

Utjecaj pasa pomagača na mentalno zdravlje osoba s invaliditetom

Klarić, Ela

Master's thesis / Diplomski rad

2023

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Education and Rehabilitation Sciences / Sveučilište u Zagrebu, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:158:899426>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-08-05**



Repository / Repozitorij:

[Faculty of Education and Rehabilitation Sciences - Digital Repository](#)



Sveučilište u Zagrebu
Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet

Diplomski rad
Utjecaj pasa pomagača na mentalno zdravlje
osoba s invaliditetom

Ela Klarić

Zagreb, lipanj 2023.

Sveučilište u Zagrebu
Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet

Diplomski rad

Utjecaj pasa pomagača na mentalno zdravlje
osoba s invaliditetom

Ime i prezime studentice:

Ela Klarić

Ime i prezime mentorice:

Prof. dr. sc. Renata Martinec

Zagreb, lipanj 2023.

Izjava o autorstvu rada

Potvrđujem da sam osobno napisala rad „Utjecaj pasa pomagača na mentalno zdravlje osoba s invaliditetom“ i da sam njegova autorica.

Svi dijelovi rada, nalazi ili ideje koje su u radu citirane ili se temelje na drugim izvorima jasno su označeni kao takvi te su adekvatno navedeni u popisu literature.

Ime i prezime: Ela Klarić

Mjesto i datum: Zagreb, lipanj 2023.

Zahvala

Zahvaljujem se svojoj mentorici prof. dr. sc. Renati Martinec na svoj pruženoj podršci, motivaciji, savjetima te usmjeravanju tijekom pisanja ovog rada. Također, zahvaljujem se i Hrvatskoj udruzi za školovanje pasa vodiča i mobilitet na susretljivosti i ljubaznosti koju su mi pružili tijekom odrađivanja prakse te prilikom pronalaska literature, kao i na motivaciji za odabir upravo ove teme.

Posebno se zahvaljujem svojoj mami Anici što mi je bila najveća podrška kroz sve godine studiranja, kao i svima koji su uvijek bili tu za mene, ali i svom psu Valiju koji mi je bio najveća inspiracija tijekom pisanja ovog rada.

Naslov rada: Utjecaj pasa pomagača na mentalno zdravlje osoba s invaliditetom

Ime i prezime studentice: Ela Klarić

Ime i prezime mentorice: prof. dr. sc. Renata Martinec

Odsjek za motoričke poremećaje, kronične bolesti i art-terapije, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu

Modul: Rehabilitacija, sofrologija, kreativne i art/ekspresivne terapije

Sažetak

Mentalno zdravlje predstavlja jednu od glavnih odrednica cjelokupnog zdravlja te utječe na sve aspekte života pojedinca, kao i na kvalitetu života općenito. Ono je multidimenzionalni konstrukt koji obuhvaća umno, emocionalno, duševno te racionalno funkcioniranje, kao i sposobnosti razmišljanja, percipiranja, ponašanja te kontroliranja emocija. Prevalencija poremećaja mentalnog zdravlja u današnje je vrijeme u porastu, a posebno je primjetno narušeno mentalno zdravlje u osoba s invaliditetom zbog različitih barijera s kojima se svakodnevno susreću. Diskriminacija, stigma, nedovoljna socijalna podrška, izolacija i isključenost od strane društva te suočavanje s različitim zdravstvenim teškoćama samo su neki od izazova s kojima se nose. Iz tog je razloga potrebno u proces edukacije i rehabilitacije uključiti različite programe psihosocijalne podrške te komplementarne terapije među kojima možemo navesti i terapije uz pomoć životinja. Naime, spoznaja da su životinje oduvijek vrlo važan dio čovjekova života inicirala je ideju da one mogu biti dio različitih terapijskih pristupa. U tom se kontekstu posebno ističu psi pomagači pri čemu je iskustvo korisnika pokazalo da oni mogu pozitivno utjecati na podržavanje mentalnog zdravlja i ublažavanje psihofizičkih posljedica invaliditeta. Na toj je osnovi definiran i cilj ovog rada usmjeren na dobivanje uvida na koja područja mentalnog zdravlja utječe prisutnost pasa pomagača, u kojoj vrsti intervencija pokazuju najveću uspješnost te kod kojih vrsta invaliditeta ili zdravstvenih teškoća se najčešće koriste. Pregledom dostupne literature te relevantnih istraživanja utvrđeno je da psi pomagači imaju izrazito pozitivan utjecaj na mentalno zdravlje osoba s invaliditetom, da im svojim prisustvom uvelike olakšavaju svakodnevno funkcioniranje i suočavanje s izazovima s kojima se susreću te da značajno doprinose višoj razini samopouzdanja, samostalnosti i neovisnosti. Međutim, iako su potvrđene značajne dobrobiti ovog pristupa i dalje vrlo mali broj osoba s invaliditetom ima psa pomagača. Isto tako, iako istraživanja vezana uz temu ovoga rada postoje, ona su malobrojna, stoga je potrebna njihova daljnja provedba kako bi se definirali različiti modeli prilagođeni specifičnim potrebama korisnika, ali i kako bi se senzibilizirala šira društvena okolina o potrebi osiguravanja resursa koji bi omogućili češće i učinkovitije korištenje pasa pomagača u okviru kompleksne edukacije i rehabilitacije osoba s invaliditetom.

Ključne riječi: mentalno zdravlje, psi pomagači, osobe s invaliditetom

Title: Impact of assistance dogs on the mental health of people with disabilities

Name and surname of the student: Ela Klarić

Name and surname of the mentor: Full Prof. Renata Martinec, PhD

Department of Motoric Disorders, Chronic Diseases, and Art Therapies, Faculty of Education and Rehabilitation Sciences, University of Zagreb

Modul: Rehabilitation, Sophrology, Creative and Art/Expressive Therapies

Summary

Mental health is one of the main determinants of overall health and affects all aspects of an individual's life, as well as the quality of life in general. It is a multidimensional construct that encompasses the mental, emotional, spiritual, and rational functioning of an individual, as well as the ability to think, perceive, behave, and control emotions. The prevalence of mental health disorders is increasing rapidly nowadays, and due to various barriers that people with disabilities face in everyday life, such as discrimination, stigma, insufficient social support, isolation, and exclusion from society, while also facing various health issues caused by the disability itself, may put the mentioned population at increased risk of poor mental health. For this reason, it is necessary to include diverse programs of psychosocial support and complementary therapies, as well as animal-assisted therapies in the education and rehabilitation process. A cognizance that animals have always been an extremely important part of human life initiated the idea that they could take part in different therapeutic approaches. In the therapeutic context, assistance dogs stand out the most, and user experience has shown that they can have an extremely positive effect on supporting mental health and mitigating the psychophysical consequences of disability. On this basis, the goal of this paper was defined, and it was aimed at gaining insight into the benefits of assistance dogs on the mental health of people with disabilities, which animal-assisted therapies including dogs show the greatest success, and with which types of disabilities are assistance dogs used the most. The review of the available literature and relevant research found that assistance dogs have an extremely positive impact on the mental health of people with disabilities, contributing to a higher level of self-confidence and independence and that their presence greatly facilitates their daily functioning and coping with the challenges they face. However, although the significant benefits of this approach and animal-assisted therapies have been confirmed, very few people with disabilities have an assistance dog. Also, even though research related to the topic of this paper, there are not many relevant sources available so further research conduct are necessary to define different models of support adjusted to the specific needs of the beneficiary, as well as to sensitize the wider social environment about the need to secure resources that would enable more frequent and effective use of assistance dogs in the framework of complex education and rehabilitation of people with disabilities.

Keywords: assistance dogs, mental health, disability

Sadržaj:

1. Uvod.....	1
2. Invaliditet – koncept.....	3
3. Mentalno zdravlje – koncept.....	6
3.1. Poremećaji mentalnog zdravlja	7
3.1.1. Prisutnost poremećaja mentalnog zdravlja u osoba s invaliditetom	9
4. Životinje u terapiji – Intervencije potpomognute životinjama (AAI)	11
4.1. Psi pomagači.....	13
4.1.1. Terminologija i klasifikacija pasa pomagača	13
4.1.2. Školovanje i dodjela pasa pomagača.....	15
5. Pregled dosadašnjih spoznaja o utjecaju pasa pomagača na mentalno zdravlje osoba s invaliditetom.....	17
5.1. Utjecaj pasa pomagača na mentalno zdravlje osoba s različitim vrstama invaliditeta	18
5.1.1. Oštećenja vida	19
5.1.2. Oštećenja sluha.....	21
5.1.3. Gluhosljepoća	22
5.1.4. Oštećenja govorno-glasovne komunikacije.....	22
5.1.5. Tjelesna oštećenja.....	23
5.1.6. Intelektualna oštećenja	25
5.1.7. Poremećaji iz spektra autizma	27
5.1.8. Mentalni poremećaji.....	28
6. Zaključak.....	30
7. Literatura	32

1. Uvod

Uz tjelesno zdravlje općenito, mentalno zdravlje predstavlja jednu od najvažnijih odrednica uspješnog funkcioniranja i zadovoljavajuće kvalitete života svakog pojedinca. Mentalno zdravlje multidimenzionalni je konstrukt koji uključuje sve aspekte kognitivnog, emocionalnog, duhovnog te racionalnog funkcioniranja pojedinca, kao i njegove sposobnosti za razmišljanje, percipiranje, ponašanje te kontroliranje emocija (Abdullah, 2017). To je stanje koje se mijenja sukladno sa socijalnim i biološkim faktorima koji utječu na pojedinca te koji mu omogućuju postizanje željene sinteze, ostvarivanje individualnih potreba i želja, stabilnih odnosa s drugima i samim sobom te utjecaj na vlastitu svakodnevicu. Također, mentalno se zdravlje osim stanja, definira kao i izrazito važna dimenzija zdravlja (Bertolote, 2008).

U odnosu na opću populaciju, istraživanjima je dokazano da je u osoba s invaliditetom češća pojavnost mentalnih poremećaja, a razlozi takvog stanja su mnogostruki (Honey i sur., 2010 prema Sangster Jokić i Bartolac, 2018). Tako se na primjer, invaliditet definira kao proces koji je rezultat međusobnog djelovanja barijera okoline na koje osobe s invaliditetom nailaze, a koje im otežavaju ostvarivanje društvene ravnopravnosti te njih samih, dok se osobom s invaliditetom smatra svaka osoba koja ima određena tjelesna i/ili intelektualna oštećenja koja joj onemogućuju ravnopravno postojanje u zajednici (Dadić, Bačić, Župa i Vukoja, 2018). Neke od najčešćih barijera s kojima se osobe s invaliditetom susreću teškoće su ostvarivanja vlastitih očekivanja zbog oštećenja, diskriminacija, stigmatizacija, nedovoljna socijalna podrška, izolacija, isključenost od strane društva te nošenje sa zdravstvenim teškoćama koje su stalno prisutne što dodatno utječe na veću pojavnost teškoća mentalnog zdravlja (Prince i sur., 2007).

S obzirom na to da je mentalno zdravlje pod utjecajem brojnih čimbenika, neizostavnu ulogu u poboljšanju mentalnog zdravlja pojedinca imaju životinje. Životinje imaju vrlo značajan i pozitivan utjecaj na zdravlje čovjeka te su oduvijek vrlo važan dio njegova života. Dokazano je da životinje, ne samo u terapijskom smislu, nego i kao kućni ljubimci mogu na različite načine zaštititi ljudsko zdravlje te pomoći održati emocionalnu ravnotežu upravo zbog posebnog odnosa koji se s njima izgrađuje. Životinje čovjeku pružaju osjećaj da je bitan i potreban, utječu na izgradnju samopouzdanja pojedinca, smanjenje negativnih misli i usamljenosti te potiču pozitivno djelovanje (Mallon, 2004 prema Zuckerman Itković, Petranović i Barešić, 2007). Zbog brojnih načina na koje životinje poboljšavaju kvalitetu života

čovjeka, stvara se posebna veza među njima te je osamdesetih godina prošlog stoljeća ta veza definirana pojmom *human-animal bond* – *HAB* (Hines, 2003). *HAB*, ili povezanost između čovjeka i životinje definira se kao uzajamno korisna i dinamična veza koja je pod stalnim utjecajem ponašanja koja su neophodna za zdravlje i dobrobit, kako čovjeka, tako i životinja (American Veterinary Medical Association – AVMA, (n.d.)).

S obzirom na stalne promjene s kojima se suočavamo tijekom života, odnos koji izgradimo sa životinjama ponekad je jedina stvar koja se ne mijenja – koja je konstantna i u svakom trenutku jednaka te pruža određeni osjećaj sigurnosti. Životinje su ravnodušne prema ljudskim težnjama, željama te nastojanjima, odnosno one ne prolaze kroz životne promjene na isti način kao i ljudi, već postoje i žive u svojoj realnosti na koju ne utječe ljudski napredak ili neuspjeh. Još jedna vrlo bitna stavka koja utječe na tako snažnu povezanost ljudi i životinja je ta što životinje nemaju razvijen pojam statusa, to jest životinje vole bezuvjetno, ne gledajući na osobine i značajke koje su vrednovane u ljudskom svijetu te prema kojima se utvrđuje sistem vrijednosti u međuljudskim odnosima (Beck i Katcher, 1996). Znanstvenici su sukladno tome formirali pojam „Pepeljugin efekt“ koji objašnjava način na koji životinje prihvaćaju ljude bez obzira na njihove moguće emocionalne i socijalne probleme ili poremećaje, odnosno navode da je njihova privrženost prema ljudima stalna i nekritična (Mallon, 2004 prema Sever i sur., 2017).

