

# Privrženost kućnim ljubimcima i mentalno zdravlje

---

Pejić, Ivana

Master's thesis / Diplomski rad

2024

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:142:343066>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2025-02-01**



Repository / Repozitorij:

[FFOS-repository - Repository of the Faculty of Humanities and Social Sciences Osijek](#)



Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Diplomski sveučilišni jednopredmetni studij Psihologija

**PRIVRŽENOST KUĆNIM LJUBIMCIMA I MENTALNO  
ZDRAVLJE**

Diplomski rad

Ivana Pejić

Mentor: izv. prof. dr. sc. Ana Kurtović

Osijek, 2024.

Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za psihologiju

Diplomski sveučilišni jednopredmetni studij Psihologija

**PRIVRŽENOST KUĆNIM LJUBIMCIMA I MENTALNO  
ZDRAVLJE**

Diplomski rad

Društvene znanosti, polje psihologija, grana klinička i zdravstvena psihologija

Ivana Pejić

Mentor: izv. prof. dr. sc. Ana Kurtović

Osijek, 2024.

## IZJAVA

Izjavljujem s punom materijalnom i moralnom odgovornošću da sam ovaj rad samostalno napisao/napisala te da u njemu nema kopiranih ili prepisanih dijelova teksta tuđih radova, a da nisu označeni kao citati s navođenjem izvora odakle su preneseni.

Svojim vlastoručnim potpisom potvrđujem da sam suglasan/suglasna da Filozofski fakultet u Osijeku trajno pohrani i javno objavi ovaj moj rad u internetskoj bazi završnih i diplomskih radova knjižnice Filozofskog fakulteta u Osijeku, knjižnice Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku i Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu.

U Osijeku, 8. rujna 2024.

IVANA PEJIĆ, 0010222597



## Sadržaj

<b>Privrženost kućnim ljubimcima i mentalno zdravlje</b> .....	1
<b>Individualne razlike u privrženosti kućnim ljubimcima</b> .....	2
<b>Odnos privrženosti kućnim ljubimcima i mentalnog zdravlja</b> .....	3
<b>Odnos privrženosti kućnim ljubimcima i problema mentalnog zdravlja</b> .....	4
<b>Privrženost kućnim ljubimcima i socijalna podrška</b> .....	5
<b>Cilj, problem i hipoteze</b> .....	6
<b>Cilj</b> .....	6
<b>Problem</b> .....	6
<b>Hipoteze</b> .....	6
<b>Metoda</b> .....	6
<b>Sudionici</b> .....	6
<b>Instrumenti</b> .....	7
<i>Upitnik o sociodemografskim podacima</i> .....	7
<i>Adaptirana Lexington skala privrženosti kućnim ljubimcima (ALSPKLJ)</i> .....	7
<i>Upitnik depresivnosti, anksioznosti i stresa (DASS-21)</i> .....	8
<i>Skala zadovoljstva životom (SWLS)</i> .....	8
<i>Multidimenzionalna skala percipirane socijalne podrške (MSPSS)</i> .....	9
<b>Postupak</b> .....	9
<b>Rezultati</b> .....	9
<b>Testiranje preduvjeta za provođenje statističkih postupaka</b> .....	9
<b>Deskriptivna statistika</b> .....	10
<b>Povezanost mjernih varijabli</b> .....	11
<b>Doprinos privrženosti kućnim ljubimcima i socijalne podrške u objašnjenju problema</b> .....	12
<b>Rasprava</b> .....	14
<b>Zaključak</b> .....	18
<b>Literatura</b> .....	19

## **Privrženost kućnim ljubimcima i mentalno zdravlje**

### **Sažetak**

Cilj ovog istraživanja je ispitati odnos privrženosti kućnim ljubimcima i socijalne podrške s problemima mentalnog zdravlja i zadovoljstvom životom. U istraživanju je sudjelovalo 292 sudionika u dobi od 18 do 60 godina. Istraživanje je provedeno *online* putem, a prilikom prikupljanja podataka su korišteni Upitnik o socio-demografskim podacima, Adaptirana Lexington skala privrženosti kućnim ljubimcima, Upitnik depresivnosti, anksioznosti i stresa, Skala zadovoljstva životom te Multidimenzionalna skala percipirane socijalne podrške. Rezultati su pokazali da postoji statistički značajna pozitivna povezanost između privrženosti kućnim ljubimcima i problema mentalnog zdravlja, te socijalne podrške sa privrženosti kućnim ljubimcima, a negativna povezanost socijalne podrške s problemima mentalnog zdravlja. Nadalje, rezultati hijerarhijske regresijske analize pokazali su da je privrženost kućnim ljubimcima značajni pozitivni prediktor problema mentalnog zdravlja, dok je socijalna podrška negativan prediktor problema mentalnog zdravlja. Nije pronađena statistički značajna povezanost između privrženosti kućnim ljubimcima i zadovoljstva životom, pa se samim time privrženost ne može smatrati prediktorom zadovoljstva životom, Socijalna podrška se nije pokazala značajnim medijatorom u odnosu privrženosti kućnim ljubimcima i mentalnog zdravlja, pa druga hipoteza nije potvrđena.

*Ključne riječi:* privrženost kućnim ljubimcima, mentalno zdravlje, problemi mentalnog zdravlja, socijalna podrška, emocionalna podrška

## **Attachment to pets and mental health**

### **Abstract**

The aim of this research is to examine the relationship between attachment to pets and social support with mental health problems and life satisfaction. 292 participants between the ages of 18 and 60 took part in this research. The research was conducted online, and the Sociodemographic Data Questionnaire, Lexington Attachment to Pets Scale, The Depression Anxiety and Stress Questionnaire, Satisfaction with Life Scale and the Multidimensional Scale of Perceived Social Support were used in collecting data. The results showed that there is a statistically significant positive correlation between attachment to pets and mental health problems, and also in social support with attachment to pets, but negative correlation in social support with mental health problems. After conducting a hierarchical regression analysis, the results showed that attachment to pets is a significantly positive predictor of mental health problems, while social support is a negative predictor of mental health problems. No statistically significant correlation was found between attachment to pets and life satisfaction, so attachment alone cannot be considered as predictor of life satisfaction, social support did not prove to be a significant mediator in relation to attachment to pets and mental health, so the second hypothesis was not confirmed.

*Keywords:* attachment to pets, mental health, mental health problems, social support, emotional support

## **Privrženost kućnim ljubimcima i mentalno zdravlje**

Odnos između ljudi i životinja ima dugu i složenu povijest koja se proteže tisućama godina. Ova povezanost započela je iz potrebe za preživljavanjem i opstankom, dok je danas ta potreba evoluirala u snažan emocionalni odnos koji se danas sve više istražuje. Prije, pojedinci su se oslanjali na životinje kao izvor hrane, odjeće i oruđa, a psi su bili među prvim životinjama koje su ljudi pripitomili. Njihova glavna uloga je bila pomaganje ljudima u lovu, čuvanju stada i zaštiti naselja. Tijekom industrijske revolucije i urbanizacije čovječanstva, uloga životinja se promijenila. Kako su se ljudi sve više selili u veća urbana područja, životinje su postajale sve manje potrebne za preživljavanje, pa su ih pojedinci sve češće držali kao kućne ljubimce (Franklin, 1999).

Sve više su prepoznata istraživanja u ispitivanju privrženosti pojedinca i njegovog kućnog ljubimca. Privrženost je pojam koji se često koristi u kontekstu interpersonalnih odnosa, no u posljednjem periodu se širi i na životinje. Čovjek je društveno biće koji ima potrebu ostvariti što više kontakata u svojoj neposrednoj okolini. Prema Bowlbyjevu gledištu (Bretherton, 1992), vrste koje žive većinom u grupama češće imaju tendenciju razvijati privrženost, posebno u odnosu majka-dijete. Svaka takva vrsta privrženosti ima adaptivnu funkciju ponašanja. Stoga, emocionalno vezanje čovjeka za životinju prikazivalo je jednu vrstu adaptivnog ponašanja. Smith (1983; prema Levačić, 2009) u svom istraživanju opisuje kako se vlasnici pasa prema svojim kućnim ljubimcima odnose kao prema djetetu koristeći majčinski govor, maze ih, igraju se s njima te održavaju fizički kontakt s njima. Pojedinci svoje kućne ljubimce doživljavaju kao ravnopravnim članovima njihove obitelji, posebno kod osoba koje nisu nikada vjenčane, rastavljene su, nisu nikada imali djecu, djeca su se odselila ili su udovci (Albert i Bulcroft, 1988). Na taj način pojedinci upotpunjavaju prazninu i ljubimci mogu pružiti osobi emocionalnu zamjenu u takvim životnim događajima (Albert i Bulcroft, 1988).

