

KUĆNI LJUBIMCI I IMPLIKACIJE ZA ZDRAVLJE I PSIHOFIZIČKU DOBROBIT NJIHOVIH VLASNIKA

Jelena Ombla

Odjel za psihologiju, Sveučilište u Zadru
Obala kralja Petra Krešimira IV. 2, 23000 Zadar
jlevac@unizd.hr

Sažetak

Teorija privrženosti, a i brojna istraživanja koja su proizašla iz njezinih pretpostavki, do sada su pokazali da je ukupna dobrobit pojedinaca uvelike uvjetovana odnosima, tj. vezama koje osoba razvija s drugima u svojoj okolini, i to ne samo u djetinjstvu već i kroz cijeli život. Istraživanja karakteristika ljudi koji imaju kućne ljubimce te kvalitete same veze koja se formira između čovjeka i njegova kućnog ljubimca, u Hrvatskoj su još uvijek novost i svega se nekoliko autora u svom dosadašnjem radu dotaknulo ovih tema. Strana istraživanja, s druge strane, pružaju opsežan niz podataka i time čine stabilno polazište budućim znanstvenim naporima u ovom području. Neki od konzistentnih nalaza upućuju na to kako se ljubimci u obitelji percipiraju članom obitelji, dok afektivna veza koja se stvara između čovjeka i njegova ljubimca, čini se, ima karakteristike obostrano korisnog dinamičnog odnosa iz kojeg proizlaze brojne prednosti bitne za zdravlje i dobrobit čovjeka. Iako veći dio dosadašnjih rezultata daje potporu hipotezi o pozitivnom učinku posjedovanja kućnih ljubimaca, ima i kontradiktornih nalaza koji upućuju na potrebu daljnjih istraživanja. Osnovni izvori nedoumica pri zaključcima upućuju na potrebu za definiranjem psiholoških karakteristika vlasnika kućnih ljubimaca u odnosu na razinu afektivne povezanosti koja karakterizira odnos čovjek – kućni ljubimac. Postavlja se i zahtjev za definiranjem metodološkog pristupa problemima u ovom području.

Glavne riječi: teorija privrženosti, kućni ljubimci, pozitivan efekt posjedovanja ljubimaca

UVOD

Kao što je već poznato, teorija privrženosti a i brojna istraživanja koja su proizašla iz njezinih pretpostavki, do sada su pokazali da je emocionalna dobrobit uvelike uvjetovana odnosima, tj. vezama koje osoba razvija s drugima u svojoj okolini, i to ne samo u djetinjstvu već i kroz cijeli život. Ispitivanje aspekata privrženosti u tipovima veza koje, s jedne strane objektivno opterećuju svakodnevni život čovje-

ka, a koje ipak karakterizira snažna afektivna vezanost uz objekt privrženosti, čini poseban izazov. Jedna od takvih veza jest ona kakva se formira između čovjeka i njegova kućnog ljubimca. Iz kojih razloga neki ljudi odlučuju "opteretiti" svoje živote dodatnim, dugotrajnim, obvezujućim zadatkom, što skrbljenje o ljubimcu u biti jest, kad od njega naizgled nemaju vidljive koristi niti je takvo što očekivano od socijalne okoline (kao što je, recimo, roditeljstvo), još uvijek nije u potpunosti jasno.

Psihologija odnosa koji se formira između ljudi i njihovih kućnih ljubimaca relativno je nezastupljeno područje u Hrvatskoj, stoga je potreba za pregledom postojećih rezultata više nego jasna. U ovom je radu dakle pružen pregled osnovnih područja u čije se okvire mogu smjestiti dosadašnje studije aspekata posjedovanja kućnih ljubimaca, od toga kako ljudi percipiraju kućne ljubimce i psiholoških karakteristika vlasnika kućnih ljubimaca pa do implikacija koje odnos s kućnim ljubimcem ima na njihovu dobrobit. Pritom su u pregled po pojedinim područjima uz recentnije studije uključena i neka od prvih, ujedno i citiranih, istraživanja pojedine tematike, što se smatra bitnim upravo zbog njihove spoznajne vrijednosti i doprinosa koji su dale, u smislu usmjeravanja studija koje su slijedile. Također, valja imati na umu da se ovim pregledom pozamašan opseg literature, koja se u svijetu razvija još od osamdesetih godina prošlog stoljeća, prvi put pokušava sistematizirati pred domaću javnost u jednoj konciznijoj formi.

Kako ljudi percipiraju svoje kućne ljubimce?

Problemi istraživanja koja su pokušala dati odgovor na pitanje navedeno u naslovu ovog poglavlja, mogu se podijeliti u dvije skupine. Manji broj istraživanja krenuo je s ciljem utvrđivanja faktora koji bi na neki način mogli biti u osnovi slike koju ljudi imaju o svojim ljubimcima. Problemi tih istraživanja su se konkretno usmjeravali na ispitivanje razlika u određenim aspektima percepcije životinja s obzirom na vrstu kojoj pripadaju. Tako podaci jedne od citiranih studija, koju je proveo Serpell (1996), ilustriraju kako postoje značajne razlike u percepciji ljubimaca s obzirom na vrstu životinje. Pritom vlasnici pasa percipiraju svoje ljubimce kao zaigranije, aktivnije, osjećajnije, više prijateljski nastrojene, otvorenije za kontakt te manje agresivne prema poznatim osobama nego što to vlasnici mačaka percipiraju kod svojih ljubimaca. Ove razlike u ponašanju s obzirom na vrstu životinje, bez obzira na to jesu li one realne ili tek stvar percepcije, mogle bi biti osnova za rezultate koji potvrđuju da su ljudi najsnažnije privrženi psima (Johnson, Garrity i Stallones, 1992; Siegel, 1990). Kao što je već rečeno, iz manjeg broja istraživanja koja su se dotakla ovog problema, može se izdvojiti jedna međukulturalna studija koju su proveli Phillips i McCulloch (2005). Ti su autori kod studenata različitih nacionalnosti pronašli slaganje u stupnju percipirane sposobnosti osjećanja (boli, sreće, straha i dosade) koja se pripisuje određenoj vrsti. Redosljed je, krenuvši od najvišeg percipiranog stupnja osjećanja, za ponudene kategorije bio sljedeći: majm

un→pas→novorođenče→lisica→svinja→kokoš→štakor→riba. Pripisivanje veće sposobnosti doživljavanja psu također bi mogao biti faktor važan pri tumačenju ostvarivanja najveće razine privrženosti upravo ovoj vrsti kao kućnim ljubimcima.

Na značenje koje kućni ljubimac ima u kontekstu obitelji, uputilo je nekoliko studija koje zapravo dijele zajednički problem, a koji ih ujedno grupira kao drugu skupinu istraživanja u području percepcije kućnih ljubimaca. Radi se, jednom riječju, o ispitivanjima uloge koju kućni ljubimac ima pri usporedbi s ostalim članovima obitelji. Jedna od citiranih, ujedno i prvih studija ovdje je ona koju je provela Cain (1985) na uzorku od 896 obitelji vojnika u SAD-u. Autorica pronalazi da njih 68% smatra ljubimce punopravnim članovima obitelji, dok 70% ispitanih obitelji percipira ljubimce kao faktor koji značajno podiže ukupnu razinu obiteljske sreće. Oko 77% obitelji je izvijestilo da vjeruju kako ih njihovi ljubimci razumiju, 73% ih smatra da njihovi ljubimci s njima komuniciraju dok 50% obitelji navodi kako su njihovi ljubimci sposobni registrirati kada se netko osjeća loše ili kada je uzrujan. Većina obitelji posebno značajnim ističe ulogu ljubimaca u trenucima usamljenosti, bolesti ili smrti u obitelji. Gotovo dva desetljeća kasnije Allen (2003) izvještava o podacima nekoliko američkih nacionalnih studija koje su pokazale da preko 90% vlasnika kućnih ljubimaca smatra svoje ljubimce važnim članovima obitelji, te da većina navodi kako su uz svoje životinje smireniji, sretniji te se osjećaju sposobniji u nošenju s različitim stresnim situacijama u životu.

