

企業で働く Highly Sensitive Person はストレスを感じ、 共感しやすいか

井奥智大*・綿村英一郎**

Are the Highly Sensitive Person at Work Likely to Feel Stressed and Empathetic?

Tomohiro IOKU* and Eiichiro WATAMURA**

Some of us are highly sensitive to environmental stimuli. Such a sensitive person is called Highly Sensitive Person. According to the environmental sensitivity theory, highly sensitive persons are more likely to both negatively and positively respond to environmental stimuli (e.g., work stress and empathy). Given the environmental sensitivity theory, we hypothesized that the Highly Sensitive Person Scale (HSPS) would be positively correlated with stress perception, alienation, and empathy. An online survey of 270 Japanese workers was conducted. As predicted, correlation analysis in this study revealed that HSPS was linked to higher stress perception, alienation, and empathy. The result remained even after adding optimism and pessimism as covariates. These results support the environmental sensitivity theory at work, suggesting that highly sensitive workers are easily stressed but more empathetic with others.

key words: highly sensitive person, environmental sensitivity, work stress, empathy

問 題

環境刺激に対して敏感に反応する人がいる。この敏感な人は Highly Sensitive Person (HSP) と呼ばれる。本研究は Evers et al. (2008) の研究を概念的に追試・発展させ、企業で働く HSP がストレスを感じやすいのかについて検討する。また、ストレスというネガティブな側面だけでなく HSP のポジティブな側面についても検討する。

環境感受性

環境刺激に対する影響の受けやすさには個人差がある。環境感受性とはこのような個人差を表す概念であり、環境感受性の高い人は HSP と呼ばれる。環境感受性は神経症傾向や開放性といった他の人格特性とに相関があるものの、それほど強い相関ではなく、それら人格特性とは違うものである (Aron & Aron, 1997; Lionetti et al., 2019)。また、環境感受性は障害ではなく、自閉症スペクトラム症などの過敏症とも異なる。

* 大阪大学国際教育交流センター

Center for International Education and Exchange, Osaka University, 1-1 Yamadaoka, Suita, Osaka 565-0871, Japan.
(t_ioku@outlook.com)

** 大阪大学大学院人間科学研究科

Graduate School of Human Sciences, Osaka University, 1-1 Yamadaoka, Suita, Osaka 565-0871, Japan.

これまで環境感受性に関する理論は複数提唱されている。例えば、感覚処理感受性理論(Aron & Aron, 1997)、差次感受性理論(Belsky & Pluess, 2009)、生物感受性理論(Boyce & Ellis, 2005; Ellis et al., 2011)が挙げられる。近年ではこれら理論を統合した環境感受性理論が提唱されている(Pluess, 2015)。環境感受性理論によれば、環境感受性は人間や他の種に見られる基本的な特徴である。また、ネガティブな刺激だけでなく、ポジティブな刺激に対しても環境感受性に個人差があり、人口の約30%は他の人よりもポジティブな刺激にもネガティブな刺激にも影響を受けやすいと仮定されている。さらに、情報を処理し、さまざまな刺激に対する反応を調整する中枢神経系によって、環境感受性の高まりは反映されると考えられている(Ellis et al., 2011; Pluess, 2015)。

環境感受性理論を支持する知見は主に発達心理学の分野で提供されている(Rudolph et al., 2020; Slagt et al., 2018)。オランダの幼稚園児を対象とした縦断研究では(Slagt et al., 2018)、しかることや罰を与えるといった子育てをすると、環境感受性の高い幼稚園児は他者を不快にさせる行動が増加していた(e.g., かんしゃくを起こす)。一方、同様の子育てをしても、環境感受性の低い幼稚園児の行動はあまり変わらなかった。また、アメリカの女子中高生を対象としたMRI研究では(Rudolph et al., 2020)、親からのサポートを受けていると、環境感受性の高い女子中高生の抑うつ症状は少なかったのに対し、環境感受性が低い女子中高生の抑うつ症状に親からのサポートはあまり関係なかった。このように、環境感受性の高い子どもは良くも悪くも、子育ての質の影響を受けやすいことがわかっている。

環境感受性を測定するものとして、Aron and Aron (1997)はHighly Sensitive Person Scale (HSPS)という尺度を開発している。HSPSはイタリア語(Nocentini et al., 2018)、オランダ語(Weyn et al., 2021)、日本語(高橋, 2016)など複数の言語に翻訳され、環境感受性の個人差測定において妥当な心理測定特性を有することが報告されている(Iimura et al., 2023)。

環境感受性とストレス

HSPSを使用した研究は主に児童や高校生、大学生を対象としてきた(Iimura, 2021; Yano & Oishi, 2021)。企業環境においても特定の環境刺激が多いこ

とから(e.g., 業績評価, 人間関係, レイアウト)、企業で働くHSPもストレスを感じやすいと考えられるものの、企業で働く社会人を対象としたものは少ない。例外として、オランダの社会人を対象とした研究が挙げられる(Evers et al., 2008)。Evers et al. (2008)はHSPSと複数のストレス指標を測定し(e.g., ストレス知覚や疎外感)、環境感受性とストレスの関係を検討している。

