

# 如何協助兒童面對 寵物死亡的失落與悲傷輔導

吳銘祥

(國立屏東科技大學餐旅系兼任講師)

## 壹、前言

快速變遷的資訊化社會，存在著許多壓力，也改變了兒童舊有的支持系統和家庭關係的本質，更促使兒童與寵物伴侶間產生高度依附關係。牠們可能是兒童的玩伴，也可能是害怕或孤單時的慰藉者，提供兒童一致且無條件的愛與接納(Corr, 2003)。寵物的功能已不再是商業利益的對象，而是被賦予一種新的角色地位，對兒童來說，牠們常扮演著「動物伴侶」，甚至是「家人」的特殊身分，不僅成為主要伴侶或溝通的成員，更是精神上的陪伴者。

擁有寵物有許多的好處，但亦有難處，例如動物伴侶的生命週期較短，狗和貓約只有人類壽命的五分之一，很少有寵物會活得比主人久（杜白，2007），因而面對寵物的死亡便成了無可避免的失落與悲傷。由於飼養寵物的普遍性及其死亡事件對孩子產生的衝擊效應，家長或學校教育須用心關注，並適時給予必要的協助與支持，從中展開深刻的生命教育，並協助走過復原之旅。

## 貳、兒童死亡概念之發展

近四十年來，兒童如何理解死亡已是廣被研究的議題，研究顯示影響兒童對死亡的反應和哀傷失落的最大因素之一，就是死亡概念的發展與成熟(Mahon, Goldberg, & Washington, 1999)。而國內外學者對死亡概念(death concept)的定義迄今仍有歧異，大部分學者認為死亡概念乃是一些相當不同又各自十分明確的次概念(sub-concepts)或成份(components)所組成的複雜概念（張淑美，2006；Kane, 1979; Speece & Brent, 1984, 1992）。

### 一、死亡概念的涵義

Speece和Brent(1984,1992)針對已發表有關兒童死亡概念的研究進行極完整的分析，認為死亡概念應包含(-)不可逆性(irreversibility)指一但身體死亡即無法復活。包括過程不可逆，係從活到死之狀態過程不可逆轉的事實（例如腐化）。以及狀態不可逆，即死亡進行的狀態一旦完成時，便是一個永久不變的事實。(二)無機能性(nonfunctionality)意

指一旦生物死亡，其所有活著的生理身體、生活功能都終止（例如：走、吃、聽、看、思考以及學習）。此處無機能的定義特指生理身體方面的死亡，而有別於是否仍有非物質方面，如靈性、延續生命功能（如愛、幫助）的部分。(三) 普遍性（universality）普遍性意指所有生物必死之事實。張淑美（1989）則綜合許多文獻，認為死亡概念應加入「原因性」，亦即了解「導致生物發生死亡的原因」（包括自發因素或外力因素）。而Speece和Brent在1996年的一篇文章分析中除了納進「原因性」（causality）之外，並加入第五個次概念或成分(component)，亦即有關「非肉體的延續性」（noncorporeal continuation）的思考，是涉及「吾人肉體死亡之後的以其他形式繼續存在的觀點」（張淑美，2004；Speece & Brent, 1996）。而非肉體延續性指的是生理身體死亡後，個人延續存在的某種形式（例如投胎轉世於一個新生命或靈魂脫離身體上升至天堂），這個要素也被許多人稱之為「對來生的信念」。

另外，Kane(1979)研究不同年齡階層兒童之死亡概念內涵成份，並採用以前研究所得之死亡概念另歸納為九個成份，分別為：真實感(realization，包含擬人化)、分離感(separation)、不可移動性(immobility)、不可逆性(irrevocability)、原因性(causality)、無機能性(dysfunctionality)、普遍性(universality)、無感覺性(insensitivity)、外貌(appearance)，其研究結果發現此九成份會逐漸統整成一完整概念。

隨著研究方法的多元化，且為回歸以兒童角度來看待其死亡概念的發展，有學者引用現象圖來分析兒童的死亡概念，以真正呈現兒童對死亡的觀點。Tamm與Granqvist(1993)以6歲和9歲年齡層的兒童為樣本，其中每個年齡層都是男女各半，共計76位。利用現象圖與開放式晤談法研究兒童如何闡釋死亡，在繪圖部份請兒童畫出當他們聽到死亡時，心中想到什麼，繪圖後必須做一簡短說明；另外，在晤談部份，則就死亡的不同層面詢問兒童的看法。研究發現兒童的圖畫與口語敘述可分成六個範疇，分別為：暴力死亡(violent death)、死者的身體(the dead body)、最終的休息(the final rest)、死亡的情緒(emotions at death)、死亡的擬人化(personification of death)、來世的想法(afterlife)。Tamm與Granqvist於1995再度使用的現象圖方法研究兒童和青少年對「死亡」的知覺和死亡的意義，發現他們所畫的圖畫內涵可以區分成三大範疇，包含十個次範疇：(一)生物性死亡概念(biological death concept)，包含暴力死亡(violent death)、死亡一瞬間(moment of death)、死亡狀態(state of death)三項次概念；(二)心理上死亡概念(psychological death concept)，包含悲傷(sorrow)、心理意象(mental imageries)、空虛(emptiness)三項次概念；(三)形而上死亡概念(metaphysical death concept)包含隧道現象(tunnel phenomenon)、死亡神祕(mystery of death)、擬人化(personification)、天堂與地獄的知覺(perceptions of heaven and hell)四項次概念。