U tom kontekstu, u posljednje se vrijeme sve se više provode različiti terapijski pristupi uz pomoć životinja, a među najzastupljenijima su psi, konji i delfini. Zbog svojih osobina i djelovanja na čovjeka posebno se ističe vrijednost pasa pomagača. Naime, istraživanja su pokazala da posebno trenirani psi pomagači potiču i podržavaju mentalno zdravlje, motivaciju i razinu funkcionalnosti kod osoba s invaliditetom (Nimer i Lundahl, 2007).

Na toj osnovi je i definiran cilj ovog preglednog rada usmjeren na dobivanje uvida na koja područja mentalnog zdravlja utječe prisutnost pasa pomagača, u kojoj vrsti intervencija pokazuju najveću uspješnost te kod kojih vrsta invaliditeta ili zdravstvenih teškoća se najčešće koriste. Također, razmatrano je kako psi pomagači utječu na svakodnevno funkcioniranje, emocionalno stanje te suočavanje s različitim teškoćama u osoba s invaliditetom. Za potrebe provedbe ovog istraživanja, korišten je pregled relevantnih znanstvenih radova dostupnih u citatnim bazama poput Scopus, Ebsco, Hrčak, Google Scholar i slično. Uz interpretaciju dobivenih rezultata istraživanja definirane su određene smjernice i preporuke koje bi mogle doprinijeti učinkovitijoj i češćoj primjeni pasa pomagača u području kompleksne i interdisciplinarne edukacije i rehabilitacije osoba s invaliditetom.

2. Invaliditet – koncept

Kako bismo mogli bolje razumjeti sve aspekte života osoba s invaliditetom, pa tako i što sve utječe na mentalno zdravlje navedene populacije, važno je razumjeti sam pojam invaliditet, kao i pojam osoba s invaliditetom te što sve spomenuti pojmovi u svojim značenjima obuhvaćaju.

Dadić i sur. (2018.) u svom radu navode da i dalje postoji problem s terminologijom vezanom uz invaliditet, ne samo u Hrvatskoj, nego i u svijetu općenito, upravo zbog negativnih konotacija koje većinom sa sobom nose nazivi koji se koriste kako bi se opisale osobe s invaliditetom. Sama riječ „invaliditet“ latinskog je podrijetla te dolazi od riječi „invalidus“ čije se značenje može prevesti kao nemoćan, bezvrijedan i nesposoban, a nazivi kao što su „hendikep“, „invalid“, „osobe s posebnim potrebama“ i slično, najčešće su korišteni nazivi koji su prije svega stigmatizirajući te usmjereni na oštećenje i teškoće, a ne na samu osobu. „Osoba s invaliditetom“ naziv je koji je u najmanjoj mjeri stigmatizirajući te nastoji dočarati da iako osoba ima određenu teškoću ili oštećenje, to nije ono što ju definira niti je to glavna odrednica njezine ličnosti.

Zakon o Hrvatskom registru o osobama s invaliditetom (2001) navodi da su osobe s invaliditetom osobe koje imaju trajnu ograničenu, smanjenu ili potpuno odsutnu sposobnost obavljanja određene psihičke funkcije ili fizičke aktivnosti koje su sukladne životnoj dobi, što je posljedica zdravstvenog oštećenja. Definicija osoba s invaliditetom prema Zakonu o Profesionalnoj rehabilitaciji i zapošljavanju osoba s invaliditetom (2013) navodi da je osoba s invaliditetom svaka ona osoba kod koje je prisutno oštećenje tjelesnih, mentalnih ili osjetilnih funkcija koje uz različite prepreke u svakodnevnom životu uzrokuju nemogućnost ispunjavanja društvene uloge pojedinca i ostvarivanje ravnopravnosti s općom populacijom, dok se u Deklaraciji o pravima osoba s invaliditetom (2005) navodi da je osoba s invaliditetom svaka osoba čije su sposobnosti obavljanja određenih aktivnosti smanjenje ili odsutne te ih nije u mogućnosti obavljati na očekivan način, a uzrok tome su prošlo, trenutno ili buduće, stečeno ili urođeno, privremeno ili trajno mentalno i/ili tjelesno oštećenje.

Kao što je ranije navedeno, u svijetu postoje brojne definicije invaliditeta te su značenja i interpretacije navedenog pojma mnogostruka. Prema Zakonu o Hrvatskom registru o osobama s invaliditetom (2001), invaliditet se definira kao gubitak, smanjenje ili ograničenje sposobnosti koje je trajno, a proizlazi iz zdravstvenog oštećenja te označava prisutnost teškoća pri

izvršavanju određenih fizičkih aktivnosti ili mentalnih funkcija koje su očekivane za određenu dob. Svjetska zdravstvena organizacija (World Health Organization – WHO) u sklopu Međunarodne klasifikacije oštećenja, onesposobljenosti i zdravlja – MKF (2002) navodi da je invaliditet rezultat interakcije zdravstvenog stanja pojedinca i negativnih stavova okoline, dok se invaliditet u sklopu Konvencije Ujedinjenih naroda o pravima osoba s invaliditetom (2006) definira kao razvojni proces koji je produkt međusobnog djelovanja same osobe i njezina okruženja. Vrlo je važno razlikovati invaliditet od bolesti s obzirom na to da je invaliditet stanje, odnosno rezultat određenog oštećenja ili bolesti, dok sama bolest može biti uzrok invaliditeta, ali može rezultirati i oštećenjem, ozdravljenjem, ali i smrću (Dadić i sur., 2018). Također je kontekstu invaliditeta bitno razumjeti da se samo stanje proizašlo iz invaliditeta koje uzrokuje spriječenost ili ograničenja pri izvršenju različitih aktivnosti na način koji je za njih očekivan naziva hendikep, a težina invaliditeta označava stupanj ograničenja pri izvršavanju aktivnosti (Zakon o Hrvatskom registru o osobama s invaliditetom, 2001).

Iako se Zakonom o Hrvatskom registru o osobama s invaliditetom (2001) navodi se da se invaliditet dijeli na tjelesna i mentalna oštećenja koja uključuju oštećenja vida, sluha, govorno-glasovne komunikacije, lokomotornog sustava, središnjeg i perifernog živčanog sustava, oštećenja organskih sustava (probavnog, cirkulacijskog, dišnog, endokrinog, urogenitalnog sustava te kožnog i potkožnog tkiva) i drugih organa te mentalna retardaciju, autizam, duševne poremećaje i višestruka oštećenja, Zakonom o Registru osoba s invaliditetom (2022) navodi se suvremenija terminologija o vrstama oštećenja koja je sljedeća:

1. *oštećenja vida*
2. *oštećenja sluha*
3. *gluhosljepoća*
4. *oštećenja govorno-glasovne komunikacije*
5. *oštećenja lokomotornog sustava*
6. *oštećenja središnjeg živčanog sustava*
7. *oštećenja perifernog živčanog sustava*
8. *oštećenja drugih organa i organskih sustava, kromosopatije, prirodene anomalije i rijetke bolesti*
9. *intelektualna oštećenja*
10. *poremećaji iz spektra autizma*
11. *mentalna oštećenja*
12. *više vrsta oštećenja.*

Osim podjele prema vrsti oštećenja, postoje i mnoge druge podjele invaliditeta, poput podjele prema spolu, dobi osobe (mladež, odrasli te ostarjele osobe s invaliditetom), vremenu nastupanja oštećenja (prirođeno, peri/postnatalno te kasnije nastala oštećenja), vrsti oštećenja (oštećenja tjelesnih i mentalnih funkcija) te prema radnoj sposobnosti (potpuni ili djelomični gubitak) (Rački, 1997 prema Dadić i sur., 2018). Međunarodna klasifikacija funkcioniranja, onesposobljenosti i zdravlja – MKF (WHO, 2002) klasifikacija je koja pruža podlogu za procjenu cjelokupnog zdravstvenog stanja i funkcioniranja pojedinca, a invaliditet definira kroz dva modela – medicinski i socijalni model. Medicinski model predstavlja invaliditet kao odliku osobe koja je proizašla izravno iz bolesti/oštećenja, traume ili nekog drugog zdravstvenog stanja te zahtijeva pomoć stručnjaka i individualno liječenje s ciljem ispravljanja problema pojedinca. Socijalni model invaliditet definira kao problem stvoren od strane društva, a ne kao značajku pojedinca koja ga definira te navodi da je važna socijalna intervencija s obzirom na to da je problem nastao kao posljedica okruženja u kojem se pojedinac nalazi. Važno je naglasiti da je navedene modele potrebno gledati zajedno kao cjelinu jer iako su oba modela zasebno važeća, samostalno nisu dovoljno adekvatna. Invaliditet je kompleksan fenomen koji je rezultat interakcije tijela pojedinca i njegove okoline te se sukladno tome definirao biopsihosocijalni model koji je i temeljni model na kojem je definirana Međunarodna klasifikacija funkcioniranja, onesposobljenosti i zdravlja – MKF. Biopsihosocijalni model dakle obuhvaća zdravstveno stanje, ali i okolinske i osobne faktore pojedinca, kao i tjelesne funkcije i strukture, aktivnost i sudjelovanje u okolini.

3. Mentalno zdravlje – koncept

Mentalno je zdravlje, kao što je ranije navedeno, jedna od osnovnih i najbitnijih dimenzija cjelokupnog zdravlja te je temelj za uspostavljanje optimalne kvalitete života čovjeka. Pod utjecajem je različitih vanjskih i unutarnjih faktora koji utječu na funkcioniranje pojedinca te njegovo djelovanje i ponašanje općenito (Abdullah, 2017).

Koncept mentalnog zdravlja definiran je tijekom pedesetih godina dvadesetog stoljeća, zajedno uz pojam „mentalna higijena“ od strane Svjetske zdravstvene organizacije (WHO). Mentalna higijena pojam je koji u svom značenju obuhvaća sve aktivnosti i tehnike kojima se pospješuje i održava kvaliteta mentalnog zdravlja, dok se mentalno zdravlje definira kao stanje koje pod stalnim utjecajem bioloških i socijalnih faktora te se sukladno s njima mijenja i utječe na ishode djelovanja pojedinca u svakom aspektu njegova života (WHO, 2004 prema Bertolote, 2008).

Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) (2004 prema Galderisi i sur. 2015) navodi da mentalno zdravlje podrazumijeva blagostanje koje pojedincu omogućava pozitivno djelovanje i funkcioniranje, ostvarivanje svih svojih potencijala te doprinos zajednici, odnosno da je mentalno zdravlje stanje kompleksnije od samog izostanka mentalnih poremećaja.

Keyes (2013) osim pozitivnih emocija i pozitivnog djelovanja, definira i tri glavne komponente mentalnog zdravlja, a to su emocionalno, psihičko i socijalno blagostanje. Emocionalno blagostanje odnosi se na osjećaje zadovoljstva, ispunjenosti, sreće i motivacije, dok psihičko blagostanje označava odnos pojedinca prema samome sebi, volju za rastom i razvojem te izgrađivanjem kvalitetnih odnosa s drugima. Socijalno blagostanje pak podrazumijeva pozitivno djelovanje i doprinos pojedinca u zajednici, osjećaj pripadanja i uključenosti.

Mentalno je zdravlje općenito, kao i njegova definicija, pod utjecajem okoline koja ga određuje i definira te se samim time može percipirati na više različitih načina. Sukladno tome, Galderisi i sur. (2015) pokušali su objasniti pojam mentalnog zdravlja kroz definiciju koja isključuje okolinske i kulturološke faktore te definira mentalno zdravlje općenito. Navode da je mentalno zdravlje dinamično stanje unutrašnjeg ekvilibrija koji pojedincu omogućava iskorištavanje svih svojih potencijala i sposobnosti u skladu s društvenim vrijednostima te zadovoljavanje svih svojih potreba, kao i ispunjenje te ostvarivanje svih društvenih uloga.

Mentalno zdravlje kao kompleksna cjelina ne može postojati niti se održavati bez fizičkog zdravlja – mentalno, fizičko i socijalno funkcioniranje međusobno su ovisni te utječu na cjelokupno djelovanje i ponašanje pojedinca, kao i na njegovo zdravstveno stanje općenito. Iako prisutnost mentalnih poremećaja može narušiti kvalitetu mentalnog zdravlja, bitno je naglasiti da njihovo postojanje ne znači da je ono narušeno u potpunosti, odnosno da poremećaji i zdravlje mogu međusobno koegzistirati (WHO, 2004).

3.1. Poremećaji mentalnog zdravlja

Mentalno je zdravlje jedna od najvažnijih odrednica zdravlja i u velikoj mjeri utječe na cjelokupno zdravstveno stanje pojedinca. Kod narušenog mentalnog zdravlja, nerijetko se javljaju problemi i poremećaji mentalnog zdravlja koji izravno utječu na sve ostale aspekte života te samim time predstavljaju jedan od najvećih izazova u području zdravstva, kako u svijetu, tako i u Hrvatskoj. Prevalencija problema i poremećaja mentalnog zdravlja sve više raste te se procjenjuje da su navedeni poremećaji, kako navodi Hrvatski zavod za javno zdravstvo, iza ozljeda, malignih i kardiovaskularnih bolesti, 2016. godine u Hrvatskoj bili najzastupljeniji, uz najvišu prevalenciju depresivnih i anksioznih poremećaja te poremećaja vezanih uz zloupotrebu alkohola (Silobrčić Radić i Vrbanec, 2018).

