慶應義塾大学学術情報リポジトリ
Keio Associated Repository of Academic resouces

Title	ストレス抵抗資源としての実存的性格特性 : ハーディネス尺度に関する文献研究
Sub Title	Existential personality trait as a resource for stress resistance : a review on hardiness scales
Author	小坂, 守孝(Kosaka, Moritaka)
Publisher	慶應義塾大学大学院社会学研究科
Publication year	1992
Jtitle	慶応義塾大学大学院社会学研究科紀要 : 社会学心理学教育学 (Studies in sociology, psychology and education). No.35 (1992.) ,p.29- 36
JaLC DOI	
Abstract	
Notes	論文
Genre	Departmental Bulletin Paper
URL	https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=AN0006957X-00000035-0029

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。

The copyrights of content available on the KeiO Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

ストレス抵抗資源としての実存的性格特性：ハーディネス尺度に関する文献研究

Existential personality trait as a resource for stress resistance: A review on hardiness scales

小　坂　守　孝*

Moritaka Kosaka

This article introduces the concept of "hardiness", a personality trait based on existential psychology. Though over 90 studies about hardiness were found in Psychological Abstracts, there were few studies using Japanese sample.

An attempt to clarify the relationship between existential psychology and hardiness indicated that hardiness includes aspects of belief, courage, or searching for meaning, and it represents an active or a flexible personality.

There are over 10 kinds of scales measuring hardiness and that makes it difficult to compare hardiness scores and the results of its effect on dependent variables.

This article insists on unifying the measurement of hardiness before making reference to the relationship between hardiness and other moderating variables such as type A behavior pattern, social support, and so on. Finally, some important points about future hardiness research for Japanese sample are suggested.

1. はじめに

ハーディネスとは「高ストレス下で健康を保つ人々が持っている性格特性」であり，コミットメント・コントロール・チャレンジという3つの要素から構成されている (Kobasa, 1979b, 1982)。これらは個人が自分自身，自分をとりまく世界，そして2つの相互作用に関心を持つことを仮定する内容である (Maddi, 1988)。コミットメントとは，自分が誰であり，何をしているのかについての信念であり，自分自身や仕事や家族，対人関係，社会組織などの人生の様々な状況に対して自分を十分に関わらせる傾向である。コントロールとは，個人が出来事の推移に対してある一定の範囲内で影響を及ぼすことが出来ると信じかつ行動する傾向であり，責任感を含むものであるが他者の操作は含まれない。チャレンジとは，毎日の生活において安定性よりもむしろ変化が人生の標準であるという信念に基づいている。変化は個人的成長への機会や刺激として期待されている (Orr & Westman, 1990)。

ハーディネスに関する研究は，米国を中心として盛んに行われている。Psychological Abstracts 誌には 1992 年6月までに 90 以上の研究が紹介されている。また，Dissertation Abstracts International 誌においても 1991 年12 月までに 100 以上の研究が紹介されており，米国においては一つのブームと言える。

だが日本ではハーディネスという概念自体がほとんど紹介されていない。2～3 の翻訳本 (Lazarus & Folkman, 1984; Macnab, 1985) に「勇敢さ」や「たくましさ」として紹介されている程度である。そして日本で行われたハーディネス研究もごくわずかである (Nakano, 1989, 1990a, 1990b; 小坂，吉田，1992)。

実証研究の論文においてハーディネスの理論的根拠については明記してあるものはほとんどない (ex. Campbell, Amerikaner, Swank, & Vincent, 1989)。Kobasa (1979b) は，ハーディネスの概念的基盤が充足理論 (Maddi, 1989) に基づいていることを述べているにとどめており，詳細は明らかにしていない。多くのハーディ

* 社会学研究科社会学専攻博士課程（臨床心理学）

ネス研究も，理論的な基盤については Kobasa (1979b) や Kobasa & Maddi (1977) を引用する程度であり，単なる「健康な個人特性」または「強い性格」としてハーディネスを採用していると思われる。それゆえにハーディネスに関する批評の中には「概念がはっきりしない」というものもある (ex. Friedman & Dimatteo, 1989; Scheier & Carver, 1987)。このようなハーディネスの理論的根拠に関する情報不足が，日本においてハーディネス研究が行われなかった原因の一つかも知れない。

本論文の前半では，Kobasa & Maddi (1977)，そして後になって Maddi が補足している実存的パーソナリティ理論を中心に紹介する。後半ではハーディネスを測定する尺度の数々について概観し，今後のハーディネス研究に向けての指針を述べる。

