

教示文

親にとって子どもは、充足感と喜びをもたらしてくれる存在として重要です。それと同時に、一部の親にとっては、子どもは疲労の原因ともなります。（これは、矛盾ではありません。自己実現と疲労とは共存する場合がありますし、自分の子どもを愛しながら、同時に親としての役割に疲れ果ててしまうこともあり得ます）。以下のアンケートは、親として経験する可能性がある「情緒的な疲労」に関するものです。ご自分の気持ちに一番近い回答を、選択してください。以下の各文について、そうした感情を全く経験したことがなければ、「全くない」を選んでください。そうした感情を体験したことがあれば、どの程度の頻度でそう感じるか、「年に数回以下」から「毎日」までのいずれかを選んでお答えください。

- 0 : 全くない
- 1 : 年に数回以下
- 2 : 月に 1 回
- 3 : 月に数回
- 4 : 週に 1 回
- 5 : 週に数回
- 6 : 毎日

- EX1. 親としての自分の役割にすっかり疲れ果てている
- EX2. 親として本当に疲れ果ててしまっている感覚がある
- EX3. 親としての自分の役割に疲れてしまっているの、寝ても疲れが取れないように思える
- EX4. 朝起きて、また 1 日子供の相手をしないといけない時、始める前から疲れ果ててしまうように感じる
- EX5. 自分の子供のために、あれもこれもしないといけないと考えるだけで、くたくたになってしまう
- EX6. 自分の子供の世話をするエネルギーが全くない
- EX7. 親としての役割は、私の能力を使い果たしてしまう
- EX8. 自分の子供の世話を、まるで自動操縦装置のようにやっていると感じることもある
- EX9. 親としての自分の役割となると、最低限のことさえやっていけば良いという状態になっている
- C01. 以前のような良い父親または母親ではなくなってしまったと思う
- C02. 自分は以前のような親ではなくなってしまったと内心想う
- C03. 自分はひどい親になってしまったと、恥ずかしく思う
- C04. 親としての自分に、もう誇りを持ってない
- C05. 自分の子供の相手をしている時、もう自分が自分でないように感じる
- C06. 父親または母親としての、自分の方向性を見失っているように感じる
- FU1. 父親または母親としての自分の役割には、もう耐えられない
- FU2. もうこれ以上、親であることに耐えられない
- FU3. もう、親などやっていられないと感じる
- FU4. 親という仕事をこなせないと感じる
- FU5. 自分の子供と一緒にいることが楽しくない
- ED1. 親として子供にしなければいけないことはしているが、それ以上のことはしない
- ED2. 毎日の決まった仕事（車で送る、寝かしつけ、食事）以外に、もはや子供のために努力することができない
- ED3. 自分の子供に対して、もはや愛情を示すことができない

EX: Exhaustion in Parental role:情緒的消耗感, C0: Contrast in parental self:過去との比較,
FU: Feelings of being fed up:あきらめ, ED: Emotional Distancing:感情的距離

注

- ・日本語訳は川本・Almardani・古谷（2018）による。
- ・質問紙等に用いる場合は項目の順番をランダムに並べかえてください。

留意事項

2020/03/05 現在（今後、更新予定です）

・本尺度の妥当性、信頼性については、以下の学会発表論文を参照ください。なお、当日発表した発表論文とポスターも添付しております。

川本 大史・Alimardani Maryam・古谷 嘉一郎（2018）. 子育てバーンアウト評価尺度日本語版の信頼性・妥当性の検証. 日本パーソナリティ学会第 27 回大会発表論文集, 137. 立命館大学, 8 月 27 日

- ・調査対象者は 1 人以上の子どもを養育しており、働いている母親 800 名です。
- ・確認的因子分析の結果、PBA と同様の因子構造が確認できました。

また、現在、20-59 歳の 1500 人（母親 750 人、父親 750 人）を対象とした調査に基づく論文を執筆し、投稿予定です（2020 年中に掲載されるように鋭意努力しています）。まだ公刊前であるため、詳細は説明できませんが、こちらにおいても、確認的因子分析の結果、PBA (Roskam, Brianda, & Mikolajczak, 2018) と同様の因子構造が確認できています。詳細についてはもうしばらくお待ちいただくか、北海学園大学経営学部古谷嘉一郎（kaichiro@ba.hokkai-s-u.ac.jp）までご連絡ください。

