

生活壓力、寂寞感及情感依附對寵物飼養意願之影響

陳欽雨* 呂博裕** 陳琰如***

*世新大學企業管理系副教授（通訊作者）

**明新科技大學工業工程與管理系教授

***世新大學企業管理系研究生

(投稿日期：2017.09.12；接受日期：2017.10.20)

摘要

本研究主要在驗證生活壓力、寂寞感及情感依附對寵物飼養意願之關連影響。目前台灣社會面臨高齡化、少子化等現象，人們會感到生活壓力與寂寞感，使得寵物成為人們情感依附及心靈寄託的標的。因此，本研究以台灣地區過去有養、現在有養及未來欲飼養寵物者為研究對象，採用立意抽樣網路問卷調查方式，共蒐集 561 份有效問卷，然後運用迴歸分析檢定研究假說。研究結果發現：飼養者之生活壓力及寂寞感對情感依附具有顯著正向影響；而寵物飼養者之生活壓力、寂寞感及情感依附也均對寵物飼養意願具有顯著正向影響；另外，情感依附在生活壓力及寂寞感與飼養意願間亦具有部份中介效果，意即人們感到生活有壓力及寂寞感時，可經由情感依附來影響寵物飼養意願。此發現有助於瞭解寵物飼主之飼養動機及行為，並可運用於規劃寵物相關產品之行銷策略。

關鍵字：生活壓力、寂寞感、情感依附、飼養意願

壹、緒論

通訊作者：陳欽雨，世新大學企業管理系副教授。
通訊地址：116 台北市文山區木柵路一段 111 號
連絡電話：(02)22368225 ext.63926 Fax: (02) 22368669
E-mail: chinyeu@mail.shu.edu.tw

一、研究背景

根據中華民國《動物保護法》，寵物(pet)可定義為：「犬、貓及其他供玩賞、伴侶之目的而飼養或管領之動物。」隨著寵物角色及地位的轉換，寵物已不再只是寵物，有研究甚至於認為那是一種階級不平等的稱呼，而改以「伴侶動物」(accompany animal)一詞稱之（鄭和萍，2000）。回顧人類馴養動物作為寵物的歷史，已有相當長時間，由最初的防禦、保護家園的工具性角色，逐漸轉變為提供娛樂、精神慰藉、以及舒緩情緒等心理上醫療作用的角色（吳怡伶，2006）。隨著台灣社會邁向少子化與高齡化，加上受到人際關係疏離之影響，寵物已成為人們情感依附及心靈寄託的對象。據 104 年度農委會針對台灣家犬、貓數量的調查結果顯示，目前台灣人飼養的家犬約 1,714,000 隻，家貓約 568,000 隻，數量相當龐大，估計台灣寵物市場一年有 260 億以上的商機。

國內外研究寵物和人類的關係已有數十年，對於擁有寵物的益處，從生理上 (Friedmann & Thomas, 1995)、心理上 (Poresky & Hendrix, 1990)，延伸至人們和動物間的情感連結等均有探討。但對於飼養動機及行為意向並沒有太多著墨。李凱恩（2012）認為寵物不僅可以促進其擁有者的生理健康，亦有助於其擁有者的心理健康。而研究也顯示寵物可以緩和不幸生活事件（如離婚、喪偶）的作用；減低寂寞 (loneliness)、焦慮 (anxiety) 與沮喪 (depression) 的程度；增加自主 (autonomy)、自尊 (self-esteem) 與適任 (competence) 等感覺 (Garrity, Stallones, Marx, & Johnson, 1989)。由於現代人無時無刻需面對許多生活壓力 (stress)，至於造成生活壓力的來源是什麼？一般認為主要來源有婚姻、情感、經濟負擔、工作負荷、政治動亂、家庭關係、友伴關係等，而已有研究發現飼養寵物可以紓解工作中所累積的壓力，因此有醫生會建議有心理相關疾病的病人，可以飼養寵物來陪伴、舒緩情緒與壓力 (Brodie, Biley, & Shewring, 2002)。

寂寞感 (sense of loneliness) 是一種主觀且負向的情緒經驗，且亦是人際需求無法滿足所產生的不愉快感受。Rokach, Bauer, and Orzeck (2003) 指出寂寞感是由個人易受傷的特質及個體所面臨的情境兩者集結而成的心理特徵，以及對於情緒、生理、行為相關問題的影響。事實上，寂寞感是現今快速變遷和人際疏離的社會結構普遍存在的現象，根據遠見雜誌調查台灣三大都會區的寂寞指數，發現到台灣寂寞男女超過 107 萬人次，40.8% 的受訪者認為沒有與家人同住所以會感到寂寞孤單（江逸之，2006）。有研究也發現透過照顧寵物及互動可產生生理上、心理上及社會方面的效益，可進而紓解人們壓

