

## 高い感性をもつ人 (Highly Sensitive Person) は物事を深く考える (1) : スピリチュアリティと の関連

|          |   |
|----------|---|
| その他のタイトル | Highly Sensitive Person, Depth of Processing, and Spirituality                          |
| 著者       | 串崎 真志   |
| 雑誌名      | 関西大学人権問題研究室紀要   |
| 巻        | 78  |
| ページ      | 1-14  |
| 発行年      | 2019-10-31  |
| URL      | <a href="http://hdl.handle.net/10112/00017948">http://hdl.handle.net/10112/00017948</a> |

# 高い感性をもつ人 (Highly Sensitive Person)

## は物事を深く考える (1)

— スピリチュアリティとの関連 —

串 崎 真 志

Highly sensitive person (高敏感者) は、聴覚・視覚・触覚・嗅覚などに、特異な感覚処理感受性 (atypical sensory processing sensitivity) をもつ人を指す (Aron, 1996, 2002, 2010)。Aron, Aron, & Jagiellowicz (2012) によると、彼らは環境の小さな変化に気づきやすく (*sensory sensitivity*: greater awareness of sensory stimulation)、初めての場面で緊張しやすく (*overarousal*: inhibition of behavior)、感情の振れ幅が大きい (*emotional intensity*: stronger emotional reactions)。高感性は、(季節的感情障害の) 抑うつ症状 (Hjordt & Stenbæk, 2019) や強迫症状 (Khosravani, Ganji, Bastan, Ardestani, & Amirinezhad, 2019) に関連するなど、高敏感者は生きづらさを抱えがちである (保坂, 2018; 長沼, 2018)。高敏感者 (高感性) に関する学術論文は昨今、増加しており (Greven et al., 2019 for review)、日本においても研究が活発になりつつある (雨宮・坂入, 2018; 平野, 2012; 飯村, 2016; 信吉他, 2018; 鈴木, 2017; 上野・高橋・小塩, 2018; 矢野・木村・大石, 2017; Yano & Oishi, 2018)。

一方、高感性は治すものではなく、むしろ伸ばすものであるといわれる (明橋・太田, 2018)。高感性の適応的利点としては、共感性 (Carney & Harrigan, 2003; 飯村, 2016; 串崎, 2019b)、創造性の高さ (Bridges & Schendan, 2019a, 2019b)、心理教育プログラムの効果を得られやすいこと (Pluess & Boniwell, 2015; Nocentini, Menesini, & Pluess, 2018) などがある。さらに、高感性のなかでも、他者に対する敏感さ (エンパス empath)

の利点として、相手が表明していない思考や感情を即座に読み取る情動直感がある（串崎，2019a）。日本の文化は相手の言動に気遣うので、欧米に比べると、高敏感者が心地よく（feel at home）過ごせるという（Aron, 2002, p.122）。高敏感者が自分の高敏感性に気づかずに暮らしている場合も多いと思われる<sup>1)</sup>。

Aron, Aron, & Jagiellowicz (2012) は、高敏感者の特徴の一つとして、物事を深く考える傾向 (*depth of processing*: deeper processing of the sensory information) をあげている。Aron (2010, p.24) によると、高敏感者は（非敏感者に比べて）世の習いや人生あるいは仕事の意味を熟考する (reflecting [*more than others would*] about the “way of the world is going,” the meaning of life, or of their line of work)。考えすぎて、物事を決定するのがむずかしくなってしまう（Aron, 2010, p.26）。実際、Highly Sensitive Person Scale 得点が高いほど、空想の頻度（Runco Ideational Behavior Scale で測定）が多い（Bridges & Schendan, 2018b）。

これに関連する特徴が、スピリチュアリティ（spirituality）である<sup>2~5)</sup>。Aron (2006, p.25) によると、高敏感者が理想主義やスピリチュアルな興味をもつことは、世界情勢や苦悩の意味に対する彼らの深い懸念を考えれば、それを補償するものとして理解できる（sensitive patients’ idealism and spiritual interests, even if ungrounded, are an understandable compensation given their deep concern about the state of the world and the meaning of suffering）。実際、Elaine Aron が高敏感者にインタビューすると、彼らは口を揃えてスピリチュアリティ（e.g., “seeing God in everything,” long meditation retreats, a religious vocation）が生活の中心にあると言及した（Aron, Aron, & Jagiellowicz, 2012, p.272）。ここでいうスピリットは魂・肉体・世界すべてを含み超えるものを意味し（spirit transcends yet contains all that is soul, body, and world., Aron, 1996, p.209）、スピリチュアリティは人生の意味の探求を指す（search for meaning, Aron, 1996, p.216）。

