

南華大學人文學院生死學系碩士班

碩士論文

Department of Life-and-Death Studies

College of Humanities

Nanhua University

Master Thesis

我需要讓「你」知道我的愛—

初探飼育者運用動物溝通方式療癒悲傷之歷程與效果

I Need to Let "You" Know My Love--

The Process and Effect of Preliminary Exploration of Animal
Guardians' Use of Animal Communication in Healing Grief

陶榮榕

Rong-Rong Tao

指導教授：王枝燦 博士

Advisor: Chih-Tsan Wang, Ph.D.

中華民國 111 年 6 月

June 2022

南華大學
生死學系碩士班
碩士學位論文

我需要讓「你」知道我的愛
—初探飼育者運用動物溝通方式療癒悲傷之歷程與效果

I Need to Let "You" Know My Love—The Process and Effect of
Preliminary Exploration of Animal Guardians' use of Animal
Communication in Healing Grief

研究生：陶學格

經考試合格特此證明

口試委員：蔡明昌

廖俊宏

王枝燦

指導教授：王枝燦

系主任(所長)：楊國松

口試日期：中華民國111年6月2日

誌 謝

彳亍于于，2019年，我開始思索這個主題，乘願做此研究，終在2022年中圓我所願。特別提起年代是為了記住生命中的歷史事件。

是的，生命中總是要歷經刻骨銘心的事件才開始人生的學習，這個研究始自我的生命經驗，2018年底我失去了一隻陪伴我14年的摺耳貓咕嚕之後，從靈媒帶給我咕嚕的訊息中獲得悲傷之釋放與療癒，身為一個正在接受心理諮商訓練的研究生，或本就具備覺察、內觀的特質，我細細領受著變故帶給我的精神萎頹、陷落、蹶而不振，而後動物溝通帶來的轉化歷程，每一個情緒的起落、千迴百轉，絡絡分明，於是在很短的時間內走出悲傷，讓我不免自問，這是一種自我暗示？欺騙？或是真實發生？然而，不論真假，回到當下此時此刻，療癒已然發生，這可能不是我做動物溝通的初衷，卻也並非意外之得，當我和我的咕嚕讓彼此都知道對彼此的愛，傷痛開始進行修復，所以我將研究下了一個標題：我需要讓「你」知道我的愛！這句話，不論是對毛孩或對我們所愛的人，皆極重要。

負笈於南華生死所是一件幸福的事，沒有什麼天馬行空的研究會受到限制，我替自己在寫這本論文找到一位博學、胸納百川的指導教授王枝燦博士，這讓我感到很驕傲，這是一個好的開始，在整個研究書寫過程中順風而馳，壓力反而是來自對於每一位參與研究者和其同伴動物生命故事的移情而產生的情感波瀾；屢屢被勾起的思念，像是草原上的星星之火，風起，火勢燎原，這是完成這本論文過程中最令我踟躕，無法推進的障礙；於是我又再一次的經歷咕嚕的猝死，看到那個惶惶不知所措的自己，然後回到現實，再回頭牽起那個陷溺於失落中的自己，前進。就這樣，一邊研究書寫、一邊內觀自己意識狀態的改變，這倒是始料未及的獲得。

2021年5月，我又失去了一隻才正要展開貓生的孩子，我一樣悲傷難抑，一樣從動物溝通中得到理解與情緒的梳理，本研究的出發點不在推崇動物溝通這個至今無法以科學驗證的工具，而是將我及參與者的經驗做一具有學術性的整理分析，希

望能在目前對於動物溝通尚未有太多研究資料的學術界，留一紀錄，有助於對此未明之領域能有更多探索與理解。

口試委員廖俊裕教授一直是我靈性學習的導師，蔡明昌教授對於學術嚴謹而富有濃厚人文學養的見解，令我折服，承蒙他們對於此研究主題的肯定和提點，讓我看到自己更多不足之處，聞過而喜，只是我之不才，對於學術研究沒有企圖心，忝受指導，祈願能以堪用之力助己、助人。

陪伴我完成此論文的參與者與其同伴動物：憲寧與哈尼、Veronika 與寶寶、史黛西與 OA、橘寶媽與巴迪、妞妞，亮亮與內內、DiDi、GiGi，我們以對同伴動物的愛和同伴動物對我們的愛，在這個時空交會、連結，所有的偶然皆是必然，所有發生在我們與同伴動物之間的關係都是生生世世不滅的緣分，在跨物種的愛中，我們體驗到肉體層次以外的靈魂經驗，謝謝你們的愛協助我完成這個研究。

感謝我第一隻毛孩咕嚕，出現在我的生命中，喚起我對動物的愛，也是本研究的促力，將以此研究論文紀念我的咕嚕和來不及長大的小 CO。



摘 要

有感於飼育者或因同伴動物重疾臨終照顧而焦慮，或因離世失落而悲傷難以自己，研究者試圖藉由一個非正統諮商工具－動物溝通，以探究當飼育者透過動物溝通師與家中的陪伴動物連結，並能傳達出牠們的心聲時，飼育者原本的生活或情緒困境是否得以獲得改善，甚至得到療癒？

本研究採質性半結構深度訪談法，訪談五位研究參與者，獲得以下結論：

- 一、動物溝通師的能力影響溝通品質，描述細膩且能印證生活細節的溝通能獲得求助者信任，即使是初次溝通帶著懷疑認知者，亦能改變其觀點。
- 二、對部分飼育者來說溝通是完成未竟事宜，在溝通中澄清生前誤會或是交代後事，即達溝通目的，然飼育者與同伴動物在「最後一面」時彼此表達愛與被愛的幸福，讓因悲傷失落而求助的飼育者能感到欣慰，發揮療癒的效果，然而面對現實中因失去的失落缺口，還是能難以填補。
- 三、對希望藉由溝通改善臨終照顧的飼育者來說，提供有效的改善方法勝於無法印證的與離世動物情感之溝通，因此對溝通品質的良窳評斷在於溝通師是否能協助飼育者達到改變動物行為之需求。
- 四、飼育者可因了解動物的想法而產生自我覺察，促使飼育者改變對待同伴動物的認知行為，也可影響自身的心靈成長。
- 五、每位飼育者都在溝通過程及收穫中，找到自己做動物溝通的意義。在情感面的回饋上有療癒、有修補、有啟發、有支持、或得到具體解決問題的方式（紓解生活壓力）。

關鍵字：動物溝通、悲傷療癒、同伴動物

Abstract

For many animal guardians who take care of their companion animals, they may feel anxious when their companion animals are seriously ill and facing death, or they may feel very sad because of the loss caused by the death of their companion animals. The study used an unorthodox counseling tool - animal communication to explore whether animal guardians can transform their own sadness and obtain treatment for their sick animals when animal communicators convey their voices?

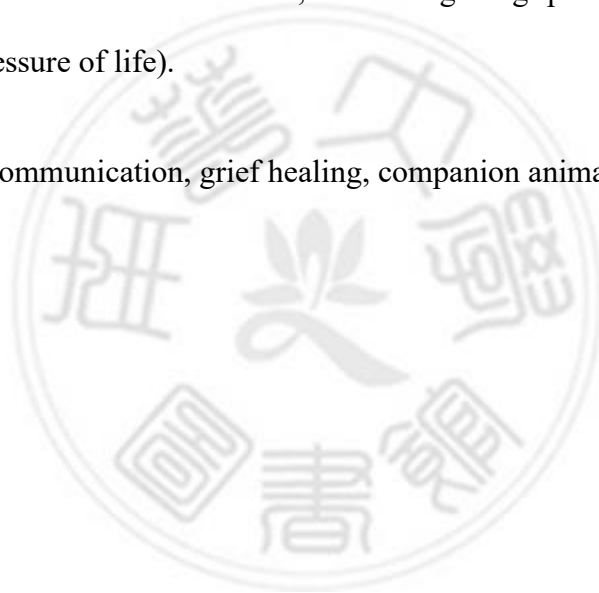
This research adopted the qualitative semi-structured in-depth interview method, interviewed five animal guardians and obtained the following findings:

1. The ability of animal communicators affected the quality of communication. When animal communicators described the details of the interactions between animal guardians and their companion animals, they gained the trust of animal guardians. Even for those who originally doubted animal communication changed their minds.
2. For some animal guardians, the purpose of death communication is to complete the unresolved issues - to clarify any misunderstandings before their death, or to deliver messages that needed to be told after their animal died. There was a healing effect due to expressing their love to each other when facing the very last moment. For some other animal guardians, they cared more about their time together than after their companion animal died, so animal communication didn't help them effectively reduce sadness.
3. For some animal guardians, they selectively believed in animal communication. They didn't believe in communicating with the departed soul, but they believed that animal communicators could help animal guardians change animal behavior. Therefore, for these

animal guardians, a good animal communicator was a person who could make animals change their behavior.

4. Animal guardians could develop self-awareness by understanding their companion animals, which prompted animal guardians to change their cognitive behavior towards their companion animals and promote their own personal growth.
5. Each animal guardian found significant value during the process of animal communication, or obtained healing from their communication result. Healing, repairing, inspiring, supporting were the emotional feedbacks, as well as getting specific solutions to problems (to relieve the pressure of life).

Keywords: animal communication, grief healing, companion animal



目 次

誌 謝.....	I
摘 要.....	III
Abstract.....	IV
目 次.....	VI
表 次.....	VIII
圖 次.....	IX
第一章 研究動機及背景.....	1
第一節 緣起－猝別.....	1
第二節 研究背景.....	2
第三節 研究問題.....	6
第四節 名詞釋義.....	6
第二章 文獻探討.....	9
第一節 飼育者與豢養動物關係的轉變.....	9
第二節 失親之悲傷與悲傷輔導.....	14
第三節 動物溝通師角色與其功能.....	21
第三章 研究方法.....	25
第一節 研究法的選擇.....	25
第二節 前導研究與研究成員.....	27
第三節 研究倫理與省思.....	29
第四節 研究工具.....	29
第五節 資料分析.....	31

第四章 研究結果與分析	37
第一節 憲寧與哈尼	37
第二節 Veronika 與寶寶	46
第三節 史黛西與 OA	54
第四節 橘寶媽與巴迪、妞妞	63
第五節 亮亮與內內、DiDi、GiGi	72
第五章 綜合分析與結論	81
第一節 關係	81
第二節 動機	83
第三節 試探之間	84
第四節 愛的連結	86
第五節 驀然回首	89
第六節 夢的療癒	92
第六章 研究結論與歷程省思	95
第一節 自我覺察與轉化	95
第二節 意義與期待	97
第三節 研究者的省思與建議	101
參考文獻	106
中文部分	106
西文部分	110
附錄一 訪問大綱	113
附錄二 參與研究同意書	114
附錄三 研究結果檢核表	115
附錄四 照片著作權同意書	116

表 次

表 1-1 102-110 年度全台灣出生人口數統計表.....	2
表 1-2 106-110 年度全台灣犬貓登記總數.....	3
表 2-1 以活動場域區分動物在人類社會中的地位.....	12
表 3-1 五位研究參與者之基本資料.....	28
表 3-2 逐字稿編碼示例.....	32
表 3-3 研究結果檢核表.....	34
表 3-4 檢核之補充與修正示例.....	35
表 5-1 研究分析六主題列表.....	93



圖 次

圖 4-1 哈尼與憲寧合影.....	45
圖 4-2 寶寶.....	53
圖 4-3 OA.....	62
圖 4-4 巴迪與妞妞.....	71
圖 4-5 左起依序為：內內、DiDi、GiGi	80



第一章 研究動機及背景

當人類與家中豢養動物（以犬貓為主）之間的互動已經超越過往單純以防盜、狩獵、陪伴、娛樂等功能性的角色而成為家人、孩子，流動於其間的情緒、情感支持之依賴，在動物短短十幾年壽命的寒暑後，飼育者（照顧者）必當面臨生死之別，其撕裂之痛成了許多飼育者生命中不可承受之痛。本章將從研究動機及背景、目的分述研究此主題之需求及意義。

第一節 緣起—猝別

這個主題起始於研究者對自我生命經驗的反思歷程，當我在一天的時間內，措手不及的就直接、必須接受、面對我所養、與我共同生活了 14 年的愛貓咕嚕倉促離開人（貓）世，我們尚來不及好好告別，長期以來聚焦在以人為對象的喪親悲傷歷程五階段：否認、憤怒、討價還價、沮喪、接受（Kubler-Ross,1969）逐一而至，我的內在清清楚楚知道正在經歷這個過程，悲慟難抑。咕嚕離世的當天晚上，深夜時分，我輾轉未眠，失魂落魄般地在室內每一個角落遊走，用因悲傷而耗盡的餘力回想前一天、前兩天、甚至那些有咕嚕窩踞在角落的每一個時刻，渴望自己因思念而能忽然間啟動第三隻眼，能與不再具有溫熱軀體的咕嚕靈會，然幽暗的空間裡，毫無一絲靈動訊息，內心陡然升起不如隨牠而去的意念，這個意念將我憾醒，覺得自己的反應不可思議，另一方面也驚覺原來人們可能忽略了死亡帶來的失落和悲傷，其對象不只限於依附關係深厚的家人，永遠在家庭中扮演著孩子角色的家「人」-同伴動物的離世亦然。這層依附關係的中止，更因為少了重要儀式，短短幾日之內便簡單的善後（相較於人的後事），使得悲傷和失落未能徹底被看見及處理，形成難以梳理的塊壘。

Gage 與 Holcomb (1991) 研究指出，同伴動物不只是家庭成員之一，對照顧者而言，其死亡失落可比擬失去孩子。對照我的悲慟難當，喪失咕嚕確確實實如喪女（母貓），特別是我與咕嚕人貓之間情感深厚，牠為一隻天生帶有殘疾的英國摺耳貓，我為照顧牠付出許多心力，牠回饋於我乃是貼心、善解人意的陪伴，尤其陪我度過生命中多年慘淡無光的歲月，成了我人生旅途中生活、精神相依之親密旅伴。

猝別，來不及說再見，長年的照顧者猝然斷了與被照顧者之相依之鏈，我擔心牠獨走黃泉路之無依、徬徨、害怕，實則是我自己內在的投射。

第二節 研究背景

根據內政部的統計數據，台灣地區人口卻逐年下降，尤其民國 105 年度開始連續六年出生人口下滑，顯示台灣人口少子化的趨勢（表 1-1，內政部），在此同時台灣毛孩子數量卻呈現相對「多子化」的反向趨勢。從行政院農業委員會寵物登記資料可以發現，民國 106 年度開始犬貓登記總數逐年增長（表 1-2，農委會寵物登記管理網）。

表 1-1

102-110 年度全台灣出生人口數統計表

年度	出生人口	年度	出生人口	年度	出生人口
102	199113	105	208440	108	177767
103	210383	106	193844	109	165249
104	213598	107	181601	110	153820

資料來源：行政院內政部

資料整理：研究者

表 1-2

106-110 年度全台灣犬貓登記總數

年度	犬登記數	貓登記數	總數	變動率
106	99637	68023	167715	
107	115487	78362	193921	15.63%
108	116607	94487	211180	8.90%
109	112274	99677	212036	0.41%
110	108370	120500	228966	7.98%

資料來源：行政院農業委員會寵物登記管理資訊網 資料整理：研究者

不僅台灣如此，全球寵物數量也年年成長，美國、歐洲與中國寵物行業調查報告指出，目前全球寵物數已超過 5 億隻，預估 2024 年將達 6.7 億隻（王莫昀、林良齊，2020）。為健全管理寵物（犬貓等同伴動物），行政院農業委員會在 2022 年正式成立寵物管理科，其成立宗旨為以全方位針對寵物管理展開完整制度規劃與推行，並負起毛小孩從「出生至死亡各階段，全面照顧」的使命（行政院農委會，2022），TrendSight 時勢股份有限公司（2018）研究指出寵物經濟已經是時勢所趨，根據研究者的觀察，因應寵物需求而興起的寵物用品、醫療、美容、住宿、甚至寵物殯葬業等各個生命週期之服務項目確實在近十年來蓬勃發展。根據侯志遠的調查，從 2013 年至 2020 年間，台灣寵物店、動物醫院、寵物餐廳、寵物旅館等店家數，增加了 982 家，成長 33.8%（黃家家，2021），從大數據的種種分析顯示，台灣寵物市場訊息與商機正進入激增期。物質面滿足以父母角色定位的飼育者養「兒」育「女」需求；營生面則是朝企業化發展（為寵物的生計而興之產業），送終面也越來越趨「人道化」辦理，為寵物誦經、做頭七、法會，一樣行禮如儀，透過這樣的法會儀式不僅可以慢慢撫平飼主悲傷的情緒，間接地飼主也能接受寵物死亡的事實，慢慢地使生活回復原有的步調（蔡宗恆，2019），雖然楊國柱（2015）在其研究中提出同伴動物喪葬比照人類儀式辦理是沒有道理的，但他也不否認這是飼育者的哀傷調適管道，

讓飼育者儘快完成悲傷過程。對飼育者來說，這種猶如白髮人送黑髮人之喪子之痛，非有此依附和飼育經驗者，確實無法理解。

在這一片寵物市場中有一獨特而神秘的服務正興起中—動物溝通，黃憲寅、彭渤程（2019）認為最早將動物溝通引進台灣的人是羅西娜（Rosina），台灣多數的動物溝通師都是師承 Rosina，已於 2018 年大腸癌過世的 Rosina 在 2007 年接受媒體訪問時表示：「這是一種心靈感應，透過第六感與動物溝通，媒介可以是觸覺、嗅覺、聽覺、味覺等，每個人都不同，語言並不構成障礙。」（Daisy, 2007）。

動物星球頻道曾在 2009 年播出「寵物溝通師 Pet Psychic」節目，將與動物溝通這種神祕的職能帶到台灣觀眾眼前，溝通師 Sonya Fitzpatrick 在節目中呈現她如何透過天生的特異能力和動物聊天，她甚至宣稱可以與離世動物溝通，傳達牠們的訊息給在世的家人（簡妤儒，2020）。研究者曾在 2018 年跟隨一位動物溝通師學習動物溝通，親身體驗一般人（非靈媒等靈修或具有特異功能人士）透過練習也能提升敏銳的直覺達到與動物溝通，初學者獲得的動物傳遞訊息大多是視覺。我可以透過一隻動物的正面照片，在不認識其飼育者及生活背景的狀況下，收到一個畫面訊息，這樣的訊息只是一閃而逝出現在腦海中，之後必須要跟飼育者核對畫面的場景及告知動物當下透過畫面給我的感受。所謂師父領進門、修行在個人，非有天賦異稟的一般人雖透過訓練也能與動物溝通，然訊息的準確度卻有天壤之別，非得靠持恆的練習才能增進準確度，也讓動物溝通的技術與運用比其他助人工作類型的門檻來的高。

目前在世界上已知的動物溝通系統包括：亞洲地區較為流行的身心靈領域、靈性宗教領域、靈修式或氣功式；歐美地區以催眠式為主，非洲以生活在大自然中與動物溝通、另有運用量子力學作為概念的類科學式、透過潛意識開啟的心理派動物溝通，以及南美洲盛行的薩滿式（黃憲寅、彭渤程，2019）。各個系統有其不同的訓

練方式，這些訓練讓人們「喚醒沉睡已久的心靈感應能力」，讓人類與動物溝通並非只是可行，而是一項事實（Margrit, 2013）。

有關動物溝通的書籍自 2012 年起陸陸續續自國外引進台灣出版市場，例如《寵物通心術：62 個通心術練習大公開》（Williams, 2012）、《說進動物心坎裡》（Margrit, 2013）、《與動物朋友心傳心：因為愛，我想聽懂、讀懂、看懂動物心事》（Arquati, 2014）、《天堂沒有不快樂的毛小孩》（Sonya Fitzpatrick, 2015）等。近五、六年來，台灣本土動物溝通師也如雨後春般在各個不同角落為飼育者與其豢養的動物搭溝通之橋，台灣首位有獸醫背景的溝通師張婉柔在其「寵物終老前，還能為心愛的牠做什麼」一書中寫道：「當我初次接觸到動物溝通，我一度以為這會是悲傷的解藥；我天真的以為只要聽得到寵物本人的心聲，就能化解這世間心痛的結。」（張婉柔，2020）這位跨領域的獸醫動物溝通師在以醫學陪伴末期臨終動物們的生命同時，也以無法用科學量化的方式協助惶惶如「喪主之奴」（相較於惶惶如喪家之犬之形容，現在的貓狗奴對於同伴動物之疾病和死亡之失落與焦慮，比較對於人的疾病和死亡，恐猶過之而無不及。）動物溝通的服務範圍，從飼育者亟欲了解自己家中的動物思想及行為發生之理由，到與臨終的動物告別，甚至溝通師與離世的動物靈溝通，再將訊息傳遞給陷困於失落悲傷而懸念不已的飼育者。黃憲寅、彭渤程（2019）提到不同的飼育者面對臨終與失去的狀況全然不同，有的人經過安慰就能放下，有的則不然，黃、彭兩位認為溝通的過程像是學習與情緒共處的智慧，溝通師並不是翻譯員，而是要陪飼育者一起去看到因失落產生的困境。

綜合上述之論，研究者也曾在猝然失去愛貓咕嚕後尋求具有靈媒身分的動物溝通師協助與離世的咕嚕靈魂溝通之經驗，上文中提及由於咕嚕是一隻帶有基因殘缺之貓，在照顧上頗費一番心力，當溝通師向研究者表示咕嚕感念研究者的照顧並對生前某一些行為表示歉意時，穿越時空的人貓對話彷彿讓悲傷徹底沖刷後最終得以回復平靜，咕嚕並且交代牠希望安葬在陽台的茶樹下，此時我擺盪無根的傷慟才錨

定，隔年茶樹隨著因細心澆灌而綻放一樹嫣紅，像是咕嚕的生命又得以延續，對我來說動物溝通所傳遞的不只是訊息而是我與咕嚕之間無法斷鍊的愛之延續。

第三節 研究問題

動物溝通師不只協助飼育者知道動物活著時的想法，目前有愈來愈多動物溝通師受託飼育者對臨終前動物之溝通，及無法面對如親動物離世、需做悲傷輔導的飼育者也可提供協助，其意義不啻為一諮商輔導之媒介，然飼育者透過以此一方式處理焦慮、悲傷情緒之轉化歷程和效果為何，乃本研究探究之所在，希冀了解在傳統諮商技術之外此一另闢蹊徑之輔導方式對於悲傷輔導之可能性與效果，以達到了解以下研究問題：

- 一、動物溝通對於面臨動物臨終及離世動物之飼育者的悲傷轉化效能
- 二、飼育者尋求動物溝通之自我認知與意義詮釋

第四節 名詞釋義

本研究之主題為我需要讓「你」知道我的愛，「需要」二字包含必須性和渴望性二層意涵，以期符合使用動物溝通此種超越人類之間溝通行為之特殊工具之必要性。此處之「你」有雙向意涵，既可擬人指稱同伴動物，亦可為飼育者，其概念有二：「你」若為飼育者，主詞的「我」則是同伴動物，意義則為同伴動物向飼育者傳遞愛；若「你」為同伴動物，則「我」為飼育者，即是飼育者向同伴動物傳遞愛。在本研究中，飼育者一開始為單向提出溝通需求，過程中則發現產生雙向互動之模式，因之命題。

其他重要名詞釋義如下：

飼育者：

相較於飼主、飼養者之一般性的用法，本研究另以飼育者取代，係以平權角度強調人類與同伴動物共同生活沒有主、從之位階，人類並得擔負保護同伴動物生命、提供生存環境、飲食飼養、保育之責任。

動物溝通（師）：

一種靠著人類直覺、意念而不需透過語言讀取動物心理與想法的技術，並能提供飼主和自己飼養的動物「雙向溝通」的機會（簡好儒，2020）。動物溝通之名稱不一，通行的說法還有寵物溝通、動物傳心。運用此一技術了解動物想法並能傳達給飼育者之人稱為動物溝通師。

同伴動物：

愈來愈多重視動物生命權的團體及人士對於家中所豢養的動物以陪（同）伴動物（companion animal）或寵物（pet）之稱看法不一。台灣現行動物保護法第3條第5款使用「寵物」一詞，定義為「指犬、貓及其他供玩賞、伴侶之目的而飼養或管領之動物。」美國愛護動物協會（American Society for the Prevention of Cruelty to Animals, ASPCA），對同伴動物定義為，馴化且喜歡家庭生活的動物，例如：犬、貓，該等動物在生理、心理、情感、行為與社會需求上，能夠適合且容易作為家庭的生活同伴，與人類日常生活建立親密關係，同時人類需對該等同伴動物負法律上責任（陳汝吟，2019）。

黃宗慧（2012）在其論述「動物」與「人」的界線指出「同伴動物」這個詞彙，可以讓我們比較願意承認這一類動物是人性化的，尤其是貓跟狗。因為這些生活在我們身邊的動物，我們通常比較願意承認牠們也會感到害怕或者也會寂寞。

本研究以同伴動物之詞取代家中寵物一詞以符合研究之立意及研究參與者與所豢養動物之情感。

悲傷輔導：

本研究之悲傷輔導著眼於飼育者因同伴動物臨終前或離世後產生之焦慮、失落、悲傷之情緒，透過輔導使之轉化或紓解。雖根據何長珠（2015）的分析認為中文文獻習以悲傷輔導涵蓋三內涵：輔導（guidance）、諮商（counseling）、治療（therapy），三者程度及因應處理方式迥異，然本研究為符合研究參與者之不同狀態，仍以悲傷輔導一詞涵蓋三者之意涵。

