

日本における Highly Sensitive Person (HSP) の 心理学的研究の動向 ——「美的感受性」因子に着目した文献的検討——

川上 綾音 児童家庭支援センターかりん 石崎 淳一 神戸学院大学心理学部

**A review of the psychological studies on Highly Sensitive Person (HSP) in Japan:
Examination of the importance of the "Aesthetic Sensitivity (AES)" factor**

Ayane Kawakami (Child and Family Support Center Karin)
Junichi Ishizaki (Department of Psychology, Kobe Gakuin University)

本研究は、日本におけるこれまでの Highly Sensitive Person (HSP) に関する心理学的研究について概観し、特に HSP の持つ「美的な感受性」に注目して検討することを目的とした。自己記入式の心理尺度として開発された Highly Sensitive Person Scale の日本版である HSPS-J19 を用い、HSP 特性と自尊感情や特性不安、精神的健康などの心理変数との関連を検討した文献 7 件を対象とした。結果、低感覚閾と易興奮性の因子と美的感受性因子とは結果が異なり、美的感受性因子は自尊感情などのポジティブな変数と正の関連を示した。すなわち HSP は高い感覚感受性の生きづらさのみを抱えて生きているわけではなく、むしろより多くのポジティブな感情が生起されることもあると考えられた。ただし、美的感受性因子の信頼性係数は $\alpha = .57$ であり、やや不安的な因子である。この因子の安定性について今後検討していくことが必要であろう。

Key words: Highly Sensitive Person, aesthetic sensitivity, psychological factor, Japanese study
キーワード：HSP, 美的感受性, 心理的要因, 日本の研究

Kobe Gakuin University Journal of Psychology
2025, Vol.7, No.2, pp.81-90

問題と目的

近年、「繊細な人」「HSP」という言葉がよく知られるようになってきている。それに伴って、「HSP」に関する出版物も目にするが増えている。HSP とは Highly Sensitive Person の略語であり、1990 年代に米国の臨床心理学者の Elaine Aron によって提起された。人口の 15% から 20% が HSP に当てはまるとされており (Aron & Aron, 1997)、発達障害などと比べて社会全体に対して占める割合がもともと高い。さらに、現代において SNS が広く普及していることなどにより認知度が上がっていると考えられる。そのため、本来の意味から離れて「HSP」という言葉が独り歩きしており、その概念や特性が正しく理解さ

れないまま、「自分は HSP なのではないか」と思っている人も多くいるように感じられる。

一般的に広く認知されてきていることやこれまでの海外の研究を考慮すると日本の学術的研究はまだ少数である。HSP についてのこれまでの日本の研究では、主観的幸福感との関連 (上野他, 2020)、資質的および獲得的レジリエンスとの関係 (平野, 2012) などの HSP に対する心理質問紙を用いた研究結果が報告されており、これらの研究では自尊感情の低さなどとの関連が示され、敏感であるが故の HSP のネガティブな部分に主に焦点が置かれている。しかし、HSP にはポジティブな側面も示唆されており、その典型的な性質は HSP を測定する心理尺度の中の下位因子である「美的感受性」因子である。この下位因

子は、日本において最もよく使用されている Highly Sensitive Person Scale 日本版 (HSPS-J: 高橋, 2016) でも採用されている。「美的感受性」因子について高橋 (2016) は、原版である Highly Sensitive Person Scale (HSPS: Aron & Aron, 1997) の開発過程で、感覚感受性¹の高い人の肯定的側面を表す性質を測定するものとして選択された項目から構成されているとしている。

Aron によればこの因子に示されるような HSP の性質は Jung のタイプ論の内向性に関わるものであり、その人の「感受性」と結びついたものである (Aron, 1996 富田訳 2008; Aron, 2004)。この因子について注目して検討していくことは、HSP の持つ肯定的な性質をより理解していくことにつながると考えられる。そして、こうした性質の評価には文化的な影響があると考えられ、米国で HSP と関連する内向性の人の強みについて述べた Helgoe の著書では北欧や日本の社会的性格が取り上げられている (Helgoe, 2013 向井訳 2014)。

以上のことから、本研究は、日本におけるこれまでの HSP に関する心理学的研究について概観するが、主に心理質問紙研究の結果を対象とし、特に HSP の持つ「美的な感受性」に注目して検討することを目的とする。そして、HSPS-J (高橋, 2016) の第 3 因子である「美的感受性」について、これまでの日本の心理学的な研究結果を整理して示し、HSP のポジティブな性質について考察することとする。

方 法

学術情報データベースである CiNii Articles と Psyc INFO, Psyc ARTICLES, google scholar で、2022 年 4 月から 2022 年 11 月に検索を行った。また、2024 年 10 月に再度検索結果を確認した。それぞれに「Highly Sensitive Person」, 「感覚処理感受性」, 「心理」というキーワードを入れて検索を行った。その中から日本の文献であることを条件に抽出した結果、26 件の文献が得られた。その結果、HSP およびその類似の概念を心理学的に測定するための複数の尺度が開発されていることを確認した。また、原版をもとに開発された日本語版の心理尺度 (HSPS-J) において原版の 4 項目からなる第 3 因子として美的感受性という下位因子が使用されていることも確認した。そのため、本研究では、26 件の文献のうちの HSP に対する心理尺度を用いた研究に関する文献を中心に報告する。

本研究は、上記で得られた文献から、まず HSP およびその類似概念を測定するために開発された心理尺度の研究に関する報告を行う。次に、その中から特に Highly Sensitive Person Scale 日本版 (HSPS-J: 高橋, 2016) を取り上げ、その尺度の構成について述べるとともに、HSPS-J と他の心理変数との関連を調

