

コラム 9-1 ABO 式血液型性格

A 型は完全主義, B 型はマイペース……など, メディアで血液型と性格に関係があるようなことがときどき言われていますが, その種の話の内容には, すべて科学的な根拠はありません。しかし, そのようにいうと「いや, 私は O 型ですが, 本に書かれているとおり大雑把なので, やはり血液型性格タイプは当たっている」などという人が必ずいます。

しかし, もし, A 型の人完全主義であるというのなら, A 型の人のすべて (あるいは少なくとも過半数以上) の人が完全主義でなければ法則性があるとはいえないでしょう。当然ですが, 完全主義的な傾向をもつ人は, すべての血液型に一定数存在しているので, A 型で完全主義的な人の割合は, 他の血液型の中での割合と違いはありません。もし一見 A 型に多いように思えても, 単に血液型の分布のちがいのせいです。日本人の血液型分布で一番多いのが A 型で約 40%, 次いで O 型の 30%, B 型は 20%, AB 型は 10% 弱程度です。

ここでカンがいい人は気づいたのではないのでしょうか。日本では, A 型と O 型を合わせれば約 70% になります。血液型性格論では, よく読めば気づくように, A 型と O 型の性格が比較的ポジティブに書いてあり (「A 型はまじめ」「O 型は面倒見がいい」など), B 型と AB 型は少数派なので, 「B 型は自分勝手」「AB 型は変人・二重人格」など, その性格はネガティブに書かれています。人間は, 自分についてポジティブに書かれている内容は受け入れやすいので, 多くの人 (日本人の 70%) が満足する内容なら, それは社会に受け入れられることになるのです (なお, 血液型の分布は, 国によって大きく異なり, イギリスでは, 人口の過半数が O 型です)。

実証的な研究の結果では, ABO 式血液型と基本的なパーソナリティ傾向 (Lecture 9 を参照) には, 特定の関連性は確認されない, つまり関係はないことが示されています。

コラム 9-2 パーソナリティの脳－神経科学的基礎

誰にとっても身近なものでありながら、その本質が捉えにくいパーソナリティには、生物学的な基礎があるのでしょうか。こうした疑問に答えるために、近年ではパーソナリティの脳神経科学的研究が行われています。現在国際的な共同研究として行われている The Human Connectome Project では、脳の神経細胞のネットワークを、かなりの精度で画像化することに成功していますが、その一環として、約 500 人を対象に脳画像を撮影し、その人たちに 5 因子性格検査を実施して、脳の構造とパーソナリティの対応関係を調べています。

その結果、前頭前皮質の解剖学的な差異が、パーソナリティの基本次元上の個人差と関連していることが報告されています。特に各領野の皮質の厚さ（灰白質量）と脳回（皮質のしわ＝折りたたまれかた）の個人差とパーソナリティの 4 つの因子の間に、一定の相関関係が示されています。この研究の結果では、パーソナリティと脳構造の関連性は、次のようなものでした。

1) 神経症傾向との関係

神経症傾向の得点は、前頭頭頂野の皮質の厚さと正の相関を示し、側頭、後頭野などの皮質量と皮質の折りたたみ指標と負の相関を示しました。折りたたみ指標 (gyrification index) とは、脳回（皮質のしわ）が表面の皮質の面積に対して織り込まれている割合で、この指標が大きいほど、実際の皮質の表面積が大きいことを意味しています。

2) 外向性－内向性との関係

外向性は、楔前部 (precuneus) の皮質の厚さとは正の相関を、上側頭皮質と嗅内皮質（側頭葉前部内側）の皮質量とは負の相関を示しました。また紡錘状回 (fusiform gyrus) の折りたたみ指標とは正の相関を示しました。楔前部は、大脳の内側面にある脳回の 1 つで、頭頂葉内側面の後方に位置する脳回縁溝と頭頂後頭溝と頭頂下溝とで囲まれた領域を指します。

3) パーソナリティの他の 3 因子と脳構造の関係

他の 3 因子に関する結果をまとめると、以下のようになります（各因子の傾向が高いほど、以下のような特徴を示すことを意味しています）。

- ・ 経験への開放性では、前頭・頭頂野の皮質が薄く、領野は広く、皮質の折りたたみが多くなる。
- ・ 親和性では、前頭前皮質が薄く、紡錘状回の領野が小さくなる。
- ・ 誠実性では、前頭前野領域の皮質が厚く、領野は小さく、皮質の折りたたみが少なくなる

以上の結果を見ると、パーソナリティ傾向と脳構造の関係の多くは、前頭前皮質 (prefrontal cortex) に表れています。この研究プロジェクトの研究者は、これらの結果から、前頭前皮質は人間や他の霊長類で著しく発達した部分であることから、主要なパーソナリティ傾向が、高次の社会・認知的スキルや社会的反応に関わる能力と結びついている可能性を示唆していると考えています。ただし、この結果については、他の同様の研究では確認されていないため、パーソナリティと脳の器質的特徴との関係については、現時点では明確なものとはいえません。