Odnosi pojedinaca sa svojim kućnim ljubimcima moraju zadovoljavati četiri uvjeta kako bi se razvila privrženost. Trebala bi postojati: a) traženje fizičke blizine, b) sigurno utočište, c) sigurna baza te d) separacijska anksioznost (Zilcha-Mano i sur., 2011). Također, određene vrste kućnih ljubimaca (npr. psi i mačke) na vidljivi način komuniciraju privrženost prema vlasniku, na način da im pružaju očitu pozornost, maze se, sjedaju u krilo, mačke predu itd. Za razliku od djece, ljubimci zauvijek ovise o brizi svojih vlasnika prema njima (Siegel, 1993; prema Ombla, 2012).

Istraživanja u kojima je ispitivan odnos čovjeka i kućnog ljubimca izvještavaju o visokoj koristi ovog odnosa za obje strane. Prednost posjedovanja kućnog ljubimca je višestruka. Privrženost koja se ostvaruje u tom odnosu može imati pozitivne učinke na veće zadovoljstvo životom, emocionalnu stabilnost i opću dobrobit pojedinca (Albert i Bulcroft, 1988), pogodno utječe na fizičko zdravlje (Allen i sur., 1991; prema Levačić, 2009) te na sveukupno mentalno zdravlje pojedinca.

### **Individualne razlike u privrženosti kućnim ljubimcima**

Obzirom da je odnos ljubimca i čovjeka složen odnos, očekivano je da postoje individualne razlike u razini privrženosti kućnom ljubimcu ovisno o različitim obilježjima vlasnika ljubimaca, kao što su rod, dob i romantični status, o vremenskom periodu posjedovanja ljubimca i vrsti životinje. U različitim istraživanjima uočene su rodne razlike u privrženosti s kućnim ljubimcima, pri čemu su žene, najčešće, bile privrženije od muškaraca (Gerber, 2016). U nekim istraživanjima postoji pretpostavka da žene pokazuju pozitivnije odnose prema vlastitim kućnim ljubimcima, ali da se stavovi prema ljubimcima ne razlikuju značajno (Herzog, 2007). Može se zaključiti kako istraživanja koja su uključivala samo upitnike imaju nekonzistentne rezultate u pogledu rodnih razlika u privrženosti kućnim ljubimcima, vjerojatno zbog ustručavanja muškaraca u izražavanju svog stvarnog stupnja privrženosti ili zbog evolucijske pretpostavke u kojoj se žene smatraju brižnijim bićima radi svoje biološke uloge koju nose (Buss, 2016). Radi takvog ograničenja, Hennessy i suradnici (1998; prema Ombla, 2012) proveli su eksperimentalno istraživanje u kojem su prikazali da su psi imali nižu razinu kortizola u plazmi kada su žene bile u doticaju s njima te bili pod nižom razinom stresa, u odnosu kada su ih dirali muški ispitanici. Sugerira se da su psi pokazivali fiziološki odgovor, ovisno o tome kako se prema njima postupalo u prošlosti.

Obzirom na dob vlasnika kućnih ljubimaca, istraživanja su pokazala nekonzistentne podatke (Byers i sur., 2013). U nekim istraživanjima se pokazalo kako ljubimci pružaju veću emocionalnu potporu osobama u starijoj odrasloj dobi i potiču pojedinca na socijalnu interakciju (Garrity i sur., 1989), dok su u istraživanju Nettinga i suradnika (2013; prema le Roux i Wright, 2020) mlađi vlasnici kućnih ljubimaca bili značajno privrženiji. Kako bi se razjasnio ovaj odnos, istraživanja su počela kontrolirati vremenski period posjedovanja kućnog ljubimca, odnosno dob same životinje. Budući da je stupanj privrženosti ljubimcu pozitivno korelirao s duljinom posjedovanja, utvrdilo se da je duljina posjedovanja ljubimca značajno važnija od dobi vlasnika u razvijanju i utvrđivanju stupnja privrženosti (Woodward i Bauer, 2007).



Romantični status osobe ima, također, značajnu ulogu tijekom brige za kućne ljubimce. Osobe u stabilnijim romantičnim odnosima imaju manje potrebe za emocionalnom podrškom od vlastitih kućnih ljubimaca, jer je dobivaju od svojih partnera. Suprotno, udovci, rastavljeni i ostale osobe bez partnera, roditelji čija su djeca napustila dom i slično, imaju veću potrebu za istom, stoga oni češće kompenziraju takav odnos privrženosti svome ljubimcu (Staats i sur., 2006). S obzirom da životinje i primaju i pružaju takav oblik podrške, sugerira se da ljubimci zapravo preuzimaju njihovu ulogu dok osoba prolazi kroz takve stresne životne događaje. Suprotno tome, u obiteljima s dojenčadi, stupanj privrženosti prema ljubimcu je značajno niži (Albert i Bulcroft, 1988). U takvim životnim promjenama u fokus se stavlja prvenstveno dijete te kućni ljubimac više nije u punom fokusu.

U istraživanjima su se pokazale značajne razlike u percepciji kućnog ljubimca s obzirom na vrstu životinje. Serpell (1996; prema Ombra, 2012) u svom istraživanju sugerira da su pojedinci naj snažnije privrženi psima iz razloga što vlasnici pasa svoje ljubimce najčešće percipiraju kao zaigranije, više prijateljski nastrojene, otvorenije za kontakt s ljudima te manje agresivne prema poznatim osobama nego što to percipiraju vlasnici mačaka. Dakle, iz tog razloga psi se mogu smatrati najomiljenijim među svim kućnim ljubimcima (Hart, 1995; prema Levačić, 2009). Druga istraživanja, također, navode kako su djeca privrženija psima i mačkama u odnosu na sve ostale vrste kućnih ljubimaca te da su djevojčice više privržene mačkama, nego dječaci (Lakatoš i Vejmekla, 2018). Pretpostavlja se da djeca češće biraju pse zbog njihove sposobnosti za interakcijom s vlasnicima. Međutim, istraživanja pokazuju kako kod starije djece nije izražena značajna razlika u privrženosti kućnim ljubimcima na vrstu životinje (Lakatoš i Vejmekla, 2018).

### **Odnos privrženosti kućnim ljubimcima i mentalnog zdravlja**

Općenito, mentalno zdravlje je pod značajnim učinkom privrženosti kućnih ljubimaca jer ljubimci nedvojbeno pružaju emocionalnu podršku, smanjuju osjećaj usamljenosti i stresa. Ljubimci, također, pružaju priliku pojedincu da stvori određenu rutinu kroz brigu o njemu, što može utjecati na osjećaj svrhe, posebice kod starijih osoba ili osoba koje se moraju nositi s određenim psihičkim izazovima (Bao i Schreer, 2016). Takva odgovornost može posljedično potaknuti veću razinu samopouzdanja. Isto tako, kao što je spomenuto, ljubimci pružaju podršku i ljubav svojim vlasnicima, što može imati utjecaj na bolju regulaciju raspoloženja i emocionalne stabilnosti, a dugoročno i na osjećaj zadovoljstva. Nadalje, jedno pilot istraživanje ispitalo je vezu između privrženosti kućnim ljubimcima i frekvencije svakodnevnog osmjehivanja kod pojedinca (Valeri, 2006). Od 95 ispitanika se tražilo da bilježe frekvenciju

dnevnog osmjehivanja te izvor i prisutnost drugih tijekom osmjehivanja. Pokazalo se da su se vlasnici pasa i mačaka smijali češće u odnosu na one koji ne posjeduju iste te se time sugerira da su se kućni ljubimci u ovom slučaju pokazali kao podrška pozitivnom emocionalnom stanju pojedinca. U istraživanju Luhmann i Kalitzki (2018) izvijestili su o značajno većem stupnju zadovoljstva životom kod vlasnika kućnih ljubimaca. Međutim, suprotno tome, u studiji Zilcha-Mano i suradnika (2012) nije pronađena značajna povezanost između privrženosti kućnim ljubimcima i zadovoljstva životom. Ovi kontradiktorni podaci su mogući zbog različitih metoda ispitivanja te je potrebno daljnje istraživanje na ovu temu.

### **Odnos privrženosti kućnim ljubimcima i problema mentalnog zdravlja**

Veliki broj istraživanja navodi kako privrženost kućnim ljubimcima negativno korelira sa problemima mentalnog zdravlja. Konkretno, pojedinci se osjećaju manje napetijima i sposobnijima u nošenju s različitim stresorima koje dožive kada se njihov vlastiti kućni ljubimac nalazi uz njih (Allen, 2003; prema Ombla, 2012). U hrvatskom istraživanju Arambašić i suradnika (2000) pronađeno je da djeca, koja imaju kućnog ljubimca (u većoj mjeri psa ili mačku), učinkovitije koriste strategije suočavanja sa stresnim situacijama od djece koja ne posjeduju nikakvog kućnog ljubimca. Pokazalo se da na taj način njihov ljubimac indirektno pomaže u snižavanju posttraumatskih stresnih reakcija. Slična je situacija i kod osoba starije životne dobi. Garrity i suradnici (1989) su ispitali osobe starije od 65 godine, uglavnom udovce/ice i pronašli povezanost više razine privrženosti kućnom ljubimcu sa nižom razinom akutnog stresa, posebno kod osoba s minimalnom socijalnom podrškom od strane najbliže obitelji. Suprotno tome, Koontz (2009; prema le Roux i Wright, 2020) pokazuje da ne postoji povezanost između privrženosti kućnim ljubimcima i percipiranog stresa samohranih majki iz SAD-a.