べた研究結果を整理して述べることとする。最後に、それらの結果をもとに HSP のポジティブな性質について考察を試みる。

結果と考察

Highly Sensitive Person (HSP) の概念

HSP の概念を提唱したのは Elaine Aron である (Aron, 1996 富田訳 2008)。Aron によれば、まず感覚処理感受性という概念を提起し、この感覚処理感受性が高い人を HSP とした。感覚処理感受性 (Sensory Processing Sensitivity: SPS) は、生得的な特徴で、感覚器自体ではなく感覚情報の脳内処理過程における基本的な個人特性のことを指すと定義づけられている (Aron & Aron, 1997)。これは正常な性質で、人類を含む高等動物の集団には一定の割合で刺激に対してより敏感に反応する個体が含まれており、その割合は全体の 15% から 20% であるという。そして、SPS の程度を測定するために Highly Sensitive Person Scale (Aron & Aron, 1997) が、自己記入式の心理尺度として開発された。

Highly Sensitive Person (HSP) を測定する心理尺度

日本で開発された Highly Sensitive Person (HSP) を測定する心理尺度

日本では、Highly Sensitive Person Scale (HSPS: Aron & Aron, 1997) を日本語に翻訳して信頼性と妥当性を検証した尺度である Highly Sensitive Person Scale 日本版 (HSPS-J) を高橋 が発表している (高橋, 2016)。この尺度は、原著者の Aron の許可の下に Aron & Aron (1997) の全 27 項目からなる HSPS を原版として原文にできるだけ忠実な日本語版を作成するためにバックトランスレーションの手続きを行ったものである。因子分析による信頼性の検討の結果から 8 項目が削除されて日本版は 19 項目からなる 3 因子構造の尺度であるとされた。これは HSP の提唱者である Aron の心理尺度を元に日本版を作成した尺度であり、最も代表的な HSP を測定する心理尺度であると考えられる。ただし日本ではその他にもいくつか HSP またはそれに類似する概念を測定する心理尺度が開発・作成されている。その中には自閉スペクトラム症との比較を視野に入れて開発・作成されているものもある。

それらの尺度が開発された論文について概要をまとめたものを Table 1 に示した。Table 1 には発表年の古い順に並べている。参考のために最初に Aron & Aron (1997) を示した。また、これらには相互に関連のある尺度があるので、そのことを注釈で表した。90 年代後半に米国の Aron らによって HSPS が開発

され、それから10年以上経過して日本では2010年代以降にこのような概念に対する心理尺度開発が行われたことが確認された。

まず、HSPの提唱者であるAron & Aron (1997)により一次元構造を想定した27項目のHighly Sensitive Person Scale (HSPS)が開発された。HSPまたはその類似の概念を測定するために、これまでに日本では5つの尺度が開発されている。

船橋(2013)は成人用感覚感受性尺度(Adult Sensory Sensitivity Index: ASSI)を開発した。この尺度は、SPSの概念に基づき、感覚感受性の高い成人を判別するための新たな尺度を作成することを目的として作られた(船橋, 2013)。これは日本における初めてのSPSを測定する心理尺度の開発の試みであったと考えられる。船橋(2013)は、HSPS(Aron & Aron, 1997)について、創造性や誠実性、美的な感受性までも含まれ、感覚感受性に限られた尺度ではないと指摘している。しかし、結果的に開発されたASSIにはそうした項目は取り入れられていない。28項目からなるASSIは1因子構造として提示され、感覚刺激域の低さとそれにともなう情動や認知の特徴を捉えられたとしている。信頼性係数は、全体が $\alpha = .88$ 、男性が $\alpha = .86$ 、女性が $\alpha = .90$ であり、神経症傾向(Big Fiveの情緒不安定性)などの強い関連が確認された。

高橋(2016)は、ASSIの開発を発表した後、さらにHighly Sensitive Person Scale 日本版(HSPS-J19)を作成した。これはAron & Aron (1997)のHSPSを原版として忠実に日本語でも使用可能なように翻訳したものであり、HSPS-J19はHSPの心理尺度として日本で最も広く使用されている。初めに原版に合わせて27項目のHSPS-Jが作られ、その信頼性と妥当性が検討された。HSPSは1因子が仮定されていたが、その後の研究によって3因子構造であることが指摘された(例えば、Smolewska et al., 2006)。探索的および確認的因子分析の結果、HSPS-Jは3因子構造が妥当であるとされ、因子負荷量の不十分な項目を削除し、残った19項目からなる心理尺度として開発された。そしてSmolewskaらの3因子モデルとほぼ同様の結果が確認され、第1因子からそれぞれ「低感覚閾」、「易興奮性」、「美的感受性」と命名された。各因子の信頼性係数は第1因子から順に $\alpha = .78$, $\alpha = .71$, $\alpha = .57$ で、全体では $\alpha = .78$ であった。またSpearman-Brownの公式を用いた折半法では、低感覚閾では.79、易興奮性では.67、美的感受性では.68であった。美的感受性因子の.57はやや低い信頼性係数であり、留意すべき点であると考えられる。なおこの尺度のさらに詳細は後の節で述べる。