Mentalni su poremećaji okarakterizirani teškoćama koje uzrokuju narušeno kognitivno, emocionalno i socijalno funkcioniranje te se manifestiraju kroz višestruke smetnje i simptome prema kojima se definiraju i dijagnosticiraju. Imaju kompleksnu etiologiju te su rezultat međusobnog djelovanja brojnih genetskih i negenetskih faktora (Hyman, 2000 prema Hyman i sur., 2006). Neki od znakova narušenog mentalnog zdravlja su nezadovoljstvo, iritabilnost, ljutnja, zabrinutost, nesаница, izbjegavanje ljudi ili situacija, smanjen apetit, smanjena koncentracija te nedostatak energije i volje za izvršavanjem svakodnevnih aktivnosti. Prema Dijagnostičkom i statističkom priručniku za mentalne poremećaje – DSM-V (American Psychiatric Association, 2013) mentalni se poremećaji dijele u sljedeće skupine:

- 1. Neurorazvojni poremećaji*
- 2. Poremećaji iz spektra shizofrenije i drugi psihotični poremećaji*
- 3. Bipolarni i srodni poremećaji*
- 4. Depresivni poremećaji*
- 5. Anksiozni poremećaji*
- 6. Opsesivno-kompulzivni i srodni poremećaji*

7. *Poremećaji povezani uz traumu i stres*
8. *Disocijativni poremećaji*
9. *Poremećaji sa somatskim simptomima i srodni poremećaji*
10. *Poremećaji hranjenja i prehrane*
11. *Eliminacijski poremećaji*
12. *Poremećaji spavanja i budnosti*
13. *Seksualne disfunkcije*
14. *Rodna disforija*
15. *Disruptivni poremećaji, poremećaji kontrole nagona ponašanja*
16. *Poremećaji povezani uz psihoaktivne tvari i ovisnosti*
17. *Neurokognitivni poremećaji*
18. *Poremećaji ličnosti*
19. *Parafilni poremećaji*
20. *Ostali mentalni poremećaji*
21. *Poremećaji kretanja uzrokovani lijekovima i drugim štetnim učincima lijekova*
22. *Druga stanja koja mogu biti u središtu kliničkog interesa*

Osim brojnih genetskih i negenetskih faktora koji utječu na razvoj mentalnih problema i poremećaja, okolina i stavovi društva također uvelike utječu na njihovu pojavnost, ali i oporavak pojedinca od istih. Odnos okoline, sustav za zaštitu od mentalnog zdravlja, dostupni resursi za pomoć u zajednici te stavovi cjelokupnog društva prema teškoćama mentalnog zdravlja, značajni su faktori koji utječu na njihovu pojavnost upravo zato što izravno djeluju na pojedinca te ukoliko ne osiguravaju odgovarajuću podršku, predstavljaju čimbenike rizika za njihov razvoj. Mentalni poremećaji mogu se javiti tijekom bilo kojeg razdoblja života te mogu biti prisutni kraće ili duže vrijeme, ovisno o njihovoj ozbiljnosti i vanjskim čimbenicima koji na njih utječu. Nezaposlenost, nedostatak podrške, stavovi društva, loša socioekonomska situacija, trauma, svakodnevne životne navike, međuljudski odnosi i stigma, samo su neki od rizičnih faktora koji utječu na razvoj teškoća mentalnog zdravlja (Štrkalj Ivezić, 2022). Stigmatizacija je jedan od glavnih čimbenika koji negativno utječe na osobe oboljele od mentalnih poremećaja, a podrazumijeva marginalizaciju, izolaciju, negativno ophođenje te diskriminaciju od strane društva (Crisp i sur., 2000). Sveprisutna je te negativno utječe na sve aspekte života pojedinca s mentalnim poremećajem, kao i na liječenje i oporavak upravo jer se zbog straha od stigmatizacije i srama velik broj osoba ne usudi potražiti pomoć što uzrokuje

vrlo složene kliničke slike, kao i dužu prisutnost samih mentalnih poremećaja (Mikkonen i Raphael, 2010 prema Jerončić Tomić, 2017).

3.1.1. Prisutnost poremećaja mentalnog zdravlja u osoba s invaliditetom

Prevalencija problema mentalnog zdravlja iz godine u godinu sve više raste te se u suvremenim istraživanjima navodi da se kod više od 20% odraslih u svijetu, u određenom periodu života javljaju teškoće i poremećaji mentalnog zdravlja (Štrkalj Ivezić i sur., 2018). Prisutnost problema mentalnog zdravlja posebno je izražena u osoba s invaliditetom te je navedena skupina izložena većem riziku za razvitak mentalnih poremećaja u odnosu na opću populaciju. Sam invaliditet, odnosno kronična bolest, ozljede ili dugotrajna onesposobljenost uvelike doprinose razini stresa, a samim time uzrokuju i veću mogućnost pojave problema mentalnog zdravlja (Honey i sur., 2010 prema Sangster Jokić i Bartolac, 2018).

Zbog stalno prisutnog stresa, nesigurnosti i nailaženja na prepreke pri obavljanju svakodnevnih aktivnosti, osobe s invaliditetom navode vrlo često prisutne probleme mentalnog zdravlja, a posebno anksioznosti i depresije, kao i nemogućnost dobivanja odgovarajuće podrške za poboljšanje mentalnog zdravlja i funkcioniranja. Negativan stav društva, izolacija, teškoće pri zapošljavanju, nedostatak socijalnih aktivnosti, mogućnosti i podrške, kao i teškoće uzrokovane samim oštećenjem, samo su neki od faktora koji doprinose teškoćama mentalnog zdravlja kod osoba s invaliditetom (Snook i Oliver, 2014). Prema analizi podataka prikupljenih 2018. godine u Americi putem telefonske ankete – „*Biheavioral Risk Factor Surveillance System – BFRSS*“ uspoređena je prisutnost teškoća mentalnog zdravlja kod osoba sa i bez invaliditeta. Istraživanje je pokazalo da je prisutnost problema mentalnog zdravlja bila čak 4,6 puta veća kod osoba s invaliditetom u odnosu na osobe bez invaliditeta, odnosno da je 32,9% osoba s invaliditetom potvrdilo postojanje određenih teškoća mentalnog zdravlja, dok je samo 7,2% osoba bez invaliditeta potvrdilo postojanje istih. Siromaštvo, ograničenja u obavljanju svakodnevnih zadataka, izoliranost i oskudna podrška za unaprjeđenje mentalnog zdravlja samo su neki od razloga koji uzrokuju veću prevalenciju mentalnih problema i poremećaja u osoba s invaliditetom (Cree i sur., 2020).

Veliki doprinos postojanju teškoća mentalnog zdravlja kod osoba s invaliditetom također predstavlja i nemogućnost dobivanja odgovarajuće pomoći za unaprjeđenje mentalnog zdravlja. Barijere na koje osobe s invaliditetom svakodnevno nailaze, pa tako i pri traženju

pomoći, fizičke su barijere, odnosno nemogućnost odlaska na odabranu terapiju zbog nepostojanja adekvatnog načina prijevoza ili neprilagođenosti ustanova koje pružaju usluge poboljšanja mentalnog zdravlja, zatim nezaposlenost, loša financijska situacija i nedostatak novčanih sredstava za plaćanje terapije te nedostatak stručnjaka za mentalno zdravlje obučanih za rad s navedenom populacijom (Bruyère i O' Keeffe, 1994; Olkin, 1999; Batavia i Beaulaurier, 2001; Leigh i sur., 2004 prema Gomez, 2021).

4. Životinje u terapiji – Intervencije potpomognute životinjama (AAI)

Upravo zbog izrazito važne uloge životinja u životu pojedinca te njihova snažna utjecaja na dobrobit čovjeka, u posljednjih su nekoliko godina intervencije potpomognute životinjama (AAI – *Animal Assisted Intervention*) vrlo često korišteni oblici terapije. Intervencije potpomognute životinjama aktivnosti su koje podrazumijevaju interakciju i rad sa životinjom u terapijskom okruženju, a sam cilj navedenih intervencija je poboljšati zdravlje, obrazovanje te općenito funkcioniranje čovjeka pomoću podrške koju mu kroz taj proces pružaju životinje (Jegatheesan i sur., 2014, prema Fine i Weaver, 2018). U okviru intervencija potpomognutim životinjama (AAI), obuhvaćene su i aktivnosti potpomognute životinjama (AAA – *Animal Assisted Activities*). One podrazumijevaju uključivanje posebno odabrane i obučene životinje u aktivnosti i interakcije s korisnicima koje mogu biti strukturirane ili nestrukturirane, a provode ih volonterski ili stručni timovi s ciljem pospješivanja opće dobrobiti osobe. Osim aktivnosti, obrazovanje potpomognuto životinjama (AAE – *Animal Assisted Education*) još je jedna grana intervencija, a odnosi se na obrazovanje korisnika od strane stručnjaka i životinje u svrhu ostvarivanja postavljenih ciljeva za usvajanje željenih obrazovnih i socijalnih vještina (Animal Assisted Intervention International, (n.d.)). Treća grana intervencija potpomognutim životinjama je terapija potpomognuta životinjama (AAT – *Animal Assisted Therapy*), što je zapravo cilju usmjerena intervencija koja uključuje rad s posebno obučenom životinjom koja ja neizostavni dio terapijskog procesa (Burch, 1995; Counsell, Abram i Gilbert, 1997 prema Arambašić i Vizek Vidović, 2000). Osim same životinje, veliku ulogu u terapijskom procesu ima stručnjak koji provodi procjenu klijenta, ali i evaluaciju učinaka same terapije što znači da osim znanosti, terapija potpomognuta životinjama zahtjeva i interdisciplinarni pristup kako bi se osigurala što veća uspješnost tretmana i što pozitivniji ishodi. Životinje mogu biti dio terapijskog procesa u različitim situacijama i okružjima, poput zatvora, domova za starije i nemoćne, školama, ustanovama za djecu s teškoćama u razvoju i slično, a koriste se kako bi se postigli unaprijed određeni specifični ciljevi, na primjer poboljšanje motoričkih i socijalnih vještina, liječenje mentalnih poremećaja te usvajanje novih sposobnosti (Limond, Bradshaw i Cormack, 1997 prema Arambašić i Vizek Vidović, 2000). Iako su najčešće korištene životinje u okviru terapija potpomognutim životinjama psi, također je nezanemariv doprinos konja, delfina, ptica i mačaka (Palley, O'Rourke i Niemi, 2010).

Dokazano je da životinje, a posebno psi, imaju terapijski učinak na mentalno zdravlje i razvojne teškoće, a pozitivan utjecaj i značaj životinja primjetni su na svim područjima ljudskog života, što je najizraženije na području zdravlja i emocionalnog funkcioniranja. Zbog svojih osobina i djelovanja na čovjeka naročito se ističe vrijednost posebno treniranih pasa pomagača s obzirom na to da upravo oni u velikoj mjeri potiču i podržavaju mentalno zdravlje, motivaciju i razinu funkcionalnosti pojedinca, a osobito je primjetan njihov utjecaj na dobrobit osoba s invaliditetom (Nimer i Lundahl, 2007). Izrazito je važno naglasiti da su životinje, a posebice psi, neizmjerljivo važne osobama s invaliditetom u socijalnom kontekstu s obzirom na to da im osiguravaju neovisnost te samostalnost, kao i autonomiju (Zuckerman Itković, Petranović i Barešić, 2007).

U okviru intervencija potpomognutim životinjama, najizraženiji je utjecaj pasa pomagača. Psi pomagači su psi osposobljeni za točno unaprijed odabranog korisnika nakon čega postaju dio njegovog svakodnevnog života te izravno utječu na njegovo zdravlje, funkcioniranje i blagostanje. Školovanje pasa pomagača dugotrajan je proces čiji je ciljani ishod osigurati osobama s invaliditetom veću razinu uključenosti u zajednici te bolju kvalitetu života (Hrvatska udruga za školovanje pasa vodiča i mobilitet, (n.d.); Centar za rehabilitaciju Silver, (n.d.)).

Utjecaj pasa pomagača na mentalno zdravlje izrazito je vidljiv kod osoba s invaliditetom koje imaju vlastitog psa pomagača u odnosu na osobe koje ga nemaju. Dobrobiti pasa pomagača najizraženije su kada je pas uključen u gotovo sve aktivnosti svakodnevnog života korisnika, upravo iz razloga što se na taj način formira privrženost i osjećaj sigurnosti uz psa, općeniti osjećaj sigurnosti i veći stupanj samopouzdanja, što samim time dovodi i do smanjene razine stresa, napetosti i nervoze. Osobe s invaliditetom koje imaju vlastitog psa pomagača navode manju prisutnost mentalnih i psihičkih poteškoća u svakodnevnom životu te ističu osjećaj sreće i smirenosti koji prevladavaju u njihovoj svakodnevici (Shintani i sur., 2010).

4.1. Psi pomagači

Iako su glavne uloge životinja u životima ljudi bile vezane uz prijevoz, prehranjivanje i odijevanje, vrlo brzo su zbog svoje povezanosti s ljudima životinjske uloge prerasle i u pomagačke, ali i prijateljske (Devčić, 2016). Uloga životinja kao pomagača i vodiča tijekom prošlog je stoljeća postala sve značajnija te je sam utjecaj životinja na kvalitetu i zdravlje osoba s invaliditetom sve više primjetan. Korištenje posebno treniranih pasa čija je glavna zadaća bila pomaganje osobama s oštećenjem vida prisutno je još od srednjeg vijeka, a tijekom pedesetih godina prošlog stoljeća psi vodiči su prvi put službeno prepoznati i kao posebno trenirane životinje pomagači čija je uloga postajala sve važnija. Psi su osim za pomaganje osobama s oštećenjem vida tijekom godina bili trenirani i za pomoć osobama s tjelesnim invaliditetom, neurološkim poremećajima i emocionalnim problemima te oštećenjem sluha na način da ih se obučavalo kako pomoći određenoj osobi u skladu s njezinim potrebama te su se sukladno tome sve više razvijali i programi za školovanje životinja s pomagačkim ulogama (Duncan i Allen, 2006). Jedno od prvih istraživanja koje je potaknulo brojna druga, te samo po sebi bilo i katalizator interesa za uključivanje životinja u živote ljudi s ciljem pružanja podrške, bilo je istraživanje u kojem je sudjelovalo 92 pacijenta s odjela kardiologije gdje se pokazalo da su oni koji su imali kućnog ljubimca, živjeli duže (Friedmann i sur., 1980 prema Fine, 2015).

