

<研究ノート>

敏感性の高い子どもの育ちへの支援

山 本 佳 代 子

A Study on Supporting the Growth and
Development of Highly Sensitive Child

Kayoko Yamamoto

I はじめに

近年、子どもの敏感な気質とその子育てに関する書籍が散見されるようになった。気質とは生理的・体質的な基盤をもった個人の行動特徴に見られる一貫性であり、ある程度の発達の連続性をもつ個人差であるとされる。同時にその行動特徴は環境において異なる経験を導き、環境との相互交渉によって変容の可能性をもつものでもある（武井・寺崎 2005；水野 2017）。子どもの気質と養育についてはいくつかの先行研究がある。例えば、扱いの難しい子に対し、母親は強制的で一貫性のないかわりを行うことや、育てやすい子どもの育児より負担感を高く感じる事が明らかにされている（西野 2005）。また、養育者の育児不安と子どもの気質特徴には関連があり（武井ら 2006）、刺激に敏感で情緒的反応が激しい子どもの母親ほど育児不安が高まる事が明らかにされている（興石 2002）。他にも、子どもの気質と親の養育行動との関連以外の環境要因も影響を与え合うことが示唆される等（高橋・野々部 2018）、子どもの気質を理解することは育児において重要な視点であることが理解できる。同時に養育者が育児困難感を抱え込まないよう、支援の場面において専門家が子どもの気質に着目し、早期にサポートできる体制を整えることが必要とされる（武井ら 2006；庄司 2000）。

子どもの気質のうち、生得的に敏感すぎる気質をもつ子どもを Aron (2002 = 2015) は Highly Sensitive Child (以下 HSC) と称し、その特性の明確化と共に、育児や教育のあり方について提言している。一般的に過敏な子どもはそうではない子どもに比べ、親などが育てにくさを感じる傾向が強く、幼少期の否定的な養育経験は成人後に影響を及ぼすことが指摘されている。敏感性の高い子どもは受け身で、ストレスを感じやすく、引っ込み思案で内向的であると表現され、ネガティブに捉えられやすい (Monika et al.2020)。それゆえ、子ども期に寄り添う親や保育者、教育者は子どもの健全な成長発達を促進するために、子どもの気質特性に着目したかわりが求められると言える。しかし、わが国ではこのような敏感性の高い子どもに関連した育児、保育、教育などに関連した先行研究は少ない。そこで本研究では高い感性をもつ子どもに関連した研究等を概観し、子育てや保育・教育において感性の高い子どもへの支援に対する示唆を得ることを目的とする。

Ⅱ 感性の高い子ども (Highly Sensitive Child) とは

非常に敏感な感覚や感受性を示す気質をもつ人を HSP (Highly Sensitive Person) や HSC の概念で説明した研究がある。Aron & Aron は感覚情報を脳内で処理するプロセスの生得的個人差を感覚処理感受性 (sensory processing sensitivity : SPS) と呼び、SPS が高い人々は微細な刺激に敏感で刺激過剰になりやすく、新奇刺激に対しては次の行動を決める前にこれまでの個人の経験と照らしあわせて確認する傾向を示すとした (Aron & Aron 1997 ; 船橋 2012)。Aron (1996) は SPS を内向性や神経症傾向などとは異なる概念であると説明し、SPS の高い人を HSP (Highly Sensitive Person) と命名した。

また、Aron (2010) は高い感性のある人には、①深く処理する (Depth of processing)、②過剰な刺激を受けやすい (being easily Overstimulated)、③感情的に反応しやすく、共感性が高い (being both Emotionally reactive generally and having high Empathy in particular)、④ささいな刺激を察知する (being aware of Subtle Stimuli) といった4つの基本的な特性があるとし、頭文字から「DOES」と表している。

