千葉大学教育学部研究紀要　第51巻　219～223頁（2003）

イヌとの接触が気分およびイメージに与える影響について
－好悪感情という観点からの検討－

磯邉　聡[1]　前田　瑞枝[2]
[1]千葉大学大学院教育学研究科　[2]前鹿児島大学法文学部

The effects of the contact with a dog on the mood and image
－ The analyses from a viewpoint of like-dislike feeling －

Satoshi ISOBE[1]　Mizue MAEDA[2]
[1]Graduate School of Education, Chiba University　[2]Ex-Kagoshima University

The effects of the contact with a dog upon the mood, dog's image, and biological indices ware examined. The subject ware healthy 19 university students, and they were divided into two subgroups in according with their like or dislike feeling for the dog. As a result it was illustrated that in both groups the moods related to depressive feeling were significantly improved. And pleasant moods had a relation to like-dislike feeling. Also, the fear affect for the dog was difficult to change. In discussion, some important points for the clinical practice of animal-assisted-therapy ware presented and the significance of "personal and heuristic encounter" of a human and a dog was emphasized.

キーワード：動物介在療法（Animal-Assisted Therdpy）　気分（Mood）　イメージ（Image）
好悪感情（Like-Dislike Feeling）

Ⅰ．はじめに

心理臨床の現場において，セラピスト－クライエント関係に偶発的に自然事象や事物が入り込むことによって，思わぬ展開が得られることがある。この自然事象や事物には，天候・動物・植物・不意の停電や断水等の事故などが含まれよう。もしかするとその出会いは，両者が意識あるいは意図していないだけなのであって，大きな文脈の中では共時性を持ち必然として立ち現れるものなのかも知れない。いずれにせよ，これらの自然の事物は半ば人工的ともいえる治療構造の中で出会うセラピストとクライエントに，予想もしない力や契機を与えてくれる場合がある。

これらの自然との出会いの中で特に動物との出会いに注目し，それらが心身へ与えるポジティブな効果を「治療法」として体系化し積極的に活用しようとするものが「動物介在療法（Animal-Assisted-Therapy）」と呼ばれるものである。この動物介在療法は，「動物介在活動（Animal-Assisted-Activity）」の下位概念として位置づけられる。現在人口に膾炙している「アニマルセラピー」という名称はこの両者を混在した呼称であり，概念の明確化および用語の統一は今後の課題であろう。

動物介在療法に関する実証的な研究はようやく蓄積されつつあるところである。先行研究によると，注意欠陥多動障害児，身体障害者，うつ病患者，高齢者，AIDSやターミナルを迎える患者，性的虐待を受けた患者，情操教育などに対する有効性が報告されている（Fine, 2000; 岩本・福井, 2001）。また，導入される動物の条件や改善を規定する要因に関する研究も行われている。

しかしながら，その方法論の確立や実証的効果測定はいまだ十分とは言えない。特に，一定の意図や目標を持ち，一定の方法論で被験者に接近する手続きを「治療」と呼ぶなら，動物介在療法においてもそれらの持つ効果・限界・禁忌などを明らかにすることは必要不可欠な手続きといえるだろう。

また，最近の研究から「ペットとのきずな・つながり」が治療効果に大きな影響を与えることが明らかになってきた（Friedmann, 2000）。しかし動物介在療法で導入されるのは被験者のペットではなく，治療者が予め用意した動物であることが多い。その際まっさきに注目されるべきはその当該動物に対する好悪感情であろう。だが，導入される動物への好悪感情がどのような影響力を持っているのかについて調査した先行研究は乏しい。

そこで本研究では，動物介在療法に一般的に導入される機会の多いイヌを介在動物とし，①イヌとの接触がどのような気分変化・イメージ変化・生理学的変化を起こすのか，②その効果はイヌへの好悪感情とどのような関係を持ってるのか，を実証的に明らかにし動物介在療法実践の一助とすることを目的とする。

