

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えます)。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れ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うと思う
- C02. 自分は以前のような親ではなくなってしまうと内心思う
- 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、もう誇りを持たない
- 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 One's Parental Role: (親役割についての) 情緒的消耗感

C0: Contrast with Previous Parental Self: (親である) 過去の自分との対比

FU: Feelings of Being Fed up with One's Parental Role: (親役割に対する) うんざり感

ED: Emotional Distancing from one's children: (子どもとの) 感情的距離

各項目番号はPBA (Roskam, Brianda, & Mikolajczak, 2018)と同様です。

調査で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。

## PBA-Jの妥当性と信頼性について

20-59歳の1500（母親750、父親750）名を対象とした調査を行い、信頼性と妥当性を確認しました。信頼性指標の1つである $\alpha$ 係数は.84以上でした。また、確認的因子分析の結果から、PBA(Roskam et al, 2018)と同様の因子構造を確認しました、加えて、多母集団同時分析の結果、男女において、弱測定不変（因子負荷量が男女で同一）まで確認できています。詳細についてはFurutani et al(2020)をご覧ください。

## 引用文献

- Furutani, K., Kawamoto, T., Alimardani, M., & Nakashima, K. (2020). Exhausted parents in Japan: Preliminary validation of the Japanese version of the Parental Burnout Assessment. *New Directions for Child and Adolescent Development*, cad. 20371. <https://doi.org/10.1002/cad.20371>
- 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>