

---

## 4 種類のストレスと coping behavior

### との関係及び各ストレス間との関係

橋 本 厚 生

---

#### 1. はじめに

同様な問題や事件に遭遇しても、人によってその解決程度が相違したり、また、同様な種類と量の福祉サービスを受けても、人によってその効果が相違してくる原因は様々に想像できるが、その問題や事件に対する対処 (coping) のしかた (あるいは strategy) の相違もひとつの大きな原因と考えられる。その場合、たまたまある対処方法を利用しなかったことが原因となっていることもあれば、当該の人間が本来的に持っている行動特性が原因となっていることもありうる。福祉サービスに係わる専門家にとっては、このことはケースのマネジメントに役立つ情報となってくる。こうした対処の内容でよく言われる例として、人的資源の利用、コミュニティーとの関係、コミュニケーションの利用、適応能力、人間関係、家族関係、情緒上の問題、認知上の問題などが考えられる。これらは対処内容の一部である。直接的な公的な援助 (物的、経済的援助、種々な入所措置など) も対処の中心的なもので重要となるが、今回は、大学生の coping behavior (対処行動) を中心に分析を行なうので、後者の対処内容は考えていない。

問題や事件の性質を同じようなものに限定して分析を行なうのがもっとも無理のない研究方法である。例えば、ある種類の障害を持つ子供の家族を対象とする研究である。しかし、現実の福祉のニーズは多種多様であり、また、多くのデータを得るのに困難であるので、問題や事件からの影響を「ストレス」状況に置き換え、これに対する coping behavior の影響を見ることにした。なお、4種類のストレスの原因 (stressor) に分類したが、便宜上、各 stressor から生じた各「ストレス」として、4種類の分類を検討していく。

#### 2. 目的

- (1). ストレス (「慢性ストレス」、 「life event」、 「日常雑事」、 「trauma」 等の他に、 「合計ストレス」と 「自己評価」 も利用) の高低に対して、 coping behavior の内容的な特性 ( 「問題中心の対処」、 「情動中心の対処」 ) と 「有益な coping behavior」 の利用頻度が与える影響を比較検討する。

(2)学年別及び性別に、各ストレスの平均値の差を検討する。

(3)因果関係を念頭において4種類のストレス間の相互関係を検討する。

### 3. 方法

#### (1)対象、時期、実施方法

1998年の6月から7月にかけて、つくば国際大学の1学年から4学年の学生151名に対して、各担当クラスの教師の指示のもとに、一定の質問用紙に回答（選択肢に印を付ける）してもらった。最終分析の対象者数は114名となった。性別が不明のデータがあったが、女子は約70%、男子は約30%となる。著しく高いスコアを示す者7名、内容的に大きな矛盾を示す者9名、その他回答の選択状況があまりにも信頼できない者、回答の態度や動機に信頼性のない者、回答に不備や欠損値の多い者など21名を対象から除外したため114名となった。

#### (2)質問項目

「慢性ストレス」を測るための項目は17項目であり、「trauma」については12項目、「life event」は33項目、「日常雑事」は13項目、「有益な coping behavior」は24項目、coping behavior の「2特性」は67項目となり、全部で160項目となるが、質問紙の最後にストレスの自己評価のための項目1問がある。この「自己評価」とは、「ここ1年ぐらいの間で、同年令の人達と比べると、あなたはストレスをどのくらい持っていると思うか」という質問に対して、1から9までに分割した直線上（1：全くない、5：平均的、9：非常におおい）に印をつけて得た得点である。「ストレス」という言葉を最後のこの部分で使用しているのは、この調査がストレスの測定であることを対象者に知らせずに質問項目に答えてもらう目的を持っていたからである。この結果とストレスの得点とを比較した。内容的に大きく矛盾する回答を分析対象から除外した際にはこの結果を利用した。4種類のストレス測定項目は表1-1から表1-4のとうりである。「life event」の項目は、Thomas H. Holmes のS. R. E (Schedule of Recent Experience) の項目から多くを利用して作成されているが、対象を夫婦から大学生に変えて使用できるように内容の一部を変更している。例えば、夫や妻の死、離婚、別居は、親のそれに変更し、妊娠や職場の問題は恋人の妊娠やアルバイト先・クラブ先輩との問題に変更している。他のストレス項目は、Blair Wheaton の研究に使用されている項目を利用し、現代の日本の状況と大学生であることを考え、分かりやすく変更している。新たに付け加えた項目は1%程度で、気が重い、不安、さびしさ、苦痛、いじめ、プレッシャー、交通事故等であるが、特に「慢性ストレス」に抑鬱的な項目を加えている。