Osim učinaka na afektivno funkcioniranje, pokazale su se i neurokemijske promjene. U istraživanju Odendaal (2000) kod 18 zdravih ispitanika, koji posjeduju psa kao kućnog ljubimca, utvrđen je značajni porast u razini oksitocina tijekom interakcije sa psom, što je posljedično dovelo do pada krvnog tlaka kod ispitanika te smanjivanja doživljaja straha i opasnosti. Ovi nalazi pokazuju da takva intenzivna afektivna povezanost može pridonijeti i fiziološkim promjenama u organizmu i pomoći u suočavanju sa stresom te štititi pojedinca od neugodnih afektivnih reakcija.

Također, slični rezultati pokazali su se i za druge probleme mentalnog zdravlja, poput depresivnosti. Siegel i suradnici (1999) navode kako osobe oboljele od AIDS-a rjeđe pokazuju

simptome depresivnosti ukoliko imaju ljubimca, za razliku od onih koji ga nemaju. To se posebno pokazalo kod osoba koje imaju manju socijalnu podršku od bliskih ljudi. Kako kod drugih bolesti, tako i kod AIDS-a, podrška i privrženost kućnih ljubimaca može ublažavati efekte negativnih socijalnih posljedica bolesti. Isto tako, osobe koje su preživjele srčani udar, neovisno o intenzitetu i o socio-demografskim podacima osoba, pokazalo se kako su visoka razina socijalne podrške i privrženosti kućnim ljubimcima povezane s većom vjerojatnosti preživljavanja, ali i nižom razinom depresivnosti (Friedmann i Thomas, 1995). Kasnije, utvrdilo se kako socijalna podrška i privrženost kućnim ljubimcima imaju značajnu ulogu u oporavku kod depresivnih srčanih bolesnika (Friedmann i sur., 2011).

Životinje imaju ulogu i u terapijskom kontekstu, a ne samo kao kućni ljubimci. Terapeutska uloga kućnih ljubimaca posljednjih godina sve više privlači pažnju stručnjaka. Pokazalo se da su psi u terapiji s djecom koja ne govore, autističnom i shizofrenom djecom, djecom s poremećajem pažnje te djecom koja su odgojno-obrazovno zapuštena bili ključna komunikacijska veza između djeteta i psihologa. Psi su se također pokazali značajni u radu s djecom koja su zlostavljana na način da bi se dijete prvo povjerilo psu koji je došao s terapeutom (Krizmanić, 2016). Dakle, ovi nalazi sugeriraju da životinje koje su korištene u terapiji mogu potaknuti suradnju između klijenta i psihoterapeuta.

### **Privrženost kućnim ljubimcima i socijalna podrška**

Jedna od zanimljivijih činjenica jest da životinje, a posebice psi, mogu značajno olakšati ostvarivanje socijalnih kontakata i omogućiti pojedincu, npr. tijekom šetnje, lakše upoznavanje i održavanje interakcija s drugim ljudima (Wood i sur., 2005; prema Smolković i sur., 2012). Sugerira se da će pojedinac prije ostvariti kontakt s drugima kada se šeta sa psom, nego sam. Iz toga postoji mogućnost da će vlasnik ljubimca za vrijeme šetnje sa psom ostvariti određeni oblik socijalne podrške koji kasnije može razviti u dublji interpersonalni odnos (Andreassen i sur., 2013). Stvarajući takav odnos, javlja se osjećaj povezanosti koji osoba doživljava. U jednom retrospektivnom istraživanju sudjelovali su ispitanici koji su tijekom djetinjstva imali kućne ljubimce (Vizek-Vidović i sur., 2001). Utvrdilo se kako su tijekom studiranja bili empatičniji od studenata koji nisu posjedovali ljubimce. Također, pokazalo se da su bili više okrenutiji društvenim vrijednostima i pokazivali više prosocijalnog ponašanja od onih koji nisu posjedovali ljubimca u djetinjstvu. Kontradiktorno tome, u raznim istraživanjima pokazalo se kako je stupanj privrženosti kućnom ljubimcu negativno povezan sa socijalnom podrškom koju pojedinac doživljava (Duvall Antonacopoulos i Pychyl, 2010). Kako istraživanja odnosa između ljudi i njihovih vlastitih kućnih ljubimaca nisu previše zastupljena u Hrvatskoj, ovo

istraživanje će pokušati pridonijeti tim rezultatima uzimajući u obzir prethodne nalaze uključujući socijalnu podršku i mentalno zdravlje.

## **Cilj, problem i hipoteze**

### **Cilj**

Cilj ovog istraživanja je ispitati odnos privrženosti kućnim ljubimcima i socijalne podrške s problemima mentalnog zdravlja i zadovoljstvom životom.

### **Problem**

P1: Ispitati mogućnost predviđanja problema mentalnog zdravlja i zadovoljstva životom na temelju privrženosti kućnim ljubimcima i socijalne podrške.

P2: Ispitati posreduje li socijalna podrška u odnosu između privrženosti kućnim ljubimcima i problema mentalnog zdravlja te u odnosu između privrženosti kućnim ljubimcima i zadovoljstva životom.

### **Hipoteze**

H1: Očekuje se da su privrženost kućnim ljubimcima i socijalna podrška negativni prediktori problema mentalnog zdravlja, a pozitivni prediktori zadovoljstva života.

H2: Socijalna podrška je statistički značajni medijator u odnosu privrženosti kućnim ljubimcima i problema mentalnog zdravlja te u odnosu privrženosti kućnim ljubimcima i zadovoljstva životom.

## **Metoda**

### **Sudionici**

U istraživanju je sudjelovalo 292 sudionika, od kojih je 210 (71.9%) ženskog roda. Dob sudionika odgovarala je rasponu od 18 do 60 godina, s prosječnom dobi od  $M=28.40$  ( $SD=9.36$ ). S obzirom na završeni stupanj obrazovanja, podjednak je broj sudionika sa završenom srednjom školom (34.6%), preddiplomskim (30.5%) i diplomskim studijem (33.2%), dok je najmanje sudionika sa završenom osnovnom školom (0.3%) i poslijediplomskim studijem (1.4%). Najviše sudionika je zaposleno (52.1%) ili su studenti (30.5%), dok su četvero sudionika bili umirovljenici. Nadalje, s obzirom na status veze sudionika, najviše je bilo sudionika koji su u vezi ili u braku (66.8%), zatim samaca (32.5%), a najmanje udovaca (0.7%). Najviše sudionika posjeduje samo jednog kućnog ljubimca (60.3%). Najčešća životinja koju sudionici posjeduju je pas (54%), a zatim mačka (37.8%). Ostali sudionici su navodili da posjeduju hrčka, kunića, zeca, papigu, ribicu, kornjaču te konja.

Najviše sudionika posjeduje životinje starije od pet godina (44.2%), zatim u dobi od tri do pet godina (31.8%) te mlađe od tri godine (24%). Od ukupnog broja sudionika, njih 81.9% je izjavilo kako im kućni ljubimci ne boluju od neke kronične bolesti, dok su drugi navodili da boluju od epilepsije, kronične bolesti debelog crijeva, šećera, displazije kukova, alopecije, gastritisa i slično.

## **Instrumenti**

Prilikom prikupljanja podataka u ovom istraživanju su korišteni Upitnik o sociodemografskim podacima, Adaptirana Lexington skala privrženosti kućnim ljubimcima (Johnson, Garrity i Stallones, 1992), Upitnik depresivnosti, anksioznosti i stresa (Lovibond i Lovibond 1995), Skala zadovoljstva životom (Diener i sur., 1985) te Multidimenzionalna skala percipirane socijalne podrške (Zimet i sur., 1988).

### ***Upitnik o sociodemografskim podacima***

Upitnik o sociodemografskim podacima konstruiran je za potrebe ovog istraživanja kako bi se prikupile informacije o dobi, rodu, stupnju obrazovanja i radnom statusu. Također, postavilo se kontrolno pitanje kojim se potvrđuje da sudionik posjeduje kućnog ljubimca te se ispitaio vremenski period posjedovanja ljubimca, vrsta i dob životinje te boluje li kućni ljubimac od neke kronične bolesti.