Ⅱ．方　法

1．被験者

心身共に健康な大学生19名（平均年齢20.66歳，SD=1.04）。男性8名，女性11名。

2．介在動物

生後約4ヶ月の雄のミニチュア・ダックスフンド一頭。名前は「セナ」。体重3～3.5kg。体高約20cm。体毛の色

はクリアレッド。動物介在療法に関するトレーニング等は受けていないが，穏和で人なつこい。見知らぬ人に撫でられても怯えや攻撃は示さず，楽しむことが出来る。子犬らしく無邪気で好奇心旺盛。各種予防接種を受け，健康および清潔は保たれている。

3．実験場所

国立K大学心理学教室附属プレイルーム。

4．手続き

本研究は個別に実験法によって行われた。プレイルームで被験者に簡単に研究目的を説明し，環境に慣れたところで以下の測度について測定を行った。

a) 血圧・心拍：オムロン社製デジタル自動血圧計HEM-711を使用。

b) イヌイメージ：予備調査を経て自作した，4因子（あたたかさ・かわいらしさ，攻撃・怖さ，機敏さ・利口さ，忠犬ハチ公的イメージ）構造を持つ19項目の形容詞対から構成される4件法のイヌイメージ尺度。

c) 現在の気分：寺崎・岸本・古賀（1992）の「多面的感情状態尺度」より抜粋した5因子（抑うつ・不安，敵意，倦怠，活動的快，非活動的快）構造の25項目。6件法による単極尺度。

d) イヌの好悪：イヌの好悪を5件法でたずねる「イヌ好悪尺度」。

e) 先行経験：イヌや動物にまつわる先行経験等をたずねるチェックリスト。

これらの測定ののち教示を行い，プレイルームにケージに入った介在動物を導入し，5分間の接触時間を設けた。実験者は場の責任者として同室し，被験者・介在動物の安全を守るとともに，実験が適切におこなわれているかを観察した。教示の際に強調した点は，①ケージから出すか出さないかは被験者の自由であること，②その間何をするかは被験者の自由であること，③実験をやめたくなったらいつでもやめてよこと，である。5分間の接触時間ののち動物を入れたケージが部屋から運び出され，先のaからcの測度について事後測定をおこない，最後に被験者から口頭で実験に対する内観を求めた。

なお，実験の中止条件は以下の通りである。被験者が，①あまりに怖がる場合，②退室した場合，③介在動物への激しい攻撃が認められた場合，④その他実験者が続行不可能と判断した場合。介在動物が，①恐怖で震えている場合，②被験者に噛みつく等の攻撃を示した場合，③その他実験者が続行不可能と判断した場合。なお，本研究では実験中止に至ったケースはなかった。

5．結果の処理

結果の処理に先立ち，被験者の群分けを行った。イヌ好悪尺度に基づいて被験者を「イヌ好き群」と「イヌ苦手群」の2群に分類した。イヌ好悪尺度においてイヌを「非常に好き」「まあまあ好き」と回答した被験者を「イヌ好き群」とし，「どちらでもない」「やや嫌い」「非常に嫌い」と回答した被験者を「イヌ苦手群とした」。なお，イヌ苦手群が少なかったため，本研究では「どちらでもない」を便宜的にイヌ苦手群とした。最終的にイヌ好き群は全部で19名（平均年齢20.52歳，SD=.96）で，男性4名（平均年齢20.25歳，SD=.96），女性15名（平均年齢20.60歳，SD=.99）であった。一方，イヌ苦手群は全部で10名（平均年齢20.90歳，SD=1.20）で，男性4名（平均年齢20.25歳，SD=.96），女性6名（平均年齢21.33歳，SD.1.21）であった。

この処理ののち得られた3つの測度について，犬の好悪（好き・苦手）×介在動物との接触（前・後）の2要因分散分析によって分析を行った。

Ⅲ．結果と考察

1．気分尺度

表1として，気分尺度に関する分散分析の結果を示す。6項目に床効果（floor effect）が発生し分散分析を行うことができなかった。特にイヌ好き群の敵意感情は極めて低く，検定可能性を持つデータが得られなかった。それらの項目を除外した20項目について分散分析を行ったところ，14項目で好悪および前後の主効果が認められた。なお，交互作用はいずれの項目においても認められなかった。