「有益な coping behavior」の項目は、Wesley R. Burr, Shirley R. Kleir らの研究の「most helpful coping behavior」から作成した。表2に示しているように、かなり抽象的な項目が多いので、現代の日本の学生に分かりやすく変えて、さらにこれら項目の内容と同じ内容

表 1-1

慢性ストレス項目			
	質問内容 (要約)	回答人数	(%)
1	経済的困窮	77	(67)
2	勉強が苦痛	45	(35)
3	学生生活がつまらない	41	(32)
4	日々生活がうんざり	57	(50)
5	人間関係に自信がない	33	(28)
6	人間関係に問題、悩む	34	(29)
7	住居、住居地が好きではない	25	(19)
8	持病に悩む	24	(21)
9	体が弱く、不安	27	(23)
10	プレッシャーを感じる	69	(60)
11	性的な不満	25	(19)
12	親に良い子供ではない	45	(39)
13	親、友人に理解されていない	55	(48)
14	異性の友がなく、淋しい	40	(35)
15	実家からの距離がいやだ	35	(30)
16	暴行、強盗の脅威	20	(15)
17	気が重い	77	(67)

表 1-2

trauma項目			
	質問内容 (要約)	回答人数	(%)
1	大災害の経験	13	(10)
2	親のきびしい養育	31	(27)
3	恐ろしい事件にまきこまれる	6	(5)
4	親の死	1	(8)
5	大事故に会う	11	(9)
6	親の離婚	3	(2)
7	留年の経験	4	(3)
8	親が酒乱	4	(3)
9	家族の人間(自分以外)が大事故に会う	17	(13)
10	親類からの虐待	3	(2)
11	家庭内暴力の目撃	10	(7)
12	いじめに会う	17	(13)

表1-3

life event項目		回答人数 (%)	
	質問内容 (要約)		
1	就寝時刻、睡眠時間の変化	90	(78)
2	食事の回数、時間の変化	83	(72)
3	先輩とのトラブル	4	(3)
4	習慣の変化	43	(37)
5	レジャー、レクレーションの変化	60	(52)
6	社会活動の変化	54	(47)
7	家族団欒の回数の変化	74	(64)
8	親戚とのトラブル	5	(3)
9	ケガ、病気をした	24	(21)
10	父母との口論	18	(15)
11	家族メンバーの死	8	(7)
12	親の死	1	(8)
13	家族に新メンバー増加	5	(3)
14	法的な軽い違反	26	(20)
15	親の職業上の大変化	21	(16)
16	兄弟の独立	18	(14)
17	親の引退、退職	5	(3)
18	勉学の時間、条件の大変化	65	(57)
19	アルバイトの開始、中止	70	(61)
20	アルバイト先での大きな失敗、問題	8	(6)
21	恋愛に関する大きな問題、トラブル	37	(32)
22	自分や恋人の妊娠、出産、中絶問題	2	(1)
23	アルバイトを止めさせられた	3	(2)
24	友人への借金返済	7	(5)
25	購入ローンを組む	11	(9)
26	科目単位の取得失敗	23	(17)
27	家族外の親しい人間との死別、別離	5	(3)
28	親の大病	1	(8)
29	犯罪の被害	1	(8)
30	親の破産、経済的な大損失	5	(3)
31	移転先の住居環境が良くない	11	(9)
32	親の別居、離婚	4	(3)
33	家族がばらばらになった	10	(7)

で、もっと理解しやすく、具体的に直した項目をふやして付け加えた。例えば、人的な関係 (種々な諸関係、コミュニティー、コミュニケーションなど) は、“同じような問題状況にある人達”、“問題あるいは事件にかかわりのある人達”、“家族の人達”、“親戚の人達”、“友人、先輩、教師、兄弟” などに変えている。“basic value” は、“価値観”、“人生観”、“哲学”、“考え方” などに変え、情緒上の項目は、“はげまし”、“なぐさめ”、“愛情”、“親切”、“温かい心”、“やさしさ”などで表現しなおしている。「coping behavior」の特性項目は、Richard S Lazarus の項目をそのまま利用した。これは2つの特性 (「問題中心の対処」と「情動中心の対処」) の比較にのみ利用し、対処の具体的な内容別 (因子) の分析は行なわなかった。

ストレス項目の選択肢は全て「はい」と「いいえ」であり、「有益なcoping behavior」は、1. いいえ、2. すこし、3. ある程度、4. かなり、の4選択肢となり、「coping behavior」の特性も4選択肢を持ち、後者2つの項目のスコアは0点から3点である。ストレス項目は、全て1点から3点の odds を付けている。2人の心理学者と2人の社会学者がストレスの各項目にストレスの大きさ (高低) の差異を付け、この4人の平均値をスコアとした。例えば、「慢性ストレス」の14番目“異性の友がなく、さびしい”は2.5点、「trauma」の10番目“親類からの虐待”は3点、「life event」の12番目“親の死”は3点、26番目“科目単位の取得失敗”は1.7点、「日常雑事」の37, 38, 39番目は各々1点となる。なお、「慢性ストレス」は、期間を指定せずに回答させているが、学生は回答時を中心に考えているようである。「trauma」の時期は、“子供の頃”に限定し、他は“ここ1年ぐらいの間”に指定している。