療癒：

從英文 healing 翻譯而來，根據國家教育研究院對此詞彙的解釋包含癒合、恢復，有別於醫療上之治療（therapy），近幾年療癒二字被大量使用在增進精神、心靈的復原上。

本研究所使用之療癒強調非為專業醫療或專業心理諮商，而是以動物溝通為工具，讓飼育者面對同伴動物離世的失落，不再只是沉溺於天人永隔的無奈和傷痛，而能超越形體感應到心靈相通。釋慧開法師（2006）曾以佛教觀說明療癒之意義：是在生者與亡者之間，形成一種心靈與心靈之間相互溝通的網路連結，不但可以引導亡者（本研究為同伴動物）迎接並開展其未來的生命，同時還可以協助亡者之家屬與親友（本研究為飼育者），轉化並撫慰其喪親的失落感與悲傷情緒。因符合本研究之主題和研究結果，在此引用為名詞釋義之說明。

第二章 文獻探討

本章分別從飼育者與豢養動物關係的轉變，悲傷輔導及動物溝通之意義與現況之文獻探討之。第一節為飼育者與豢養動物關係的轉變；第二節為失親之悲傷與悲傷輔導；第三節為動物溝通師的角色與其功能。

第一節 飼育者與豢養動物關係的轉變

一、從功能性到玩賞

農業時代，人們養動物（此處以犬貓為主），尚有名之為畜生一詞，其存在之必然性在於賦予任務。張志成（2006）從生物性的演化來解釋犬貓自亙古以來就與人類相互依賴的關係，例如犬隻防衛，人類使之飽餐；貓最早的紀錄出現於埃及，而後隨著船隻至世界各地，因而繁衍。貓隻搭船並不是為了旅行而是人類需要靠牠們在船上捕鼠，保護人類的倉糧。

人與動物相伴的歷史到底可以追溯到多久遠？英國劍橋大學專精動物地理學的學者 Philip Howell（2020）引用 Jacky Colliss Harvey 的近著認為其年代可上推至人類起源，證據是 2014 年納入聯合國教科文組織世界文化遺產的尚維岩洞（Chauvet Cave）的壁畫，壁畫中男孩與狗所留下的痕跡足以證明同伴關係的古老性，也以歷史中的人獸合葬證明「寵物」可能在上萬年前已存在。在演化過程中，犬貓逐漸被馴化，改變了物種的特質和習性，使得牠們更加能融入人類的生活（Homans, 2013）。不過 Howell 也指出，不論在人類物種的漫長演化歷程，或在信史時期，寵物飼養其實是個「不尋常」現象，「寵物愛」也因之該被視為一個逐步發展而出的特異事物（Howell, 2020）。

既然是以寵物 (pet) 名之，而非動物 (animal)，寵之意義從中文字義釋之為溺愛、偏愛，已然揭橈飼育者對其所豢養之動物的對待之情。黃宗潔 (2017) 引述歷史學家凱思·湯瑪士 (Keith Thomas) 的話，寵物就是「被允許待在家裡、被取名字、絕對不會被吃掉的動物。」人類動物互動學家詹姆士·石沛爾 (James Serpell) 則將寵物定義為：「與我們同住的動物，且不具特定功用。」如此也能描述出動物在當寵物的角色時的主體意義來。中文文獻中鮮少有紀錄在不同年代、文化背景中的人們如何與「寵物」互動，但卻可透過歷史畫作之影像給予後人推測、想像的空間。除了上述肖維岩洞的壁畫中可以看到人與動物相伴的蹤跡，國畫中不乏可見貓狗的身影。例如宋人《冬日嬰戲圖》，兩個小孩，一個拿著旗子，另一個拿著綁著紅線的孔雀羽毛，類似今日的逗貓棒在逗引小小貓，宋人畫貓之作非常多，將唾手可得之生活題材入畫，也顯見貓狗在當時或具功能性，或為玩樂之途，或兩者兼具的出現在人們生活中。

宋朝吳自牧《夢梁錄》有記載，「貓，都人畜之捕鼠。有長毛，白黃色者稱曰『獅貓』，不能捕鼠，以為美觀，多府第貴官諸司人畜之，特見貴愛。」能捕鼠的具有功能性，是獵貓，不捕鼠的則受到高貴人家的貴愛，負責陪玩、療心，當為寵物之屬。及至今日，寵物與飼育者間的愛與關係，不僅能降低飼育者之寂寞，增加幸福快樂感 (江佩儀，2004)，其單純的信賴、並以獨一無二情態依附飼育者的生活，誠如朱天心 (2013) 在《獵人們》描述她所收養的貓群：你走到哪兒，牠的眼神就跟著到哪兒，除了牠們，再也不找不到對人們如此依戀和忠誠的眼神了。從依附理論的角度觀之，因寵物具有無條件的愛及代罪羔羊的特性，類似幼年時期客體-母親所提供的依附關係，因此滿足了人類安全感的需求及操控自主的潛在需求 (王乃玉，2003)，犬貓也因此脫離了其祖先以功能性依附於人類的宿命轉而以取悅、療癒之功能角色存在著。

二、從玩賞到陪伴

20 世紀中葉，世界動物保護觀念的興起，經濟結構及社會型態的改變，衝擊出伴侶動物與人類關係的改變（詹勝利，1996），「寵物」一詞因有被物化、階級不平等之爭議，隨著牠們在人類生活中緊密度的提升，寵物這一詞彙不足以貼近地描述人與動物的親密關係，於是在 1970 年代晚期出現「同伴動物（或為陪伴動物、伴侶動物）」（companion animal）一詞（Walsh, 2009; Wolff & Frishman, 2004）。黃宗慧（2012）指出，相較經濟動物，我們比較願意覺得與同伴動物之間好像因為跟人有某種紐帶，所以比較可以了解其感受，當牠們進入人類家庭之後也開始會像人一樣，開始跟人類有些很接近的思想情感。這讓研究者憶及我第一次發現動物能感受到我的情緒是在阿姨因癌症離世的那一段日子，每逢我因思念而傷心，當時才養兩年多的咕嚕就會從窩藏的角落冒出來到我身邊磨蹭，有時我很清楚的見牠歪著頭看我，彷彿在詢問：妳怎麼了？如此這般「心有靈犀」的經驗，連周遭的親朋尚且無法企及，寵物既可作伴也可寄情，誠如鄭和萍（2000）所言，以「伴侶動物」一詞，較具平等地位和真實反應現況。

然而如何界定寵物與同伴動物，我國尚未有明確的定義，動物保護法中雖有提及：「指犬、貓及其他供玩賞、伴侶之目的而飼養或管領之動物」。不過此一條款是針對寵物而非伴侶之界定。台灣腎貓協會參考國外做法以動物的生活環境劃分如下：

表 2-1

以活動場域區分動物在人類社會中的地位



Gage 與 Holcomb (2001) 認為寵物已是現代人際網絡中的一部分，也被人們視作家庭中的一份子，甚至有學者將之納入家庭系統中的一部分。牠們在家庭中演著顯著情感和心理健康角色，也成為養育與照顧行為的中心，給予人們情感和滿足（引自陳玉雲，2003）。

三、毛小孩取代人小孩

根據內政部所公布的人口資料，截至 2020 年底，國內 15 歲下的孩童數在少子化浪潮下，每年以 4% 的速度下降；反之，農委會報告的全國犬貓隻數，卻逐年上升，其成長速度曾經在 2017 年超越 2015 年許多，成長了 10%。2020 年台灣市場研究與洞察分析公司—時勢公司曾根據大數據追蹤推測預估，台灣在 2021 年下半年會出現「黃金交叉」：全台犬貓隻數將首度超過 15 歲以下孩童數，「毛小孩」正式取代「小小孩」，成為多數現代人家中最小的那個成員（謝明彧，2018）。這個數據雖至今尚未出現，但以可靠的人口統計數據相較農委會也坦承目前對於調查貓犬隻的方式僅限於市內電話訪查來看，全台豢養的犬貓「黑數」應遠遠勝於檯面上的數據，毛小孩取代小小孩之日，即使不在這一兩年，亦不遠矣！

對許多人而言這可能是一個不可思議的狀況，然而以日本為例，早在 2003 年就已經出現此黃金交叉，因應而起的寵物商機如火如荼興起，日本關西大學經濟學者宮本勝浩的研究指出，當毛小孩取代小孩，被視為家中一員，第一波掀起的商機是「自我投射」，第二波則將會是「如家人守護」，這也帶動寵物醫療成為未來毛小孩商機的重點。跟隨日本，台灣目前已有許多學校系所和企業開始著手投入（引自謝明彧，2018），研究者就讀的學校就有好幾場有關同伴動物飼料製作或長照陪伴系列課程，與人類的長照醫療同步啟動。

「其實每個來到人類面前的動物，都是孤兒。」台灣獸醫師杜白曾經如此說。這些動物往往一斷奶後被人領養，牠要把主人當媽，學習人類，忘了自己是貓狗，反而變成人類的一面「鏡子」，「你怎麼對待牠，牠就怎麼回報你。」（謝明彧，2018）。李鴻昌（2007）的研究中即提到同伴動物不僅能在家庭中扮演潤滑角色，並提供各次系統間一個無害的話題，促進彼此互動，也能在缺少小孩的家庭中填補小孩的角色。更有甚者，李鴻昌也發現同伴動物可能是夫妻關係的延伸，同時反映出夫妻間的依賴關係以及主導權，能將夫妻間在家庭中的權力地位、相處模式展現出來。簡好儒（2002）認為寵物角色取得「家人」社會地位的脈絡，乃是由於社會結構轉化，轉型的社會使得人我之間關係變得淡薄，再加上城市化與家庭核心化的影響，而使得寵物地位提升，成為人們情感上的寄託。

總之，不論是何種型態的家庭（單身、頂客、有小孩的家庭）或年齡層，當人們將同伴動物的地位視如子、如手足，其完整獨立而具有擬人的角色地位已在家庭中形成，不因其物種、生命、生活型態的差異而減損，反而更因養育時間越久，其與飼育者之間的依附日深，再加上永遠不會離家、維持相對幼小、弱勢，得到更多憐愛。

第二節 失親之悲傷與悲傷輔導

為寵物送終，是身為主人的宿命～杜白

本節以失親為題，所失之親乃為如親之同伴動物，主要闡述飼育者因失去同伴動物衍生之悲傷及目前針對悲傷輔導採取建議及方式等有關文獻資料。

一、哀痛難抑如失摯愛、手足

在過往的研究中，約莫 90 年代才開始出現關注同伴動物過世對人們的心理影響 (Gage & Holcomb, 1991)，無論是成人或是兒童，動物伴侶的死亡都可能是其一生很大的失落。兩千年以後市面上陸續出現愈來愈多描述與其家中同伴動物從接觸、生活到病老死的歷程書籍。研究者從 2003 開始養第一隻貓，是生命中出現第一個同伴動物，當時試圖搜尋有關教養、照顧、醫療等書籍都還是簡單翻譯本為多，千篇一律。2007 年台灣獸醫師杜白出版了《動物生死書》是台灣第一本觸及動物死亡議題的動物照養參考書，也是研究者第一次意識到在一般狀況下，同伴動物終究會先於飼育者離世的事實，杜白醫師名言即是：「為寵物送終，是身為主人的宿命。」

即使如此，當同伴動物的臨終日來臨，飼育者仍難以面對，Tuner (1997) 針對失去同伴動物飼育者做調查發現，有人必須因此求助寵物熱線，其中女多於男。這也與研究者對身邊的人之觀察，以及學習動物溝通課程時女性比例遠遠超過男性比例相同。性別差異造成情感表達的方式和解讀其意義出現落差，也反應在研究者和先生處理面對咕嚕死亡的悲傷上。當研究者在動物醫院抱著咕嚕逐漸僵硬的軀體痛哭得無法自己，並不忘念佛號以期在咕嚕黃泉路上能為牠做些什麼同時，研究者的先生卻在一旁不知所措，在我還無法勉強自己整理情緒之際，他並非安慰我的傷慟而是提醒我不要占用醫院空間太久，讓我在心痛之餘對先生的「理智」感到不可思議，更體認到自己需獨自面對「喪女」之悲涼。

Gage 與 Holcomb (1991) 曾研究夫妻對於寵物死亡的壓力顯示，丈夫覺得有如失去手足，妻子則是如喪子女。手足與子女之差別，或可從研究者之經驗說明。1978 年 Bowen 提出同伴動物的死亡對家庭來說是一個壓力與危機事件，這是將同伴動物納入家庭系統之中才會有的現象。至於失去同伴動物的悲傷會持續多久呢？有研究指出，經歷如親動物死亡之初，有 87.5% 的飼育者至少經驗一種悲傷的症狀，半年之後這些症狀發生的比例降低為 35.1%，一年後還有 22.4% 的人仍存悲傷的症狀 (Thomas、Amanda, 2003)。鄧琮葵 (2008) 在其《成年女性飼育者經歷寵物犬死亡之悲傷調適歷程研究》中指出，悲傷的情緒在寵物開始就醫時即開始出現，等到寵物死亡看到遺體與火葬時會出現較震盪的情緒波動，兩星期內飼育者將出現激烈的悲傷反應。這些情緒的變化，來自熟悉生活中互動的記憶的斷裂，並認知到不再重現的失落，使人無法調適彷彿陷入難以自拔的傷痛泥淖中。

以研究者而言，在歷經咕嚕離世後已近三年寒暑，每睹其舊照亦或是憶起猝別景況仍不禁潸然淚下，遑論書寫論文期間，每次的觸動都仍是難抑起伏思緒。

二、悲傷調適與輔導

「當我們什麼都聽不到、感受不到，覺得孤單寂寞的時候，我們就會想起牠們。原來我們和動物一起培養的習慣、還有例行會做的事情，好像什麼都沒有了，變成了一個缺口，好像一天之中那些時候沒有了意義和目標。」 ~Lauren McCall

早期大部分有關寵物死亡帶給人衝擊的影響研究最主要是針對兒童，張淑美 (1998) 在其研究的樣本中有 83.1% 的學生擁有動物死亡的經驗，情緒反應多為負面。而袁翠莘 (2006) 則提到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。」不過她也提及受訪者失去寵物成傷痛，旁人難理解之體驗。

根據研究者的切身經驗，悲傷的表現固然可以因為時間的消蝕而似乎褪色，對於逝去親人的不放心和牽掛，並不會因為歲月的流逝而消失，反而會在每次憶起時累積遺憾、增加傷懷，也符合 Worden（2011）的研究：「愧疚感與自責是生者常有的經驗；喪親者常常會因為對世者不夠好、沒能及早帶其就醫等事感到愧疚。」

Field、Orsini、Gavish 與 Packman（2009）以研究結果來看飼育者失去寵物的失落強度發現，其悲傷程度可與失去親友比擬，寵物會與飼育者形成一種死後的依附連結，因此建議悲傷輔導者不能只有單純聚焦於人與人之間的關係失去。在大部分人的心裡，家中的同伴動物仍停留在寵物概念上，就其生命價值而言仍是畜生，無法與人類相提並論，黃伊伶（2016）等人指出失去寵物的哀傷在現今社會並沒有投注相當的關注與重視，缺乏社會的支持與認可，飼育者經歷悲傷情緒的權利與機會也因此被剝奪了。相對於一個喪親之痛的人來說，他可以一再述說對親人的思念，他人也能給予理解和安慰，失親的飼育者卻不一定能一再地在他人面前沉湎於自己的悲傷中，這是輔導外援的失落；若飼育者難以有機會面對自己的內在或是積極尋求外援，他的失落和創傷只能暫時被隱藏、掩蓋。

有關成人飼育者面對寵物過世的調適方法在何長珠、王保輝（2015）研究中提出了五點，分別是一個人獨自面對、朋友陪伴、與家人共度悲傷、注意力的轉移，及尋找相同的「他（牠）」。這些歷程研究者觀察到身邊有此經驗的飼育者，包括研究者本身都曾經或正在經歷著，研究者在咕嚕離世後又養了兩隻貓，並且依照法令申請讓這兩隻一公一母的貓生下五隻幼貓，我很清楚的知道我不只是要尋找相同的「他（牠）」，因恐於斷鍊之痛，我在幫牠們製造「綿延香火」、「生生不息」的可能，然回歸現實這畢竟只是理想，囿限於貓兒強大的繁殖力，最後只能一一將之結紮。朋友中不乏有人在傷心悲痛之後馬上又再認養或購買另一個「他（牠）」以填補空間，實則是填補內心空掉的那一塊，但生命是無法被取代的，另一個他只是分散悲傷的注意力，是一種轉移，然而這類悲傷來自於依附客體的分離，對大多數人來

說是耗時耗能的，要修復此類的悲傷唯有「自我重獲自由」時，哀悼的過程才算完成（何長珠，2008）。

針對此議題本研究將展開另一個處理飼育者悲傷的方式，透過動物溝通師與亡者對話，再次連結飼育者與同伴動物之間的關係，以圖圓滿未竟事宜。

二、國內碩博士論文有關同伴動物死亡之相關研究

研究者以寵物、死亡、悲傷等關鍵字搜尋國內近 15 年碩博士論文資料庫發現以寵物之名研究此一議題的論文多集中在 2007-2009 年間，其摘要重點如以下表格內容：

論文年份	論文題目	作者	摘要重點
2007	成人飼育者面對寵物死亡的心理調適與歷程之研究	劉子綺	訪談五位曾經歷過寵物死亡之成人，了解其面對悲傷的處理方式
2007	寵物似如親：經歷寵物死亡之生活經驗探究	袁翠苹	訪談七位受訪者，以五個主題詮釋經歷寵物死亡之生活經驗。研究目的：期能使社會大眾能夠理解與關注寵物死亡的議題。
2008	寵物殯葬的生命教育意義詮釋-三位飼育者的心路歷程	邱金齡	透過三位飼育者的訪談，了解飼育者與寵物之間的情誼、飼育者為寵物辦理身後事的原因、為寵物辦理完身後事對飼育者所產生的影響以及寵物殯葬對生命教育的啟示。

（續下頁）

- 2009 成年女性飼育者經歷寵物犬死亡之悲傷調適歷程研究 鄧琮葵 訪問七名飼主，探討四面向，一是成年女性飼養寵物犬的動機與喜愛因素，二是寵物犬在現代家庭中的角色地位與功能，三是成年女性飼主與寵物犬兩者如何建立起情感依附關係，四是成年女性飼主經歷寵物犬死亡後的悲傷反應與悲傷調適歷程。經歷寵物犬死亡後的悲傷反應與悲傷調適歷程。
- 2009 飼育者面臨寵物患病末期照顧經驗之研究 李珮華 訪談三位經歷過寵物患病且死亡經驗的受訪者，提供對寵物患病且死亡經驗的再理解觀點。
- 2013 失去天平的另一端——飼育者面對寵物離世之悲傷失落歷程研究 洪琬婷 訪談三位飼育者探討失去寵物後所經歷的悲傷失落經驗，瞭解飼育者與寵物的生活互動、寵物離世原因與飼育者本身的想法與感受，包括在飼養歷程中對寵物的角色定位、得知寵物離世當下的反應與寵物死後如何在生活中達到新的平衡。
-

再以同伴動物之名搜尋相關議題者，則出現在 2013 年之後，分別有以下之研究內容：

論文年份	論文題目	作者	摘要重點
2013	另一種愛的起點-從同伴動物死亡經驗探究成人生命轉化學習歷程之自我敘說	邱琬婷	透過自我回憶三隻同伴動物的死亡過程，敘述在同伴動物臨終所帶來的失落悲傷經驗歷程，以及產生生命轉化學習之過程；並釐清陪伴同伴動物經歷生老病死的生命歷程給予我對生命死亡的學習與反思。
2015	飼育者遭遇同伴動物非預期死亡之歷程探討：以四位兒童期受忽略成人為例	郭玉婷	訪談四位研究參與者深入探討童年期受忽略之飼育者，在遭逢同伴動物死亡後，生活上面臨的轉變與經驗歷程。
2017	依附風格、意義建構及哀傷復原之關係研究：以伴侶動物死亡之成年飼育者為對象	徐喬鈺	以量化統計研究有過伴侶動物生命失落經驗的成年飼育者其意義建構和哀傷復原是否有相關。結果發現：1.意義建構與哀傷復原具有顯著正相關。2.意義建構對哀傷復原具有預測效果。3.不同依附風格之飼育者在哀傷復原上具有顯著差異。4.不同依附型態之飼育者在意義建構上具有顯著差異。
2019	寵物美容師經歷寵物死亡飼育者的悲傷支持經驗之研究	王瑞蘭	訪談五位寵物美容師在職場上面對失寵飼育者時的工作服務經驗與失落歷程。（續下頁）

2020	永恆的禮物：同伴動物死亡失落經驗對成人飼育者生命轉化之敘事探究	連怡婷	訪談一位曾經飼養並經歷同伴動物狗死亡的成年女性，面對同伴動物死亡的失落轉化是建立在飼育者對此段關係賦予的意義，生命轉化則是來自於飼育者在悲傷後與內在自我的連結，而同伴動物死亡經驗的轉化同時發生於飼育者個人以及飼育者的家庭中。
2020	同伴動物安寧照護經驗與陪伴者之生命經驗反思：現象學取向研究	陳怡伶	訪談六位陪伴同伴動物安寧照護經驗之陪伴者，以現象學取向進行資料分析與後續討論，並以人與動物連結相關理論及悲傷理論與其經驗進行對話，形成整體之經驗描述。
2020	從無情愛走向擁有關懷世界的的能力—以精神分析取向觀點論述同伴動物與人的情感經驗	魏家璿	研究者自我敘說從七歲至二十八歲間與三隻同伴動物的生命故事，說明飼育者在與同伴動物互動時情感經驗的轉變、面對死亡分離議題時的內在經驗，以及外在環境對於個體經驗死亡分離的影響。

研究者從上述的文獻資料中發現，論文題目中有關寵物與同伴動物一詞的替代確如時代之推進而不同，顯見關注此一主題之研究者傾向認同以「同伴動物」之詞更能貼近現實，從 2013 年到 2020 年的七年間，有關同伴動物議題的論文比以往增加許多，除了上述表列之外，與同伴動物相關產業之研究也在不同領域蓬勃展開，例如楊惟婷（2020）從依附關係探討寵物犬飼育者購買寵物食品之購買意願、陳伯璋（2019）探討寵物依附、寵物知識與寵物承諾對寵物用品購買意願之影響、蔡甯

安（2017）飼育者與寵物關係對寵物商品評價之研究等，這些以非陪伴層面而以商業、休閒行為導向的研究從 2006-2021 之 15 年間有近 200 筆與之相關，值得一提的是，這類的研究也一致使用「寵物」一詞，而非同伴動物。綜上所述，不論是以寵物或是同伴動物之名展開之研究也因動物主體與人類生活緊密相連而顯見對其投入研究之必要性。

再回顧自 2007 至 2020 年有關同伴動物死亡為飼育者帶來之影響，多以呈現悲傷歷程及如何自我轉化，使其成為滋養心靈之沃土，讓過往的回憶堆疊出風采生命的禮物。本研究奠基於前人研究基礎，再結合社會現象之觀察，提出假設，聚焦於以特殊之動物溝通為工具做療癒，以協助因同伴動物離世而悲傷、失落之飼育者。

以動物溝通為研究議題者，目前在學術界仍為罕見，然此工具確非空中樓閣，憑空而撰，研究者期以學術研究之引領，提供給有悲輔需求之飼育者一個明確、可供實證檢驗之另類轉化悲傷方式。

第三節 動物溝通師角色與其功能

我曾訪問過一隻已經離世的動物，其實這件事情我常做，而且我發現，這樣做可以幫助悲痛難忍、無法釋懷的動物友人。~Marta Williams

動物溝通（第六感溝通或稱為直覺溝通）與動物行為學、動物行為改變技術不同，並非以動物的行為、外觀、習性等線索作為溝通之橋梁。目前已知分為多個派別包含「身心靈領域」、「靈修式或氣功式」、「類科學式」，以及開啟潛意識的「心理派」等多種系統。黃憲寅等（2019）認為這項技術約於 40 年前開始被視為一項專業，從美國加州慢慢傳至歐洲，之後才傳至非洲與亞洲。

動物溝通雖然一開始確實是因為有幾位突出的、具有特異功能的人士，例如動物星球頻道知名主持人 Sonaya Fitzpatrick、《永恆的禮物》作者 Lauren McCall 等人

透過媒體、講座宣傳而廣為周知，不過一提到與動物溝通可能很多人還是會想到好萊塢電影〈怪醫杜立德〉，這位虛構出的電影角色讓人停留在神奇、有趣卻並不實際的認知中，對於現實生活裡有人能與動物溝通的事實或許也因此有許多問號，甚至對大多數的人來說恐是詐術或是類似觀落陰、牽亡等民間信仰與神鬼溝通的概念。

美國知名動物溝通師 Marta Williams (2012) 在其《寵物通心術》一書中表示，「我很少親眼看到我的客戶，甚至通常連動物的照片都沒看過。我只收到某隻動物的名字、年齡與特徵描述，然後我會閉上眼睛，想像那隻動物的模樣，宛如在眼前的一面大銀幕上看見他，藉此聯繫上他。這個過程，感覺有點像調頻率連上某個廣播電台。」Marta 認為這就是一種直覺上的聯繫，並不需要親身跟動物互動，這樣的溝通來自直覺，不用語言。研究者曾跟一位偏向身心靈覺察系統的動物溝通老師學習，發現每一個人都可以擁有與動物溝通的能力，因為每一個人都有直覺，這種與生俱來的能力可經由多種訓練方式與長期練習增進，而跨物種溝通能力僅是科學領域中超感知覺能力其中一種應用方法，這些應用與神通、潛意識領域有著相應但略為不同之處。

