

Subjektivna dobrobit i psihofizičko zdravlje vlasnika pasa i mačaka

Mateo Županović¹, Jelena Ombla²

1 Podglavička 5, 22 203 Rogoznica

2 Odjel za psihologiju, Sveučilište u Zadru, Obala kralja Petra Krešimira IV, br. 2, 23000 Zadar

Sažetak: Istraživanja afektivnog odnosa vlasnika prema kućnim ljubimcima u kontekstu privrženosti su u tijeku, no čini se da sam odnos ima povoljne zdravstvene ishode za čovjeka. S obzirom na manjak podataka o suživotu čovjeka i kućnih ljubimaca kod nas, cilj ovog istraživanja bio je ispitati subjektivnu dobrobit i samoprocijenjeno mentalno i fizičko zdravlje kod vlasnika pasa i mačaka, uzevši u obzir kvalitetu afektivnog odnosa prema ljubimcu.

U istraživanju je sudjelovalo 505 vlasnika kućnih ljubimaca ($M_{dob} = 27,45$), od čega 62,4% vlasnika pasa i 37,6% vlasnika mačaka. Istraživanje je provedeno *online* metodom, a uz opće sociodemografske informacije prikupljeni su podaci o aspektima subjektivne dobrobiti, mentalnim i somatskim simptomima te doživljaju sigurnog utočišta u odnosu s kućnim ljubimcem.

Vlasnici pasa i vlasnici mačaka iskazuju podjednako zadovoljstvo životom te se ne razlikuju u doživljaju somatskih simptoma. Vlasnici pasa skloniji su percipirati odnos sa svojim ljubimcem kao sigurno utočište u kontekstu realizacije privrženosti, doživljavaju više pozitivnih, a manje negativnih emocionalnih iskustava, izvještavaju o višem ukupnom prosperitetu te manje nepovoljnih mentalnih simptoma u usporedbi s vlasnicima mačaka. Nadalje, obrasci povezanosti pokazuju kako su vlasnici pasa koji doživljavaju više ometajućih somatskih simptoma ujedno privrženiji svom kućnom ljubimcu, dok je kod vlasnika mačaka privrženost ljubimcu povezana s više negativnih emocionalnih iskustava te ometajućih somatskih i mentalnih simptoma. Uzimajući u obzir metodološka ograničenja istraživanja, zaključuje se kako odnos privrženosti ljubimcu i dobrobiti vlasnika nije jednoznačan, odnosno zahtijeva složeniju analizu mogućih (ne)posrednih utjecaja varijabli relevantnih za dobrobit i za socioemocionalno funkcioniranje.

Ključne riječi: subjektivna dobrobit, somatski simptomi, mentalni simptomi, privrženost kućnom ljubimcu

UVOD

Prema Bowlbyjevu tumačenju, privrženost je evolucijska adaptacija i izvorno se tumači u okvirima odnosa skrbnika i djeteta kao snažna afektivna veza koja je relativno trajna, pru-

ža osjećaj sigurnosti i potpore te nedvojbeno doprinosi preživljavanju slabije jedinke u odnosu (Bowlby, 1969). Privrženost je s vremenom protumačena kao sastavnica psihološkog funkcioniranja čovjeka, relevantna za uspostavljanje i oblikovanje svih bliskih interper-

sonalnih odnosa tijekom života. Uz doživljaj snažne emocionalne povezanosti, privrženost osigurava i značajan osjećaj sigurnosti koji djeluje kao razvojni poticaj za pojedinca (Bowlby, 1969). Odrastanje nosi i sve veće iskustvo u interpersonalnim kontaktima, osoba postaje kompetentnija u stvaranju bliskih veza te ulaskom u adolescenciju, uz privrženost roditeljima formiraju se i drugi značajni odnosi, i to s vršnjacima (Hazan i Shaver, 1994), a kasnije i romantičnim partnerima (Hazan i Zeifman, 1999). Ljubavna domena odnosa temeljni je izvor privrženosti u odrasloj dobi, iako potencijal za razvoj privrženosti zapravo leži u bilo kojem odnosu (Kamenov i Jelić, 2003).

Niz istraživanja pokušava provjeriti može li se privrženost razviti prema kućnom ljubimcu. Iako su u prošlim vremenima životinje služile određenoj instrumentalnoj svrsi, kao pomoć u lovu ili zaštiti, s evolucijom društva one postaju integrirane u značajan broj obitelji diljem svijeta. Unutar obitelji ljubimci zauzimaju ulogu koja se dijelom preklapa s ulogama drugih članova obitelji (Philips Cohen, 2002). Iako se potpora koju ljubimci pružaju ne može jednoznačno svrstati među neki od standardnih oblika socijalne podrške, čini se da čovjek u ljubimcu pronalazi utjehu i društvo, posebno vrednujući afektivnu reciprocnost u odnosu (Albert i Bulcroft, 1988; Beck i Katcher, 2003; Bonas i sur., 2000; Philips Cohen, 2002). Sable (2000) kao specifičnost ističe dostupnost i blizinu ljubimaca te izrazitu osjetljivost pojedinih vrsta ljubimaca na prisutnost i raspoloženja svojih vlasnika, kod kojih uspješno pobuđuju pozitivne afekte poput ugone i povezanosti. Ne treba pritom zaboraviti kako su blagotvorni doživljaji i prednosti ovog odnosa dvosmjerni (Panksepp, 1998).

Pregledom literature uočava se teorijska neutemeljenost u razradi pretpostavki, koncepta i definicija vezanih uz tumačenje privrženosti ljubimcima (npr. Beck i Madresh, 2008; Rockett i Carr, 2014; Ombla i sur., 2016). Pre-

ma Fraley i Shaver (2000), odnos u kojem se uspješno realiziraju temeljne funkcije privrženosti (sigurna baza, sigurno utočište, traženje blizine i separacijska anksioznost) je vjerojatan „kandidat“ za formiranje trajne privrženosti. Istraživanja nadalje pokazuju kako i među figurama privrženosti postoje određene kvalitativne i kvantitativne razlike ako se u obzir uzme realizacija privrženosti u odnosu – neke figure imaju prednost pred drugima, što se odražava upravo u stupnju u kojem zadovoljavaju funkcije privrženosti (Doherty i Feeney, 2004; Tancredy i Fraley, 2006). Kurdek (2009) navodi kako vlasnici pasa u odnosu s ljubimcem u određenom stupnju realiziraju funkciju sigurnog utočišta, dok romantični partneri zauzimaju vodeće mjesto u hijerarhiji figura privrženosti. Ombla i Vidaković (2018) zaključuju kako odnos s ljubimcem tek imitira blizak interpersonalni odnos jer vlasnici ljubimaca (pasa) procjenjuju kako u odnosu s romantičnim partnerom najsnažnije doživljavaju pojam sigurnog utočišta, a koji je najmanje izražen upravo prema kućnom ljubimcu. Doživljaj separacijske anksioznosti manje se razlikuje među odnosima, no također je najviše realizirane tjeskobe zbog razdvajanja u odnosu s romantičnim partnerom. Autorice izvještavaju i o niskim korelacijama među dimenzijama privrženosti u odnosima s ljudima i odnosu sa psom kao kućnim ljubimcem. Zaključuju kako odnos s ljubimcem i bliski interpersonalni odnosi dijele nekakvu zajedničku osnovu. Pritom, odgovor na pitanje radi li se o afektivnoj vezi ili odnosu privrženosti može dati samo konkretan uvid u kvalitetu samog odnosa, odnosno zastupljenost funkcija privrženosti u određenom odnosu.