飯村(2016)は中学生用感覚感受性尺度(SSSI)を開発した。この尺度は船橋(2013)が開発した成

Table 1

HSPに関連する心理尺度の開発論文

著者(発表年)	論文タイトル	調査対象者・参加者	項目数	回答形式	因子構造および因子名	信頼性係数
Aron & Aron (1997)*	Sensory-Processing Sensitivity and Its Relation to Introversion and Emotionality		27項目	7件法	一次元構造	研究6: $\alpha = .87$ 研究7: $\alpha = .85$
木村・余語・大坊 (2007)*3	日本語版情動伝染尺度(the Emotional Contagion Scale)の作成	関西圏の大学生250名 男性83名(平均年齢19.49歳)、女性167名 (平均年齢18.98歳)	11項目	4件法	第1因子: 愛情伝染 第2因子: 怒り伝染 第3因子: 喜び伝染 第4因子: 悲しみ伝染	1: $\alpha = .82$ 2: $\alpha = .65$ 3: $\alpha = .73$ 4: $\alpha = .66$
船橋 (2013) *2	成人用感覚感受性尺度作成の試み	I部: A大学の大学生351名(平均年齢20.00歳, 男性236名, 女性115名) II部: A大学の別の大学生271名(平均年齢19.35歳, 男性118名, 女性153名)	28項目	7件法	一次元構造	全体: $\alpha = .88$ 男性: $\alpha = .86$ 女性: $\alpha = .90$
高橋 (2016) *1	Highly Sensitive Person Scale 日本版(HSPS-J19)の作成	研究1: 4年制大学生319人(平均年齢19.96歳, 男性170名, 女性149名) 研究2: 4年制大学および専門学校の学生(平均年齢19.76歳, 男性150名, 女性219名)	19項目	7件法 (原版と同じ)	第1因子: 低感覚閾 第2因子: 易興奮性 第3因子: 美的感受性	全体: $\alpha = .78$ 1: $\alpha = .78$ 2: $\alpha = .71$ 3: $\alpha = .57$ Spearman-Brownの公式を用いた折半法(低感覚閾 .79, 易興奮性 .67, 美的感受性 .68)
飯村 (2016) *2	中学生用感覚感受性尺度(SSSI)作成の試み	東京都の中学生250名(男性119名, 女性112名, 性別無回答・不明19名, 1年生82名, 2年生168名)	14項目	5件法	第1因子: 易興奮性 第2因子: 環境変化に関する感受性	1: $\omega = .76$ 2: $\omega = .72$
串崎 (2019)	エンパス尺度(Empath Scale)の作成—高い感受性をもつ人(Highly Sensitive Person)の理解—	調査1: 大学生191名(平均年齢19.1歳, 男性81名, 女性108名, その他2名) 調査2: 大学生124名(平均年齢18.9歳, 男性38名, 女性85名)と別の大学生47名(平均年齢20.6歳, 男性3名, 女性44名)	9項目	7件法	第1因子: 気疲れ 第2因子: 情動吸収 第3因子: 情動直観	—
岐部・平野 (2019)	日本版青年前期用感受性尺度(HSCS-A)の作成	合計942名(中学生243名, 普通科高校1年生296名, 特別科高校403名)	11項目	7件法	第1因子: 易興奮性 第2因子: 美的感受性 第3因子: 低感覚閾	全体: $\alpha = .73$

注)

*1 高橋(2016)は、Aron & Aron (1997)の心理尺度の日本版を開発した。

*2 飯村(2016)は、船橋(2013)をもとに中学生に使用できる心理尺度を作成した。

*3 HSPとは異なる対象だが、同時期に発表された日本版心理尺度として対象の類似性があると考え、表に含めた。

人用感覚感受性尺度 (ASSI) に基づいて、その中学生用として作成された。原案 20 項目の仮尺度に対して因子分析をおこない、最終的に 12 項目からなる 2 因子構造が採用された。第 1 因子からそれぞれ「易興奮性」、「環境変化に関する感受性」と命名された。各因子の信頼性係数は第 1 因子から順に $\omega = .76$, $\omega = .72$ であった。ASSI 得点が上位 15% の HSP 群は非 HSP 群よりも不安度が高く、対人ストレス度が高いことが確認されると同時に共感性が高いことも示された。

串崎 (2019) はエンパス尺度 (Empath Scale) を開発した。エンパスは HSP と類似の概念であるが、一種の共感性の高さを示している。これは HSP において見られる特徴の一つであるが、その結果として対人関係での困難さが増す。この尺度は、HSPS の項目には少ない対人関係における困難性を捉えることを目的として作成された。複数の対象者による検討の結果、エンパス尺度の因子構造は 3 因子構造とされ、第 1 因子からそれぞれ「気疲れ」、「情動吸収」、「情動直観」と命名された。HSPS 短縮版と気疲れ、情動吸収にはそれぞれ低い有意な正の相関が見られた。情動直観とは無相関であった。

岐部・平野 (2019) は日本版青年前期用敏感性尺度 (HSCS-A) を作成した。この尺度は児童期青年期の感覚感受性を測定するために英国で開発された Highly Sensitive Child Scale (HSCS: Pluess et al, 2018) を原版とし、原著者の許可の下に特に中高生を対象とした日本語版尺度を作成したものである。因子分析等の結果、原版から 1 項目が削除された 11 項目 3 因子構造とされた。第 1 因子からそれぞれ「易興奮性」(5 項目)、「美的感受性」(4 項目)、「低感覚閾」(2 項目) と命名された。中学生と高校生を合わせた全サンプルの信頼性係数は $\alpha = .73$ であった。低いまたは中程度の下位因子間の有意な正の内部相関を認め、第 1 および第 3 因子は Big Five の神経症傾向と有意な正の相関を、第 2 因子は外向性、開放性との正の相関を認めた。

Highly Sensitive Person Scale (HSPS) のカットオフ

HSP に当てはまる可能性のある人口比について、Aron & Aron (1997) は 15% から 20% としているが、何らかの基準が定められているわけではない。したがって、心理尺度として HSPS で測定された結果、ある点数で HSP と非 HSP を区別するような基準点、すなわちカットオフ値のようなものは存在しないと考えられる。日本で開発・作成された尺度についても、本研究で扱った文献の中にカットオフ値について言及しているものはなかった。そのため研究で用いる場合は、Aron & Aron (1997) の「人口の 15% から 20% が HSP である」という認識などに基づき、一般集団の得点の高い順に上から 15% および 20% のサ