Na specifičniju ulogu kućnih ljubimaca kao dijela obiteljskog konteksta, i to s obzirom na karakteristike obitelji i fazu u kojoj se obitelj trenutno nalazi, uputili su među prvima Albert i Bulcroft (1988). U svojoj studiji, gdje su kao metodu prikupljanja podataka koristili telefonski intervju, na uzorku od 612 ispitanika autori dolaze do podataka da ljudi svoje kućne ljubimce smatraju ravnopravnim članovima obitelji, pri čemu se takva percepcija pokazala značajno snažnijom kad se radi o psima, u odnosu na mačke. Isti su autori utvrdili da se privrženost ljubimcu pokazala izrazito važnom među tek razvedenima, nikad vjenčanima, udovcima, parovima bez djece te kod supružnika čija su djeca napustila obiteljski dom (faza "praznog gnijezda"). Budući da ljubimci i pružaju i primaju izraze privrženosti, autori zaključuju kako je moguće da oni zapravo preuzimaju ulogu važnog emocionalnog supstituta u vremenima kada su ljudi sami ili kada prolaze kroz teže tranzicije u svom životu. Turner (2005) također navodi kako uloga koju ljubimci zauzimaju unutar obiteljskog konteksta uvelike ovisi o razvojnoj fazi u kojoj se obitelj trenutno nalazi. Tako recimo ljubimci u obiteljima bez djece ili obiteljima u fazi "praznog gnijezda" nerijetko zauzimaju ulogu djeteta, što se pokazalo posebno izraženim kod žena (Turner, 2001). Dublji uvid u samo značenje percepcije kućnog ljubimca kao člana obitelji, metodološki manje zastupljenim kvalitativnim pristupom, pokušala je zahvatiti Philips Cohen (2002). Autorica je u studiji eksploratornog karaktera krenula od pitanja što ljudi doista podrazumijevaju pod izjavom "*Moj ljubimac je član obitelji*". Zaključuje kako ljubimci u obitelji zauzimaju ulogu koja se dijelom preklapa s ulogama drugih članova obitelji. Potpora koju ljubimci pružaju ne može

se jednoznačno svrstati među neki od standardnih oblika socijalne podrške, dok ispitanici navode kako u ljubimcima pronalaze utjehu i društvo te karakteriziraju taj odnos kao recipročan (koliko im se pruži, toliko i vraćaju natrag). U usporedbi s drugim članovima obitelji, percipira ih se kao one koji nikad ne kritiziraju i koji dopuštaju slobodno otkrivanje najintimnijih osjećaja.

Na neka specifična pitanja, kada je riječ o percepciji kućnih ljubimaca, uputile su dvije studije, od kojih jedna upućuje na važnost kulturalnih, a druga na važnost nekih individualnih faktora unutar pojedinca. Treba naglasiti da posjedovanje kućnih ljubimaca nije podjednako uobičajeno u svim dijelovima svijeta, što navodi na veliku vjerojatnost zaključka da su percepcija i stavovi prema kućnim ljubimcima zapravo dijelom i kulturalno uvjetovani. Tako će se primjerice obitelji u muslimanskoj zemlji puno rjeđe odlučivati na držanje psa u odnosu na obitelj iz neke od zapadnjačkih zemalja, jer se na psa u islamu gleda kao na nešto "prljavo", čemu nema mjesta u svakodnevnom životu čovjeka. *Dopušteno* je jedino posjedovanje psa u lovačke ili zaštitne svrhe (čuvanje imanja), što implicira kako muslimani više respektiraju ekonomsku u odnosu na emocionalnu vrijednost prisutnosti životinje. Al-Fayez, Awadalla, Templer i Arikava (2003) su uspoređivali stavove prema kućnim ljubimcima kod američkih i kuvajtskih obitelji (očevi, majke i djeca adolescenti) koristeći pritom *Pet Attitude Scale* autora Templera, Saltera, Dickeya, Baldwin i Velebera (1981). Dobili su kako su prosječni rezultati obitelji iz Kuvajta za oko jednu standardnu devijaciju niži (što znači manje pozitivan stav) od onih kod američkih obitelji. Na moguću ulogu koju imaju neki individualni faktori kada je riječ o percepciji kućnih ljubimaca, upozorila je studija koju su proveli El-Alayli, Lystad, Webb, Hollingsworth i Ciolli (2006), a koji su tražili od ispitanika da ocijene svog ljubimca i jednog prosječnog ljubimca na nizu poželjnih i nepoželjnih osobina ličnosti. Utvrdili su efekt pristranosti prema vlastitom ljubimcu, a stupanj ove pristranosti pozitivno je korelirao sa stupnjem privrženosti ljubimcu, stupnjem sličnosti između vlasnika i ljubimca (po karakteristikama ličnosti) te stupnjem pristranosti prema samom sebi, što upućuje na mogućnost da vlasnici kućnih ljubimaca možda imaju ponešto iskrivljenu sliku o svojim ljubimcima.

Neke psihološke karakteristike vlasnika kućnih ljubimaca

Istraživački problemi studija koje su za opći cilj imale definiranje određenih psiholoških karakteristika vlasnika kućnih ljubimaca, dvojake su naravi. Dio se studija tako usmjerio na usporedbe određenih karakteristika između vlasnika kućnih ljubimaca i osoba koje nemaju kućnog ljubimca, dok je dio bio usmjeren na faktore koji karakteriziraju osobe koje se snažnije afektivno vežu za svoje ljubimce (dakako, među vlasnicima kućnih ljubimaca). Pritom se može zamijetiti kako je kod istraživanja koja su provedena s djecom indirektan naglasak stavljen na ulogu koji kućni ljubimac ima u razvojnom kontekstu, dok je kod istraživanja koja su

uključivala odrasle sudionike jedini naglasak bio upravo na opisivanju psiholoških karakteristika.

Istraživanja karakteristika ljudi koji imaju kućne ljubimce kao i same veze koja se formira između čovjeka i njegova kućnog ljubimca, u Hrvatskoj su još uvijek novost i svega se nekoliko autora u svom dosadašnjem radu dotaknulo ovih tema. Pregled istraživanja u okviru ovog poglavlja stoga kreće od studija koje su proveli domaći autori, a čija je zajednička karakteristika upravo usmjerenost na faktor posjedovanja ljubimca u dječjoj dobi. Tako su Vizek-Vidović, Vlahović-Štetić i Bratko (1999) utvrdili kako su se osnovnoškolska djeca koja imaju psa pokazala više empatičnom i prosocijalno orijentiranom u odnosu na djecu koja nemaju kućnog ljubimca, dok su oni privrženiji ljubimcima procijenili svoju obiteljsku klimu značajno pozitivnijom u odnosu na one slabije privržene. Arambašić, Keresteš, Kuterovac-Jagodić i Vizek-Vidović (1999) nalaze kako djeca koja imaju psa i/ili mačku značajno češće, u odnosu na djecu koja nemaju ljubimca, koriste određene strategije suočavanja, što doprinosi boljoj diferencijaciji strategija, a možda i potpomaže u reduciranju posttraumatskih stresnih reakcija. Vizek-Vidović, Arambašić, Keresteš, Kuterovac-Jagodić, Vlahović-Štetić (2001), u dijelom retrospektivnoj studiji, nalaze kako su oni ispitanici koji su imali ljubimca u djetinjstvu, u studentskoj dobi bili više empatični, a za njih je ujedno i bilo vjerojatnije da će izabrati profesiju u kojoj će nekome pomagati, te su bili više orijentirani socijalnim vrijednostima u odnosu na one studente koji nisu imali ljubimca u djetinjstvu.

Jedno od rijetkih istraživanja ove teme na populaciji djece predškolske dobi proveo je Poresky (1996). Njegovo istraživanje potvrđuje važnost koju faktor nazočnosti kućnog ljubimca u obitelji, kao i kvaliteta odnosa s ljubimcem (uz efekte maturacije i kvalitete uže socioemocionalne klime), ima za rani kognitivni, motorički i socijalni razvoj djece u dobi od tri do šest godina te značajno veću empatičnost u djece koja imaju ljubimca. Ulogu koju kućni ljubimci imaju u psihosocijalnom razvoju djece preadolescentne dobi ispitali su Van Houtte i Jarvis (1995) kod 130-ero djece dobi od 8 do 13 godina. Uzorak je podijeljen na djecu koja imaju ($N = 65$), odnosno nemaju kućnog ljubimca, a koja su bila izjednačena prema bračnom statusu roditelja, socioekonomskom statusu i broju braće/sestara. Rezultati su pokazali kako djeca koja imaju kućnog ljubimca iskazuju značajno višu razinu autonomije (u odnosu s roditeljima), mišljenja koje imaju o sebi (samopoimanje) i samopoštovanja. Autori navode kako rezultati upućuju na zaključak o skrbi za životinju kao važnom faktoru u razvoju karakteristika autonomne ličnosti u preadolescentnoj dobi.