力及焦慮(Brodie et al., 2002)。因此，飼養寵物除提供陪伴與寄情作用外，尚可降低因缺乏社會支持與壓力紓解的致病危險，也有助於人類降低寂寞感受（吳怡玲，2006）。

值得關注的是，從 1970 年代開始至今，依附(attachment)行為和依附的情感關係的發展，成為發展心理學研究的焦點。Bowlby (1982)認為依附是一種個體對某一特定對象有強烈情感連結的傾向，主要目的是想藉由親近對方而獲得安全感。依附理論最早起源於關注兒童和其主要照顧者之間的連結依附，指的是某人與親近的人之間強烈的感情聯繫，是一種愛的聯結(Bowlby, 1988)。Bowlby 進一步指出人是需要伴侶去共同面對困難及抵抗危險，故尋求親密的依附關係是人類的天性。但因人們習性的改變，許多人將依附的對象從人轉移至寵物，使得寵物與飼主之間形成一種相互依附的關係，可能會因情感依附而影響寵物飼養意願。

二、研究動機及目的

從現代人飼養寵物的熱潮中，可窺見寵物與人的生活具有密不可分的關係，它們是相互影響而持續進行的一種動態狀況。寵物具有新時代意義的展現，寵物不再只是寵物，作為伴侶的成份越來越濃厚。在所有飼養寵物的種類中，又以犬、貓類占多數（動物保護資訊網，2015），因此本研究把寵物限定為犬與貓。如前所述，現代社會人們得面對許多生活壓力，而壓力是個人本身和外部環境之間的無法保持平衡的一種狀態。因此，如何減輕人們的生活壓力問題，一直是研究者感興趣的課題。而Garrity et al. (1989) 的研究也顯示，寵物可以緩和不幸生活事件，減低焦慮與沮喪的程度，對舒緩生活壓力可能有正面效果，故需瞭解人們是否會基於減輕生活壓力而引發飼養寵物的動機。

過去，有些研究將寂寞感與一些社會性問題相提並論，寂寞感與身心失調之間的具有影響關係。例如 Orr, Sisic, Ross, Simmering, Arseneault and Orr (2009) 之研究也發現，內向、害羞的人格特質會使自身形成焦慮及不安的情緒，尤其在與他人接觸時更易顯現。但 Brodie and Biley (2002) 之研究證實，如果人類與伴侶動物進行互動，會對人們身心有各種健康益處，因此有人會藉由飼養寵物來獲得陪伴，進而降低寂寞感。Brodie et al. (2002) 之研究也發現透過照顧寵物及與寵物互動，可產生生理、心理及社會面的效益，進而紓解壓力及焦慮。故，生活壓力及寂寞感與飼養寵物意願間之關係值得加以探討。

另外，值得注意的是，情感依附是人類成長中親密關係建立的必要過程，它對於個人的發展與社會適應有顯著的影響 (Hazan & Shaver, 1994)；而人的生活壓力及寂

寞感均可能導致情感依附之需求，特別是老年人由於受到生理、行為、人際和工作等條件的變化，可能產生失落感、沮喪、悲傷、憤怒和焦慮等不適應的行為，因此通常會有情感依附及寵物陪伴的需求（張隆順，1993）。易言之，情感依附可能誘發飼養寵物的意圖。準此，本研究欲探討生活壓力及寂寞感對情感依附之影響，分析寵物飼主之生活壓力、寂寞感及情感依附對飼養意願之影響關係，同時瞭解情感依附是否具有中介效果。