表1-4

日常雑事項目		
	質問内容 (要約)	回答人数 (%)
1	近所とゴタゴタを起こす	5 (3)
2	物の紛失	40 (35)
3	物の置き場所の間違い、物をさがせない	53 (46)
4	タバコで焦がす	9 (7)
5	ペットの世話が面倒	16 (12)
6	食事の用意がわずらわしい	57 (50)
7	住居の掃除、修理が面倒	69 (60)
8	待つことが多く、イライラ	23 (20)
9	邪魔な物や事柄が多い	46 (40)
10	やるべき事が種々	104 (91)
11	天気が悪いとつまらない	74 (64)
12	こまごま忙しく困る	60 (52)
13	交通の渋滞や違反の心配	38 (29)

表2 有益な coping behavior 項目

Rank Order of the Most Helpful Items		
<i>Rank</i>	<i>Item</i>	<i>percentage Finding Item Helpful</i>
1	37 Changed basic values as a result of the satuation.	96
2	20 Tried to be understanding of each other.	93
3	55 tried to talk with others in similar situation.	93
4	27 tried to be more sensitive to each other's emotional needs.	92
5	45 Tried to have more faith in God.	92
6	71 Tried to focus on common goals and values.	91
7	17 Tried to listen to each other more.	91
8	44 Tried to get help through prayer or spiritual assistance.	90
9	39 Tried to cooperate more as a family.	89
10	36 Changed basic philosophy of life as sresult of situation.	88
11	75 Tried to increase family togetherness (integration).	87
12	77 Tried to do more things as a family.	87
13	49 Tried to get help or encouragement from community organizations.	87
14	70 Tried to share the situation or experience as a family.	86
15	22 Tried to express affection more.	86
16	24 Tried to be honest, clear, and direct in expressing affection.	86

## 4. 分析と結果

## (1) 質問項目の回答頻度、ストレスの分布、自己評価ストレス

表1-1から表1-4は、各ストレス項目の回答人数(%)を示している。「慢性ストレス」に対する回答状況は全体的にまとまっている。1番目「経済的困窮」が67%、10番目「プレッシャーを感じる」が60%、17番目「気が重い」が67%、と高い頻度を示しているが、7番目「住居、居住地が好きではない」が19%、11番目「性的な不満」が19%、16番目「暴行、強盗の脅威」が15%、と低い頻度もある。「trauma」の項目は、全体的に回答頻度がかなり低い。ある程度以上のtraumaを答えている学生はごく少数である。これはWheatonの研究結果と同じである。もっとも高い頻度の項目である2番目の「親のきびしい養育」でも27%である。「life event」項目は、数が多く、広範囲のeventを有しているため、頻度の高低差が大きい。ストレスとしては、小さい(低い)もしくはあまり貢献していないと思われる項目に高い頻度を示している。例えば、「就寝」、「食事」、「勉強」などに関するeventである。逆に、ストレスフルな状況の原因になりそうな項目の頻度は低い。例えば、「家族メンバーの死」、「親の退職」、「アルバイト先の失敗」、「妊娠、出産、中絶」、「借金」、「親の病気、離婚、別居」などのevent項目である。21番目の「恋愛に関する大きな問題、トラブル」が32%で意外に多く、10番目「父母との口論」(15%)と7番目「家族団欒の回数の変化」(64%)も予想に反して多い頻度となった。「日常雑事」の項目では、1番目「近所とゴタゴタを起こす」および4番目「タバコ焦がす」を除けば、全体的にかなりの頻度で選択されており、まとまっている。Wheatonはこのストレスを「Daily hassles」と名づけているが、要するに、日々の生活において、小さく、こまごまとした、しかし気になる問題を指している。小さくても毎日のように起こり、積み重なっていき、他のストレスと混合していくうちに、個人に無視できないストレスを与えることになる。10番目「やるべき事が種々」の91%は、学生の教師や大学に対する要望が回答頻度に部分的に反映しているため高くなっていると考えられる。これらの項目については、対象者の70%が女子学生であることを念頭に置いて考える必要がある。例えば、「タバコ」、「性的不満」、「アルバイト」などの頻度は男女間に差

があると想像する。図1-1, 図1-2, 図1-3は、ストレスの得点で表したヒストグラムである。参考までに図1-5の「自己評価」も示す。図1-1の「慢性ストレス」と図1-2の「life event」は、やや左と右に偏ってはいるが、一応正規分布に近い分布と考えられる。「日常雑事」図1-3は、6~7点の所に多くの分布を示しているが、中央値あるいは平均値に近い所に集中しているこ

