

# エンパス尺度 (Empath Scale) の作成

— 高い感性をもつ人 (Highly Sensitive Person) の理解 —

串 崎 真 志

自分の感性に悩む人が増えている (明橋・太田, 2018)。California の心理学者 Elaine Aron (Aron, 2010) は、深い処理 (depth of processing: 深く考えこんでしまう)、過覚醒 (overarousal: 緊張が高い)、情動強度 (emotional intensity: 感情の振れ幅が大きい)、感覚過敏 (sensory sensitivity: 小さな変化に気づく) の 4 つを、高感性 (high sensitivity) として整理し、それらを備えている人を高敏感者 (highly sensitive person) と呼んだ (Aron, 1996, 2002)。

高敏感者は神経症傾向・抑うつ・不安をもちやすく (串崎, 2019 for review; Listou Grimen & Diseth, 2016; Su, Cai, & Uljarević, 2018; Uljarević, Carrington, & Leekam, 2016)、低敏感者は行動抑制系 (behavioral inhibition system) やアタッチメント回避 (attachment avoidance) が低い (Şengül-İnal, Kirimer-Aydinli, & Sümer, 2018)。また、高感性は感覚ゲート (sensory gating) のような脳内の情報処理と関連するが (信吉ら, 2018)、日常のストレス経験 (stressful experiences) の影響は受けないことから (Ebeh, Sydney-Agbor, Onwukwe, & Ogbagbe, 2018)、安定した気質と考えられる。

高敏感者は対人感受性 (interpersonal sensitivity) が高く、共感的であることも知られている (Carney & Harrigan, 2003; 飯村, 2016)。子どもの高敏感者は、とくに直感的で共感性が高いという (Crawford, 2009)。高感性は治すものではなく、むしろ伸ばすものであるが (明橋・太田, 2018)、学術的研究はまだ少なく (Greven et al., 2018 for review)、多く

の人が苦しい思いを抱えていると思われる。

高感性の測定方法としては、Aron & Aron (1997) の Highly Sensitive Person Scale (27項目) がある。これは、低感覚閾 (low sensory threshold)、易興奮性 (ease of excitation)、美的感受性 (aesthetic sensitivity) の3因子で解釈されることが多いが (Lionetti et al., 2018)、感覚的不快感 (sensory discomfort) と適応的感受性 (orienting sensitivity) の2因子モデルも提唱されている (Rinn, Mullet, Jett, & Nyikos, 2018)。最近では、27項目から11項目を抽出した1次元の短縮版 (Aron et al., 2010; Acevedo et al., 2014; Meredith, Bailey, Strong, & Rappel, 2016) が用いられたり (Table 1)、12項目の児童用尺度 (Highly Sensitive Child Scale) も開発されるなど (Pluess et al., 2018)、研究が活発になりつつある (平野, 2012; 鈴木, 2017; 上野・高橋・小塩, 2018; 矢野・木村・大石, 2017; Yano & Oishi, 2018)。

**Table 1 Highly Sensitive Person Scale-Short form の項目 (Aron et al., 2010)**

- 
1. Do you find it unpleasant to have a lot going on at once?
  2. Do you find yourself needing to withdraw during busy days, into bed or into a darkened room or any place where you can have some privacy and relief from stimulation?
  3. Are you easily overwhelmed by things like bright lights, strong smells, coarse fabrics or sirens close by?
  4. Do you get rattled when you have a lot to do in a short amount of time?
  5. Do changes in your life shake you up?
  6. Are you bothered by intense stimuli, like loud noises or chaotic scenes?
  7. Do other people's moods affect you?
  8. Are you made uncomfortable by loud noises?
  9. Are you annoyed when people try to get you to do too many things at once?
  10. Do you become unpleasantly aroused when a lot is going on around you?
  11. When you must compete or be observed while performing a task, do you become so nervous or shaky that you do much worse than you would otherwise?
- 

高感性は感覚処理感受性 (sensory processing sensitivity) ともいわ

れ、狭義には聴覚・視覚・触覚・嗅覚などの特異さを指す (Aron, Aron, & Jagiellowicz, 2012)。それらを深く豊かに体験する定位感受性 (orienting sensitivity) は創造性と相関することがわかっており (Bridges & Schendan, 2018a, 2018b)、高感性の適応的利点の一つと考えられる。その一方で、高敏感者の直面する実際的な困難としては、人と急に仲良くなれないなど (Aron, 2010, chapter 6)、対人関係にまつわるものが多い (Sand, 2016)。これに関連して、エンパス (empath) という概念がある。エンパスは学術的に定義・研究されておらず、さまざまな意味で用いられているのが現状である。