引用文献

Roskam, I., Brianda, M., & Mikolajczak, M. (2018). A Step Forward in the Conceptualization and Measurement of Parental Burnout: The Parental Burnout Assessment (PBA). *Frontiers in Psychology*, 9, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758>

子育てバーンアウト評価尺度日本語版の信頼性・妥当性の検証

○川本 大史¹・Alimardani Maryam²・古谷 嘉一郎³

(¹中部大学人文学部 ²Tilburg University ³北海学園大学経営学部)

キーワード：子育てバーンアウト, PBA-J, 完全主義

問題

バーンアウトは仕事だけでなく、子育てでも生じることが報告されている(Roskam, Raes, Mikolajczak, 2017)。また、日本では欧米と比べて子育てバーンアウトを経験している親が多い可能性が指摘されており(Kawamoto, Furutani, & Alimardani, in press), 実態を詳細に理解する必要がある。しかしながら、先行研究で用いられた尺度(Parental Burnout Inventory: Kawamoto et al., in press; Roskam et al., 2017)は使用料がかかり、更なる研究の障害となる可能性がある。本研究では、無料で使用可能な子育てバーンアウト評価尺度(Parental Burnout Assessment: PBA, Roskam & Mikolajczak, in press)の日本語版(PBA-J)を作成し、その信頼性と妥当性を検証した。

方法

参加者：子どもと一緒に暮らしており、働いている 800 名の親(女性 400 名, $M_{age}=44.6$, $SD=7.4$)が参加した。
PBA-J：PBA の作者である Roskam 博士に許可を得て、PBA-J を作成した。まず、Crimson 社にダブルバックトランスレーションを依頼した。次に、日本語・英語ともに堪能な研究者 1 名と著者らで項目内容の確認・修正を行なった。PBA-J は情緒的消耗感に関する 9 項目、過去との比較に関する 6 項目、あきらめに関する 5 項目、感情的距離に関する 3 項目の計 23 項目で構成されている。参加者は、それぞれの項目について、全く経験しない(0)から毎日経験する(6)の 7 件法で回答した。
他尺度：仕事バーンアウト(久保, 1998), 育児ストレス(Miyata, 2002), 抑うつ(青木他, 1974), 子育て完全主義(Kawamoto & Furutani, 2018; 桜井・大谷, 1997), 人口統計学的指標(Kawamoto, Furutani, & Alimardani, in press)。

結果

PBA-J について確認的因子分析(4 因子)を行なった結果、モデルの適合度は十分だった($CFI = .93$, $RMSEA = .08$)。内的信頼性は十分であり($\alpha > .74$)、仕事バーンアウト、育児ストレス、抑うつ、子育て完全主義との間に正の関連が認められた(Table 1)。

Table 1 PBA-J の平均・標準偏差と変数間の関連

PBA-J	$M(SD)$	JB	育児 ストレス	抑うつ	完全 主義
total	19.5 (25.2)	.39*	.52*	.47*	.32*
EX	8.5 (10.8)	.38*	.54*	.44*	.31*
CO	4.3 (7.0)	.36*	.45*	.46*	.29*
FU	3.5 (5.3)	.34*	.43*	.41*	.25*
ED	2.6 (3.5)	.33*	.40*	.39*	.24*

Note: スピアマンの順位相関, EX: 情緒的消耗感, CO: 過去との比較, FU: あきらめ, ED: 感情的距離, JB: 仕事バーンアウト, * $p < .001$

考察

本研究の結果から、PBA-J の信頼性と妥当性が確認された。具体的には、先行研究と同様の 4 因子構造が確認され、内的信頼性の高さと基準関連妥当性が示された。一連の結果は先行研究の知見(Kawamoto, Furutani & Alimardani, in press; Roskam & Mikolajczak, in press)を再現するものである。今後は、子育てバーンアウトのモデルや理論を洗練する必要がある。