このような気質をもつ子どもを Aron は HSC (Highly Sensitive Child) と称し、その特徴を、①細かいことに気づく、②刺激を受けやすい、③強い感情に揺さぶられる、④他人の気持ちにとっても敏感、⑤石橋を叩きすぎる、⑥よくも悪くも、注目されやすいとした。すなわち、HSC は生まれつき物事によく気づくことができ、深く考えてから行動する。他者への共感力があり、直感が鋭く、創造性が豊かで、思慮深い。一方で大きな音や大量の情報には圧倒され、刺激を回避する行動などが見られることもあり、周囲から臆病で内向的と見なされることも少なくない。しかし、この「内向的」な気質は HSC と必ずしも一致しない。Aron の調査では HSP の 70% は内向的だが、30% は外交的であったことが明らかにされている。安心できる環境と愛情は HSC のポジティブな性格へ影響することが推測され、臆病や神経質、心配症や落ち込みがちな性格は遺伝的なものではなく、育ちの過程で形成された後天的なものであると考えられている (Aron2002=2015)。

また、敏感性の高い子どもかどうかを測定する方法としていくつかの尺度が開発されている。Aron (2002=2015) は SPS を測定する方法として、Highly Sensitive Person Scale (HSP-S) を作成した。児童用の Highly Sensitive Child Scale (HSC-S) は 23 項目から成り、子どもが HSC かどうかを知るためのチェックリストとして活用されている (表 1)。13 項目以上に当てはまる場合、HSC である可能性が高いこと、また「はい」が 1 つか 2 つであっても、その度合いが極端に強ければ、HSC である可能性があるとされる。他の尺度として Pluess et al (2018) は Aron&Aron (1997) が開発した HSP-S を援用し、易興奮性 (ease of excitation)、低感覚閾 (low sensory threshold)、美的感受性 (aesthetic sensitivity) の 3 因子 12 項目からなる HSC スケールを作成している。我が国では、Aron (2002) の HSC チェックリストをもとに作成された日本語版幼児用 HSC 尺度や (鈴木 2017)、Highly Sensitive Child Scale (HSCS) の日本語版である青年前期用敏感性尺度 (岐部・平野 2019)、児童期幼感性尺度 (岐部・平野 2020) などがある。

以上のような高い敏感性をもつ人は人口の 20% 程度存在すると報告されている (Aron2020)。Pluess et al (2018) は英国の子どもたちを対象に潜在クラ

ス分析を行い、環境感受性のレベルが異なる3つのグループが存在することを見出した。そのうち環境感受性が高いグループは全体の20～35%であったことを報告しており、ここでも2割程度の子どもは高敏感であることが示された。一方、HSCは自閉症スペクトラム障害、ADHD、精神疾患などとの区別が付きにくい現状があり（Aron2002；明橋2019）、感受性の高い子どもとこれら発達障害等との関連性については今後の研究蓄積が必要とされている。

表1 HSCかどうかを知るための23のチェックリスト

1	すぐにびっくりする	はい・いいえ
2	服の布地がチクチクしたり、靴下の縫い目や服のラベルが肌に当たったりするのを嫌がる	はい・いいえ
3	驚かされるのが苦手である	はい・いいえ
4	しつけは、強い罰よりも、優しい注意のほうが効果がある	はい・いいえ
5	私の心を読む	はい・いいえ
6	年齢の割りに難しい言葉を使う	はい・いいえ
7	いつもと違う臭いに気づく	はい・いいえ
8	ユーモアのセンスがある	はい・いいえ
9	直感力に優れている	はい・いいえ
10	興奮したあとはなかなか寝つけない	はい・いいえ
11	大きな変化にうまく適応できない	はい・いいえ
12	たくさんのことを質問する	はい・いいえ
13	服がぬれたり、砂がついたりすると、着替えたがる	はい・いいえ
14	完璧主義である	はい・いいえ
15	誰かがつらい思いをしていることに気づく	はい・いいえ
16	静かに遊ぶのを好む	はい・いいえ
17	考えさせられる深い質問をする	はい・いいえ
18	痛みに敏感である	はい・いいえ
19	うるさい場所を嫌がる	はい・いいえ
20	細かいこと（物の移動、人の外見の変化など）に気づく	はい・いいえ
21	石橋をたたいて渡る	はい・いいえ
22	人前で発表する時には、知っている人だけのほうがうまくいく	はい・いいえ
23	物事を深く考える	はい・いいえ