4.1.1. Terminologija i klasifikacija pasa pomagača

Školovanje pasa pomagača u Hrvatskoj započelo je 1990. godine od strane *Hrvatske udruge za školovanje pasa pomagača i mobilitet*. Najprije su se školovali samo psi za pomoć osobama s oštećenjima vida, a kako se Udruga sve više razvijala, 2002. godine započelo je i školovanje pasa pomagača za osobe u invalidskim kolicima te za djecu s teškoćama u razvoju. U početku su svi školovani psi za pomoć djeci s teškoćama u razvoju nazivani terapijskim psima, dok su taj naziv nosili i psi uključeni u terapijske procese i aktivnosti koje provode stručnjaci različitih profila, od logopeda, psihologa radnih terapeuta do edukacijskih rehabilitatora. Zbog teškoća razumijevanja terminologije i zbunjenosti koja je njome uzrokovana, razvijena je i primjerena te preciznija terminologija koja je u skladu i s terminologijom u svijetu (Devčić, 2016).

Iako su pojmovi terapijski pas i pas pomagač vrlo slični, jako je važno znati po čemu se oni zapravo razlikuju. Terapijski psi i psi pomagači školovani su od strane pravne osobe, odnosno pružatelja usluga, koja je registrirana za djelatnost njihova školovanja, kao i za školovanje stručnih voditelja pasa i osposobljavanje korisnika za njihovo korištenje. Pas pomagač je pas koji je školovan te je položio odgovarajući stručni ispit, a osposobljen je za pružanje pomoći prilikom izvođenja svakodnevnih aktivnosti te unapređenje samostalnosti unaprijed odabranog korisnika. Psi pomagači su i psi vodiči, psi specijalno osposobljeni za pružanje emocionalne podrške i slično, odnosno psi pomagači su svi oni psi specijalno obučeni i školovani za pružanje podrške u skladu s određenim invaliditetom ili teškoćom koja je prisutna u osobe kojoj se dodjeljuju. Voditelj psa pomagača je osoba koja sukladno potrebama korisnika provodi aktivnosti sa psom i korisnikom, a može biti zakonski zastupnik korisnika ili druga punoljetna osoba koja je preuzela ulogu voditelja. Terapijski pas je također pas pomagač školovan za izravni terapijski i/ili rehabilitacijski grupni ili individualni rad s korisnicima s ciljem postizanja unaprijed postavljenih ciljeva tretmana, a voditelj terapijskog psa je stručna osoba koja je osposobljena za provođenje terapijskog procesa i za rad s terapijskim psom. Ključna razlika između terapijskog psa i psa pomagača je njihovo školovanje. Školovanje psa pomagača usmjereno je na obučavanje psa za specifične potrebe osobe kojoj se pas dodjeljuje, neovisno o vrsti teškoće ili invaliditeta koju osoba ima, bilo to tjelesno ili mentalno oštećenje, dok se školovanje terapijskog psa provodi u skladu s potrebama grupe korisnika koji su uključeni u aktivnosti i terapije s terapijskim psom (Devčić, 2016).

Važno je naglasiti da su korisnici pasa pomagača odrasle osobe s invaliditetom ili kronično bolesne osobe osposobljene za samostalno korištenje pasa pomagača koje su radno sposobne, ali imaju smanjenu funkcionalnu sposobnost i teškoće s obavljanjem svakodnevnih aktivnosti u čemu im pomaže upravo pasa pomagač te djeca s teškoćama u razvoju i odrasle osobe s invaliditetom ili kroničnom bolešću lišene radne sposobnosti i smanjenim mogućnostima za samostalno obavljanje svakodnevnih aktivnosti koje psa pomagača koriste samo uz pomoć voditelja psa pomagača. Suprotno tome, korisnici terapijskih pasa su djeca s teškoćama u razvoju i odrasle osobe s kroničnom bolešću i/ili invaliditetom koje su uključene u grupne ili individualne terapijske i/ili rehabilitacijske procese koji uključuju rad s terapijskim psom (Zakon o korištenju psa pomagača, 2019).

4.1.2. Školovanje i dodjela pasa pomagača

Iako dugotrajan i vrlo često neizvjestan, školovanje pasa pomagača ključan je, ali i složen proces, a sastoji od više faza te je svaka od tih faza izrazito važna kako bi se osigurao stabilan i siguran razvoj psa čija će uloga biti pružanje pomoći djetetu s teškoćama u razvoju ili osobi s invaliditetom tijekom svakodnevnih aktivnosti. Prva faza školovanja pasa vodiča odabir je šteneta iz legla. Već u dobi od dva mjeseca moguće je uvidjeti ima li štene potrebne karakteristike i sposobnosti kako bi moglo izvršavati ulogu psa pomagača. Neke od najbitnijih karakteristika koje štene mora posjedovati su fokusiranost, smirenost i precizan njuh, a najčešće se za pse pomagača koriste pasmine poput labrador i zlatnog retrievera, ali i pudlica, njemačkih ovčara te corgija (Davis i Bunnell, 2007 prema Devčić, 2016).

Nakon odabira šteneta, slijedi socijalizacija psa koja je od velike važnosti tijekom njegove prve godine života. Socijalizacija označava učenje psa ponašanju koje je u skladu s okolinom u kojoj se nalazi, a provode ju volonterske socijalizacijske obitelji koje odabire i educira stručni tim. Cilj socijalizacije je psa naučiti određenim navikama te kako se ponašati u određenim situacijama, ali i na koji način reagirati na podražaje iz okoline u kojoj će živjeti, kao i na druge životinje. Nakon provedene socijalizacije, psi se u dobi između 12 i 15 mjeseci procjenjuju te se dodatno školuju ovisno o ulozi koja im najviše odgovara. Psi koji su prošli fazu socijalizacije i koji su odabrani za psa pomagača, mogu postati psi vodiči za osobe oštećena vida, psi pomagači za djecu i mlade s teškoćama u razvoju, teško pokretne osobe ili osobe u invalidskim kolicima, osobe s epilepsijom ili dijabetesom te terapijski psi uključeni u terapijske postupke. Sljedeća faza procesa školovanja psa pomagača je trening. Najvažniji dio treninga koji je neizostavan vježbe su poslušnosti koje omogućavaju izgradnju povezanosti između psa i trenera, a kasnije i između psa i korisnika kojem se dodjeljuje. Vježbe poslušnosti potrebno je izvoditi strpljivo i dosljedno, u prikladnom okruženju bez distrakcija te ih je potrebno prilagoditi psu kako bi bio motiviran za izvođenje istih. Osim učenja samih naredbi i vježbi, igra između psa i trenera, a kasnije i korisnika dio je treninga koji osigurava psu da se opusti i stvori povezanost s osobom s kojom je uključen u igru. Kroz igru se također uči i jedna od najvažnijih naredbi – naredba „aport“, odnosno naredba za donošenje predmeta koja je od velike koristi tijekom rada s korisnikom. Nakon završenog treninga, slijedi faza prijenosa – razdoblje koje traje između 15 i 30 dana u kojemu se korisniku daju sve informacije o psu koje su ključne, poput informacija kako se brinuti o psu, potrebama psa te kako se pas ponaša u određenim situacijama. Također, tijekom kontinuiranog rada s instruktorom i psom za vrijeme

faze prijenosa, korisnik stvara povezanost sa psom, uči kako s njim komunicirati, usvaja načela provedenog treninga i vježbe poslušnosti te psa uključuje u svoju dnevnu rutinu i svakodnevne aktivnosti (Devčić, 2016).

Nakon uspješno obavljenog procesa školovanja psa pomagača i završenih svih faza školovanja, slijedi proces prijave korisnika za dobivanje psa pomagača. Prijava za dobivanje psa pomagača uključuje dostavu potrebne medicinske dokumentacije korisnika i motivacijskog pisma te se nakon toga provode intervju i procjena u kućnom okruženju korisnika kako bi se osigurao odabir psa pomagača koji najbolje odgovara potrebama određenog korisnika. Nakon procjene i intervju, slijedi proces usklađivanja korisnika i odabranog psa pomagača pomoću radionica koje korisnike pripremaju na dolazak psa u njihovu svakodnevicu. Kada se faza prijenosa uspješno završi te kada prođe period prilagodbe na suživot između psa i korisnika koji može potrajati i do 6 mjeseci, slijedi ispit. Ispit se sastoji od prezentacije vježbi poslušnosti koje je pas pomagač usvojio, uspostavljanja komunikacije između psa i korisnika, igre, reakcije na vanjske podražaje te demonstracije elemenata koji su specifični za potrebe korisnika. Nakon uspješno položenog ispita, pas služeno dobiva ulogu i titulu psa pomagača te se između korisnika i Udruge sklapa ugovor o korištenju psa pomagača kojim se osiguravaju sva prava kako Udruzi i psu vodiču, tako i korisniku kojemu se pas dodjeljuje (Devčić, 2016).

5. Pregled dosadašnjih spoznaja o utjecaju pasa pomagača na mentalno zdravlje osoba s invaliditetom

S obzirom na to da su problemi i poremećaji mentalnog zdravlja u većoj mjeri zastupljeniji u osoba s invaliditetom u odnosu na opću populaciju (Honey i sur., 2010 prema Sangster Jokić i Bartolac, 2018), važno je osvijestiti na koje se sve načine osobama s invaliditetom može pomoći i osigurati poboljšanje njihova mentalnog zdravlja i funkcioniranja općenito. Kao što je i ranije navedeno, životinje imaju veliku ulogu u životu čovjeka a i dokazano je da životinje, a posebice psi imaju izrazito pozitivan utjecaj na emocionalno funkcioniranje i mentalno zdravlje u cjelini te se upravo iz tog razloga vrlo često koriste psi pomagači kod unaprjeđenja mentalnog zdravlja osoba s invaliditetom (Nimer i Lundahl, 2007; Zuckerman Itković, Petranović i Barešić, 2007).

Psi pomagači imaju velik doprinos u životu osoba s invaliditetom s obzirom na to da su školovani i trenirani upravo sa svrhom zadovoljavanja specifičnih potreba osobe kojoj se dodjeljuju. Dobrobiti pasa pomagača su mnogostruki, no najistaknutije je ublažavanje negativnog djelovanja invaliditeta ili teškoće tijekom svakodnevnog života, čime se izravno utječe na pospješivanje sigurnosti, samostalnosti, neovisnosti te psihičkog i emocionalnog stanja osobe (Sachs-Ericsson, Hansen i Fitzgerald, 2002). Ovisno o teškoći i vrsti invaliditeta, psi pomagači mogu biti obučeni za niz različitih aktivnosti i vještina. Na primjer, psi pomagači dodijeljeni osobi s tjelesnim invaliditetom obučeni su na način da osobi osiguraju lakše kretanje i mobilnost te za dodavanje i donošenje različitih predmeta. Također, osobi mogu pomoći na način da vuku invalidska kolica, otvaraju vrata ili pale i gase svijetlo. Nadalje, psi pomagači gluhih i nagluhih osoba obučeni su za obavještavanje osobe o različitim zvukovima iz okoline, primjerice zvona na vratima ili kucanja, zvonjave telefona, požarnog alarma i slično (Mowry, Carnahan, i Watson, 1994; Lane, McNicholas, i Collis, 1998 prema Sachs-Ericsson, Hansen i Fitzgerald, 2002).

Sukladno navedenom, utjecaj pasa pomagača na život osoba s invaliditetom vrlo je kompleksan te ovisi o brojnim faktorima, poput uloge, vještina i ponašanja samog psa, ali i o načinu života osobe s invaliditetom kojoj je pas dodijeljen, podršci okoline i obitelji koju ta osoba ima te o odnosu sa samim psom, odnosno razini povjerenja koju osoba s invaliditetom stekne u svog psa pomagača. Drugim riječima, utjecaj psa pomagača na život osobe s invaliditetom te na njezino opće funkcioniranje i mentalno zdravlje izrazito je velik, ali pod

utjecajem više različitih čimbenika. Iako još uvijek relativno mali broj osoba s invaliditetom ima psa pomagača, njihov utjecaj i način na koji mijenjaju i poboljšavaju živote osoba kojima su dodijeljeni izrazito je značajan upravo jer osobama s invaliditetom svojim prisustvom i podrškom omogućuju veću razinu samostalnosti i neovisnosti o zdravstvenom i socijalom sustavu, kao i uključivanje u više društvenih aktivnosti, odnosno veću razinu socijalizacije (Audrestch i sur., 2015). Osobe s invaliditetom u istraživanju koje su proveli Gravrok i sur. (2019a) navode da im psi pomagači osim pružanja ljubavi i stalne podrške, pomažu da lakše funkcioniraju u svakodnevnim situacijama, ohrabruju ih da se suočavaju s novim izazovima te da se na prihvatljiviji način suočavaju sa stresom, usvajaju nove navike i vještine te pozitivno utječu na razinu njihova samopouzdanja. Autori Lane, McNicholas i Collis (1998) navode da kod osoba s invaliditetom koje imaju psa pomagača invaliditet u manjoj mjeri dolazi do izražaja upravo zbog motivacije i podrške koju im pas pruža te da je u tih osoba prisutna veća razina optimizma i odlučnosti za nadilaženjem ograničenja uzrokovanih samom teškoćom ili oštećenjem. Također navode da je u osoba s invaliditetom, upravo zbog prisutnosti određene teškoće ili oštećenja, vrlo česta izolacija i odbacivanje od strane društva, odnosno da osobe s invaliditetom imaju manje prilika za stupanje u kontakt s okolinom, kao i za izgradnju odnosa s drugima u čemu im u velikoj mjeri pomažu psi pomagači jer potiču interakcije u okolini, čime se s vremenom povećava i osjećaj pripadanja, kao i samopouzdanja. Zbog bezuvjetnog prihvaćanja, suosjećanja i prijateljstva koje pružaju psi pomagači, kod osobe s invaliditetom razvija se osjećaj sigurnosti čime se smanjuju anksioznost i strah od odbacivanja te osuđivanja okoline, odnosno osoba postaje opuštenija, slobodnija, a samim time i samostalnija te zadovoljnija što rezultira i poboljšanjem mentalnog zdravlja u cjelini (Devčić, 2016).

