

感覚処理感受性と視覚的イメージスタイル

串 崎 真 志 関西大学文学部

Sensory Processing Sensitivity and Visual Imagery Style

Masashi KUSHIZAKI

(Faculty of Letters, Kansai University)

People with high sensory processing sensitivity (HSP) are said to have a rich imagination. Therefore, imagery techniques are often recommended as a stress management tool for highly sensitive individuals. In order to examine the relationship between sensory processing sensitivity and imagination, the HSP Scale and the Visual Imagery Style Scale were administered in Study 1 ($N = 211$), and the Empath Scale was administered in addition to them in Study 2 ($N = 218$). Correlation analysis showed that the higher the aesthetic sensitivity and emotional intuition, the higher the visual imagery style. This suggests that developing a rich imagination is necessary to positively utilize sensory processing sensitivity.

Keywords: sensory-processing sensitivity, visual imagery style, aesthetic sensitivity.

問 題

感覚処理感受性は、社会情動的あるいはその他の環境的刺激に対して、高い反応性を示す特性である (Greven et al., 2019)。その傾向が高い人を、高敏感者 (highly sensitive person: HSP) と呼ぶ。高敏感者はいくつかの特徴をもつが (串崎, 2018, 2019b, 2020a, 2020b, 2021a)、本論文では想像力との関連について検討する。提唱者の Elaine Aron (2000, p.112) によると、高敏感者は豊かな想像力をもつ (HSPs are highly imaginative) という。また、デンマークの心理療法家 Ilse Sand (2016, p.25) も、「HSP の多くは、自分たちは豊かな夢の生活を送っていて、想像力に富み、生き生きとした空想力をもっている」¹⁾と述べている。

このような想像力をもとに、高敏感者のストレス対処として、しばしばイメージ技法が推奨される。例えば、Aron (1999, p.58) は、気持ちの過覚醒を客観視するさい (witness your overarousal)、「そばに立ってあなたを見つめ、あなたについて話をして

いる穏やかな人物を想像するといいい」²⁾とアドバイスする。また、Aron (1999, p.62) では、境界を築く訓練 (boundaries take practice) として、自分と周囲を隔てる境界を想像する練習法を紹介している³⁾。この他、アクティブ・イマジネーション (active imagination) というユング派のイメージ技法や (Aron, 2000, p.66)、自己を落ち着かせる方法 (self-soothing) として誘導イメージ (guided imagery)⁴⁾を薦めている (Aron, 2010, p.54)。このようなイメージ技法は、日本の書物にも取り入れられている (武田, 2018, p.117; 長沼, 2018, p.156)。

先行研究によると、感覚処理感受性は、変化検出課題における視覚野の活動と正の相関があり (Jagiellowicz et al., 2011)、視覚検出課題における反応時間と負の相関をもち (Gerstenberg, 2012)、創造性得点と正の相関があり (Bridges & Schendan, 2019)、やや文脈は異なるが、ふつうでない経験 (anomalous experiences)⁵⁾との正の相関も報告されている (Williams, Carr, & Blagrove, 2021)。

しかし、高敏感者が視覚的にイメージする能力に

については、そもそも、研究が見当たらない。そこで本研究では、一般成人をサンプルに、感覚処理感受性と視覚的イメージスタイル（日常生活でどれくらいイメージを思い浮かべているか）の関連を検討する。李・串崎（2021）にならって、感覚処理感受性の世代による違いにも注目し、20代・40代という2つの世代を調査する。

研究1

方法

参加者 一般成人20代104名（男性52名， $M=25.2$ 歳， $SD=2.9$ ，女性52名， $M=24.9$ 歳， $SD=2.9$ ），40代107名（男性49名， $M=45.4$ 歳， $SD=3.0$ ，女性58名， $M=45.1$ 歳， $SD=2.9$ ），合わせて211名（ $M=35.3$ 歳， $SD=10.5$ ）が参加した（実施時期2021年6月）。211名のうち既婚者は66名，学生は11名であった。