Californiaの精神科医 Judith Orloff (Orloff, 2017a, pp.5-6) によると、エンパスは Elaine Aron の高感性が発展 (take further) した状態で、情動吸収 (emotional sponges) と気疲れ (emotional hangovers または人混み回避 avoiding crowds) という2つの特徴をもつ (Orloff, 2017b)。前者は周囲のストレスフルなエネルギーを自分に取り込んでしまうこと、後者はそのことで、人と自分の不快感を区別できなくなる状態を意味する。それゆえ、Denmarkの心理療法士 Ilse Sand (2018, p.43) は、見えないスクリーンで自分を守るように (screen yourself from too much social contact)、高敏感者にアドバイスしている。あえて高敏感者とエンパスの相違をいうなら、高敏感者が人に対して不安を感じやすいのに対して、エンパスは違和感・混乱・疲労を感じやすいといえるだろう (串崎, 2018)。

このように、対人関係は高敏感者の主要な困難であるにもかかわらず、Highly Sensitive Person Scale には対人関係の項目が1つ (Do other people's moods affect you) しかない (Table 1)。また現時点で、エンパスのチェックリストはあるものの (Orloff, 2017a, 2017b)、得点化が可能な尺度は開発されていない。そこで本報告では、一つの試みとして、エンパス尺度を作成し、Highly Sensitive Person Scale との関連を検討する。

## 調査 1

### 方法

**参加者** 教養科目の心理学を受講する大学生 191 名（男性 81 名，女性 108 名，その他 2 名， $M=19.1$  歳， $SD=1.13$ ）が参加した（実施時期 2018 年 9 月）。

**質問紙** まず、Orloff (2017a, pp.14-15, pp.34-35; 2017b, pp.15-16) のエンパス自己評定 (empath self-assessment) の記述を参考に、エンパスを上述の 2 要因 (情動吸収・気疲れ) として操作的に定義し、11 項目の文章を作成した。ちなみに、エンパスには、「動物や自然にふれていると満たされる」「音・匂い・化学物質・薬剤・カフェインへの過敏」「一度にたくさんしたこと (multitasking) をできない」(single focus) などの特性も記述されているが、高感性の概念との重複を避けるため、本尺度には含めなかった。

また、エンパス尺度との関連 (妥当性) をみるために、Highly Sensitive Person Scale-Short form 11 項目 (Aron et al., 2010; Acevedo et al., 2014; Meredith, Bailey, Strong, & Rappel, 2016) をあわせて実施した。この訳文は、高橋 (2016) から該当する項目を使用した。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。

**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、エンパス尺度を探索的因子分析した。固有値の減衰状況 (2.11, 0.82, 0.44, 0.40, 0.03) をふまえた Guttman 基準では 1 因子、平行分析 (parallel analysis) では 4 因子であったが、想定した 2 因子を指定し (累積寄与率は 28.9 パーセント)、最小二乗法・promax 回転をおこなった (Table 2)。因子負荷量が概ね .3 以上の項目をもって下位尺度を構成し、第 1 因子

4項目 ( $M=19.1$ ,  $SD=4.84$ ,  $\alpha=.76$ ,  $\omega=.77$ ) を「気疲れ」、第2因子3項目 ( $M=11.5$ ,  $SD=3.31$ ,  $\alpha=.48$ ,  $\omega=.55$ ) を「情動吸収」と命名した。尺度全体7項目の平均値と標準偏差は  $M=30.6$ ,  $SD=5.97$  ( $\alpha=.59$ ,  $\omega=.64$ ) であった。適合度指標は  $\chi^2=134$ ,  $df=34$ ,  $p<.001$ ,  $TLI=.582$ ,  $RMSEA=.124$  で、よいモデルといえなかった。第1因子、第2因子のヒストグラムを Figure 1, Figure 2 に示した。

Table 2 Empath Scale の探索的因子分析 (N=191)

