

# 日本版MBI（Maslach Burnout Inventory）の作成と因子構造の検討

著者	東口 和代, 森河 裕子, 三浦 克之, 西条 旨子, 田畑 正司, 由田 克士, 相良 多喜子, 中川 秀昭
雑誌名	日本衛生学雑誌 = Japanese journal of hygiene
巻	53
号	2
ページ	447-455
発行年	1998-01-01
URL	<a href="http://hdl.handle.net/2297/37398">http://hdl.handle.net/2297/37398</a>

doi: 10.1265/jjh.53.447

## 日本版MBI (Maslach Burnout Inventory) の作成と因子構造の検討

東口和代\*<sup>1,2</sup>, 森河裕子\*<sup>2</sup>, 三浦克之\*<sup>2</sup>, 西条旨子\*<sup>2</sup>,  
田畑正司\*<sup>2</sup>, 由田克士\*<sup>2</sup>, 相良多喜子\*<sup>2</sup>, 中川秀昭\*<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup>金沢医科大学病院看護部

\*<sup>2</sup>金沢医科大学公衆衛生学教室

### The Development of the Japanese Version of the Maslach Burnout Inventory and the Examination of the Factor Structure

Kazuyo HIGASHIGUCHI\*<sup>1,2</sup>, Yuko MORIKAWA\*<sup>2</sup>, Katsuyuki MIURA\*<sup>2</sup>, Muneko NISHIJO\*<sup>2</sup>,  
Masaji TABATA\*<sup>2</sup>, Katsushi YOSHITA\*<sup>2</sup>, Takiko SAGARA\*<sup>2</sup> and Hideaki NAKAGAWA\*<sup>2</sup>

\*<sup>1,2</sup>Department of Nursing, Kanazawa Medical University, Hospital, Ishikawa

\*<sup>2</sup>Department of Public Health, Kanazawa Medical University, Ishikawa

**Abstract** This article presents an evaluation of the factor structures of the Japanese version of the Maslach Burnout Inventory (MBI). The MBI is a widely used psychometric instrument for measuring 'burnout' developed by Maslach and her co-workers. The MBI consists of four subscales: Emotional Exhaustion, Personal Accomplishment, Depersonalization, and Involvement. The MBI was translated into Japanese along with a back-translation and was administered to a sample of 267 nurses.

Various psychometric analyses showed that the Japanese version of the MBI has high reliability for the 22 items scored for the frequency dimension. The factor analysis using principal factoring with an oblique rotation resulted in three factor structures that had different implications from the MBI: Emotional Exhaustion/Depersonalization, Personal Accomplishment, and Physical Exhaustion. The relationship between the MBI and the General Health Questionnaire (GHQ), measures of depression, showed that burnout was a unique phenomenon.

**Key words:** Burnout (燃えつき), Maslach Burnout Inventory (MBI), Factor structure (因子構造)

### 緒言

“burn out”という言葉は、もともと1960年代の米国において慢性麻薬中毒患者が心身ともに消耗している有り様を形容するのに、米国の医療従事者の一部で用いられていたものである<sup>1)</sup>。しかし、Freudenberger<sup>2)</sup>が医療従事者自身の消耗を指す言葉として使用して以来、“burnout (燃えつき)”は対人サービス職従事者の職業性ストレス反応として注目を集めるようになった。現在、“燃えつき”は一般にも、学術研究の分野においても認知されてきている。燃えつきに関しては多くの定義がなされているが、Maslach<sup>3)</sup>の定義の「長期間にわたり人に援助する過程で、心的エネルギーが絶えず過度に要求された結果、極度の疲労と感情の枯渇を主とする症候群であ

り、卑下、仕事嫌悪、思いやりの喪失等を伴うもの」が対人サービス職従事者の間ではコンセンサスを得ている<sup>4)</sup>。

燃えつきのように、その現象の実体が観察不可能な心理学的な概念を扱う場合は、その実体を反映すると考えられる尺度の得点により概念の議論をすることが多い。そのため、信頼性と妥当性の高い尺度を使用することが重要である。

現在、燃えつきを測定する尺度として、

1) Maslach<sup>3)</sup>によるMBI (the Maslach Burnout Inventory), 2) Jones<sup>5)</sup>によるSBS (the Staff Burnout Scale), 3) Pines<sup>6)</sup>によるthe Tedium Scale (わが国ではburnout scale, burnout measure, またはburnout indexと言われている)がある。これらはどれもLikert型スケールで回答する主観的評価法による

Reprint requests to: Department of Public Health, Kanazawa Medical University, Daigaku 1-1, Uchinada-machi, Kahoku-gun, Ishikawa, JAPAN 920-0293

自記式質問紙である。Pinesらは燃えつきを「無力感や絶望感、情緒的緊張、否定的自己概念、仕事や人生あるいは周囲の人々に対する否定的態度などにより特徴づけられる身体的疲弊」と定義し、単次元のthe Tedium Scaleを開発している。Maslachらは上述した燃えつきの定義より、4つの下位概念 (EE: Emotional Exhaustion, PA: Personal Accomplishment, DP: Depersonalization, Inv: Involvement) から構成されるMBIを開発している。SBSは看護職者、医師、ソーシャルワーカー、カウンセラーなどのhealth professionalsを対象とした尺度であり、基本的にはMBIの質問項目に10のダミー質問項目を追加したものである。