質問紙 (a) 感覚処理感受性 (the Japanese version of a 10-item measure of sensitivity, HSP-J10: Iimura, S., Yano, K., & Ishii, Y., 2021) 訳文は、高橋（2016）から該当する項目1, 3, 7, 9, 10, 14, 21, 22, 25, 26を使用した。「易興奮性」「低感覚閾」「美的感受性」の3因子で構成されていた。易興奮性は「生活に変化があると混乱しますか」「強い刺激に圧倒されやすいですか」「他人の気分に左右されますか」「短時間に行ななければならないことが多いとオロオロしますか」「競争場面や見られていると、緊張や動揺のあまり、いつもの力を発揮できなくなりますか」の5項目、低感覚閾は「大きな音や雑然とした光景のような強い刺激がわずらわしいですか」「大きな音で不快になりますか」「明るい光や強いにおい、ごわごわした布地、近くのサイレンの音などにゾッとしやすいですか」の3項目、美的感受性は「微細で繊細な香り・味・音・芸術作品などを好みますか」「美術や音楽に深く感動しますか」の2項目であった。「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。

(b) 視覚的イメージスタイル尺度 (Visual imagery style scale, 川原・松岡, 2009) 物体イメージ因子 12項目（「映像的なイメージを思い浮かべながら本を読むことが多い」「ラジオのアナウンサーやDJが話すのを聞いているとき、いつもその情景や様子を具体的に思い浮かべている自分に気づく」「日常生活のなかで、いつも映像的なイメージが浮かんでいる

「目を閉じると過去に経験した光景を容易に思い出すことができる」「人の体験談を聞いているとき、私はときどきその状況を生き生きと想像している自分に気づくことがある」「地理や歴史を学ぶ際には、情景のイメージをよく思い浮かべる」「考え事をするとき、絵や映像的なイメージを使うことが多い」など）、空間イメージ因子 7項目（「知らないところに行っても東西南北をあまり間違えない」「頭の中で立体の図形を簡単にイメージしたり、回転させたりすることができる」「感覚的に北がどちらかわかる」「建物の見取り図や平面図を描くのが得意である」「立体の2次元平面図や建物の設計図を描くのが得意である」「3次元的な立体図形を描くのが得意である」「言葉で目的地までの行き方を教えてもらえば、目的地までの正しい道筋がわかる」）を使用した。「全くあてはまらない」を1、「よくあてはまる」を5とする5件法で評定した。

手続き 調査会社（アイブリッジ株式会社）に、20代・40代の成人それぞれ男女75名ずつ300名を調査することを指定して依頼した。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。300名の回答者のうち、ダミー項目「項目をよく読んでいることを示すため、ここは“よくあてはまる”を選択してください」に適切に回答した211名を分析した。

結果と考察

基本統計量 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Table 1に示した。また、各尺度について、性別（男性・女性）×年代（20代・40代）の二要因分散分析を行ったところ、易興奮性において交互作用が有意であった（ $F[1, 207]=3.907, p=.049, \eta^2=.018$ ）。Tukey検定による事後比較の結果、20代においては性差が有意であったが（ $p=.004$ ）、それ以外で有意な差は認められなかった。

相関係数 次に、各尺度間のSpearman順位相関係数を20代男性、20代女性、40代男性、40代女性ごとに算出してTable 2～5に示した。

感覚処理感受性と視覚的イメージの相関は、どの年代・性別においても、美的感受性と物体イメージ

Table 1 各尺度の平均値と標準偏差 (N=211)

| | α | ω | 20代 | | | | 性差 p | 40代 | | | | 性差 p |
|-----------|----------|----------|------|------|--------|------|-----------|--------|------|--------|------|-----------|
| | | | 男性 | | 女性 | | | 男性 | | 女性 | | |
| | | | M | SD | $n=52$ | SD | | $n=58$ | SD | $n=49$ | SD | |
| 1. 易興奮性 | .89 | .90 | 19.6 | 7.5 | 24.3 | 7.3 | .002 | 21.0 | 6.6 | 21.9 | 6.4 | .507 |
| 2. 低感覚閾 | .81 | .83 | 11.2 | 4.3 | 13.9 | 4.9 | .003 | 13.3 | 4.3 | 14.0 | 3.8 | .398 |
| 3. 美的感受性 | .83 | .83 | 7.1 | 3.0 | 8.9 | 3.4 | .007 | 8.3 | 2.4 | 9.1 | 2.7 | .094 |
| 4. 物体イメージ | .92 | .92 | 33.5 | 10.6 | 37.5 | 12.0 | .074 | 35.2 | 8.7 | 35.9 | 7.6 | .643 |
| 5. 空間イメージ | .91 | .91 | 21.3 | 5.8 | 19.6 | 7.1 | .180 | 24.1 | 6.3 | 21.6 | 6.2 | .041 |