## 二、兒童死亡概念的發展

死亡概念的研究開始於1930年代，其發展是循序漸進的，固然年齡的成熟是重要因素，環境、家庭背景、自我概念、過去的死亡經驗、其他各種因素都會影響兒童對死亡的了解。本文依據1960年以前、1960年至1980年、1980年迄今，將國外有關兒童死亡概念發展的代表理論分述如下。

### (一) Nagy-1960年以前

Nagy(1948)在第二次世界大戰後，以378名3到10歲的兒童做為研究對象，研究兒童對死亡的看法。其研究結果大致上將兒童死亡概念發展分為三個階段：

1.第一階段：3至5歲，此階段的特徵即為否定死亡是一定的、最終的過程，此階段兒童認為死亡是可逆的過程，死亡只是一種暫時的離去。且因自我中心(egocentricity)的思想，故以為所有事物和自己一樣都是活著的。

2.第二階段：5至9歲，此階段特徵是擬人化，將死亡想像為一個人，如死亡先生，只有被死亡先生帶走的人才會死亡，知道死亡是生命的終止，但是仍不具普遍性的觀念（即每個人都不免一死）。

3.第三階段：9歲以上，這階段的兒童已知道死亡是普遍、真實而且不可避免的事。

### (二) Kane-1960至1980

Kane(1979)研究122位3至12歲的兒童，並依個人是否有過死亡經驗分成兩群體，其結果發現兒童死亡概念發展可以劃分成三階段：

1.3至5歲：真實感、分離感、不可

移動性，三者彼此平行發展未統整。

2.5至8歲：九個成份皆有但未統整成一完整概念，起初認為死亡為暴力導致，後逐漸知道死亡為肉體喪失功能或內在原因導致。

3.8歲以後：將九成份統整成一完整、抽象的概念且應用到生命或死亡觀點上，概念與成人相似。

### (三) Tamm & Granqvist-1980以後

Tamm與Granqvist(1995)研究431位9到19歲兒童及青少年對「死亡」的知覺和死亡的意義，發現年齡愈低的兒童比較傾向於生物性死亡概念，如暴力死亡，例如9到12歲的兒童便處於這種階段；相對地，年紀較長的青少年則有較多的形而上死亡概念出現。而年齡越低的兒童會傾向於用暴力方式思考死亡，可能和他們最早期原始的經驗有關，例如他們最早開始玩的遊戲形態：如官兵捉強盜、殺死別人、牛仔和印第安人等都是暴力性的遊戲，而殺死小昆蟲的行為等更是經常發生，所以使他們進一步形成暴力死亡的概念。

由上述可知，有關死亡概念的研究，不同學者針對不同國籍、不同年齡、不同種族的兒童與青少年，採用不同的研究方法，其中大部分的學者對於死亡概念發展之共識為：死亡概念的發展是從不瞭解逐漸到抽象、客觀、真實的理解。

若以Piaget(1970)的認知發展論相對應，兒童在2至7歲的前運思期或直覺階段(semilogical stage)，其認知發展尚未成熟，參考架構受到極大的限制，通常從死亡的外在因素來思考死亡。雖然兒童理解死亡是「別離」或「消失」，但

是死去的人仍然可以用許多不同的方式復活。再者，當兒童處於7至12歲的具體運思階段，通常已具有邏輯思考能力能處理具體問題，此時的學齡兒童發現死亡是每個人皆無法避免的最終事實，且對於死亡之後的生物機制亦能逐漸理解。12歲以後的兒童或青少年則處於形式運思期階段，此時，他們已具有抽象思維的能力，對宗教、哲學或文化上的死亡議題感到興趣，且能加以討論與評斷，進而擁有自己的生命觀與死亡觀。

### 參、破除兒童失落與悲傷的迷思

許多成人社會對於失落與悲傷存在許多迷思，尤其是當孩子面對寵物死亡時，層層覆蓋或美化事實真相。我們習慣遵從迷思行事，但卻往往造成無法彌補的傷害，不可不慎。以下是要避免的幾種迷思（李閏華、張玉仕、劉靜女譯，2001；廖婉如譯，2008）：

