イヌの介在による心理学的効果の検証
―心理臨床場面への応用に向けて―

Mental health benefits of interacting with dogs
―Toward application to clinical psychology―

金井 正美
Masami Kanai

大妻女子大学大学院 人間文化研究科 臨床心理学専攻 修士課程

キーワード：イヌ，動物介在介入，臨床心理学
Key words：Dog, Animal assisted intervention, Clinical psychology

１．研究目的

動物が人の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のが「動物介在療法」である(磯邉，2003). 心理療法の現場に動物を取り入れることは古くからあった．精神分析の創始者の Freud，S．は自身の飼い犬をセッションに同席させていたし(Homans.J., 2014)，日本においても，森田療法で治療に動物の飼育が取り込まれている(門多，2015). しかし，実証的な論文は長い間発表されず，世評のようなかたちで語り継がれるのみで，決め手に欠ける状況が続いている．そこで本研究では，人と最も絆を結びやすいとされているイヌを介在動物として，「人」―［動物(イヌ)］―［人］という三項関係で生じる心理学的効果に焦点を当てて検証し，心理臨床場面においてイヌを介在させることに対する応用可能性を探ることを目的とした．

２．研究 1

目的に沿って研究 1 では日常の公共場面である職場にイヌを介在させ，心理学的効果の検証を行った．

2-1．方法

・実験期間：2018 年 5 月 22 日～25 日の 4 日間
・実験協力者：A 社社員様 16 名(女性 14 名，男性 2 名)，20 代～40 代(平均 30 代)
・実験の流れ及びデータ収集の方法：図 1 に実験の流れを示す．実験 1 カ月前には，実験協力についての説明をした上で同意をとり，実験前調査票を実施した．実験前調査票では主に，職場内における人間関係及びコミュニケーション頻度に関する質問項目や，動物の飼育歴，イヌの好悪といった動物に関する質問項目，さらに実験協力者の対人恐怖に関する個人の特性を把握することを目的として，対人恐怖心性尺度(堀井・小川，1996；1997)を実施した．イヌ介在実験期間 4 日間は，イヌがいない日とイヌがいる日を交互に設定し，セラピー犬との触れ合い可能時間(12：00～18：00)はいつでもセラピー犬に触れ合えるようにした．実験期間中は以下の(1)~(4)の測定項目を実施した．(1)行動記録表：「楽しい」「リラックス」「緊張」「だるい」「集中」「穏やか」「イライラ」「悲しい」「その他」の気分・状態の 9 項目(複数選択可)から 1 時間おきに，その時間の気分・状態を選択した．(2)CES-D Scale 日本語版(島・鹿野・北村・浅井，1985)：抑うつ状態を把握するために実施した．(3)POMS2 日本語版成人用短縮版(POMS2)：実験協力者がおかれた状況により変化する一時的な気分，感情の状態を測定することを目的として，始業時及び終業時の 1 日 2 回の回答を求めた．(4)バイタルセンサー：事前の希望調査で，希望した 5 名にのみ，バイタルセンサーを 4 日間連続で装着し，副交感神経や交感神経の測定を実施した．実験終了後には，実験協力者全員に実験後インタビュー調査を実施し，KJ 法を用いて分析した．

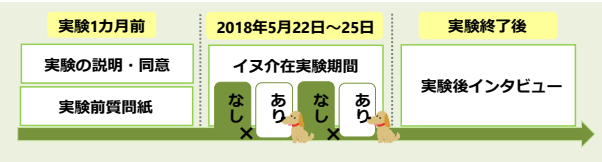

図 1．実験の流れ

2-2. 結果と考察

イヌとの触れ合いがあった日には，行動記録表及び POMS2 から，ネガティブな気分と緊張状態の低下がみられ，楽しい気分やリラックス状態といったポジティブな気分・状態が増加する可能性が示された．バイタルセンサーからは，副交感神経が亢進してリラックスし，ストレスが低減する可能性が示唆された．さらに，実験後インタビューからは，「イヌ」が「人」と「人」の間で社会的な潤滑油となり，他者との会話の増加などの対人関係の変化が生じたことが示唆された．そして最終的に，実験後インタビューの KJ 法による分析から，以上で述べたそれぞれの効果は円環的に影響し合うことが考察された．