貳、研究方法

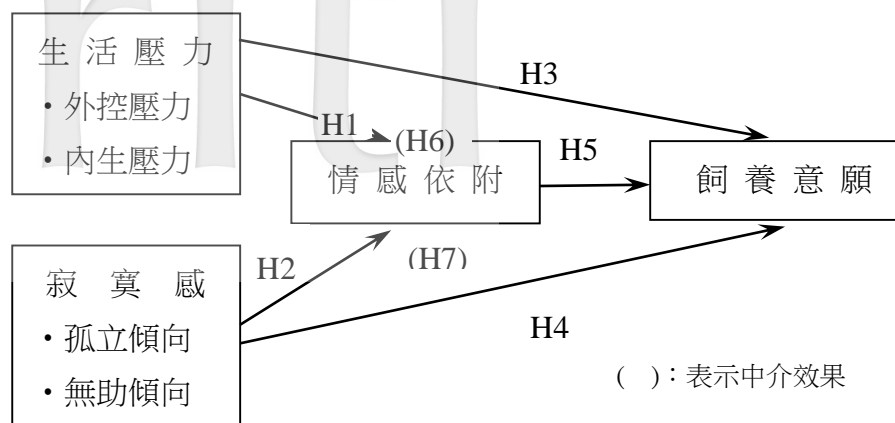
一、研究對象、抽樣方式及架構

本研究旨在探討寵物飼養者之生活壓力、寂寞感及情感依附對飼養意願之影響，以台灣地區過去、現在有養及未來欲飼養寵物者為研究對象，採用立意抽樣方式，進行網路問卷調查。由於飼主名冊取得不易，對想要飼養寵物者難以得知，無法採行隨機抽樣方式，故利用網路寵物相關社群，尋找飼主及欲飼養寵物之人進行網路問卷調查。問卷施測期間自 2017 年 3 月 1 日至 4 月 30 日，扣除填答不完整之無效問卷 47 份，實得有效問卷為 561 份。經相關文獻整理與探討後，建立如圖一所示包含七組假說之研究架構，此架構以生活壓力與寂寞感為自變數，情感依附為中介變數，飼養意願為依變數。其中，生活壓力分為外控壓力與內生壓力等兩個子構面，而寂寞感也分成孤立傾向及無助傾向等兩個子構面。

二、假說推導

(一)生活壓力與情感依附之關係

生活壓力會影響情緒經驗，Cohen, Kamarck, and Mermelstein (1983)提出社會支持影響健康的假說，其中直接效果假說 (direct effect hypothesis) 主張在壓力情境下，個體知覺能得到他人的協助及歸屬感時，社會支持有促進健康的效果。此外，Adam (1994)認為青少年早期依附經驗是形成自殺的易罹患因子 (vulnerable factor)，因孩子透過與



圖一 研究架構

被依附個體的互動，會形成內在的自我運作模式，此模式顯示孩子在面對人際關係的失落、拒絕與失望時，易行成依附危機 (attachment crisis)。意即，當孩子出現生氣、焦慮與無望感等情緒與外在壓力時，因缺乏情感依附就容易發生自殺行為 (林裕珍，2006)。易言之，生活壓力與情感依附之間具有連結關係。據此，提出研究假說 H1 如下：

H1：生活壓力對情感依附具有顯著正向影響。

(二)寂寞感與情感依附之關係

Krause-Parello (2012) 之研究證實寂寞感與寵物依附具有顯著關係。游婉婷與湯幸芬 (2012) 之研究結果也顯示，飼主對寵物的依附關係高，寂寞感與憂鬱情緒則普遍偏低，而寂寞感與依附關係具有關連性。寵物能降低疾病的發生頻率，減少孤單與寂寞的影響，並且讓人們從緊張中放鬆，也替每日的生活帶來刺激 (Sharkin & Bahrick, 1990)。李靜如、林邦傑與修慧蘭 (2011) 之研究則指出，逃避依附與焦慮依附會透過社交自我效能而間接影響寂寞，而焦慮依附則會透過寂寞間接影響憂鬱。根據上述，提出研究假說 H2 如下：

H2：人們的寂寞感對情感依附具有顯著正向影響。

(三)生活壓力與飼養意願之關係

在醫學上許多醫生會建議有心裡相關疾病的病人，可以飼養寵物來陪伴舒緩情緒與壓力，因為寵物可愛的模樣可以達到紓解壓力的效果，且在你傷心、憤怒或心情不好時，寵物會靜靜的聆聽，當你的忠實傾訴對象。陳智瑩 (2005) 之研究將老年人之休閒調適策略歸納為提昇正面情緒的休閒、舒緩身心的休閒及友伴式的休閒等三個策略；此表

示若有寵物的陪伴，應會降低個人的身心靈壓力。另外，Wells (2007) 的研究報告指出，寵物提供的陪伴，有助主人的身體健康，其中固定遛狗更能發揮強化健康的功效。而兒童飼養寵物除了能讓孩子更有愛心外，還可以讓孩子更快樂，減少精神壓力。據此，提出研究假說 H3 如下：

