

ライフイベント	マグニチュード (点)	ライフイベント	マグニチュード (点)
配偶者の死	100	子供との別居	29
離婚	73	職場での責任の変化	29
配偶者と別居	65	目立った個人的成功	28
親族の死	63	入学・卒業・退学	26
刑務所やその他施設に拘束	63	配偶者の就職や退職	26
自分の怪我や病気	53	生活状況の変化	25
結婚	50	個人的習慣の変化	24
失業	47	上司とのトラブル	23
配偶者との和解	45	勤務時間・条件の変化	20
退職	45	引っ越し	20
家族の健康上・行動上の変化	44	転校	20
妊娠	40	宗教活動の変化	19
家族数の変化	39	気晴らしや休養の変化	19
性的な問題	39	社会的活動の変化	18
会社の合併・倒産等	39	150-200 万円以下の 借金	17
経済状態の変化	38	睡眠習慣の変化	16
親友の死	37	食習慣の変化	15
転職	36	家族が集まること の変化	15
夫婦喧嘩の頻度の増加	35	休暇	13
150-200 万円以上の借金	31	クリスマス	12
担保や貸付金の損失	30	経度の違反行為	11
親戚とのトラブル	29		