先行研究では、高敏感者 (Highly Sensitive Person Scale 得点が中央値以上の人) は、低敏感者に比べて神秘体験 (Mystical Experience Scale で測定) が多く (Kjellgren, Lindahl, & Norlander, 2009)<sup>6)</sup>、Highly Sensitive Person Scale 得点が高いほど、特異な体験 (Survey of Anomalous Experiences で測定) が多い (Irwin, Schofield, & Baker, 2014)<sup>7)</sup>。しかし、高感性がスピリチュアルな態度や人生観とどう関連するかについては、研究が見当たらない。そこで本研究では、質問紙調査によってそれを検討する。

## 調査

### 方法

**参加者** 専門科目の心理学を受講する大学生 22 名 (男性 8 名, 女性 13 名, その他 1 名,  $M=18.7$  歳,  $SD=0.42$ )、教養科目の心理学を受講する大学生 104 名 (男性 40 名, 女性 64 名,  $M=19.3$  歳,  $SD=0.99$ )、合計 126 名 (男性 48 名, 女性 77 名, その他 1 名,  $M=19.3$  歳,  $SD=0.95$ ) が参加した (実施時期 2019 年 1 月)。

**質問紙** ① Highly Sensitive Person Scale-Short form 11 項目 (Aron et al., 2010; Acevedo et al., 2014; Meredith, Bailey, Strong, & Rappel, 2016)。これは Aron & Aron (1997) の Highly Sensitive Person Scale (27 項目) を 1 因子に短縮したものである。訳文は、高橋 (2016) から該当する項目 3, 5, 7, 9, 14, 16, 19, 21, 23, 25, 26 を使用した。

② エンパス尺度 9 項目版 (Nine-item Empath Scale: NES; 串崎, 2019a)。筆者が Judith Orloff (Orloff, 2017a, 2017b) の記述を元に作成したもので、情動吸収 (emotional sponges)、気疲れ (emotional hangovers または人混み回避 avoiding crowds)、情動直感 (emotional intuition) という 3 因子からなる。両尺度とも、「全くあてはまらない」を 1、「非常にあてはまる」を 7 とする 7 件法で評定した。

③ 刺激追求尺度 (brief sensation-seeking scale: Hoyle, Stephenson,

Palmgreen, Lorch, & Donohew, 2002; 柴田・古澤, 2013)。「風変わりな場所を探索してみたい」「経路や時間は前もって計画せずに旅行に出発したいものだ」など8項目について「全くあてはまらない」を1、「よくあてはまる」を5とする5件法で回答した。高敏感者のなかには強い刺激を求めるタイプ (high sensation seekers: HSS) も存在することから (Aron, 2010, pp.14-15; Slagt, Dubas, Ellis, Van Aken, & Deković, 2018)、これらの項目を含めた。

④ Big Question 尺度 (村上, 2013) から「人生の意味の希求」因子6項目 (人生で本当に大切なこと、すべきこと、したいことは何か。本当の幸せとは何なのか。生きることや人生に意味や目的はあるのか。自分とはどのような存在なのか。苦難や不安、怖れにどのように向き合えばよいのか。愛とはどのようなものなのか) について、ふだんどれくらい考えるかを「全く考えない」を1、「よく考える」を6とする6件法で回答した。

⑤ 自己超越傾向尺度 (self-transcendence scale, STS-2; 中村, 1998) から村上 (2013) による超越性因子4項目 (人のいのちは、姿形を変えて永遠に存在すると思う。人が死んでも、自然の一部になって生き続けることができると思う。人の心の中には人間を超えた「神」のような存在が宿っていると思う。人は何か大きな見えない力によって「生かされている」という実感がある) について、「あてはまらない」を1、「あてはまる」を5とする5件法で回答した。原文の項目では「自分のいのち」となっているが、「人のいのち」というように人生観を問う質問に変更した。

