがなんでも、その元凶を取り除かなければならないと思ってしまう。

世の中のさまざまな問題に「ひとつの原因」と「ひとつの解答」を

- ・・・当てはめてしまう傾向を、「単純化本能」と呼んでいる。

⑧ 単純化本能

世界は一つの切り口で
理解できるという思い込み

あらゆる問題の「元凶」は一つと思い込んでしまう。
その方が悩まずに済むし、時間の節約にもなる。

問題

←



元凶はこれに
違いない。

LEVEL2の国の
教育問題

「学校・教師・教材等の資源が不足している。」
→実際、LEVEL2の国では教育資源の前に
交通手段を整備しなくては学校にすら行けない。

例えば、「自由市場」と言えばシンプルで美しい概念に思えるけれども、それだけを信じ込めば、世界をひとつの切り口でしか見られなくなってしまう。すべての問題の元凶は政府の介入にある、と考えてしまうのだ。

- ・・・だから、政府の介入には何が何でも反対したくなるし、市場の力を自由に発揮させれば万事うまくいくと思ってしまう。
減税や規制緩和もかならず指示しなければならないと、決めつけることになる。
- ・・・それと同じように、「平等」というシンプルで美しい概念もまた、「格差」があらゆる問題の元凶だという。単純すぎる考え方につながると、どんな場合にも格差はよくないし、資源の再配分によってなんでも解決できると思い込んでしまう。

(8-1) 当時より絶滅の危機に瀕している動物は？

質問 11 ; 1996 年には、トラとジャイアントパンダとクロサイは、いずれも絶滅危惧種として指定されていました。この 3 つのうち、当時よりも絶滅の危機に瀕している動物はいくついるでしょう？

A : 2 つ B : ひとつ C : ゼロ . . . 正解は、**C のゼロ**。

人類は地球上のいたるところで天然資源を荒らしてきた。自然は破壊され、多くの動物が絶滅の危機に追いやられた。そのことは間違いがない。しかし、絶滅しそうな生き物とその生息環境を必死に守ろうとする活動家もまた、さきほどの活動家と同じ間違いを犯しがちだ。
 . . . 人々に自分たちの主張を訴えようとするあまり、進歩に目が行かなくなってしまうのだ。

人権も、動物保護も、女性の教育も、環境への認識も、災害救助も、そのほかの多くの分野も進歩してきた。どの分野でも、状況が悪化していると活動家が訴えてきたからこそ、人々の意識が高まった . . . だから、こうした進歩は活動家のおかげでもある。

それでも、もし活動家がひとつの見方に固執せず、進歩を認めて、手を差し伸べてくる人たちと積極的にわかり合おうとしていたならば、はるかに多くのことが成し遂げられていたかもしれない。いまだに問題が山積みだと言われるより、前に進んでいると聞く方が、元気がでる。
 . . . ユニセフ、セーブ・ザ・チルドレン、アムネスティなどなど、
 . . . 人権と環境保護団体は、そんな協力のチャンスをみすみす見逃している。

(8-2) ひとつの考え方だけに凝り固まると良くない

大きな志は人々をひとつに結びつけ、理想の社会を築こうという気にさせてくれる。政治思想のおかげで、自由の民主主義を手に入れたし公的な健康保険も受けられるようになった。
 . . . でも、その道のプロや活動家と同じように、特定の政治思想に凝り固まると、
 ひとつの考え方や解決策にとらわれて、かえって社会に害を与えてしまう。

自由市場や平等といった、ひとつの考え方だけに凝り固まって、
 効果を測定せず、効き目のある手を打つこともしなくなると、バカバカしい結末が訪れる。
 . . . キューバやアメリカの現実をみればわかるだろう。

