

集団ドッグセラピープログラムの与える効果と影響過程の検討

The Effects and Impact Processes of a Group Dog Therapy Program

八城 薫¹, 島本 洋介², 石川 恭平²

¹ 大妻女子大学人間関係学部, ² (株)WIZ-DOG

Kaoru Yashiro¹, Yousuke Shimamoto, Kyohei Ishikawa²

¹ Faculty of Human Relations, Otsuma Women's University

2-7-1 Karakida, Tama-shi, Tokyo, 206-8540 Japan

² WIZ-DOG Inc.

1-6-17 Denenchofu, Ota-ku, Tokyo 145-0071, Japan

キーワード：ドッグセラピー, 動物介在活動, 心理的效果, 身体的効果, 社会的効果

Key words: Dog-Assisted Activity, Psychological Effects, Social Effects, Physical Effects

抄録

本稿では、高齢者施設や教育現場において集団で実施されるドッグセラピーの与える効果とその影響過程について検討することを目的とした。プログラムを実施するセラピー犬ハンドラー9名を対象に、プログラム実施に関する自由記述データを収集した。得られたデータを分類・整理し、岩本・福井(2001)の影響過程モデルを用いて集団ドッグセラピーにおける影響過程の理論的位置づけを行った。その結果、ハンドラーはプログラムの【一次的效果】として『感情の喚起』『活動増加』が、【二次的效果】として『他者との関係促進』『自信』『規則的な生活』『意欲向上』が望ましい効果として意識され、実施していることが示唆された。またそれらの効果を促進するために、ハンドラーは特に『相互作用促進のためのベースづくり』と、セラピー犬への愛着形成や、参加者・セラピー犬・ハンドラー三者の相互信頼関係の構築という『関係形成』の促進に注力して実施していることが明らかとなった。

1. 問題と目的

ドッグセラピーとは、犬を介して人々の心身の健康を向上させる活動や療法の総称であり、ストレスの軽減、命の大切さや共感力、責任感、自立性の育成といった教育的な支援から、社会的なつながりの促進、リハビリテーションの支援など、近年、医療・福祉・教育のさまざまな現場でその活用が注目されている(人と動物の関係学研究チーム, 2020; 大塚, 2023; 柴内・大塚, 2010)。ドッグセラピーは、日本で一般的にアニマルセラピーと呼ばれるものの一つであり、正しくは「動物介在介入」(Animal-Assisted Intervention: AAI)と呼ばれるものであり、大きく分けて三つの種類

がある。一つ目は、「動物介在療法 (Animal-Assisted Therapy: AAT)」であり、これは医療や心理療法の一環として、専門家(医師, 心理士, 作業療法士など)が計画的に実施するものである。例えば、精神疾患の治療補助やリハビリの動機づけ、認知症の進行抑制などの目的で活用されている。二つ目は、「動物介在活動 (Animal-Assisted Activities: AAA)」であり、施設訪問やイベントなどで行われる、交流を目的とした活動である。介護施設や病院での訪問活動、学校での情緒支援プログラムなどがその例である。三つ目は、「動物介在教育 (Animal-Assisted Education: AAE)」であり、これは教育現場で動物を活用し、学習支

援や社会性の発達を促進する活動を指す。例えば、読書支援プログラム（リーディング・ドッグ）では、子どもが犬に向かって本を読むことで、学習意欲が高まり、読書への自信が育まれる。また、特別支援教育において、動物との関わりがコミュニケーション能力の向上や情緒の安定につながることも報告されている。

このようにアニマルセラピーは、誰が誰を対象とし、どのような目的で行うかによって、実施内容も効果も異なる。本稿で扱う集団ドッグセラピーは、訓練を受けたセラピー犬とハンドラー（セラピー犬をハンドリングする飼い主）が高齢者施設や教育現場において集団に対して犬とのふれあい体験を実施するものであり、「動物介在活動（Animal-Assisted Activities: AAA）」や「動物介在教育（Animal-Assisted Education: AAE）」に位置づけられるプログラムを対象とした研究である。