抑うつ・不安感情においては，「不安な」が好悪と前後の有意な主効果が認められ，イヌ好きである方がより不安感情が低く，また実験後の方が不安感情が低下していた。「悩んでいる」「もの悲しい」においては，いずれも10％水準で実験後の方がより悩んでおらず，もの悲しい気分ではないという方向に気分が変化していた。

敵意感情については，床効果のため分析は行われなかったが，イヌ苦手群の敵意感情は，実験前後でほとんど変化していないとことが数値から読みとれる。

倦怠感情については，「だるい」気分が実験後に有意に改善され，「退屈な」気分は，実験後により退屈ではないという方向に10％水準で変化が認められた。また，「つまらない」「ばからしい」「つかれた」という気分は，イヌ苦手群の方がイヌ好き群よりもより強かった。

活動的快感情については，「元気いっぱいの」「気力に満ちた」「機嫌の良い」気分は，有意に，そして「気持ちの良い」「さわやかな」気分は有意水準で，イヌ好き群の方が高い値を示した。さらに「元気いっぱいの」気分は，実験後にさらに高まることが有意水準で確認された。

非活動的快感情については，「ゆったりした」気分が有意に，そして「やわらいだ」気分が有意水準で，イヌ好き群の方が高かった。

以上のことから，イヌの好悪は実験を通じて活動的快気分と一部の否定的気分に影響を及ぼしていることが示された。つまり，イヌ好きの方がより楽しい気分でこの実験に参加し，イヌ苦手群はこの実験をよりつまらなく感じていた。このことは，本実験がイヌを介在動物として用いている性質上当然の結果といえる。しかし一方，イヌの好悪に関わらずイヌと接触することにより変化を示す気分が存在することも明らかになった。具体的には，「不安な」「だるい」「悩んでいる」「もの悲しい」「退屈な」「元気いっぱいな」といった，主に抑うつ感と結びついた気分は，イヌに対する好悪感情に関係なく介在動物との接触後，軽減されることが示された。このことは，イヌが好きである人はもちろんのこと，イヌが苦手であると思っている人でもイヌに触れることによって抑うつ的

表1．気分の変化

	イヌ好き (N=19)		イヌ苦手 (N=10)		主効果	
	接触前 (SD)	接触後 (SD)	接触前 (SD)	接触後 (SD)	好嫌	前後
[抑うつ・不安]						
不安な	2.21(.91)	1.42(.60)	3.10(1.37)	2.00(.94)	＊	＊
悩んでいる	2.15(1.01)	1.57(.69)	2.10(.73)	1.90(1.19)		＋
自信がない	2.31(.88)	1.63(.83)	2.20(.78)	1.90(1.19)		
沈んだ	1.63(.59)	1.21(.41)	1.50(.70)	1.40(.69)		
もの悲しい	1.31(.47)	1.10(.31)	1.40(.51)	1.20(.42)		＋
[敵意]						
憎らしい	1.00(.00)	1.05(.22)	1.10(.31)	1.10(.31)		
むっとした	1.00(.00)	1.00(.00)	1.21(.63)	1.21(.63)		
怒った	1.00(.00)	1.00(.00)	1.10(.31)	1.00(.00)		
気分を害した	1.00(.00)	1.00(.00)	1.10(.31)	1.10(.31)		
むしゃくしゃした	1.00(.00)	1.00(.00)	1.30(.67)	1.10(.31)		
[倦怠]						
つまらない	1.05(.22)	1.10(.31)	1.30(.48)	1.20(.42)	＋	
ばからしい	1.00(.00)	1.05(.22)	1.30(.67)	1.10(.31)		
疲れた	2.05(1.17)	1.52(.84)	2.60(1.50)	2.20(1.03)	＋	
退屈な	1.26(.45)	1.15(.50)	1.60(.69)	1.20(.42)		＋
だるい	1.73(.87)	1.42(.60)	2.20(1.54)	1.30(.67)		＊
[活動的快]						
元気いっぱいの	2.84(1.11)	3.52(1.12)	2.10(.73)	2.40(.96)	＊	＋
気力に満ちた	2.78(.85)	3.21(1.18)	2.10(.73)	2.40(.84)	＊	
気持ちの良い	3.21(.85)	3.73(1.36)	2.80(.63)	3.00(1.05)	＋	
機嫌の良い	3.68(.74)	3.94(1.22)	3.40(1.17)	3.00(.81)	＊	
さわやかな	3.26(.93)	3.89(1.24)	3.10(1.10)	3.00(1.24)	＋	
[非活動的快]						
のんびりした	3.31(1.00)	3.52(1.21)	3.30(1.25)	2.60(.69)		
ゆっくりした	3.36(.95)	3.36(1.42)	3.40(1.35)	3.00(.66)		
のどかな	3.63(.95)	3.68(1.15)	3.40(1.35)	3.20(.78)		
やわらいだ	3.42(1.12)	4.00(1.29)	3.00(1.41)	3.10(.99)	＋	
ゆったりした	3.31(1.05)	3.94(1.39)	2.80(1.03)	2.90(.87)	＊	

