

ペット動物の癒しの効果に関する健康心理学的研究

浅川 潔司*¹ 佐野 智子*² 古川 雅文*³ 東 由佳*⁴ 森田 恵子*⁵

(平成11年9月30日受理)

問題および目的

人間が動物と共に暮らしてきた歴史はきわめて長く、それは有史以前にまで遡る。両者のこのような共存関係は、長きにわたって人間が物質的な功利性を得るために動物を家畜として飼育するというものに始まる。やがて動物を可愛がりときには慰みを得る対象としての関係が出現するに至ったのである。

これまでは、このような動物に対して、飼い主の単なる所有物、従属物という意味あいの強いペット(愛玩動物)という呼称を使用してきた。しかしながら近年では、人間の仲間として生活を共にし、そこでの相互作用を担う一方の当事者としてのコンパニオン・アニマル(伴侶動物)という名称が欧米を中心に用いられはじめている(たとえば、小山:1995)。このことは、人間と動物との好ましい共生・共存的な関係が、人々の円満で円滑な生活を支える一助となるとの認識がなされつつあることを示唆しているといえよう。

数千年にわたる動物と人間との密接な関わりが存在しており、生活を共にする動物が人間に対して肯定的な影響を与えることはこれまでも暗黙のうちに知られていた。それにもかかわらず、両者の関係そのものや動物が人間にもたらすもろもろの効果性についての組織だった科学的研究や記録は希少といわざるを得ない。欧米においてこのような問題に焦点があてられ、動物が人間に与える効果について研究上の注目を集めるようになったのはようやく1970年代になってからのことである(ビュースタッド, 1995)。

1970年代以降になされた動物と人間の関係や影響にまつわる諸研究を概観した横山(1996)では、人間が動物との関わりによって得ることのできる効果にはさまざまなものがあり、それは心理的、医学・生理的、社会的な領域に及ぶことが報告されている。たとえば、生理的な効果には血圧やコレステロール値の低下、あるいは筋肉神経系のリハビリテーションなどでの効果が確認されているし、社会的な側面では、他者とのコミュニケーションの円滑さをもたらす触媒効果が知られている(横山,

1996)。

そのうち、心理的な効果については次のような研究が報告されている。英国におけるひとり住まいの高齢年金受給者を対象にして、家庭での5か月に及ぶ小鳥の飼育と鉢植え植物の育成を経験させたうえで、その体験が彼らの心身の状態に与える効果について質問紙を用いて検討したMugford&M'Comisky(1975)は、小鳥を飼育した群の方が将来の生活に対する不安を感じる事が少ないという結果を見いだしている。また、周囲に友人や親戚を持たず、過去1年以内に配偶者を亡くした高齢者群の場合、ペットを飼育していない群は飼育している群よりも抑うつ状態を示すことが顕著であるという研究(Garrity et al., 1989)を横山(1996)が紹介している。さらに、動物との密接な関わりは、子どもの共感性、自尊心、自制心そして自主性の発達を促す効果を持つことも示唆されている(Levinson, 1978)。

これらの研究から示されるように、人間が伴侶動物(ペット)と共同生活することによって得られる肯定的な心理効果は、人間の年齢を問わず、精神状態の安定、疎外感や孤独感の低減、活動意欲の活性化、自己の存在価値の高揚をもたらすなど、その内容が多岐にわたると考えることができる。しかしながら、本邦では、動物との関わりが個人に肯定的な影響を及ぼすことについて、心理学的な観点から組織的、系統的になされた研究は少ない。

そこで本研究では、まず、人間がペットをどのように受けとめ、ペットに何を期待するのか、また、人々が辛い思いや寂しさを感じるとき、実際に動物によって癒されたと認知するものなのかどうかといった問題について、大学生を対象に調査法を用いて探索的に検討することを主な目的とした。