集団ドッグセラピーでは、癒しや喜び、意欲の向上といった心理的効果、緊張の緩和や身体活動の促進といった生理的・身体的効果、さらには他者との関係促進、共感力、責任感、自立性といっ

た社会的効果が相互に作用しながら生じることが期待される。しかし、これらの効果はプログラムの実施過程において、具体的にどのようなプロセスを経て促進されるのかについては、十分に解明されていない。そこで本研究では、この影響過程を明らかにするための手がかりとして、岩本・福井（2001）が提唱した動物による心身の健康への影響過程モデル（図1）を基盤とし、集団ドッグセラピープログラムにおける影響メカニズムを検討する。

岩本・福井（2001）のモデル（図1）は、それまでに多種多様に行われてきた動物が人の心身に与える影響に関する研究知見を影響過程モデルとしてまとめている。このモデルによれば、人への影響は、一次的効果と二次的効果という二段階になっており、その効果のプロセスが進むためには、まず前提として、人の行動特性である新奇刺激への注意（見たい、聞きたい、触れたい）と、動物側の特性としての接触欲求や忠実さ、無条件の愛や受容的態度、という2者のもつ特性が相互作用を起こすことが条件となる。これら2者の相

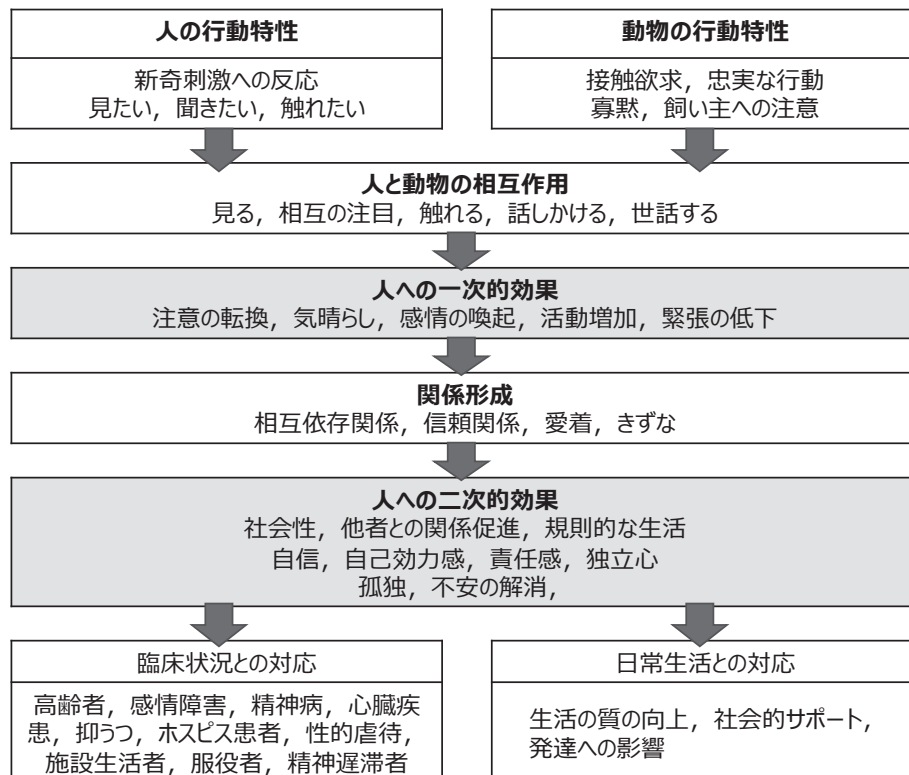


図1. 動物による心身の健康への影響過程モデル（岩本・福井，2001をもとに作成）

相互作用によって生じるのが、注意の転換や気晴らし、感情の喚起といった認知・感情への効果と、活動の増加や緊張の低下といった身体への効果としている。そして一次的効果を経てお互いの関係形成（信頼関係、愛着、きずな）がなされることによって得られるのが、他者との関係促進や自信、自己効力感といった二次的効果となっている。