引用：『ひといちばい敏感な子』エレイン・N・アーロン著 明橋大二訳 1万年堂出版（2015）28-29pより筆者作成

Ⅲ 育児・教育の観点からみる感受性の高い子ども

HSCは乳児期から気質特徴が観察される。例えば、異常がない場合でもよく泣き、眠らない、覚醒しやすいなど、他の子どもよりも養育者が負担を感じやすい。成長とともに行動範囲が広がると、新しい環境や変化への適応困難を示すことも増え、親をはじめとする周囲のおとなは子どもの過敏さへの対応に困難感を抱きやすくなる（Aron2002=2015）。ここでは、国内の文献を中心に育児と教育の側面から感受性の高い子どもの育ちについて概観する。

国内では感受性の高い子どもの養育方法に関するいくつかの書籍が発刊されている。明橋（2015）はHSCについての翻訳書『The Highly Sensitive Child』をはじめHSCの育児にかかわる親や教育者を対象にした書籍を出版し、HSC概念を日本に紹介した。長沼（2017）は児童精神科医の立場から、臨床場面におけるHSCの特性をふまえて、敏感すぎる子どもの対応や敏感な特性を強みにしていくための方法について言及している。斎藤（2019）の著書『HSCを守りたい』にはHSCの子を持つ母親18名が制作に携わっており、不登校を軸に親子の体験や育児・教育に関わる社会資源について当事者の視点から取り上げている。長岡（2019・2021）は子育てコンサルタント、自身の高過敏な子どもの育児経験とHSCの知見をベースに、敏感な子どもをのびやかかつ主体的に育てるポイントやレジリエンスを育む方法について提言している。これらの文献は医療や心理領域での臨床と実際の育児経験を基盤に、いずれもHSCが体感する世界を捉えなおすこと、そしてHSCと日々向き合う親や教育者などのあり方を問う内容となっており、子どもや子育てに携わる当事者の視点からHSC理解を深め、子どもの健全な成長発達に寄与していると言える。

教育現場における感受性の高い子どもについては、2016年以降に特集を編んだ雑誌が発刊されている。雑誌『児童心理』（2016年70巻3号）では「敏感すぎる子」と題し、教師の言葉に敏感な子どもへのかかわりや対人関係に傷つきやすい子、騒がしい教室が苦手な子どもへの援助など、学校での具体的な事例と対応方法が紹介されている。また月間学校教育相談（2019年第33巻第11号）の特集テーマにもHSC支援が取り上げられている。教育場面での実践事例は教室で観察される子どもの過敏さに対し、否定ではなく彼らのありのま

