

# エンパス傾向とスピリチュアリティ

— 年齢別の比較 —

申崎 真志

筆者(申崎, 2019b, 2020, 2021, 2022)は、高感性(Aron & Aron, 1997)とスピリチュアリティ(ここでは人生の意味 [big question] 及び命の永続性に対する認識 [自己超越傾向] を指す)の関連を検討してきた。その結果、女性においては、高敏感であるほど、日常生活で人生の意味を考える機会が多くなっていった<sup>1)</sup>。

一方、男性について見ると、そして命の永続性を含めて考えると、エンパス傾向(申崎, 2019a)のほうが、(高感性よりも)関連することがわかっている<sup>2)</sup>。エンパス傾向は、対人的な繊細さという点では高感性と似ているが、そこから一步踏み込んだ特殊な特性であり(Orloff, 2019)、筆者も、エンパス傾向を、高感性と概念的に区別したほうがよいと考えている。そこで本研究では、エンパス傾向とスピリチュアリティの関連を検討することで、その特徴を探ってみたい。もしエンパス傾向を高感性と概念的に区別できるならば、サンプルを20代~50代の男女に拡大した調査においても、一貫して上記のような結果を再現できると予想される。

## 調 査

### 方法

**参加者** オンライン調査(後述)によって、一般成人20代(男性68名,  $M=24.9$ 歳,  $SD=2.8$ , 女性71名,  $M=25.9$ 歳,  $SD=2.7$ )、30代(男性75名,  $M=35.6$ 歳,  $SD=2.9$ , 女性78名,  $M=34.4$ 歳,  $SD=2.8$ )、40代(男性64名,  $M=45.2$ 歳,  $SD=3.7$ , 女性77名,  $M=44.6$ 歳,  $SD=2.8$ )、

50代（男性79名， $M=54.2$ 歳， $SD=2.9$ ，女性89名， $M=54.0$ 歳， $SD=2.9$ ）が参加した（実施時期2021年11月）。

**質問紙** ①エンパス尺度改訂版（Revised Empath Scale）。筆者（2019a）が作成したエンパス尺度9項目版に、情動直感の項目として、「相手を見るだけで、気が合うかどうかはなんとなくわかる」を追加した。気疲れ4項目、情動吸収3項目、情動直感3項目という3因子が想定される（項目についてはTable 1）。「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。

②Big Question 尺度（村上，2013）の「人生の意味の希求」因子を修正した以下の5項目を実施した。「ふだん、人生で本当に大切なこと、すべきこと、したいことは何か、について、よく考える」「ふだん、本当の幸せとは何なのか、について、よく考える」「ふだん、生きることや人生に意味や目的はあるのか、について、よく考える」「ふだん、自分とはどのような存在なのか、について、よく考える」「ふだん、苦難や不安、怖れにどのように向き合えばよいのか、について、よく考える」に対して、「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。原文には、「愛とはどのようなものなのか」の項目が含まれていたが、項目数の調整のため割愛した。

③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項目を実施した。「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」に対して、「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、20代～50代の男女を100名ずつ（合計800名）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。ダミー項目 (「項目をよく読んでいることを示すため、ここは全員『あてはまる』を選択してください」) に適切に回答していない参加者 199 名を除いた 601 名を分析した。

## 結 果

まず、エンパス尺度改訂版について探索的因子分析を行なった。第 1 因子と第 2 因子に負荷量の高かった「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がある」、独自性の高かった「8. 痛みを抱えている人のそばにいと、自分の身体も痛くなってくる」「10. 相手を見るだけで、気が合うかどうかがなんとなくわかる」を削除し、7 項目で構成した (Table 1)。串崎 (2019a) にならい、第 1 因子 3 項目を「気疲れ」、第 2 因子 2 項目を「情動吸収」、第 3 因子 2 項目を「情動直感」と命名した。さらに、これらの 7 項目について確認的因子分析を行った。その結果、各項目の標準化推定値は 1.118 から 1.400 (すべて有意)、適合度指標は  $\chi^2 = 74.646$ ,  $df = 11$ ,  $p < .001$ , CFI = .971, TLI = .944, RMSEA = .098, SRMR = .042, GFI = .966 であった。

Table 1 Revised Empath Scale の探索的因子分析 (N = 601)