ンプルを「HSP 群」、それ以外を「非 HSP 群」などと分けて対象集団の分析および考察が行われている研究が多かった。

性 差

HSPS を開発した原版の調査結果では、女性は男性より有意に高い平均得点であることが報告されている (Aron & Aron, 1997)。ただし、これは生得的な性差というよりは、欧米の文化的な通念による結果だろうと論じられた。

高橋 (2016) の HSPS-J19 では、3 因子のいずれの因子も女性の得点は男性よりも高かった。平均値の差の検定 (t 検定) を行った結果、すべての因子で有意差が認められた。第 1 因子、第 2 因子、第 3 因子の全ての有意水準は 1% 以下であり、効果量はそれぞれ $d = 0.34, 0.47, 0.34$ であった。この性差について高橋は、Aron らと同様に男性は「敏感であるべきではない」という乳幼児期からの経験や学習によってたらされる社会的な影響を受けて、敏感さを尋ねる質問に対して低めに評価した可能性も考えられるとしている。

また、飯村 (2016)、串崎 (2019)、岐部・平野 (2019) は、それぞれ中学生用感覚感受性尺度 (SSSI)、エンパス尺度、日本版青年前期用敏感性尺度 (HSCS-A) を開発した。このうち、性差について言及しているのは HSCS-A のみであり、女子の方が男子よりも有意に点数が高かった。

尺度の点数の差ではなく、下位因子間の相関や他の類似の心理的な概念との相関において男女差が報告されているので、その点についても触れておく。成人用感覚感受性尺度 (ASSI) を開発した船橋 (2013) においては、HSPS に準じて 28 項目の一次元構造を想定しており、因子構造については言及されていない。妥当性の検討の中で、男性と女性を ASSI でそれぞれ高群と低群の 4 群に分け、ASSI と Big Five 尺度の短縮版 (20 項目) の情緒不安定性、日本版 State-Trait Anxiety Inventory (STAI) の状態不安および特性不安との相関を算出した。女性の ASSI 高群ではそれらすべての尺度と有意な中程度の正の相関が見られたが、男性では ASSI 低群において ASSI と状態不安、特性不安との間に弱い有意な正の相関が見られた。

高橋 (2016) は、HSPS-J19 の下位尺度間の相関係数を男女別に検討した結果、第 1 因子と第 2 因子の間に男性は $r = .46$ 、女性は $r = .53$ と男女ともに有意な中程度の正の相関を示した。それに対して、第 1 因子と第 3 因子、第 2 因子と第 3 因子との間の相関は男女ともに有意な相関は見られないという結果であった。また、HSPS-J19 の 3 因子と複数の尺度の神経症傾向および向性を示す下位尺度との相関を男女別に検討した結果では、全体としては性別による相関係数に大きな違いはなかったとしている。

HSP-J の因子構造と「美的感受性」因子

因子構造については、Aron & Aron (1997) は一次元構造を想定して HSPS を開発した。しかし Table 1 に示す通り、日本では一次元構造を示す HSP を測定する尺度はなかった。

HSPS-J19 (高橋, 2016) では、27 項目の原案尺度に対して探索的因子分析を実施し、因子負荷量が .30 以下の 8 項目を削除した。残された 19 項目の尺度について、先行研究のモデルをもとに 2 因子構造モデルと 3 因子構造モデルを比較しながら、確認的因子分析を行った。その結果、HSPS-J19 は 2 因子構造モデルよりも 3 因子構造モデルの方がより適合したモデルであると考えられた。ただし、この尺度の第 3 因子である「美的感受性」因子については、信頼性係数が $\alpha = .57$ とあまり高い値にはならなかった。それまでの欧米の先行研究でも同様の傾向があり、やや不安定な因子であると言える。なお、この尺度は国際比較をするために原版と同じ項目数で調査を実施することができるよう全 27 項目の日本語訳がされている。19 項目で構成されている HSPS-J19 の項目については、Table 2 に示す。HSPS-J19 では、HSPS-J の 27 項目から 2, 6, 11, 15, 17, 18, 20, 24 の各項目が削除されている。

また、高橋は、この第 3 因子の因子名は「美的感受性」よりも「精神生活の豊かさ」のほうがより項目内容を反映していると考えられるが、これも国際比較を

する際のわかりやすさを考慮して因子名は欧米の先行研究に合わせたと述べている。

そして、高橋 (2016) は、「美的感受性」の因子について、HSPS 原版の開発過程で、感覚感受性の高い人の肯定的側面を表す項目として選択されたもので構成されているとしている。このことを第 1 因子や第 2 因子と比べ尺度の信頼性における安定性がないことの一因として挙げている。またこの因子は、第 1 因子および第 2 因子とは無相関であり、そのため HSPS-J19 を使用する際には因子別に他尺度との相関などを検討する必要があると指摘している。

また、HSPS-J19 (高橋, 2016) を用いた文献で「美的感受性」について、人生に対する満足度と自尊感情に対し美的感受性は正の関連を示していることから、精神生活の豊かさを反映している美的感受性を理解することは人生に対する満足度や自尊感情といった主観的幸福感を総合的に高めることが可能となる (上野他, 2020) という指摘も見られた。

Highly Sensitive Person (HSP) と他の心理変数との関連

日本における HSPS-J19 (HSPS-J) を用いて他の心理変数との関連を検討した 7 件の心理質問紙研究について取り上げた。そこでは、ソーシャルスキルおよび精神的回復力との関連 (赤城・中村, 2017)、運動習慣との関連 (矢野他, 2017)、不安や抑うつ、精

