

高い感性をもつ人 (Highly Sensitive Person)

は物事を深く考える (3)

— 敏感肌・体臭嫌悪との関連 —

串崎 真志

串崎 (2019b, 2020a) は、高敏感者 (highly sensitive person) がもっている物事を深く考える (depth of processing) という特徴 (Aron, Aron, & Jagiellowicz, 2012) の一つとして、スピリチュアリティ (spirituality) に注目した。そして、大学生を対象に調査した結果、女性は高敏感であるほど人生の意味 (meaning in life) について考える機会が多いことを報告した (串崎, 2019b, 2020a)。また、情動吸収 (「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」) の低い群は、情動直感 (「相手を見るだけで、相手の気持ちがぱっとわかる」) が低いほど人生の意味について考える機会が少なくなっていた (串崎, 2019b, 2020a)。さらに、串崎 (2020b) は、高感性が敏感肌の程度と正の相関をもつことも報告している (男性 $r=.448$, 女性 $r=.320$)。

大規模サンプルを潜在クラス分析 (latent class analysis) した結果によると、イギリスの小学生の34%、高校生 (平均17.0歳) の21%~23% (Pluess et al., 2018)、ドイツの中高生 (平均15.2歳) の27% (Tillmann, Bertrams, El Matany, & Lionetti, 2020)、アメリカの大学生 (平均19.2歳) の26% (Lionetti et al., 2018)、南アフリカの大学生 (平均19.3歳) の36% (May, Norris, Richter, & Pitman, 2020) が高敏感者と分類された。本研究では、串崎 (2019b, 2020a) の結果を、一般成人のサンプルで再現できるかどうかを検討する。また、匂いに対する敏感さにも注目し、体臭に対する敏感さの項目を含める。そして、このような諸感覚に対する敏感

さや人に対する繊細さが、人生の意味感を増大させるかどうかを検討する。

調査

方法

参加者 オンライン調査（後述）によって、一般の成人200名（男性100名、 $M=54.0$ 歳、 $SD=12.0$ 、範囲=28~77歳、女性100名、 $M=48.2$ 歳、 $SD=11.6$ 、範囲=27~83歳）が参加した（実施時期2020年1月）。

質問紙 ① Highly Sensitive Person Scale-Short form 11項目（Acevedo et al., 2014; Aron et al., 2010; Branjerdporn, Meredith, Strong, & Green, 2019; 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、気疲れ（emotional hangovers）4項目（「雑踏や人混みは、気疲れするので好きではない」）、情動吸収（emotional sponges）3項目、情動直感（emotional intuition）2項目という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敏感肌尺度（burden of sensitive skin scale: Misery et al., 2018）。「服や下着を買うときに敏感肌であることを考慮している」「化粧品や洗顔用品を買うときに敏感肌であることを考慮している」など14項目について「全くない」を0、「非常にあてはまる」を4とする5件法で回答した。「敏感肌とは乾燥、かゆみ、赤み、湿疹、かぶれ、ひりひり、肌荒れなどになりやすい肌のことです」という注意書きを加えた。なお、串崎（2020b）に従って、「他の人と一緒にいると特に理由なく、あるいは恥ずかしい思いをしたあとで、顔が真っ赤になる」は分析から除外し、13項目を使用した。

④体臭嫌悪尺度 (body odor disgust scale: Liuzza et al., 2017) から他者臭嫌悪 (external source) 因子 6 項目 (「見知らぬ人の隣に立っていて、その人の着ている T シャツがとても汗臭いことに気づいたとき」「見知らぬ人の隣に立っていて、その人の足がとても臭いことに気づいたとき」など) について、「全く気にならない」を 1、「非常に気になる」を 5 とする 5 件法で回答した。

⑤ 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。

⑥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 調査会社 (アイブリッジ株式会社) に、成人 (年代は指定せず) の男女 100 名ずつを調査することを依頼した。参加者は、任意の参加であることに同意したうえで、オンラインの回答フォーム (Freeasy) に回答した。指定の人数に達するまで先着順で回答し、参加者には会社から報酬としてポイントが付与されるしくみであった。