U ovom istraživanju privrženost je, iz spomenutih razloga, tretirana kroz stupanj realizacije doživljaja sigurnog utočišta u odnosu s procjenjivanim kućnim ljubimcem.

Relacijama suživota s kućnim ljubimcima i zdravstvenih ishoda za čovjeka bavio se niz

istraživanja i radova tijekom posljednjih nekoliko desetljeća. Ombla (2012) u svom pregledu istraživanja ove tematike navodi kako dobar dio rezultata podupire hipotezu o pozitivnom učinku koji kućni ljubimci imaju na psihofizičko zdravlje svojih vlasnika, iako se pronalaze i suprotni nalazi, **što upućuje** na potrebu daljnjih istraživanja. Kad je riječ o pozitivnim učincima na fizičko zdravlje, čini se da sam mehanizam dodira (maženje ljubimca) izaziva određene neurofiziološke reakcije u organizmu koje imaju blagotvoran učinak na fizičko funkcioniranje (porast oksitocina, snižavanje kortizola) (Fine i Beck, 2015; Handlin i sur., 2012; Allen i sur., 2001; Odendaal, 2000). Ovisno o vrsti, kućni ljubimci potiču vlasnike na više kretanja, a upravo je moguće da sama pojačana dnevna fizička aktivnost doprinosi boljem zdravstvenom statusu vlasnika ljubimca (Westgarth i sur., 2019; Wu i sur., 2017; Owen i sur., 2010; Cutt i sur., 2008; Yabroff i sur., 2008; Brown i Rodhes, 2006). O važnosti relacije prisutnosti ljubimaca i zdravlja njihovih vlasnika govori i podatak prema kojem je Nacionalni zdravstveni institut SAD-a (US National Institutes of Health) još 1987. godine u sklopu radionice u vlastitoj organizaciji istaknuo kako se u sva buduća istraživanja ljudskog zdravlja treba uključiti i informacija o prisutnosti ljubimaca u kućanstvu te o kvaliteti odnosa između čovjeka i životinje koja ima status kućnog ljubimca (preuzeto s <http://consensus.nih.gov/1987/1987HealthBenefitsPetsta003html.htm>).

Subjektivna dobrobit i mentalno zdravlje vlasnika kućnih ljubimaca kompleksna su istraživačka područja, prvenstveno zbog niza varijabli koje se pokazuju relevantnim u smislu medijatorskih i moderatorskih utjecaja na vezu određenog aspekta odnosa s ljubimcem i subjektivne dobrobiti vlasnika. Ljubavni i obiteljski status (Kurdek, 2009; Albert i Bulcroft, 1988), temeljne psihološke potrebe (posebice

potreba za povezanošću) (McConnell i sur., 2011; Kurdek, 2009), crte ličnosti i strategije emocionalne regulacije (Bao i Schreer, 2016) samo su neki od psiholoških konstrukata koje bi valjalo uzeti u obzir pri istraživanjima navedenih relacija. Čini se za sada kako je kvaliteta postojećih interpersonanih odnosa, kao važan resurs svih psiholoških potreba, iznimno relevantna kontrolna varijabla u kontekstu istraživanja implikacija odnosa s ljubimcima na čovjekovu dobrobit (McConnell i sur., 2011; Ombla i Vidaković, 2018).

Budući da je u Republici Hrvatskoj još uvijek evidentan manjak istraživanja problematike vezane uz suživot čovjeka s kućnim ljubimcima, cilj ovog istraživanja bio je ispitati subjektivnu dobrobit i samoprocijenjeno mentalno i fizičko zdravlje kod vlasnika mačaka i pasa. Trendovi u empirijskoj građi upućuju na to kako ljudi ostvaruju naj snažniju privrženost u odnosu sa psom kao vrstom kućnog ljubimca (npr. Siegel, 1990; Johnson i sur., 1992; Marks i sur., 1994; Zasloff, 1996; Archer, 1997; Kurdek, 2008, 2009; Smolković i sur., 2012). Jednako tako značajne relacije prisutnosti ljubimca i dobrobiti njihovih vlasnika mahom se potvrđuju kad je ciljna vrsta kućnog ljubimca pas, u usporedbi s ostalim vrstama ljubimaca (Bao i Schreer, 2016; Endo i sur., 2020).

Detaljnije, ovim su istraživanjem provjerenе razlike u privrženosti kućnom ljubimcu, odnosno doživljaju sigurnog utočišta u odnosu s kućnim ljubimcem, između vlasnika pasa i mačaka.

Nadalje, nastojalo se ispitati postoji li razlika u subjektivno doživljenoj dobrobiti te mentalnom i fizičkom zdravlju između vlasnika pasa i mačaka. Ispitivanje obrazaca povezanosti između varijabli subjektivne dobrobiti te samoprocijenjenog mentalnog i fizičkog zdravlja i privrženosti u odnosu s kućnim ljubimcem provedeno je također s obzirom na vrstu kućnog ljubimca.

HIPOTEZE

Prema empirijskim podacima, gotovo se potvrđenim rezultatom u literaturi smatra onaj prema kojem vlasnici pasa doživljavaju veću privrženost svom ljubimcu u usporedbi s vlasnicima mačaka i ostalih vrsta kućnih ljubimaca (npr. Siegel, 1990; Johnson i sur., 1992; Marks i sur., 1994; Zasloff, 1996; Archer, 1997; Kurdek, 2008, 2009; Smolković i sur., 2012) stoga se isti smjer očekivao i u ovom istraživanju.

Budući da niz istraživanja potvrđuje pozitivan odnos privrženosti ljubimcu i psihofizičke dobrobiti kod vlasnika ljubimaca (npr. Allen i sur., 2002; Fine i Beck, 2015) i s obzirom na očekivanje snažnije privrženosti ljubimcu kod vlasnika pasa, pretpostavljeno je da će veća dobrobit te veći broj pozitivnih relacija privrženosti ljubimcu i ispitivanih aspekata dobrobiti biti utvrđeni upravo kod vlasnika pasa, u usporedbi s vlasnicima mačaka.

