

ソマティック・マーカー

- 心と身体の関係
  - プラトン — 「霊と肉」 — 二項目
  - デカルト — 「心身二元論」 — 分離独立
  - スピノザ — 「心身平行論」 — 両者は一体
  - ※ 現代では「AIに身体性はあるか？」論として語られる
- ソマティック・マーカー仮説
  - 提唱者 —  神経科学者 アントニオ・ダマシオ
  - 意味 — 適切な意思決定には「理性と感情」の両方が必要
  - 効果
    - 情報に接触
    - 👇
    - 感情や身体的反応
    - 👇
    - 脳に影響
    - 👇
    - 意思決定の効率を高める
- 意思決定には感情を入れよ
  - 良い意思決定
    - ❌ 感情を排して理性的に行うべき
    - ⭕ むしろ感情は積極的に取り入れられるべき 
  - 「感情知性（EQ）」の重要性
    - 感情を理解し、適切に対処する能力
    - リーダーシップや交渉時に大切
    - 単なる論理的な思考では限界がある