	<i>M</i>	<i>SD</i>	第1因子	第2因子	独自性
1. 相手を見るだけで、相手の気持ちがばつとわかる	4.11	1.39	-.148	.311	.884
2. 雑踏や人混みは、気疲れするので好きではない	5.26	1.51	.802	-.143	.344
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	4.05	1.52	.025	.578	.663
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	5.33	1.41	.555	-.025	.692
5. 相手を見るだけで、気が合うかどうかなんとなくわかる	4.81	1.47	.114	.034	.985
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	4.81	1.63	.816	-.068	.333
7. 相手の元気を、知らないあいだに受け取っている	4.52	1.48	-.281	.253	.862
8. 大勢の人といるよりも、一対一で会話することを好む	4.98	1.56	.201	.011	.959
9. 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	3.31	1.78	.058	.542	.700
10. 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	3.71	1.76	.580	.364	.514
11. 人から繊細すぎるタイプだと言われる	3.52	1.65	.146	.303	.883

気疲れと情動吸収の相関係数は無相関  $r=.042$  ( $p=.563$ ) であった。Sensitive Person Scale-Short form 11項目 ( $\alpha=.80$ ,  $\omega=.80$ ) の合計点とエンパス尺度の気疲れとの相関係数は  $r=.235$  ( $p=.001$ )、情動吸収との相関係数は  $r=.209$  ( $p=.004$ ) であった。

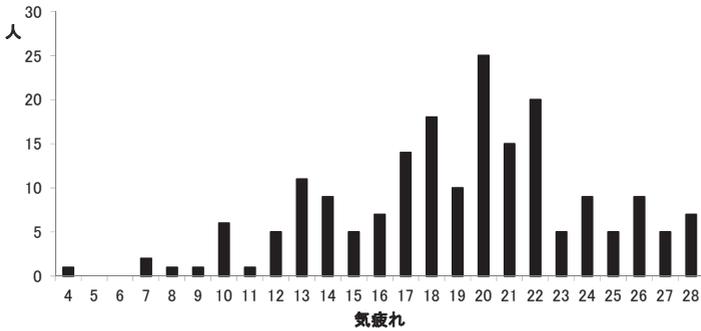


Figure 1 第1因子（気疲れ）のヒストグラム

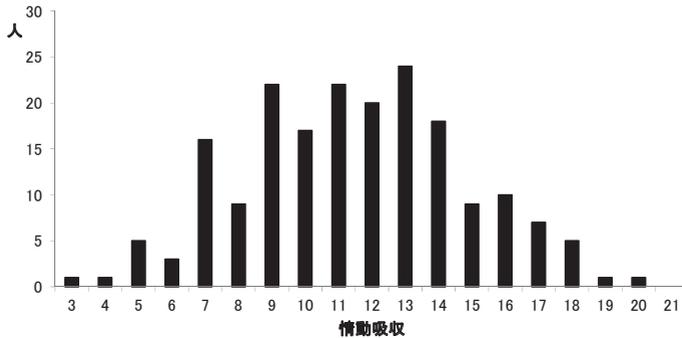


Figure 2 第2因子（情動吸収）のヒストグラム

次に高感性の発展形をエンパスと捉えて、気疲れを目的変数とし、step 1で Highly Sensitive・情動吸収・性別、step 2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、step 2で  $R^2$  増分が有意になり ( $\Delta R^2 = .042, p = .039$ )、Highly Sensitive  $\times$  情動吸収 ( $\beta = .019, p = .034, 95\% \text{ CI } [.001, .036]$ ) が有意な回帰式が得られた ( $\text{adj } R^2 = .068, p = .004$ )。すなわち Highly Sensitive であるほど気疲れする傾向は、情動吸収高群のみでみられた (Figure 3, 破線)。

さらに、情動吸収を目的変数とし、上記と同様の階層的重回帰分析を行ったが、step 2 の  $R^2$  増分は有意でなかったため ( $\Delta R^2 = .018, p = .288$ )、交互作用項なしの重回帰分析を行ったところ、Highly Sensitive ( $\beta = .149, p = .048, 95\% \text{ CI } [.001, .297]$ )、性別の要因 ( $\beta = .252, p = .001, 95\% \text{ CI } [.106, .398]$ ) が有意な回帰式が得られた ( $\text{adj } R^2 = .095, p = .001$ )。すなわち Highly Sensitive であるほど情動吸収が高かった。そして、女性 ( $M = 12.2, SE = 0.311$ ) は男性 ( $M = 10.5, SE = 0.363$ ) に比べて情動吸収が高かった。

