

SORG EFTER TAB AF SELSKABSDYR

Tia G. B. Hansen¹ & Lisa M. Nielsen²

Sorg efter tab af selskabsdyr er miskendt (disenfranchised): Forskning viser, at de fleste ejere føler betydelig sorg, når dyrene dør, men de fleste ejere føler også at måtte skjule sorgen for ikke at skille sig ud. Dette paradoks kan skyldes manglende viden om relationer mellem mennesker og dyr, og artiklens mål er at sammenfatte relevant forskning og udlede forslag til støtte for sørgende dyreejere i Danmark. Artiklen forstår sorg over selskabsdyr som forårsaget af dels tabet af funktioner, som dyr im- og eksplicit har for deres ejere, dels tabet af en tilknytningsrelation til et unikt individ. Sorgprocessen er nogenlunde den samme som efter tab af mennesker, men adgangen til social støtte reduceres af sorgens miskendthed. Artiklen overvejer relevansen af intervention, resumerer en amerikansk 3-niveau-model og foreslår at benytte en lignende model i Danmark. Vi vurderer, at de væsentligste indsatsbehov på dansk grund er folkeoplysning om menneske-dyr-relationer, oprustning af psykologers viden på området, og adgang til opdateret viden om sorgprocesser for dyrlægeklinikker og deres kunder. Sorgterapi er kun relevant på personlig indikation, og et tilbud som det amerikanske TALP-program foreslås tilpasset og afprøvet i en dansk kontekst. TALP varer seks sessioner og fokuserer på validering af sorgen og psykoedukation om menneske-dyr-relationer, sorgprocesser og coping.

Nøgleord: kæledyr, miskendt sorg, antropozoologi

1. Introduktion

Sorg er en naturlig del af at være menneske. Almindeligvis indbefatter sorg ydre (*mourning*) og indre (*grief*) reaktioner på at miste noget, der er vigtigt for os. Det klassiske eksempel er, når en nærtstående person dør. Mennesker, der mister en forælder, en ægtefælle eller et barn, sørger. De føler tabet som savn og smerte, og de reagerer med følelser, som de fleste genkender og anerkender, da næsten alle har oplevet tab af nærtstående i løbet af livet. Samtidig aktiveres kulturelle traditioner for, hvordan sorg håndteres af den

1 Tia Hansen er psykolog, ph.d. og lektor ved Center for Developmental and Applied Psychological Science (CeDAPS), Aalborg Universitet. tia@hum.aau.dk

2 Lisa Nielsen er BSc og kandidatstuderende i psykologi, Aarhus Universitet. lisamargitn@gmail.com

sørgende selv og af omgivelserne. Man kan have ret til fri fra arbejde i forbindelse med nærtståendes død, der findes afskeds- og overgangsritualer vedrørende bisættelse, og mennesker omkring den sørgende kondolerer og støtter på forskellig vis.

Det er imidlertid ikke efter alle tab, sorg anerkendes og udløser social støtte. Samfund har mere eller mindre eksplicite definitioner af, hvornår sorg er berettiget – og dermed også grænser for, hvem der “må” sørge og over hvad. Kenneth Doka (1989) foreslog begrebet *miskendt sorg (disenfranchised grief)* for sorg, der skjules på grund af manglende kulturel accept, og han fremhævede det paradoks, at miskendelsen gør sorgen til en ekstra belastning og samtidig fjerner kilder til støtte, som man har ved anerkendt sorg. Sorg over selskabsdyr er et af Dokas eksempler på miskendt sorg. Samtidig er sorg over selskabsdyr et fænomen, som sjældent diskuteres i psykologisk sammenhæng i Danmark, skønt fænomenet berører mange, og der foreligger relevant international forskning.

Artiklens formål er at vise, at sorg over tab af selskabsdyr er en naturlig følge af en sund relation til dem, og at udlede anbefalinger for relevant støtte til danskere, der sørger over tab af selskabsdyr. Først resumeres hovedpointer fra den internationale faglitteratur om menneskers tilknytning til selskabsdyr, som kan forklare tabet, når dyrene dør. Dernæst vises, at det er normalt – men ikke føles sådan – at sørge over mistede selskabsdyr. Nogle særligt sårbare situationer beskrives kort, hvorpå det diskuteres, hvornår og hvordan intervention kan være berettiget. I den forbindelse resumeres en trin-niveau-model, som er foreslået af en gruppe amerikanske psykologer, og der rundes af med forslag til håndtering i en dansk kontekst.

2. Menneskers forhold til selskabsdyr

Selskabsdyr³ er udbredte i den vestlige verden. I USA findes selskabsdyr i over halvdelen af alle husstande, hvoraf to tredjedele betragter dem som egentlige familiemedlemmer (Oyama & Serpell, 2013). I Australien er der 1,4 selskabsdyr per person og 6 milliarder dollars i kommerciel omsætning i forbindelse dermed, heraf 2,2 milliarder i dyrlægesammenhæng (Kemp, Jacobs & Stewart, 2016). Der er også en voksende million-industri med bisættelse af dyrene, såvel som med support for de sørgende, der rækker fra websider til tilbud om psykologisk bistand. Der er ikke regulering eller kvalitetskrav på området, hvilket kan bekymre vedrørende ydelser, der udgiver sig for at være psykologiske; det tages op i afsnit 4.

3 Artiklen anvender “selskabsdyr” (*companion animals*) som overbegreb for prototypiske kæledyr (f.eks. hunde, katte) såvel som andre dyr (f.eks. heste, undulater), hvor samvær med dyret er et formål i sig selv for det menneske, der anskaffer det. Forholdet til dyret er det centrale i bestemmelsen og for artiklens pointer.

I Danmark registreres årligt ca. 70.000 nye hunde i Dansk Hunderegister, og i år 2000 havde ca. 880.000 danske familier et eller flere kæledyr (Danmarks Statistik, 2000), hvilket indbefatter en række forskellige dyrearter, med hunde og katte som de hyppigste.

Selskabsdyrs funktioner

Da selskabsdyr medfører forpligtelser og udgifter, er det et centralt spørgsmål, hvorfor mange alligevel opfatter dem som en berigelse af deres liv (Hansen & Thodberg, 2014). Walsh (2009) sammenfatter nogle af de hyppigt formodede gevinster i menneskers forskellige livsfaser. Børn betragter ofte selskabsdyret som en ven, og dyret kan give barnet anledning til at yde omsorg og hensyntagen til andre. At have selskabsdyr giver også mange børn den første større sorg, når dyret dør, og Walsh foreslår, at barnet her lærer coping-strategier for senere tab af forældre eller andre nærtstående mennesker. Unge par anskaffer sig ofte et kæledyr tidligt i forholdet, før de får børn. Her foreslår Walsh (2009), at parret vil opleve konflikter om pasning og opdragelse, som kan ligne senere konflikter i relation til et barn og således forberede til forældreskab. Dyret kan også blive surrogat for et barn (Sharkin & Knox, 2003; Walsh, 2009). I senere dele af voksenlivet kan et selskabsdyr lette overgangen, når børnene flytter hjemmefra, og ældre mennesker kan værdsætte, at dyret behøver dem, ligesom det kan modvirke ensomhed, skabe daglige rutiner og mindske risici for social isolation (Messent, 1985). Endelig synes mennesker med demens ofte at have bevaret evnen til at finde ro og glæde over dyrs nærvær, hvis de har været glade for dyr tidligere i livet (Thodberg et al., 2016).