METODA

Sudionici

U istraživanju je sudjelovalo ukupno 505 vlasnika kućnih ljubimaca, pretežito pripadnika populacije studenata, prosječne dobi od 27,45 godina. Vlasnici pasa činili su 62,4% uzorka (od čega je 94% žena), dok se 37,6% uzorka odnosilo na vlasnike mačaka (od čega je 90% žena). Provedbom hi-kvadrat testa utvrđeno je kako nema značajne razlike u broju muškaraca odnosno žena između vlasnika pasa i vlasnika mačaka (hi-kvadrat = 2,68; $p = 0,101$).

Na pitanje o tom smatraju li se primarno odgovornom osobom za skrb o ljubimcu unutar kućanstva 64,4% vlasnika pasa i 63,7% vlasnika mačaka odgovorilo je potvrdno. Su-

dionici u prosjeku imaju svoje ljubimce 5,19 godina, a s obzirom na opću mjeru privrženosti ljubimcu (procjena privrženosti ljubimcu na skali od 1 do 5) ostvaruju rezultat od 4,74, što upućuje na izrazitu privrženost.

Postupak

Prikupljanje podataka provedeno je *online* metodom, na način da je oglas o provedbi istraživanja objavljen uglavnom u studentskim *Facebook* grupama. Sudionici su zamoljeni da prosljede upitnik poznanicima koji odgovaraju traženim uvjetima (punoljetan vlasnik *kućnog* psa ili mačke), stoga je dodatno metodom snježne grude osiguran odgovarajući uzorak. Sudionicima je istaknuto kako na pitanja trebaju odgovarati misleći pritom samo na jednog ljubimca (ako ih imaju više), uz potpunu dobrovoljnost i osiguranje anonimnosti podataka. Sudionici koji su naveli da imaju i psa i mačku za kućnog ljubimca, slijedili su jednaku uputu – prilikom odgovaranja na pitanja koja se tiču ljubimaca fokusirali su se na jednog ljubimca prema vlastitom izboru.

Instrumenti

U uvodom dijelu upitnika sudionici su odgovarali na niz općih pitanja (dob, spol, status zaposlenosti, romantični status i mjesto stanovanja) te na nekoliko pitanja vezanih uz ljubimce (broj ljubimaca, vrsta ljubimca koji se procjenjuje, period posjedovanja ciljnog ljubimca te procjena privrženosti iskazivanjem određene vrijednosti na skali za odgovore od pet stupnjeva).

1.) Dienerove skale subjektivne dobrobiti: Skala zadovoljstva životom, Skala prosperiteta i Skala pozitivnih i negativnih iskustava (Diener, 1984; adaptirane na hrvatski jezik: Komšo i Burić, 2016)

Subjektivna dobrobit podrazumijeva kognitivno-afektivnu procjenu života koja, kad je

visoka, uključuje doživljaj pozitivnih afekata, manju zastupljenost negativnog afekta i visoko zadovoljstvo životom. Pozitivan afekt sržni je koncept subjektivne dobrobiti (Diener, Oishi i Lucas, 2009), koja zbog svoje multidimenzionalnosti zahtijeva opsežniji metodološki pristup mjerenju. Dienerove skale subjektivne dobrobiti dobrih su psihometrijskih karakteristika, dok je, prema Komšo i Burić (2016), pouzdanost tipa unutarnje konzistencije Skale zadovoljstva životom $\alpha = 0,87$, Skale pozitivnih iskustava $\alpha = 0,89$, Skale negativnih iskustava $\alpha = 0,84$ te Skale prosperiteta $\alpha = 0,89$.

a) Skala zadovoljstva životom (Satisfaction with Life Scale – SWLS; Diener i sur., 1985) ima ukupno pet čestica koje se odnose na kognitivnu procjenu zadovoljstva životom. Na skali za odgovore od 7 stupnjeva (1 – uopće se ne slažem do 7 – u potpunosti se slažem) izražava se slaganje s pojedinim tvrdnjama. Primjer čestice je: „*Zadovoljan sam svojim životom.*“ Zbroj procjena na zadanim česticama predstavlja ukupni rezultat, pri čemu viša vrijednost upućuje na veće zadovoljstvo životom.

b) Skala pozitivnih i negativnih iskustava (Scale of Positive and Negative Experience – SPANE; Diener i sur., 2009) ima ukupno 12 čestica koje se raspoređuju u dvije podskupine: šest čestica opisuje pozitivne osjećaje i iskustva, a preostalih šest čestica negativne osjećaje i iskustva. Sudionici se trebaju prisjetiti vlastitih iskustava u posljednja četiri tjedna, pri čemu na skali za odgovore od pet stupnjeva (1 – vrlo rijetko ili nikad do 5 – vrlo često ili uvijek) označavaju koliko su često iskusili, primjerice, sretnu odnosno tužnu emociju. Iskazuje se ukupan rezultat zasebno za negativna i pozitivna iskustva, pri čemu viša vrijednost upućuje na više pozitivnih odnosno negativnih emocionalnih doživljaja.

c) Skala prosperiteta (Flourishing Scale – FS; Diener i sur., 2009) ima ukupno osam čestica koje se odnose na sržne komponente uspješnog emocionalnog funkcioniranja, uk-

ljučujući kvalitetne odnose, osjećaj kompetentnosti te značenja i smisla u životu. Slaganje s pojedinom česticom izražava se na skali za odgovore od sedam stupnjeva (1 – uopće se ne slažem do 7 – u potpunosti se slažem). Primjer čestice je: „Kompetentan sam i sposoban u aktivnostima koje su mi važne.“ Ukupan rezultat predstavlja zbroj procjena na svim česticama, pri čemu se viša vrijednost odnosi na veći percipirani uspjeh u sržnim domenama funkcioniranja.

2.) Kratki upitnik mentalnog zdravlja (MHI-5; Davies i sur., 1988; Berwick i sur., 1991; adaptiran na hrvatski jezik: Slišković, 2020)

Kratki upitnik mentalnog zdravlja ima ukupno pet čestica koje se odnose na samoprocjenu mentalnog stanja sudionika. Čestice opisuju mentalna stanja/simptome čija se učestalost pojavljivanja procjenjuje na skali za odgovore od šest (od 1 – stalno do 6 – nikada). Rezultat se formira kao zbroj procjena danih na česticama, s tim da viša ukupna vrijednost upućuje na manji stupanj negativne mentalne simptomatologije. Primjer čestice je: „Tijekom proteklih mjesec dana, koliko često ste se osjećali obeshrabreno i tužno?“. Upitnik je zadovoljavajućih psihometrijskih karakteristika, uz pouzdanost tipa unutarnje konzistencije $\alpha = 0,83$ (Slišković, 2020).

3.) Upitnik fizičkih simptoma (PHQ-15; Kroenke i sur., 2010)

Upitnik fizičkih simptoma (PHQ-15) konstruirali su Kroenke i suradnici (2010), a za potrebe istraživanja na hrvatskoj populaciji adaptirala Slišković (2020). Služi kao kratka mjera prisutnosti somatskih simptoma. Upitnik ima ukupno 15 čestica koje se odnose na pojedine somatske simptome. Sudionici na skali od 1 do 5 daju opću procjenu svog fizičkog zdravlja, a zatim na skali od 0 do 2 procjenjuju koliko su ih pojedini simptomi ometali u zadanom periodu (npr. „bol u prsima“, „glavobolje“, „vrtoglavica“ itd.). Ukupan rezultat predstav-

lja zbroj procjena na svim česticama. Autori navode zadovoljavajuće psihometrijske karakteristike upitnika uz pouzdanost tipa unutrašnje konzistencije $\alpha = 0,80$.