人們運用此種溝通技術了解動物的想法，對很多人來說絕對是帶著神奇和質疑的眼光，但對渴望知道訊息的飼育者而言，確如絕處逢生，尤其在同伴動物因意外或猝然離世後，飼育者的思念、悲痛、不安和自責之情全繫此引繩以通達親人之靈，最終是期望獲得在世者的平靜與安心。

Sonaya Fitzpatrick (2019) 在她的書中回覆了美國求助者最常見的問題，包括「我的寵物在哪裡」、「我的寵物想念我嗎?」、「我的寵物知不知道我有多愛牠?」、「我的寵物還在我身邊嗎?」、「我該放手讓寵物走嗎?」...等 16 個飼育者對毛小孩最牽掛的問題。根據研究者近五年的觀察，在台灣有關動物溝通的書籍過去一直付之闕如，偶見幾本翻譯書難以一窺其貌，坊間不易蒐羅完整相關訊息，遑論學術領域，然而也就在 2015 年開始，民間與動物溝通相關的資訊與動物溝通師逐年成長，

近年又有台灣動物溝通關懷協會以亞洲動物溝通聯盟的組織會員為號召，在台灣從事教學及認證，其宗旨在於打破「十個通靈九個騙」的動物溝通市場現況，建立安全預約諮商平台，另外更規範「華人動物溝通師的專業倫理守則」。學術研究上開始有一兩篇相關研究，但都是點到為止，難以深入。台大社會系的簡好儒副教授在2020年發表的「懂牠的心聲：動物溝通中的毛小孩主體展現與關係實作」可說是目前國內唯一開啟學術研究的先河之文。

三年前當研究者求助於動物溝通師處理個人內在因失去咕嚕的傷痛之後，對於此一難以與人言說的療癒方式就興致勃勃，一來也想對這領域有更深入探究，包括是否其他人也同我一樣，而以助人工作者自許的研究者更希望能透過研究之結論將一項難以科學化的療癒工具學術化，以讓更多人受益，另一較隱約的，連研究者本身都很難覺察的立意，如今在簡好儒（2020）的研究中獲得支持與理解：嘗試溝通者常為年輕或中年的高教育程度者，因此很難用迷信就能解釋他們的行動。

回想研究者因涉獵身心靈領域一段時日，也曾運用類能量釋放原理協助個案處理來自上一代繼承之情緒問題，因此認知能量粒子在宇宙間傳遞、超越時空的可能性，然而卻無與離世親人或離世寵物溝通經驗，愛貓如子猝別之悲至極，痛徹心扉，終日惶惶難自己，內疚、自責如濤浪來襲，無法呼吸，我身困汪洋，不見援岸，若能通冥海之靈，那怕荒謬可笑！想起古書中鄙嘆不問蒼生問鬼神之言，我啞然無語，真耶？幻耶？虛耶？一直到經歷了此一玄奇溝通過程，而後又遇到幾位類似情況的飼育者，遂有感此一技術對降低悲傷，轉化心境確有意外驚喜。

第三章 研究方法

本研究欲探究飼育者在面對同伴動物臨終前及離世後之悲傷情緒，透過動物溝通師之協助而能轉化之歷程，或誠如簡妤儒（2020）所言，是做為一種關係的終結，既是為理解動物遺願，更是表達飼育者內心悔恨或思念，以圖平復心情。為呈現受訪者個人獨特而細膩的生命經驗，將以質性研究中的半結構式深度訪談法（Semi structured in-depth interview）蒐集資料，本章將以此做推展分為五節：研究法的選擇、前導研究與研究成員、研究倫理與省思、研究工具、研究分析。

第一節 研究法的選擇

研究者有長期訪問、筆耕的經驗，從人們獨特的故事情節中連結社會現象，以理解其中意義和由此構成之社會多元面向，對此一直樂此不疲，而質性研究做為一門理解自我與他人的藝術，從認識自我開始，進而理解他人和體察社會現象（Warren, 2002）的研究方法，不只符合研究者過去一貫的經驗，也能讓研究者篩取符合主題之特定受訪對象，在尊重個別差異的同時更能提取共同經驗和意義，此為研究者決定以質性為研究工具之立意。研究者特別喜歡 Padgett（1998）對研究者在質性研究中之角色的描述：這是一段發現之航程，那麼研究者即是這艘探險船的船長和領航者（引自紐文英，2018），可見研究者參與其中本身的初衷、企圖和目的為導引研究方向之羅盤，因此紐文英（2018）認為研究者的心理特質對研究實施和結果影響最為鉅大。這些心理特質包括能敏感察覺自己的想法和感受；擁有主動熱情的態度；具同理心；願意接受和面對自己的偏誤與情緒反應；保持彈性思維及可以容忍事物的模糊和不確定性。

本研究採多重個案研究（Multiple Case Research），意即同時針對幾個個體進行研究，以半結構深度訪談法蒐集資料，所謂半結構是指研究者針對研究議題設計問題綱要，讓參與者可在此綱要下自由發揮，不需受限，參與者也可以就此研究議題

提出自己的想法。廖柏森（2013）指出，此種訪談可使議題聚焦在某一範圍內，資料相對容易分析，同時又具有彈性可讓受訪者暢所欲言，提高資料的信效度。深度訪談則是要深入人心，探究受訪者真正的想法，得到更真實的資訊（萬文隆，2004）。透過深度訪談以獲得參與意義的資料，參與意義指在社會環境中的個人，構思其世界的方式，以及他們解釋生活中的重要事件或賦予意義的方式（王文科，2001）。

本研究由受訪者敘說自己尋求動物溝通師的經驗，透過了解離世或臨終前同伴動物的想法，因而導致受訪者情感、態度及因應對策轉化的影響，其中可能會喚起受訪者深層的情緒，或者悲傷，因此研究者與受訪者之間必須要建立訪談的信賴關係，使彼此的對話朝向一種有目的、積極參與的談話（陳增穎，2016），讓研究者和受訪者可以透過雙向溝通的過程，瞭解受訪者對生活經驗事件的看法與感受，並共同建構雙方對現象本質的理解與行動的意義（潘淑滿，2003）。因此在選用的方法論上適用以多重觀點的現象學來理解再加以詮釋現象學的角度分析之，亦即設法以受訪者的角度，試著去理解他們的實際經驗而非研究者先選定一個角度來觀看所要研究的現象，在此同時，還必須反身省視自己對於該等經驗或現象的觀點，並檢視自己的觀點在研究觀點與理解中所可能帶來的影響（李政賢，2007），初步以「現象還原」作為目標，進而透過詮釋循環，共同建構對現象新的理解。

紐文英（2018）認為詮釋現象學聚焦在現象，亦及個人生活世界或生命經驗，主張存而不論，強調開放性，也就是研究者洞察到自己的不知，而能開放的接受現象的多元面貌，並願意從中了解和學習。研究者有一段有關現象學研究經驗的反思看到 Eyring（2007）的一句話特別有感：「這種開放性與探尋各種可成性的取徑，是為了要更深入的挖掘人類經驗前所未有的豐富性。」這句話對於本研究的議題似乎再貼切不過了（李政賢譯，2007）。另 Merriam 與 Tisdell（2018）指出，現象學研究

法非常適合研究有關人類的情感、情緒等強烈經驗，因之適合做為本研究的資料蒐集法。

第二節 前導研究與研究成員

一、前導研究

為了解本研究構想之可行性及執行時可能面臨的變數，研究者在確認研究方法及擬出大綱後即開始徵詢身邊曾因同伴動物死亡而產生失落、悲傷情緒的當事人，篩選條件以在同伴動物死亡三年內，曾在同伴動物臨終或死亡後尋求動物溝通師與動物之靈進行溝通之飼育者，研究者因此遇到了小葳和她的母親。

小葳的母親是一隻 13 歲馬爾濟斯 HEBE 的照顧者，自稱媽媽（馬馬），但在 HEBE 因意外死亡後，急著找動物溝通師的卻是小葳，原因是小葳認為 HEBE 的死亡是自己造成的，她急著要知道已經化成灰的 HEBE 有沒有怪她。經過溝通，小葳自述在第一時間胸口上的壓力就少了一半，不過自責與內疚仍無法消弭，只是不再沉重。

基於此前導研究，經論文初審口委與研究者討論後一致認同在篩選參與者的條件上須有明確設定，必須符合是因同伴動物臨終或離世而產生失落悲傷情緒之當事人（不限定為主要的飼育者）；確定訪題大綱切合研究問題後，研究者遂展開第二階段的論文工作—徵求五位研究參與者。

二、研究參與者之篩選

本研究企劃針對五位研究參與者進行訪談及資料蒐集，為了解同伴動物臨終前與離世後，飼育者在面臨此兩種景況下不同之心路歷程，徵求條件為有兩者經驗或其中之一經驗者為參與對象，徵求方式以人脈推薦及在個人社群網站上發出公告，

時間限制則以同伴動物離世五年內之飼育者，其考量之理由為可在立意取樣的原則下仍能顧及參與者的個人情感狀況，包括時間長短對參與者影響之變數等。

三、研究參與者

本研究採立意取樣，邀請五位符合本研究條件之飼育者參與，其基本資料如下：

表 3-1

五位研究參與者之基本資料

飼育者名字 或代稱	憲寧	Veronika	史黛西	橘寶媽	亮亮
年 紀	58	33	45	38	38
飼育時間	18	15	15	1.9	18
同伴動物名	哈尼	寶寶	OA	巴迪、妞妞	內內、GiGi、DiDi
目前是否仍 為飼育者	是 (一貓)	是 (一貓)	是 (一貓)	否	是 (一貓)

四、研究者

研究者作為研究設計、取樣、理解、分析，最後下結論之關鍵人，學養、背景及經歷當應受到檢視。

研究者自 2007 年開始養第一隻貓至今，不同人生階段陸續有不同貓隻相伴，屈指數來，有咕嚕、多多、寶弟、小四、花子、金子、銀子和其五子，目前共同生活有七隻，往生送走過兩隻，未來還有七隻等著，希望這一日永遠不要來到。研究者早年為媒體工作者，自以見多識廣，期許胸如洋海，可納百川；思想多元，可蒐寰宇之奇，因此學習能量、靈氣、催眠、情緒密碼等療癒工具，為了愛貓，也曾向三

位不同理論派系的老師學習動物溝通，但至今未能有溝通能力，因此目前只能善盡人事，做好與人之諮商溝通。

第三節 研究倫理與省思

為了避免質性研究在過程中因權力不平衡造成的傷害，研究者須於研究過程中誠實面對知情同意、欺騙、隱私與保密、潛在的傷害與風險、互惠關係等倫理議題（潘淑滿，2003）。因此在徵詢邀請受訪者參與研究時，即秉持不欺瞞的態度告知研究目的、預期持續時間與程序、並能確保個人隱私與資料處理保密、告知可能的風險或過程中也許有不舒服的情緒，為了記錄需要做錄音，也提醒參與研究者在研究開始後，即使已經受訪多次仍有拒絕和退出參與的權利。

由於本研究主題涉及個人失落之悲傷議題，其中可能引起之移情、反移情，研究者必須反思自己是否有處理風險與傷害的能力。陳增穎（2006）在其質性訪談中提及每次訪談最後必尋求受訪者的回饋，即時詢問受訪者是否因訪談而對該經驗有新的領悟與理解，研究者認為這個作法除了有助於與受訪者核對受訪內容及了解受訪者當下的情緒外，也可做為研究日誌及反思之紀錄，因此研究者也以此做為典範，並讓受訪者理解和認同雙方對於研究行動的完成均具有貢獻意義，以此賦權受訪者。

第四節 研究工具

本研究使用之研究工具包含訪談大綱、參與研究同意書、研究結果表錄音設備，茲說明如下：

一、訪談大綱（附錄一）

研究者依據研究目的與問題，參閱相關文獻及資料，並與指導教授討論出合適的題目，編擬出訪談大綱，並在前導研究後確認可依據結果做適當的修正後執行。

二、參與研究同意書（附錄二）

基於尊重與保護研究參與者之權益，本研究在正式訪談前透過參與研究同意書的說明，讓研究參與者瞭解研究目的及訪談進行的方式、研究參與者之權利與義務，資料之保密、保管之處理，其他倫理考量等，本同意書一式兩份經由研究者與研究參與者共同簽署，各自存留，而後始進行正式的訪談。

三、研究結果檢核表（附錄三）

為求確實及尊重研究參與者，並增加文本之可信度，在完成文本及資料分析後邀請研究參與者參與檢核的工作，以期透過檢核回饋表提供研究者修改的建議，使研究結果能符合研究參與者的真實經驗。

四、照片著作權同意書（附錄四）

本研究雖以動物溝通作為研究內涵，然促成飼育者之行為動機者乃是同伴動物之主體，為賦予協助完成本研究之同伴動物「同在」之精神意義，本研究特別收入研究參與者之同伴動物照片以茲紀念。

五、錄音設備

訪問過程中使用錄音設備以求紀錄時完整（研究者以手機、MP4 錄音機同時錄音，以防其中有故障之虞），錄音內容之保密的原則已載於參與研究同意書中說明，並於每次訪問時再次申明。

第五節 資料分析

本節分兩部分，其一為資料分析程序、其二為研究之嚴謹度說明：

一、資料分析程序

(一) 資料謄寫

由研究者本人逐一逐字將每一位參與研究者之錄音資料如實記錄呈現，不做任何評論。

(二) 逐字稿檢核

謄寫完成後由研究者再逐一檢視資料之謬誤或不完整處，若有不清楚之處，以在文字下加底線為標記作為再次訪問之考量。語意情緒或語意未完成的部分，以括弧將之標記，以便能在後面詮釋、分析資料時正確引用。

(三) 研究參與者名稱及編碼說明

有兩位研究參與者願意以本名進入文本中，另三位以英文名字或暱稱、代稱書之，編碼原則即以五位參與者之名稱第一個中文字為第一碼，後以”-“符號區隔，之後則為內容分析之編碼，每一個編碼前面皆以”-“符號區隔。數字第一碼為訪問次數，第二碼為主題（對照大綱題次）之題數；第三至四碼為在此題數下回應的次數，以橘寶媽逐字稿編碼分析示範為例，「**因為我的兩隻貓咪都有先天的貓白血病，後來其中像妹妹，牠就是先病發，所以一直在做化療什麼的，生活品質受到蠻多影響的，加上後來復發，所以我就想說，不然做做看寵物溝通.....（橘-1-1-1）**」其編碼意義為橘寶媽的第一次訪問，對應訪問大綱之主題為第一大題，此概念回應出現第一次。更多逐字稿編碼示例，請見表 3-2。

表 3-2

逐字稿編碼示例

(編碼說明 受訪者代稱-訪談次數-主題-概念)			
逐字稿	話題	概念	主題
因為我的兩隻貓咪都有先天的貓白血病，後來其中像妹妹，牠就是先病發，所以一直在做化療什麼的， 生活品質受到蠻多影響的，加上後來復發，所以我就想說，不然做做看寵物溝通.....。	動物生病，醫療加上照顧影響生活品質 (橘 1-1-1)	為解決照顧問題	尋求動物 溝通的動 機
因為相信有靈魂的存在，所以會 想知道牠有沒有什麼想要我幫牠做的事情？ 因為我有幫牠點燈。然後就會 要問看看還有沒有什麼需要做的。	想要知道動物有什麼要交代 (V1-1-3)	完成未竟事宜	尋求動物 溝通的動 機
最後的一個月左右，牠已經完全，整隻狗完全倒下，都是我老婆在照顧牠，所以後來非常非常的傷心。..... 我們會為什麼會去找寵物通靈師一個動機，最主要是我老婆太傷心了，她一直走不出來，大概是這個樣子。	老婆因失去動物太傷心 (憲 1-1-2)	處理悲傷	尋求動物 溝通的動 機
我大概就是在七、八月的時候吧，透過同事的介紹去問動物溝通師， 我知道這幾個月來我對牠做的這些事情，牠的看法，牠的想法，牠對於我所做的事情，以及牠現在對牠自己的這個狀態的想法是什麼？	想知道動物對於積極治療的看法 (史 1-1-1)	了解動物想法	尋求動物 溝通的動 機

二、研究之嚴謹度

質性研究品質因易受研究者個人因素（偏見、期待、反作用力及情緒等）而受影響，但有學者認為質性的研究效度，從研究者蒐集得來的資料，即能準確地判斷吾人想要估計的東西的程度，亦即關注研究發現的準確性（**accuracy**）和真實性（**truthfulness**）（王文科、王智弘，2010）。

質性研究過往常被詬病的還包括真實性之檢驗，然也有學者指出受訪者敘說的真實性已不是研究者所關注的重點，而該被視為建構歷程的產物（王勇智、鄧明宇譯，2003/Riessman,1993）。即使如此，身為質性的研究者仍應在某些規範內為研究之可信度把關，一般而言都以 Riessman 所提出的五點作為準則，包括（一）說服力（**persuasiveness**）：透過反覆閱讀、整理與檢核文本的過程，讓研究內容的呈現能夠貼近研究參與者的生命脈絡；（二）符合度（**correspondence**）：邀請研究參與者進行檢核文本分析；（三）連續性（**coherence**）：研究者應能依據研究參與者獨特的敘事結構和重複出現的敘事主題，持續的修正對研究參與者信念和目標的假設；（四）實用性（**pragmatic use**）：研究者應能提供原始資料，讓讀者判斷研究是否具有實用性，並能說明如何詮釋、說明；（五）無規定（**non canon**）：敘說研究無法化約成一套形式規則，或是標準的技術程序。

本研究在提高信賴度及符合度上，不僅邀請研究參與者針對逐字稿逐一確認，編碼完成提出主題和概念後，亦再請參與者檢核，以求研究者的解讀和理解確能符合參與者的本意，再加上研究者的個人省思紀錄，以達研究者與參與者能共同完成此一經淬鍊而出的歷程之旅。

研究參與者之檢核回饋如下：

表 3-3

研究結果檢核表

參與者	符合度／完整度分數	感受與想法
憲寧	10/10	我還是很想念哈尼，並不會因為哈尼離開將近五年而減緩思念，前幾天我們還去哈尼目前住的寵物靈骨塔看牠；某方面來說，哈尼並沒有過世，而是住在我們心中，我們仍然可以用照片和牠說話，也回憶以前和哈尼相處的點點滴滴；哈尼留給我們的遺產，還包括了我們對狗髕關節疾病的認識和對相關醫療的了解，讓我們知道如何尋求幫助，也可以幫助其他更多狗主人。
Veronika	10/10	自從寶寶離世後很多無法對他人闡述的心情和深埋的心理狀態在此文中被完整呈現，感覺像被寫成一個小故事進而能證明寶寶深刻的存在。
史黛西	10/10	很感動，謝謝。
橘寶媽	8/8	像是進行一場「我和兩個毛孩的回憶錄」，也像是在看待自己的傷口恢復得好不好？所以若有人想再問我這故事，我應該不想了。是自揭瘡疤的感覺，但也是一種情緒整理吧，但工程很大，很費心力跟精神。
亮亮	10/10	訪談內容看起來就像是故事一樣，很流暢，很有趣，也有抓到我找寵物溝通師的重點，內容很完整、我很喜歡。

表 3-4

檢核之補充與修正示例

參與者	補充與修正
憲寧	哈尼是憲寧四十多歲離婚後養的一隻白色秋田犬。請改成「 哈尼是憲寧離婚三年後，在四十歲時養的一隻白色秋田犬。 」
Veronika	無
史黛西	無
橘寶媽	<p>1. 在我要找寵物溝通師之前，突然哥哥就...，本來哥哥都很正常健康的，可是哥哥有一天就不吃不喝，突然有狀況，我就趕快帶牠去看醫生，結果醫生就說牠狀況很不好，是急性敗血症胰臟炎引發敗血，牠在兩天內就走了。</p> <p>2. 因為我也是第一次養比較大型的動物，就貓嘛貓.....</p> <p>3. 很像插播有人插話一樣，她就說哥哥講話語速很快，很活潑、很開朗的語氣，就說我來了，我來了，牠就說，我也很想念大家。</p> <p>4. 時間上的更正：巴迪是前年中秋節走的，妞妞是去年春節前走的，兩個時間差約半年，做寵物溝通後的第 5 天，妞妞離世的。</p> <p>5. 從朋友家（補充說明：朋友本身是動物之家的志工，同時也是中途的愛媽）中帶回了兩隻可愛的虎斑小橘貓，牠們是兄妹，哥哥叫巴迪，妹妹叫妞妞。</p> <p>修正為：從她在當中途愛媽的朋友家中帶回了兩隻可愛的虎斑小橘貓...。</p> <p>6. 遺憾的是，這兩隻貓一前一後（補充說明：同時檢查出來的，在帶牠們兩第一次健康檢查的時候）檢查出先天的貓白血病....。</p> <p>修正為：遺憾的是，這兩隻貓在健檢中發現有先天的貓白血病....。</p>
亮亮	貝補血更正為「 倍 」補血。

第四章 研究結果與分析

本章針對五位研究參與者在面對同伴動物生病期間或離世後，千迴百轉的無助與悲傷思緒做深入分析，以期理解研究參與者尋求動物溝通師與其同伴動物在生前及離世後做溝通時之感受、思考歷程，做完溝通後於內在產生之影響及療癒悲傷的成效。本章將從第一節至第五節分別以五位研究參與者之訪問逐字稿做分類、分析，並盡量呈現出參與者與同伴動物之間的生命故事。

第一節 憲寧與哈尼

一、緣分深厚的狗兒子

(一) 生活伴侶

哈尼是憲寧離婚三年後，在四十歲時養的一隻白色秋田犬。

那時候我離婚了嘛，我覺得需要有一個伴，後來看到我那時候女朋友，現在老婆的家裡面有一隻秋田犬，很乖，跟我很親，我就興起養一隻狗陪伴我的念頭。...