● **キューバ** . . . **貧乏人の中でいちばん健康**

※健康な人の中でいちばん貧乏だともとらえることもできる。

● **アメリカ** . . . **金持ちの中でいちばん不健康**

※レベル 4 の国民があたりまえに受けている公的健康保険制度がないからだ。

現在の医療制度では金持ちは必要以上に医者に通って医療費を押し上げ、
 逆に貧乏人は簡単で安い治療も受けられず、寿命をまっとうできない。

(8-3) 単純化本能を抑えるには

① ひとつの視点だけでは世界を理解できないと知ること。

さまざまな角度から問題を見た方が物事を正確に理解できるし、現実的な解を見つけられる。

・・・単純化を抑えるには、なんでもトンカチで叩くのではなく、さまざまな道具の入った工具箱を準備した方が良い。

② 自分の考え方を検証しよう。

あなたが肩入れしている考え方が正しいことを示す例ばかりを集めてはいけない。

・・・あなたと意見の合わない人に考え方を検証してもらい、自分の弱点を見つけよう。

③ 数字は大切だが、数字だけに頼ってはいけない。

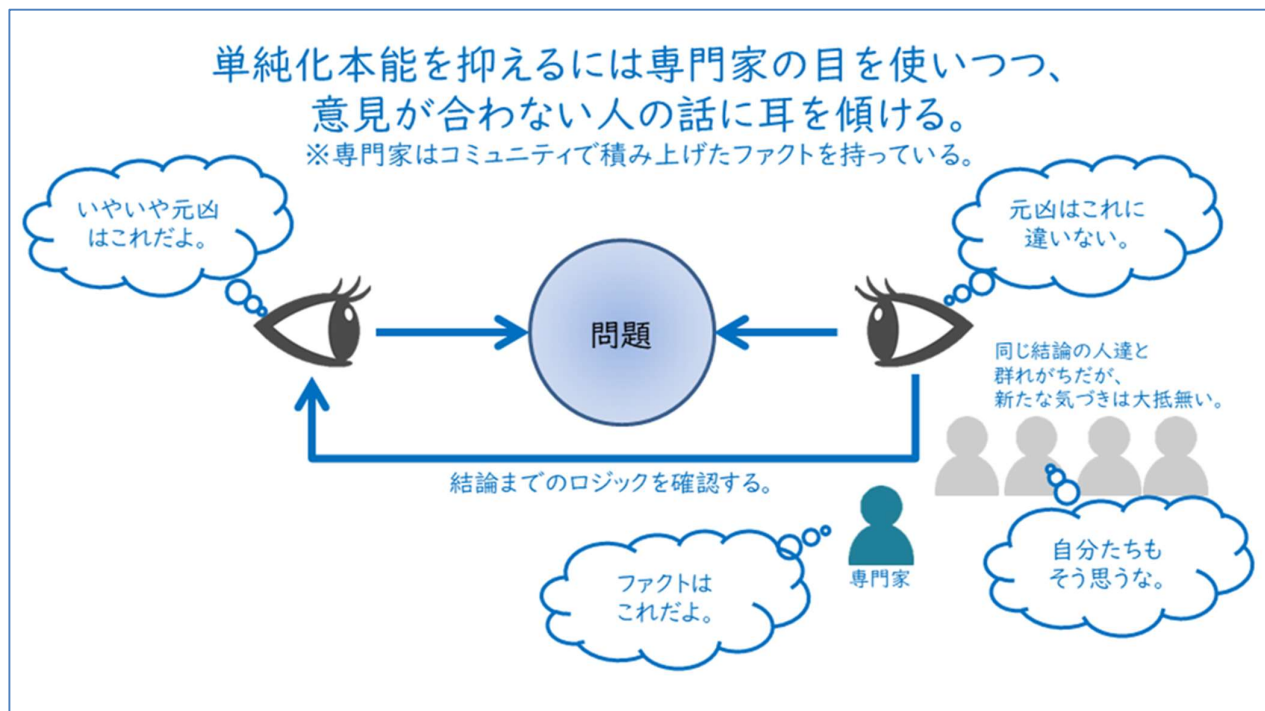
数字を見なければ世界を知ることではできないが、数字だけでは世界を理解できない。

・・・数字が人々の生活について何を教えてくれるのかを読み取ろう。

④ 単純なものの見方と単純な答えには警戒しよう。

歴史を振り返ると、単純な理想論で残虐な行為を正当化した独裁者の例にはことかかない。

・・・複雑さを喜んで受け入れよう。違う考え方を組み合わせよう。妥協もいとわないでほしい。ケースバイケースで問題に取り組もう。



(9) 「犯人捜し本能」・・・「誰かを責めれば物事は解決する」という思い込み

なにか悪い事が起きたとき、単純明快な理由を見つけたくなる傾向が、犯人捜し本能だ。

●物事がうまくいかないと、誰かがわざと悪い事を仕組んだように思いがちだ。

誰かの意思で物事は起きていると信じがたいものだし、一人ひとりに社会を動かす力と手立てがあると信じていれば、おのずとそう考えるようになるだろう。

個人が社会を動かしていると考えれば、社会は得たいの知れない物だという恐怖心を取り払える。

●私たちは犯人捜し本能のせいで、個人なり集団なりが実際より影響力があると勘違いしてしまう。

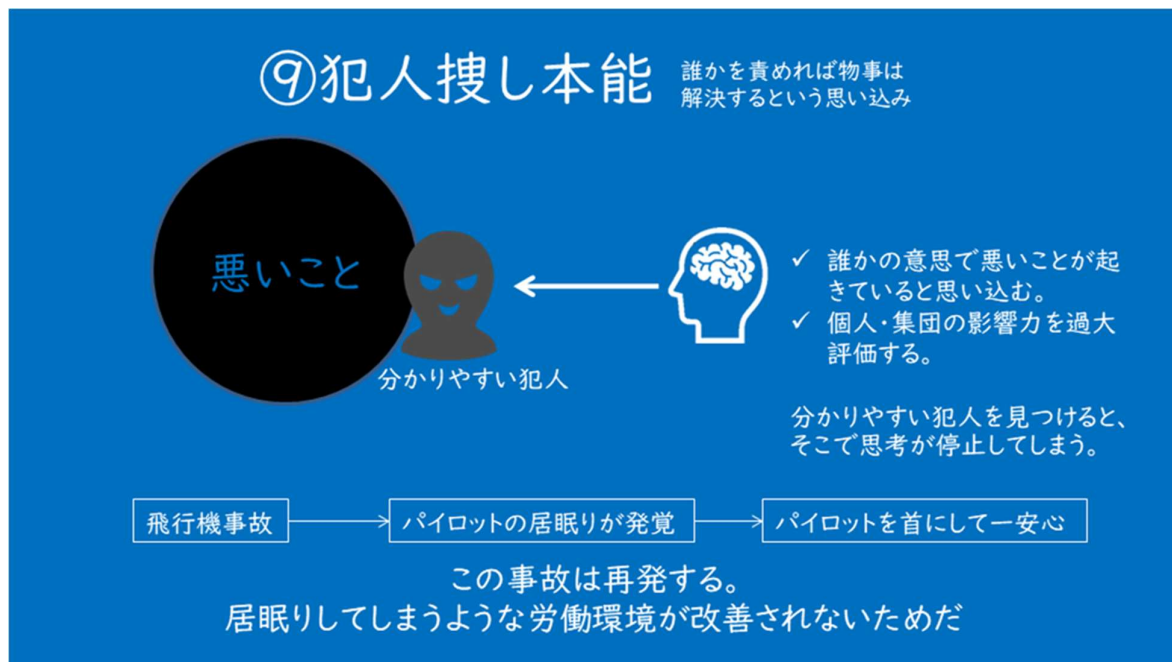
●誰かを責めたいという本能から、事実に基づいて本当の世界を見ることができなくなってしまう。