注. 性差の p はWelchのt検定の結果を示す

Table 2 各尺度のSpearman相関係数 (20代男性 $n=52$)

| | 1 | 2 | 3 | 4 |
|-----------|---------|-------|--------|--------|
| 1. 易興奮性 | | | | |
| 2. 低感覚閾 | .683*** | | | |
| 3. 美的感受性 | .144 | .155 | | |
| 4. 物体イメージ | .077 | .052 | .400** | |
| 5. 空間イメージ | -.073 | -.108 | .095 | .361** |

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

Table 3 各尺度のSpearman相関係数 (20代女性 $n=52$)

| | 1 | 2 | 3 | 4 |
|-----------|---------|---------|---------|--------|
| 1. 易興奮性 | | | | |
| 2. 低感覚閾 | .680*** | | | |
| 3. 美的感受性 | .404** | .461*** | | |
| 4. 物体イメージ | .162 | .303* | .659*** | |
| 5. 空間イメージ | .099 | .195 | .257 | .428** |

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

Table 4 各尺度のSpearman相関係数 (40代男性 $n=49$)

| | 1 | 2 | 3 | 4 |
|-----------|---------|-------|---------|---------|
| 1. 易興奮性 | | | | |
| 2. 低感覚閾 | .790*** | | | |
| 3. 美的感受性 | .037 | .158 | | |
| 4. 物体イメージ | -.043 | -.015 | .493*** | |
| 5. 空間イメージ | -.136 | .024 | .451** | .498*** |

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

Table 5 各尺度のSpearman相関係数 (40代女性 $n=58$)

| | 1 | 2 | 3 | 4 |
|-----------|---------|-------|--------|------|
| 1. 易興奮性 | | | | |
| 2. 低感覚閾 | .632*** | | | |
| 3. 美的感受性 | .122 | .247 | | |
| 4. 物体イメージ | .199 | .072 | .417** | |
| 5. 空間イメージ | -.282* | -.104 | .364** | .159 |

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

に正の相関があった。易興奮性と低感覚閾については、20代女性において低感覚閾と物体イメージに正の相関、40代女性において易興奮性と空間イメージに負の相関があった。予想に反して、それ以外の相関は見られなかった。

重回帰分析 物体イメージを目的変数、易興奮性・低感覚閾・美的感受性を説明変数とする重回帰分析を行った結果、20代男性で美的感受性($\beta = .439, p = .002$), 20代女性で美的感受性 ($\beta = .735, p < .001$), 40代男性で美的感受性 ($\beta = .566, p < .001$), 40代女性で美的感受性 ($\beta = .478, p < .001$) が有意であった。

次に、空間イメージを目的変数、易興奮性・低感覚閾・美的感受性を説明変数とする重回帰分析を行った結果、20代男性では有意な重回帰式が得られず ($R^2 = .030, p = .692$), 20代女性で美的感受性 ($\beta = .328, p = .033$), 40代男性で美的感受性 ($\beta = .563, p < .001$), 40代女性で易興奮性 ($\beta = -.301, p = .049$) と美的感

受性 ($\beta = .397, p = .002$) が有意であった。

以上の結果から、高敏感者が豊かな想像力をもつという特徴は、美的感受性が高い場合にのみ該当すると考えられる。そこで研究2においては、研究1の再現を試みるとともに、HSPと類似したエンパス尺度を加えて検討する。

研究2

目的

エンパス (Empaths) は人に対する高い繊細さをもち (Orloff, 2017a), 気疲れ (雑踏や人混みは、気疲れするので好きではない), 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), 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) という3つの特性で構成される (申崎, 2019a)。研究2では、感覚処理感受性とエンパス特性のうち、どれが視覚的イメージスタイルに関連す

るかを検討する。

方法

参加者 一般成人20代103名(男性42名, $M=24.5$ 歳, $SD=3.4$, 女性61名, $M=25.4$ 歳, $SD=2.6$), 40代115名(男性51名, $M=45.1$ 歳, $SD=2.9$, 女性64名, $M=44.6$ 歳, $SD=3.0$), 合わせて218名($M=35.5$ 歳, $SD=10.3$)が参加した(実施時期2021年6月)。218名のうち既婚者は83名, 学生は16名であった。