H3：生活壓力對寵物飼養意願具有顯著正向影響。

(四)寂寞感與飼養意願之關係

現代人的生活愈來愈疏離，在此趨勢下產出以寵物為中心的寂寞產業，它是一個讓消費者有幸福感、親密感、滿足及被關懷並可以找到歸屬感的產業（江逸之，2006）。隨著此產業的興起，寵物的角色及名稱也被更名為毛小孩子(fur kid)，或是伴侶動物。根據 McNicholas, Gilbey, Rennie, Ahmedzai, Dono and Ormerod (2005) 之研究發現，寵物可以促進人際社會互動 (social interactions)，而社會互動可減輕寂寞感覺 (feelings of loneliness) 及緩和社會孤立 (social isolation)。另，McConnell, Christina, Tonya, Laura and Colleen (2011) 之研究也顯示，擁有寵物者有以下的好處：身體較強健、較有自尊、比較不會 感到寂寞、較負責盡職及比較不會心不在焉等。此外，Wesley, Krause-Parello, and Campbell (2014) 之研究也證實，寂寞和寵物飼養意願之間具有正相關性。但王彥鈞(2011)之研究報告則顯示，飼養行為與寂寞感有顯著差異，在飼養數量上，飼養三隻寵物對於社會關係滿足大於飼養兩隻寵物。因此，寵物是孤單、寂寞的人最好的陪伴者，當你需要找人傾訴的時候，寵物也是您最佳的傾訴對象。據此，提出研究假說 H4 如下：

H4：人們的寂寞感對寵物飼養意願具有顯著正向影響。

(五)情感依附與飼養意願之關係

許多人會藉由飼養寵物來當作情感依附的對象，來減輕壓力及寂寞感。Albert and Bulcroft (1988) 之研究顯示，對於離婚、未婚和失婚、新婚和空巢期的家庭形態，寵物可能是重要情感的來源與依附。另外，鄧琮葵（2008）曾針對喪失寵物犬的成年女性飼主作研究，發現有些受訪者習慣去跟狗狗玩，假日會帶狗去散步，因此寵物成為他們的情感依附對象。由此可知，人與寵物之間的情感連結 (bond) 是一種相互依賴、相互需求的關係 (Rynearson, 1978)。Brown and Katcher (1997) 之研究也指出，寵物依附與人際疏離具有顯著正向關係，人對同伴動物有較高的依附，可能是從同伴動物當成修補人際關係的安全替代品。據此，提出研究假說H5如下：

H5：情感依附對飼養意願具有顯著正向影響。

(六)情感依附之中介效果

Bowlby (1979) 提出依附的觀點，對情感上的連結和認定作解釋，人們似乎找到何以人類如此鍾愛寵物的理由，相關於寵物研究也開始熱絡起來（王乃玉，2003）。飼養寵物提供陪伴與情感依附作用，寵物的伴侶作用提供如同人類社會的支持作用，可降低缺乏社會支持與壓力紓解的致病危險，故飼養寵物可帶給現代人穩定心理情緒之健康效益（鄭和萍，2000）。由於寵物和人存在著密切的關聯，有些飼主甚至把寵物視作家人，因為和寵物間存有的依附，也達到降低寂寞增加幸福快樂感（江珮儀，2004）。如前所述，寵物的陪伴取代人們以往得以傾訴的對象，寵物具有提供無條件的愛及代罪羔羊的特性，可以滿足人類基本安全感的需求與操控自主的潛在意圖（王乃玉，2003）。此外，飼養寵物可以促進身體健康、降低寂寞、增進社會支持、提升生活品質等。由此觀之，生活壓力及寂寞感會對情感依附產生正向影響，而情感依附又會導致飼養寵物的需求。據此，提出研究假說H6及H7如下：

H6：情感依附在生活壓力與飼養意願間影響關係具有中介效果。

H7：情感依附在寂寞感與飼養意願間影響關係具有中介效果。

三、操作型定義與問卷設計

參考 Sarason, Johnson, and Siegel (1978)觀點，將「生活壓力」操作性定義為「當生活發生改變，對個體會造成困擾而感受到之壓力程度。」由於每一個人可能產生不同樣態及程度的壓力，故應依受試者個人生活經驗與知覺來自我評量事件造成的壓力。本研究參考 Cohen, Kamarck, and Mermelstein (1983) 之定義及衡量題項，將生活壓力分為「外控壓力」和「內生壓力」等兩個構面，設計出 12 題衡量題項。寂寞感操作性定義為「個人主觀之負向的不愉快情緒經驗及人際需求無法滿足的感受程度。」目前學者普遍採用加州洛杉磯大學寂寞感量表 (UCLA Loneliness Scale) (Russell, Peplau, & Cutrona, 1980) 來衡量寂寞感，因此本研究參考此量表，將寂寞感分為「孤立傾向」和「無助傾向」等兩個構面，設計出 12 題衡量題項。

