

公認心理師・臨床心理士の視点から考える獣医療

矢野 淳[†] (次郎丸動物病院)



はじめに

2009年本誌に「臨床心理学と獣医学」の意見を投稿させていただき、小動物臨床をしている筆者の診療の出来事での困りごとと、ナラティブ・ベイスド・メディスン：物語と対話に基づく医療について論じさせていただいた [1]。

表題にもあるとおり、現在、筆者は公認心理師（国家資格）と臨床心理士の有資格者となったが、これは獣医療におけるコミュニケーション技術のなさから生じている私の劣等感の裏返しであり、いまだに私のしていること、対話の方法が正解なのか自信を持っているわけではない。自分なりに仕事上の困りごとをなんとか理解し解決しようとする努力をしてきた軌跡であるだけで、動物や飼い主さんに対してうまくいったときもあれば、相変わらずやらかしてしまっている自分をいまだに発見する。そんな“心理な獣医さん”なので参考になるかわからないが、いまだに困っている問題をあれからどのように考えるにいたっているかを中心に述べさせていただく。

解決できない困りごと

私たちの仕事は動物の病気を治療し、なるべく健康な状態に戻すことだ。加えて、動物が病気にならないようにするため、飼い主さんに動物の病気を予防するための情報を提供することだ。

そんな動物病院にやってくる動物の中には不適切飼育、特に食べ物が不適切で病気になり来院する動物が多く存在する。治療することと共に、飼い方で病気になってしまった動物がさらに悪くならないように、たとえば「これはアレルギーだから」とか「太り過ぎだから」とか「消化の悪いものを食べたから」とか「放し飼いにしたから」などと病気の原因や理由を伝えようと、だから「食べ物に注意しましょう」「このフードを与えてください」「飼い方を改めましょう」と飼い主に伝える。

ここからが困りごとの本質だが、飼い主さんの一部、

それもかなりの数で、説明を理解しているのに病気を引き起こす飼い方を変えない人がいる。むしろ病気になる飼い方を自分の意思で選んで行っているのではないかと疑ってしまう方もいる。それでも理解してもらおうと一生懸命説得するが、すればするほどうまくいかない。場合によっては治療関係が崩壊してしまう。私のお決まりの失敗パターンである。本稿シリーズで投稿されている先生たちが、公衆衛生・大動物・小動物臨床問わず、私と同じように動物のオーナーを説得しようとして失敗した経験を語られているので、獣医師全般に共通するコミュニケーション上の問題なのかもしれない。

この連載シリーズですでに述べられているように、これは、端的にいってしまえば、飼い主さんと獣医師（獣医療従事者）ではみえている世界が違うのだというのが問題の本質である。そして私たち獣医師が適切なサービスを提供するためには、その事実を理解して「飼い主さんがみている世界」について、「飼い主さんがそのようにみえるのは当たり前なのだ」と、全てを肯定することが必要である。そして、そのスタンスからの対話を基礎において、診察を行うことが大切だというのが結論だと考えている。この理由がなぜなのか、まず「人がどうして犬猫を飼うのか」を手始めに述べようと思う。

人はどうして犬猫を飼うのか

有史以来、人に役立つ存在として番犬や鼠取りとして飼われていた犬猫たちは、現在では、室内でも飼われるようになり、家族や癒しの対象として飼育されている。しかし、実は元々「役に立つ」という以上の理由で、人は犬猫を野生動物から馴化し家畜化したと、近年考えられるにいたっている。それは、イスラエル北部にある約12,000年前のアインマラッハ遺跡で子犬を愛おしそうに抱く老婆が手厚く埋葬されていた遺構が見つかったことに端を発している [2]。この遺跡の発見から有史前から人は犬を愛着感情を抱く対象として飼育していたことが明らかとなった。

人は他種生物に興味があり、愛情に近い愛着感情を抱

[†] 連絡責任者：矢野 淳 (次郎丸動物病院)