I familien kan selskabsdyr blive afsæt for fælles oplevelser og aktiviteter, og familier med selskabsdyr synes at have større indbyrdes interaktion og kommunikation end familier, der ikke har dyr (Walsh, 2009). Dyret kan også fungere som konfliktdæmper, dels ved at flytte fokus ved at gøre noget pudsigt, og dels ved at familiemedlemmer kan nedtone konfliktpotentialer ved at angive at tale på dyrets vegne og dermed føje et humoristisk aspekt til et budskab (Tannen, 2004).

For den enkelte kan selskabsdyr desuden være et fast holdepunkt, som altid er til rådighed for støtte og tryghed og dermed repræsenterer stabilitet og ubetinget kærlighed (Packman, Field, Carmack & Ronen, 2011). I et survey fandt Kurdek (2009), at næstefter kæresten eller ægtefællen var hunden den, flest voksne hundeejere ville vende sig til under modgang – snarere end venner, forældre og søskende.

Endvidere har det at leve sammen med dyr en række funktioner i det daglige, som formodentlig kun i begrænset omfang eksplicit forstås af den, der har dyret. For eksempel har forskning i menneske-dyr-forholdet dokumenteret dyrs tendens til at fungere som sociale facilitatorer (Mugford & M'Comisky, 1975; Wells, 2004). Dyret kan forårsage smil og positiv stemning med adfærd, mennesker opfatter som gensynsglæde eller smittende livsglæde, det

kan have funktioner som både tilknytningsobjekt og den reciprokke rolle som stabil modtager for ejers engagement og omsorgsgivning, og det kan formodentlig have projektive funktioner for personens selvbillede (Veevers, 1985).

Endelig kan der være helbredsmæssige fordele. I flere kontekster kan selskabsdyr virke reducerende på blodtryk, stress og sygelighed (Oyama & Serpell, 2013; Smith, Treharne & Tumilty, 2017) og fungere som en buffer imod angst og depression (Cordaro, 2012). Nogle af disse effekter er der akkumuleret god empirisk dokumentation for (for et review se f.eks. Beetz, Uvnäs-Moberg, Julius & Kotrschal, 2012).

Der er således mange potentielle gevinster ved at have et selskabsdyr, som kan give grunde til at sørge over tab af dyret. Det er samtidig vigtigt at forstå, at skønt gevinsterne i udgangspunktet stammer fra dyret som kategori (f.eks. et medlem af arten kat), er det ikke som kategori, vi forholder os til selskabsdyr, men som konkrete enkeltindivider.

2.1. Tilknytning

Teoretisk anvendes ofte tilknytningsteori til at forstå forholdet mellem mennesker og selskabsdyr (Kurdek, 2008; Rockett & Carr, 2014; Zilcha-Mano, Mikulincer, & Shaver, 2011). Tilknytningsbegrebet skal forstås i lyset af, at visse dyrearter har behov for omsorg og beskyttelse fra en voksen i lang tid efter fødslen. Selektionspresset har hos disse arter fremmet instinkter, emotioner og adfærdsmønstre, der kan bidrage til at sikre nærheden til moderen. Det sker via en biologisk implementering (neuralt, hormonelt), som i et vist omfang er ens for arterne, og som i særlige tilfælde kan aktiveres på tværs af arter (Nagasawa, et al. 2015). Både mennesker og de typiske arter af selskabsdyr har dette biologiske beredskab, og det formodes at have spillet en rolle i dyrenes (for)historiske domesticering, såvel som at ligge bag de bånd, der i dag knyttes mellem mennesker og deres selskabsdyr (Julius, Beetz, Kotrschal, Turner, & Uvnäs-Moberg, 2013).

Mary Ainsworth operationaliserede tilknytning ved hjælp af den såkaldte fremmed-situation-test (f.eks. Ainsworth & Bell, 1970), hvor børn forlades af deres forælder i en række eksperimentelt opsatte situationer, og barnets reaktioner klassificeres som udtryk for, om dets tilknytning er tryk, ængstelig utryk, undgående utryk, eller helt desorganiseret. Topál, Miklósi, Csányi og Dóka (1998) sandsynliggjorde med en tilpasning af eksperimentet, at man også meningsfuldt kan tale om hundes tilknytning til deres ejere – altså ejere som tilknytningsobjekt for hunde.

Lawrence Kurdek (2008, 2009; se også Rockett & Carr, 2014) ræsonnerede, at hvis hunde kan tjene som tilknytningsobjekter for mennesker (ikke blot omvendt), ville ejere i empiriske undersøgelser tilkendegive, at hunden og forholdet til den havde de af Ainsworth foreslåede egenskaber: Hunden skulle kunne opfattes som en *sikker base*, hvis pålidelighed reducerer sårbar-

hedsfølelse, når man udforsker verden; som en *tryk havn*, der giver beroligelse, når man er under pres; man skulle ønske og glædes over dens nærvær (*nærhedssøgning*); og adskillelse fra den skulle udløse savn (*adskillelsesfrustration*). Dette blev bekræftet i to undersøgelser med knapt 1000 deltagere i hver, henholdsvis collestuderende (Kurdek, 2008) og voksne (Kurdek, 2009).

I humanpsykologien anvendes tilknytningsbegrebet også som mulig forståelsesramme for voksnes relationer til hinanden. Det ser ud til, at man i nogen grad gentager sin tilknytningsstil i forhold til nære personer senere i livet, blandt andet kærester. Er barnet for eksempel ængstelig tilknyttet sin mor, vil det have øget tilbøjelighed til denne tilknytningsstil i voksenlivet (Fraley & Shaver, 2000). Denne forskning forstår ofte tilknytningsstil som udtrykt ved to dimensioner: ængstelighed (*anxiety*) og undvigelse (*avoidance*), der kan afdækkes psykometrisk (med standardiserede spørgeskemaer til selvrapportering).

