

반려동물의 상실로 인한 슬픔, 펫로스(Pet Loss) 증후군의 증상과 대처

모효정*

【요약】

1인 가구 및 가계 소득의 증가로 반려동물을 기르는 사람들이 늘어나면서 반려동물과의 상실로 인한 비애, 즉 펫로스를 경험하는 사람들이 증가하고 있다. 반려인에게 있어 반려동물은 가족과 같으며 삶의 동반자이고, 무조건적 사랑의 대상이다. 이러한 반려동물을 상실한 반려인은 정신적, 감정적, 신체적 고통을 겪게 되는데, 이는 사별을 겪은 사람들의 반응과 유사하다. 펫로스인 비애는 보통 2~3개월 정도 지나면 사라지지만 1년 이상 지속되기도 하는데, 이 경우 복합 비애와 외상 후 스트레스 장애로 악화될 수 있다. 반려동물의 사별로 인한 비애는 인간과의 사별로 인한 비애와 유사함에도 불구하고 사회적으로 인정받지 못하고 있기 때문에, 주변의 위로와 지지의 부재는 반려인의 고통을 더욱 가중시킨다.

일찍부터 반려동물에 관한 문화가 발달해온 서구유럽에 비해 펫로스인 비애에 대한 우리 사회의 관심은 그리 높지 않지만, 최근 들어 펫로스인 비애에 대한 이해하고 이에 대처하기 위한 사회적 노력이 시도되고 있다. 반려동물의 상실로 인한 비애를 이해하고 이들을 지원하는 것은 반려인의 빠른 치유에 도움이 되며, 반려동물에 대한 올바른 문화 확산의 토대가 될 것이다.

【주제어】 펫로스, 펫로스 증후군, 반려동물, 비애, 사회적 지원

* 서울대학교 의과대학 감염병연구소, 2단계 바이오이종장기개발사업단 연구교수

** 본 연구는 보건복지부의 재원으로 한국보건산업진흥원의 보건의료기술연구개발사업 지원에 의하여 이루어진 것임(과제고유번호: HI13C0954).

I. 서론

인간은 누구나 죽음으로 인한 이별, 즉 사별을 경험하게 된다. 사별 이후 일반적으로 정신적 고통과 괴로움(distress), 외상 후 스트레스(장애) 또는 우울증 등을 경험하게 되는데, 사별은 개인의 심리적 반응인 비애(grief)와 사회적 반응인 애도(mourning)로 구분될 수 있으며,¹⁾ 이 중에서 비애는 상실에 대한 부인, 내면적 슬픔, 상실한 개체와의 동일화, 상실한 개체를 제대로 보살피지 못했다는 자책과 분노, 무심함과 같은 여러 감정과 기분의 연속적인 변화로 나타난다.²⁾ 이러한 사별은 인간과 인간 사이뿐만 아니라 인간과 반려(伴侶)동물³⁾ 사이에서도 발생할 수 있으며, 오랫동안 가족의 일원으로 함께 지낸 반려동물이 죽거나 사라진 후 생기는 상실감과 고통, 슬픔, 그리고 이로 인해 발생하는 정신적 장애를 펫로스 증후군(Pet Loss Syndrome)⁴⁾이라고

1) James E. Quackenbush, "The Death of a Pet. How It can Affect Owners," *The Veterinary Clinics of North America. Small Animal Practice* 15(March 1985): 395-402.

2) Dehasse Joel. 2000. "Death of a Pet." http://www.joeldehasse.com/articles/a-english/death_of_a_pet.html(검색일: 2015.07.20.)

3) 반려동물(companion animal)이란 사람과 생활하며 정서를 교류하는 동물을 '가족'이라는 의미에서 지칭하는 용어이다. '애완동물'은 옆에 두고 만지면서 귀여워하는 사람의 장난감 또는 유희의 대상이라는 의미가 내포된 반면, '반려동물'은 '여생을 함께 보낸다'는 의미로 동물을 가족, 친구, 애인 등으로 여기는 개념이다. 반려동물이란 용어는 1983년 오스트리아 '인간과 동물의 관계에 관한 국제 심포지엄'에서 노벨상 수상자인 K. 로렌스가 '애완동물(pet)'을 대신하여 사용하기를 제안하였고, 우리나라에서는 2007년 동물보호법이 개정된 이후부터 공식적으로 사용되고 있다. KB금융지주 경영연구소, "KB 지식 비타민: 국내외 반려동물보험 동향과 시사점," 2015-23호(2015): 1; 박주은, 「여성의 반려견 죽음에 대한 경험」, (한양대학교 임상간호정보대학원 석사학위논문, 2013), 8.

4) 반려동물의 죽음으로 나타나는 지속적인 슬픔과 고통을 지칭하는 용어로서 '반려동물상실증후군', '애견동물상실증후군', '애견사망증후군', '애견상실증후군' 등으로 불리기도 한다. 그러나 본 논문에서는 개나 고양이뿐만 아니라 반려인이 키우

한다.

가계 소득의 증가와 고령화 사회로의 변화, 1인 가구의 증가 등으로 반려동물을 기르는 가구의 수는 증가하고 있다. 2012년 기준으로 전체 가구의 17.9%가 반려동물을 키우고 있는 것으로 조사되었고,⁵⁾ 만 19세 이상 성인남녀 1,000명을 대상으로 실시된 한 설문조사에서도 응답자의 절반 이상인 54.1%가 반려동물을 현재 기르고 있거나(22.5%) 과거에 키운 경험(31.6%)이 있는 것으로 조사되어⁶⁾ 5가구 당 1가구가 반려동물과 함께 생활하고 있는 것으로 나타났다. 반려동물을 가족처럼 보살피는 펫팸족⁷⁾이 증가하면서 반려동물의 죽음과 펫로스에 대한 사회적 관심이 높아지고 있으나 이와는 대조적으로 관련된 연구는 미미한 실정이다.⁸⁾

이에 본 논문에서는 반려동물의 상실로 야기되는 펫로스 증후군이 무엇인지 살펴보고 펫로스에 관한 우리 사회의 관심과 펫로스에 대한 대처방안을 조사하여 펫로스로 인한 우리 사회의 부정적 영향을 줄이기 위한 관련 연구의 필요성을 모색해보고자 한다.

는 모든 동물들을 포함하고, 반려동물의 사망뿐만 아니라 분실의 경우도 포함하여 ‘펫로스’라는 용어를 사용할 것이다.

- 5) 농림수산검역검사본부, 「2012년 동물보호에 대한 국민의식 조사 결과보고서」, 농림축산검역본부 (2012 10월): 21.
- 6) 마크로밀엠브레인 트렌드모니터. 2015. “2015 반려동물 관련 인식 조사” http://www.trendmonitor.co.kr/html/01_trend/01_korea_view.asp?idx=1288(검색일: 2015.07.30.)
- 7) 펫팸(petfam)이란 반려동물을 뜻하는 펫(pet)과 가족(family)가 합성된 신조어이며, 펫팸족은 반려동물을 가족의 구성원으로 생각하는 사람들을 지칭하는 용어이다. 네이버 시사상식사전 참조. <http://terms.naver.com/entry.nhn?docId=1847249&cid=43667&categoryId=43667>(검색일: 2015.07.30.)
- 8) ‘펫로스, 반려동물의 죽음’에 관한 학술자료로 대한수의사회지에 기고된 1편의 원고와 2편의 석사학위논문만이 검색되었다.(국회전자도서관, KSI, RISS, DBPIA 참조, 검색일: 2015.8.28.)

II. 펫로스와의 고통

1. 반려동물의 죽음에 관한 반응

평균적으로 70년 이상을 사는 인간과 달리 반려동물의 수명은 10~15년을 넘지 않는다. 따라서 반려인⁹⁾의 대부분은 반려동물을 잃거나 떠나보내는 과정을 경험하게 되는데,¹⁰⁾ 보통 질병이나 사고, 자연사, 부주의에 인한 실종 등으로 반려동물과 이별하게 된다. 반려동물을 상실한 반려인은 평균 10개월 정도 슬픔을 경험하며, 이는 약 6개월에서 일 년 정도 지속된다고 한다.¹¹⁾ 가족의 일원으로 일상을 함께 했던 반려동물을 잃게 된 후 충격과 상실감으로 불면증, 우울증 등의 심리적 공황상태를 경험하기도 하고 식욕부진, 현기증 같은 증상으로 건강이 악화되기도 한다. 또한, 반려동물의 상실로 인한 반응은 미성년자와 성인이 다르게 나타나는 것으로 보고되고 있다.

