상담학연구
Korean Journal of Counseling
2020, Vol. 21, No. 2, 269-289
https://doi.org/10.15703/kjc.21.2.202004.269

성인의 반려동물 안락사 경험과 복합 비애: 위험요인에 대한 탐색적 연구*

정민지[1] · 안현의[2†]

[1]이화여자대학교 심리학과 석사, [2]이화여자대학교 심리학과 교수

본 연구는 국내 반려인들의 반려동물 안락사 상실 경험을 살펴보고 반려동물 애도의 맥락에서 복합 비애에 영향을 미치는 위험요인은 어떤 것이 있는지 알아보고자 하였다. 이를 위해 최근 10년 이내에 반려동물을 안락사한 경험이 있고 복합 비애 반응을 한 가지 이상 경험하고 있는 성인 160명을 대상으로 복합 비애 척도, 반려동물 애도 척도, 심리적 부적응 척도, 성인 애착 척도, 반려동물 애착 척도, 부정적 비애 인지 척도를 사용하여 온라인 설문을 실시하였다. 수집된 자료는 상관분석, 일원분산분석, 중다회귀분석을 사용해 분석되었다. 연구 결과, 복합 비애는 부정적 비애 인지 및 심리적 부적응과 높은 정적 상관을 보였다. 부정적 비애 인지는 복합 비애 중에서도 트라우마적 고통과 높은 정적 상관을 나타냈다. 또한 반려동물을 노화로 상실한 경우보다 급성질환으로 상실한 경우에 반려동물 애도 수준이 유의하게 높았다. 복합 비애에는 부정적 비애 인지, 심리적 부적응, 현재 반려동물 유무 순으로 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 연구결과를 바탕으로 논의와 시사점을 제시하였다.

주요어 : 반려동물 애도, 반려동물 애착, 부정적 비애 인지, 복합 비애

---

* 본 원고는 정민지(2019)의 석사학위논문을 일부 수정한 것임.

† 교신저자(Corresponding Author): 안현의 / 이화여자대학교 심리학과 교수 / 서울 서대문구 이화여대길 52
Tel: 02-3277-2643 / E-mail: ahn12@ewha.ac.kr

서 론

오랫동안 반려동물은 인간의 가장 친한 친구로 여겨져 왔다. 국내에서 실시된 동물보호에 대한 국민의식조사 결과에 따르면 반려동물 보유 가구 비율은 2012년에는 전체 가구의 17.9%, 2015년에는 21.8%, 2017년에는 28.1%로 지속적으로 증가하고 있다. 2017년 기준으로 4가구 중 1가구는 반려동물을 키우는 것으로 나타났으며, 약 593만 가구가 반려동물을 보유하고 있을 것으로 추정된다(농림축산식품부, 2017). 공동체감의 감소, 핵가족의 증가, 가족의 역할 변화와 같은 사회문화적 변화가 계속됨에 따라 혼자 거주하는 사람들이 증가하면서 공허함을 채워줄 수 있는 반려동물은 점점 더 중요한 존재가 되고 있다(Sharkin & Knox, 2003; Sharkin & Bahrick, 1990).

애착은 친밀함을 느끼는 대상과의 강한 정서적 유대관계를 의미한다. 지난 수십 년간 애착대상의 정의가 점차 확대됨에 따라 최근에는 반려동물과의 관계를 애착이론의 관점에서 살펴보려는 시도들이 이어졌다. 국외의 선행연구들에서는 인간이 반려동물과 형성하는 애착이 인간 간의 애착과 유사함이 드러났다(Field et al., 2009; Zilcha-Mano, Mikulincer, & Shaver, 2012; Kurdek, 2008). 인간은 반려동물과의 관계에서 우정과 사랑을 추구하며, 반려동물과의 관계를 통해 정서적 지지와 같은 애착욕구를 채울 수 있다(Reisbig et al., 2017). 애착대상과의 관계는 애정을 지닌 다른 유대관계로 대체될 수 없는 고유한 지지와 안정감을 제공한다. 마찬가지로 반려동물은 인간과의 상호작용을 단순히 대체하는 것이 아니라 안정적이고 일관적이며, 예측 가능한 관계 안정감을 제공함으로써 다른 관계와 구별되는 특별한 역할을 수행한다(Beck & Madresh, 2008; Wong et al., 2017). Sharkin과 Knox(2003)의 연구에 따르면 많은 반려인들이 자신의 반려동물로부터 무조건적인 사랑과 수용을 받고 있으며, 무조건적인 사회적 지지를 받고 있다고 지각하였다. 바로 이 점으로 인해 반려동물은 신뢰로운 정서적 안락의 원천이 되어준다(Kurdek, 2009; Rujoiu & Rujoiu, 2014; 모효정, 2015; Allen, Balscovich, & Mendes, 2002).

애착이론에서는 양육 행동적 체계와 애착 행동적 체계를 구분하고 있다. 양육 체계의 기능은 돌봄과 보호를 제공하는 것으로서 일반적인 부모의 역할과 관련되는 반면 애착 체계의 기능은 돌봄과 보호를 이끌어내는 것으로서 일반적인 자녀의 특징과 관련된다. 반려동물과의 관계에서 인간은 주로 양육자의 역할을 수행한다(Packman et al., 2011). 이는 인간이 유아에게 돌봄과 편안함을 제공하기 위해 하는 행동들이 반려동물과 상호작용할 때도 적용됨을 의미한다(Prato-Previde et al., 2006). 반려동물, 특히 개나 고양이와의 관계에서 인간이 보이는 애정과 헌신의 감정은 이러한 애착관계의 역동을 반영하는 것으로 설명할 수 있다(Sable, 2013).

사람들은 반려동물과 정서적으로 가까워지고, 반려동물에게 책임감을 느끼며, 반려동물의 죽음에 슬퍼한다. 농림축산식품부(2017)에 따르면 국내에서 한해 약 15만 마리의 반려동물이 죽으며, 기르는 반려동물이 죽었을 때 반려동물 장묘시설을 이용해 처리하겠다고 응답한 비율은 59.9%에 달했다. 이는 종량제 쓰레기봉투에 넣어 버리거나, 불법으로 땅에 매립하거나, 동물병원을 통해 의료폐기물로 소각하는 기존의 방법 대신 반려동물의 죽음을 소중한 사람의 죽음처럼 여기고 애도하는 문화가 형성되고 있음을 보여준다.

애도는 사랑하는 대상을 상실했을 때 경험하는 강력하고 복합적인 심리적, 정서적, 신체적 반응 및 상실 후 삶에 적응하며 살아가는 경험적 과정을 포괄하는 개념이다(이윤주, 조계화, 이현지,

2007; 최선재, 안현의, 2013). 지금껏 애도는 인간을 상실한 경우에만 적용되는 개념이었으며, 기존의 애도 연구 또한 인간의 사별을 주로 다루어왔다. 그러나 반려동물이 인간과 애착관계를 형성할 수 있고, 상대적으로 짧은 반려동물의 기대수명으로 인해 반려인들이 반려동물 상실을 필연적으로 경험하게 된다는 점을 고려한다면 애도는 반려동물 상실에도 적용되어야 하는 개념이다.

사랑하는 사람의 죽음과 그 이후의 애도과정이 대표적인 삶의 위기 중 하나이듯, 반려동물 상실 또한 삶을 변화시킨 주요한 사건 중 하나로 묘사되거나 삶에서 가장 힘들었던 시기로 꼽힌다(Clements, Benasutti, & Carmone, 2003; Kimura, Kawabata, & Maezawa, 2011; Chur-Hansen, 2010). 반려인들은 반려동물 상실을 친척의 죽음보다 고통스럽게 느끼며(Gage & Holcomb, 1991), 사랑하는 사람의 상실보다 사랑하는 반려동물의 상실로 인해 더 큰 애도 반응을 경험하기도 한다(Eckerd, Barnett, & Jett-Dias, 2016). 실제로 반려동물 애도는 중요한 타인 혹은 애착관계를 상실했을 때 나타나는 반응과 유사하다(이현서 & 한재희, 2018; 모효정, 2015; Reisbig et al., 2017; Clements et al., 2003; Field et al., 2009). 많은 사람들이 반려동물 상실 후 수면 및 식욕의 변화, 불신, 그리움, 외로움, 자기비난, 불안, 분노, 우울, 슬픔, 공허감 등을 경험한다(Chur-Hansen, 2010; Wrobel & Dye, 2003; Tzivian, Friger, & Kushnir, 2014; Sable, 2013; Mohanti, 2017; Hunt & Padilla, 2006; Barnard-Nguyen et al., 2016). 특히 반려인들은 반려동물과의 관계에서 양육자의 역할을 수행하며 반려동물의 안녕을 보호하는 것에 대한 고유한 책임감을 가지게 되므로 죄책감이 더욱 두드러지는 경향이 있다(Packman et al., 2011; Sharkin & Knox, 2003; Hunt & Padilla, 2006).