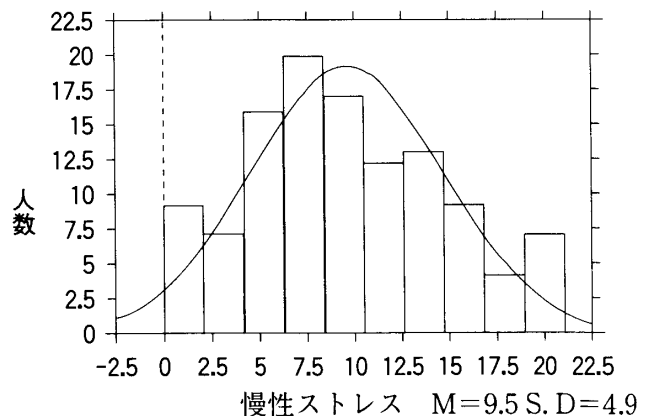


図1-1 ヒストグラム

とと、両側の分布はゆるやかな部分を示していることから、統計上の分析になんとか耐えられると思われる。図1-4は、これら3種類のストレスの合計の分布であるが、およそ正規分布とみなしてよいであろう。「trauma」の図1-6は、多くの者が回答していないことを示し、また、正規分布を示していない。ここに示してきた各ストレスの項目は、元々文章完成法など投影法的方法で使用されている。特に、「trauma」を測るには、今回のような質問紙と選択肢による方法では限界がある。参考のために「trauma」の統計も示しておく。図1-5は、「自己評価」の分布であるが、ひとつの質問項目のみで作成しているのので、どうしても0人の部分(4~5点の所)が生じた。また、このため表3の空白のセルが生じている。表3は、「合計ストレス」と「自己評価」の相関を示している。 $r = .57$ で高い相関を示している。今回の質問項目がストレスを測定するのにおよそ有効であったと考える。表3の中心部分に空白のセルが3ヶ所あり、この部分が埋まっていればなお理想的であった。

(2) Coping behavior、学年、性別

表4は、4種類のストレス、「合計ストレス」、「自己評価」について、学年別、

性別、2種の「Coping behavior」得点別に平均値を比較した結果を示している。「問題中心の対処」として特徴づけられた54人のグループは、「情動中心の対処」として特徴づけられた55人のグループよりも低い「慢性ストレス」(前者8.8、後者10.4,  $p < .09$ )と「日常雑事」(前者5.1、後者6.0,  $p < .05$ )を示している。しかし、「life event」については差異を示していない。この2グループは、対処の両特性のスコアの大小で分割されている。わずかの差でも、どちらかの特性に分割されているので、必ずしも明確に特性を持つ学生が含まれているという