〒814-0165 福岡市早良区次郎丸4-9-42 ☎092-866-0010 E-mail: bokunenjin_ay@icloud.com

く本能とも呼べる能力を持つ。この本能はバイオフィリアと呼ばれる [3]。バイオフィリアが昔から人がさまざまな動物を飼育する動機になってきたのだろう。4万年ほど前に人類と地球上に共存していたネアンデルタール人は、犬に対してこのようなバイオフィリアを持ち得なかったと考えられている [4]。バイオフィリアを持つホモサピエンスが犬を馴化できたことで、さまざまな危機や競争に打ち勝ち、旧人類を地球上から絶滅に追いやっただとする仮説もある [4, 5]。近年の研究でさらにこの犬をはじめとするペットへの愛着感情には、脳内の神経伝達物質であるオキシトシンが関与していることが明らかになってきた [6, 7]。

ペットへの愛着の正体

幸せホルモンと呼ばれるオキシトシンは、脳視床下部で合成され下垂体後葉から分泌される。報酬系のドーパミンとの相互作用により、授乳時や仲間との親密な関係を感じる場面で人に幸福を感じさせる働きがあるそうだ [8-11]。また、人間の抱く母性的感情や行動が生じる源になっていると考えられている [11]。出産後数カ月、人は育児への没頭感と母子一体感（母親と子どもの心理的境界が不明瞭で同一化してしまう感じ）のある独特な感覚がある期間を経験し、ウィニコット [12] はそれを“母親の原始的没頭”と呼んだが、この現象もオキシトシンやドーパミンの相互作用が作り上げる可能性がある [9, 11]。そして近年、母子関係や人間との愛着形成の初期の時期に重要な働きをするオキシトシンが、犬との生活の中で人と犬の脳に分泌されることがわかってきた [6]。つまり人は母性に似た愛着感情を犬猫などのペットに対して抱くことが脳科学的にわかってきたといえる。脳科学的に母性と同様な愛着感情を動物に抱くなら、母が子に抱く感情と同様に、自分のペットを保護したいと突き動かされ、その感情に没入し、動物と同一化し、幸福感を得、自分たちの分前を与えたいと人が願うことは至極当然のことだろう。ダメとわかっていても動物が喜ぶ不適切な給餌をしてしまう理由かもしれない。

利己的母性について

現在の人類が行っている犬猫の飼い方の習慣は、文化的な側面の影響を受けながらではあるが、世界的に考えてもこの母性的な愛着感情から大きく影響を受けていると考えられる。母性的な愛着感情イコール平和的で豊かな感情、と考えがちだが、母性が関係するような愛着感情にはよい側面と悪い側面があることが心理学的に知られている [13-15]。よい側面は、他者を保護し社会生活や信頼関係を円滑にし、幸福感情を産むことだ。人生を豊かにする。主に「愛着対象のため」とする愛他的な考え方を背景としている。悪い面は、自分と他者の境

界が曖昧になり、善意で他者を侵害することだ。主に無意識的に自身の「不安を解消」することを目的とした利己的な考え方を背景にしている。たとえば、毒親と呼ばれる人たち。母性のあまり、よかれと思って子どもの人格に立ち入りすぎ、子どもの心理的成長を破壊する。これは、子どもと自分（親）の心理的境界が曖昧なために生じてくる悲劇だ。このように母性的な愛着には、生み育む一般的母性ともいえるよい面と、他者を同一化して侵害する利己的母性ともいえる悪い面が存在する [16, 17]。

筆者の研究で恐縮だが、動物へ過度に執着するような愛着スタイルは動物の不適切飼育に関与している可能性があることがわかった [18]。そしてこの動物へ執着的愛着を示す傾向には、利己的母性が関係しているのかもしれない。「動物が喜ぶならなんでも与えてしまう」「ドックフードを食べないから心配で不適切な食べ物を与えてしまう」「ドックフードは味気なく思えてしまい与えられない」といった不適切給餌の行動は、動物の健康実現を目指す目線ではなく、自分の不安の解消を目的とした行動と考えられるからである。そして、この給餌行動は脅迫的で強いことを臨床現場で経験することが多く、母親の原始的没頭傾向の影響を受けているのかもしれない。もしそうであれば、不適切給餌で安心感を享受できるために、他者から間違っている行動と指摘されても、簡単に行動変容をすることができない傾向があることと辻褄が合う。