4.) Upitnik karakteristika i funkcija privrženosti: Skala sigurnog utočišta (prilagođen kućnim ljubimcima; Ombla i sur., 2016)

Upitnik karakteristika i funkcija privrženosti mjera je karakteristika i funkcija privrženosti u bliskim odnosima. Upotrebljava se kako bi se procijenilo u kojem stupnju specifičan bliski odnos odgovara privrženosti (procjenjuje se izraženost karakteristika/funkcija privrženosti u točno određenom odnosu). U ovom istraživanju korištena je verzija upitnika adaptirana za procjenu privrženosti u odnosu s kućnim ljubimcem, koja ima dvije skale – Sigurno utočište (šest čestica) i Separacijska anksioznost (pet čestica). Procjene se izražavaju na skali za odgovore od sedam stupnjeva. Primjer čestice za Skalu sigurnog utočišta upotrijebljenu u ovom istraživanju je “Raču-

nam na svog ljubimca da će biti uz mene te da će mu, bez obzira na sve, uvijek biti stalo do mene”. Upitnik je dobrih psihometrijskih karakteristika, uz visoku pouzdanost tipa unutrašnje konzistencije $\alpha = 0,94$ za Skalu sigurnog utočišta te $\alpha = 0,88$ za Skalu separacijske anksioznosti.

REZULTATI

Deskriptivni pokazatelji

Kolmogorov-Smirnov test normalnosti distribucije rezultata upućuje na značajna odstupanja od normalne distribucije, kada je riječ o rezultatima na svim korištenim skalama, izuzev Skale sigurnog utočišta Upitnika karakteristika i funkcija privrženosti. Prema kriteriju koji ističe Kline (2005), indeksi spljoštenosti i asimetričnosti su unutar prihvatljivih vrijedno-

Tablica 1. Prikaz deskriptivnih pokazatelja ($N = 505$)

		<i>M</i>	<i>SD</i>	Raspon	Cronbachov alfa	K-S test	Indeks asimetričnosti (st. pogreška)	Indeks spljoštenosti (st. pogreška)
<i>Dienerove skale subjektivne dobrobiti</i>	Zadovoljstvo životom	24,02	5,58	5-35 (1-35)	0,86	0,10**	-0,64 (0,11)	0,33 (0,22)
	Pozitivna iskustva	23,18	4,18	7-30 (1-30)	0,90	0,15**	-0,88 (0,11)	1,16 (0,22)
	Negativna iskustva	15,08	4,76	6-30 (1-30)	0,85	0,10**	0,63 (0,11)	0,17 (0,22)
	Prosperitet	43,73	7,47	8-56 (1-56)	0,91	0,10**	-1,08 (0,11)	2,21 (0,22)
<i>Mentalno zdravlje</i>		19,79	5,45	5-30 (1-30)	0,87	0,11**	-0,52 (0,11)	-0,56 (0,22)
<i>Fizički simptomi</i>		8,27	4,90	0-25 (0-30)	0,80	0,11**	0,79 (0,11)	0,42 (0,22)
<i>Sigurno utočište</i>		3,61	1,64	1-7 (1-7)	0,94	0,06	0,17 (0,11)	-0,79 (0,22)

** $p < 0,01$ * $p < 0,05$

sti (svi su utvrđeni indeksi asimetričnosti niži od 3, a indeksi spljoštenosti niži od 8).

Distribucija rezultata na Skali negativnih iskustava i Upitniku fizičkih simptoma pozitivno je asimetrična, što govori da je većina rezultata pomaknuta prema nižim vrijednostima, odnosno vlasnici ljubimaca doživljavaju manje negativnih emocionalnih iskustava i fizičkih simptoma. Suprotno tome, rezultati na ostalim Dienerovim skalama subjektivne dobrobiti i Kratkom upitniku mentalnog zdravlja pomaknuti su prema višim vrijednostima, što znači da su u prosjeku vlasnici kućnih ljubimaca zadovoljni svojim životom, imaju više pozitivnih iskustava, doživljavaju pozitivan prosperitet i manje negativnih mentalnih simptoma.

Subjektivna dobrobit, samoprocijenjeno mentalno i fizičko zdravlje te privrženost ljubimcu kod vlasnika pasa i vlasnika mačaka

Kako bi se provjerile razlike u subjektivno doživljenoj dobrobiti, samoprocijenjenom mentalnom i fizičkom zdravlju te doživljaju privrženosti prema ljubimcu između vlasnika pasa i mačaka proveden je niz *t*-testova za nezavisne uzorke (Tablica 2).

Vlasnici pasa i vlasnici mačaka ne razlikuju se u procjenama zadovoljstva životom, niti u doživljaju somatskih simptoma. Vlasnici pasa skloniji su percipirati odnos sa svojim ljubimcem kao sigurno utočište u kontekstu realizacije privrženosti, doživljavaju više pozitivnih,

Tablica 2. Prikaz rezultata *t*-testova za nezavisne uzorke, s ciljem provjere razlika u subjektivnoj doživljenoj dobrobiti, samoprocijenjenom mentalnom i fizičkom zdravlju te doživljaju sigurnog utočišta u odnosu s ljubimcem između vlasnika pasa i vlasnika mačaka ($N_{vl. \text{ pasa}} = 315$ i $N_{vl. \text{ mačaka}} = 190$).

		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
<i>Zadovoljstvo životom</i>	$N_{vl. \text{ pasa}}$	24,35	5,35	1,73	503	0,08
	$N_{vl. \text{ mačaka}}$	24,47	5,90			
<i>Pozitivna iskustva</i>	$N_{vl. \text{ pasa}}$	23,71	3,92	3,72	503	0,00
	$N_{vl. \text{ mačaka}}$	22,30	4,46			
<i>Negativna iskustva</i>	$N_{vl. \text{ pasa}}$	14,69	4,53	-2,39	503	0,02
	$N_{vl. \text{ mačaka}}$	15,37	5,07			
<i>Prosperitet</i>	$N_{vl. \text{ pasa}}$	44,30	7,34	2,23	503	0,03
	$N_{vl. \text{ mačaka}}$	42,77	7,62			
<i>Mentalni simptomi</i>	$N_{vl. \text{ pasa}}$	20,30	5,46	2,69	503	0,01
	$N_{vl. \text{ mačaka}}$	18,96	5,34			
<i>Fizički simptomi</i>	$N_{vl. \text{ pasa}}$	8,10	4,85	-1,02	503	0,31
	$N_{vl. \text{ mačaka}}$	8,55	4,99			
<i>Sigurno utočište</i>	$N_{vl. \text{ pasa}}$	3,82	1,62	3,76	503	0,01
	$N_{vl. \text{ mačaka}}$	3,26	1,61			

Tablica 3. Pearsonovi koeficijenti korelacija između privrženosti kućnom ljubimcu (Sigurno utočište) i aspekata subjektivne dobrobiti te samoprocijenjenog mentalnog i fizičkog zdravlja kod vlasnika pasa i vlasnika mačaka ($N_{vl. \text{ pasa}} = 315$ i $N_{vl. \text{ mačaka}} = 190$).