### ***Adaptirana Lexington skala privrženosti kućnim ljubimcima (ALSPKLJ)***

U istraživanju je korištena Adaptirana Lexington skala privrženosti kućnim ljubimcima (ALSPKLJ) (eng. *Lexington Attachment to Pets Scale*; Johnson i sur., 1992) namijenjena procjeni privrženosti ljudi njihovim kućnim ljubimcima. Hrvatska verzija nastala je u istraživanju Penezić i Levačić (2010) te se koristila u ovome istraživanju. Skala se sastoji od ukupno 23 čestice koje opisuju aktivnosti, stavove i osjećaje vlasnika u odnosu s njegovim ljubimcem koji se smatraju indikativnim za procjenu privrženosti čovjeka životinji, a primjer čestice je: „Ljubimci zaslužuju da se prema njima odnosi s jednakim poštovanjem kao i prema ljudima.”. Zadatak sudionika je procijeniti svoje slaganje s tvrdnjama na skali od četiri stupnja (od 1 - “uopće se ne slažem” do 4 - “u potpunosti se slažem”). Ukupni rezultat računa se kao jednostavna linearna kombinacija, pri čemu viši ukupni rezultat upućuje na veću razinu privrženosti osobe prema kućnim ljubimcima. U prethodnom istraživanju na hrvatskom uzorku ukupna pouzdanost tipa unutarnje konzistencije je iznosila  $\alpha=.95$  (Penezić i Levačić, 2010), dok je koeficijent unutarnje konzistencije u ovom istraživanju iznosio je  $\alpha=.97$ .

### ***Upitnik depresivnosti, anksioznosti i stresa (DASS-21)***

Kao mjera problema mentalnog zdravlja koristio se Upitnik depresivnosti, anksioznosti i stresa (eng. *The Depression Anxiety Stress Scales* - DASS-21; Lovibond i Lovibond 1995). Hrvatska verzija nastala je u istraživanju Ivezić i suradnici (2012) te se koristila u ovome istraživanju. Upitnik je osmišljen za procjenu učestalosti i intenziteta neugodnih emocionalnih stanja depresivnosti, anksioznosti i stresa u razdoblju od proteklih sedam dana, a sastoji se od 21 čestice podijeljene u tri subskale: (1) depresivnost (primjer čestice: “*Bilo mi je teško započeti aktivnost.*”), (2) anksioznost (primjer čestice: “*Osjetio/la sam da sam blizu panici.*”), (3) stres (primjer: “*Bilo mi je teško smiriti se.*”). Zadatak sudionika je bio procijeniti svoje slaganje s tvrdnjama na skali od četiri stupnja (od 1 - “uopće se nije odnosilo na mene” do 4 - “gotovo u potpunosti ili većinu vremena se odnosilo na mene”). Ukupni rezultat na subskali zbroj je rezultata na svakoj čestici koja pripada toj subskali. Ukupni rezultat se formira kao zbroj rezultata na subskalama i podrazumijeva ukupnu mjeru problema mentalnog zdravlja, pri čemu viši ukupni rezultat upućuje na veću razinu problema mentalnog zdravlja. Koeficijenti unutarnje konzistencije po skalama u istraživanju Henry i Crawford (2005) iznosili su: (1) depresivnost  $\alpha=.88$ , (2) anksioznost  $\alpha=.82$  te (3) stres  $\alpha=.90$ . Ukupna pouzdanost skale u prethodnim istraživanjima iznosila je  $\alpha=.93$  (Henry i Crawford, 2005), dok je u ovom istraživanju iznosila  $\alpha=.95$ . Koeficijenti unutarnje konzistencije dobiveni u ovom istraživanju u skladu su s vrijednostima dobivenim u originalnom istraživanju, a po subskalama iznose: (1) depresivnost  $\alpha=.90$ , (2) anksioznost  $\alpha=.86$  te (3) stres  $\alpha=.88$ .

### ***Skala zadovoljstva životom (SWLS)***

U svrhu ispitivanja zadovoljstva životom korištena je Skala zadovoljstva životom (eng. *Satisfaction with Life Scale* - SWLS; Diener i sur., 1985), koja je namijenjena mjerenju globalne kognitivne procjene zadovoljstva vlastitim životom. Hrvatska verzija nastala je u istraživanju Komšo i Burić (2016) te se koristila u ovome istraživanju. Skala uključuje pet čestica, a zadatak sudionika bio je procijeniti svoje slaganje s tvrdnjama na skali od sedam stupnjeva (od 1 - “uopće se ne slažem” do 7 - “u potpunosti se slažem”), a primjer čestice je: “*Kada bih ponovno živio svoj život, ne bih mijenjao/la gotovo ništa*”. Ukupni rezultat računa se kao jednostavna linearna kombinacija, pri čemu viši ukupni rezultat upućuje na veću razinu zadovoljstva vlastitim životom. Pouzdanost ove skale u prethodnom istraživanju na hrvatskom uzorku iznosila je  $\alpha=.87$  (Komšo i Burić, 2016), a u ovom istraživanju iznosila je  $\alpha=.88$ .

## ***Multidimenzionalna skala percipirane socijalne podrške (MSPSS)***

U istraživanju se, također, koristila Multidimenzionalna skala percipirane socijalne podrške (eng. *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* - MSPSS; Zimet i sur., 1988). Skala je konstruirana za mjerenje ukupne razine percipirane socijalne podrške. Korištena je metoda dvostrukog slijepog prijevoda. Skala se sastoji od 12 čestica podijeljenih u tri subskale: (1) posebna osoba (primjer čestice: “*Postoji posebna osoba koja je tu za mene kada sam u potrebi.*”), (2) obitelj (primjer: “*Moja obitelj mi se stvarno trudi pomoći kada je to potrebno.*”), (3) prijatelji (primjer čestice: “*Mogu razgovarati o svojim problemima sa svojim prijateljima.*”). Ukupni rezultat računao se kao jednostavna linearna kombinacija, pri čemu je viši ukupni rezultat upućivao na veću razinu percipirane socijalne podrške. U ovom istraživanju koristit će se ukupna mjera socijalne podrške. Pouzdanost cijele skale u originalnom istraživanju je iznosila  $\alpha=.88$  (Zimet i sur., 1988), dok je pouzdanost ukupnog rezultata u ovom istraživanju iznosila  $\alpha=.94$ .

### **Postupak**

Istraživanje se provodilo *online*, pomoću Google obrasca a poveznice na upitnik su bile podijeljene po raznim profilima i grupama na društvenim mrežama (Facebook, Instagram, WhatsApp). Sudionici su klikom na poveznicu mogli pristupiti upitniku i anonimno ispunjavati upitnik. Kao dio upute za sudjelovanje u istraživanju upozoreno je da u istraživanju mogu sudjelovati osobe 18-60 godina te da sudionici moraju posjedovati barem jednog vlastitog kućnog ljubimca. Sudionici su najprije ispunjavati Upitnik o sociodemografskim podacima, zatim upitnike koji mjere privrženost kućnim ljubimcima, probleme mentalnog zdravlja, zadovoljstvo životom te, naposljetku, socijalnu podršku. Na kraju su navedeni kontakti određenih besplatnih savjetovališta kojim se mogu obratiti ukoliko osjećaju uznemirenost nakon sudjelovanja u istraživanju. Ispunjavanje upitnika je trajalo oko deset minuta.

## **Rezultati**

### **Testiranje preduvjeta za provođenje statističkih postupaka**

Prije statističke obrade prikupljenih podataka provjerena je opravdanost korištenja parametrijskih statističkih postupaka, odnosno provjeren je normalitet distribucija varijabli. Provjera normalnosti distribucije ispitala se Kolmogorov-Smirnovim testom normalnosti distribucija, indeksom asimetričnosti i zakrivljenosti te vizualnom analizom Q-Q dijagrama i histograma. U Tablici 1 vidljivo je kako nakon provedenog Kolmogorov-Smirnovljevog testa distribucije svih ispitanih varijabli odstupaju od normalne distribucije ( $p<.05$ ), no ovakvi

rezultati su česti kod velikih uzoraka jer jedan ekstremni rezultat može dovesti do toga da test pokaže da se distribucija statistički značajno razlikuje od normalne distribucije. Iz tog razloga su potrebne dodatne provjere za utvrđivanje odstupanja. Indeks asimetričnosti ukazuje na postojanje normalne distribucije jer dobiveni rezultati indeksa asimetričnosti ne prelaze apsolutnu vrijednost od 2, dok vrijednosti indeksa spljoštenosti ne prelaze apsolutnu vrijednost od 7 (Byrne, 2013). Uvidom u Q-Q dijagrame može se uvidjeti normalna distribucija kod svih varijabli, dok kod vizualne inspekcije histograma postoji blago odstupanje od normalne distribucije kod varijabli problema mentalnog zdravlja i socijalne podrške. Uzimajući u obzir sve provedene analize može se zaključiti kako su uvjeti za provedbu parametrijskih testova zadovoljeni te se u daljnjim analizama mogu koristiti metode parametrijske statistike.

