

ストレス対処行動尺度の構成と対処行動における性差の検討

大井修三¹⁾, 今枝未紗²⁾

¹⁾岐阜女子大学, ²⁾名古屋市

(2020年11月26日受理)

Construction of Coping Scale for Stressful Situation and Gender Gap of Coping Behavior

¹⁾Gifu Women's University and ²⁾Nagoya City

Shuzo Ohi¹⁾ and Misa Imaeda²⁾

(Received November 26, 2020)

Summary

To construct the new coping scale for stressful situation, 173 participants (120 males and 53 females) were surveyed with 40 items of coping tendency by 4 alternatives. As the results of factor analysis, 3 factors were extracted: coping of problem solving, coping of expecting social support, coping with emotion or withstanding. Although in traditional scales coping of emotion and coping of withstanding have been extracted separately, in this research two factors were extracted as one factor, coping with emotion or withstanding. Furthermore, coping of expecting social support was extracted independently. The coping of expecting social support tend to be used more frequently by female. These may be features characteristic of Japanese.

私たちは、日常生活において、よく「ストレス」という言葉を耳にする。「ストレスが溜まる」や「ストレス発散に…」という言い回しは、もはや聞きなれた言葉となり、ストレスが私たちの身近にあるものとなっている。このストレスを客観的指標として示すには、ストレスの操作的定義が必要となる。

そもそも、ストレスという概念が最初に論文の中で用いられたのは、生物学者であったキャノン (1935; 坂部, 1992による)

によってである。キャノンは、生体の恒常性と外的環境の影響を議論する中で、ストレスという概念を取り上げた。キャノンは、ストレスという言葉が明確に定義はしなかったが、生体の恒常性を乱すことになる外的負荷をストレス、ストレスによってもたらされる恒常性がかき乱された生体反応を、ストレインという言葉で、ストレス状態を説明した。

その後ストレス研究に大きな影響を与えたのは、セリエ (1936; 坂部, 1992による) で

あった。セリエも、キャノンと同様に、生物学的、医学的見地からストレスを捉えた。キャノンは、適応疾患の原因を探る研究の中でストレスという言葉を用いた。それに対してセリエは、ストレスを「何らかの要求に対する生体の非特異的な反応」と捉え、病理状態にはない普通に生活できている生体で生じている視点を重視した。そして、ストレスは人々の日常経験の一部であり、外科的外傷、情緒的または肉体的労苦、不安、失敗の屈辱、薬物等による中毒、さらに、生活様式の改善を必要とするような予期せざる成功など、さまざまな異なる問題に直面して生起するとした。

しかし、セリエは、問題の原因がさまざまに異なっているにもかかわらず、生体は一定のパターンの生化学的、機能的、構造的変化で問題に対応することに気がついた。そして、そのような反応を生起させる生体に対して働きかかっている内的または外的要因を、ストレッサーと定義した。

このストレスに関する研究は、第二次世界大戦や朝鮮戦争における帰還兵士に見られたさまざまな不適応行動によって弾みがつけられた。これらの症状は、帰還兵にまんべんなく見られたわけではない。戦争中に、同じようなストレスのかかる状況に直面したにもかかわらず、そのような症状を示さない帰還兵もおり、その「個人差」が注目されたのである。そこから、同じ状況に直面しているのに、どうして個人差が生み出されるのかを解明しようとして、心理学的な研究がさかんに行われるようになった(ラザルス&フォルクマン、1984)。

ラザルス&フォルクマンは、ストレスを「個人の資源を超え、心身の健康を脅かすものとして評価された人間と環境とのある特定の関係」と定義した。そして、多くの変数や過程

からなる組織化した概念であると捉え、認知的評価(cognitive appraisal)と対処(coping)の概念を導入したストレス理論を提唱した。たとえば、同じ状況に置かれても、人はそれぞれの反応をする。怒る人、憂鬱になる人、不安や罪の意識を持つ人などさまざまである。こういった人による対応の仕方の違いを、ラザルスとフォルクマンは次のように考えた。出来事に対しての捉え方や行動の仕方の違いは、それに直面した人が、それをどのように認知して評価するかによって生じる。この考え方にに基づき、彼らは3次からなる評価過程理論を提案した。