利己的母性は程度の差こそあれ、全ての人間に存在する心理的傾向であると考えられる [13]。そしてこの心理的傾向の強弱が形作られるのは、本能的な性質の影響のみならず、生物学的気質個体差からくる認知傾向、生育歴から形成された認知傾向、年齢・性別・生活スタイル・経済事情・文化など現在置かれた社会的状況などが影響していると臨床心理学的・精神医学的には考察される [14-17, 19]。つまり、全ての飼い主さんが利己的母性の傾向を持ち、程度の違いが生まれるのは各個人の認知傾向とその人が現在置かれた環境や状況による違いであると考えられる。だから、この利己的母性に駆り立てられペットと同一化し、軽い気持ちで不適切給餌をする飼い主さんが一定程度存在することは人である以上当然だと推察される。そして、飼い主さん自身の責任ではない認知傾向や生き立ち、社会的状況の影響から、動物への執着的愛着が生じる背景が存在していることも類推される。

このような複雑な要因が絡み合っ、飼い主さんは私たち獣医療従事者の前に存在している。しかも原始的没頭の愛着対象である動物が病気になった心配をいっぱい抱えて。つまり、私たち獣医師は動物の診療や予防行為をしているだけでなく、連れてこられた動物を通して飼い主さんの人生と遭遇しているといってもよいのかもしれない。だからこそ、獣医師は不適切飼育を続ける具

体的理由を知ることができなくとも、さまざまな要因が絡み合った背景の存在を鑑み、飼い主さんの心情を汲み取って肯定し、対話する必要があるのだと思う。

カール・ロジャースの傾聴の3つの原則

利己的母性に駆り立てられて不適切飼育をしてペットを病気にしてしまう飼い主さんに獣医療従事者はどのように対処すればよいのだろうか。

結論をいってしまうと「人間の本能が関与し、飼い主さんの関与しないならかの事情で行っている不適切飼育なのだから、飼い主さんの行動や感じ方は飼い主さんの世界からすれば至極真っ当、当たり前なことだ」と肯定し、飼い主さんの話を聞き、獣医師としての視点を話しながら治療方法を協働して決定していくことである、と筆者は考えている。

大前提として人がどのように生きようが、それはその人の自由だ。すなわち、問題がある行動をする人でも、考え方が偏っていると思う人に対しても、その人の考え方や行動を無理やり変えようとする権限は私たちにないし、仮にそのようなことをして上辺ではなんとか説得できたようにみえたとしてもうまくいかない。なぜなら人の考え方や行動が変わるのは、その人が自律的、主体的に変わろうと思ったときだけだからだ [20]。私たちはその人の頭の中を操作することはできない。特に、われわれ獣医師ができることは、ペットの病気を治療することであり、ペットが病気になるない飼い方の情報を提供することである。もしそれらに加えてできることがあるとすれば、その人の行動が変容しやすいように、その人を取り巻く環境を調整することである。この立ち位置は、筆者自身、自分に言い聞かせていることでもある。

動物の病気の治療をし、私たちが提供する飼い方の情報を飼い主さんに受け止めてもらう可能性を高める環境調整の基本原則は、私たち獣医療従事者が飼い主さんの味方であると認識してもらうことだと考えている。そのために診療のときに力を発揮する獣医療従事者のありようは、古典的ではあるが、次に示すカール・ロジャースが提唱した傾聴の3つの原則を持って治療者としてコミュニケーションを取るのだと考えている [21]。

傾聴の3つの原則①：

無条件の肯定的配慮 —相手の話を聴く「相槌」

相手の話を聴くということは、相手がみている世界を認めているということだ。治療者側で疑問を持つことでもとりあえず相槌を打ちながら相手に話してもらう。話すということは、主体的な行為であり、その人が自分で考えて行っている。そしてその話を聴くことは、その人を肯定することになる。人は、安全で認めてもらえる環境でないと、自分の能力を最大限発揮することができない。

傾聴の3つの原則②：

共感的理解 —相手の話すことを言い換えて伝えて、「それに困っているんですね」

飼い主さんの語りを少し言い換えて伝え返す。その内容に飼い主さんの発する言葉とその言葉の裏にある感情を理解しているという表現を付け加えて伝える。たとえば、治療現場では飼い主さんはなにかのトラブルを抱えて病院に来ているので、飼い主さんの語りの内容を伝え返す言葉に「それに困っているんですね」「そのことが心配なんですね」「それがよくなるといいと思っているんですね」などと付け加える。このように治療者が振る舞うと、飼い主さんは自分自身がなかに困り、どういふふうになればよいかを理解することが容易になる。ときに理解というレベルを超えて実体験として認識できる可能性がある。目の前で自分をみているように、自分の現在の状態を知ることができる。客観的に自分を把握することができ、利己的母性から離れた判断をできる状況を作り出せると考えられる。