情感依附操作性定義為「個人對某特定人、物或情境所具有之強烈尋求親密關係、情感連結和接觸的傾向。」國內關於成人依附風格的研究近來十分盛行，一些學者相繼編制評量工具，本研究參考王慶福（1997）所發展的「人際依附風格量表」為評量工具，

編修設計 12 個衡量題項。飼養意願操作性定義為：「個體自主的對飼養寵物所持有之態度、心理期待、慾望傾向或企圖強度。」本研究自行設計包括：我曾經考慮過要飼養寵物、未來有機會我會推薦家人或親友飼養寵物、我對飼養寵物的態度是開放的、我願意花時間及金錢來飼養寵物、我認為有寵物陪伴是一件美好的事等 5 題衡量題項。

由於前三個變項之問卷題項係參採過往研究者所發展出的量表加以修改，並經專家針對文句及語意修正和前測，故具有良好表面效度。各衡量題項皆採用李克特五點量表 (5-point Likert scale) 作為標準，將勾選之資料予以量化，從非常不同意、不同意、普通、同意到非常同意，分別依序給予 1 至 5，當所得分數愈高，則表示所衡量變數該部分之知覺程度愈高。

四、因素分析、信度及效度檢視

生活壓力及寂寞感之因素分析結果（如表一），生活壓力因素分析模型之 KMO 值為 .93，Bartlett 球形檢定 χ^2 值為 2326.91， $p < .001$ ，顯示本資料適合因素分析。萃取特徵值大於 1 的因素，刪除題項 8 後，共產生兩個構面，依題意分別命名為「外控壓力」(7 題) 及「內生壓力」(4 題)。各題項的因素負荷量介於 .63 至 .80 之間，總累積解釋變異量為 56.37%，顯示此模型解釋能力良好。在信度檢測方面，整體 α 係數值為 .87，且各構面之 α 值均大於 .73，分項對總項之相關係數在 .51 至 .76 之間，均大於 .50，顯示「生活壓力」之問項內容具有一致性。依此準則，如表二下半部所示，寂寞感之因素分析結果，刪除題項 5 後，萃取特徵值大於 1 的因素，產生兩個構面，依題意分別命名為「孤立感」(7 題) 及「無助感」(4 題)。

在信度及效度分析方面，分析結果列示於表二：根據 Hair, Jr., Black, Babin and Anderson (2010) 的建議，使用潛在變數的組合信度 (composite reliability; CR) 及平均變異數萃取量 (average variance extracted; AVE) 來測量。本研究所有構面的組合信度均大於 .66，顯示測量潛在變數的各個測量變數具有內部一致性；而各構面的平均變異數萃取量均大於 0.57，故均具有良好的收斂效度與信度。此外，本研究亦根據 Fornell and Larcker (1981) 提出檢測區別效度的準則進行分析，以平均變異數的萃取量進行衡量，若潛在變數的平均變異數的萃取量之平方根均大於各構面間的相關係數，則顯示該構面具有良好的區別效度。檢測結果各構面數值均符合檢測準則，顯示本研究的各構面均具有良好的區別效度。

表一 生活壓力及寂寞感之因素分析及信度分析結果

構面	題項	負荷量	特徵值	累積解釋變異量 (%)	分項對總項相關係數	α 值
生活壓力						
外 控 壓 力	12.我常感到困難的事情堆積如山而無法克服它們	.80			.76	.90
	5. 我對於處理自己私人的問題感到沒有信心	.78			.75	
	11.我常無法掌握時間安排方式	.76			.72	
	9. 我常感到事情無法順心如意	.75	4.99	37.25	.72	
	7. 我沒有辦法控制生活中惱人的事情	.75			.73	
	6. 我發現自己無法處理所有自己必須做的事情	.73			.76	
	10.我常覺得很多事情的發生是超出自己所能控制的	.71			.76	
內 生 壓 力	1. 我會對一些無法預期的事情發生而感到心煩意亂	.70			.52	.73
	4. 我常無法有效地處理生活中所發生的重要改變	.68	1.22	56.37	.51	
	3. 我有時候會感到緊張不安和壓力	.64			.56	
	2. 我有時候會感覺無法控制自己生活中重要的事情	.63			.51	
●KMO=.93 整體Cronbach's α =.87		●Bartlett 球形檢定		χ^2 = 2326.91	p = .001	
寂寞感						
孤 立 傾 向	8. 我經常感到孤單無人緣	.78			.73	.88
	12.我常覺得自己不是團體中的一份子	.75			.74	
	11.我覺得我的社會關係是膚淺且表面的	.73			.69	
	6. 我常覺得自己被他人孤立	.73	4.79	35.27	.74	
	7. 我常覺得我缺少友伴	.72			.70	
	10.我覺得我無法融入周遭的人群	.71			.72	
	9. 當我有需要時經常無法找到求助的對象	.70			0.70	
無 助 傾 向	2. 我覺得自己常被冷落	.71			0.54	.67
	4. 我經常覺得有種失落感	.70			0.54	
	1. 我覺得我是一個內向的人	.68	1.27	55.05	0.55	
	3. 我經常不想親近任何人	.65			0.55	
●KMO=.92 整體Cronbach's α =.87		●Bartlett 球形檢定		χ^2 = 2099.58	p =.001	