一次的評価とは、ある出来事に対して、「私は、今あるいは将来困るのか、あるいはよくなるのか。それはどんな方法でか」を評価する過程である。これは、その出来事が自分にとって、①無関係か②無害-肯定的か、または③ストレスフルかの3種類に区別される過程である。

二次的評価は、一次的評価において、出来事がストレスフルであると認知されたときに、「そのことについて何ができるか」を評価する過程である。すなわち、この過程で、その出来事に対してどのような対処方法が可能か、その対処方法で思ったとおりにし遂げられそうか、特定の手段を適用できそうかなどを評価する。この二次的評価が主に対処行動に関わる評価過程である。また、一次的評価と二次的評価は分離した過程ではなく、これらは相互に依存し、影響し合っている。

そして、三次的評価では再評価が行われ、自分がストレスフルと知覚した出来事に対しての新しい情報や、自身の対処によって得られた情報に基づいて出来事を捕らえ直し、新たにその出来事に対する態度を決めていく段階に至る。

以上のように、ラザルスとフォルクマンが

提唱したストレス理論でストレス状態を捉えらるとすると、ストレスに関して生じる現象を、一連の過程としてとらえる必要があることになる。人が健康な生活を維持・遂行していくためには、ストレスフルであると評価する事象に対して、それを脱却しようとして行われる対処行動が、ストレスフルな出来事を克服して、健康な生活を送るために重要な意味をもつと考えられる。そこで、ストレス認知理論や対処の概念を提唱し、ストレスの個人差に着目したラザルスとフォルクマンの研究を軸に、ストレス対処行動を見ていく。

ストレス対処行動については、これまで国内外を問わず、膨大な研究がなされてきた。小杉(2002)によると、それらの研究では、ストレス対処行動の分類方法や分類基準はさまざまであるが、最も知られている基準は、ストレス対処行動が何に対処しようとして生じるか、すなわち対処行動の目的に基づく分類である。

Lazarus & Folkman (1980) は、ストレス対処行動を「心理的ストレス状態で生じる外的・内的欲求やそれらの間の葛藤を克服し、耐え、軽減するために行われる認知的・行動的努力」と定義した。そして、ストレス対処行動には、その行動が向けられる課題によって、主に2つの種類があると主張した。

一つは、葛藤の原因や自分にとって脅威となる出来事に対して、積極的に取り組み、原因を解決したり、変化させようとする「問題中心の対処」である。これは、先に述べた一次的評価においてストレスフルと評価された出来事が、二次的評価において、自分の力でどうにか対処できそうであると判断されたときに行われる対処行動と考えた。

二つ目の対処行動は、葛藤の原因になる出来事に対して情動的な苦痛を低減させるためになされるものであり、「情動中心の対処」

である。これは、一次的評価においてストレスフルと認識された出来事が、二次的評価において、自分の力では変えていくことができないと判断されたときに行われる対処行動とした。

彼らはこの考えをもとに、個人のストレス対処行動の様式を測定しようとして、「問題中心の対処」と「情動中心の対処」に関する68項目で構成された対処行動様式の尺度(The Ways of Coping Questionnaire: 以下, WCQ とする)を構成した。

しかし、後に、Endler & Parker (1990) は、WCQ がストレス対処行動の研究の中でもっとも頻繁に用いられているが、多くの研究で因子分析されると、より多くの因子が抽出されることを指摘した。そして、「問題中心の対処」と「情動中心の対処」の2要因からなる WCQ は、尺度として限界があると主張した。その上で、対処行動をより幅広く捉えるために、「情動中心の対処」は個人の態度に適用されるものとした上で、個人の対処方法は情動反応の調整に加えて、自己への没頭や空想にふけるなど、葛藤の原因に直接関わりのないところで行われる行動があることを指摘し、「回避中心の対処」を付け加えた。その結果、「課題優先対処」、「情動優先対処」、「回避優先対処」という3つの下位尺度で構成されたコーピング尺度 CISS (Coping Inventory for Stressful Situation) を開発した。