Table 2
HSPS-J19 の検査項目

No.	項目
第1因子 低感覚関	
25	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？
9	大きな音で不快になりますか？
23	一度にたくさんのことが起こっていると不快になりますか？
19	いろいろなことが自分の周りで起きっていると、不快な気分が高まりますか？
7	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？
5	忙しい日々が続くと、ベッドや暗くした部屋などプライバシーが得られ、刺激の少ない場所に逃げ込みたくなりますか？
16	一度にたくさんのことを頼まれるとイライラしますか？
第2因子 易興奮性	
14	短時間にしなければならないことが多いとオロオロしますか？
3	他人の気分に左右されますか？
13	ビクッとしやすいですか？
26	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？
1	強い刺激に圧倒されやすいですか？
4	痛みに敏感になることがありますか？
27	子供の頃、親や教師はあなたのことを「敏感だ」とか「内気だ」と見ていましたか？
21	生活に変化があると混乱しますか？
第3因子 美的感受性	
22	微細で繊細な香り・味・音・芸術作品などを好みますか？
12	自分に対して誠実ですか？
10	芸術や音楽に深く感動しますか？
8	豊かな内面生活を送っていますか？

出典 高橋 (2016) をもとに作成

神的健康、心身症状などの心身の不適応との関連（高橋・熊野, 2019）、自尊感情や過剰適応との関連（峯岸, 2019）、自尊感情や主観的幸福感との関連（上野他, 2020）、親からの不承認環境、推論の誤り、自傷行為との関連（土居・齋藤, 2021）、新型コロナウイルス感染症の影響に対する認知との関連（藤井, 2021）について報告されていた。全般的に、HSP であることは不安や心身症状、神的健康などのネガティブな感情や適応、行動と関連することが示唆されていた。

ただし、HSP の心理尺度の下位因子ごとに検討した結果では、ポジティブな性質を持つ因子があり、その他のネガティブな性質を持つ因子とは異なる結果が出ているものがあつた。その因子がネガティブな感情などを補うことができることも示唆されていた。例えば、HSP であっても順応的敏感さが高ければソーシャルスキルが高いことが示され、そして精神的回復力も高い可能性が示唆された（赤城・中村, 2017）。なお、この研究では HSPS の 27 項目は 2 因子とされ、「美的感受性」に相当する因子は「順応的敏感さ」と命名された。また特性不安や神的健康度などとの関連を検討した研究（高橋・熊野, 2019）では、美的感受性因子のみ、特性不安と負の関連、神的健康とは正の関連が示された（高橋・熊野, 2019）。そして、人生に対する満足度と自尊感情に対し、低感覚閾と易興奮性は負の関連、美的感受性は正の関連を示した（上野他, 2020）。一方、HSP 特性全体では不安や心身症状と正の関連、また神的健康と負の関連があることが確認された（高橋・熊野, 2019）。これらのことから美的感受性因子が心身に良い影響を及ぼすことが示唆されてはいるが、HSP 特性全体としては美的感受性因子の性質が打ち消されてしまうということが言えるだろう。

心理変数ではないが、日常での身体運動の実施頻度が高い程、また身体運動の継続年数が長いほど、SPS およびその下位概念が低い傾向にあることが示された。実施種目の特性との関係において、美的感受性のみにては団体種目・身体接触高頻度群の得点が団体種目・身体接触低頻度群よりも低いことが示されており、団体種目・身体接触低頻度群には、ダンスなどの芸術性が問われる種目が含まれることが要因の 1 つとして考えられた（矢野他, 2017）。また、過剰適応行動と HSP の関連について、過剰適応行動につながる過剰適応傾向を低くするためには、自尊感情を高めることが一定の効果があることが示唆されており、自尊感情は HSP 特性と負の相関が示されたことから、HSP 特性が自尊感情の低下を招き、それに伴って過剰適応傾向が高まる要因となっている可能性があると考えられた（峯岸, 2019）。

さらに、新型コロナウイルスの影響の認知との関連については、HSP 群の中でも HSP のポジティブな性質（HSPS-J の第 3 因子）が高い「全特性群」は内

面世界の充実に結びつけるのに対し、HSP のネガティブな特性のみが高い「ネガティブ特性群」は生活リズムが乱れて焦りや無気力感を抱えるという特徴があること、また「非 HSP 群」は行動面での制限に対する負担感を感じつつもネガティブな心理的影響はあまり認知していないという結果が示された（藤井, 2021）。そして、本人の気質的なものである高い HSP における母親からの不承認的態度は、認知バイアスである推論の誤りを誘起させ、その結果として自傷傾向を高めるリスクファクターとなることが示唆された（土居・齋藤, 2021）。

美的感受性と心理変数との関連

上記では HSPS-J19 と他の心理変数との関連を検討した心理学的研究について概要を述べた。さらにその中から「美的感受性」因子について特に取り上げ、考察したい。美的感受性因子に関する結果についてまとめたものを Table 3 に示す。

「美的感受性」の因子としての安定性

まず、ソーシャルスキル及び精神回復力との関連を検討した赤城・中村（2017）の研究では、研究内で行われた因子分析の結果、2 因子構造となった。そして、その項目から「美的感受性」に相当すると考えられる 4 項目からなる因子は先行研究（Evans & Rothbart, 2008）に合わせて「順応的敏感さ」と命名された。各下位尺度の信頼性係数は、第 1 因子は $\alpha = .85$ と高い信頼性が示されたが、第 2 因子は $\alpha = .54$ であつた。身体運動習慣との関連を検討した矢野他（2017）の研究では、美的感受性について検討はされているものの、因子分析を行っておらず、HSPS-J19 の下位因子をそのまま扱っている。この研究で収集されたデータについて、必ずしも 3 因子構造が示され得る結果であつたとは確定できない。同様に、心身の不適応との関連を検討した高橋・熊野（2019）の研究でも因子分析は行われておらず、下位因子の信頼性係数は検討されていない。全体の信頼性係数は $\alpha = .81$ であつたとしており、高橋（2016）による HSPS-J19 の全体の信頼性係数は $\alpha = .78$ であつたため、それより少し大きい値をとっていることが確認できる。HSP 特性と自尊感情が過剰適応に与える影響について検討した峯岸（2019）の研究も、HSPS-J19 の結果全体を「HSP 特性」として扱っており、因子分析はしていない。主観的幸福感との関連について検討した上野他（2020）の研究でも因子分析は行っておらず高橋（2016）の下位因子をそのまま用いている。

