

動物との触れ合いと私たちの心と生活

みなさんのなかには、動物が好きで自宅で飼育しているという方や、飼育はしていないけれど動物園や水族館など動物と出会える場所は好きという方は、結構いらっしゃるかもしれませんが。動物と触れ合ったりかかわったりすることは、私たちの心や生活にどのような影響を与えているのでしょうか。この小特集では、動物と私たちとの関係について、4名の研究者の方にご自身の調査や事例などをご紹介します。（深谷優子）

馬との交流が私たちにもたらすもの

帝京科学大学生命環境学部アニマルサイエンス学科教授
滝坂信一（たきさか しんいち）

Profile — 滝坂信一

1978年、東京学芸大学大学院修士課程修了。国立特殊教育総合研究所総括主任研究官、東京農業大学教授を経て現職。専門は臨床心理学、教育方法。主な著書は、『認知症ライフパートナー検定試験 応用検定』（分担執筆、中央法規出版）、『カウンセリング実践ハンドブック』（分担執筆、丸善）など。



2011年3月11日、東北東沿岸部を中心に大地震が起こった。キャンパス内の馬事施設を管理するスタッフたちは、施設を訪れる学生の数が震災直後から目に見えて増えたことに気づいた。彼らは、遠くからぼんやり立ちつくして馬を見遣る、柵に身体を預けて馬場の中にいる馬を見る、そしてその場から去って行くという様子であった。

さて、このできごとから思い出されることがあった。それは、一頭のポニーを21年間飼いつづけている神奈川県相模原市立新宿小学校でのことである。学校の敷地内に設置された防犯カメラの画像を通じてポニーの小屋の周辺を覗いていると、時折、小屋の周囲に設置された柵にもたれ、何をすともなく時間を過ごしている子どもたちの姿があった。また、近隣に住んでいると思われる人々が、立ち止まり、馬の姿を眺めている様子を目にすることもできた。

馬という動物の何が、震災直後の学生、小学生そして近隣に住む人々を惹きつけたのだろうか。そしてこの人たちに何をもたらしたのだろうか。

他の動物とのふれあいがもたらすもの ウェドルら（2009）が行った、3～7歳の幼児50人を対象にウサギを用いた実験結果によると、女兒、兄弟姉妹のいる子そしてペット飼育をしていない子は、男児、兄弟姉妹のいない子そしてペット飼育をしている子に比べ、ウサギへの接近行動が多くみられたという。また、年長の子どもたちはウサギへの接近行動の頻度は低かったが、一旦接近するとそこにいる時間が長かった。そして、全般に社会的な能力の高い子どもたちはウサギに対する関心が高く、子ども同士の相互作用でみられた社会的な様式がウサギとの関係でもみられたという。

また、犬を散歩させている人は同様に犬を連れてくる通りすがり

の人に声をかけて犬について話すことが多く、犬を連れていない場合でも犬を連れてくる通りすがりの人に話しかけることが多いとの結果が、ロジャーズら（1993）による65～75歳の人々を対象に行った研究により報告されている。これによると、犬を連れてくる人の話題が現在か未来にかかわる内容が多かったのに対し、犬を連れてくる人だけで歩いている場合に話す内容は過去に関するものが多かったという。

これらのことから、馬に限らず他の動物とのかかわりによって、私たちの社会性や情動にかかわる何かが引き出されているように思える。

マクニコラスら（1993）によれば、伴侶動物（partner animal）は、人間関係と近いような恩恵をもたらすという。①長期の交流（しばしば人間関係の欠如に置き換わるような）、②愛され必要とされているということを感じる

感覚, ③毎日の決まった仕事への意識化(自分とペットの双方のケア), ④運動や移動の増進。

経験的に考えてみても, これら動物とのふれあいが私たちの生活の質や精神世界に大きく寄与していることは, 疑いのない事実であると感ずる。

動物を介在させた介入 近年, アニマルセラピー, 動物介在療法ということばを見聞きするようになった。関連する書籍もずいぶん出版されている。そして, 「動物によって癒される」という表現を目にする。この領域は, 障害のある人々, 青少年, 高齢者等を主な対象に, 動物を介在させることの人間に及ぼす影響を意図して行われる活動全般を指している。

