

日本人とペット：その関係性と心理的効果

北海道武蔵女子短期大学教養学科准教授

金児 恵 (かねこ めぐみ)



Profile — 金児 恵

2006年、東京大学大学院人文社会系研究科博士課程修了。博士（社会心理学）。東京都老人総合研究所客員研究員などを経て現職。専門は社会心理学、ヒトと動物との関係学。主な著書は、『よくわかる社会心理学』（分担執筆、ミネルヴァ書房）、『文化行動の社会心理学』（分担執筆、北大路書房）など。

2003年、日本全国の家庭で飼われている犬と猫の数が、15歳未満の子どもの数を超えました。単身世帯の増加、生涯未婚者や子どもを持たない夫婦の増加などにみられる家族の規模や構造の変化といった現代的状況を背景として、家庭でのペット飼育は増加の一途をたどっています。

ペットはコンパニオン・アニマル（Companion Animal）とも呼ばれ、単なる動物ではなく家族の一員として共に生きていく存在であるとの認識が広がっています。動物をコンパニオン・アニマルとして家庭内で飼う伝統の長い欧米では、1970年代から膨大な実証研究が蓄積され、ペットが飼い主の身体的・精神的健康を向上させる心理的効果や、飼主の対人的交流を広げる対人ネットワーク効果の存在が明らかにされてきました（Wilson & Turner, 1998）。

では、日本の家庭で飼われるペットもこのような効果を持つのでしょうか。ここでは、日本におけるペットと飼い主との関係性と、それが飼い主の幸福感に及ぼす影響についての筆者の研究を紹介します。

ペットと飼い主の関係性とその心理的効果 欧米の先行研究の多くは、ペットとの関係性（「絆」「愛着」「親密性」とも表現される）が強い飼い主ほど主観的幸福感が

高いことを見出しています。そこで筆者は、日本においても同様の効果がみられるかを探索的に検討するため、まず首都圏において選挙人名簿より無作為抽出した40歳以上の男女1250名を対象に郵送調査を行いました（回収率53.0パーセント；うち、犬または猫の飼い主は152人）。そこでペットとの関係性を測定するために用いた尺度は、欧米の尺度から選択した「友人の多くに対してより、ペットに親しみを感じる」などに加え、「ペットは私の気持ちがわかる」「ペットによく話しかける」などの計7項目でした。この尺度得点と飼い主の幸福感の関連を検討した結果、驚くべき結果が得られました。欧米における知見とは正反対に、ペットとの関係性が強いほど幸福感が低いという負の相関がみられたのです（金児, 2006）。

この結果は、筆者に日本におけるペットと飼い主との関係性の再考を促すことになりました。なぜこのような結果が得られたのか、日本人特有の要因があるのかどうか、飼い主へのインタビューなどで探ってみることにしたのです。すると、「癒し」などペット飼育の良い面を挙げる飼い主がいる一方で、自ら希望して飼い始めたわけではないにもかかわらず次第にすっかり溺愛するようになり、

「犬をおいて旅行に行くのは可哀想」「この子（犬）がいるから買い物にもあまり行けなくなった」「家に人を呼ばなくなった」というように、社会とのかかわりが減少している飼い主が少なくないことがわかりました。獣医師の井本忠夫氏も、ペットとの関係について「子供あるいはそれ以上の存在」と思い「いつも、一緒に寝て」「外出していても、いつも、気になり」などの特徴をもつ飼い主を「ペットに依存している人」とし、その問題点を指摘しています（ヒトと動物の関係学会, 2001）。

以上の再考をもとに、筆者は新たに「ペットへの愛着尺度」を作成し、首都圏で無作為抽出した成人を対象とした郵送調査を行いました。その結果、予想通り互いに独立した二つのタイプの関係性が抽出されました（表）。具体的には、ペットを愛で、安らぎを得ると同時に、飼育に対する責任をもつ関係（基本的愛着）と、ペットへの密着度が高く過度に情緒的絆や安定を求める関係（依存的愛着）との二つです。そしてそのうち、依存的愛着だけが幸福感と負の関連をもっていました。つまり、飼い主のなかでもペットと過度に密着する傾向のある人ほど幸福感が低かったわけです。