Zilcha-Mano et al. (2011) udviklede et parallelt værktøj til måling af ejeres tilknytning til deres selskabsdyr (*Pet Attachment Questionnaire, PAQ*). Deres arbejde passer med den teoretiske udlægning, at tilknytningsstil til dels er generisk, men med variation for hver type af tilknytningsrelation (f.eks. til forældre versus kærester) og igen variation for hver unik relation. I en serie af studier fandt de samvariation mellem interpersonel tilknytning og tilknytning til selskabsdyr, men korrelationerne var moderate og sås kun på dimensionen ængstelighed (der også samvarierer med f.eks. personlighedstræk som neuroticisme) (Zilcha-Mano et al., 2011). De foreslår, at generisk tilbøjelighed til undvigende tilknytning kan modereres af et dyrs "evne" til ubetinget accept og aktivering af omsorgsgiveradfærd.

Der er altså parallelle systemer for tilknytning hos henholdsvis mennesker og (de mest almindelige arter af) selskabsdyr, som muliggør en vis udfyldelse af tilknytningsforholdets reciproke roller for hinanden, men tilknytningsstil i forhold til selskabsdyr afviger fra interpersonel tilknytningsstil. Tilknytningsstil i forhold til kærester kan nogenlunde forudsiges af tilknytningsstil i forhold til forældre (Fraley & Shaver, 2000), mens tilknytningsstil i forhold til selskabsdyr kun kan forudsiges i begrænset omfang (Julius et al., 2013; Zilcha-Mano et al., 2011). Julius et al. (2013) argumenterer for, at dette har to vigtige implikationer. Den ene vedrører terapeutiske sammenhænge, hvor det betyder, at dyreassisteret terapi i nogle tilfælde kan skabe en særlig bro til relationsdannelse. Den anden implikation er, at selskabsdyr ikke kan forstås som blot surrogater for begrænsede menneskelige relationer (for i givet fald ville personens interpersonelle tilknytningsmønster gentages i forholdet til dyret). Det er væsentligt i nærværende sammenhæng, da en sådan forestilling kunne være en del af forklaringen på, at sorg over selskabsdyr opleves som pinlig og miskendes.

3. Sorg over selskabsdyr

Studier af sorg efter tab af selskabsdyr resumeres nedenfor. De synes samstemmende at vise to ting, der virker modstridende: Det er særdeles almindeligt at sørge over et mistet selskabsdyr; alligevel er det også almindeligt at føle sig sær eller skjule sorgen i forventning om misbilligelse.

Miskendt sorg

En sådan modstrid kalder Kenneth Doka for *disenfranchised grief*, som vi har valgt at oversætte til *miskendt sorg*. Han definerer miskendt sorg som “den sorg, personer oplever, når de lider et tab, der ikke (kan) åbent anerkendes, sørges over offentligt, eller støttes socialt.” (Doka, 1989, s. 4; vores oversættelse).

Miskendt sorg er altså sorg, der ikke anerkendes af den omgivende kultur og derfor skjules. Mindst tre typer omstændigheder kan medføre miskendelse: Når den, der mistes, ikke anses for værd at sørge over (f.eks. et selskabsdyr); når den, der mister, ikke anerkendes som sørgende (f.eks. et menneske med udviklingshæmning); og når relationen imellem de to ikke anerkendes (f.eks. en hemmelig forbindelse). Doka (1989) fremhæver, at miskendelsen ikke blot udgør en ekstra belastning for den sørgende, men også udelukker nogle af de kilder til social støtte, som kulturelt anerkendt sorg ville give adgang til.

Miskendt sorg kan dermed følelsesmæssigt (*grief*) være som anden sorg, men kan ikke i samme grad udtrykkes (*mourning*). Dette ses i studierne af sorg efter tab af selskabsdyr. Følelserne kan, som efter tab af mennesker, være præget af tristhed, følelsesløshed, vantro, tomhed, smerte og længsel (Adams, Bonnett, & Meek, 1999; Kemp et al., 2016; Miller, Prout, Rourke, Lefkowitz, & Boyer, 2014), og nogle ejere oplever sorgreaktionen lige så kraftigt, som hvis det var et nærtstående familiemedlem, de havde mistet (Walsh, 2009). Alligevel opleves sorgen altså af mange af de samme mennesker som illegitim eller lidt latterlig. Modsigelsen mellem følelsen af sorg, og tvivlen om dens berettigelse, betyder at sorgen ofte søges skjult eller bagatelliseret (Adams et al., 1999; Kemp et al., 2016).

Omfang, udtryk og mulige prædiktorer

Wrobel og Dye (2003) fandt blandt 174 voksne i Michigan, som de kontaktede via college, dyrlæger og forretninger, at 85 % bekræftede et eller flere symptomer på sorg efter tab af en hund eller en kat. Det gjaldt stadig for en tredjedel et halvt år efter dyrets død og for en femtedel et år efter. De fleste havde grædt, og omkring halvdelen havde følt sig nedtrykte, ensomme eller skyldige. Der var kønsforskelle for flere af sorgudtrykkene. Blandt andet havde 85 % af kvinderne, men “kun” 51 % af mændene, grædt. Også ensomhed, appetittab og skyldfølelse var hyppigst hos kvinder. Ikke overraskende

var symptomerne mest omfattende og langvarige hos ejere, der var meget knyttet til deres dyr.

Undersøgelser, der som denne baseres på usystematisk rekruttering af lettilgængelige deltagere (*convenience sampling*), kan måske vise urealistisk høje frekvenser af sorgen, idet de mest påvirkede mennesker formodentlig er mest tilbøjelige til at svare. Samtidig har man ved miskendt sorg få andre muligheder for at tale om sin sorg. Blot at deltage i et online survey med forskningsformål blev af nogle deltagere oplevet som en lettelse, validering og støtte (Packman et al., 2014).

Undersøgelser med langt stærkere designs bekræfter imidlertid, at sorg over selskabsdyr er særdeles hyppig og omfattende. Adams, Bonnett og Meek (2000) kontaktede via 14 canadiske dyrlægeklinikker ejere af nyligt afdøde hunde og katte, og 177 (80 %) af de adspurgte besvarede et spørgeskema inden for seks uger. De svarende var bredt fordelt på alder, men hyppigst kvinder, gifte og i arbejde. Katte og hunde var ligeligt repræsenterede, og langt de fleste (87 %) var døde ved aflivning. Sorgreaktioner blev belyst med ca. 40 spørgsmål fordelt på tre temaer (skalaer) og mulige prædiktorer med ca. 50 spørgsmål fordelt på fire temaer – alle baseret på en *grounded theory*-analyse af 44 åbne interviews i en tidligere undersøgelse andetsteds (Adams et al., 1999). Adams et al. (2000) valgte at betragte sorgen som svær (*severe*), når en deltagers svar på samtlige tre sorgtemaer nåede 60 % af det maksimalt mulige. Det var tilfældet for ca. 30 % af deltagerne.