方法

被調査者：兵庫県下の教員養成系大学学部生1～4回生162名が被調査者として本研究に参加した。そのうち回答に不備のなかった154名(男性44名、女性110名)が

* 1 兵庫教育大学 幼児教育講座

* 2 神戸市, 澤嶋動物病院

* 3 兵庫教育大学 学校教育センター

* 4 兵庫教育大学大学院 幼児教育専攻

* 5 神戸市立看護大学

本研究での分析の対象となった。

材料：本研究で使用された質問紙は自己報告式のものであったが、それは、1) ペットの飼育の有無、2) ペット飼育者に対する癒し経験の有無と動物との関わりの内容、3) ペットの非飼育者に対するペット飼育願望などについての質問項目、および、4) ペットに対する態度測定尺度から構成されていた。

ペットに対する態度尺度の構成にあたっては、まず大学生26名を対象に予備調査を実施した。この予備調査では、「ペットは」で始まる文に続く文章を文章完成法的に10個まで作成することが回答者に求められた。そこで得られた計178個の記述をKJ法によって類似の項目等を整理し、ペットに対する態度の測定に使用可能と考えられた47項目が選択され、対ペット態度測定原尺度が構成された。

ペットに対する態度測定尺度においては、それぞれの質問項目について、「全くそのとおり」～「全然ちがう」の4件法によって回答が求められた。

手続き：調査への協力の同意を得た後、個人場面および講義等の集団場面において研究者のひとりから質問紙が配付され、回答が求められその後回収された。

結果

ペットの家庭における飼育状況：ペットの家庭における飼育状況についての回答を整理した結果、男性群では44人中16名が、そして女性群では110人中49名がペットを飼育していると回答しており、ペット飼育率に性差はなかった。男女をこみにした場合、現在家庭でペットを飼育していると回答したものは65名(42.2%)であった。

ペットに対する態度：大学生のペットに対する態度を検討するために、各項目の反応に1～4点を付与し(肯定的反応が高得点)、次に、ペットに対する態度尺度への反応得点に基づいて因子分析(主因子解-ヴァリマックス回転)を実施した。GP分析の結果によって除外された項目はなかったが、共通性の低い数値(.10未満)を示す項目、あるいは複数の因子に同程度の負荷量を示す項目等を除いて得られた最終的な分析結果から表1に示すような、固有値1.0以上の解釈可能な4因子が抽出された。これらの因子に関して、第1因子は動物に対する親和性の因子、第2因子は動物によってもたらされる精神的安定性の因子と命名された。また、第3因子については、動物への嫌悪性を示すものと解釈され、第4因子は動物が人間に飼育されることへの不憫さを表す因子とされた。

表1 対ペット態度測定尺度の因子分析結果

項目	F 1	F 2	F 3	F 4
1 かわいい	. 827	. 123	-. 186	-. 009
13 大好きだ	. 800	. 282	-. 160	-. 030
2 家族の一員	. 748	. 151	-. 121	. 098
15 安らぎを与えてくれる	. 745	. 353	-. 122	-. 001
7 あたにかい	. 719	. 229	. 062	-. 134
6 おもしろい	. 709	. 331	. 081	-. 190
4 人の心を和ませてくれる	. 634	. 322	-. 106	. 060
22 寂しさを紛らわせてくれる	. 613	. 464	. 175	-. 044
5 友達	. 609	. 310	-. 038	-. 139
14 人になつく	. 596	. 387	. 006	-. 093
20 人に好かれる	. 580	. 385	. 030	-. 214
19 人と共に生きる	. 555	. 367	. 015	-. 158
44 感情をもっている	. 533	. 352	. 047	-. 208
23 いつも一緒にいてくれる	. 353	. 681	-. 045	-. 033
39 愛でいっぱい	. 308	. 665	-. 053	-. 220
46 心のよりどころ	. 411	. 651	-. 010	. 046
32 やさしい	. 366	. 647	. 038	-. 095
31 裏切らない	. 231	. 643	-. 224	-. 065
35 人の心を癒してくれる	. 447	. 633	-. 062	-. 199
29 宝物	. 414	. 623	-. 132	-. 027
43 心の安定剤	. 428	. 622	. 104	. 040
30 かけがえのない存在	. 456	. 604	-. 183	. 059
36 恋人	-. 055	. 571	-. 122	. 044
42 笑うことがある	. 166	. 544	-. 046	-. 023
17 話し相手になってくれる	. 360	. 539	. 062	-. 164
24 うるさい	-. 308	-. 069	. 640	. 258
18 気まぐれ	. 136	. 091	. 600	-. 002
34 わがまま	. 090	. 023	. 563	. 064
40 くさい	-. 124	-. 148	. 551	. 279
28 きたない	-. 322	-. 143	. 544	. 236
8 面倒くさい	-. 090	-. 309	. 458	. 170
11 自由がない	. 089	. 020	. 116	. 647
16 かわいそう	-. 149	-. 045	. 235	. 640