手続き 授業終了後に協力を依頼し、任意の参加に同意を得たうえで、Google form 上で自発的に回答してもらった。

## 結果

まず、エンパス尺度について3因子モデルの確認的因子分析を行なった。その結果、各項目の標準化推定値は.256から.992 (すべて有意)、適合度指標は $\chi^2=31.3$ ,  $df=24$ ,  $p=.145$ , CFI=.974, TLI=.961, SRMR=.0492, RMSEA=

高い感性をもつ人 (Highly Sensitive Person) は物事を深く考える (1)

.0492, AIC=3892, BIC=3977 であった。串崎 (2019a) と同様に、第1因子4項目を「気疲れ」、第2因子3項目を「情動吸収」、第3因子2項目を「情動直感」と命名した (Table1)。

Table1 Nine-item Empath Scale の確認的因子分析 (N=126)

|                                   | M    | SD   | 第1因子 | 第2因子 | 第3因子 | 誤差   |
|-----------------------------------|------|------|------|------|------|------|
| 2. 雑踏や人混みは、気疲れするので好きではない          | 5.49 | 1.41 | .675 |      |      | .135 |
| 4. 大勢の人と一緒にいると、ぐったり疲れて一人になりたいと思う  | 5.50 | 1.26 | .256 |      |      | .113 |
| 6. 雑踏や人混みに出かけるのは気疲れするので、できれば避けたい  | 5.02 | 1.43 | .987 |      |      | .148 |
| 9. 雑踏や人混みに出かけると、気分や体調が悪くなることもある   | 4.05 | 1.81 | .429 |      |      | .146 |
| 3. 相手の気持ちやストレスを、知らないあいだに取り込んでいる   | 4.35 | 1.56 |      | .763 |      | .154 |
| 7. 相手の気持ちやストレスの影響を、知らないあいだに受けている  | 4.29 | 1.53 |      | .992 |      | .160 |
| 8. 痛みを抱えている人のそばにいて、自分の身体も痛くなってくる  | 3.33 | 1.82 |      | .294 |      | .161 |
| 1. 相手を見るだけで、相手の気持ちがぱっとわかる         | 4.48 | 1.47 |      |      | .615 | .190 |
| 5. 相手を見るだけで、相手の抱えているストレスがなんとなくわかる | 3.96 | 1.40 |      |      | .835 | .218 |

注: 標準化推定値

次に、各尺度の信頼性係数、平均値と標準偏差、性差のt検定の結果をTable2に示した。さらに、各尺度間の相関係数を全体サンプル、男女別(その他に回答した1名を除く)に算出してTable3-5に示した。男性では情動直感がBig questionと自己超越に関連していた。女性ではHighly sensitiveがBig questionと自己超越に関連していた。

Table2 各尺度の平均値と標準偏差 (N=126)

|                      | $\alpha$ | $\omega$ | 全体   |      | 男性 n=48 |      | 女性 n=77 |      | 性差 p |
|----------------------|----------|----------|------|------|---------|------|---------|------|------|
|                      |          |          | M    | SD   | M       | SD   | M       | SD   |      |
| 1. 気疲れ               | .65      | .70      | 20.2 | 3.9  | 18.8    | 4.0  | 20.8    | 3.7  | .005 |
| 2. 情動吸収              | .65      | .75      | 12.0 | 3.8  | 10.3    | 4.0  | 12.8    | 3.2  | .001 |
| 3. 情動直感              | .67      | .67      | 8.4  | 2.5  | 8.4     | 2.5  | 8.3     | 2.4  | .917 |
| 4. Highly sensitive  | .86      | .87      | 52.9 | 11.6 | 47.0    | 11.0 | 56.2    | 10.2 | .001 |
| 5. Sensation seeking | .65      | .67      | 23.6 | 5.4  | 25.3    | 5.7  | 22.4    | 5.0  | .004 |
| 6. Big question      | .80      | .81      | 25.9 | 5.7  | 23.6    | 6.2  | 27.3    | 5.0  | .001 |
| 7. 自己超越傾向            | .70      | .72      | 10.8 | 3.6  | 10.3    | 3.7  | 11.1    | 3.6  | .223 |