<i>Privrženost kućnom ljubimcu (Sigurno utočište)</i>		
	Vlasnici pasa	Vlasnici mačaka
<i>Zadovoljstvo životom</i>	-0,06	-0,03
<i>Pozitivna iskustva</i>	-0,08	-0,09
<i>Negativna iskustva</i>	0,08	0,15*
<i>Prosperitet</i>	-0,00	-0,11
<i>Mentalni simptomi</i>	-0,05	-0,24*
<i>Fizički simptomi</i>	0,15*	0,24*

*značajno uz $p < 0,05$

a manje negativnih emocionalnih iskustava, izvještavaju o višem ukupnom prosperitetu te manje nepovoljnih mentalnih simptoma u usporedbi s vlasnicima mačaka.

U svrhu provjere obrazaca povezanosti između varijabli subjektivne dobrobiti te samoprocijenjenog mentalnog i fizičkog zdravlja i privrženosti prema ljubimcu, uzimajući u obzir vrstu ljubimca, izračunati su Pearsonovi koeficijenti korelacije (Tablica 3).

Na uzorku vlasnika pasa utvrđena je statistički značajna niska pozitivna povezanost fizičke simptomatologije i doživljaja sigurnog utočišta u odnosu s kućnim ljubimcem. Vlasnici pasa koji doživljavaju više ometajućih somatskih simptoma ujedno su privrženiji svom kućnom ljubimcu.

Na uzorku vlasnika mačaka utvrđene su značajne niske pozitivne povezanosti doživljaja negativnih emocionalnih iskustava i somatske simptomatologije s privrženošću ljubimcu te značajna niska negativna povezanost mentalnih simptoma i privrženosti ljubimcu. Vlasnici mačaka koji doživljavaju više negativnih emocionalnih iskustava, ometajućih somatskih i mentalnih simptoma ujedno su skloniji perci-

pirati odnos sa svojim ljubimcem kao sigurno utočište u kontekstu privrženosti.

RASPRAVA

Istraživanja dobrobiti vlasnika kućnih ljubimaca na uzorcima ispitanika u Hrvatskoj još uvijek su rijetkost, iako se samom području u stranoj empirijskoj literaturi posvećuje pažnja posljednjih nekoliko desetljeća. Prema posljednjim podacima GfK – Centra za istraživanje tržišta (2016), Hrvatska je pri vrhu svjetske ljestvice sa 61% kućanstava u kojima je zastupljen najmanje jedan kućni ljubimac (svjetski prosjek je 56%) (preuzeto s: www.askgfk.hr). S obzirom na navedeni postotak kućanstava u kojima čovjek i životinja dijele svakodnevni životni prostor, te uzevši u obzir nedostatak podataka vezanih uz psihofizičku dobrobit vlasnika kućnih ljubimaca u Hrvatskoj, istraživanja posvećena ovoj populaciji vrijedna su pažnje.

Opći cilj istraživanja usmjeren je na provjeru razlika u privrženosti kućnom ljubimcu s obzirom na vrstu ljubimca, pri čemu je pretpo-

stavljeno da će vlasnici pasa iskazati veći stupanj realizirane privrženosti prema kućnom ljubimcu, u kontekstu percepcije sigurnog utočišta u ljubimcu, u usporedbi s vlasnicima mačaka. Takav je rezultat potvrđen i time što je u skladu s postojećom empirijskom literaturom u ovom području. Primjerice, Holcomb i suradnici (1985) operacionaliziraju privrženost ljubimcu kroz stupanj intimnosti u odnosu i angažman oko ljubimca, pri čemu navode kako su vlasnici pasa više angažirani u odnosu s ljubimcem u usporedbi s vlasnicima mačaka. Vlasnici pasa tako više fizički treniraju svoje ljubimce, uređuju ih te više vježbaju poslušnost. Fizička blizina, koja proizlazi iz vremena provedenog zajedno, bitan je preduvjet za razvoj dubljeg emocionalnog odnosa. Smith (1983) se usmjerava na stupanj reciprocnosti u odnosu s ljubimcem, kao moguć temelj razvoja odnosa. Psi su iznimno reaktivni prema ljudima, dok su mačke sklonije nezavisnom ponašanju. Takva više "pasivna" kvaliteta interakcije mogla bi predeterminirati smjer razvoja odnosa s ljubimcem. Nadalje, specifičnost komunikacijskih obrazaca (Topál i sur., 1998; Arahori i sur., 2017) i vrste podrške koju vlasnik osjeća u odnosu sa psom (Albert i Bulcroft, 1988; Bonas i sur., 2000; Philips Cohen, 2002) mogle bi preduvjetovati kvalitativno jedinstvenu formu privrženosti za ovu vrstu kućnog ljubimca. Drugim riječima, indikatori realizacije funkcije sigurnog utočišta možda nisu jednaki kad se procjenjuje odnos sa psom ili mačkom, o čemu svakako treba voditi računa u budućim istraživanjima privrženosti prema kućnim ljubimcima.

Detaljnije, ovim istraživanjem nastojale su se ispitati potencijalne razlike u subjektivno doživljenoj fizičkoj i mentalnoj dobrobiti između vlasnika pasa i vlasnika mačaka. U dijelu dosadašnjih istraživanja ustanovljeno je da su vlasnici pasa boljeg zdravlja te da imaju kvalitetnije socijalne odnose u usporedbi s vlasnicima mačaka (npr. Bennett i sur., 2015;