上述の通り、本研究の対象となる集団ドッグセラピーにおいて期待される効果も、まさにモデルにある一次的効果と二次的効果といえよう。そして、それらの効果を高めるための意図的な働きかけやプログラム作りが必要となる。

そこで次に本稿の分析対象となる集団ドッグセラピーの基本プログラムについて紹介する。プログラムは60分が基本で、概ね表1のような構成で行われる。

表1. 集団ドッグセラピーの基本プログラム

プログラム内容	時間
1. はじめのあいさつ、ふれあい	10分
2. (セラピー犬の) 名札付け	5分
3. (セラピー犬と) キャッチボール	10分
4. (セラピー犬に) おやつあげ(ゲーム形式)	10分
5. ドッグダンス披露	5分
6. (セラピー犬に) ミルクあげ	10分
7. ふれあい、終わりのあいさつ	10分

プログラムの構成内容を見ると、前半のプログラムは相互作用を促進する内容、後半におやつやミルクあげといった積極的に世話をするような関係形成のプログラムとなっており、岩本・福井(2001)の影響過程モデルにおける一次的効果、二次的効果の流れに沿うようなプログラム内容になっていることがわかる。

本研究では、実際に実施されている集団ドッグセラピーにおいて、セラピー犬のハンドラーが一次的効果および二次的効果をどの程度意識し、意図的に取り入れているのか、また、それらの効果を高めるためにどのような点に注力しているのかを整理する。その上で、岩本・福井(2001)の影響過程モデルを参照しつつ、ドッグセラピープログラムにおける影響の構造や特徴について検討したい。

2. 方法

2.1. 調査対象者

集団ドッグセラピーを提供するハンドラー9名を対象（女性8名、男性1名）とした。ハンドラーの経験年数は、訓練中の方から10年目までの範囲であった。

2.2. データ収集の方法

2024年12月21日（土）にセラピー犬ハンドラーのためのワークショップを開催した。参加者には、ワークショップの概要として「本日は、日ごろ実施しているプログラムについて振り返るグループワークを行います。グループワークを通して、プログラムの中で意識していること、生じる現象や変化について、心理的側面、行動的側面から深掘りし、プログラムの効果を整理し明確化していきます。プログラムのねらいや価値、効果を明確にすることで、より具体的なプログラム名や独自のプログラム名を付けるなど、自身のプログラムをアピールができるようにすることを目指します。」と説明した。

イントロダクション：講師挨拶、グループワークのためのグループ分け（3名1組）とアイスブレイク（10分）を行った後、参加者各自が以下に示す質問について、できるだけたくさん思いつくままに自由に記述するよう求めた。

【質問内容】

ドッグセラピープログラム全体（開始前、実施中、終了後）において、あなたご自身が「特に注意していることは何ですか?」「意識している工夫は何ですか?」「重要視するポイントは何ですか?」「印象に残っている成果や変化は、誰の、どのようなものでしたか?」「今までの活動の中で『うまくいった』と感じる瞬間はどのようなものですか?」「プログラムが成功したと思える基準は何ですか?」

回答時間は20分程度であった。ワークショップでは、これらの回答内容を1枚ずつの付箋に書き、グループごとにディスカッションを行いながら、内容の整理と分析を行い、最後にグループ発表を行った。本稿では、これらの記述内容を分析対象データとした。

3. 結果と考察

ドッグセラピープログラム実施過程（開始前、実施中、終了後）において、ハンドラーが「特に注意していること」「意識している工夫」「重要視するポイント」「印象に残っている成果や（参加者の）変化」「活動における成功体験」「プログラム成功の基準」について思いつく限りを回答した自由記述データ 111 件を分析データとして使用した。

得られたデータの集計結果を表 2 に示した。集計の手順として、まず意味内容の類似した回答を

グルーピングし、そのグループに第 1 段階のカテゴリ名を命名した。さらに第 1 段階のカテゴリについても同様に意味内容の類似性からグルーピングと命名を行った（第 2 段階）。件数は、各カテゴリ内の回答件数を示している。