2. ハーディネス研究の起こり

従来のストレス研究では，人間を受動的な存在として捉え，ストレッサーは有害なので健康などの結果変数に有害な影響を及ぼすという疫学的な図式を採用しており (cf. 小坂，吉田，1992)，体系立ったパーソナリティ理論の中での心理的ストレスについての考察はされていなかった。そんな中で Kobasa (1979a, 1979b, 1982) は能動的な人間観を持つ理論体系の一つである実存心理学の視点からストレッサーと健康との関係について，被験者の個人差に焦点を当てようとしたのである。実存心理学の視点を採用した理由としては，Kobasa (1982) は実存心理学とストレス研究との2つの共通点を挙げている。それは，1) 実存主義における人間観である世界内存在は，人間が自分の行為によって連続的かつ力動的にパーソナリティを構成するものとして捉えているが，この人間観はパーソナリティとストレスの問題における「状況におけるパーソナリティ」という考え方に適合する (Mischel, 1973) ということ，そして 2) 実存主義は人生をいつも変化するもので不可避にストレスフルなものとして捉えているということである。

これまでにも実存的特性を測定する尺度が開発されたが (Crumbaugh & Maholick, 1964; Crumbaugh, 1968; Kotchen, 1960; Pishkin & Thorne, 1973; Thorne, 1973)，これらはストレス研究の文脈に基づいて考えられたものではなかった。

Kobasa (1979a; Kobasa, Hilker, & Maddi, 1979) は 1977 年に発表した博士論文をもとにコミットメント・コントロール・チャレンジという3つの性格特性をストレス抵抗資源として提唱する論文を発表したが，そこではまだハーディネスという名称は使用されていなかった。ハーディネスという言葉は後になって (Kobasa, 1979b) つけられたものと思われる。

3. 実存的パーソナリティ理論：ハーディネスの位置付け

それでは，ハーディネスは実存心理学のどの側面を測定しているのだろうか。ここでは実存的パーソナリティ理論 (Kobasa & Maddi, 1977; Maddi, 1967, 1970, 1980, 1985, 1988, 1989) を整理して，実存心理学とハーディネスとの関係について述べる。

(1) 実存心理学とは何か

実存心理学とは，実存哲学の「人間というものは自己意識的で自由な存在である」という要請を受け入れ，「人間というものは，自己の実存に気がつくとともに，これに責任を負うものである」としてこれに関する探求を含むものである (小林, 1979) が，Maddi (1967, 1979, 1989) によると，人間の本質についての実存主義者の共通の認識は「物事の決定に際して純粋，正直，真実であり，その決定に責任を持つこと」を強調しており，中核的な傾向として頻繁に言われているのは「真正なる存在 (authentic being) の達成」である。

(2) 世界内存在

実存主義者は人間のありかたを世界内存在 (cf. May, 1958) という概念で示している。世界内存在には 3 つの様式があり，各々環境世界 (Umwelt)，周りの世界 (Mitwelt)，自分自身の世界 (Eigenwelt) と呼ばれている。これは，人間と環境が単に相互作用するだけではなく，人間と環境は本質的に一つで同じものであるという認識を示しており，自己や存在を絶えず変化しているプロセスとして捉えている (Maddi, 1989)。つまりパーソナリティは，個人の自分自身や社会への意味付けを通じて組み立てられ，個人は社会や物理的，生物学的環境への参加を通じて特徴づけられるのである (Kobasa & Maddi, 1977)。

(3) 事実性と可能性

実存心理学においてパーソナリティは「事実性 (facticity) と可能性 (possibility) によって構成される」ものとして定義されている (Maddi, 1980, 1985, 1988)。事実性とは「人間の存在において総合的なコントロールができないというように与えられた事実 (例えば身体的状態・環境的資源・死の不可避性)」であり，可能性とは「人間が気づき (awareness) や意志決定の力を活発に用いることにより，未だ達していないが後に達するであろ

う全てのこと」であり，限界を乗り越えたり超越するための能力である (Kobasa & Maddi, 1977)。

実存主義において認知と思考のない体験はなく，その体験は個人と世界との絶え間ない相互作用により構築されるので，経験のための様々な資源が不可避な制限を含むものであれば，それは個人に事実性の感覚を強制する (Maddi, 1988)。従って，パーソナリティについて評定する場合には，何が現在における事実であるかだけでなく，何が可能なものとして残されているかを知る必要がある (Maddi, 1985)。