まの感情を受容し、その敏感さを強みに置き換えることの重要性を示唆している。

HSCの育ちの過程において家庭外の保育・教育の場は重要である。養育に困難を感じる保護者への育児支援と同様に、直接的に子どもとかかわる保育者や教育者に対し特別な配慮を必要とする個々の子どもへの理解が必要とされる。教育現場ではいじめ・不登校等への対応、特別支援教育の充実など、さまざまな課題への対応が求められている。課題解決のためには家庭や学校における環境、子どもの要因など複合的な視点が必要とされる。とりわけ、子どもの不登校問題についてはHSCとの関連が指摘されるようになっている。藤井(2016)は「子どもの過敏さ」が子どもの不登校にかかわっているとし、不登校に特徴的な過敏さを①集団から受ける圧力に対する過敏さ、②ことばに対する過敏さ、③環境刺激に対する過敏さ、④身体の過敏さ4パターンに分類した。さらに、不登校のタイプ別からみる過敏さが強く影響すると考えられる類型として、親子ともに過敏さをもつ「分離不安が強いタイプ」、「対人関係に問題があるタイプ」、「良い子エネルギー不足タイプ」などを挙げている。また串崎(2018)は、発達障害や精神疾患、いじめ、家庭環境の問題も見受けられない不登校の子どものなかに、感覚処理感受性やエンパス(empath)を背景にもつケースが一定数存在すると推測する。彼らの特徴として①神経系、生理的、内的リズムの影響を受けやすく、心身の調子について日々変動が大きい、②環境の小さな要因・変化に圧倒され、場面に慣れにくい、言葉で説明しにくい、③深く入り込んだり、入り込まれたと感じやすく、学級のような集団は基本的に不得手で疲れやすい、④調子の間時は集団で合っても積極的に参加し、共感的に交流できる。⑤発達障害と間違えられやすい等を挙げており、過敏な子どもの特性から不登校をとらえ、理解していく必要性について言及している。

以上、感性の高い子どもに関連する国内文献を概観した。我が国ではHSC概念についての論考が見られるようになったのは比較的近年である。HSCの一般的な認知の広がりはその途上であるが、親をはじめ子どもにかかわる人々がHSCの特性とその対応に関する理解を促進させることは重要な課

題であることがわかる。

IV 感受性の高い子どもの育ちと環境

すでに述べたように感覚処理感度の特性によって感受性が高い気質をもつ子どもはストレスを受けやすく、内向的で引っ込み思案な性格と見なされることが少なくない。集団行動が重んじられる保育施設や学校での生活場面では、彼らのつよみである共感性、創造性の豊かさ、思慮深さなどが肯定的に評価される機会に恵まれない場合もあるであろう。これまで HSC の高い感受性はリスクとして捉えられ、それらを予防する視点に重きが置かれていた。しかし近年この敏感な気質について別の角度からの言及がなされている。

Belsky & Pluess (2009) は過敏性を差次感受性としてとらえ、脆弱性因子 (vulnerability) は可塑性因子 (plasticity factor) としても機能することを見出し、敏感な子どもは環境からのネガティブ・ポジティブな体験両方に対して影響を受けやすいことを明らかにした。Pluess & Belsky (2013) は敏感な子どもはネガティブな育児や教育に対しては負の影響を受けやすいが、質が高く肯定的な経験を経た場合は非敏感な子どもと比較し、より多くの影響を受けることを実証的に示した。これらの研究は子どもの過敏性がネガティブな側面だけをもつのではないことを示すと同時に、子どもの育ちにとってポジティブな養育環境がより重要であることを示唆する。また、Aron (2017) による調査では、不遇な幼少期を経験した高敏感者はネガティブな感情と社会的内向性に高いスコアを示した一方、幼少期が幸せだった場合は、非敏感者群とそれらの特徴に差がなかった。また、Slagt et al. (2018) は高い感受性をもつ子どもは肯定的育児が増えると外在化問題が大きく減り、否定的育児が増えると外在化問題が大きく増えることを実証的に示した。このように、感受性の高い人がどのような子ども期を過ごしたかということは、成人期の課題に深く関連することが理解できる。

では、環境に影響を受けやすい敏感な子どもに対しどのような養育の視点が必要となるのか。Aron (2002=2015) は HSC を育てるための4つのポイントを示している (表2)。これらは親や周囲のおとなによる HSC とのかかわり方

