

新型コロナウイルス感染症流行下のパーソナリティとメンタルヘルスの関連性

谷 伊織*

本研究では、コロナ禍の20～80代の日本人成人を対象に、パーソナリティ、COVID-19への恐怖、精神のおよび身体的健康との関係を検討するために Web 調査を行った。その結果、情緒不安定性が新型コロナへの恐怖と関連しており、先行研究と同様の結果が得られた。一方、全体的にパーソナリティ特性との相関は低く、日本においては Big Five の影響が限定的である可能性が示された。自尊感情は情緒不安定性と負の相関があり、外向性、開放性、調和性ととの正の相関があり、コロナ禍以前の調査結果と一致していた。身体的不適応感は情緒不安定性と正の相関、調和性およびストレスマインドセットと負の相関が見られた。ただし、Big Five、自尊感情、身体的健康の関連についてはその過程を考慮する必要がある、そのためのモデル構築と縦断的な研究が必要であろう。

キーワード：パーソナリティ、Big Five、メンタルヘルス、COVID-19、新型コロナウイルス恐怖

I. 問題と目的

新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) によるパンデミックは、世界的に多くの人々に影響を及ぼし、生活様式や社会生活などに大きな変化をもたらした。2020年以降、関連する心理学研究も急激に増加しており、Obschonka ら (2021) の初期の COVID-19 に関する心理学研究論文のレビューによると「不安」「メンタルヘルス」「社会」「うつ病」「恐怖」「健康」「異文化」「行動」「ストレス」などのキーワードが比較的多くの研究で見られることが報告されている。分野としては臨床心理学と健康心理学に関する領域が多数であるが、それらに次いでパーソナリティ領域も多いことが指摘されている。

このうち、パーソナリティ領域の研究を概観すると、多くは新型コロナウイルス感染症流行下における心身の健康問題 (抑うつ・不安・恐怖・ストレス・精神疾患など) に焦点が当てられており、パーソナリティ変数として Big Five パーソナリティがそれらに影響を及ぼす個人差要因として最も多く扱われている。Big Five とは、外向性 (快感情を求め、刺激や人付き合いを積極的に行う特性)、情緒不安定性 (繊細で、情

緒的に不安定になりやすい特性。神経症傾向の呼称もある。)、開放性 (興味関心が広く、新奇的な経験と空想を好む特性)、調和性 (他者に同調し、他者の気持ちを慮る特性。協調性の呼称もある。)、誠実性 (規則や秩序を守り、真面目な特性。勤勉性の呼称もある。) の5因子で人のパーソナリティを包括的に捉える枠組みであり (John & Srivastava, 1999)、近年の心理学領域におけるパーソナリティモデルの主流となっている。

Big Five と COVID-19 の関連について、ドイツにおける大規模な調査では Big Five と COVID-19 に対する恐怖、感染の安全に関連する行動との関連を検討しており、感染への恐怖は情緒不安定性との間に正の関連、外向性・調和性・誠実性との間には負の関連が報告されている。さらに、COVID-19 への恐怖は、情緒不安定性を介して安全行動に結びつく可能性が示された (Fink et al., 2021)。これ以外にも、外向性が低い人ほど社会的距離をおき、誠実性が高い人ほど社会的なパンデミックへの封じ込め策を守る傾向があること (Carvalho et al., 2020) や、開放性や情緒不安定性、調和性が高い人が買いだめ傾向を行う傾向が見られること (Yoshino et al., 2021) など、多種多様な研究から Big Five と COVID-19 に関する新しい知見が得られている。

* 愛知学院大学心理学部心理学科
(連絡先) 〒470-0195 愛知県日進市岩崎町阿良池12 E-mail: iorit@dpc.agu.ac.jp

このように COVID-19 流行下の研究から新奇性・独自性の高い報告が得られる一方、Big Five と多くの心身の健康に関する問題との関連についてはパンデミック以前から見られた傾向とほぼ同様の知見も数多く指摘されている。つまり、流行前後で社会状況は変化したが、それでもなお一貫性のある解釈可能なパーソナリティと人間行動の関連性が示されたと言えるだろう。2000年代以降、多くの大規模研究報告やメタ分析の結果からパーソナリティ特性は実に多様な結果変数に対して予測可能であることが頑健に報告されており (Ozer & Benet-Martínez, 2006)、他国ではこのような知見の蓄積が教育・公衆衛生に関する政策や意思決定に反映されている。また、このような知見を活かして、Krueger, Caspi, & Moffitt (2000) は、Epidemiological Personology (疫学的パーソナリティ心理学) という用語を用い、パーソナリティ特性研究における疫学的視点の導入の必要性を説いている。疫学的パーソナリティ心理学とは、問題があると考えられる結果変数である自殺や精神疾患などの行動を、継続的に安定しているパーソナリティ特性変数によって予測・説明し、問題への早期介入や心理的健康の増進等の可能性を検討するものである。