Odnos između posjedovanja i/ili privrženosti ljubimcu i empatije, dosta je ispitan u stranim istraživanjima, a detaljniju analizu odnosa više aspekata veze vlasnik-ljubimac i empatije (ujedno i jedno od recentnijih istraživanja ove teme) proveli su Daly i Morton (2006). Autori su kod 155 učenika osnovne škole utvrdili kako su djeca koja su imala i psa i mačku bila empatičnija u odnosu na djecu koja su imala psa ili mačku i djecu koja nisu uopće imala ljubimca. Nadalje, djeca koja su bila snažnije privržena svojim ljubimcima bila su empatičnija u odnosu na one manje

privržene, a oni empatičniji izrazili su i pozitivnije stavove prema kućnim ljubimcima. Pitanje koje još uvijek ostaje aktualno ovdje jest potiče li društvo životinje razvoj empatičnosti ili su pak empatičnija djeca ta koja su spremna emocionalno investirati u vezu s kućnim ljubimcem pa se, shodno tome, i snažnije afektivno vezati za ljubimca. Istraživanja karakteristika ličnosti ljudi koji imaju kućne ljubimce i koji im postaju privrženi, moglo bi (između ostalog) pomoći i u rasvjetljavanju odgovora na ova pitanja. Neka istraživanja koja se provode kod nas (Ombla i Penezić, 2010a) idu u tom smjeru i za sada među preliminarnim podacima navode i kako su se Ugodnost, Emocionalna stabilnost i Intelekt pokazali značajnim prediktorima pozitivnog stava prema kućnim ljubimcima općenito (N = 126). Ličnost, kao jedan od faktora razlikovanja ljudi koji imaju i onih koji nemaju kućne ljubimce te onih koji se manje, odnosno više afektivno vežu za ljubimce, bila je predmetom istraživanja tek nekoliko studija u ovom području. Rezultati tih studija nisu dali konačne smjernice, kako zbog malih uzoraka i različitih korištenih instrumenata, tako i zbog niske kontrole nekih drugih relevantnih faktora – odnosno, jednom riječju, zbog metodoloških razlika. Tako je, recimo, jedno od češće citiranih istraživanja ovdje ono koje su proveli Johnson i Rule (1991) koji su kod 82 vlasnika kućnih ljubimaca i 48 ispitanika koji nemaju kućnog ljubimca ispitivali samopoštovanje, ekstraverziju, neuroticizam uz kontrolu razine privrženosti ljubimcu. Nisu pronašli značajne razlike što, uz ograničenja vezano uz uzorak, objašnjavaju mogućnošću da se vlasnici kućnih ljubimaca i oni koji ih nemaju zapravo razlikuju u stavovima i vrijednostima prije nego u osobinama ličnosti. Jedno od opsežnijih ispitivanja aspekata privrženosti ljubimcima i karakteristika osoba koje su spremne afektivno se vezati uz životinju kao objekt privrženosti, u posljednje vrijeme, proveo je Kurdek (2008). Kod studenata vlasnika pasa (N = 923) ispitivao je osnovne aspekte privrženosti najbližim osobama i ljubimcu (pas). Kroz četiri manje studije ove je faktore povezivao s razinom brige (skrbi) za ljubimca, osobinama ličnosti te općim stilom privrženosti (u bliskim vezama). Također, sudionici su procjenjivali izraženost pojedinih osobina ličnosti kod svojih ljubimaca, te stupanj u kojem im njihovi ljubimci pomažu u zadovoljavanju triju osnovnih potreba o kojima govori teorija samodeterminacije Deci i Ryana (1985). Rezultati su generalno pokazali da, iako psi u hijerarhiji figura privrženosti zauzimaju niža mjesta u odnosu na ostale *ljudske* figure, procjene osnovnih aspekata privrženosti (sigurna baza, sigurno utočište, traženje blizine, separacijska anksioznost) za pse kao ciljne figure nisu padale ispod središnjih vrijednosti pojedinačnih skala. Štoviše, čak su kod 22% uzorka psi zauzimali neko od gornja dva mjesta u hijerarhiji figura privrženosti. Autor, kao novost u dotadašnjim nalazima, navodi kako se, kod pasa kao objekata procjene, najsalijentnijim aspektom privrženosti, uz *traženje blizine*, pokazala *sigurna baza* što smatra direktnim dokazom veze privrženosti. Što se tiče korelata privrženosti ljubimcima, visoka razina brige (skrbi) za ljubimca pokazala se povezanom sa visokom razinom privrženosti ljubimcu. Kurdek (2008) navodi kako bi spremnost na punu brigu o nekom mogla biti preduvjet razvoja privrženosti, ali i da s vremenom te veze postaju

recipročne. Prema očekivanjima, Otvorenost i Ugodnost su se pokazale povezanima s razinom opće privrženosti ljubimcu, međutim kada se svih pet dimenzija iz peto-faktorskog modela ličnosti (Costa i McCrae, 1992) uzelo u obzir, samo se Otvorenost pokazala značajnim prediktorom opće privrženosti ljubimcu. Nadalje, dobiveno je kako izbjegavanje i anksioznost, kao osnovne dimenzije privrženosti u bliskim vezama, nisu povezani s razinom privrženosti ljubimcu, što prema Kurdeku sugerira da ljubimci nisu supstituti za propale veze s ljudima kao niti da snažna privrženost ljubimcu nije ishod generaliziranja pozitivnog iskustva u vezama s drugim ljudima. Procjena ljubimaca kao afektivnih, energičnih i inteligentnih, svaka zasebno bila je povezana s visokom privrženošću ljubimcu. Također, očekivano, stupanj u kojem su psi doprinosili zadovoljenju potreba za kompetencijom, autonomijom i srodnošću s drugima bio je pozitivno povezan s razinom privrženosti psu.

Kada je riječ o karakteristikama ljudi koji se odlučuju za skrbljenje o ljubimcu, a kao što je već prije rečeno, radi se o jednoj dugotrajnoj obvezi koja nedvojbeno "troši" resurse osobe koja je preuzima, razmatraju se svi oni faktori koji potiču i održavaju takvo ponašanje. Generativnost, kao *potreba da se bude potreban*, odnosno da se pomaže drugima (Stewart, Franz i Layton, 1988) mogla bi pritom igrati važnu ulogu. Skrbljenje o ljubimcu doista bi mogao biti jedan od adekvatnih načina dugoročnijeg zadovoljenja potrebe da se bude potreban (a koja je izražena kod generativnijih osoba), budući da je u ovom slučaju čovjek zaista *potreban* jer znači sigurno preživljavanje za životinju. Marks, Koepke i Bradley (1994) su kod 179 studenata, od čega ih je 57% imalo ljubimca a 43 % nije, dobili značajnu povezanost generativnosti i privrženosti ljubimcu, dok su i privrženost i generativnost značajno korelirale s većim uživanjem u skrbljenju za ljubimca. Levačić (2009) je kod uzorka od 144 vlasnika pasa, dobila da su se kao značajno privrženiji svojim ljubimcima pokazali oni vlasnici pasa koji su ujedno i generativniji, a navodi i pozitivnu povezanost rezultata na skali privrženosti ljubimcu i rezultata na skali generativnosti. Uz pretpostavku da generativnije osobe putem skrbi za ljubimca barem dijelom uspijevaju zadovoljiti svoj generativni poriv, dakle, ako ovakav odnos ima pozitivan ishod za čovjeka, ne iznenađuje da je praćen razvojem dublje emocionalne povezanosti. Nešto kasnije, autorica izvještava o novijim rezultatima svojih preliminarnih istraživanja u ovom području te navodi kako je kod uzorka od 126 sudionika (61 vlasnik kućnog ljubimca psa) dobiveno kako su vlasnici kućnih ljubimaca, u odnosu na ne-vlasnike, emocionalno stabilniji, generativniji te imaju značajno pozitivniji stav prema kućnim ljubimcima općenito (Ombla i Penezić, 2010b).

Spolne razlike u odnosu vlasnika prema kućnim ljubimcima

Kao i svaki odnos, tako je i privrženost, kao jedna uzajamna veza, dobrim dijelom uvjetovana sveukupnim karakteristikama obiju jedinki koje se nalaze u tom odnosu. Budući da se muškarci i žene razlikuju po nekim osobinama, hipoteza pre-

ma kojoj bi se mogle očekivati spolne razlike u određenim aspektima odnosa ljudi i njihovih kućnih ljubimaca, upravo tu nalazi svoje uporište. Studije u kojima se privrženost kućnim ljubimcima ispitivala upitnicima, za sada daju nekonzistentne rezultate glede spolnih razlika. Uz mogućnost da se muškarci u svojim iskazima zapravo ustručavaju od izražavanja realne razine privrženosti ljubimcu (zbog bojazni od vrednovanja takvog ponašanja kao neprimjerenog spolnoj ulozi), uzroci ovakvih nejednoznanih nalaza vjerojatno su i u nekontroliranju određenih faktora individualnog razlikovanja a koji bi, kada je riječ o utvrđivanju razine privrženosti ljubimcu, mogli biti od ključnog značenja (npr. karakteristike ličnosti, itd.). Upravo iz spomenutih razloga, a koji se odnose na popriličan "šum" u zaključcima dosadašnjih korelacijskih studija, u ovom se poglavlju daje prikaz studija eksperimentalnog karaktera koje su pratile ponašanje muškaraca i žena u različitim unaprijed osmišljenim situacijama interakcije sa životinjom. Hennessy, Williams, Miller, Douglas i Voith (1998) izvještavaju kako su psi koje su dirale ispitanice imali nižu razinu kortizola u plazmi te iskazali opuštenije ponašanje u odnosu na one koje su dirali ispitanici. Autori sugeriraju mogućnost da su fiziološki i bihevioralni odgovori pasa pod utjecajem razlika u načinu na koji muškarci i žene tipično postupaju s njima. Prato-Previde i sur. (2004) proveli su opservacijsku studiju s ciljem ispitivanja eventualnih spolnih razlika u interakciji ljudi s njihovim kućnim ljubimcima psi-ma, koristeći postupak *strane situacije* koji je osmislila Ainsworthova (Ainsworth i Witting, 1969). Tijekom slobodne interakcije s njihovim ljubimcima, promatrano je 25 vlasnika pasa, od čega 10 muškaraca i 15 žena, u prilagođenoj verziji testa strane situacije (tradicionalna procedura plus dodatna situacija separacije). Privrženost ljubimcu mjerena je i pomoću *Pet Attachment Scale* Holcomba, Williamsa i Richardsa (1985). Muškarci i žene razlikovali su se u verbalnoj komunikaciji; žene su se više obraćale svojim ljubimcima i trebalo im je manje vremena da počnu govoriti. Koristile su ponavljanja, deminutive i često upotrebljavale imena svojih ljubimaca, za što autori navode da odgovara karakteristikama tzv. majčinskog govora. S druge strane, nije bilo značajnih spolnih razlika u iskazanom afilijativnom ponašanju i igri. Nisu dobivene ni značajne razlike u privrženosti ljubimcu mjerenoj prije navedenim upitnikom. Autori navode kako rezultati daju svojevrsnu potvrdu hipotezi prema kojoj se ponašanje ljudi prema njihovim ljubimcima može smatrati tipom evoluiranog roditeljskog ponašanja, dok dobivene spolne razlike u verbalnoj komunikaciji tumače dispozicijom u žena da jezik koriste kao relacijsko sredstvo.