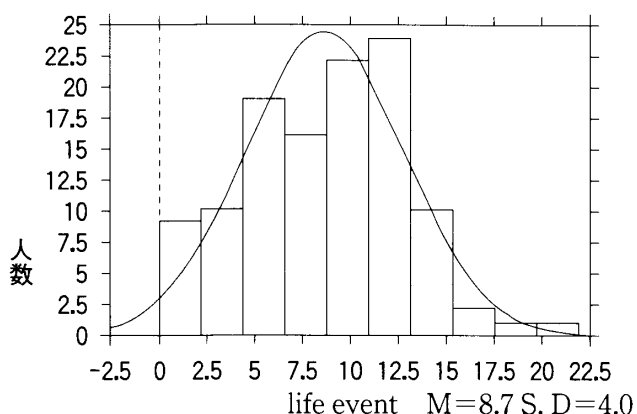


図1-2 ヒストグラム

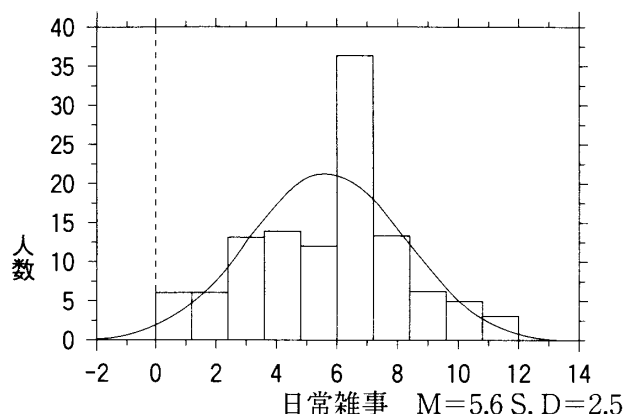


図1-3 ヒストグラム

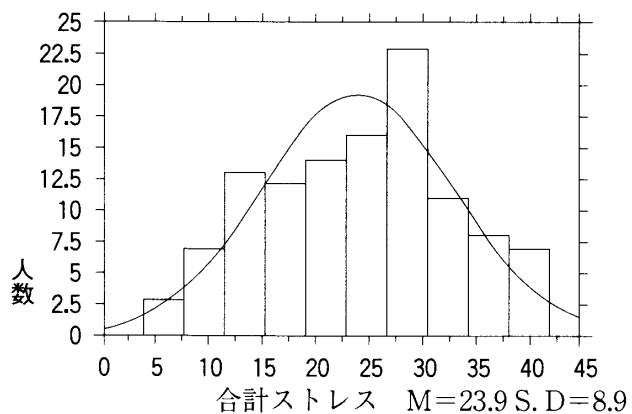
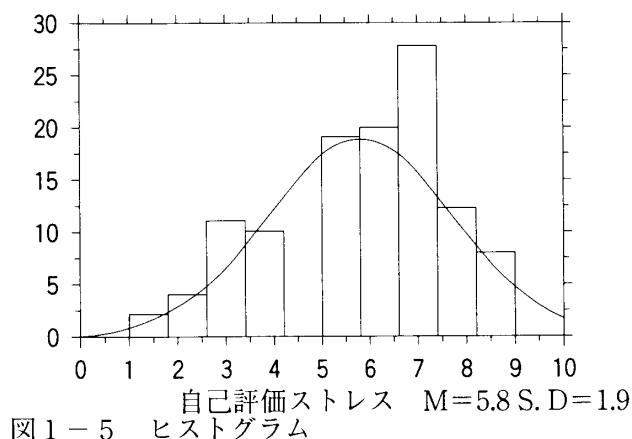


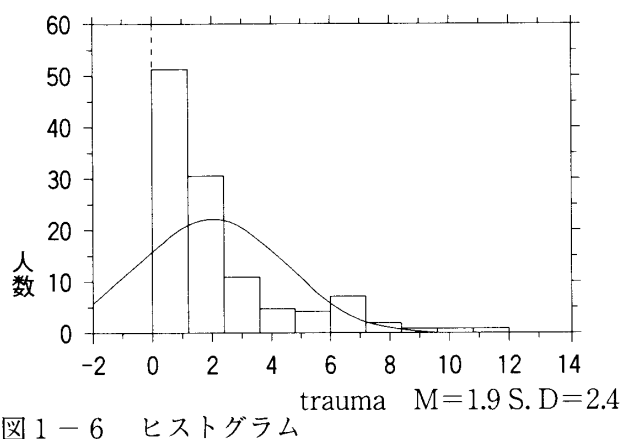
図1-4 ヒストグラム



わけではない。「有益な coping behavior」は、その平均値を中心に 2 分割したグループ間で検討したが、予想とは全く逆の結果を示している。つまり、「有益な coping behavior」を多く利用したグループ (高得点グループ) の方が、少なく利用したグループ (低得点グループ) よりも高い「life event」のストレスを示し (前者 9.4, 後者 8.0,  $p < .06$ )、他のストレスには差を示していないのである。



「life event」の内容と「有益な coping behavior」の内容が同一のことを意味している、と考えられる。学年別では、「慢性ストレス」、「合計ストレス」、「trauma」、「自己評価」について、部分的に有意差を示している。2 学年のグループがストレスと「自己評価」に高い平均値を示している。性別では、男子の方が「life event」と「合計ストレス」に各々 10.0, 26.3 ( $p < .07$ ) と高い数値を



示しているが、これも予想に反していた。「自己評価」にも 6.3 ( $p < .07$ ) と高く示す。概して、「慢性ストレス」、「自己評価」によく差を示す。「life event」については、男子の生活に関する状況と、間接的なストレスを表しているその項目とを考慮の必要がある。

### (3) ストレス間の関係

4 種類のストレスを用意した理由は、Wheaton と同様にストレスのプロセス、積み重なりあるいは交互作用なども参考にしたいためである。たとえ一時点で測定したストレスでも、他の時点の関連する状況が分かれば理解に役立つであろう。そこで、「慢性ストレス」は主に回答時点の状況になるように、「life event」と「日常雑事」は主に現在も含めた過去 1 年間の状況になるように、「trauma」は子供の頃に指定している。これらに対応して「coping behavior」の特性は、「今までの経験」から出された長期間の対処特性として、「有益な life event」は一年間の指定で主に「life event」に対応して設定している。表 5 は、4 種類のストレス間の相関係数を示している。「trauma」は分布が偏っていた上に、回答頻度が低いため、他のストレスと高い相関を示していない。残りの 3 種類のストレスは相互にかなりの相関を示している。特に、「日常雑事」と「慢性ストレス」は、.392 と一番高い係数を示している。これらの結果は表 6 の重