後來找到這隻我們家的秋田叫哈尼，這隻狗哦，養了以後就跟我非常的親，算是我第一隻正式自己養的狗，牠陪伴我十幾年呢，那時候的女朋友，現在老婆也常常到我們家來陪著牠，結婚以後這隻狗除了跟我親，也跟我老婆非常、非常親。(憲 1-6-1)

（二）親如幼子

秋田犬在幼犬時罹患髖關節發育不良的比例高於一般犬種，哈尼不到一歲時即被獸醫診斷出此疾，當時換一次狗的髖關節要 15 萬元，憲寧絲毫不猶豫地讓哈尼進行開刀手術，愛狗如子。

我們一直把哈尼當作家人，我們從來沒有把哈尼當畜生啊，生病了，抱去給醫生看，平常注重牠的飲食，注重牠的運動，注重牠的生活等等等的，就是把牠當當自己的小孩在看，我們大人怎麼去照顧小孩自己的小孩，我們就怎麼樣去照顧寵物。牠應該怎麼被照顧，我們就去怎樣照顧牠，就當作家人，我們到哪裡去旅行，到外縣市去玩，我們一定帶著牠去，只要我們在臺灣，我們絕對不會跟牠分開，就是家人啊，就是當帶小孩一樣。（憲 1-6-2）

（三）依附斷裂傷透心

進一步理解憲寧對於同伴動物在其心中的地位和感情，他認為哈尼往往比自己人類的親人還要親，再加上哈尼陪伴的意義與功能帶給他和太太莫大的安慰，也讓哈尼罹病過世的事實比面對家人的離世還要難受。

為什麼寵物過世之後我們會更傷心？因為我們發現我們最好的一個聽眾，從來不會對我們發脾氣的家人，從來不會對我們有任何私心的家人突然不見了，那種衝擊可能會更大。....寵物永遠是跟在我們旁邊的，我們每天都會看到寵物，牠可能比我們的爸爸媽媽或者手足更親，所以寵物的過世對我們來說可能衝擊會更大。這是我的看法，也許有人會說，我把寵物看得比父母更重要，可是我覺得不能這麼說，因為如果是把寵物和家人放在同一個位階，寵物也是家人的話，寵物這個家人是跟我們更親的家人，那牠的過世當然對我們影響會更大。

（憲 1-6-3）

哈尼 10 歲半時，曾在生死交關的重疾中被搶救回來，憲寧認為當時自己和太太尚未準備好讓哈尼離開，但自此以後，哈尼的身體狀況急速走下坡，再撐了 3 年，哈尼來到 13 歲的年紀，體虛羸弱，再次生病，憲寧與他的太太皆不忍哈尼繼續反覆於病痛中。

最後那一個月，我就跟我老婆商量就說不要救了，救回來，牠更痛苦，讓牠走，然後就跟醫生約好某一天，就是 8 月 7 號，那天要帶牠安樂死，解除牠的痛苦。到了那天約好下午要安樂死，中午我們開車載牠的時候，牠在車上就直接斷氣，牠連我們要給牠安樂死的機會都不給我們，減輕我們的心理壓力，所以我老婆也是因為這一點很傷心，她其實有心理準備。（憲 1-6-4）

哈尼沒讓飼育者以安樂死的方式送牠離開，對飼育者來說彷彿是僥倖從一個巨大壓力下逃脫，然而心念一旦形成，即便最後沒有實施，仍是一個無形的枷鎖緊箍著飼育者的靈魂。

我覺得牠很體貼、很體貼，然後牠就自己自己走，不要給我們任何壓力，好像我們變成劊子手一樣。我老婆對這件事情是耿耿於懷啊，我們幫牠決定牠的生死是不是對的？這對我們其實也是一種心理壓力啦。（憲 1-6-5）

相較於西方，東方人比較不願意幫同伴動物做安樂死，台灣的獸醫師也是如此，憲昕夫妻帶著已經斷氣的哈尼到了獸醫院，從哈尼小時後就幫牠看病的醫師在確認哈尼死亡後，也鬆了一口氣，憲昕觀察到「即使他那個噓氣是非常、非常輕，非常、非常輕，但是我了解牠他那個心理壓力也解除了。」（憲 1-6-5）

二、遇見通靈師

（一）悲傷難抑

原本憲寧夫妻對於動物溝通沒有任何概念和經驗。

我們會為什麼會去找寵物通靈師一個動機，最主要是我老婆太傷心了，她一直走不出來。（憲 1-1-1）

對憲寧夫妻來說，喪犬如喪子，一條生命突然不見了，在飼育者的心中造成難以預期的心理衝擊。

因為我沒想到跟我那麼親密的一個生命，一個家人，我們把狗當作我們自己的兒子、當作家人，我從來沒想到跟自己親密的家人會突然這樣過世，所以我衝擊也很大。（憲 1-1-2）

我知道我老婆好像也沒有想說怎麼樣走出悲傷，她想走出悲傷的方式，就是她從來不去看狗，不去抱其他的狗。她不要和其他的狗玩，因為她對於哈尼的過世還是不能釋懷，所以她不想去碰其他的狗，怕又引起那個悲傷的情緒。

（憲 1-6-3）

憲寧的動物溝通經驗發生於哈尼離世之後半年，從哈尼過世到遇見動物溝通師的這半年時間，憲寧太太始終對哈尼的離世傷心不已，如此走不出愛犬離世的悲傷剛好被一位熟識的餐廳老闆知道，因此推薦憲寧夫婦去找在餐廳內免費做動物溝通的一位「靈媒」諮詢。

這位動物溝通師是一位中年男性，常常在憲寧和太太在會帶著哈尼一同前往的友善動物餐廳內駐店，提供免費的動物溝通服務，只要是在餐廳內用餐的客人都可以使用這項服務。

我覺得他是通靈的，因為，我們去找他的那天下午，我們在二樓看到那個寵物通靈師，他就佔據一張大桌子，我們在桌子的角落跟他聊天，他叫我們把哈尼的照片給他看，我們就把存在手機上那些哈尼的照片給他看，他看著照片，唸了一下，就說，好，哈尼已經來了，然後我們就開始問他。（憲 1-3-1）

因為是第一次求助動物溝通師，憲寧和太太的認知以為只有靈媒才能看著照片跟動物的靈魂連結，因此以通靈師稱呼這位與動物溝通的人士。

(二) 生死茫茫

死亡之所以讓人焦慮，其中對於另一個世界在哪裡，離世的家人去了哪裡？擔心牠獨自上路的害怕與孤單顯化成飼育者在做動物溝通時迫切想知道的問題？

我老婆那麼傷心那麼難過，最主要就是突然哈尼不見了，她不知道哈尼去哪裡？哈尼你過得好不好？她不知道啊，所以後來她才會傷心。最早也是因為哈尼突然過世，對她的心理的衝擊嘛。突然，生命不見了！（憲 1-1-4）

因此，離世的哈尼正處於一個什麼樣的狀態，是憲寧夫妻首要關心的，此時，似乎也只有透過通靈師的語言去理解與想像那個畫面。

他說牠現在就全身白毛啊，很健康啊，走來走去，而且會跟人很親，就是那種靈啊，會跟那個寵物通靈師也很親。那個寵物通靈師的說法是哈尼看得到我們，但是我們看不到牠，因為牠是一個靈體而已，我們問說，哈尼最近怎麼樣？就說，哦，牠過得很好，可能再過幾個禮拜就要去投胎了。（憲 1-3-2）

(三) 與哈尼的對話

我老婆特別問寵物通靈師說，哈尼覺得在我們家十幾年，牠快不快樂？哈尼說，（憲寧哽咽）牠非常快樂，非常高興，因為我們把牠當一家人。（憲 1-3-3）

憲寧夫妻並沒有太多懸念，對於哈尼的思念在動物溝通師回應了哈尼的這句話後就幾乎放下了。

我老婆聽到這句話以後，後來回想，她聽到這句話，她整個心裡就釋懷了，第一個，狗狗很好，牠很快樂、牠很健康；第二個，牠非常高興在我們家，因為我們把牠當家人看待。(憲 1-3-3)

三、符合生活經驗的溝通

一開始對動物溝通並沒有概念卻已有先入為主懷疑心態的憲寧，在與他口中的通靈師互動之後，因為連結了兩件與其切身經驗有關的事件而對動物溝通有了改觀。

(一) 已投胎的靈魂找不回來

我們起先剛開始是有點懷疑，可是後來我們再請牠叫另外一隻狗回來，...因為我老婆家之前養了一隻秋田，牠也叫哈尼，那是一隻母的哈尼，牠比哈尼早過世很多年，大概有 4、5 年，我們就試著想說，既然牠能夠把我們家的小哈尼叫回來，那我老婆家那隻老哈尼可能也找得回來。寵物通靈師花了至少有 10 分鐘以上的時間去找、去找，就說對不起，我找不到，因為牠應該早就去投胎了。所以不同的兩隻狗試驗的結果啊，有的他叫得回來，有的叫不回來，所以就比較傾向於相信他（通靈師）。(憲 1-4-2)

(二) 與夢的經驗連結

憲寧在哈尼離世之後曾做了一個夢，夢中哈尼很明白告訴他會再投胎回到身邊。

我們家的哈尼，在當我們家的狗的時候呢，牠是屬於第二世，所以牠還要再投胎當一世的狗，然後才能投胎成人。所以我聽那個寵物通靈師這樣跟我講的時候，...

我心裡在想哦，他說的是有道理的，因為哈尼說牠 10 年之後才會投胎回來，我夢到哈尼這樣講的時候我有點懷疑，那你為何不直接投胎回來呢？後來聽到寵物通靈師這樣講，我覺得明白了，哈，原來這是第二次，牠還要再投胎一次才能回來，再當我們的小孩，這也是我後來比較相信這個寵物通靈師的原因之一。（憲 1-3-4）

（三）溝通師公益服務不收費

經過這次之後，而且他又不收錢，只是義務的服務，既然不涉及金錢的話，那我就沒什麼好講啦，而且他講的好像也真的有點準，所以我就覺得還蠻相信的。（憲 1-4-4）

對憲寧來說，以這兩個能掌握的自身經驗不期剛好應證動物溝通師的說法，所以相信這個世界上真有人具備與動物溝通的能力而予以肯定這次與哈尼溝通的經驗，再加上不需要付費，沒有對價關係，因此也列為評估動物溝通師可靠性的要素之一。

四、正向的連結

根據憲寧自述，哈尼在生病最後的一兩年時間都是由憲寧太太照顧，因此與哈尼有非常深厚的感情連結，對於哈尼死亡失落之傷痛，自是難以言喻，但是在溝通的當下，憲寧認為太太的傷痛馬上就獲得安慰。

在溝通完當下，我老婆馬上就哭了，她說好，她得到安慰了，她很高興哈尼這樣講。（憲 1-4-3）

即便她到現在還是不願意去玩其他的狗、抱其他的狗，但是至少她能夠跟狗去親近，可以看到其他的狗那麼快樂地玩耍，因為她心裡對哈尼的思念已經放下

了，她可以很平靜地看其他的狗在玩，我覺得這是寵物通靈師對她的心理治療。（憲 1-3-3）

憲寧看到太太的轉變，非常肯定動物溝通對太太的悲傷療癒，也認為這樣的悲傷療癒是一個正向，值得鼓勵的作法。

研究者：你覺得這個是寵物通靈師對她的一個療癒的改變，而不是因為跟時間有關係？我們會隨著時間，可能也許沖淡我們的悲傷啦，或是我們的一些的行為，你們會覺得說這個是因為有先做了這個療癒，所以可以讓她有這樣的改變，就你們的認知是這樣子？

憲寧：是的。對，我覺得至少是經過寵物通靈師以後，她療癒的比較快，心情會好轉。

它是比較屬於偏正面的經驗，我覺得如果說有寵物的爸爸媽媽心裡，嗯，因為寵物過世而悲傷或者不舒服的話，其實可以從寵物通靈師那邊得到若干的安慰。（憲 1-5-2）

五、魂牽夢繫

哈尼頭七來夢中

哈尼是憲寧二婚前養來陪伴自己的愛犬，哈尼離世帶來的傷痛，絕對不下於他的太太，就在哈尼離世後的第七天，也就是人們所謂的頭七日晚上，哈尼就到憲寧的夢中報到了。

我記得是一個禮拜左右，牠就回到我夢裡來。過世之前，牠病得很重整個身體不能動了，可是在夢裡面，牠已經恢復到牠小時候剛來我們家的樣子，而且能夠像人一樣站著，還是狗的樣子，可是牠可以像人一樣站立起來走路，然後走到旁邊，那時候我好像正在睡覺，牠突然就走到我旁邊，來跟我說：爸爸，我回來了，我說，欸，你怎麼回來？牠就說，回來看我。

然後牠問我說，爸爸你好嗎？不錯啊，我很好，那你好不好啊？然後哈尼說，
嗯，我很好，你看我恢復健康了。然後牠就跟我說了一句：爸爸，我跟你說我
10 年以後會回家。（憲 1-7-1）

夢醒之後，憲寧自我釋夢為哈尼將在 10 年之後投胎當他的孫子。

後來我把這個夢跟我老婆講（哽咽）我跟我老婆說：哈尼會回來，回來以後做
我的孫子。所以我做完這個夢之後我會心裡很安慰，而且我會有一個心裡的期
盼：我知道牠會回來。（憲 1-7-2）

哈尼入夢時的一句話旋即安慰了憲寧，因此憲寧認為夢才是他喪犬之痛的療癒
之藥。



圖 4-1 哈尼與憲寧合影（已取得參與者同意使用其肖像）

第二節 Veronika 與寶寶

一、超越家人的感情

如伏流汨動的悲傷

寶寶陪伴單身獨居的 Veronika 12 年，是一隻嬌小的雪納瑞犬。

牠對我來說真的是像家人，因為我的家庭狀況比較特殊嘛。所以牠對我來說，一直在我身邊，比我人類的家人更像是家人。(V1-6-1)

Veronika 從小由爺爺奶奶照顧長大，與原生家庭關係疏離，真的能夠日夜陪伴，生活相依的家人，就只有寶寶。也因為這樣，寶寶令她措手不及的離世，讓日復一日空蕩蕩的家中空間變得不堪獨處，失去寶寶自由來去的影子，Veronika 的悲傷就像是地底深處的伏流，慢慢汨汨地搏動著，一開始是靜悄悄的，連她自己都絲毫不覺。

我第一個禮拜都在清理牠的東西，我沒有把牠東西留著，牠走了之後，我就非常迅速的把所有東西都清空了。....下意識，我好像沒有太...我腦袋沒有太多想法，但是我一個念頭就想要把所有東西都趕快清乾淨。(V1-6-1)

牠離世那時候，其實我沒有像一般人好像會很傷心、很難過，嗯，我沒有，我也沒有很大的反應，但是我覺得那種悲傷是很緩慢的在一直釋放出來，我沒有大哭，但是那段期間，半夜會一直、一直想起來，我覺得那個悲傷一直持續的，而且慢慢的在增加。(V1-1-5)

突然有一天很難過，就是…不知道為什麼晚上突然要崩潰，我就覺得不行，我想要找一個溝通師，第一個念頭是這樣子，所以我就真的直接去預約了。(V1-1-5)

Veronika 認為自己的狀況像是一開始並沒有活在面對寶寶已經離世的現實中，一直到回到現實，意識到這件事情才開始悲如潮湧，無法自己。

二、動物溝通解心結

Veronika 在寶寶六、七歲時就曾經找過動物溝通師，純粹是好奇：真的可以溝通嗎？因為第一次溝通的經驗不錯，Veronika 在兩、三年前自己也去學過動物溝通，寶寶離世後自覺無法負荷身心面臨崩潰的狀態而求助動物溝通師與寶寶的靈魂連結。

因為我沒有拜拜，有很多人都跟我說要替牠做什麼，拜拜什麼之類的動作，但是我沒有拜拜的習慣，所以我就做了（溝通），就想說問看看好了。(V1-1-4)

拜拜這個儀式是別人生命經驗中的必須，對 Veronika 來說最想知道的還是：寶寶現在怎麼樣了？

想知道在牠生病之後，跟牠已經走了，到牠現在的靈魂狀態是什麼？就是牠當時那個的狀態。(V1-1-8)

相信靈魂的存在，也讓 Veronika 願意在直視內在悲傷的同時，更希望透過動物溝通了解寶寶靈魂的狀態。

（一）躲在悲傷底層的愧疚

Veronika：牠那時候走得很突然之後，其實我有一種愧疚。

研究者：妳有愧疚？

Veronika：是、是。我會覺得是我沒有照顧好牠。因為我一直覺得，牠那個年紀走有點太早了。(V1-1-7)

在 Veronika 認知中，雪納瑞這種品種的狗應該可以活到 15、16 歲，然而寶寶卻在 12 歲時因為一場始料未及的急疾，誤了性命。愧疚與悲傷糾結成團，埋在她的心底。

我想跟牠說對不起，因為很愧疚，一直沒有給牠很好的生活。牠說其實沒有愧疚，那是牠的過程，牠也沒有生氣。(V1-3-10)

(二) 未竟事宜

因為相信有靈魂的存在，所以會想知道牠有沒有什麼想要我幫牠做的事情？因為我有幫牠點燈。然後就會想要問看看還有沒有什麼需要做的。(V1-1-3)

死亡帶來的恐懼不僅是天人永隔，永不再見的斷裂，死亡之期的無法控制、無法提前預料和準備的焦慮更是令人窒息。動物的心意，飼育者一般只能透過動物的聲音、型態、精神、動作和可以被解讀的身體語言理解愛與不愛，飼育者並無法獲知動物對於身後事的期待，這與人們習慣善後，才能使之圓滿的社會文化產生心理上的衝突，因而造成不安，這也就成了飼育者所在乎，離世動物的未竟事宜究竟是什麼？

做了這東西（動物溝通）就是為了完成一些我覺得好像沒有做的事情，因為牠走的太突然，其實一開始悲傷沒有那麼明顯，是我覺得我根本還沒有活在牠已經走了那個事實裡面。所以等到開始真正進入那個狀態之後，才開始做這些事情，然後才會想要知道我還可以做什麼？(V1-1-10)

(三) 與寶寶的對話

動物的病程很快，超乎人類對於病程想像的速度，正如同牠們如電光閃逝的年歲。寶寶從生病到離世不到一個月的時間，對 Veronika 來說，那是一個慌亂而來不及思考的時日，等到後事、追思會完成，Veronika 的悲傷湧現，找到了溝通師，她最想問寶寶的是為什麼就這樣走了？

我就問牠...問牠為什麼這麼早就走了？牠回答說，牠時間到了。...我其實是接受的，因為我相信靈魂，所以我知道有一個所謂的地球的時間，該結束，牠就是會走了。(V1-3-4)

那七七四十九天之後呢，牠會去哪裡？好像就說牠就要去下一個地方了。我那時候就比較釋懷。好像就是得到一個答案，其實我明明心裡知道，但是就是想要再得到一個更確定地的答案。...我心裡知道靈魂還是存在嘛，所以牠會去牠該去的地方。找寵物溝通這件事情，只是想要再得到一個更確定的回覆。(V1-3-6)

寶寶離世之後，Veronika 找到了一個幫離世動物做法會的藏傳佛教團體，依藏傳佛教的傳統幫往生者（動物）點了燈，為離去的靈魂照亮前方的路及超脫苦難，一般來說，人們無法向往生者求證這些儀式的效果，只能說是在世家屬的自我安慰，然而，透過動物溝通，寶寶傳達了牠感受到燈的溫暖和光亮。

我就問牠說我幫牠點燈，牠知不道我有做這個動作？牠回答說有，牠覺得有看到光，很溫暖。後來又問說，那還有沒有需要我幫牠做什麼？寵物溝通師她講的是就是寶寶給她的答案，她說牠本來沒有想要說。我不知道為什麼牠會這樣...然後（因為）我有問說我還可以做什麼？牠才回答說，那如果可以，就讓我幫牠做一個超薦牌位。(V1-3-5)

對飼育者 Veronika 來說，能滿足寶寶的需求似乎多少都能彌補一點心理上對照顧不周的愧疚，也能圓滿寶寶的身後事，而在溝通中最重要的即是將內心對寶寶的愛表達出來。

溝通的時候，我就把一些我想對牠講的話都講。我說我想謝謝牠，我不是一個很細心的媽媽，可是寶寶一直讓我在養牠的過程中，我一直是被牠愛著的，我從人身上沒有感受到被愛是什麼感覺，但是我從寶寶身上就得到這種感受。

（Veronika 啜泣）寶寶就說，我本來就很愛妳，因為妳沒有被好好照顧過……。牠講到這裡的時候，我記得我也是整個崩潰，但是我覺得這個崩潰跟我那時候難過崩潰不一樣，因為這個崩潰讓我……就是我的這個心情，也是從這個跟牠對談的過程中好像有點慢慢一個結被打開。（V1-3-7）

三、找了兩個溝通師

（一）無效的溝通

因思念、悲傷而覺察到情緒即將崩潰的 Veronika 一開始在網路上找能夠幫她做與亡靈溝通的動物溝通師，卻發現像大海撈針，找了好幾個都表示不接離世溝通的，她形容自己像是病急亂投醫般的隨便找了一位願意接離世的，卻發現不符期待。

她講的東西不是我想要聽到的，因為我想要知道的是牠已經走了嘛，牠在靈魂狀態的時候，牠有沒有需要什麼事情，但是她一直在描述的是牠當時生病的狀態。她一直在跟我描述說牠那時候很想撐，但是牠真的撐不住了，她一直感覺說，寵物的肚子熱熱的，可能那時候有發炎什麼之類的。（V1-3-1）

所以我也是非常快的就結束這個（溝通），因為她是用 line 打字。她一開始就連結錯誤，一開始她就跟我描述，她們會用描述寵物的個性來問妳說是不是連結

對，但是她一開始就連接錯誤，因為她描述的並不是我的寶寶，後來又重新連接之後好像她描述有對上了。(V1-3-2)

Veronika 在寶寶離世之後原本是要找一位熟悉的老師幫她做溝通，她認為那位老師是靈媒，可以跟靈魂溝通，不料需要等很久才能約到時間，Veronika 企需被接住的悲傷只好先在網路上找其他溝通師協助，但這一位溝通師並無法幫助到 Veronika，連接不到寶寶離世後的靈魂狀態。

我在寶寶離世之前，我就先去上寵物溝通（課程），可能因為有上過了，所以，她們給我的這種直覺式的寵物溝通並沒有辦法真的知道牠當時靈魂狀態的樣子... (V1-4-1)

我覺得們那一種方式不適合用來做離世的，可能寵物還活著的時候是可以的，但是離世的狀態，他們的那種溝通得到的東西都不是已經離世的時候的樣子。(V1-4-2)

我是沒有覺得被騙，可是就像我前面說的就覺得他們這一套方法不適合做離世的，就是完全得不到我要的東西。(V1-4-3)

(二) 平靜的靈魂

等到了有靈媒體質的溝通師，Veronika 終於和已離世的寶寶靈魂相見。

她就是直接連接到靈魂，她說她看到了一個很平靜的靈魂，它不會有情緒，它不會有任何想要訴苦，或者是沒有任何的喜怒悲傷，應該這麼說。(V1-3-3)

牠那個靈魂狀態的時候是還不錯，牠說話方式很很溫和。其實牠從我養牠到牠走，牠的個性真的就一直都很好。然後牠就說看我難過，牠也會難過，其實牠那時候也是擔心我。(V1-3-7)

從溝通師對寶寶靈魂狀態的描述，加強了飼育者 Veronika 對溝通師連結到寶寶靈魂的信心。

我覺得我本來對她的信任度就蠻高的。所以這一整個過程.....要說我非常、非常的相信，我不敢說，但是，有時候心裡會有個聲音就是說，其實她講的是對的。(V1-4-4)

基於兩次不同的經驗，Veronika 自己得到一個結論，那就是需要有靈媒體質的人才可以連接到靈魂，因為前後兩位溝通師同樣都讓飼育者提供照片，但第一位卻只能看到拍照當時的靈魂狀態，第二位即使「我就真的隨便拿了一張照片給她而已」(V1-4-5) 也在溝通的過程中讓 Veronika 感受到寶寶的靈魂來對話了。

四、情感的覺察

從小在孤單與缺乏家人支持環境下長大的 Veronika，在過去飼育寶寶 12 年的歲月中，與寶寶的關係可以用相依為命來形容，誠如 Veronika 的述說，那是比人類的家人還要更像家人的感情，即使如此，不擅言語表達的她在面對生命中如此親密的另一個生命，仍有很多沉默的留白。

我從來沒有跟牠說過我愛牠，因為我不是那種會一直跟寵物講話的人。然後寶寶就回我說，我知道妳不會，可是我都有感受到，就是從我的眼神，牠有看出來。(V1-3-9)

牠還說(笑)，希望我以後可以學到要珍惜與愛的人相處的時間和質量。牠還跟我說，就是可能要到以後，我才會發現我其實真的很愛牠。我那個時候就是還沒有感覺到。(V1-3-10)

研究者：牠這樣子跟妳說，妳覺得呢？

Veronika：我覺得對，因為其實我一直覺得，我不是一個知道愛這件事情是什麼的人，我其實不知道。而且牠講這句話，其實我那時候也很很訝異，就是牠居然跟我說，可能要到以後妳才會發現妳其實很愛過我。只是妳現在感覺不到。(V1-3-11)

我…現在要重新看，我還是沒有那麼深刻的感覺啦，但是，我覺得可能還要一段時間。(V1-3-12)

透過與寶寶的溝通，寶寶提醒她對愛的感受和經驗，Veronika 彷彿正在一點一點地剝看自己內在的情感。



圖 4-2 寶寶

第三節 史黛西與 OA

OA 是史黛西養了 11 年的米克斯黑貓，米克斯就是 mix 的音譯，是對台灣街頭流浪貓或是非純種犬貓的概稱。史黛西與她的伴侶 Erica 共同養著 OA 與另一隻三花貓 MiuMiu。

一、往事不堪憶

積極治療

史黛西回憶起 2019 年 OA 生病時的往事，未語淚先下，那年的 10 月 20 日 OA 去了彩虹國（註：現今網路及飼育者一般都以彩虹國一詞意指同伴動物離世後前往的地方），從年初 OA 生病開始，史黛西就採取積極的方式幫牠做治療，史黛西自己也知道這樣的方式其實是 OA 的負擔。

其實醫生那時候也就是說，要就是要治療，看我要不要治療啦，因為我是第一次發生這種情況，我就選擇讓牠積極治療，包含手術啊，甚至手術完之後就插鼻胃管，開始了牠鼻胃管的人（貓）生。（史 1-6-2-1）

每天為了照顧牠，要配合照顧牠的那個醫院指導的方式，對鼻胃管的餵食啊，還有腎臟病的打皮下等等的，每天周而復始地去做這些牠不喜歡的事情。其實人跟動物不需要語言，看這種方式，就知道牠不喜歡，那些都是一些痛苦的過程，牠一定不喜歡，可是我當時只想要積極的治療牠，我希望牠能夠有好轉的現象...。（史 1-6-2-2）

OA 和三花貓 MiuMiu 就是史黛西的孩子，對於自己的孩子 OA 被宣判得到惡性淋巴癌，史黛西花很多時間找資料想要幫助牠的病況改善，也花了很多的錢在醫療費用上，不僅是手術外加吃化療藥不打折扣，動物輸血常常需要曠日廢時的徵求自

願者，史黛西無法忍受這個等待影響到 OA 的生活品質，總是在第一時間就要買血救急。

每一次輸血就是要 1 萬 5，其實也都可以在網路上去招募啊，就請人幫忙什麼的，我都說不要，我當天立即就是要給牠輸血，只要醫生告訴我 OA 貧血了，指數什麼下降，我就會立刻跟醫院說，嗯，幫我輸血，我不要牠那麼難過，如果輸血牠會舒服，我就是要讓牠先輸血，我不要讓牠等。所以牠 10 月離開之前，我總共讓牠輸了 3 次。(史 1-6-2-3)

OA 的這一場惡疾，考驗的不只是飼育者的精神、耐力，財力的損耗也驚人，根據史黛西自己事後盤算，短短半年內她付出了四十多萬元的醫療費用，相當可觀。

二、一針見血的溝通師

(一) 溝通就是感應

身體機能的連動速度迅速且無情，OA 的病程來到七、八個月後，整體器官開始衰退，尤其對貓而言最為敏感脆弱的心臟和腎臟。史黛西開始想要與 OA 談一談了。

透過同事的介紹去問動物溝通師，我想知道這幾個月來我對牠做的這些事情，牠的看法，牠的想法，牠對於我所做的事情，以及牠現在對牠自己的這個狀態的想法是什麼？(史 1-1-1)

我記得當時是用手機視訊的方式，跟動物溝通師加 line，動物溝通師第一步告訴我說，先把我跟我朋友的照片，因為我們兩個人住在一起，就是我跟 Erica 住在一起。她要我把我跟 Erica 照片先給她看，她要看我的長相，然後再看 OA

的照片，甚至還有 MIUMIU 的照片，我們還有另外一隻三花貓。她的意思是說，她會從這些圖像裡面去感應一些東西...。(史 1-1-2)