The Tedium ScaleとMBIの比較を行ったStoutら<sup>7</sup>は2つの尺度はともに同じ現象をある程度測定はしているものの、お互いの関連性は中等度であって、互換性はなく、研究目的に応じて使い分ける必要があると報告している。また、このthe Tedium Scaleはその人個人の生活に対する消耗感・疲労感 (tedium) を測定する尺度であり<sup>8</sup>、Arthur<sup>9</sup>は職業性ストレスとしての燃えつきに関する研究においては、the Tedium Scaleの単独使用は薦められないと述べている。“burnout”をキーワードとして諸外国における文献を検索してみると、MBIの使用頻度が最も高く、尺度としての信頼性や妥当性に関する研究も数多く行われており<sup>10-18</sup>、実用性は高いと考えられる。他方、わが国では、MBIは邦訳されてはいる<sup>19,20</sup>が、その後これら2つの日本語版を採用した研究はほとんど見られず、the Tedium Scaleを使用している研究が非常に多い<sup>21-23</sup>。そのため、わが国での研究結果を諸外国のそれと比較することに困難を認める。

著者らはわが国においても、MBIを採用した研究を行っていく必要性を感じ、既存の日本語版MBI<sup>19,20</sup>と原版とを照合した。外国語で書かれた尺度の翻訳作業では、機能的に等価な日本語文章を如何にして作るか、つまり原版の文意が日本語文章に十分に反映され、英語圏の人が受け取る言語刺激価と同じ刺激価を日本人に与えるような日本語文章を作ることが中心となる<sup>24</sup>。翻訳された日本語文章には、この点に関するいくつかの問題があった。例えば「I feel emotionally drained from my work」に対する邦訳「仕事に情緒的エネルギーが使われている<sup>19</sup>」はやや難解であり、「I feel exhilarated after working closely with my recipients」に対する邦訳「クライアントに働きかけたあと気分が高揚する<sup>19</sup>」は意味内容がわかりにくく、刺激価として等価とは思われなかった。さらに、「Working with people directly puts too much stress on me (人と一緒に働くこと過度に緊張することがある<sup>20</sup>)」の‘stress’を‘緊張’という日本語に置き換えることは正確に対応した邦訳とは考えにくく、字義の等価性に疑問がもたれた。外国語で書かれた尺度の翻訳にあたっては、原版との意味等価性を確認するた

めにback-translationを行うことが薦められている<sup>25</sup>。しかし、既存の日本語版MBIはこの手続きがとられることなく作成されている。われわれは、back-translation手法を取り入れた邦訳作業により、意味等価性を検討し、新たな日本語版MBIを作成することが必要と考えた。

心理学的尺度の翻訳版を作成する際は、原版の因子構造との比較の検討が不可欠である。言語のみならず、文化的背景の異なる国では、心理学的尺度によって測定される概念そのものが異なっている可能性があるからである。そのような例は、摂食障害の自記式質問紙として国際的に使用されているEating Attitude Test (EAT)<sup>26</sup>のヒンズー語版がback-translationによって作成されたものであるにも拘わらず、現地で実施した調査データの因子構造は原版のそれとは全く異なるものがあったというKingら<sup>27</sup>の報告に見ることができる。

以上に述べたように、新たに日本語版MBIを作成し、原版の因子構造との比較を行うことを目的として、本研究を行った。

## 研究方法

### 1. 日本語版MBIの作成 (Appendix参照)

MBIの邦訳は以下のような手続きで行った。

- 1) まず、在米経験6年余の第1著者が原文の邦訳を行った。その際、既存の2つの日本語版MBI<sup>19,20</sup>を参考とした。
- 2) 次に、アメリカ人言語学者から、言語ならびにジェスチャーによる表現での解説を受け、邦訳の検討・修正を行った。
- 3) できあがった邦訳に対して、日本在住十数年のカナダ人翻訳家によるback-translationを行った。
- 4) このback-translationの結果を考慮し、再び言語学者のアドバイスを受けながら邦訳を再検討し、最終的な日本語版MBIを作成した。

なお、MBIを構成する下位尺度はMaslachらが意味するものを考慮し、EEは「心身疲弊感」、PAは「個人的達成感」、DPは「非人間化」、Invは「対人関与」と邦訳した。

### 2. 調査対象と方法

石川県内の総合病院に勤務する看護職者267人全員を調査対象として、自記式質問紙調査を実施した。質問紙は看護部長を通じて配布し、留置法にて後日回収した。さらに1カ月後、再調査を行った。

1回目の調査では回収数は266票 (回収率99.6%)であった。このうち、202票の有効回答 (有効回答率76.0%) が得られた。Table 1に示すように対象者中200名 (99.0%) は女性、2名は男性、平均年齢は31.1歳 (標準偏差=8.8)、平均経験年数は8.0年 (標準偏差=7.7)であった。2回目の調査では回収数は267票 (回収率100%)であった。このうち、有効回答

(有効回答率78.7%)は210票であった。本来、この種の調査は倫理上、無記名で行うことが原則である。しかし、1回目と2回目の調査における回答者の照合をする必要があるため、調査の主旨を説明し氏名の記載を依頼した。実際に氏名が記載され、調査票の照合ができたのは197組であった。このうち127組が有効回答(有効回答率64.5%)として使用できた。

1) 調査票

調査票は日本版MBI25項目と、日本版General Health Questionnaire (GHQ) -30項目版<sup>2)</sup>から構成されている。日本版GHQ-30は燃えつきの概念を検討するために使用したものである。

日本版MBIの質問項目の配列はMBIと同じ順序である。回答形式についてもMBIに従い、各質問に対し頻度と強さの二次元で回答を求める二次元方式である。頻度は「全くない」～「毎日」の7段階評価、強さは「全く感じない」～「非常に強く感じる」の8段階評価である。