表3 「自己評価」と「合計ストレス」の相関

自己評価 ストレス	9					1		1	2	2	1	1
	8						3	3	2	2	2	
	7				2	1	3	8	5	4	4	1
	6				2	6	5	2	1	3	1	
	5		1	3	6		2	4	2	1		
	4	1	1	3		2		2		1		
	3			1	4	2	1	1	2			
	2		1	1		1		1				
	1		1		1							
		0	5	9	13	17	21	25	29	33	37	41
	4	8	12	16	20	24	28	32	36	40		

合計ストレス  $r = .57$  (単位：人)

回帰分析の結果とほぼ一致している。「日常雑事」→「慢性ストレス」の標準回帰係数は .335 で、逆の因果関係の「慢性ストレス」→「日常雑事」のそれは .327となっている。当初のストレスの時期指定から言えば、「慢性ストレス」は回答時中心であるので、前者の因果関係を採用したいところだが、2者の係数に差がなく、またR<sup>2</sup>がどれも小さくておおくの説明すべき分散あるいは残差が残っている。因果関係は確定できるが、その方向の確定には自信がない。しかし、図2に示した Wheaton の因果関係を尊重して、これに合わせて図3のような関係図を作成してみた。

### 5. 考察

ストレスとは、“認知”上の問題である、という意見をよく聞くが、人が stressful と感じていなければ、stressor もその人間には起きていなかったのである。ただ、「自己評価」でのストレス程度と項目得点の結果によるストレス程度が一致していることから、ここではこの意見はあまり考えなくてよいのではないだろうか。ただしはじめに、あまりにも回答が矛盾しているケースや極端な回答のケースを除外しているので、この意見を全く無視するわけにはいかない。予想どおり「問題中心の対処」は低いストレスを示した。ケースワークにおいても、よく問題

表4 ストレスの平均値の比較

ストレス 比較 グループ	慢性 ストレス M	trauma M	life event M	日常雑事 M	合計 ストレス M	自己評価 M
学 年 1年 N=24 2年 N=44	8.2 10.8 p<.04	—	—	—	22.0 25.2 p<.17	5.3 6.2 p<.06
2年 N=44 3年 N=30	—	2.5 1.3 p<.04	—	—	—	6.2 5.5 p<.09
2年 N=44 4年 N=16	10.8 8.3 p<.07	—	—	—	—	—
性別 男 N=34 女 N=74	—	—	10.0 8.0 p<.01	—	26.3 22.9 p<.07	6.3 5.6 p<.07
対処行動特性 問題中心 N=54 情動中心 N=54	8.8 10.4 p<.09	—	—	5.1 6.0 p<.05	—	—
有益な 対処行動 高得点 N=58 低得点 N=56	—	—	9.4 8.0 p<.06	—	—	—

解決に志向した、あるいは問題中心のアプローチが提示される。しかし、情緒面をないがしろにするというわけではなく、問題解決に向けての情緒面への働きかけは当然必要となる。対象としたケースの中には、「情動中心の対処」特性を有しながら低いストレスを有しているケースはある。「有益な coping behavior」については、予想した結果を示さなかったが、いくつかの理由が考えられる。そのひとつは、ストレスを多く（高く）持つということが、coping behavior も多くとらせるということである。有益な coping behavior であれば、なおさらそうした関係が考えられよう。ほかの理由として、「life event」の項目内容は、ストレスの状況を直接聞いているのではなく、問題状況の具体的な事実から間接的にストレスを推測しているので、これらの具体的事実がそのまま「有益な coping behavior」そのものと直結しているのでは

表5 4ストレス相関係数

	慢性ストレス	trauma	life event	日常雑事
慢性ストレス				
trauma	.117	—	.097	-.011
life event	.297	.097	—	.339
日常雑事	.392	-.011	.339	—

表6 重回帰分析 (抜粋)

従属変数	独立変数	標準回帰係数	R <sup>2</sup>
慢性ストレス←	trauma	.104	.195
	life event	.173	
	日常雑事	.335	
life event←	慢性ストレス	.182	.153
	trauma	.079	
	日常雑事	.269	
日常雑事←	慢性ストレス	.327	.214
	trauma	-.073	
	life event	.250	
trauma←	慢性ストレス	.126	.157
	life event	.091	
	日常雑事	-.091	