어린아이에게 있어 반려동물은 친구, 놀이 친구, 형제자매 등과 같은 존재이다. 반려동물은 아이들에게 책임감이 무엇인지를 알게 해주며, 대인관계, 주위와의 상호작용, 의사소통 등을 포함한 다양한 관계 형성에 좋은 영향을 준다.¹²⁾ 그러나 반려동물의 수명은 인간보다 짧기 때문에 반려동물은

9) 반려동물과 함께 살아가는 사람을 의미하며, 본 논문에서는 기존에 사용되었던 반려동물 애호가, 애견인, 애묘인, 반려동물 견주, 반려견주, 반려동물 주인 등을 아우르는 의미로 ‘반려인’이라는 용어를 사용할 것이다. ‘반려인’이란 단어는 2005년 기사에서 최초 사용되고 있음을 확인할 수 있다. <http://www.dcnnews.in/news/view.html?section=79&category=116&no=39273>(검색일:2006.07.30.); 박주은(2013), 4.

10) 김상우, 「나를 반기던 반려동물이 내 곁을 떠날 때」, 『인천일보』, 2014년 10월 28일.

11) A. H. Katcher & M. A. Rosenberg, “Euthanasia and the Management of the Client's Grief,” *California Veterinarian* 36(1982): 31-35.

12) Moria A. Allen. 2007. “Helping Children Cope.” <http://www.pet-loss.net/children.shtml>(검색일: 2015.08.28.)

어린이들에게 이별, 죽음, 슬픔, 그리고 이를 극복하는 방법 등을 알려주기도 한다.¹³⁾ 1992년, 미국 대학생을 대상으로 실시된 한 조사에 의하면 유년기 이후 생각나는 최초의 죽음으로 조사대상자의 28%가 반려동물의 죽음이라고 응답하였다.¹⁴⁾

미성년자는 연령에 따라 반려동물과 다양한 관계를 형성하기 때문에 반려동물의 죽음에도 다른 반응을 보일 수 있는데, 영유아들은 반려동물을 인형이나 장난감처럼 취급하는데 반해, 취학 아동들은 반려동물을 털이 많은 형제자매 또는 친구처럼, 십대 청소년은 지속적인 사랑의 대상으로 생각한다는 연구결과가 있다.¹⁵⁾ 따라서 연령과 발달수준에 따라 반려동물의 죽음에 대한 슬픔과 고통도 다르게 나타난다.

1-2세의 영아는 죽음을 알지 못하지만 대신 주변 사람들의 감정과 행동에 영향을 받는다. 이때 영아는 과민, 수면과 섭식 양상의 변화, 조용함 등으로 슬픔을 표현한다. 2-6세의 아이들은 죽음을 잠자는 것으로 인식한다. 그들에게 있어 죽음은 임시적이고 가역적인 것이기 때문에 이미 죽은 반려동물이 다시 살아 올 것이라고 생각한다.¹⁶⁾ 또한 이 시기의 아이들은 가족과 반려동물의 주위에서 일어나는 일에 대해 종종 자신이 조절할 수 있고 심지어 책임질 수 있다고 생각하는데, 이와 같은 ‘마술적 사고(magical thinking)¹⁷⁾’로 자신의 어떤 행동이 반려동물에게 나쁜 영향을 주었다고 생각하기도 한다.¹⁸⁾ 이때의

13) Charles A. Corr, "Pet Loss in Death-Related Literature for Children," *Omega Journal of Death and Dying* 48(January 2003): 399-414.

14) George E. Dickinson, "First Childhood Death Experiences," *Omega Journal of Death and Dying* 25(1992): 169-182.

15) Moria A. Allen. 2007. "Helping Children Cope."

16) Argus Institute. "Helping Children Deal with Pet Loss." Colorado State University, Veterinary Teaching Hospital. <http://csu-cvmb.colostate.edu/Documents/argus-2011-01-grief-children.pdf>(검색일: 2015.08.28.)

17) 자신에게 초능력이 있어 하고 싶은 대로 할 수 있다고 상상하고 환상을 갖는 사고: 차미영, 『웰 다잉을 위한 죽음의 이해』(상상커뮤니케이션, 2006), 25.

18) Debra L. Stephens & Ronald P. Hill, "The Loss of Animal Companions: A

아이들도 과민해지고 규칙적이었던 일상에 변화를 보이며, 퇴행, 행동화(acting out) 등으로 슬픔을 표현한다.

6-12세의 어린이들은 죽음이 무엇인지를 인식하기 시작한다. 초등학교 저학년의 어린이들은 나이든 사람이나 자신과 관계없는 다른 사람들에게만 죽음이 발생하는 것이라고 믿는다. 그러다가 곧 자기 자신이나 자신과 가까운 사람들도 죽을 수 있다는 것을 이해하기 시작하며, 이 시기에 반려동물을 잃게 되면 죽음으로 인한 공포가 발생할 수 있다. 십대 청소년들은 죽음에 대해 추상적으로 생각하기 시작하며, 이들은 신체의 수명이 다하여 죽음에 이른다는 것을 이해한다.¹⁹⁾ 미성년자들은 반려동물을 상실하였을 때 슬픔, 혼란, 공포 및 죄책감 등을 느끼고, 대부분 울었다고 한다. 또한 미성년자들은 반려동물을 죽였던 사람에게 분노와 증오를 느꼈다고 한다. 이 때의 분노는 사고로 반려동물을 죽인 사람뿐만 아니라 안락사를 수행한 수의사와 반려동물을 편히 쉬게 해 달라고 요청한 부모에게도 이어졌다.

반려동물 또는 가족과의 사별을 경험한 어린이에게 있어 부모의 반응이 불충분하거나 부적절한 경우도 있는데, 몇몇의 조사대상자들은 반려동물을 잃은 슬픔으로 울었을 때 처벌을 받았거나 가정에서 반려동물과 관련된 대화를 하지 못하게 한 경험이 있다고 한다. 상대적으로 적은 조사대상자들만이 가족과 슬픔을 공유하였다고 답하였다.²⁰⁾

안락사로 반려동물을 상실한 성인의 경우 슬픔과 울음, 섭식과 수면 장애, 일상생활에서의 무기력, 죄책감 등을 경험하고, 사고로 반려동물이 죽은 경우에는 사고의 반복적 재현이 일반적으로 나타나기도 한다. 반려동물의 죽음 이후 몇 주 또는 몇 달 동안은 무의식적으로 반려동물을 찾는 행동(searching behavior)과 반려동물의 존재를 오인식(misperception)하는 행위

Humanistic and Consumption Perspective,” *Society and Animals* 4(1996): 191-193.

19) Argus Institute. “Helping Children Deal with Pet Loss.”

20) George E. Dickinson(1992).

등을 드물지 않게 한다. 목걸이, 장난감, 밥그릇, 담요 등과 같은 반려동물의 유품을 보관하기도 한다.

반려동물의 상실로 인해 심지어 가정이 붕괴되는 경우도 있다. 3년 전에 반려동물을 상실한 경험이 있는 부부 242쌍을 대상으로 실시한 한 조사에 의하면, 40%의 아내와 25%의 남편이 정신적 장애가 있었다고 한다.²¹⁾ 남편에게 있어 반려동물의 상실은 가까웠던 친구를 상실한 것과 같은 정도의 스트레스를 느끼게 하고, 자녀가 집을 떠나거나 결혼한 것보다 더 심한 스트레스를 주었다고 한다. 아내는 반려동물의 죽음으로 결혼한 자녀가 연락을 끊은 것과 같은 스트레스를 받았고, 친했던 친구를 잃거나 자녀가 집을 떠나거나 결혼한 것보다 더 심한 스트레스를 받았다고 한다.²²⁾

반려동물과 특별하고 지속적인 애착관계가 형성되었다면 이 관계가 깨졌을 때 슬픔의 강도는 더욱 커진다. 특히, 동물에 의해 구조되거나 동물의 보살핌을 받는 경우는 더욱 특별한데, 예를 들어 안내견을 상실한 반려인은 높은 수준의 고통을 받는 것으로 나타났다. 뿐만 아니라 반려동물의 특성, 같이 지내온 기간, 과거의 특별했던 사건이나 신변의 변화, 특별한 돌봄이 필요했던 동물, 낮은 사회적 지원, 과도한 스트레스의 축적 등도 반려동물의 상실로 인한 슬픔이나 고통에 영향을 준다고 한다.²³⁾

21) M. Geraldine Gage & Ralph Holcomb, "Couples' Perception of Stressfulness of Death of the Family Pet," *Family Relations: Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies* 40(1991): 103-105.

22) Debra L. Stephens & Ronald P. Hill(1996), 193-194.

23) Adrienne E. Thomas, "Pet Loss: A Study of Grief and Bereavement," (Christchurch, June 2009), 5-6; Thomas A. Wrobel & Amanda L. Dye, "Grieving Pet Death: Normative, Gender, and Attachment Issues," *Omega* 47(2003): 386-387.