	M	SD	気疲れ	情動吸収	情動直感	独自性
2. 雑踏や人混みは、気疲れするので好きではない	5.31	1.52	<b>.931</b>	-.172	.050	.242
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	5.09	1.48	<b>.708</b>	.152	-.087	.392
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	5.22	1.55	<b>.958</b>	-.122	.044	.168
(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がある)	3.96	1.67	.407	.367	.011	.577
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	4.06	1.51	.001	<b>.821</b>	-.033	.352
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	4.08	1.47	.012	<b>.897</b>	-.047	.229
(8. 痛みを抱えている人のそばにいと、自分の身体も痛くなってくる)	3.31	1.61	-.110	.507	.106	.707
1. 相手を見るだけで、相手の気持ちがぱっとわかる	3.40	1.50	-.014	-.144	<b>.951</b>	.217
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	3.31	1.46	-.040	.112	<b>.761</b>	.318
(10. 相手を見るだけで、気が合うかどうかがなんとなくわかる)	4.08	1.57	.074	.089	.579	.595

注：項目 8, 9, 10 を削除した

次に、各尺度の信頼性係数、平均値と標準偏差、年齢別の分散分析 (Scheffe's multiple comparison test) の結果を Table 2-4 に示した。

Table 2 各尺度の平均値と標準偏差 (全体  $N = 601$ )

	$\alpha$	$\omega$	20代 $n = 139$		30代 $n = 153$		40代 $n = 141$		50代 $n = 168$		Scheffe
			$M$	$SD$	$M$	$SD$	$M$	$SD$	$M$	$SD$	
1. 気疲れ	.87	.88	15.4	4.2	16.0	3.8	15.6	4.2	15.3	4.1	ns
2. 情動吸収	.85	.85	8.4	2.9	8.7	2.7	7.6	2.7	7.7	2.5	注
3. 情動直感	.83	.83	7.0	2.8	6.8	2.8	6.2	2.5	6.7	2.6	ns
4. 痛みが伝わる			3.4	1.8	3.3	1.6	3.2	1.4	3.2	1.5	ns
5. 気が合うか分かる			4.1	1.6	4.0	1.7	3.8	1.3	4.2	1.4	ns
6. Big question	.91	.91	15.8	4.7	14.4	5.3	14.4	4.7	15.1	4.6	ns
7. 自己超越傾向	.86	.86	10.3	4.0	10.1	4.2	9.4	3.8	10.6	3.7	ns

注 : 30y > 40y,  $p = .009$ ; 30y > 50y,  $p = .021$

Table 3 各尺度の平均値と標準偏差 (男性  $N = 286$ )

	$\alpha$	$\omega$	20代 $n = 68$		30代 $n = 75$		40代 $n = 64$		50代 $n = 79$		Scheffe
			$M$	$SD$	$M$	$SD$	$M$	$SD$	$M$	$SD$	
1. 気疲れ	.89	.89	15.2	4.3	16.3	3.8	14.7	4.4	15.6	4.1	ns
2. 情動吸収	.79	.79	8.0	2.7	8.4	2.7	7.8	2.5	7.6	2.5	ns
3. 情動直感	.85	.85	7.0	2.9	6.6	2.9	5.9	2.3	6.7	2.8	ns
4. 痛みが伝わる			3.4	1.7	3.2	1.5	3.2	1.3	3.2	1.5	ns
5. 気が合うか分かる			3.8	1.6	3.9	1.7	3.6	1.2	4.0	1.4	ns
6. Big question	.91	.91	15.8	4.9	14.2	5.4	14.3	4.1	15.6	4.7	ns
7. 自己超越傾向	.86	.86	10.4	4.2	9.7	4.4	9.5	3.8	10.6	3.9	ns

Table 4 各尺度の平均値と標準偏差 (女性  $N = 315$ )

	$\alpha$	$\omega$	20代 $n = 71$		30代 $n = 78$		40代 $n = 77$		50代 $n = 89$		Scheffe
			$M$	$SD$	$M$	$SD$	$M$	$SD$	$M$	$SD$	
1. 気疲れ	.86	.87	15.7	4.0	15.7	3.7	16.4	3.8	15.0	4.1	ns
2. 情動吸収	.90	.90	8.8	3.1	9.1	2.7	7.4	2.9	7.9	2.5	注
3. 情動直感	.80	.80	6.9	2.8	7.0	2.8	6.4	2.6	6.7	2.5	ns
4. 痛みが伝わる			3.3	1.8	3.4	1.7	3.2	1.5	3.2	1.5	ns
5. 気が合うか分かる			4.4	1.6	4.1	1.6	4.0	1.4	4.4	1.5	ns
6. Big question	.91	.91	15.9	4.7	14.6	5.1	14.6	5.1	14.6	4.5	ns
7. 自己超越傾向	.86	.86	10.2	3.8	10.4	4.0	9.4	3.8	10.5	3.5	ns