や、HSCが自身の敏感さを受け入れるうえで示唆に富んでいる。Aron (2002 = 2015) は敏感な子どもたちは他者との境界を明確にすることが必要であると説いている。境界線を引くということは、敏感な気質をもつ自らをありのまま受け止め、否定的な側面もふくめ「自分が自分であってよい」という感覚や自身の可能性を信頼し、自己を肯定する認識をもつことを意味する。この自己肯定感については、本稿で取り上げた育児に関連した文献においても概ねHSCを育てるうえでの大切なキーワードとして取り上げられていた(長沼2017; 明橋2019; 斎藤2019; 長岡2019; 長岡2021; 杉本2021)。これら文献を整理すると、親は①受容・共感・支持し、子どもの安心・安全なベースとなり、②ネガティブに捉えられる気質の側面にもアプローチしていく力を身につけられるようはたらきかけ、③子どものつよみに目を向け、それらを伸ばすことが重要であると理解できる。とりわけ集団の中では、敏感性の高い子どもたちはストレスを強く感じる経験が多い。自分の思いや気持ちを表出したり、強い感情

表2 HSCを育てるときの4つのポイント

1 自己肯定感を育む	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの敏感さを誇りに ・頑張ったことを喜び、具体的に褒める ・一緒に時を過ごす ・子どもの感じ方や気持ち、意見を尊重する ・いろいろな人とつきあえるようサポートする ・弱気になった時は、反対に強みに気づかせる
2 自己否定感を取り除く	<ul style="list-style-type: none"> ・必要なしつけは行う※ ・しつけの言葉を振り返る ・「やればできる」という期待を押しつけない ・きょうだいを比較しない ・無邪気な冗談に注意 ・家庭のトラブルの原因を自分だと思わせないようにする
3 いけない理由が分かるしつけを	<ul style="list-style-type: none"> ・まず親が落ち着く ・子どもの話を聴く ・ルールを伝え、作った理由も話して聞かせる ・ペナルティーが必要かどうか、一緒に検討する ・これからどうすればよいか考える
4 敏感な個性をポジティブに伝える	<ul style="list-style-type: none"> ・年齢に合った言葉を選ぶ ・人いちばい敏感なのはあなただけじゃないと伝える ・誰にも何かしらの気質があると伝える ・問題をすべて気質のせいにならない ・今起きている問題を解決する ・注意している最中に、敏感さを攻撃しない ・不満を言ってきたらそのメリットを伝え返す ・できること、できないことを明確に ・子どもが尊敬しているHSPの話をする

引用:『ひといちばい敏感な子』エレイン・N・アロン著 明橋大二訳 1万年堂出版 (2015) 168-206 pより筆者作成

とうまく付き合うスキルを養うことや、努力してできるようになった体験を積み上げていけるよう、ポジティブに子どもの成長に沿うようなはたらきかけが求められる（長岡 2019）。

V 考察

近年の Highly Sensitive Person（HSP）や Highly Sensitive Child（HSC）の概念の広がりとともに、個人がもつ生得的な敏感さや繊細さ、感受性の高さについて注目されるようになってきている。このような気質は「内気」「臆病」「恥ずかしがり屋」など周囲からラベリングされやすい一方、当事者の生きづらさにあまり焦点が当てられてこなかったのかもしれない。敏感な子どもは、気温や肌にあたるものに敏感、衣服の感触、匂いや音、痛みへの過剰な反応、一人遊びを好み集団が苦手、初めての人や場所では行動を起こすのに他の子どもより時間がかかる、偏食、刺激に疲れやすいなど、他の子どもとは異なる特性をもつ。このような気質をもつ子どもに対し、養育者は敏感さのマイナス面に目が向きやすく、不安や育てにくさを感じる（高濱・渡辺 2006）。教育場面でも教師の困難感を引き起こすことがあり、子どもの感受性の高さは非敏感者が大多数である社会においては、「課題」であり「改善」すべき点として見なされることも少なくないであろう。子ども期の経験は成人期の高敏感者の生きづらさに影響することがある。長期間に及ぶ慢性的なストレスは免疫反応にも異常をきたしやすく、自律神経失調症、パニック発作、うつ病などストレス由来の疾病にかかりやすいとも言われる（長沼 2017）。