ともに40年以上にわたって人間と伴侶動物もしくは人の健康に寄与する動物との関係の在り方を扱ってきた非営利組織, 米国のDelta協会(Delta Society)と英国のコンパニオンアニマル研究協会(Society for Companion Animal Studies)の定義を総合すると, 人間の健康や生活の質の向上に動物を介在させる活動は, 生活の質の向上や充実を目的に楽しみや喜びを重視して行われる「動物介在活動」(Animal-Assisted Activities: AAA)と, 人の心身の健康を扱う専門家によって設定された個人目標の達成のために行われる「動物介在療法」(Animal-Assisted Therapy: AAT)に分類できる。さらに近年はこれら全体の上位概念として, 「動物を介在させた介入」(Animal-Assisted Intervention: AAI)という表現も一般化してきている。

治療的乗馬の実践から 馬を用いたAATは特に「治療的乗馬」(Therapeutic Riding)と呼ばれ, ①障害のある人々に対する医療

(理学療法, 作業療法)の一環として行われるもの, ②障害のある子どもの教育の一環として行われるもの, ③心理臨床の一環として行われるもの, ④障害のある人々のスポーツ・レクリエーションとして行われる乗馬, の4分野に分けることができる。

私は, ②と③の観点から実践と研究を行ってきた。この実践を進めるうえで重要なことは, クライアントが自ら馬に関心をもち, 馬との交流に関心を示すことである。私はこれまで, 馬の近くに行くことや触れること, 乗ることを大人たちから強いられるのを最後まで拒否した子どもたちはいたが, 最後まで馬そのものを受け入れなかった子どもにはほんの数人しか出会ったことがない。

馬をパートナーに私が子どもたちに提供しようと考えてきたことは, 「馬とかかわりたい, もっとかかわりたい, またかかわりたい」という内発的な動機を実現する体験を通じて, 相手の気持ちを感じ取る, 心と身体を開く, 他者との関係を形成する, 自らの身体と身体の動きに気づき運動動作の工夫をする, といったことを学ぶ機会である。子どもたちが乗せてもらう馬は感情をもった生き物であり, 食べ, 眠り, そして病気にもなる。実際の活動には, 乗るだけではなく, これら馬の暮らしを知り, 世話をすることも含まれている。

よく, 「なぜ馬なのか? 身近な犬や猫, あるいは牛ではダメなのか?」と尋ねられる。他の動物と馬との大きな違いは, 乗ることができることである。そして牛との違いは, 馬は人が乗ることを前提に長い歴史の中で種が開発された動物であるという点にある。そして「乗る」ということは, 子

もが親に肩車されるのと似て「身体と心を預ける」ことである。私たちは, 身体は預けるが心は預けないということはできず, その逆もまたできない。私たちの心身は一体のものとしてある。クライアントは馬に乗ることを通じて自分の身体と心を相手に対して開くことを体験する。指導者はそれを視野に置き, 馬を導入する。

指導者や子どもと活動をともにする馬の体調が優れなかったり, 強いストレスを抱え込んでいたとする。この状態は子どもとの対応場面において馬の表情や動作となつてすぐに表れるし, 子どもはそこから馬の状態を敏感に感じ取る。このことは子どもに不安や動揺をもたらすことになる。また, 危険をとめない, 場合によっては事故に結びつく。すなわち, この領域で働く馬たちは, 心身ともに健康で安定した状態にある個体であることが原則である。さらに, 人に対して親和性があり人を信頼した応答性のある個体でなければならない。そのような資質をもった個体を選ばれ, 愛されて教育(調教)がなされ, 指導者とともに経験を積み重ねることによって, 馬は実践を行うパートナーとして指導者とともに育つのである。

文 献

- McNicholas, J., Colis, G. M. & Morley, I. E. (1993) Pets and older people in residential care. *Social Care Findings*, 44. Joseph Rowntree Foundation.
- Rogers, J., Hart, L. A. & Bolz, R. P. (1993) The role of the pet dogs in casual conversations of elderly persons. *The Journal of Social Psychology*, 133, 265-277.
- Wedl, M. & Kotrschal, K. (2009) Social and individual components of animal contact in preschool children. *Anthrozoos*, 22, 383-396.