2) 解析方法

日本版MBIの各質問項目に対して、頻度次元での回答は「全くない」=0点～「毎日」=6点、強さ次元での回答は「全く感じない」=0点～「非常に強く感じる」=7点を付与し、得点を算定した。まず、回答分布の偏りや分散を見た後、因子分析をし、原版の因子構造との比較を行った。なお、因子分析は主因子法による斜交回転(コバリミン法)を用いた。次いで、内的整合性法および再検査法により、抽出された各因子の信頼性を検討した。また、各項目ごとに頻度と強さ次元の間のピアソンの相関係数を算出し、二次元で回答を求める方式の必要性の是非について検討を行った。さらに、日本版MBIと調査対象者の年齢との相関係数を算出し、抽出された各因子が実際に異なった概念を反映しているのかについて検討した。

燃えつきは看護職者に代表されるような対人サービス職従事者に特有な症候群ではなく、あるストレ

スによるうつ状態や神経症状態であるとも考えられている<sup>9,33-36)</sup>ため、精神健康状態の評価尺度として確立している日本版GHQと日本版MBIとの相関を算定し、概念の類似性について検討した。GHQは総合得点により精神健康度を判定する尺度として使用されているが、Iwataら<sup>37)</sup>は日本版GHQ-30に因子分析を行い、6つの因子を抽出している。そこで、この6因子と日本版MBIの頻度次元で抽出される因子との関連について検討した。GHQはLikert採点法により得点化をほどこした。なお、6つの因子は「Anxiety (General Dysphoria): 不安(全般的障害)」、「Depressive Thoughts: うつ的思考」、「Inhibition of Thinking: 思考抑制」、「Social Dysfunction: 社会生活機能不全」、「Loss of Positive Attitude: 積極的態度の欠如」、「Hypoactivity: 活動の停滞」と命名されている。

結 果

1. 回答分布について

回答の度数分布を見ると、頻度と強さ次元ともに、回答肢のいずれかに回答が極端に偏っている質問項目は見られなかった。各質問項目の平均得点と標準偏差をTable 2に示すように、全質問項目の回答に適度な分散があることが認められた。

2. 因子分析について

日本版MBI25項目を用いて、頻度と強さ次元で別々

Table 2 Means and SD for the Items of the Japanese Version of MBI (1st data).

Item	[Frequency]	[Intensity]
	Mean±SD	Mean±SD
1	3.86±1.49	4.15±1.75
2	3.96±1.56	4.28±1.84
3	3.65±1.66	3.80±1.81
4	3.78±1.68	3.38±1.33
5	2.15±1.93	2.04±1.63
6	2.65±1.88	2.83±1.88
7	3.05±1.71	2.67±1.31
8	1.84±1.94	1.93±1.75
9	2.36±1.72	2.38±1.36
10	1.71±1.80	1.83±1.72
11	1.72±1.82	1.79±1.60
12	3.07±1.81	2.77±1.71
13	2.17±1.81	2.28±1.62
14	2.83±1.72	2.89±1.75
15	2.68±2.05	3.49±2.21
16	3.03±1.76	3.46±1.79
17	3.15±1.58	3.13±1.30
18	3.47±1.61	4.95±1.51
19	2.92±1.69	3.71±1.50
20	1.94±1.85	2.30±1.91
21	2.97±1.57	2.99±1.39
22	1.72±1.62	1.76±1.37
23	3.02±1.50	3.48±1.17
24	2.41±1.68	2.58±1.49
25	2.62±1.66	2.96±1.54

Table 1 Background of Subjects.

Sex:		
Female	200	(99%)
Male	2	(1%)
Age <sup>1)</sup> :		
under 29years	123	(61%)
30-39	44	(22%)
40-49	26	(13%)
over 50	9	(4%)
Years of Nursig Experience <sup>2)</sup> :		
under 5years	99	(49%)
6-10	52	(26%)
11-15	17	(8%)
16-20	19	(9%)
over 21	15	(8%)

Number(%), <sup>1)</sup>Mean(SD)=31.1(8.8), <sup>2)</sup>Mean(SD)=8.0(7.7)

に因子分析を行った。回転前の固有値を1.0以上とした結果、両次元ともに3因子が抽出された。各因子の固有値は頻度次元では第1因子が9.3, 第2因子が2.5, 第3因子が1.5であり、強さ次元ではそれぞれ5.1, 3.3, 1.4であった。回転後に抽出された3因子はEE, PA, DPに関連するものであった。しかし、Invと解釈される因子は抽出されず、この因子に関係するとされる項目23, 24, 25は他の因子に関係していた。

もともとInv因子の固有値は1.0以下であり項目23, 24, 25は興味あるオプションとして推奨するとMaslachらが報告していること、これまでの研究でもこの3項目を除外して22項目の信頼性や妥当性について分析をしている研究<sup>14)</sup>がほとんどであることを考慮し、本研究でもこの3項目を除外した22項目で改めて因子分析を行った。

頻度と強さ次元での22項目の因子分析の結果をTable 3とTable 4に示す。Table 3は回転後の因子負荷量と因子間相関係数、Table 4は因子構造行列である。両次元ともに再び同じ3因子が抽出された。因子間相関係数は、頻度次元では第1と第2因子間 $-0.15$ , 第1と第3因子間 $0.15$ , 第2と第3因子間 $-0.04$ であった。強さ次元では第Iと第II因子間 $0.00$ , 第Iと第III因子間 $0.10$ , 第IIと第III因子間

