



УДК 159.9.07

Каяшева Ольга Игоревна

Кандидат психологических наук, доцент, Московский институт психоанализа,
Московский государственный университет геодезии и картографии

e-mail: psyoi@yandex.ru

<https://orcid.org/0000-0002-8337-3704>,

Olga I. Kayasheva

PhD in psychology, Associate Professor, Moscow Institute of Psychoanalysis,
Moscow State University of Geodesy and Cartography

e-mail: psyoi@yandex.ru

<https://orcid.org/0000-0002-8337-3704>

ОСОБЕННОСТИ ОКАЗАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ВЛАДЕЛЬЦАМ, ПЕРЕЖИВАЮЩИМ БОЛЕЗНЬ И УХОД ЖИВОТНОГО-КОМПАНИОНА

FEATURES OF PROVIDING PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO PET OWNERS WHO ARE EXPERIENCING AN ANIMAL'S DISEASE AND DEATH

Аннотация: Исследования направлены на выявление *особенностей* психологического консультирования владельцев домашних животных, уточнение подходов, этапов и приемов психологического консультирования клиентов. Владелец больного или умершего животного может оказаться в ситуации психологической изоляции, испытывая непонимание, отвержение и обесценивание своих переживаний со стороны социального окружения. Среди подходов по оказанию психологической помощи владельцам выделены когнитивно-бихевиоральный, психоаналитический, экзистенциальный и гуманистический, проанализированы основные этапы психологического консультирования и предложены практические рекомендации.

Ключевые слова: свобода выбора, ответственность, животное-компаньон, депрессивные расстройства, тревожность, горе, потеря, утрата, кризисное консультирование.

Abstract: The research is aimed at identifying the features of psychological counseling for pet owners, clarifying approaches, stages and techniques of psychological counseling for clients. The owner of a sick or deceased animal may find himself in a situation of psychological isolation, experiencing misunderstanding, rejection and devaluation of his experiences from the social environment. Among the approaches to providing psychological assistance to owners, cognitive-behavioral, psychoanalytic, existential and humanistic are highlighted, the main stages of psychological counseling are analyzed and practical recommendations are proposed.

Keywords: freedom of choice, responsibility, companion animal, depressive disorders, anxiety, grief, loss, bereavement, crisis counseling.

Введение. Проблема оказания психологической помощи владельцам с больными и умершими питомцами является достаточно актуальной. Ранее отмечалось смещение внимания на позитивное воздействие здоровых питомцев на человека, было выявлено, что для владельцев животных характерны более высокая физическая активность, отмечено позитивное воздействие животных на эмоциональную сферу, саморегуляцию, обеспечение социальной поддержки и удовлетворенности жизнью [32], снижение чувства одиночества и социальной изоляции [29]; были обнаружены связи привязанности к домашним питомцам с просоциальными качествами личности [5]. Животное стало для владельца партнером по общению, самостоятельным членом семьи, встраиваясь в ее структуру, заменой близких отношений с другими людьми и воспитания своего ребенка [15].

Произошла исторически важная трансформация отношений между владельцами и их питомцами в связи с изменением образа жизни человеческих сообществ [12]. Осуществляется пересмотр отношения к животным как возможным субъектам права [1] и расширение представлений в концепции «Единого здоровья» о связи здоровья общества, здоровья животных и окружающей среды [10]. В теории социальной поддержки исследуется взаимодействие человека с животными, отмечается, что питомцы способствуют укреплению социальных отношений, включая семейные, и становятся особым социальным капиталом. В отдельных случаях нездоровая зависимость от питомца может привести к изоляции от людей [20], но, в целом, питомцы, особенно собаки, способствуют расширению социальных контактов человека и построению новых дружеских отношений [51]. Наблюдается экологический парадокс между потребностями человека в благосостоянии и расходами на содержание питомца. В социальной структуре городской семьи животное является источником любви, привязанности и одновременно «получателем любви», становится психологически важным членом семьи [13]. В кризисные периоды психотерапевтическая роль питомцев может возрастать (период пандемии COVID-19 и др.) [29].

Потребность в привязанности и принадлежности способствует «стиранию» границ взаимодействия между людьми и питомцами. Антропоморфизация животного особенно часто наблюдается у владельцев пожи-

лого возраста [29]. Ограничение числа значимых людей в семье способствует установления более сильной привязанности с питомцами. Стадии жизненного цикла семьи также связаны с особенностями привязанности к животному [13]. Животное часто упрощает процесс адаптации в смешанных семьях после заключения повторного брака. Потери в жизни человека могут способствовать повышению ценности привязанности к своему питомцу [13]. Люди с ограниченными возможностями здоровья испытывают проблемы, связанные с одиночеством, и наличие животного-компаньона является важной социальной поддержкой для человека [32].