誰かを責めることに気持ちが向くとそこで思考が停止してしまう。

一発食らわす相手が見つかったら、そのほかの理由を見つけようとしなくなからだ。

・・・そうすると、問題解決から遠のいてしまったり、また同じ失敗をしたりすることになる。

●誰かが悪いと責めることで、複雑な真実から目をそらし、正しい事に力を注げなくなってしまう。

(9-1) いくらかでも電気が使える人は？

質問 12 ; いくらかでも電気が使える人は、世界にどのくらいいるでしょう？

A : 20% B : 50% C : 80% ・・・ 正解は、**C の 80%**。

電気は基本的な生活基盤で、世界の大多数、つまりレベル 2 と 3 と 4 にいるほとんどの 80% の人にはすでに届いている。それなのにこの問題に正解したのは 4 人にひとりだった。

現実的に考えてみよう、今も洗濯物を手で洗っている世界中の 50 億人は何を望んでいるのだろう？・・・洗濯機、照明、冷蔵庫～私たちと同じように、彼らがほしがるのは当たり前だ。

とてつもなく深刻な地球温暖化のリスクから地球を守りたい？ どうして彼らに不便でも我慢しろと言えるだろうか？・・・犯人を捜して責任を押しつけても仕方がない。

・・・だったら、必要なのは現実的な計画だ。110 億人が望んだ生活を送れるような新しいテクノロジーを開発することに、力を注ぐべきなのだ。みんなが同じレベル 4 の生活を目指し、快適に暮らせるスマートな解決策を見出して行かなければならない。

(9-2) 犯人捜し本能を抑えるには

① 誰かが、見せしめとばかりに、責められていたら、それに気づくこと。

誰かを責めるとほかの原因に目が向かなくなり、将来同じ間違いを防げなくなる。

・・・犯人捜し本能を抑えるには、誰かに責任を求める癖を絶ち切るといい。

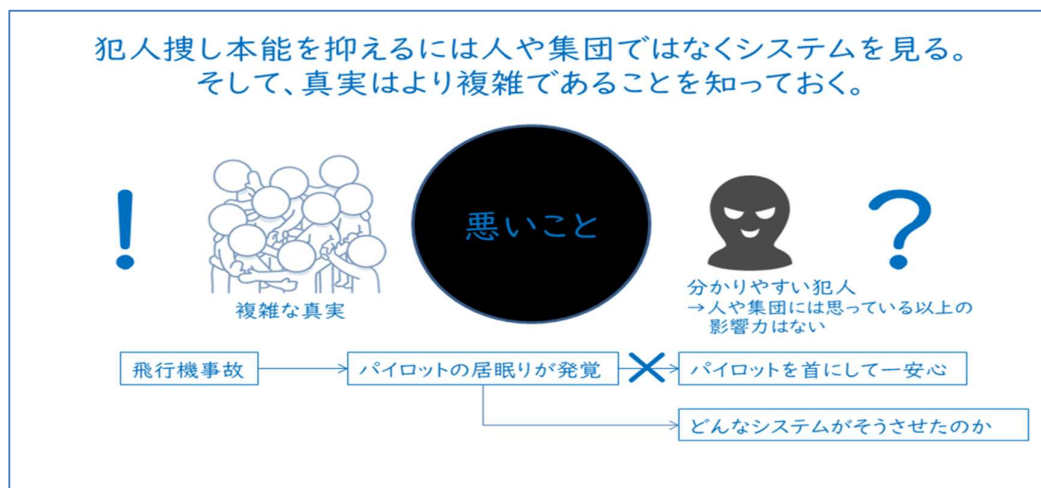
② 犯人ではなく、原因を探ろう

物事がうまくいかなかったときに、責めるべき人やグループを捜してはいけない。誰かがわざと仕掛けなくても、悪いことは起きる。

・・・その状況を生み出し、絡み合った複数の原因やシステムを理解することに注力すべきだ。

③ システムを見直そう

物事がうまくいかないときには、「犯人を探すよりシステムを見直したほうがいい」と訴える。物事がうまくいったときは「社会基盤とテクノロジーという 2 種類のシステムのおかげだ」と思った方がいい。