（＊：p<.05 ＋：p<.10）

気分が改善されることを示唆しており，意味のある知見であると思われる。

2．イヌイメージ

イヌイメージ変化に関する分散分析の結果を表2として示す。14項目に好悪あるいは前後の主効果が認められた。交互作用はいずれの項目でも認められなかった。

あたたかさ・かわいらしさに関するイメージにおいては，「かわいい」に好悪の有意な主効果が，そして「かわいい」「あたたかい」に前後の有意な主効果，「ふさふさな」に前後の有意傾向の主効果が認められた。これらのことから，あたたかさに関するイヌイメージはイヌ好き－苦手による差はほとんどなく，実験後よりあたたかなイメージに変化していることが明らかになった。

攻撃・怖さに関するイメージにおいては，6項目全てにおいて好悪の有意な主効果が認められた。一方，前後の有意な主効果は「人なつっこい」「うっとおしい」「うるさい」「取っつきにくい」において認められた。このことは，イヌと触れあうことにより恐いあるいはイヤだという気持ちは軽減するものの，イヌ好きとイヌ苦手群の差を埋めるには至らないことを示している。また,「凶暴な」「どう猛な」というイメージは，介在動物との接触後においても変化が見られなかった。特にイヌに対して「凶暴でどう猛で恐い」と恐怖感を持っている人のイヌイメージは容易に変容させることが困難であることが示され，そのような被験者に対する動物介在療法の適用は慎重に検討される必要があるといえる。

能力・知性に関するイメージでは，「賢い」に好悪の有意な主効果，「利口な」に好悪の有意傾向の主効果が認められた。一方，「敏感な」「利口な」イメージは，前後の有意傾向の主効果を示した。本実験で導入された介在動物は穏和で好奇心旺盛な子犬であり，被験者のイメージ変化はそのイメージに大きく影響されていると思われる。

忠犬に関するイメージでは，「忠実な」に好悪の主効果が，そして「大きい」に好悪の有意傾向の主効果と前後の有意な主効果が認められた。ここでも，被験者のイメージ変化は本実験の介在動物のイメージに沿った形で変化していた。

以上をまとめると，イヌイメージは，イヌが好きであるか苦手であるかという要因に影響される一方，イヌに触れることによって，あたたかさ・かわいらしさイメージがより増加し，攻撃・怖さイメージがより軽減されることが明らかになった。但しこれは，導入された介在動物の持つイメージに影響される部分も少なくない。従ってこの知見を普遍化することには努めて慎重でなくてはならない。

しかしそれでも，「凶暴な」「どう猛な」といった極度にイヌを怖がるイメージに関しては，介在動物との接触ののちでも大きな変化を見せることはなかった。このことから，イヌに対して極めて恐怖心を持っている場合には，どれほど穏和で小さくて優しい介在動物を導入してもその恐怖イメージはなかなか変化しないため，そのような被験者と動物との接触に際しては細心の配慮が必要であろう。