Kućni ljubimci i fizičko zdravlje vlasnika

Američko udruženje veterinarskih djelatnika (*The American Veterinary Medical Association*) na svojoj službenoj web stranici (http://www.avma.org/issues/human_animal_bond/default.asp) iznosi definiciju veze između čovjeka i životinje kao obostrano korisnog dinamičnog odnosa koji karakteriziraju ponašanja ključna za zdravlje i dobrobit kako čovjeka, tako i životinje.

Kako je već i prije rečeno, istraživanja su pokazala da ljudi sa svojim kućnim ljubimcima stvaraju čvrstu vezu iz koje, čini se, proizlaze brojne prednosti i to ne samo za životinju koja prima utočište i hranu, već i za čovjeka. Te prednosti variraju od pozitivnih utjecaja na fizičko zdravlje (Allen, Blascovich, Tomaka i Kelsey, 1991; Friedmann, Katcher, Lynch i Thomas, 1980; Friedmann i Thomas, 1995; Serpell, 1991; Siegel, 1990; Vormbrock i Grossberg, 1988) do većeg životnog zadovoljstva i opće dobrobiti (Albert i Bulcroft, 1988; Budge, Spicer, Jones i St. George, 1998; Sable, 1995, Straede i Gates, 1993).

Na moguću vezu između društva kućnog ljubimca i tjelesne dobrobiti među prvima je uputila studija Friedmannove i sur. (1980). Našli su da je, godinu dana po otpuštanju iz bolnice, stopa smrtnosti značajno niža za one koronarne pacijente koji imaju kućnog ljubimca u odnosu na one koji ih nemaju, i to neovisno o spolu, socioekonomskom statusu, razini socijalne podrške i količini tjelesne aktivnosti. Kasnije, Friedmann i Thomas (1995) su izvijestili kako su posjedovanje kućnog ljubimca i visoka razina socijalne podrške povezani s većim preživljavanjem nakon srčanog udara, neovisno o fizičkoj težini infarkta, demografskim karakteristikama pacijenta i nekim psihosocijalnim faktorima. Isti autori nedavno su prvi put demonstrirali efekt posjedovanja kućnih ljubimaca na preživljavanje iste populacije u vremenu dužem od jedne godine nakon pretrpljenog srčanog infarkta. Dakle, tijekom otprilike 4 godine praćenja, faktor posjedovanja kućnog ljubimca dao je značajan doprinos prognozi preživljavanja i kada su se kontrolirali mogući efekti depresivnosti, a pokazalo se i da ima ulogu moderatora u odnosu depresivnosti i smrtnosti. Posjedovanje kućnog ljubimca u tom smislu pokazalo se posebno značajnim (u smislu preživljavanja) za depresivnije koronarne pacijente (Friedmann, Thomas i Son, 2011).

Kako u skupinu zdravstveno rizičnih, osim kronično oboljelih, spadaju i starije osobe, već zbog svoje dobi, istraživačima je bilo posebno interesantno ispitati efekte posjedovanja kućnih ljubimaca i kod takvih uzoraka ispitanika. Siegel (1990), na čije se rezultate poziva veći broj autora u ovom području, nalazi da, u usporedbi s izjednačenom skupinom bez ljubimaca, stariji vlasnici kućnih ljubimaca značajno manje posjećuju liječnike te da se čini kako su na neki način bar dijelom zaštićeni od negativnog utjecaja stresnih životnih događaja. Garrity, Stallones, Marx i Johnson (1989) izvještavaju da među starijim osobama koje imaju kućnog ljubimca, oni koji su više privrženi svom ljubimcu navode manje bolesti u odnosu na one koji su manje privrženi. Autori čiji su pionirski nalazi iz 1980. usmjerili interes istraživača ka ovom području, Friedmann i Thomas, uz suradnike Cook, Tsai i Picot (2007) izvještavaju o rezultatima recentno provedene studije preliminarnog karaktera. Krenuli su od pretpostavke kako bi prisutnost psa u situacijama djelovanja socijalnih stresora (situacija govora) mogla djelovati kao moderator odgovora kardiovaskularnog sustava na takve stresore kod starijih osoba s kroničnom hipertenzijom. Uz ustručavanje od generalizacije zaključaka zbog malog broja ispitanika, navode kako prisutnost psa pod stresnim okolnostima bitno ublažava nagle promjene (skokove) u krvnom tlaku kod starijih osoba s hipertenzijom.

Jedna se kritika ovim istraživanjima, koja su uputila na pozitivne učinke posjedovanja kućnih ljubimaca na zdravlje, logično nameće sama po sebi, a to je mogućnost da su ljudi koji su se odlučili na kućnog ljubimca sami po sebi skupina koja je zdravija (u odnosu na one koji ne žele kućnog ljubimca). Kako bi provjerili ispravnost ovakve pretpostavke, Allen, Shykoff i Izzo (2001) su u svom istraživanju koristili uzorak burzovnih mešetara od kojih su svi živjeli sami i opisali svoj posao kao iznimno stresan, a od kojih nitko nije imao kućnog ljubimca. Svi su ispitanici imali kronično povišen krvni tlak, za što im je propisan isti lijek iz skupine angiotenzina. Slučajnim odabirom polovini je uzorka određeno da posvoje psa ili mačku iz azila. Rezultati su potvrdili pretpostavke; šest mjeseci kasnije, angiotenzin je kod svih ispitanika značajno snizio krvni tlak u stanju mirovanja, međutim razina povišenja krvnog tlaka u stresnoj situaciji (zadaci mentalne aritmetike, govor) bila je upola manja kod ispitanika koji su posvojili psa/mačku u odnosu na izjednačenu skupinu onih koji nisu posvojili životinju. Autori također izvještavaju kako su kod onih ispitanika koji su naveli najmanje socijalnih kontakata i prijatelja, pozitivni efekti društva ljubimca bili najveći. Ranije spomenuta poznata studija Friedmannove i suradnika (1980) također je postavila pitanje zdravstvenog statusa vlasnika kućnih ljubimaca kao skupine. Prema očekivanjima, najznačajnijim prediktorom preživljavanja pokazala se ozbiljnost samog zdravstvenog stanja, dok je dodavanje faktora posjedovanja ljubimca u analizu imalo značajan nezavisan doprinos snazi diskriminativne funkcije pri razlikovanju onih koji su preživjeli od onih koji nisu (dodavanje faktora dobi nije imalo značajnog efekta). Autori zaključuju kako pozitivni efekt posjedovanja ljubimca nije statistički artefakt, jer ne proizlazi iz razlika u dobi i/ili zdravstvenom statusu pacijenata koji imaju, odnosno nemaju ljubimce. Nadalje, Headey i Grabka (2007) su izvijestili o rezultatima nacionalnih longitudinalnih studija provedenih u Njemačkoj (N = 9723) i Australiji (N = 1246). Prema rezultatima ovih studija, najzdravija populacija i u Njemačkoj i u Australiji (definirana najmanjim brojem godišnjih posjeta liječniku) su vlasnici kućnih ljubimaca i to oni koji su imali ljubimca prije najmanje pet godina i imaju ga "sada". Detaljnija analiza podataka iz njemačkog poduzorka pokazala je kako se broj posjeta liječniku (na godišnjoj razini) značajno smanjuje upravo od preuzimanja skrbnništva nad životinjom, što bi mogla biti naznaka kauzalnog odnosa (ljubimac → zdravlje). Longitudinalna desetomjesečna studija koju je još 1991. proveo Serpell dala je slične rezultate. Navodi kako kod skupine koja je uzela ljubimca (psa ili mačku) već nakon mjesec dana dolazi do značajnog smanjenja frekvencije javljanja manjih zdravstvenih problema, što se kod onih među njima koji su usvojili psa zadržalo i nakon 10 mjeseci, dok kod kontrolne skupine bez ljubimaca nisu zabilježene nikakve značajnije promjene.