資料來源：本研究整理

表二 區別效度與各構面相關係數表

構面	內生 壓力	外控 壓力	無助 傾向	孤立 傾向	情感 依附	飼養 意願	CR	AVE
內生壓力	.72						.66	.61
外控壓力	.52**	.78					.89	.61
無助傾向	.49**	.49**	.71				.67	.57
孤立傾向	.51**	.46**	.51**	.76			.76	.58
情感依附	.52**	.47**	.52**	.43**	.76		.90	.58
飼養意願	.53**	.52**	.54**	.52**	.46**	.87	.92	.75

註： **表 $p < .01$ ，對角線數值為平均變異數萃取量之平方根，下三角為 Pearson 相關係數
資料來源：本研究整理

肆、研究結果與討論

一、結果

本研究之樣本結構說明如下：在有效問卷為 561 份樣本中，以女性(75.8%)居多；年齡區間多集中於 41~50 歲之間(34.0%)，其次為 31~40 歲之間(31.4%)；教育程度以大學(專科)最多(55.6%)，其次為高中(職)(30.8%)；婚姻狀況已婚有偶(51.3%)居多，其次未婚(42.1%)；職業類別以其它最多(35.8%)，其次為商(32.3%)；飼養寵物(犬或貓)的狀態，以現在有養(64.2%)居多，其次是過去有養(28.9%)；家人支持養寵物(犬或貓)程度以普通支持(30.8)居多，其次是支持(30.7%)；平均一天願意花多少小時陪伴寵物(犬或貓)以 5H(含)以下(45.6%)居多，其次 6~10H(28.0%)；平均一個月願意花多少金錢在寵物(犬或貓)的事物上以 3000 元以下(46.3%)居多，其次 3001~6000 元(36.2%)。

(一)生活壓力及寂寞感對情感依附之影響

本研究將生活壓力、寂寞感設定為自變數，情感依附及飼養意願設定為依變數，並將受測者特性（性別、年齡、家人支持度）設定為控制變數置入進行迴歸分析。如表三所示，生活壓力及兩子構面（內生壓力、外控壓力）之迴歸模型對情感依附(M1、M2)的解釋變異量(R^2 值=.32及.34)；寂寞感及兩子構面（無助感、孤立感）之迴歸模型對情感依附(M3、M4)的解釋變異量(R^2 =.28及.31)；生活壓力及寂寞感之迴歸模型對情感依附(M5)的解釋變異量(R^2 =.34)，其F值對應之p值皆具有統計量上的顯著性，表示生活壓力、寂寞感及其各子構面對情感依附之迴歸分析模型均具有顯著的解釋能力。

此外，各模型的VIF值均小於10，表示生活壓力、寂寞感及其各子構面對情感依附之迴歸分析模型沒有共線性的問題。另據M5分析結果顯示，生活壓力及寂寞感對依變

數情感依附均具有正向且顯著的影響；其中，生活壓力對情感依附影響程度($\beta = .38$)大於寂寞感對於情感依附影響程度($\beta = .24$)，而檢定結果顯示生活壓力、寂寞感及其各子構面對情感依附均具有正向且顯著的影響力，因此，研究假說H1及H2均獲得支持。