表２．イヌイメージの変化

	イヌ好き (N=19)		イヌ苦手 (N=10)		主効果	
	接触前 (SD)	接触後 (SD)	接触前 (SD)	接触後 (SD)	好嫌	前後
[あたたかさ・かわいらしさ]						
かわいい－憎い	1.31(.47)	1.15(.37)	1.90(.56)	1.50(.52)	*	*
柔らかい－かたい	1.52(.51)	1.42(.60)	1.90(.56)	1.50(.52)		
ふかふか－ごわごわ	1.89(.45)	1.73(.80)	1.90(.56)	1.50(.52)		
ふさふさな－刺々しい	1.78(.41)	1.57(.60)	2.10(.87)	1.70(.67)		＋
あたたかい－冷たい	1.42(.50)	1.31(.58)	1.90(.56)	1.30(.67)		*
いじらしい－計算高い	1.78(.53)	1.63(.59)	2.10(.73)	1.90(.73)		
[攻撃・怖さ]						
人なつこい－人嫌いな	1.52(.51)	1.05(.22)	2.10(.87)	1.30(.67)	*	*
凶暴な－おとなしい	2.89(.45)	2.84(.60)	2.20(.63)	2.10(.31)	*	
鬱陶しい－清々しい	2.68(.47)	3.05(.40)	2.20(.63)	2.50(.70)	*	*
うるさい－しずかな	2.21(.53)	2.57(.76)	1.60(.51)	2.10(.56)	*	*
取っつきにくい－取っつきやすい	3.21(.78)	3.31(.74)	2.00(.81)	2.80(.63)	*	*
どう猛な－穏やかな	2.89(.45)	3.15(.68)	2.30(.48)	2.30(.67)	*	
[機敏さ・利口さ]						
敏感な－鈍感な	1.78(.63)	1.68(.58)	2.00(.81)	1.50(.52)		＋
利口な－ばかな	1.47(.61)	1.78(.63)	1.80(.78)	2.20(.91)	＋	＋
賢い－とろい	1.52(.51)	1.57(.60)	1.90(.87)	2.00(.66)	*	
機敏な－鈍くさい	1.42(.50)	1.36(.68)	1.80(.63)	1.50(.70)		
[忠犬ハチ的イメージ]						
忠実な－反抗的な	1.63(.49)	1.68(.58)	1.80(.78)	2.20(.42)	*	
大きい－小さい	2.47(.61)	3.00(.66)	2.00(.47)	2.90(.56)	＋	*
強　い－弱　い	2.31(.47)	2.36(.49)	2.20(.63)	2.40(.51)		

註：４件法で評定され、形容詞対の左から１～４とコード化された。
（*：p<.05 ＋：p<.10）

表３．血圧・心拍数の変化

	イヌ好き (N=19)		イヌ苦手 (N=10)		主効果	
	接触前 (SD)	接触後 (SD)	接触前 (SD)	接触後 (SD)	好嫌	前後
最高血圧	109.79(10.79)	101.61(24.68)	112.00(18.61)	109.20(16.69)	n.s.	n.s.
最低血圧	74.11(8.60)	75.72(9.19)	77.50(12.43)	77.90(10.49)	n.s.	n.s.
心拍数	76.68(12.94)	77.33(11.32)	78.60(10.18)	78.70(9.74)	n.s.	n.s.

３．生理学的指標について

心拍数・最高血圧・最低血圧についての２要因分散分析の結果を表３に示す。いずれの指標においても，有意な主効果・交互作用は認められなかった。いくつかの先行研究では，血圧の低下効果や心拍数の緩徐化といったリラックス作用が報告されているが，本研究ではそれらを支持する結果は得られなかった。ただいずれの群においても若干の最高血圧低下が見られ，今後サンプルを蓄積することにより一層はっきりしたデータが得られると思われる。

４．臨床実践上の留意点

今回の実験は，サンプルが少数である点，子犬である点，ＡＢデザインである点などの問題を含んでいるものの，いくつかの興味深い知見を得ることができた。最後に本研究の知見を総合し，臨床実践上における留意点を指摘したい。