Big Five と COVID-19 の関連は疫学的パーソナリティ研究の知見をさらに蓄積し、頑健なものにすることが期待されるが、本邦においてはこのような疫学的パーソナリティ研究が現状では不十分であり、また COVID-19 流行下における研究知見も他国と比較すると乏しいのが実情であろう。そこで、本研究ではこの観点から新型コロナウイルス感染症流行下における精神的・身体的健康と Big Five パーソナリティの関連性を検討することを目的とする。研究にあたっては先述の通り、COVID-19 への恐怖は重要な心理学的な変数であるため、Big Five からの影響を検討する。さらに、精神的健康指標として、自尊感情を測定し、身体的な健康指標として、主観的な不健康感を測定する。また、パーソナリティ変数以外にも精神的・身体的な健康度に影響が大きい指標は多く存在し、コーピングやソーシャルサポートなどが挙げられている。中でも、本研究ではストレスマインドセットを考慮した分析を行う。ストレスマインドセットとは、個人がストレス経験をどのように知覚するか、すなわち、「有益な結果」と「有害な結果」のいずれをもたらすものとして信じるか、についてのとらえ方である (Crum et al., 2013; Jamieson, Crum, Goyer, Marotta, & Akinola, 2018)。これまでに、ストレスや心理的な不適応に関連する指標と

して、ストレスに対する心のあり方である多くのマインドセットが検討されてきたが、ストレス反応に直接的な影響を及ぼすマインドセットとしては、ストレスそのものの性質についてのマインドセットである「ストレスマインドセット」(Crum, Akinola, Martin & Fath, 2017; Crum et al., 2013) が挙げられている。

性別や年齢といったデモグラフィック変数や、心身の不適応と関連の高いストレスマインドセットを考慮してもなお、Big Five がアウトカム変数への影響を示すかどうかを検討することが本研究の目的である。具体的な研究方法としては、調査会社を介して一般成人を対象とした Web 調査を行い、パーソナリティ特性と新型コロナへの恐怖、心身の健康との関連を明らかにする。

II. 方法

1. 調査対象者と手続き

ウェブ調査会社を通して調査を実施し、完全回答の得られた 668 名 (男性 322 名, 女性 346 名), 平均年齢 50.32 歳 (SD=17.10, 範囲 18 歳-89 歳) を分析対象とした。分析対象者の職業の内訳は、「会社勤務 (一般社員)」158 名, 「専業主婦・主夫」132 名, 「無職」115 名, 「パート・アルバイト」103 名, 「派遣社員・契約社員」36 名, 「自営業 (商工サービス)」29 名, 「会社勤務 (管理職)」26 名, 「SOHO」27 名, 「その他の職業」21 名, 「専門職 (弁護士・税理士等・医療関連)」5 名, 「会社経営 (経営者・役員)」, 「学生」22 名, 「公務員・教職員・非営利団体職員」17 名, 「専門職 (医師等の医療関連の専門職)」9 名, 「会社経営 (経営者・役員)」7 名, 「農林漁業」2 名, 「専門職 (弁護士・税理士等・医療関連)」1 名, 「その他の職業」11 名であった。実施にあたっては、データの取り扱い方法を質問票の表紙において明示するとともに、同意の確認が行われた。本研究は著者が所属する研究機関の研究倫理審査の承認を受けて実施された。

2. 調査内容

1) Big Five 尺度短縮版 和田 (1996) の Big Five 尺度をもとに並川・谷・脇田・熊谷・中根・野口 (2012) によって作成された尺度を用いた。全 29 項目に 7 件法で回答を求めた。

2) 邦訳版ストレスマインドセット尺度 (SMM-J) Crum, Salovey, & Achor (2013) による General Stress Mindset Measure の日本語版 (岩本 (大久保)・竹橋・高, 2020) を用いた。全 8 項目に 5 件法で回答を求めた。

3) 2項目自尊感情尺度 評価的側面と受容的側面から全般的な自尊感情を測定する箕浦・成田 (2013) の尺度を用いた。本研究では自尊感情を精神的健康の指標として扱う。全2項目に5件法で回答を求めた。