依照史黛西的經驗，這位溝通師不只靠照片感應動物，也可以感應人。

我沒有跟她說，我是兩個人中的哪一位，我都沒有講，.....當天上線的時候，這個溝通師就直接講照片左右的兩個女生，她就跟我說，誒，她形容我的時候，應該不知道那個人是我，反正她的意思就是說，嗯，這個人啊，她感應到的就是說個性上是比較主動的、比較強勢，很有想法、主見的，想要做甚麼事情就會去，會想要去做對，然後就是會比較想要掌握、控制這樣子。(史 1-3-1)

我當下聽到溝通師講這些的時候就覺得 OK 啊，Maybe 我在想，她可能就會看面相之類的，反正我也覺得她講的對呀，因為本身對自己的個性，大家都有所了解嘛。(史 1-3-2)

溝通師也能透過照片上的人像，感應出不同個性的能量和彼此互動情況：

她講到 Erica 的時候，就直接說另外一個呢，我感應到另外一邊這個女生呢，她就是屬於一個配合者，其實就算有她自己的想法，但是她都會去配合這個主動的女生。(史 1-3-1)

溝通師的這些描述，與史黛西的生活經驗相符，溝通師看著照片上的人及動物說出感應到的個性或是情緒，像是在與史黛西做溝通前的暖身，調頻、對頻、做確認，以接續與同伴動物 OA 的溝通。

(二) OA 想跟媽媽說的話

史黛西想知道 OA 是怎麼看待治療這件事情，尤其史黛西已經感受到 OA 其實不喜歡日復一日如此折騰人貓的吃藥、打針日常。透過溝通師的連結，史黛西聽到溝通師這樣說出 OA 的想法：

OA 知道自己身上發生什麼事啊，牠覺得這些事情都非常、非常的自然。……但是牠覺得唯一不自然的……就是牠感受到我的情緒，就是覺得……（泣不成句）……好像意思就是 OA 願意配合我。（史 1-3-4）溝通師不斷地重複這句話，她說，牠希望我，就是媽咪，不要再花這麼多的錢。（史 1-3-5）

我很難過，因為我照顧牠那幾個月的時間當中，我真的有覺得 OA 非常非常的乖，真的彷彿有感覺到 OA 就是在體貼我，好像知道我是什麼樣的個性的媽媽，牠願意配合，溝通師當時講出這種感覺的牠，真讓我覺得對照我照顧牠在那些時間中 OA 對我就是這樣，牠表達出來的就是給我這種感覺……。（史 1-3-9）

我才明白說，對呀，我給牠的，牠都接受，但是 OA 還是有透過溝通師來跟我說，不要再花錢了，不要因為這種自然的事情一直花錢下去。她說，這是 OA 比較想跟我說的話，我很難過，就是一直哭。（史 1-3-10）

三、飼育者情感的鐘擺

（一）罪惡感

OA 的乖順、配合，以及在牠生病治療期間飼育者付出如流水般的醫療費用都是只有史黛西才能知道的事，如今從溝通師的嘴中傾洩出來，尤其是 OA 對史黛西配合的心意，反而讓史黛西充滿罪惡感。

藉由溝通師的嘴巴，讓我覺得我好像有點應證一些我直覺的事情以外，我對 OA 就是產生了罪惡感，其實我不是故意的，但是我的執著…我的執著，然後

加上 OA 這麼體貼，最後我回想那幾個月甚至到牠離開的時候，牠所承受的痛苦，我覺得我有罪惡感。唉！（史 1-4-2）

藉由溝通當中我所得到的，唉，該怎麼說？才發覺我是不是仗著其實我知道 OA 是一個聽話又體貼的小孩。所以我對牠，因為我的執著對牠做了這些事情，我知道牠都會接受而帶給牠這麼多的痛苦。對。我反而藉由這樣的反省之後，才生出了這些罪惡感。因為我會去思考這個問題。（史 1-4-3）

有關對待毛孩與人孩最大的不同在於人類的小孩在到了某一個年紀便能主張、表達自己的想法，甚至可以去尋求資源以茲反抗，即使大人不與理會，依然故我的加之以管教，也多半是知道小孩的抗拒，或許還要面對人孩的不滿與憤怒情緒，毛孩則不然，飼育者是否愛之適足以害之，毛孩是否帶著委屈和痛苦被迫配合，對疼惜同伴動物的飼育者而言，常是盤據在心頭上的塊壘。

史黛西聽到溝通師表達了 OA 的心聲後，內心升起了罪惡感，繼之而來的是愧疚，一直到受訪時仍縈繞於心。

牠走了兩年多，我還是覺得很愧疚。對，兩年多，我還是覺得對 OA 還是覺得很愧疚，我的愧疚就是來自於我為什麼不早點帶牠去看醫生這第一點。第二點，我讓牠承受了我的執著帶來的這些放在牠身上醫療的痛苦。但是，我對牠的愧疚感不算是罪惡感，愧疚之餘，我其實很感謝 OA，就是牠跟我相遇的使命可能就是要讓我藉由牠所承受的這一些來讓我明白，就是不要執著。（史 1-4-4）

（二）我還有一隻貓

「前事不忘，後事之師」大概可以說明史黛西在 OA 離世之後對自己的提醒。

我現在想要加倍去彌補這件事情，我對當時疏忽 OA 身上的這些身體的狀況，我變得更加的注意，非常的注意 MiuMiu 的狀態，所以牠現在非常固定的回診，我非常非常固定的在幫牠做健檢，我不敢拖延.....。(史 1-4-5)

愛貓甚於己的史黛西在 OA 離世後沒多久，發現 MiuMiu 的身體也有明顯不舒服的狀況，史黛西一樣帶牠去醫院做檢查以確認病情，醫師告知從影像上看起來似乎在 MiuMiu 的腸道上有發炎的症狀，史黛西認為影像只是一個模糊的提醒，是一個初階的判斷，她對於愛貓生病的警覺天線又全部豎了起來。

你如果要知道牠那個地方是否真的是不好的，你只能開膛破肚的去採檢裡面的東西，所以我當時為了這件事情，那陣子也是開始拼命的上網去看了很多的知識。....考量到 MiuMiu 當時的年紀都已經 14 歲，快要 15 歲了，我當時一直很猶豫，我要不要去開這個刀，去採檢體去化驗這件事情，我光是為了這件事情，我就很煩惱...。(史 1-6-2-5)

這時 OA 在溝通中給史黛西的訊息，讓她的焦慮有了轉機。

我會去回想我過去對 OA 所做的這一切，我會告訴自己冷靜，一直告訴自己冷靜，然後不斷地去想方法去跟醫生好好的去做很多的討論跟溝通，我覺得這些東西其實都是 OA 帶給我一個很大的省思，所以最後我選擇了就是讓牠

(MiuMiu) 吃藥，然後開始讓貓咪又展開一個定期追蹤的人(貓)生。...我覺得這一切都是我從身上經歷、感受體驗，因此在面對問題的時候去思考，然後冷靜，我覺得這是 OA 帶給我一個很大心思跟回饋。(史 1-4-6)

一場因為想了解 OA 對於生命狀態及治療而進行的動物溝通，卻意外讓史黛西看到自己性格中的偏執，對她而言可能始料未及的，但為了愛貓，史黛西說她會有意識地去改變和學習。

老實說，我是有意識到的去改變，像我的偏執是我的本性，有時候我是無意識的發揮這樣的本性出來。可是 OA 就是讓我學習到我之後對 MiuMiu 不能這麼執著，不能依據我的本性，我想要這樣治療就這樣治療，如果是以前，MiuMiu 早就被我剖腹去化驗了，可是 OA 的事情讓我注意到我不能這樣想，我一定要考慮到 MiuMiu 的狀況。(史 1-4-13)

四、只相信熟人介紹

大部分的人在歲月靜好時並不會想到要找動物溝通師，史黛西也不例外，OA 生病讓她不知所措，六神無主，這時聽到同事有動物溝通的經驗，讓她動了念頭，想要試試看。她找溝通師的方式就是透過信任的同事推薦，而不相信網路上的粉專和自我行銷文。

坦白講，要自己上網找啊什麼的去看什麼評價這些，我覺得對我來說這些評價都很陌生，因為這些人都不是我認識的人，所以我當然還會去跟每天就是朝夕相處的同事，就是身為貓奴的同事，跟她聊當時的那些心情啊，剛好這個同事她就是給這樣的建議啊。(史 1-1-3)

一開始溝通師看著照片對完全陌生的史黛西和其伴侶的個性與互動描述，讓她覺得已經符合現況，提起同伴動物 OA 和 MiuMiu 對飼育者的感受，也與史黛西對毛孩直覺是一致的。

我覺得我當時確實有從溝通的這個整個過程當中驗證我的直覺，就是我對我這兩隻貓的感覺，其實某個層面來講，我是很是開心、很放心，牠們原來是這樣想我，原來就跟我想的一樣，我是覺得很開心、很放心的。(史 1-4-10)

這個溝通師反正有講到我的心裡啦，我必須坦白說，所以我才會覺得信任呀...。(史 1-4-12)

五、OA 來入夢

OA 離世之後，史黛西並沒有再作溝通，而是以念經的方式迴向給 OA，她很清楚這樣做是用來安慰自己的，至於與亡靈溝通，並非她不相信，回頭看當時的自己，她認為應該是在逃避著什麼。

我覺得如果當時我去找溝通師她跟我說，OA 就是很愛我啊，OA 怎麼樣，我覺得我當時的心理也承受不住啊，會難過啊，聽到溝通師可能跟我回饋，OA 她還是很愛我或是怎麼樣的時候，或是透過溝通師安慰我，我覺得我當時我是承受不住的，老實說，我想要逃避這些事情。(史 1-4-8)

史黛西口中的 OA 是一隻暖男貓，史黛西相信她與 OA 的緣分是早就註定好的。

某天晚上我外帶肥前屋的鰻魚飯快到家門口，他突然出現我面前對我大叫，可能是聞香而來看能不能討口飯吃，他一路跟我進到電梯後我就決定養他了，看來他是在找長期飯票，後來我就一手提著便當一手抱著他直接坐上小黃去醫院，當天做了些檢查留院，隔天洗澡美容後結紮，我就帶他回家了，一路順遂，命中註定。(史 2-6-2-1)

事隔十多年，即使 OA 已經前往彩虹國報到，當初遇到 OA 的情景仍舊歷歷在目，緣起的那剎那咻的一下立刻到了眼前。

長久以來，史黛西自知有一個天賦，那就是她會做預知夢，夢是她的靈性經驗，所以雖然沒有找動溝通師與亡靈溝通，但她卻時時叨念著希望在夢中與 OA 相會，這個念想一直到 OA 離世後隔年的農曆七月，史黛西終於夢見 OA 了。

離世之後的隔一年，農曆七月四日。那個夢真是太清晰了，跟 OA 在生前跟我相處的模式一模一樣，真的好乖喔，我說什麼牠都會聽。(史 1-7-2)

牠就一直跑一直跑，我就大叫：OA 你不要一直跑，我趕不上你，牠就在前面
喔，然後停下來，轉過頭，看著我。我說不然 OA 你到我的背包裡，我揹你，
我帶你走好了，牠就進到我的揹包，那個夢就讓我哭醒了。(史 1-7-1)

但是 OA 來入夢也確確實實療癒了史黛西的思念與悲傷。

「雖然至今我對牠的愧疚感還仍存在，但這個夢療癒到我的部分是我的 OA 還
是很愛我，因為牠會來看我啊，我講的話牠還是會聽啊，還是聽得懂我的話
啊。唉。」(史 1-7-3)



圖 4-3 OA

第四節 橘寶媽與巴迪、妞妞

一直想養毛孩多年卻始終踟躕，並沒有積極落實為行動的橘寶媽在 2020 年的偶然機會中，從她在當中途愛媽的朋友家中帶回了兩隻可愛的虎斑小橘貓，牠們是兄妹，哥哥叫巴迪，妹妹叫妞妞。

一、新手的自責

遺憾的是，這兩隻貓在健檢中發現有先天的貓白血病，對第一次當貓媽就面臨極大照護和醫療費用考驗的橘寶媽來說，無異是很大挫折。

牠們兩個都還沒滿兩歲。我就覺得，唉，……打擊蠻大的吧，第一次養，然後從那麼小開始養，而且我還買很多書看啊，該做的健檢什麼都有做，牠們離開的時間真的很快，我就覺得，唉……。所以也會想說我到底是不是不會養，還是哪裡出了問題？（橘 1-5-1）

一開始是妞妞先發病，巴迪的身體狀況很健康，原以為同胎兄妹的成長發育因疾病的介入，可以做一個對照組觀察，沒想到巴迪卻因急性胰臟炎引發敗血，兩天內就離世了，生命如此短暫且迅速的消逝，讓橘寶媽錯愕不已，傷心更不在話下。

二、從懷疑到相信

（一）為改善生活品質而尋溝通

照顧癌貓的飼育者面臨的不只是不見底的龐大醫療費用，日復一日定時餵灌藥與同伴動物間拉距的過程勞心勞力，尤其對獨居飼育者而言，無人分憂解勞，身心必然產生一定的壓力，橘寶媽在這樣的狀況下感受到生活品質開始下降，而萌生不如來問問當時先發病的妞妞對於自己生活狀態的想法。

其實我那時候的想法很單純，覺得不管她（寵物溝通師）到底講的準不準，或是我到底最後會不會相信，我覺得如果就是做了，然後她（寵物溝通師）確實有說到些什麼，幫助我可以了解貓咪想法的話，說不定彼此都可以讓生活比較好過一點。（橘 1-1-1）

我有朋友也有做過寵物溝通，因為其實我幾個好姐妹，她們個性也都是蠻細膩，也蠻挑剔的，她們做了，覺得口碑很好，跟我推薦，剛好那時候我先後有兩、三個朋友跟我推薦不同的寵物溝通師，其中有一個她剛做完，我聽她講，因為她的貓咪什麼的我也知道，所以我聽她講以後就覺得，哎，這個溝通師好像講的東西還蠻到位的，我就想說，那我不然我去試試看。（橘 1-2-1）

於是在信任友人的推薦下，橘寶媽預約了一位動物溝通，彼時，巴迪已經先行去了彩虹國，橘寶媽身旁只剩下妞妞相伴。

（二）相信科學的腦

橘寶媽是文字工作者，長期以來以自己的判斷、理性、邏輯思考掌握工作，獨當一面，對於「只拿一張照片，甚至不用面對面的方式」（橘 1-2-4）就能讀出一個活生生的故事這件事情，橘寶媽一開始是抱持懷疑的。

我剛開始的時候，真的覺得這個東西很不科學，會覺得它不是一個可以用科學去解釋的行為，……我也忍不住會想說，有些人其實略懂一些心理學的東西，那我是不是就藉由這種心理學的方式去講，譬如說你是事主，我是溝通師，那我就盡量講一些你可能會想聽的話，用這種方式帶入，讓你就覺得真真假假，假假真真的，當然本來是來溝通，也不可能百分百都講得到位，可是我有講要幾個點或是你想聽的話，你可能就覺得哎呀還不錯了，會不會是這樣？我，我其實剛開始的時候會用這樣子的角度，我不是說他們一定都是這樣，只是我就是懷疑說有沒有可能會有這樣的情況。（橘 1-4-11）

(三) 奇妙的溝通經驗

橘寶媽在信任友人的推薦下預約了網路上一位熱門的動物溝通師，動溝通師請她提供妹妹妞妞和已經離世的哥哥巴迪的照片，溝通的方式也是使用 line 的語音，橘寶媽開始了一次迥異於自己以往經驗的奇異之旅。

聊的過程中，我覺得這個溝通師她會先跟我描述一些場景的畫面，然後她也會跟我說，妹妹在講話的語氣是什麼？我覺得很有趣的是，她講的很細的地方，真的確實是我實際跟妹妹相處的時候，感受到妹妹的個性。對，就是很細緻，會覺得很奇妙，會覺得好像真的是在跟自己的毛小孩在對話這樣子。這就讓我開始對她比較有信任感..... (橘 1-3-1)

她就是都還蠻貼近生活，我就覺得還蠻厲害的，因為她只有看照片，照片只有看貓咪而已，她並不知道我家裡到底放了些什麼東西或是擺飾啊，或者是物件的顏色什麼，她都不知道，可是她在一邊跟我回答妞妞講的話的時候，她講的那些物品放的位置啊，還有妞妞的一些生活的小習慣，或是跟我互動的一些，生活的那些，牠習慣的舉動啊什麼的，她都可以講的很到位，就會讓我覺得很微妙，那種感覺真的很奇怪就對了。(橘 1-3-2)

她就很細緻地說，牠喜歡呆在貓砂盆旁邊的水藍色墊子上。她說，牠會窩在那邊看我，她會很精準的講什麼東西的位置的旁邊，甚至是那個墊子的顏色。她(溝通師)就很精準的有講到這個，我有嚇到，我就想說這個東西真的是只有我跟妞妞才會知道的生活細節，那她就很精準地講出了，而且她有跟我講說那個是很淺的水藍色的墊子，我嚇到，我想說，對，那個墊子，而且那個墊子是後來才買的，我就覺得蠻神奇的。(橘 1-3-3)

有備而來的橘寶媽在溝通前準備了一些題目，橘寶媽表示在溝通師回應了五、六題之後，她始放下戒心和質疑，她發現這位溝通師竟能鉅細靡遺的講出一些只有飼育者和貓才會知道的場景與感受。

我會去接受我後來慢慢放下戒心，跟提升那個信任感的主因就是，溝通師給我的回應，還有她講的一些內容，確實跟生活上吻合的地方很多。(橘 1-4-2)

以至於對於後來第二次的溝通，溝通師說出兩隻離世橘寶的心聲，這是無從在生活上驗證的經驗，橘寶媽有了第一次信任的經驗，她也坦白在一個心力交瘁的狀態下，她也樂於接受溝通師的傳達。

確實是沒辦法驗證，但是可能自己當下的情緒跟精神狀態是剛好是處於一個很脆弱的狀態吧？所以聽到這種話，當然就是寧願相信是真的，沒有特別要去抱持說懷疑說真的嗎？妳會不會只是在安慰我什麼？這個就沒有多想這些事。對呀，單純因為自己當下的狀況是情願相信這些是真的這樣子。(橘 1-4-12)

做完溝通後的第五天，妞妞就離開橘寶媽了，妞妞離世前幾天橘寶媽雖然已經有了心理準備，還是難以承受短短半年之內連續兩隻愛貓相繼死亡的打擊，橘寶媽說她並未將兩個毛孩的骨灰帶回家或做安置處理，她讓牠們回歸了大自然，因為她在乎的是「有生命、有溫度的交流」，橘寶媽只留無盡的思念和祝福化為難以言盡的意念，陪伴著巴迪與妞妞的靈魂。

(四) 靈魂與靈魂的對話

橘寶媽第一次找動物溝通師是為了想知道如何改善她在照顧妞妞時的生活品質，在這一次的溝通中，巴迪的靈魂也被喚回來了。

妞妞就先說牠想念哥哥，然後我就回答說，我也很想念哥哥，後來那個寵物溝通師就說哥哥就跳出來講話，很像有人插話一樣，她就說哥哥講話語速很快，很活潑、很開朗的語氣，牠就說，我也很想念大家。(橘 1-3-4)

這是飼育者、在世的貓與離世的貓靈魂相遇在同一個時空的溝通場景，溝通師能利用不同的語氣表達出妞妞與巴迪的差別。

溝通師會先形容牠們說話的情緒，然後還有語速，會先形容牠們的個性，我就會感覺到說牠們好像真的就在我身邊。因為牠們跟我互動的那個樣子，因為我很清楚知道牠們兩兄妹的個性，雖然長得很像，但個性真的完全不一樣，跟我互動的方式也都不一樣，我會很有畫面感。(橘 1-3-5)

一家三口好像在此時團圓了，雖然無法見到巴迪，而橘寶貓溝通時的初衷似乎並沒有獲得太多的回饋，「可是後來就是聊著聊著，聽到牠們兩兄妹跟我講一些話就覺得沒有白疼牠們吧？(哽咽)好像我們彼此都有好好地跟對方表達自己的愛意的感覺。」(橘 1-4-4)

在對話的過程中，巴迪也告知橘寶貓和妞妞，牠時常回來看她(牠)們。

牠知道妹妹有狀況，就常常回來陪牠這樣子，牠說牠都會呆在門旁邊，就是看顧著妹妹，因為牠知道妹妹最近身體不舒服，牠就是怕妞妞(有)狀況，牠都會在門邊陪牠這樣。(橘 1-3-6)

明知道妞妞的病情每況愈下，橘寶媽心中仍有一絲絲希望，盼望妞妞能晚一點離開，在溝通時橘寶媽也跟巴迪提到了自己的想法，就像是與一個能商量事情的孩子對話。

我溝通的時候，我有問說可不可以不要那麼快帶妹妹走，牠就很為難，牠就說牠覺得很為難，因為牠沒有辦法做這個決定，但牠說牠會答應，牠會照顧妹妹這樣。

然後牠就說妞妞有在爭取更久一點的時間，可是沒有辦法太久，牠就這樣提醒我，然後牠說，但是牠會幫我照顧妹妹，我就想說，可能那個時間也沒有辦法去控制，可能是既定的。我就說好沒關係，那巴迪你要幫我照顧妹妹。(橘 1-3-7)

五天之後，妞妞離開了，橘寶媽打起精神想要跟溝通師說一下，沒想到當下又遇見了巴迪和妞妞，又有一次的溝通。

溝通師可能當下感應到什麼吧？她就跟我說，哥哥接到妹妹了。對，她就自己幫我做了，那個叫什麼？妳們講什麼？連結嗎？對，她就有跟我講當下的狀況，她說哥哥接到妹妹了，叫我不要擔心什麼的。然後我就覺得，嗯。就是真的很哥哥，巴迪有哥哥的樣子吧... (橘 1-3-8)

她有提到說，妹妹那時候是一直在哭，我問妹妹還好嗎？妹妹就一直在哭，牠頭低低的有點說不出話來，所以都是哥哥在回答，溝通師說牠感應到的是哥哥牽著妹妹的手，嗯，然後在跟我講話這樣子，然後...牠們就是說牠們任務完成了，所以牠們要回去了，牠們有提到說之後會有別的貓咪來找我，牠就說已經有很多貓咪在排隊了這樣子，我就說我沒有心理準備（哽咽），而且我應該短時間不會養貓咪了，我就跟牠們這樣講。(橘 1-3-9)

五、橘寶媽內心的獨白

(一) 理解與接受

對於兩隻愛貓在極短的時間內完成與她在這世上的緣分，橘寶媽無論在理智和情感上都不能釋懷，如同在一開始新手自責一段提到她的內疚，尤其是對巴迪的消逝，橘寶媽認為是她沒有警覺性，太晚帶牠就醫才會導致悲傷的結局，在透過與離世的巴迪和妞妞靈魂溝通，橘寶媽有了不同的視角。

哥哥就說，這不是妳的錯。牠說，會進來這個身體是牠們的選擇，哥哥跟妹妹先後都有跟我講這件事情，說牠們進來這樣的身體是牠們的選擇，剛好選擇了體弱多病的貓咪身體，然後牠說，牠們兩個這一次來的任務就是想要體驗愛這件事情，就是體驗到被愛跟愛人這件事情。

牠就安慰我說，嗯，這件事情不是我的問題啊，因為牠們這一趟任務就是來體驗愛的，這個身體是牠跟妹妹選的，所以只是時間到了，牠們要先走了，牠說，媽媽，妳沒有做錯什麼。(橘 1-4-2)

橘寶媽形容自己當時覺得既溫暖又心酸，每當她看到別人家的貓一養就是十幾年，而她好不容易有緣分的兩隻橘寶與她的相處時間竟是如此短促，縱使獸醫知情安慰她如此照顧白血貓已是難能可貴，與兩橘寶溝通時也獲得極大撫慰，橘寶媽還是有無限感慨。

聽到牠們兩個這樣子先後安慰我就覺得還蠻欣慰的，她（溝通師）說，牠們知道我很珍惜牠們。對呀，溝通的時候，牠們有這樣講。做寵物溝通的當下，其實聽到牠們講的一些話，內心蠻激動的。(橘 1-4-6)

溝通完最大的、最大的收穫就是發現牠們兩兄妹看待生命跟生死這件事情，跟我看待生命還有生死這件事情很不一樣。(橘 1-4-7)

(二) 驚弓之鳥

在與巴迪和妞妞對話的內容中，兩隻貓除了跟橘寶媽說明來此一目的外，也透過溝通師表達未來將會有一隻黑貓被橘寶媽收養。

牠們有提到說之後會有別的貓咪來找我，牠就說已經有很多貓咪在排隊了這樣子，我就說我沒有心理準備（哽咽），而且我應該短時間不會養貓咪了，我就跟牠們這樣講。牠們倆就說沒關係，說沒有人會催你，然後說，我們兩個會陪妳這樣子，所以我不知道牠們說的陪伴是牠們的靈魂，就跟著我移動，還是怎麼樣，就像哥哥會回來看我們，我也不知道，牠們就說牠們會陪我，牠們就一直說有很多貓咪已經在排隊，然後妹妹就說有一隻黑貓會來找我...。(橘 1-3-9)