Maddi (1988) によると，活発に考え，感じ，活動し，またそのようにする他者といつでも相互作用している個人は必ず変化や新しい体験に出会うので，そのような人の現在は未来に向かっているが，思考や感情が固定的であり，またそのような人としか交流がなかったり社会的に孤立している人の現在は，変化しない体験の繰り返しを増加させることによって過去に陥っている。そして現在というものは不可避に変化するものなので，人間としての生活を特徴づけるために，個人は絶えず未来か過去かの選択に対面しているのである。この選択に気づくことが特に重要なのは，未来を選ぶことは可能性へと向かう方法であり，過去に甘んじることは事実性を組み立てるからである。

(4)　象徴化・想像・判断：事実性と可能性の認識

Maddi (1967, 1970) によると，可能性の領域を追求するための基礎となるものは，象徴化，想像，判断という，心理的欲求の 3 つのプロセスの活発な使用である (Maddi, 1970, 1985, 1989)。象徴化とは，多くの経験の中から抽出を行うことで，経験を認識し，順序付けるカテゴリーを得ることである。従ってカテゴリーが多いほど経験の意味は大きくなる。想像とは，外的世界から要求されない方法で，カテゴリーや記憶や思考を結合したり再結合することである。想像の目標はそれまでの状態からの変化であり，変化によって情報量は増加し，想像はより活発になる。判断とは，倫理的基準（良し悪し）や嗜好的基準（好き嫌い）により経験を評価することである。

最も一般的な意味では，この3つのプロセスは個人に意味を創造するものであり (Maddi, 1967),「意味への意志」(Frankl, 1958) と共通するものと思われる。そしてこのプロセスは個人にとって何が所与(事実性)で何が可能性かを明らかにするのに重要な役割を果たす (Maddi, 1985)。まず象徴化において自分の経験を識別し解釈する。想像と判断は何が事実性や可能性として識別されたかを整理する助けとなる。想像は，もし他の状況が起こり得るならば，どれだけ所与と考えられたものが可能性でもあるかを示唆する役割を加える (Maddi, 1985)。

このように心理的欲求つのプロセスを活発に用いることによって，可能性を事実性だと，また事実性を可能性だと見誤ることを減少させ，それによって可能性の感覚を増加させることができるが，このプロセスがなされない場合には，個人は社会的，生物学的，生態学的に無力な状態に陥る (Maddi, 1988)。

(5)　ハーディネスとは何か

Maddi (1988) は事実性と可能性を正しく認識することによって，理想的な発達をして，真正なる存在を達成することができると考えており，そのために必要とされるのは可能性を選択することにより経験を創造しているという「信念」(Kierkeggard, 1924) であり，また可能性の選択の表現を達成するための「勇気」(Tillich, 1953) であるとしている。

Maddi (1988, 1989) によると，ハーディネスとは，実存心理学的視点において変化しうるものを変化させ，不変のものを受け入れる沈着さへの勇気を概念化したもの，つまり「実存的勇気の確固たる宣言」なのである。つまり個人にとって，象徴化，想像，判断を行うために必要な要素であると言える。

以上よりハーディネスは，実存心理学における「信念」，「勇気」，そして「意味の探求」の側面であると言えるが，なぜハーディネスの3つの要素としてコミットメント，コントロール，チャレンジが選ばれたのかは明らかではない。だが世界内存在の三様態（環境世界，周りの世界，自分自身の世界）は自己と世界へのコミットメントを強調しているし，自分が世界に参加しているという感覚は，自分が世界に影響を及ぼしているということ，つまりコントロールの感覚を持っていると考えることができる。また，「勇気」とは世界へのチャレンジにおいて重要な要素である。以上より Kobasa (1979b) がこの3つが相互に関係しあっていると主張しているのも納得がいくと思われる。

4.　ストレス抵抗資源としてのハーディネス

以上よりハーディネスは，自分自身や世界と積極的に相互作用を行い，自己決定を行うための必要条件と考えられるものであり，その語感からイメージされる堅さとか我慢強さを示す概念ではなく，むしろストレスフルな現状に柔軟に対応してゆける活発なパーソナリティを示している。特に自我強度という反社会的衝動の統制を強