傾聴の3つの原則③：

自己一致 —治療者が「なりたい自分」と「今ある自分の姿」を一致させる

獣医療従事者としての心のありようを、他の人からみても矛盾のない状態とすること（このことを自己一致という）で、治療者は飼い主さんに信頼感と安心感を与えることができる。傾聴の3原則の中で、抽象的であり身につけることが最も難しいかもしれない。飼い主さんは治療者が穏やかな態度で言動一致していることをみている。そのありようが納得のいくものであれば、飼い主さんが安心し、治療者は信頼されるので、治療者の話が伝わりやすくなる。筆者の困りごとについてなぜ困るかという、飼い主さんが不適切飼育を行うということに、筆者が自己一致できていないからということができる。自己一致するためには、筆者は獣医師としてまずいと思っている飼い主さんの行動をまずくないというスタンスから捉え直さないといけない。しかし、対応方法についてわかってはいても、いざ現場で行うとなると、コンディションの悪いときは、どうしても自分の価値観を押し付ける自分が顔を出し、飼い主さんを否定したり怒ったりしてしまうことになる。おそらく動物や飼い主さんの語りの中から相手を感じていることをありのまま理解しようとする謙虚さや、筆者に湧き起こる感情を認めながらも相手に理解できる形で表現できる透明性を、質の高い状態で提供できる技量を保持していないためである。このことを克服するためには、飼い主さんの心情について筆者の理解が深まる質問を、飼い主さんが承服できる言葉で穏やかに尋ねて対話してゆく必要があるだろう。そのようなスキルを身につけ、人の役に立つ獣医師

になれるべく、いまだに反省を続ける日々である。

傾聴の3原則が育むもの

傾聴の3原則を診療中に実現できるようになると、飼い主さんの不適切な飼育行動に対して、「飼い主さんがそう感じ、そう行動することは当たり前のことである」と治療者が飼い主さんを肯定的に捉えることができるようになるだろう。飼い主さんの理解できる表現方法で不適切飼育について伝え、治療者は飼い主さんの味方として振る舞うことができるようになる。飼い主さんは自律性を発揮し、治療に対して主体的になることを促せるだろう。そして、そんな治療者自身を自分で認めることができ、仕事へのモチベーションを上げることができるだろう。イメージするのはイソップ寓話、「北風と太陽」である。獣医学の理屈やエビデンスをいくら明確明瞭に示すことができても、その人の行動や感情を肯定的に認める姿勢を示さないと、旅人が自分から上着を脱ぐように飼い主さんに主体的に治療に参加してもらうことはできないのではないかなと思う。

おわりに

獣医療において、治療の決定権は治療主体でない飼い主さんに存在するので、飼い主さんという人間にアプローチする方法が必要だ。小動物病院では程度の違いこそあれ飼い主さんは利己的母性に駆り立てられて診察室に現れている。そしてこの利己的母性は、全ての人間に普遍的に存在する傾向であり、飼い主さん自身の生育歴や認知の傾向によって色づけられ、動物の治療の際の葛藤にさまざまな色合いで関与してくる。私たち獣医療従事者は、この認識を持つことで、診察室で飼い主さんや動物の事情に応じたカスタムメイドなサービスを提供する能力を養うことができるように思う。動物はいずれ必ず死ぬ。そして大抵の場合飼い主さんがその悲しみや辛さを受け止めなければならない。このときの飼い主さんの悲哀は、象徴的な意味でも、身体的・心理的な意味でもわが子を早逝したときと同等な体験になるだろう。そして人間はそのような悲哀を受け入れざるを得ない瞬間もある。これを飼い主さんが自分の中で昇華してゆくには、第3者の力が必要だ。その人が悲哀を感じ混乱の中にあることを当然のことと理解し、その人として温かく認め、望むときに手を差し伸べてくれる第3者の力が必要なのだ。私の知っている尊敬できる獣医療従事者は質の高いそのような第3者になっている。動物を治療することにとどまらず、動物の周りに存在する人間の幸福の実現を志している。このように考えると私たち獣医師の仕事の本質は動物を治療することではなく、動物やその周りにいる人間の困りごとや葛藤や心配事の交通整理をし、かかわっている方々と協働して、私たちが今後進ん