Помимо позитивной стороны отношений с питомцами существует и обратная. Владельцы больных животных испытывают высокую нагрузку, у них более выражены симптомы депрессии, тревоги и стресса, снижается качество жизни, психосоциальное функционирование и отмечаются материальные сложности в связи необходимостью оплаты ветеринарных услуг [47]. У хозяев питомцев может проявляться синдром «бремени сиделки» (или «бремени заботы опекуна», «*caregiver burden*») [48], характеризующийся выгоранием человека. У владельцев животных, больных раком, были выявлены высокие уровни тревожности и депрессии. Депрессия владельцев может сохраняться или усиливаться из-за необходимости длительного ухода за своими питомцами, аналогичная ситуация наблюдается с тревожностью. Усугубляет состояние владельцев неблагоприятный прогноз, где срок жизни питомца составляет менее одного года [38]. Предвосхищающее горе владельцев связано с бременем ухода и эмоциональной близостью с больным животным [49]. Хосписы для животных могут помочь владельцам в осуществлении постоянного ухода за тяжелобольным питомцем и снятия с себя высокой нагрузки.

Взаимоотношения с животными связаны с феноменами антропоморфизма, привязанности, эмпатии и веры в разумность питомца-компаньона [19]. Сложности возникают тогда, когда животное-компаньон, само начинает нуждаться во всесторонней помощи и перестает выполнять определенные функции в семье (коммуникативные, психотерапевтические и др.), что увеличивает стрессовые нагрузки на владельцев. Характер скорби человека различается в зависимости от возраста животного, интенсивности и характера контактов с ним, обстоятельств болезни, смерти и условий при которых все происходило, наличия иных сопутствующих кризисных событий в жизни человека. Среди основных последствий для владельцев отмечают снижение социальной адаптации, нарушения сна и семейных отношений [15]. Выявлена склонность к суицидам у владельцев, переживающих эвтаназию, болезнь, убийство, потерю и невозможности оказания помощи нуждающемуся животному. Особенно выражена подобная тенденция у людей пожилого возраста и женщин. У таких женщин чаще обнаруживались финансовые трудности, стрессы, связанные с работой, отсутствием своего жилья. В исследовании самоубийств, совершённых владельцами, было показано, что они чаще сопровождались раскрытием намерений и предсмертными записками, чем у людей, не имеющих питомцев [22].

Ситуации потери, болезни и смерти животного становятся ведущими по нарушению душевного здоровья у детей от 7 до 11 лет. Для ребенка животное является другом и тем, кто помогает в успокоении, получении ласки и удовлетворении потребности в привязанности, реальной и психологической защите. Коммуникация с питомцем носит уникальный характер: ему можно все высказать, не боясь осуждения и критики. Для девочек питомец может восприниматься как ребенок, за которым необходимо ухаживать. Для детей по степени травматичности ситуация с питомцем может превосходить болезни и смерти близких людей, плохие оценки в школе, травмы и опасные для жизни ситуации и др. [6, 7].

В консультативной практике в последние годы отмечается расширение содержания клиентских запросов, в них включаются ранее «табуированные» темы, относящиеся к переживанию утраты и болезни питомцев, и, в целом, отношений с домашними животными. Предложенная проблема является актуальной в связи с запросами владельцев больных и умерших животных, испытывающих потребность в поддержке в сложный для них период [49]. Отмечается, что около 30% владельцев нуждаются в помощи в процессе горевания [11].

Методы исследования: осуществлялись теоретический анализ и обобщение научной литературы по проблеме исследования.

Результаты исследования. Исследование предполагало выявление особенностей психологического консультирования владельцев домашних животных, включая уточнение подходов, этапов, приемов психологического консультирования клиентов, также было обращено внимание на психологические характеристики владельцев животных и возрастные изменения у их питомцев.

У домашних питомцев в результате возрастных изменений, помимо соматических заболеваний, развивается нейродегенеративное расстройство - синдром когнитивной дисфункции (CDS, или *Cognitive Dysfunction Syndrome*), сходный по патогенезу с синдромом Альцгеймера и сопровождающийся нарушениями когнитивных функций. Чаще симптомы развиваются постепенно, но при хронических соматических заболеваниях питомца когнитивные нарушения могут прогрессировать быстрее. Владельцам предлагается использование специальных диет, позволяющих улучшать состояние питомцев [9]. Животные с CDS становятся более беспокойными и тревожными [18], у питомцев проявляется ряд когнитивных нарушений и изменяется поведение [9, 41]. Кризисным для кошек является период от 10 лет, у крупных пород собак нарушения могут наблюдаться с 7-8 лет [30]. Животные с CDS требуют особого внимания и ухода, что повышает нагрузку на владельцев.