質問紙 (a)エンパス尺度9項目版(Nine-item Empath Scale: 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 hangover)4項目(「雑踏や人混みは, 気疲れするので好きではない」「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」「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」「雑踏や人混みに出かけると, 気分や体調が悪くなることがある」), 情動吸収(emotional sponge)3項目(「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」「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」「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」), 情動直感(emotional intuition)2項目(「相手を見るだけで, 相手の気持ちがぱっとわかる」「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」という3因子からなる。「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。その他, (b)感覚処理感受性, (c)視覚イメージスタイル尺度は, 研究1と同様であった。

手続き 研究1と同様であった。300名の回答者

のうち, ダミー項目「項目をよく読んでいることを示すため, ここは“よくあてはまる”を選択してください」に適切に回答した218名を分析した。

結果と考察

基本統計量 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Table 6に示した。また, 各尺度について, 性別(男性・女性) \times 年代(20代・40代)の二要因分散分析を行ったところ, 易興奮性において交互作用が有意であった($F[1, 214]=14.451, p<.001, \eta^2=.060$)。Tukey検定による事後比較の結果, 20代においては性差が有意($p<.001$), 20代男性と40代男性の間も有意であった($p=.027$)。

相関係数 次に, 各尺度間のSpearman順位相関係数を20代男性, 20代女性, 40代男性, 40代女性ごとに算出してTable 7~10に示した。

感覚処理感受性と視覚的イメージの相関は, 研究1と同様, どの年代・性別においても, 美的感受性と物体イメージに正の相関があった。易興奮性と低感覚閾については, 研究1と同様, 20代女性において低感覚閾と物体イメージに正の相関, 40代男性において易興奮性と空間イメージに負の相関があった。研究1と異なり, 20代男性・40代女性において易興奮性と物体イメージに正の相関があった。

エンパス尺度については, どの年代・性別においても, 情動吸収・情動直感と物体イメージに正の相関があった。また, 20代男性において気疲れと物体イメージに正の相関, 40代男性において気疲れと空間イメージに負の相関があった。

重回帰分析 物体イメージを目的変数, 易興奮性・低感覚閾・美的感受性・気疲れ・情動吸収・情

Table 6 各尺度の平均値と標準偏差(N=218)

| | α | ω | 20代 | | | | 性差 p | 40代 | | | | 性差 p |
|-----------|----------|----------|--------------|------|--------------|------|-----------|--------------|------|--------------|------|-----------|
| | | | 男性 $n=42$ | | 女性 $n=61$ | | | 男性 $n=51$ | | 女性 $n=64$ | | |
| | | | M | SD | M | SD | | M | SD | M | SD | |
| 1. 易興奮性 | .86 | .86 | 17.6 | 6.6 | 23.9 | 6.0 | <.001 | 21.2 | 5.8 | 21.0 | 6.4 | .843 |
| 2. 低感覚閾 | .81 | .82 | 11.7 | 3.4 | 13.6 | 4.5 | .018 | 13.1 | 3.2 | 13.7 | 4.3 | .466 |
| 3. 美的感受性 | .73 | .73 | 7.5 | 2.8 | 8.1 | 2.4 | .295 | 7.6 | 2.6 | 8.4 | 2.9 | .159 |
| 4. 気疲れ | .84 | .85 | 16.5 | 5.7 | 20.1 | 4.5 | <.001 | 19.1 | 4.6 | 21.5 | 4.6 | .007 |
| 5. 情動吸収 | .79 | .82 | 10.3 | 4.1 | 12.8 | 3.2 | .001 | 10.9 | 3.6 | 11.8 | 3.8 | .175 |
| 6. 情動直感 | .79 | .79 | 6.8 | 3.0 | 7.4 | 2.4 | .278 | 6.8 | 3.0 | 7.1 | 2.2 | .577 |
| 4. 物体イメージ | .92 | .92 | 33.7 | 10.6 | 37.4 | 9.3 | .078 | 35.1 | 9.8 | 34.9 | 8.2 | .895 |
| 5. 空間イメージ | .92 | .92 | 19.1 | 7.3 | 15.3 | 6.6 | .010 | 19.3 | 6.8 | 15.2 | 5.6 | <.001 |