Omkring halvdelen af de svarende tilkendegav, at de fandt det stigmatiserende at sørge over dyr, og at dette påvirkede dem, så de følte, at der var noget galt med dem, fordi de sørgede. Den stærkeste prædiktor for graden af sorg var styrken af tilknytning til dyret, men også perciperet stigmatisering spillede en betydelig rolle.

Et andet bemærkelsesværdigt fund vedrører aflivning. Omkring halvdelen af ejerne tilkendegav skyld og tvivl om aflivningens berettigelse, når deres dyr var blevet aflivet. Samtidig indikerede regressionsmodeller af data imidlertid, at sorgreaktioner var *mindre* udtalte, når dyret var død af aflivning end af andre årsager. Aflivningens dilemma diskuteres i afsnit 3.1.

Zilcha-Mano et al. (2011) fandt, at sorgreaktioner varierer med tilknytningsstil i forhold til dyret. I et studie med 137 israelere, der havde mistet deres dyr, fulgtes høj score på den ængstelige dimension af PAQ-skalaen med øgede sorgreaktioner (overaktivering), mens høj score på den undvigende PAQ-dimension fulgtes med reducerede sorgreaktioner (deaktivering). Blandt andet fulgtes ængstelig tilknytning til dyret med øget rumination, maladaptive coping-strategier (f.eks. rygning og alkohol) og oplevelsen af have mistet mening og identitet.

Sorgoplevelsen og dens håndtering

Flere kvalitative studier søger at give et nærmere indblik i selve oplevelsen ved at miste et selskabsdyr, og Kemp et al. (2016) syntetiserede 11 af disse.

De fandt, at selskabsdyr typisk blev betragtet som familiemedlemmer, forbundet med følelsesmæssig investering i dyret og dets velbefindende, og beskrevet med termer som gensidighed, nærhed og omsorgsgivning. I de fleste studier var der tale om hunde og katte, men fugle, hamstere, fisk, heste og kaniner blev også nævnt. Ligesom hos Adams et al. (1999, 2000) var hovedparten af dyrene døde ved aflivning, og ofte gav aflivningen særlige skrulpter.

Generelt blev forholdet til selskabsdyr beskrevet som gensidig udveksling af hengivenhed og omsorg, og sorgen over tabet af dyret blev oftest beskrevet som betydelig. Sorgen blev oplevet med fysiske (kan ikke sove, græder) og psykiske (savn, meningsløshed) udtryk. Mange anvendte samme eufemismer, som traditionelt ses ved tab af mennesker (de er "gået bort", "mistet") og tilkendegav også det behov for at bevare den døde i erindring, billeder og eventuelt andre artefakter, som mange har, når mennesker dør. Sorgen som socialt og kulturelt miskendt, og dettes påvirkning af den sørgende, var et tilbagevendende tema. Et andet hyppigt tema var behov for overgangsritualer og social støtte, især mens sorgen var ny og intens. For mange var det blot social støtte fra nære andre, der var brug for, men der sås også tilfælde af årelang, intens sorg, hvor hjælp til at genvinde funktionalitet kunne være berettiget (Kemp et al., 2016).

De mange funktioner, dyret har i det daglige, bliver til sekundære tab (jf. Stroebe & Schutt, 1999), når dyret dør. Nogle af funktionerne kan genvindes ved at anskaffe sig et nyt dyr, men ikke alle, da tilknytning er til et unikt individ. Samtidig er det for en sørgende et behov i sig selv, at det konkrete individ, der ikke længere findes i den faktiske verden, ikke også går tabt i erindringen. Stræben efter bevarelse af en slags bånd (*continuing bonds*) med den døde, anses i aktuelle sorgteorier – modsat nogle af de tidligere – ikke for at være usund, men som en del af genorientering og rekonstruktion af selvet (Habarth et al., 2017; Stroebe & Schut, 1999).

Sorg er en naturlig konsekvens af at knytte sig til et konkret individ og miste dette. For ejere af selskabsdyr, som har kortere livsspannd end mennesker, er sorg "en del af pakken": Hvis man vil, kan man knytte sig til dem, og hvis man gør, giver det ekstra glæder, mens de lever, men bringer sorg, når de dør.

3.1. Særlige omstændigheder

Under visse omstændigheder rammer tabet af et dyr særlig hårdt. I Kwongs og Bartholomews (2011) studie af servicehundemodtagere udtrykte 23 af de 25 personer, der blev interviewet, langvarig og dyb sorg over tabet af deres tidligere servicehund – selvom de fik en ny. Studiet viste samtidig, at også servicehundeejere kan føle sorg over tabet som noget pinligt, der bør skjules.

Servicehunde er per definition ejerens konstante støtte, men også almindelige selskabshunde bliver for nogle ejere den mest konsistente daglige interaktionspartner eller tjener som en konstant faktor gennem flere af livets

transitioner. En undersøgelsesdeltager hos Christiansen, Kristensen, Sandø og Lassen (2013, s. 524) fortalte, hendes hund havde fulgt hende, siden hun blev voksen, herunder gennem fire flytninger og to skilsmisser, hvormed den var den længstvarende nære ledsager i hendes voksenliv. Tilsvarende udsagn ses i andre kvalitative studier (Palotta, 2016; Walsh, 2009).

Når dyret også repræsenterer andet end sig selv

I nogle situationer kan tab af et selskabsdyr være psykosocialt knyttet til andre tab, ofte på komplekse måder. Eksempelvis fortæller Pallotta (2016), at en dyrevelfærdsforkæmperes eget selskabsdyr havde modereret hendes følelse af afmagt ved konfrontation andre dyrs lidelser. Toray (2004) beskriver et andet eksempel i en terapeutisk case om et par, hvor den pludseligt døde hund også var symbol for deres søn og hans død et år tidligere. Mere almindelige varianter af symbolsk sammenknytning kan være, hvis katten blev anskaffet af en i mellemtiden død ægtefælle, eller hvis hunden må afhændes i forbindelse med flytning til plejehjem.

Sårbare personer og situationer

Nogle mennesker synes mere sårbare overfor sorg end andre. I et review af faktorer, som kan forudsige udvikling af kompliceret sorg efter tab af et nærtstående menneske, fandt Burke og Niemeyer (2013), at mennesker med en tryk tilknytningsstil generelt synes at håndtere sorg mere adaptivt end mennesker med usikker tilknytningsstil. For sorg over selskabsdyr synes tilknytningen til dyret at være afgørende for sorgreaktionen. Det ses blandt andet af Adams og kollegers (2000) canadiske undersøgelse, hvor det dog ikke klart fremgår, hvordan tilknytning blev målt. Zilcha-Mano et al. (2011) fandt stærke sorg-reaktioner hos ængstelig tilknyttede (til dyret), svage reaktioner hos undvigende tilknyttede (til dyret), og liden sammenhæng med tilknytningsstil i forhold til mennesker. Tilknytning synes således at have en forudsigelseskraft i forhold til sorg over både mennesker og dyr, men på forskellig vis.