4) 主観的健康感尺度 (SUBI) 日本語版 心理的・身体的・社会的側面からの Well-being をポジティブとネガティブの2つの側面から測定する Sell & Nagpal (1992) によって開発された主観的健康感尺度 (SUBI) を藤南・園田・大野 (1995) が翻訳した尺度から、身体的不健康感の下位尺度のみを用いた。全6項目に3件法で回答を求めた。

5) 新型コロナウイルス恐怖尺度 Ahorsu et al. (2020) による Fear of Coronaviruss-19 Scale : FCV-19S の日本語版 (太刀川・根本・田口・高橋・小川・白鳥・高橋, 2020), 全7項目に5件法で回答を求めた。

レスマインドセット尺度の確認的因子分析, 各尺度の信頼性係数の算出を行った。確認的因子分析 (最尤法) の結果, Big Five 尺度短縮版の適合度指標は CFI = .806, RMSEA = .093 であり, ストレスマインドセット尺度は CFI = .962, RMSEA = .084 であった。一部, 経験的基準よりもやや低い適合度指標も見られた。信頼性係数として Cronbach の α 係数を算出したところ, Big Five 尺度短縮版の各下位尺度は $\alpha = .81-88$, ストレスマインドセット尺度の各下位尺度は $\alpha = .83-84$, 身体的不健康感尺度は $\alpha = .77$, 新型コロナウイルス恐怖尺度は $\alpha = .88$ であり, 2項目自尊感情尺度の項目間の相関係数は .56 であった。各尺度について, 十分な信頼性が認められた。新型コロナウイルス恐怖尺度の各項目の平均値と標準偏差を以下に示す (Table 1)。

III. 結果

1. 項目分析・信頼性分析・因子分析

各項目の分布を確認後, Big Five 尺度短縮版とスト

2. 相関分析・回帰分析

Big Five 尺度短縮版の各下位尺度とそれぞれの尺度との関連を検討するために相関係数を算出した (Table 2)。

まず, 新型コロナ恐怖は, Big Five の情緒不安定性

Table 1
新型コロナウイルス恐怖尺度の各項目の平均値と標準偏差

	<i>M</i>	<i>SD</i>
新型コロナウイルスがとても怖い	2.93	1.17
新型コロナウイルスについて考えると不快になる	2.87	1.20
新型コロナウイルスについて考えると手汗をかく	1.69	0.87
新型コロナウイルスで命を失うことを恐れている	2.62	1.22
インターネットで新型コロナウイルスのニュースや話題をみると、緊張したり、不安になったりする	2.43	1.13
新型コロナウイルス感染が心配で眠れない	1.80	0.88
新型コロナウイルス感染について考えると、心拍が早くなったり、動悸がしたりする	1.79	0.91
$\alpha = .88$		

Table 2
各尺度間の相関係数

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 外向性									
2 誠実性	.33 **								
3 情緒不安定性	-.46 **	-.36 **							
4 開放性	.56 **	.32 **	-.35 **						
5 調和性	.40 **	.50 **	-.44 **	.39 **					
6 ストレス有害	.14 **	.06	-.28 **	.13 **	.12 **				
7 ストレス有益	-.13 **	.03	.12 **	-.19 **	-.03	-.57 **			
8 自尊感情	.50 **	.35 **	-.45 **	.55 **	.40 **	.14 **	-.11 **		
9 身体的不健康感	-.15 **	-.10 *	.40 **	-.09 *	-.22 **	-.24 **	.12 **	-.15 **	
10 新型コロナ恐怖	-.02	-.05	.19 **	-.02	-.11 **	-.10 **	.01	-.02	.30 **

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

との間に有意な正の相関、調和性との間に有意な負の相関が認められた。次に、身体的不健康感は大五の情緒不安定性との間に有意な正の相関、外向性・誠実性・開放性・調和性との間に有意な負の相関が認められた。また、また、自尊感情は大五の情緒不安定性との間に有意な負の相関、外向性・誠実性・開放性・調和性との間に有意な正の相関が認められた

3. 回帰分析

新型コロナウイルス恐怖と自尊感情および身体的不健康感を目的変数、大五、ストレスマインドセット、年齢、性別（ダミー変数、男性=1、女性=2）を説明変数とした階層的重回帰分析を行った。年齢と性別を第1ステップ、大五、ストレスマインドセットを第2ステップとして投入した。

その結果、新型コロナウイルス恐怖と自尊感情、身体的不適応感のいずれについても決定係数は有意であった。まず、新型コロナへの恐怖を目的変数とした階層的重回帰分析の結果、性別と年齢、大五の情緒不安定性から有意な正の偏回帰係数が認められた (Table 3)。