Характеристики взаимодействия с животным отражают специфику самоопределения хозяина. Питомец часто становится расширением Эго владельца, продолжением его личности. Человек проецирует на питомца свои психологические особенности, данная кличка питомцу может быть связана с потребностью владельца в определенной личностной идентификации и отражает социальные ценности владельца. Питомец позволяет идентифицироваться с определенными группами (владельцев служебных собак и др.). После смерти питомца человек может испытывать скорбь об утрате части самого себя.

Нарциссическая любовь к себе опосредуется любовью к своей собаке. Привязанность к питомцу во многом носит иррациональный характер, поэтому часто у человека нет готовности заменить животное каким-либо другим «функциональным инструментом» [27]. Клиенты нарциссического грандиозного типа могут болезненно воспринимать изменения у животного, поскольку оно больше не поддерживает их превосходство. Испытуемые с высоким уровнем нарциссического невротизма более позитивно и с сопереживанием относятся к животным, чем к людям, но при этом сообщают о более негативных последствиях своего содержания домашних животных. Нарциссические личности склонны использовать своих питомцев для регуляции негативных эмоций и контроля неуверенности в себе. Людям с признаками уязвимого нарциссизма домашние животные помогают установить социальную связь с другими и избеганию чувства социального отвержения. Нарциссические личности с высоким уровнем антагонизма демонстрируют антисоциальные наклонности по отношению к людям и животным. При грандиозном нарциссизме отношение к животным более негативное, чем при низком уровне нарциссизма [21]. Клиенты истероидного типа часто не склонны принимать проблемы больного питомца, демонстрируют отрицание, игнорирование симптомов у животного, позднее обращение за помощью к специалистам или перекладывание ответственности на других. Владельцы с проблемами психического здоровья испытывают трудности по уходу за своими питомцами. Выявлена связь между депрессивными расстройствами у владельцев и их неблагоприятным отношением к своим животным [35].

В семьях, переживающих утрату, процесс психологической адаптации затрудняется из-за сложных эмоциональных реакций и возможны повторы тематических ядер в развитии скорби [37]. Основными направлениями для работы с владельцами становятся помощь в осознании переживаний и работа с чувствами. Владельцы часто отмечают у себя чувство вины в связи с тем, что «что-то сделали неправильно». Чувство вины часто не признается и игнорируется; возникает в результате отказа от питомца, его смерти, принятия решения об эвтаназии, недостаточности времени на него и др. Родительская вина перед питомцем выше у женщин, чем у мужчин. Чувство вины могут усиливать пedomорфные черты морды собак некоторых пород [28].

Сложнее переносится внезапная смерть и смерть, которую нельзя обсудить («бесправное горе»). В настоящее время сложилась тенденция, при которой продолжение отношений с умершим является нормальным явлением, частью процесса адаптации человека к ситуации потери [2]. Предвосхищающее горе возникает до утраты и связано с ожидаем смерти близкого, носит развернутый характер, затрагивая все уровни человека – физический и духовный. Осложняют процесс протекания такого горя амбивалентность и выбор между борьбой и принятием смерти с необходимостью прохождения через защиту отрицания [3]. Горе многогранно и формирует у человека новую топографию, является эмоционально окрашенной практикой, обнаруживающей уязвимость личности. Проявления горя связаны с местами и ландшафтом, т.е. оно топографично. Горе обращает внимание на вопросы заботы о других и о самом себе, связывает аффективное и материальное [36]. Переживание горя усиливается при посещениях тех мест, в которых были прогулки с животным, в квартире может резонировать нахождение рядом с любимыми зонами питомца. Переживание смерти зависит от обстоятельств смерти. Ожидание смерти, отсутствие страданий и полученная поддержка со стороны врачей могут снижать проявления тяжелых реакций горя [46].

Обсуждение результатов. Клиенты, которые обращаются за психологической помощью по поводу болезни или смерти питомца, как правило, воспринимают его как субъекта значимых для себя отношений. Для взрослого человека горе адекватно переживается в течение года, у детей и подростков полгода [44]. Потеря и утрата животного часто охватывают двухлетний период, связанный с интенсивными переживаниями в первый год, с последующим снижением и адаптацией владельца к новой жизни без питомца на второй год. Травматическая потеря может привести к патологическому горю, осложняющему жизнь человека с навязчивыми мыслями и проблемами в социальных контактах, социальной изоляции. Последствия могут включать потерю работы из-за снижения производительности, прогулов, постоянных больничных. Животное может функционально являться для человека «суррогатным ребенком» [16].