引用文献

- Kawamoto, T., & Furutani, K. (2018). The mediating role of intolerance of uncertainty on the relationships between perfectionism dimensions and psychological adjustment/maladjustment among mothers. *Personality and Individual Differences*, 122, 62-67.
- Kawamoto, T., Furutani, K., & Alimardani, M. (in press). Preliminary validation of Japanese version of Parental Burnout Inventory and its relationship with perfectionism. *Frontiers in Psychology*
- Roskam, I., Raes, M. E., & Mikolajczak, M. (2017). Exhausted parents: Development and preliminary validation of the parental burnout inventory. *Frontiers in Psychology*, 8:163.
- Roskam, I., & Mikolajczak, M. (in press). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The Parental Burnout Assessment (PBA). *Frontiers in Psychology*
- (KAWAMOTO Taishi, ALIMARDANI Maryam, FURUTANI Kaichiro)

子育てバーンアウト評価尺度日本語版 (PBA-J)の信頼性・妥当性の検証

川本 大史¹・Alimardani Maryam²・古谷 嘉一郎³

¹中部大学人文学部心理学科, ²Tilburg University, Department of Cognitive Science and AI, ³北海学園大学経営学部

序論

子育てバーンアウト

慢性的な子育てストレスによって生じる特有の文脈特異的な症状 (Mikolajczyk & Roskam, 2018)



先行研究① (Roskam et al., 2017)

子育てバーンアウト尺度(Parental Burnout Inventory: PBI)を作成し(情緒的消耗感、感情の距離、個人的達成感の低下の3因子)、バーンアウトが子育ての文脈でも生じる可能性を指摘。具体的には、2-9%の親が経験している可能性を報告。しかし、PBIは有料の尺度(Mind Garden社が権利を保有)であり、更なる研究の妨げになる可能性がある。

先行研究② (Roskam et al., 2018)

無料で使用可能な尺度(Parental Burnout Assessment: PBA)を作成し、信頼性と妥当性を検証。PBIと因子構造が一部異なるが(情緒的消耗感 [Emotional Exhaustion: EX]、感情的距離 [Emotional Distance: ED]、過去との対比 [Contrast in Parental Self: CO]、うんざり感 [Feeling of Fed up: FU])、PBIと同じように子育てバーンアウトを測定できることを報告。

先行研究③ (Kawamoto et al., 2018)

PBI日本語版(PBI-J)を作成し、信頼性と妥当性を検証。Roskam et al. (2017)と同様の因子構造、他尺度との関連を確認(仕事バーンアウト、抑うつ、育児ストレスと小から中程度の正相関)。加えて、子育てで完全主義とも正の関連が認められることを報告。日本の親は欧米よりも子育てバーンアウトを経験している可能性を指摘 (4-17%)。PBI-Jも有料の尺度。

本研究の概要と予測

本研究ではPBA(Roskam et al., 2018)の日本語版(Japanese version of the Parental Burnout Assessment: PBA-J, Table 1, 2)を作成し、その信頼性と妥当性を検証した。具体的には、PBA-Jについて確認的因子分析を行った。また関連が予想される他尺度との関連を検討した。PBA-Jは仕事バーンアウト・抑うつ・育児ストレス・子育て完全主義との間に小から中程度の正相関が認められると予測した。

Table 1 情緒的消耗感(EX)・感情的距離(ED)の各項目・記述統計量

因子	項目	M	SD	歪度	尖度
EX	親としての自分の役割にすっかり疲れ果てている	0.97	1.49	1.76	2.47
EX	親として本当に疲れ果ててしまっている感覚がある	0.92	1.44	1.88	3.04
EX	親としての自分の役割に疲れ果ててしまっている、寝ても疲れが取れないように思える	0.94	1.52	1.85	2.74
EX	朝起きて、また1日子供の相手をしないといけない時、始める前から疲れ果ててしまうように感じる	0.87	1.40	1.81	2.64
EX	自分の子供のために、あれもこれももしないといけないと考えているだけで、くたくたになってしまふ	1.11	1.54	1.58	1.90
EX	自分の子供の世話をするエネルギーが全くない	0.86	1.32	1.86	3.26
EX	親としての役割は、私の能力を使い果たしてしまふ	0.77	1.37	2.10	4.06
EX	自分の子供の世話を、まるで自動操縦装置のようにやっていると感じることがある	0.85	1.41	1.90	3.10
EX	親としての自分の役割となると、最低限のことさえやっていれれば良いという状態になっている	1.24	1.71	1.50	1.31
ED	親として子供にしなければいけないことはしているが、それ以上のことはしない	1.25	1.73	1.48	1.21
ED	毎日の決まった仕事(車で送る、寝かしつけ、食事)以外に、もはや子供のために努力することができない	0.85	1.39	1.86	2.97
ED	自分の子供に対して、もはや愛情を示すことができない	0.52	1.14	2.52	6.25