Evers et al. (2008)によれば、企業で働くHSPはストレスを認識しやすい。HSPは環境刺激に敏感であり、環境刺激の影響を過度に受けやすい(Aron & Aron, 1997)。例えば、HSPは他人の気分に左右されやすい。また、労働環境に変更があると困惑しやすい。こうした傾向から、HSPは環境刺激をストレスと知覚しやすく、HSPSとストレス知覚に正の相関があると予測される。

また、HSPは疎外感を経験しやすい(Evers et al., 2008)。職場では電話の音、コピー機の音、同僚の話し声などさまざまな刺激がある。普通の人が気にも留めないようなことでも、HSPには強い刺激と感じられ、仕事に集中することが困難になる。そのため、騒がしい環境から物理的または心理的に距離をとろうとすることで(Schabracq & Cooper, 2003)、HSPは次第に組織の一員ではないかのように感じるようになり、疎外感を経験する(Evers et al., 2008; Kobasa, 1979)。このことから、HSPSと疎外感に正の相関があると予測される。

これらの予測が支持されれば、HSPはストレスに関する人格要因の1つであるとの考えに至る。実際に、Evers et al. (2008)は、HSPS得点が高い人ほど、疎外感得点が高いという調査結果を示した。また、HSPS得点が高い人ほど、不快経験得点が高かった。この関連はネガティブ感情を統制しても認められた。

先行研究の課題

Evers et al. (2008)の研究結果はHSPのネガティブな側面を表すものと解釈できるものの、ポジティブな側面に注目していない点に限界がある(問題1)。HSPにはポジティブな側面もあると考えられる。例えばHSPは人の気持ちに対しても敏感であり、他者に共感できることが挙げられる(Acevedo et al., 2014)。Acevedo et al. (2014)は夫婦を対象としたfMRI研究を実施し、配偶者のポジティブとネガ

ティブな顔画像に対する参加者の脳活動を測定したところ、HSPS 得点が高い人ほど、他者の感情に対する共感を反映する脳領域が活性化していた。そのため、HSPS と共感に正の相関があると予測される。職場において共感の高い人は向社会的行動をとる傾向や (e.g., Kamdar et al., 2006), 職務評価が高い傾向にあることがわかっており (e.g., Riggio & Taylor, 2000), この予測を調べることは有益である。

また、Evers et al. (2008) にはストレスに関わる他の人格要因を統制していない点にも限界がある (問題 2)。ストレスに関わる人格要因として楽観性や悲観性が知られている。例えば、日本の大学生を対象とした外山 (2013) の調査研究において、楽観性得点が高い人ほど抑うつ得点が低い一方、悲観性得点が高い人ほど抑うつ得点が高かった。楽観性を統制しても、悲観性と抑うつの相関が観察された。

さらに、方法論上の問題として、Evers et al. (2008) は HSPS の短縮版項目を使用して分析しているものの、その短縮版項目は妥当性が検討されたものではない (問題 3)。彼ら自身が論文上で指摘しているように、労働環境における HSP とストレスの関連についてより決定的な証拠を得るためには、妥当性の検討された尺度項目での追試が必要である。

本研究の目的と意義

先に述べたように、企業において環境に対して敏感に反応する人が存在し、彼らがストレスを感じやすいのかを調べた研究は少ない。例外として Evers et al. (2008) の研究があるものの、上記 3 つの問題点がある：(問題 1) 企業で働く HSP のポジティブな側面が不明である、(問題 2) ストレスに関わる他の人格要因を統制していない、(問題 3) 妥当性の検討された短縮版尺度を使用していない。そこで、Evers et al. (2008) の研究を概念的に追試、発展させることを目的として、それらの問題点に取り組んだ。具体的には、まず HSP のポジティブな側面として共感も含めた検討を行った。また、これまでの研究でストレスに関連する人格要因として広く認識され、日本においても確認されている (Chang et al., 1997; 外山, 2013), 楽観性と悲観性を統制した上でも、HSPS とストレス指標に有意な相関が観察されるのか検討した。これによって、環境感受性とストレスとの関係が他の人格要因によって説明される可能性を低減し、環境感受性が独立した要因としてストレスに関

わっているかをより正確に評価できる。さらに、近年開発された HSPS 短縮版を使用した (Iimura et al., 2023)。

このように、企業で働く HSP のストレスの感じやすさについて検討することは組織行動研究において意義がある。これまでの組織行動研究では、ストレスは早期離職、職務への不満、感情的疲労、認知機能低下、生産性低下、および自殺の大きな原因と認識されてきた (Landy & Conte, 2016; 松本・白井, 2012; 根来・金井, 2023)。ストレスの対策として、企業はメンター制度などのサポートを提供している。しかし、ストレスの捉え方は人によって異なる。同僚や上司に悩みを打ち明けても、「気にし過ぎ」という一言で片づけられてしまうこともある。したがって、個別に配慮したサポートを行うには、ストレスを感じやすい従業員の特性を理解する必要がある。本研究は、HSP のストレスの感じやすさを調べたという点で、早期離職などの諸問題を引き起こすストレスの個人特性を理解する上で意義がある。