Foruden personvariabler er der situationsbundne risikofaktorer for at udvikle kompliceret sorg efter tab (af mennesker), for eksempel oplevet lav social støtte i forbindelse med dødsfaldet (Burke & Neimeyer, 2013). Ved tab af selskabsdyr ses oplevelse af ringe social støtte ofte, men vi har ikke set egentlige undersøgelser af udbredelse eller risikofaktorer for udvikling af kompliceret sorg efter tab af selskabsdyr.

Aflivningens dilemma

Når der er tale om aflivning, kan ejeren have skyldfølelse foruden sorgen. Mange bliver i tvivl om, hvorvidt det var nødvendigt, føler at have svigtet dyret eller føler sig sågar som mordere (Fawcett, 2016). Adams et al. (2000) viste, at omkring halvdelen af ejerne føler skyld, når deres dyr aflives, og

samtidig at langt de fleste selskabsdyr faktisk dør ved aflivning. Det er således en stor population, der rammes af dette problem.

Christiansen og kolleger (2013) diskuterer en væsentlig problemstilling i denne forbindelse: Også pasning af kronisk syge dyr kan belaste ejeren, ikke blot økonomisk og praktisk, men også psykisk. Studiet er baseret på interviews med tolv ejere af kronisk syge dyr. Også her ses en tendens til at føle skyld og føle, at man svigter dyret. Samtidig er det ændrede forhold til dyret og den tilbagevendende bekymring for det kilder til frustration.

Efterhånden som stadigt mere avancerede teknikker til behandling og livsforlængelse tages i brug i dyrlægepraksisser, forlænger man ikke kun dyrets liv, men også ejerens dilemma. Netop fordi aflivning altid er en mulighed, kan ejere ikke undslippe ansvaret for at beslutte, hvornår selskabsdyrs liv skal ende. De ovenfor gennemgåede studier viser, at denne beslutning ikke blot er vanskelig at træffe; det er også vanskeligt at opretholde følelsen af, at beslutningen var berettiget. Incitamentet til at udsætte aflivning vil være stort. Christiansen et al. (2013) gør opmærksom på det etiske dilemma ved udvidede behandlingsmuligheder og opfordrer dyrlæger til at medtænke og informere om de menneskelige omkostninger ved at passe kronisk syge dyr, før langvarig behandling igangsættes.

De professionelle

Hyppig konfrontation med selskabsdyrs død og ejernes sorg kan også blive en belastning for professionelle. Hos dyrlæger, veterinærsygeplejersker og krematoriearbejdere kan der opstå følelsesmæssig udmattelse efter hyppig aktivering af deres medfølelse (*compassion fatigue*) (Hewson, 2014), og nogle af dem føler behov for mere viden og for henvisningsmuligheder til de sorgende ejere (Fawcett, 2016; Hewson, 2014).

Fawcett (2016) anslår, at praktiserende dyrlæger i USA og Storbritannien møder kæledyrsdød 90-100 gange om året, men har lært lidet herom på dyrlægestudiet. Hun vurderer, at der er 15-20 undervisningstimer i alt til at dække aflivning og hvordan, de skal agere i forbindelse med aflivning. Hvis sorg overhovedet nævnes, beskrives sorgprocessen typisk som afgrænset og lineært fremadskridende (Fawcett, 2016). Det kunne lyde som forældet fase teori om sorg, der næppe er hjælpsom for hverken ejere eller personale. Bedre information til dyrlæger og veterinærsygeplejersker (og dyreejere), kunne således være nyttig.

4. Interventionsbehov? Relevansen af psykologisk viden

Når sorg over selskabsdyr er mere hyppig og omfattende, end dens kulturelle miskendthed normalt lader ane, kan det synes oplagt at tilbyde interventioner mod sorg efter tab af selskabsdyr. Kvalitet og indikation bør imidlertid også betænkes.

Både dyrlæger, veterinærsygeplejersker og arbejdere på kæledyrskrematorier kan føle at blive brugt som terapeuter (Chur-Hansen, Black, Gierasch, Pletneva, & Winefield, 2011; Hewson, 2014). Chur-Hansen et al. (2011) fandt i et australsk interviewstudie, at personale på kæledyrskrematorier anså emotionel støtte som deres vigtigste opgave, og at de opfattede deres erfaring som tilstrækkelig til at tilbyde sorgterapi uden uddannelse heri. Miller, Prout, Rourke, Lefkowitz og Boyer (2014) fandt organisationer, som certificerer sorgterapeuter for selskabsdyrsejere på baggrund af et 10-timers internetkursus og uden krav om forkundskaber. Dette er et spinkelt grundlag for at håndtere terapeutiske processer og psykiske forhold, der kan være ganske komplekse, og det virker ikke forsvarligt. Miller og kolleger (2014) anbefaler, at hvis der skal ydes egentlig sorgterapi, skal den ydes af en psykolog.

Relevansen af psykologisk viden understreges også af metaanalyser af sorgterapi generelt. Studier, hvor sorgterapi blev tilbudt uden anden indikation, end at personen havde mistet et nærtstående medmenneske, fandt kun svag til moderat effekt på kort sigt og ingen på langt sigt (Jordan & Neimeyer, 2003). Nogle former for krisehjælp kan ligefrem være kontraproduktiv (Jordan & Neimeyer, 2003; Lilienfeld, 2007). Effekten af sorgterapi (efter tab af mennesker) er derimod god i studier, hvor terapien blev ydet på konkret indikation (Jordan & Neimeyer, 2003).

Implikationerne må også gælde for sorg efter tab af selskabsdyr: Mennesker, der græder, når de forlader dyrlægen uden deres selskabsdyr, har ikke nødvendigvis gavn af krisehjælp, og de bør ikke per automatik opfordres til at gå til terapeut eller i sorggruppe. Hvis de aktivt beder om psykologisk hjælp, vil det være relevant at henvise til kompetent udredning og intervention.

Sorgterapi skal altså være på personlig indikation. Desuden skal det være en relevant terapiform, og kognitiv adfærdsterapi har evidens for at være virksom i sorgterapi (Currier, Holland & Neimeyer, 2010, iflg. Miller et al., 2014, s. 44). Jordan og Neimeyer (2003), og mere generelt Stroebe og Schut (1999), gør samtidig opmærksomhed på behovet for at skræddersy indsatser til de coping-former, der kan fungere for netop den person, der sørger. For nogle vil det være relativt emotionsorienteret, og for andre relativt instrumentelt. Der er ikke empirisk belæg for, at alle skal igennem bestemte faser eller emotionelle opgaver i sorgen (skønt nogle ældre sorgteorier antog dette), så terapeuten skal have kompetencer til at vurdere, hvad kræves i det konkrete tilfælde.