5.1. Utjecaj pasa pomagača na mentalno zdravlje osoba s različitim vrstama invaliditeta

Kao što je ranije navedeno, lošija kvaliteta života pa samim time i narušeno mentalno zdravlje zastupljeno je gotovo u svih osoba s invaliditetom, neovisno o vrsti oštećenja, a uzrok tome su izolacija i odbacivanje od strane društva, nedostatak podrške i razumijevanja, ograničenja u sudjelovanju u društvenim aktivnostima, ovisnost o drugima te osuđivanje okoline zbog prisutnosti oštećenja (Hrvatski zavod za javno zdravstvo, 2018). Utjecaj pasa pomagača na život općenito, a posebice na mentalno zdravlje osoba s invaliditetom izrazito je velik, ali ovisi i o vrsti invaliditeta prisutnog u osobe, odnosno psi pomagači djeluju na

mentalno zdravlje osobe s invaliditetom na različite načine te u skladu s njezinim potrebama i životnim navikama. Sukladno navedenom, u daljnjem će tekstu biti prikazan pregled istraživanja o utjecaju pasa pomagača na mentalno zdravlje i funkcioniranje osoba s različitim vrstama teškoća i invaliditeta.

5.1.1. Oštećenja vida

Oštećenja vida se osim senzornog oštećenja prema Zakonu o Hrvatskom registru o osobama s invaliditetom (2001) svrstavaju u skupinu tjelesnih oštećenja, a dijele se na sljepoću i slabovidnost te se definiraju na sljedeći način (Alimović, 2011):

Sljepoća se prema stupnju oštećenja vida dijeli na potpuni gubitak osjeta svjetla (amauroza) ili na osjet svjetla bez ili s projekcijom svjetla, ostatak vida na boljem oku uz najbolju moguću korekciju do 0,02 (brojenje prstiju na udaljenosti od 1 metra) ili manje, ostatak oštine vida na boljem oku uz najbolju moguću korekciju od 0,02 do 0,05, ostatak centralnog vida na boljem oku uz najbolju moguću korekciju do 0,25 uz suženje vidnog polja na 20 stupnjeva ili ispod 20 stupnjeva, koncentrično suženje vidnog polja oba oka s vidnim poljem širine 5 stupnjeva do 10 stupnjeva oko centralne fiksacijske točke i na neodređeno ili nespecificirano. Sljepoćom u smislu potrebe edukacije na Brailleovom pismu smatra se nesposobnost čitanja slova ili znakova veličine Jaeger 8 na blizinu.

Slabovidnost se prema stupnju oštećenja vida dijeli na oštrinu vida na boljem oku uz najbolju moguću korekciju od 0,1 do 0,3 i manje, oštrinu vida na boljem oku uz najbolju moguću korekciju od 0,3 do 0,4 te na neodređeno ili nespecificirano.

Osobe s oštećenjem vida vrlo su često marginalizirane te odbačene od strane društva upravo zbog implikacija uzrokovanih invaliditetom te se u svakodnevnom životu susreću s brojnim fizičkim i socijalnim barijerama od kojih su najistaknutije teškoće kretanja i snalaženja u prostoru što izravno negativno utječe i na njihovo mentalno zdravlje, kao i na kvalitetu života (Barišić, 2013). Također, vrlo su često smatrane bespomoćnima i nevidljivima u društvenim situacijama te im postojeća stigmatizacija okoline otežava funkcioniranje i uzrokuje visoku razinu stresa (Eddy i sur., 1988 prema Sanders, 2000). Psi pomagači, u ovom slučaju psi vodiči, uvelike mogu pridonijeti poboljšanju mentalnog zdravlja osoba oštećena vida svojim prisustvom i podrškom koju im pružaju u najrazličitijim situacijama. Naime, psi pomagači osobama oštećena vida u velikoj mjeri olakšavaju kretanje i snalaženje u prostoru, kao i

izvršavanje svakodnevnih obveza i zadataka čime izravno pozitivno utječu i na njihovo psihičko i emocionalno stanje (Sanders, 2000). Istraživanjem autora Sanders (2000) nastojalo se putem intervjuiranja osoba oštećena vida, kao i trenera pasa vodiča dobiti uvid u sve benefite koje psi pomagači imaju na svakodnevni život osoba oštećena vida, kao i na njihovo mentalno zdravlje i sliku o sebi. Istraživanje je pokazalo da su se osobe oštećena vida uz svog psa vodiča, odnosno pomagača osjećale puno samouvjerenije i sposobnije te kao da imaju veću razinu kontrole nad svojim životom. Također, psi pomagači imali su vrlo pozitivan utjecaj na doživljaj i sliku o sebi kod ispitanika koji su navodili da su se uz svog psa osjećali ispunjenije, zadovoljnije i optimističnije te da su osjećali manju razinu diskriminacije od strane okoline uz psa pomagača u odnosu na korištenje bijelog štapa. Nadalje, u istraživanju autora Whitmarsh (2005) sudjelovalo je 831 ispitanika oštećena vida, od kojih su njih 404 bili vlasnici psa vodiča te se ispitivao njihov stav o utjecaju pasa vodiča na njihovo kretanje, samostalnost, samopouzdanje, osjećaj sigurnosti, socijalizaciju te emocionalno stanje. Rezultati istraživanja pokazali su da je većina ispitanika primijetila poboljšanje u mogućnostima samostalnog kretanja i obavljanja svakodnevnih zadataka, ali su najizraženije promjene bile vidljive u većoj razini samopouzdanja i više ostvarenih interakcija s okolinom te je bio vidljiv pozitivan utjecaj na emocionalno stanje ispitanika. Osim pozitivnih utjecaja pasa pomagača koji su zamijećeni kod ispitanika u ovom istraživanju, također su navedeni i neki negativni aspekti. Naime, manji broj ispitanika navodio je povećanu razinu stresa i brige što je uzrokovano samim vlasništvom psa, ali i neželjenom pažnjom okoline, teškoćama odlaska na određena mjesta ili planiranja odmora zbog psa, kao i zabrinutosti oko smrti ili bolesti psa.

Nadalje, kako bi se dobio bolji uvid u cjelokupno iskustvo suživota osoba oštećena vida i psa vodiča, Wiggett-Barnard i Steel (2008) proveli su istraživanje u kojemu je sudjelovalo šest slijepih osoba starijih od 18 godina koje imaju psa vodiča. Svaki od ispitanika istraživanja bio je intervjuiran te je glavna svrha intervjua bila prikupiti što više informacija o utjecaju psa vodiča na život osobe te je li pas značajno promijenio njihov život na bilo koji način. Rezultati istraživanja pokazali su da osim što je ponovno potvrđeno da psi vodiči značajno olakšavaju kretanje koje čine sigurnijim i bržim, oni također osobama oštećena vida pružaju i svakodnevnu podršku i ljubav, djeluju pozitivno na prihvaćanje teškoće te pospješuju razvitak samopouzdanja, samostalnosti i asertivnosti čime pozitivno djeluju na njihovo mentalno zdravlje u cjelini, kao i na osobni rast.

5.1.2. Oštećenja sluha

Oštećenja sluha senzorna su oštećenja koja obuhvaćaju gluhoću i naglušost. Naglušost označava gubitak sluha u rasponu od 26 do 93 decibela na uhu koje ima bolje ostatke sluha te postojanje djelomičnog razvitka glasovnog govora, a prema stupnju oštećenja dijeli se na lakše, umjereno i teže oštećenje, dok je gluhoća okarakterizirana gubitkom sluha u govornim frekvencijama koje je veće od 93 decibela te nemogućnošću percepcije glasovnog govora čak niti uz pomoć slušnih pomagala (Pravilnik o sastavu i načinu rada tijela vještačenja u postupku ostvarivanja prava iz socijalne skrbi i drugih prava po posebnim propisima, 2014). Istraživanjima je dokazano da oštećenje i gubitak sluha negativno utječu na emocionalno stanje i mentalno zdravlje osobe, njezino zadovoljstvo i kvalitetu života, osjećaj sigurnosti te na interpersonalne odnose izgrađene s drugima (Tsakiropoulou i sur., 2007; Kelly i Atcherson, 2011 prema Lovretić i sur., 2016).

S obzirom na navedeno, psi pomagači mogu značajno doprinijeti poboljšanju općeg funkcioniranja i mentalnog zdravlja osoba oštećena sluha. Tako je naprimjer, istraživanje koje su proveli Mowry, Carnahan i Watson (1994 prema Guest, Collis i McNicholas, 2006) u kojem je sudjelovalo 550 ispitanika oštećena sluha sa psom pomagačem pokazalo da osim što su im psi značajno pomagali u snalaženju u prostoru i obavještavanju o zvukovima, neizravno su pozitivno djelovali i na njihovo mentalno zdravlje, pospješujući razinu opuštenosti, samouvjerenosti, samostalnosti i sigurnosti te smanjujući osjećaje depresije i usamljenosti. Nadalje, 38 osoba oštećena sluha u sklopu istraživanja koje su proveli Hart, Zasloff, i Benfatto (1996) navele su da su nakon dodjele psa pomagača primijetile značajne promjene u interakciji s drugima, odnosno da su se više uključivale u socijalne interakcije te su se osjećale manje usamljeno i anksiozno.

Nastavno na prethodna istraživanja, autori Guest, Collis i McNicholas (2006) proveli su longitudinalno istraživanje u kojem su proučavali utjecaj pasa pomagača na psihičko stanje i dobrobit 51 osobe oštećena sluha. Istraživanjem je dokazano da su se uz prisustvo psa pomagača osobe oštećena sluha osjećale opuštenije, sigurnije te manje anksiozno pri kretanju, ali i dok su sami u kući. Također je navedeno da su se ispitanici nakon što im je dodijeljen pas pomagač osjećali manje depresivno i usamljeno te da su imali više prilika za socijalne interakcije s okolinom, kao i da im je više ljudi samoinicijativno prilazilo i započinjalo razgovor s njima u odnosu na period prije nego su imale psa pomagača.

Pregledom dostupne literature i istraživanja može se zaključiti da su dobrobiti pasa pomagača za osobe oštećena sluha mnogostruke i vidljive u svakom aspektu njihova života, a uključuju lakše izvršavanje svakodnevnih obveza i zadataka, pospješivanje osjećaja sigurnosti i samouvjerenosti te kompetentnosti. Osim utjecaja na opće funkcioniranje, najistaknutiji je utjecaj na mentalno zdravlje što se očituje kroz činjenice da su osobe oštećena sluha nakon dobivanja psa pomagača navodile da se osjećaju puno zadovoljnije, manje depresivno i usamljeno, ispunjenije, slobodnije, samopouzdanije te sretnije (Valentine, Kiddoo i LaFleur, 1993 prema Ralli i sur., 2019).