調する精神分析家の概念とは区別される (Maddi, 1988)。自我とは基本的に受動的なもの (May, 1958) であり，個人と社会資源との葛藤を人生の基本として想定している自我心理学 (cf. Maddi, 1989) を根底とする概念では，いくら小手先の修正があったとしても，能動的な人間を記述するのには限界があると考えられる。また，ストレス研究で採用されるその他の心理的資源の中には，自尊心 (self-esteem) などパーソナリティ理論上の根拠が不明なものが多い。

5. ハーディネス尺度の数々

以上の実存的パーソナリティ理論に基づいて，ハーディネスを測定する尺度が幾つか作成されている。以下では 1992 年 3 月現在までに作成された主なハーディネス尺度を紹介することとする。ハーディネスの発達 (Maddi & Kobasa, 1984) やハーディネスを高める心理療法 (Maddi, 1985, 1987, Maddi & Kobasa, 1984; Fischman, 1987) の詳説は別紙に譲る。

ハーディネスという名称を初めて使用した Kobasa (1979b) の回顧的研究や同時期の研究 (Kobasa, 1979a; Kobasa, Hilker, & Maddi, 1979; Kobasa, Maddi, & Courington, 1981) では 90 項目のハーディネス尺度 (以下 90 項目版) が使用された。コミットメントを測定する尺度としては，疎外尺度 (alienation test: Maddi, Hoover, & Kobasa, 1979) の内の自己と労働からの疎外の下位尺度 (12 項目ずつ) を使用し，コントロールを測定する尺度としては，23 項目の対から構成される Locus of control 尺度 (Rotter, 1966) の内の外的統制を測定する項目と，疎外尺度の内の社会組織と人間関係と家族の下位尺度の中で無力感を測定する 9 項目を使用し，チャレンジを測定する尺度としては保障 (security) に関する下位尺度 15 項目 (Hahn, 1966) と認知構造の尺度 (Jackson, 1974) を使用したものである。ハーディネス尺度の得点は，各尺度の Z 得点 (標準得点) を算出してから合計して算出している。90 項目版における得点の高さはハーディネス傾向の低さを表している。

Kobasa, Maddi, & Kahn (1982) による予測的研究では 90 項目版からチャレンジの認知構造の尺度を除外した 71 項目でハーディネスを測定している (以下 71 項目版)。合計得点については 90 項目の場合とほとんど同じだが，チャレンジは一つの尺度だけによって測定されていることを理由に Z 得点を 2 倍してから残りの得点に加算して算出している。筆者が確認した範囲では，71 項目版はおよそ 20 の研究で使用されており，最近の研究 (ex. Hills & Norvell, 1991) でも使用されている。

その後，90 項目版や 71 項目版を短縮した尺度が幾つか作成された。Kobasa 達は 71 項目版の尺度を 36 項目や 20 項目に短縮した尺度 (未公刊) を作成した。36 項目のハーディネス尺度 (以下 36 項目版) は最初の 90 項目版を因子分析した結果によって選択された項目から構成されており (McCraine, Lambert, & Lambert, 1987)，20 項目のハーディネス尺度 (以下 20 項目版) は 71 項目版の合計得点と相関の高い項目を選択したものである (Allred & Smith, 1989)。71 項目版と 36 項目版・20 項目版との相関係数は各々 0.76, 0.89 と報告されており，各尺度の信頼性もある程度は保持されている (Orr & Westman, 1990)。筆者が確認した範囲ではこれまでに 5 つの研究が 36 項目版を，6 つの研究が 20 項目版を使用している。

また，詳細は明らかではないが，Kobasa 達は 25 項目や 12 項目に短縮した尺度も作成している (cf. Leak & Williams, 1989; Schaefer & McKenna, 1991)。

Kobasa 達以外の研究者によっても，71 項目版から独自に項目を選択した尺度が作成された (Kuo & Tsai, 1986; Holt, Fine, & Tollefson, 1987; Bartone, Ursano, Wright, & Ingraham, 1989; Westman, 1990)。その他には 13 項目の思春期用の尺度 (Morrisey & Hannah, 1987) や，20 項目の老人用の尺度 (McNeil, Kozma, Stones, & Hannah, 1986) も作成された。

