

あなたの個性を

遺伝と環境のどちらが人格形成に大きな役割を果たしているかは、あなたがどこで暮らしているかによる。

私たちの性格はみな心理学的に異なっていて、それが各人の人柄を決定しています。性格・知性・能力・適性の違いが一人一人をユニークな存在にしているのです。でもこういった特徴はどこから生まれてくるのでしょうか？ 私たちの人格は生まれた時からのものでしょうか、それとも育った世界によって形成されたのでしょうか？

「生まれつき」とは
人が自分でこの世に持ち込む
すべてを意味する。
「育ち方」とは誕生後に
その人に与えられる
あらゆる影響のことだ。
フランシス・ゴルトン

生まれか、育ちか？

ずっと以前から、人間は世界についてのなんらかの知識をもって生まれてくるのか、それとも「白紙」の状態で生まれてすべては経験から学ぶのか、という議論は続いていました。私たちは個性をもって生まれてくるのか、生まれてから身につけ発達させていくのか、という点についても同様に考え方は分かれていました。19世紀には、ダーウィンによる『種の起源』（1859年）の発表とメンデルによる遺伝研究の影響を受けて、論争は科学の問題になります。この二人の仕事によって、生理的な面だけでなく行動面も含めて、少なくともある種の性質は遺伝

⑥ 人格形成

私たちはもって生まれたものの力で現在の姿に成長したのか、それとも周囲の世界からの影響で現在の姿がつけられたのか——心理学者は議論を闘わしてきたが、現在では両方の組み合わせによると考える人が多い。ちょうど自然に成長するが、同時に刈り込みもされる木のように。

私たちは環境によって
形づくられたのだろうか、
それともこのように
生まれついたのでだろうか？

つくるのは何？

によって受け継がれていくという証拠が得られました。それでも私たちの人格形成には育った環境の影響が大きいと、多くの人は信じ続けています。ダーウィンのいとこフランシス・ゴルトンはその科学的証拠を調べた研究者の一人ですが、「生まれつきか、育ち方か」という言葉でこの「遺伝・環境論争」を表現しました。

遺伝子に組み込まれている？

当初「生まれつきか、育ち方か」という問題は心理学者の見方を二分していました。1920年代に、私たちに心理学的性質を与えるものについて、まったく異なった二つの見解が登場します。「生まれつき」を重視する立場では、発達心理学者アーノルド・ゲゼルが、人間は人格を決定する発達のパターンを進んでいくように遺伝的にプログラムが決まっていると主張しました。私たちはみな同じ一連の変化を同じ順序で経験していき、これらの変化は「環境の影響を比較的受けにくい」といいます。ゲゼルが「成熟」と呼ぶ過程において、受け継いだ能力や性質がこの変化のパターンを経てしだいに顕在化し、私たちは肉体的にも情緒的にも心理的にも成長していきます。「育ち方」重視の行動心理学者ジョン・B・ワトソンは、心理学的な形質は受け継がれるものではないと反論します。ワトソンの考えでは、性格・才能・気質を形成するのはもっぱら育った環境であり、とりわけ私たちが受けた訓練なのです。

正しい数の手足の指、眼、そしていくつかの基本的な動きが加われば、一人の人間をこしらえるのに他に原材料は要らない。
天才でも、紳士でも、凶悪犯でも何でもできる。
ジョン・B・ワトソン

どちらもある程度

この議論は今日まで続いていて、さまざまな心理学的アプローチによって遺伝あるいは環境の重視の見方も多様になっています。ダーウィンの進化論やメンデルの遺伝学が遺伝重視の流れを作り出す一方、20世紀前半には行動主義や社会心理学の理論が環境要因重視の立場を訴えました。その後の議論は振り子が振れるように遺伝子研究や生物学的心理学の発見とともに遺伝重視の考え方に傾き、ダーウィンの理論をヒントにした進化心理学などの新しい分野も開拓されています。しかし今日では、ゲゼルやワトソンのような極端な立場をとる心理学者はあまり見あたりません。影響の大きさについての見解は分かれるものの、遺伝と環境のどちらも人格形成には一定の役割を果たしている、という見方が一般的になっています。

双子の観察

生まれと育ちの重要性を比較する上で有効な方法として、一卵性双生児の研究——特に早い時期に離れ離れになって、別の家庭で育てられた双子の研究が挙げられる。一卵性双生児の場合、遺伝子の構成はまったく同じだから、能力・知能・性格の差は異なる育ち方の結果である可能性が高い。



ジグムント・フロイト

1856–1939

ジグムント・フロイトはモラヴィア（現在のチェコ共和国の一部）のライベルクで生まれ、4歳のときに家族とともにオーストリアのウィーンに移り、そこで生涯のほとんどを過ごしました。ウィーンで医学と哲学を学び、後に抑うつ症などを含む神経症の治療のため精神分析の手法を編み出しました。その理論の多くは不信を買い議論を呼びましたが、フロイトの仕事は精神療法に大きな影響を与えてきました。

催眠と「談話療法」

フロイトは精神科医として働いた後、パリで催眠によるヒステリー治療を研究していた神経学者ジャン＝マルタン・シャルコーのもとで学んだ。ウィーンに戻ると、友人のヨセフ・ブロイアーとともに診療所を開業する。そこで催眠状態の患者に自分の問題を語ってもらうという療法を実践すると、これが症状の改善に有効であることに気づいた。その後フロイトは、催眠に頼ることなく患者が自由に語ることを柱として、精神分析と呼ばれる療法を確立した。

フロイトには6人の弟・妹がいたが、彼は母のお気に入りの息子だった。母は彼のことを「黄金のジギー」と呼んでいた。かわいがった。

氷山の一角

フロイトの理論によれば、意識は氷山の一角にすぎない。氷山の大部分が水面下に隠れているように、私たちの心にはふだんは気づかないずっと大きな無意識というものが隠れている。通常は抑圧されているが無意識の中に潜んでいるものがあり、これが原因となって多くの心理的問題が引き起こされるのだから、精神分析を通じて隠れているものをつきとめれば神経症は治療できる、とフロイトは考えた。

夢分析

患者の無意識の奥底に埋もれた思いや感情に近づくために、フロイトはさまざまな手法を利用した。語りによる療法という考えを実践していく上で、心に思い浮かぶことをなんでも話すように患者を促したが、これは自由連想法と呼ばれている。彼はまたどんな夢を見たかを語るように患者に求めた。夢は無意識の中で起こっていることを見抜くための鍵になると考えたからである。

「夢の解釈は、
心の**無意識の働き**を
知るための王道である。」

ナチスを逃れて

フロイトは精神分析理論の講演をして各地を旅したが、ウィーンを自分の故郷と考えていた。ヒトラーが1930年代に政権を握ると、ユダヤ人であるフロイトにはナチスによる迫害の危険が迫った。当時多くのユダヤ人が英国や米国へ逃れたが、フロイトはなかなかウィーンを離れようとしなかった。1938年になってようやくウィーンにとどまることの危険に気づき、オリエント急行でロンドンに向かった。