### Tablica 1

*Rezultati normalnosti distribucija istraživačkih varijabli (N=292)*

	K-S	S	K
Privrženost kućnim ljubimcima	0,100	-0,678	-0,453
Depresivnost	0,196	1,324	1,155
Anksioznost	0,182	1,123	0,552
Stres	0,103	0,594	-0,333
Problemi mentalnog zdravlja	0,126	1,003	0,442
Zadovoljstvo životom	0,109	-0,582	-0,352
Socijalna podrška	0,162	-1,534	2,462

*Napomena:* K-S – Kolmogorov-Smirnov test; S – indeks asimetričnosti; K – indeks spljoštenosti

### Deskriptivna statistika

U Tablici 2 navedeni su deskriptivni podaci za sve varijable uključene u istraživanje.



## Tablica 2

*Rezultati normalnosti distribucija istraživačkih varijabli (N=292)*

	M	SD	Opaženi raspon	Teorijski raspon
Privrženost kućnim ljubimcima	67.73	18.165	23-92	23-115
Depresivnost	11.73	4.864	7-28	7-28
Anksioznost	11.51	4.786	7-28	7-28
Stres	13.77	4.979	7-28	7-28
Problemi mentalnog zdravlja	37.01	13.337	21-84	21-84
Zadovoljstvo životom	24.01	6.748	5-35	5-35
Socijalna podrška	70.17	14.025	12-84	12-84

*Napomena: M-aritmetička sredina, SD-standardna devijacija*

Iz Tablice 2 vidljivo je kako su rasponi na svim varijablama jednaki teorijskim, osim kod varijable privrženosti kućnim ljubimcima, gdje je maksimalni rezultat niži. Nadalje, gledajući aritmetičke sredine rezultata, na skali problema mentalnog zdravlja, sudionici su izvještavali najveći rezultat na skali stresa. Isto tako, srednja vrijednost rezultata ukupne skale se nalazi bliže minimalnoj vrijednosti, nego maksimalnoj, što sugerira da sudionici doživljavaju umjerene probleme mentalnog zdravlja. Aritmetička sredina rezultata na skali privrženosti kućnim ljubimcima je niža od aritmetičke sredine u izvornom istraživanju gdje je ona iznosila 89.2 (Penezić i Levačić, 2010), no standardne devijacije su podjednake. Aritmetička sredina rezultata socijalne podrške se nalazi blizu maksimalne vrijednosti, što ukazuje na visoku razinu socijalne podrške uzorka.

### **Povezanost mjernih varijabli**

U Tablici 3 prikazane su interkorelacije svih varijabli uključenih u istraživanje. Pokazalo se kako sve varijable međusobno statistički značajno koreliraju, osim zadovoljstva životom s privrženosti kućnim ljubimcima, gdje nije pronađena statistički značajna povezanost. Korelacije privrženosti kućnim ljubimcima sa svim varijablama, kao i s problemima mentalnog zdravlja, su uglavnom niske i pozitivne. Socijalna podrška je umjereno negativno povezana s problemima mentalnog zdravlja, dok je ista sa zadovoljstvom života umjereno pozitivno povezana. Žene su se, u ovom istraživanju, pokazale privrženije svojim kućnim ljubimcima, nego muškarci. Također, pokazalo se da su broj kućnih ljubimaca koje sudionici posjeduju i

dob istih ljubimaca statistički značajno pozitivno povezani s privrženosti kućnim ljubimcima. No, te korelacije su niske razine.

**Tablica 3**

*Koeficijenti korelacije svih mjerenih varijabli (N=292)*

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.
1.Rod	-	-.08	.08	.14*	.14**	.26**	.11	.05	.02	.05	.05	-.02
2.Dob		-	.15**	-.01	.05	-.03	.01	-.02	-.01	-.02	-.06	.10
3.Stupanj obrazovanja			-	.19**	-.01	-.01	.09	.01	.02	-.01	.03	.06
4.Broj kućnih ljubimaca				-	.14**	.20**	-.09	.10	.08	.08	.12**	-.10
5.Dob kućnog ljubimca					-	.17**	-.03	.04	.04	.07	.01	.03
6.Privrženost kućnim ljubimcima						-	.12**	.14**	.14**	.13**	.12**	.03
7.Socijalna podrška							-	-.30**	-.36**	-.25**	-.21**	.56**
8.Problemi mentalnog zdravlja								-	.91**	.91**	.92**	-.32**
9.Depresivnost									-	.74**	.76**	-.39**
10.Anksioznost										-	.74**	-.25**
11.Stres											-	-.23**
12.Zadovoljstvo životom												-

*Napomena: \* p<.05; \*\* p<.01*

### **Doprinos privrženosti kućnim ljubimcima i socijalne podrške u objašnjenju problema mentalnog zdravlja**

U svrhu odgovaranja na prvi problem, odnosno utvrđivanja doprinosa privrženosti kućnim ljubimcima i socijalne podrške u objašnjavanju varijance problema mentalnog zdravlja provedena je hijerarhijska regresijska analiza. Prije same analize, provedeni su uvjeti za provođenje hijerarhijske regresijske analize (linearnost reziduala, homogenost varijance, normalnost distribucije reziduala). Durbin Watson test je pokazao rezultat od 2.170, što je prihvatljivo jer se nalazi u rasponu od jedan do tri (Field, 2013). Stoga, svi uvjeti za provođenje hijerarhijske regresijske analize su zadovoljeni. U Tablici 4 prikazani su rezultati varijabli koje su korištene prilikom provjere Hipoteze 1. U prvom koraku hijerarhijske regresijske analize kao prediktorska varijabla stavljena je Privrženost kućnim ljubimcima, dok je u drugi blok uključena Socijalna podrška.

**Tablica 4***Hijerarhijska regresijska analiza za kriterij Problemi mentalnog zdravlja (N = 292)*

Model	Prediktori	$R^2$	$\Delta R^2$	$\beta$	F
I	Privrženost kućnim ljubimcima	.02	.02	.14*	5.94*
II	Privrženost kućnim ljubimcima	.12	.10	.18**	20.23**
	Socijalna podrška			-.32**	

*Napomena:*  $R^2$  – koeficijent determinacije,  $\Delta R^2$  – promjena koeficijenta determinacije,  $\beta$

– standardizirana beta, F – F omjer, \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

Prema navedenim rezultatima, uočljivo je kako se u prvom koraku Privrženost kućnim ljubimcima pokazala statistički značajnim prediktorom problema mentalnog zdravlja ( $\beta=.14$ ,  $p<.01$ ) te objašnjava 2% varijance. U drugom koraku je u model Socijalna podrška, koja objašnjava 10.3% varijance. Pritom, doprinos iste ( $\beta=-.32$ ,  $p<.01$ ) je bio statistički značajan. Ti rezultati sugeriraju da će osobe s većom podrškom obitelji, prijatelja i posebne osobe, ali, također, manjom razinom privrženosti kućnim ljubimcima, doživljavati manje simptoma vezanih uz probleme mentalnog zdravlja, nego osobe kod kojih ne postoji socijalna podrška.

Model objašnjava ukupno 12.3% varijance problema mentalnog zdravlja. Rezultati sugeriraju kako je privrženost kućnim ljubimcima pozitivan prediktor, dok je socijalna podrška negativan prediktor problema mentalnog zdravlja.

Može se uočiti kako se beta ponder povećao u drugom koraku, odnosno pri uvođenju drugog prediktora Socijalne podrške. Takvi rezultati sugeriraju na potencijalnu supresiju te se to provjerilo stupnjevitom regresijskom analizom. Nakon što su se varijable stavile zajedno, koeficijenti su se pokazali istima. Dakle, ne postoji medijacijski učinak socijalne podrške u odnosu privrženosti kućnim ljubimcima i problema mentalnog zdravlja, nego se radi o dijeljenoj varijanci. Stoga, druga hipoteza, koja sugerira medijacijski učinak, nije potvrđena.

S obzirom da korelacija između varijabli Privrženost kućnim ljubimcima i Zadovoljstvo životom nije statistički značajna ( $r=.03$ ,  $p>.05$ ) uvjeti za hijerarhijsku regresijsku analizu i medijacijsku analizu nisu zadovoljeni. Stoga, može se zaključiti kako je hipoteza koja sugerira da su privrženost kućnim ljubimcima i socijalna podrška pozitivni prediktori problema mentalnog zdravlja i zadovoljstva životom, djelomično potvrđena.