4.1. En model for intervention på tre niveauer

Miller og kolleger (2014) foreslår en model med tre niveauer af støtte for mennesker, der sørger efter tab af selskabsdyr. Den kan resumeres som følger:

Niveau 1 er forebyggelse. Det foregår på kulturelt niveau og består af oplysning og holdningsbearbejdning. Der er ikke belæg for at tilbyde forebyggende sorggrupper til ejere, der har mistet deres dyr; der er blot behov for at fjerne den ekstra belastning, som sorgens miskendthed udgør. På niveau 1 er formålet således normalisering, legitimering og validering af sorg over selskabsdyr; og midlerne er oplysningskampagner og psykoedukation. Miller et al. (2014) foreslår at udvikle en pjece om typiske sorgreaktioner efter at have mistet et selskabsdyr, generel psykoedukation om sorg, og understregning af, at det er legitimt at sørge. Pjecen bør desuden kort informere om, at hvis sorgen forbliver en stor belastning over længere tid, findes der mulighed for en hjælpende intervention (den, der nedenfor beskrives som "Niveau 2"). Pjecens målgruppe er mennesker, der sørger over et mistet selskabsdyr, såvel som deres nærmeste. Det fremgår ikke, hvordan pjecen skal distribueres. Som begrundelse for at forvente virkning af så enkel en indsats, henvises til et studie (Dominick et al., 2009, iflg. Miller et al., 2014, s. 47), som hos en anden målgruppe fandt øget *self-efficacy* og reduceret angst (i sammenligning med en kontrolgruppe) efter anvendelse af et internetbaseret værktøj med psykoedukation og normalisering af sorg.

Niveau 2 er for ejere, hvis sorg griber belastende ind i deres følelsesliv og daglige livsførelse, så de ikke kan fungere hensigtsmæssigt. Til dem foreslår Miller og kolleger et terapi-forløb på seks sessioner á 1 time. Forløbet kaldes *TALP* (Therapy After the Loss of a Pet) og fokuserer på at hjælpe med coping og symptomreduktion samt at understøtte personens modstandskraft og aktivering af sit sociale netværk. Indsatsen forventes at mindske risiko for mere blivende sorgreaktioner, men der foreligger ingen effektstudier. Målgruppen er dels mennesker, der selv opsøger terapi efter at have mistet deres selskabsdyr, dels klienter, der er i terapi af anden årsag, og undervejs mister deres selskabsdyr. Som indledende screening for, om *TALP* vil være relevant, foreslår forfatterne udredning af tre forhold: Grad af tilknytning til dyret, omfang af perciperet støtte fra andre, og om tabet falder sammen med andre belastende begivenheder i klientens liv. Indholdsmæssigt er *TALP* baseret på kognitiv adfærdsterapi og fokuserer på udfordringer ved tab af selskabsdyr. Det betyder blandt andet, at der gøres meget ud af validering af sorgen; psykoedukation, herunder om miskendt sorg; at både positive og negative emotioner og fortolkninger italesættes; at der tales om klientens identitet som både kontinuert og foranderlig; at klienten hjælpes med at identificere personer og situationer, hvor åbenhed om sorgen kunne føre til støtte; og at der arbejdes med hensigtsmæssige måder at tackle det på, hvis manglende støtte fra nære andre føles som en ekstra belastning. Disse tiltag forventes at støtte klientens resiliens, og sideløbende arbejdes generelt med hensigtsmæssige coping-strategier og med lang- og kortsigtede mål. *TALP*'s elementer har belæg i litteraturen, men programmet er ikke afprøvet empirisk. Forfatterne inviterer i artiklen til dette.

Niveau 3 er for de få klienter, som efter et niveau-2 forløb fortsat synes i risiko for langvarige og komplicerede sorgreaktioner. Kun her vil det være relevant med et længere terapeutisk forløb, og dets indhold vil afspejle grundene til personens særlige sårbarhed. Her må klient og terapeut i fællesskab aftale nye langsigtede mål, og der case-formuleres i forhold til disse. Formodningen er, at meget få vil have behov for niveau 3-indsatsen, og at terapeut og klient kan vurdere dette i den sjette og sidste TALP-session, hvor de indledende udredningsværktøjer genanvendes som led i evaluering og afrunding af forløbet.

5. Hvad kunne være en farbar vej i Danmark?

Fra et psykologperspektiv er sorg over selskabsdyr relevant i mindst to forbindelser: Når en klient, der er i terapi af anden årsag, mister sit dyr; og generel indsats i forhold til ejeres sorg over selskabsdyr.

Når klienter mister deres dyr

I scenariet, hvor psykologen i anden sammenhæng har en klient i terapi, som undervejs fortæller at have mistet sit selskabsdyr (eller sin servicehund), kan der psykoedukeres om miskendt sorg, da det anerkender og legaliserer sorgen. Ved en empatisk og validerende tilgang kan sorgen reframes til en gyldig oplevelse, hvis klienten selv (og/eller dennes netværk) har miskendt den. Det er også væsentligt, at dilemmaer om aflivning og længere sygdom kan adresseres (jf. Adams et al., 2000; Kemp et al. 2016). Generelt bør både den emotionelle og den kognitive side af sorgen kunne adresseres (Cordaro, 2012), og psykologen må kunne bistå med at identificere relevante coping-strategier. Der er individuelle forskelle på, hvilke coping-strategier, der fungerer bedst, så nogle klienter vil have relativt mere brug for at fokusere på deres følelser, mens det for andre fungerer bedre at undvige, og terapeuten må kunne gennemskue dette og tilpasse sin vægtning af emotionelt versus problemløsende fokus (jf. Jordan & Neimeyer, 2003; Miller et al., 2014; Stroebe & Schutt, 1999; Zilcha-Mano et al., 2011).

I forhold til dette scenarie er der primært behov for, at psykologer har opdateret viden om sorg-intervention, tilknytning til selskabsdyr og miskendt sorg.

Generel indsats

I forhold til ejeres sorg over selskabsdyr i al almindelighed virker en 3-niveau-model den, Miller et al. (2014) beskriver, som en god balancegang mellem under- og overbehandling. Mennesker, der sørger over selskabsdyr, behøver bedre muligheder for støtte end hidtil (og for nogle vil det indbefatte terapeutisk hjælp); men psykoterapi skal ikke være førstevalg, da det både ville være ufrugtbar overbehandling (jf. Jordan & Neimeyer, 2003;

Lilienfeld, 2007) og støtte kontraproduktive forestillinger om denne type sorg som unormal.