Na mogući mehanizam koji bi objasnio pozitivne efekte posjedovanja ljubimaca na zdravlje njihovih vlasnika, među prvima je uputila studija eksperimentalnog karaktera koju su proveli Vormbrock i Grossberg (1988). Ovi su autori demonstrirali kako je vrijeme provedeno u razgovoru sa psom i milujući psa rezultiralo nižim krvnim tlakom, u odnosu na vrijeme provedeno u razgovoru s drugom osobom. Svi

su se efekti pokazali neovisnim o stavovima prema ljubimcima. Autori zaključuju kako bi upravo taktilno iskustvo sa psom moglo biti važna komponenta *efekta ljubimca*, u prvom redu kao sredstvo fiziološke relaksacije. Dublje u tematiku, također eksperimentalnim putem, ušao je Odendaal (2000) s ciljem ispitivanja medicinske osnove terapije uz pomoć životinja (*“animal assisted therapy”*). Kod uzorka od 18 zdravih ispitanika i njihovih 18 pasa praćene su promjene u nekoliko neurokemijskih spojeva koji prirodno dovode do snižavanja krvnog tlaka, prije i nakon međusobne interakcije. Utvrđeno je, naime, kako do značajnih promjena u razini oksitocina (koji je bitan u regulaciji ponašanja indikativnih za privrženost), dolazi u situaciji interakcije sa psom. Dakle, interakcija sa psom bila je popraćena značajnim porastom razine oksitocina, što je zauzvrat dovelo do pada krvnog tlaka. Ovaj nalaz upućuje na to da bi privrženost, kao trajno stanje intenzivne afektivne povezanosti između dvije jedinke, mogla voditi k takvim promjenama u organizmu za koje se može pretpostaviti da vjerojatno moderiraju fiziološke odgovore organizma na stres i na taj način zapravo štite od negativnih efekata takvih reakcija. Jedna studija novijeg datuma (Handlin, Nilsson, Ejdebäck, Hydbring-Sandberg i Uvnäs-Moberg, 2012) pokušala je dovesti u relaciju neke psihološke karakteristike odnosa vlasnika i njegovog psa s razinom oksitocina i kortizola, kako kod vlasnika tako i kod psa. U ispitivanju je sudjelovalo 10 vlasnika pasa i isto toliko njihovih ljubimaca. Utvrđeno je kako su visoke razine oksitocina i niska razina kortizola kod vlasnika pasa povezane s percepcijom odnosa s ljubimcem kao ugodnog, interaktivnog i povezanog s manje problema karakterističnih za takav odnos. Moguće je da društvo psa za neke jednostavno čini jednu od pozitivnih situacija socijalne stimulacije (poput kontakta dodirrom ili, recimo, dojenja) koja prirodno podržava endogeno lučenje oksitocina, što onda zauzvrat već pojašnjenim efektima dovodi do povoljnih utjecaja na zdravlje vlasnika.

Kućni ljubimci i mentalno zdravlje vlasnika

Pitanja mentalnog zdravlja vlasnika kućnih ljubimaca vjerojatno su najviše zanimala psihologe čija je znanstvena znatiželja bila usmjerena k što potpunijem razumijevanju odnosa veze čovjeka i životinje. Čini se da do sada veći dio rezultata daje potporu hipotezi o pozitivnom efektu posjedovanja kućnih ljubimaca na zdravlje, međutim ima i kontradiktornih nalaza. Budući da je ovo područje znanstvenog djelovanja još relativno mlado i neistraženo, takvi se nalazi dijelom mogu pripisati i metodologiji; u određenim istraživanjima nije bila kontrolirana razina privrženosti, a postoji i jasan zahtjev za razvojem većeg broja valjanih mjera te za ispitivanjem različitih aspekata odnosa čovjeka i životinje, izvan same privrženosti.

Interesantna pilot studija provedena je s ciljem ispitivanja veze između posjedovanja kućnog ljubimca i frekvencije dnevnog osmjehivanja kod ljudi (Robin, 2006). Od ispitanika (N = 95) se tražilo da tijekom jednog dana bilježe frekvenciju i izvor

smijeha te prisutnost drugih za vrijeme smijanja. Utvrđeno je da su se vlasnici pasa i oni koji imaju i psa i mačku, smijali češće u odnosu na vlasnike mačaka i one koji nemaju ni psa ni mačku. Izgleda da društvo psa inducira određena ponašanja kod čovjeka (smijeh) koja bi mogla biti podrška pozitivnom emocionalnom stanju.

Čitav niz istraživanja upućuje na posebnu važnost koju kućni ljubimci imaju za ljude koji su na neki način osjetljiviji od ostalih. Tako Garrity i suradnici (1989) navode kako je kod njihova poduzorka udovaca/ica (svi su ispitanici bili stariji od 65 god.) viša privrženost ljubimcu bila povezana s manje emocionalnog distresa, ali samo kod onih koji su izvijestili o minimalnoj socijalnoj podršci od strane bliskih osoba. Siegel, Angulo, Detels, Wesch i Mullen (1999) utvrđuju kako su među ljudima koji boluju od AIDS-a, oni koji imaju ljubimca manje depresivni od onih koji nemaju ljubimca, što se posebno očitivalo kod onih ispitanika koji su naveli manji broj bliskih osoba. Autori zaključuju kako društvo životinje kod oboljelih od AIDS-a ublažava efekte negativnih socijalnih posljedica te bolesti. Zbog svoje bitno manje zastupljenosti u ovom području, zanimljivo je spomenuti da su rezultati koji potvrđuju *socijalnu* funkciju ljubimaca dobiveni i korištenjem drugih metodoloških pristupa. Tako je recimo u kvalitativnoj studiji koju je provela Rew (2000) s 32 adolescenta beskućnika dobiveno kako je većina kao osnovne strategije suočavanja s usamljenošću navodila druženje s prijateljima i psima. Kao prijatelje su opisali ljude koji im mogu pružiti informacije o preživljavanju na ulici i koji su spremni s njima popričati, dok su svoje pse opisali kao društvo koje im pruža osjećaj sigurnosti, bezuvjetne ljubavi i snagu da ustraju u takvim teškim životnim okolnostima jer znaju da su nekom potrebni. Medijacijski utjecaj privrženosti kućnom ljubimcu na odnos usamljenosti i općeg zdravstvenog stanja osobe utvrdila je Krause-Parello (2008) kod starijih žena koje žive u kompleksu za boravak starijih osoba. Dobila je da, kada se privrženost drži pod kontrolom, stupanj negativne povezanosti usamljenosti i općeg zdravlja opada. Ovi nalazi, sve u svemu, upućuju na mogućnost da društvo ljubimca doprinosi dobrobiti upravo kod onih ljudi koji su emocionalno osjetljiviji, čije emocionalne potrebe nisu adekvatno zadovoljene i/ili onih koji prolaze kroz teža razdoblja u svojim životima. Dakle, pri ispitivanjima korelata privrženosti ljubimcima svakako bi valjalo uzeti u obzir i širu životnu situaciju osobe.

Kada je riječ o mogućim mehanizmima putem kojih ljubimci ublažavaju posljedice usamljenosti i depresije, u prvom redu valja uzeti u obzir funkciju koju ljubimci imaju unutar obitelji kao jedan od izvora socijalne podrške (Albert i Bulcroft, 1988; Beck i Katcher, 2003; Philips Cohen, 2002; Bonas, McNicholas i Collins, 2000) uz dobro potvrđene nalaze o odnosu socijalne podrške i mentalnog zdravlja kojima literatura obiluje. Bonas i sur. (2000) pokušali su utvrditi eventualne razlike u tipovima socijalne podrške u vezama s ljudima u odnosu na veze s kućnim ljubimcima. Ispitanici su naveli ljubimce (konkretno pse) kao pouzdanije i prisutnije u trenucima potrebe, dok su ih njihovi "ljudski" prijatelji nadmašili u pružanju instrumentalne podrške i ostvarivanju osjećaja intimnosti. Allen, Blascovich i Mendes (2002) utvrdili su da za vrijeme rješavanja zadataka mentalne aritmetike dolazi do značajnog

povišenja krvnog tlaka u situacijama prisutnosti supružnika i najboljeg prijatelja u odnosu na situaciju prisutnosti kućnog ljubimca – psa ili mačke. Zaključuju da vjerojatan *strah* od socijalne evaluacije nadmašuje interpersonalnu bliskost u vezi (brak, prijateljstvo) i dovodi do negativnijih efekata na fiziološkom planu kada se sposobnosti demonstriraju pred bliskim osobama (supružnik, prijatelj) u odnosu na situaciju prisutnosti kućnog ljubimca. Štoviše, ispitanici su bili i učinkovitiji u ovoj drugoj situaciji pa autori pretpostavljaju da ljubimci igraju i ulogu socijalnog facilitatora.