結果

まず、各尺度の信頼性係数、平均値と標準偏差、性差の分散分析 (Welch's

test) の結果を Table1 に示した。さらに、各尺度間の Spearman 相関係数を全体サンプル、男女別に算出して Table2-4 に示した。男性では情動吸収、情動直感、体臭嫌悪が Big question に関連していた。女性では敏感肌を除いたすべての尺度が Big question に関連していた。

その影響を詳しく検討するために、次に、Big question 尺度・自己超越傾向尺度を目的変数とし、年齢及び各尺度を説明変数として投入した重回帰分析を男女別に行った (Table5)。

次に、Highly sensitive・敏感肌・体臭嫌悪を予測変数、気疲れ・情動吸収・情動直感を媒介変数、Big question・自己超越傾向を目的変数とする媒介効果を男女別に検討した (1,000 samples Bootstrap による推定)。その結果、男性では、Highly sensitive → 情動吸収 → Big question ($z=2.85$,

Table 1 各尺度の平均値と標準偏差 (N = 200)

	α	ω	全体		男性 $n=100$		女性 $n=100$		性差 p
			M	SD	M	SD	M	SD	
1. 気疲れ	.89	.89	18.5	5.3	18.0	5.3	19.0	5.4	.198
2. 情動吸収	.83	.85	10.9	3.8	10.1	3.5	11.8	4.0	.002
3. 情動直感	.81	.81	6.2	2.6	6.0	2.5	6.5	2.6	.162
4. Highly sensitive	.93	.93	44.0	12.7	41.8	12.4	46.2	12.8	.015
5. Sensitive skin	.95	.95	12.9	11.5	10.8	11.7	14.9	11.0	.012
6. Body odor disgust	.95	.95	21.9	5.7	21.2	5.6	22.6	5.8	.079
7. Big question	.94	.94	21.5	6.8	19.4	6.5	23.5	6.4	<.001
8. 自己超越傾向	.87	.87	10.6	3.6	9.8	3.6	11.4	3.5	.002

Table 2 各尺度の Spearman 相関係数 (N = 200)

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 気疲れ								
2. 情動吸収	.471 ***							
3. 情動直感	.058	.459 ***						
4. Highly sensitive	.586 ***	.658 ***	.155 *					
5. Sensitive skin	-.007	.303 ***	.253 ***	.213 **				
6. Body odor disgust	.329 ***	.245 ***	.163 *	.204 **	-.048			
7. Big question	.247 ***	.488 ***	.329 ***	.344 ***	.106	.349 ***		
8. 自己超越傾向	.100	.365 ***	.206 **	.243 ***	.333 ***	.009	.265 ***	
9. 年齢	-.073	-.129	-.160 *	-.121	-.175 *	-.008	-.073	-.132

注 *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

高い感性をもつ人 (Highly Sensitive Person) は物事を深く考える (3)

Table3 各尺度の Spearman 相関係数 (男性 $n = 100$)

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 気疲れ								
2. 情動吸収	.276**							
3. 情動直感	-.209*	.314**						
4. Highly sensitive	.522***	.678***	-.007					
5. Sensitive skin	-.073	.386***	.301**	.167				
6. Body odor disgust	.270**	.034	.056	.063	-.077			
7. Big question	.129	.429***	.380***	.195	.132	.277**		
8. 自己超越傾向	-.024	.354***	.154	.133	.374***	-.104	.195	
9. 年齢	-.049	-.082	-.156	-.085	-.064	-.024	-.043	-.079

注 *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

Table4 各尺度の Spearman 相関係数 (女性 $n = 100$)

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 気疲れ								
2. 情動吸収	.643***							
3. 情動直感	.300**	.558***						
4. Highly sensitive	.627***	.617***	.292**					
5. Sensitive skin	.043	.143	.158	.210*				
6. Body odor disgust	.366***	.374***	.225*	.269**	-.080			
7. Big question	.342***	.469***	.262**	.430***	-.073	.325***		
8. 自己超越傾向	.171	.293**	.226*	.268**	.188	-.001	.209*	
9. 年齢	-.034	-.072	-.092	-.074	-.222*	.118	.054	-.088