だが，最も使用頻度の高い 71 項目版には幾つかの問題点が指摘されている。71 項目版と 36 項目版の因子分析を行った研究 (Hull, Van Treuren, & Virnelli, 1987) では，尺度を Z 得点化することによって他の研究との得点比較が困難になることや，チャレンジ尺度が健康を予測していないことを指摘している。別の研究 (Funk & Houston, 1987) では，71 項目版の因子分析における固有値が 1.0 より大きい因子が 2 つだったことから，ハーディネス尺度には 2 つの因子 (コミットメントとコントロール) しかないことを示唆しているが，このような結論を出すにはサンプル数がややもの足りない (120 人)。前述の研究 (Hull et al., 1987) では 400 人以上のサンプルを用いて，71 項目版，36 項目版の両方の因子分析において固有値が 1.0 より大きい 3 つの因子が算出されている。

チャレンジの尺度が健康を予測していない (Hull et al., 1987) のは，各尺度がその逆の特性を測定していることが原因と思われる。これは，ハーディネス尺度を最初に作成したときに Kobasa (1979b) がコミットメン

ト，コントロール，チャレンジの反対の概念は各々疎外，無力感，保障である，という二分法を暗黙のうちに採用していたことによる。

二分法を採用することの誤りは，個人の特性について相反する2つの特性が相補的に存在するということを認識し損ねている (Deci, 1975) ところにある。つまりある特性を兼ね備えていないことが，それとは反対の特性を兼ね備えていることにはならないということである。チャレンジを兼ね備えた人は保障を求めないとは必ずしも言えないであろう。従って疎外，無力感，保障を測定する尺度の得点の低さでは，コミットメント，コントロール，チャレンジの高さを測定しているとは言えない。36 項目版や 20 項目版などの尺度にも同様の問題があると考えられる。

このような問題を反映してか，71 項目版を一部変更したり，全く別の尺度でハーディネスを測定する動きも出てきた。例えば Nowack & Hanson (1983; Nowack, 1986) は従来問題のあったチャレンジ尺度を刺激欲求 (sensation seeking) 尺度の form 2 (Zuckerman, 1964) に変更したハーディネス尺度を使用した。刺激欲求とは，「新奇で変化する感覚や経験に対する欲求についての，またそのような経験を得るためには少々の社会的リスクをいとわないパーソナリティ特性」(Zuckerman, 1979) であり，チャレンジの「変化が人生の標準」という信念に合致する。この考え方を拡張させ，Nowack (1991) は 30 項目のハーディネス尺度を独自に作成した。

また Howard, Cunningham, Rechnitzer (1986) は 16 PF 人格検査 (Cattel & Eber, 1970) の内の「依存/独立」因子の得点をハーディネス得点としている。彼らは「依存/独立」因子の構成概念とコミットメントの構成概念，特に自己へのコミットメントと内的自律性とを類似した概念と考えている。つまりこの尺度はコミットメントに重点を置いている。Nakano (1989, 1990a, 1990b) はこの尺度を使用した。

Pollock (1986, 1989; cf. Pollok & Duffy, 1990) は，従来のハーディネス尺度の項目は健康に関する問題をもつ人には一般的すぎるという主張のもとに，健康に関するハーディネス尺度 (Health related hardiness scale) を作成している。これはコミットメントが 13 項目，コントロールが 14 項目，チャレンジが 7 項目で合計 34 項目から構成されている。

McCubbin, McCubbin, & Thompson (1987) は，家族に関するハーディネス尺度を作成している。これは協同指向 (co-oriented) のコミットメントが 8 項目，自信 (confidence) が 4 項目，チャレンジが 5 項目，コントロールが 3 項目で 4 つの特性を合計 20 項目で測定する。この尺度を使用した研究には例えば Failla & Jones (1991) がある。

だが，健康や家族に関するハーディネス尺度には健康や家族に関する特定の価値が含まれており，ハーディネスが測定しようとする「勇気」や「意味の探求」の側面からは外れると思われる。

このような動きの中，Kobasa (私信，1991. 1. 7) は，これまでのハーディネス尺度に見られた問題点（各特性間のウエイト差，チャレンジ尺度など）を解決する目的で，50 項目で構成されるハーディネス尺度 (Personal Views Survey) を作成している (Maddi, 1987)。この尺度は 71 項目版の項目が多数使用されており，50 項目中 39 項目が逆転項目で，コミットメントが 16 項目，コントロールとチャレンジが各々 17 項目から構成されている。この尺度は因子分析によって適度に内部相関のある 3 つの因子に分かれており，各下位尺度における信頼性 (Cronbach の α 係数) は 0.70 以上でハーディネス全体としての信頼性は 0.90 以上であった (Maddi, 1987)。筆者の確認した範囲ではこの尺度は近年 7 つの研究で使用されている (ex. Campbell, Swank, & Vincent, 1991; 小坂，吉田，1992)。