Kao što je ranije i spomenuto, unatoč očitijoj tendenciji dosadašnjih znanstvenih rezultata k potvrđivanju pozitivnog učinka koji kućni ljubimci imaju na zdravlje svojih vlasnika, postoje i kontradiktorni rezultati. U ispitivanju Parslow, Jorm, Christensen, Rodgers i Jacomb (2005) pokušalo se dovesti u relaciju posjedovanje kućnih ljubimaca i zdravlje njihovih primarnih vlasnika kod uzorka od 2551 Australca u dobi od 60 do 64 godine. Pokazalo se kako je briga za ljubimca povezana sa značajno negativnijim zdravstvenim ishodima, s višim razinama depresivnih simptoma, slabijim tjelesnim zdravljem i višom upotrebom analgetika. Neočekivano, dobiveno je i da vlasnici kućnih ljubimaca (u odnosu na one koji to nisu) postižu značajno više rezultate na dimenziji psihotocizma mjerenoj Eysenckovim EPQ-om. Ovakav nalaz prije nije dobiven, ali je kompatibilan s nekim studijama kojima je utvrđeno da vlasnici kućnih ljubimaca izvještavaju da vole više životinje nego ljude, te kako je vjerojatnije da koriste ljubimce kao supstitut za manjak socijalne interakcije s ljudima. I jedna recentna studija pronalazi pozitivnu relaciju privrženosti ljubimcu i udovištva s depresivnošću, također kod uzorka starijih osoba (prosječne dobi 68 godina) (Miltiades i Shearer, 2011). Autori navode kako pri tumačenju rezultata valja uzeti u obzir i specifičnost dobnog uzorka, odnosno općih životnih uvjeta osoba starije dobi. Moguće je, naime, da osoba svoju ulogu primarno odgovornog za ljubimca shvati i kao obvezu (u smislu izvođenja psa u šetnju i sl.) ili nešto što ju bar dijelom opterećuje, a što bi se moglo dovesti u vezu s ovakvim rezultatima. Također navode kako bi trebalo izbjegavati pretpostavku o povezanosti primarnog skrbništva nad ljubimcem s višom razinom privrženosti jer se vjerojatno radi o odnosu koji nije tako jednostavan i koji ovisi o nekim drugim varijablama, u prvom redu o privrženosti ljubimcu, a zatim i o percepciji uloge osobe primarno odgovorne za ljubimca, o tome je li osoba sama donijela odluku o uzimanju kućnog ljubimca, o stavovima prema životinjama, itd.

Odnos s kućnim ljubimcem - radi li se doista o privrženosti?

Hazan i Zeifman (1999) navode kako je nužno da budu ostvarena četiri kriterija da bi se neku dijadnu vezu moglo nazvati vezom privrženosti. Prvo, članovi dijade moraju željeti i ostvarivati blizak *fizički kontakt*, što tipično uključuje dodirivanje i maženje. Sustavna opažanja interakcije između vlasnika pasa i njihovih ljubimaca

pokazala su kako vlasnici pasa učestalo dodiruju i maze svoje ljubimce, pozivaju ih da dođu u njihovu blizinu ili da sjednu u njihovo krilo, sudjeluju u "licem u lice" igri, obraćaju im se koristeći karakteristike "majčinskog govora" (primjer: Prato-Previde, Fallani i Valsecchi, 2006). Glede kriterija *selektivnosti*, smatra se da će osoba, među bliskim figurama, prednost dati onoj koja je najresponzivnija na njezine potrebe i koja je uspješna u "otklanjanju" posljedica stresa. Već je spomenuto kako ljubimci ispunjavaju funkciju socijalne podrške (Albert i Bulcroft, 1988; Beck i Katcher, 2003; Bonas i sur., 2000; Philips Cohen, 2002), a pozitivni učinci koje imaju na osjetljivije skupine (Albert i Bulcroft, 1988) te nedavne potvrde medijacijske uloge privrženosti ljubimcu prilikom suočavanja s usamljenošću (Krause Parello, 2008) dovoljno govore o njihovoj ulozi u procesu doživljavanja stresa. Sljedeći je kriterij postojanje snažnih *reakcija na separaciju i gubitak*, što znači da članove dijadnog odnosa koji su međusobno privrženi svaka separacija uznemiruje. Čini se da ožalošćeni vlasnici kućnih ljubimaca doista pokazuju tipične karakteristike tugovanja (Archer i Winchester, 1994), dok psi u situaciji odsutnosti vlasnika iskazuju ponašanja tipična za tzv. separacijsku anksioznost (Prato-Previde i sur., 2003). U konačnici, veza privrženosti trebala bi imati pozitivan učinak na članove dijade u smislu pozitivnih *psiholoških i fizioloških zdravstvenih ishoda*. Istraživanja uglavnom potvrđuju *pozitivan efekt ljubimaca* na zdravlje njihovih vlasnika (npr. Allen i sur., 1991; Friedmann i sur., 1980; Friedmann i Thomas, 1995; Serpell, 1991; Siegel, 1990; Albert i Bulcroft, 1988; Budge i sur., 1998; Sable, 1995), ali i upućuju na moguće uzroke individualnih varijacija u nalazima (stupanj privrženosti ljubimcu, stavovi prema kućnim ljubimcima, stupanj uključenosti u brigu o ljubimcu, vrsta ljubimca, karakteristike ličnosti, prošla iskustva, itd.).

Posebnost odnosa vlasnik-kućni ljubimac u istraživačkom smislu, očituje se u nemogućnosti valjanog zahvaćanja dijadne perspektive ovog odnosa. Ipak, kada je riječ o privrženosti, funkcije koje ona kao tip odnosa ispunjava (traženje blizine, sigurno utočište...) dijelom se manifestiraju i na ponašajnoj razini pa se stoga mogu i opažati. Ovoj su činjenici doskočili talijanski autori Prato-Previde i sur. (2003) upotrebom testa *strane situacije* kako bi se pokušalo provjeriti radi li se kod veze čovjeka i njegova kućnog ljubimca, u konkretnom slučaju psa, o privrženosti sličnoj onoj kakva postoji između roditelja i djeteta. Korištena je tradicionalna procedura, uz dodanu situaciju separacije, u kojoj su psi ostavljeni sami u prostoriji sa predmetima i odjećom vlasnika i stranca. U ispitivanju je sudjelovalo 38 parova vlasnika pasa i njihovih kućnih ljubimaca. Autori zaključuju da se, uz određena ograničenja zbog metodologije, može govoriti o efektu sigurne baze jer su se psi više igrali sa strancem u prisutnosti vlasnika nego kad je vlasnik bio odsutan. Također su više istraživali u prisutnosti vlasnika, međutim autori navode kako je to vjerojatno rezultat s vremenom opadajuće znatiželje. Psi su iskazali i niz ponašanja privrženosti poput traženja blizine, praćenja vlasnika, grebanja i skakanja na vrata, cviljenja, ostajanja orijentiranim na vlasnikovu stolicu ili vrata u njegovoj odsutnosti. Pozdravljali su vlasnika duže i s više entuzijazma u odnosu na stranca. Naposljetku, više su vreme-

na provodili uz vlasnikovu odjeću u odnosu na strančevu te uz stolicu na kojoj su bili vlasnikovi predmeti. Dakle, psi su pokazali vrlo slične obrasce ponašanja kao i djeca te čimpanze pa autori zaključuju da se s aspekta psa kao životinje može govoriti o ponašanju indikativnom za tip afektivne veze kao što je privrženost. Razlikovanje afektivnih veza od veza privrženosti uključuje jedan aspekt privrženosti koji se ne nalazi kod afektivnih veza. Radi se o iskustvu sigurnosti i ugone specifične veze, ali i mogućnosti odvajanja od sigurne baze koju pruža figura kojoj smo privrženi, s povjerenjem u njezinu potporu i kada joj nismo u blizini (Ainsworth, 1989). Pri procjeni karakteristika veze s kućnim ljubimcem, Kurdek (2008) u već spomenutom istraživanju nalazi kako se najizraženijim aspektom privrženosti kućnom ljubimcu, u konkretnom slučaju psu, uz traženje blizine, pokazala upravo sigurna baza. Proširivši ciljeve prvotne studije, Kurdek (2009) nešto kasnije pokušava utvrditi pod kojim se okolnostima i u kojem stupnju vlasnici okreću k svojim ljubimcima psima kako bi se utješili u emocionalno stresnim trenucima, što bi upućivalo na percepciju kućnog ljubimca kao sigurnog utočišta (ključan aspekt odnosa privrženosti). Rezultati ove studije koja je provedena internetskim putem pokazali su kako se u stresnim trenucima tražeći emocionalnu utjehu vlasnici pasa okreću ka svom ljubimcu prije nego majkama, očevima, braći i sestrama, najboljim prijateljima i vlastitoj djeci. Jedina figura koja je "nadmašila" psa kao izvor sigurnog utočišta bio je ljubavni partner, što je u skladu s nalazima u literaturi. Neke detaljnije analize pokazale su kako su udovci, razvedeni, oni angažiraniji oko skrbi za ljubimca, oni nisko na samootkrivanju te oni koji su procijenili da ljubimci snažno ispunjavaju njihovu potrebu za povezivanjem preferirali psa pred partnerom kao izvor emocionalne utjehe. Sve u svemu, iako se funkcija sigurnog utočišta pokazala najmanje izraženom (u odnosu na ostale funkcije) kada je riječ o odnosu sa psom, njezina relativna vrijednost kada se uspoređi sa značenjem koje ima u odnosima s drugim bliskim figurama upućuje na moguću formu privrženosti kakva se javlja u ovom odnosu. Autor navodi kako je moguće da se radi o brižnom odnosu koji s vremenom (kako pas stari i zahtijeva sve više pažnje i njege) počinje poprimati karakteristike privrženosti. Faze u kojima se ovaj proces odvija, dakako, može razjasniti jedino longitudinalno istraživanje.