注 *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

Table5 各尺度から Spirituality への重回帰分析

	Big question (男性)		Big question (女性)		自己超越傾向 (男性)		自己超越傾向 (女性)	
	β	95% CI	β	95% CI	β	95% CI	β	95% CI
1. 年齢	.039	-.135, .213	.130	-.046, .308	-.028	-.217, .160	-.015	-.217, .185
2. 気疲れ	.111	-.107, .330	-.049	-.305, .206	.068	-.168, .305	-.043	-.334, .246
3. 情動吸収	.468***	.205, .732	.315*	.032, .599	.378*	.093, .664	.220	-.101, .542
4. 情動直感	.215*	.009, .422	.063	-.153, .281	-.050	-.274, .172	.027	-.219, .273
5. Highly Sensitive	-.249	-.519, .019	.294*	.043, .546	-.192	-.484, .099	.147	-.138, .432
6. Sensitive skin	-.001	-.190, .187	-.069	-.249, .111	.298**	.093, .503	.164	-.040, .369
7. Body odor disgust	.258**	.079, .436	.076	-.114, .268	-.046	-.239, .146	-.036	-.253, .180
adjusted R ²	.291**		.286***		.168***		.079*	

注 *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

$p = .004$, 間接効果の割合62.1%)、Highly sensitive → 情動吸収 → 自己超越 ($z = 3.067$, $p = .002$, 間接効果の割合64.3%) の間接効果が有意であった (以上は間接効果のみ有意)。女性では、Highly sensitive → 情動吸収 → Big question ($z = 3.01$, $p = .003$, 間接効果の割合46.4%) の間接効果が有意だった (直接効果も有意)。

さらに、串崎 (2019b, 2020a) を踏まえて、情動直感を予測変数、情動吸収を調整変数、Big question と自己超越傾向を目的変数とした調整分析 (predictor × moderator) を男女別に検討した (1,000 samples Bootstrap による推定)。その結果、女性において有意な調整モデルが得られた ($z = -2.15$, $p = .031$)。すなわち情動直感が低いほど自己超越傾向が低い傾向は、情動吸収低群 (中央値11点以下) のみでみられた (Figure1, 実線)。

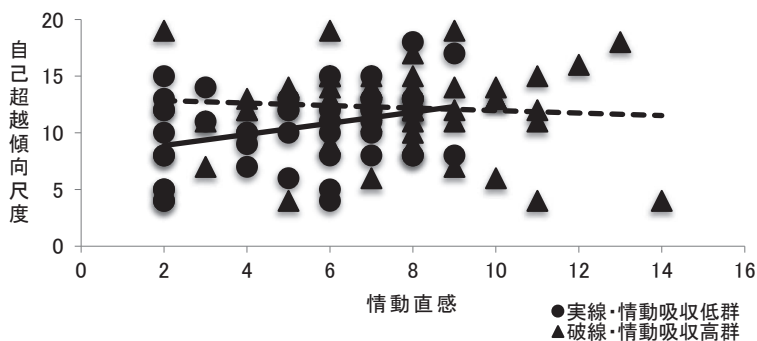


Figure 1 情動直感と自己超越傾向尺度の散布図 (女性サンプル)

考察

串崎 (2019b, 2020a) の結果と同様、女性は高敏感であるほど人生の意味 (Big question) を考えていた (Table4, 5)。また男性においては、情動直感が高いほど人生の意味を考えていた (Table3, 5)。そして男女ともに、情動吸収が人生の意味や命の永遠性 (自己超越傾向) に関連していた

(Table3～5)。これらは、高敏感者が物事を深く考えることを、一般成人のサンプルにおいても裏付けた結果といえる。

情動吸収について、さらに詳しく見ていこう。これまでの学生サンプルでは、男性サンプルで情動吸収と自己超越傾向との間に (串崎, 2019b)、女性サンプルで情動吸収と Big question との間に (串崎, 2020a)、有意な相関がみられていた。本研究では男女ともに、情動吸収は Big question や自己超越傾向との間に、正の相関があった (Table3, 4)。また、媒介効果の検討においても、男女ともに、情動吸収は高敏感性と人生の意味をつなぐ有意な媒介変数になっていた。今回の結果は、一般成人という年齢の高いサンプルにおいても、情動吸収すなわち相手の気持ちやストレスを感じることが、物事を深く考えることに役立つことを示唆している。