2. 펫로스 증후군의 발생원인

인간에게 있어 반려동물은 정서적 교류의 대상인 동시에 반려자이다. 미국의 군인가족을 대상으로 실시된 1985년의 한 조사에 의하면, 조사대상자의 98%는 반려동물을 자신의 가족 또는 가까운 친구라고 생각하고 있으며, 96%의 응답자는 가족에게 있어 반려동물은 매우 중요한 존재라고 생각하는 것으로 나타났다. 반려동물을 키우기 시작한 이후 가족의 행복과 즐거움이 증가하였다고 응답한 사람은 70%에 달하였고, 조사대상자의 52%는 가족과 함께하는 시간이 증가하였다고 답하였다.²⁴⁾

반려동물을 키우는 사람들에게 반려동물은 배우자 또는 자녀²⁵⁾와 같으며, 일상생활 및 여가 시간을 함께 하며 외롭거나 우울할 때에 위로해 주는 존재이다. 반려동물은 조건 없이 모든 것을 수용하고 인간에게 깊은 애정을 제공하기 때문에 인간은 반려동물과의 상호작용을 통해 자신의 삶에 대한 혼돈, 불확실성, 불안감 등의 부정적 정서를 완화한다.²⁶⁾

그러나 반려동물의 수명은 인간에 비해 상대적으로 짧기 때문에 대부분의 반려인은 반려동물의 죽음을 경험하게 된다.²⁷⁾ 반려동물의 죽음으로 슬픔은 가족을 잃은 것과 같이 깊은 슬픔과 고통과 유사한데,²⁸⁾ 심지어 자녀가 없는 부부에게 있어서 반려동물의 죽음은 아이를 잃었을 때와 동일한 고통과 슬픔을 경험한다고 한다.²⁹⁾ Cain(1985)의 연구에서도 반려동물의 사망, 사고,

24) Ann O. Cain, "Pets as Family Members," *Marriage and Family Review* 8(1985): 5-10.

25) 사람들이 반려동물을 통해 부모의 역할을 수행한다는 연구결과는 많으며, 반려동물의 관계를 비교한 한 조사에서 반려인과 반려동물의 관계는 부모와 자녀와의 관계와 가장 유사하였다: 이서윤, 「현대 한국사회에서 '애완동물'의 사회학적 의미」, (부산대학교 대학원 석사학위논문, 2009), 63.

26) 박주은(2013), 8-12.

27) Wendy G. Turner, "Evaluation of a Pet Loss Support Hotline," *Anthrozoös* 10(1997): 225-230.

28) 박주은(2013), 16.

실종 시 조사대상자의 94%는 극심한 고통을 경험하였다고 응답하였다.³⁰⁾ 반려동물의 상실 직후 반려인의 85.7%는 한 가지 이상의 고통을 경험하며, 6개월이 경과된 후에는 35.1%, 1년이 경과된 후에는 22.4%의 반려인이 고통을 경험하였다는 연구도 있다.³¹⁾

가족이나 지인과의 사별과 마찬가지로, 반려인은 반려동물의 상실로 인하여 강한 슬픔과 고통을 경험한다. 이것은 병적인 반응이나 집착이 아니라 정상적인 반응이며, 반려동물을 잃은 반려인은 단순히 반려동물을 상실한 것이 아니라 다음과 같은 다양한 관계의 상실을 경험한 것이다.³²⁾

첫째, 반려인에게 있어 반려동물은 무조건적인 사랑(unconditional love)의 대상이다. 인간관계의 대부분은 단순하지 않다. 사람들은 비판적이고 합리성이나 이성을 중시하기에 대부분의 인간은 자신이 다른 사람에게 어떻게 보이는지를 우려한다. 그러나 반려동물과의 관계에서는 이런 제약을 받지 않는다. 반려동물은 인간의 불안정 또는 불완전성을 판단하지 않는다. 따라서 반려인은 반려동물에게 자신의 감정을 쉽게 드러내고 공유한다.

둘째, 반려동물은 반려인의 피보호자(protégé)이다. 반려동물을 키우는 것은 부모가 되는 것과 같다. 반려인은 반려동물에 대한 책임감을 느끼고 반려동물의 신체적, 정신적 안정을 위해 모든 노력을 기울인다. 생활의 많은 부분이 반려동물을 중심으로 돌아가기 때문에 반려동물과의 이별은 자녀를 잃은 것과 동일하게 느껴진다.

셋째, 반려동물은 삶의 증인(life witness)이다. 반려동물은 반려인에게 제한 없는 애정을 제공할 뿐만 아니라 반려인 생활의 일부이기도 하다. 반려동

29) 우균정, 「반려동물과의 관계 속에 투영된 내적자아의 표현연구-본인의 작품 중심으로」, (홍익대학교 대학원 석사학위논문, 2013), 5.

30) Ann O. Cain(1985), 9.

31) Thomas A. Wrobel & Amanda L. Dye(2003), 385.

32) Julie Axelrod. "Grieving the Loss of a Pet." <http://psychcentral.com/lib/grieving-the-loss-of-a-pet>(검색일: 2015.07.30.); 이서윤, 「현대 한국사회에서 '애완동물'의 사회학적 의미」, 71.

물은 반려인의 모든 것을 관찰하며 수용하는 존재이며, 반려인이 겪었던 격변의 시기에 안전, 안정성, 그리고 편안함 등을 제공하면서 인생을 함께한 증인이기도 하다.

넷째, 반려동물의 상실은 다양한 관계와 일상(multiple relationships and routines)의 상실이다. 반려동물의 상실로 인해 반려동물이 차지했던 역할(배우자나 친구, 자녀, 형제자매 등)뿐만 아니라 반려동물로 야기되었던 반려인의 역할도 소멸하게 된다. 반려인은 반려동물과 공유했던 일상생활의 모든 측면에서 이별을 겪게 되어, 배우자, 친구, 부모, 형제자매 등의 역할도 상실하게 된다.

다섯째, 반려동물은 반려인의 중요한 동반자(primary companion)이다. 우울증, 불안, 또는 신체 쇠약 등에 기인하여 다른 가족이나 지인을 만들지 못한 사람도 반려동물을 키우며 이들에게 정신적으로 의존한다. 반려동물은 사람에게 대해 비판적이지 않고 조건 없이 수용하기 때문에 인간은 자신을 지지해주는 반려동물을 통해 외로움이나 적적함 등을 극복한다. 즉, 반려동물의 상실은 인생의 중요한 동반자를 상실한 것과 동일하다.

그러나 우리 사회는 반려동물의 죽음을 받아들이고 이를 지지하기에는 아직 미숙하다. 반려동물 산업은 단기간에 급성장한 데 반해 반려동물에 관한 정신적인 감수성은 성장할 기회가 별로 없었기 때문이다.³³⁾ 반려동물의 상실로 인한 펫로스 증후군이 문제되는 것은 우리 사회가 반려동물의 죽음을 기리기 위한 어떠한 방법이나 의식도 받아들이지 않았다는 것이다. 따라서 반려동물을 잃은 반려인은 가족이나 지인이 사망하였을 때와 똑같은 사회적, 정서적 지원을 받지 못한다. 따라서 반려인은 반려동물의 죽음에 대한 가족이나 사회의 무관심과 무신경에 분노를 느끼게 된다.³⁴⁾ 반려동물의 죽음으로

33) 조은임, 「반려동물의 죽음에 대처하는 방법」, 『아시아경제』, 2013년 4월 27일.

34) J. Harris, "Understanding Animal Death: Bereavement, Grief, and Euthanasia" in *The Pet Connection: Its Influence on our Health and Quality of Life*, (eds.), *Proceedings of the Minnesota-California Conference on the Human-Animal Bond* (University of Minnesota Press 1984), 261-275.

인한 슬픔과 고통은 정상적인 반응이지만, 3~6개월이 지나도 슬픔과 고통이 호전되지 않고 일상생활에 지장을 줄 정도로 악화된다면 전문적인 치료가 필요한 적응장애로 이어진다.³⁵⁾ 반려동물의 죽음을 정상적으로 극복하지 못한 이유는 반려동물의 죽음으로 인한 슬픔을 사회적으로 인정받지 못하고 이로 인하여 자신의 슬픔을 제대로 표현하지 못했기 때문이다.³⁶⁾

반려동물을 잃은 반려인의 비애와 슬픔이 인간과의 사별로 야기되는 슬픔과 유사함에도 불구하고, 반려인은 다음과 같은 상황에 직면하게 된다.³⁷⁾ 첫째, 반려동물과의 사별에 대한 사회적 지지가 부족하다. 반려동물의 죽음으로 인한 반려인의 슬픔을 위로해주는 주변의 지지와 지원이 부족하기 때문에 이를 사회적으로 “인정받지 못한” 비애(disenfranchised grief)라고 한다.³⁸⁾ 반려동물의 죽음으로 인한 비애가 사회적으로 인정받지 못하는 이유는 다양하다. 우선 반려동물의 죽음으로 인한 반려인의 슬픔과 고통은 인간과의 사별에 비해 낮게 평가되고 있으며, 동물의 가치에 대한 일치된 합의도 없다. 최근 동물과의 애착 형성에 대한 사회적 이해에도 불구하고, 인간관계에서 무엇인가 결핍되어 있거나 어떤 점에서 나약한 사람들이 동물과 돈독한 유대를 형성한다고 보는 경향이 있다. 따라서 반려동물에 관한 비애는 한심한

35) JTBC 추적360, 「강아지 죽음에 자살까지...상상초월 ‘애견상실증후군’」, 『JTBC』 2012년 7월 3일.