반려동물 상실에 따른 애도 기간은 평균 10개월 정도로, 약 6개월에서 1년 정도 지속된다(Wrobel & Dye, 2003; Gosse & Barnes, 1994). 이 기간 동안 나타나는 다양한 신체적, 심리적 반응들은 병리적 애착이나 병리적 비애를 의미하는 것이 아니라 상실에 따른 자연스럽고 정상적인 반응으로 보아야 할 것이다(Walsh, 2009; 모효정, 2015). 그러나 어떤 경우에는 슬픔이나 고통 등의 애도 반응이 일정 시간이 지나도 경감되지 않아 심리적 적응에 어려움을 야기하기도 한다.

복합 비애(Complicated Grief)란, 사별 후에 문화적으로 자연스럽고 정상적인 것으로 받아들여지는 애도과정을 벗어나 지속적인 심리적・신체적 부적응을 야기하는 비애 반응을 말한다(장현아, 2009). 복합 비애 반응은 크게 분리 고통과 외상적 고통의 두 가지 범주로 나뉜다. 복합 비애의 핵심적인 특징이기도 한 분리 고통은 그리움, 외로움, 상실한 대상에 대한 기억에 몰두하는 것 등을 포함한다. 외상적 고통은 상실로 인한 충격, 망연자실, 정서적 무감각, 상실에 대한 분노, 상실을 떠오르게 하는 자극들의 회피, 미래에 대한 목적의 상실, 공허함, 인생의 의미를 찾지 못함, 죽음을 받아들이지 못함 등을 가리킨다(장현아, 2009).

반려동물 애도의 맥락에서도 복합 비애는 많은 관심을 받아왔다. 선행연구들을 통해 밝혀진 복합 비애의 예측변인 및 위험요인으로는 개인 내적 요인, 관계적 요인, 상실 사건의 특징, 부정적 비애 인지가 있다.

먼저, 개인 내적 요인으로서 우울증과 같은 정신질환의 이력이 있는 경우나 애도 반응이 지속됨에 따라 겪는 심리적 부적응은 상실로부터 회복하는 것을 어렵게 만들며 복합 비애의 위험요인이 될 수 있다(Barnard-Nguyen et al., 2016). 또한 애도 반응에 대처하는 데에는 개인의 애착유형이 영향을 미치므로 불안정 애착유형이 복합 비애의

위험요인으로 기능할 수 있다. 반려동물을 상실했을 때 불안애착이거나 불안애착과 회피애착이 모두 높은 두려움형일 경우 정서조절에 더 큰 어려움을 겪으며, 불안애착의 경우 상실로 인해 애착 대상과의 근접성을 다시 회복할 수 없는 데서 느끼는 지속적인 무망감과 절망감이 복합 비애의 위험요인으로 작용할 수 있다(Field et al., 2009).

둘째, 관계적 요인으로서 상실한 반려동물과 깊은 애착관계를 형성한 경우나 사회적 지지 자원이 적은 경우에 복합 비애의 위험이 커진다(Wrobel & Dye, 2003; Reisbig et al., 2017; Field et al., 2009; Hunt & Padilla, 2006). 사회적 지지가 낮을수록 복합 비애의 위험이 커진다는 점은 특히 반려동물 애도의 맥락에서 주목할 필요가 있다. 일반적으로 반려동물과의 사별은 인간과의 사별에 비해 낮게 평가되는 경향이 있어, 사회적으로 동의 받지 못한 애도(disenfranchised grief)로 분류된다. 애도 후의 적응에는 주변으로부터의 사회적 지지가 중요한데(King & Werner, 2012; Sharkin & Knox, 2003; Field et al., 2009), 반려동물 상실을 슬퍼하는 사람들은 종종 유난스러운 취급을 받으며, 상실 후에 경험하게 되는 자연스러운 애도 반응을 타당화 받지 못하고 충분한 지지를 얻지 못한다. 이러한 분위기는 반려동물을 상실한 사람들로 하여금 부적절감과 수치심을 느끼게 하고 애도 후 적응에도 부정적인 영향을 미쳐 복합 비애의 위험을 높인다(Durkin, 2009; Cordaro, 2012).

반려동물 애도의 맥락에서는 다른 반려동물의 존재도 사회적 지지 자원으로 고려할 수 있다(Zilcha-Mano et al., 2012; Morley & Fook, 2005; Wells, 2009; Sable, 2013; Sharkin & Bahrick, 1990; Walsh, 2009). 이는 키우던 유일한 반려동물을 상실했거나 상실 후 다른 반려동물을 입양하지 않는 경우 부족한 사회적 지지를 보완해줄 자원의 부재로 인해 복합 비애의 위험이 높아질 수 있음을 시사한다.

셋째, 상실 사건의 특징으로서 반려동물을 상실한 맥락은 반려인의 애도 반응에 중요한 영향을 미친다(Barnard-Nguyen et al., 2016). 반려동물을 갑작스럽게 상실한 경우 죽음을 기존 삶에 통합시키기가 더 어렵기 때문에 복합 비애 반응이 두드러지는 경향이 나타난다(Planchon et al., 2002; Field et al., 2009; Rujoiu & Rujoiu, 2014; Brown, Richards, & Wilson, 1996; Wong et al., 2017; 이혜지, 강영신, 2017). 또한 안락사는 반려인들만이 겪는 고유한 상실 경험으로, 반려동물을 안락사하는 것은 반려인이 직접 반려동물의 생사에 대한 결정을 내려야 한다는 것을 의미한다. 이는 반려동물이 자연사하는 경우에는 직면하지 않아도 되는 다양한 도덕적, 윤리적 딜레마를 야기한다. 반려인들은 고통스러워하는 반려동물을 편안하게 해주는 것과 반려동물과 더 많은 시간을 함께 보내고 싶은 자신의 욕구 사이에서 갈등해야 한다. 때때로 반려인들은 안락사가 진정으로 반려동물을 위한 결정인지 확신하지 못한 채 경제적 부담 등의 개인적 사정으로 인해 안락사를 결정하기도 한다. 이처럼 반려인 자신이 반려동물의 죽음에 기여하게 되는 안락사 경험은 상당한 스트레스 요인이며, 고통과 우울, 죄책감을 야기하여 애도 과정을 심화시킬 수 있다(Barnard-Nguyen et al., 2016; Sharkin & Knox, 2003; Podrazik et al., 2000). 그러나 사랑하는 대상을 안락사로 상실하는 경우 죽음의 시점을 예측할 수 있고, 작별할 시간을 가지면서 이별을 준비할 수 있기 때문에 오히려 심각한 애도 반응을 경험하지 않는다는 연구 결과도 있어(Swarte & Heintz, 1999; McCutcheon & Fleming, 2002), 반려동물을 안락사한 반려인들이 반려동물을 애도하는 과정에서 어떤 심리적 경험을 하는지 살펴볼 필요가 있다.

마지막으로, 인간을 대상으로 한 기존의 사별

연구에서는 자기・세상・미래에 관한 부정적인 신념, 자기비난, 비애 반응의 부정적 해석 등과 같은 사별 후 인지 과정이 복합 비애의 발달과 유지에 중요한 역할을 하는 것으로 보고되고 있다(Boelen, van den Bout, & van den Hout, 2003b; Boelen et al., 2007). Field 와 Bonanno(2001)의 연구는 상실을 자신의 탓으로 여기거나 막을 수 있었다고 생각하는 것과 같은 자기비난이 상실 5년 후의 비애 관련 증상을 예측하는 변인임을 보여주었다.

Boelen 등(2006)이 제안한 복합 비애의 인지행동적 개념화 모델(A Cognitive-Behavioral Conceptualization of Complicated Grief)에 따르면 복합 비애의 발달과 유지에 결정적인 역할을 하는 세 가지 인지적 과정은 다음과 같다: (a) 상실을 기존 인생 경험에 잘 통합시키지 못함 (b) 전반적인 부정적 신념 및 비애 반응에 대한 오해석 (c) 불안/우울 회피 전략. 즉, 상실을 현재의 경험들 속에 잘 통합하지 못할수록, 상실 후 경험하는 비애 반응을 통제력을 상실하는 것으로 오해석 할수록, 자기・세상・미래에 대해 가치나 의미가 없다는 부정적 믿음을 지닐수록, 상실과 관련된 자극들을 전부 회피하거나 상실한 대상을 상기시키는 자극들에 지나치게 집착하는 불안 회피 전략 또는 상실 후 사회적으로 철회해버리는 우울 회피 전략을 사용할수록 비애 반응이 지속될 위험이 커진다(Boelen et al., 2006).