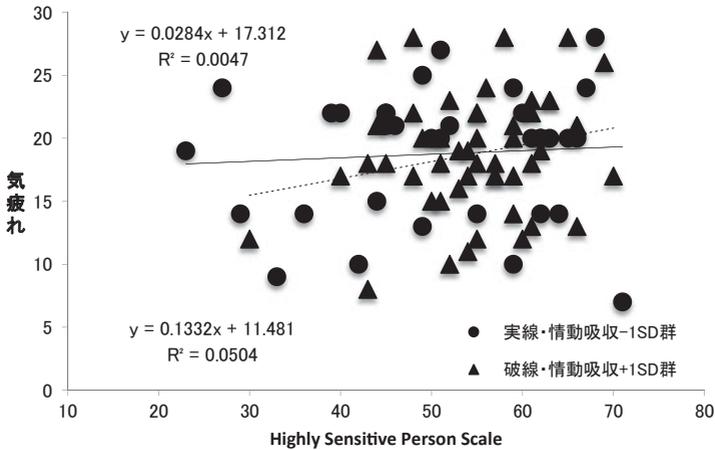


Figure 3 情動吸収と気疲れの散布図

## 調査 2

### 目的

調査 1 では少々無理して 2 因子を抽出したものの、因子のまとまりが悪く、とりわけ情動吸収の内的整合性が低かった。そこで項目を精査して、再度調査する。

## 方法

**参加者** 専門科目の心理学を受講する大学生124名（男性38名、女性85名、その他1名、 $M=18.9$ 歳、 $SD=1.31$ ）、音楽大学で教職科目を受講する大学生47名（男性3名、女性44名、 $M=20.6$ 歳、 $SD=0.503$ ）、合計171（男性41名、女性129名、その他1名、 $M=19.4$ 歳、 $SD=1.36$ ）名が参加した（実施時期2018年9月-10月）。

**質問紙・手続き** 調査1で採用した7項目に、情動吸収の項目として、「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」「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」を加えたエンパス尺度9項目版（Nine-item Empath Scale: NES）を実施した。その他は調査1と同様であった。

## 結果

調査1と同様に、エンパス尺度9項目版を探索的因子分析した。固有値の減衰状況（2.13, 1.28, 0.48, 0.00, -0.07）をふまえたGuttman基準では1因子、想定した2因子を指定すると項目1と5が消えたため、平行分析（parallel analysis）で推奨された3因子（累積寄与率は56.7パーセント）で最小二乗法・promax回転をおこなった（Table 3）。因子負荷量が.3以上の項目をもって下位尺度を構成し、第1因子4項目（ $M=19.6$ ,  $SD=5.23$ ,  $\alpha=.793$ ,  $\omega=.803$ ）を「気疲れ」、第2因子3項目（ $M=12.4$ ,  $SD=4.00$ ,  $\alpha=.701$ ,  $\omega=.750$ ）を「情動吸収」、第3因子2項目（ $M=8.06$ ,  $SD=2.38$ ,  $\alpha=.737$ ,  $\omega=.738$ ）を「情動直感」（emotional intuition）と命名した。尺度全体9項目の平均値と標準偏差は $M=40.0$ ,  $SD=7.66$ （ $\alpha=.680$ ,  $\omega=.697$ ）であった。

3因子モデルの確認的因子分析の結果、各項目の標準化推定値は.413から.967（すべて有意）、適合度指標は $\chi^2=70.2$ ,  $df=24$ ,  $p=.001$ , CFI=.904, TLI=.856, SRMR=.080, RMSEA=.106, AIC=5387, BIC=5482であった。一方、2因子モデル（情動吸収と情動直感を1つにしたモデル）の確認的

因子分析では、各項目の標準化推定値は .228 から .867 (すべて有意)、適合度指標は  $\chi^2 = 136.2$ ,  $df = 26$ ,  $p = .001$ , CFI = .772, TLI = .684, SRMR = .108, RMSEA = .157, AIC = 5449, BIC = 5537 であり、3 因子のほうがよいモデルであった。第 1 因子、第 2 因子、第 3 因子のヒストグラムを Figure 4, Figure 5, Figure 6 に示した。

Table 3 Nine-item Empath Scale の探索的因子分析 (N=171)