また、ストレスの個人特性に関する研究は主にビッグファイブに焦点を当ててきた。しかし、一部の研究者は他の人格特性にも注目すべきだとも指摘している (Judge et al., 2008)。その状況において本研究は HSP に注目するという点で、今後のストレス研究に新たな視点を提供する。

さらに、HSP のストレスだけでなく共感についても検討することは環境感受性研究においての重要な意義をもつ。HSP と神経症傾向との弁別性についての証拠は限られている。HSP に共感の高さが見られるなら、神経症傾向と異なる特性であることが示唆される。このような意味で、本研究は環境感受性理論にも貢献するものである。

前節までを踏まえ、仮説は以下の通りである。

仮説 1 HSPS とストレス知覚に正の相関がある。

仮説 2 HSPS と疎外感に正の相関がある。

仮説 3 HSPS と共感に正の相関がある。

予備調査

ストレス知覚と疎外感の日本語版尺度の妥当性を検討することを目的として、予備調査を実施した。予備調査は大阪大学大学院人間科学研究科行動学系研究倫理委員会から承認を得て実施した (承認番号 R

3-028)。

参加者

Yahoo!クラウドソーシングの登録者の中からウェブ調査参加者を募集した。企業に勤務している18歳以上の社会人を対象とした。回答者には報酬として商品などと交換可能なポイントが与えられた。317名が調査に参加した。分析除外基準として、回答の半数以上が欠損していること、アテンションチェック1項目に違反していることを設定した。アテンションチェックの項目には「選択肢『2』を選んでください」というDirected Questions Scale (DQS)を使用した(Maniaci & Rogge, 2014)。この基準に違反するものを除いた296名を分析対象とした(男性=209名; 女性=80名; 無回答=7名)。平均年齢は45.25歳であった($SD=9.15$; 範囲=19-76)。

測定指標

PS: ストレス知覚 Perceived Stress Scaleの中から代表的な4項目を翻訳して使用した(Cohen & Williamson, 1988)。項目選定ではストレスの広範な側面、ストレス知覚の核心的な要素、感情と行動の結びつきという3点に注意した。詳細についてはオンライン付録に記載している(https://osf.io/5p97z/?view_only=279bb630622c4504b9f27c1c07fe6f8e)。翻訳ではBrislin (1980)の手続きに従った。Mapi Research Trustより翻訳の許可を得ている。「ストレスがたまっていると感じたことがどのくらいありましたか?」などの4項目に対し、過去1か月でどれくらいあったかを5件法で尋ねた(1. まったくなかった~5. とてもよくあった)。

SE: 疎外感 Self-Estrangement Scaleを翻訳して使用した(B. Roberts, 1987)。Evers et al.(2008)に倣い、ストレスを測定する指標の1つとして疎外感を測定した。翻訳ではBrislin(1980)の手続きに従った。American Sociological Associationより翻訳の許可を得ている。「何をしても退屈だと感じることはありますか?」などの4項目に対して、7件法で回答を求めた(1. まったくない~7. とてもよくある)。

SOC: 首尾一貫感覚 Evers et al.(2008)の研究においてストレス指標としてSOCの低さが扱われていたことから、SOCを妥当性の基準変数とした。Sense of Coherence Questionnaireの日本語版を使用した(Antonovsky, 1987; 戸ヶ里他, 2015)。「あなたは不慣れな状況の中にいると感じ、どうすればよ

いのかわからないと感じることがありますか?」などの13項目に対し、7件法で回答を求めた(1. まったくなかった~7. いつもそうだった)。

因子構造の検討

Perceived Stress Scale (PSS) と Self-Estrangement Scale (SES) の因子構造を検討するために、因子分析を行った。2因子を仮定して確認的因子分析を行ったところ、「自分にとって良い方向に事が運んでいると感じたことがどのくらいありましたか?」という項目の因子負荷量が低かった($-.002$)。そこで、この項目を除外して確認的因子分析を行った結果、因子負荷量は項目すべてにおいて、30を超えていた。モデルの適合度も良好であった($\chi^2(13)=21.67$, CFI=.98, RMSEA=.04, SRMR=.03)。

信頼性の検討

PSSの信頼性について検討するために α 係数を算出したところ $\alpha=.71$ 、また ω 係数を算出したところ $\omega=.71$ であったことから、許容可能な信頼性を示しているといえる。同様に、SESの信頼性について検討するために α 係数を算出したところ $\alpha=.75$ 、 ω 係数を算出したところ $\omega=.78$ であったことから、許容可能な信頼性を示しているといえる。

妥当性の検討

PSSおよびSESとSOCの相関係数を算出した。PSSとSOCとの間に負の相関($r=-.63$, $p<.01$, 95% CI=-.69—-.56)、SESとSOCとの間に負の相関($r=-.75$, $p<.01$, 95% CI=-.79—-.69)、そしてPSSとSESとの間に正の相関が認められた($r=.53$, $p<.01$, 95% CI=.44—-.61)。以上より基準関連妥当性が確かめられた。