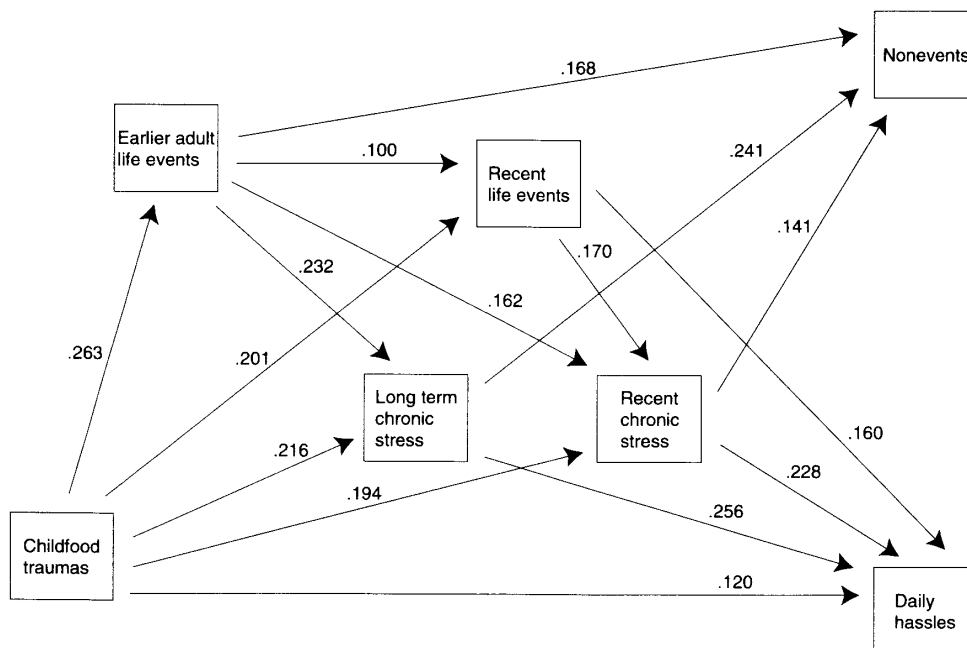


図2 Wheatonの因果関係

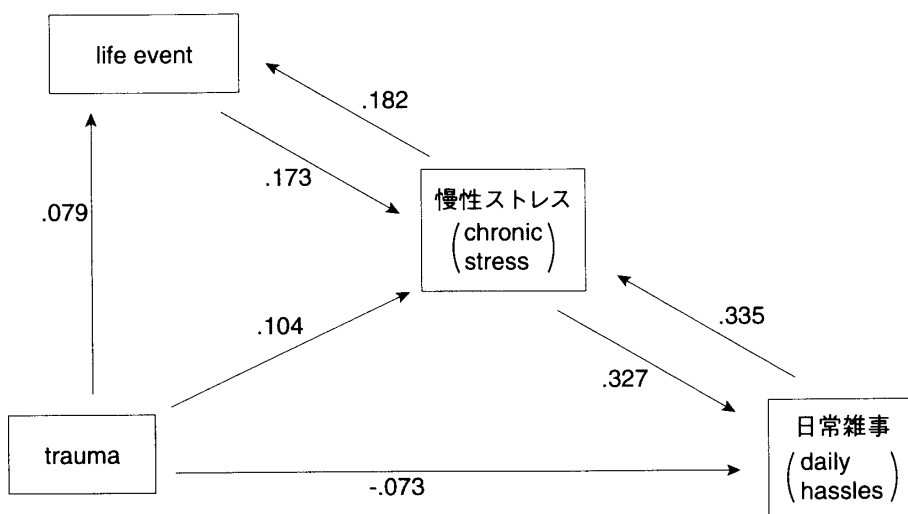


図3 ストレスの関係図

ないか、ということである。例えば、先輩、友人、親、家族等とのトラブルという life event はそのまま周りの人間や親や関係者との相談、話し合い、相互の気くばり、結びつきの強化、譲歩等に直結する。あるいは、急激な状況の変化という event は、すぐに何らかの援助に直結してくるのである。ただし、この coping behavior は他のストレスに関しては何の差異も示していない。さらなる研究が必要である。学年別では、2 学年のグループが「慢性ストレス」、「trauma」「合計ストレス」、「自己評価」について高いストレスを示したが、その理由ははっきりしない。単に、2 学年のグループが高いストレスを持っていたということなのか。ただ、学年の中で 2 学年はいくつかの点で独特な意味を持つという話を耳にすることがあるが、それがストレスに直結するのかどうか明確ではない。新入生は親元から離れたばかりの者が多く、高校時代の延長のような気持ちがあり、意欲と希望をより大きく有している。2 学年では、慣れと同時に大学や社会での種々な活動あるいは男女間の問題、勉学の問題が生じてくる頃であるので、ストレスが高くなる、と考え得るのか。3 学年、4 学年はそのストレスにも慣れ、次の人生のステップへやるべきことに向かっていくことがストレスを感じさせないのか。さらに、2 学年は学級別に回答しているので、その学級が持つ文化的な背景、たとえば団結程度や熱心さによるのか、担当教師の指示に従う程度や動機の違いによるのか。いずれも今の段階では確定できない。性別では、男子の方が女子よりも高いストレスを示す、と言わざるを得ない。一般に、「抑うつ」については女性が高い数値を示す傾向にあると言われることが多い。男子学生の方が多くの活動に関係し、多くの事件に関係し、種々な問題を作りだし、成人の男性としての期待される役割からのストレスを持ち始め、種々な競争にさらされる、と考えることはできる。具体的には、異性や性に関するトラブル、就職の重圧、親の世話の問題といった stressor が次第に増加していく時期に立たされる。「life event」の得点の高さも男子学生のこうした状況からうなずける。しかし、これらの解釈は推測の域を出ない。ストレス間の相互関係では、特にストレス間の時期も含めた因果関係にも関心を持っていた。Wheaton は図 2 のように「慢