(10) 「**焦り本能**」・・・「今やらないと後で大変なことになる」という思い込み

目の前に危機が迫っていると感じると、焦り本能のせいで、すぐに動きたくなるものだ。

遠い昔はその本能が人間を守ってくれた。草むらにライオンが隠れているとしたら、じっくり考えている時間はない。私たちの先祖は、一息ついてじっくりと確率を計算したりしなかった。不十分な情報を基に、その場で判断し行動していた。

いまでも焦り本能が必要になることがある。

・・・たとえば、突然目の前に、車が飛び出てきたら、すぐに避けたほうがいい。

現代の生活では差し迫った危機はほとんどなくなり、もっと複雑で抽象的な問題にぶつかることのほうがはるかに多い

・・・焦り本能はむしろ私たちの理解を妨げてしまう。

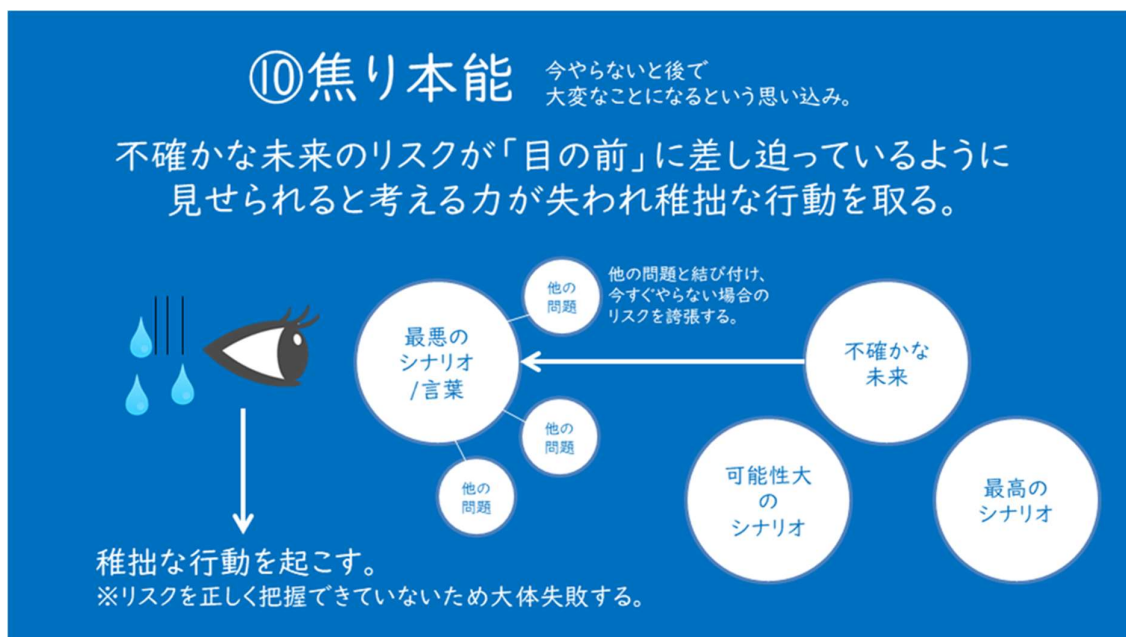
焦り本能がプレッシャーになり、ほかの本能も抑えが効かなくなる。正しい分析ができなくなり、

・・・隅々まで考え抜く前に、過激な手を打ちたくなってしまふのだ。

反対に、遠い未来のリスクになると、誰も焦らず、すぐに手をうたなければとも感じないものだ。

・・・実際、先のこととなると、みんなびっくりするほどいい加減だったりする。

先の長い課題に取り組んでいる活動家にとって、どうしたら人々の目を覚まし、人々を突き動かすことができるのか～いまこそ重要な問題を解決するチャンスだと思わせ、焦り本能を引き出す。



(10-1) 地球の平均気温はどうなると考えているでしょう？

質問 13 ; グローバルな気候の専門家は、これからの 100 年で、地球の平均気温はどうなるでしょう？

A : 暖くなる B : 変わらない C : 寒くなる . . . 正解は、**A の暖くなる**。

この質問だけはどこでも正答率が高く、専門家が劇的な温暖化を予想している事を知っていた。2015 年に温暖化対策のパリ協定が締結された。その頃、地球温暖化を世間に知らしめる運動の舞台裏を通して、元アメリカ副大統領アル・ゴアとの対応の相違を追ってみる。