Bao i Schreer, 2016), što se u literaturi uglavnom pojašnjava snažnijom emocionalnom vezom u odnosu sa psima kao kućnim ljubimcima (npr. Allen i sur., 2002; Fine i Beck, 2015; Endo i sur., 2020). Pretpostavljena su jednaka očekivanja, no rezultati su nešto složeniji. Provjerom razlika u procjenama subjektivne dobrobiti te fizičkog i mentalnog zdravlja utvrđeno je kako se vlasnici pasa i mačaka ne razlikuju u procjenama zadovoljstva vlastitim životom, niti u iskazu o fizičkoj simptomatologiji. Vlasnici pasa doživljavaju više pozitivnih emocionalnih iskustava, dok vlasnici mačaka doživljavaju više negativnih emocionalnih iskustava. Nadalje, vlasnici pasa izvještavaju o većem prosperitetu te o manjoj zastupljenosti mentalnih simptoma u usporedbi s vlasnicima mačaka. Analizirajući razlike među dvama uzorcima, može se zaključiti kako vlasnici pasa iskazuju veću subjektivnu dobrobit. Međutim, uvidom u analizu obrazaca korelacija među varijablama uzetim u obzir u ovom istraživanju, jasno je kako zaključak o većoj privrženosti u odnosu sa psom kao mogućem temelju pozitivnih implikacija ovog specifičnog odnosa na dobrobit vlasnika pasa zapravo nije održiv, odnosno zahtijeva detaljniji istraživački pristup ovoj tematici. Naime, iako se radi o pretežno niskim korelacijama, rezultati su pokazali kako su vlasnici pasa koji doživljavaju više ometajućih somatskih simptoma ujedno privrženiji svom kućnom ljubimcu, dok je privrženost ljubimcu kod vlasnika mačaka povezana s doživljavanjem više negativnih emocionalnih iskustava te ometajućih somatskih i mentalnih simptoma. Umjesto očekivanih *pozitivnih* relacija privrženosti ljubimcu i ispitivanih aspekata dobrobiti, utvrđeni su obrnuti obrasci – veća privrženost ljubimcu povezana je s nižom dobrobiti. Pritom, valja napomenuti da je više značajnih odnosa utvrđeno na uzorku vlasnika mačaka u usporedbi s uzorkom vlasnika pasa. Uzimajući u obzir prvenstveno metodološka ograničenja istraživanja, preostaje pretpostavi-

ti kako odnos privrženosti ljubimcu i dobrobiti vlasnika nije jednoznačan, odnosno zahtijeva složeniju analizu mogućih (ne)posrednih utjecaja drugih varijabli relevantnih za dobrobit i za socioemocionalno funkcioniranje. Bao i Schreer (2016) tako utvrđuju razlike u crtama ličnosti između vlasnika pasa i vlasnika mačaka. Prema tim autorima, vlasnici pasa su više ekstravertirani, savjesni, ugodni i otvoreni prema iskustvima za razliku od vlasnika mačaka. Upravo bi veća društvenost i socijabilnost mogla predisponirati neke ljude da se odluče za psa kao vrstu kućnog ljubimca, naspram ostalih, dok bi u tom slučaju subjektivna dobrobit takvih pojedinaca mogla biti odraz prvenstveno strukture ličnosti. Nadalje, Bennett i suradnici (2015) pronalaze kako vlasnici pasa u blizini ljubimaca doživljavaju više pozitivnih afektivnih stanja, a manje negativnih afekata i doživljaja. U ovom istraživanju utvrđen je sličan trend, a potencijalno pojašnjenje može biti u kontekstu suživota sa psima, koji kao takav nudi više prilika za socijalni angažman vlasnika (npr. šetnja sa psom i kontakt sa susjedima, prolaznicima i drugim vlasnicima pasa). Nekoliko istraživanja doista je i potvrdilo funkciju ljubimaca/pasa kao onih aspekata socijalnog konteksta koji “razbijaju led” i djeluju poput “socijalnih lubrikanata”, okidajući socijalnu interakciju (npr. Robins i sur., 1991; Rogers i sur., 1993; Wood i sur., 2007; Wood i sur., 2015). Čini se da bi upravo češći kontakti u socijalnoj okolini mogli biti podrška pozitivnom afektu, a samim time i mentalnom zdravlju vlasnika pasa. U skladu s navedenim je i nalaz o socijalnoj usamljenosti kao moderatoru odnosa afektivne vezanosti za ljubimca i životnog zadovoljstva, ustanovljen na uzorku hrvatskih vlasnika pasa (Ombla i Vidaković, 2019). Utvrđeno je, naime, kako afektivna vezanost za ljubimca doprinosi životnom zadovoljstvu vlasnika, ali pod uvjetima adekvatne socijalne uključenosti – pokušaj kompenza-

cije izostanka angažmana u socijalnoj okolini snažnijim vezivanjem za ljubimca narušava životno zadovoljstvo. Još jednu varijablu vezanu uz odnos s ljubimcem, a relevantnu za kontekst subjektivne dobrobiti, ističu Bao i Schreer (2016). Prema tim autorima, moguće je da je kod vlasnika koji imaju svoje ljubimce duže vrijeme došlo do adaptacije na njegovu prisutnost te da doživljaj sreće zbog ljubimca (kao afektivna komponenta dobrobiti) s vremenom popušta. Sudionici ovog istraživanja imaju svoje ljubimce u prosjeku nešto više od pet godina, stoga se pretpostavka o afektivnoj adaptaciji na ljubimca može primijeniti na dobivene rezultate. Bao i Schreer (2016) nadalje ističu kako su istraživanja trokomponentnog modela subjektivne dobrobiti kod vlasnika ljubimaca izrazita rijetkost, stoga ovo istraživanje nudi relevantan doprinos području. Konačno, dobiveni se rezultati mogu povezati i s istraživanjima koja upućuju na nepovoljne posljedice visoke privrženosti ljubimcu, i to zbog neadekvatne organizacije prioriteta u domaćinstvu, prekomjerne brige za ljubimca i posljedično preopterećenosti koja može dovesti do doživljaja stresa (npr. McNicholas i sur., 2005; Hodgson i sur., 2015).

Zaključno, odnos privrženosti kućnim ljubimcima te mentalne i fizičke dobrobiti je složen i zahtijeva buduća istraživanja. Glavni nedostaci ovog istraživanja vežu se uz prilično homogen uzorak vlasnika kućnih ljubimaca, pretežno studentske populacije i to većinom žena. Radi se, dakle, o mladoj i zdravoj populaciji vlasnika kućnih ljubimaca. U svakom slučaju, podaci mogu poslužiti kao temelj za neka buduća istraživanja, posebno ako se u obzir uzme tematika koja je na našim područjima još uvijek rijetkost, te bi se uz obraćanje pozornosti na nedostatke ovog istraživanja mogle oblikovati smjernice za potencijalno kvalitetniji i precizniji rad u ovom području.

