



夏見台幼稚園・保育園 ニュースレター 2022.7.25 号

夏見台幼稚園・保育園でのこ
わりをニュースレターにまとめます。どうぞご覧ください。
※配信停止の方はメールでどうぞ (info@treponte.jp まで)

〒273-0866 船橋市夏見台 2-16-1 夏見台幼保園

内向的でも主体性は育つか？



「ともだち 100 人できるかな♪」

卒園時によく歌われます。現実には 100 人も
友達をつくることは大変です。ここには願望が
あります。たくさんの友達に囲まれた社交的な
性格になってほしい、と。

自分の殻を破った外向的な
人は理想的な姿とされます。
特に日本人は控え目。元気で、
おおらかで、友だちも多く、
よく話し、快活な人はあこが
れの存在とされます。

しかし本当にそうでなけれ
ばいけないのか？ 今回のニュ
ースレターでは、その真逆の人たちを取り上げ
た世界的なベストセラーを紹介します。

『内向型人間の時代 ～社会を変える静かな
人の力』 (講談社)。著者のスーザン・ケイン



は自ら内向型を自称しています。また本によれ
ば、外向的に思えるアメリカ人でさえ、その
1/3 か 1/2 は内向的な人間だといえます。日本
ならその比率はもっとはね上がるでしょう。

問題はここです。内向性が強い子どもの心。

「自分は外向的でないからだめなんだ」
「友だちが少ないから魅力がないんだ」

性格が内向型であることは構いません。個性
です。問題は「だから自分はだめなんだ」と自
信をなくしてしまうことです。このスーザン・
ケインの本は、もの静かな子どもの教育に大き
な示唆を与えてくれます。以下、私が印象に残
ったところを紹介します。

ジェローム・ケーガンの研究



内向的だからといって「内気」
とは限りません。内向性とは、
刺激が強すぎない環境を好む性質
です。これはもって生まれた脳
の特質。ハーバード大学のジェ
ローム・ケーガン教授 (心理学)

による長期研究は大変興味深いものです。

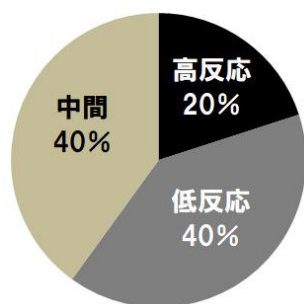
これは 1989 年に開始され現在も継続中です。
対象はハーバード大学児童発達研究所に集めら
れた、生後 4 か月の乳児 500 名。なんと、赤ち
ゃんを 45 分間かけて観察すれば、将来、内向
的になるか外向的になるか予測できるというも
のです。たった 45 分です！

赤ちゃんに
新しい体験を
させます。色
鮮やかなおも
ちゃを見せる、



先端をアルコールに浸した綿棒を鼻先へ持って
いく…そのときの反応を記録すると、次のよう
な円グラフになりました。

元気よく泣いて手足をばたつかせた高反応の子ども：20%、静かで落ち着いたまま、さほどのリアクションもない低反応な子ども：40%、その中間が40%です。



その後、2歳、4歳、7歳、11歳と観察を続け、20歳前には脳の内部をfMRIという医療機器で分析もしました。その結果わかったことは…

高反応の赤ちゃんの多くは、思慮深く慎重な性格に育ちました。反対に、低反応の赤ちゃんは、おおらかで自信家に育っている例が多くみられました。つまり、

生後4か月で高反応＝内向型に育つ
生後4か月で低反応＝外向型に育つ

となります。

脳科学的に推測されることは、内向型の子どもは扁桃体（へんとうたい）の過剰反応があるということです。



扁桃体とは、記憶に関わる海馬（かいば）のすぐそばにある、情動の記憶をため込む部位です。感情的な人はこの扁桃体が過敏になっています。刺激に対して興奮しやすいのです。

こうした子どもは、自分が気づいたことを深く考えたり、感じたりします。あらゆる日常的な体験から微妙なニュアンスを感じとろうとします。ほかの子のおもちゃをうっかり壊すと、罪の意識と悲しみをより強く感じるのです。

刺激に敏感なだけに、成長するにしたがって慎重になります。集団のようすを、ひとり遠くから観察している子どものように。

ではこのようなときに脳内では何が起こっているのでしょうか？

最近のfMRIの研究によって、私たちが自分を落ち着かせようとしているときの脳内の様子がわかってきました。

理性をつかさどる「前頭前皮質」の働きが活性化するとともに、扁桃体の活動が低下するのです。

高反応な子どもたちは、興奮しやすい扁桃体をつねに制御しています。だから何か新しいストレスが加わると、前頭前皮質はその対応に手いっぱいとなり、おとなしくしていた扁桃体が騒ぎだす…。