次に、自尊感情を目的変数とした階層的重回帰分析の結果、性別と年齢、大五の外向性、開放性、調和性から有意な正、情緒不安定性から有意な負の偏回帰係数が認められた (Table 4)。

さらに、身体的不適応感を目的変数とした階層的重回帰分析の結果、大五の情緒不安定性から有意な正、調和性とストレスマインドセットの有害から有意な負の偏回帰係数が認められた (Table 5)。

Table 3
新型コロナウイルス恐怖を目的変数とした階層的重回帰分析

変数名	Step1	Step2
年齢	0.003 +	0.007 **
性別	0.196 **	0.161 **
外向性		0.037
誠実性		-0.011
情緒不安定性		0.142 **
開放性		0.035
調和性		-0.059
ストレス有害		-0.087 +
ストレス有益		-0.040
R^2	.020 **	.078 **

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

Table 4
自尊感情を目的変数とした階層的重回帰分析

変数名	Step1	Step2
年齢	0.013 **	0.005 **
性別	0.102	0.124 *
外向性		0.109 **
誠実性		0.044
情緒不安定性		-0.123 **
開放性		0.279 **
調和性		0.073 *
ストレス有害		0.004
ストレス有益		0.002
R^2	.070 **	.425 **

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

Table 5
身体的不適応感を目的変数とした階層的重回帰分析

変数名	Step1	Step2
年齢	-0.002 *	0.001
性別	0.060 +	0.036
外向性		0.002
誠実性		0.023
情緒不安定性		0.128 **
開放性		0.032 +
調和性		-0.047 *
ストレス有害		-0.072 **
ストレス有益		0.009
R^2	.013 *	.187 **

** $p < .01$, * $p < .05$, + $p < .10$

IV. 考察

本研究では新型コロナウイルス感染症流行下におけるパーソナリティと新型コロナウイルスへの恐怖、精神的健康、身体的健康の関連性を検討するために、20代から80代の日本人成人を対象にWeb調査を行った。精神的健康は自尊感情を指標とし、パーソナリティはBig Fiveによる測定を行った。また、ストレス耐性に関する特性として、ストレスマインドセットについても考慮したうえで分析を行った。

その結果、性別や年齢の影響を考慮してもなお、パーソナリティ特性から新型コロナへの恐怖の説明が可能であり、情緒不安定性が高いものほど新型コロナへの恐怖が高いことが示された。この結果はドイツにおける大規模調査の結果 (Fink et al., 2021) と一致しており、本邦においても同様の結果が得られることが明らかとなった。一方、これ以外の特性との関連は有意ではなかった。また、いずれの相関係数も先行研究と比較すると小さい値が示され、日本においてはBig Fiveの影響がやや小さい可能性も伺われた。自尊感情については情緒不安定性との間に負の関連、外向性・開放性・調和性との間に正の関連が認められた。外向性と情緒不安定性との関連についてはコロナ禍以前より同様の結果が国内外で多く報告されており、本研究の結果も整合的であると考えられる。パンデミック以前と以後で変数間の関連性については頑健な結果が示された。最後に、身体的不適応感は情緒不安定性との間に正の関連、調和性およびストレスマインドセットの有害との間に負の関連が認められた。先行研究にお

いては、健康に関する指標と誠実性との間に正の関連性が多く認められているが、本研究の指標との関連性は認められなかった。本研究においては主観的健康感尺度の中の1つの下位尺度である身体的不健康感を用いたが、主観的な健康を包括的な測定するには不十分であったことも考えられる。

Big Fiveの中では情緒不安定性が恐怖心や主観的な心身の健康感に影響を与えており、これらの結果は先行研究においても多くみられる傾向であった。コロナ禍以前より同様の結果が国内外で多く報告されており、本研究の結果も整合的であると考えられる。

一方、本研究にはいくつかの課題が残されている。まず、Big Fiveと自尊感情、主観的健康感の関連のプロセスが検討されていない点が挙げられる。心身の健康は様々な要因の影響を反映しているため、情緒不安定性をはじめとしたBig Five特性と心身の健康の関連は、これ以外の心理変数によって説明される可能性がある。今後はBig Fiveパーソナリティの影響を説明するプロセスについて、異なるモデルを構築し、縦断調査にモデル検討を行うことが求められる。また、文化・国家間の違いを説明する理論的な背景が不十分である。特にCOVID-19については各国においてその政策や流行の時期が大きく異なっているため、今後は状況の影響を加味して結果を解釈する必要がある。また、各文化圏の生活様式や価値観の傾向についても考慮したうえで、Big Fiveパーソナリティとの関連について検討していく必要がある。

