

順位	ストレスター	点数
1	配偶者の死	83
2	会社の倒産	74
3	親族の死	73
4	離婚	72
5	夫婦の別居	67
6	会社を変わる	64
7	自分の病気やけが	62
8	多忙による心身の過労	62
9	300万円以上の借金	61
10	仕事上のミス	61
11	転職	61
12	単身赴任	60
13	左遷	60
14	家族の健康や行動の大きな変化	59
15	会社の建直し	59
16	友人の死	59
17	会社が吸収合併される	59
18	収入の減少	58
19	人事異動	58
20	労働条件の大きな変化	55
21	配置転換	54
22	同僚との人間関係	53
23	法律的トラブル	52
24	300万円以下の借金	51
25	上司とのトラブル	51
26	抜てきに伴う配置転換	51
27	息子や娘の家離れ	50

順位	ストレスター	点数
28	結婚	50
29	性的問題・障害	49
30	夫婦げんか	48
31	新しい家族が増える	47
32	睡眠習慣の大きな変化	47
33	同僚とのトラブル	47
34	引越し	47
35	住宅ローン	47
36	子供の受験勉強	46
37	妊娠	44
38	顧客との人間関係	44
39	仕事のペース、活動の減少	44
40	定年退職	44
41	部下とのトラブル	43
42	仕事に打ち込む	43
43	住環境の大きな変化	42
44	課員が減る	42
45	社会活動の大きな変化	42
46	職場のOA化	42
47	団らんする家族メンバーの変化	41
48	子供が新しい学校へ変わる	41
49	軽度の法律違反	41
50	同僚の昇進、昇格	40
51	技術革新の進歩	40
52	仕事のペース、活動の増加	40
53	自分の昇進、昇格	40
54	妻(夫)が仕事を辞める	40