В зарубежных странах существуют службы поддержки и благотворительные организации, оказывающие помощь владельцам животных. На базе ветеринарных клиник предлагаются услуги по сохранению психического здоровья владельцев больных животных и животных, которым предписана эвтаназия. Данные направления оказания помощи владельцам позволяют справиться с неуверенностью и страхом надвигающейся смерти питомца, становятся важными профилактическими мероприятиями по предотвращению развития депрессивных расстройств, суицидального поведения, чувств вины и стыда. Особое место занимает в консультировании расставание владельца с его «терапевтическим животным», которое позволяло регулировать тревогу человека и др. [16]. Существует высокая потребность в дополнительной подготовке ветеринаров при оказании социальной поддержки владельцам больных и умерших животных [26].

Возможно появление осложненного горя при эвтаназии животного, поскольку большинство владельцев переносят горе в одиночестве (74,7%) и не получают необходимой поддержки [39]. Дополнительная травматизация происходит при обесценивании, осмеянии ситуации клиента. Объектное отношение к домашним питомцам характерно для многих культур, до настоящего времени нет их достаточного признания в жизни человека. Первую поддержку владельцы должны получать как можно раньше, в том числе, на базе ветеринарной клиники. Обсуждение ситуации на специализированных форумах и в сообществах владельцев животных может оказать помощь для переживающих болезнь и смерть питомца. Владелец проживает ряд стадий и фаз горя, не только при утрате близкого человека, но и при утрате животного, которое стало членом семьи; то, что обесценивается

в обществе для владельца питомца может являться глубоким травматическим опытом, невозможность рассказать о своих переживаниях окружающим становится основой для нарушений психического здоровья человека. Идеи о создании горячей линии для владельцев, переживающих смерть питомцев, предлагали еще в 90- гг. XX века [31].

Новые смыслы после утраты раскрываются у владельцев через помощь в сообществах животных, волонтерскую деятельность, ведение дневников памяти, альбомов воспоминаний, действий, направленных на создание того, что сохранит память о животном. В психотерапии остается актуальной техника написания серии писем питомцу, в которой хозяин рассказывает о своих переживаниях, написание благодарности компаньону. Другие техники предполагают работу со сновидениями, поминки по животному с приглашением его друзей - других животных и пр. [15]. Поддержка окружающих и возможность выражения своих эмоций позволяют пережить владельцами процесс горевания [16]. Консультирование владельца по поводу желания завести нового питомца вместо старого предполагает анализ его мотивов.

Владельцы испытывают глубокие противоречивые чувства по поводу потери и эвтаназии питомцев. Чувство изоляции связано с тем, что человек не знает к кому обратиться за помощью. Страх критики и осуждения окружающих, отсутствие социальной поддержки усиливают чувство вины и стыда из-за неоказанной помощи питомцу. Случившееся может негативно восприниматься в семье, что усиливает стресс. Эвтаназия питомца в связи с его поведенческими проблемами может переживаться сложнее, чем по иным причинам. Непризнанное горе имеет различные проявления в обществе – это перинатальные потери, потери частей тела, питомцев и др. [44]. Переживание непризнанного горя или неприемлемой формы горя в обществе способствует повышению рисков осложненных и чрезмерных реакций. Горе относительно потери питомца во многом не уступает по силе горю в связи с потерей любимого человека из-за антропоморфных качеств, которыми наделяют питомца. В семьях владельцев с детьми и в ситуациях не длительного общения с питомцем горе бывает менее выражено [14].

Необходимо проведение беседы с владельцами о том, как жизнь с питомцем повлияла на них, что изменила, что было плохого и хорошего, как члены семьи относятся к питомцу и как изменилась их жизнь с ним, как изменения поведения питомца в дальнейшем влияли на семью, была ли угроза их безопасности, обсуждается будущее питомца и возможные риски при принятии решений владельцем, какие есть лучшие воспоминания о питомце и др. [23]. Этапы оказания помощи включают: создание доверительных, принимающих условий для владельца больного или умирающего питомца; легитимизацию, признание чувств относительно своего питомца; принятие необратимости изменений у питомца с хроническими и прогрессирующими заболеваниями или факта приближения смерти; работу с установками владельца и изменение его взаимоотношений с питомцем с учетом его заболеваний, работа с отношением к смерти; прощание с физическим контекстом отношений с питомцем, сохранение внутренней психологической связи с ним; работу с проблемами естественной смерти, эвтаназии больного питомца и комплексом сложных переживаний владельца (вина, стыд, тревога, страх и др.) и с готовностью к новым отношениям с питомцами (по желанию клиента). Этап принятия физической смерти питомца часто связан с решением об эвтаназии хозяином на фоне ухудшающегося состояния животного. У владельцев возникает сложное противоречие между ценностью жизни и необходимостью самому стать инициатором смерти страдающего питомца, даже если это объективно верное решение, согласно рекомендациям ветврачей. Владелец переживает смысловой кризис и, только принимая утрату, находя новые жизненные смыслы, отпускает больного питомца. Эмоциональные реакции на эвтаназию зависят от ее экстренного или планового характера, типа привязанности к питомцу, предыдущего опыта эвтаназии питомцев и полученной ранее поддержкой [33].