国内では、田邊・堂野(1999)が、大学生を対象にストレス対処行動を検討した。その中で、大学生がストレスフルと評価した出来事の脅威が低いにもかかわらず、「問題中心の対処」ではなく、問題が過ぎ行くのを待つなどの「回避中心の対処」を多く用いることを報告した。

一方で、日本におけるこの分野の研究で用いられるストレス対処行動尺度には、古川・

鈴木・齋藤・濱中(1993)が作成したCISS日本語版が多く用いられてきた。この尺度は、「問題中心の対処」「情動中心の対処」「回避中心の対処」の3下位尺度によって構成される。しかし、CISS日本語版は、もともと臨床現場での使用を目的に、Endler & Parkerによって作成されたものであり、それを古川らが翻訳して日本語版を作成したものである。

このように、ストレス対処行動尺度を構成しようとする場合には、キャノン以来ストレス障害に対する臨床症状の改善を目指して、ストレス状態で採られる行動の評価を目指して開発されてきた。臨床目的で作成された尺度は、利用するにあたって様々な制約があり、利用しづらい点がある。また、セリエがいうように、ストレス現象は日常生活の中でも生じていることであり、そのような状況でもストレス対処行動をしている。それを評価するとすれば、ストレス状態が日常生活における自分を取り巻く状況とそれに向けられる行動の認知に依存することになる。であれば、その認知には文化が大きく関与してくることが想定される。これらのストレスの捉え方からすると、日本人におけるストレス対処行動を検討する場合には、日本の文化に合った尺度が新たに考えられなければならないことになる。

そこで本研究では、ストレス対象行動の構造を、Endler & Parkerが提唱した「問題中心の対処」と「情動中心の対処」、「回避中心の対処」の3要因に固定することなく、日本人の対処行動に適切な、これら3要因を含めた新たな対処行動の可能性を探るために、ストレス対象行動尺度の構成を検討しなおすことにした。

方 法

<調査参加者>

調査参加者は大学生173名であった。性別の内訳は、男性120名、女性53名であり、平均年齢は20.6歳であった。

<方法>

調査は、大学生集団に出向き、質問紙調査法を用いて実施された。

<質問紙の構成>

この調査で用いた質問紙は、フェイスシート1枚、ストレスを感じる場面を想起してもらうための自由記述用紙1枚、ストレス対処行動の質問項目が書かれた用紙1枚で構成された。

フェイスシートは、調査の目的の説明と年齢、性別を記入する欄で構成された。ストレス対処行動質問紙の質問項目は、早瀬(2008)の研究において、大学生におけるストレス対処行動尺度作成のために使用したストレス対処行動項目40項目が用いられた。この項目は、早瀬が、Folkman & Lazarus(1988)によって作成された「問題中心の対処」「情動中心の対処」の下位尺度からなるストレス対処行動目録と、古川ら(1993)が作成した「問題中心の対処」「情動中心の対処」「回避中心の対処」の下位尺度からなるCISS日本語版を参考に、項目を収集したものである。それらの項目を見直し、表現が分かりにくいものを改めた上で、40項目を使用した。それらの項目は、「問題中心の対処行動」として選んだ13項目、「情動中心の対処行動」として選んだ14項目、「回避中心の対処行動」として選んだ13項目の計40項目であった。それら40項目は、質問紙ではランダムな順に並べられた。

調査では、ストレスを感じたときに、質問項目として提示されたストレス対処行動をど

れくらいするかを、「よくある」「時々ある」「あまりない」「全くない」の4選択肢から1つ選んで、回答することを求めた。

<手続き>

実験者は、調査に先立って、調査の趣旨と本調査が協力者の自由な意思の基に行われることを説明した。調査に協力していただけることを確認した上で、フェイスシートに年齢と性別を記入させた。それ以降は、参加者各自のペースで質問紙に回答させた。