このように，ハーディネスを測定する尺度は数種類作成されている。項目数の異なるハーディネス尺度が作成されることでも尺度の統一がとれなくなって他の研究との比較が困難になるのに（小坂，吉田，1992），従来とは異なる構成概念によるハーディネス尺度や，特定の事象に関する価値判断に関わるハーディネス尺度の登場によって，ますます比較が困難になると思われる。特に，独自に作成・修正された尺度と従来の尺度との相関は明らかではない。

6. ハーディネスの効果と媒介変数・従属変数との関係

ハーディネスの従属変数や媒介変数との関係については幾つかのレビューが発表されているが，ハーディネスと多くの媒介変数や従属変数との関係について統一した見解を得るためには更に多くの研究を積み重ねることが必要とされている (Orr & Westman, 1990)。これは，研究によって使用されるハーディネス尺度が異なることによって結果が一貫しないという可能性を示唆している。

7. 本研究における見解

ハーディネス尺度自体の問題が解決されないままに媒介変数との関係について研究を行うのは無意味なことである。統一したハーディネス尺度が確立され，尺度の信頼性や妥当性のついての研究がある程度決着を見るまでは，いたずらに他の媒介変数との関係について言及をすべきではないと思われる。

最後にハーディネスとストレッサー，健康状態などの従属変数についての研究デザインを立てる上で注意すべき点を幾つか列挙する。

(1) ハーディネス尺度の日本語版を作成する場合には，50 項目版を基本とするのが妥当と思われる (cf. Orr & Westman, 1990) が，項目によっては日本人サンプル用に変更する必要がある。そして尺度の信頼性や妥当性に関するデータを報告すべきである。

(2) ストレッサーや他の変数の測定方法については，ハーディネスと混乱しない方法を選ぶ (cf. Dohrenwend, Dohrenwend, Dodson, & Shrout, 1984) べきである。また，ストレッサーは被験者に共通のものを設定するとよい。

(3) 従属変数については，実存心理学における健康観に基づく尺度を採用するのが望ましいが，少なくともハーディネスと混乱しないような変数や測定方法などを工夫すべきである。

(4) 媒介変数によっては，例えば社会的支援 (social support) のように定義の統一されていないものもあり，そのような変数を採用する際にはより明確にその変数を定義すべきである。

文　献

Allred, K. D., & Smith, T. W. (1989). The hardy personality: Cognitive and psychological responses to evaluative threat. Journal of Personality and Social Psychology, 56, 257-266.

Bartone, P. T., Ursano, R. J., Wright, K. M., & Ingraham, L. H. (1989). The Impact of a military air disaster on the health of assistance workers: A prospective study. The Journal of Nervous and Mental Disease, 177, 317-328.

Campbell, J., Swank, P., & Vincent, K. (1991). The role of hardiness in the resolution of grief. OMEGA Journal of Death and Dying, 23, 53-65.

Campbell, J. M., Amerikaner, M., Swank, P., & Vincent, K. (1989). The relationship between the hardiness test and the personal orientation inventory. Journal of Research in Personality, 23, 373-380.

Cattel, R. B., & Eber, H. W. (1970). The sixteen personality factor questionnaire manual. The Institute for Personality & Ability testing. (伊沢秀而他訳, 1982, 16 PF 人格検査手引. 日本文化科学社.)

Crumbaugh, J. C. (1968). Cross-validation of purpose-in life test based on Frankl's concepts. Journal of Individual Psychology, 24, 74-81.

Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychrometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. Journal of Clinical Psychology, 20, 200-207.

Deci, E. L. (1975). The psychology of self-determination, MA: D. C. Health & Co. (安藤延男・石田梅男訳, 1980, 自己決定の心理学. 誠信書房).

Dohrenwend, B. S., Dohrenwend, B. P., Dodson, M., & Shrout, P. E. (1984). Symptoms, hassles, social supports, and life events: Problem of confounded measures. Journal of Abnormal Psychology, 93, 222-230.

Failla, S., & Jones, L. C. (1991). Families of children with developmental disabilities: An Examination of family hardiness. Research in Nursing and Health, 14, 41-50.

Fischman, J. (1987). Getting tough. Psychology Today, Dec. 1987, 26-28.

Frankl, V. E. (1958). The will to meaning. Journal of Pastoral Care, 12, 82-88.