Важными являются осознание владельцами своих основных потребностей и их своевременное удовлетворение, принятие ответственности и за себя и своего питомца, работа с проблемой коммуникации с окружающими по поводу своих переживаний в связи с болезнью питомца. Необходимы: ознакомление клиентов с ресурсными техниками и техниками эмоциональной саморегуляции, анализ опыта встречи с болезнью и смертью значимого другого, раннее начало профилактики эмоционального выгорания при уходе за больным питомцем. Акцентируется внимание на работе с временной перспективой, уделяется внимание взаимодействию клиента с другими владельцами со сходным опытом. Подготовка к утрате связана с уменьшением настоящей и будущей (после смерти) неопределенности, поддерживающими факторами в настоящем становятся религиозность, духовность, хорошее качество отношений с больным (насколько возможно), принятие умирания, для будущего - социальная поддержка, планы на будущее и опора на прошлый опыт, включающий знания об утрате [43].

Переживание горя трактуется в различных моделях – стадийной модели Э. Кюблер-Росс, двухпроцессной модели горя Стробе-Шута и др. Модель продолжающихся связей, или сохранения связи (the continuing bonds model) с умершим Д. Класа, Ф. Сильверман и С. Никманом появилась как альтернатива прежней модели неоспоримости того, что адаптация к смерти требует прощания, избавления от эмоциональных вложений в умершего (разрыва связи), чтобы «двигаться дальше», и именно так сохраняя психическое и физическое здоровье. В новой модели естественный ход скорби – это не отказ от прежних значимых связей, а их сохранение. Привязанность к близкому сохраняется, но приобретает иной характер и может иметь положительное значение для человека, не являясь симптоматикой переживания патологического горя. Происходит интеграция опыта отношений с умершим в биографию человека, т.е. умерший не исчезает бесследно, а остается в памяти живущего, составляют его внутреннюю реальность и дают чувство защищенности. Сохранение привязанности к умершему помогает справиться с горем. Упрощенная линейная интерпретация причинно-следственных связей при проживании горя

не учитывает особенностей человека. Горе имеет интерсубъективный характер и его внешнее выражение способствует потребности окружающих сделать его культурно приемлемым. [17], оно носит не линейный, а более сложный характер [23].

Появление новой модели предполагает, что теперь человек не останется один и не продолжит жизнь без близкого, умерший прочно включается в историю живущего и о нем можно говорить и продолжать общаться с теми, кто его знал. Подобные процессы осложнены в обществе с измененными традициями, родственными связями и сложностями обретения собственной идентичности [51]. Скукание по умершему является пограничным между нормой и патологическим течением горя (может быть и ресурсом и источником тоски), протекает по волнообразному (при болезни), фоновому (при старости) и дезорганизирующему типу. Последний тип наблюдается в ситуации внезапной смерти [8]. Горе понимается не как болезнь, как сложный процесс, в период проживания которого человеку необходима поддержка. Необходимо совершенствование и расширение психодиагностического инструментария для работы с владельцами домашних животных и его адаптация к русскоязычной выборке. Среди методик зарубежными специалистами предложена «Шкала лояльности к домашним животным», состоящая из 19 пунктов и включающая четыре фактора: «искренняя преданность», «стабильность», «возможность отказать» и «ответственность» [12]. В настоящее время разработаны тесты-опросники для владельцев собак с неадекватным поведением [7].

Существуют различные подходы к пониманию взаимоотношений питомцев и человека и оказанию консультативной помощи владельцам. Гуманистический подход во многом обращает внимание на отношения человека и его питомца, в которых проявляются безусловное принятие, позитивное отношение, эмпатия и конгруэнтность, что позитивно влияет на качество жизни владельцев. Психодинамический подход продемонстрировал эмпирическую пользу при работе с различными психическими расстройствами и возможность снижения затрат на медицинские услуги у пациентов, проходящих психотерапию [45]. Надежная привязанность к питомцам позволяет снижать воздействие стресса, уровня тревоги, при этом, психологические механизмы привязанности к питомцам аналогичны привязанности к человеку [20].