調査参加者は、フェイスシートから回答をしていくと考えられるので、2枚目のストレスを感じる場面の自由記述を回答してから、3枚目の質問項目に対する選択肢回答を行ったものと考えられる。したがって、質問項目への回答は、ストレス状態を想起しながらの回答になっていると考えられる。

回答中に質問等はなく、全員が回答し終わったことを確認して、質問紙を回収した。調査に要した時間は、調査の説明から質問紙の回収まで約15分であった。

結果と考察

調査参加者173名の回答に未記入はなく、その全てを有効回答として分析に用いた。

<因子の抽出>

ストレス対処行動の構造を検討するために、それぞれの質問項目に対する「よくする」「時々する」「あまりしない」「まったくしない」の4段階の回答に、それぞれ4から1の数字をあてはめて得点化した。その上で、全被験者の40項目の項目得点を用いて、主因子法・バリマックス回転による因子分析を行った。

先行研究と項目作成段階で、因子数は3が想定されたため、因子数を3に設定して分析を行った。このとき、因子負荷量が0.50以上

を示した項目を、その因子を説明する項目として採用することとした。また、どの因子に対しても0.5に満たない負荷量となった項目、あるいは複数の因子に対して高い負荷量を示した項目は除くこととした。それらの項目がなくなるまで、因子数を3に設定して因子分析を繰り返した。その結果、3因子23項目が抽出された(表1)。回転前3因子の累積寄与率は46.5%であった。なお、この分析には統計ソフト Excel 統計2006を用いた。

次に、抽出された因子に因子名をつけた。第1因子は、「それに対してやらなければいけないことを整理する」「それを解決しようと一層努力する」「解決策を考える」などで構成された。これらは、ストレスとなる出来事に対して、解決的に対処する方法と考えられるため、「問題解決的対処」因子と命名した。第2因子は、「友人に助言を求める」「自分の気持ちを友人や知人に話す」「それについて具体的に何かできる人に相談する」など、ストレスとなる出来事に対して他人の助けを借りて対処しようとすると考えられる項目からなっていた。このことから、「サポート希求対処」因子と命名した。第3因子は、「ものにあたる」「大声を出す」「食べたり飲んだりする」「空想にふける」など、ストレスとなる出来事により生じた情動を発散したり、ストレスとなる出来事から回避したりする行動からなっていた。このことから、「情動・回避的対処」因子と命名した。

この調査では、事前に想定した因子が、「問題中心の対処」「情動中心の対処」「回避中心の対処」の3因子であったが、得られた結果は、「問題解決的対処」「サポート希求対処」「情動・回避中心的対処」の3因子となり、「情動中心の対処」と「回避中心の対処」の内容にあたると思われる項目は、一つの因子の内容となった。

「サポート希求対処」の因子については、Lazarus & Folkman が作成したストレス対処行動尺度である WCQ の日本語版を用いて研究を行った金・小川 (1999) も、「ソーシャルサポートをを求める」因子を抽出しており、女性が男性よりも「ソーシャルサポートをを求める」対処行動を多く用いることを報告した。また、無藤 (2002) は、精神衛生の専門機関の利用頻度で、女性利用者が男性利用者の3倍以上となっている点に注目した。このように他者に援助を求めることは、孤立感と自己尊重の喪失を低減し、ある出来事を非常に脅威的だと見なすことを和らげ、ストレスへの生理的反応性を低下させることによって、健

康の維持につながっていることを指摘した。

このストレス対処行動の要因は、欧米文化の中から報告された論文では触れられなかったものである。その意味では、日本文化に特有であると考えられる。また、本調査では、情動中心の対処と回避中心の対処の因子が、独立の因子としては抽出されず、一体化していた。これまで使用されてきた CISS は欧米文化の中で開発された尺度である。その日本語版の利用においても、課題優先対処、情動優先対処、回避優先対処の3因子構成に従った解釈となっており (横山)、日本と欧米の文化の違いは考慮されていないように思われる。