このような感受性の高い子どもは環境からの影響を受けやすいことが先行研究から明らかになっている。とりわけ良質でポジティブな養育環境を経験した場合は、非敏感者よりも多くの恩恵を受けることが見出されている。すなわち敏感な子どもの気質を理解し、一人ひとりに応じた環境を生み出すことが感受性の高い子どもの育ちを支援するカギとなる。HSCは乳児期からすでにいくつかの特徴がみられ、幼児期、学童期と成長過程において親や周囲の適切な対応が求められる。特に、さまざまな経験を通して彼らが自己肯定感を伸ばすことができるよう、過敏さを否定的に受け止めず、ストレンスを伸ばすための

はたらきかけが重要となるだろう。それらは第一義的環境にある親はもちろんのこと、保育・教育や親の育児支援に携わる専門家などにも必要とされる視点である。Monika et al. (2020) は教育者らが感性の高い子どもとかわるうえで適切な支援として、①感性の高い子どもについての知識を身につけ、どのようなニーズがあるかを理解できるようにする、②気質に基づく介入方法などを習得すること、③ HSC の専門家などへのアクセス機会をもつことで相互に学び合い、感性の高い子どもたちを包括的にサポートできるようにすることをあげる。このようなアプローチはわが国でも教育・保育現場で特別な配慮を要する子どもに対するインクルーシブな支援の在り方として目指されている。近年は発達障害に関する理解の広がりと共に、その特性に応じた支援の重要性や生活課題を抱える子どもとその保護者への支援等の必要性が認められてきており、現場教師や保育士もその必要性について理解している。我が国において HSC の概念が保育や教育現場にどの程度認知されているかは明らかではないが、敏感な気質特性をふまえ、ニーズに応じた支援を行なうことは発達障害など配慮を必要とする子どもへのそれと大きな違いはないだろう。子どもの気持ちへの受容・共感、子どものペースの尊重、子どもへの信頼、スモールステップでの指導や社会的賞賛を提示することなどのアプローチは、高過敏な特性をもつ自閉症スペクトラムや ADHD の子どもたちに実践されている支援方法を援用できる部分も少なくないと考えられる（長沼 2017；明橋 2019）。

VI おわりに

本稿では感性の高い子どもの育ちに対する支援の示唆を得ることを目的に先行研究などをレビューした。感受性の高さは、子どもを取り巻く環境やその他の気質的条件によってさまざまな形で出現する。このような特性は育児や保育・教育の場面ではネガティブな気質としてとらえられるリスクがある。一方、敏感な子どもは物事を深く感じ取り、人の気持ちを読み取ることができ強く共感する、ささいな誤りや外見上の変化に気づき反応する豊かな感性の持ち主でもある。この特性は周囲の人々に喜びや感動をもたらし、肯定的な評価を与えるであろう。敏感すぎる気質を子どもの短所として見なすのではなく、子

どものストレンクスとして捉え、子どもたちが秘める多くの可能性を認識すべきである。

感受性の高い子どもたちは環境に大きく左右される。子どもの気質特徴を理解することは育ちにかかわる親や保育者、教育者にとって極めて重要である。子どもが成人期に至るまでにどのような環境で育つかということは HSP が抱える生きづらさを解くカギにもなる。

国内に目を向ければ、HSC 概念の臨床現場への浸透や研究の蓄積はまだ十分とは言えない現状がある。今後は教育や保育現場における HSC への支援実態を明らかにするため調査等を実施し、子育てと子どもの育ちに求められる支援のあり方について検討していくことを課題としたい。