5.1.3. Gluhosljepoća

Gluhosljepoća je vrlo složeno oštećenje koje može biti urođeno ili stečeno, a koje je kao jedinstveno oštećenje prepoznato tek u posljednjih dvadesetak godina. Tarczay (2004) definira gluhosljepoću kao dvostruko oštećenje kojemu je uz oštećenje sluha također pridruženo i oštećenje vida ili obrnuto, a popraćeno je i brojnim drugim teškoćama koje gluhoslijepim osobama uzrokuju probleme u kretanju, komunikaciji i sporazumijevanju, obrazovanju te ostvarivanju i izgradnji interpersonalnih odnosa s drugima. Stigma i diskriminacija predstavljaju svakodnevicu za gluhoslijepu osobu, no istraživanja o mentalnom zdravlju navedene populacije, kao i o samoj teškoći općenito, a posebno o utjecaju pasa pomagača na cjelokupno funkcioniranje gluhoslijepih osoba i dalje nedostaje te još uvijek ne postoje relevantna istraživanja čiji bi se rezultati mogli prikazati

5.1.4. Oštećenja govorno-glasovne komunikacije

Zakon o Hrvatskom registru o osobama s invaliditetom (2001) navodi da u oštećenja govorno-glasovne komunikacije spadaju oštećenja glasa i govora, čitanja i pisanja te da su ista uzrokovana anatomskim ili funkcionalnim oštećenjima zbog kojih je komunikacija govorom otežana ili uopće ne postoji. Nažalost još uvijek ne postoji dovoljno istraživanja o psima pomagačima i njihovom utjecaju na funkcioniranje i mentalno zdravlje osoba s oštećenjima govorno-glasovne komunikacije da bi se sa sigurnošću mogao uvidjeti njihov doprinos. No, autori Hautte i Jarvis (1995) svojim su istraživanjem utvrdili da su djeca koja su imala psa imala i veću razinu samouvjerenosti, bolju sliku o sebi te višu razinu autonomije, što su sve kvalitete

važne za akademski uspjeh. Također su utvrdili i da im je pas bio značajan izvor podrške što je pozitivno utjecalo na cijeli proces učenja, ali i na mentalno zdravlje učenika. Nadalje, Lenihan i sur. (2016) proveli su istraživanje o utjecaju pasa pomagača na vještine čitanja djece u osnovnoj školi kroz program osmišljen na način da su djeca podijeljena u kontrolnu i eksperimentalnu skupinu kroz period od 5 tjedana čitala u prisustvu psa pomagača ili samo u prisustvu volontera. Iako na kraju istraživanja nisu utvrđene značajne razlike u vještinama čitanja između navedenih grupa te su daljnja istraživanja potrebna, autori smatraju da bi korištenje programa za pospješivanje vještina čitanja i pisanja uz pse pomagače kod djece u osnovnoj školi, a posebice kod djece s teškoćama čitanja, pisanja i računanja imalo pozitivan učinak na razvijanje navedenih vještina, ali i na razvijanje bolje slike o sebi te kasnije i kvalitetnijeg mentalnog zdravlja.

5.1.5. Tjelesna oštećenja

Velik postotak osoba s invaliditetom čine osobe s tjelesnim oštećenjima u koja se ubrajaju oštećenja lokomotornog sustava, središnjeg i perifernog živčanog sustava te oštećenja organskih sustava i organa, kao i rijetke bolesti. Oštećenja navedenih sustava uzrok su brojnih ograničenja i nemogućnosti za izvođenje svakodnevnih neophodnih aktivnosti u osoba s invaliditetom, poput nemogućnosti samostalnog kretanja sa ili bez ortopedskih pomagala, održavanja osobne higijene, hranjenja pa čak i nemogućnosti življenja bez određenog uređaja koji je neophodan za život, poput sonde, katetera ili dijalize (Zakon o Hrvatskom registru o osobama s invaliditetom, 2001).

Suživot osoba s tjelesnim invaliditetom i pasa pomagača iznimno je koristan i u sve većem broju slučajeva preporučen od strane stručnjaka. Psi pomagači osobama s tjelesnim oštećenjima omogućavaju veću razinu pokretljivosti, lakše obavljanje zadataka svakodnevnog života, manju ovisnost o drugima i više prilika za uključivanje u socijalne aktivnosti (Modlin, 2000; Sachs-Ericsson, Hansen i Fitzgerald, 2002; Winkle, Crowe i Hendrix, 2012 prema Blanchet i sur., 2013). Osim poboljšane mobilnosti i pokretljivosti koje psi pomagači osiguravaju osobama s tjelesnim oštećenjima, njihov utjecaj primjetan je i na području mentalnog zdravlja i emocionalnog funkcioniranja. U istraživanju koje su proveli Valentine, Kiddoo i LaFleur (1993) sudjelovalo je 24 ispitanika od kojih je deset imalo tjelesni invaliditet, uključujući cerebralnu paralizu, spinalnu mišićnu atrofiju te neuromuskulturne bolesti. Kroz pomoć koju su im psi pomagači pružali u svakodnevnim aktivnostima, primjerice prilikom

donošenja stvari, guranja invalidskih kolica, otvaranjem vrata i slično, neizravno su utjecali i na njihovo mentalno zdravlje. Rezultati istraživanja pokazali su da su se ispitanici uz psa pomagača osjećali bolje te da su osjetili značajne pozitivne promjene u svakom aspektu svog života. Osjećaj sigurnosti, veće samostalnosti, sreće i manje usamljenosti samo su neke od koristi koje su ispitanici iskusili nakon određenog vremena provedenog sa svojim psom pomagačem. Također su naveli i veliko zadovoljstvo posjedovanja psa pomagača te da im je njihov pas bio od velike važnosti u emocionalnom i socijalnom funkcioniranju.

Nadalje, istraživanjem autora Moir (2010) proučavan je utjecaj psa pomagača na život osobe s tjelesnim oštećenjem uzrokovanim rijetkim neurološkim poremećajem koji je rezultirao paralizom cijelog tijela i ovisnošću o invalidskim kolicima. Gubitak samopouzdanja i prisutnost emocionalnih teškoća samo su neke od posljedica oštećenja koje je sudionica istraživanja navela, ali je navela i velike promjene koje su uslijedile nakon što je dobila svog psa pomagača. Osim neizmjerne ljubavi i podrške u praktičnim aktivnostima (Slika 1), pas pomagač pomogao joj je u izgradnji novih prijateljstava, samopouzdanja i novih vještina, a najveći utjecaj bio je vidljiv na području mentalnog zdravlja. Sudionica se osjećala sretnije, pozitivnije i manje usamljeno te otvorenije za upoznavanje novih ljudi, ali i za uključivanje u više društvenih aktivnosti (Slika 2). Još jedan vrlo važan dio života osoba s tjelesnim invaliditetom ili oštećenjem čija je kvaliteta često narušena, a izravno utječe na mentalno zdravlje su socijalizacija i mogućnosti uključivanja u društvene aktivnosti.



Slika 1: Prikaz psa pomagača tijekom izvršavanja aktivnosti svakodnevnog života (Moir, 2010)



Slika 2: Prikaz osobe s invaliditetom sa psom pomagačem (Moir, 2010)

Autori Eddy, Hart i Boltz (1998) proveli su istraživanje u kojem su ispitivali reakcije ljudi bez invaliditeta na osobe u invalidskim kolicima sa i bez psa pomagača. Naime, osobe bez invaliditeta vrlo često ne uspostavljaju kontakt s osobama s invaliditetom te izbjegavaju interakcije s navedenom populacijom zbog straha, neugode i neznanja kako im pristupiti. Sukladno tome, istraživanje je potvrdilo navedenu tvrdnju, ali je i dokazalo da psi pomagači djeluju veoma pozitivno na poticanje interakcija između osoba sa i bez invaliditeta te na taj način smanjuju osjećaj nepripadanja, izoliranosti, usamljenosti kod osoba s invaliditetom čime poboljšavaju i njihovo mentalno zdravlje u cjelini.

5.1.6. Intelektualna oštećenja

Intelektualne teškoće razvojni su poremećaj uzrokovan nedovoljnom razvijenošću središnjeg živčanog sustava, a podrazumijevaju zaostatak u psihosocijalnom razvoju u odnosu na očekivani psihosocijalni razvoj za određenu kronološku dob (Došen, 2010 prema Poredoš LAVOR i Radišić, 2011). Intelektualne su teškoće definirane sniženom sposobnošću te ograničenjima u adaptivnom ponašanju, usvajanju socijalnih i praktičnih vještina, kao i ograničenjima u intelektualnom funkcioniranju – razumijevanju, učenju i rješavanju problema,

a javljaju se prije 18. godine života te se dijele na lake, umjerene, teže i teške (American Association on Intellectual and Developmental Disabilities – AAIDD, 2009). Mentalno zdravlje osoba s intelektualnim teškoćama vrlo je često zanemareno od strane stručnjaka iako je pojavnost psihičkih poremećaja i teškoća mentalnog zdravlja u navedene populacije čak četiri puta veća u odnosu na opću populaciju (Sekušak-Galešev, Kramarić i Galešev, 2014). Najčešće se javljaju poremećaji raspoloženja, posebice depresija te poremećaji ponašanja – agresivnost, destruktivnost i autoagresija, a prisutni su u 30 do 60% osoba s intelektualnim teškoćama (Došen, 2010 prema Poredoš Lavor i Radišić, 2011).

S obzirom na navedeno te nedovoljno istraživanja i stručne podrške za unaprjeđenje mentalnog zdravlja osoba s intelektualnim teškoćama nažalost je još uvijek utjecaj psa pomagača na mentalno zdravlje i funkcioniranje navedene populacije nedovoljno istražen te ne postoje relevantna istraživanja kojima bi se mogao dobiti uvid u sve moguće benefite koje bi psi mogli pružiti osobama s intelektualnim oštećenjima. Suprotno tome, autori Gravrok i sur. (2019b) proveli su istraživanje o izazovima s kojima se osobe s invaliditetom susreću na početku vlasništva psa pomagača. U istraživanju je sudjelovalo sedam osoba s invaliditetom, kao i njihovi roditelji i njegovatelji te su se putem intervjua prikupljale informacije o stavovima vezanim uz vlasništvo psa pomagača. Od sedam osoba s invaliditetom koje su sudjelovale u istraživanju, dvije su osobe imale intelektualne teškoće. Rezultati istraživanja pokazali su da su se ispitanici s intelektualnim teškoćama susretali s brojnim izazovima u odnosu sa svojim psom pomagačem. Zbog postojanja navedenih teškoća, ispitanici se nisu mogli adekvatno brinuti za svog psa pomagača – često su psu slali krive signale i davali pogrešne upute što je uzrokovalo zbunjenost psa i nemogućnost pružanja podrške koje je osobi zapravo potrebna. Također je primijećena i nemogućnost fokusiranja osoba s intelektualnim teškoćama na više stvari odjednom čime su ugrožavali sigurnost i sebe, ali i psa u različitim situacijama, primjerice prilikom prelaženja ulice te su se o psima zapravo morali brinuti roditelji ili njegovatelji osobe s invaliditetom čime je pokazano da u navedene populacije psi pomagači zapravo nemaju jednako pozitivan utjecaj na funkcioniranje i zdravlje općenito kao kod osoba s drugim vrstama invaliditeta.

5.1.7. Poremećaji iz spektra autizma

Poremećaji iz spektra autizma neurorazvojni su poremećaji koji započinju u djetinjstvu te traju cijeli život, a karakterizirani su teškoćama socijalne komunikacije, ponavljajućim obrascima ponašanja, interesa i aktivnosti, kao i narušenim psihičkim funkcioniranjem u cjelini (Bujas-Petković i Frey Škrinjar, 2010; American Psychiatric Association, 2013). Navedeni poremećaji imaju vrlo kompleksnu etiologiju koja obuhvaća brojne genetičke i okolinske čimbenike koji mogu utjecati na njihov razvoj (Bujas-Petković i Frey Škrinjar, 2010), a usprkos brojnim ranijim podjelama poremećaja iz autističnog spektra, prema najnovijoj definiciji, svi su poremećaji ovog spektra sada definirani zajedničkim nazivom – *poremećaji iz spektra autizma* (American Psychiatric Association – DSM-V, 2013). Mentalno zdravlje osoba s poremećajem iz spektra autizma narušeno je u više posto slučajeva, kao i kod osoba s invaliditetom općenito, u odnosu na opću populaciju. Osobe s poremećajem iz spektra autizma vrlo često imaju lošiju sliku o sebi, manjak samopoštovanja te visoku razinu anksioznosti i depresije što negativno utječe na njihovo svakodnevno funkcioniranje, kao i na prihvaćanje teškoće (Cooper, Smith i Russell, 2017).

Psi pomagači posebno školovani za pružanje podrške osobama s poremećajem iz spektra autizma uvelike utječu na njihovo funkcioniranje i mentalno zdravlje upravo jer su obučeni za zaustavljanje nepoželjnih ponašanja, zaštitu autističnih osoba i djece u socijalnim situacijama te poticanje komunikacije. Osim kod djece s poremećajem iz spektra autizma, psi pomagači pozitivno utječu i na zdravlje njihovih roditelja, smanjujući stres, anksioznost i depresiju (Smith i sur., 2009; ADA, 2010; Baker-Ericzén i sur., 2016; Estes i sur., 2013; Fecteau i sur., 2017 prema Tseng, 2022). Autorica Tseng (2022) provela je istraživanje u kojemu je sudjelovalo 13 obitelji s djecom s poremećajem iz spektra autizma u kojemu se ispitalo funkcioniranje obitelji općenito, ali i emocionalno stanje djece i prisutnost nepoželjnih ponašanja prije i nakon dodjeljivanja psa pomagača. Rezultati istraživanja pokazali su značajne razlike u zdravlju i funkcioniranju obitelji i djece nakon što im je dodijeljen pas pomagač. U autistične djece koja su sudjelovala u ovom istraživanju zamijećeno je značajno poboljšanje emocionalnog stanja i funkcioniranja općenito – djeca su se uz psa osjećala manje anksiozno, pokazivala su manje nepoželjnih ponašanja, koncentracija i raspoloženje su im se poboljšali te se pokazao napredak u socijalnoj komunikaciji, dok je kod roditelja bila primjetna značajno manja razina stresa iz čega je vidljiv izrazito pozitivan utjecaj pasa pomagača na mentalno zdravlje i funkcioniranje autistične djece, ali i njihovih roditelja.