#### 一、迷思一：忽視兒童的情感

當孩子的寵物伴侶受傷、生病或生命危急時，孩子的感受卻常被忽視，不僅無法被允許參與決策過程，有時候甚至連寵物死亡的真相也不被真實告知，或被美麗的結局欺騙著。

#### 二、迷思二：寵物死亡僅是「預演彩排」

成人容易將人的死亡看成「正式表演」，失去寵物只不過是「預演彩排」罷了，然而，如此忽略孩子與寵物的深厚情感依附關係，則會誤以為寵物死亡對兒童而言只是微不足道的失落。

### 三、迷思三：兒童會自動產生復原

成人常會認為處在失落與悲傷的兒童中是具有復原力的，無須給予特別輔導關照，時間一過，兒童就會自然從中恢復；然而，這樣的觀念強化了兒童的悲傷程度不如成人的錯誤觀念。

### 四、迷思四：儘快找到替代者

提供給孩子快速便利的方式，期待他們從失落中儘速復原，甚至不帶感情地使用強迫的方式，希望他們儘快找到寵物的替代者。

成人若無法跳脫以上的迷思，則易錯失教育與輔導的先機，其實在兒童發展中，如有談論死亡的適當時機，家長與教師可以非正式教育方式，給予他們必備的基本知能，進而協助孩子為未來面臨摯愛親人的死亡調適預做準備（廖婉如譯，2005，2008）。另外，兒童全心全意地愛著寵物，因此，寵物之死深深衝擊他們脆弱的心靈，成人切勿不帶情緒地與孩子討論死亡與悲傷，而是要讓他們知道自己也是事件中重要的主角，可以被告知、接納、扶持與安慰，如此，兒童才能發展足夠的自信與技能，在未來的生活中有效地面對和調適失落（劉翠華、紀潔芳、馬文華譯，2007）。

### 肆、協助兒童面對寵物死亡的悲傷輔導技巧

動物的生命已提升成為一種人文與生命上的關注，寵物的地位被重新詮釋，寵物已不再只是寵物，漸以一種平等的角色出現，甚至不再以「寵物」稱

之，因為這是一種階級意味十足的稱謂；寵物可作伴也可寄情，而改稱「伴侶動物」(companion animal)，較具平等地位和真實反應現況(Wrobel & Dye, 2003)。由此看出，寵物死亡對於兒童的確有著特殊意義，並且等同於親人、友人的殞落，是種類似於失去人類夥伴與家庭成員的失去的情感失落(袁翠苹，2006)。寵物的死亡對孩子是一個重大的衝擊，牠每日生活在兒童身旁，已成為生活經驗中一部分，有一天牠走了，在孩子的生活中缺席了，會讓他們有失落和悲傷的情緒，需要親師的慰藉以及心理扶持。以下介紹幾種適用於協助兒童準備與調適寵物死亡的悲傷教育與輔導技巧(李閏華等譯，2001；張淑美、吳慧敏譯，2004；廖婉如譯，2005；Corr, 2003)：

#### (一)運用相關繪本

展開符合發展階段的悲傷教育與輔導，可和兒童一起閱讀與寵物死亡有關的繪本。如《毛弟！再見了》書中的小男孩一早醒來，發現他心愛的寵物鼠毛弟沒有如同往常一樣醒過來。爸爸與媽媽清楚的告訴他實情，陪小男孩經歷死亡，由一開始的否認、憤怒、不解的悲傷情緒，到後來的接受事實、坦然面對，全家人一起經歷情緒宣洩與平撫的過程，從中獲得安慰。《獾的禮物》、《小魯的池塘》、《想念巴尼》、《恐龍上天堂》……等許多透過貼近小孩生活和情感經驗的寵物死亡繪本，讓孩子體會悲傷是生活中正常的情緒反應，並由復原歷程中，重新對生命懷抱積極正向的希望。

#### (二)誠實告知真相

父母或助人者應誠實與兒童開放地談論寵物的疾病、受傷或死亡，當寵物死亡時，用具體的字眼如「死了」或「死亡」來告知兒童，以幫助兒童清楚地了解和接受這個事實，並使孩子能有機會健康地處理及體會自己失落的感受，進而發展適應的行為。如成人為求短暫的仁慈而選擇善意的謊言，欺騙孩子寵物是「跑掉」、「送給別人」或「和天使在一起了」，以為這樣可以保護兒童免於痛苦的經驗；然而，如此孩子反而會面臨另一種傷害，他們會感受到被好朋友拒絕或遺棄的痛苦，也可能因而怨恨天使。而且，當兒童最終發現寵物死亡的事實時，他們又被迫去面對與父母信任關係的破裂。