表三 生活壓力與寂寞感對情感依附迴歸分析結果

依變數	情感依附				
	M1 $\beta(t)$	M2 $\beta(t)$	M3 $\beta(t)$	M4 $\beta(t)$	M5 $\beta(t)$
控制變數					
性別	.01(0.42)	.02(0.66)	.01(0.39)	.01(0.18)	.01(0.34)
年齡	.04(1.10)	.04(1.35)	.01(0.32)	.07* (1.99)	.05(1.59)
家人支持度	.09** (2.588)	.09** (2.64)	.09* (2.56)	.03(0.88)	.06* (1.80)
自變數					
生活壓力	.54*** (9.77)				.38*** (7.53)
內生壓力		0.38*** (9.32)			
外控壓力		0.27*** (6.36)			
寂寞感			.49*** (9.20)		.24*** (4.82)
無助傾向				.39*** (9.08)	
孤立傾向				.21*** (5.13)	
R ²	.32	.34	.28	.31	.34
D-W	.50	.51	.51	.55	.43
F	64.05	57.77	52.91	49.48	57.93
p	.00	.00	.00	.00	.00
VIF	1.04~1.24	1.05~1.47	1.02~1.21	1.04~1.51	1.04~2.15

註：*表 $p < .05$ ；**表 $p < .01$ ；***表 $p < .001$

資料來源：本研究整理

(二)生活壓力、寂寞感及情感依附對飼養意願之影響

如表四所示，生活壓力及兩子構面（內生壓力、外控壓力）對飼養意願之迴歸模型（M6、M7）的解釋變異量（ $R^2 = 0.60$ 及 0.66 ）；寂寞感及兩子構面對飼養意願之迴歸模型（無助傾向、孤立傾向）（M8、M9）的解釋變異量（ $R^2 = .61$ 及 0.66 ）；情感依附對飼養意願之迴歸模型（M10）的解釋變異量（ $R^2 = .45$ ）；生活壓力、寂寞感及情感依附之模型對飼養意願（M11）解釋變異量（ $R^2 = .69$ ）；模型M11分析結果顯示，生活壓力、寂寞感及情感依附對依變數飼養意願均具有正向且顯著的影響；其中，寂寞感對於飼養意願影響程度最大（ $\beta = .37$ ），其次是生活壓力（ $\beta = .33$ ）；最小者為情感依附（ $\beta = .14$ ）。檢定結果顯示生活壓力、寂寞感、情感依附及其各子構面對飼養意願均具有正向且顯著的影響力，因此研究假說H3、H4及H5均獲得支持。

表四 生活壓力、寂寞感與情感依附對飼養意願迴歸分析結果

依變數	飼養意願					
	M6 $\beta(t)$	M7 $\beta(t)$	M8 $\beta(t)$	M9 $\beta(t)$	M10 $\beta(t)$	M11 $\beta(t)$
控制變數						
性別	.03(1.32)	.02(0.95)	.06*(2.51)	.04(1.62)	.08**(2.71)	.04(1.76)
年齡	.12*** (4.55)	.11*** (4.44)	.14*** (4.27)	.12*** (3.62)	.26*** (6.31)	.10*** (4.27)
家人支持度	.17*** (5.26)	.17*** (5.77)	.16*** (4.69)	.13*** (3.97)	.24*** (5.56)	.12*** (4.70)
自變數						
生活壓力	.65*** (10.59)					.33*** (5.05)
內生壓力		.51*** (9.08)				
外控壓力		.28*** (4.31)				
寂寞感			0.65*** (9.97)			.37*** (7.46)
無助傾向				0.51*** (8.82)		
孤立傾向				0.29*** (5.07)		
情感依附					.45*** (6.77)	.14*** (3.61)
R ²	.60	.666	.61	.66	.45	.69
D-W	.77	.92	.76	.83	.56	.54
F	207.76	212.16	214.97	215.37	113.926	202.94
p	.00	.00	.00	.00	.00	.00
VIF	1.04~1.24	1.05~1.47	1.03~1.22	1.05~1.51	1.02~1.08	1.04~2 .36

註：*表 $p < .05$ ；***表 $p < .001$

資料來源：本研究整理

(三)情感依附之中介效果

本研究的研究假說H1、H2、H3及H4已經分別驗證並且成立，因此可進行情感依附為中介效果的分析，表五分析結果顯示，在M12中， $\beta = .55$ ， $p < .01$ ，且在 M13中， $\beta = .33$ ， $p < .01$ 也達顯著的水準，再進一步做Sobel-test，得 $t = 5.61$ ，顯示情感依附在生活壓力與飼養意願間具有顯著部份中介效果，意謂生活壓力可透過情感依附進而提高飼養意願。同理，在M14中， $\beta = .56$ ， $p < .01$ ，已達顯著的水準，且在M15中， $\beta = .32$ ， $p < .01$ 也達到顯著水準，再進一步做Sobel-test，得 $t = 5.93$ ，顯示情感依附在寂寞感與飼養意願間具有顯著的部份中介效果，表示寂寞感可透過情感依附進而提高飼養意願。因此，研究假說H6與H7均獲得支持。