コラム 9-3 タコの性格と人間の性格の共通性

タコや一部のイカなどの頭足類の一部は、かなり知能が高いことが動物研究によって知られていますが（たとえば、水槽の中にあるある種のタコは、人がビンの蓋をひねって開けるのを見ただけで、水槽に入れられたビンのふたをひねって中のエサを取り出すことができるなど）、タコの神経細胞の数はカエルの約 20 倍もあることが知られており、認知機能は神経細胞数自体ではなく、その組み合わせ（ネットワーク）の数が重要なので、機能的には膨大な差（理論上は 20 の 20 乗倍）があることがわかります。

生物学者のアンダーソンは、タコを対象に行動（性格傾向）を詳しく調べた結果、「大胆」「内気」「受身」という 3 つのタイプがあることを明らかにしています。この他にも、カニをエサにして、カニを水槽に入れると同時に電気ショックを与えて、タコの反応の違いを調べた研究でも、反応のパターンは「電気ショックに驚いて、カニが水槽に入れられても二度と隠れ場所から出てこないタイプ」「何度感電しても、カニを見ると出てきてショックを受けるタイプ」「様子を見ながら用心深くカニを捕ろうとするタイプ」の 3 つのタイプに分かれることが報告されています。性格に 3 つのタイプがあるというのは、どこかで聞いたことがあるような……（Lecture 9 を参照）。タコの性格のタイプと人間の性格のタイプには共通性があるのかもしれませんが。

コラム 9-4 パーソナリティ（性格）とその評価

日常的には「Cさんは性格がいいよね」というような表現をすることがありますが、パーソナリティの良い悪いは、科学的な意味では存在しません。つまり、科学的な意味では性格に価値づけは行いません。たとえば「外向性－内向性」という基本的性格の次元での個人差については、外向的なほうが良いというイメージが一般的にあるのかもしれませんが、実際には、外向性が好ましい形で表れれば「社交的、行動的」という傾向になりますが、悪い形で表れれば「ずうずうしい、でしゃばり」という傾向として表れるかもしれず、外向的だからといって必ずしも良いとも悪いとも言うことはできません。

もともと「外向」という訳語のもとである *extraversion* という語は、自分が行動するときの基準をどこに求めるかという意味を含んでおり、日本語で「外向（き）」という訳語が当てられたのは、他人や社会という外を基準として行動する、つまり周囲に合わせて行動することにつながる意味を含んでいます。したがって、日本のように周囲に合わせるが良いとされる社会では、外向のほうが好ましいとされることが多く、また生きやすい傾向があることは事実かもしれません。一方 *introversion* の訳語である「内向」は、基準が内向き、つまり自分の中の基準で行動や判断をすることを意味しており、無理に周囲と合わせようとはしない傾向と結びついています。心理学的には日本社会は外向的な傾向があるので、内向的な人の方が生きにくい傾向があるかもしれません。

なお、日本では社会的な背景から一般的に外向的なほうが好ましいとされる傾向がありますが、イギリスなどでは、内向の方が外向より好まれる傾向があるというように、「外向－内向」のような基本的な性格傾向の違いでも、その社会的な評価には違いがあります。しかし、心理学的には、外向－内向で好ましさに違いがあるわけではなく、パーソナリティの特徴には（反社会的な傾向でない限り）特に価値づけはありません。

コラム 9-5 心理検査でうそをついたら……

採用試験などには、パーソナリティ検査が含まれているものがたくさんあります。皆さんの中にも受験したことがある人がけっこういると思いますが、日本で最も使用されているSPIという採用検査にも、性格検査が含まれています。

このような質問紙形式の検査の場合では、受験者が採用時の評価で有利になるように、一部の質問項目に正直に回答しない可能性があることが知られています。たとえば、実際には「時間にルーズ」な人でも、採用試験で「時間にルーズですか」という質問項目が出てきたとき、正直に「はい」と回答することにはためらいを感じる場合が多いのではないのでしょうか。採用を判断される際の評価で、時間にルーズであることは不利になるのではないかと考えて、実際には違っていても「いいえ」と回答する人が一定数存在しています。それでは、そのように項目内容に合わせて都合よく回答すれば、検査を実施する側（企業など）は、その受験者が理想的なパーソナリティをもった人と判断してくれるのでしょうか。

しかし、心理検査で自分に都合がいいように回答を変える（うそをつく）と、実は自分に不利になる可能性が高いのです。心理検査でうそをついた場合、主に2つのリスクがあります。1つは、採用検査などで使用される心理検査には、不正直な回答を検出する仕組みが回答者にはわからないように組み込まれている場合があります。回答者が率直に回答しているかどうかをチェックできるようになっているものがあります。そこで一定以上率直に回答していないと判断されると「自分をよく見せようとしている」と評価され、回答者にとって不利になります（正直に回答していないと判断され、それで不合格となる可能性もあります）。