雖然不知真假，就像是被催眠暗示一般，橘寶媽有一次真的看到一隻黑貓，不免心中一驚，「有一天我突然看到一隻黑貓一直在看我，我就想說不是你吧？我現在沒有辦法養你，我還這樣心裏 OS 一下，我覺得有點好笑。」(橘 1-3-9) 對橘寶媽來說，這一段飼育之路的艱辛歷程非一般輕易就能有貓狗承歡之飼育者能感同身受的，失去生命的沉重失落也讓她認為並無法透過動物溝通獲得舒緩。

(三) 終究是失落

療傷止痛原本就不是橘寶媽做動物溝通時的期待，她的初衷只是希望能多了解巴迪和妞妞的想法，不意巴迪在尚未溝通前就離世了，後來的溝通形成人與在世動物與離世動物三方的溝通，也是橘寶媽始料未及的。兩隻橘寶都離開後又意外地與兩隻動物靈連結上了，聽起來似乎是一個令人療癒的過程，但就親人的消逝事實，橘寶媽還是無法透過溝通弭平悲傷。

我的理智的那一塊我還是很深刻的體驗到就是，我還是會知覺到說牠們離開我了，我失去了兩個家人（哽咽）。可是感性面的部分，當然聽到溝通師跟我講說啊，牠們來跟我道別啊，然後說牠們會帶著我的祝福離開什麼的，這部分當然

還是有被安慰到，可是妳說有沒有減低我的悲傷或者是...還是有限啦。(橘 1-4-10)

但她也認為，做了溝通，了解橘寶們的想法，有效降低她的自責。

確實她講的一些巴迪和妞妞跟我的回應，讓我比較沒有那麼自責，就是我對待牠們的病情的處理這樣子，還有我對牠們付出的感情跟那些愛啊、關心什麼的，確實有接收到，牠們真的有感受到，她還有提到說像哥哥會做什麼舉動啊來跟我撒嬌，或者是妞妞跟我做什麼舉動，回應對我的好感什麼的，對那部分讓我覺得就是很窩心。這個部分確實有被療癒到。(橘 1-4-12)



圖 4-4 巴迪與妞妞

第五節 亮亮與內內、DiDi、GiGi

亮亮有豐富的動物溝通經驗，她不像他人推薦而選擇自己上網爬資料，常常是一隻有了需要溝通的問題，就順便溝通另外兩隻貓，一次一到一個半小時的時間，收費二至三千元是她可以負擔的金額。內內、DiDi、GiGi 分別在不同的時間來到她的身邊，本來與男友共同養著這三隻貓，與男友分手後，換成亮亮與妹妹和三隻貓同住。

一、寵物變家人

不論是內內、DiDi 或 GiGi，都在亮亮和家人飼育下養了十多年，內內是前男友送給他自己的生日禮物，對他們來說貓就是寵物，但日子久了寵物也成了家人。

開始養的時候，其實就沒有想這麼多，以前剛開始養的時候，就是真的是養寵物，可是養久了你就覺得這就是我的小孩啊，就是把牠當家人在看。(亮 1-6-1-1)

每一隻貓都是從一、兩個月就開始養，內內在 2021 年過世時是 16 歲，DiDi 比內內早一年去了彩虹國，本來是熱鬧的三貓家庭，短短一兩年時間，連續走了兩個家人，現在剩下 GiGi 成了亮亮家唯一的毛孩子。

二、我有話要對牠說

亮亮尋求動物溝通師的模式似乎都有貓咪生病有關。

我有遇到事情的時候才會找溝通師，我第一次是因為 DiDi 生病，嗯，然後第二次啊，應該說就最早之前那次我就忘了，但我後面還有陸續找過同一個溝通師大概 4 次。(亮 1-1-3)

其實是在牠生病的時候，我應該前後找了兩次。就是一開始剛剛生病的時候然後到牠走之前，我還有再找一次，我記得應該是有兩次，牠生病的時候已經確定是心臟病，我才去找了那個溝通師，因為我覺得我有話想要跟牠說。（亮 1-1-1）

貓和人一樣，生病時會有諸多不適，生活習慣也因之改變，亮亮發現 DiDi 情緒很容易激動，就像擔心家中生病的親人，亮亮身為 DiDi 的飼育者，她有很多的擔心。

因為牠那時候是心臟病，牠不能有太大的情緒起伏，不然牠就會一直喘，會造成胸腔積水，所以我那時候就是要讓牠知道這件事情，希望牠不要情緒起伏太大，因為牠每次去看醫生都會生氣嘛。（亮 1-1-2）

還有，因為牠那時候會一直尿在貓砂盆外面，我很不解，我知道是牠，可是我不懂為什麼會一直尿在貓砂盆的正外面。（亮 1-6-2-6）

DiDi 走了之後，亮亮也因後繼發病的內內在照顧上有一些問題而感到焦慮，內內是腎衰竭，她想要跟內內討論的是吃藥的問題。

牠貧血很嚴重，腎衰竭的貓本來就是胃口不太好，我那時候也是找了各種的補品這樣。那時候也是想要跟牠說我知道妳不喜歡吃這些東西，可是沒有辦法，因為妳現在生病了，但是那個溝通師有給我一些建議。我一開始會把倍補血和肉泥混在一起給牠吃，就是一個補血的營養品，鐵銹味很重，其實我自己都聞得到那個味道很濃，一開始我是把被貝補血跟肉泥混在一起，然後用湯匙餵給牠吃，那個溝通師就說我這樣行為有點像是，呃，在懲罰牠吃肉，吃肉泥應該是最開心的事情，可是如果把它混在一起，她就不建議我這樣做，她叫我分開...。（亮 1-6-2-9）

亮亮透過這些溝通之後大致能知道毛孩的想法，像是 DiDi 有一段時間總是不遠不近的把貓尿在貓砂盆外，「牠一開始就是不太承認這樣子，後來牠就講，因為牠就是年紀大了，牠覺得那個姿勢比較好尿，所以牠就尿在外面這樣。」(亮 1-3-4)

在承認之前，DiDi 還試圖要亮亮裝作沒看見那些臭氣熏天的貓膩，聞之不覺令人莞爾。

三、超出認知的溝通

(一) 不確定的病徵

亮亮每回尋求動物溝通都是為了解決飼育動物時遇到的問題，溝通一次，問三隻貓，每一次會有主要問題的對象，其他是順帶問整體概況，在以 DiDi 為主的那次溝通中，亮亮說溝通師提到了內內的某個狀況，但即使看到徵兆而提醒，卻因為亮亮當時的認知和處境，只能忽略它。

那個溝通師其實曾經有說，叫我可能要帶內內去看一下醫生。……她覺得內內的那個身體看起來好像有一點陰影，但是不知道是什麼，她有建議我帶她去看醫生。(亮 1-3-9)

但因為我這對我來說，有點太，呃，超出我的理解範圍，所以我那時候就也沒有太積極去做這件事情，一方面也是我覺得我有一點沒有辦法負荷另外一隻貓生病。後來大概隔了半年，DiDi 走之後，差不多隔了半年多，內內也突然有一天，牠就也突然變得很虛弱……我就帶牠去看醫生，醫生就說是腎衰竭末期這樣。(亮 1-3-10)

對亮亮來說，她有自己的相信和不相信，以及難以理解的部分，這些認知決定了她溝通後的後續行為模式以及對動物溝通效能的評斷。

(二) 不相信靈魂溝通 只想說抱歉

亮亮認為她是很實際的，對於能看到、摸到、感受到的實體反應，因為得以事後應證，所以她可以知道所謂溝通的成效，但對於無法應證的靈魂溝通，她是抱持聊備一格，姑且問問的心態為之。

我的想法裡面對於跟靈魂溝通這件事情沒有這麼相信，就是我對寵物溝通這樣子的事情，我可能相信度有到 80、90，但是對於跟靈魂溝通這件事情，在我的認知、相信可能 maybe 就只有五成。(亮 1-1-4)

一直沒有真的很想要去做這件事情，因為我覺得牠已經不在了，我有看過那個溝通師在臉書上分享她跟已經當天使的貓咪或當天使的狗溝通的事情，可是我其實並沒有很相信這件事情。(亮 1-4-1)

兩隻貓 DiDi 與內內相繼離開，因為不確定與靈魂溝通的可信度，亮亮一開始並無意要透過溝通為自己的悲傷或是亡靈做些什麼，能與全家最疼愛的內內靈魂溝通也是因為要處理家中最後一隻同伴動物 GiGi 異食癖（GiGi 有亂吃東西的毛病，亮亮稱之為異食癖）的問題，順便試試看與內內的靈魂溝通，這個念頭除了是亮亮信任的這位溝通師本身也常在臉書粉絲頁上分享與離世靈溝通的訊息之外，另一個動力即是亮亮對內內有無法彌補的歉意。

我本來想說牠可能就是會慢慢衰老，其實牠走的前一個禮拜，我就隱約有感覺，覺得牠好像已經快不行.....，那一天早上不知道為什麼，牠就噎到了，我的餵法就是跟平常都一樣，但我沒有想到牠會噎到，噎到之後就開始立刻非常喘、非常喘地趴在地上，不能動....。(亮 1-6-2-11)

所謂意外就是讓人措手不及，無法預防和知曉死神的與自己的距離，亮亮急著把內內送到醫院，這一天，內內就沒再活著離開醫院，跟亮亮回家的只剩下無盡的回憶和傷心。

牠一去，醫生就把牠送到氧氣房，讓牠吸氧氣，因為牠就是噎到，反正後來就決定把牠安樂了，所以這是我對牠很抱歉。(亮 1-6-2-12)

不相信靈魂溝通的亮亮，最後還是帶著姑且一聽的心態做了離世靈魂的溝通，亮亮說，她並沒有要跟內內對話，只是想要說抱歉。

我一開始第一個溝通的事是我想要跟牠說我對牠真的非常的抱歉，我沒有想過會讓牠用這種方式離開，我對牠真的很過意不去，我必須要去做這樣子的動作去解開我的結。我當下就是我覺得我想要跟內內傳達我的情緒，並不是我想要問牠 feedback。

研究者：那牠的回應是什麼？

亮亮：啊，聽起來就是比較官腔的東西（笑）。就是牠知道我很難過之類的，然後牠也希望我不要太難過。．．．我覺得這個就是比較.....，而且因為我本身我就不太相信跟靈魂溝通這件事情，所以我本身一開始的期望值就沒有很高。(亮 1-3-13)

四、溝通改變動物行為

飼育者願意找同一個溝通師四次，顯然這位溝通師的溝通效能是能滿足飼育者期待的，尤其對於亮亮這類尋求解決飼育問題而非療癒悲傷的飼育者而言更當如是。亮亮提到一個明顯的例子，曾經為了解 GiGi 為何在每晚睡覺前都要跑到客廳大叫求助溝通師。溝通師的回覆 GiGi 的意思給亮亮表示，那是牠睡前的「儀式」。

反正那就是牠一個睡前儀式，然後我就說，可是你這樣子很吵，可能會吵到鄰居，可不可以不要這樣，然後牠就跟溝通師說，要吵也是媽媽吵啊，牠就說是我吵，因為我都用吼的，牠覺得我比牠大聲。(亮 1-3-5)

亮亮說她在跟溝通師形容自己與 GiGi 互動的狀況時並不會提到她自己吼得很大聲，溝通師卻傳達出這個訊息，顯然那是 GiGi 的感受。

亮亮：我對她覺得我聲音比牠大，所以我當下是有錯愕的。

研究者：所以讓你覺得說，欸，這個狀況好像只有妳跟 GiGi 知道，其實沒有外人知道的。

亮亮：哦，對啊，我覺得就是一般不會有這樣子的反應。(亮 1-3-7)

知道了可能的原因，亮亮最終是希望 GiGi 可以不要在半夜大叫吵人安寧，GiGi 能改善嗎？這才是亮亮關心的。

GiGi 就說，不然試試看晚上的時候我抱著她，跟牠說我們要睡覺，關燈囉，變成是我用我講來取代牠叫這個儀式，因為牠覺得那是牠的一個儀式，牠就這樣跟溝通師說。我就立刻反問說，可是牠不給抱啊，我覺得很荒謬，牠分明是不給抱的貓咪，還叫我抱著，GiGi 就說妳就試試看嘛。然後呢？我就真的試了，我那一個禮拜要睡覺的時候，我就抱著她說 GiGi 睡覺了，妳不要叫，乖乖的哦，後來這個儀式真的就沒了。(亮 1-3-12)

不過並非每一次改變行為的溝通都能奏效，同樣是發生在 GiGi 身上的行為，溝通師的溝通方式無法使之改變，倒讓亮亮對溝通師產生微詞。

五、期待的落差

(一) 滿意服務

基於第一次正向的溝通經驗，亮亮對動物溝通抱持著相信的態度，而後兩次也都能有效解決飼育者與同伴動物間的互動問題，亮亮認為這應是基於她本來的認知中就相信念力。

應該是說我本來就相信所謂的念力這種東西，然後，對於寵物溝通，我本來就對這這件事情抱持著大概有八成的可信度，所以我願意去做嚐試，加上我覺得第一次做到做的那個給我蠻正面的回應，我覺得還不錯，所以後面才會接二連三去做的這樣子事情，我覺得某種程度上就是看主人相信的程度。因為不相信的人，他就不會做這件事情啦，可是像我們這種，我覺得我蠻相信，然後我有遇到問題，需要解決的時候，我就願意去嘗試做這樣子事情。(亮 1-5-1)

這位服務亮亮及三隻貓的女溝通師也同樣讓飼育者提供照片，然後「把問題給她，一開始我們接電話的時候，她就會說，那妳等我一下，我先跟牠們打個招呼這樣。」(亮 1-3-8) 當飼育者不知道怎麼與同伴動物做有效的溝通時，經驗豐富的溝通師便會給予提醒。

亮亮提到三隻貓只剩下一隻時，曾經想過是否還要再養一隻陪伴，她原本心中想想要問的應該是：是不是需要再養一隻貓來陪伴你 (GiGi)？此時溝通師不是只有直接傳話也有問題篩選、修正的功能。

溝通師就有跟我說，那妳自己的意願是什麼，我就說，我有想養，但意願沒有到非常強烈，然後她就會說，如果是這樣，她會建議我不要問這樣子問題，因為萬一牠跟妳說要怎麼辦？(亮 1-4-4)

如果妳真的意願沒有那麼強烈，我建議妳不要問，不然牠說要，妳又不養，那為什麼要溝通？(亮 1-4-5)

對亮亮來說，她提出問題透過溝通師的理解整理，在整理過程中可以幫她修正出更適合與同伴動物溝通的語句是她的期待。因此，當事與願違時，亮亮表示下一次她就會換另一個溝通師了。

(二) 不滿意服務

在針對 GiGi 喝水問題的溝通中，亮亮就確實對溝通師產生不滿的情緒。

我跟 GiGi 說，妳可不可以多喝一點水，不要亂吃什麼之類，我就說，因為我擔心妳跟內內一樣腎出問題，我記得牠回我說，內內的水有喝得比我多嗎？我說有啊，牠說，可是妳看那內內這樣子，水喝比我多，還是生病了。那妳覺得我喝不喝有差嗎？我覺得我今天就是有問題需要求助，所以我才找妳幫我跟牠溝通，就是我也想要改善這個問題。但那時候這個問題就這樣打住了。(亮 1-4-2)

應該是說我可能心裡期盼的就是她可以幫我問一點，比如說，那我到底要怎麼樣去改善這個問題？但是她那時候在我問了這樣子的問題之後，我並沒有得到一個比較正面的回覆。(亮 1-4-3)

另外，亮亮也因為從溝通師的粉絲頁觀察到這位溝通師使用的工具愈來愈多樣，加上最後一次的溝通並不符合她的期待。

「我可能會覺她一開始專門在做寵物溝通，後來也就學了其他相關的，就是可能會有一些什麼花精。可是我就會覺得相對來說她不是那麼單純，會去想說她說出來的這些話或許都不是那麼的單純，就是我會覺得她就不是這麼純粹在做這個東西而已。我會隱約覺得...我們在溝通的時候就沒有以前那麼好。.....就是我覺得可能因為她學的東西比較多，重心就比較沒有 focus 在這樣了。」(亮 1-4-8)

因此，站在消費者、顧客及求助者的角度，她認為下一次她應該會上網去找其他的溝通師試試看了。



圖 4-5 左起依序為：內內、DiDi、GiGi



第五章 綜合分析與結論

本章將接續上一章之縱向分析後再以橫向綜合歸納分析，以了解五位飼育者在面對與同伴動物生前與離世後之動物溝通所產生之心理動力，及悲傷療癒或理解動物想法後，進而影響飼育者做出選擇的心路歷程。

研究者以第四章整理出之內容，析以六個主題：關係、動機、試探之間、愛的連結、驀然回首、夢的療癒，分述之。

第一節 關係

很難用更多的形容詞來描述參與者（飼育者）與其同伴動物之間的關係，這是跨物種的愛，這份愛，甚至超越親人之間的愛。飼育者憲寧和 Veronika 皆特別在提及自己與同伴動物的關係時強調這一點。

一、相依為命

同伴動物不只是陪伴，當進入了獨居、單身者的家中，就成了生活中，甚至是生命中重要的依靠。然而，飼育者在陪伴動物生前也許並不知道。洪琬婷（2013）提出陪伴動物（原文以寵物稱之）離世，也許是釐清牠在家庭中的角色定位一個契機。例如雪納瑞犬「寶寶」在 Veronika 生命中扮演著比家人還要重要的角色，源於 Veronika 從小缺乏原生家庭的支持與照顧，在隔代教養及欠缺家庭歸屬中長大，因此當這個小生命進入她的生活中，無異是一個新的依附經驗，對她來說生活中確實除了寶寶，並無她人相依，寶寶在她一個人建立的家庭中扮演著既是陪伴者，又是唯一的親人的角色。

同樣是單身、獨居的橘寶媽也有類似的情懷，她將領養毛孩當自己的孩子照顧養育，從她自稱為橘寶媽之心意，不言可喻。誠如連怡婷（2021）所言，我們常在無意中將對愛、歸屬、親密情感的渴望，甚至對於自我價值、自我意象的滿足移情於同伴動物，而同伴動物也能給予回應，這個回應常是人際互動中陷落的一塊，也是現實中自我實現無法滿足的一部分。

二、增進愛與滿足感

相較於 Veronika 和橘寶媽，其他三位飼育者皆與家人同住，哈尼的飼育者憲寧在一開始是基於離婚獨居，想找一個晨昏相隨的同伴，也基於當時的女友，後來的太太家中本有一隻同種類的秋田犬，彼此相親，而萌生飼養的念頭，之後憲寧再婚，與太太生活在一起，哈尼就成了憲寧和太太除工作外，形影不離的狗兒子。憲寧與前妻有生兒育女，他與子女互動良好，因此才會有哈尼託夢表示將回來當家人時，將之聯想為女兒所生之子的期待，憲寧在訪問中提到，狗兒子更甚父母、手足之親，這樣「逆天」的看法，其實正是 Wrobel 與 Dye（2003）認為同伴動物可以無條件提供人們愛、支持、安慰、安全與安定感，而這樣的情感連結與從人們身上獲得的並不相同。

相信緣分而收養了 OA 的史黛西，一直在照顧同伴動物的過程中展現積極、強勢主導的飼育責任，面臨同伴動物健康的問題，史黛西絕不拖延，快、狠、準是她的行事風格，史黛西對待家中毛小孩態度和她的伴侶相較也符合李鴻昌（2007）的論述，同伴動物是夫妻關係的延伸，能反映出夫妻或伴侶在家庭中的權力地位和相處模式。然而史黛西縱使作風犀利、迅速，對於毛孩卻是充滿溫柔、耐心和愛。史黛西一擲千金，並非不在乎醫療費用，只為了不讓毛孩多受一點苦的用心，惟有愛能為之。

養三隻貓的亮亮狀況比較特殊，全都是因為前男友在生日時送給自己一隻貓（內內）而展開飼育貓的人生，一開始收養貓都是因為前男友，亮亮是處於被動的

地位，這個時候同伴動物提供同居雙方共同的焦點與話題，而同伴動物扮演的類子女角色，也提供夫妻雙方共同照顧、情感支持的對象（劉芮妤，2017）；但由於亮亮並非是主動的飼育者，初期三隻貓與她的關係就是寵物的位階，屬於玩樂、陪伴的性質，及至培養出感情，與男友分手時，亮亮卻把三隻貓都留下，似乎也說明了同伴動物會隨著飼育時光的長短而改變其角色地位。

第二節 動機

江幸芸（2015）在其訪談溝通師 Leslie 提到溝通的型態分為三種：第一種是「風調雨順型」，寵物和主人相處沒什麼問題，單純傳遞心聲；第二種是「叛逆少年型」，也就是寵物的行為讓飼育者頭疼，藉動物溝通尋求解決之道；第三種為「最後時光型」，飼育者藉此了解寵物臨終前有什麼需求和心願。簡好儒（2020）針對動物溝通展現之主體樣貌也有類似的結論：想要理解動物、解決實際互動問題及離世溝通。本研究也在五位參與的飼育者故事中看到這三種型態。

一、理解並解決實際互動問題

由於本研究之假設前提已篩選出因離世或臨終前與同伴動物做溝通之參與者，因此都非單純「歲月靜好」式的溝通。史黛西、橘寶媽、亮亮皆是因想知道正在病程中的同伴動物感受，對其照顧、治療想法的心聲而尋求溝通。史黛西對 OA 積極的治療，讓她感受到 OA 實際的情緒與意願在溝通中獲得證實；橘寶媽則因巴迪意外提前離世而在第一次的溝通中就做了兩種不同的溝通：試圖討論如何提升因照顧妞妞而降低的人貓生活品質，以及在溝通中遇到巴迪的靈魂與之對話。

亮亮並不相信離世後的靈魂溝通，因此她要解決的是內內與 DiDi 在照顧上餵藥及情緒太大的困擾，與橘寶媽相同的是，因為剛好有另一隻貓已先前往彩虹國，所以亮亮也搭了在世溝通的便車，與離世的貓做溝通。

二、離世的溝通

Sonya Fitzpatrick (2015) 在她的書中提到 16 個飼育者對離世毛孩牽掛的問題：

1.我的寵物現在在哪兒？ 2.我的寵物快樂嗎？ 3.我的寵物想念我嗎？ 4.我的寵物現在在做什麼？ 5.我的寵物知不知道我有多愛牠？ 6.我的寶貝對我滿意嗎？ 7.我有把牠照顧好嗎？ 8.我的寶貝還在我身邊嗎？ 9.我的寶貝會再回到我身邊嗎？ 10.這種事，為什麼會發生在我的寶貝身上？ 11.我該放手讓牠走嗎？ 12.如果我讓牠走，牠會不會怪我？ 13.我的寶貝還在生我的氣嗎？ 14.我當時的決定是對的嗎？ 15.如果我養另一隻動物，牠會難過嗎？ 16.不在我身邊的寶貝，如今誰在照顧牠？

對照本研究的文本可知，中、外飼育者都面臨同樣的問題需求。憲寧和太太非常需要知道哈尼過得好嗎？對於在生前的家是否令牠生活滿意？他們想知道哈尼何時會再回來？Veronika 在寶寶離世之後最想知道的是為什麼會離開的那麼早？（與第 10 個問題雷同），橘寶媽則因溝通的初衷並非為了與離世的橘寶們溝通，不期促成此事，但也在交流中傳達彼此的想念與愛意。亮亮在受訪時表示她單純想跟因被她餵食嗆到而倉促離世的內內說抱歉，並未有與其對話的期待，因此歉意是她對離世內內的一份牽掛。

第三節 試探之間

動物溝通到底是怎麼一回事？其可信度及如何驗證？應該是社會上大部分的人對於這件事情會思考到的問題。信任與否對於本研究所欲探討之問題：動物溝通是否有助於飼育者進行悲傷療癒至為關鍵因素。

一、體驗之後改變成見

五位飼育者中，除了亮亮有四次溝通的經驗，其他四人都是初體驗。簡好儒（2020）將信任分為三個層次：對溝通本身的信任、對溝通師的信任、以及對於溝

通內容的信任。就本研究中的五位飼育者而言，亮亮和史黛西、Veronika 對於動物溝通是信任的，憲寧在遇到通靈師前對動物溝通完全沒有概念，他也不諱言在自己沒有經歷之前，只會覺得這是「怪力亂神」，有了一次成功經驗，憲寧發現世界上真的有可以跟動物靈魂溝通的人，因為他和太太在這次的溝通中獲得意想不到的安撫和療癒。

橘寶媽站在理智面思考這件事情是完全無法認同的，影響她去體驗動物溝通有兩個因素，其一是照顧罹癌的妞妞讓她身心俱疲，感到生活品質嚴重低落，其次是信任友人已經先做了溝通，橘寶媽從友人的經驗中獲得信心，讓她決定也找同一位溝通師一試。溝通師能鉅細靡遺地把橘寶媽家中擺設，乃至鋪墊顏色一一準確無誤地說出，讓橘寶媽感到驚嚇，她才轉而不再質疑。不過橘寶媽強調，她相信的是幫她服務的這位溝通師，溝通品質因人而異，不可一概而論。

二、相信靈性經驗

Veronika 和史黛西二人都相信靈性經驗，也因相信靈魂的存在而相信動物溝通師的職能是真實存在，在此前提之下，與離世的同伴動物溝通當屬合理。史黛西在此經驗中相信友人推薦的溝通師，也在與溝通師交流的過程中給予肯定，對於溝通師提供符合她生活經驗及直覺的訊息，她感到滿意。