Table 3 各尺度の相関係数 (N=126)

|                      | 2    | 3      | 4       | 5     | 6       | 7      |
|----------------------|------|--------|---------|-------|---------|--------|
| 1. 気疲れ               | .076 | -.138  | .118    | -.091 | .034    | -.172  |
| 2. 情動吸収              |      | .284** | .363*** | -.070 | .296*** | .152   |
| 3. 情動直感              |      |        | .199*   | .146  | .284**  | .154   |
| 4. Highly sensitive  |      |        |         | .012  | .350*** | .095   |
| 5. Sensation seeking |      |        |         |       | .156    | .129   |
| 6. Big question      |      |        |         |       |         | .255** |
| 7. 自己超越傾向            |      |        |         |       |         |        |

Table 4 各尺度の相関係数 (男性 n=48)

|                      | 2     | 3     | 4    | 5     | 6      | 7     |
|----------------------|-------|-------|------|-------|--------|-------|
| 1. 気疲れ               | -.050 | -.164 | .091 | .025  | .118   | -.055 |
| 2. 情動吸収              |       | .293* | .092 | -.042 | .276   | .319* |
| 3. 情動直感              |       |       | .153 | .343* | .365*  | .328* |
| 4. Highly sensitive  |       |       |      | .306* | .040   | -.132 |
| 5. Sensation seeking |       |       |      |       | .455** | .123  |
| 6. Big question      |       |       |      |       |        | .153  |
| 7. 自己超越傾向            |       |       |      |       |        |       |

Table 5 各尺度の相関係数 (女性 n=77)

|                      | 2     | 3     | 4       | 5     | 6       | 7      |
|----------------------|-------|-------|---------|-------|---------|--------|
| 1. 気疲れ               | -.018 | -.158 | -.068   | -.083 | -.190   | -.289* |
| 2. 情動吸収              |       | .281* | .369*** | .046  | .160    | .022   |
| 3. 情動直感              |       |       | .232*   | .001  | .250*   | .075   |
| 4. Highly sensitive  |       |       |         | -.026 | .446*** | .230*  |
| 5. Sensation seeking |       |       |         |       | .075    | .204   |
| 6. Big question      |       |       |         |       |         | .309** |
| 7. 自己超越傾向            |       |       |         |       |         |        |

次に、Big question 尺度を目的変数とし、step1 で Highly sensitive・気疲れ・情動吸収・情動直感・Sensation seeking、step2 でそれら 2 次の交互作用項を説明変数として投入した階層的重回帰分析を行った。その結果、step2 で  $R^2$  増分が有意になり ( $\Delta R^2 = .131, p = .024$ )、情動吸収  $\times$  情動直感 ( $\beta = -.071, p = .003, 95\% \text{ CI } [-.118, -.025]$ )、Highly sensitive  $\times$  Sensation seeking ( $\beta = -.022, p = .007, 95\% \text{ CI } [-.038, -.006]$ ) が有意な回帰式が得られた ( $\text{adj } R^2 = .249, p = .001$ )。すなわち情動直感が高いほど Big question が高い傾向は、情動吸収低群のみでみられた (Figure 1, 実線)。そして Highly sensitive であるほど Big question が高い傾向は、Sensation seeking 低群の

高い感性をもつ人 (Highly Sensitive Person) は物事を深く考える (1)

みでみられた (Figure2, 実線)。

さらに、自己超越傾向尺度を目的変数とし、上記と同様の階層的重回帰分析を行ったが、step2の $R^2$ 増分が有意でなかったため ( $\Delta R^2=.086$ ,  $p=.340$ )、交互作用項なしの重回帰分析を行ったところ、気疲れ ( $\beta=-.169$ ,  $p=.062$ , 95% CI [-.347, .008]) が有意傾向な回帰式が得られた ( $\text{adj } R^2=.041$ ,  $p=.074$ )。すなわち気疲れするほど自己超越傾向は低かった。