Когнитивно-поведенческий подход применяет модели возрастного снижения когнитивных функций у человека, основываясь на опыте исследований животных [40]. В подходе обращается внимание на помощь хозяевам в регулировании поведения животных. Контроль над поведением животного подразумевает различные методы воздействия от радикальных [23] до более современных, учитывающих специфику диадных отношений между владельцем и питомцем. Утрата животного может оказаться разрушительной для человека, в связи с чем, часто применяется когнитивно-поведенческая терапия для регуляции аффекта владельцев [24]. Современные тенденции в КПТ значительно расширили возможности подхода и включили человеко-ориентированные категории ценностей, принятия, сострадания и др. [25]. Своевременная работа с владельцами снижает риски передачи животных в приюты и улучшает взаимодействие между хозяином и его питомцем [46].

Экзистенциальный подход расширяет возможности консультирования и психотерапии при работе со сложными проблемами, включая работу с расстройствами настроения. Владельцы питомцев встречаются с экзистенциальными данностями, среди которых смерть питомца становится источником тревоги и страха собственной смерти. Владельцы питомцев вынуждены принимать сложные решения и брать за них ответственность. Трудности выбора и принятия окончательного решения хозяином часто приводят к прокрастинации. Даже если причины принятия решения об эвтаназии гуманны, человек часто испытывает чувство вины за принятое решение [23]. Встреча с тяжелой болезнью и ее переживание вызывает экзистенциальные проблемы, адресуемые к всестороннему осмыслению происходящего и к поиску значимого смысла, что в результате приводит к изменению жизни человека. Экзистенциальное мышление направлено на осмысление и понимание окружающей реальности, проблемы, возникающие из бытия, пронизывают всю нашу жизнь, и существование всегда выходит границы за того, что возможно сформулировать и полностью взять под контроль. Достижение мудрости необходимо для успешного психотерапевта, оказывающего помощь другим [4, 25].

Методы нарративной психотерапии могут применяться при работе со сложными случаями переживания горя. Творческие нарративные стратегии, включающие фотографии, кинофильмы, произведения художественного и музыкального искусства, терапевтическое письмо и др., помогают клиентам в процессе самовыражения и нарративной реконструкции; создании перспектив в отношении вновь появляющихся проблем, в работе со смыслами и идентичностью, интеграции и адаптации к процессу горя. Прохождение через этапы деконструкции, реконструкции и консолидации способствует разрешению процессов горевания [42]. Письменное выражение скорби способствует его проживанию. Возможно сочетание этнографии и автобиографии переживающего потерю (метод автоэтнобиографии) для понимания своей скорби, прохождения своего кризиса и продолжения жизни [34]. В нарративной терапии горе может пониматься как процесс осмысления. Совместно с психотерапевтом происходит исследование мыслей и чувств человека в его историях, активно применяются метафоры [14].

Заключение. Необходимо расширить доступность психологической помощи владельцам животных. Поддержка владельцев должна носить комплексный характер, помимо психологической помощи важна поддержка ветеринарных врачей и социальных групп, способствующих валидации переживаний. Важен сам просмотр в обществе отношения к потере животного, как к значимому событию для владельца, без обесценивания переживаний человека, проходящего период горевания.