スーザン・ケインはいいいます。

内向型とは
人間嫌いなのではなく
単に刺激に
敏感なだけだ！



「主体性＝外向性」ではない！

アメリカは20世紀に入るまで、今のようない外向的な文化ではなかったということです。何よりも「人格」が重んじられました。

よくしゃべる・外見がいい・社交的である、といった外向的な要素ではなく、思慮深く・規律正しく・高潔な人物が理想とされていました。

しかし1920年代の子育て専門家たちは、次のように警告し始めます。

外向性は円滑な人間関係や経済的な成功をもたらす。しかし内向性はアルコール依存症や自殺といった悲惨な結末を招く。学校では知識を詰め込むよりも、外向的な性格を育む手助けをせよ。

とにかくしゃべる、意見をいうことが大事という価値観です。

本で紹介されていた、アジア系アメリカ人の学生の話が面白いです。

「白人の学生たちは、自分たちの声が大きすぎるとか、話の内容がばかばかしすぎるとか、不安に思わないらしい」。

アジア系でない学生と一緒にいると「なんだか自分じゃないみたいに陽気にしなければならない」ように感じてしまうと。実際は、当の白人たち自身の中にも、無理やり外向的にふるまっている人も多いわけなのですが…



そしてまさにここに、日本人が英語を苦手とする根本原因があると思います。私たちは、口からでまかせにべらべらしゃべる文化を持っていません。むしろ「よく考えてしゃべろ！」的な文化です。まさに沈黙は銀。

またスーザン・ケインは、創造性においてもビジネスにおいても、内向型の人材は成果を上げていることを書いています。

【創造性】

1956年から1962年にかけて行われたカリフォルニア州立大学バークレー校の調査。建築家、科学者、数学者、エンジニア、作家など各方面で活躍した人は内向型とわかった。

【ビジネス】

1) 今や古典的なビジネス書となった『ビジョナリー・カンパニー』の著者ジム・コリンズは、優良企業11社のCEO（最高経営責任者）の共通

点を、その内向的な性格と指摘した。慎重なので部下の意見によく耳を傾ける。主体的で有能な部下にとっては働きやすい。

2) ハーバード・ビジネススクールが行ったアメリカの5大ピザ・チェーン店の売り上げ分析。

・外向型の店長 → 部下が受動的だと売上アップ

・内向型の店長 → 部下が能動的だと売上アップ

こうして考えると、スタッフ個々の主体性・能動性が求められる現代社会では、内向型のリーダーシップの重要性は、ますます高まりそうです。

教育現場の抱える問題



しかしここに問題があります。教育です。アメリカの小学校の教師たちは言います。

「学校でのグループ学習は、大企業に牛耳られるアメリカ社会のチーム文化そのもの。まさに自己主張する練習の場になっている」

「ビジネス社会では独創性や洞察力よりも言語能力が評価される。子どもたちは学校でもそれに慣れねばならない」

日本の新しい指導要領も、「主体的で対話的な学習」に変わろうとしています。グループ学

習の機会も増えています。それ自体はいいことです。しかし、

「主体性＝外向型」

というステレオタイプの押しつけであっては困ります。内向型にだって主体性はあります。ひとりで黙々と課題に取り込む、粘り強さもまた主体性です。

もちろんコミュニケーション能力は大事です。工夫し身につけてほしいです。ただ「外向的にふるまえない自分はダメなんだ」と思わないでお願いします。

内向型の子どもを育てるためのアドバイス

本の最後には、内向型の子どもを育てるにあたってのアドバイスが書かれています。以下いくつかをまとめます。

- ・自信を失わないようによくコミュニケーションをとる：「それはお前のスタイルだよ。お前はじっくり時間をかけて確実にやるのが好きなんだよ」
- ・新しい体験への対応を助けてやる。
- ・親がモデルになり、初対面の人と穏やかに親しげに挨拶する様子などを見せる。
- ・年下の子どもと遊んで自信をつけたり、年上の子と遊んで刺激を受ける。（まさに異年齢保育ですね）
- ・親がよくやるようなやけに明るい笑顔で「学校は楽しかった？」と聞くことを避ける。学校で何があったかを親に打ち明けるかどうかにすべてがかかっている。子どもに質問するときはやさしく中立的な立場で。

クラスの人気者である必要はありません。成長すれば持ち前の粘り強さと観察力で、しっかりとした技能を身につけるはずだとスーザン・ケインはいいます。結局、自己肯定感を育むことがカギなのでしょうね。

（終）

※郵送停止希望の方はお手数ですがご一報ください。