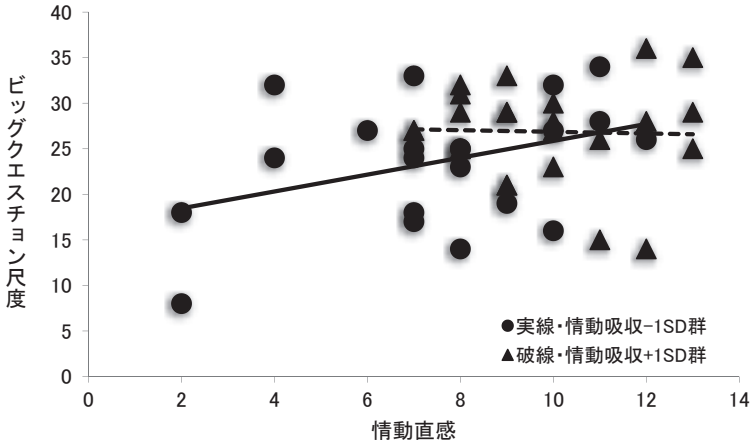


Figure 1 情動直感と Big Question 尺度の散布図

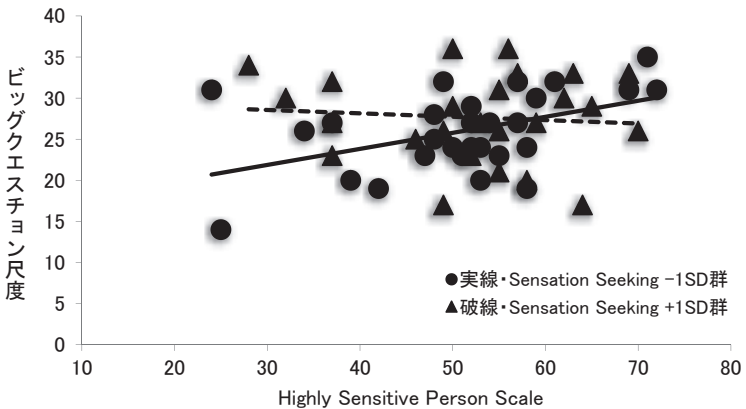


Figure2 Highly Sensitive Person Scale と Big Question 尺度の散布図



## 考察

女性は、Aron (2010) の指摘通り、高敏感であるほど人生の意味 (big question) を考え、命の永遠性 (自己超越傾向) を感じていた (Table5)。男性においては、sensation seeking (刺激追求) が高いほど人生の意味を考えており、さらに興味深いことに、高敏感であるほど sensation seeking が高かった (Table4)。一方、階層的重回帰分析の結果、高敏感と人生の意味の相関は、sensation seeking が高い場合に消失した (Figure 2, 破線)。このことは、強い刺激を求めるタイプの高敏感者とそうでない高敏感者では、人生の意味の探求が異なる可能性を示唆している<sup>8)</sup>。

また、他者に対する敏感さ (エンパス) の因子では、男女共に、情動直感が人生の意味に関連していた (Table4, 5)。そして、階層的重回帰分析の結果、情動吸収が低い場合に、情動直感と人生の意味が相関することから (Figure1, 実線)、情動直感の特性を活かすためには、情動吸収をどう低減するかがポイントになるだろう。これは、申崎 (2019a) の結果とよく似ている (申崎 [2019a] では、気疲れをどう低減するかが鍵であった)。情動吸収や気疲れといった、他者に対するネガティブな敏感性を制御することが、高敏感者の適応的利点につながると思われる。

Aron (1996, p.106) によると、自信のなさ (lack of self-confidence) は高敏感者によくある内面的な弱点 (the usual inner flaw) であるという。自分の感覚に自信をもつことは容易でないが、その緊張に取り組み (work on the overarousal)、内向的なスタイルの真価を認める (appreciate your introverted style) ことが助けになるかもしれない (Aron, 1996, p.106)。高敏感者には苦悩も多いが、その感覚世界を深く探求し、自分の感覚にしっかり自信をもつことが、豊かな人生の第一歩だと思われる。