	<i>M</i>	<i>SD</i>	第1因子	第2因子	第3因子	独自性
1. 相手を見るだけで、相手の気持ちかばっとわかる	4.39	1.29	-.100	-.009	.900	.187
2. 雑踏や人混みは、気疲れするので好きではない	5.36	1.60	.854	-.175	-.038	.290
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	4.55	1.52	-.014	.786	.030	.374
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	5.30	1.52	.494	.296	-.008	.617
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	3.67	1.39	.076	.049	.649	.551
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	4.96	1.76	.894	-.198	.167	.204
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	4.42	1.60	.029	.859	.014	.245
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	3.40	1.91	-.068	.435	.000	.817
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	3.99	1.77	.603	.071	-.086	.613

気疲れと情動吸収の相関係数は  $r = .117$  ( $p = .128$ )、気疲れと情動直感の相関係数は  $r = .028$  ( $p = .716$ )、情動吸収と情動直感の相関係数は  $r = .210$  ( $p = .006$ ) であった。Sensitive Person Scale-Short form 11 項目 ( $\alpha = .78$ ,

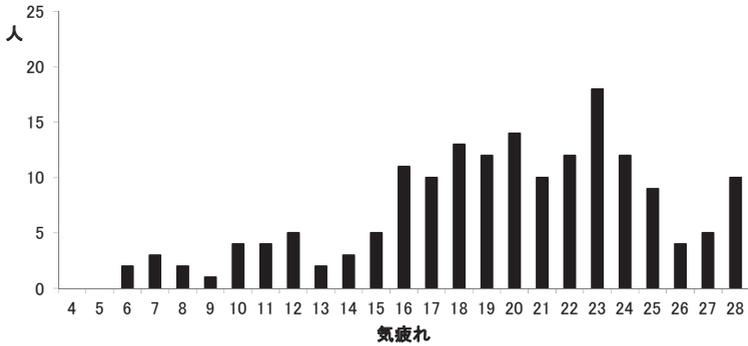


Figure 4 第1因子 (気疲れ) のヒストグラム

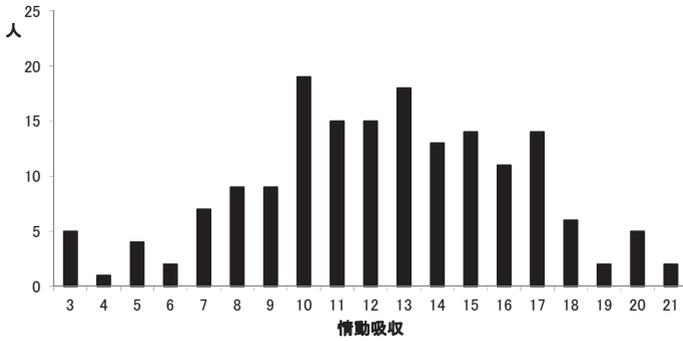


Figure 5 第2因子 (情動吸収) のヒストグラム

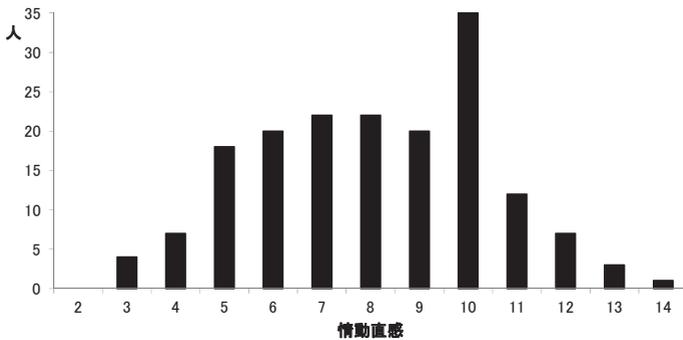


Figure 6 第3因子 (情動直感) のヒストグラム

$\omega = .79$ ) の合計点とエンパス尺度の気疲れとの相関係数は  $r = .357$  ( $p = .001$ )、情動吸収との相関係数は  $r = .318$  ( $p = .001$ )、情動直感との相関係数は  $r = .074$  ( $p = .338$ ) であった。

調査 1 と同様、気疲れを目的変数とし、step 1 で Highly Sensitive・情動吸収・情動直感、step 2 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が、step 2 の  $R^2$  増分は有意でなかったため ( $\Delta R^2 = .015$ ,  $p = .394$ )、交互作用項なしの重回帰分析を行ったところ、Highly Sensitive の要因 ( $\beta = .355$ ,  $p = .001$ , 95% CI [.205, .506]) が有意な回帰式が得られた ( $\text{adj } R^2 = .112$ ,  $p = .001$ )。すなわち Highly Sensitive であるほど気疲れしていた。