本調査

調査対象者

2022年2月1日から4日にかけて、Yahoo!クラウドソーシングの登録者の中からウェブ調査参加者を募集した。Yahoo!クラウドソーシングは日本最大級のクラウドソーシング・プラットフォームであり、さまざまな心理学研究でも利用されている(Park et al., 2021)。産業組織における一般化可能性やEvers et al.(2008)の研究との(潜在的な)比較可能性を踏まえ、企業に勤務している18歳以上の社会人を対象とした。回答者には報酬として商品などと交換可能なポイントが与えられた(15円相当)。273名が調査

に参加した(職種は Table 1 参照)。分析除外基準として、回答の半数以上が欠損していること、アテンションチェック 1 項目に違反していることを設定した。アテンションチェックの項目には「選択肢『2』を選んでください」という Directed Questions Scale (DQS) を使用した (Maniaci & Rogge, 2014)。この基準に違反するものを除外し、残った 270 名を分析対象とした(男性=187名;女性=81名;無回答=2名)。平均年齢は 46.47 歳であった ($SD=11.05$; 範囲=20-81)。正規雇用者は 175 名であった(非正規雇用者=94名;無回答=1名)。正規雇用者のうち 141 名は男性であった(非正規雇用=46名)。一般社員は 192 名であった(主任・係長以上=76名;無回答=2名)。なお、本調査は大阪大学大学院人間科学研究科行動学系研究倫理委員会から承認を得て実施した(承認番号 R3-028)。

測定指標

HSPS：環境感受性 Aron and Aron (1997) が開発した尺度を日本語に翻訳していた高橋 (2016) の 19 項目を Iimura et al. (2023) が 10 項目に短縮し、その妥当性を緻密に検討しており、本研究では Iimura et al. (2023) の 10 項目を用いた。「他人の気分に左右されますか?」などの項目が含まれた。7 件法で回答を求めた(1. まったく当てはまらない~7. 非常に当てはまる)。信頼性係数は $\alpha=.88$ であった。10 項目の平均得点を環境感受性の指標とした。得点が高いほど、環境の刺激に対して繊細に反応することを示す。

OP：楽観性・悲観性 Japanese Optimism and Pessimism Scale の 6 項目を追加した (Chang et al., 1997; 外山, 2013)。楽観性尺度では最も因子負荷量の高い「自分の将来は、良いことが起こると思う」などの 3 項目、悲観性尺度では「何をしても、うまくいかないことばかりを想像する」などの 3 項目が含まれた。5 件法で回答を求めた(1. まったく当てはまらない~5. よく当てはまる)。楽観性尺度と悲観性尺度の信頼性係数は $\alpha=.84, .91$ であった。各尺度項目の平均得点を楽観・悲観性の指標とした。

PS：ストレス知覚 予備調査で使用した尺度を使用した。修正済み項目合計相関が 3 未満という基準 (Pallant, 2007) に当てはまる項目「自分にとって良い方向に事が運んでいると感じたことがどのくらいありましたか?」を削除して信頼性係数を算出すると、 $\alpha=.71$ であった。3 項目の平均得点をストレス知

Table 1 参加者の職種

	全体	男性	女性
営業	8.5	7.8	0.7
事務・企画	26.3	20.0	5.9
クリエイティブ系	3.3	2.6	0.7
技能	9.6	6.3	3.3
専門・技術・研究	16.3	13.3	3.0
サービス・販売系	15.2	7.4	7.8
通信	0.4	0.4	0.0
その他	20.4	7.0	13.3

注. 値は % を表す。

覚の指標とした。

SE：疎外感 予備調査と同じ尺度を使用した。信頼性係数は $\alpha=.75$ であった。4 項目の平均得点を疎外感の指標とした。

IRI：共感 Interpersonal Reactivity Index の日本語版を使用した (Davis, 1980; 日道他, 2017)。「非常事態では、不安で落ち着かなくなる」などの 16 項目に対し、5 件法で回答を求めた(1. まったく当てはまらない~5. とてもよく当てはまる)。信頼性係数は $\alpha=.79$ であった。16 項目の平均得点を共感の指標とした。

解析方法

事前分析として、偏相関分析を行った研究に倣い (e.g., 山岡・湯川, 2017), デモグラフィック特性によって各尺度得点異なるかどうかを検討した。具体的には、各尺度得点に対して性別(男性・女性)×雇用形態(正規・非正規)の二要因分散分析を行った。この 2 つに注目した理由は特に仮説を立てていたわけではないものの、共感に性差があることや (e.g., Baron-Cohen & Wheelwright, 2004), ストレス反応に雇用形態差があることが先行研究で示されていたからである (神谷他, 2011)。次に、HSPPS, 楽観性, 悲観性, ストレス, および共感に関連があるかを検証するために、変数間の相関係数を算出した。次に、楽観性・悲観性を統制した上でも、HSPPS とストレス, および共感に関連があるかを検証するために、偏相関係数を算出した。有意水準は 5% に設定した。最後に、基礎的な資料を提供することを目的として探索的分析を行った。本研究の参加者の何%が HSP に相当するかを調べるため、HSPPS の全項目を用いた潜在クラス分析を実施した。先行研究に倣い (Lionetti et al., 2018), 赤池情報量規準 (AIC), ベイズ