Također, autori Burrows, Adams i Spiers (2008) proveli su istraživanje u kojemu je sudjelovalo 10 obitelji s autističnom djecom gdje su putem intervjua, opserviranja i kućnih posjeta obitelji nastojali dobiti uvid na koje se načine psi pomagači pružaju podršku djeci s poremećajem iz spektra autizma, kao i njihovim obiteljima. Rezultati istraživanja bili su slični kao i u prethodnom istraživanju, odnosno dokazano je da osim što su psi pomagači imali pozitivan utjecaj na veću samostalnost i razvitak novih vještina i motoričkih sposobnosti, najveći su pozitivni utjecaj imali na emocionalno stanje djece. Roditelji koji su sudjelovali u istraživanju naveli su kako su se njihova djeca uz svog psa pomagača osjećala sretnije, manje anksiozno i smirenije te da su pokazivala manje nepoželjnih ponašanja i stereotipija, kao i da su ispadi ljutnje i bijesa bili rjeđi, što je neizravno pozitivno utjecalo i na njih smanjujući razinu stresa i zabrinutosti. Sukladno svemu navedenom, može se zaključiti da psi pomagači pozitivno utječu na emocionalno stanje i mentalno zdravlje općenito djece s poremećajem iz spektra autizma, kao i njihovih roditelja te da uvelike doprinose kvalitetni njihova života (Lindsay i Thiyagarajah, 2021). Također, pregledom literature utvrđen je nedostatak istraživanja o koristima i utjecaju pasa pomagača na opće funkcioniranje i mentalno zdravlje odraslih osoba s poremećajem iz spektra autizma te stoga nažalost još uvijek ne postoje saznanja o stavovima i mišljenjima odraslih autističnih osoba o psima pomagačima i njihovom mogućem utjecaju na njihovo mentalno zdravlje i kvalitetu života.

5.1.8. Mentalni poremećaji

Kao što je ranije navedeno, mentalni poremećaji uzrokuju teškoće bihevioralnog i emocionalnog funkcioniranja te utječu na cjelokupno ponašanje i djelovanje pojedinca, kao i na njegove sposobnosti nošenja sa svakodnevnim izazovima čime narušavaju kvalitetu života u cjelini. Njihova prevalencija je velika, a obuhvaćaju široki raspon poremećaja, navedenih ranije u tekstu, koji u različitoj mjeri utječu na pojedinca i njegovo opće zdravstveno stanje (Hyman i sur., 2006).

Sukladno tome, psi pomagači mogu biti od velike pomoći osobama s poremećajima mentalnog zdravlja utječući na njihovo raspoloženje, ponašanje i motivaciju svojim prisustvom i podrškom koju im svakodnevno pružaju. Autori Lloyd, Johnston i Lewis (2019) proveli su istraživanje o utjecaju pasa pomagača na svakodnevno funkcioniranje i raspoloženje osoba s poremećajima mentalnog zdravlja kako bi se dobio uvid u sve benefite koje psi mogu pružiti osobama s navedenim poremećajima. U istraživanju je sudjelovalo 199 ispitanika s

dijagnosticiranim mentalnim poremećajem, a podaci su prikupljeni putem online upitnika. Rezultati istraživanja pokazali su da su najzastupljeniji poremećaji u ispitanika bili depresija, anksioznost, posttraumatski stresni poremećaj (PTSP), napadi panike te poremećaji hranjenja, a psi pomagači su putem taktilne stimulacije, stalnog dodira i kontakta, dubokim pritiskom i sprječavanjem kontakta s drugim ljudima ublažavali simptome njihovih poremećaja. Također su podsjećali ispitanike na uzimanje lijekova, pružali su im osjećaj sigurnosti i motivaciju za izlazak iz kuće, kao i za obavljanje svakodnevnih zadataka. Osim toga, svojim su ponašanjem preventivno djelovali na pojavu simptoma poremećaja te su osiguravali ispitanicima da budu u sadašnjem trenutku i na taj način sprječavali disocijacije i halucinacije. Nakon obrade podataka utvrđeno je da je većina ispitanika u jednakoj mjeri i dalje uzimala lijekove i koristila i druge oblike pomoći za unaprjeđenje mentalnog zdravlja, bez obzira na svog psa pomagača, ali je posebno bilo istaknuto da su se nakon izgradnje odnosa sa psom ispitanici osjećali puno samouvjerenije, sigurnije, optimističnije, kompetentnije, opuštenije te manje anksiozno u socijalnim situacijama na temelju čega se može zaključiti da je utjecaj pasa pomagača izrazito pozitivan u nošenju sa svakodnevnim izazovima uzrokovanim poremećajima mentalnog zdravlja.

Nadalje, autori Hansen, Iannos i Van Hooff (2023) istraživanjem su nastojali utvrditi kakav utjecaj psi pomagači imaju na mentalno zdravlje i ublažavanje simptoma kod osoba s posttraumatskim stresnim poremećajem (PTSP). U istraživanju je sudjelovalo 44 osobe sa psom pomagačem te se većina sudionika sastojala od umirovljenih vojnika s dijagnozom navedenog poremećaja. Nakon evaluacije utjecaja pasa pomagača koju su stručnjaci provodili svaka tri mjeseca u razdoblju od jedne godine, rezultati istraživanja pokazali su da su psi pomagači uvelike utjecali na mentalno zdravlje ispitanika. Simptomi poremećaja u ispitanika bili su prisutni u značajno manjoj uz psa pomagača – ispitanici su osjećali značajno manju razinu stresa, anksioznosti, ljutnje te su se problemi sa spavanjem također smanjili što ukazuje na značajan utjecaj pasa pomagača na mentalno zdravlje, kao i na opće funkcioniranje ispitanika ovog istraživanja, ali i na mentalno zdravlje osoba s poremećajima mentalnog zdravlja općenito.

6. Zaključak

Kao jedna od važnijih odrednica cjelokupnog zdravlja, mentalno zdravlje predstavlja skup emocionalnih i kognitivnih sposobnosti i vještina koje pojedincu omogućavaju optimalno i zadovoljavajuće djelovanje, ponašanje i funkcioniranje, ali i ostvarivanje želja i potreba kojima izravno utječe i na kvalitetu vlastita života. Ukoliko je kvaliteta mentalnog zdravlja narušena, ono se očituje i u svim drugim aspektima života pojedinca. Poremećaji mentalnog zdravlja sve su više zastupljeni te su prisutni kod sve većeg broja ljudi, a u odnosu na opću populaciju, prevalencija problema mentalnog zdravlja u osoba s invaliditetom znatno je viša. Brojne barijere i izazovi na koje osobe s invaliditetom nailaze u svom svakodnevnom životu koje su uzrokovane okolinom u kojoj se nalaze, ali i samom prisutnošću invaliditeta, u znatnoj mjeri narušavaju mentalno zdravlje navedene populacije. Uz brojne intervencije i terapije koje su dostupne za unaprjeđenje mentalnog zdravlja, u posljednje se vrijeme sve više razmatraju i terapije potpomognute životinjama. Naime, poznato je da životinje imaju terapijski učinak na zdravlje te da na različite načine doprinose poboljšanju kvalitete života ljudi. U okviru ovog rada posebno se ističe uloga pasa pomagača. Psi pomagači, kao posebno školovani i trenirani psi za pružanje svakodnevne podrške i zadovoljavanje specifičnih potreba korisnika kojemu se dodjeljuju, predstavljaju izrazito važan oblik podrške čiji je utjecaj nezanemariv.

Pregledom literature utvrđeno je da psi pomagači imaju izrazito pozitivan utjecaj na mentalno zdravlje osoba s različitim vrstama invaliditeta, ali i na kvalitetu njihova života općenito. Rezultati dostupnih i relevantnih istraživanja pokazuju da psi pomagači osobama s invaliditetom pomažu u obavljanju svakodневnih zadataka pružajući im neprekidnu fizičku i emocionalnu podršku čime doprinose višoj razini samopouzdanja, samostalnosti i neovisnosti. Svojim prisustvom pozitivno utječu na razvitak bolje slike o sebi, osjećaja kompetentnosti i optimizma u osoba s invaliditetom te umanjuju utjecaj postojećeg oštećenja na njihovo svakodnevno funkcioniranje. Također, svojim prisustvom psi pomagači osobama s invaliditetom pružaju osjećaj sigurnosti te umanjuju anksioznost i stres koji su uzrokovani različitim barijerama i izazovima s kojima se svakodnevno susreću. Najistaknutiji je doprinos pasa pomagača kod osoba s oštećenjima vida i sluha, tjelesnim oštećenjima i mentalnim poremećajima upravo zato što osim na mentalno zdravlje, uvelike utječu i na sposobnosti kretanja te znatno pospješuju razinu samostalnosti i sigurnosti u osoba s navedenim oštećenjima. Iako je utjecaj pasa pomagača na život navedene populacije uglavnom pozitivan, potrebno je istaknuti da se korisnici

pasa pomagača trebaju dodatno educirati kako bi se što uspješnije suočili s određenim izazovima, poput odlaska na putovanje, nedostatkom znanja oko brige o psu te zabrinutosti oko bolesti ili smrti psa.

Pregledom literature također je utvrđeno da iako istraživanja na temu ovog rada postoje, ona su i dalje malobrojna. Iz tog razloga potrebna je njihova daljnja provedba kako bi se definirali različiti terapijski modeli prilagođeni specifičnim potrebama korisnika, posebice u osoba s gluhošljepoćom, osoba s oštećenjima govorno-glasovne komunikacije te osoba s intelektualnim teškoćama. Također, potrebno je provođenje većeg broja edukacija stručnjaka o koristima pasa pomagača te osnivanje potencijalnih novih udruga koje bi osigurale priliku za dodjeljivanje pasa pomagača većem broju osoba s invaliditetom. Osim toga, izrada i implementacija edukativnih materijala vezanih uz navedenu temu bila bi izrazito korisna za osvještavanje šire javnosti i budućih stručnjaka o dobrobitima koje psi pomagači imaju na mentalno zdravlje osoba s invaliditetom, ali i na njihovu kvalitetu života općenito. I naravno, izuzetno je važno snažnije senzibiliziranje šire društvene okoline o potrebi osiguravanja financijskih i obrazovnih resursa koji bi omogućili češće i učinkovitije korištenje psa pomagača u okviru kompleksne edukacije i rehabilitacije osoba s invaliditetom.

7. Literatura

1. Abdullah, M. Q. (2017). Mental health and mental disorder: Promotion and prevention. *Psychology and Behavioral Science International Journal*, 7(2), 1-6. <https://doi.org/10.19080/pbsij.2017.07.555708>
2. Alimović, S. (2011). *Emocionalne teškoće i problemi ponašanja u djece s oštećenjima vida i lakom mentalnom retardacijom. (Magistarski rad)*. Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb.
3. American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, Fifth Edition (DSM-5 (TM))*. Washington, DC: American Psychiatric Association. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
4. American Veterinary Medical Association, (n.d.). *Human-animal bond*. Preuzeto 6.6.2023. s <https://www.avma.org/one-health/human-animal-bond>
5. Animal Assisted Intervention International (n.d.). *Animal Assisted Intervention*. Preuzeto 23.1.2023. s <http://www.aai-int.org/aai/animal-assisted-intervention/>
6. Arambašić, L. i Vizek Vidović, V. (2000). Posredujuća uloga životinja u terapijskim programima. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 36(1), 17-24.
7. Audrestch, H. M., Whelan, C. T., Grice, D. S., Asher, L., England, G. C. i Freeman, S. L. (2015). Recognizing the value of assistance dogs in society. *Disability and Health Journal*, 8(4), 469–474. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2015.07.001>
8. Barišić, J. (2013). Socijalna podrška osobama s oštećenjem vida. *Socijalna politika i socijalni rad*, 1(1), 38-70.
9. Beck, A. i Katcher A. (1996). *Between pets and people: The importance of animal companionship*. West Lafayette: Purdue University Press. Preuzeto 21.1.2023. s <https://www.press.purdue.edu/9781557530776/between-pets-and-people/>
10. Bertolote, J. M. (2008). The roots of the concept of mental health. *World psychiatry*, 7(2), 113–116. <https://doi.org/10.1002/j.2051-5545.2008.tb00172.x>
11. Blanchet, M., Gagnon, D. H., Vincent, C., Boucher, P., Routhier, F. i Martin-Lemoyne, V. (2013). Effects of a mobility assistance dog on the performance of functional mobility tests among ambulatory individuals with physical impairments and functional disabilities. *Assistive technology*, 25(4), 247–252. <https://doi.org/10.1080/10400435.2013.810183>

12. Bujas Petković, Z. i Frey Škrinjar, J. (2010). *Poremećaji autističnog spektra*. Zagreb: Školska knjiga.
13. Burrows, K. E., Adams, C. L. i Spiers, J. (2008). Sentinels of Safety: Service Dogs Ensure Safety and Enhance Freedom and Well-Being for Families With Autistic Children. *Qualitative Health Research*, 18(12), 1642–1649.
<https://doi.org/10.1177/1049732308327088>
14. Centar za rehabilitaciju Silver, (n.d.). *Pas pomagač*. Preuzeto 23.1.2023. s
<https://czrs.hr/programi/pas-vodic/>
15. Cooper, K., Smith, L. G. E. i Russell, A. (2017). Social identity, self-esteem, and mental health in autism. *European Journal of Social Psychology*, 47(7), 844–854.
<https://doi.org/10.1002/ejsp.2297>
16. Cree, R.A., Okoro, C., Zack, M.M. i Carbone, E.G. (2020). Frequent Mental Distress Among Adults, by Disability Status, Disability Type, and Selected Characteristics — United States, 2018. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 69(36), 1238–1243.
<https://doi.org/10.15585/mmwr.mm6936a2>
17. Crisp, A. H., Gelder, M. G., Rix, S., Meltzer, H. I. i Rowlands, O. J. (2000). Stigmatisation of people with mental illnesses. *The British journal of psychiatry*, 177(1), 4–7. <https://doi.org/10.1192/bjp.177.1.4>
18. Dadić, M., Bačić, A., Župa, I. i Vukoja, A. (2018). Definiranje pojmovâ invaliditet i osoba s invaliditetom. *Hrana u zdravlju i bolesti, Specijalno izdanje* (10. Štamparovi dani), 64-66.
19. Deklaracija o pravima osoba s invaliditetom. *Narodne novine*, 47/2005.
20. Devčić, L. (2016). *Pas pomagač – od osmijeha do uspjeha*. Zagreb: Hrvatska udruga za školovanje pasa vodiča i mobilitet.
21. Duncan, S. L. i Allen, K. (2000). Service animals and their roles in enhancing independence, quality of life, and employment for people with disabilities. U: A. H. Fine (ur.): *Handbook on animal-assisted therapy – Theoretical Foundations and Guidelines for Practice* (str.303-323). San Diego: Academic press.
22. Eddy, J., Hart, L. A. i Boltz, R. P. (1988). The effects of service dogs on social acknowledgments of people in wheelchairs. *The Journal of psychology*, 122(1), 39-45.
<https://doi.org/10.1080/00223980.1988.10542941>
23. Fine, A. H. (2015). *Handbook on animal-assisted therapy – Foundations and guidelines for animal-assisted interventions*. San Diego: Academic Press.