同様に、情動吸収を目的変数とし、step 1 で Highly Sensitive・気疲れ・情動直感、step 2 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が、step 2 の  $R^2$  増分は有意でなかったため ( $\Delta R^2 = .005$ ,  $p = .770$ )、交互作用項なしの重回帰分析を行ったところ、Highly Sensitive の要因 ( $\beta = .302$ ,  $p = .001$ , 95% CI [.150, .455])、情動直感の要因 ( $\beta = .187$ ,  $p = .010$ , 95% CI [.044, .330]) が有意な回帰式が得られた ( $\text{adj } R^2 = .120$ ,  $p = .001$ )。すなわち Highly Sensitive であるほど、そして情動直感が高いほど情動吸収が高かった。

さらに情動直感を目的変数とし、step 1 で Highly Sensitive・気疲れ・情動吸収、step 2 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、step 2 で  $R^2$  増分が有意傾向になり ( $\Delta R^2 = .037$ ,  $p = .085$ )、Highly Sensitive  $\times$  気疲れ ( $\beta = -.033$ ,  $p = .013$ , 95% CI [-.059, -.007]) が有意な回帰式が得られた ( $\text{adj } R^2 = .048$ ,  $p = .028$ )。すなわち Highly Sensitive であるほど情動直感が高くなる傾向は、気疲れ低群のみでみられた (Figure 7)。

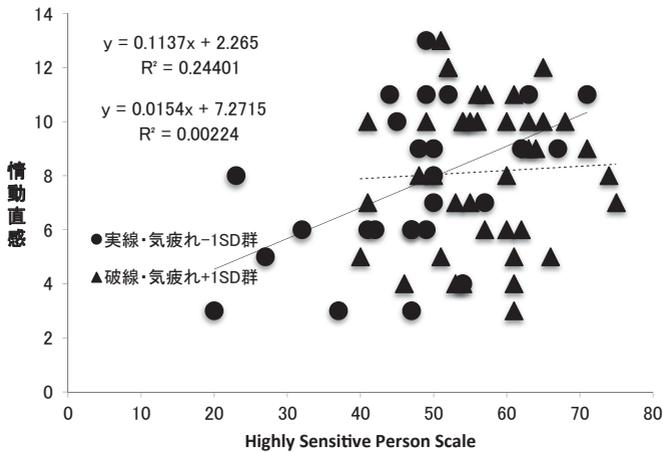


Figure 7 Highly Sensitive Person Scale と情動直感の散布図

## 考察

本報告では、2つの調査を経て、気疲れ・情動吸収・情動直感の3因子からなるエンパス尺度9項目版 (Nine-item Empath Scale: NES) を作成した。内的整合性はやや低いが ( $\alpha = .701 \sim .793$ )、(情動直感を除いて) Highly Sensitive Person Scale とほどよい相関であり ( $r = .318, .357$ )、尺度としての使用がいちおう可能と思われる。ただし各因子間の相関は低いので、合計点を用いるのは適切でない。

調査2において、高敏感であるほど気疲れや情動吸収が高いことから、仮説通り、高感性は対人関係に関連することが明らかになった。また、階層的重回帰分析の結果、高敏感と情動吸収の相乗効果で気疲れが高くなることから (Figure 3, 破線)、Orloff (2017a, pp.5-6) の指摘するように、エンパスは高感性の発展形といえるだろう。

エンパスをひとことと言うなら、周囲のエネルギーをととても深く体験する (experience the energies around us in extremely deep ways, Orloff, 2017a, p.5) 人であり、それが情動吸収や気疲れとして現れると考えられ

る。Orloff (2017a, chapter 5) によると、エンパスはとりわけ自己愛的な人 (narcissists)、わけもなく怒る人 (rageaholics)、話の止まらない人 (nonstop talkers) が苦手である (これらを合わせて energy vampires と呼ぶ)。一方、直感型のエンパス (intuitive empaths) になると、相手が表明していない思考や感情を即座に読み取る (quickly “read”) ほどになるという (Orloff, 2017a, chapter 8)。このように、情動直感<sup>1)</sup>はエンパスの適応的利点の一つと考えられる。