不正直な回答をすることによって起こるもう1つのリスクは、採用後のミスマッチです。実際は人づき合いが苦手でも、正直に回答すると採用場面では不利になると考えて、社交的であるかのように回答したとします。しかし、企業側がその結果を前提にして営業などの対人的な業務に採用・配属を決めた場合には、実際には苦手な仕事をする事になり、成果を出せなければ「能力がない」「やる気が無い」という評価を下されてしまう可能性があります。

いずれにしても、心理検査で率直に回答しないことは、結果的には自分の首をしめる可能性があるため、パーソナリティ検査を受ける場合には、率直に回答することが大切です。

コラム 9-6 科学におけるアメリカ第一主義

トランプ前大統領の登場以来、アメリカ第一主義という表現がよく取り上げられますが、科学の世界では、以前からアメリカ第一主義がしばしば見られています。本書のパーソナリティ（性格）の章（Lecture 9）で紹介した5因子モデルは、代表的なパーソナリティ理論の1つに過ぎないのですが、アメリカの研究者たちの多くは数にものをいわせて、5因子モデルが最も優れたパーソナリティ理論であり、その最終結論であるかのように主張しています。実は、心理学も含めて科学者の数はどの領域でもアメリカが一番多いため、アメリカの研究者が支持する考え方が主流となり、いつのまにか最も正しいものであるかのようにされてしまう傾向があります。

同じような例は、誰でもきいたことがある有名な化学物質アドレナリンです。アドレナリンは、日本人研究者が世界で最初に抽出に成功した物質のため、現在まで世界中でそのときの名称であるアドレナリンが使用されていますが、アメリカだけは、その直後に同様の物質を抽出したアメリカ人研究者が命名したエピネフリンという名前を使っています。同じ物質を2つの名前で呼ぶことがあるので、混乱したことがある人もいないのでしょうか。同じ物質を別の名前で呼ぶことは紛らわしいのですが、アメリカでは、この例に限らず、自国の研究者の成果を前面に出す「科学的帝国主義」が頻繁にみられます。

心理学の他の例では、クレッチマーが挙げられます。日本では、多くの心理学書で正しくその理論を紹介されていないという意味で不遇なクレッチマーですが、アメリカでは、別の形で不遇を被っています。

1940年代に、シェルドンというアメリカの研究者が、クレッチマーの類型論の妥当性について、大学生を対象に確認しました。彼は、男子大学生の全身を前や横から写真撮影し、体型を客観的に数値化した上で、性格検査の結果と比較し、クレッチマーの理論と同じように性格検査の結果と体型に対応関係があることを確認しました。つまり、別の国で一般的な人（大学生）を対象としてもクレッチマーの理論の妥当性が確認されたということです。この結果は、現在の最新のアメリカの心理学のテキストにもシェルドンの研究として掲載されていますが、そこでは、その研究の基礎となったクレッチマーの名前や理論は一切触れられていません。

コラム 9-7 自分のパーソナリティをどのように考えるべきなのか

パーソナリティは、人によりさまざまです。自分のパーソナリティに、気に入らない部分がある人もいるでしょう。たとえば「自分は相手に嫌われるのがいやなので、つい相手に合わせてしまうことが多く、人といっしょにいと疲れてしまう。友人の B のように、自分の考えや気持ちを率直に表現できる性格になりたい」と思っている人がいたとします。それでは、その人が努力して自分を率直に表現するようにしたらどうなるでしょう。

もちろん、自分をストレートに表現することで、対人的な気遣いをせず、ストレスが減るかもしれません。しかし、そうすることで、今まで以上に精神的に疲れたり、かえって周囲とのトラブルが増えて消耗してしまう場合もあります。

個々人のパーソナリティには、その基礎に神経生物学的な特質があり、それをもとに環境との相互作用の結果として現在の性格傾向ができてきたと考えられます。つまり、個人のパーソナリティは、その個人がもっている条件に基づいて形成された、その人に固有の環境への適応スタイルである可能性が高いのです。したがって、自分のパーソナリティを変えるのではなく、それを生かす方法を考えるほうが生産的といえます。

別のところでも説明したように、パーソナリティ自体に良い悪いという価値はありません（個々の社会の中で好まれやすい＝適応しやすいパーソナリティはあります）。日本では外向的な人のほうが適応しやすいかもしれませんが、これは日本社会が本質的に外向的な指向、つまり他者や周囲に合わせて行動することをよしとする傾向をもっているためで、普遍的なものではありません。自分の本来の性格の特徴を生かせるような適応のスタイルを見つけてほしいと思います。