注 : 20y > 40y,  $p = .039$ ; 30y > 40y,  $p = .006$

そして、各尺度間の Spearman 順位相関係数を年齢別、男女別に算出して Table 5-14 に示した。ただし、「8. 痛みを抱えている人のそばにいる

と、自分の身体も痛くなってくる」「10. 相手を見るだけで、気が合うかどうかがなんとなくわかる」については、エンパスの特徴をよく表していると考え (Orloff, 2017)、1項目ずつ分析に加えた (「痛みが伝わる」「気が合うか分かる」と表示。Table 1-4 も同様)。

Table 5 各尺度の Spearman 相関係数 (男性  $N = 286$ )

	1	2	3	4	5	6	7
1. 気疲れ							
2. 情動吸収	.251 ***						
3. 情動直感	-.175 **	.281 ***					
4. 痛みが伝わる	-.067	.401 ***	.344 ***				
5. 気が合うか分かる	.016	.357 ***	.571 ***	.288 ***			
6. Big question	-.024	.282 ***	.373 ***	.302 ***	.330 ***		
7. 自己超越傾向	-.135 *	.207 ***	.403 ***	.350 ***	.325 ***	.408 ***	
8. 年齢	-.020	-.090	-.029	-.009	.052	-.011	.042

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

Table 6 各尺度の Spearman 相関係数 (女性  $N = 315$ )

	1	2	3	4	5	6	7
1. 気疲れ							
2. 情動吸収	.376 ***						
3. 情動直感	-.067	.428 ***					
4. 痛みが伝わる	.045	.380 ***	.300 ***				
5. 気が合うか分かる	.115 *	.369 ***	.530 ***	.218 ***			
6. Big question	.119 *	.334 ***	.359 ***	.231 ***	.330 ***		
7. 自己超越傾向	-.078	.055	.229 ***	.139 *	.163 **	.270 ***	
8. 年齢	-.035	-.142 *	-.036	-.018	.026	-.083	.032

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

Table 7 各尺度の Spearman 相関係数 (20代男性  $n = 68$ )

	1	2	3	4	5	6	7
1. 気疲れ							
2. 情動吸収	.394 ***						
3. 情動直感	.060	.086					
4. 痛みが伝わる	-.012	.317 **	.250 *				
5. 気が合うか分かる	.156	.313 **	.460 ***	.335 **			
6. Big question	.315 **	.436 ***	.335 **	.344 **	.328 **		
7. 自己超越傾向	.111	.316 **	.447 ***	.255 *	.351 **	.391 ***	
8. 年齢	-.050	-.153	.019	.224	.121	.085	-.089

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

Table 8 各尺度の Spearman 相関係数 (20代女性  $n = 71$ )

	1	2	3	4	5	6	7
1. 気疲れ							
2. 情動吸収	.479 ***						
3. 情動直感	-.062	.414 ***					
4. 痛みが伝わる	-.006	.328 **	.283 *				
5. 気が合うか分かる	.143	.318 **	.362 **	.081			
6. Big question	.176	.431 ***	.238 *	.189	.322 **		
7. 自己超越傾向	-.078	.099	.159	.258 *	.061	.241 *	
8. 年齢	-.017	-.190	-.017	-.189	.018	-.105	-.183

注: \*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$ Table 9 各尺度の Spearman 相関係数 (30代男性  $n = 75$ )

	1	2	3	4	5	6	7
1. 気疲れ							
2. 情動吸収	.177						
3. 情動直感	-.317 **	.359 **					
4. 痛みが伝わる	-.248 *	.338 **	.419 ***				
5. 気が合うか分かる	-.045	.443 ***	.642 ***	.244 *			
6. Big question	-.169	.166	.375 ***	.321 **	.341 **		
7. 自己超越傾向	-.295 *	.109	.312 **	.439 ***	.141	.323 **	
8. 年齢	-.172	-.170	.083	-.086	-.037	-.077	.196

注: \*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$ Table 10 各尺度の Spearman 相関係数 (30代女性  $n = 78$ )