36) 박주은(2013), 17.

37) Cindy L. Adams, Brenda N. Bonnett, Alan H. Meek, “Predictors of Owner Response to Companion Animal Death in 177 Clients from 14 Practices in Ontario,” *Journal of the American Veterinary Medical Association* 217(November 2000): 1303-1309; Patricia Morris, “Managing Pet Owners’ Guilt and Grief in Veterinary Euthanasia Encounters,” *Journal of Contemporary Ethnography* 41(June 2012): 337-365; Caroline Hewson, “Grief for Pets Part 1: Overview and Update on the Literature,” *Veterinary Ireland Journal* 4(July 2014): 380-385.

38) Millie Cordaro, “Pet Loss and Disenfranchised Grief: Implications for Mental Health Counseling Practice” *Journal of Mental Health Counseling* 34(October 2012): 283-294; 윤득형, 『슬픔학개론』 (샘솟는기쁨, 2015), 189.

사람들의 나약함으로 보일 수도 있다. 이로 인해 반려동물로 인한 슬픔은 사회적으로 저평가되고 있다. 둘째, 반려동물이 안락사로 죽음에 이른 경우 반려인은 죄책감을 느낀다. 반려동물을 안락사한 반려인의 50%는 죄책감을 느낀다고 한다. 이러한 죄책감은 수의사가 반려동물의 상태를 반려인에게 어떻게 전달하였고 안락사 결정을 위해 충분히 설명하고 도와주었는지 따라, 그리고 안락사가 적절한 시기에 이루어진 최선의 방법이었는지 대한 의심의 발생에 따라 그 강도가 달라진다. 셋째, 반려인의 사별 경험은 반려동물의 상실로 인한 반려인의 비애에 영향을 준다. 대부분의 반려동물은 인간보다 수명이 짧기 때문에 반려인은 반려동물과의 사별을 비교적 자주 접하게 되는데³⁹⁾, 이전의 사별을 어떻게 경험하였는지, 애도기간에 적절한 대처나 지원이 있었는지, 그리고 이러한 슬픔을 어느 정도 주위로부터 수용 받았는지에 따라 고통이나 슬픔의 강도가 달라진다. 언어를 배우는 성장기에 반려동물을 상실한 경우 이에 대한 슬픔을 말로 표현하지 못했을 수도 있다. 고령의 노인은 다수의 사별을 경험하였지만, 청년과 중년의 사람들에게 사별의 경험은 충격적인 일이기에 반려동물의 죽음을 받아들이는 것이 노인과 다를 수 있다.⁴⁰⁾ 이와 같은 상황으로 인해 반려동물을 상실한 반려인의 슬픔은 확대될 수 있고, 주변 사람들에게는 과민반응으로 보일 수 있다.

3. 펫로스 증후군의 증상

사랑하는 사람이나 대상을 상실한 후 슬픔을 느끼는 것은 자연스럽고 보편적인 현상이다. 사랑했던 대상이 더 이상 세상에 존재하지 않는다는 사실을 인정하고 슬픔을 극복하기 위해서는 시간이 필요하다. 이 기간에

39) Carrie La Jeunesse, "Helping Clients Deal with Grief and Loss," *Exceptional Veterinary Team* 3/4(2012): 55-58.

40) Brandon Hunt, "Helping Clients Deal with Grief and Loss," *The Counselor Education Newsletter* 3(April 2009): 1-2.

겪는 고통과 슬픔은 대부분 정상적인 반응이라고 받아들여진다. 그러나 사별 후의 깊은 슬픔이 시간이 지나도 경감되지 않고 지속적으로 정신적, 신체적인 고통을 야기하기도 하는 경우가 발생하는데,⁴¹⁾ 이를 복합 비애(complicated grief) 또는 외상 후 스트레스 장애(post-traumatic stress disorder)라고 한다. 이와 같은 증상은 사랑하는 사람의 죽음뿐만 아니라 반려동물의 상실로도 나타날 수 있는데, 2009년 실시된 한 조사에 의하면 반려동물의 죽음을 경험한 사람들 중 20%가 비애를 겪었고, 5~12%의 사람들은 복합 비애, 즉 병적 분열(pathological disruption)을 경험하였다고 한다.⁴²⁾

반려동물의 상실로 인한 비애는 다양한 원인으로 인해 심각하고 지속적인 증상으로 악화될 수 있다. 일반적으로 반려동물의 상실로 인한 비애는 사회적으로 인정받지 못하고, 사소한 것이며, 병적인 것으로 간주되어왔다. 반려동물의 상실로 인한 충격을 과소평가하는 우리 사회의 태도로 인해 많은 반려인들은 자신의 슬픔에 대해 침묵하게 되고 스스로를 고립시킨다. 반려동물의 죽음에 대한 가족과 사회적인 지지가 결핍되면 반려인들은 자신의 상실감을 최소화하거나 왜곡한다. 갑작스러운 사고로 반려동물이 죽은 경우에는 트라우마가 형성되고 죄책감이 야기되기도 하며, 가족의 부주의로 인한 반려동물의 죽음은 가족관계의 붕괴를 유도하기도 한다. 반려동물을 잃어버려 동물의 생사가 불분명한 경우에도 가족 간의 갈등이 발생하는데, 어떤 가족의 일원은 반려동물이 돌아온다는 희망을 가지고 계속적으로 찾는데 반해 다른 가족 구성원은 반려동물의 죽음을 수용하고 반려동물을 찾는 가족을 제지하기 때문이다.

소중했던 반려동물과 강제적으로 이별을 하는 경우도 발생하는데, 반려동

41) 장현아, 「복합 비애(Complicated Grief)의 개념과 진단」, 『한국심리학회지』 제 28권 제2호(2009): 304-305.

42) Julie A. Luiz Adrian, Aimee N. Deliramich, and B. Christopher Frueh, "Complicated Grief and Posttraumatic Stress Disorder in Humans' Response to the Death of Pets/Animals," *Bulletin of the Menninger Clinic* 73(September 2009): 176-187.

물과의 동반 입장이 불가능한 요양원이나 보호소로 이동해야 하는 노인이나 피난민 또는 경제적 이유로 반려동물과 같이 지낼 수 없는 경우가 이에 해당되며, 이때 큰 비통함이 발생한다고 한다. 예상치 못한 반려동물과의 이별은 마음의 준비나 작별 인사를 할 시간을 주지 않았기 때문이다. 또한 이혼, 이민, 이사와 같은 큰 격변의 시기에 반려동물을 상실한 경우에도 슬픔과 고통이 증가한다. 반려동물이 가정에서 중요한 역할을 한 경우 반려동물을 상실하였다면 가족 관계가 불안정하게 되는데, 가족 간의 관계를 완화시켰던 반려동물의 상실로 이전보다 더 심한 가족 간의 갈등과 반목이 생성되기도 한다.⁴³⁾

반려동물의 말기 상태나 갑작스런 죽음에 처한 반려인은 정신적 외상에 대비하기 위한 방어 조치를 취하게 되는데 이때의 반응이 바로 현실에 대한 부정(denial)이다. 현실 부정은 죽음이 불가피한 상황에서 정신적 고통을 회피하는 방법으로 정신과 의사들은 현실 부정이 잠재적인 의식 수준에서 발생한다고 보았다.⁴⁴⁾ 죽음을 받아들이지 못하는 사람과 유사하게 반려인도 현실을 부정하는데, 불치병을 앓고 있는 반려동물이 건강하고 오래 살 수 있다고 생각하며 심지어 동물병원의 치료를 거부하기도 한다. 이런 거부나 부정의 반응은 새로운 반려동물을 입양할 때 표면화될 수 있는데, 새로운 동물을 받아들이는 것을 죽은 반려동물에 대한 배신으로 느끼기 하기 때문이다.

죽음을 받아들이는 과정에서 부정의 다음 단계는 분노(anger)이다. 반려동물의 죽음과 관련하여 반려인은 누구를 비난할까? 반려인들은 수의사와 동물보호소 직원, 동물에게 치명적인 사고나 상처를 야기한 사람, 죽음의

43) Froma Walsh, "Human-Animal Bonds II: The Role of Pets in Family Systems and Family Therapy," *Family Process* 48(December 2009): 487-489.

44) Marc A. Rosenberg, "Companion Animal Loss & Pet Owner Grief: Part 1," *American Fancy Rat & Mouse Association* 10(March-June 1993). <http://www.afirma.org/companilosspl.htm>(검색일: 2015.08.28.)