Veronika 則有另一個特殊心路歷程。因為自己也學過動物溝通，她認為具有靈通能力，也就是俗稱的靈媒這一類溝通師做與離世動物溝通才有說服力。在她與寶寶溝通的過程中，雖然她相信動物溝通，卻不滿意第一位溝通師的溝通內容，理由是「不是她想要的」。亮亮也在與 GiGi 的溝通中發生類似的狀況。因此，溝通師能否滿足飼育者對訊息的期待，對 Veronika 和亮亮來說，也是評估溝通師良窳的一項指標。

三、選擇能驗證的相信

亮亮是唯一對於離世溝通不抱期待的飼育者，她認為肉體既已不在，無法驗證，再加上本身並不相信能與離世靈魂溝通，是她的主要想法。例如她因為失去如心頭肉般的內內感到悲傷，收到來自內內回應的溝通師告知內內知道她的難過，也希望她不要太難過，亮亮於是解釋這類的回應都是「官腔」，是可想而知的回應，反正也無法驗證。她強調，之所以會需要溝通還是因為要解決飼育的問題，不是撫慰她的悲傷。當然對於像亮亮這樣不相信離世溝通的飼育者來說並不會主動尋求與離世靈魂溝通，反而是對於改善生活中與同伴動物相處的問題，亮亮大多能從動物溝通中獲得較多幫助。

第四節 愛的連結

五位飼育者不論是為了解決生活問題、問動物生病治療的感受，亦是牽掛靈魂的歸鄉，皆源出於愛。當在溝通師與在世或離世的陪伴動物「頻率」連上時，飼育者便能與自己朝夕共處卻一直苦於無法理解其心意的毛孩們做愛的連結。

一、我知道你的愛

當憲寧在溝通中聽到哈尼表示牠活著的時候因為被憲寧夫妻當家人看待，感到非常快樂、高興，動物溝通的療癒就出現了，尤其是憲寧太太難以化解的哀傷也因「聽到這句話，她的整個心裡就釋懷了……。」

憲寧夫妻很清楚他們很疼愛哈尼，卻從來沒有聽過或是證實哈尼的感受，這是第一次，即使不復再以肉體彼此相見，依然給飼育者帶來極大的安慰。

對於自認不懂愛的飼育者 Veronika 而言，寶寶的回應直接、坦白，讓 Veronika 淚崩。寶寶生前與她的互動不只讓沒有親人照拂而感受到溫暖的 Veronika 「有被愛

著」的感覺，也在離世後的溝通中告訴她：我很愛妳！也知道妳沒有被好好照顧.....。

史黛西的溝通印證她在生活中與兩隻貓相處的直覺感受：在兩隻貓心中的地位她像是父母親、領導者；OA 願意配合、乖乖的任其插鼻胃管，餵食化療藥，打皮下針，源於一顆體貼心，即使 OA 本身認為史黛西並不需要這樣做，應該讓自然的事情就自然發生。史黛西感受到因著這份體貼和愛，似乎是讓她可以執意堅持積極治療，只要「牠能夠穩定這樣子，陪在我身邊」的促力。

橘寶媽在溝通中獲得極大愛的回饋，從巴迪與妞妞生前對橘寶媽在生活上的關注、妞妞在巴迪離世後蹲踞在水藍色墊子上仰視橘寶媽，無處不是展現親親如子的依賴與依戀。及至巴迪與妞妞皆離世後再次的溝通，兩隻貓娓娓道出為何來到橘寶媽家，並談論與其互動時的想法，成為橘寶媽在回顧時溫暖心窩的一幕幕情節。

在溝通中，憲寧、Veronika、史黛西和橘寶媽體驗到愛的流動與回饋，也與現實狀況做呼應，因之更增加對動物溝通的信任。

至於最後一位亮亮的溝通動機皆因改善問題或是行為，專注於務實性的認知、行為上，對於人與同伴動物間愛的感受，並非她溝通傳達的重點，在與溝通師對話中，即使有提到一些可能的靈異現象，溝通師回以那是內內回來探望之類的話語，都因無法印證而不再多著墨。

二、愛不必說抱歉

英國動物溝通師，也是《天堂沒有不快樂的毛小孩》一書作者 Sonya Fitzpatrick (2015) 在她書中的序文中以她自身與其愛犬互動的例子同理讀者與求助者的心：「.....由於我們的關係十分緊密，牠需要我的允許才會離開。當動物覺得自己必須留在身體裡時，牠們願意且能忍受許多痛苦，只因為牠們的人類同伴還沒準備好讓牠

們離開。」這似乎說明動物生不由己，死也不由己，飼育者的作為會影響同伴動物的生命來去。

憲寧坦言在哈尼十歲時因為他與太太尚未準備好讓哈尼離開，拜託獸醫將哈尼搶救回來，自此哈尼的身體急速衰弱至最後病亡。

Veronika 的寶寶生病原因不明，反覆發作癲癇，醫生束手無策，寶寶最後一天在家中發作時，Veronika 明知寶寶已經來不及救治了，仍堅持抱著寶寶搭計程車到醫院，即使已經回天乏術。

史黛西相信 OA 有旺盛的求生意志，牠想活下去，她也要留牠，因此採取積極，卻讓 OA 感到不舒服的治療方式。

橘寶媽為全力治療罹癌的妞妞，買昂貴的化療藥，每次餵食都讓彼此非常辛苦，為此求助溝通，遇到已經離世的貓兒子巴迪靈魂，橘寶媽提出請求探問：可否晚一點帶妞妞離開？因憂心妞妞病情的橘寶媽，其徬徨無助在話語間流露，在面對一個自己完全不確定的世界和未來，以橘寶媽習於用科學驗證判斷的思維卻向另一個渺茫的巴迪靈魂提出如此請求，飼育者恐懼即將面臨另一個同伴動物死亡的不安，可見一斑。

亮亮在照顧內內與 DiDi 時，人貓同樣深受煎熬，內內可能是因餵食而噎到引發吸入性肺炎不治，最後亮亮將其安樂死，這也成了亮亮心中的痛。

飼育者與其同伴動物共同經歷與疾病拉鋸的陪伴歲月，在時好時壞，終將面臨殘酷死別的不安情緒中擺盪，體驗到不捨、不放、甚至面臨安樂死的抉擇（哈尼是在憲寧夫妻載往醫院做安樂死的路上往生）糾結，過程中，飼育者的自責情緒悄然形成，及至同伴動物離世，愧疚、悔恨始如潮浪，排山倒海而至。透過五位飼育者自述的情緒符合 Worden（2011）的研究：「愧疚感與自責是生者常有的經驗；喪親者常常會因為對世者不夠好、沒能及早帶其就醫等事感到愧疚。」

同溝通之後飼育者得到同伴動物的包容、理解後，歉然得以稍息。例如寶寶告訴 Veronika 不需要說抱歉，牠原本就是來體驗愛，在其生命中也已獲得飼育者 Veronika 的愛，因此時間到了，就要往下一站而去。新手飼育者橘寶媽的自責源因養到兩隻罹患白血病的貓，她認為是自己未能善盡照顧之責，橘寶們則表示牠們有選擇軀體的自主權，「媽媽，妳沒有做錯什麼。」(橘 1-4-2)，這一番對話，讓橘寶媽感到既溫暖又心酸。

亮亮則是單方面的表達她對內內的歉意而不期待有任何回饋，單向溝通的心態仍是基於不相信離世的溝通。

比較特別的是史黛西，在她認知中的所作所為是極盡飼育者之所能，溝通之後才了解 OA 勉強配合無非就是為了體貼媽媽，所以一切配合接受，回頭檢視 OA 最後時光中所承受的痛苦，反而讓史黛西產生罪惡感。

第五節 驀然回首

本研究旨在探討動物溝通是否能給予因動物臨終及離世後產生悲傷失落的飼育者心靈療慰，在研究分析受訪者的故事中發現，參與的飼育者因溝通初衷及溝通情境差異而有不同感受，本節以驀然回首作為飼育者溝通之後的反思，並以療癒的力量與覺察的勇氣兩段落分述飼育者的心得。

一、療癒的力量

五位飼育者中除了亮亮，史黛西，其他三位從溝通中皆得到或多或少的療癒力量。憲寧夫妻幾乎是溝通師轉達哈尼過得很好，身為家中一員很開心的同時就釋懷了，尤其是憲寧的太太，馬上回應「**得到安慰了！**」，根據憲寧觀察，在他太太身上看到與哈尼溝通之後的影響力超乎預期，不僅修復了心理上的傷痛，也能坦然再以平靜的心去注視其他的狗兒們玩耍。

至於自覺因失去寶寶瀕臨崩潰邊緣的 Veronika 帶著「我還能為你做什麼？」「想知道靈魂的狀態」之牽掛做動物溝通，在獲得寶寶回應：點燈看到光、很溫暖；請再做一個超薦牌位後，相較於一直自責沒有能力照顧好寶寶，無法提供好的生活環境，甚至愧疚自己照顧不周導致寶寶比一般雪納瑞犬的生命週期短的她，似乎從中拿回了為寶寶做了些什麼的力量。寶寶平靜的靈魂，不再有情緒和承受病痛之苦，對於活著時雙方互動中愛的體驗，讓 Veronika 感到心中的結慢慢地被打開來。

橘寶媽與橘寶們有兩次的溝通，豐富的對話內容已遠超出她一開始只想要改善照顧品質的初衷。藉由溝通師之口彷彿如過往與橘寶們生活互動重現眼前，讓她知道橘寶們做這些行為時的想法。溝通師提到巴迪和妞妞兄妹間的相依，橘寶媽在溝通後回頭去翻了照片，「發現有很多照片很明顯妞妞有靠著哥哥的時候，哥哥很明顯有做出保護妳妞妞.....，(以前)我看照片也沒有想那麼多，溝通完以後，我才發現真是有這樣耶。」(橘 1-4-2)。

時間再回溯到橘寶媽第一次見到兄妹倆的情景，也是聞之令人感到窩心：「別人過來摸牠們，牠們就會立刻醒來，可是只要我抱著牠們，牠們就會很安穩地在我身上睡覺，我就覺得這個事情很奇妙，我跟牠們好像很有緣這樣子，我就問牠說，還記不記得這件事情，哥哥就說，牠覺得我身上非常的好聞，有一種安心的感覺。」(橘 1-4-3)

橘寶媽與同伴動物相處的時間極短，短到她還未能熟悉更多動物行為、語言代表的意向，此時溝通師好像提供了一個解讀平台，讓她跟上進度，對她來說相聚的時光短促的不勝唏噓，溝通時聽到橘寶們的話讓她既感欣慰又忍不住激動。

二、覺察的勇氣

覺察只是看見、感受到事實，面對和改變才需要勇氣，對此，史黛西在溝通過程及之後有非常深刻的感受。

覺察到-偏執的愛

她自認對 OA 的愧疚來自她的偏執，偏執的本性讓她總以自我為中心，只要她認定對 OA 是好的就會執意去做，以至於治療過程中造成 OA 必須承受不必要的痛苦，誠如溝通師對史黛西性格的說明，也獲得她認可的：有主見、強勢、主動、控制。對於這樣性格的史黛西來說能覺察並願意承認自己的偏執，或許也是她性格中的優點，也可能是源於對 OA 的愛。真正的愛，讓人們願意改變自己而不是對方。

「我還有一隻貓」的想法讓史黛西有意識的提醒自己對另一隻同伴動物 MiuMiu 的照顧不再重蹈覆轍，遇到醫療問題能先冷靜思考，以同伴動物的利益為出發，而不是自己的意志。史黛西認為這是她在溝通中從 OA 的經驗獲得的回饋。

覺察到-學習愛與被愛

對於從小欠缺家庭溫暖，沒有機會學習愛與愛人的 Veronika，寶寶是她生命中相處最久，最為直接感受到愛和讓她能持續付出愛的對象，但 Veronika 認為她其實仍是不知愛為何物之人！這是 Veronika 對自己的覺察，即使寶寶在離世後的溝通中特別跟她提到有關愛的部分，還是讓 Veronika 感覺陌生，甚至承認對寶寶如此真切的照顧和付出，依然無法讓她明白，她一直到參與研究接受訪問時仍表示，對於寶寶所言的愛沒有深刻感受，但她寄望未來的自己，在一段時間之後能夠有更深的體會。

第六節 夢的療癒

憲寧和史黛西皆因夢到離世的同伴動物而療癒了失落的傷悲。對憲寧而言他的夢像是哈尼來託夢，預告著十年後會再回來當憲寧的親人，而這個夢就發生在哈尼離世後的第七天晚上，往生者的頭七，對深受華人文化的憲寧而言意義非凡，正如同許禮安（2014）所言，「對台灣的家屬而言，在死者頭七那天，他們一定會看到、聽到或感覺到：看到熟悉的身影，聽到熟悉的聲音，聞到熟悉的味道，感覺到熟悉的氛圍出現；都沒有，就會說「沒有風而紗門自開」之類的靈異現象；就算這些都沒有，也能穿鑿附會的看到黑貓、白貓，黑狗、白狗，甚至蜻蜓、蝴蝶和飛蛾等昆蟲出現或停留在家中。」

憲寧的哈尼就是一隻白犬，來到憲寧夢中的哈尼卻已經擬人似的可以雙腳站立走路，外型回復到憲寧剛養他時的狀態。余德慧在《台灣巫宗教的心靈療遇》中提到失親者的夢，認為若我們承認「夢」是人存在的夜間經驗，那麼失親者的確在活著的暗夜裡，經驗了過世親人的重生（余德慧，2006）。憲寧重生的狗兒子不再是他最後一面的記憶，反而恢復到剛到家中的樣子，並且預告「重生」的訊息，化解了憲寧的悲傷，更點燃一個新生的期待。

史黛西在訪談中提到她長期有做預知夢的靈性經驗，OA 離世一年後的農曆七月出現在她的夢中，OA 出現的意義不像託夢，倒像是重現生前與史黛西的互動。許禮安（2014）認為夢見亡者是一種正常的悲傷現象，李燕蕙（2006）則以心語（內心之語）來詮釋夢的發生內涵，這也確實反映出史黛西對於 OA 在夢中與其互動的意義：**跟過去一樣，好乖喔，我說什麼牠都會聽；牠還是很愛我，因為牠會回來看我。（史 1-7-3）**

在治療與親人連結斷裂的悲傷中，對憲寧和史黛西來說，離世動物夢中回來探親的意義遠超出動物溝通。

研究者將研究分析之六主題及次子題，以表格整理如下：

表 5-1

研究分析六主題列表

<p>(一) 關係 (飼育者與同伴動物之 依附關係)</p>	<p>(二) 動機 (飼育者尋求動物溝通 之動機)</p>	<p>(三) 試探之間 (飼育者對動物溝通之 看法)</p>
<ul style="list-style-type: none"> • 1.相依為命 • 2.增進愛與滿足感 	<ul style="list-style-type: none"> • 1.理解同伴動物的想法，並解決實際互動問題（在世的溝通） • 2.對離世動物的牽掛和思念，及完成其未竟事宜（離世的溝通） 	<ul style="list-style-type: none"> • 1.體驗之後改變成見 • 2.相信靈性經驗 • 3.選擇能驗證的相信
<p>(四) 愛的連結 (飼育者與同伴動物互 遞之訊息)</p>	<p>(五) 驀然回首 (飼育者於動物溝通後 之覺察與自省)</p>	<p>(六) 夢的療癒</p>
<ul style="list-style-type: none"> • 我知道你的愛 • 愛不必說抱歉 	<ul style="list-style-type: none"> • 1.療癒的力量 • 2.覺察的勇氣 	<ul style="list-style-type: none"> • 研究中發現憲寧和史黛西這兩位飼育者因做夢而療癒了失落的悲傷

第六章 研究結論與歷程省思

回顧第一章第三節研究者設定之研究問題及目的，動物溝通是否具有悲傷轉化之效能？飼育者對於動物溝通之自我認知和意義的詮釋為何？經過五位參與者之協力、貢獻其與同伴動物的生命故事裡，研究者觀察到一些現象，並將此現象分析之，而有「自我覺察與轉化」、「意義與期待」、「研究省思與建議」等三面向作為本研究之結論。

第一節 自我覺察與轉化

這個段落直接回應到本研究的問題核心：飼育者得到療癒了嗎？從研究資料的分析有以下三個結論。

一、姑且一試，深受感動

憲寧與橘寶媽對動物溝通從完全陌生，甚至抱持懷疑到深受感動，不過兩人對療癒的感受迥異，憲寧夫妻在溝通當下就獲得心靈上的極大撫慰，獲得療癒。

橘寶媽在情感的層次上較多，對她來說失親的部分畢竟是失去了，失落的療癒效果有限，如同動物溝通師黃憲寅、彭渤程（2019）所言，有的人經過安慰就能放下，有的則不然。但同伴動物對橘寶媽的理解和支持讓她感到欣慰，不預期的聽到這些心聲，既暖心又感動，這一部分確實療癒了飼育者的心血付出。

從以上二者的經驗而言，即使是原本不認同或不相信動物溝通的飼育者也可能因遇到一位有能力的溝通師而獲得一嶄新、肯定的經驗。

二、接受事實，獲得療癒

Veronika 的同伴動物寶寶在一個月內倉促離世，對她來說沒有任何心理準備，等到發現自己的悲傷時，已如滔滔江水，一發不可收拾，如此滿載的悲傷，在聽到寶寶的回饋後心頭的結就慢慢鬆開了，也願意接受寶寶離世的事實。與寶寶溝通後，Veronika 願意接受生命的限制；理解到寶寶的愛，也讓 Veronika 從悲傷中爬起來，有了往前走的勇氣。

Worden (2011)提到悲傷輔導的四個任務：接受失落的事實、處理悲傷的痛苦、適應一個沒有逝者的世界以及在參與新生活中找到一個和逝者永恆的連結。透過溝通，呼應了 Worden 的四個任務指導，讓飼育者接受失落的事實，悲傷的情緒獲得離世動物靈魂的支持（處理悲傷的痛苦），讓離世靈魂與在世的親人（飼育者）產生連結而獲得安撫，這也是本研究接二連三獲得的結論。

三、解決問題，獲得支持

對並非因療癒悲傷尋求溝通的飼育者來說，動物溝通也讓他們因知道被同伴動物理解，或是真的解決了生活面的困擾，情感面獲得了支持。例如史黛西印證了她的直覺，溝通後得知她的毛孩都信賴她，以她為尊，將她當父母般之角色，願意配合、聽話，而讓她感到開心、放心。

亮亮每次溝通都是為了毛孩生病或是需要解決生活面上的問題，基於多次正向溝通經驗讓她願意一再溝通，即可說明動物溝通對部分飼育者來說即使不為療傷止痛，也能在情感上獲得支持的力量。

四、不預期的負面情緒

本研究中史黛西應是唯一在她肯定的成功溝通裡產生負面情緒多於正面情緒的飼育者，如同助人工作者應都留意到，每一次的諮商或輔導都是一個探險，一腳踏

入的是平原或是深淵，不一定都能事先預期。從這個角度來看，史黛西反而在動物溝通中受到情緒上的負向衝擊，幸而她自己能轉化為改變認知行為的契機，而非深陷自責、愧疚的圍城裡。

過去及本研究並未針對未受過專業諮商心理訓練的動物溝通師探討其晤談技術及與求助者的關係，事實上，無論國內外的動物溝通師幾乎皆非具有專業心理諮商證照人士，然而，雖名動物溝通，實際上亦為跟人之溝通，將動物溝通引進台灣的鼻祖動物溝通師 Rosina (2009) 在其動物傳心師應有的品行及道德規範中即明文：「不應該提供也許會對別人或動物做成更大傷害或更難受的信息。」有鑑於此，動物溝通或有可能因與情感連結，產生流動，而對飼育者造成情緒之波瀾，或是溝通師未能因不同個案留意溝通內容，凡此種種，是否會有療癒不成反生害之隱憂？飼育者求助溝通時當有此意識。

綜上結論，覺察是個人對於自我認知、情感（緒）、行為之認識及理解，溝通前後產生的改變即可視之為轉化，Murray Stein (2012)認為轉化的契機乃是個人在經歷生命中重大失落和想像後，個體化和自性追尋的過程，本研究的五位參與者，也在論述的文本中見其覺察和轉化之歷程，其媒介為寵物溝通師透過同伴動物所提供之訊息。

第二節 意義與期待

此節回應研究問題之二：飼育者尋求動物溝通之自我認知與意義詮釋，以及研究者在文本分析中發現，飼育者評估動物溝通實現內心期待之條件。

一、飼育者對動物溝通之自我認知和行為意義詮釋

到目前為止這一項毫無科學檢證之動物與人溝通的方式仍難以說服大多數的人，甚至本研究的參與者在未經驗之初也有諸多懷疑。那些人會做動物溝通？簡好

儒（2020）的研究也針對此點做了觀察：「嘗試溝通者常為年輕或中年的高教育程度者，因此很難用迷信就能解釋他們的行動。」

以本研究的五位參與者來說，其年齡層的分布在三十至六十歲之間，皆有大學以上的學歷，對於採用動物溝通作為失去動物之悲傷療癒或尋求解決與動物相處之困境，其認知與行動之意義詮釋，五位參與者各有不同的說明：

（一）憲寧：把溝通當成是一種安慰、療癒。

我覺得人的悲傷有時候是一種心理疾病，那我可以把寵物通靈師或者寵物溝通師當作一種心理治療法，當作廣泛的心理醫師來看待的話，我覺得他是心理師或心理醫師的一部分，……所以我覺得如果說寵物過世的一些人，他去真正的醫院找真正的心理師沒有辦法解決心理問題的話，也許可以透過這些寵物通靈師廣泛的心理醫師來做溝通。（憲-1-5-1）

從這段話的可以理解為憲寧因為自己有正向的動物溝通經驗，因此也此一過程和動物溝通功能提高為另類的心理治療。

（二）Veronika：為了完成她想為寶寶做一些什麼的初衷。

因為牠走的太突然，其實一開始悲傷沒有那麼明顯，是我覺得我根本還沒有活在牠已經走了那個事實裡面。……所以等到開始真正進入那個狀態之後，才開始做這些事情，對，然後才會想要知道我還可以做什麼？（V1-1-10）

李佩怡（2000）認為，因應悲傷可以從四個層面著手：身體的自我調適、心理的自我調適、心靈精神的自我調適、社會的自我調適。其中屬於心靈精神層面的自我調適就包括有為往生者祝福與祈禱，持續逝者生前的遺志等等。透過祝福或完成逝者生前的未竟事宜，也是一種與往生者的連結。

同伴動物是否會有如人類般的遺志，我們不得而知，然而在 Veronika 與寶寶的溝通中，溝通師確實有明確的表達寶寶希望 Veronika 為其安置一個超薦牌位，對 Veronika 來說這也達到她尋求動物溝通的目的了。

(三) 史黛西：希望了解生病中動物的想法，獲得一些照顧上的啟發。

因為當時我的心很亂，在照顧 OA 的過程當中，就是很煩躁啊，我們照顧人，人不要會拒絕，可是動物不會，所以我當時才想說，好吧，既然同事有動物溝通的經驗，對她來說是正向的，她覺得可以就是了！ (史 1-5-1)

(四) 橘寶媽：初心起於希望了解陪伴動物內心的想法。

如果今天我身邊有一個朋友跟我一樣是養毛小孩的新手的話，如果他的毛小孩，譬如說，如果在行為上或者是在互動上，他覺得有一些怪怪的狀況，也許我會鼓勵牠去做動物溝通……。然後了解毛小孩牠在想什麼？這部分因為有些可能真的是跟我們想的不一樣，……我會覺得真的是每個毛小孩都有牠自己的個性，加上可能我自己這樣子溝通下來，我覺得經驗是蠻好的，所以如果身邊有朋友就有一些需求的話，我覺得好像也可以做做看。(橘 1-5-1)

而後在溝通中獲得療癒與安慰，降低自責(見橘 1-4-12)，即使是一直是以科學腦、理性行事，彼時，她倒寧可相信所聽到的都是真的。

確實有被療癒到或是覺得很溫馨這樣子，就是知道牠們對我的看法，這個比較感性的那一塊了啦。對，因為我原本想要找寵物溝通，是指單純針對改善妞妞生活品質這件事情，好的情況就是一邊陪病，一邊改善牠的生活品質，就這樣而已。感性的那一塊，我反而沒有期待太多。(橘 1-5-1)

(五) 亮亮：因為是溝通經驗最豐富的飼育者，對她來說，動物溝通是她尋求改善與陪伴動物相處的工具。(見亮 1-5-1)

綜上所述，每位飼育者都因著溝通過程和收獲，找到自己做動物溝通的意義。在情感面的回饋上有療癒、有修補、有啟發、有支持、有具體解決方式（紓解照顧上的壓力）。

二、飼育者評估動物溝通實現內心期待之條件

(一) 動物溝通師素質之良莠是關鍵

目前市場上雖然有機構對動物溝通師進行認證，但並不具公信力，也非國家核證，動物溝通師之良窳仍屬「社會性的信任」，也就是透過社會評價來建立信任感（簡好儒，2020）。

橘寶媽和史黛西的溝通師都是來自信任友人的推薦；Veronika 第二位溝通師是她所信任的牌卡老師；亮亮會花時間上網爬文，找粉絲專頁搜尋、比較，做足了功課，連續四次詢問同一位溝通師，即可說明溝通品質值得信賴。服務憲寧的溝通師在他熟識的餐廳內提供公益諮詢，算是熟人推薦，憲寧也以不收費用，所以應該不是為了賺錢而多了幾分的相信，實際經驗之後也在憲寧夫妻自我的檢驗中獲得肯定。

Veronika 的第一位溝通師則屬失敗經驗，根據簡好儒（2020）訪問溝通師做的研究指出，溝通師因開發直覺能力差異，每個人接收訊息有別，導致精準度有落差，因此很多人不接失蹤協尋或往生等較困難的個案。

