



ペット依存

吉田 千史 Yoshida Chifumi

獣医師。グリーフ(悲嘆)カウンセラー。動物を亡くした人々のケアに携わる。日本ペトロス協会代表理事。



今や家族の一員ともなっているペットですが、飼い主にとってとても大きな存在となることも。ここでは、この飼い主の心の問題に注目し、ペット依存とペトロスについて解説します。

不景気にもかかわらず、ここ数年飼育ペット数はほぼ横ばいを維持しており、わが国は確実にペット大国への道を歩み始めています。このような状況下、わが国ではペットの室内飼育が急速な勢いで増加し、それに伴いペットが“うちの子”になり、家族の一員として人間と同等に扱うような風潮がみられます。そのためにペットとのさまざまな問題が浮上してきました。

自己の一部となっていくペット

人間は、ペットを自己愛的な同一化の対象にしようとしています。つまり、飼い主はペットと一体感を得ようとするのです。飼い主は、ペットへの愛着が深まるにつれて、ペットを自己の一部とみなすようになり、ペットとの境界があいまいになっていきます。そうすると、ペットに起こることすべてがわが事のようになり、ペットの喜びは飼い主自身の喜びであり、ペットの苦しみは飼い主自身の苦しみとなります。ペットは飼い主のメンタリティーをこのように変容させていく存在であるともいえるでしょう。



ペット愛好家は、ペットを愛しているとはいえ、その一方で、自己愛的欲求の充足のためにもペットを飼っているといえます。これが顕著になるとペットへの愛着過多となり、ペットとのほ

どよい距離が取れなくなってしまいます。

また、飼い主はペットに対し自分の隠れた衝動や欲求を容易に投影しやすいことも知っておかなければなりません。例えば、母親に甘えなかったのにできずにいたり、そういう気持ちに気づかずにいる飼い主が、それらの感情を無意識のうちにペットに投影し、それがペットの性向だとみなして、「うちの子は、すごく甘えてくる子なんです」などと言って、ペットを甘えん坊に見立てたりします。



ペットへの重度の依存

ペットと共に暮らすことのみが喜びとなり、この子さえいれば他には何も要らないと心から思い、他の事柄にはほとんど関心を示さなくなっているような場合も問題です。もともと飼い主が孤独感や心配事を抱えていて、それをペットの存在が大きく支えているような場合は、強いペット依存を起こしやすくなります。問題から逃避してペットとの関係に埋没しているのであれば、ペットに依存しているといえます。

ペット依存を定義すれば「充足や適応を目的として、年齢不相応な方法で過度にペットに頼ろうとする欲求」となるでしょう。年齢不相応





というのは、例えば3歳の子どもが驚いたときに走ってペットの陰に隠れるのは、年齢相応の行動といえますが、20歳過ぎの大人が同じ

ことをしたら、それは年齢不相応にペットに頼っているとみなされます。これは極端な例ですが、実際のペット依存はあまり気づかれることなく静かに進行していきます。そして、自制が効かないほど重く、病的となれば、ペット依存症ということになります。

また、飼い主のなかには外出の際、家に置いてきたペットが安全な状況にあるにもかかわらず過剰に案じてしまう人がいます。このような飼い主は、その背景にペット依存を抱えていることが多いのですが、「この子は私がいないとダメ」と思うことで自分の存在意義を確認しているのかもしれない。

このようにペットに依存している人が、ペットを亡くしたときには、重度のペットロス（ペットとの別れの体験）に陥りやすいので、ペットが元気なうちから心理的にも物理的にもペットとの距離の取り方に気をつけておくことが望ましいといえます。

ペットロスと自己喪失

ペットロスに関しては、私の臨床経験からみて、ライフスタイルがペット中心になり過ぎている飼い主や、介護やお世話でペットを献身的にサポートしてきた人のほうが、死別のショックが大きいようです。これはペットを支えることにより自らを支えていたためであり、別れによって一時的に人生の目標を見失うというアイデンティティーの危機に陥るからです。私は良い飼い主だと思っていたのにそうでなかったと

か、あの子の命を助けられなかったのにこれから何のために生きていけばいいのか、などという深刻な問いかけが起こり、自己喪失の危機が現れることもあります。このように、ペットロスとは、ペットに対する理想とする目標が危機に瀕^{ひん}することであり、場合によっては自分は良い飼い主であるという自己イメージを失うことでもあります。

共依存的関係に陥る飼い主とペット

ペット動物は、かつて人間が野生動物から切り離して作ったものであり、ペット飼育とは、まだ赤ん坊の動物を母親から早期に切り離して、人間が代理母となって養育する行為でもあります。また、ペットには去勢や避妊をして生殖や出産をコントロールしたり、特殊な形に固定化させるなどして人間の好みや都合にあわせて作りあげた種類もあります。このようなペットは、もはや飼い主に依存しなければ生きていけないでしょう。ペットの誕生からお別れに至るまで人間が終生面倒をみていかねばなりません。ただし、飼い主はペットに依存することなく精神的に自立することが必要です。しかし、飼い主の一部には、自分がペットの主人であることを忘れてペットと共依存的関係に陥り、共倒れとなってしまうケースが見られます。

今日、わが国では小家族化やシングル化の問題を抱えながら超高齢化社会が進行しています。そのようななかで、ペットが大切な家族となり、心のよりどころとなるにつれてペットの死を恐れ、忌避しようとする傾向が強まっているように思います。欧米では、ペットロスへの対応策として飼い主支援を行う獣医療ソーシャルワーカーやペットロス・カウンセラーが徐々に増えてきています。しかし、わが国における飼い主への支援体制は、まだ不十分といわざるを得ません。今後の対策が望まれるところです。