	1	2	3	4	5	6	7
1. 気疲れ							
2. 情動吸収	.586 ***						
3. 情動直感	.115	.411 ***					
4. 痛みが伝わる	.211	.385 ***	.235 *				
5. 気が合うか分かる	.263 *	.351 **	.550 ***	.328 **			
6. Big question	.027	.332 **	.464 ***	.331 **	.424 ***		
7. 自己超越傾向	-.070	-.069	.274 *	.166	.303 **	.358 **	
8. 年齢	.012	.032	-.041	.075	.131	.166	.047

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

Table 11 各尺度の Spearman 相関係数 (40代男性  $n = 64$ )

	1	2	3	4	5	6	7
1. 気疲れ							
2. 情動吸収	.416 ***						
3. 情動直感	-.185	.180					
4. 痛みが伝わる	.209	.391 **	.445 ***				
5. 気が合うか分かる	.051	.264 *	.594 ***	.349 **			
6. Big question	-.107	.059	.552 ***	.319 *	.319 *		
7. 自己超越傾向	-.168	.037	.592 ***	.496 ***	.347 **	.482 ***	
8. 年齢	.151	.288 *	.225	.131	.267 *	.167	.013

注: \*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$ Table 12 各尺度の Spearman 相関係数 (40代女性  $n = 77$ )

	1	2	3	4	5	6	7
1. 気疲れ							
2. 情動吸収	.266 *						
3. 情動直感	-.248 *	.405 ***					
4. 痛みが伝わる	.004	.489 ***	.434 ***				
5. 気が合うか分かる	.013	.516 ***	.610 ***	.322 **			
6. Big question	.049	.197	.391 ***	.258 *	.314 **		
7. 自己超越傾向	-.089	.126	.301 **	.111	.101	.248 *	
8. 年齢	.108	.154	.120	.094	.179	.220	.169

注: \*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$ Table 13 各尺度の Spearman 相関係数 (50代男性  $n = 79$ )

	1	2	3	4	5	6	7
1. 気疲れ							
2. 情動吸収	.036						
3. 情動直感	-.193	.461 ***					
4. 痛みが伝わる	-.137	.544 ***	.306 **				
5. 気が合うか分かる	-.083	.373 ***	.572 ***	.246 *			
6. Big question	-.053	.465 ***	.279 *	.232 *	.361 **		
7. 自己超越傾向	-.122	.368 ***	.345 **	.259 *	.484 ***	.445 ***	
8. 年齢	.011	-.060	.017	.086	.057	-.072	.166

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

Table 14 各尺度の Spearman 相関係数 (50代女性 n = 89)

	1	2	3	4	5	6	7
1. 気疲れ							
2. 情動吸収	.236 *						
3. 情動直感	-.041	.505 ***					
4. 痛みが伝わる	.010	.389 ***	.286 **				
5. 気が合うか分かる	.052	.327 **	.618 ***	.163			
6. Big question	.198	.323 **	.353 ***	.160	.246 *		
7. 自己超越傾向	-.038	.052	.162	.035	.141	.258 *	
8. 年齢	-.092	-.018	.072	.157	.104	-.051	.360 ***

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

最後に、Big question 尺度・自己超越傾向尺度を目的変数とし、各尺度を説明変数として一括投入した重回帰分析を、男女別（男性286名、女性315名）に行った（Table 15）。

Table 15 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)	
	$\beta$	95% CI	$\beta$	95% CI	$\beta$	95% CI	$\beta$	95% CI
1. 気疲れ	.011	-.115, .141	.029	-.100, .173	-.036	-.144, .072	-.032	-.147, .085
2. 情動吸収	.067	-.108, .357	.152 *	.035, .477	-.004	-.203, .189	-.093	-.310, .065
3. 情動直感	.200 **	.119, .585	.176 **	.079, .559	.230 ***	.145, .538	.183 **	.056, .464
4. 痛みが伝わる	.200 **	.254, 1.00	.115 *	.011, .670	.232 ***	.300, .928	.096	-.059, .502
5. 気が合うか分かる	.175 **	.139, .969	.162 *	.122, .888	.161 *	.080, .780	.101	-.079, .572
adjusted $R^2$	.218 ***		.198 ***		.222 ***		.056 ***	