は $0.05$ であった。因子負荷量 $0.4$ を基準として各因子に関係する項目に注目すると、頻度次元では項目11, 10, 13, 20などが第1因子に、項目17, 18, 19, 9などが第2因子に、項目2, 1, 3が第3因子にそれぞれ高い負荷を示していた。強さ次元では項目11, 10, 13などが第I因子に、項目19, 7, 9, 17などが第II因子に、項目2, 1, 3が第III因子に関係していた。頻度次元では項目14と15, 強さ次元では項目22, 8, 14, 15の因子負荷量が小さく、複数の因子にまたがる複合的傾向も示しており、どの因子と関係する変量であるか解釈することが困難であった。

そこで、これらの因子構造を確認するために、2回目の調査データの因子分析を試みた(表には示さず)。その結果、頻度次元での因子構造は1回目のそれとほぼ一致していた。1回目の因子分析では解釈がはっきりしなかった項目14と15は第1因子に関係していた。他方、強さ次元での因子構造は1回目のそれと一致しなかった。1回目と同様に、どの因子に対しても接近した因子負荷量を示す項目が多く、解釈がしにくい因子構造となっていた。

以上の因子分析の結果は、2名の男性を除いた女性のみでの解析でもほぼ同一であった。

なお、以下のデータ解析では、Table 3に示すように

Table 3 Factor Loadings after Oblique Rotation and Inter-Factor Correlations for the Japanese Version of MBI (1st data).

Variables	[Frequency]			[Intensity]		
	Factor 1	2	3	I	II	III
(11) I worry that this job is hardening me emotionally (DP)	.82	-.06	.13	.67	-.12	.06
(10) I've become more callous toward people since I took this job (DP)	.81	-.08	.08	.62	-.16	.07
(13) I feel frustrated by my job(EE)	.69	-.08	.23	.61	-.10	.18
(20) I feel like I'm at the end of my rope (EE)	.62	-.16	.20	.54	-.09	.31
(22) I feel recipients blame me for some of their problems (DP)	.61	.26	.12	.38	.08	.19
(8) I feel burned out from my work (EE)	.59	.32	.17	.37	.31	.22
(6) Working with people all day is really a strain for me (EE)	.57	.03	.32	.57	-.10	.25
(16) Working with people directly puts too much stress on me (EE)	.56	-.04	.35	.58	-.03	.30
(5) I feel I treat some recipients as if they were impersonal 'objects' (DP)	.53	-.14	.22	.52	-.17	.12
(15) I don't really care what happens to some recipients (DP)	.32	-.31	.10	.12	.28	.01
(14) I feel I'm working too hard on my job (EE)	.31	-.32	.39	.26	.35	.29
(17) I can easily create a relaxed atmosphere with my recipients (PA)	.04	-.75	.12	-.19	.64	-.02
(18) I feel exhilarated after working closely with my recipients (PA)	.01	-.73	.16	-.10	.52	.06
(19) I have accomplished many worthwhile things in this job (PA)	.04	-.68	.15	-.14	.66	-.07
(9) I feel I'm positively influencing other people's lives through my work (PA)	.31	-.66	-.01	-.05	.65	-.17
(12) I feel very energetic (PA)	.22	-.58	-.04	-.10	.50	-.40
(21) In my work, I deal with emotional problems very calmly (PA)	.35	-.57	.01	.12	.54	-.08
(7) I deal very effectively with the problems of my recipients (PA)	.33	-.52	.13	-.07	.65	.02
(4) I can easily understand how my recipients feel about things (PA)	.06	-.52	.18	-.09	.46	.16
(2) I feel used up at the end of the workday (EE)	.08	-.11	.89	.06	-.05	.86
(1) I feel emotionally drained from my work (EE)	.10	-.07	.87	.09	-.07	.85
(3) I feel fatigued when I get up in the morning and have to face another day on the job (EE)	.30	.06	.63	.22	-.11	.57
inter-factor correlations						
Factor 2 / II	-.15			.00		
Factor 3 / III	.15	-.04		.10	.05	

Table 4 Factor Structure Matrix after Oblique Rotation for the Japanese Version of MBI (1st data).

Variables	[Frequency]			[Intensity]		
	Factor 1	2	3	I	II	III
(11) I worry that this job is hardening me emotionally (DP)	.85	-.19	.25	.68	-.11	.11
(10) I've become more callous toward people since I took this job (DP)	.83	-.20	.20	.63	-.15	.12
(13) I feel frustrated by my job (EE)	.73	-.19	.33	.62	-.09	.23
(20) I feel like I'm at the end of my rope (EE)	.67	-.26	.29	.57	-.07	.36
(22) I feel recipients blame me for some of their problems (DP)	.67	-.36	.22	.39	.10	.23
(8) I feel burned out from my work (EE)	.66	-.42	.27	.40	.33	.28
(6) Working with people all day is really a strain for me (EE)	.61	-.07	.40	.60	-.09	.30
(16) Working with people directly puts too much stress on me (EE)	.62	-.14	.44	.61	-.01	.35
(5) I feel I treat some recipients as if they were impersonal 'objects' (DP)	.58	-.22	.30	.53	-.16	.16
(15) I don't really care what happens to some recipients (DP)	.38	-.36	.16	.12	.28	.04
(14) I feel I'm working too hard on my job (EE)	.41	-.38	.44	.29	.36	.33
(17) I can easily create a relaxed atmosphere with my recipients (PA)	.17	-.76	.15	-.19	.64	-.01
(18) I feel exhilarated after working closely with my recipients (PA)	.14	-.74	.19	-.09	.52	.08
(19) I have accomplished many worthwhile things in this job (PA)	.16	-.69	.18	-.15	.66	-.04
(9) I feel I'm positively influencing other people's lives through my work (PA)	.41	-.71	-.07	-.06	.64	-.15
(12) I feel very energetic (PA)	.30	-.61	.02	-.14	.48	-.38
(21) In my work, I deal with emotional problems very calmly (PA)	.44	-.63	.09	.11	.54	-.04
(7) I deal very effectively with the problems of my recipients (PA)	.43	-.58	.20	-.06	.65	.04
(4) I can easily understand how my recipients feel about things (PA)	.16	-.54	.21	-.08	.47	.17
(2) I feel used up at the end of the workday (EE)	.23	-.16	.90	.14	-.01	.87
(1) I feel emotionally drained from my work (EE)	.24	-.12	.88	.18	-.02	.86
(3) I feel fatigued when I get up in the morning and have to face another day on the job (EE)	.38	-.01	.67	.27	-.08	.58