Table 2 過去との対比(CO)・うんざり感(FU)の各項目・記述統計量

因子	項目	M	SD	歪度	尖度
CO	以前のようない父親または母親ではなくてしまっていると思う	0.84	1.41	1.94	3.27
CO	自分は以前のよう父親ではなくてしまったと内心思う	0.80	1.37	1.96	3.35
CO	自分はひどい親になってしまったと、恥ずかしく思う	0.94	1.40	1.77	2.75
CO	親としての自分に、もう誇りを持ってない	0.85	1.41	1.98	3.48
CO	自分の子供の相手をしている時、もう自分が自分でないように感じる	0.64	1.25	2.20	4.45
CO	父親または母親としての、自分の方向性を見失っているように感じる	0.83	1.36	2.01	3.77
FU	父親または母親としての自分の役割には、もう耐えられない	0.59	1.15	2.37	5.66
FU	もうこれ以上、親であることに耐えられない	0.50	1.13	2.67	7.12
FU	もう、親などやっていられないと感じる	0.64	1.24	2.41	5.78
FU	親という仕事をこなせないと感じる	0.99	1.53	1.71	2.21
FU	自分の子供と一緒にいることが楽しくない	0.74	1.28	2.00	3.71

方法

参加者

1人以上の子供と同居している親800名
(母親400名, $M = 44.6$ 歳, $SD = 7.4$)

方法

楽天リサーチに依頼してweb調査を実施

PBA-J

PBAの作者である Roskam博士に許可を得て, PBA-J を作成した。まず, Crimmon 社にダブルバックトランスレーションを依頼した。次に, 日本語・英語ともに堪能な研究者 1 名と著者らで項目内容の確認・修正を行なった。PBA-Jは情緒的消耗感に関する 9項目, 過去との対比に関する 6項目, うんざり感に関する 5項目, 感情的距離に関する 3項目の計 23項目で構成されている。参加者は, それぞれの項目について, 全く経験しない (0) から毎日経験する (6) の 7件法で回答した。

測定尺度

仕事バーンアウト (久保, 1998)、抑うつ (青木他, 1974)、育児ストレス (Miyata, 2002)、子育て完全主義 (桜井・大谷, 1997, Kawamoto & Furutani, 2018)、デモグラフィック変数

結果

確認的因子分析

先行研究(Roskam et al., 2018)と同様の4因子構造を想定した確認的因子分析を行った結果、モデルの適合度は概ね良好だった。

$CFI = .93$, $RMSEA = .08$, $\chi^2 (224) = 1463.3$, $p < .001$

記述統計量と他尺度との関連 (Figure 1, Table 3)

因子・全項目平均値のバイオリンプロットをFigure 1に示した。

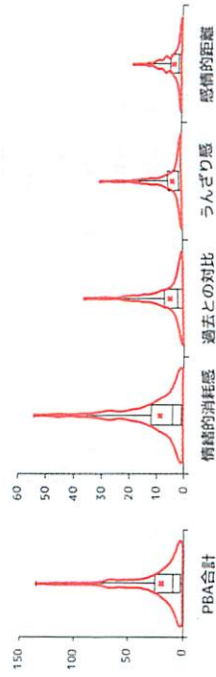


Figure 1 PBA-J得点のバイオリンプロット

Note: HAD(清水, 2016)を用いて作成

Table 3 PBA-Jの記述統計量と他尺度との関連

PBA-J (項目数)	α	M (SD)	仕事 バーンアウト	育児 ストレス	抑うつ	子育て 完全主義
合計得点 (23)	.94	19.5 (25.2)	.39	.52	.47	.32
情緒的消耗感 (9)	.94	8.5 (10.8)	.38	.54	.44	.31
過去との対比 (6)	.93	4.9 (7.0)	.36	.45	.46	.29
うんざり感 (5)	.90	3.5 (5.3)	.34	.43	.41	.25
感情的距離 (3)	.74	2.6 (3.5)	.33	.40	.39	.24