情動直感の項目 (相手を見るだけで、相手の気持ちがぱっとわかる) は、調査1では情動吸収に含まれていたが、項目を追加した調査2の結果、独立した因子として抽出された。階層的重回帰分析の結果、気疲れが低ければ、高敏感であるほど情動直感が高くなることから (Figure 7, 実線)、高敏感の特性を活かすためには、気疲れをどう低減するかがポイントになるだろう。

また、高敏感者は非敏感者に比べて、適合した環境の元では、上質なパフォーマンスを発揮することが知られている (de Villiers, Lionetti, & Pluess, 2018)。例えば Acevedo, Jagiellowicz, Aron, Marhenke, & Aron (2017) によると、Highly Sensitive Person Scale の高い (上位25%) 女性 (平均19歳) は、児童期の親との関係 (quality of childhood parenting) が良いほど、ポジティブな表情 (International Affective Picture System で測定) を見たときに腹側被蓋野 (ventral tegmental area) や島皮質 (insula) が活性化していた<sup>1)</sup>。

一方、高敏感者は運動 (大縄跳び) 後に気分が落ち着かなくなるなど (兩宮・坂入, 2018)、通常<sup>2)</sup>の環境に対して一般的でない反応を示すことがある。今後は、Highly Sensitive Person Scale とエンパス尺度を併用することで、高敏感者が抱える環境との適合性 (fitness) や対人関係の問題を把握しやすくなるだろう。そして、その特性をどう伸ばすかを考えることが重要である (Northrup, 2018; Zeff, 2004, 2010)。

ただし、本研究ではエンパスの操作的定義を情動吸収と気疲れに限定し

た点や、再検査信頼性の検証などの課題も残っている。また、弁別的妥当性の問題もあり、エンパス尺度の得点が、(エンパス由来でない) 不安症者において高くなることも予想される<sup>2)</sup>。日本は欧米に比べて高敏感者の割合が高いという報告もあり(塔ヶ崎・前新, 2016)、その研究意義は大きい<sup>3)</sup>。

## 注

- 1) この他に、Italy の Scrimin, Osler, Pozzoli, & Moscardino (2018) によると、Highly Sensitive Child Scale (12項目) の高い児童(平均7.05歳)は(低敏感児童に比べて)、家族の逆境(family adversity score: relocation, divorce, loss of a family member など)が少ないときに、学校における友人関係(perceived social performance: Child Health and Illness Profile-Child Editionで測定)が良かった。さらに、Italy の Nocentini, Menesini, & Pluess (2018) によると、Highly Sensitive Child Scale (12項目) の高い(上位25%)男児(4年生から6年生)は(低敏感男児に比べて)、いじめ防止プログラム(KiVa antibullying program: Nocentini & Menesini, 2016)の参加後に、いじめ被害経験(victimization)と内化化問題(internalizing symptoms)が低下した。
- 2) 例えば、Highly Sensitive Person Scale 得点は自閉症スペクトラム指数(Autism Spectrum Quotient)と相関し(Liss, Mailloux, & Erchull, 2008)、高機能自閉症群において高くなる(Podesta, Wijnants, & Bosman, 2015)。このことは、Highly Sensitive Person Scale 得点だけで、高敏感者と発達障害を区別するのが難しいことを意味する。
- 3) 高敏感者のなかには強い刺激を求めるタイプ(high sensation seeker: HSS)も含まれる(Aron, 2010, pp.14-15)。Netherlands の Slagt, Dubas, Ellis, Van Aken, & Deković (2018) は、母子の相互作用を5分間観察し、潜在プロファイル分析(latent profile analyses)を用いて、(母親の情動の変化に対して)情動反応の大きい子ども(highly reactive children: 全体の13%, 4.74歳)と平均的な子ども(average reactive children: 全体の87%, 4.70歳)に分類した。前者は後者に比べて、親評定による高潮性得点(surgency score: ここでいうHSS)が高かったが、Highly Sensitive Child Scale (12項目)得点には差がなかった(高潮性の項目例: Usually rushes into an activity without thinking about it. Seems always in a big hurry to get from one place to another. Becomes very excited while planning for trips. Likes going down high slides or other adventurous activities)。このことは、高敏感者のうち強い刺激を求めるタイプは、母親の情動の変化に対して実際の情動表出が大きいこと

を意味している。このような High sensation seeker タイプの研究も期待される。

## 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. [早期公開]
- 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. (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., & 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 responsivity. *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.
- Bridges, D., & Schendan, H. E. (2018a). Sensitive individuals are more creative. *Personality and Individual Differences*. [Available online]
- Bridges, D., & Schendan, H. E. (2018b). The sensitive, open creator. *Personality and Individual Differences*. [Available online]
- 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.