項目14と15は第1因子に帰属させ、頻度次元で得られた因子構造に従った。

### 3. 信頼性について

Table 5に各因子のCronbachの $\alpha$ 係数を示す。頻度次元では.87~.90, 2回目の調査でも.86~.92と高い値であった。強さ次元ではそれぞれ.79~.83, .76~.85で頻度次元よりもすべて低い値であった。

同じくTable 5に再検査信頼性を示す。頻度次元では第1因子が.73, 第2因子が.70, 第3因子が.61で、第3因子が.70を割る数値を示した。強さ次元では第I因子が.66, 第II因子が.68, 第III因子が.60とすべて.70を下回る値を示した。

### 4. 二次元方式について

各項目毎の頻度と強さ次元の間の得点の相関は, .34~.79 (中間値=.59) であった (表には示さず)。

### 5. 日本版MBIと年齢との相関について

Table 6に, 日本版MBIの各因子間および年齢との相関係数を示す。各因子と年齢の間には負の相関が見られ, 第1因子とは-.07, 第2因子とは-.13で, 第3因子とは-.17であった。第3因子との相関は有意であった。

### 6. 日本版MBIと日本版GHQとの相関について

Table 7に見られるように, 日本版MBIの第1因子および第3因子はGHQ総合得点との間の相関係数が.40, .41と, 有意な相関を示した。第2因子とGHQ総合得点との間に有意な相関はなかった。GHQ各因

子の中では, 「全般的障害」, 「うつ的思考」, 「思考抑制」, 「社会生活機能不全」の4因子と第1因子との相関係数が.26~.39であり, 有意な相関があった。「全般的障害」, 「うつ的思考」, 「思考抑制」, 「社会生活機能不全」, 「積極的態度の欠如」の5因子と第3因子との相関係数も.20~.42であり, 有意な相関が見られた。「活動の停滞」因子と第1, 第3因子との間には有意な相関は見られなかった。GHQ各因子と第2因子との間には, 「全般的障害」因子との相関係数が.17と有意な相関を認めた以外に, 相関は示されなかった。

## 考 察

本研究での因子分析の結果の検討に入る前に, まず日本版MBIの信頼性の検討が必要である。一般に抽出された因子の信頼性係数は最低.70以上, できれば.80以上の値が確保されて, 尺度としての信頼性が得られるとされている<sup>30)</sup>。本研究で算出された各因子のCronbachの $\alpha$ 係数は, 頻度次元では1・2回目の調査ともに.80以上の値を示し, 抽出された因子の内的整合性は満足のいくものであった。他方, 強さ次元では1・2回目の調査ともに.70は確保されてはいるが, 頻度次元より概して低い値を示していた。信頼性を見るもう1つの指標である再検査法でも, 強さ次元ではすべて.70を下回った。これらのことから, 強さ次元での日本版MBIの信頼性は不十分と考えられ

Table 5 Reliabilities of the Japanese Version of MBI.

[Frequency]	Cronbach's Alpha		Test-Retest Reliability
	[1st data]	[2nd data]	
1: Emotional Exhaustion /Depersonalization	.90	.92	.73***
2: Personal Accomplishment	.87	.86	.70***
3: Physical Exhaustion	.88	.87	.61***
[Intensity]			
I: Emotional Exhaustion /Depersonalization	.79	.85	.66***
II: Personal Accomplishment	.80	.76	.68***
III: Physical Exhaustion	.83	.84	.60***

\*\*\*: p < .001

Table 6 Correlations Coefficient Matrix between the Japanese Version of MBI (Frequency, 1st data) and Age.

	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Age
Factor 1	1.00			
Factor 2	.56	1.00		
Factor 3	.54	.27	1.00	
Age	-.07	-.13	-.17*	1.00

\*: p < .05

Table 7 Correlations between the Japanese Version of MBI(Frequency, 1st data) and GHQ.