Niveau 3 (længere intervention til de få, der trods gennemført niveau 2 oplever funktionsnedsættelse efter tabet) rummer kun klienter, der allerede har gennemgået det selskabsdyr-specifikke forløb (niveau 2), og den resterende intervention må kunne følge etablerede danske principper for sorgterapi.

På *niveau 2* (kort intervention til mennesker, der selv henvender sig med terapi-ønske eller som henvises pga. konkret, personlig indikation) foreslår Miller og kolleger (2014) en seks-sessioners interventionen kaldet TALP, som bygger på kognitiv adfærdsterapi, sorg-validering, psykoeduktion om miskendt sorg og støtte til reorientering. Os bekendt findes ingen evidensbaserede interventioner mod sorg efter tab af selskabsdyr, så TALP's generelle belæg i kognitiv adfærdsterapi og sorgterapi, herunder miskendt sorg, er et godt udgangspunkt, og man kunne overveje at afprøve den i Danmark. Vi vurderer dog, at den med fordel kunne justeres en smule først. Dels er det relevant at udrede for tilknytningsstil (ikke blot tilknytningsgrad) til dyret, da forskning tyder på, at ængstelig tilknytning til dyret overaktiverer sorgreaktioner, mens undvigende tilknytning deaktiverer dem (jf. Zilcha-Mano et al., 2011; deres PAQ kunne anvendes til udredningen). Dels bør indsigter fra den tværdisciplinære forskning i menneske-dyr-relationer tænkes mere ind i interventionen. For eksempel viser denne forskning, at aflivningsbeslutninger (Adams et al., 2000) og eventuel langvarig sygdom hos dyret (Christiansen et al., 2013) skaber dilemmaer, som efterlader tvivl og skyldfølelse hos mange ejere, hvorfor dette tema bør adresseres. Måske er der også behov for små justeringer for at tilpasse TALP-interventionen til danske traditioner. Udvikling og afprøvning af en justeret dansk TALP kunne være interessant.

Niveau 1 er forebyggelse. Her mener vi, at den primære indsats bør ligge, da man formodentlig med få midler kan gøre en stor forskel for mange. På kulturelt niveau vil oplysning og holdningspåvirkning formodentlig kunne reducere miskendelsen af sorg over selskabsdyr og dermed fjerne en tillægsbelastning af ejere, når deres dyr dør (Miller et al.; 2014; Sharkin & Knox, 2003). Indsatsen kan kvalificeres ved at integrere psykologers viden om sorg og coping, antropozoologisk forskning om menneske-dyr-relationer, og dyrlæger/veterinærsygeplejerskers erfaringer med kunders reaktioner. Konkrete implementeringsmuligheder i Danmark kunne være:

- Folkeoplysning om, at tilknytning til selskabsdyr er gavnlig, men også har sorg som en naturlig følge. Måske kunne organisationer som Dyrenes Beskyttelse, Dansk Kennelklub eller dyrlægers og veterinærsygeplejerskers organisationer inddrages i en sådan indsats.

- Undervisningstilbud til interesserede dyrlæger og veterinærpsykiatere om moderne sorgteori, tilknytning mellem mennesker og selskabsdyr samt miskendt sorg.
- Pjecer i dyrlægeklinikkens venteværelse om samme emner til kunderne.
- De dilemmaer, der er knyttet til valget af aflivning kontra langtidsbehandling af meget syge dyr, bør italesættes. Formodentlig kendes de allerede af dyrlæger som en etisk udfordring. Viden bør også udbredes om de psykologiske udfordringer, det skaber for ejerne, hvor mange oplever tvivl og skyld, uanset hvad de vælger. Både dyrlæger, veterinærpsykiatere og ejerne selv (via pjecer) kunne tilbydes mere information om dette.
- Oplysning om *compassion fatigue* som risiko for de professionelle – samt hvad de kan gøre – kan muligvis være relevant.
- Eventuelt kan det også være relevant at udvikle hotlines (som i f.eks. USA), hvor sørgende selskabsdyrs-ejere kan ringe og møde velvillig lytning, validering af sorgen og information om andre muligheder for social støtte. Det er dog uklart, hvilke kvalifikationer, der bør kræves af den lyttende.

Sammenfattende foreslår vi tre typer af indsats på dansk grund: Folkeoplysning, formidling til og via dyrlæger og veterinærpsykiatere, samt oprustning af danske psykologers viden på området.

Sidstnævnte ser vi mindst to veje til ud over artikler som denne. Dels bør menneske-dyr-relationer og sorg over selskabsdyr tematiseres under efteruddannelseskurser til klinikere. Dels kan forskningsbaseret viden om mennesker forhold til (selskabs)dyr med fordel inddrages i psykologers grunduddannelse, da denne viden er relevant for flere psykologiske områder end sorg; se for eksempel Amiot og Bastian (2015) om menneske-dyr-relationers psykologi, Peters og Wood (2017) om hesteassisteret terapi til børn med autisme og Chandler (2012) om dyreassisteret terapi generelt.

REFERENCER

- Adams, C. L., Bonnett, B. N., & Meek, A. H. (1999). Owner response to companion animal death: development of a theory and practical implications. *The Canadian Veterinary Journal*, 40(1), 33-39.
- Adams, C. L., Bonnett, B. N., & Meek, A. 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.
- Ainsworth, M. D., & Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development*, 41(1), 49-67.
- Amiot, C. E., & Bastian, B. (2015). Toward a psychology of human-animal relations. *Psychological Bulletin*, 141(1), 6-47.