Table 2 本研究における HSPS, ストレス知覚, 疎外感, 共感, 楽観性, 悲観性の相関係数

		M	SD	HSPS	PS	SE	IRI	O	P
1	HSPS	4.28	1.02		.47 **	.41 **	.39 **	-.16 *	.42 **
2	PS	2.98	0.64	.31 **		.59 **	.24 **	-.32 **	.56 **
3	SE	4.00	1.30	.25 **	.35 **		.01	-.65 **	.67 **
4	IRI	3.00	0.48	.34 **	.17 **	-.01		.19 **	.20 **

注. 上三角行列は相関係数, 下三角行列は偏相関係数。偏相関係数は楽観性, および悲観性を統制した値。HSPS=感覚処理感受性; PS=ストレス知覚; SE=疎外感; IRI=共感; O=楽観性; P=悲観性。

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

情報量規準 (BIC), Lo-Mendell-Rubin 調整尤度比検定 (LMR-A), エントロピー, および最節約性を基に, グループ数を判断した。その後, HSP はストレスを感じやすく, 共感しやすいのかという問いにより明確な答えを得るため, ストレス知覚と疎外感, 共感を従属変数, 環境感受性のグループを独立変数とする一要因分散分析を行った。

結 果

事前分析

分散分析の結果, HSPS 得点では女性より男性のほうが有意に低い傾向があったものの ($F(1, 263) = 3.90, p = .05$), 雇用形態の主効果は有意ではなかった ($F(1, 263) = 1.64, p = .20$)。また, 交互作用が有意であり ($F(1, 263) = 6.71, p = .01$), 男性において非正規よりも正規雇用者の HSPS 得点が有意に低かった。ストレス知覚得点, 疎外感得点, 共感得点に対しては性別と雇用形態の主効果はなかった。全体的に見てデモグラフィック特性による差異はほとんどなかったことから, 偏相関係数を算出する際には性別と雇用形態, 年齢を統制せず分析を行うこととした。

仮説検証

相関係数を算出した結果を Table 2 の上三角行列に示す。予測通り, HSPS とストレス知覚 ($r = .47$), 疎外感に正の相関があった ($r = .41$)。共感についても予測通り, HSPS と IRI に正の相関があった ($r = .39$)。

また, 楽観性は HSPS ($r = -.16$), ストレス知覚 ($r = -.32$), 疎外感と負の相関が ($r = -.65$), 共感と正の相関があった ($r = .19$)。これに対し, 悲観性は HSPS ($r = .42$), ストレス知覚 ($r = .56$), 疎外感 ($r = .67$), 共感と正の相関があった ($r = .20$)。

次に, 楽観性や悲観性を考慮して偏相関係数を算出した結果を Table 2 の下三角行列に示す。概して, HSPS とストレス指標との関係に大きな違いはなかった。先ほどと同じく, HSPS とストレス知覚 ($r = .31$), 疎外感に正の相関があった ($r = .25$)。同様に, 共感についても, HSPS と IRI に正の相関があった ($r = .34$)。

探索的分析

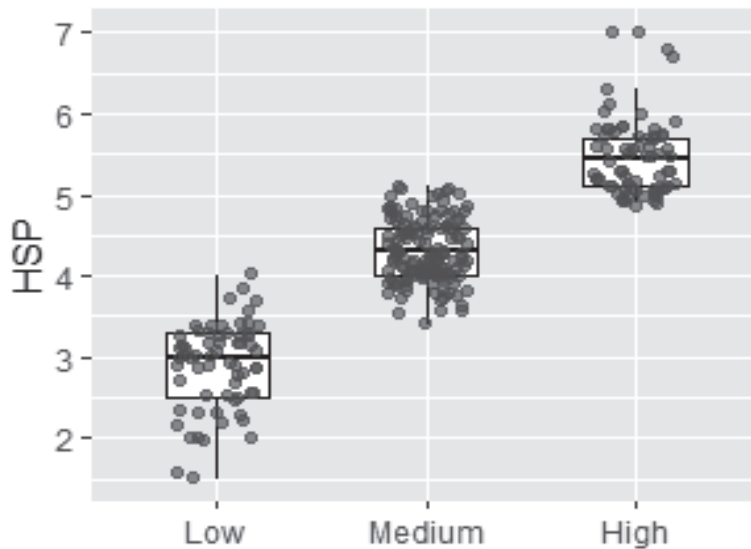
潜在クラス分析の結果, 2 クラスモデルと比べ, 3 クラスモデルの LMR-A は有意な差を示し ($p = 0.01$), エントロピーは高く (0.85), BIC と AIC は低かった (それぞれ 8872.04, 9023.17)。3 クラスモデルと比べて, 4 から 6 クラスモデルの LMR-A は有意な差を示さなかった。この 3 クラスモデルでは, 環境感受性の低いグループに 23.70%, 中程度のグループに 50.37%, 高いグループに 25.92% の参加者が分類された (Figure 1)。

続いて, 分散分析を実施したところ, ストレス知覚と疎外感の得点においてグループ間で有意差が認められた (Table 3)。多重比較の結果, 環境感受性の中程度のグループは, 低いグループと比較して, ストレス知覚と疎外感の得点が高かった。また, 環境感受性の高いグループは, 低いグループや中程度のグループと比較して, ストレス知覚と疎外感の得点が高かった。