반려동물을 안락사한 반려인들은 반려동물의 죽음에 자신의 책임이 있다는 생각으로 인해 죄책감을 더 크게 느끼는 경향이 있는데, 상실 후의 자기비난이나 죄책감이 복합 비애의 발달에 영향을 미친다는 연구결과들은 반려동물을 안락사로 상실했을 때 복합 비애의 위험이 커질 수 있음을 시사한다(Turner, 2003; Barnard-Nguyen et al., 2016; Field & Bonanno, 2001). 그러므로 반려동물을 안락사로 상실한 반려인들이 어떤 인지적 과정을 경험하는지 살펴보고, 부정적 비애 인지가 복합 비애의 위험요인으로 작용하는지 알아보는 것은 의미가 있을 것이다.

복합 비애는 정상적 애도 반응과 달리 시간이 지나도 경감되지 않는 오랜 심리적 고통과 부적응을 낳으므로 상담 분야의 관심과 개입이 필요한 부분이다. 반려동물 애도의 경우 안락사라는 상실의 맥락, 반려동물의 돌봄을 반려인이 전적으로 책임지는 관계의 특성으로 인해 상실 후 죄책감이 더욱 두드러진다는 점, 인간과의 사별에 비해 경시되는 경향이 있어 충분한 사회적 지지를 받지 못한다는 점과 같이 반려동물 상실 경험이 지닌 특수성으로 인해 복합 비애의 위험에 더 많이 노출되어 있기도 하다. 복합 비애를 예방하고 치료적 개입의 방향성을 설정하기 위해서는 어떤 위험요인들이 복합 비애의 발달에 영향을 미치는지 이해하는 것이 필요하다. 국내에는 아직까지 이와 관련된 연구가 없기에, 본 연구에서는 반려동물을 안락사로 상실한 후 복합 비애 경향성을 보이는 사람들의 상실 경험을 살펴보고자 한다. 구체적으로, 선행연구들에서 복합 비애의 위험요인으로 밝혀진 개인 내적 요인(심리적 부적응, 불안정 애착유형), 관계적 요인(반려동물 애착, 사회적 지지), 상실 사건의 특징(상실의 갑작스러움), 부정적 비애 인지가 실제로 복합 비애의 위험요인으로 기능하는지 알아보고자 한다.

방 법

연구대상

본 연구는 반려동물을 안락사한 경험이 있는 만 18세 이상 성인 남녀 대상으로 온라인을 설문

을 통해 자료를 수집하였다. 참여자들은 URL 링크를 통해 온라인 설문 사이트에 접속하도록 안내받았으며, 설문에 답하기 전 연구 안내문을 읽고 이에 동의한 사람들만 자발적으로 참여하였다. 설문응답에는 약 20분 정도의 시간이 소요되었고, 연구 대상자들은 설문 참여에 따른 소정의 답례품을 지급받았다. 수집된 총 242부의 자료 중 반려동물을 안락사하지 않은 46부, 반려동물을 안락사한 지 10년 이상이 경과된 4부, 복합 비애 척도에서 0점을 나타내 복합 비애 반응을 경험한 적 없다고 판단되는 7부, 불성실 응답 25부를 제외한 160부의 자료를 분석에 사용하였다.

표 1. 연구 대상의 반려동물 상실 관련 정보

	구분	사례 수(명)	백분율(%)
상실한 반려동물	개	131	81.9
	고양이	29	18.1
반려동물 상실 이유	만성질환	37	23.1
	급성질환	34	21.3
	사고	28	17.5
	노화	61	38.1
반려동물 상실 후 경과한 시간	2년 미만	93	58.1
	2년-4년 미만	44	27.5
	4년-6년 미만	11	6.9
	6년-8년 미만	7	4.4
	8년-10년 미만	5	3.1
반려동물 상실의 갑작스러움	아니요	47	29.4
	예	113	70.6
상실 후 새로운 반려동물 입양 여부	아니요	122	76.3
	예	38	23.8
현재 반려동물 유무	아니요	106	66.3
	예	54	33.8
안락사 당시 함께했는지	아니요	45	28.1
	예	115	71.9
안락사 시기	너무 빨랐다	30	18.8
	적절했다	117	73.1
	너무 늦었다	13	8.1
안락사 결정할 시간이 충분했는지	아니요	26	16.3
	예	134	83.8

연구 대상자의 인구통계학적 정보는 다음과 같다. 성별의 경우 남성이 21명(13.1%), 여성이 139명(86.9%)이었으며, 연령은 20대가 91명(56.9%), 30대가 46명(28.8%), 40대가 12명(7.5%), 50대가 9명(5.6%), 60대 이상이 2명(1.3%)으로 나타났다. 또한 반려동물 관련 온・오프라인 커뮤니티에 소속되어 있는 참여자가 102명(63.8%)으로 다수를 차지하였다. 반려동물 상실과 관련한 상담 및 심리치료, 정신과 진료 여부에 대해서는 145명(90.6%)이 이용한 적 없다고 응답하였다. 연구 대상자의 반려동물 상실 관련 정보는 표 1에 제시하였다.

측정도구

복합 비애 척도(Prolonged Grief Disorder: PG-13)

DSM-V의 지속된 비애 장애 진단기준에 따라 Prigerson과 Maciejewski(2008)이 개발하고 강현숙과 이동훈(2017)이 타당화한 지속된 비애 장애 진단 척도를 반려동물 상실이라는 맥락에 맞게 수정・보완하여 사용하였다. 한국판 지속비애 척도는 '분리 고통'을 묻는 4문항(진단범주 B, D)과 '지속기간'을 묻는 1문항(진단범주 C), '트라우마적 고통'을 묻는 7문항(진단범주 D), '기능 손상 정도'를 묻는 1문항(진단범주 E)을 포함하고 있다. 응답자들은 지난 한 달 동안 경험한 지속된 비애 증상을 5점 Likert 척도(1점=전혀/전혀 그렇지 않다, 5점=하루에 여러 번/심각하다)로 평정하게 된다. 총 13문항 중 지속기간을 묻는 1문항과 기능 손상 정도를 묻는 1문항은 예/아니요로 응답하는 범주형 질문이나, 본 연구에서는 지속기간을 묻는 1문항을 단답식으로 수정하여 사용하였다. 이를 제외한 나머지 11개 문항의 총점이 지속된 비애 증상의 수준을 나타내게 된다. 총점이 높을수록 지속된 비애 증상이 심함을 의미한다. 문항은 '상실 이후 삶이 충만하지 않고 공허하거나 의미 없게 느껴지십니까?', '상실을 받아들이는 데 어려움이 있습니까?', '상실 이후 다른 사람들을 신뢰하기 힘듭니까?'와 같은 내용으로 이루어져 있다. 개발 당시 척도의 Cronbach's α는 .82였으며, 강현숙과 이동훈(2017)의 타당화 연구에서는 .91이었다. 본 연구에서 11개 문항의 Cronbach's α는 .93이었다.

반려동물 애도 척도(Pet Bereavement Questionnaire: PBQ)

Hunt와 Padilla(2006)가 개발하고 정민지(2019)가 번안한 반려동물 애도 척도를 사용하였다. 원 척도는 비애/슬픔, 분노, 죄책감의 세 가지 하위요인으로 구성되어 있으나, 정민지(2019)의 연구에서는 비애/슬픔, 트라우마, 죄책감의 3개 하위요인으로 묶였다. 총 16개 문항을 4점 리커트 척도(0=전혀 아니다, 3=매우 그렇다)로 평정하며, 총점이 높을수록 강한 애도 반응을 경험하고 있음을 의미한다. 문항은 '내 반려동물을 생각하면 눈물이 난다', '내 반려동물의 죽음에 관한 악몽을 꾼다', '내 반려동물을 더 잘 보살피지 못한 것에 큰 죄책감을 느낀다'와 같은 내용으로 이루어져 있다. 개발 당시 척도의 Cronbach's α는 .87이었으며, 본 연구에서의 내적합치도는 .88이었다.

심리적 부적응 척도(Brief Symptoms Inventory-18: BSI-18)

단축형 간이정신진단검사는 최근의 심리적 적응 상태를 측정하는 SCL-90-R(Derogatis, 1993)과 BSI(Derogatis, 1993)의 단축형으로, 총 18문항으로 이루어져 있다. 점수가 높을수록 심리적 고통이 큰 것을 의미하여 총점을 통해 심리적 건강의 전반적 수준을 알 수 있다. BSI-18의 세 가지 하위요인은 우울, 불안, 신체화로 이루어져 있으며 응

답자는 지난 한 달 동안 경험한 증상의 정도에 따라 자신의 심리적 상태를 5점 리커트 척도(0=전혀 없다, 4=아주 심하다)로 평정하게 된다. 문항은 '외롭다', '두려운 느낌이 든다', '어지럽거나 현기증이 난다'와 같은 내용으로 이루어져 있다. 국내 대학생 및 성인에 대한 정희진(2011)의 연구에서 전체 Cronbach's α는 .91이었다. 본 연구에서의 전체 Cronbach's α는 .96이었고, 각 하위척도별로는 우울 .89, 불안 .90, 신체화 .91로 나타났다.