新型コロナウイルス感染症に対する認知について検討した藤井（2021）の研究では、3 因子モデルをもとに確認的因子分析を行った結果、尺度として使用可能であるが、適合の度合いとして低めであつたことを報告している。ここでは 3 因子構造が採用さ

Table 3

日本の研究論文の「美的感受性」因子に関する結果

著者（発表年）	各研究内での因子分析の有無	美的感受性因子の有無	美的感受性因子に関する研究結果および備考	心理変数等
赤城・中村（2017）	あり	（あり）	因子分析の結果、2因子構造となり、美的感受性と項目の類似する第2因子は「順応的敏感さ」と命名された。第2因子は $\alpha = .54$ であった。この因子が高いHSP群はHSPの否定的側面をカバーする可能性が示唆された。	ソーシャルスキル 精神的回復力
矢野他（2017）	なし	あり （高橋（2016）の下位因子をそのまま用いている）	団体実施かつ身体的接触の多い種目を実施する群では、美的感受性因子のみ他の群より低い結果になった。美的感受性は団体種目・身体接触低頻度群に分類された種目（特に新体操やダンス）は、美的な感覚や繊細さなどがパフォーマンス向上に有利に働くことが推測される。	身体運動の実施状況
高橋・熊野（2019）	なし	あり （高橋（2016）の下位因子をそのまま用いている）	精神的健康、開放性—正の相関関係 特性不安—負の相関関係 心身症状—相関なし 美的感受性に関しては、心身の適応とポジティブな関連を示す傾向があった。	特定不安・状態不安 心理的な原因による症状 性格特性5因子
峯岸（2019）	なし	—	HSPS-J19の結果全体を「HSP特性」として扱っており、下位因子別に検討を行っていない。	過剰適応傾向 過剰適応行動 自尊感情
上野他（2020）	なし	あり （高橋（2016）の下位因子をそのまま用いている）	人生に対する満足度: $r = .46, p < .001$ 自尊感情: $r = .42, p < .001$ 精神生活の豊かさを反映している美的感受性を理解することは人生に対する満足度や自尊感情といった主観的幸福感を総合的に高めることが可能となることが示唆された。	人生に対する満足度 自尊感情
藤井（2021）	あり （3因子モデルをもとにした 確認的因子分析）	あり	美的感受性を持ち合わせているHSP群は内面世界の充実に結びつけるが、そうでないHSP群は生活リズムが崩れることが原因で焦りや無気力感を抱える。	予備調査で作成された COVID-19に対する認知 現在の住居環境
土居・齋藤（2021）	なし	—	HSP特性を下位因子別ではなく、全体として検討しているため、美的感受性について検討されておらず言及していない。	母親・父親からの不承認 推論の誤り 自傷行為

れたとはいえ、「美的感受性」因子が安定していることは確認されていない。HSPと親からの不承認環境要因が自傷傾向に及ぼす影響について検討した土居・齋藤（2021）の研究は、HSP特性を下位因子別ではなく全体として検討しているため、美的感受性について検討されておらず言及もされていない。

このように、本研究で対象とした研究7件では、3因子構造として開発されたHSP-J19を使用し、それぞれの対象者における因子分析の結果でもなお3因子構造を示したと言えるものは存在しなかった。ただし、もとの理論的な3因子構造を尊重し、そもそも因子分析を実施していないものが多かった。7件のうち、因子分析の結果第3因子が消滅したのは1件、因子構造について記載がないものは2件、高橋（2016）の下位因子をそのまま用いているのは3件、確認的因子分析を用いて3因子構造を採用したものが1件であった。なお、因子分析の結果として3因子が消滅して2因子になった1件については、内容的には元の第1因子と第2因子が一つの因子となり、元の第3因子は第2因子となって残されたと考えられるが、これを元の第3因子と完全に同様のものと見なせるかどうかは明らかではないだろう。

また、3つの下位因子レベルでの解析をしている研究においても、独自の因子分析がなされておらず高橋（2016）の下位因子がそのまま採用されているか、

確認的因子分析の結果、数値の低さは目立ったが高橋（2016）とほぼ同じ値であったため採用したかの2通りであった。それぞれの研究データにおいて探索的に因子分析を行って見出したものではなく、これまでの日本の研究においてはHSP-J19の3因子構造が妥当であると考えerには報告が不足していると考えられる。

美的感受性と関連のある心理変数

上記に述べたように、HSP-J19の第3因子である「美的感受性」については、下位因子としての安定性に疑問が提起されるものの、HSPをめぐる理論的な観点からこのような因子が含まれることの意義は尊重されるべきであろう。そこで、以下に7つの研究が報告している美的感受性と関連のある変数について整理しておきたい。

ソーシャルスキル及び精神回復力との関連を検討した赤城・中村（2017）の研究では、「美的感受性」に相当すると考えられる因子は「順応的敏感さ」と命名された。そして、HSPの2群と非HSP群による3群での比較をおこない、ソーシャルスキル、精神的回復力ともに、「感覚処理感受性」が高くても「順応的敏感さ」が高ければその困難さをカバーできる側面があることが示された。これは美的感受性のポジティブな効果を指摘していると言えるだろう。身

体運動習慣との関連では、身体接触の多い団体種目で美的感受性因子は他の群より低い結果であった。しかし、身体接触の少ない団体種目では美的感受性の特性が有利に働くことが推測されるという考察がなされた。この研究では、身体接触の少ない団体種目の中に、新体操やダンスが含まれており、特にこれらの競技においては美的な感覚や繊細さなどがパフォーマンス向上につながる可能性が示唆された。