注. 性差の p はWelchの t 検定の結果を示す

Table 7 各尺度の Spearman 相関係数 (20 代男性 $n=42$)

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|-----------|--------|-------|---------|-------|--------|---------|--------|
| 1. 易興奮性 | | | | | | | |
| 2. 低感覚閾 | .350* | | | | | | |
| 3. 美的感受性 | .185 | .296 | | | | | |
| 4. 気疲れ | .393* | .213 | .359* | | | | |
| 5. 情動吸収 | .412** | .249 | .378* | .217 | | | |
| 6. 情動直感 | .124 | .005 | .428** | .319* | .488** | | |
| 7. 物体イメージ | .465** | .147 | .490*** | .372* | .390* | .436** | |
| 8. 空間イメージ | -.006 | -.095 | .400** | .270 | .124 | .611*** | .461** |

注. *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$ Table 8 各尺度の Spearman 相関係数 (20 代女性 $n=61$)

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|-----------|---------|--------|---------|---------|---------|--------|------|
| 1. 易興奮性 | | | | | | | |
| 2. 低感覚閾 | .402** | | | | | | |
| 3. 美的感受性 | .087 | .137 | | | | | |
| 4. 気疲れ | .442*** | .340** | -.060 | | | | |
| 5. 情動吸収 | .483*** | .214 | .167 | .504*** | | | |
| 6. 情動直感 | .013 | .157 | .280* | .170 | .295* | | |
| 7. 物体イメージ | .165 | .293* | .425*** | .122 | .461*** | .381** | |
| 8. 空間イメージ | -.249 | -.049 | .073 | -.005 | -.035 | .371** | .241 |

注. *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$ Table 9 各尺度の Spearman 相関係数 (40 代男性 $n=51$)

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|-----------|---------|---------|---------|--------|---------|---------|---------|
| 1. 易興奮性 | | | | | | | |
| 2. 低感覚閾 | .477*** | | | | | | |
| 3. 美的感受性 | -.175 | -.054 | | | | | |
| 4. 気疲れ | .315* | .558*** | -.283* | | | | |
| 5. 情動吸収 | .446** | .230 | .461*** | -.009 | | | |
| 6. 情動直感 | -.079 | -.017 | .487*** | -.205 | .520*** | | |
| 7. 物体イメージ | -.167 | .025 | .473*** | -.192 | .378** | .477*** | |
| 8. 空間イメージ | -.300* | -.153 | .387** | -.309* | .313* | .462*** | .569*** |

注. *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$ Table 10 各尺度の Spearman 相関係数 (40 代女性 $n=64$)

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|-----------|---------|---------|---------|-------|---------|---------|------|
| 1. 易興奮性 | | | | | | | |
| 2. 低感覚閾 | .504*** | | | | | | |
| 3. 美的感受性 | .356** | .225 | | | | | |
| 4. 気疲れ | .111 | .420*** | .070 | | | | |
| 5. 情動吸収 | .534*** | .267* | .518*** | .204 | | | |
| 6. 情動直感 | .218 | .106 | .386** | .063 | .513*** | | |
| 7. 物体イメージ | .286* | .252* | .479*** | .188 | .518*** | .506*** | |
| 8. 空間イメージ | .153 | -.073 | .198 | -.088 | .140 | .003 | .195 |

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

動直感を説明変数とする重回帰分析を行った結果、20代男性で易興奮性 ($\beta = .443, p = .003$), 美的感受性 ($\beta = .361, p = .019$), 20代女性で美的感受性 ($\beta = .258, p = .024$), 情動吸収 ($\beta = .383, p = .008$), 情動直感 ($\beta = .243, p = .039$), 40代男性では有意な変数がなく(重回帰式は有意 $R^2 = .432, p < .001$), 40代女性で美的感受性 ($\beta = .358, p = .002$), 情動直感 ($\beta = .252, p = .039$) が有意であった。

次に、空間イメージを目的変数、易興奮性・低感覚閾・美的感受性・気疲れ・情動吸収・情動直感を説明変数とする重回帰分析を行った結果、20代男性で美的感受性 ($\beta = .340, p = .026$), 情動直感 ($\beta = .619, p < .001$), 20代女性で情動直感 ($\beta = .438, p = .002$), 40代男性で易興奮性 ($\beta = -.531, p = .002$), 情動吸収 ($\beta = .517, p = .012$), 40代女性では有意な重回帰式が得られなかった ($R^2 = .095, p = .439$)。