でゆく道を決定するお手伝いをする事なのではないかなと思う。そのようなことができる獣医師が世間から求められているし、私もそのような獣医師になれるよう今後も精進したいと思う。

参考文献

- [1] 矢野 淳：臨床心理学と獣医学，日獣会誌，62，776-778 (2009)
- [2] Simon JMD, Francois RV : Evidence for domestication of the dog 12,000 years ago in the Natufian of Israel, *Nature*, 276, 608-610 (1978)
- [3] エドワード・O・ウィルソン：バイオフィリア人間と生物の絆，狩野秀之訳，筑摩書房，東京 (2008)
- [4] ユヴェルノアハラリ：狩猟採集民の豊かな暮らし，サピエンス全史 (上) —文明の構造と人類の幸福，柴田裕之訳，65-75，河出書房新社，東京 (2016)
- [5] バット・シップマン：イヌを相棒にする，ヒトとイヌがネアンデルタール人を絶滅させた，河合信和監訳，189-217，原書房，東京 (2015)
- [6] Nagasawa M, Mitsui S, En S, Ohtani N, Ohta M, Sakuma Y, Onaka T, Mogi K, Kikusui T : Oxytocin-gaze positive loop and the coevolution of human-dog bonds, *Science*, 348, 333-336 (2015)
- [7] ヘンリ・ジュリアス，アンドレア・ビーツ，カート・コートショー，デニス・ターナー，カースティン・ウヴェネースモーベリー：ペットへの愛着 人と動物のかかわりのメカニズムと動物介在介入，太田光明，大谷伸代監訳，緑書房，東京 (2015)
- [8] Unäs-Moberg K : The function of oxytocin in early development and potential implications of oxytocin deficiency for attachment and early developmental disturbances, In K.-H. Brisch (Ed.), *Bindung und frühe Störungen der Entwicklung*, Klett Cotta Unäs-Moberg, K. Ahlenius, S. Hillegaard, V. & Abter, 13-34, Stuttgart, Germany (2011)
- [9] Baskerville TA, Douglas AJ : Dopamine and oxytocin interactions underlying behaviors : potential contributions to behavioral disorders, *CNS Neurosci Ther*, 16, 92-123 (2010)
- [10] Takahashi T : Physiology of love : Role of Oxytocin in Human Relationship, Stress Response and Health, Nova Science Publishers Inc., New York (2013)
- [11] 則内まどか，菊池吉見：マターナル・ブレイン—その適応的メカニズム，日本生理人類学会誌，21，4，135-140 (2016)
- [12] Winnicott DW : Primary maternal preoccupation, In *Through pediatrics to psychoanalysis*, Basic Books, New York (1956)
- [13] エリッヒ・ノイマン：グレート・マザー 無意識の女性像の現象学，福島 章，町沢静夫，大平 健，渡辺寛美，矢野昌史訳，ナツメ社，東京 (1982)
- [14] 岡田尊司：母という病，ポプラ社，東京 (2012)
- [15] 西尾和美：機能不全家族—「親」になりきれない親たち，講談社，東京 (2005)
- [16] 水島広子：「毒親」の正体 精神科医の診察室から，新潮社，東京 (2018)

- [17] 信田さよ子：共依存をめぐるスペクトラムケアから支配まで一，アディクションと家族，32，117-121（2017）
- [18] 矢野 淳，勝毛智子，大島奈々：ペットへの愛着がペットの給餌傾向，ボディ・コンディション・スコア，疾病と予防行動に及ぼす影響，日獣会誌，71，361-367（2018）
- [19] 尾崎紀夫，三村 将，水野雅文，村井俊哉編集：標準精神医学 第7版，医学書院，東京（2018）
- [20] イアン・スチュアート，ヴァン・ジョインズ：TA TODAY—最新・交流分析入門，深沢道子監訳，実務教育出版，東京（1991）
- [21] カール・R・ロジャーズ：クライアント中心療法（ロジャーズ主要著作集2），保坂 亨，諸富祥彦，末武康弘共訳，岩崎学術出版社，東京（2005）