원인이 되는 질병, 심지어 죽은 반려동물과 가족, 자기 자신을 비난하기도 한다.⁴⁵⁾ 반려동물의 상실과 관련된 분노는 분명하게 발현될 수도 있고 발현되지 않을 수도 있다. 분명한 분노는 적대감과 공격성으로 나타나고, 분명하지 않는 분노는 죄책감이나 죄의식으로 나타나는데, 죄책감(guilt)은 주로 자신에게 향한 분노이다. 분노는 상실로 인한 비애를 극복하는 과정에서 필수적인 요소이기 때문에 정신적 외상을 치유하는데 중요하다. 일반적으로 죄책감은 적대감보다는 다루기 쉽기 때문에 슬픔이나 비애의 단계로 인식되지 못할 수도 있다.⁴⁶⁾ 그러나 반려인 자신의 부적절한 행위로 반려동물을 상실했다는 생각은 반려인의 고통과 슬픔을 증가시키는데, 죄책감은 자신의 이미지를 왜곡하고 자신감을 파괴하며 자신의 장점을 약화시키기 때문이다. 예를 들어, 죄책감을 느끼는 반려인은 반려동물과의 행복했던 추억이나 좋았던 관계를 회상하기 보다는 반려동물의 질병이나 죽음, 또는 자신이 반려동물에게 잘해주지 못했던 부정적인 기억만을 떠올리거나 상상한다.⁴⁷⁾

사별로 야기되는 비애는 당연한 것으로 여겨진다. 반려동물의 상실 이후 비애가 야기되는 시기는 다소 늦는데, 반려동물의 죽음을 수용하고 분노가 가라앉은 이후에 반려인은 진정한 슬픔을 느끼게 되며, 수면 장애와 작업 능률 저하, 식욕부진 등을 겪게 된다. 이 시기에는 보통 주위의 지지와 위로가 필요하지만 주변인의 지지나 위로가 부족하게 되면 슬픔을 느끼는 기간은 연장될 수 있고,⁴⁸⁾ 이는 우울증(depression)으로 확장될 수 있다. 우울증은 신체적 원인을 포함한 다양한 원인에 의해 발생할 수 있는데, 종종 고강도의 스트레스나 감정적 고통으로 인해 발생한다. 반려동물의 죽음으로 유발된 우울증은 정신적 외상, 고통, 스트레스 등의 증상이 동반된다. 우울증의 한

45) Moria A. Allen, "Helping Children Cope," 2007.

46) Marc A. Rosenberg, "Companion Animal Loss & Pet Owner Grief: Part 1."

47) Moria A. Allen, "Helping Children Cope," 2007.

48) Marc A. Rosenberg, "Companion Animal Loss & Pet Owner Grief: Part 1."

증상으로 슬픔을 혼자 극복할 수 없고 간단한 일상의 문제도 처리하지 못하는 무기력증이 나타날 수도 있다.⁴⁹⁾

2003년 반려인 174명을 대상으로 실시된 한 연구에서 반려동물의 상실 이후의 1년간 나타나는 반응의 변화를 조사하였다. 반려동물의 상실로 나타날 수 있는 비애의 12가지 증상을 상실 초기, 상실 이후 6개월과 1년에 걸쳐 조사하였고, 그 결과 반려동물을 상실한 초기에는 73.6%의 응답자들이 울었고, 우울감(56.9%), 고독감(52.3%), 죄책감(51.1%)을 느꼈다고 답하였다. 반려동물의 상실 이후 6개월 동안 35.1%의 응답자들이 1가지 이상의 증상을 느꼈다고 답하였고, 1년 동안 증상이 있었다고 답한 응답자는 22.0%였으며 특히 반려동물과의 추억에 대한 집착이 가장 많이 나타나는 증상이었다[표-1].⁵⁰⁾

반려동물을 상실한 반려인은 다양한 행동과 감정, 신체적·인지적 변화를 겪게 된다. 반려동물의 상실한 이후 울거나 통곡을 하거나, 수면장애, 식욕부진, 과식 등이 동반되고, 죽은 반려동물과의 추억이 있는 장소로 방문하기도 하고, 반려동물의 유품을 지나치게 가까이 하거나 반대로 한꺼번에 없앨 수도 있고, 활발히 행동한다거나 반대로 행동 양상이 줄어들 수 있고 한숨을 쉬기도 한다. 극단적으로는 음주나 약물 등에 의존할 수 있다. 또한 감정적으로는 슬픔, 그리움, 고독감과 분노, 죄의식, 자책감, 불안감, 침울, 무감각해지거나 둔해짐, 자존심 저하, 절망감, 곤혹감 등을 경험하고 반려동물이 오랜 기간 아프다가 죽은 경우에는 해방감이나 안도감을 느끼기도 한다. 펫로스로서 인하여 위통이나 구역질, 호흡곤란, 목마름이나 피곤함, 무기력증, 근육 또는 관절 통증 등의 신체적 고통을 느낄 수도 있고, 혼란, 집중력 결여, 죽은 동물과 관련된 환청이나 환각, 대인 기피, 사회 부적응 등과 같은 인지적 변화가 오기도 한다.⁵¹⁾

49) Moria A. Allen, "Helping Children Cope," 2007.

50) Thomas A. Wrobel & Amanda L. Dye(2003), 389-391.

51) 스톱사랑. 2012. "Pet Loss(펫로스)를 어떻게 극복할까..?" <http://blog.naver.com>.

증상	초기 (%)	6개월 (%)	1년 (%)
울음	73.6	10.3	5.7
우울감	56.9	9.8	4.6
고독감	52.3	14.4	7.5
죄책감	51.1	11.4	7.5
목메임	43.7	9.2	6.3
반려동물과의 추억에 집착	35.1	12.1	9.2
분노	30.5	8.0	4.6
고통	28.2	5.2	1.7
안도감	19.5	1.1	0
혼자 있고 싶음	18.4	3.4	1.1
실패감	17.5	5.7	2.9
식욕부진	16.1	1.7	0.6

[표-1] 반려동물의 죽음 이후 시간 별 반응(n = 174)

* 출처 : Thomas A. Wrobel & Amanda L. Dye, "Grieving Pet Death: Normative, Gender, and Attachment Issues," *Omega* 47(2003): 389.

Ⅲ. 펫로스에 관한 사회적 관심

1. 펫로스에 관한 사회적 관심의 증가

우리 사회에서 반려동물의 상실, 즉 펫로스에 관한 이해와 관심은 그리 높지 않다. 펫로스란 용어가 대중매체에 처음 등장한 시기도 2003년이었으며,⁵²⁾ 관련 연구도 전무한 상태이다. 2003년부터 간간히 등장한 펫로스와 반려동물(애완동물)의 죽음에 관한 기사는 2009년 들어서부터 급격히 증가하게 되었는데, 이 시기에 펫로스에 관한 서적이 국내 최초로 발간되었기 때문이다. 2010년에는 반려동물의 죽음으로 인하여 한 반려인이 자살을 시도한 사건이 있었고, 2012년 2월과 9월에는 자살로 죽음에 이른 사건이 있었으며 이로 인하여 관련 기사의 게재는 증가하였다. 2013년에 펫로스에 관한 강좌가 최초로 개설되었으며, 관련 강좌는 2014년에도 개설되었다. 펫로스에 대한 기사는 2015년 들어 크게 증가하여 상반기에만 37건의 뉴스가 검색되었다[그림-1].⁵³⁾

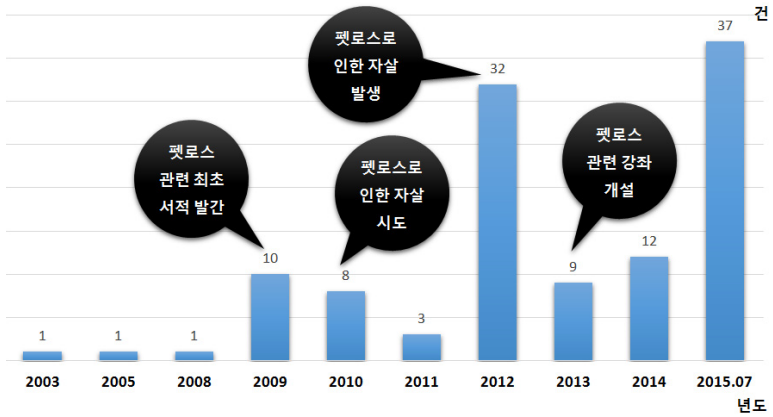
최근 들어 펫로스에 관한 사회적 관심이 증가한 이유는 다음과 같이 분석된다. 첫째, 반려동물 수의 증가이다. 반려동물 산업이 흔히 말하는 호황기를 지난 지 어언 10여 년이 지났다.⁵⁴⁾ 핵가족화와 고령화 사회의 진입으로 독신자와 노년층의 인구가 증가하면서 반려동물을 키우는 가구는 증가하고 있으며, 반려동물을 키우는 가구의 증가로 인해 반려동물을 먼저 떠나보내는 사람들이 늘어나고 있다. 따라서 반려동물의 죽음, 즉 펫로스로 고통 받는

52) 강성보, 「[여적] 애완견」, 『경향신문』 2003년 9월 29일. http://news.khan.co.kr/kh_news/khan_art_view.html?code=990201&artid=200309291822051(검색일: 2014.07.30.)