성인 애착 척도(Experiences in Close Relationships Questionnaire-Revised: ECR-R)

Brennan, Clack과 Shaver(1998)이 개발하고 Fraley, Waller와 Brennan(2000)이 개정한 척도를 김성현(2004)이 번안하여 타당화한 친밀관계경험검사 개정판을 수정·보완하여 사용하였다. ECR-R은 애착불안을 측정하는 18문항('다른 사람들의 사랑을 잃을까봐 두렵다'), 애착회피를 측정하는 18문항('다른 사람들이 내게 가까워지려고 하면 불편하다'), 총 36문항으로 구성되어 있으며 각 문항은 7점 Likert 척도(1=전혀 그렇지 않다, 7=매우 그렇다)로 평정된다. 점수가 높을수록 친밀관계에서의 경험이 불안정함을 의미한다. 대학생을 대상으로 타당화한 김성현(2004)의 연구에서 Cronbach's α는 애착불안 .89, 애착회피 .85로 보고되었다. 본 연구에서의 하위척도별 Cronbach's α는 애착불안 .93, 애착회피 .95로 나타났다.

반려동물 애착 척도(Lexington Attachment to Pets Scale: LAPS)

Johnson, Garrity와 Stallones(1992)가 개발하고 정민지(2019)가 번안한 Lexington 반려동물 애착 척도를 사용하였다. 원 척도는 전반적 애착, 대리적 인간, 동물 권리/복지의 세 가지 하위요인으로 이루어져 있으나, 정민지(2019)의 연구에서는 단일요인 구조로 나타났다. 총 23개 문항을 4점 리커트 척도(0=전혀 아니다. 3=매우 그렇다)로 평정하며, 총점이 높을수록 애착이 강함을 의미한다. 본 연구에서는 상실한 반려동물과의 과거 애착을 평가하기 위해 각 문항들을 과거형으로 수정한 후 사용하였다. 문항은 '나는 내 반려동물을 가족이라고 느꼈다', '내 반려동물은 나를 행복하게 해주었다', '나는 내 반려동물에게 자주 속마음을 털어놓았다'와 같은 내용으로 이루어져 있다. 개발 당시 척도의 Cronbach's α는 .94였으며, 본 연구에서의 내적합치도는 .94였다.

부정적 비애 인지 척도(Grief Cognitions Questionnaire: GCQ)

사별과 관련된 부정적 인지를 측정하기 위해 Boelen과 Lensvelt-Mulders(2005)가 개발하고 황선희(2011)가 번안한 부정적 비애 인지 척도를 사용하였다. GCQ는 총 38개 문항을 6점 Likert 척도(0=전혀 동의하지 않는다, 5=매우 동의한다)로 측정하며, 9개의 하위 척도는 자기, 세상, 삶, 미래, 자기 비난, 타인, 타당성, 비애를 중요시함, 비애의 위협적 해석으로 이루어져 있다. 본 연구에서는 상실한 반려동물을 떠올리며 응답할 수 있도록 안내문을 수정하여 사용하였다. 문항은 '[--]가 죽은 후 내 삶은 쓸모없다', '나는 계속 슬퍼해야 한다. 그렇지 않으면 [--]을 잊을 것이다', '내가 보이는 슬픔은 비정상적이다'와 같은 내용으로 이루어져 있다. 황선희(2011)의 연구에서 Cronbach's α는 .96으로 나타났다. 본 연구에서의 Cronbach's α는 .98이었다.

반려동물 상실 관련 자기보고식 설문지

반려동물 상실 관련 변인을 다양하게 살펴보고자 자기보고식으로 응답할 수 있는 문항을 구성

하였다. 상실한 반려동물 종류, 반려동물 상실 이유, 주변 및 가족의 지지, 반려동물 상실과 관련하여 가장 마음이 힘들었던 점 등을 묻는 18문항과 안락사 결정 이유, 안락사 과정에서 수의사의 정보제공 정도, 안락사 시기의 적절성 등 구체적인 안락사 경험에 대해 묻는 7문항을 포함하고 있다. 또한 반려동물 상실 후 심리적 적응에 도움이 되었던 것을 묻는 서술형 질문을 통해 반려인들의 개인적 경험을 자유롭게 기재할 수 있도록 하였다. 본 연구에서 사회적 지지 변인은 해당 설문지의 '반려동물 관련 온・오프라인 커뮤니티에 속해 있습니까?', '현재 다른 반려동물을 키우고 있습니까?'와 같은 문항을 사용하였고, 상실의 갑작스러움 변인은 '반려동물 상실이 갑작스러웠습니까?'와 같은 문항을 사용하여 분석하였다.

분석방법

수집된 자료에 대해 SPSS 21.0 프로그램을 사용하여 다음과 같이 통계 분석을 실시하였다. 첫째, 연구 대상자들의 인구통계학적 특성과 상실 관련 정보를 파악하기 위해 빈도분석을 실시하였다. 둘째, 척도 신뢰도 분석 및 주요 변인들의 기술통계 분석을 실시하고, 변인들 간의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 셋째, 상실 원인에 따른 변인들의 차이를 살펴보기 위해 일원분산분석을 실시하였다. 넷째, 복합 비애에 영향을 미치는 관련 변인들의 상대적 영향력을 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시하였다.

결 과

반려동물을 안락사로 상실한 반려인들의 심리적 경험

반려인들의 상실 경험을 살펴보기 위해 반려동물 상실 관련 자기보고식 설문지의 응답내용을 분석하였다. 반려동물 안락사를 결정한 이유에 관한 문항은 연구자가 제시한 선택지에 참여자들이 순위를 매겨 응답하도록 되어 있으며, 1위에 4점, 2위에 3점, 3위에 2점, 4위에 1점, 5위에 0점의 가중치를 부여한 후 평균과 표준편차를 구하였다. 표 2에서와 같이 반려동물의 고통을 덜어주기 위해서(M=3.36, SD=1.31)가 가장 높은 순위를 차지했으며, 그 뒤를 수의사 및 주변 사람들의 조언(M=2.45, SD=1.43), 아픈/노화한 반려동물을 돌보는 것에 대한 정서적・신체적 부담(M=1.03, SD=1.26), 아픈/노화한 반려동물을 돌보는 것에 대한 경제적 부담(M=0.63, SD=0.94), 기타(M=0.03, SD=0.32)가 뒤따랐다.

표 2. 반려동물 안락사를 결정한 이유 (순위응답)

	평균	표준편차
반려동물의 고통을 덜어주기 위해	3.36	1.31
수의사 및 주변 사람들의 조언	2.45	1.43
아픈/노화한 반려동물을 돌보는 것에 대한 정서적・신체적 부담	1.03	1.26
아픈/노화한 반려동물을 돌보는 것에 대한 경제적 부담	0.63	0.94
기타	0.03	0.32

표 3. 반려동물 상실과 관련하여 가장 마음이 힘들었던 점 (다중응답) (*N=442*)

구분	사례 수(명)	백분율(%)
안락사 결정에 대한 죄책감	85	19.2
안락사 결정이 잘한 것이었는지 확신 부족	84	19.0
생전에 반려동물이 겪었을 고통	84	19.0
평소 반려동물에게 잘해주지 못했다는 미안함	77	17.4
갑작스러운 죽음이었다는 점	57	12.9
죽음을 예방하지 못했다는 자책	29	6.6
반려동물이 너무 어렸다는 점	15	3.4
반려동물 죽음 전후로 또 다른 상실을 경험	9	2.0
기타	2	0.5

표 4. 반려동물 상실 후 마음을 회복하는 데 도움이 되었던/될 것 같은 것 (주관식) (*N=166*)

구분	사례 수(명)	백분율(%)
가족 및 주변인들의 지지와 위로	38	22.9
생각나지 않게 다른 일에 몰두함(취미, 운동, 여행, 술)	30	18.1
다른 반려동물의 존재	21	12.7
반려동물과의 추억을 떠올림(사진, 동영상)	18	10.8
전문적 도움(병원에 관련 프로그램 마련, 심리상담, 정신과 약, 관련 책)	10	6.0
충분히 애도할 시간 가지기(유품 보관, 의식 치르기)	10	6.0
상실 전 마음의 준비	8	4.8
시간	8	4.8
상실 치유를 위한 모임이나 커뮤니티를 통한 경험 공유 및 공감적 대화	8	4.8
종교 활동	7	4.2
좋은 곳으로 갔을 거라는 믿음, 안락사가 고통을 덜어주었다는 믿음	2	1.2
유기동물 봉사활동	2	1.2
반려동물 상실에 대한 사회적 인식의 변화	2	1.2
반려동물을 잃은 이전 경험	1	0.6
수의사의 정확한 의학적 설명	1	0.6

반려동물 상실과 관련하여 가장 마음이 힘들었던 점에 대해서는 안락사 결정에 대한 죄책감(19.2%), 안락사 결정이 잘한 것이었는지 확신 부족(19.0%), 생전에 반려동물이 겪었을 고통(19.0%), 평소 반려동물에게 잘해주지 못했다는 미안함(17.4%), 갑작스러운 죽음이었다는 점(12.9%) 등이 주요하게 언급되었다. 해당 문항의 빈도분석 결과는 표 3에 제시하였다.