その結果、まずハンドラーから得られた回答内容として最も多かったのが「ハンドラーとしての気配り」に関する内容であり、“参加者をよく観察する”や全体で笑いが生まれたり盛り上がりといった“会場の一体感”，“分かりやすく伝える”“笑顔で接する”といったグループ活動なら

表 2. セラピー犬ハンドラーの回答内容と影響過程モデルとの対応 (N=111)

影響過程モデルとの対応	ねらいと効果	件数	回答内容		件数
			カテゴリ (2段階)	カテゴリ (1段階)	
人と動物の相互作用	相互作用促進のためのベースづくり	35	ハンドラーとしての気配り	参加者をよく観察する	11
				会場の一体感	6
				分かりやすく伝える	5
				笑顔で接する	4
				落ち着いてハンドリング	3
				犬のハンドリング	3
				触れる	2
				時間配分	1
	動物福祉への配慮	10	セラピー犬の視点取得	参加者の犬に対する接し方	3
				セラピー犬が喜び、楽しむ	3
セラピー犬からの積極的行動				3	
犬が主役（ハンドラーが前に出すぎないように）				1	
一次的効果	感情の喚起	13	感情の喚起	笑顔	5
				喜び	3
				感情の変化	2
				高揚感	1
				満足感	1
	感情表出	1			
	活動増加	9	参加者の積極的参加（自発的行動）	9	
関係形成		22	セラピー犬への愛着形成	慈愛と共感の出現	5
				犬への愛情表現	3
			人-人、人-犬の信頼関係形成	参加者個人への声かけ；孤立させない	9
				積極的肯定的反応	3
				寄り添いと包み込む受容	2
二次的効果	他者との関係促進	13		積極的発話（自己開示）	8
				プログラムへの期待感	5
	自信	4	出来るという実感、賞賛	4	
	規則的な生活	3	季節感（自然、環境への意識向け）	3	
	意欲向上	7	意欲（動機づけ）	2	

ではの気配りに注力していることが明らかとなった。そしてこれらは、岩本・福井（2001）の影響過程モデルの中の、【人と動物の相互作用】を促進させるために重要な働きをするものであり、プログラムにおける『相互作用促進のためのベースづくり』という役割を果たしていると考えられる。同時に参加者とセラピー犬の相互作用を促進させるにあたっては、セラピー犬にストレスがかからないようにするための“参加者の犬に対する接し方”への配慮や、セラピー犬自身が積極的にかかわろうと動き、喜び、楽しんで活動できるようにするなどのセラピー犬の視点も大事に行われていることが明らかとなった。『動物福祉への配慮』を十分に考えながら相互作用を促進しようとするハンドラーの姿勢がうかがえる。

そしてハンドラーが好ましい反応として捉えて回答していたのが、参加者の笑顔や喜び、感情の変化や感情表出、高揚感、満足感といった「感情の喚起」と、参加者が自発的に発話したり行動を起こす「参加者の積極的参加」であった。これらは、影響過程モデルにおける【一次的効果】と位置づけることができる。

「ハンドラーとしての気配り」の次に回答の多かったのが、“同じ命と思えること”“セラピー犬の毛をポシットに入れて嬉しそうに持ちかえてくれた”“犬が苦手な子供たちが終わるころに大好き！と言ってくれたこと”といった慈愛の念やセラピー犬への愛情表現などのエピソードであり、これらは「セラピー犬への愛着形成」が生じたと考えられる。またハンドラーから参加者一人一人への言葉かけやセラピー犬の寄り添いや受容的態度、それに応じて発せられる参加者からの発言や意欲的行動などの積極的肯定的反応は、「人一人、人一人の信頼関係形成」が形成されている過程ととらえることができた。以上のことから、これらは影響過程モデルにおける【関係形成】のプロセスと位置づけることができるだろう。