Список литературы/References

1. Афанасьева Е. Г., Афанасьева Е. А. Животные - объекты или субъекты права? Серия 4. Социальные и гуманитарные науки. Отечественная и зарубежная литература. 2019. №2. С. 107–116.
2. Баканова А. А. Психотерапия горя: история становления и текущая практика в зарубежных исследованиях. Консультативная психология и психотерапия. 2017. Т. 25. № 4. С. 23-41.
3. Баканова А. А., Донгак Ч. Ш. Феноменология переживания предвосхищающего горя у родственников тяжелобольных пациентов. Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2025. № 215. С. 157-168.
4. Каяшева О. И. Экзистенциальный подход к проблеме рефлексии конечности жизни человеком. Казанский педагогический журнал. 2023. №2. С. 222-227.
5. Нартова-Бочавер С. К., Ларионов П., Щерба Е. К. Привязанность к домашним питомцам и любовь к людям - есть ли связь? Социальная психология и общество. 2024. Том 15. № 1. С. 156-170.
6. Никольская И. М., Грановская Р. М. Психологическая защита у детей. СПб.: Речь, 2006. 352 с.
7. Никольская А. В., Костригин А. А. Оценка конвергентной и дивергентной валидности теста-опросника владельцев собак, предъявляющих жалобы на неадекватное поведение питомцев, не демонстрирующих отклоняющегося поведения. Экспериментальная психология. 2019. Т. 12. № 2. С. 98-111.
8. Сапоровская М. В., Каменская А. С. Феноменология скучания по умершему близкому в контексте различных типов утраты. Клиническая и специальная психология. 2025. Том 14. №4. С. 90-107.
9. Тамразова В. А. Механизм нарушения когнитивных функций, их проявление и диагностика у кошек (различия между нормальным старением и патологическим). Бюллетень науки и практики. 2019. Т.5. № 5. С. 205-209.
10. Фомина А. С., Анисимов А. П., Волков И. К., Буркова В. Н., Крикунова А. А., Абакумова И. В., Ермаков А. М. Жестокое обращение с собаками-компаньонами и их проблемное поведение: как зоопсихолог может юристу? Психология и право. 2024. Том 14. №3. С. 174–195.
11. Adams C. L., Bonnett B. N., Meek A. H. Predictors of owner response to companion animal death in 177 clients from 14 practices in Ontario. Journal of the American Veterinary Medical Association, 2000, 217(9): 1303-1309.
12. Alan S., Özen A., Halisdemir N. Development and validation of a scale for measuring pet owners' loyalty to their pet. Turkish Journal of Veterinary and Animal Sciences, 2023, 47(1): 26-33.
13. Albert A., Bulcroft K. Pets families, and the life Course. Bulcroft Journal of Marriage and Family, 1988, 50(2): 543-552.
14. Behler A. M., Green J. D., Joy-Gaba J. «We lost a member of the family»: predictors of the grief experience surrounding the loss of a pet. Human-Animal Interaction Bulletin, 2020, 8(3), 55-70.
15. Clements P. T., Benasutti K. M., Carmone A. Support for bereaved owners of pets. Perspectives in Psychiatric Care, 2003, 39(2): 49-54.
16. Cohen S., Clark A. Loss, grief, and bereavement in the context of human-animal relationships. In P. Tedeschi and M. Jenkins. Transforming trauma: resilience and healing through our connections with animals, Purdue University Press, 2019, 395-422.
17. Culture, consolation, and continuing bonds in bereavement. Edited by D. Klass and E. M. Steffen, 2018, Routledge, New York, 346.
18. Denenberg S., Liebel F.X., Rose J. Behavioural and medical differentials of cognitive decline and dementia in dogs and cats. Canine and Feline Dementia, 2017, 21: 13–58.
19. Ellingsen K., Zanella A. J., Bjerkås E., Indrebø A. The relationship between empathy, perception of pain and attitudes toward pets among norwegian dog owners. Anthrozoös, 2010, 23(3): 231-243.
20. Fine A. H. The human-animal bond over the lifespan: a primer for mental health professionals. Clinician's guide to treating companion animal issues, Elsevier, 2019, 1–19.
21. Giacomini M., Johnston E. E., Legge E. L. G. Exploring narcissism and human- and animal-centered empathy in pet owners. Frontiers in Psychology, 2023, 14.
22. Giron A., John R., Martino A., Goodman L. F., Yu P., Gholizadeh M., Ramirez M. R., Schomberg J. Exploring the influence of human-animal bonds on suicide characteristics: cross-sectional study of human-animal bond associated suicide in the USA using the National violent death reporting system. BMJ Public Health, 2025, 3(2): e003285.
23. Grigg E., Donaldson T. M. Helping clients cope with grief associated with euthanasia for behavior problems. Ch. 14 in L. Kogan and P. Erdman. Pet loss, grief, and therapeutic interventions: practitioners navigating the human- animal bond. Routledge: London, UK, 2019, 236–264.
24. Habarth J., Bussolari C., Gomez R., Carmack B.J., Ronen R., Field N.P., Packman W. Continuing bonds and psychosocial functioning in a recently bereaved pet loss sample. Anthrozoös, 2027, 30(4): 651-670.
25. Heidenreich T., Noyon A., Worrell M., Menzies R. Existential approaches and cognitive behavior therapy: challenges and potential. International journal of cognitive therapy. 2021. 14(1): 209-234.
26. Houmady S., Chaise L., Guillot M., Rebout N. All pet owners are not the same: end-of-life caregiver expectations and profiles. Companion Animal Medicine, 2025. 65: 100960.
27. Jyrinki H. Pets as social self extensions - a comparative analysis among subcultures of dog owners. 2005.
28. Kogan L. R., Bussolari C., Currin-McCulloch J., Packman W., Erdman Ph. Disenfranchised guilt - pet owners' burden. Animals (Basel), 2022, 12(13):1690.