반려동물 상실 후 마음을 회복하는 데 도움이 되었거나 도움이 될 것 같은 것을 자유롭게 기재하도록 한 주관식 문항에서는 가족 및 주변인들의 지지와 위로(22.9%), 생각나지 않게 다른 일에 몰두함(18.1%), 다른 반려동물의 존재(12.7%), 반려동물과의 추억을 떠올림(10.8%) 등이 주요하게 언급되었다. 해당 문항의 빈도분석 결과는 표 4에 제시하였다.

기술통계 분석 및 상관분석

본 연구에 사용되는 주요 변인들의 기술통계치와 변인들 간 상관계수는 표 5와 같다. 경과시간은 복합 비애 중에서도 특히 분리 고통과 다소 높은 부적 상관을 보였다(r=-.47, p<.01). 부정적 비애 인지는 복합 비애와 높은 정적 상관을 보였으며(r=.79, p<.01), 복합 비애 중에서도 특히 트라우마적 고통과 높은 정적 상관을 나타냈다(r=.80, p<.01). 심리적 부적응은 복합 비애와 높은 정적 상관을 나타냈다(r=.77, p<.01). 성인 애착과 반려동물 애착은 복합 비애와 중간 정도의 정적 상관을 보였다(r=.35~.41, p<.01). 수의사 지지는 반려동물 애도 중 죄책감과 낮은 부적 상관을 나타냈다(r=-.16, p<.05). 주변의 지지는 반려동물 애도 중 트라우마와 낮은 부적 상관(r=-.17, p<.05), 심리적 부적응 중 우울과 낮은 부적 상관을 보였다(r=-.16, p<.05). 반면, 가족의 지지는 주요 변인들과 유의한 상관을 나타내지 않았다.

상실 원인에 따른 차이 검증

상실 원인에 따라 주요 변인들에 차이가 있는지 알아보기 위해 상실 원인을 '만성질환, 급성질환, 사고, 노화'로 나누어 일원분산분석을 실시하고, Scheffé 검증을 통해 사후검증을 실시하였다. 분석 결과, 표 6에서와 같이 반려동물 상실 원인에 따라 복합 비애, 부정적 비애 인지, 심리적 부적응 수준에는 유의한 차이가 없었던 반면 반려동물 애도 수준에서는 유의한 차이가 나타났다(F(3, 156)=4.57, p<.01). 사후검증 결과, 급성질환과 노화의 평균차는 5.13이고 유의확률은 .009로, 유의수준 .01에서 유의한 차이가 있는 것으로 분석되었다.

복합 비애와 관련 변인들의 중다회귀분석

복합 비애에 영향을 미치는 관련 변인들의 상대적 영향력을 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시하였으며, 결과는 표 7과 같다. 먼저, 독립변수는 복합 비애 수준의 70.6%를 설명하였다(F(7, 152)=52.13, p=.000). 복합 비애에 유의하게 영향을 미치는 독립변수는 현재 반려동물 유무(ß=-.138, p<.01), 심리적 부적응(ß=.373, p<.001), 부정적 비애 인지였다(ß=.401, p<.001). 상실의 갑작스러움, 커뮤니티 소속 여부, 반려동물 애착이 복합 비애에 미치는 영향은 유의하지 않았다. 독립변수의 상대적 기여도를 나타내는 표준화 계수에 의하면 부정적 비애 인지의 기여도가 가장 큰 것으로 나타났다.

표 5. 주요 변인들의 하위척도별 상관관계

	1	2	3	4	5	5-1	5-2	5-3	6	7	8	8-1	8-2	9	9-1	9-2	9-3	10	10-1	10-2
1. 경과시간	1																			
2. 수의사 지지	-.03	1																		
3. 가족 지지	-.03	.38**	1																	
4. 주변 지지	-.04	.43**	.57**	1																
5. 반려동물 애도	-.12	-.13	-.08	-.10	1															
5-1. 비애/슬픔	-.07	-.07	-.06	-.07	.87**	1														
5-2. 트라우마	-.10	-.11	-.15	-.17*	.77**	.46**	1													
5-3. 죄책감	-.15	-.16*	.03	.00	.77**	.53**	.44**	1												
6. 부정적 비애 인지	-.23**	-.08	-.09	-.11	.61**	.43**	.65**	.40**	1											
7. 반려동물 애착	.09	-.01	.10	-.05	.54**	.59**	.29**	.35**	.30**	1										
8. 성인 애착	.10	-.01	-.08	-.14	.33**	.25**	.39**	.14	.45**	.22**	1									
8-1. 애착불안	.09	-.03	-.03	-.03	.32**	.23**	.38**	.16*	.42**	.15	.85**	1								
8-2. 애착회피	.07	.00	-.10	-.20*	.25**	.20**	.30**	.09	.36**	.23**	.87**	.48**	1							
9. 심리적 부적응	-.19*	-.01	-.11	-.13	.59**	.47**	.61**	.33**	.79**	.33**	.47**	.47**	.35**	1						
9-1. 우울	-.13	.03	-.10	-.16*	.60**	.49**	.57**	.37**	.77**	.36**	.52**	.52**	.39**	.75**	.1					
9-2. 불안	-.21**	-.09	-.13	-.14	.56**	.44**	.59**	.31**	.76**	.30**	.43**	.43**	.33**	.73**	.57**	.1				
9-3. 신체화	-.20*	.05	-.09	-.06	.51**	.39**	.57**	.26**	.72**	.28**	.38**	.38**	.28**	.71**	.57**	.70**	1			
10. 복합 비애	-.31**	.02	-.07	-.09	.66**	.56**	.62**	.40**	.79**	.35**	.41**	.37**	.34**	.77**	.75**	.73**	.71**	1		
10-1. 분리 고통	-.47**	.03	-.04	-.08	.53**	.47**	.44**	.34**	.59**	.27**	.22**	.20*	.18*	.60**	.57**	.57**	.57**	.86**	1	
10-2. 트라우마적 고통	-.16*	.01	-.08	-.09	.66**	.54**	.65**	.39**	.80**	.35**	.47**	.42**	.40**	.77**	.76**	.73**	.70**	.95**	.65**	1
M	25.35	2.99	2.91	2.66	29.33	15.81	5.11	8.41	57.53	53.46	134.97	61.34	73.63	24.08	9.18	14.89	18.89	7.98	6.18	4.73
SD	23.53	0.74	0.89	0.97	7.13	3.77	2.78	2.20	41.01	10.33	32.89	18.19	20.03	9.61	4.13	6.39	15.63	5.76	5.66	5.07

* $p < .05$, ** $p < .01$

표 6. 상실 원인에 따른 주요 변인들의 비교분석 결과

변인	집단 구분(n)	평균	표준편차	*F*	*Scheffé*
반려동물 애도	만성질환(37)	28.70	6.79	4.57**	*b>d*
	급성질환(34)	32.44	7.46		
	사고(28)	30.79	5.54		
	노화(61)	27.31	7.19		
복합 비애	만성질환(37)	24.27	7.73	1.46	
	급성질환(34)	26.06	12.56		
	사고(28)	25.46	10.37		
	노화(61)	22.21	8.18		
부정적 비애 인지	만성질환(37)	57.73	33.06	1.99	
	급성질환(34)	66.38	49.99		
	사고(28)	66.32	41.96		
	노화(61)	48.44	38.34		
심리적 부적응	만성질환(37)	20.14	14.31	1.02	
	급성질환(34)	22.29	17.53		
	사고(28)	17.21	15.28		
	노화(61)	17.00	15.43		