LITERATURA

- Albert, A. i Bulcroft, K. (1988). Pets, families and the life course. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 543-552. doi.org/10.2307/352019
- Allen, K., Blascovich, J. i Mendes, W.B. (2002). Cardiovascular reactivity and the presence of pets, friends, and spouses: The truth about cats and dogs. *Psychosomatic Medicine*, 64, 727-739. doi.org/10.1097/01.psy.0000024236.11538.41
- Allen, K., Shykoﬀ, B.E. i Izzo, J.L. (2001). Pet ownership, but not ACE inhibitor therapy, blunts home blood pressure responses to mental stress. *Hypertension*, 38, 815-820. doi.org/10.1161/hyp.38.4.815
- Archer, J. (1997). Why do people love their pets? *Evolution and Human Behavior*, 18, 237-259. doi.org/10.1016/S0162-3095(99)80001-4
- Arahoru, M., Kuroshima, H., Hori, Y., Takagi, S., Chijiwa, H. i Fujita, K. (2017). Owners' view of their pets' emotions, intellect, and mutual relationship: Cats and dogs compared. *Behavioral Processes*, 141, 316-321. doi.org/10.1016/j.beproc.2017.02.007
- Bao, K. J. i Schreer, G. (2016). Pets and happiness: Examining the association between pet ownership and wellbeing. *Anthrozoös*, 29(2), 283-296. doi.org/10.1080/08927936.2016.1152721
- Beck, A.M. i Katcher, A.K. (2003). Future directions in human-animal bond research. *American Behavioral Scientist*, 47, 79-89. doi.org/10.1177/0002764203255214
- Beck, L. i Madresh, E.A. (2008). Romantic partners and four-legged friends: An extension of attachment theory to relationships with pets. *Anthrozoös*, 21 (1), 43-56. doi.org/10.2752/089279308x274056
- Bennett, P. C., Trigg, J. L., Godber, T. i Brown, C. (2015). An experience sampling approach to investigating associations between pet presence and indicators of psychological wellbeing and mood in older Australians. *Anthrozoös*, 28(3), 403-420. doi.org/10.1080/08927936.2015.1052266
- Bonas, S., McNicholas, J. i Collins, G.M. (2000). Pets in the network of family relationships: An empirical study. U: A. L. Podberscek, E. S. Paul i J.A. Serpell (Ur.), *Companion animals and us*, (209-236). Cambridge: Cambridge University Press.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss. Vol. 1, *Attachment*. New York: Basic Books.
- Brown, S. G. i Rhodes, R. E. (2006). Relationships among dog ownership and leisure-time walking in Western Canadian adults. *American Journal of Preventive Medicine*, 30(2), 131-136. doi.org/10.1016/j.amepre.2005.10.007
- Cutt, H., Giles-Corti, B., Knui-man, N., Timperio, A., Bull, F. (2008). Understanding dog owners' increased levels of physical activity: Results from RESIDE. *American Journal of Public Health*, 98 (1), 66-69. doi.org/10.2105%2FAJPH.2006.103499
- Doherty, N.A. i Feeney, J.A. (2004). The composition of attachment networks throughout the adult years. *Personal Relationships*, 11, 469-488. doi.org/10.1111/j.1475-6811.2004.00093.x
- Endo, K., Yamasaki, S., Ando, S., Kikusi, T., Mogi K., Nagasawa, M., Kamimura, I., Ishihara, J., Nakanishi, M., Usami, S., Hiraiwa-Hagesawa, M., Kasai, K. i Nishida, A. (2020). Dog and Cat Ownership Predicts Adolescents' Mental Well-Being: A Population-Based Longitudinal Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (3), 884. doi.org/10.3390/ijerph17030884
- Fine, A. H. i Beck, A. M. (2015). Understanding Our Kinship with Animals: Input for Health Care Professionals Interested in the Human-Animal Bond. *Handbook on Animal-Assisted Therapy (Fourth Edition)*, 3-10.
- Fraley, R.C. i Shaver, P. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4 (2), 132-154. doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.132
- Handlin, L., Nilsson, A., Ejdebäck, M., Hybring-Sandberg, E. i Uvnas-Moberg, K. (2012). Associations between the psychological characteristics of the human-dog relationship and oxytocin and cortisol levels. *Anthrozoös*, 25(2), 215-228. doi.org/10.2752/175303712X13316289505468
- Hazan, C. i Shaver, P.R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22. doi.org/10.1207/s15327965pli0501_1

- Hazan, C. i Zeifman, D. (1999). Pair bonds as attachments. *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, 336-354.
- Hodgson, K., Barton, L., Darling, M., Antao, V., Kim, F. A. i Monavvari, A. (2015). Pets' impact on your patients' health: leveraging benefits and mitigating risk. *The Journal of the American Board of Family Medicine*, 28(4), 526-534. doi.org/10.3122/jabfm.2015.04.140254
- Holcomb, R., Williams, R. C. i Richards, P. S. (1985). The elements of attachment: Relationship maintenance and intimacy. *Journal of the Delta Society*. 2, 28-34.
- 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. doi.org/10.2752/089279392787011395
- Kamenov, Ž. i Jelić, M. (2003). Validacija instrumenta za mjerenje privrženosti u različitim vrstama bliskih odnosa: Modifikacija Brenna-nova Inventara iskustava u bliskim vezama. *Suvremena psihologija*. 6 (1), 73-91.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*. The Guilford Press.
- Komšo, T., Burić, I. (2016). Dienerove skale subjektivne dobrobiti: Skala zadovoljstva životom, Skala prosperiteta i Skala pozitivnih i negativnih iskustava. U: I. Tucak Junaković i sur. (Ur.) *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*, 8 (str. 55-63). Odjel za psihologiju, Sveučilište u Zadru.
- Kroenke, K., Spitzer, R., L., Williams, J.B.W. i Löwe, B. (2010). The Patient Health Questionnaire Somatic, Anxiety, and Depressive Symptom Scales: A systematic review. *General Hospital Psychiatry*. 32, 345-359. doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2010.03.006
- Kurdek, L.A. (2009). Pet dogs as attachment figures for adult owners. *Journal of Family Psychology*. 23 (4), 439-446. doi.org/10.1037/a0014979
- Kurdek, L.A. (2008). Pet dogs as attachment figures. *Journal of Social and Personal Relationships*. 25 (2), 247-266. doi.org/10.1177/0265407507087958
- Marks, S.G., Koepke, J.E. i Bradley, C.L. (1994). Pet attachment and generativity among young adults. *The Journal of Psychology*. 128 (6), 641 – 650. doi.org/10.1080/00223980.1994.9921292
- McConnell, A. R., Brown, C. M., Shoda, T. M., Stayton, L. E. i Martin, C. E. (2011). Friends with benefits: On the positive consequences of pet ownership. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(6), 1239-1252. doi.org/10.1037/a0024506
- 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. *BMJ*, 331(7527), 1252-1254. doi.org/10.1136/bmj.331.7527.1252
- Odendaal, J.S.J. (2000). Animal-assisted therapy: magic or medicine? *Journal of Psychosomatic Research*. 49, 275-280. doi.org/10.1016/S0022-3999(00)00183-5
- Ombla, J. (2012). Kućni ljubimci i implikacije za zdravlje i psihofizičko dobrobit njihovih vlasnika. *Klinička psihologija* 5 (1-2), 59-79.
- Ombla, J., Penezić, Z., Jurkin, M. (2016). Upitnik karakteristika i funkcija privrženosti. U: I. Tucak Junaković i sur. (Ur.) *Zbirka psihologijskih skala i upitnika- svezak 8*, Sveučilište u Zadru, str.751-85.
- Ombla, J., Penezić, Z., Vidaković, M. (2016). Socioemocionalni kontekst privrženosti kućnim ljubimcima. *Suvremena psihologija*, 19 (2), 217 – 235. doi.org/10.21465/2016-SP-192-07
- Ombla, J., Vidaković, M. (2018). Provjera osnovnih koncepata teorije privrženosti u okviru odnosa vlasnik-kućni ljubimac. *Psihologijske teme*. 27 (2). 195-220. doi.org/10.31820/pt.27.2.4
- Ombla, J., Vidaković, M. (2019). Socijalni odnosi, afektivna vezanost za ljubimca i zadovoljstvo životom kod vlasnika pasa. *Društvena istraživanja*. 28 (4). 587-606. doi.org/10.5559/di.28.4.02
- Owen, C. G., Nightingale, C. M., Rudnicka, A. R., Ekelund, U., McMinn, A. M., van Sluijs, E. M., Griffin, S.J., Cook, D.G. i Whincup, P. H. (2010). Family dog ownership and levels of physical activity in childhood: Findings from the child heart and health study in England. *American Journal of Public Health*, 100(9), 1669-1671. doi.org/10.2105/AJPH.2009.188193
- Panksepp, J. (1998). *Affective neuroscience: The foundation of human and animal emotions*. Oxford: University Press.
- Philips Cohen, S. (2002). Can pets function as family members? *Western Journal of*