- Beetz, A., Uvnäs-Moberg, K., Julius, H., & Kotrschal, K. (2012). Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: The possible role of oxytocin. *Frontiers in Psychology, 3*, 234.
- Burke, L.A., & Neimeyer, R.A. (2013). Prospective risk factors for complicated grief: A review of the empirical literature. I: Stroebe, M., Schut, H., & v. d. Bout, J. (Red.), *Complicated grief: Scientific foundations for health care professionals* (s. 145-161). New York, NY: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Chandler, C. K. (2012). *Animal assisted therapy in counseling (2. udg.)*. New York, NY: Routledge.
- Christiansen, S. B., Kristensen, A. T., Sandøe, P., & Lassen, J. (2013). Looking after chronically ill dogs: Impacts on the caregiver's life. *Anthrozoös, 26*(4), 519-533.
- Chur-Hansen, A., Black, A., Gierasch, A., Pletneva, A., & Winefield, H. (2011). Cremation services upon the death of a companion animal: Views of service providers and service users. *Society & Animals, 19*(3), 248-260.
- Cordaro, M. (2012). Pet loss and disenfranchised grief: implications for mental health counseling practice. *Journal of Mental Health Counseling, 34*(4), 283-294.
- Danmarks Statistik (2000). Kæledyr. Lokaliseret den 1. juni 2018 på: <http://www.dst.dk/da/informationsservice/oss/dyr>
- Doka, K. J. (1989). Disenfranchised grief. I: Doka, K. J. (Red.), *Disenfranchised grief: Recognizing hidden sorrow* (s. 3-11). Lexington, MA: D. C. Heath.
- Fawcett, A. (2016). Mourning for animals. A companion animal veterinarian's perspective. I: DeMello, M. (Red.), *Mourning animals: Rituals and practices surrounding animal death* (s. 171-178). East Lansing: Michigan State University Press.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology, 4*(2), 132-154.
- Habarth, J., Bussolari, C., Gomez, R., Carmack, B. J., Ronen, R., Field, N. P., & Packman, W. (2017). Continuing bonds and psychosocial functioning in a recently bereaved pet loss sample. *Anthrozoös, 30*(4), 651-670.
- Hansen, T. G. B., & Thodberg, K. (2014). Aktuelle perspektiver på menneskers forhold til dyr – en dansk introduktion. *Psyke & Logos, 35*(2), 17-34.
- Hewson, C. (2014). Grief for pets – part 2: Avoiding compassion fatigue. *Veterinary Nursing Journal, 29*(12), 388-391.
- Jordan, J. R., & Neimeyer, R. A. (2003). Does grief counseling work? *Death Studies, 27*(9), 765-786.
- Julius, H., Beetz, A., Kotrschal, K., Turner, D., & Uvnäs-Moberg, K. (2013). *Attachment to pets: An integrative view of human—animal relationships with implications for therapeutic practice*. Cambridge, MA: Hogrefe.
- Kemp, H. R., Jacobs, N., & Stewart, S. (2016). The lived experience of companion-animal loss: A systematic review of qualitative studies. *Anthrozoös, 29*(4), 533-557.
- 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.
- Kwong, M. J., & Bartholomew, K. (2011). "Not just a dog": An attachment perspective on relationships with assistance dogs. *Attachment & Human Development, 13*(5), 421-436.
- Lilienfeld, S. O. (2007). Psychological treatments that cause harm. *Perspectives on Psychological Science, 2*(1), 53-70.
- Messent, P. R. (1985). Pets as social facilitators. *The Veterinary Clinics of North America, Small Animal Practice, 15*(2), 387-393.
- Miller, T. A. K., Prout, M. F., Rourke, M., Lefkowitz, C., & Boyer, B. (2014). A therapist's guide to treating grief after the loss of a pet: A three-tier model. *Human-Animal Interaction Bulletin, 2*(1), 38-58.

- Mugford, R. A., & M'Comisky, J. G. M. (1975). Some recent work on the psychotherapeutic value of cage birds for old people. I: Anderson (Red.), *Pet animals and society* (s. 54-65). London: British Small Animal Veterinary Association by Baillière Tindall.
- Nagasawa, M., Mitsui, S., En, S., Ohtani, N., Ohta, M., Sakuma, Y., . . . Kikusui, T. (2015). Oxytocin-gaze positive loop and the coevolution of human-dog bonds. *Science*, *348*(6232), 333-336.
- Oyama, M., & Serpell, J. (2013). General commentary: Rethinking the role of animals in human well-being. *Frontiers in Psychology*, *4*, 374.
- Packman, W., Carmack, B. J., Katz, R., Carlos, F., Field, N. P., & Landers, C. (2014). Online survey as empathic bridging for the disenfranchised grief of pet loss. *OMEGA – Journal of Death and Dying*, *69*(4), 333-356.
- Packman, W., Field, N. P., Carmack, B. J., & Ronen, R. (2011). Continuing bonds and psychosocial adjustment in pet loss. *Journal of Loss and Trauma*, *16*(4), 341-357.
- Pallotta, N. R. (2016). You're my sanctuary. Grief, vulnerability, and unexpected secondary losses for animal advocates mourning a companion animal. I: DeMello, M. (Red.), *Mourning animals: Rituals and practices surrounding animal death* (s. 179-186). East Lansing, MI: Michigan State University Press.
- Peters, B. C. M., & Wood, W. (2017). Autism and equine-assisted interventions: A systematic mapping review. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, *47*(10), 3220-3242.
- Rockett, B., & Carr, S. (2014). Animals and Attachment Theory. *Society & Animals*, *22*(4), 415-433.
- Sharkin, B. S., & Knox, D. (2003). Pet loss: Issues and implications for the psychologist. *Professional Psychology: Research and Practice*, *34*(4), 414-421.
- Smith, C. M., Treharne, G. J., & Tumilty, S. (2017). "All those ingredients of the walk": The therapeutic spaces of dog-walking for people with long-term health conditions. *Anthrozoös*, *30*(2), 327-340.
- Stroebe, M., & Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. *Death Studies*, *23*(3), 197-224.
- Tannen, D. (2004). Talking the dog: Framing pets as interactional resources in family discourse. *Research on Language and Social Interaction*, *37*(4), 399-420.
- Thodberg, K., Sørensen, L. U., Videbech, P. B., Poulsen, P. H., Houbak, B., Damgaard, V., . . . Christensen, J. W. (2016). Behavioral responses of nursing home residents to visits from a person with a dog, a robot seal or a toy cat. *Anthrozoös*, *29*(1), 107-121.
- Topál, J., Miklósi, Á., Csányi, V., & Dóka, A. (1998). Attachment behavior in dogs (*Canis familiaris*): A new application of Ainsworth's (1969) Strange Situation Test. *Journal of Comparative Psychology*, *112*(3), 219-229.
- Toray, T. (2004). The Human-Animal Bond and loss: Providing support for grieving clients. *Journal of Mental Health Counseling*, *26*(3), 244-259.
- Veevers, J. E. (1985). The social meaning of pets. *Marriage & Family Review*, *8*(3-4), 11-30.
- Walsh, F. (2009). Human-Animal Bonds II: The role of pets in family systems and family therapy. *Family Process*, *48*(4), 481-499. doi: 10.1111/j.1545-5300.2009.01297.x
- Wells, D. L. (2004). The facilitation of social interactions by domestic dogs. *Anthrozoös*, *17*(4), 340-352.
- Wrobel, T. A., & Dye, A. L. (2003). Grieving pet death: Normative, gender, and attachment issues. *OMEGA – Journal of Death and Dying*, *47*(4), 385-393.
- Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2011). An attachment perspective on human-pet relationships: Conceptualization and assessment of pet attachment orientations. *Journal of Research in Personality*, *45*(4), 345-357.