	1: Emotional Exhaustion /Depersonalization	2: Personal Accomplishment	3: Physical Exhaustion
GHQ Total Score	.40***	.10	.41***
G1: General Dysphoria	.32***	.17*	.42***
G2: Depressive Thoughts	.39***	.09	.22**
G3: Inhibition of Thinking	.26***	-.03	.24***
G4: Social Dysfunction	.28***	.04	.23**
G5: Loss of Positive Attitude	.11	-.05	.20**
G6: Hypoactivity	.09	-.09	.07

\*\*\*: p < .001 \*\*: p < .01 \*: p < .05

る。頻度次元でも第3因子の再検査信頼性は.61であり十分とは言えないが、Maslachらが行った頻度次元での再検査信頼性 (.60~.82) と比べると、原版と同程度のレベルは確保していると考えられる。

Maslachらは頻度と強さ次元から得られる得点間の相関が中等度 ( $r = .56$ ) であることから、異なる次元で燃えつきを測定する意義を述べており<sup>2)</sup>、増子ら<sup>30)</sup>もこれを支持している。他方、Iwanickiら<sup>10)</sup>やBrookingsら<sup>11)</sup>は両者の間の相関 (Iwanicki:  $r = .87$ , Brookings:  $r = .80$ ) は高く、どちらか1つの次元で回答を求める方式で十分であるという立場をとっている。本研究では頻度と強さ次元の間の得点の相関は中等度であった。しかしながら、強さ次元での回答の信頼性は十分ではなく、頻度次元での回答を用いるべきであると思われた。

日本版MBIでは原版MBIと同様に、信頼性のある3因子が抽出された。各因子に関係する質問項目を見ると、第2因子は原版のPA因子と完全に一致する。しかし、他の2つの因子は必ずしも原版とは対応していなかった。原版のEEは心身の疲弊感を表現している因子であるが、その中でも特に身体的疲弊感を表していると解釈される項目1「...がっくり疲れている」、項目2「...疲れはててぐったりする」、項目3「...げんなりする」が第3因子として抽出された。そして、項目13「...仕事に失望している」や項目20「...もうどうにもならない」に代表されるように、EE因子の中でも情緒的疲弊を表している項目が、項目11「...無感覚な人間にしている」や項目10「...冷淡になった」などに代表されるDP因子とともに第1

因子として抽出された。すなわち、第1因子は「情緒的疲弊感と非人間化 (Emotional Exhaustion /Depersonalization: EE+DP)」、第2因子は「個人的達成感 (Personal Accomplishment: PA)」、第3因子は「身体的疲弊感 (Physical Exhaustion: PE)」である。これら3つの下位概念は、年齢との相関係数が第1因子では小さく、第2と第3因子で中等度であったことは、第1因子と他の2因子の区分が、単なる回答のバイアスだけでなく、燃えつきの異なった側面を反映していることを支持している。

MBIは因子分析の手法、文化の違い、調査対象の違いを越えて、Maslachらの主張する3因子構造をもつと報告している研究結果が多い<sup>12, 14-16)</sup>。しかし、Brookingsら<sup>11)</sup>やWilliams<sup>17)</sup>は、MBIはEE+DP因子とPA因子の2因子構造をもつと述べている。Greenらは最初の研究で、Maslachらが主張する3因子構造を支持した<sup>18)</sup>が、その後、先行研究から得た6つのデータを再分析し、MBIは“Core of Burnout”と命名されるEE+DP因子とPA因子の2因子構造をもつと報告している<sup>19)</sup>。Koeskeら<sup>15)</sup>は3因子は独立している因子というより、むしろ相互に関連した次元のものであり、特にEE因子とDP因子の関連性は高いものであると述べ、Maslachらの主張に疑問を投げかけている。この見解が今のところ、最も的を射ているようである<sup>30)</sup>。本研究で得た因子構造はこの見解を支持するものと考えられる。しかし、諸外国の研究では報告されていない身体的疲弊感が第3因子として抽出されていることから、日本人ではMBIの因子構造は英語圏のそれとは異なる可能性が示唆される。

燃えつきはいくつかの段階を経て進行するプロセスといわれ<sup>40)</sup>、燃えつきていくにつれ、最初はEEが上昇し、次にDPが上昇し、その後PAの低下が始まるとされている<sup>7)</sup>。人を相手の仕事にやりがいを感じ、希望に熱く燃えて仕事に就いてはみたものの、期待どおりに物事が運ばない現実に直面し、ストレインを感じる。そのストレインが持続的に及んだ結果、身も心も疲れ果てる (EE上昇)。熱く燃えていた心は冷え、相手に対して冷淡で否定的な態度をとるようになる (DP上昇)。やがて、仕事に対するやる気を失っていく (PA低下)。このように考えることができよう。

しかし、燃えつきの進行過程で現れる症候は、個人的要因、職場環境要因、社会的要因により微妙に異なり、極めてユニークな特性を有するとも考えられている<sup>9)</sup>。米国に比べて、患者に対するスタッフ数が非常に少なく、労働条件の悪い職場で働いている<sup>41)</sup>日本の看護職者は、心よりも身体が先に「くたびれ果ててしまう」ものと思われる。それでも患者により良い看護ケアを提供していきたい気持ちを失ってはいない。したいけど、それができず、葛藤しながら働き続けることは非常に大きなストレインとなる。燃えつき現象とは、逆に患者を物のように扱う無感覚な心になることで、自分自身がつぶされないために自己防衛している姿と考えることもできる。この見地に立って燃えつきを考えると、身体的疲弊は独立した下位概念と考えることができ、非人間的態度と情緒的疲弊は密接な関係にあるため、1つにまとまった下位概念とみなすことができる。

この考えは推測の域を出ず、今後燃えつきと職場環境要因との関連を検討していく必要がある。また、本研究では、十分に安定した因子分析の結果を得るには若干サンプル数が少ない<sup>42)</sup>こと、調査対象のほとんどが女性であるため男性での因子構造については検討できていないこと、看護職という職種を対象として得られた結果であり、教師、ソーシャルワーカー、医師、カウンセラー、その他の対人サービス職従事者の検討が必要なことなどにより、ここで得られた結論を一般化するには慎重でなければならない。今後、研究を積み重ねていく必要があると考えている。