(10-2) 地球温暖化の危機を世間に知らしめるには

- ① 2009 年、この本の著者は、始めて元副大統領のアル・ゴアと対談し、地球温暖化を人々に教えるにはどうしたら良いかを話し合った。
 . . . 彼は、開口いちばん、「みんなが震え上がるようなことをやらないと」と言った。
 ロサンゼルス TED 会場の舞台裏でのことだ。二酸化炭素の排出量がこのまま増え続けたら最悪の場合どんな悲惨なことになるか . . . バブルチャートで見せてくれないかと頼まれた。

- ② 地球温暖化に急いで手を打つ必要があることには 100%賛同する。
 それでも、アル・ゴアの頼みに答えることはできなかった . . . **最後はきっぱりと断った**。

(a) 恐れを煽る (あおる) のはいやなのだ . . . (他人を刺激して、ある行動に駆り立てる)
 戦争の恐怖に焦りが上乗せされた著者は、かつて、感染症の恐れと焦りが一緒になって道路を封鎖し、妻子を溺死させてしまった経験がある。
 . . . 恐れと焦りは愚かで過激な判断につながり、予想もしない副作用を生む。
 地球温暖化は切実な問題だからこそ、愚かな判断につながることはしたくない。

(b) 誇張 (こちょう) は嫌いだ . . . (実際よりも主張を大げさに表現する)
 厳密な調査に基づくデータの信頼性を傷つけない。温暖化を示すデータは本物だし、その大部分は温室効果ガスによる証明もされてる。温室効果ガスの原因は、たとえば、化石燃料を燃やすといった人間の活動だ。そして、誇張はかならず見抜かれる。
 . . . でも、誇張がバレてしまったら、誰からもそっぽを向けられなくなってしまう。

(c) 最悪のシナリオだけを見せたくない
 最悪のシナリオを見せるなら、いちばん可能性の高いシナリオと最高のシナリオも見せたいと迫った。最悪のシナリオだけを取り上げて、科学的根拠に基づく予測を超えて作り話のような未来の姿を見せるなんて、私たちの使命とは違いすぎる。
 . . . 人々に基本的な事実を知ってもらうことが、ギャップマインダーの目標だ。
 信頼を損なうことはしたくない。

(d) どのくらい見えていないかを、はっきりさせたほうがよい

未来予想といっても、比較的簡単に予測できることもあれば、そうでないこともある。とはいえ、未来にはかならず見えない部分がある。だから未来のことを語るときはいつも、どのくらい見えていないかを正直にはっきりさせたほうがよい。

・・・最もドラマチックな予測を選びすぐって、最悪のシナリオがまるで確実であるかのように見せるべきじゃない　・・・　誇張はかならず見抜かれる。

(e) データにこだわる

初めて、アル・ゴアと話をしてからかなり長いあいだ、彼の言葉を何度も反すうした。はっきり言うておくが、私（著者）は、地球温暖化を心から気にかけている。2014年の「エボラの流行」と同じくらい、温暖化も差し迫った問題だと思っている。

・・・最悪の予想だけを確実かのように取り上げ、運動を盛り上げたい気持ちはわかる。

でも、地球温暖化を気にかけるならなおさら、ありそうもないシナリオを取り上げて人々を恐がらせるのはやめたほうがよい・・・ほとんどの人は地球が温暖化していることを認めている。ことさらに強調しても、すでに開いた扉を蹴破ろうとするだけだ。