주. (a) 만성질환, (b) 급성질환, (c) 사고, (d) 노화

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

표 7. 복합 비애에 대한 중다회귀분석

	B	ß	*t*	R^2	*F*
				.706	52.13***
상실의 갑작스러움	1.101	.052	1.142		
현재 반려동물 유무	-2.785	-.138	-2.904**		
커뮤니티 소속 여부	1.731	.087	1.769		
반려동물 애착	.089	.096	1.933		
성인 애착	.003	.011	.208		
심리적 부적응	.230	.373	4.823***		
부정적 비애 인지	.094	.401	5.152***		

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

논 의

본 연구는 심리적 부적응, 개인의 애착유형, 상실한 대상과의 애착 정도, 사회적 지지 수준, 충격적인 상실, 상실 후의 인지 과정이 복합 비애의 발달에 영향을 미친다는 선행연구를 바탕으로 반려동물 상실 경험을 살펴보고, 반려동물 애도의 맥락에서 복합 비애에 영향을 미치는 위험요인은 어떤 것이 있는지 알아보고자 하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 변인들 간의 상관을 살펴보았을 때, 부정적 비애 인지와 심리적 부적응은 복합 비애와 높은 정적 상관을 보였다. 부정적 비애 인지는 복합 비애 중에서도 트라우마적 고통과 높은 정적 상관을 나타냈다. 이러한 결과는 자기, 삶, 미래, 비애 반응에 대한 인지적 변인이 상실 후의 복합 비애 및 우울 증상 수준과 상관이 있다는 선행연구(Boelen et al., 2006)를 지지하며, 부정적 비애 인지가 충격, 정서적 무감각, 분노, 회피와 같은 외상적 고통을 심화시킴으로써 복합 비애의 위험요인으로 기능할 수 있는 변인임을 보여준다. 그러나 부정적 비애 인지는 심리적 부적응의 하위 척도와 상관이 .72~.79이며, 복합 비애의 하위 척도인 트라우마적 고통과도 .80으로 높은 상관을 보인다. 이는 세 변인이 유사한 개념을 내포함을 시사하는 것일 수 있다. 복합 비애는 상실 후에 경험하는 분리 고통과 더불어 다양한 인지·정서·행동적 반응을 포괄하는 개념이므로 부정적 비애 인지 및 심리적 부적응의 구성개념과 완전히 구별된다고 보기는 어렵다. 그렇지만 각각은 고유한 특성을 나타내기도 한다. 특히 자기 비난, 비애를 중요시함, 비애의 위협적 해석은 복합 비애에는 포함되지 않는 부정적 비애 인지만의 고유한 특성이다. 이러한 개념 간의 유사점과 차이점을 고려하여 부정적 비애 인지 및 심리적 부적응이 복합 비애에 미치는 영향을 명료히 보여주는 후속 연구가 진행될 필요가 있다.

성인 애착과 반려동물 애착은 복합 비애와 중간 정도의 정적 상관을 보여 불안정 애착유형 및 상실한 반려동물과의 애착 정도가 복합 비애 수준과 관련이 있다는 선행연구들과 일치하는 결과를 보여주었다(Wrobel & Dye, 2003; Reisbig et al., 2017; Field et al., 2009; Hunt & Padilla, 2006; Field et al., 2009).

한편, 사회적 지지 자원이 적을수록 상실 후 심리적 적응에 어려움을 겪는 것으로 나타난 선행연구들과 달리 본 연구에서는 사회적 지지와 주요 변인들 간에 유의한 상관이 나타나지 않았다. 본 연구는 사회적 지지 관련 척도를 따로 사용하지 않고 반려동물 상실 관련 자기보고식 설문지 내에 사회적 지지 정도를 묻는 간단한 문항들을 포함시켜 자료를 수집하였다. 선행연구와 불일치하는 결과가 나온 것은 사회적 지지 경험을 다차원적으로 측정할 수 없었던 본 연구의 한계를 반영하는 것일 수 있다. 그러나 하위척도별 상관을 살펴보면 수의사 지지는 반려동물 애도의 죄책감과, 주변의 지지는 반려동물 애도의 트라우마와 낮은 부적 상관을 보였다. 또한 반려동물 상실 후 마음을 회복하는 데 도움이 되었거나 도움이 될 것 같은 것을 자유롭게 기재하도록 한 주관식 문항에서도 가족 및 주변인들의 지지와 위로가 22.9%로 가장 큰 비중을 차지하여 사회적 지지가 상실 후의 애도 반응에 보호요인으로 작용할 수 있는 가능성을 시사하고 있다. 따라서 향후 연구를 통해 반려동물 애도의 맥락에서 복합 비애와 사회적 지지의 관계를 재확인할 필요가 있다.

둘째, 상실 원인에 따라 주요 변인들의 수준에 차이가 있는지 살펴본 결과, 반려동물 애도 수준에서만 유의한 차이가 나타났다. 사후검증 결과,

상실 원인이 급성질환이었던 경우 노화에 비해 반려동물 애도 수준이 유의하게 높았다. 일반적으로 노화와 같은 비외상적 상실보다 사고와 같은 갑작스러운 외상적 상실의 경우에 상실을 받아들이고 통합시키는 데 더 큰 어려움을 겪는다고 알려져 있는데(Kaltman & Bonanno, 2003), 본 연구에서 상실 원인에 따라 복합 비애 수준에 유의한 차이가 나타나지 않은 것은 연구 참여자들이 안락사라는 맥락에서 상실을 경험했기 때문으로 보인다. 반려동물 상실과 관련하여 가장 마음이 힘들었던 점을 묻는 문항에서 '안락사 결정에 대한 죄책감'이 19.2%로 가장 큰 비중을 차지하였고 '안락사 결정이 잘한 것이었는지 확신 부족'이 19%로 두 번째로 큰 비중을 차지한 점을 고려해 볼 때, 개별 상실 원인보다 반려동물의 마지막을 반려인이 직접 결정해야 하는 안락사 과정 자체가 복합 비애에 보다 큰 영향을 주었을 가능성을 생각해볼 수 있다. 향후 반려동물을 안락사한 집단과 그렇지 않은 집단을 비교하는 연구를 통해 반려동물 안락사 경험이 복합 비애에 미치는 영향을 더욱 세밀하게 살펴볼 필요가 있다.

셋째, 복합 비애에 영향을 미치는 주요 변인들의 상대적 영향력을 살펴보기 위해 중다회귀분석을 실시한 결과, 부정적 비애 인지, 심리적 부적응, 현재 반려동물 유무 순으로 복합 비애에 큰 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 사별 후의 인지 과정이 복합 비애의 발달과 유지에 영향을 미친다는 선행연구들과 일치하는 결과로(Field & Bonanno, 2001; Boelen et al., 2006), 정상적인 애도 반응이 복합 비애로 발전하게 되는 데에 부정적 비애 인지가 중요한 역할을 할 수 있음을 시사한다. 특히 반려동물의 삶은 반려인에 대한 의존도가 높으므로, 양육자로서 반려인들이 느끼는 책임감은 자기비난과 같은 부정적 비애 인지를 심화시킬 수 있다. 그러므로 상담 장면에서 반려동물을 상실한 내담자들을 만날 때에는 반려인이 자신의 상실 경험 및 애도 반응을 어떻게 지각하고 있는지, 상실 이후 자기, 타인, 삶, 세상, 미래에 관한 신념에 변화가 있는지 살펴보는 것이 중요할 것으로 보인다.

현재 다른 반려동물을 키우고 있을수록 복합 비애 수준이 낮아지는 것은 반려동물 상실 후 다른 반려동물을 키우지 않는 경우에 복합 비애의 위험이 높아질 수 있음을 시사한다. 반려동물 상실 후 마음을 회복하는 데 도움이 되었거나 도움이 될 것 같은 것을 자유롭게 기재하도록 한 주관식 문항에서도 다른 반려동물의 존재가 응답의 12.7%를 차지하였는데, 이러한 결과는 선행연구를 지지하는 것으로서 다른 반려동물의 존재가 사회적 지지 자원으로 기능할 수 있음을 보여준다(Tzivian et al., 2014; Toray, 2004). 그러나 상실의 슬픔을 겪고 있는 반려인에게 섣불리 '다른 반려동물을 키우라'고 말하는 것은 다른 반려동물의 존재가 사별한 반려동물의 자리를 대체할 수 있으며, 상실한 반려동물에 대해 느끼는 반려인의 강한 애착 및 애도 반응이 부적절하고 비정상적이라는 메시지를 내포하고 있어 상실 후의 심리적 적응을 더욱 어렵게 할 수 있다(Turner, 2003; Walsh, 2009; Wrobel & Dye, 2003; Sharkin & Bahrick, 1990). 또한 상실 후의 심리적 고통을 회피하려는 목적이나 상실한 반려동물의 빈자리를 채우려는 목적으로 새로운 반려동물을 입양하는 것은 반려인 자신의 애도 반응에도, 새로운 반려동물과의 관계에도 부정적인 영향을 끼칠 수 있으므로 주의해야 한다. Toray(2004)는 새로운 반려동물을 입양하고자 할 때에는 스스로의 동기를 점검해보고, 가급적이면 애도 반응을 충분히 경험하고 표현한 뒤에 입양을 결정할 것을 권고하고 있다.