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

## 考 察

考察では、相関係数 .25 以上を解釈していく。まず全年齢のサンプルでは、男女ともに、情動吸収が人生の意味に、情動直感が人生の意味と命の永続性に相関していた（Table 5, 6）。これは先行研究と同様の結果であった。また男性サンプルでは、すべての年齢において、情動直感が人生の意味と命の永続性に相関していた（Table 7, 9, 11, 13）。情動吸収は、20代と50代において、そのような相関がみられた（Table 7, 13）。これらも先行研究と同様であり、すなわち男性においては、情動直感が人生の意味と命

の永続性の両方に相関するといえる。

そして、女性サンプルでは、20代で情動吸収が人生の意味に (Table 8)、30代で情動吸収が人生の意味に、情動直感が人生の意味と命の永続性に (Table 10)、40代で情動直感が人生の意味と命の永続性に (Table 12)、50代で情動吸収と情動直感が人生の意味に相関していた (Table 14)。30代で情動直感が人生の意味と命の永続性に相関する点は、先行研究 (申崎, 2022) と同じであった。すなわち、女性においては、40代を除いて、情動吸収が人生の意味と相関するといえる。

さらに、全年齢のサンプルで重回帰分析を行った結果 (Table 15)、男女ともに、情動直感は、人生の意味と命の永続性に影響力をもっていた。情動直感が、人生の意味と命の永続性に対して、一貫して関連していたことは、エンパス傾向が高敏感性と概念的に区別できることを示唆している。そして、「痛みを抱えている人のそばにいと、自分の身体も痛くなってくる」「相手を見るだけで、気が合うかどうかがなんとなくわかる」についても、他の変数を統制しても、人生の意味と命の永続性に対して (女性における命の永続性を除いて) 影響力をもっていた。したがって、これらの項目は、1項目であっても、エンパスの特徴をよく表していると考えられる (Orloff, 2017)。

## 注

- 1) 大学生の女性 (申崎, 2019b, 2020) において、高敏感であるほど人生の意味について考えていること ( $r = .446, .371$ )、成人の女性 (48.2歳) において (申崎, 2021)、高敏感であるほど人生の意味を考えており ( $r = .430$ )、命の永続性を感じていること ( $r = .268$ )、30代の男女 (申崎, 2022) において、高敏感であるほど人生の意味について考えていること (男性  $r = .290$ , 女性  $r = .414$ ) が明らかになった。
- 2) 大学生の男性においては (申崎, 2019b)、情動吸収が高いほど人生の意味 ( $r = .276$ ) と命の永続性が高く ( $r = .319$ )、情動直感が高いほど人生の意味 ( $r = .365$ ) と命の永続性が高かった ( $r = .328$ )。大学生の女性においては、気疲れが命の永続性と負の相関をもち ( $r = -.289$ )、情動直感が人生の意味と正の相関をもっていた ( $r = .250$ )。

同じく大学生の男子においては(申崎, 2020)、情動直感が人生の意味と正の相関をもち( $r = .390$ )、大学生の女性においては、情動吸収が人生の意味と正の相関をもっていた( $r = .336$ )。

成人の男性(54.0歳)においては(申崎, 2021)、情動吸収が高いほど人生の意味( $r = .429$ )と命の永続性が高く( $r = .354$ )、情動直感が高いほど人生の意味を考えていた( $r = .380$ )。成人の女性(48.2歳)においては、情動吸収が高いほど人生の意味( $r = .469$ )と命の永続性が高く( $r = .293$ )、情動直感が高いほど人生の意味( $r = .262$ )と命の永続性が高かった( $r = .226$ )。

30代の男性(35.5歳)については(申崎, 2022)、情動吸収が人生の意味と正の相関をもち( $r = .328$ )、情動直感が人生の意味( $r = .324$ )と命の永続性( $r = .289$ )に正の相関をもっていた。30代の女性(35.2歳)についても、情動吸収が人生の意味と正の相関をもち( $r = .399$ )、情動直感が人生の意味( $r = .454$ )、命の永続性( $r = .434$ )正の相関をもっていた。

## 文献

- Aron, E., & Aron, A. (1997). Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 345-368.
- 申崎 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.
- 申崎 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.
- 申崎 真志 (2020). 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.
- 申崎 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.
- 申崎 真志 (2022). 高い感性をもつ人 (Highly Sensitive Person) は物事を深く考える(4) 関西大学人権問題研究室紀要, 83, 1-10.
- 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. (2017). *The empath's survival guide: Life strategies for sensitive people*. Boulder, CO: Sounds True.
- Orloff, J. (2019). *Thriving as an empath: 365 days of self-care for sensitive people*. Boulder, CO: Sounds True.