以上の結果から、美的感受性が高いほど視覚的イメージは高くなっており、研究1を再現していた。そして、エンパス特性が(易興奮性・低感覚閾に比べて)視覚的イメージスタイルに関連していた。

総合考察

本研究では、高敏感者が豊かな想像力をもつかどうかを、質問紙調査で検討した。その結果、易興奮性や低感覚閾は視覚的イメージスタイルに関連せず、美的感受性が関連していた。美的感受性は、高敏感者が深い処理 (depth of processing) を使って、物事を豊かに経験することを意味しており、感覚処理感受性のポジティブな側面といえる。それに対して易興奮性は、高敏感者が過剰刺激 (overstimulation) になりやすいことを意味しており、感覚処理感受性のうち、対処が必要な特徴である (Aron, 2020, p.37)。

易興奮性や低感覚閾は、(研究1の20代女性、研究2の40代女性を除いて)美的感受性と無関連であった。すなわち、諸感覚に敏感であることは、物事を豊かに経験することと、直接関連していなかった。このような結果が報告されることもあり (高橋, 2016), 美的感受性の特殊性を示唆するものと考えられる。

一方、美的感受性は、どの年代・性別においても、視覚的イメージスタイル(特に物体イメージ)と正の相関があった。以上のことから、諸感覚の敏感さから、物事を豊かに経験することのあいだに、視覚的イメ

ージスタイルが媒介している可能性がある。すなわち、感覚処理感受性をポジティブに活かすためには、豊かな想像力を伸ばすことが必要なのかもしれない。近年の環境感受性 (environmental sensitivity) という枠組みによると (Greven et al., 2018; 岐部, 2019; Iimura, 2021, Weyn et al., 2019), 高敏感者は(非敏感者に比べて)、良くも悪くも、環境の影響を大きく受ける。高敏感者の感覚を活かしていく要因について、引き続き検討していく必要があるだろう。

また、研究2の結果、エンパス特性(特に情動直感)は視覚的イメージスタイルに相関していた。Orloff (2017a, p.5)によると、エンパスは高敏感者をさらに発展させた経験として⁷⁾、「他人の感情、エネルギー、身体的な症状を、そのまま感じてしまう」という⁸⁾。エンパスは定義上、豊かな想像力をもつ人であり、本研究の結果はそれを裏付けるものであった。なお、本研究では、世代による違いは、あまりみられなかった。感覚処理感受性のポジティブあるいはネガティブな影響が、世代によって異なるかどうかは、今後も検討が必要だろう。

注

- 1) 原文は Many highly sensitive people talk about a rich dream life, productive inner world and a lively imagination.
- 2) 原文は When witnessing, imagine standing to one side, watching yourself, perhaps talking about yourself with a comforting imaginary figure.
- 3) 「ラジオのそばに座り、自分と周囲を隔てる境界を想像する。それは何かの光やエネルギーかもしれないし、信頼できる保護者の存在かもしれない。それからラジオをつける。(中略)ラジオの音を遮断することができたのだろうか」原文は Go sit by a radio. Imagine yourself with some kind of boundary around yourself that keeps out what you don't want—maybe it is light, energy, or the presence of a trusted protector. Could you give yourself permission to shut out the broadcasting?
- 4) 「誘導イメージを使って、心の中に安心できる場所を展開することも役立つかもしれない」原文は You might help them develop an inner safe place using guided imagery.
- 5) 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.
- 6) 筆者の臨床経験では、高敏感者でイメージが不得手な人も、ときどき見受けられる。
- 7) 原文は Empaths, however, take the experience of the highly sensitive person further. We can sense subtle

energy, which is called *shakti* or *prana* in Eastern healing traditions, and we absorb this energy into our bodies. Highly sensitive people don't typically do that. This capacity allows us to experience the energies around us in extremely deep way.

8) 原文は As an empath, however, we actually sense of other people's emotions, energy, and physical symptoms in our bodies, without the usual filters that most people have. We can experience other people's sorrow and also their joy. We are supersensitive to their tone of voice and body movements. We can hear what they don't say in words but communicate nonverbally and through silence.