考 察

企業で働く HSP はストレスを感じやすいのか。本研究は Evers et al. (2008) の研究を間接的に追試・発展させ, HSP のネガティブな側面に加え, ポジティブな側面も検討した。その結果, 仮説 1 から仮説 3 は概ね支持され, HSPS はストレスを感じやすい

Figure 1 潜在クラス分析による分類。



Note：環境感受性の低いグループに 23.70%，中程度のグループに 50.37%，高いグループに 25.92% 分類。

Table 3 環境感受性のグループごとのストレス知覚，疎外感，共感尺度得点

	低		中		高		分散分析の結果	多重比較の結果
	M	SD	M	SD	M	SD		
PS	1.78	0.65	2.27	0.56	2.59	0.55	$F(2, 267) = 32.42^{**}$	低<中<高
SE	3.20	1.20	4.02	1.17	4.69	1.19	$F(2, 267) = 26.68^{**}$	低<中<高
IRI	2.76	0.54	3.03	0.42	3.19	0.42	$F(2, 267) = 15.41^{**}$	低<中<高

注. PS=ストレス知覚；SE=疎外感；IRI=共感；M=平均値；SD=標準偏差。

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

一方，他者に共感しやすいというポジティブな側面をあわせもつことが明らかになった。

本研究には以下の学術的意義がある。第一に，Evers et al.(2008)の再現性を示す証拠を提供した。彼らはHSPSとストレス指標に正の相関があることを報告しているが，ストレスに関わる人格特性を統制していないなど方法論に問題点があった。そこで，本研究は楽観性と悲観性の尺度を追加し，それらを統制してもHSPSとストレス知覚，疎外感に正の相関があることを示した。したがって，HSPとストレスに正の相関があるという先行研究の知見は妥当と考えられる。

本研究の知見は組織行動研究にも示唆を与える。組織行動研究においては，職務への不満や早期離職，感情的疲労といった問題の根底に職場でのストレス

があると考えられてきた。対策としてメンター制度などが実施されているものの，ストレスの捉え方の違いによっては適切なサポートが行き届かない可能性がある。HSPがストレスを知覚しやすいという知見はより有効なサポートを検討する研究のヒントになるだろう。

第二に，HSPと神経症傾向の違いに関する知見は組織行動研究においても重要な意義を持っている。組織行動研究では，ストレスなどの個人差に関する幅広い研究が行われており(Judge et al., 2008；B. W. Roberts, 2006；古川, 1996)，これらの研究は主に神経症傾向を含むビッグファイブといった人格特性に焦点を当ててきた。しかし，一部の研究者は他の人格特性にも注目すべきだと指摘している(Judge et al., 2008)。特に，潜在クラス分析を用いた米国や英

国の研究によれば、HSPは3つの異なるグループに分けられ、高いグループが約30%、中程度のグループが約40%、低いグループが約30%であることが示されている(Lionetti et al., 2018)。この知見から、職場におけるHSP研究はストレスや不快感の潜在的な原因を特定し、約30%の労働人口のウェルビーイングを向上できる可能性がある点で、組織行動研究に貢献できると考えられる。

第三に、HSPのポジティブな側面を示すことができた。これまでの研究により、HSPは神経症傾向と相関することが知られている(Lionetti et al., 2019)。一方で、神経症傾向の高さは共感の高さに関係がないことがわかっている(e.g., Nettle, 2007)。HSPの共感の高さといったポジティブな側面を示すことで、HSPと神経症傾向の違いに関する証拠を提供する点で本研究は環境感受性理論に貢献するものである。

本研究は企業におけるHSPの重要な役割を示した点で、企業に有益である。人は理解してもらいたいという基本的欲求をもっており(Reis et al., 2017)、共感はこれを満たすことができる。企業側がHSPのもつこの貴重な資源を必要な労働環境に配分することで、職場の円滑な人間関係の構築をはかることができる可能性がある。また、共感しやすいHSPは共感疲労を起こしやすい可能性もあるため、HSPが働くうえでは、支援的な風土であることに加え、共感を酷使しないような環境づくりも必要であろう。

ポジティブな側面が明らかになったことはHSP自身にとっても価値がある。HSPは生きづらさの原因がわからず、自分がHSPに該当することを知らず、安心して人が多い(NHK, 2020)。HSPに該当することや長所も含めたHSPの諸側面を知ること、安心だけでなく自信も得られる可能性がある。

最後に、今後の課題について述べる。第一に、共感を多角的に捉えていない点である。共感共感的関心、視点取得、個人的苦痛、想像性といった側面から捉えられ(Davis, 1980; 日道他, 2017)、側面次第ではネガティブな性質をHSPが有している可能性がある。第二に、本研究の結果は相関関係に基づくものであり、相関係数もさほど強いものではなかった。相関係数の大きさとその解釈については慎重になるべきであろう。第三に、本研究は楽観性と悲観性を統制していたものの、神経症傾向など他の人格特性も

含めた検討も望まれる。第四に、労働環境との関係からHSPを検証することも重要である。看護師を対象とした坂田他(2006)による調査では、助け合える雰囲気労働環境にあると思っている看護師ほど、ストレスを感じていなかった。そのような支援的な風土では、HSPとストレスの相関は弱くなるのかもしれない。言い換えれば、労働環境に支援的な風土がある場合、HSPはそれほどストレスを感じていない可能性がある。労働環境内の要因と併せての検証が必要である。