Note: 相関は全て有意 ($p < .001$), 因子得点間の相関は $r_s > .76$

Table 4

Roskam et al. (2018)の結果

PBA (項目数)	α	M(SD)
合計得点 (23)	.96	26.1 (24.1)
情緒的消耗感 (9)	.93	15.1 (12.5)
過去との対比 (6)	.94	5.8 (7.6)
うんざり感 (5)	.91	3.3 (5.0)
感情的距離 (3)	.77	1.9 (3.0)

Note: オリジナル尺度の結果

先行研究(Table 4,5)との比較

先行研究(Roskam et al., 2018)と類似した内的一貫性が示された。また, Kawamoto et al. (2018)と類似した尺度間の関連が認められた。しかし, PBA-Jと比較してPBA-Jは得点が低かった。

Table 5 Kawamoto et al., (2018)の結果
(別の子育てバーンアウト尺度を用いた研究)

PBI-J (項目数)	平均 (標準偏差)	仕事 バーンアウト	育児 ストレス	抑うつ	子育て 完全主義
合計得点 (22)	47.7 (20.9)	.35	.41	.41	.34
情緒的消耗感 (8)	11.9 (10.8)	.33	.49	.36	.38
個人的達成感の 低下 (6)	24.6 (8.5)	.15	.06	.22	.02
感情的距離 (8)	11.2 (9.9)	.25	.28	.28	.30

Note: 相関係数は細字以外有意 ($p < .001$)

引用文献

青木・鈴木・柳井 (1974). 新しい質問紙健康調査票THPI作成の試み, 行動計量学, 2, 41-53. ●Kawamoto, T., & Furutani, K. (2018). The mediating role of intolerance of uncertainty on the relationships between perfectionism dimensions and psychological adjustment/maladjustment among mothers. Personality and Individual Differences, 122, 62-67. ●Kawamoto, T., Furutani, K., & Alimardani, M. (2018). Preliminary validation of Japanese version of Parental Burnout Inventory and its relationship with perfectionism. Frontiers in Psychology, 9:970. ●田尾 雅夫・久保 真人 (1996). バーンアウトの理論と実践—心理学的アプローチ— 誠信書房 ●Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2018). A theoretical and clinical framework for parental burnout: The Balance between Risks and Resources (BR?). Frontiers in Psychology, 9, 886. ●Miyata, K. (2002). "Social support for Japanese mothers online and offline," in The Internet in Everyday Life, eds B. Wellman and C. Haythornthwaite (Oxford: Blackwell Publishing), 520-548. ●Roskam, I., Brianda, M. E., & Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The Parental Burnout Assessment (PBA). Frontiers in Psychology, 9: 758 ●Roskam, I., Raes, M. E., & Mikolajczak, M. (2017). Exhausted parents: Development and preliminary validation of the parental burnout inventory. Frontiers in Psychology, 8:163. ●桜井 茂男・大谷 佳子 (1997). "自己に求める完全主義"と抑うつ傾向および絶望感との関係. 心理学研究, 68, 179-186. ●清水裕士 (2016). フリーの統計分析ソフトHAD: 機能の紹介と統計学習・教育, 研究実践における利用方法の提案. メディア・情報・コミュニケーション研究, 1, 59-73.

考察

先行研究との類似性

Roskam et al. (2018)と同様の4因子構造について確認的因子分析を行った結果、適合度は概ね良好だった。また、内的一貫性から信頼性も確認された。最後に、Kawamoto et al., (2018)と類似した他尺度との関連が認められた。具体的には、PBA-Jと仕事バーンアウト・抑うつ・育児ストレス・子育て完全主義との間に有意な正の関連が認められた。以上の結果は、PBA-Jの一定程度の妥当性を示している。

先行研究との差異

別尺度であるPBIの時と異なり、PBA (Roskam et al., 2018)で測定される子育てバーンアウト得点は日本の方がヨーロッパよりも低かった ($M = 19.5$ vs. 26.1)。このような結果が得られた理由の一つとして、PBAでは個人的達成感の低下が含まれていないことが挙げられる。

今後の展望

より詳細に子育てバーンアウトを理解するために、文化比較研究を行う必要がある (現在Roskam博士を中心に42カ国参加の研究が進行中)。また、子育てバーンアウトが親・子どもの認知・行動に及ぼす影響を検討する必要がある (グループ・ダイナミクス学会で発表予定)。