引用文献

- Aron, E. N. (1999). *The highly sensitive person: How to survive and thrive when the world overwhelms you*. London: Thorsons.
- Aron, E. N. (2000). *The highly sensitive person in love: Understanding and managing relationships when the world overwhelms you*. New York: Broadway Books.
- 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. (2020). *The highly sensitive parent: Be brilliant in your role, even when the world overwhelms you*. New York: Kensington Publishing.
- Bridges, D., & Schendan, H. E. (2019). Sensitive individuals are more creative. *Personality and Individual Differences, 142*, 186-195.
- Gerstenberg, F. X. (2012). Sensory-processing sensitivity predicts performance on a visual search task followed by an increase in perceived stress. *Personality and Individual Differences, 53*, 496-500.
- Greven, C. U., Lionetti, F., Booth, C., Aron, E., Fox, E., Schendan, H. E., Pluess, M., Bruining, H., Acevedo, B., Bijttebier, 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.
- Imura, S. (2021). Highly sensitive adolescents: The relationship between weekly life events and weekly socioemotional well-being. *British Journal of Psychology*. [Early view]
- Imura, S., Yano, K., & Ishii, Y. (2021). Environmental sensitivity in adults: Psychometric properties of the Japanese Version of the Highly Sensitive Person Scale 10-Item Version. *PsyArXiv Preprints*, <https://doi.org/10.31234/osf.io/2h8jt>
- Jagiellowicz, J., Xu, X., Aron, A., Aron, E., Cao, G., Feng, T., & Weng, X. (2011). The trait of sensory processing sensitivity and neural responses to changes in visual scenes. *Social Cognitive and Affective Neuroscience, 6*, 38-47.
- 川原正広・松岡和生 (2009). 視覚的イメージスタイル質問紙作成の試み イメージ心理学研究, 7, 19-21.
- 岐部智恵子 (2019). 感性の高い子どもと環境からの影響 子ども未来紀行, 2019.8.2. Retrieved from <https://www.blog.crn.or.jp/report/02/265.html> (December 24, 2021)
- 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.
- 串崎真志 (2021). 高い感性をもつ人 (Highly Sensitive Person) は物事を深く考える (3) 関西大学人権問題研究室紀要, 81, 1-9.
- 李佳奇・串崎真志 (2021). 中国における Highly Sensitive Person の状況調査 関西大学心理学研究, 12, 7-15.
- 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
- 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.
- Sand, I. (2016). *Highly sensitive people in an insensitive world: How to create a happy life*. London: Jessica Kingsley.
- 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.
- 武田友紀 (2018). 繊細さんの本 飛鳥新社
- 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*. doi.org/10.1007/s12144-019-00254-5
- Williams, J. M., Carr, M., & Blagrove, M. (2021). Sensory processing sensitivity: Associations with the detection of real degraded stimuli, and reporting of illusory stimuli and paranormal experiences.

Personality and Individual Differences, 177, 110807.

付記

本研究は研究・投稿に関する協力者の同意を得て実施した。

利益相反

著者はいかなる利益相反もないことを表明する。

著者紹介

申崎真志 1970年生まれ。1999年大阪大学大学院人間科学研究科修了，博士（人間科学）。2004年から関西大学文学部に勤務。2011年，教授。Highly Sensitive Personの共感的側面に関心がある。著書に「繊細な心の科学」(風間書房)。

Correspondence concerning to this article should be addressed to Mr. Masashi Kushizaki at mkushizaki@goo.jp.

要旨

感覚処理感受性の高い人（高敏感者：HSP）は豊かな想像力をもつといわれる。それゆえ，高敏感者のストレス対処として，イメージ技法がしばしば推奨される。感覚処理感受性と想像力の関連を検討するため，研究1では（ $N=211$ ），HSP尺度と視覚的イメージスタイル尺度を，研究2（ $N=218$ ）では，それらに加えてエンパス尺度を実施した。相関分析の結果，美的感受性や情動直感が高いほど，視覚的イメージスタイルが高かった。このことは，豊かな想像力を伸ばすことが，感覚処理感受性をポジティブに活かすために必要であることを示唆している。

キーワード：感覚処理感受性，視覚的イメージスタイル，美的感受性