利益相反

本論文に関して、開示すべき利益相反事項はない

謝辞

本研究の一部は愛知学院大学心身科学研究所の研究助成を受けて行われました。ここに記して御礼申し上げます。

引用文献

- Ahorsu, D.K., Lin C.Y., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M.D., Pakpour, A.H.(2022). The Fear of COVID-19 Scale: Development and Initial Validation. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20,1537-1545.
- Carvalho, L. de F., Pianowski, G., & Gonçalves, A. P. (2020). Personality differences and COVID-19: are extroversion and conscientiousness personality traits associated with engagement with containment measures? *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 42, 179-184.
- Crum, A. J., Salovey, P., & Achor, S. (2013). Rethinking stress: The role of mindsets in determining the stress response. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104, 716-733.
- Fink, M., Bäuerle, A., Schmidt, K., Rheindorf, N., Musche, V., Dinse, H., Moradian, S., Weismüller, B., Schweda, A., Teufel, M., & Skoda, E.-M. (2021). COVID-19-Fear Affects Current Safety Behavior Mediated by Neuroticism-Results of a Large Cross-Sectional Study in Germany. *Frontiers in Psychology*, 12, 671768.
- 藤南 佳代・園田 明人・大野 裕(1995). 主観的健康感尺度(SUBI)日本語版の作成と、信頼性、妥当性の検討. *健康心理学研究*, 8, 12-19.
- 岩本 (大久保) 慧悟・竹橋 洋毅・高 史明 (2019). ストレスマインドセット尺度の邦訳および信頼性・妥当性の検討. *心理学研究*, 90, 592-602.
- Jamieson, J. P., Crum, A. J., Goyer, J. P., Marotta, M. E., & Akinola, M. (2018). Optimizing stress responses with reappraisal and mindset interventions: An integrated model. *Anxiety, Stress and Coping*, 31, 245-261.
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 102- 138). New York: Guilford Press.
- Krueger, R. F., Caspi, A., & Moffitt, T. E. (2000). Epidemiological personology: The unifying role of personality in population-based research on problem behaviors. *Journal of Personality*, 68, 967-998.
- 箕浦 有希久・成田 健一 (2013). 2 項目自尊感情尺度の開発および信頼性・妥当性の検討. *感情心理学研究*, 21, 37-45.
- 並川 努・谷 伊織・脇田 貴文・熊谷 龍一・中根 愛・野口 裕(2012). Big Five 尺度短縮版の開発と信頼性と妥当性の検討. *心理学研究*, 83, 91-99.
- Obschonka, M., Cai, Q., Chan, A. C. Y., Marsalis, S., Basha, S. A. J., Lee, S.-K., & Gewirtz, A. H. (2022). International psychological research addressing the early phase of the COVID-19 pandemic: A rapid scoping review and implications for global psychology. *International Journal of Psychology*, 57, 1-19.
- Ozer, D.J., Benet-Martínez, V.(2006). Personality and the prediction of consequential outcomes. *Annual Review of Psychology*. 57, 401-21.
- Yoshino, S., Shimotsukasa, T., Hashimoto, & Oshio, A. (2021). The association between personality traits and hoarding behavior during the COVID-19 pandemic in Japan. *Personality and Individual Differences*, 179, 110927.

(最終版 2024年1月18日受理)

The Relationship Between Personality and Mental Health under the COVID-19 Pandemic

Iori TANI

This study examined the relationship between personality, fear of COVID-19, mental and physical health in Japanese adults (20-80 years) during the pandemic. Web surveys revealed that higher emotional instability correlated with increased COVID-19 fear, consistent with a German study. However, correlations with other personality traits were not significant, suggesting a limited impact of the Big Five in Japan. Self-esteem showed negative correlation with emotional instability and positive with extraversion, openness, and agreeableness. Results were consistent with pre-pandemic findings, but small coefficients suggested a potentially smaller Big Five influence in Japan. Physical maladaptation correlated positively with emotional instability and negatively with agreeableness and stress mindset. Unlike prior research, no positive association between health indicators and integrity was found. Limitations include unexplored processes linking Big Five, self-esteem, and health, necessitating future model-building and longitudinal studies. Theoretical background explaining cultural differences and considering diverse lifestyles and values is crucial for accurate result interpretation across cultures.

Keywords: personality, Big Five, mental health, COVID-19, fear of COVID-19