Friedman, H. S., & DiMatteo, M. R. (1989). Health psychology. NJ: Prentice-Hall.

Funk, S. C., & Houston, B. K. (1987). A critical analysis of the hardiness scale's validity and utility. Journal of Personality and Social Psychology, 53, 572-578.

Hahn, M. E. (1966). The california life goals evaluation schedules. California: Western psychological services.

Hills, H., & Norvell, N. (1991). An examination of hardiness and neuroticism as potential moderators of stress outcomes. Behavioral Medicine, 17, 31-38.

Holt, P., Pine, M. J., & Tollefson, N. (1987). Mediating stress: Survival of the hardy. Psychology in the Schools, 24, 51-58.

Howard, J. H., Cunningham, D. A., & Rechnitzer, P. A. (1986). Personality (hardiness) as a moderator of job stress and coronary risk in Type A individuals: A longitudinal study. Journal of Behavioral Medicine, 9, 229-244.

Hull, J. G., Van Treuren, R. R., & Virnelli, S. (1987). Hardiness and health: A critique and alternative

approach. Journal of Personality and Social Psychology, 53, 518-530.

Jackson, D. N. (1974). Personality research form manual. MI: Sigma Assesment Systems.

Kierkeggard, S. (1924). Die Krankheit zum Tode. (übersetzt von H. Gottsched und Chr. Schrempf). Gesammelte. (斎藤信治訳，死に至る病．岩波文庫).

Kobasa, S. C. (1979a). Personality and resistance to illness. American Journal of Community Psychology, 7, 413-423.

Kobasa, S. C. (1979b). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. Journal of Personality and Social Psychology, 37, 1-11.

Kobasa, S. C. (1982). The hardy personality: Toward a social psychology of stress and health. In G. S. Sanders & J. Suls (Eds.), Social Psychology of Health and Illness (pp. 3-32). New Jersey: Erlbaum.

Kobasa, S. C., Hilker, R. R. J., & Maddi, S. R. (1979). Who stays healthy under stress? Journal of Occupational Medicine, 21, 595-598.

Kobasa, S. C., & Maddi, S. R. (1977). Existential personality theory. In R. Corsini (Ed.), Current personality theories. Itaska, IL: Peacock.

Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Courington, S. (1981). Personality and construction as mediators in the stress-illness relationship. Journal of Health and Social Behavior, 22, 368-378.

Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. Journal of Personality and Social Psychology, 42, 168-177.

小林純一 (1979)．カウンセリング序説．金子書房．

小坂守孝，吉田 悟 (1992)．ハーディネス，ストレッサーと心理的健康との関係性：管理職者を対象とした調査研究．慶応義塾大学大学院社会学研究科紀要第34号，43-50.

Kotchen, T. A. (1960). Existential mental health: An empirical approach. Journal of Individual Psychology, 16, 174-181.

Kuo, W. H., & Tsai, Y. M. (1986). Social networking, hardiness and immigrant's mental health. Journal of Health and Social Behavior, 27, 133-149.

Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer. (本明 寛他監訳，1991，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.)

Leak, G. K., & Williams, D. E. (1989). Relationship between social interest, alienation, and psychological hardiness. Individual Psychology, 45, 369-375.

McCranie, E. W., Lambert, V. A., & Lambert, C. E. (1987). Work stress, hardiness, and burnout among hospital staff nurses. Nursing Research, 36, 374-378.

McCubbin, M. A., McCubbin, H. I., & Thompson, A. I. (1987). Family hardiness index. In H. I. McCubbin & A. I. Thompson (Eds.), Family assessmant inventories for research and practice (pp. 123-130). WI: University of Wisconsin.

McNell, K., Stones, M. J., Kozma, A., & Hannah, E. (1986). Measurement of psychological hardiness in older adults. Canadian Journal on Aging, 5, 43-48.

Macnab, F. (1985). Coping. Melbourne: Hill of Content Publishing Company. (祐宗省三監訳，1991，ストレス・マネジメント．北大路書房.)

Maddi, S. R. (1967). The existential neurosis. Journal of Abnormal Psychology, 72, 311-325.

Maddi, S. R. (1970). The search for meaning. In W. Arnold & M. Page (Eds.), Nebraska symposium on motivation, vol. 18, 137-186. Nebraska: University of Nebraska Press.

Maddi, S. R. (1980). Myth and personality. The Journal of Mind and Behavior, 1, 145-153.