では、なぜ依存的愛着は幸福感を減少させるのでしょうか。筆者

ペットへの愛着の因子分析結果

	因子負荷量		共通性
	I	II	
第I因子: 基本的愛着			
ペットは私を幸せな気分にしてくれる	.898	.166	.834
ペットと一緒にいると、ほっとする	.881	.135	.794
私にとって、ペットは重要な存在である	.880	.252	.848
ペットがないと寂しくてたまらない	.756	.324	.676
なるべく、ペットの面倒はみたくない (反転)	.494	.282	.324
第II因子: 依存的愛着			
ペットにいつも、重要な話をしたり、心のうちを打ち明けたりする	.187	.745	.589
外出していても、いつもペットのことが気になって早く帰る	.237	.734	.596
家族の誰に対してよりも、ペットに親しみをを感じる	.280	.697	.565
ペットにおしゃれをさせる	.116	.697	.499
負荷量平方和	3.36	2.36	
寄与率 (%)	37.27	26.21	

の研究ではさらに、依存的愛着が高い人ほど「ペットはまだ社会に受け入れられていない」と感じており、それが低い幸福感につながっていることや、依存的愛着が高い人ほどペットに対する嫉が甘く、特に非飼い主からの否定的反応を招きやすいという結果が得られています。つまり、依存的愛着の高い人は、周囲との対人関係にトラブルが発生しやすいがゆえに、結果として幸福感が下がる可能性です。

実は筆者は、この社会関係への影響の重要性は高いと考えています。文化心理学の知見に、相互協調的自己観が優勢な日本では、相互独立的自己観の優勢な欧米とは異なり、個人の自尊心よりも、周囲の人々と協調的な社会関係をもつことのほうが幸福感に大きな影響を与えるというのがあります (Uchida, Norasakkunkit & Kitayama, 2004)。これを踏まえると、欧米ではたとえペットとの関係性が盲目的・依存的であるゆえに対人関係に悪影響が及ぶとしても、一方でペットとの関係において高い自尊心が得られれば幸福感が高まるのに対し、日本ではペットとの関係に本人が主観的に満足していても、他方で他者との社会関係が悪化すれば幸福感が下がってしまうことが予想されます。

ペットからのサポートとその効果

対人関係とペットとの関係について、もう一つ興味深いデータがあります。周囲の人々とのソーシャルサポートの授受がわれわれの心身の健康を維持・向上させることはよく知られていますが、その役割をペットが担うことはできるのでしょうか。欧米では、配偶者と死別した女性の身体的健康度を改善するなど、ペットが人と同様のサポート効果をもつとの知見があります (Akiyama, 1986)。そこで筆者は、ペットが飼い主に与える多様なサポートのうち、いずれが飼い主の生活満足度と関連しているのかを調べてみました¹。

すると意外なことに、「気持ちをごまかせてくれる」「生活に、はりあいを与えてくれる」などのいわゆる「癒し」効果は生活満足度と関連しないのに対し、「ペットは自分を必要としてくれる」「生きがいである」といった項目に加え、「家族とのコミュニケーションに役立つ」「ペットを通じて人間関係が広がる」という家族の相互作用や人間関係の広がりをもたらずペットの人間関係促進機能が生活満足度と関連していました。

以上の一連の研究結果からは、日本においてペットを通じて人の幸福感を向上させるためには、ペットと飼い主の二者間で閉じた関

係をもつのではなく、むしろペットを社会の一員と認識し、周囲の人々との関係を広げ、円滑にすることを助けるような飼い方を心掛けたほうがよいことが示唆されます。

おわりに 日本と欧米では、住環境はもちろん、歴史的・宗教的理由などにより動物に対する態度も大きく異なります。家族や友人をはじめとする人間関係のあり方も異なります。その結果、同じようにペットを「家族」「子ども」とみなしていても、そのことがもたらす帰結は自ずから異なるのではないのでしょうか。現在はそうした文化的要因を踏まえ、国際比較研究を行っています。

1 東京大学社会科学研究所附属日本社会研究情報センター SSJ データ・アーカイブから「日本版 General Social Surveys <JGSS-2001>」(大阪商業大学比較地域研究所, 東京大学社会科学研究所) の個票データの提供を受け、2次分析を行ったもの。

文 献

Wilson, C.C. & Turner, D.C. (1998) *Companion animals in human health*. Thousand Oaks, CA : Sage.
 金児恵 (2006) 「コンパニオン・アニマルが飼主の主観的幸福感と社会的ネットワークに与える影響」『心理学研究』77, 1-9.
 Uchida, Y., Norasakkunkit, V. & Kitayama, S. (2004) Cultural constructions of happiness: theory and empirical evidence. *Journal of Happiness Studies*, 5, 223-239.
 Akiyama, H., Holtzman, J.M. & Britz, W.E. (1986-87) Pet ownership and health status during bereavement. *Omega*, 17, 187-193.
 ヒトと動物の関係学会 (2001) 「第6回学術大会シンポジウム②: ペットに依存する社会」『ヒトと動物の関係学会誌』9・10, 40-63.