燃えつきはうつ状態や神経症状態に類似した現象であるなら、日本版MBIはGHQと強い関連を示すと予測できる。概括的には第1因子および第3因子とGHQ総合得点との間に関連は見られたが、相関は低いものであった。第2因子との間には有意な関連は認められなかった。GHQ各因子の中では「全般的障害」、「うつの思考」、「思考の抑制」、「社会生活機能不全」、「積極的態度の欠如」因子が第1や第3因子と関連していることも示されたが相関は低く、「活動の停滞」因子との関連は見られなかった。GHQ各因子と第2因子との間には「全般的障害」因子を除き、有意な関連は示されなかった。これらの結果より、

日本版MBIはGHQで測定されるうつや神経症の概念に加え、GHQでは測定できない他の概念も測定していると考えることができ、燃えつきは特異な現象であることが示唆される。

## 文 献

- 1) 高橋徹. 文化関連性症候群—燃えつき症候群—. 臨床精神医学 1994; 23: 225-7.
- 2) Freudenberger HJ. Staff burn-out. J Soc Issues 1974; 30: 159-65.
- 3) Maslach C, Jackson SE. The measurement of experienced burnout. J Occup Behav 1981; 2: 99-113.
- 4) 土居健郎監修. 燃えつき症候群. 東京: 金剛出版, 1988: 23-5.
- 5) Jones WJ. The Staff Burnout Scale for Health Professionals. Park Ridge: London House Press, 1980.
- 6) Pines A, Aronson E, Kafry D. Burnout; From Tedium to Personal Growth. New York: Free Press, 1981.
- 7) Stout JK, Williams JM. Comparison of two measures of burnout. Psychol Rep 1983; 53: 283-9.
- 8) Pines AM. Couple Burnout; Causes and Cures. New York: Routledge, 1996.
- 9) Arthur NM. The assessment of burnout; A review of three inventories useful for research and counseling. J Counsel Dev 1990; 69: 186-9.
- 10) Iwanicki EF, Schwab RL. A cross validation study of the Maslach Burnout Inventory. Educ Psychol Meas 1981; 41: 1167-74.
- 11) Brookings JB, Bolton B, Brown CE, MaEvoy A. Self-reported job burnout among female human service professionals. J Occup Behav 1985; 6: 143-50.
- 12) Powers S, Gose KF. Reliability and construct validity of the Maslach Burnout Inventory in a sample of university students. Educ Psychol Meas 1986; 46: 251-5.
- 13) Green DE, Walkey FH. A confirmation of the three-factor structure of the Maslach Burnout Inventory. Educ Psychol Meas 1988; 48: 579-85.
- 14) Lahoz MR, Mason HL. Maslach Burnout Inventory; Factor structures and norms for USA pharmacists. Psychol Rep 1989; 64: 1059-63.
- 15) Koeske GF, Koeske RD. Construct validity of the Maslach Burnout Inventory; A critical review and reconceptualization. J Appl Behav Sci 1989; 25: 131-44.
- 16) Gold Y, Bachelor P, Michael WB. The dimensionality of a modified form of the Maslach Burnout Inventory for university students in a teacher-training

- program. *Emotion Psychol Meas* 1989; 49: 549-61.
- 17) Williams CA. Empathy and burnout in male and female helping professionals. *Res Nurs Health* 1989; 12: 169-78.
  - 18) Walkey FH, Green DE. An exhaustive examination of the replicable factor structure of the Maslach Burnout Inventory. *Educ Psychol Meas* 1992; 52: 309-23.
  - 19) 稲岡文昭. Burnout現象とBurnoutスケールについて. *看護研究* 1988; 21: 147-55.
  - 20) 増子詠一, 山岸みどり, 岸玲子, 三宅浩次. 医師・看護婦など対人サービス職業従事者の「燃えつき症候群」(1) - Maslach Burnout Inventoryによる因子構造の解析とSDSうつスケールとの関連-. *産業医学* 1989; 31: 203-15.
  - 21) 稲岡文昭, 松野かほる, 宮里和子. 看護職にみられるBurn Outとその要因に関する研究. *看護* 1984; 36: 81-104.
  - 22) 山本あい子, 南裕子, 太田喜久子, 大森里子, 井部俊子, 上泉和子, 西尾鏡子. 看護婦の燃えつき現象に対する生活および仕事ストレスとソーシャル・サポートの影響. *看護研究* 1987; 20: 219-30.
  - 23) 近澤範子. 看護婦のBurnoutに関する要因分析. *看護研究* 1988; 21: 157-72.
  - 24) 松田久美子. 看護者のBurnoutとエゴグラムに示される個人特性との関連. *看護研究* 1988; 21: 181-8.
  - 25) 榊森とも子, 白川こずえ, 加々見和枝, 下谷あけみ, 行光美音子. 看護婦のBurnoutと職場環境・性格との関連について. *看護研究* 1988; 21: 189-97.
  - 26) 上田雅代子. 看護婦のバーンアウトについての研究. *看護管理* 1995; 5: 40-5.
  - 27) 佐藤秀紀, 中嶋和夫. 精神薄弱者更生施設職員におけるバーンアウトモデル. *民族衛生* 1996; 62: 348-58.
  - 28) 田中富士夫. MMP I 新日本版の標準化. *中京大学文学部紀要* 1995; 30: 1-27.
  - 29) 北村俊則. *精神症状測定の理論と実際*. 東京: 海鳴社, 1995: 269-81.
  - 30) Garner DM, Olmsted MP, Bohr Y, et al. The eating attitude test; psychometric features and clinical correlates. *Psychol Med* 1982; 12: 871-8.
  - 31) King MB, Bhugra D. Eating disorders; Lessons from cross-cultural study. *Psychol Med* 1989; 19: 955-8
  - 32) 中川泰彬, 大坊郁夫. *日本版GHQ精神健康調査票*. 東京: 日本文化科学社, 1985.
  - 33) 小木和孝. *現代人と疲労*. 東京: 紀伊國屋書店, 1983.
  - 34) 河野友信. 特集テクノストレス. *労働科学* 1986; 41: 1-15.
  - 35) 南裕子. 燃えつき現象の精神看護学的推論. *看護研究* 1988; 21: 132-9.
  - 36) 森俊夫. 燃えつき症候群. *保健の科学* 1991; 33: 613-8.
  - 37) Iwata N, Uno B, Suzuki T. Psychometric properties of the 30-item version General Health Questionnaire in Japanese. *Jpn J Psychiatry Neurol* 1994; 48: 547-56.
  - 38) Nunnally JC. *Psychometric Theory*. New York: McGraw-Hill, 1978.
  - 39) 久保真人, 田尾雅夫. バーンアウトの測定. *心理学評論* 1992; 35: 361-76.
  - 40) 稲岡文昭, 松野かほる, 宮里和子. Burn Out Syndromeと看護 - 社会心理的側面からの考察 -. *看護* 1982; 34: 129-37.
  - 41) 東口和代. ナースが見たアメリカ看護事情. *看護技術* 1996; 612: 91-4.
  - 42) Comrey AL. *A First Course in Factor Analysis*. New York: Academic Press, 1973. 芝祐順. 因子分析入門. 東京: サイエンス社, 1979: 189-90. (受付 1997年4月21日 受理 1998年3月10日)