この【関係形成】過程を経て生じる【二次的効果】として捉えられるのが、参加者が自身の経験を話し始める“積極的発話（自己開示）”“（次の）プログラムへの期待感”といった『他者との関係促進』、プログラムの中で感じたり獲得する“出来るという実感、賞賛”によって生まれる『自信』、ハンドラーがプログラムの中で取り入れる“季節感（自然、環境への意識向け）”によって生

まれる『規則的な生活』の感覚、さらに参加前にはなかった意欲が出るような『意欲向上』の、4つの効果であった。

1回のセラピープログラムの中で、ハンドラーは【人と動物の相互作用】と【関係形成】の促進を意識し工夫を凝らしながら、表2に挙げられたような【一次的効果】【二次的効果】の獲得を目指していることが整理・確認された。

4. まとめと今後の展望

本稿では、集団ドッグセラピープログラムに着目し、ハンドラーの視点からその効果とメカニズムについて、岩本・福井（2001）の影響過程モデルを用いて整理し、解釈を行った。以下には、本稿で明らかになったことと、その意義についてまとめる。

(1) 効果の位置づけと順序性

ハンドラーは、ドッグセラピーの効果について、癒しや喜び、意欲の向上といった心理的効果、緊張の緩和や身体活動の促進といった生理的・身体的効果、さらには他者との関係促進、共感性、責任感、自立性といった社会的効果があることをねらった上で実施していた。しかし、これらの効果はプログラムの実施過程において、具体的にどのようなプロセスを経て促進されるのかについては、それほど意識せずに行っていた可能性がある。今回の検証で、それぞれの効果が【一次的効果】【二次的効果】として位置づけられたことにより、【一次的効果】から【二次的効果】へつなげるという順序性を確認することができた。ハンドラーはまず意識的に【一次的効果】をねらい、そこから関係形成を促進して【二次的効果】を目指すというビジョンを明確に持ちながらプログラムを進めることができるのではないだろうか。また開催回数や人数等によって【一次的効果】重視にするのか、【二次的効果】重視で進めるかなどを明確にすることで、ハンドラー自身が成果を評価しやすくなるだろう。

(2) 因果関係の明確化

ハンドラーからの自由記述の中で、最も多かった内容がプログラムを進める「ハンドラーとしての気配り」に関するものであり、ハンドラーの気配りは、多岐にわたるものであった。参加者個々をよく観察し個々に合わせた対応していくという視点取得と対応スキル、分かりやすく伝えるという情

報発信スキル、笑顔で接するという感情統制スキル、会場に一体感を持たせるといったリーダーシップ行動、時間内にプログラムを終える時間管理スキル、さらにはセラピー犬が主役となり、犬自身も楽しく積極的に行動してくれる場づくりなどが挙げられた。これらはセラピー犬の効果を高める上での影響過程の土台となるものであり、スタートとなる重要な部分、すなわち【人と動物の相互作用】であることを明確にした。ハンドラー自身もおそらくその重要性和難しさを意識しているからその今回の結果ではあるが、自身が気を配っていることがどのように効果につながっているのかを明確にすることは、効力感という形でハンドラーにフィードバックされるのではないだろうか。

今回、影響過程モデルを用いてプログラムを検証し、プログラム内での取り組みと効果の因果関係を整理することができた。今回の結果を用いてさらにドッグセラピープログラムの効果測定、つまり評価項目を作成していくことができるだろう。あるいは、プログラムの到達目標やトレーニング進捗項目といったルーブリック作成にも援用できるかもしれない。

謝辞

本研究にあたり、ワークショップに参加し、データをご提供くださった（株）WIZ-DOGのドッグセラピストの皆様へ心より感謝申し上げます。

引用文献

- 人と動物の関係学研究チーム（2020）. ペットがもたらす健康効果. 社会保険出版社.
- 岩本隆茂・福井至（2001）. アニマルセラピーの理論と実際. 培風館.
- 大塚敦子（2023）. 動物がくれる力 教育、福祉、そして人生. 岩波新書.
- 柴内裕子・大塚敦子（2010）. 子どもの共感性を育む—動物との絆をめぐる実践教育. 岩波ブックレット.