29. Kretzler B., König H.H., Hajek A. *Pet ownership, loneliness, and social isolation: a systematic review. Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 2022, 57: 1935-1957.
30. Landsberg G. M., Denenberg S., Araujo J. A. *Cognitive dysfunction in cats: a syndrome we used to dismiss as 'old age'. Journal of Feline Medicine and Surgery*, 2010, 12(11): 837-48.
31. Mader B., Hart L. A. *Establishing a model pet loss support hotline. Journal of the American Veterinary Medical Association*, 1992, 200(3): 270-274.
32. Martins C. F., Soares J. P., Cortinhas A., Silva L., Cardoso L., Pires M. A., Mota M. P. *Pet's influence on humans' daily physical activity and mental health: a meta-analysis. Frontiers in Public Health*, 2023, 11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1196199>.
33. Matte A. R., Khosa D. K., Coe J. B., Meehan M., Niel L. *Exploring pet owners' experiences and self-reported satisfaction and grief following companion animal euthanasia. Veterinary Record*, 2020, 187(12): e122.
34. Matthews A. *Writing through grief: Using autoethnography to help process grief after the death of a loved one. Methodological Innovation*, 2019, 12(3): 205979911988956.
35. Min K.-D. , Kim W.-H., Cho S., Cho S. *Owners' Attitudes toward their companion dogs are associated with the owners' depression symptoms- an exploratory study in South Korea. International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2019, 16(19): 3567.
36. Mitchell-Eaton, E. *Grief as method: topographies of grief, care, and fieldwork from Northwest Arkansas to New York and the Marshall Islands. Gender, Place and Culture*, 2019, 26(10): 1438-1458.
37. Moriconi V., Cantero-García M. *Bereaved Families: a qualitative study of therapeutic intervention. Frontiers in Psychology*, 2022, 13: 841904.
38. Nakano Y., Matsushima M., Nakamori A., Hiroma J., Matsuo E., Wakabayashi H., Yoshida Sh., Ichikawa H., Kaneko M., Mutai R., Sugiyama Y., Yoshida E., Kobayashi T. *Depression and anxiety in pet owners after a diagnosis of cancer in their pets: a cross-sectional study in Japan. BMJ Open*, 2019, 9(2): e024512.
39. Park R., Royal K. *A National survey of companion animal owners' self-reported methods of coping following euthanasia. Veterinary Sciences*, 2020, 7(3):89.
40. Ruehl W. W., Bruyette W. W., DePaoli D. S., Cotman C. W., Head E., Milgram N. W., Cummings B. J. *Canine cognitive dysfunction as a model for human age-related cognitive decline, dementia, and Alzheimer's disease: clinical presentation, cognitive testing, pathology and response to 1-deprenyl therapy. Progress in Brain Research*, 1995, 106: 217-225.
41. Salvin H. E., McGreevy P. D., Sachev P. S., Valenzuela M. J. *Under diagnosis of canine cognitive dysfunction; a cross-sectional survey of older companion dogs. The Veterinary Journal*, 2010, 184: 277-281.
42. Santos P., Soares L. *Narrative therapy and constructivist perspective: an integrative Review of complicated grief and effective therapeutic contributions. Psychology and Behavioral Science International Journal*, 2024, 22(2): 556082.
43. Singer J., Papa A. *Preparedness for the death of an elderly family member: a possible protective factor for pre-loss grief in informal caregivers. Archives of Gerontology and Geriatrics*, 2021, 94: 104353.
44. Schoo C., Azhar Y., Mughal S., Rout P. *Grief and prolonged grief disorder. StatPearls. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing*, 2025. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29939609/>
45. Sharma N. P., Spiro P. M. *Psychoanalytic Therapy. StatPearls. Publishing Treasure Island (FL)*, 2023. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK592398/>
46. Shore E. R., Burdsal C., Douglas D. K. *Pet owners' views of pet behavior problems and willingness to consult experts for advice. Journal of Applied Animal Welfare Science*, 2008, 11: 63-73.
47. Spitznagel M. B., Cox M. D., Jacobson D. M., Albers A. L., Carlson M. D. *Assessment of caregiver burden and associations with psychosocial function, veterinary service use, and factors related to treatment plan adherence among owners of dogs and cats. Journal of the American Veterinary Medical Association*, 2019, 254(1): 124-132.
48. Spitznagel M. B., Jacobson D. M., Cox M. D., Carlson M. D. *Caregiver burden in owners of a sick companion animal: a cross-sectional observational study. Veterinary Record*, 2017, 181(12): 321.
49. Taylor T. L., Tuke J., Hazel S. J. *«With great love comes great grief»: exploring anticipatory grief and canine cognitive dysfunction. Veterinary Record*, 2025.
50. Tyrrell P., Harberger S., Siddiqui W. *Kubler-Ross stages of dying and subsequent models of grief (archived). StatPearls. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing*, 2023. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK507885/>
51. Walter T. *A new model of grief: bereavement and biography*, 1996, 1(1): 7-25.
52. Wood L., Martin K., Christian H., Nathan A., Lauritsen C., Houghton S., Kawachi I., McCune S. *The pet factor - companion animals as a conduit for getting to know people, friendship formation and social support. PLOS One*, 2015, 10(4): e0122085.