心身の不適応との関連では、精神的健康、性格特性の開放性と美的感受性因子に正の相関関係が、また特性不安とは負の相関が見られたが、心身症状とは無相関という結果であった。そして、重回帰分析において特性不安や精神的健康を説明する有意な変数であった。そのため、著者らは美的感受性に関して、心身の適応とポジティブな関連を示す傾向があったとしている。主観的幸福感との関連では、美的感受性因子は人生に対する満足度および自尊感情とはそれぞれ中程度の正の相関という結果が示され ($r = .46, p < .001$)、重回帰分析でも有意な説明変数であった。そのため、「精神生活の豊かさを反映している美的感受性を理解することは、人生に対する満足度や自尊感情といった主観的幸福感を総合的に高めることが可能となることを示唆している」と指摘された。新型コロナウイルス感染症に対する認知との関連では、美的感受性を持ち合わせている HSP 群は内面世界の充実に結びつけるが、そうでない HSP 群は生活リズムが崩れることが原因で焦りや無気力感を抱えると考えられた。

上記のような結果から、美的感受性は、主にポジティブな心理変数などに関連があることがいくつかの研究で報告されていることがわかった。精神的健康および開放性と正の相関、特性不安と負の相関、人生に対する満足度および自尊感情と正の相関が見られたなどという報告から、美的感受性には、精神的生活を豊かに送ることができる可能性が潜んでいると言えるだろう。このような特性を持つ HSP は必ずしも生きづらさのみを抱えて生きているわけではなく、そうでない人より多くのポジティブな感情が生起されることもあり、それらの特性を理解したうえで生活することで、より豊かな生活を送ることも可能となると考えられる。

終わりに

本研究は、日本における HSP の研究について概観すること、そして特に HSP を「美的な感受性」の視点に注目して検討することを目的とした。学術情報データベースで検索を行い見つかった文献のうち、心理尺度に関する文献を中心に扱った。HSP およびその類似した概念を測定するために開発された心理尺度について確認し、また HSPS-J19 を取り上げて他の心理変数との関連を調べた研究について整理して

述べた。

HSP は、Aron & Aron (1997) によって提唱された概念であり、生得的な特徴であり感覚器自体ではなく感覚情報の脳内処理過程における基本的な個人特性のことを指す SPS が高い人のことを HSP としている。その HSP 特性を測定するために開発された心理尺度について、Aron & Aron (1997) の HSPS と日本で作成された 5 つの尺度論文について検討した。その中では因子構造は 1 因子、2 因子、3 因子の尺度があった。Aron & Aron (1997) と高橋 (2016)、船橋 (2013) と飯村 (2016) のように、先に作成された尺度をもとに日本版や違う年齢を対象としたものを作成している尺度があった。よって、日本における感覚処理感受性を測定する心理尺度の種類は、それほど多くないと考えられる。そして、因子構造について、本研究で扱った尺度論文のうち、日本の心理尺度では下位因子を想定していないものが 1 件、3 因子構造を採用しているものが 3 件、2 因子構造を採用しているものが 1 件という結果であった。

これらの心理尺度から HSPS-J19 を取り上げ、その下位因子である美的感受性因子について検討した。HSPS-J19 を用いた 7 件の日本の研究について述べた。その結果、心身の不適応や過剰適応など、ネガティブな心理特性との関連が多く研究されていることがわかった。一方、美的感受性因子に関する結果は、精神的回復力や人生に関する満足度、自尊感情と正の相関を示すなどポジティブなものも多く見られた。これらの結果から、美的感受性には精神的生活を豊かに送ることができる可能性が潜んでいると言え、HSP 特性の強みと考えられる結果となった。ただし、美的感受性因子の安定性は、今後より一層の検討が必要である。本研究で対象とした 7 件の研究のうち、HSP-J19 (高橋, 2016) の下位因子をそのまま用いているものが 3 件、確認的因子分析を用いて 3 因子構造を採用しているものが 1 件であり、探索的に因子構造を検討したものではない。また因子分析にかけた結果、第 3 因子が消滅した研究が 1 件見られた。そして、1 因子を想定したものが 1 件、2 因子となったものが 1 件であった。

最後に、HSP について国外の文献についても広く考慮し、多文化間で検討していくことが今後の課題であると考えられる。本研究ではわが国の研究に焦点を当て検討を行ったが、海外の HSP 研究に対して日本の研究報告は少ないという現状がある。今後、日本と諸外国の研究報告をもとに、HSP を測定する心理尺度とその文化差などについて更に比較検討することが必要であると考えられる。