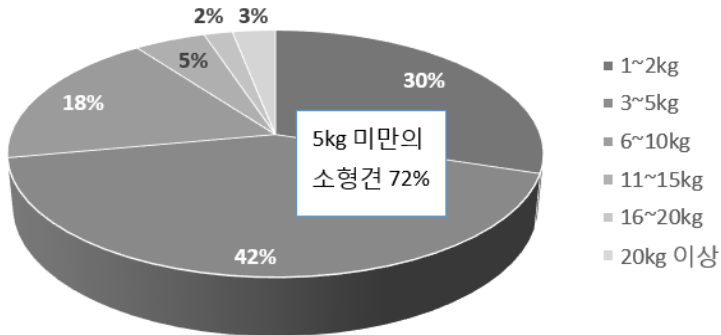
53) 검색단어는 ‘펫로스’, ‘pet loss’, ‘반려동물(애완동물, 애완견) 죽음’이었고, 포털 검색 사이트인 네이버, 다음, 구글의 뉴스 검색으로 조사하였음.

54) 리타 레이놀즈, 조은경 역, 『펫로스 반려동물의 죽음』(책공장 더불어, 2009), 편집후기.

사람도 증가한 것으로 분석된다.



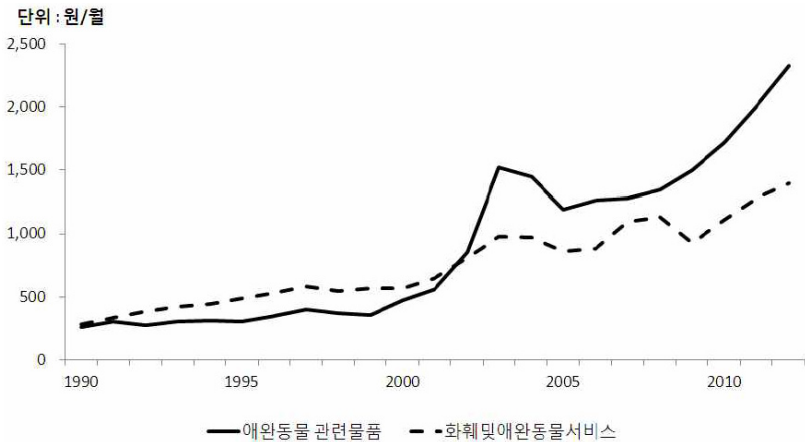
[그림-1] 연도별 펫로스 관련 기사 현황



[그림-2] 반려동물의 크기에 관한 조사 결과

* 출처 : 김기욱, 「펫로스를 준비 중이신가요?」, 『데일리펫』 2014년 10월 6일.

둘째, 반려동물의 가족화이다. 우리나라 반려동물의 대부분은 실내에서 기르는 소형종 위주이기 때문에⁵⁵⁾ 반려동물을 가족처럼 여기는 경향은 강해지고 있다[그림-2]. 크기가 상대적으로 작은 반려동물은 집안에서 일상의 대부분을 함께 하기 때문에 반려인과의 감정 교감이 높은 편이다. 반려동물과 관련된 가계 지출 비용이 상승하는 것은 반려동물을 가족처럼 생각하면서 금전적 지원도 아끼지 않고 있다는 것을 보여주고 있다[그림-3].



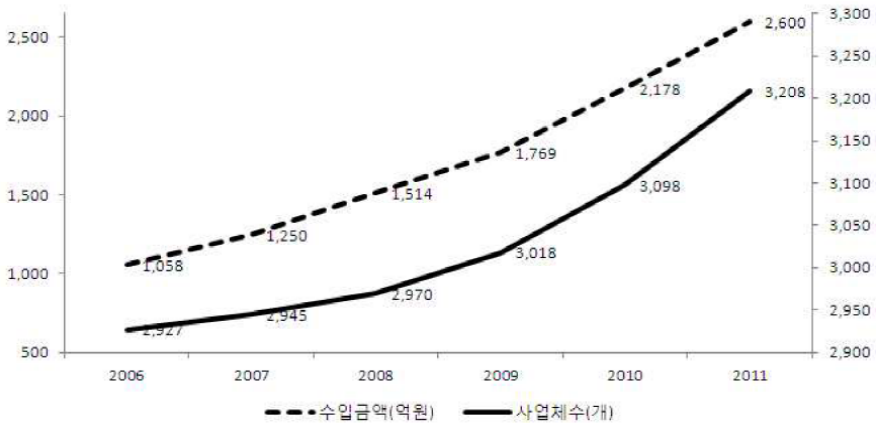
[그림-3] 1990~2012년간 가구당 반려동물 관련 월평균 지출 현황

* 출처 : 황명철, 김태성, 『애완동물 관련시장 동향과 전망』, 『NHERI 리포트』 제215호(2013 4월): 6.

셋째, 동물병원과 수의진료 시장의 증가이다[그림-4]. 가정 내에서 기르던 반려동물이 병에 걸리거나 고령이 되면 반려인은 동물병원을 찾게 된다. 동물병원의 증가는 수의진료의 접근 가능성을 높였다. 수의사의 진단 또는

55) 황명철, 김태성, 『애완동물 관련시장 동향과 전망』, 『NHERI 리포트』 제215호 (2013 4월): 23; 김기욱, 『펫로스를 준비 중이신가요?』, 『데일리펫』 2014년 10월 6일. <http://www.dailypet.net/news/articleView.html?idxno=601>(검색일: 2015.08.28.)

조언에 따라 반려동물의 마지막을 고통 없이 편안하게 보내주기 위하여 안락사 또는 호스피스를 실시해야 하는 경우가 발생하기도 하고, 의료사고로 인해 반려동물을 잃은 경우도 발생한다. 이런 상황은 반려인에게 큰 상처와 충격을 줄 수 있기 때문에 반려동물에 대한 수의진료의 증가는 펫로스의 발생 가능성을 높였다.



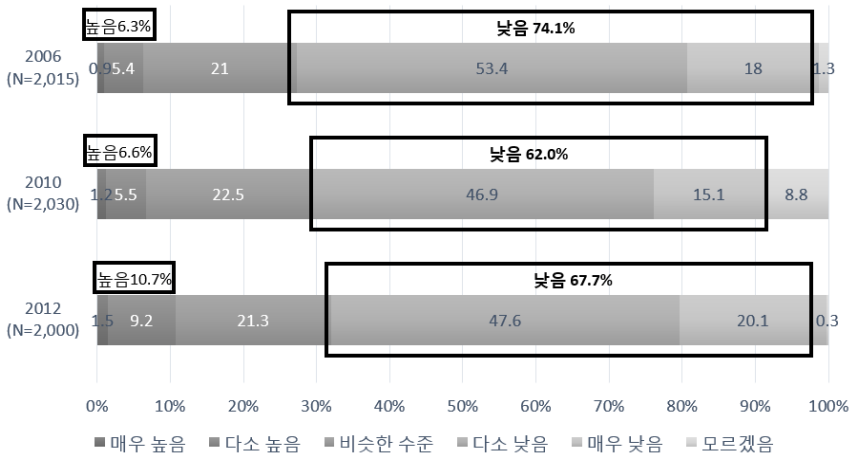
[그림-4] 동물병원(수의업 사업체)와 매출 현황

* 출처 : 황명철, 김태성, 『애완동물 관련시장 동향과 전망』, 『NHERI 리포트』 제215호 (2013 4월): 14.

넷째, 반려동물에 대한 책임 의식의 강조이다. 동물에 대한 사회적 인식이 전환되면서 반려동물에 대한 책임 의식도 강조되고 있다.⁵⁶⁾ “한 국가의 위대함과 도덕성은 그 국가의 동물들이 어떻게 대우 받는 지로 판단할 수 있다.”라는 간디의 명언이 있듯이, 동물의 처우를 향상시키기 위한 우리 사회의 관심도 높아지고 있다. 우리나라의 동물보호 수준을 평가한 2012년 조사에 의하면

56) 김재필, 성민현, 김은지, 「반려동물과 ICT의 만남」, 『IT전략보고서』 (KT경제경영연구소, 2013): 15.