## Rasprava

Cilj ovog istraživanja je ispitati odnos privrženosti kućnim ljubimcima i socijalne podrške s problemima mentalnog zdravlja i zadovoljstvom životom. Najprije se ispitala mogućnost predviđanja problema mentalnog zdravlja i zadovoljstva životom na temelju privrženosti kućnim ljubimcima i socijalne podrške. U skladu s proučenom literaturom, očekivalo se da su privrženost kućnim ljubimcima i socijalna podrška negativni prediktori problema mentalnog zdravlja, a pozitivni prediktori zadovoljstva života. Drugi problem bio je ispitati posreduje li socijalna podrška u odnosu između privrženosti kućnim ljubimcima i problema mentalnog zdravlja te u odnosu između privrženosti kućnim ljubimcima i zadovoljstva životom. Očekivalo se da socijalna podrška ima medijatorsku ulogu u odnosu privrženosti kućnim ljubimcima i problema mentalnog zdravlja te u odnosu privrženosti kućnim ljubimcima i zadovoljstva životom.

Pokazalo se da postoji statistički značajna pozitivna povezanost (niska, ali značajna) privrženosti kućnih ljubimaca s problemima mentalnog zdravlja i socijalnom podrškom, dok se socijalna podrška pokazala statistički značajno negativno i umjereno povezanom s problemima mentalnog zdravlja. Rezultati hijerarhijske regresijske analize pokazali su da je privrženost kućnim ljubimcima značajni pozitivni prediktor problema mentalnog zdravlja, dok se socijalna podrška pokazala značajnim negativnim prediktorom problema mentalnog zdravlja. Navedeni rezultati nisu u skladu s većinom prethodnih istraživanja na ovu tematiku. Unatoč tendenciji dosadašnjih istraživanja ka potvrđivanju pozitivnog učinka kućnih ljubimaca na mentalno zdravlje vlasnika, postoje i kontradiktorni nalazi. U istraživanju Parslow i suradnika (2005) sudjelovalo je 2551 Australaca u dobi 60-64 godina te se ispitala povezanost privrženosti kućnim ljubimcima i zdravlja sudionika. Pokazalo se da je veća briga o kućnim ljubimcima značajno povezana s negativnijim zdravstvenim ishodima, uključujući i mentalno zdravlje. Specifično, sudionici su pokazivali više rezultate na dimenziji psihoticizma mjerenoj *Eysenckovim testom osobnosti*, veće razine depresivnih simptoma i češću upotrebu analgetika, u odnosu na one koji ne posjeduju kućnog ljubimca. Također, u istraživanju Miltiades i Shearer (2011; prema Ombla, 2012) pronađeni su slični rezultati na uzorku prosječne dobi 68 godina, gdje je pronađena statistički značajna pozitivna korelacija između privrženosti kućnim ljubimcima i depresivnosti vlasnika. S obzirom na uzorak, važno je uzeti u obzir da su sudionici starije životne dobi, za razliku u ovom istraživanju, gdje je upravo njih u najmanjoj mjeri. Postoji mogućnost da sudionici svoje kućne ljubimce doživljavaju kao veliku obavezu te se na taj način opterećuju. Važno je naglasiti da se ovdje radi o složenijem odnosu te da rezultati

ovise o percepciji uloge koju pojedinac ima, o financijskom statusu vlasnika, dnevnom vremenskom periodu koji ljubimac zahtijeva, stavovima prema životinjama općenito, o činjenici je li osoba samostalno donijela odluku o usvajanju kućnog ljubimca, koliko i kako se osoba brine o ljubimcu itd. (Levačić, 2009). Također, moguće je da neki vlasnici kućnih ljubimaca imaju ljubimce kao kompenzaciju za neadekvatne odnose, ali takav oblik kompenzacije ne djeluje kao adekvatna zamjena, pa su iz tog razloga, unatoč privrženosti kućnom ljubimcu, i dalje nezadovoljni i nesretni. Socijalna podrška se u ovom istraživanju pokazala značajnim negativnim prediktorom, što je u skladu s prethodnim istraživanjima (Ozbay i sur., 2007), gdje se pokazalo da socijalna podrška može biti primarno zaštitni čimbenik u stresnim životnim situacijama te smanjiti rizik od razvoja simptoma depresivnosti i anksioznosti. Također, pokazala se i pozitivnim prediktorom zadovoljstva životom, što je također u skladu s prethodnim istraživanjima (Siedlecki i sur., 2014) u kojem je sudjelovalo 1111 sudionika u dobi od 18 do 95 godina. Autori navode kako socijalna podrška u svim fazama života pozitivno korelira sa subjektivnim blagostanjem pojedinca i zadovoljstvom životom općenito.

Nadalje, privrženost kućnim ljubimcima nije značajno korelirala sa zadovoljstvom životom, dok se korelacija zadovoljstva životom i socijalne podrške pokazala pozitivnom i statistički značajnom. Dakle, privrženost kućnim ljubimcima se nije potvrdila kao značajnim prediktor zadovoljstva životom, što nije očekivano i uglavnom nije u skladu s prethodnim istraživanjima. U istraživanju Bao i Schreer (2016) pokazalo se da su sudionici koji su posjedovali kućnog ljubimca bili značajno zadovoljniji od onih koji nisu, ali nisu imali značajnu ulogu u svakodnevnoj procjeni vlastitih emocija. Suprotno tome, Himsworth i Rock (2013; prema le Roux i Wright, 2020) izvještavaju o negativnoj povezanosti privrženosti kućnim ljubimcima i zadovoljstva životom kod starijih osoba, dok je kod ostalog uzorka potvrđena statistički značajna pozitivna povezanost između navedenih varijabli. U istraživanju Mhaistir (2013; prema le Roux i Wright, 2020) se pokazalo kako ne postoji značajna razlika u zadovoljstvu životom kod onih koji posjeduju kućnog ljubimca i onih koji ne posjeduju. Iako kućni ljubimci mogu pružiti emocionalnu podršku, briga o ljubimcima nekim pojedincima može predstavljati značajnu odgovornost, pa samim time ako pojedinac osjeća pritisak radi ljubimca ili mu je ljubimac preveliki financijski teret (npr. zbog zdravstvenih problema kućnog ljubimca), to može biti izrazito stresno za pojedinca i značajno umanjiti osjećaj zadovoljstva životom. Stoga, prva hipoteza, kojom se pretpostavilo da su privrženost kućnim ljubimcima i

socijalna podrška negativni prediktori problema mentalnog zdravlja, a pozitivni prediktori zadovoljstva života, je djelomično potvrđena.

Drugom hipotezom je pretpostavljeno da će socijalna podrška biti značajni medijator u odnosu privrženosti kućnim ljubimcima i problema mentalnog zdravlja te u odnosu privrženosti kućnim ljubimcima i zadovoljstva životom. Uzimajući u obzir da kućni ljubimci ljudima omogućuju lakše proširivanje raspona veza i socijalnih kontakata koji doprinose općem životnom zadovoljstvu, postavlja se pretpostavka da je socijalna podrška statistički značajno pozitivno povezana s privrženosti kućnim ljubimcima i zadovoljstvom života. Hipoteza nije potvrđena. Kako se nije pokazala statistički značajna povezanost između privrženosti kućnim ljubimcima i zadovoljstva životom, nije bilo moguće provoditi daljnji postupak za ispitivanje značajnosti medijacijske veze. Međutim, pokazala se statistički značajna pozitivna korelacija između privrženosti kućnim ljubimcima i socijalne podrške. Iako se socijalna podrška nije pokazala kao značajni medijator, i dalje se sugerira da privrženost kućnim ljubimcima može predviđati veću razinu socijalne podrške, što je u skladu s prethodnim nalazima (Smolković i sur., 2012). Također, McNicholas i suradnici (2005) izjavljuju da vlasnici pasa kao osnovni razlog posjedovanja ljubimca navode što im pružaju određeni oblik socijalne podrške, odnosno intrinzičnu potporu (npr. rekreacija i opuštanje), što može pridonijeti kvaliteti i zadovoljstvu životom. No, ovdje se može vidjeti kako uvijek mogu postojati individualne razlike u potrebama i očekivanjima, pa i u doživljavanju veze s kućnim ljubimcima. Ukoliko ljubimac ne ispunjava potrebe vlasnika, to može reducirati povezanost privrženosti i zadovoljstva životom. Isto tako, kućni ljubimci mogu teško zamijeniti socijalnu podršku od strane drugih ljudi (Wrye, 2009). Ljubimac može pružiti emocionalnu podršku, ali gotovo je nemoguće da u potpunosti zamijeni pojedinačne ljudske odnose te je moguće da na taj način utječe na ukupno zadovoljstvo životom. Postoji mogućnost da kod osobe radi nekih životnih situacija, poput financijskog tereta, tugovanja za gubitkom prethodnog kućnog ljubimca ili nekih drugih životnih problema, privrženost ljubimcu nije dovoljno visoka da utječe na životno zadovoljstvo te da na njega utječu drugi, trenutno značajniji aspekti. Žalovanja za prethodnim kućnim ljubimcem može trajati od šest mjeseci do godinu dana (Wrobel i Dye, 2003) te ukoliko je osoba u bližoj prošlosti izgubila ljubimca, to može utjecati na razinu privrženosti prema drugom ili novom ljubimcu, ali ne mora utjecati na sveukupno zadovoljstvo životom. Socijalna podrška se u odnosu privrženosti kućnim ljubimcima i problema mentalnog zdravlja, također, nije pokazala kao medijator. Ovi rezultati nisu u skladu s prijašnjim istraživanjima. Garrity i suradnici (1989; prema Ombla, 2012) sugeriraju da udovci stariji od 65 godina imaju višu