利益相反

本論文に関して、開示すべき利益相反の関連事項はない。

引用文献

- 相川 充・藤田 正美 (2005). 成人用ソーシャルスキル自己評定尺度の構成 東京学芸大学紀要 I 部門, 56, 87-93.
- 赤城 知里・中村 真理 (2017). 感覚処理感受性とソーシャルスキル, 精神的回復力の関連性の検討 東京成徳大学臨床心理学研究, 17, 59-67.
- Aron, E. N (1996). *The Highly Sensitive Person: How To Thrive When The World Overwhelms You* New York : Carol Pub. Group 富田香里 (訳) (2008). ささいなことにもすぐに「動揺」してしまうあなたへ 講談社
- Aron, E. N., & Aron, A. (1997). Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 345-368. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.2.345>
- Aron, E. N (2004). Revisiting Jung's concept of innate sensitiveness. *Journal of Analytical Psychology*, 49, 337-367. <https://doi.org/10.1111/j.1465-5922.2004.00465.x>
- 土居 正人・三宅 俊治・園田 順一 (2013). 自傷行為尺度作成の試みとその検討 心身医学, 53(12), 1112-1119. https://doi.org/10.15064/jjpm.53.12_1112
- 土居 正人・齋藤 菜摘 (2021). HSP (Highly Sensitive Person) と親からの不承認環境要因が自傷傾向に及ぼす影響——推論の誤りによる媒介分析—— 自殺予防と危機介入, 41(1), 18-24. https://doi.org/10.51098/spcijasp.41.1_18
- Endo, S., Kanou, H., Oishi, K. (2012). Sports Activities and Sense of Coherence (SOC) among College Students. *International Journal of Sport and Health Science*, 10, 1-11. <https://doi.org/10.5432/ijshs.201114>
- Evans, D. E., & Rothbart, M. K. (2008). Temperamental sensitivity: Two constructs or one? *Personality and Individual Differences*, 44(1), 108-118. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.07.016>
- Helgoe, L. (2013). *Introvert Power: Why Your Inner Life Is Your Hidden Strength* (2nd ed.) US. Sourcebooks. (ヘルゴー, L. 向井 和美 (訳) (2014). 内向的な人こそ強い人 新潮社)
- 福井 至 (1997). Depression and Anxiety Mood Scale (DAMS) 開発の試み 行動療法研究, 23(2), 83-93. https://doi.org/10.24468/jjbt.23.2_83
- 藤井 恭子 (2021). Highly Sensitive Person (HSP) 特性を持つ大学生の新型コロナウイルス感染症の影響に対する認知の特徴 教育学論究, 13, 105-115.
- 船橋 亜希 (2013). 成人用感覚感受性尺度作成の試み 中京大学心理学研究科・心理学部紀要, 12(2), 29-36.
- 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—もともとの「弱さ」を後天的に補えるか— 教育心理学研究, 60(4), 343-354. <https://doi.org/10.5926/jjep.60.343>
- 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(2), 154-157. <https://doi.org/10.2132/personality.25.154>
- 岐部 智恵子・平野 真理 (2019). 日本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(2), 108-118. <https://doi.org/10.2132/personality.28.2.1>
- 小塩 真司・中谷 素之・金子 一史・長峰 伸治 (2002). ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性——精神的回復力尺度の作成—— カウンセリング研究, 35, 57-65.
- 串崎 真志 (2019). 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—— 関西大学人権問題研究室紀要, 77, 37-54.
- 峯岸 佳 (2019). HSP 特性と自尊感情が過剰適応に与える影響について——生きづらさの考察—— 跡見学園女子大学附属心理教育相談所紀要, 16, 153-169.
- Nakano, K., & Kitamura, T. (2001). The relation of the anger subcomponent of Type A behavior to psychological symptoms in Japanese and foreign students. *Japanese Psychological Research*, 43, 50-54. <https://dx.doi.org/10.1111/1468-5884.00159>
- 中里 克治・下仲 順子・権藤 恭之・高山 緑 (1996). 改訂版 NEO 人格インベントリー (NEO-PI-R) 標準化の試み (V) ——短縮版としての NEO-FFI の作成—— 日本性格心理学会大会発表論文集, 5, 70-71. https://doi.org/10.24534/jjpjsppp.5.0_70
- 落合 良行・佐藤 有耕 (1996). 親子関係の変化からみた心理的離乳への過程の分析 教育心理学研究, 44(1), 11-22. https://doi.org/10.5926/jjep1953.44.1_11
- 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(1), 51-70. <https://doi.org/10.1037/dev0000406>
- 桜井 茂男 (2000). ローゼンバーグ自尊感情尺度日本語版の検討 筑波大学発達臨床心理学研究, 12, 65-71.
- 清水 秀美・今榮 国晴 (1981). STATE-TRAIT ANXIETY INVENTORY の日本語版 (大学生用) の作成 教育心理学研究, 29(4), 348-353. https://doi.org/10.5926/jjep1953.29.4_348
- Smolewska, K. A., McCabe, S. B., & Woody, E. Z. (2006). A psychometric evaluation of the Highly Sensitive Person Scale: The components of sensory-processing sensitivity and their relation to the BIS/BAS and "Big

- Five". *Personality and Individual Differences*, 40(6), 1269–1279. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.09.022>
- 角野 善司 (1994). 人生に対する満足度 (the Satisfaction with Life Scale: SWLS) 日本版作成の試み 日本教育心理学会総会発表論文集, 36, 192.
- 鈴木 伸哉・五十嵐 祐・吉田 俊和 (2015). 愛着スタイルとしての関係不安と過剰適応行動が恋愛関係における親和不満感情に及ぼす影響 対人社会心理学研究, 15, 63-69. <https://doi.org/10.18910/54438>
- 高橋 亜希 (2016). Highly Sensitive Person Scale 日本版 (HSP-J19) の作成 感情心理学研究, 23(2), 68-77. https://doi.org/10.4092/jsre.23.2_68
- 高橋 徹・熊野 宏昭 (2019). 日本在住の青年における感覚処理感受性と心身の不適応の関連——重回帰分析による感覚処理感受性の下位因子ごとの検討—— 人間科学研究, 32(2), 235-243.
- 上野 雄己・高橋 亜希・小塩 真司 (2020). Highly Sensitive Person は主観的幸福感が低いのか? ——感覚処理感受性と人生に対する満足度, 自尊感情

- との関連から—— 感情心理学研究, 27(3), 104-109. https://doi.org/10.4092/jsre.27.3_104
- 山本 真理子・松井 豊・山成 由紀子 (1982). 認知された自己の諸側面の構造 教育心理学研究, 30(1), 64-64. https://doi.org/10.5926/jjep1953.30.1_64
- 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(2), 587-598. <https://doi.org/10.5432/jjpehss.17017>

脚 注

¹ 感覚感受性または感覚処理感受性という表現は、その文中で言及している先行研究の表現などを尊重して使用したが、本論文において両者の概念的区別はしていない。

—2025.1.6 受稿 2025.1.17 受理—