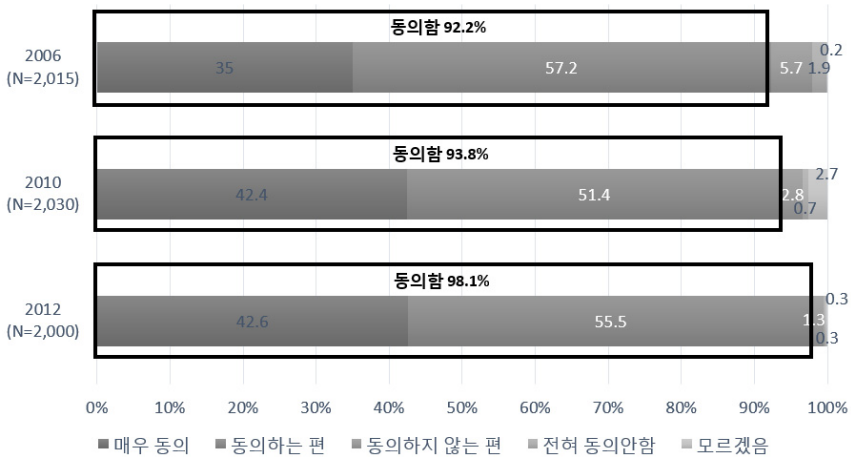
동물보호 수준에 대해 10.7%의 응답자들만이 높은 수준이라고 생각하고 있었으며[그림-5], 동물의 고통을 최소화하기 위한 도덕적 의무가 있냐는 질문에 응답자의 98.1%가 동의하였는데[그림-6], 이는 2006년, 2010년 조사에 비해 약간 높아진 것을 확인할 수 있다. 즉, 우리 사회에서도 동물의 생명에 대한 가치 인식과 처우 개선의 필요성이 높아지고 있으며, 이러한 사회적 분위기는 반려동물에 대한 책임 있는 입양을 권고하고 반려동물의 마지막까지 함께해야 한다는 의무감으로 반영되고 있다.⁵⁷⁾



[그림-5] 우리나라의 동물보호 수준에 대한 인식 변화

* 농림수산검역검사본부, 「2012년 동물보호에 대한 국민의식 조사결과」 요약, 농림축산검역본부 (2012 10월): 7.

57) 반려동물 관련 웹사이트에 ‘무료 분양 유도글’이나 ‘입양하고 싶다’는 게시 글에는 ‘반려동물 사육의 어려움’과 함께 ‘무지개다리를 건널 때까지 반려동물과 함께 해야 한다’라는 댓글을 자주 목격할 수 있다. 이는 반려동물을 단지 소유욕이나 호기심으로 입양할 것이 아니라 반려동물 생의 마지막까지 함께 지내야 한다는 책임감과 의무감을 강조하고 있다는 것을 보여준다.



[그림-6] 동물 고통의 최소화를 위한 도덕적 의무에 대한 인식 변화

* 농림수산검역검사본부, 「2012년 동물보호에 대한 국민의식 조사결과」 요약, 농림축산검역본부 (2012 10월): 4.

2. 펫로스에 대한 대처

5가구 중 1가구에서, 약 천만 명의 사람들이 반려동물과 함께 생활하고 있다. 따라서 주위에서 반려동물의 죽음을 경험하는 반려인들을 쉽게 만날 것이다. 반려동물의 죽음과 이별로 고통 받고 있는 반려인의 빠른 회복과 적응을 위해서는 주위 사람들의 위로와 관심이 필요하다. 반려동물과의 사별로 인한 비애가 악화되어 복합 비애나 외상 후 스트레스로 진행되지 않기 위해서 반려인은 다음과 같이 대처하라고 권고하고 있다.⁵⁸⁾

첫째, 반려동물을 상실한 반려인에게 가장 중요한 것은 자신의 감정을 솔직하게 표현하는 것이다. 이러한 행동의 표현은 반려동물이 반려인에게

58) Moria A. Allen. 2007. "Ten Tips on Coping with Pet Loss." <http://www.pet-loss.net>(검색일: 2015.08.28.); Julie Axelrod. "Grieving the Loss of a Pet."

어떤 의미였는지는 이해하게 해줄 수 있을 뿐만 아니라 슬픔의 극복에도 도움을 준다. 이를 위해 반려동물의 죽음을 경험하였거나 공감할 수 있는 지인들과 슬픔을 공유하는 것이 좋다. 슬픔을 공유할 수 있는 지인을 찾지 못한 경우 수의사나 정신과의사, 또는 관련 기관 전문가를 찾는 것도 좋으며, 온라인 추모 서비스를 제공하는 곳이나 펫로스 관련 웹사이트 또는 인터넷 커뮤니티에 가입하는 것도 좋은 방법이다.

둘째, 반려동물과의 좋았던 추억을 상기하는 것이 중요하다. 반려동물 사진첩을 만들거나 반려동물과 함께 방문했던 장소들을 찾아가면서 반려동물과의 행복했던 추억을 떠올리는 것은 반려동물의 죽음으로 인한 슬픔이나 비애를 줄일 수 있다. 특히 반려동물로 인해 자신의 인생이 어떻게 바뀌었고 무엇을 얻었는지 생각해보고, 특별했던 기억이나 사건 등이 무엇이 있었는지, 반려동물의 어떤 점이 그리운지, 그러한 것을 잊지 않기 위해서는 무엇을 해야 할지를 생각해보는 것은 반려동물의 상실로 야기된 죄의식과 죄책감의 상쇄에 도움이 된다.

셋째, 반려동물을 사랑했던 사실은 변하지 않는다는 것을 상기한다. 현재의 삶을 살아가는 것은 죽은 반려동물을 배신하는 것이 아니고 그들도 우리의 행복을 바라고 있을 것이라는 것을 잊지 말아야 한다.

넷째, 반려동물의 죽음을 기념해야 한다. 인간은 사별을 슬퍼할 수 있고 기념할 수 있는 특별한 의식을 행할 수 있다. 장례식이나 제사, 그리고 기념일 등과 같은 의식으로 사랑했던 동물의 죽음을 기릴 수 있는데, 이러한 의식은 우리가 사별을 슬퍼하고 사랑을 추억하는데 도움을 준다.

다섯째, 반려동물이 사용했던 유품을 순차적으로 처리한다. 반려동물을 상실한 반려인은 종종 그들이 사용했던 밥그릇, 침대, 담요 등과 접하게 되는데, 그것들을 어떻게 처리해야 할지 모를 때가 있으며 반려동물의 죽음으로 인한 슬픔과 비애를 계속적으로 상기하게 된다. 반려동물이 죽음에 이르면 우선 유품들을 하나씩 다른 장소로 이동시킨다. 이러한 작은 변화들은 심리적 충격을 완화한다. 그리고 반려인이 마음의 준비가 되었을 때 유품들을 상자에

넣어 밀봉하거나 땅에 묻거나 태우면 되는데, 사용 가능한 물품들을 동물보호 기관에 기증하는 방법도 있다.

여섯째, 반려동물을 입양할 때부터 반려동물이 먼저 죽을 수 있다는 사실을 인지해야 한다. 반려동물과 함께 하면서 행복한 순간만 있는 것이 아니라 힘든 순간도 있다는 사실을 자각하면서 반려동물과의 이별에 준비하고 마음의 상처를 치유할 방법을 능동적으로 찾아야 한다.

반려동물을 상실한 어린아이들에게는 특별한 도움이 더욱 필요하다. 반려동물의 죽음으로 인한 어린아이의 반응이 성인과 같을 것이라는 생각은 어린이의 고통 치유에 도움이 되지 않는다. 부모로서 자녀의 고통을 예방하려는 것은 자연스러운 현상이지만 반려동물의 죽음을 최소화하여 설명하거나 아무것도 아닌 일로 취급해서는 안 된다. 반려동물의 죽음은 아이의 인생에서도 매우 중요한 사건이기 때문이다. 반려동물의 죽음을 잠든 것처럼 표현하는 것은 아이의 혼란만 가중시켜 잠에 대한 공포가 발생할 수 있게 하고, 반려동물이 도망갔다고 표현하는 것은 반려동물의 관리를 소홀히 한 부모에 대한 원망으로 돌아올 수 있다. 어린아이는 반려동물에 대해 그들의 책임이 있다고 생각하기 때문에 어린아이에게 죽음의 원인과 죽음 이후에 대한 것을 솔직하게 설명해주어야 하며, 특히 반려동물의 질병 및 죽음과 관련된 의사결정에 가능한 한 아이들과 함께 논의하는 것이 바람직하다. 반려동물의 죽음 이후에 부모는 반려동물 장례식과 유품을 묻어주는 등 반려동물과의 작별할 수 있는 의식을 치러주고 반려동물 사진첩이나 인형 만들기, 그림 그리기 등으로 반려동물을 함께 추억하는 것이 아이의 치유에도 많은 도움을 준다.⁵⁹⁾

주위사람들은 반려인에게 있어 반려동물은 가족과 같으며 그들 삶에서 중요한 존재이자 삶의 일부라는 것을 이해해주어야 한다. 이들의 슬픔과 고통은 비정상적이 반응이 아니라는 사실을 잘 인지하고 그들의 슬픔과 감정을 공유해야 할 것이다.

59) Argus Institute. "Helping Children Deal with Pet Loss."