一方、調整効果の検討においては、情動直感が低いほど命の永遠性を感じにくい傾向は、情動吸収が低い群のみであった。冒頭で述べたように、この結果は、串崎 (2019b, 2020a) と同様である。情動吸収には、他者のネガティブな感情に対する感性という側面もある。物事を深く考えるためには、情動吸収を制御したうえで、情動直感を高く維持する必要がある。

本研究では、串崎 (2019b, 2020a) に続いて、高敏感者が物事を深く考えることを報告した。近年の環境感受性 (environmental sensitivity) という枠組み (Greven et al., 2018; 岐部, 2019; 岐部・平野, 2019; Weyn et al., 2019) によると、高敏感者は、非敏感者に比べて環境の影響を大きく受け、適合した環境の元では、平均以上のパフォーマンスを発揮することが知られている。どのような要因が、その感覚を活かしていくために重要なのか、引き続き検討したい。

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.

- 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.
- Branjerdporn, G., Meredith, P., Strong, J., & Green, M. (2019). Sensory sensitivity and its relationship with adult attachment and parenting styles. *PLOS ONE*, *14*, e0209555.
- 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.
- 岐部 智恵子 (2019). 感性の高い子どもと環境からの影響——感受性反応理論からの示唆—— 子ども未来紀行, 2019.8.2.
- 岐部 智恵子・平野 真理 (2019). 日本語版青年前期用感性尺度 (HSCS-A) の作成 パーソナリティ研究, *28*, 108-118.
- 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). 高い感性をもつ人 (Highly Sensitive Person) は物事を深く考える (1) 関西大学人権問題研究室紀要, *78*, 1-14.
- 串崎 真志 (2020a). 高い感性をもつ人 (Highly Sensitive Person) は物事を深く考える (2) 関西大学人権問題研究室紀要, *79*, 1-16.
- 串崎 真志 (2020b). 高い感性をもつ人 (Highly Sensitive Person) と敏感肌 関西大学人権問題研究室紀要, *80*, 53-70.
- Lionetti, F., Aron, A., Aron, E. N., Burns, G. L., Jagiellowicz, J., & Pluess, M. (2018). Dandelions, tulips and orchids: Evidence for the existence of low-sensitive, medium-sensitive and high-sensitive individuals. *Translational Psychiatry*, *8*, 24.
- Liuzza, M. T., Lindholm, T., Hawley, C., Sendén, M. G., Ekström, I., Olsson, M. J., ...

- Olofsson, J. K. (2017). The body odor disgust scale (BODS): Development and validation of a novel olfactory disgust assessment. *Chemical Senses*, 42, 499-508.
- May, A. K., Norris, S. A., Richter, L. M., & Pitman, M. M. (2020). A psychometric evaluation of the Highly Sensitive Person Scale in ethnically and culturally heterogeneous South African samples. *Current Psychology*.
- Misery, L., Jourdan, E., Abadie, S., Ezzedine, K., Brenaut, E., Huet, F., ... Taieb, C. (2018). Development and validation of a new tool to assess the Burden of Sensitive Skin (BoSS). *Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology*, 32, 2217-2223.
- 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
- 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.
- 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., Assary, E., Lionetti, F., Lester, K. J., Krapohl, E., Aron, E. N., & Aron, A. (2018). Environmental sensitivity in children: Development of the Highly Sensitive Child Scale and identification of sensitivity groups. *Developmental Psychology*, 54, 51-70.
- 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.
- Tillmann, T., Bertrams, A., El Matany, K., & Lionetti, F. (2020). Replication of the existence of three sensitivity groups in a sample of German adolescents. *European Journal of Developmental Psychology*.
- Weyn, S., Van Leeuwen, K., Pluess, M., Lionetti, F., Greven, C. U., Goossens, L., ... Van Hoof, E. (2019). Psychometric properties of the Highly Sensitive Child scale across developmental stage, gender, and country. *Current Psychology*.