ペット飼育と対ペット態度との関係：次に、ペット飼育の有無とペットに対する態度との関係を検討するために、ペット飼育者・非飼育者群別、および性別に対ペット態度得点の平均値とS.D.を下位尺度ごとに整理したが、それは表2に示すとおりであった。

表2 ペットの飼育状況群別、性別の対ペット態度平均得点及びS. D.

群	性		親和性	精神安定性	嫌悪	不潤さ
ペット飼育者	男 [N=16]	Mean	44.54	32.60	14.80	5.20
		S. D.	5.99	7.28	3.39	1.32
ペット飼育者	女 [N=49]	Mean	47.41	37.92	14.17	5.13
		S. D.	4.55	6.41	3.30	1.33
ペット非飼育者	男 [N=28]	Mean	41.32	32.07	15.11	5.45
		S. D.	7.81	7.30	2.84	1.40
ペット非飼育者	女 [N=61]	Mean	43.66	34.91	15.87	5.37
		S. D.	6.63	5.99	2.98	1.37

表2に示した結果に基づいて、それぞれの低位尺度ごとに2(飼育/非飼育群)×2(性別)の二要因分散分析をおこなったところ、親和性については、ペット飼育群の得点が非飼育群の得点を有意に上回ること(F=9.02, df=1/150, P<.01),そして、男性群に比べて女性群の当該得点が有意に高いこと(F=5.04, df=1/150, P<.05)が明らかとなった。しかしながら、有意な交互作用は見いだされなかった。

精神的安定性に関する同様の分散分析の結果からは、有意な飼育/非飼育の主効果と交互作用は認められなかったが、女性群が男性群よりも有意に高い得点を示すことがわかった(F=11.30, df=1/150, P<.01)。

ペットに対する嫌悪得点に関しては、飼育群が非飼育群に比べて、ペットに対して嫌悪感を抱く程度が低い傾向にあることが示された(F=3.02, df=1/150, P<.10)。けれども、性の主効果や交互作用は有意ではなかった。

不潤さについては、いずれの主効果も交互作用も有意ではないことがわかった。

ペットによる癒し：ペットを飼育していると回答した者(65名)に対しては、さらに、ペットがいるおかげで寂しい気持ちや辛い気持ちが癒された経験があるかどうか尋ねられた。また、ペットによる個人的なネガティブな気分の癒しを経験したと回答した場合には、重ねて寂しいときやつらいときにペットに対してとる行動の内容を自由記述するように求められた。

ペットに対する癒し体験の有無を性別に整理したものが表3であるが、この表に基づいて2×2のχ²検定を行なって性差の有無を検討したところ、男子学生群に比べて女子学生群の方が動物による癒し体験があるとの回答率が高い傾向にあることが明かとなった(χ²=3.40, df=1, P<.10)。

表3 ペットによる癒し体験の有無

性	有	無	合計
男	9	7	16
女	39	10	49
合計(%)	48 (73.8%)	17 (26.1%)	65

単位(人)