Appendix The Japanese Version of the Maslach Burnout Inventory

以下のことがらについて、あなたはどの程度の [強さ] と [頻度] で感じていますか。あてはまる番号を○で囲んで下さい。なお、相手とは、あなたが職務上接している人々を指します。例えば、患者や生徒が相手にあたります。

[強さ]	0 : 全く感じない	[頻度]	0 : 全くない
	1 : あまり感じない		1 : 1年に数回
	2 :		2 : 1カ月に1回
	3 :		3 : 1カ月に数回
	4 : まあまあ感じる		4 : 1週間に1回
	5 :		5 : 1週間に数回
	6 :		6 : 毎日
	7 : 非常に強く感じる		

- (1) I feel emotionally drained from my work  
仕事で心身ともにながっくり疲れていると感じる
- (2) I feel used up at the end of the workday  
一日の仕事が終わると疲れはててぐったりすると感じる
- (3) I feel fatigued when I get up in the morning and have to face another day on the job  
朝起きた時仕事に行くことを考えるとげんなりすると感じる
- (4) I can easily understand how my recipients feel about things  
相手が物事をどう感じているか容易に理解することができる
- (5) I feel I treat some recipients as if they were impersonal 'objects'  
相手を“物”のように扱っていると感じる
- (6) Working with people all day is really a strain for me  
一日中人間相手に働くことは本当に負担である
- (7) I deal very effectively with the problems of my recipients  
相手の問題にとてうまく対処している
- (8) I feel burned out from my work  
仕事で燃えつきってしまったと感じる
- (9) I feel I'm positively influencing other people's lives through my work  
仕事を通して他の人々に良い影響を与えていると感じる
- (10) I've become more callous toward people since I took this job  
この仕事についてから人間に対していっそうに冷淡になった
- (11) I worry that this job is hardening me emotionally  
この仕事は自分を思いやりのない無感覚な人間にしていると心配である
- (12) I feel very energetic  
元気一杯であると感じる
- (13) I feel frustrated by my job  
仕事に対して失望していると感じる
- (14) I feel I'm working too hard on my job  
働きすぎだと感じる
- (15) I don't really care what happens to some recipients  
相手に何が起ころうと全く気にしない
- (16) Working with people directly puts too much stress on me  
人間相手に働くことはあまりにもストレスである
- (17) I can easily create a relaxed atmosphere with my recipients  
相手と一緒にのんびりとした雰囲気を作ることができる
- (18) I feel exhilarated after working closely with my recipients  
相手に心をつくして仕事をした後は気分がいいと感じる
- (19) I have accomplished many worthwhile things in this job  
この仕事の中でやりがいのあることをたくさんしてきた
- (20) I feel like I'm at the end of my rope  
もうどうにもならないような感じがする
- (21) In my work, I deal with emotional problems very calmly  
仕事では感情的な問題をとても冷静に処理している
- (22) I feel recipients blame me for some of their problems  
相手が自分の問題を私のせいになっていると感じる
- (23) I feel similar to my recipients in many ways  
多くの点で相手と共感することができると感じる
- (24) I feel personally involved with my recipients' problems  
相手の問題に個人的に関わっていると感じる
- (25) I feel uncomfortable about the way I have treated some recipients  
相手への対応の仕方について苦々しく感じる

\*Research Edition Translation performed by Higashiguchi, K. on August 9, 1996. Translated and reproduced by special permission of the Publisher, Consulting Psychologists Press, Inc., Palo Alto, CA 94303 from Human Services Survey by Christina Maslach and Susan E. Jackson. Copyright 1986 by Consulting Psychologists Press, Inc. All rights reserved. Further reproduction is prohibited without the Publisher's written consent.