Maddi, S. R. (1985). Existential psychotherapy. In S. J. Lynn & J. P. Garske (Eds.), Contemporary psychotherapies. Columbus, Ohio: Charles E. Merill.

Maddi, S. R. (1987). Hardiness training at Illinois Bell Telephone. In J. P. Opatz (Ed.), Health promotion evaluation: Measuring the organizational impact. Stevens Point, Wisconsin: National Wellness Association Publication.

Maddi, S. R. (1988). On the problem of accepting facticity and pursuing possibility. In S. B. Messer, L. A. Sass, & R. L. Woolfolk (Eds.), Hermeneutics and psychological theory: Interpretive perspectives on personality, psychotherapy and paychopathology. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.

Maddi, S. R. (1989). Personality theories: A comparative analysis (5th ed.). California: Brooks/Cole.

Maddi, S. R., Hoover, M., & Kobasa, S. C. (1979). An alienation test. Journal of Humanistic psychology, 19, 73-76.

Maddi, S. R., Kobasa, S. C. (1984). The hardy executive: Health under stress. Dow Jones-Irwin.

May, R. (1958). Contributions of existential psychotherapy. In R. May, E. Angel, & H. F. Ellenberger (Eds.), Existence: A new dimensions in psychiatry and Psychology. New York: Basic Books. (伊東 博他訳，1977，実存：心理学と精神医学の新しい視点．岩崎学術出版社).

Mischel, W. (1973). Toward a cognitive social learning reconceptualization of personality. Psychological Review, 80, 252-283.

Morrisey, C., & Hannah, E. (1987). Measurement of psychological hardiness in adolescents. Journal of Genetic Psychology, 148, 393-397.

Nakano, K. (1989). Intervening variables of stress, hassles, and health. Japanese Psychological Research, 31, 143-148.

Nakano, K. (1990a). Hardiness, Type A behavior, and physical symptoms in a Japanese sample. The Journal of Nervous and Mental Disease, 178, 52-56.

Nakano, K. (1990b). Type A behavior, hardiness, and psychological well-being in Japanese women. Psychological Reports, 67, 367-370.

Nowack, K. M. (1986). Type A, hardiness, and psychological distress. Journal of Behavioral Medicine, 9, 537-548.

Nowack, K. M. (1991). Psychosocial predictors of health status. Work and Stress, 5, 117-131.

Nowack, K. M., & Hanson, A. L. (1983). The relationship between stress, job performance, and burnout in college student resident assistants. Journal of College Student Personnel, 24, 545-550.

Okun, M. A., Zautra, A. J., & Robinson, S. E. (1988). Hardiness and health among women with rheumatoid arthritis. Personality and Individual Differences, 9, 101-107.

Orr, E., & Westman, M. (1990). Does hardiness moderate stress, and how?: A review. In M. Rosenbaum (Ed.), Learned resourcefulness: On coping skills, self-control, and adaptive behavior (pp. 64-94). New York: Springer publishing company.

Pishkin, V., & Thorne, F. C. (1973). A factorial study of existential state reactions. Journal of Clinical Psychology, 29, 392-402.

Pollock, S. E. (1986). Human responses to chronic illness: Physiologic and psychological adaptation. Nursing research, 35, 90-95.

Pollock, S. E. (1989). The hardiness characteristic: A motivating factor in adaptation. Advances in Nursing Science, 11, 53-62.

Pollock, S. E., & Duffy, M. E. (1990). The health-related hardiness scale: Development and psychometric analysis. Nursing Research, 39, 218-222.

Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. Psychological Monographs, 80, 1-28.

Schaefer, W. E., & McKenna, J. F. (1991). Perceived energy and stress resistance: A study of city managers. Journal of Social Behavior and Personality, 6, 271-282.

Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1987). Dispositional optimism and physical well-being: The influence of generalized outcome expectancies on health. Journal of Personality, 55, 169-210.

Thorne, F. C. (1973). The existential study: A measure of existential status. Journal of Clinical Psychology, 29, 387-392.

Tillich, P. (1952). The courage to be. CT: Yale University Press. (谷口美智雄訳, 1954, 存在への勇気. 新教出版社.)

Westman, M. (1990). The relationship between stress and performance: The moderating effect of hardiness. Human performance, 3, 141-155.

Zuckerman, M. (1964). Development of a sensation seeking scale. Journal of Consulting Psychology, 28, 477-482.

Zuckerman, M. (1979). Sensation seeking: Beyond the optimal level of arousal. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.