

『就実大学大学院教育学研究科紀要 2022（第7号）』 抜刷

就実大学大学院教育学研究科 2022年3月10日 発行

ストレッサー — ストレス反応を生じさせる過程に 感覚処理感受性が及ぼす効果

**The effects of sensory-processing sensitivity on the process of generating
stressor-stress response**

浜 野 沙 也 果

ストレッサー－ストレス反応を生じさせる過程に 感覚処理感受性が及ぼす効果

教育学研究科教育学専攻 教育臨床心理学コース 3620003 浜野沙也果

I. はじめに

同じ感覚刺激に対しても、その刺激に敏感に反応する人もいれば、気に留めない人もいる。このような感覚刺激に敏感な人を、Aron & Aron (1997) はHSP (Highly Sensitive Person) と呼んだ。HSPは感覚処理感受性 (Sensory-processing sensitivity: 以下SPS) を基礎概念としているもので、SPSという特性が抑うつなどの不適応や精神的健康の低下を引き起こすことが明らかにされている。一方、刺激に対する反応性はストレス過程に影響すると考えられるが、あまり研究されていない。そこで本研究では、SPSと精神的健康に着目し、SPSがストレス過程に及ぼす影響について検討する。それにより、SPSの高い人が精神的健康の低下を生起させるメカニズムの理解が促進され、環境整備による予防や心理社会的な介入法の開発、心理支援に役立つ情報を提言できる可能性があると考えられる。

II. 方法

A大学の学生253名 (18～26歳) を対象に質問紙調査を実施し、251名から回答を得た (男性43名、女性205名、不明3名、回収率99.21%)。そのうち回収できなかったものや、欠損値などの不備があった10名を除外した。その結果、最終的に分析対象となったのは243名であった (男性41名、女性202名、平均年齢19.05歳、 $SD=1.01$ 、有効回答率96.81%)。

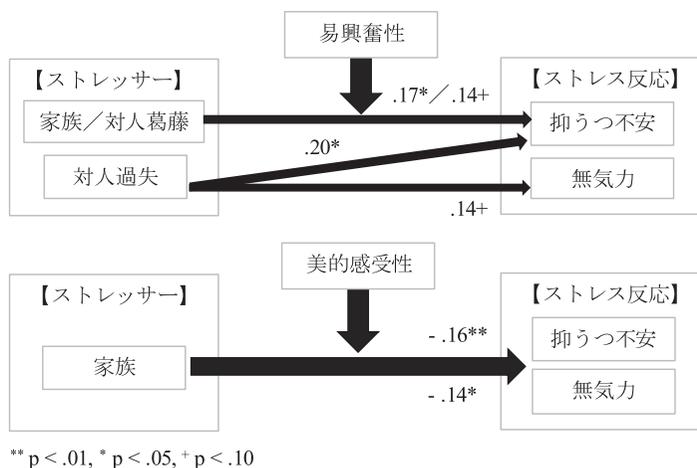
尺度は、Highly Sensitive Person Scale日本版 (HSPS-J19:「低感覚閾」、「易興奮性」、「美的感受性」、7件法)、大学生用ストレッサー尺度 (SSCS) から「家族ストレス」、「学業ストレス」(3件法)、対人ストレッサー尺度 (「対人葛藤」、「対人過失」、「対人摩擦」、4件法)、女子短大生用ストレッサーテストから「就職将来」(4件法)、新しい心理的ストレス反応尺度 (SRS-18:「抑うつ不安」、「不機嫌・怒り」、「無気力」、3件法) を使用した。

III. 結果

相関分析の結果、SPSの「低感覚閾」、「易興奮性」がストレッサーとストレス反応の間に弱い正の関連が見られた (対人葛藤、対人摩擦を除くストレッサー: $r=.23$ to $.39$ 、全て $p<.01$ 、ストレス反応: $r=.32$ to $.47$ 、全て $p<.01$)。一方で、「美的感受性」は一部のストレッサーと僅かに負の関連が見られ (対人葛藤、対人摩擦、就職将来: $r=-.13$ to $-.16$ 、全て $p<.05$)、ストレス反応とは関連が見られなかった。重回帰分析の結果、「易興奮性」が抑うつ不安、無気力に影響し ($\beta=.28$ to $.35$ 、全て $p<.01$)、「低感覚閾」が不機嫌・怒りに影響することが示唆された ($\beta=.22$ to $.28$ 、全て $p<.01$)。また、一般に「対人葛藤」、「対人摩擦」がストレス反応 (抑うつ不安、不機嫌・怒り、無気力) に影響するストレッサー ($\beta=.23$ to $.36$ 、全て $p<.01$) であり、加えて、「対人過失」、「就職将来」は無気力に影響

するストレスラー（共に $\beta = .21, p < .01$ ）であることが示唆された。さらに、抑うつ不安を目的変数にしたとき、「易興奮性」と「家族」、「対人葛藤」、「対人過失」の間に僅かに交互作用（ $\beta = .14$ to $.20$, 対人葛藤が $p < .10$, その他 $p < .05$ ）が、無気力を目的変数にしたとき、「易興奮性」と「対人過失」の間に僅かに交互作用（ $\beta = .14, p < .10$ ）が見られた。一方で、抑うつ不安と無気力を目的変数にしたとき、「美的感受性」と「家族」の間に僅かに負の交互作用（ $\beta = -.16, p < .01, \beta = -.14, p < .05$ ）が見られた。

SPSとストレスラーによるストレス反応の予測



IV. 考察

「家族」、「対人葛藤」、「対人過失」のストレスラーに対し、SPSの易興奮性がストレス反応を増幅させる効果を持つことが示唆された。この結果から、易興奮性の刺激に対して一次的に生じる情動を統制できないという特性が、抑うつや不安、無気力などのストレス反応を高めている可能性が示唆された。これらは、一般に抑うつ不安や無気力が高まるストレスラーと、易興奮性の高さによって抑うつ不安や無気力が高まるストレスラーは異なるという点が重要な点である。したがって、SPSと抑うつとの関連における、そのメカニズムの解明やストレス関連の予防プログラムの開発、ストレスの対処方略の探索など、今後の研究の発展において役立つ情報であるといえる。ただし、ストレス過程に与える易興奮性の影響は小さく、SPSの高さによる精神的健康の低下のメカニズムを検討するには別の要因も研究していく必要がある。

一方で、美的感受性の高さが家族間で生じる問題によって生起するストレス反応を和らげる効果も明らかとなった。美的感受性が家族ストレスラーに適応的に機能することについては、本研究において新たに見出された結果であるといえる。しかし、SPSの美的感受性については海外文献においても本邦の文献においても、その性質が一貫されていない。今後更なる研究が必要だろう。

指導教員：堀田裕司