引用文献

- 明橋大二 (2019)『教えて、明橋先生！何か他の子と違う？ HSC の育て方 Q&A』1 万年堂出版。
- Aron, E. N. (1996). Counseling the Highly Sensitive Person. *Counseling and Human Development*, 28, 1-7.
- Aron, E. N. (2002). *The highly sensitive child: Helping our children thrive when the world overwhelms them*. Broadway Books, New York. 『ひといちばい敏感な子』明橋大二訳, 2015, 1 万年堂出版。
- Aron, E. N. (2014) *The Highly Sensitive Child: Author's note*, 2014.
- Aron, E. N., & Aron, A. (1997). Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 345-368.
- Baryła-Matejczuk, M., Artymiak, M., Ferrer-Cascales, R., & Betancort, M. (2020). The Highly Sensitive Child as a challenge for education – introduction to the concept. *Problemy Wczesnej Edukacji*, 48 (1), 51-62.
- Belsky, J., & Pluess, M. (2009). Beyond Diathesis Stress: Differential Susceptibility to Environmental Influences. *Psychological Bulletin*, 135 (6), 885-908.
- 船橋亜紀 (2012)「感受性の個人差に関する研究の概観」中京大学心理学研究科・心理学部紀要, 11 (2), 1-7.
- 藤井 靖 (2016)「不登校の子どもの過敏さ」『児童心理』70 (3), 55-61.
- 岐部智恵子・平野真理 (2019)「日本語版青年前期用感受性尺度 (HSCS-A) の作成」日本パーソナリティ心理学会, 28 (2), 108-118.
- 岐部智恵子・平野真理 (2020)「日本語版児童期用感受性尺度 (HSCS-C) の作成」日本パーソナリティ心理学会, 29 (1), 8-10.

- 興石 薫 (2002)「母子相互交渉の質と母親の育児不安及び子どもの言語発達との関連性について」小児保健研究, 61, 584-592.
- 串崎真志 (2018)「高い感性をもつ子ども (Highly Sensitive Child) の理解: 自閉症・高敏感者・エンパス・不登校」関西大学人権問題研究室紀要, 76, 27-55.
- 水野里恵 (2017)『子どもの気質・パーソナリティの発達心理学』金子書房.
- 長沼陸雄 (2017)『子どもの感性に困ったら読む本』誠文堂新光社.
- 長岡真意子 (2019)『敏感っ子を育てるママの不安がなくなる本』秀和システム.
- 長岡真意子 (2021)『敏感っ子を育てるままの不安がなくなる本「立ち直る力」育成編』秀和システム.
- 西野美佐子 (2005)「母親の教育的かかわりと幼児の気質の特徴との関連に関する研究」保育学研究, 43 (2), 119-128.
- 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.
- 高濱裕子・渡辺利子 (2006)「母親が認知する歩行開始期の子どもの扱いにくさ—1歳から3歳までの横断研究—」お茶の水女子大学子ども発達教育研究センター紀要, 3, 1-7.
- 高橋靖子・野々部友香 (2018)「母親の養育態度と乳児期の気質が幼児の不安傾向に及ぼす影響: 家庭の雰囲気を経介要因として」愛知教育大学研究報告 教育科学編 67 (1), 167-174.
- 武井祐子・寺崎正治 (2005)「養育者がとらえる幼児の行動特徴に関する研究—1歳6か月検診用気質質問紙とCBCLの関係—」川崎医療福祉学会誌, 14 (2), 261-266.
- 武井祐子・寺崎正治・門田昌子 (2006)「幼児の気質特徴が養育者の育児不安に及ぼす影響」川崎医療福祉学会誌, 16, 221-227.
- 斎藤暁子 (2019)『HSCを守りたい』風鳴舎.
- Slagt, M., Dubas, J. S., van Aken, M. G., Ellis, B. J., & Deković, M. (2018). Sensory processing sensitivity as a marker of differential susceptibility to parenting. *Developmental Psychology*, 54, 543-558.
- 杉本景子 (2021)『一生幸せなHSCの育て方』時事通信社.
- 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.
- 庄司順一 (2000)「乳幼児の気質と発達」ぐんま小児保健, 58, 58-68.