性ストレス」を“長期”と“最近”に分け、また「life event」も“初期成人”と“最近”に分けている。「childhood trauma」は低い数値ではあるが、直接「Daily Hassles」を説明している。今回の調査では4種類のストレス間で相互関係を考えた。表5が示すように、得点分布と選択頻度が原因となって「trauma」はほとんど因果関係を示していない。また、「life event」と「慢性ストレス」の標準回帰係数がやや小さい(.182と.173)。しかし、これらの結果はWheatonの図2と類似している。つまり、「Daily hassles」は「Recent chronic stress」と「Long term chronic stress」との間に高い係数(.228、.256)を示し、「Recent life event」は「Recent chronic stress」と「Daily hassles」との間に中位の大きさの係数(.170と.160)を示している。「childhood trauma」は「Daily hassles」との間に.120という低い係数を示している。ここでは、一応、図3のような因果関係を考えるが、図2のような一方向にせず、両方向で表しておくことにする。「日常雑事」は日々の忙しさや煩雑さのような軽く考えられるものというよりもむしろストレスとの関係を強く示すものであり、部分的に何らかのストレスの結果でもありうる。また、「日常雑事」は、「慢性ストレス」との関係が強く(.327と.335)、人生のうちの種々な事件(「life event」)の原因や結果ともなり得る(.250と.269)。人生のうちの種々な事件は、また、慢性的なストレスに影響を与え、逆に影響を受ける(.182と.173)ようである。諸結果がWheatonの結果と類似していることからその関係図(図2)に基本的には従うが、関係を両方向にしたことと、重複した時期もあるので時間(時期)的な推移は確定しないでおくことにする。

## 6 結論

1. ストレス(「慢性ストレス」,「日常雑事」)の高低と coping behavior との間には有意な関係が認められ、「問題中心の対処」の特性を示す学生は、「情動中心の対処」の特性を示す学生よりも低いストレスを示す。「有益な coping behavior」の利用頻度とストレスとの間には、有意な関係は認められなかった。
2. 2学年の学生が他の学年の学生よりも高いストレスを示す。ただし、「life event」と「日常雑事」については有意差を示していない。男子は女子に比べ高いストレスを示す。しかし「慢性ストレス」と「日常雑事」には有意差を示さない。
3. 各種ストレス間の因果関係は、他の研究結果と類似した結果を見せ、「慢性ストレス」,「日常雑事」,「life event」の3ストレス間にかなりの因果関係が認められた。特に、前者2ストレス間に関係が強く表れ、また、「日常雑事」は軽視できない大きな影響を受けあるいは与えている。

橋本厚生

参考文献

1. Blair Wheaton. 1994 Sampling the Stress Universe. William R. Avison, Ian H. Gotlib (edited). Stress and Mental Health 1994 Plenum Press p77-p114
2. Richard S. Lazarus, Suzan Folkman. 1984 Stress, Appraisal and Coping. 本明寛、他 監訳  
1991 ストレスの心理学 実務教育出版 p351~p359
3. Thoman H. Holmes. 1981 S. R. E (Schedule of Recent Experience)  
University of Washington Press
4. Wesley R. Burr, Shirley R. Kleir. 1994 Reexamining Family Stress Sage Publication, Inc  
p151~p159

## Relations between 4 stressors and coping behavior, and a Causal Model for the stressors

A. Hashimoto

Students who indicate higher score for problem-centered coping behavior have lower chronic stress and lower daily hassles stress than students who indicate higher score for emotion-centered coping behavior. But most helpful coping behaviors indicate no significant relation to four types of stress (the above-mentioned two types, life event stress, trauma stress).

The sophomore students indicate higher chronic stress and higher daily hassles stress than other students.

Male students indicate higher trauma stress and higher total other stress than female students.

Path analysis found intimate relations among chronic stress, daily hassles stress and life event stress. Daily hassles stress seem to have a considerable influence on other types of stress and to be under their influences.

key words: stress, chronic stress, life event, coping behavior, path analysis