①イヌとの接触が気分に及ぼす効果：本研究では，イヌとの接触前後で「不安な」「だるい」などの不安・抑うつ感や倦怠感にまつわる気分の改善が認められた。一方「さわやかな」「ゆったりした」といった快気分は接触前後で大きな変動が見られなかった。これらの知見から，イヌとの接触の効果は全ての気分の改善をもたらすものではないという可能性を認識しつつ動物介在療法を行うことの重要性が示された。つまり，イヌとの接触が気分に及ぼす影響は，選択的で限界を持つ可能性がある。さまざまな気分の中で特に改善効果が期待できるのは抑うつ的気分であり，楽しい気分をより楽しくするといった効果はあまり望めないかも知れない。このことは，動物介在療法がうつ病患者に行われている事実に符合すると同時に治療的根拠の一部を与えるものである。加えて，この知見は治療法としての適用を把握する上でも示唆的である。

②対象動物への好悪が及ぼす影響：一方，対象動物に対して被験者がどのような好悪感情を有しているかという要因も無視できないことが明らかになった。気分という側面に注目すると，否定的気分は動物と接触しても大きな変化を示さなかった。一方，イヌに対して恐怖イメージを持っている場合には，子犬と接触してもそれらはほとんど変化しなかった。つまり，対象動物への好悪感情によって治療効果が大きく異なることが示唆された。このことは，動物介在療法を導入する前に被験者がその動物に対してどのような好悪感情やイメージを持っているかを慎重に検討しておかなければならないことを示している。

③「動物を処方する」だけで治療になるのか？：ところで，動物介在療法は対象者と介在動物との接触を通じて何らかの心身上の問題の改善を図ろうとするものである。では，動物をあたかも治療器具や薬剤のように捉え，

それを対象者に「処方」するがごとく呈示することで問題改善がなされると考えてよいのだろうか？最後にこの問題を考えてみたい。それはこの問題が動物介在療法の治療機序の本質にも関わる重大な問題だと筆者らには思えるからである。

村瀬（1987）は，自らの臨床経験をまとめ，必要なときにクライエントと動物が出会うことは心理療法的に一定の役割を果たすことを認めつつもそれを制度として用いることに慎重な姿勢を示している。また動物介在療法のパイオニアであるLevinson(1997)は，「ペットセラピー」活動の中でのクライエントと動物との生き生きとしたかけがえのない出会いを事例の形で報告し，適切な時期に動物と出会うことの重要性を論じている。

動物との出会い方は異なるものの，両者が共通して強調しているのは，動物と人とが出会うカイロス的意味である。このように，動物と人との出会いが「パーソナルで発見的出会い」である場合にのみ，構造化の有無に関わらずそれが最大限の治療的意味を持ち得るといえる。そしてその時に重要なのは「動物を使う」という態度ではなく，「動物にどう関わるか」という自然に対する謙虚さを持った姿勢であろう。

動物介在療法として活動を行う場合，治療者に求められるのはその場がクライエントにとって，そしてその動物にとって開かれた出会いであり，発見的で新鮮な時となるように心を砕くことであろう。そこにはなにより，治療者のクライエントのみならず介在動物へも向けられた共感的まなざしが求められる。そしてその時にはじめて，構造化され人工的な出会いはその人にとって意味のある偶然の出会いとなるのではないだろうか。

Ⅳ. 参考文献

Fine,A.(Ed.) 2000 *Handbook on Animal-Assisted Therapy*. Academic Press.

Friedmann E. 2000 The Animal-Human Bond: Health and Wellness. in Fine A.(Ed.), *Handbook on Animal-Assisted Therapy*. Academic Press. 41-58.

岩本・福井 2001 アニマル・セラピーの理論と実践. 培風館.

Levinson B. & Mallon G. 1997 *Pet-Oriented Child Psychotherapy (2nd Ed.)*. 川原（監修） 2002 子どものためのアニマルセラピー. 日本評論社.

村瀬嘉代子 1987 心理療法と自然－その2 心理療法過程に登場する動物の治療的意味－. 大正大学カウンセリング研究所紀要. 9. 38-63.