24. Fine, A. H., i Weaver, S. J. (2018). The human-animal bond and animal-assisted intervention. U: M. van den Bosch i W. Bird (ur.): *Oxford textbook of nature and public health: The role of nature in improving the health of a population* (str.132-138). Oxford: Oxford University Press.
25. Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J. i Sartorius, N. (2015). Toward a new definition of mental health. *World psychiatry*, *14*(2), 231–233.
<https://doi.org/10.1002/wps.20231>
26. Gomez, M. A. (2021). *Experiences of People with Disabilities in Mental Health Treatment. (Doctoral dissertation)*. Alliant International University, California.
27. Gravrok, J., Howell, T., Bendrups, D. i Bennett, P. (2019). Thriving through relationships: Assistance dogs' and companion dogs' perceived ability to contribute to thriving in individuals with and without a disability. *Disability and Rehabilitation: Assistive Technology*, *15*(1), 45–53. <https://doi.org/10.1080/17483107.2018.1513574>
28. Gravrok, J., Bendrups, D., Howell, T., i Bennett, P. (2019). Beyond the Benefits of Assistance Dogs: Exploring Challenges Experienced by First-Time Handlers. *Animals*, *9*(5), 203. <https://doi.org/10.3390/ani9050203>
29. Guest, C. M., Collis, G. M. i McNicholas, J. (2006). Hearing dogs: A longitudinal study of social and psychological effects on deaf and hard-of-hearing recipients. *Journal of Deaf Studies and Deaf Education*, *11*(2), 252-261.
<https://doi.org/10.1093/deafed/enj028>
30. Hansen, C., Iannos, M., i Van Hooff, M. (2023). Assistance dogs help reduce mental health symptoms among Australian Defence Force veterans and emergency services personnel: A pilot study. *Psychiatry Research*, *324*, 115212.
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2023.115212>
31. Hart, L. A., Zasloff, R. L., i Benfatto, A. M. (1996). The socializing role of hearing dogs. *Applied Animal Behaviour Science*, *47*(1-2), 7–15. [https://doi.org/10.1016/0168-1591\(95\)01006-8](https://doi.org/10.1016/0168-1591(95)01006-8)
32. Hines, L. M. (2003). Historical Perspectives on the Human-Animal Bond. *American Behavioral Scientist*, *47*(1), 7–15. <https://doi.org/10.1177/0002764203255206>
33. Houtte, B.A. i Jarvis, P.A. (1995). The role of pets in preadolescent psychosocial development. *Journal of Applied Developmental Psychology*, *16*(3), 463-479.
[https://doi.org/10.1016/0193-3973\(95\)90030-6](https://doi.org/10.1016/0193-3973(95)90030-6)
34. Hrvatska udruga za školovanje pasa vodiča i mobilitet, (n.d.). *Povijest*. Preuzeto 23.1.2023. s <http://www.psvodici.hr/hr/povijest>

35. Hrvatski zavod za javno zdravstvo (2018). *Kvaliteta života slijepih osoba*. Zagreb: Hrvatski zavod za javno zdravstvo. Preuzeto 15.5.2023. s https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2018/06/Kvaliteta-zivota-slijepih-osoba_KB.pdf
36. Hrvatski zavod za javno zdravstvo (2012). *Međunarodna klasifikacija bolesti i srodnih zdravstvenih problema*. Zagreb: Medicinska naklada Zagreb.
37. Hyman, S., Chisholm, D., Kessler, R., Patel, V., i Whiteford, H. (2006). Mental disorders. U: D. T. Jamison i sur. (ur.): *Disease control priorities related to mental, neurological, developmental and substance abuse disorders* (str.1-20). Geneva: Oxford University Press i The World Bank.
38. Jerončić Tomić, I. (2017). Stigma–mitovi i predrasude depresivnog poremećaja–uloga videa kao medija u psihoedukaciji (Boli me–video za promociju mentalnog zdravlja). *In medias res: časopis filozofije medija*, 6(11), 1689-1693.
39. Keyes, C. L. M. (2014). Mental Health as a Complete State: How the Salutogenic Perspective Completes the Picture. U: C. L. M. Keyes (ur.): *Bridging Occupational, Organizational and Public Health* (str.1-20). Dordrecht: Springer https://doi.org/10.1007/978-94-007-5640-3_11
40. Lane, D. R., McNicholas, J., i Collis, G. M. (1998). Dogs for the disabled: benefits to recipients and welfare of the dog. *Applied Animal Behaviour Science*, 59(1–3), 49–60. [https://doi.org/10.1016/s0168-1591\(98\)00120-8](https://doi.org/10.1016/s0168-1591(98)00120-8)
41. Lenihan, D., McCobb, E., Diurba, A., Linder, D., i Freeman, L. (2016). Measuring the effects of reading assistance dogs on reading ability and attitudes in elementary schoolchildren. *Journal of Research in Childhood Education*, 30(2), 252-259. <https://doi.org/10.1080/02568543.2016.1143896>
42. Lindsay, S. i Thiagarajah, K. (2021). The impact of service dogs on children, youth and their families: A systematic review. *Disability and Health Journal*, 14(3), 101012. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2020.101012>
43. Lloyd, J., Johnston, L. i Lewis, J. (2019). Psychiatric assistance dog use for people living with mental health disorders. *Frontiers in Veterinary Science*, 6, 441055. <https://doi.org/10.3389/fvets.2019.00166>
44. Lovretić, V., Pongrac, K., Vuletić, G. i Benjak, T. (2016). Utjecaj socijalne podrške na kvalitetu života osoba s oštećenjem sluha. *Časopis za primijenjene zdravstvene znanosti*, 2(1), 5-14. <https://doi.org/10.24141/1/2/1/1>

45. Moir, J. (2010). Assistance dogs and independent living for disabled people. *British Journal of Healthcare Assistants*, 4(7), 331-333.
<https://doi.org/10.12968/bjha.2010.4.7.48909>
46. Nimer, J. i Lundahl, B. (2007). Animal-assisted therapy: A meta-analysis. *Anthrozoös*, 20(3), 225–238. <https://doi.org/10.2752/089279307X224773>
47. Palley, L. S., O'Rourke, P. P. i Niemi, S. M. (2010). Mainstreaming Animal-Assisted Therapy, *ILAR Journal*, 51(3), 199–207. <https://doi.org/10.1093/ilar.51.3.199>
48. Poredoš Lavor, D. i Radišić, N. (2011). Otežana životna prilagodba osobe s intelektualnim teškoćama i poremećajem u ponašanju. *Policija i sigurnost*, 20(4), 609-615.
49. Pravilnik o sastavu i načinu rada tijela vještačenja u postupku ostvarivanja prava iz socijalne skrbi i drugih prava po posebnim propisima. *Narodne novine*, 79/2014-1477.
50. Prince, M., Patel, V., Saxena, S., Maj, M., Maselko, J., Phillips, M. R., i Rahman, A. (2007). No health without mental health. *The Lancet* 370(9590), 859–877.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)61238-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61238-0)
51. Ralli, M., Martellucci, S., Musacchio, A., Greco, A., Gallo, A., Belvisi, V., Di Stadio, A., De Vincentiis, M., i Attanasio, G. (2019). Assistance Dogs for Persons with Hearing Impairment: A Review. *The International Tinnitus Journal*, 23(1), 26-30.
<https://doi.org/10.5935/0946-5448.20190005>
52. Sachs-Ericsson, N., Hansen, N. K. i Fitzgerald, S. (2002). Benefits of assistance dogs: A review. *Rehabilitation Psychology*, 47(3), 251–277. <https://doi.org/10.1037/0090-5550.47.3.251>
53. Sanders, C. R. (2000). The Impact of Guide Dogs on the Identity of People with Visual Impairments. *Anthrozoös*, 13(3), 131–139.
<https://doi.org/10.2752/089279300786999815>
54. Sangster Jokić, C. i Bartolac, A. (2018). The Stress Experience and Mental Health among Persons with Physical Disabilities: A Minority Stress Perspective. *Socijalna psihijatrija*, 46(1), 26-57.
55. Sekušak-Galešev, S., Kramarić, M. i Galešev, V. (2014). Mentalno zdravlje odraslih osoba s intelektualnim teškoćama. *Socijalna psihijatrija*, 42(1), 3-20.
56. Sever, I., Vranić, M., Bošnjak, K., Čačić, I., Protulipac, M. i Klepac, M. (2017). Poznavanje domaćih životinja kod učenika nižih razreda osnovnih škola grada Zagreba. *Agronomski glasnik*, 79(1-2), 25-40. <https://doi.org/10.33128/ag.79.1-2.3>

57. Shintani, M., Senda, M., Takayanagi, T., Katayama, Y., Furusawa, K., Okutani, T., Kataoka, M. i Ozaki, T. (2010). The effect of service dogs on the improvement of health-related quality of life. *Acta medica Okayama*, 64(2), 109–113.
<https://doi.org/10.18926/AMO/32851>
58. Silobrčić Radić, M. i Vrbanec, I. (2018). *Mentalni poremećaji u Republici Hrvatskoj*. Zagreb: Hrvatski zavod za javno zdravstvo. Preuzeto 4.5.2023. s
<https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2019/03/Bilten-mentalne.pdf>
59. Snook, J. i Oliver, M. (2015). Perceptions of wellness from adults with mobility impairments. *Journal of Counseling and Development*, 93(3), 289-298.
<https://doi.org/10.1002/jcad.12027>
60. Štrkalj Ivezić, S. (2022). Mentalno zdravlje u zajednici. *Epoha zdravlja*, 15(1), 9-11.
61. Štrkalj Ivezić, S., Jukić, V., Štimac Grbić, D., Čelić, I., Brečić, P., Silobrčić Radić, M., Ćurković, M. (2018). Organizacija liječenja oboljelih od mentalnih poremećaja u Republici Hrvatskoj. *Acta medica Croatica*, 72(2), 179-187.
62. Tarczay, S. (2007). Gluhosljepoća - jedinstveno oštećenje. *Ljetopis socijalnog rada*, 14 (1), 143-153.
63. The American Association on Intellectual and Developmental Disabilities, (2009). *FAQ on intellectual disability*. Preuzeto 17.5.2023. s
https://www.operationhousecall.com/wp-content/uploads/2016/12/AAIDD_definition_of_ID-DD_2009.pdf
64. Tseng, A. (2023). Brief report: Above and beyond safety: Psychosocial and biobehavioral impact of autism-assistance dogs on autistic children and their families. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 53(1), 468-483.
<https://doi.org/10.1007/s10803-021-05410-0>
65. Ujedinjeni narodi – UN, (2006). *Konvencija o pravima osoba s invaliditetom*. *Generalna skupština Ujedinjenih Naroda*. Preuzeto 26.1.2023. s
<https://ec.europa.eu/social/main.jsp?langId=en&catId=1138>
66. Valentine, D. P., Kiddoo, M., i LaFleur, B. (1993). Psychosocial implications of service dog ownership for people who have mobility or hearing impairments. *Social work in health care*, 19(1), 109–125. https://doi.org/10.1300/J010v19n01_07
67. Zakon o Hrvatskom registru o osobama s invaliditetom. *Narodne novine*, 64/2001-1049.
68. Zakon o korištenju psa pomagača. *Narodne novine*, 39/19.

69. Zakon o profesionalnoj rehabilitaciji i zapošljavanju osoba s invaliditetom. *Narodne novine*, 157/2013-3292.
70. Zakon o Registru osoba s invaliditetom. *Narodne novine*, 63/2022-907.
71. Zuckerman Itković, Z., Petranović, D. i Barešić, K. (2007). Ergoterapija uz pomoć životinja. *Medicina Fluminensis*, 43(2), 155-164.
72. World Health Organization, (2002). *Towards a common language for functioning, disability, and health: ICF. The international classification of functioning, disability and health*. Preuzeto 25.1.2023. s <https://www.who.int/publications/m/item/icf-beginner-s-guide-towards-a-common-language-for-functioning-disability-and-health>
73. World Health Organization, (2004). *Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice (Summary Report)*. Preuzeto 2.5.2023. s <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42940/9241591595.pdf>
74. Whitmarsh, L. (2005). The Benefits of Guide Dog Ownership. *Visual Impairment Research*, 7(1), 27–42. <https://doi.org/10.1080/13882350590956439>
75. Wiggett-Barnard, C. i Steel, H. (2008). The experience of owning a guide dog. *Disability and Rehabilitation*, 30(14), 1014–1026. <https://doi.org/10.1080/09638280701466517>