表1 ストレス対処行動の因子分析結果

番号	内容	因子1	因子2	因子3
第1因子 問題解決的対処				
12	それに対して、やらなければいけないことを整理する	0.694	0.017	-0.085
39	それを解決しようと、一層努力をする	0.694	0.060	0.152
27	それに対して、自分がどうしたらよいかを考える	0.690	0.249	-0.089
40	これまでの経験を振り返って、生かせることがないかを考える	0.662	0.162	0.007
9	これは試練の機会だと思うことにする	0.621	0.101	-0.013
30	いくつかの解決策を考える	0.619	0.092	-0.013
2	この経験は、これからの役に立つと思うようにする	0.610	0.014	-0.123
21	行動の計画を立てて、実行する	0.605	-0.072	0.107
5	自分がやるべきことや、言うべきことをいろいろと考える	0.570	-0.059	-0.060
8	それを客観的に見るように努力する	0.548	0.161	-0.017
31	最悪の事態を考えて、それに備える	0.547	-0.048	0.133
第2因子 サポート希求対処				
10	友人に助言を求める	0.071	0.860	-0.030
7	友だちにメールや電話をする	0.012	0.807	0.108
15	自分の気持ちを友人や知人に話す	0.059	0.807	0.052
35	それについて、具体的に何かできる人に相談する	0.242	0.675	0.101
24	それをより理解しようと、誰かに聞く	0.435	0.558	0.008
32	友だちの家に遊びに行く	-0.084	0.552	0.275
第3因子 情動・回避的対処				
4	ものにあたる	-0.081	-0.061	0.763
16	大声を出す	-0.032	0.180	0.699
23	誰かにやつあたりする	-0.105	0.064	0.688
17	食べたり飲んだりする	-0.056	0.372	0.562
38	空想にふける	0.194	-0.079	0.528
11	テレビや映画を見る	0.055	0.127	0.526

□で囲まれた数字は、各因子に高い因子負荷量を表した項目を示す。

⋯で囲まれた項目は、下位尺度に採用された項目を示す。

尺度構成に文化的背景の影響を示す研究では、加藤（1983）が行ったアイデンティティ・ステータスがある。加藤は、Marcia（1966：加藤（1983）による）の提唱したアイデンティティ・ステータスを測定する尺度を基にしなが、項目を修正して日本人に合う尺度を構成することを試みた。構成された同一性地位判断尺度を用いて、日本人のアイデンティティ・ステータスを測定し、分析したところ、同一性拡散とフォアクロージャーの地位にあるものは、それぞれ4%に過ぎなかった。一方で、同一性拡散とフォアクロージャーの中間位置にあるものがおよそ50%を占めていた。このことは、日本人では、欧米文化で求められる自分の意見を明確に示す傾向が低く、あいまいに人間関係を過ごして、場を乱さない傾向が強いことを示しているように思われる。

今回の調査で、情動優先と回避優先の因子が分離されなかった。このことは、フラストレーション状態に陥った時に、まずは我慢をする・やり過ごすの対処を取るが、それでは対処できなくなった時に、情動的対処が行われることを意味すると考えることができる。このことは、日本人では、情動優先と回避優先は同じ対処法の程度の違いであるということができる。

サポート希求対処が独立して抽出されたことは、上述と同じように考えられる。サポート希求対処は、日本人に多く見られるといわれる課題に直面して、自分で対処を決める、決断する傾向が低い日本人の傾向を表していると考えられる。自分で決められず、課題に直面して他者の助言・助力を求めようとする因子が独立して抽出されたことは、本因子分析の結果が、日本人に対するストレス対処行動傾向を測定するのに適した尺度を構成する材料になったことを示している。