世間を説得する段階はもう終わった。これからは問題解決に向けて行動することに力を注いだほうがよい。

・・・怖れと焦りに動かされるより、データと客観的な分析に基づいて行動すべきだ。

(10-3) 焦りの本能を抑えるために**① 小さな一歩から**

「いますぐに決めなければならない」と感じたら、自分の焦りに気づくこと。

いま決めなければならないようなことは、めったにないと知ること。

・・・焦りの本能を抑えるには、小さな一歩を重ねるといい。

② 深呼吸をしよう

焦り本能が顔を出すと、ほかの本能も引き出されて冷静に分析出来なくなる。

・・・いまやらなければ二度とできないなんてことは、めったにない。

答えは二者択一ではない。

・・・そんな時には時間をかけて、情報をもっと手に入れよう。

③ データにこだわろう

緊急で重要なことならなおさら、データを見るべきだ。一見重要そうだが正確でない

データや、正確であっても重要でないデータには注意しよう。

・・・正確で重要なデータだけを取り入れよう。

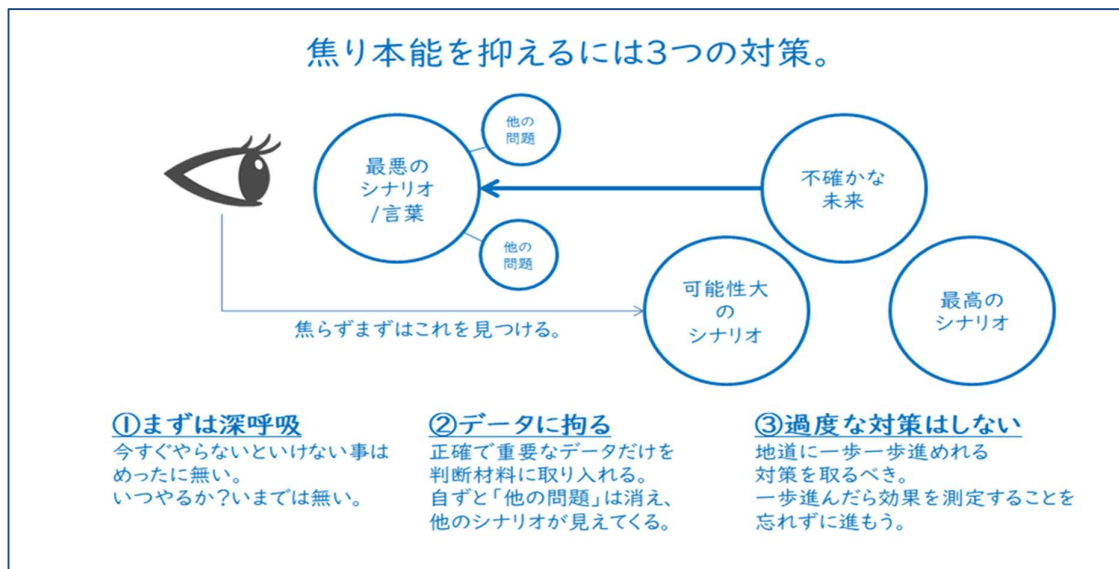
④ 占い師に気をつけよう

未来についての予測は不確かなものだ。不確かであることを認めない予測は疑ったほうがいい。予測には幅があることを心に留め、決して最高のシナリオと最悪のシナリオだけではないことを覚えておこう・・・ 極端な予測がこれまでどのくらい当たっていたか考えて見よう。

⑤ 過激な対策に注意しよう

大胆な対策を取ったらどんな副作用があるかを考えて欲しい。その対策の効果が本当に証明されているかに気をつけよう。地道に一步一步進みながら、効果を測定したほうがいい。

・・・ ドラマチックな対策よりも、地道な一歩に効果がある。



2014年の西アフリカで流行した「エボラ感染」から、著者のハンス・ロスリングのそのときの心境と行動を綴っている。初めのうちはその深刻さがわかっていなかった。患者数が倍々(1, 2, 4, 8, 16・・・)に増えているのを見てやっと、大変なことになると気づいた。だが、これまでになく差し迫った恐ろしい状況の中でも、過去の失敗を繰り返すまいと心に決め、本能や恐れに動かされることなく、
データに基づいて行動しよう自分に誓った。

世界保健機関 WHO や疫病予防管理 CDC が公表していた「感染の疑いのある人」のグラフは、かなりあやふやな数字が基になっていた。「感染の疑い」とは感染が確認されていないということだ。ある時点でエボラの疑いがありとされ、エボラ以外の病気で亡くなっても「感染の疑い」と扱われた。

エボラ危機がどれほど深刻かを教えてくれたのはデータだった。

最初のデータは「感染の疑いのある人」の数が3週間毎に2倍になった。そして、エボラへの対策が効いていることを教えてくれたのもデータだった。**データがすべての鍵になる。**

だから、データそのものの信頼性とデータを計測し発表する人たちの信頼性を守ることが、とても大切になる・・・私たちはデータを使って真実をかたらなければならない。

2. FACT FULNESS (ファクトフルネス)な見方の習慣

健康な食生活や定期的な運動を生活に取り入れるように、ここで紹介した「ファクトフルネス」という「見方の習慣」を毎日の生活にとりいれてほしい。訓練を積みめば、「ドラマチックすぎる世界の見方」をしなくなり、「事実に基づいて世界の見方」が出来るようになるはずだ。

・・・ ぜひとも、感情的な考え方をやめ、論理的な考え方を、「日常の習慣」として身につけてほしい。

2.1 ファクトフルネスを使ってみよう

日々の生活でファクトフルネスはどう使えるだろう？

教育で、ビジネスで、報道で、組織やコミュニティの中で、そして個人として、ファクトフルネスをどう実践したらいいのだろう？

(1) 教育

最新の事実に基づく世界の見方は、子供たちにこそ教えるべきだ。

4つの地域の4つの所得レベルで人々がどんな暮らしをしているかを教えるべきだ。

- 世界には健康と所得のレベルがさまざまに違う国があることと、
 - ・・・ そのほとんどは中程度だということを子供たちに教えよう。
- 自分たちの国と社会と経済が、世界の中でどのあたりに位置するかを教え、
 - ・・・ それがどう変わっているかを教えよう。
- 自分たちの国がいまの所得レベルになるまでに、
 - ・・・ どんなふうに進歩してきたのかを教えよう。
 - その知識を使って、ほかの国の人たちがいまだどんな生活を送っているかを理解しよう。
- 貧しい国の所得レベルは上がっていて、
 - ・・・ 物事はいい方向に向かっていることを教えよう。
- 自分たちの国は進歩していないと誤解しないよう、
 - ・・・ 昔の生活が実際にどんなものだったのか教えよう。
- 反対に見える2つのことが、両立することを教えよう。
 - ・・・ 世界では悪いことも起きているけど、沢山のことが良くなっていることを伝えよう。
- ニュースの見方を教えよう。本能に訴えかけようとするメディアの手口を見抜けるようになれば・・・ 悪いニュースを見ても不安になったり絶望したりしないですむ。