- Crawford, C. (2009). *The highly intuitive child: A guide to understanding and parenting unusually sensitive and empathic children*. Alameda, CA: Hunter House.
- de Villiers, B., Lionetti, F., & Pluess, M. (2018). Vantage sensitivity: A framework for individual differences in response to psychological intervention. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *53*, 545-554.
- Ebeh, R. E., Sydney-Agbor, N., Onwukwe, L., & Ogbaege, P. A. (2018). Childhood stressful experiences and big five personality dimensions as predictors of high sensitivity in persons, *Advances in Applied Psychology*, *3*, 10-18.
- Greven, C. U., Lionetti, F., Booth, C., Aron, E., Fox, E., Schendan, H. E., Pluess, M., Bruining, H., Acevedo, B., Bijttebier, P., & Homberg, J. (2018). Sensory processing sensitivity in the context of environmental sensitivity: A critical review and development of research agenda. *Preprints*, 2018090149. doi:10.20944/preprints201809.0149.v1
- 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.
- 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.
- 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*.
- 串崎 真志 (2019). 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*.
- 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.
- Liss, M., Mailloux, J., & Erchull, M. J. (2008). The relationships between sensory processing sensitivity, alexithymia, autism, depression, and anxiety. *Personality and Individual Differences*, *45*, 255-259.
- Listou Grimen, H., & Diseth, Å. (2016). Sensory processing sensitivity: Factors of the Highly Sensitive Person Scale and their relationships to personality and subjective health complaints. *Perceptual and Motor Skills*, *123*, 637-653.
- 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.
- 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. [早期公開]

- Nocentini, A., & Menesini, E. (2016). KiVa Anti-Bullying program in Italy: Evidence of effectiveness in a randomized control trial. *Prevention Science, 17*, 1012–1023.
- 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*.
- Northrup, C. (2018). *Dodging energy vampires: An empath's guide to evading relationships that drain you and restoring your health and power*. Carlsbad, CA: Hay House.
- 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.
- Podesta, L., Wijnants, M., & Bosman, A. (2015). Sensory processing sensitivity, stress and anxiety in young high-functioning adults with Autism Spectrum Disorder. [www.annabosman.eu/documents/ECDP2015Braga.pdf](http://www.annabosman.eu/documents/ECDP2015Braga.pdf)
- Rinn, A. N., Mullet, D. R., Jett, N., & Nyikos, T. (2018). Sensory processing sensitivity among high-ability individuals: A psychometric evaluation of the highly sensitive person scale. *Roeper Review, 40*, 166–175.
- Sand, I. (2016). *Highly sensitive people in an insensitive world: How to create a happy life*. London: Jessica Kingsley.
- Sand, I. (2018). *On being an introvert or highly sensitive person: A guide to boundaries, joy, and meaning*. London: Jessica Kingsley.
- Scrimin, S., Osler, G., Pozzoli, T., & Moscardino, U. (2018). Early adversities, family support, and child well-being: The moderating role of environmental sensitivity. *Child: Care, Health and Development, 44*, 885–891.
- Şengül-İnal, G., Kirimer-Aydinli, F., & Sümer, N. (2018). The role of attachment insecurity and big five traits on sensory processing sensitivity. *The Journal of Psychology*. [Epub ahead of print]
- 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]

- Su, X., Cai, R. Y., & Uljarević, M. (2018). Predictors of mental health in Chinese parents of children with autism spectrum disorder (ASD). *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 48, 1159-1168.
- 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.
- 塔ヶ崎理栄・前新直志 (2016). 感覚処理感受性の高さがコミュニケーションに与える影響 日本吃音・流暢性障害学会第4回大会プログラム抄録集, 94.
- 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.
- Uljarević, M., Carrington, S., & Leekam, S. (2016). Brief report: effects of sensory sensitivity and intolerance of uncertainty on anxiety in mothers of children with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46, 315-319.
- 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.
- Zeff, T. (2004). *The highly sensitive person's survival guide: Essential skills for living well in an overstimulating world*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Zeff, T. (2010). *The strong, sensitive boy: Help your son become a happy, confident man*. San Ramon, CA: Prana Publishing.