## 注

- 1) Highly sensitive childと同様の概念として、小児神経科医 Thomas Boyce のいう蘭の子どもたち (orchid children) がある (Boyce, 2019)。どんな環境にも一定の適応を示すタンポポ (dandelion) と、環境によって適応の振れ幅が大きい蘭の比喩を使いながら、蘭タイプの子どもたちが15-20パーセントいると述べている。
- 2) 高敏感者とスピリチュアリティの関連は、Aron (1996) で既に述べられている。Aron(1996, p.12)は、we spend so much time thinking about things like the meaning of life and death and how complicated everything is — not black-and-white thoughts at all. と述べている。Aron (1996) のうち2章はスピリチュアリティに関する内容である。Aron (1996, p.181) は Spiritual approaches often appeal most to HSPs. Spiritual resources were used by almost every HSP I interviewed who had needed to do some kind of healing inner work. と述べている。一方、高敏感者がスピリチュアリティに傾倒しすぎることの不利益や危険 (disadvantages or at least dangers) についても警告している (Aron, 1996, p.182)
- 3) Elaine Aron がスピリチュアリティを重視する背景には、Carl Jung の心理学があると思われる (Aron, 2015)。Aron (1996) には全編にわたって Jung 心理学の概念が登場する。例えば Aron (1996, p.184) は Because HSPs have such close contact with the unconscious, such vivid dreams, and such an intense pull toward the imaginal and spiritual, we cannot flourish until we are experts on this facet of ourselves (Aron, 1996, p.184). The form of psychotherapy I recommend most most to HSPs is Jungian-oriented therapy, or Jungian analysis, following the methods and aims of Carl Jung. (p.183) と述べている。
- 4) さらに Aron (2004, p.345) によると、高敏感は、Carl Jung (1913, para.399, 411) の生得的感受性 (innate sensitiveness) の概念まで遡る。Jung はノイローゼの気質的説明 (constitutional explanation for neurosis) として生得的感受性という概念を用いた。Jung のいう内向 (introverts) は社交性 (sociability) とは関係なく、より生理的な感受性 (more physically sensitive) を意味していた。そして Jung のいう内向は、対象から引いて主観的な視点で考えること (pulling back from the object and taking a more subjective viewpoint of it) であった (Aron, 2004, p.338)。Elaine Aron によると、高敏感者は Jung の性格論でいう内向直感型 (introverted intuitive types) に相当する (Aron, 2004, p.350)。つまり、ここでのいう直感・内向・感性はほとんど同じ (to be nearly equivalent) である (Aron, 2004, p.351)。Jung (1913, para.398) は、このように過度に繊細な人 (excessive sensitiveness) が人口の1/4 いることを、1913年の時点で看破していた (Aron, 2006, p.14)。
- 5) さらに Aron(1996, p.221) は、If you are an intuitive type (more likely for HSPs), your inferior function would be sensing — sticking to the facts, dealing with the

details. と述べる。つまり Elaine Aron のいう高敏感者は、感覚的な敏感さゆえに内面的に深く考える人を意味する。

- 6) Mystical Experience Scale (Hood et al, 2001) の項目例は、Something greater than myself seemed to absorb me. I realized the oneness of myself with all things. I felt as if all things were alive. I have had an experience which was both timeless and spaceless. A new view of reality was revealed to me. I have had an experience that cannot be expressed in words. I have had an experience which I knew to be sacred. などであった。
- 7) Survey of Anomalous Experiences (Irwin, Dagnall, & Drinkwater, 2013) の項目例は、I have had a dream about something of which I was previously unaware, and subsequently the dream turned out to be accurate. I have stared at the back of someone's head and eventually they turned around and looked me. With someone I know intimately I sometimes know what they are about to say before they say it. などであった。
- 8) 強い刺激を求める高敏感者 (high sensation seekers) は、正確にいうと、新奇性を好むのであって、危険を好むわけではない (They may like novelty, but they do not like high risks or shocks., Aron, 2010, p.15)。また、それらをスピリチュアルな方法を通して得ようとする傾向がある (Introverted sensation seekers have adopted a strategy of seeking their novelty not through social interactions (which may seem too stimulating or dangerous for a sensitive person) , but through extraordinary inner experiences and explorations — through meditation and other spiritual paths, dreams, analysis, creating or deeply enjoying art, becoming an expert in a subject that fascinated them, and so forth., Aron, 2010, p.42)。

## 付記

本論文は、以下の抄録原稿に、同一著者が大幅な加筆・修正を加えて再構成したものである。串崎真志 (2019年9月) Highly sensitive person とスピリチュアリティ 日本心理学会第83回大会発表論文集。

## 文献

- Acevedo, B. P., Aron, E. N., Aron, A., Sangster, M. D., Collins, N., & Brown, L. L. (2014). The highly sensitive brain: An fMRI study of sensory processing sensitivity and response to others' emotions. *Brain and Behavior*, 4, 580-594.
- Acevedo, B. P., Jagiellowicz, J., Aron, E., Marhenke, R., & Aron, A. (2017). Sensory