３．研究 2

研究 2 では，臨床心理を含めた対人援助の専門職および動物介在教育・療法の研究教育に携わる獣医師に対して，動物介在についてのインタビュー調査を実施した．

3-1. 方法

・調査期間：2017 年 9 月～2018 年 2 月
・調査対象：各領域の専門家 7 名
・インタビュー所要時間：約 30～90 分
・調査項目：動物介在療法導入への賛否や，動物介在療法が有効と考えられる場面など．
・分析：KHCoder

3-2. 結果と考察

インタビュー結果を逐語化し，計量テキスト分析による対応分析を行った結果，専門家たちの語りは評価的な視点からの「私見的評価—治療効果についての評価」と，動物の介在を取り入れようとする語りと動物の介在実施に慎重な意見である「実践への示唆—実施への懸念」の 2 つの軸で解釈された．

「私見的評価」と「実践への示唆」の領域には介護施設の施設長が布置され，「実践への示唆」と「治療効果についての評価」の領域に獣医師が布置された．そして「実践への懸念」と「治療効果についての評価」の領域に臨床心理士 A が布置された．以上の 3 名の専門職はいずれも 50～60 代のベテランであり，それぞれ独自の領域に布置された．一方，40 代前後の中堅専門職の 4 名(介護福祉士，作業療法士，理学療法士，臨床心理士 B)は，「私見的評価」と「実践への懸念」の領域に布置された．

さらにイヌが介在することで心理臨床において予想される効果について，面接初期や，思春期のケースにおけるラポール形成の促進や，Cl の自己対象になる可能性，不登校の子どもがいる家庭での家族関係の変化について言及された．

４．まとめと今後の課題

研究 1 では，イヌが介在することによって，「人」—［動物(イヌ)］—［人］という三項関係においてイヌが社会的な潤滑油として対人関係に変化をもたらし，心理的，身体・生理的には副交感神経が亢進してリラックスする可能性が示唆された．研究 2 では，心理臨床場面においてイヌが介在することで効果があると予想される具体的な 3 つの場面が示された．

本研究で得られた結果を総合し，図 2 のように整理した．イヌを心理臨床場面に介在させることにより，(1)ラポール形成の促進，(2) カタルシス・適度な退行，(3) 自己愛を満たす，の 3 つの効果が期待できると考えられる．加えて補足的な考察ではあるが，イヌを家庭で飼育することによって(4)家族関係の変化の効果が生じ，それにより間接的に心理療法に変化がもたらされると予想された．本研究で得られた知見をもとに，実際の心理臨床場面で検討していきたい．

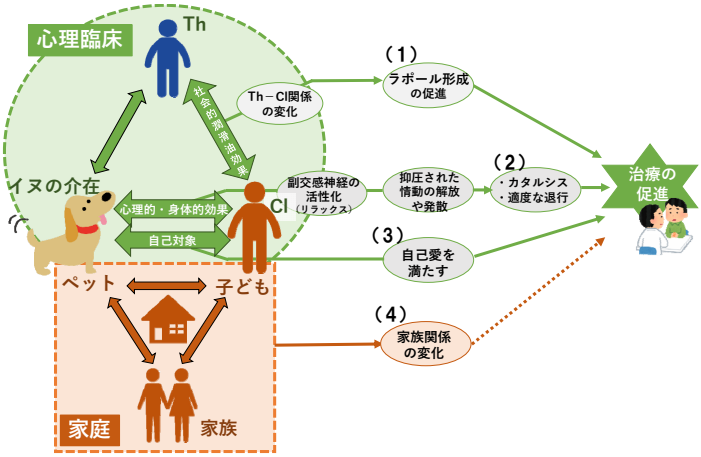

図 2．イヌを介在させることで生じる効果

５．この助成による発表

金井正美・八城 薫，　職場におけるセラピー犬介在の効果 2－バイタルおよび気分･状態の変化－，第 11 回動物介在教育・療法学会学術大会発表論文集，　p43-44.

付記 本研究は，大妻女子大学人間生活文化研究所平成 29，30 年度大学院生研究助成(B) 課題番号 DB2909，DB3005「イヌの介在による社会心理学的影響と心理臨床場面でのイヌ介在効果の可能性の検証」を受けて行ったものである．