＜ストレス対処行動尺度の構成＞

上記の因子分析の結果、日本人のストレス対処行動を測定する尺度は、「問題解決的対処」「サポート希求対処」「情動・回避的対処」の3種類の下位尺度によって構成されることが明らかとなった。

因子分析の結果に基づいて、それぞれの下位尺度を構成する項目を抽出した。3下位尺度を構成する項目数が同じであることが望ましいので、因子を構成する項目から6項目ずつを抽出して、尺度を構成することにした。問題解決的対処の因子では、多くの項目で因子負荷量が0.5以上であったので、因子負荷量が高いものから6項目を採用して、問題解決的対処下位尺度の項目とした。他の2因子では、それぞれの因子を構成する項目が6項目ずつだったので、そのすべてを採用して、それぞれの下位尺度を構成する項目とした。この結果、3下位尺度18項目で構成されるストレス対処行動尺度が構成された。回答は4件法で求められた。尺度構成に利用された項目は、表1の破線で囲まれた項目である。

これらの項目に基づいて、各下位尺度について、Cronbachの信頼性係数 α を算出したところ、「問題解決的対処」下位尺度では $\alpha = 0.79$ 、「サポート希求対処」下位尺度では $\alpha = 0.83$ 、「情動・回避的対処」下位尺度では $\alpha = 0.71$ であった。「サポート希求対処」因子、は十分な信頼性が得られた。「問題解決的対処」下位尺度でも0.8に近い α 係数が示された。しかし、「情動・回避的対処」下位尺度については、やや低いものであった。しかし、尺度全体としての信頼性は十分であると考え、この尺度を、ストレス対処行動尺度として構成することにした。

＜ストレス対処行動の男女差の検討＞

新たに構成されたストレス対処行動尺度に基づき、ストレス場面に直面したときの各下

位尺度で規定された対処を採用する傾向の男女差を検討した。それぞれの下位尺度を構成する6項目の得点を平均し、その値を各下位尺度の得点とした。その下位尺度得点の平均に、男女間で差があるかを、t検定によって分析した。

問題解決の対処では、男女間に有意な差は見られなかった(図1:男性平均=2.75, SD=0.57:女性平均=2.84, SD=0.59:t(171)<1)。また、情動・回避的対処でも、男女間

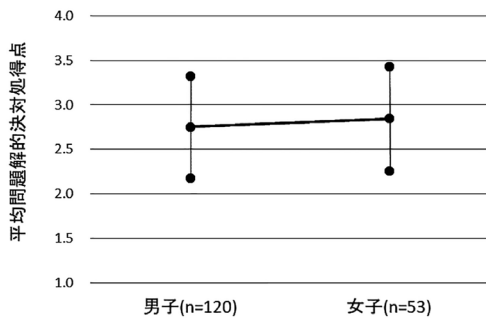


図1 問題解決対における処男女差

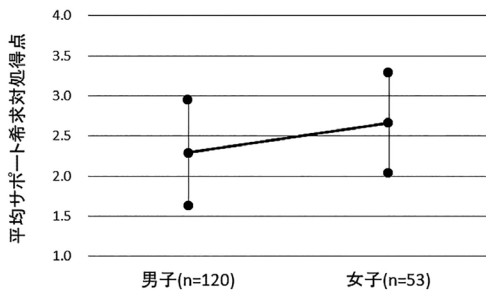


図2 サポート希求対処における処男女差

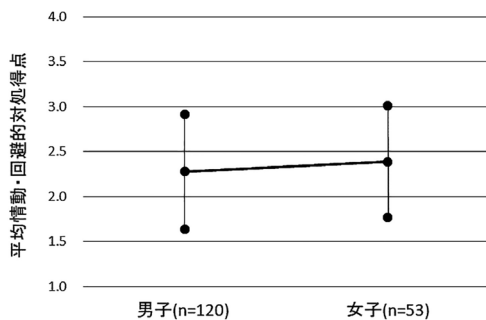


図3 情動・回避的における処男女差

に有意な差は見られなかった(図3:男性平均=2.28, SD=0.64:女性平均=2.39, SD=0.62:t(171)=1.050, n.s.)。それに対して、サポート希求対処では、男女間に有意な差が見られた(図2:男性平均=2.29, SD=0.66:女性平均=2.66, SD=0.62:t(171)=3.503, p<0.001)。女性が男性に比べて有意に多くこの対処を用いる傾向があった。