IV. 결론

사별을 경험한 사람은 누구나 정신적, 신체적 고통을 경험할 것이다. 이를 어떻게 대처하였는지 그리고 주위에서 어떤 반응을 보여주었는지에 따라 사별로 인한 비애를 수월하게 극복할 수도 있고 반대로 치유되지 못하여 오랜 기간 동안 깊은 고통으로 힘든 시간을 보낼 수 있다. 특히 주위 사람들의 이해와 지지를 받지 못하는 경우 그 슬픔의 정도는 강화될 수 있으며, 이로 인해 고독감과 소외감의 발생으로 고통은 더 심화될 수 있다.

17세기부터 반려동물에 대한 사회적 가치를 긍정적으로 평가되기 시작한 유럽에서는 18세기 말부터 반려동물 양육이 보편화되었다. 반려동물 문화가 일찍부터 발달된 미국이나 일본에서도 30년 전부터 반려동물을 상실한 사람들을 지원하기 위한 다양한 프로그램들이 운영되고 있는데, 관련 단체와 수많은 웹사이트에서 수의사, 심리학자, 정신과의사, 동물 전문가 등이 이메일, 전화, 대면상담 등으로 반려동물 상실로 인한 스트레스와 비애에 관한 정보를 제공하고 상담을 진행해주고 있다.

우리나라는 아직까지 반려동물의 상실을 겪은 반려인에 대한 연구와 지원이 미비하다. 2013년에 한 대형동물병원에서 펫로스를 지원하기 위한 프로그램을 시작하였는데, 이 프로그램에 참여하였던 여성들의 경우 극심한 자살 충동이나 무력감, 사회적 고립감 등을 호소하는 경우가 많았다고 한다. 그러나 이러한 프로그램을 정기적으로 운영하는 곳은 이 동물병원 밖에 없다.⁶⁰⁾ 반려동물의 상실에 대한 가족과 사회의 지원 부재는 반려인의 슬픔과 고통을 더욱 가중시키고 이를 극복하기 힘들게 한다.

따라서 펫로스로 인한 반려인의 슬픔과 비애를 지지하고 이들의 빠른 치유를 위해서는 우선 반려동물의 안락사 결정이 신중하게 이루어져야 할

60) 박주은(2013), 73, 75, 77.

것이다. 반려동물에게 안락사가 필요한 경우 임상수의사들은 반려인에게 세심한 배려와 정보를 제공해야 한다. 반려동물과 사별한 반려인에 대한 정신과적 연구도 진행되어야 할 것이다. 반려동물의 죽음으로 인한 슬픔을 배려하는 사회적 문화가 정착되어야 하는데, 펫로스로 인해 고통 받는 반려인을 지원할 수 있는 프로그램을 개발하고, 수의과대학에서는 관련 교육과정의 개발을 시도해야 할 것이다. 또한 반려동물뿐만 아니라 지구상에서 공존하고 있는 동물들과 상생하는 방법과 좋은 삶과 죽음, 그리고 생명 존중에 대한 지속적인 논의와 고민도 펫로스로 인한 사회적 문제가 확산되는 것을 예방할 수 있을 것이다.

참고문헌

- 김재필, 성민현, 김은지(2013), 「반려동물과 ICT의 만남」, 『IT전략보고서』.
- 농림수산검역검사본부(2012), 「2012년 동물보호에 대한 국민의식 조사 결과보고서」, 농림축산검역본부.
- 마크로밀엠브레인 트렌드모니터(2015), “2015 반려동물 관련 인식 조사”.
- 박주은(2013), 「여성의 반려견 죽음에 대한 경험」, 한양대학교 임상간호정보대학원 석사학위논문.
- 우균정(2013), 「반려동물과의 관계 속에 투영된 내적자아의 표현연구-본인의 작품 중심으로」, 홍익대학교 대학원 석사학위논문.
- 윤득형(2015), 『슬픔학개론』, 샘솟는기쁨.
- 이서윤(2009), 「현대 한국사회에서 ‘애완동물’의 사회학적 의미」, 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 장현아(2009), 「복합 비애(Complicated Grief)의 개념과 진단」, 『한국심리학회지』, 28(2).
- 차미영(2006), 『웰 다잉을 위한 죽음의 이해』, 상상커뮤니케이션.
- 황명철, 김태성(2013), 「애완동물 관련시장 동향과 전망」, 『NHERI 리포트』 215.
- 리타 레이놀즈, 조은경 역(2009), 『펫로스 반려동물의 죽음』, 책공장 더불어.
- Adams, Cindy L., Bonnett, Brenda N., Meek, Alan H.(2000), “Predictors of Owner Response to Companion Animal Death in 177 Clients from 14 Practices in Ontario,” *Journal of the American Veterinary Medical Association* 217(9): 1303-1309.
- Adrian, Julie A. Luiz, Deliramich, Aimee N., and Frueh, B. Christopher(2009), “Complicated Grief and Posttraumatic Stress Disorder in Humans' Response to the Death of Pets/Animals,” *Bulletin of the Menninger Clinic* 73(3): 176-187.
- Cain, Ann O.(1985), “Pets as Family Members,” *Marriage and Family Review* 8(3-4): 5-10.
- Cordaro, Millie(2012), “Pet Loss and Disenfranchised Grief: Implications for Mental Health Counseling Practice,” *Journal of Mental Health Counseling* 34(4): 283-294.
- Corr, Charles A.(2003), “Pet Loss in Death-Related Literature for Children,” *Omega Journal of Death and Dying* 48(4): 399-414.

- Dickinson, George E.(1992), "First Childhood Death Experiences," *Omega Journal of Death and Dying* 25(3): 169-182.
- Gage, M. Geraldine & Holcomb, Ralph(1991), "Couples' Perception of Stressfulness of Death of the Family Pet," *Family Relations: Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies* 40(1): 103-105.
- Harris, J.(1984), Understanding Animal Death: Bereavement, Grief, and Euthanasia. In Anderson, R., Hart, B. & Hart, L. (Eds.), *The Pet Connection: Its Influence on our Health and Quality of Life - Proceedings of the Minnesota-California Conference on the Human-animal Bond.* (Minneapolis: University of Minnesota Press).
- Hewson, Caroline(2014), "Grief for Pets Part 1: Overview and Update on the Literature," *Veterinary Ireland Journal* 4(7): 380-385.
- Hunt, Brandon(2009), "Helping Clients Deal with Grief and Loss," *The Counselor Education Newsletter* 3: 1-2.
- Katcher, A. H. & Rosenberg, M. A.(1982), "Euthanasia and the Management of the Client's Grief," *California Veterinarian* 36(8): 31-35.
- La Jeunesse, Carrie(2012), "Helping Clients Deal with Grief and Loss" *Exceptional Veterinary Team* 3/4: 55-58.
- Morris, Patricia(2012), "Managing Pet Owners' Guilt and Grief in Veterinary Euthanasia Encounters," *Journal of Contemporary Ethnography* 41(3): 337-365.
- Quackenbush, James E.(1985), "The Death of a Pet. How It Can Affect Owners," *The Veterinary Clinics of North America. Small Animal Practice* 15(2): 395-402.
- Stephens, Debra L. & Hill, Ronald P.(1995), "The Loss of Animal Companions: A Humanistic and Consumption Perspective," *Society and Animals* 4(2): 189-210.
- Turner, Wendy G.(1997), "Evaluation of a Pet Loss Support Hotline," *Anthrozoös* 10(4): 225-230.
- Walsh, Froma(2009), "Human-Animal Bonds II: The Role of Pets in Family Systems and Family Therapy," *Family Process* 48(4): 481-499.
- Wrobel, Thomas A. & Dye, Amanda L.(2003), "Grieving Pet Death: Normative, Gender, and Attachment Issues," *Omega* 47(4): 385-393.

Abstract

Increment of the number of one-person households and their income have led to an increase in the number of companion animals, which eventually leads to more people experiencing ‘pet loss.’ To the owners, the companion animals are deemed as members of the family and/or close friends, and they are at the receiving end of unconditional love. The sentiment after the loss of a companion animal, which is called ‘pet loss syndrome’, involves in severe psychological, emotional, and physiological stress, which resembles the loss of a spouse. The pet loss syndrome usually disappears in about 2 to 3 months, but some people may experience ‘complicated grief’ and ‘post-traumatic stresses’ due to prolonged grief which could last more than 1 year. Although the pain of losing a pet is similar to the suffering after bereavement of a loved one, the former pain is not conceived ‘normal’ in this society. Hence, the lack of support and condolence intensifies the pet loss syndrome.

In contrast to the Western society where the culture of companion animals has been flourishing, our society’s interest on the pet loss issue is not high. Nevertheless, social efforts to understand the pet loss syndrome are being undertaken recently. Recognizing the pet loss syndrome and providing help for the victims of it will be crucial for a faster recovery. Moreover, it will make a fundamental ground for a desirable culture of companion animals.

【Keywords】 Pet Loss, Pet Loss Syndrome, Companion Animals, Grief, Social Support

논문 투고일: 2015. 9. 15

심사 완료일: 2015. 10. 17

게재 확정일: 2015. 10. 17