引用文献

- Acevedo, B. P., Aron, E. N., Aron, A., Sangster, M., 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. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/brb3.242>
- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the mystery of health: how people manage stress and stay well*. San Francisco: Jossey-Bass. (山崎喜比古 吉井清子 (監訳) (2001) : 健康の謎を解く——ストレス対処と健康保持のメカニズム——有信堂).
- Aron, E. N., & Aron, A. (1997). Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. In *Journal of Personality and Social Psychology* (Vol. 73, pp. 345-368). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.2.345>
- Baron-Cohen, S., & Wheelwright, S. (2004). The empathy quotient: an investigation of adults with Asperger syndrome or high functioning autism, and normal sex differences. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 34, 163-175. <https://doi.org/10.1023/B:JADD.0000022607.19833.00>
- Belsky, J., & Pluess, M. (2009). Beyond diathesis stress: Differential susceptibility to environmental influences. In *Psychological Bulletin* (Vol. 135, pp. 885-908). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/a0017376>
- Boyce, W. T., & Ellis, B. J. (2005). Biological sensitivity to context: I. An evolutionary-developmental theory of the origins and functions of stress reactivity. *Development and Psychopathology*, 17, 271-301. <https://doi.org/doi:10.1017/S0954579405050145>
- Brislin, R. W. (1980). Translation and content analysis of oral and written materials. In H. Triandis & J. W. Berry (Eds.), *Handbook of cross-cultural psychology* (pp. 389-444). Allyn and Bacon.

- Chang, E. C., Maydeu-Olivares, A., & D'Zurilla, T. J. (1997). Optimism and pessimism as partially independent constructs: Relationship to positive and negative affectivity and psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 23, 433-440. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(97\)80009-8](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0191-8869(97)80009-8)
- Cohen, S., & Williamson, G. (1988). Perceived stress in a probability sample of the United States. In S. Spacapan & O. S. (Eds.), *The social psychology of health: Claremont Symposium on Applied Social Psychology*. Newbury Park, CA: Sage.
- Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10, 85.
- Ellis, B. J., Boyce, W. T., Belsky, J., Bakermans-Kranenburg, M. J., & Van IJzendoorn, M. H. (2011). Differential susceptibility to the environment: An evolutionary-neurodevelopmental theory. *Development and Psychopathology*, 23, 7-28. <https://doi.org/doi:10.1017/S0954579410000611>
- Evers, A., Rasche, J., & Schabracq, M. J. (2008). High sensory-processing sensitivity at work. *International Journal of Stress Management*, 15, 189-198. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.2.189>
- 古川 久敬 (1996). 「組織行動」研究の動向. 産業・組織心理学研究, 10, 15-26. https://doi.org/https://doi.org/10.32222/jaiop.10.1_15
- 日道 俊之・小山内 秀和・後藤 崇志・藤田 弥世・河村 悠太・野村 理朗 (2017). 日本語版対人反応性指標の作成. 心理学研究, 88, 61-71. <https://doi.org/https://doi.org/10.4992/jjpsy.88.15218>
- Imura, S. (2021). Highly sensitive adolescents: The relationship between weekly life events and weekly socioemotional well-being. *British Journal of Psychology*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/bjop.12505>
- Imura, S., Yano, K., & Ishii, Y. (2023). Environmental sensitivity in adults: Psychometric properties of the Japanese version of the highly sensitive person scale 10-item version. *Journal of Personality Assessment*, 105, 87-99. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/00223891.2022.2047988>
- Judge, T. A., Klinger, R., Simon, L. S., & Yang, I. W. F. (2008). The contributions of personality to organizational behavior and psychology: Findings, criticisms, and future research directions. *Social and Personality Psychology Compass*, 2, 1982-2000. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2008.00136.x>
- Kamdar, D., McAllister, D. J., & Turban, D. B. (2006). "All in a Day's Work": How Follower Individual Differences and Justice Perceptions Predict OCB Role Definitions and Behavior. In *Journal of Applied Psychology* (Vol. 91, pp. 841-855). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.91.4.841>
- 神谷 哲司・杉山 (奥野) 隆一・戸田 有一・村山 祐一 (2011). 保育園における雇用環境と保育者のストレス反応. 日本労働研究雑誌, 608, 103-114.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. In *Journal of Personality and Social Psychology* (Vol. 37, pp. 1-11). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.1.1>
- Landy, F. J., & Conte, J. M. (2016). *Work in the 21st century: An introduction to industrial and organizational psychology*. John Wiley & Sons.
- Lionetti, F., Aron, A., Aron, E. N., Burns, G. L., Jagiellovicz, 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. <https://doi.org/10.1038/s41398-017-0090-6>
- Lionetti, F., Pastore, M., Moscardino, U., Nocentini, A., Pluess, K., & Pluess, M. (2019). Sensory processing sensitivity and its association with personality traits and affect: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 81, 138-152.
- Maniaci, M. R., & Rogge, R. D. (2014). Caring about carelessness: Participant inattention and its effects on research. *Journal of Research in Personality*, 48, 61-83. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jrp.2013.09.008>
- 松本 友一郎・白井 伸之介 (2012). 看護師の葛藤対処行動が日常の認知的失敗傾向に及ぼす間接的影響—媒介要因としてのストレスサー及びバーンアウトの効果—. 産業・組織心理学研究, 25, 121-133. https://doi.org/https://doi.org/10.32222/jaiop.25.2_121
- Nettle, D. (2007). Empathizing and systemizing: What are they, and what do they contribute to our understanding of psychological sex differences? *British Journal of Psychology*, 98, 237-255. <https://doi.org/https://doi.org/10.1348/000712606X117612>
- NHK (2020). HSP の困りごと. NHK 福祉情報サイト. Retrieved from <https://www.nhk.or.jp/heart-net/article/463/> (2020 年 12 月 21 日).
- 根来 伸至・金井 篤子 (2023). 情報通信業の技術者集団における集団規範が職業性ストレスに及ぼす影響における心理的安全性の媒介効果. 産業・組織心理学研究, 36, 111-127. https://doi.org/https://doi.org/10.32222/jaiop.36.1_111