- 文化や宗教のステレオタイプは世界を理解するのに役に立たないことを教えよう。
- 数字で、煙に巻かれないよう、どんな手口にだまされやすいかを教えよう。
- 世界は変わり続けていることと、死ぬまでずっと知識と世界の見方をアップデートし続けなければならないことを教えよう。
- なによりも「謙虚さと好奇心を持つ」ことを子供たちに教えよう。

謙虚であるということは、本能を抑えて事実を正しく見るのが、どれほど難しいかに気づくことだ。自分の知識が限られていることを認めるべきだ。

堂々と「知りません」と言えることだ。

新しい事実を発見したら、喜んで意見を変えられることだ。

謙虚になると、心が楽になる。何もかも知っていなくちゃならないというプレッシャーがなくなるし、いつも自分の意見を弁解しなければと感じなくていい。

好奇心があるということは、新しい情報を積極的に探し、受け入れるということだ。

答えを間違えても恥とは思わず、間違いをきっかけに興味を持つことだ。

好奇心を持つと心がワクワクする。

好奇心があれば、いつも何か面白いことを発見し続けられる。

(2) ビジネス

世界を理解することは、ますますビジネスに欠かせなくなっているし、理解しようと思えば簡単に理解できる環境になってきた。

・・・私たちの多くは世界中の消費者や、企業や、仕事仲間や、クライアントと関わっている。

数十年前なら世界を知ることはいまほど大切ではなかったし、信頼できるグローバルな統計も、それを入手する手段もなかった。

・・・いまならどんなトピックについても、信頼できるデータが簡単に手に入る。

グローバル化した市場をデータに基づいて理解することは、ビジネスの世界ではあたりまえになった。もしヨーロッパやアメリカの大企業でマーケティングを統括する立場なら、

・・・未来の市場は、アジアとアフリカにあることを理解していなければならない。

(3) ジャーナリスト、活動家、政治家

ジャーナリストも活動家も政治家も人間だ。わざと嘘をついているわけでない。

彼ら自身が、ドラマチックな世界の見方にとらわれているだけだ。

- ・・・みんなと同じように、彼らもまた定期的に知識をアップデートして、
事実に基づく考え方を身につけなければならない。

ジャーナリストは、より真実に近い世界をわたしたちに見せる助けになる。

何らかの統計を紹介するときは、過去のトレンドを合わせて見せることで、物事の重要性を正しく伝えることができる。一部のジャーナリストは、新しい取り組みを始めているようだ。

- ・・・悪いニュースのほう記憶に残りやすいので、明るいニュースを増やすこともしている。
彼らは悪いニュースばかりを流す習慣を変えて、ジャーナリズムをより意味のあるものにしようと試みている。

2.2 ファクトフルネスの大まかなルール

世界中の全ての人が、事実に基づいて世界を見る日がいつかやってくるだろうか？ 大きな変革はなかなか想像できないものだ。でも、そんな日がやってきてもおかしくないし、いつかきっとやって来る。

理由は2つ、ひとつは、正確なGPSが道案内の役にたつのも同じで、

- ・・・事実に基づいて世界を見るのが、人生の役にたつからだ。

もう一つは、もっと大切なことだ。

- ・・・事実に基づいて世界を見ると、心が穏やかになる。

ドラマチックに世界を見るよりも、ストレスが少ないし、気分も少しは軽くなる。

- ・・・ドラマチックな見方は、あまりにも後ろ向きで心が冷えてしまう。

下表の大まかなルールをもとに、みんなで「[ファクトフルネスな見方を習慣化](#)」して行こう。

(No.)	本能を抑えるためには	ファクトフルネスの大まかなルール
(1)	分断本能を抑えるためには	大半の人がどこにいるかを探そう
(2)	ネガティブ本能を抑えるためには	悪いニュースのほうが広まりやすいと覚えておこう
(3)	直線本能を抑えるためには	直線もいつかは曲がることを知ろう
(4)	恐怖本能を抑えるためには	リスクを計算しよう
(5)	過大視本能を抑えるためには	数字を比較しよう
(6)	パターン化本能を抑えるには	分類を疑おう
(7)	宿命本能を抑えるためには	ゆっくりとした変化でも、変化していることを心に留めよう
(8)	単純化本能を抑えるには	ひとつの知識がすべてに応用できないことを覚えておこう
(9)	犯人捜し本能を抑えるためには	誰かを責めても問題は解決しないと肝に銘じよう
(10)	焦り本能を抑えるには	小さな一歩を重ねよう

3. 最後に・・・心配すべき5つのグローバルなリスク

この本の著者と息子夫婦と一緒に本を書こうと思ったのが、2015年9月のことだ。翌年の2月に著者が末期の膵臓がんと宣告される。すべての講演をキャンセルしてこの本の執筆に専念する。2017年の2月容体急変して亡くなる。その後、息子夫婦が使命を引き継ぎ、日本では2019年1月に第1版が発刊された。