- processing sensitivity and childhood quality's effects on neural responses to emotional stimuli. *Clinical Neuropsychiatry*, 14, 359-373.
- 明橋 大二・太田 知子 (2018). HSCの子育てハッピーアドバイス 1万年堂出版
- 雨宮 怜・坂入 洋右 (2018). 一過性の運動実践が敏感な個人の気分に与える影響についての試験的検証 パーソナリティ研究, 27, 83-86.
- Aron, E. N. (1996). *The highly sensitive person: How to thrive when the world overwhelms you*. New York: Broadway Books.
- Aron, E. N. (2002). *The highly sensitive child: Helping our children thrive when the world overwhelms them*. New York: Broadway Books.
- Aron, E. N. (2004). Revisiting Jung's concept of innate sensitiveness. *Journal of Analytical Psychology*, 49, 337-367.
- Aron, E. N. (2006). The clinical implications of Jung's concept of sensitiveness. *Journal of Jungian Theory and Practice*, 8, 11-43.
- Aron, E. N. (2010). *Psychotherapy and the highly sensitive person: Improving outcomes for that minority of people who are the majority of clients*. New York: Routledge.
- Aron, E. N. (2015). A table for four: My dinner with CG Jung, Martin Buber, and Maharishi Mahesh Yogi. *Psychological Perspectives*, 58, 44-71.
- Aron, E., & Aron, A. (1997). Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 345-368.
- Aron, E. N., Aron, A., & Jagiellowicz, J. (2012). Sensory processing sensitivity: A review in the light of the evolution of biological responsiveness. *Personality and Social Psychology Review*, 16, 262-282.
- Aron, A., Ketay, S., Hedden, T., Aron, E. N., Rose Markus, H., & Gabrieli, J. D. (2010). Temperament trait of sensory processing sensitivity moderates cultural differences in neural response. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 5, 219-226.
- Boyce, W. T. (2019). *The orchid and the dandelion: Why some people struggle and how all can thrive*. New York: Knopf Doubleday.
- Bridges, D., & Schendan, H. E. (2019a). The sensitive, open creator. *Personality and Individual Differences*, 142, 179-185.
- Bridges, D., & Schendan, H. E. (2019b). Sensitive individuals are more creative. *Personality and Individual Differences*, 142, 186-195.
- Carney, D. R., & Harrigan, J. A. (2003). It takes one to know one: Interpersonal sensitivity is related to accurate assessments of others' interpersonal sensitivity.

- Emotion*, 3, 194-200.
- Greven, C. U., Lionetti, F., Booth, C., Aron, E., Fox, E., Schendan, H. E., Pluess, M., Bruining, H., Acevedo, B., Bijtbeier, P., & Homberg, J. (2019). Sensory processing sensitivity in the context of environmental sensitivity: A critical review and development of research agenda. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 98, 287-305.
- Hjortd, L. V., & Stenbæk, D. S. (2019). Sensory processing sensitivity and its association with seasonal affective disorder. *Psychiatry Research*, 272, 359-364.
- 平野 真理 (2012). 心理的敏感さに対するレジリエンスの緩衝効果の検討 教育心理学研究, 60, 343-354.
- Hood, Jr, R. W., Ghorbani, N., Watson, P. J., Ghramaleki, A. F., Bing, M. N., Davison, H. K., ...Williamson, W. P. (2001). Dimensions of the mysticism scale: Confirming the three-factor structure in the United States and Iran. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 40, 691-705.
- 保坂 隆 (2018). 敏感すぎる自分の処方箋 ナツメ社
- Hoyle, R. H., Stephenson, M. T., Palmgreen, P., Lorch, E. P., & Donohew, R. L. (2002). Reliability and validity of a brief measure of sensation seeking. *Personality and Individual Differences*, 32, 401-414.
- 飯村 周平 (2016). 中学生用感覚感受性尺度 (SSSI) 作成の試み パーソナリティ研究, 25, 154-157.
- Irwin, H. J., Dagnall, N., & Drinkwater, K. (2013). Parapsychological experience as anomalous experience plus paranormal attribution: A questionnaire based on a new approach to measurement. *Journal of Parapsychology*, 77, 39-53.
- Irwin, H., Schofield, M. B., & Baker, I. S. (2014). Dissociative tendencies, sensory processing sensitivity and aberrant salience as predictors of anomalous experiences and paranormal attributions. *Journal for the Society of Psychological Research*, 78, 193-206.
- Jung, C. G. (1913). The theory of psychoanalysis. In G. Adler & R. F. C. Hull (Eds.) (1961) *The Collected Works of C. G. Jung, Volume 4*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Khosravani, V., Ganji, Z., Bastan, F. S., Ardestani, S. M. S., & Amirinezhad, A. (2019). Psychometric properties of the highly sensitive person scale and its relation to symptom dimensions in patients with obsessive-compulsive disorder. *Current Psychology*.
- Kjellgren, A., Lindahl, A., & Norlander, T. (2009). Altered states of consciousness and mystical experiences during sensory isolation in flotation tank: Is the highly