寂しいときや辛いときにペットに対してとる行動について分析するために、自由記述で回答された内容を、身体的接触(抱く、撫でる、くつつくなど)、言語的接触(話しかける、よびかけるなど)、傍観(傍にいる、眺めているなど)およびその他のカテゴリーにまず分類した。

身体的接触と言語的接触に関しては、双方が同時に発生することもしばしばであるので、これらをまとめて接触のカテゴリーに分類して男女ごとに整理したところ、各カテゴリーの回答者率には顕著な差は生じていなかった。男女の回答をこみにして各カテゴリー間の出現比率について検討した結果では、ペットによる癒しを経験したと回答した48名のうち、27名(56.2%)が接触行動をとると反応していた。傍観と回答した者は、9名(18.7%)であり、その他に分類された者は7名(14.5%)であった。これらの結果から、寂しさや辛さを感じる時、個人がペットに対してとる行動は言語的あるいは身体的な接触行動であり、能動的なペットへの働きかけによって、ネガティブな気持ちの回復を図っていることが示唆される。

ペットの飼育願望：調査を実施した時点でペットを飼育していないと回答した89名(男性28名、女性61名)に対しては、今後ペットを飼いたいと思うかどうか、もしそうであれば、それはどのような時であるのか尋ねられた。性別のペット飼育希望者をまとめたものが表4であるが、この結果からは、男性に比べて女性のペット飼育希望者率が顕著に高いことが明かである(χ²=4.05, df=1, P<.05)。対ペット態度測定尺度の親和性についての分析は、女性が男性よりもペットに対してより親和的であることを示しているが、飼育希望における性差はこのような態度の男女差を反映したものと考えられる。

表4 ペット飼育希望の有無

性	有	無	合計
男	13	15	28
女	40	18	58
合計(%)	53 (59.5%)	33 (37.0%)	86

無回答 3人

単位(人)

ペットの飼育を希望すると回答した男子学生13名と女子学生40名にはさらに、ペットを欲する際の状況について尋ねられた。この質問項目に対する回答内容を整理したところ、閑居時（ひとりであるとき、暇なとき、寂しいときなど）との回答が男子学生群5名(38.5%)、女子学生群21名(52.5%)であった。また、他人のペットや映像で動物を見たときとの回答は男子群4名(30.7%)、女子群7名(17.5%)であり、これらには散歩の時などとの回答が続いていたが、それは男子群2名(15.3%)、女子群5名(12.5%)であった。これらの理由に有意な性差は認められなかった。ただ男女をこみにしたとき、閑居時との回答が他のカテゴリーよりも高い出現率を示していた。このことは、空虚な心を実感するとき、動物による癒しを求める傾向があることを示唆している。

考 察

ペットの飼育状況とペットに対する態度：調査時点で家庭においてペットを飼育していると回答した学生は、被調査者全体の42.2%であった。これらペット飼育者群に特徴的であったのは、ペットに対してより親和的であり、嫌悪の程度が低いということであった。ペットを家庭で飼育することを考えると、動物嫌いの家族成員が居ればそれは不可能であろう。むしろ、ペット飼育家庭の成員は少なくとも、動物に対しては受容的で肯定的な態度をあらかじめ形成していると考えるのが妥当であろう。それが上記の結果に反映したと思われる。

有意な性差はペット動物への親和性とペット動物による精神的安定性という2点に生じており、いずれも女子学生群が男子学生群の得点を上回っていた。この結果からは、女子学生の方がペットをより肯定的に認知していることと、ペットをより精神的な依存対象と見なす傾向にあることを示唆している。

また、ペット飼育群の女子学生が男子学生よりも癒しの体験をしたと報告する割合が高いこと、ペット非飼育群においても、男子群に比べて女子群はペット飼育希望者率が高いこと、その背景には閑居時のパートナーを求める欲求があることを本研究の結果は示している。動物がもたらす精神的安定性への女子群の肯定的評価には、上記のような実際の体験や欲求が機能していると思われる。