ZAKLJUČAK

Prema navedenom, čini se da obiteljski kućni ljubimci, posebice psi i mačke, pružaju potencijal za razvoj emotivne veze koja doprinosi općoj dobrobiti i osjećaju sigurnosti. Moguće je da ljubimci na jedinstven način potpomažu zadovoljavanje niza emocionalnih potreba, u nekim slučajevima zamjenjujući manjak veza privrženosti s ljudima, a u drugima proširujući raspon veza i socijalnih kontakata koji doprinose općem životnom zadovoljstvu te pružaju osjećaj ugone i potpore u težim trenucima. Ipak, valja uzeti u obzir da ostaje još mnogo neodgovorenih pitanja i nejasnih odgovora glede karakteristika i implikacija odnosa čovjeka i njegova kućnog

ljubimca, što sve skupa upućuje na jasnu potrebu za daljnjim istraživanjima u ovom području. Za sada se čini kako bi prvi korak koji bi valjalo napraviti u tom smjeru trebao bi ići k definiranju psiholoških karakteristika vlasnika kućnih ljubimaca u odnosu na razinu afektivne povezanosti koja karakterizira odnos čovjek-kućni ljubimac. Također, već se iz ovog pregleda može jasno uočiti kako je i sam istraživački pristup predmetima istraživanja u području do sada bio šarolik, od eksperimentalnih istraživanja sa strožom kontrolom uvjeta, preko jednokratnih primjena odgovarajućih upitnika na birane uzorke ispitanika pa do opservacijskih studija i različitih tipova intervjua. Daljnji rad na provjeri karakteristika veze koja se formira između čovjeka i njegova kućnog ljubimca je nedvojbeno nužan, uz preporuku ispitivanja što šireg spektra subjektivnog doživljaja tog odnosa sa strane čovjeka. Iz navedenog je posve jasno da bi trebalo i dalje raditi na razvoju upitnika i skala koji će, između ostalog, biti i dovoljno osjetljivi da uspješno diferenciraju tu široku skupinu vlasnika kućnih ljubimaca, odnosno da jasno definiraju podskupinu onih koji će biti pouzdan dokaz *pozitivnog efekta kućnih ljubimaca*. U tom se smislu i kod nas tek počinje raditi na razvoju i ispitivanjima konstruktne valjanosti nekih instrumenata koji se tipično koriste u ovom području (*Lexington Attachment to Pets Scale*, Johnson i sur., 1992; *Pet Attitude Scale*, Templer i sur., 1981), a trenutno dostupni podaci upućuju kako se radi o instrumentima čistih jednofaktorskih struktura i visoke pouzdanosti (Levačić, 2009; Ombla i Penezić, 2010b).

Teorija privrženosti osobito je plodonosno tlo kada je riječ o tumačenju i istraživanjima interpersonalnih odnosa, što je odavno prepoznato, međutim u posljednje vrijeme poseban se naglasak stavlja na razvoj i usavršavanje teorijski utemeljenih instrumenata te na eksploraciju aspekata privrženih odnosa (Shaver i Mikulincer, 2010). U kontekstu odnosa vlasnika i kućnog ljubimca teorija privrženosti prepoznata je kao opravdan polazišni okvir, međutim, valja napomenuti kako instrumentarij koji se tipično koristi u istraživanjima ovog odnosa ne uzima u obzir ključne koncepte privrženosti, već uglavnom ispituje intenzitet afektivne veze. Tek se za nekoliko recentnijih istraživanja odnosa vlasnik-kućni ljubimac (Beck i Madresh, 2008; Kurdek, 2008; Kurdek, 2009) doista može tvrditi da su svoje polazište temeljila na teoriji privrženosti dok je procedura uključivala primjenu instrumenata kojima se zahvaćaju osnovni aspekti privrženosti (funkcije privrženosti, radni model privrženosti). Dakle, može se zamijetiti kako se i ovo područje polako okreće k jednom od novijih trendova u teoriji privrženosti koji možda najbolje opisuju Fraley i Shaver (2000) navodeći kako je za svaku vezu od interesa nužno utvrditi ulogu koju privrženost igra u takvom odnosu, uz teoretski opravdan postupak kvalificiranja prirode konkretne veze. Tek primjena (teorijski) odgovarajućih i validiranih instrumenata može pomoći u identificiranju i kvalificiranju tipa odnosa koji se formira između ljudi i njihovih kućnih ljubimaca, pri čemu oslonac može biti podatak da su se neke renomirane mjere privrženosti pokazale primjenjivim i valjanim za različite vrste odnosa (Kamenov i Jelić, 2003; Beck i Madresh, 2008; Kurdek, 2008; Fraley, Heffernan, Vicary i Brumbaugh, 2011).

LITERATURA

- Ainsworth, M. (1989) Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716.
- Ainsworth, M.I.S., Wittig, B.A. (1969). Attachment and the exploratory behaviour of one-year-olds in a strange situation. U: B.M. Foss (Ur.), *Determinants of infant behaviour* (Vol. 4, str. 113-136), London: Methuen.
- Albert, A., Bulcroft, K. (1988). Pets, families and the life course. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 543-552.
- Al-Fayez, G., Awadalla, A., Templer, D.I., Arikawa, H. (2003) Companion animal attitude and its family pattern in Kuwait. *Society & Animals*, 11, 17-28.
- Allen, K. (2003). Are pets a healthy pleasure? The influence of pets on blood pressure. *Current directions in psychological science*, 12, 236-239.
- Allen, K., Blascovich, J., Mendes, W.B. (2002) Cardiovascular reactivity and the presence of pets, fiends, and spouses: The truth about cats and dogs. *Psychosomatic Medicine*, 64, 727-739.
- Allen, K., Shykoﬀ, B.E., Izzo, J.L. (2001) Pet ownership, but not ACE inhibitor therapy, blunts home blood pressure responses to mental stress. *Hypertension*, 38, 815-820.
- Allen, K.M., Blascovich, J., Tomaka, J., Kelsey, R.M. (1991). Presence of human friends and pet dogs as moderators of autonomic responses to stress in women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 582-589.
- Američko udruženje veterinarskih djelatnika. Internet izvor: http://www.avma.org/issues/human_animal_bond/default.asp
- Arambašić, L., Keresteš, G., Kuterovac-Jagodić, G., Vizek-Vidović, V. (1999). The role of pet ownership as a possible buffer variable in traumatic experiences. *Studia Psychologica*, 42, 135-146.
- Archer, J., Winchester, G. (1994). Bereavement following death of a pet. *British Journal of Psychology*, 85, 259-271.
- Beck, A.M., Katcher, A.K. (2003). Future directions in human-animal bond research. *American Behavioral Scientist*, 47, 79-89.
- Beck, L., Madresh, E.A. (2008) Romantic partners and four-legged friends: An extension of attachment theory to relationships with pets. *Anthrozoös*. 21 (1). 43-56.
- Bonas, S., McNicholas, J., Collins, G.M. (2000) Pets in the network of family relationships: An empirical study. *Companion animals and us* (209-236). Cambridge, Cambridge University Press.
- Budge, R.C., Spicer, J., Jones, B., St. George, R. (1998) Health correlates of compatibility and attachment in human – companion animal relationship. *Society & Animals Journal of Human – Animal Studies*, 6, 219-234.
- Cain, A.O. (1985). Pets as family members. *Marriage & Family Review*, 8, 5-10.
- Costa, P.T., McCrae, R.R. (1992). *NEO PI-R Professional Manual*. Revised NEO Personality Inventory (NEO PI-R) and NEO Five Factor Inventory (NEO-FFI). Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Daly, B., Morton, L.L. (2006). An investigation of human-animal interactions and empathy as related to pet preference, ownership, attachment, and attitudes in children. *Anthrozoös*, 19, 113-124.