razinu privrženosti te veću otpornost na stres, ali samo pod uvjetom da postoji minimalna socijalna podrška. Medijacijska veza se potvrdila i u istraživanju Krause-Parello (2008; prema Ombla, 2012) kod starijih žena koji žive u kompleksu za starije osobe. Ovi rezultati ukazuju na mogućnost da podrška ljubimca doprinosi dobrobiti kod onih pojedinaca koji su emocionalno osjetljiviji, čije emocionalne potrebe nisu odgovarajuće zadovoljene ili onih koji prolaze kroz izrazito stresna razdoblja tijekom života. Dakle, pri istraživanju ovakvih povezanosti, trebalo bi uzeti u obzir širi kontekst života pojedinca.

### **Implikacije, ograničenja i smjernice za buduća istraživanja**

Provedeno istraživanje omogućilo je jedan od prvih uvida u odnos privrženosti kućnim ljubimcima, problema mentalnog zdravlja, zadovoljstva životom i socijalne podrške na ovim prostorima. Polazeći od dobivenih rezultata, istraživači bi trebali uzeti u obzir širu sliku pojedinčeve životne situacije, odnosno trenutnih stresora, kako bi se isključili iz mogućih utjecaja na rezultate. Životinje kao kućni ljubimci su se pokazale značajnim i u domovima za starije osobe. Osobe starije životne dobi kada se smjeste u takvu ustanovu često izgube osjećaj neovisnosti, postanu apatični i pokazuju simptome depresivnosti (Krizmanić, 2016). Životinje bi u takvim ustanovama mogle smanjiti niz negativnih ponašanja, a povećati odgovornost i socijalno ponašanje kod starijih osoba te smanjiti depresivnost i apatiju. Potrebno je napomenuti kako se ovim implikacijama ne bi trebalo preuveličavati pozitivne učinke ljubimaca na mentalno zdravlje i sugerirati da se životinje mogu percipirati kao glavni faktor u liječenju problema mentalnog zdravlja jer je svaki problem individualan i složen. Naposljetku, ovi rezultati mogu biti iznimno važni za prevenciju problema mentalnog zdravlja. Primjerice, stručnjacima u području pomagačkih djelatnosti, ovi nalazi mogu pomoći u intervencijama potpomognutim životinjama. Rezultati budućih istraživanja ove tematike bi mogli imati važnu korist za psihologe, odgojitelje i ostale brojne stručnjake koji vode brigu o mentalnom zdravlju ljudi.

Postoje određena ograničenja ovog istraživanja. Važno je napomenuti da instrumenti ovog istraživanja nisu uzeli u obzir ključne koncepte privrženosti kućnim ljubimcima, nego samo intenzitet. Nužno je uzeti u obzir ulogu koju privrženost ima u ovom odnosu i kvalificirati tip odnosa koji postoji između kućnog ljubimca i pojedinca kako bi se pokušalo približiti spoznaji u kojem smjeru privrženost djeluje na mentalno zdravlje (Fralej i Shaver, 2000). Rezultate nije moguće generalizirati na širu populaciju, prvenstveno, jer rod, dob i romantični status u ovom istraživanju nisu ujednačeni, što je važan aspekt, s obzirom da je u prethodnim

istraživanjima dokazano uvjetovanje određenih sociodemografskih podataka na privrženost kućnim ljubimcima. Naime, u istraživanju su veliki dio uzorka ženski sudionici. Prethodno, ali i u ovom istraživanju, se pokazalo kako žene imaju tendenciju većoj razini privrženosti od muškaraca. Moguće je da se muškarci češće ustručavaju od izražavanja stvarne privrženosti, vjerojatno zbog straha od doživljavanja takvog ponašanja kao neprimjernoj svojoj spolnoj ulozi (Ombla, 2012). Također, ni dob ni romantični status nisu bili ujednačeni, što je također moglo utjecati na istraživanje. Naime, pokazalo se da starije osobe te udovci, rastavljeni i samci pokazuju veću privrženost ljubimcima tražeći emocionalnu i socijalnu podršku (Miltiades i Shearer, 2011). Nadalje, u obzir bi se trebalo uzeti i podjednak broj sudionika po vrstama kućnih ljubimaca. U ovom istraživanju je sudjelovanje bilo otvoreno za sve osobe koje posjeduju bilo kakvu životinju. Bilo bi korisno kontrolirati ovu varijablu, s obzirom da se u prethodnim istraživanjima pokazalo da su vlasnici pasa privrženiji svojim kućnim ljubimcima od vlasnika koji imaju neku drugu vrstu životinje (Serpell, 1996; prema Ombla, 2012). Ova podjela bi, također, omogućila usporedbu po facetama te bi se mogla uvidjeti razlika u privrženosti između vrsta životinja.

Buduća istraživanja bi trebala uključiti i kontrolnu grupu, pojedince bez kućnih ljubimaca, kako bi se uvidjelo koliko zapravo privrženost kućnim ljubimcima ima učinka na mentalno zdravlje, a koliko neki drugi čimbenici. Također, ovo istraživanje nije uključilo ispitivanje negativnih učinaka na posjedovanje kućnog ljubimca, što također može utjecati na privrženost, ali i na probleme mentalnog zdravlja vlasnika ljubimca. Većina istraživanja, pa tako i ovo, usmjerena je na pozitivne aspekte, dok su zanemareni potencijalni negativni aspekti, poput stresa radi odgovornosti, financijskog tereta ili tugovanja radi gubitka kućnog ljubimca. Svakako bi taj faktor trebalo ispitati budućim istraživanjima. Iako ovakva istraživanja pružaju važne rezultate o učinku privrženosti kućnih ljubimaca na mentalno zdravlje, važno je razumjeti i nedostatke. Kritičko sagledavanje i pozitivnih i negativnih aspekata može omogućiti točnije razumijevanje ovog složenog odnosa.

### **Zaključak**

Cilj ovog istraživanja je ispitati odnos privrženosti kućnim ljubimcima i socijalne podrške s problemima mentalnog zdravlja i zadovoljstvom životom. Rezultati ukazuju da je privrženost kućnim ljubimcima značajni pozitivni prediktor problema mentalnog zdravlja, dok je socijalna podrška negativan prediktor problema mentalnog zdravlja. Suprotno očekivanom, nije pronađena statistički značajna povezanost između privrženosti kućnim ljubimcima i zadovoljstva životom, pa se samim time privrženost ne može smatrati prediktorom zadovoljstva



životom te je prva hipoteza djelomično potvrđena. Socijalna podrška se nije pokazala značajnim medijatorom u odnosu privrženosti kućnim ljubimcima i mentalnog zdravlja, pa druga hipoteza nije potvrđena. Ovo istraživanje pruža koristan uvid u odnos privrženosti kućnim ljubimcima, socijalne podrške, problema mentalnog zdravlja i mentalnog zdravlja, a dodatna istraživanja na ovu temu omogućila bi detaljnije analiziranje dobivenih rezultata uzimajući u obzir navedena ograničenja.

### Literatura

- Albert, A. i Bulcroft, K. (1988). Pets, families, and the life course. *Journal of Marriage and the Family*, 543-552. <https://doi.org/10.2307/352019>
- Andreassen, G., Stenvold, L. C. i Rudmin, F. W. (2013). My dog is my best friend”: Health benefits of emotional attachment to a pet dog. *Psychology & Society*, 5(2), 6-23.
- Antonacopoulos, N. M. D. i Pychyl, T. A. (2010). An examination of the potential role of pet ownership, human social support and pet attachment in the psychological health of individuals living alone. *Anthrozoös*, 23(1), 37-54.  
<https://doi.org/10.2752/175303710X12627079939143>
- Arambašić, L., Keresteš, G., Kuterovac-Jagodić, G. i Vizek-Vidović, V. (2000). The role of pet ownership as a possible buffer variable in traumatic experiences. *Studia Psychologica*, 42(1-2), 135-146.
- Bao, K. J. i Schreer, G. (2016). Pets and happiness: Examining the association between pet ownership and wellbeing. *Anthrozoös*, 29(2), 283-296.  
<https://doi.org/10.1080/08927936.2016.1152721>
- Bauer, A. i Woodward, L. (2007). People and their pets: A relational perspective on interpersonal complementarity and attachment in companion animal owners. *Society & Animals*, 15(2), 169-189. <https://doi.org/10.1163/156853007X187117>
- Bretherton, I. (1992). Attachment and bonding. In *Handbook of social development: A lifespan perspective* (pp. 133-155). Boston, MA: Springer US.  
[https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0694-6\\_6](https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0694-6_6)
- Buss, D. M. (2016). *The evolution of desire: Strategies of human mating*. Hachette, UK: Basic Books.