ペットによる癒し体験とペットに対する態度：ペット飼育群においては、男子学生群に比べて女子学生群で癒し経験があるとの回答率が有意に高くなっていた。ペットによる癒し体験には性差があるという本研究の結果は、ペットとの共同生活や相互作用を経験していても、その受けとめ方やペットとの精神的なつながりの認知には男女差があることを示唆している。

また、癒し体験を有する人々が、寂しいときや辛いと

きに、ペットに対してとる行動では、接触行動（身体的、言語的を含む）が多いことがわかった。身体的接触は基本的な欲求でもある接触欲求を満たすものである。そして、言語的接触は、相手が言葉を話さない存在であるために批判される恐れを感じないままに精神的な安定を得ることを可能にする。これらのことがら、辛さや寂しさを回避する手段として接触行動をとる理由のひとつと考えることは妥当であろう。

ペットを現在は飼育していない群においても、ペット飼育を希望する人々は閑居時にそれを求める傾向にあることを本結果は示している。ひとりで居るとなれば、ときには個人の内面に寂寥感や孤独感を生じさせることもあろう。本結果は、ペットの癒し効果の認知は、実際にそれを体験した人々ばかりではなく、ペット飼育をしていない人にまで及んでいるといえよう。

引用文献

- ビュースタッド, L.K. 1995 日本語版への序 キャッチャー, A. H. & ベック, A. M. (編) コンパニオン・アニマル研究会 (訳) コンパニオン・アニマル一人と動物のきずなを求めて—誠信書房
- 小山幸子 1995 訳者あとがき キャッチャー, A. H. & ベック, A. M. (編) コンパニオン・アニマル研究会 コンパニオン・アニマル一人と動物のきずなを求めて—誠信書房
- Levinson, B.M. 1978 Pets and personality development, *Psychological Report*, 42; 1031-1038.
- Mugford, R.A., & M'Comisky, J. G. 1975 Some recent work on the psychotherapeutic value of caged birds with old people. In R.S. Anderson (Ed), *Pet animals and Society*. London : Bailliere-Tindall.
- 横山章光 1996 アニマル・セラピーとは何か 日本放送出版協会

ABSTRACTS

**The Healing Effects of Pet Animals on College Students:
A Health Psychological Study**

**Kiyoshi ASAKAWA¹ Tomoko SANO² Masafumi KOGAWA³
AND
Yuka AZUMA⁴ Keiko MORITA⁵**

The present study was designed to investigate the attitude of college students toward the pet animals and the healing effect of pet on those students. 110 of female and 44 male students took part in the study. First, each subjects was asked their experience of heal provided by pet animals kept at their home. Then, The Index for the Attitude toward Pet Animals (IAPA) was constructed and was used for measurement of students' attitude toward pets. A factor analysis revealed that the IAPA was consist of four subscales ; affiliation, mental stability, feeling of hate, pity on pet animals.

Main findings were as follows;

- 1) As to affiliation, students keeping pet animals at home showed higher mean scores than the other students, and the mean score in female students was significantly higher than in male students.
- 2) As to mental stability, female students showed significantly higher scores than male students,
- 3) students keeping pet animals at home showed less mean scores of hate than students not keeping pets,
- 4) female students keeping pet animals at home reported healing experience by the pet more than male students keeping pet animals at home.

Those findings were discussed from an viewpoint of health psychology.

1. Dept. of Early Education, Hyogo University of Teacher Education, Yashiro-cho, Kato-gun, Hyogo, JAPAN, 673-1415
2. Sawashima Animal Hospital, Suma-ku, Kobe, Hyogo
3. Center of School Education, Hyogo Univ. of Teacher Education
4. Graduate School of Early Education at Hyogo Univ. of Teacher Education
5. Kobe City College of Nursing, Nishi-ku, Kobe.