- Nursing Research*, 24, 621-638. doi.org/10.1177/019394502320555386
- Rockett, B. i Carr, S. (2014). Animals and attachment theory. *Society & Animals*, 22(4), 415-433. doi.org/10.1163/15685306-12341322
- Robins, D., Sanders, C. i Cahill, S. (1991). Dogs and their people: pet-facilitated interaction in a public setting. *Journal of Contemporary Ethnography*, 20, 3-25. doi.org/10.1177/089124191020001001
- Rogers, J., Hart, L.A. i Boltz, R.P. (1993). The role of pet dogs in casual conversations of elderly adults. *The Journal of Social Psychology*, 133, 265-277. doi.org/10.1080/00224545.1993.9712145
- Sable, P. (2000). *Attachment and adult psychotherapy*. Northvale, NJ: Jason Aronson, Inc.
- Siegel, J. M. (1990). Stressful life events and use of physician services among the elderly. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 1081-1086. doi.org/10.1037//0022-3514.58.6.1081
- Slišković, A. (2020). Kratki upitnik mentalnog zdravlja. U: V. Čubela Adorić i sur. (Ur.) Zbirka psihologijskih skala i upitnika, Odjel za psihologiju, Sveučilište u Zadru. U *postupku objave*.
- Smith, S.L. (1983). Interactions between pet dog and family members: An ethological study. U: A.H. Katcher i A.M. Beck (ur.) *New Perspectives on Our Lives with Companion Animals* (str 29-36). Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Smolković, I., Fajfar, M. i Mlinarić, V. (2012). Attachment to pets and interpersonal relationships: Can a four legged friend replace a two legged one? *Journal of European Psychology Students*, Vol. 3, 15-23. doi.org/10.5334/jeps.ao
- Tancredy, C.M. i Fraley, R.C. (2006). The nature of adult twin relationships: An attachment theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90 (1), 78-93. doi.org/10.1037/0022-3514.90.1.78
- Topál, J., Miklósi, A., Csányi, V. i Dóka, A. (1998). Attachment behavior in dogs (*Canis familiaris*): A new application of Ainsworth's (1969) Strange situation test. *Journal of Comparative Psychology*, 112 (3), 219-229. doi.org/10.1037/0735-7036.112.3.219
- Westgarth, C., Christley, R.M., Jewell, C., German, A.J., Boddy, L.M. i Christian, H.E. (2019). Dog owners are more likely to meet physical activity guidelines than people without a dog: An investigation of the association between dog ownership and physical activity levels in a UK community. *Scientific Reports*, 9 (1). doi.org/10.1038/s41598-019-41254-6
- Wood, L.J., Giles-Corti, B., Bulsara, M.K. i Bosch, D.A. (2007). More than a furry companion: The ripple effect of companion animals on neighborhood interactions and sense of community. *Society and Animals*, 15, 43-56. doi.org/10.1163/156853007X169333
- Wood, L., Martin, K., Christian, H., Nathan, A., Lauritsen, C., Houghton, S., Kawachi, I. i McCune, S. (2015). The pet factor- Companion animals as a conduit for getting to know people, friendship formation and social support. *Plos One*, 1-17. doi.org/10.1371/journal.pone.0122085
- Wu, Y., Luben, R., Jones, A. (2017). Dog ownership supports the maintenance of physical activity during poor weather in older English adults: Cross-sectional results from the EPIC Norfolk cohort. *Journal of Epidemiological Community Health*, 71, 905-911. doi.org/10.1136/jech-2017-208987
- Yabroff, K.R., Troiano, R.P. i Berrigan, D. (2008). Walking the dog: is pet ownership associated with physical activity in California? *Journal of Physical Activity & Health*, 5 (2), 216-228. doi.org/10.1123/jpah.5.2.216
- Zasloff, R. L. (1996). Measuring attachment to companion animals: A dog is not a cat is not a bird. *Applied Animal Behaviour Science*, 47(1-2), 43-48. doi.org/10.1016/0168-1591(95)01009-2
- Dodatni internetski izvori:
www.askgfk.hr
http://consensus.nih.gov/1987/1987HealthBenefitsPetsta003html.htm

Subjective well-being and psychophysical health of dog and cat owners

Abstract: Research into the affective relationship between owners and their pets in the context of attachment is still ongoing, but the relationship itself appears to have favorable health outcomes for humans. Given the lack of data on the coexistence of humans and pets in our country, the aim of this study was to examine the subjective well-being and self-assessed mental and physical health of dog and cat owners taking into account the quality of an affective relationship towards pets.

The study involved 505 pet owners ($M_{age} = 27.45$), of which 62.4% were dog owners and 37.6% were cat owners. The research was conducted online, and aside from general sociodemographic information, data were collected on aspects of subjective well-being, mental and somatic symptoms, and the experience of a safe haven in relation to the pet. Dog owners and cat owners show equal satisfaction with life and do not differ in the experience of somatic symptoms. Dog owners are more likely to perceive safe haven in the context of realizing attachment with their pet, they experience more positive and less negative emotional experiences, report higher overall prosperity, and fewer adverse mental symptoms compared to cat owners. Furthermore, association patterns show that dog owners who experience more disruptive somatic symptoms are also more attached to their pet, while in cat owners, attachment to a pet is associated with more negative emotional experiences and disruptive somatic and mental symptoms.

Taking into account methodological limitations of the research, it is concluded that the relationship between attachment to a pet and owner's well-being is not unambiguous, i.e., it requires a more complex analysis of possible (indirect) influences of variables relevant to well-being and socio-emotional functioning.

Key words: subjective well-being, somatic symptoms, mental symptoms, attachment to a pet

Korespondencija: jlevac@unizd.hr

Primljeno: 24. 2. 2021.
Ispravljeno: 22. 11. 2022.
Prihvaćeno: 24. 11. 2022.
Online: 12. 12. 2022.