最後に、今後起こりうる世界的な危機に対して、著者が心配している5つのリスクを警告する。

3.1 感染症の世界的な流行

第一次世界大戦中に世界に広がったスペイン風邪で、5000万人が命を落とした。1914年から4年間に渡る戦争で体力も落ちていた。スペイン風邪の流行で世界の平均寿命が33歳から23歳と縮まった。

感染症の専門家のあいだではいまでも、新種のインフルエンザが最大の脅威だというのは共通の認識になっている。その理由は、感染経路にある。インフルエンザは目に見えない粒子になって飛沫感染する。感染者が地下鉄に乗ると同じ車両の人は全員感染する可能性がある。インフルエンザのような感染症は、エボラやHIV・エイズのような病気よりも遙かに大きな脅威になる。

感染力が強くどんな対策も効かない、ウイルスからあらゆる手で自分たちを守ることが重要だ。

・・・**今まさに、新型コロナウイルス感染症の到来を予言していたような警告だ。今後も起こりうる。**

3.2 金融危機

グローバル化した世界では、金融バブルがはじけると悲劇が起きる。国の経済が崩壊し、多くの人が仕事を失う。ふたたび世界最大級の金融機関が破綻すれば、2008年（リーマンショック）の金融危機よりもさらに悲惨になるかもしれない。グローバル経済全体が崩壊する可能性もある。

・・・**今回の新型コロナウイルスの経済対策として、世界の中央銀行が量的金融緩和策を施行している。**

これは、中央銀行が抱え込んだ巨大なリスクが膨らむ恐れがある。今後も目が離せない。

3.3 第三次世界大戦

世界をより安全にするには個人の関係が欠かせない。人間には暴力で報復したがる愚かな本能がある。なにより邪悪なのは、戦争に訴える本能だ。

・・・**こうした本能に対抗できるのは、人と人との個人的な関係だ。今後も重要なことだ。**

オリンピックも、交換留学も、自由なインターネットも、人種や国家の境を越えて人と人が出会う機会だ。そんな機会がたくさんあるといい。

・・・**個人の関係が、世界平和を維持するためのセーフティーネットになる。**

力にものを言わせてきたプライドの高い国家が、市場での支配力が弱まったときに他国を攻撃する可能性はある。それを外交努力だけで防ぐのは難しい。古臭い西洋は新しい世界の一部になれるよう、

・・・**新たな道を探さねばならないし、わたしたち個人はそのきっかけをつくることができる。**

3.4 地球温暖化

温暖化が途方もない脅威だということは、最悪のシナリオを見なくてもわかる。大気のような地球の共有資源を管理するには、世界に尊重される統治機構が必要となる。

・・・ **グローバルな基準に全員が従わなければ、共有資源は管理ができない。今後の取組みが必須。**

世界が力を合わせたおかげで、オゾン層破壊物質と有鉛ガソリンのどちらも、この20年間でほぼ完全に廃止できた。

・・・ **温暖化への対策には、強力な国際組織「国連」がきちんと機能することが必要になる。**

異なる所得レベルの人たちが生きていくために、世界がひとつになって取り組む姿勢も大切になる。

・・・ **二酸化炭素の大部分を排出している豊かな国は、貧しい国を非難するよりも、自分たちが率先して排出量を減らしたほうがいい。**

3.4 極度の貧困

極度の貧困は、目の前の現実だ。いま、まさに日々起きている苦しみなのだ。

エボラが流行するのも極度に貧しい地域だ。

・・・ **それは病気の初期に対応できるような医療サービスがないからだ。**

内戦が起きるのもまた、貧困地域だ。

・・・ 貧困地域の若者はのどから手がでるほど食べ物と仕事を欲しがり、失う物はなにもない。だから、残酷なゲリラ活動にみずから参加するようになる・・・ **そこに悪循環が生まれる。**

必要なのは、平和、学校教育、すべての人への基本的な保健医療、電気、清潔な水、トイレ、避妊具、そして、市場経済に参加するための小口信用（マイクロクレジット）だ。

・・・ **貧困の撲滅にイノベーションは必要ない。ほかの場所で効果のあった対策を、届ければいい。レベル1にいる10億人が、人間らしく暮らすための必需品を届けることに注力すべきだ。**

**この本の副題に、「10の思い込みを乗り越え、データを基に世界を正しく見る習慣」とある
また、本書を書くにあたって、資料を何度も確認し、データを正しく使うことには徹底的に気を配った**

ファクトフルネスについての本で、データのファクト（事実・真実）を間違えていたら説得力がない

この本の教えが「世界の姿」だけではなく「自分の姿」を見せてくれる
知識不足で傲慢な自分、焦って間違った判断をしてしまう自分、他人を先入観や思い込みで
判断する自分、誰かを責めたくてしまう自分、そんな自分に気づかせてくれる

ファクトフルネスな習慣を持つことは、「待てよ、これは例の本能では？」と間違いを抑制できる