#### (三)鼓勵參與死亡及葬禮過程

在充分的準備之下，可以讓孩子選擇寵物安樂死時是否在场，成人必須告知他們會發生什麼事，寵物會有什麼感覺、動作；寵物死亡後他們可以撫摸、哭泣或陪伴一段時間。死亡發生後，可以鼓勵兒童舉辦及參與寵物紀念儀式，追悼會是道別和結束關係最好的方法。

#### (四)用獨特方式製作紀念品

建議兒童可以自己創造寵物的紀念品，如剪下一撮毛當成特別的留念、用墨汁或黏土印下寵物的爪印、寫日記或錄下對牠的思念、製作寵物的相本或紀念冊等，表示對牠的懷念。

庫柏勒·羅斯(Kübler Ross)曾說：時間與愛能使悲傷具有神奇的治療力量(張美惠譯，2006)。失落與悲傷是非常個人化的經驗，對於每個人都有

其獨特的痛苦與意義，孩子如果沒有好好地走過悲傷，便可能喪失治療靈魂、心理與情感的寶貴機會。

## 伍、結語

「失落與悲傷」是人生中必然會遭逢的過程，不要避諱讓孩子去靠近自己的悲傷。此時，他們最需要的是「愛」，在溫暖與包容中一步一步地引領孩子，從坦露失去寵物的情緒感受、回憶、傾訴到找出悲傷情緒的出口。曾經愛過與被愛的經驗將永遠活在孩子的心中，在未來的人生旅程中，則會越來越有處遇悲傷的韌性與復原力，變得更瞭解生命的意義與豐盈。

## 參考文獻

- 杜白（2007）。**動物生死書**。台北：心靈工坊。
- 袁翠苹（2006）。**寵物似如親：經歷寵物死亡之生活經驗探究**。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 張淑美（1989）。**兒童死亡概念發展之研究與其教育應用**。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 張淑美（2004）。早知道早幸福？兒童死亡概念之發展與生死教育。**學生輔導季刊**，**93**，166-175。
- 張淑美（2006）。**死亡學與死亡教育：國中生之死亡概念、死亡態度、死亡教育態度及其相關因素之研究**。高雄市：復文書局。
- C. A. Corr & D. M. Corr (2001). **死亡與喪慟：兒童輔導手冊**（李閏華、張玉仕、劉靜女譯）。台北：心理。（原著出版於1996）
- Corr, C. (2003). Pet loss in death-related literature for children. *Omega: Journal of Death & Dying*, *48*(4), 399-414.
- E. Kübler-Ross & D. Kessler (2006). **當綠葉緩緩落下**（張美惠譯）。台北：張老師文化。（原著出版於2005）
- K. Alexandra (2004). **生死一線牽：超越失落的關係重建**（張淑美、吳慧敏譯）。台北：心理。（原著出版於2001）
- Kane, B. (1979). Children's concept of death. *The Journal of Genetic Psychology*, *134*, 141-153.
- L. Goldman (2007). **孩子也會悲傷**（劉翠華、紀潔芳、馬文華譯）。台北：三之三文化。（原著出版於2005）
- M. Becker & D. Morto (2008). **那些動物教我的事**（廖婉如譯）。台北：心靈工坊。（原著出版於2002）
- Mahon, M. M., Goldberg, E. Z., & Washington, S. K. (1999). Concept of death in a sample of Israeli Kibbutz children. *Death Studies*, *23*, 43-59.
- Nagy, M. (1948). The child's theories concerning death. *The Journal of Genetic Psychology*, *73*, 3-27.
- Piaget, J. (1970). *Genetic epistemology*. N. Y.: Columbia University Press.
- R. M. Reynolds (2005). **陪牠到最後：動物的臨終關懷**（廖婉如譯）。台北：心靈工坊。（原著出版於2000）
- Speece, M. W., & Brent, S. B. (1984). Children's understanding of death: A review of three components of a death

- concept. *Child Development*, 55(5), 1671-1686.
- Speece, M. W., & Brent, S. B. (1992). The acquisition of a meaning understanding of three components of the concept of death. *Death Studies*, 16, 211-229.
- Speece, M. W., & Brent, S. B. (1996). *The development of children's understanding of death*. In Corr, C.A. & Corr, D. M. (Eds), *Handbook of childhood death and bereavement* (p.29-50). New York: Springer.
- Tamm, M. E., & Granqvist, A. (1993). *Barns dödsuppfattning i teckningar och berättelser [Children's conceptions of death in drawings and narratives]*. Research Report 25. Boden: College of Health and Caring Sciences.
- Tamm, M. E., & Granqvist, A. (1995). The meaning of death for children and adolescents: A phenomenographic study of drawings. *Death Studies*, 19, 203-222.
- Wrobel, T. & Dye, A. (2003). Grieving pet death: Normative, gender, and attachment issues. *Omega: Journal of Death & Dying*, 47(4), 385-393.