Veronika 發現她的第一位溝通師一開始在連接寶寶靈魂時就不對，後來的溝通內容停留在「生前」，而非「往生」後，根據 Veronika 的經驗得知**能做在世溝通的**，未必能做離世溝通。因此找一個對的溝通師是開啟正向溝通經驗的重要關鍵，否則等待療癒的心恐又是另一種失落。

（二）既能溝通又可協調

既能精準溝通又能當飼育者與同伴動物間的協調者，應是以問題導向的飼育者在求助溝通時內心的期待。這裡面牽涉到溝通該以飼育者的意志為主體，或是以理解同伴動物的意見為主體兩個層面。

本研究中因問題導向而尋求溝通的史黛西因為 OA 太配合，不需要溝通師協調，然 OA 透過溝通師的不斷的提醒和暗示，除了讓史黛西感受到 OA 真的不喜歡被如此積極治療，一切只為了配合史黛西外，並沒有讓史黛西改弦易轍，顯然在此溝通中，飼育者才是溝通的主體。

橘寶媽也提到有關溝通中妞妞反應不喜歡吃藥或是打皮下時感到不舒服，她只能以溫柔的方式對待，而無法順其心意，橘寶媽採用理解之後溫柔的堅定來面對，她自己做了協調。

亮亮在最後一次的溝通中顯然對於溝通師扮演協調者的角色有所堅持，因為 GiGi 不愛喝水的問題，溝通師沒有提供更好的溝通建議，而讓亮亮打了負分，決定下一次要再找新的溝通師，這說明符合期待的溝通不只忠實、精準傳達動物的心意，對於以飼育者為主體的溝通來說，滿足飼育者的需求才能建立溝通師與飼育者間良性的互動。

綜上所述，溝通是否成功的要件，可能取決於溝通師的能力、動物「主體意願」，更多時候是飼育者對動物表現和雙方關係的期待有關（簡好儒，2020）。

第三節 研究者的省思與建議

本研究聚焦於悲傷輔導，著眼於與同伴動物關係之連結，研究者我也在陪伴、聆聽每一段飼育者與同伴動物的生命故事中，與自己的內在和我的同伴動物有了連結，一路思想起，感傷如浪、波濤洶湧。這是一段不需要擔心沒有同理心的路程，

每次換一個旅伴（飼育者）陪同其在生命大道上拾掇，我就像是不斷跌入他的與我的交織而出的時空黑洞中，陷入深深的悲傷裡。在情感上，我是相當強烈的同理者，在理智上，我是一個將自己涉入其中太深的研究者，我並不喜歡這樣不理性而太容易深情流露的研究者，卻也難以讓自己抽離，因之我特別知道參與者在敘述每一段歷程時，又再一次的經歷只有他自己知道的千山萬水。事實上，每一位飼育者都有自己的千山萬水，我們都身歷其境，我們都希望長年是風光明媚的旅程，卻總難免碰上窮山惡水，進退不得，需要救援，動物溝通因此而生。

一、徵求參與者的點滴

當我正在構思階段，向周邊友人探詢此一議題的可能性時，友人立即回應他們的參與意願，這讓我感到振奮，原來人們喜歡向他人提供自己的動物溝通經驗，這對於曾做過因個人隱私或牽涉到敏感話題而苦於找不到參與者的研究者我來說，著實感受到兩者之間冰與熱的差異。正式徵求適當的參與者人選時，有許多朋友私下表示有興趣，表示自己有相當多的經驗，經詢問發現只是做一般性的溝通，例如試試看準不準？或是只想改善互動問題，因並非研究的立意對象而被我婉拒，後來我果然還是在熟識友人中篩選出四位參與者，經友人介紹了第五位，而有此研究的參與成員樣貌。

特別一提的是橘寶媽與巴迪、妞妞的故事，我一直在她的臉書上關注著，正因如此當兩隻橘貓迅速地走完牠們的貓生，身為讀者、友人及同為飼育者多重角色的我也為之感到震驚與不捨，橘寶們離世一段時間之後我探詢橘寶媽是否願意參與研究，橘寶媽當時的回覆是她尚未調適好，無法面對，她說過一段時日再看看吧！於是我就把這件事情先擱在心裡，後來願意參與此研究的飼育者多了，我也不忍橘寶媽重提傷心事，原不想再詢問，只因我們之間似乎有一個不成形的承諾：過一段時間再看看吧！再加上需要完成論文時間的考量，我鼓起其實擔心刺激到她的勇氣又再次詢問。這次她回應的很直接、爽快，我放下了心中的石塊。她說擇日不如撞日，

不如晚上就進行訪問，不巧當天我已安排了其他事情而改約他日，後來她告訴我當天是妞妞離世一年的忌日！啊！我偷偷在心底想：原來是妞妞的提醒，也給了我探詢她「媽媽」的勇氣，彷彿冥冥中有些連結，不過也許是我個人投射。

是的，既是關係，就有互動；既有互動，就有投射。與五位研究參與者的對談中時常可以感受到飼育者將自己的投射置入敘說的故事中，可能從與動物溝通師接觸，連結到在世或離世的同伴動物那一霎那起，也或許起心動念想要做溝通那一瞬間，即開始了連結與投射的準備。

徵求參與者的過程中比較困難的反而是有負向經驗的飼育者，是人們不喜歡公開負面經驗，或有其他顧慮？或是有負向經驗的人並不符合研究條件，指導教授提醒我質性研究的學術品質要求，我思考到沒有納入負向經驗的案例將成為本研究的一個大缺口，讓我功虧一簣啊！所幸在陸續訪談中發現，已加入的參與者例如 Veronika 實際已有負面經驗。或許當參與者聚焦於本研究的主題，專注於他想說的故事中，也會忽略其中的失敗經驗。

二、研究者的情感歷程

對我來說，這是一個超越完成論文的辛苦而又堆疊上情感傷口的辛苦，苦上加苦！幾度，我後悔做這個議題，只因總讓我在其他參與者的故事中看到自己和已離世愛貓的身影。為研究而投入訪談、逐字整理資料、編輯、分類、撰文等歷程，讓我一遍又一遍反覆在不同受訪者的敘說中一次又一次感動、傷心、後悔、惋惜、甚至也會因參與者的某些認知、行為產生移情而感到憤怒的情緒，有些情緒我可以在社群臉書中發洩，有些只能永遠埋葬。

我有一位同為飼育者，也曾經歷與愛貓死別的心理師好友在臉書上留下一句話：這是一個好可怕的研究！是的，初涉入時我還傻呼呼地想做些什麼，想為飼育者的悲傷失落做些什麼；然當我埋首其中，我竟發現，我連幫自己做些什麼都做不到，遑論助人！

同一時間，我在每一位飼育者的歷程中，我也在我自己的歷程中，好像我一路伴著，一下走在他們身邊，一下子又走向自己的路上，再次經歷悲傷失落裡的許多片段，揮拭淚，眨眨眼後，繼續回到現實的文字堆裡。紀錄、整理、書寫的過程中，我就這樣在現實與回憶的情緒裡來回擺盪著...，有一種伏案寫作即變身時空旅人的虛幻感。

三、回饋

橘寶媽在讀完她和橘寶們的故事後告訴我，以後若有人要她再說這一段故事，她應該不會再說了，像是自揭傷疤，一層一層的剝開。我想這應該就是深度訪談的威力，加上橘寶媽的故事真的太沉重、失去親人的傷太痛，此時我仍對橘寶媽的這個回饋感到惶惶不安與歉意。

憲寧的哈尼，我曾經在哈尼小時候見過牠，毛茸茸的像是一隻巨大的玩具狗，尤其牠有一對超級柔軟、豐厚的耳背，這讓我想念起我家來不及長大的黑白貓小CO，也有同樣柔軟、好摸的耳朵。完成訪問，看過我整理書的故事後，憲寧回想起一段有關哈尼貢獻醫學的往事，我覺得特別有意義，也想留在文本中做紀錄：當年幫哈尼開刀的蔡醫師曾經回憶，哈尼是活菩薩，因為牠是台灣前 10 隻開髖關節手術的狗狗，讓他（蔡醫師）向美國回來的美籍台裔醫師學到寶貴的技術和經驗（美籍醫師沒有台灣獸醫執照，因此不能動手術刀，只能「動嘴」技術指導）；當時髖關節手術剛剛引進台灣，根本沒有醫師會這項技術、或有相關經驗，因此蔡醫師很感謝哈尼對後續有相關問題的狗狗的幫助，後來蔡醫師對哈尼很有感情，哈尼似乎也知道蔡醫師救過牠，每次看到蔡醫師就往人家懷裡鑽，非常撒嬌。

四、對未來研究者的建議

有關動物溝通的研究是一個在學術界剛剛起步的議題，這一領域牽涉到靈學、玄學、神祕學，如今又可在文化、社會的架構下檢視其發展、風行的背景。行筆至此，研究者赫然思考到，商業行銷豈非推廣動物溝通的一大助力，近年蓬勃而出的溝通師，正是許多動物溝通補習班訓練出來的學員，如果透過本研究有人認為動物溝通師像是具有靈媒的能力，扮演通靈者的角色，那麼我們何嘗看過靈媒班或是通靈班？這些在人群中的少數族群，原本是天賦異稟，與眾不同，因為商業手段促使只要肯學，人人都可以溝通（通靈）成為譁眾取寵的口號。

從不通到能通，其間的學習和歷程為何？動物溝通之後，飼育者之主體性與同伴動物之主體性的關係是否有不同？即便是延續本研究之悲傷療癒角度繼續深入，因恐涉及深度的悲傷情緒反應，動物溝通師之背景是否足以承受、勝任、接住來訪者的情緒？動物溝通師如何自我照顧和自我提升等等，動物溝通的研究除了應用於飼育者本身的需求外，未來的研究者當能拓展出更多的可能性。

參考文獻

中文部分

- 王乃玉 (2003)。國小高年級兒童－寵物互動行為、兒童寵物信念、兒童－寵物親密關係與非學業自我概念關係之研究。〔未出版之碩士論文〕，國立新竹教育大學。
- 王文科 (2001)。教育研究法。五南。
- 王文科、王智弘 (2010)。質的研究的信度和效度。彰化師大教育學報，17，29-50。
- 王莫昀、林良齊 (2020 年 9 月 2 日)。毛孩數量首度超過孩童人口。中時新聞網。
<https://www.chinatimes.com/newspapers/20200902000524-260114?chdtv>
- 王瑞蘭 (2019)。寵物美容師經歷寵物死亡飼主的悲傷支持經驗之研究。〔未出版之碩士論文〕，國立臺北護理健康大學。
- 台灣腎貓協會 (2017 年 5 月 5 日)。讓毛小孩成為「伴侶動物」吧... 而不僅僅是「寵物」。ETtoday 健康雲。<https://health.ettoday.net/news/916382>
- 刑慧芬、王羿之、曾煥棠 (2010)。寵物死亡對現代人的衝擊。中華禮儀，22，49-52。
- 朱天心 (2013)。獵人們。印刻出版社。
- 江佩儀 (2004)。應用寵物治療於護理之家之經驗分享。長期照護雜誌，8 (2)，118-124。
- 江幸芸 (2015)。和動物溝通，你我都有潛能。<http://www.tanews.org.tw/info/7799>
- 米 CC (2007)。同動物溝通，自己來！Cat's Life 貓之生活雜誌。
<https://rosina.wordpress.com/2007/03/10/cat-life/>

行政院內政部統計年報（2021）。

<https://ws.moi.gov.tw/001/Upload/400/refile/0/4405/48349492-6f8c-453b-a9d1-4a8f0593b979/year/year.html>

行政院農業委員會（2022年4月3日）。寵物管理科成軍，毛小孩一生全面照顧。

https://www.coa.gov.tw/theme_data.php?theme=news&sub_theme=agri&id=8672

行政院農業委員會寵物登記管理資訊網（2022）。

<https://www.pet.gov.tw/Web/O302.aspx?PG=1>

何長珠（2008）。悲傷影響因素之初探。《生死學研究》，7，139-192。

何長珠、釋慧開（2015）。《悲傷輔導理論與實務：自助手冊》。楊智。

余德慧（2006）。《台灣巫宗教的心靈療遇》。心靈工坊。

李佩怡（2000）。《失落與悲傷》。生死學。紅葉文化。

李政賢（2007）。《透視質性研究 18 位研究者的反思》。五南。

李珮華（2009）。《飼主面臨寵物患病末期照顧經驗之研究》。〔未出版之碩士論文〕，中國文化大學。

李鴻昌（2007）。《“寵物≠寵物”：家庭休閒與寵物的新共生關係》。〔未出版之碩士論文〕，國立台灣體育學院。

杜白（2008）。《動物生死書》。心靈工坊。

邱金齡（2009）。《寵物殯葬的生命教育意義詮釋-三位飼主的心路歷程》。〔未出版之碩士論文〕，銘傳大學。

邱琬婷（2013）。《另一種愛的起點-從同伴動物死亡經驗探究成人生命轉化學習歷程之自我敘說》。〔未出版之碩士論文〕，國立暨南國際大學。

洪琬婷（2013）。《失去天平的另一端—飼主面對寵物離世之悲傷失落歷程研究》。〔未出版之碩士論文〕，國立暨南國際大學。

徐喬鈺（2017）。《依附風格、意義建構及哀傷復原之關係研究：以伴侶動物死亡之成年飼主為對象》。〔未出版之碩士論文〕，亞洲大學碩士論文。

紐文英（2018）。《質性研究方法與論文寫作第二版》。雙葉書廊。

袁翠苹 (2007)。寵物似如親：經歷寵物死亡之生活經驗探究。〔未出版之碩士論文〕，國立嘉義大學。

動物保護法 (2021 年 5 月 19 日修正)。全國法規資料庫。

<https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?PCode=M0060027>

張淑美 (1988)。兒童死亡概念發展之研究與其教育應用。〔未出版之碩士論文〕，國立高雄師範大學。

許禮安 (2014)。臨終關懷與民俗文化的心理陪伴。靈山現代佛教月刊，359。

連怡婷 (2020)。永恆的禮物：同伴動物死亡失落經驗對成人飼主生命轉化之敘事探究。〔未出版之碩士論文〕，國立暨南國際大學。

郭玉婷 (2015)。飼主遭遇同伴動物非預期死亡之歷程探討：以四位兒童期受忽略成人為例。〔未出版之碩士論文〕，中國文化大學。

陳向明 (2002)。社會科學質的研究。台北：五南。

陳汝吟 (2019)。侵害同伴動物之慰撫金賠償與界限。東吳法律學報，30 (3)，45-96。

陳怡伶 (2020)。同伴動物安寧照護經驗與陪伴者之生命經驗反思：現象學取向研究。〔未出版之碩士論文〕，國立臺灣師範大學。

陳增穎 (2016)。每逢佳節倍思親——一位中年喪偶女性的週年反應悲傷經驗探究。輔導與諮商學報，38 (1)，83-100。

黃伊伶、陳佳涵、邱宇蓁 (2016)。敘事治療運用於寵物失落之陪伴與復原。諮商與輔導，368，20-26。

黃孟寅、彭渤程 (2019)。動物溝通：一本可以解答你 99% 疑惑的溝通大全。四塊玉文創。

黃宗潔 (2017 年 6 月 29 日)。從動物到寵物：人與狗的互動史。動物當代思潮。

<https://opinion.udn.com/opinion/story/10673/2551975>

黃家家 (2021)。寵物市場激增！弘光侯志遠：13 年成長 1.16 億美元。教育人傳媒。<http://www.educatorfocus.com.tw/NS/Detail/1784>

- 黑傑克 (2021)。寵物商機迎來黃金交叉！！台灣犬貓數量超過 15 歲以下孩童 投資人別缺席「毛小孩概念股」。今周刊。 <https://reurl.cc/ARo0NE>
- 楊國柱 (2015)。寵物殯葬人格化問題初探。中華禮儀，33，94-98。
- 詹勝利 (1996)。台灣地區家戶寵物飼養之初步調查。〔未出版之碩士論文〕，國立台灣大學。
- 廖柏森 (2013)。英語與翻譯教學。 <http://blog.udn.com/trjason/7717492>。
- 劉子綺 (2007)。成人飼主面對寵物死亡的心理調適與歷程之研究。〔未出版之碩士論文〕，南華大學。
- 劉芮妤 (2017)。同伴動物對空巢期家庭之影響。諮商與輔導，379，33-36。
- 潘淑滿 (2003)。質性研究：理論與應用。心理。
- 蔡宗恆 (2019)。寵物殯葬擬人化之研究。〔未出版之碩士論文〕，南華大學。
- 鄧琮葵 (2008)。成年女性飼主經歷寵物犬死亡之悲傷調適歷程研究。〔未出版之碩士論文〕，高雄師範大學。
- 鄧琮葵 (2008)。成年女性飼主經歷寵物犬死亡之悲傷調適歷程研究。〔未出版之碩士論文〕，國立高雄師範大學。
- 鄭和萍 (2000)。健康狀態相關之生活品質與養有寵物間的關連性。〔未出版之碩士論文〕，國立台灣大學。
- 謝明彧 (2018 年 12 月 20 日)。台灣新生兒比寵物還少，為何年輕人不生小孩？遠見雜誌。 <https://www.gvm.com.tw/article/55347>
- 簡好儒 (2020)。懂牠的心聲：動物溝通中的毛小孩主體展現與關係實作。科技醫療與社會，31，67-114。
- 雙語詞彙、學術名詞暨辭書資訊網。國家教育研究院
<https://terms.naer.edu.tw/detail/3185173/>
- 魏家璿 (2020)。從無情愛走向擁有關懷世界的的能力—以精神分析取向觀點論述同伴動物與人的情感經驗。〔未出版之碩士論文〕，國立臺灣師範大學。

釋慧開 (2006)。死亡的意義與悲傷療癒 -- 從佛學思想談喪親悲傷輔導。佛法與臨終關懷研討會 (第 6 屆), 29 - 47。2006.11.18/19。財團法人佛教蓮花基金會。
<http://www.lotus.org.tw>

西文部分

- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: Aronson.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American Journal Of Orthopsychiatry*, 52 (4), 664-678. doi:10.1111/j.1939-0025.1982.tb01456.x
- Catherine Kohler Riessman (2008)。敘說分析 (王勇智、鄧明宇譯)。五南。
- Cowles, K. V. (1980). Loss of a pet: Significance to the owner, implication for the nurse. *Nursing Forum*, 19 (4), 372-377.
- Field, N. P., Orsini, L., Gavish, R., & Packman, W. (2009). Role of attachment in response to pet loss. *Death Studies*, 33 (4), 332-355.
- Gage, M. G., & Holcomb, R. (1991). Couples' perception of stressfulness of death of the family pet. *Family Relations*, 40, 103-105.
- Holsti, O. R. (1969). *Content Analysis for the Social Science Humanities Reading*. Mass: Addison-Wesley Publishing Company Inc.
- Homans, John (2013). *What's a Dog For? The Surprising History, Science, Philosophy and Politics of Man's Best Friend*. New York: Penguin Books.
- Kassarjian, H. H., and W. Kassarjian (1998). The Impact of Regulation on Advertising: A Content Analysis. *Journal of Consumer Policy*, 11, 269-285.
- Kübler-Ross, Elisabeth (1969). *On Death and Dying*. Macmillan, New York.
- Lauren McCall (2017)。永恆的禮物。正向思維藝術有限公司。
- Margrit (2013)。說進動物心坎裡 (許桂綿譯)。生命潛能。

- Marta Williams (2012)。《寵物通心術：62個通心術練習大公開》（何秉修譯）。橡實文化。
- Merriam, Tisdell (2018)。《質性研究設與施作指南》（邱炳坤譯）。五南。
- Molly H. Mullin (2003)。《鏡子與視窗：人類與動物關係的社會文化研究》（陳玉雲譯）。《中外文學》，32 (2)，41-72。
- Murray Stein (1998)。《轉化之旅：自性的追尋》（陳世勳、伍如婷、黃梅芳、林智敏、周嘉琪、鄭文郁譯）。心靈工坊文化。
- Philip Howell (2020)。《一個「全球的」寵物史會是甚麼模樣？》（李鑑慧譯）。《成大歷史學報》，58，1-20。
- Rosina Maria Arquati (2014)。《與動物朋友心傳心：因為愛，我想聽懂、讀懂、看懂動物心事》（鄭初英譯）。橡樹林。
- Rosina (2009)。《動物傳心師應有的道德和品行》。
<https://rosina.wordpress.com/awakeningwithrosina/>
- Sonya Fitzpatrick (2015)。《天堂沒有不快樂的毛小孩》（詹采妮譯）。橡實文化。
- Thomas, A. W., & Amanda, L. D. (2003). Grieving pet death: Normative, gender, and attachment issues. *Omega*, 47 (4), 385-393.
- Tuner, W. G. (1997). Evaluation of a pet loss support hotline. *Anthrozoos*, 10 (4), 225- 230.
- Walsh, F. (2009). *Human-Animal Bonds I: The Relational Significance of Companion Animals*, 48 (4). *Family Process*. 462-480.
- Warren, C. A. B. (2002). *Qualitative interviewing*. In J. F. Gubrium & J. A. Holstein (Eds.) . *Handbook of interview research*, 83-102.
- Worden, J. W. (2008)。《悲傷輔導與悲傷治療》（李開敏、林芳皓、張玉仕與葛書倫譯）。心理出版社。
- Worden, J. W., & Winokuer, H. R. (2011). *A task-based approach for counseling the bereaved*. In R. A. Neimeyer, D. L. Harris, H. R. Winokuer, & G. F. Thornton (Eds.),

Grief and bereavement in contemporary society: Bridging research and practice (pp. 57–67). Routledge/Taylor & Francis Group.



附錄一 訪問大綱

- 一、請敘說於何情況下興起尋求動物溝通的想法？過去有無此經驗？
- 二、透過何管道尋找溝通師？選擇的標準為何？
- 三、請敘說你所記憶中與溝通師諮詢的情況。
- 四、請自我評估經過此諮詢後的身心狀況。（包括是否滿意其服務？諮詢前後的影響。是否有其他與此相關的連結事件或狀況？）
- 五、如何看待以此方式處理因失去同伴動物而悲傷的自己。
- 六、
 1. 同伴動物對您的意義。
 2. 照顧同伴動物的經驗（時間）
- 七、您的靈性經驗和宗教信仰。

附錄二 參與研究同意書

您好：

謝謝您願意參與本研究並接受訪談，您的參與對我而言意義重大，也將對於國內的的議題上有相當大的幫助，在此也要感謝您對學術的貢獻。

以下將對您說明我們共同工作的一些事項：

- 一、我們預計進行 1~2 次的訪談，每次約 1.5 小時左右。如在訪談的進行過程中，您有任何的問題，歡迎您隨時提出與我討論。
- 二、由於每一個人的生命故事皆是獨特而珍貴的，衷心期盼您能將您真實的感受跟經驗告訴我，如在訪談的進行過程中，有您不願意多說的部份，您有權利拒絕回答。
- 三、為求訪談資料的完整及精確性，訪談過程中將全程錄音，錄音內容將會被轉謄為逐字稿作為後續資料分析文本，您所提供的個人生命故事、想法經驗，將會遵守學術倫理之保密原則以匿名的方式謹慎的處理，除了研究及分析的相關人員外，不會對外開放，錄音內容將會保留在研究完成後一年予以銷毀。
- 四、研究的結果僅作為碩士論文及相關學術發表使用，如有其他形式的使用，將先徵詢您的同意。
- 五、若您在受訪後，有任何的懷疑或是不放心，我們會有充分討論的機會；若您反悔不願意將此經驗提供，也有權利退出此研究。

再次，感謝您願意與我分享您寶貴的生命經驗！如在訪談過程後，您有任何疑問歡迎與我聯絡。手機：0928-xxx-xxx， e-mail：xxxxx@nhu.edu.tw

敬祝 順利

南華大學生死學研究所諮商組研究生

陶榮榕 敬上

指導教授 王枝燦 博士

研究參與者：_____日期：中華民國_____年_____月_____日

研 究 者：_____日期：中華民國_____年_____月_____日

附錄三 研究結果檢核表

您好：

非常感謝您的協助與我共同完成此次研究，本研究與參與者核對分兩個階段，第一階段為逐字稿之確認，第二階段為主題、概念、話題三層架構之確認。為了確保能在文本中呈現出您敘說故事的真實性與正確性，請您就整理出的內容，檢核是否符合您述說的真實情形，並請您不吝給予我建議與想法。您的回饋將使我的研究更加嚴謹與完整，謝謝！

研究生 陶榮榕 敬上

一、當您閱讀完畢之後，以您主觀的感受，這篇文本與您實際經驗的符合程度

有幾分？（0-10分）

完整度有幾分？（0-10分）

二、請留下您個人對此文本的感受與想法是：

三、若您有想要補充或是修正、刪除的部分，請於此詳述：

研究參與者簽名： _____

附錄四 照片著作權同意書

本研究雖以飼育者進行動物溝通作為研究內涵，促成飼育者之行為動機乃為陪伴動物之主體，為賦予協助完成本研究之陪伴動物「同在」之精神意義，並與以紀念之，懇請參與者同意提供 1-2 張陪伴動物之照片，同列本研究文本中。

以下為意願勾選：

- 同意提供本研究之陪伴動物照片，即同意此照片放置於本研究文本中，日後以學術論文形式公開、下載，享有著作權法之免責。
- 不同意提供陪伴動物照片



研究參與者簽名： _____