본 연구의 의의 및 시사점은 다음과 같다. 첫

째, 국내외 애도 연구가 주로 인간과의 사별을 다루었던 것과 달리 본 연구는 반려동물 상실 경험에 초점을 맞춰 반려동물 상실이 인간에게 미치는 심리적 영향을 살펴보았다는 점에서 의미가 있다. 본 연구를 통해 반려동물 상실 경험에 대한 이해의 폭을 넓힐 수 있었으며, 반려동물 상실 경험이 인간과의 사별 못지않게 큰 애도 반응을 야기하고 복합 비애로 이어질 수 있음을 확인하였다. 이는 반려동물 상실에 대한 상담개입의 필요성 및 중요성을 시사하는 바이며, 상담자들은 내담자들의 반려동물 상실 경험을 인간과의 사별과 마찬가지로 존중하고 섬세하게 이해할 수 있는 역량을 길러야 한다.

둘째, 본 연구에서는 그동안 반려동물 애도의 맥락에서는 다뤄진 적 없는 부정적 비애 인지를 포함시켜 연구를 진행하였다는 데 의의가 있다. 부정적 인지가 복합 비애의 위험요인이 될 수 있다는 점을 밝힘으로써 반려동물 상실로 상담 장면을 찾은 내담자들에게 적절히 개입할 수 있는 방향성을 제공한다. 내담자의 심리적 적응을 돕기 위해 상담 과정에서는 내담자의 상실 경험 및 애도 반응과 관련된 인지적 부분이 중요하게 다뤄져야 할 것이다.

셋째, 본 연구는 반려동물 안락사 경험을 중심으로 연구를 진행함으로써 안락사 결정이 복합 비애에 미치는 영향을 살펴볼 수 있었다. 반려동물을 안락사로 상실한 반려인들의 경우 주로 안락사 결정에 대한 죄책감이나 안락사 결정이 잘한 것이었는지에 대한 확신 부족으로 인해 심리적 어려움을 경험한다는 것을 알 수 있었다. 따라서 상담 장면에서는 반려인들이 안락사 과정에서 경험하는 다양한 욕구 및 가치의 충돌을 탐색하고 반려동물 안락사 결정을 타당화해주는 작업이 필요하다. 또한 안락사 결정 과정을 되돌아보며 의미를 발견하고 경험을 재해석하도록 돕는 치료적 개입이 효과적인 상담에 도움을 줄 수 있을 것이다.

넷째, 본 연구는 다른 반려동물의 존재가 사회적 지지 자원으로 기능할 수 있음을 보여주었다. 이는 특히 반려동물 애도의 맥락에서 시사하는 바가 크다. 아직까지 반려동물 상실은 사회적으로 인정받지 못하고 있고, 반려인들이 주변으로부터 충분한 지지를 받지 못하는 경우가 많기 때문에 상담 과정에서 다른 반려동물의 유무를 파악함으로써 내담자의 정서조절 및 심리적 적응을 돕는 자원으로 활용할 수 있을 것이다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 표본은 대부분 여성, 20대, 반려견을 상실한 경우에 편중되어 있어 연구결과를 일반화하는 데 어려움이 있다. 또한 본 연구는 ‘최근 10년 이내에 반려동물을 안락사한 경험이 있고 복합 비애 반응을 한 가지 이상 경험하고 있는 성인’으로 대상을 한정하여 연구를 진행하였다. 보다 보편적인 대상을 설정하고 고르게 표집하여 후속 연구를 진행한다면 반려동물 상실 경험으로 인한 심리적 영향을 한층 더 다양한 측면에서 살펴볼 수 있을 것이다.

둘째, 본 연구는 복합 비애 반응 중 적어도 하나 이상을 경험한 일반인들을 대상으로 하였으므로, 본 연구의 표본이 복합 비애 집단을 정확히 대표한다고 보기 어렵다. 복합 비애 집단의 충분한 표집을 토대로 후속 연구가 이루어진다면, 정상적인 애도 반응을 보이는 집단과의 차이검증을 통해 복합 비애 집단의 고유한 특징을 보다 명확하게 알아볼 수 있을 것이다. 또한 자기보고식의 설문지로 수집한 양적인 데이터는 반려동물 상실 경험의 복잡성을 충분히 반영하지 못할 가능성이 있고, 개인적 특성뿐 아니라 문화적 특성도 상실 경험에 영향을 미치므로 질적 연구가 함께 이루어진다면 반려동물 애도의 맥락에서 나타나는 복

합 비애 반응의 특징을 이해하는 데 도움이 될 것이다.

셋째, 본 연구에서 부정적 비애 인지 및 심리적 부적응이 복합 비애의 위험요인으로 기능할 수 있음을 밝혔지만, 구성개념 간의 긴밀한 연관성으로 인해 그 영향을 명료히 보여주기에는 한계가 있었다. 후속 연구에서는 각각의 구성개념이 지닌 서로 다른 특성들에 유념하며 해당 개념들을 조작적 정의한 뒤 이를 잘 반영할 수 있는 측정도구를 사용해 부정적 비애 인지와 심리적 부적응이 복합 비애에 미치는 영향을 다시 한번 살펴볼 필요가 있다.

마지막으로, 선행연구에 따르면 1인 가구가 반려동물에게 더 강한 애착을 형성하고 상실 후의 적응에도 더 큰 어려움을 겪는다고 알려져 있으나(Gosse & Barnes, 1994; Brown, 2006), 본 연구에서는 이 점을 고려하지 못하였다. 이외에도 본 연구에서 다루지 못한 다양한 인지적, 정서적, 환경적 요인이 있을 수 있으므로 추후 연구에서 확인이 필요하다.

참고문헌

강현숙, 이동훈 (2017). 한국판 지속비애 척도의 타당화 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 29(4), 1027-1052.

김성현 (2004). 친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확증적 요인분석과 문항 반응 이론을 중심으로. 석사학위논문, 서울대학교

농림축산식품부 (2017). 국민 대다수 동물 보호・복지 필요성에 대해 공감 [전자자료]: 2017년 동물보호에 대한 국민의식조사 결과. 세종: 농림축산식품부.

모효정 (2015). 반려동물의 상실로 인한 슬픔, 펫로스(Pet Loss) 증후군의 증상과 대처. 인간・환경・미래, 15, 91-120.

이윤주, 조계화, 이현지 (2007). 사별에 관한 최근 연구동향 분석. 상담학연구, 8(3), 839-857.

이현서, 한재희 (2018). 중년여성들의 노화반려견 상실경험. 상담학연구, 19(3), 257-276.

이혜지, 강영신 (2017). 상실에 따른 애도 반응과 외상 후 성장 간의 관계에서 인지적 재평가와 영적 대처의 매개효과. 상담학연구, 18(6), 623-643.

장현아 (2009). 복합비애(Complicated grief)의 개념과 진단. 한국심리학회지: 일반, 28(2), 303-317.

정민지 (2019). 성인의 반려동물 상실 경험과 복합 비애. 석사학위논문, 이화여자대학교.

정희진 (2011). 외상 경험자의 외상 죄책감 특성과 심리적 적응의 관계. 석사학위논문, 이화여자대학교.

최선재, 안현의 (2013). 상실 경험의 의미 재구성과 심리적 적응의 관계. 상담학연구, 14(1), 323-341.

황선희 (2011). 사별에 따른 지속된 비애 증상과 심리적 부적응의 관계에서 부정적 인지의 매개효과. 석사학위논문, 이화여자대학교.

Allen, K., Blascovich, J., & Mendes, W. B. (2002). Cardiovascular reactivity and the presence of pets, friends, and spouses: The truth about cats and dogs. *Psychosomatic medicine, 64*(5), 727-739.

Barnard-Nguyen, S., Breit, M., Anderson, K. A., & Nielsen J. (2016). Pet loss and grief: Identifying at-risk pet owners during the euthanasia process. *Anthrozoös, 29*(3), 421-430.

Beck, L., & Madresh, E. A. (2008). Romantic partners and four-Legged friends: An extension of attachment theory to relationships with pets.

Anthrozoös, 21(1), 43-56.

Boelen, P. A., Keijser, J., Van Den Hout, M. A., & Van Den Bout, J. (2007). Treatment of complicated grief: A comparison between cognitive46 behavioral therapy and supportive counseling. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 75*(2), 277-284.