- 0.32222/jaiop.36.2_111
- 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*, 6, 848-859. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/2167702618782194>
- Pallant, J. (2007). *SPSS survival manual: A step by step guide to data analysis using SPSS for windows (3rd ed.)*. McGraw Hill.
- Park, J., Spence, C., Ishii, H., & Togawa, T. (2021). Turning the other cheek: Facial orientation influences both model attractiveness and product evaluation. *Psychology & Marketing*, 38, 7-20. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/mar.21398>
- Pluess, M. (2015). Individual differences in environmental sensitivity. *Child Development Perspectives*, 9, 138-143. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/cdep.12120>
- Reis, H. T., Lemay Jr., E. P., & Finkenauer, C. (2017). Toward understanding understanding: The importance of feeling understood in relationships. *Social and Personality Psychology Compass*, 11, e12308. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/spc3.12308>
- Riggio, R. E., & Taylor, S. J. (2000). Personality and communication skills as predictors of hospice nurse performance. *Journal of Business and Psychology*, 15, 351-359. <https://doi.org/https://doi.org/10.1023/A:1007832320795>
- Roberts, B. (1987). A confirmatory factor-analytic model of alienation. *Social Psychology Quarterly*, 50, 346-351. <https://doi.org/https://www.jstor.org/stable/2786819>
- Roberts, B. W. (2006). Personality development and organizational behavior. *Research in Organizational Behavior*, 27, 1-40. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0191-3085\(06\)27001-1](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0191-3085(06)27001-1)
- Rudolph, K. D., Davis, M. M., Modi, H. H., Fowler, C., Kim, Y., & Telzer, E. H. (2020). Differential susceptibility to parenting in adolescent girls: Moderation by neural sensitivity to social cues. *Journal of Research on Adolescence*, 30, 177-191. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jora.12458>
- 坂田 桐子・岩永 誠・横山 博司 (2006). 心理的風土が看護職のワークストレスに及ぼす影響——対処方略採用への影響を考慮したモデルの検討——. *産業・組織心理学研究*, 19, 13-23. https://doi.org/https://doi.org/10.32222/jaiop.19.2_13
- Schabracq, M., & Cooper, C. (2003). To be me or not to be me: About alienation. *Counselling Psychology Quarterly*, 16, 53-79. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/0951507031000152650>
- Slagt, M., Dubas, J. S., van Aken, M. A. G., Ellis, B. J., & Deković, M. (2018). Sensory processing sensitivity as a marker of differential susceptibility to parenting. In *Developmental Psychology* (Vol. 54, Issue 3, pp. 543-558). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/dev0000431>
- 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. https://doi.org/https://doi.org/10.4092/jsre.23.2_68
- 戸ヶ里 泰典・山崎 喜比古・中山 和弘・横山 由香里・米倉 佑貴・竹内 朋子 (2015). 13項目7件法 sense of coherence スケール日本語版の基準値の算出. *日本公衆衛生雑誌*, 62, 232-237. https://doi.org/https://doi.org/10.11236/jph.62.5_232
- 外山 美樹 (2013). 楽観・悲観性尺度の作成ならびに信頼性・妥当性の検討. *心理学研究*, 84, 256-266.
- Weyn, S., Van Leeuwen, K., Pluess, M., Lionetti, F., Goossens, L., Bosmans, G., Van Den Noortgate, W., Debeer, D., Bröhl, A. S., & Bijttebier, P. (2021). Improving the measurement of environmental sensitivity in children and adolescents: The highly sensitive child scale-21 item version. *Assessment*, 1073191120983894.
- 山岡 明奈・湯川 進太郎 (2017). マインドワンダリングおよびアウェアネスと創造性の関連. *社会心理学研究*, 32, 151-162. <https://doi.org/10.14966/jssp.0937>
- Yano, K., & Oishi, K. (2021). Replication of the three sensitivity groups and investigation of their characteristics in Japanese samples. *Current Psychology*, 1-10. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s12144-021-01537-6>

(受稿: 2023.5.9; 受理: 2024.4.1)