サポート希求対処において、女性が有意に多くこの対処を用いることは、金・小川や武藤の知見とも一致する。この一致は、家庭や社会で課題が生じたときに、男性が主として課題解決にあたるものだという日本における旧来からの性役割に依存するものであるといえよう。このことは、本研究で構成されたストレス対処行動尺度が、日本文化において社会的行動を営む日本人のストレス対処行動を測定するための尺度としての妥当性を示しているものといえよう。

まとめ

本研究の目的は、ストレス対処行動尺度を構成することであった。男女173名(男子120名、女子53名)の調査参加者の協力を得て、40項目のストレス対処行動に関する行動傾向を測定した。その結果を因子分析したところ、3つの因子が抽出された。第1因子は問題解決の対処、第2因子はサポート希求対処、第3因子は情動・回避的対処であった。CISSなど従来の尺度と違って、本分析では、情動と回避が独立の因子とはならなかった。また、従来利用されてきた尺度では見られなかったサポート希求対処が、因子として独立に抽出された。これらのことは、日本では特有のストレス対処行動の特徴があることを示しており、これらの尺度を構成するときには、文化の要因を考慮する必要があることを示し

た。この3因子のそれぞれを構成する項目から6項目を選出して、18項目からなるストレス対処行動尺度を構成した。この尺度を利用して、3因子の対処行動の男女差を分析したところ、サポート希求対処で、女性が男性よりも有意に多くこの行動を取ることが示された。

引用文献

- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1990). Multi-dimensional Assessment of Coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5), 844-845.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988) Manual for the Ways of Coping Questionnaire: Research Edition. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press. (in Takagishi, Y., Sakata, M., and Kitamura, T. (2014) Factor Structure of the Coping Inventory for Stressful Situations (CISS) in Japanese Workers. *Psychology*, 5, 1620-1628.)
- 古川 壽亮・鈴木ありさ・齊藤由美・濱中淑彦 (1993). CISS (Coping Inventory for Stressful Situation) 日本語版の信頼性と妥当性: 対処行動の比較文化的研究への一寄与 精神神経学雑誌, 95, 602-621.
- 早瀬未紗 (2008). 青年期における性役割の認知がストレス対処行動に与える影響 平成20年

度岐阜大学教育学部卒業論文.

- 加藤厚 (1983). 大学生における同一性の諸相とその構造. *教育心理学研究*, 31, 20-30.
- 金愛慶・小川俊樹 (1997). コーピング行動の性差—性役割の観点から— 筑波大学心理学研究, 19, 79-90.
- 小杉正太郎 (2002) ストレス心理学: 個人差のプロセスとコーピング 川島書店
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1980). An Analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and social behavior*, 21, 219-239.
- ラザルス, R. S. & フォルクマン, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer. (本宮 寛・春木 豊・織田正美 (監訳) (2004). ストレスの心理学—認知的評価と対処の研究— 実務教育出版)
- 無藤清子 (2002). 心理臨床問題に見られるジェンダーの影響. 伊藤裕子 (編) ジェンダーの発達心理学, pp. 224-251.
- 坂部弘之 (1992). ストレス研究の歴史的変遷 労働基準調査会.
- 田邊敏明・堂野佐俊 (1999). 大学生におけるネガティブストレスタイプと対処行動の関連 教育心理学研究, 47(2), 239-247.
- 横山和仁監訳, CISS 日本語版 (ストレス状況対処行動尺度)| 福岡心理テストセンター (f-sinri.jp) (<https://www.f-sinri.jp/individual/456.html>)