- Deci, E.L., Ryan, R.M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- El-Alayli, A., Lystad, A., Webb, S.R., Hollingsworth, S.L., Ciolli, J.L. (2006). Reigning cats and dogs: A pet-enhancement bias and its link to pet attachment, pet-self similarity, self-enhancement, and well-being. *Basic and Applied Social Psychology*, 28, 131-143.
- Fraley, R.C., Heffernan, M.E., Vicary, A.M., Brumbaugh, C.C. (2011). The Experiences in Close Relationships- Relationship Structures Questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships. *Psychological Assessment*, 23, 615-625.
- Fraley, R.C., Shaver, P. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversis, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4, 132-154.
- Friedmann, E., Katcher, A.H., Lynch, J.J., Thomas, S.A. (1980). Animal companions and one-year survival of patients after discharge from a coronary care unit. *Public Health Reports*, 95, 307-312.
- Friedmann, E., Thomas, S.A. (1995). Pet ownership, social support, and one year survival after acute myocardial infarction in the cardiac arrhythmia suppression trial (CAST). *American Journal of Cardiology*, 76, 1213-1217.
- Friedmann, E., Thomas, S.A., Cook, L.K., Tsai, C.C., Picot, S.J. (2007). A friendly dog as a potential moderator of cardiovascular response to speech in older hypertensives. *Anthrozoös*, 20, 51-63.
- Friedmann, E., Thomas, S.A., Son, H. (2011). Pets, depression and long-term survival in community living patients following myocardial infarction. *Anthrozoös*, 24, 273-285.
- Garrity, T.F., Stallones, L., Marx, M.B., Johnson, T.P. (1989). Pet ownership and attachment as suportive factors in the health of the elderly. *Anthrozoös*, 3, 35-44.
- Handlin, L., Nilsson, A., Ejdebäck, M., Hydbring-Sandberg, E., Uvnäs-Moberg, K. (2012). Associations between the psychological characteristics of the human-dog relationship and oxytocin and cortisol levels. *Anthrozoös*, 25, 215-228.
- Hazan, C., Zeifman, D. (1999). Pair bonds as attachments: Evaluating the evidence. U: Cassidy, J., P.R. Shaver, (Ur.), *Handbook of attachment* (str. 336–354). New York: Guilford.
- Headey, B., Grabka, M.M. (2007) .Pets and human health in Germany and Australia: National longitudinal results. *Social Indicators Research*, 80, 297-311.
- Hennessy, M.B., Williams, M.T., Miller, D.D., Douglas, C.W., Voith, V.L. (1998). Influence of male and female petters on plasma cortisol and behaviour: Can human interaction reduce the stress of dogs in a public animal shelter? *Applied Animal Behaviour Science*, 61, 63-77.
- Holcomb, R., Williams, R.C., Richards, P.S. (1985). The elements of attachment: Relationship maintenance and intimacy. *Journal of the Delta Society*, 2, 28-34.
- Johnson, S.B., Rule, W.R. (1991). Personality characteristics and self – esteem in pet owners and non – owners. *International Journal of Psychology*, 26, 241-252.
- Johnson, T.P., Garrity, T.F., Stallones, L. (1992). Psychometric evaluation of the Lexington Attachment to Pets Scale. *Anthrozoös*, 5, 160–175.
- Kamenov, Ž., Jelić, M. (2003). Validacija instrumenta za mjerenje privrženosti u različitim vrstama bliskih odnosa: Modifikacija Brennanova Inventara iskustava u bliskim vezama. *Suvremena psihologija*, 6, 73-91.

- Krause-Parello, C.A. (2008). The mediating effect of pet attachment support between loneliness and general health in older females living in the community. *Journal of Community Health Nursing*, 25, 1-14.
- Kurdek, L.A. (2008). Pet dogs as attachment figures. *Journal of Social and Personal Relationships*, 25, 247-266.
- Kurdek, L.A. (2009). Pet dogs as attachment figures for adult owners. *Journal of Family Psychology*, 23, 439-446.
- Levačić, J. (2009). Pokušaj validacije Adaptirane Lexington skale privrženosti kućnim ljubimcima. *Suvremena psihologija*, 12, 391-407.
- Marks, S.G., Koepke, J.E., Bradley, C.L. (1994). Pet attachment and generativity among young adults. *The Journal of Psychology*, 128, 641-650.
- Miltiades, H., Shearer, J. (2011). Attachment to pet dogs and depression in rural older adults. *Anthrozoös*, 24, 147-154.
- Odendaal, J.S.J. (2000). Animal-assisted therapy: magic or medicine? *Journal of Psychosomatic Research*, 49, 275-280.
- Ombla, J., Penezić, Z. (2010b) Privrženost kućnim ljubimcima i neke karakteristike vlasnika pasa. U: Sorić, I., V. Čubela Adorić, Lj. Gregov, Z. Penezić, (Ur.). *Sažeci radova/ Zadar*. Usmeno priopćenje s: XVII.Dana psihologije u Zadru. Sveučilište u Zadru, Odjel za psihologiju, 88.
- Ombla, J., Penezić, Z. (2010a) Attitudes toward pets in relation to personality in Croatian dog-owners and non-owners. U: Blatný, M., M. Hrebícková, S. Kourilová, A. Slezáčková, P. Kveton, D. Voboril (Ur.), *Program and abstracts/Brno*. Usmeno priopćenje s: 15th European Conference on Personality. Brno. European Association of Personality Psychology. 220.
- Parslow, R.A., Jorm, A.F., Christensen, H., Rodgers, B., 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, 40-41.
- Philips Cohen, S. (2002) Can pets function as family members? *Western Journal of Nursing Research*, 24, 621-638.
- Phillips, C.J.C., McCulloch, S. (2005). Student attitudes on animal sentience and use of animals in society. *Educational Research*, 40, 17-24.
- Poresky, R.H. (1996). Companion animals and other factors affecting young children's development. *Anthrozoös*, 9, 159-168.
- Prato-Previde, E., Custance, D.M., Spiezio, C., Sabatini, F. (2003). Is the dog – human relationship an attachment bond? An observational study using Ainsworth's strange situation. *Behaviour*, 140, 225-254.
- Prato-Previde, E., Fallani, G., Valsecchi, P. (2006). Gender differences in owners interacting with pet dogs: an observational study. *Ethology*, 112, 64-73.
- Rew, L. (2000). Friends and pets as companions: Strategies for coping with loneliness among homeless youth. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 13, 125-140.
- Robin, M.V. (2006). Tails of laughter: A pilot study examining the relationship between companion animal guardianship (pet ownership) and laughter. *Society & Animals*, 14, 275-290.

- Sable, P. (1995). Pets, attachment, and well-being across the life cycle. *Social Work, 40*, 334-341.
- Serpell, J.A. (1991). Beneficial effects of pet ownership on some aspects of human health behavior. *Journal of the Royal Society of Medicine, 84*, 717-720.
- Serpell, J.A. (1996). In the company of animals: a study of human-animal relationships. *Canto*. (preuzeto sa: www.books.google.hr)
- Shaver, P.R., Mikulincer, M. (2010). New directions in attachment theory and research. *Journal of Social and Personal Relationships, 27*, 163-172.
- Siegel, J.M. (1990). Stressful life events and use of physician services among the elderly. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*, 1081-1086.
- Siegel, J.M., Angulo, F.J., Detels, R., Wesch, J., Mullen, A. (1999) AIDS diagnosis and depression in the Multicenter AIDS Cohort Study: the ameliorating impact of pet ownership. *AIDS Care, 11*, 157-170.
- Stewart, A.J., Franz, E., Layton, L. (1988). The changing self: Using personal documents to study lives, *Journal of Personality, 56*, 41-74.
- Straede, C.M., Gates, G.R. (1993). Psychological health in a population of Australian cat owners. *Anthrozoös, 6*, 30-41.
- Templer, D.I., Salter, C.A., Dickey, S., Baldwin, R., Veleber, D.M. (1981). The construction of a pet attitude scale. *Psychological Record, 31*, 343-348
- Turner, W. (2001). Our new children: The surrogate role of companion animals in women's lives. *The Qualitative Report*. Preuzeto sa: www.nova.edu/ssss/QR/QR6-1/turner.html
- Turner, W. (2005). The role of companion animals throughout the family life cycle. *Journal of Family Social Work, 9*, 11-21.
- Van Houtte, B.A., Jarvis, P.A. (1995). The role of pets in preadolescent psychosocial development. *Journal of Applied Developmental Psychology, 16*, 463-479.
- Vizek-Vidović, V., Arambašić, L., Keresteš, G., Kuterovac-Jagodić, G., Vlahović-Štetić, V. (2001). Pet ownership in childhood and socio-emotional characteristics, work values and professional choices in early adulthood. *Anthrozoös, 14*, 224-231.
- Vizek-Vidović, V., Vlahović-Štetić, V., Bratko, D. (1999). Pet ownership, type of pet and socio-emotional development of school children. *Anthrozoös, 12*, 211-217.
- Vormbrock, J.K., Grossberg, J.M. (1988). Cardiovascular effects of human-pet dog interactions. *Journal of Behavioral Medicine, 11*, 509-517.

PETS AND IMPLICATIONS FOR THE HEALTH AND PSYCHOPHYSICAL WELLBEING OF THEIR OWNERS

Abstract

Attachment theory, as well as many studies which stem from it's assumptions, so far have shown that individual overall well-being is greatly affected by relations, i.e.

bonds that one develops with significant others during their lifetime. Studying characteristics of pet owners and the quality of bonds which are formed between owners and their pets, is still a novelty in Croatia, with a handful of authors mentioning the topic so far. Foreign studies, on the other hand, provide a vast amount of data and thereby form a stable starting point for future research in this field. Some of the consistent findings indicate that pets are considered family members, while the affective bond that is formed between the owner and his pet appears to be mutually beneficial, along with numerous advantages relevant for the health and well-being of the owner. Although previous findings mostly support the *positive pet effect*, there are some contradictory results which emphasize the need for further studies. There is an evident need for defining pet owners' psychological characteristics in relations to the intensity of affective linkage between owners and pets. In addition, it is also necessary to define methodological approaches to problems in this research area.

Key words: attachment theory, pets, positive pet effect