- sensitive personality variable of importance? *Imagination, Cognition and Personality*, 29, 135-146.
- 串崎 真志 (2018). 高い感性をもつ子ども (Highly Sensitive Child) の理解 関西大学人権問題研究室紀要, 76, 27-55.
- 串崎 真志 (2019a). エンパス尺度 (Empath Scale) の作成 関西大学人権問題研究室紀要, 77, 37-54.
- 串崎 真志 (2019b). 感覚処理感受性が共感の正確性と動作の模倣に及ぼす効果 関西大学心理学研究, 10, 1-9.
- Meredith, P. J., Bailey, K. J., Strong, J., & Rappel, G. (2016). Adult attachment, sensory processing, and distress in healthy adults. *American Journal of Occupational Therapy*, 70, 7001250010p1-7001250010p8.
- 村上 祐介 (2013). 大学生のスピリチュアリティにおける探究心媒介モデル 関西大学大学院心理学研究科博士学位論文
- 長沼 睦雄 (2018). 大人になっても敏感で傷つきやすいあなたへの19の処方箋 SBクリエイティブ
- 中村 雅彦 (1998). 自己超越と心理的幸福感に関する研究—自己超越傾向尺度作成の試み— 愛媛大学教育学部紀要第I部教育科学, 45, 59-79.
- 信吉 真璃奈・金生 由紀子・松田 なつみ・河野 稔明・野中 舞子・藤尾 未由希・下山 晴彦 (2018). 日本語版感覚ゲート尺度 (SGI) の信頼性と妥当性の検討 心理学研究, 89, 507-513.
- Nocentini, A., Menesini, E., & Pluess, M. (2018). The personality trait of environmental sensitivity predicts children's positive response to school-based antibullying intervention. *Clinical Psychological Science*, 6, 848-859.
- Orloff, J. (2017a). *The empath's survival guide: Life strategies for sensitive people*. Boulder, CO: Sounds True.
- Orloff, J. (2017b). Strategies for empaths and sensitive people. *Energy Magazine*, March/April, 15-18.
- Pluess, M., & Boniwell, I. (2015). Sensory-processing sensitivity predicts treatment response to a school-based depression prevention program: Evidence of vantage sensitivity. *Personality and Individual Differences*, 82, 40-45.
- Runco, M. A., Plucker, J. A., & Lim, W. (2001). Development and psychometric integrity of a measure of ideational behavior. *Creativity Research Journal*, 13, 393-400.
- 柴田 由己・古澤 照幸 (2013). 日本語版Brief Sensation Seeking Scaleの作成 (2) 日本心理学会第77回大会発表論文集, 13.
- Slagt, M., Dubas, J. S., Ellis, B. J., Van Aken, M. A., & Deković, M. (2018). Linking

emotional reactivity “for better and for worse” to differential susceptibility to parenting among kindergartners. *Development and Psychopathology*. [Epub ahead of print]

鈴木 亜由美 (2017). 幼児用 Highly Sensitive Child Scale 日本語版作成の試み 日本教育心理学会第59回総会発表論文集, 353.

高橋 亜希 (2016). Highly Sensitive Person Scale 日本版 (HSPS-J19) の作成 感情心理学研究, 23, 68-77.

上野 雄己・高橋 亜希・小塩 真司 (2018). 日本人成人における感覚処理感受性と年齢の関連—大規模横断調査による発達軌跡の検討— 日本健康心理学会第31回大会発表論文集, 34.

矢野 康介・木村 駿介・大石 和男 (2017). 大学生における身体運動習慣と感覚処理感受性の関連 体育学研究, 62, 587-598.

Yano, K., & Oishi, K. (2018). The relationships among daily exercise, sensory-processing sensitivity, and depressive tendency in Japanese university students. *Personality and Individual Differences*, 127, 49-53.