Boelen, P. A., Van Den Bout, J., & Van Den Hout, M. A. (2003b). The role of cognitive variables in psychological functioning after the death of a first degree relative. *Behaviour Research and Therapy, 41*(10), 1123-1136.

Boelen, P. A., Van Den Hout, M. A., & Van Den Bout, J. (2006). A cognitive-behavioral conceptualization of complicated grief. *Clinical Psychology: Science & Practice, 13*(2), 109-128.

Brown, B. H., Richards, H. C., & Wilson, C. A. (1996). Pet bonding and pet bereavement among adolescents. *Journal of Counseling and Development, 74*(5), 505-509.

Brown, K. (2006). Pastoral concern in relation to the psychological stress caused by the death of an animal companion. *Mental Health, Religion Culture, 9*(5), 411-422.

Chur-Hansen, A. (2010). Grief and bereavement issues and the loss of a companion animal: People living with a companion animal, owners of livestock, and animal support workers. *Clinical Psychologist-Australian Psychological Society, 14*(1), 14-21.

Clements, P. T., Benasutti, K. M., & Carmone, A. (2003). Support for bereaved owners of pets. *Perspectives in Psychiatric Care, 39*(2), 49-54.

Cordaro, M. (2012). Pet loss and disenfranchised grief: Implications for mental health counseling practice. *Journal of Mental Health Counseling, 34*(4), 283-294.

Durkin, A. (2009). Loss of a companion animal: Understanding and helping the bereaved. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services, 47*(7), 26-31.

Eckerd, L. M., Barnett, J. E., & Jett-Dias, L. (2016). Grief following pet and human loss: Closeness is key. *Death Studies, 40*(5), 275-282.

Field, N., Orsini, L., Gavish, R., & Packman, W. (2009). Role of attachment in response to pet loss. *Death Studies, 33*(4), 334-355.

Field, N. P., & Bonanno, G. A. (2001). The role of blame in adaptation in the first 5 years following the death of a spouse. *American Behavioral Scientist, 44*(5), 764-781.

Gage, M. G., & Holcomb, R. (1991). Couples' perception of stressfulness of death of the family pet. *Family Relations, 40*(1), 103-105.

Gosse, G. H., & Barnes, M. J. (1994). Human grief resulting from the death of a pet. *Anthrozoös, 7*(2), 103.

Hunt, M., & Padilla, Y. (2006). Development of the pet bereavement questionnaire. *Anthrozoös, 19*(4), 308-324.

Kaltman, S., & Bonanno, G. A. (2003). Trauma and bereavement: Examining the impact of sudden and violent deaths. *Journal of Anxiety Disorders, 17*(2), 131-147.

Kimura, Y., Kawabata, H., & Maezawa, M. (2011). Psychiatric investigation of 18 bereaved pet owners. *The Journal of Veterinary Medical Science, 73*(8), 1083-1087.

King, L. C., & Werner, P. D. (2012). Attachment, social support, and responses following the death of a companion animal. *Omega: Journal of Death & Dying, 64*(2), 119-142.

Kurdek, L. A. (2008). Pet dogs as attachment figures. *Journal of Social and Personal Relationships, 25*(2), 247-266.

Kurdek, L. A. (2009). Pet dogs as attachment figures for adult owners. *Journal of Family Psychology, 23*(4), 439-446.

McCutcheon, K. A., & Fleming, S. J. (2002). Grief resulting from euthanasia and natural death of companion animals. *Omega: Journal of Death & Dying, 44*(2), 169-188.

Michael, C., & Cooper, M. (2013). Post-traumatic growth following bereavement: A systematic review of the literature. *Counseling Psychology Review, 28*(4), 18-33.

Mohanti, B. K. (2017). Grieving the loss of a pet needs the health system recognition. *Journal of Social Work in End-of-Life & Palliative Care, 13*(4), 215-218.

Morley, C., & Fook, J. (2005). The importance of pet loss and some implications for services. *Mortality, 10*(2), 127-143.

Packman, W., Field, N., Carmack, B., & Ronen, R. (2011). Continuing bonds and psychosocial adjustment in pet loss. *Journal of Loss and Trauma, 16*(4), 341-357.

Planchon, L. A., Templer, D. I., Stokes, S., & Keller, J. (2002). Death of a companion cat or dog and human bereavement: Psychosocial variables. *Society & Animals, 10*(1), 93-106.

Podrazik, D., Shackford, S., Becker, L., & Heckert, T. (2000). The death of a pet: Implications for loss and bereavement across the lifespan. *Journal of Personal & Interpersonal Loss, 5*(4), 361-395.

Prato-Previde, E., Fallani, G., & Valsecchi, P. (2006). Gender differences in owners interacting with pet dogs: An observational study. *Ethology, 112*(1), 64-73.

Reisbig, A. M. J., Hafen, M., Drake, A. A. S., Girard, D., & Breunig, Z. B. (2017). Companion animal death: A qualitative analysis of relationship quality, loss, and coping. *Omega: Journal of Death & Dying, 75*(2), 124-150.

Rujoiu, O., & Rujoiu, V. (2014). Pet loss and human emotion: Romanian students' reflections on pet loss, *Journal of Loss and Trauma, 19*(5), 474-483.

Sable, P. (2013). The pet connection: An attachment perspective. *Clinical Social Work Journal, 41*(1), 93-99.

Sharkin, B. S., & Bahrick, A. S. (1990). Pet loss: Implications for counselors. *Journal of Counseling & Development, 68*(3), 306-308.

Sharkin, B. S., & Knox, D. (2003). Pet loss: Issues and implications for the psychologist. *Professional Psychology, Research and Practice, 34*(4), 414-421.

Swarte, N. B., & Heintz, A. P. (1999). Euthanasia and physician-assisted suicide. *Annals of Medicine, 31*(6), 364-371.

Toray, T. (2004). The human-animal bond and loss: Providing support for grieving clients. *Journal of Mental Health Counseling, 26*(3), 244-259.

Turner, W. G. (2003). Bereavement counseling: Using a social work model for pet loss. *Journal of Family Social Work, 7*(1), 69-82.

Tzivian, L., Friger, M., & Kushnir, T. (2014). Grief and bereavement of Israeli dog owners: Exploring short-term phases pre- and post-euthanization. *Death Studies, 38*(2), 109-117.

Walsh, F. (2009). Human-animal bonds II: The role of pets in family systems and family therapy. *Family Process, 48*(4), 481-499.

Wells, D. L. (2009). The effects of animals on human health and well-being. *Journal of Social Issues, 65*(3), 523-543.

Wong, P. W. C., Lau, K. C. T., Liu, L. L., Yuen, G. S. N., & Wing-Lok, P. (2017). Beyond recovery: Understanding the postbereavement growth from companion animal loss. *Omega: Journal of Death & Dying, 75*(2), 103-123.

Wrobel, T. A., & Dye, A. L. (2003). Grieving pet death: Normative, gender, and attachment issues. *Omega: Journal of Death & Dying, 47*(4), 385-394.

Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). Pets as safe havens and secure bases: The moderating role of pet attachment orientations. *Journal of Research in Personality, 46*(5), 571-580.

원고 접수일 : 2019. 10. 14.
수정원고 접수일 : 2020. 02. 27.
게재 결정일 : 2020. 03. 17.

상담학연구
Korean Journal of Counseling
2020, Vol. 21, No. 2, 269-289

Adult's Pet Euthanasia Experience and Complicated Grief: An Exploratory Study on the Risk Factors

Jung, Min-Ji[1] · Ahn, Hyun-Nie[2]

[1]M.A., Department of Psychology, Ewha Womans University, Seoul, Korea
[2]Professor, Department of Psychology, Ewha Womans University, Seoul, Korea

This study was conducted to explore experiences of pet euthanasia and risk factors that affect complex grief in the context of companion animal bereavement. Data from 160 adults who have euthanized their companion animals within 10 years and experienced at least one complicated grief reaction were analyzed. The participants completed Prolonged Grief-13(PG-13), Pet Bereavement Questionnaire(PBQ), Brief Symptom Inventory-18(BSI-18), Korean version of Experiences in Close Relationships Questionnaire-Revised(ECR-R), Lexington Attachment to Pets Scale(LAPS), and Grief Cognitions Questionnaire(GCQ). The data were analyzed using Pearson correlation analysis, one-way ANOVA, multiple regression analysis. The findings are as follows: Complicated grief was highly positively correlated with negative cognitions and psychological maladjustment. Especially, traumatic distress was highly positively correlated with negative cognitions. The level of pet bereavement in cases of acute disease loss was significantly higher than in cases of aging. Multiple regression analysis showed that complicated grief was significantly predicted by negative cognitions, psychological maladjustment, and the presence of another companion animal. Based on the results, the implications and discussions were suggested.

Key words : pet loss, pet attachment, negative cognitions, complicated grief