- Byers, C. G., Wilson, C. C., Stephens, M. B., Goodie, J. L., Netting, F. E. i Olsen, C. H. (2014). Owners and pets exercising together: canine response to veterinarian-prescribed physical activity. *Anthrozoös*, 27(3), 325-333.  
<https://doi.org/10.2752/175303714X14036956449224>
- Byrne, B. M. (2013). *Structural equation modeling with Mplus: Basic concepts, applications, and programming*. New York: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203807644>
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J. i Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.  
[https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Field, A.P. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics (4th Edition)*. London: Sage publications.
- Fraley, R. C. i Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of general psychology*, 4(2), 132-154. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.132>
- Franklin, A. (1999). *Animals and modern cultures: A sociology of human-animal relations in modernity*. London: Sage publications. <https://doi.org/10.4135/9781446217764>
- Friedmann, E. i Thomas, S. A. (1995). Pet ownership, social support, and one-year survival after acute myocardial infarction in the Cardiac Arrhythmia Suppression Trial (CAST). *The American journal of cardiology*, 76(17), 1213-1217.  
[https://doi.org/10.1016/S0002-9149\(99\)80343-9](https://doi.org/10.1016/S0002-9149(99)80343-9)
- Friedmann, E., Thomas, S. A. i Son, H. (2011). Pets, depression and long-term survival in community living patients following myocardial infarction. *Anthrozoös*, 24(3), 273-285. <https://doi.org/10.2752/175303711X13045914865268>
- Garrity, T. F., Stallones, L. F., Marx, M. B. i Johnson, T. P. (1989). Pet ownership and attachment as supportive factors in the health of the elderly. *Anthrozoös*, 3(1), 35-44.  
<https://doi.org/10.2752/089279390787057829>
- Gerber, M. (2016). *Quality of life of tertiary students and their attachment to a companion animal*. Doctoral dissertation. Stellenbosch: Stellenbosch University.
- Henry, J. D. i Crawford, J. R. (2005). The short-form version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21): Construct validity and normative data in a large non-clinical

- sample. *British journal of clinical psychology*, 44(2), 227-239.  
<https://doi.org/10.1348/014466505X29657>
- Herzog, H. A. (2007). Gender differences in human–animal interactions: A review. *Anthrozoös*, 20(1), 7-21. <https://doi.org/10.2752/089279307780216687>
- Ivezić, E., Jakšić, N., Jokić-Begić, N. i Surányi, Z. (2012). Validation of the Croatian adaptation of the Depression, Anxiety, Stress Scales–21 (DASS-21) in a clinical sample. In *Conference paper presented at 18th Psychology Days in Zadar. Zadar*.
- Johnson, T. P., Garrity, T. F. i Stallones, L. (1992). Psychometric evaluation of the Lexington attachment to pets scale (LAPS). *Anthrozoös*, 5(3), 160-175.  
<https://doi.org/10.2752/089279392787011395>
- Komšo, T. i Burić, I. (2016). Dienerove skale subjektivne dobrobiti: Skala zadovoljstva životom, Skala prosperiteta i Skala pozitivnih i negativnih iskustava. *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*, 8. Zadar: Sveučilište u Zadru.
- Krizmanić, M. (2018). *O životinjama i njihovim ljudima*. Zagreb: V.B.Z.
- Lakatoš, M. i Vejmelka, L. (2018). Značaj životinja za djecu: Implikacije za pomagačke profesije. *Ljetopis socijalnog rada*, 25(1), 101-130. .  
<https://doi.org/10.3935/ljsr.v25i1.197>
- le Roux, M. C. i Wright, S. (2020). The relationship between pet attachment, life satisfaction, and perceived stress: Results from a South African online survey. *Anthrozoös*, 33(3), 371-385. <https://doi.org/10.1080/08927936.2020.1746525>
- Levačić, J. (2009). Pokušaj validacije Adaptirane Lexington skale privrženosti kućnim ljubimcima. *Suvremena psihologija*, 12(2), 391-405.
- Lovibond, P. F. i Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*, 33(3), 335-343.  
[https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Luhmann, M. i Kalitzki, A. (2018). How animals contribute to subjective well-being: A comprehensive model of protective and risk factors. *The Journal of Positive Psychology*, 13(2), 200-214. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1257054>

- McNicholas, J., Gilbey, A., Rennie, A., Ahmedzai, S., Dono, J. A. i Ormerod, E. (2005). Pet ownership and human health: a brief review of evidence and issues. *BMI*, 331(7527), 1252-1254. <https://doi.org/10.1136/bmj.331.7527.1252>
- Miltiades, H. i Shearer, J. (2011). Attachment to pet dogs and depression in rural older adults. *Anthrozoös*, 24(2), 147-154. <https://doi.org/10.2752/175303711X12998632257585>
- Odendaal, J. S. (2000). Animal-assisted therapy—magic or medicine?. *Journal of psychosomatic research*, 49(4), 275-280. [https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(00\)00183-5](https://doi.org/10.1016/S0022-3999(00)00183-5)
- Omba, J. (2012). Kućni ljubimci i implikacije za zdravlje i psihofizičku dobrobit njihovih vlasnika. *Klinička psihologija*, 5(1-2), 59-78.
- Ozbay, F., Johnson, D. C., Dimoulas, E., Morgan Iii, C. A., Charney, D. i Southwick, S. (2007). Social support and resilience to stress: from neurobiology to clinical practice. *Psychiatry (Edgmont)*, 4(5), 35.
- Parslow, R. A., Jorm, A. F., Christensen, H., Rodgers, B. i Jacomb, P. (2005). Pet ownership and health in older adults: Findings from a survey of 2,551 community-based Australians aged 60–64. *Gerontology*, 51(1), 40-47. <https://doi.org/10.1159/000081433>
- Penezić, Z. i Levačić, J. (2010). Adaptirana Lexington skala privrženosti kućnim ljubimcima. *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*. Zadar: Sveučilište u Zadru.
- Siedlecki, K. L., Salthouse, T. A., Oishi, S. i Jeswani, S. (2014). The relationship between social support and subjective well-being across age. *Social indicators research*, 117, 561-576. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0361-4>
- Siegel, J. M., Angulo, F. J., Detels, R., Wesch, J. i Mullen, A. (1999). AIDS diagnosis and depression in the Multicenter AIDS Cohort Study: The ameliorating impact of pet ownership. *AIDS care*, 11(2), 157-170. <https://doi.org/10.1080/09540129948054>
- Smolkovic, I., Fajfar, M. i Mlinaric, V. (2012). Attachment to pets and interpersonal relationships: Can a four-legged friend replace a two-legged one?. *Journal of European Psychology Students*, 3(1), 15-23. <https://doi.org/10.5334/jeps.ao>

- Staats, S., Sears, K. i Pierfelice, L. (2006). Teachers' pets and why they have them: an investigation of the human animal bond 1. *Journal of Applied Social Psychology, 36*(8), 1881-1891. <https://doi.org/10.1111/j.0021-9029.2006.00086.x>
- Valeri, R. M. (2006). Tails of laughter: A pilot study examining the relationship between companion animal guardianship (pet ownership) and laughter. *Society & Animals, 14*(3), 275-293. <https://doi.org/10.1163/156853006778149190>
- Vizek-Vidović, V., Arambašić, L., Keresteš, G., Kuterovac-Jagodić, G. i Vlahović-Štetić, V. (2001). Pet ownership in childhood and socio-emotional characteristics, work values and professional choices in early adulthood. *Anthrozoös, 14*(4), 224-231. <https://doi.org/10.2752/089279301786999373>
- Wrobel, T. A. i Dye, A. L. (2003). Grieving pet death: Normative, gender, and attachment issues. *OMEGA-Journal of Death and Dying, 47*(4), 385-393. <https://doi.org/10.2190/QYV5-LLJ1-T043-U0F9>
- Wrye, J. (2009). Beyond pets: Exploring relational perspectives of petness. *Canadian Journal of Sociology, 34*(4), 1033-1064.
- Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M. i Shaver, P. R. (2011). An attachment perspective on human–pet relationships: Conceptualization and assessment of pet attachment orientations. *Journal of Research in Personality, 45*(4), 345-357. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2011.04.001>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G. i Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment, 52*(1), 30-41. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2)