表五 情感依附在生活壓力與寂寞感對飼養意願間中介效果分析

依變數	飼養意願			
	M12	M13	M14	M15
	$\beta(t)$	$\beta(t)$	$\beta(t)$	$\beta(t)$
自變數				
生活壓力	.55*** (9.44)	.33*** (7.29)		
寂寞感			.56*** (9.64)	.32*** (7.17)
中介變數				
情感依附		.21*** (6.36)		.23*** (6.41)
R ²	.56	.59	.56	.60
D-W	.61	.54	.64	.56
F	699.16	394.43	709.80	416.58
p	.00	.00	.00	.00
VIF	1.0	1.44	1.0	1.36

註：***表 $p < .001$

資料來源：本研究整理

二、討論

研究發現人們的生活壓力（包括內生壓力及外控壓力）對情感依附具有顯著正向影響；意謂著當人們生活壓力越大越需要情感依附對象。此與Bowlby (1988)所提出之觀點有相似之處，Bowlby認為屬於安全依附型者，預期在壓力情況下他人會給予回應，而感覺到被愛、被關注與被支持，這些正面期待和溫暖感覺，使其在壓力情況下會尋求他人支持。而人們的寂寞感對情感依附亦具有顯著正向影響；此發現可呼應Brown and Katcher (2001)之研究結果，認為人對同伴動物有較高的情感依附，會把同伴動物當成修補人際關係的替代品。現代人與人之間的關係疏離，而飼養寵物可當成填補內心空虛的伴侶，成為情感依附的對象。

本研究發現人們的生活壓力（包括內生壓力及外控壓力）對寵物飼養意願具有顯著正向影響；意謂當人們生活壓力沉重時，會提高寵物飼養意願。此結果與Siegel (1990)的研究發現具有相當一致性，認為有寵物的受訪者較少心理壓力，而且比起沒有養寵物的受訪者更少去尋找心理醫師。由此可知，寵物對人類的身心靈平衡是有助益的。此外，Brodie et al. (2002)亦認為寵物可增進人們的身心健康，幫助人們減少壓力及負面情緒。研究也發現人們的寂寞感（包括無助傾向及孤立傾向）對寵物飼養意願具有顯著正向影響；意謂著當人們感到寂寞時，會想養寵物陪伴。此發現與詹勝利（1996）之研究發現頗為類似，認為都市中人際疏離讓人心靈空虛寂寞，而飼養寵物已成為一種人類彌補心靈空虛寂寞的情感來源。另外，江佩儀（2004）研究也指出，與寵物互動時會增加

安全、歸屬認同感，因此會減少孤獨寂寞感。

此外，情感依附對寵物飼養意願亦具有顯著正向影響，意謂人需要情感依附對象時會因此提升寵物飼養意願。此發現與王乃玉（2003）的研究觀點相同，認為飼養寵物可提供陪伴作用，成為情感依附的對象。研究也發現生活壓力可以透過提升情感依附來增進飼養意願，原因可能是寵物會帶給人們健康效益，而與寵物間的相處也有助於情緒互動，所以寵物對於人類心理情緒穩定扮演重要角色。鄭和萍（2000）研究也指出，寵物的伴侶作用，可提供如同人類社會的支持與情感依附的作用，可降低缺乏社會支持與生活壓力造成的致病危險，此觀點與本研相契合。另，寂寞感也可以透過提升情感依附來增加飼養意願，推究可能的解釋原因是由於寵物和人存在種密切的關聯，有些飼主甚至把寵物視作家人，因為和寵物間存有的依附關係，使他們感受到是愛、陪伴和安全感，降低了寂寞感。

伍、結論與建議

一、研究總結

本研究針對台灣地區曾經飼養過寵物、現在正在飼養，或是將要飼養的潛在飼主作為研究對象，透過實證研究方式，以瞭解生活壓力、寂寞感及情感依附對飼養寵物意願之影響。利用網路寵物相關社群，採取網路問卷方式蒐集資料，共計收到561份有效問卷，然後針對受訪者樣本特性進行分析，再對生活壓力、寂寞感、情感依附及飼養寵物意願等構面進行關連性分析及假說驗證。研究發現飼養者之生活壓力及寂寞感對情感依附具有顯著正向影響，而寵物飼養者之生活壓力、寂寞感及情感依附均對寵物飼養意願具有顯著正向影響；另外，情感依附在生活壓力及寂寞感與飼養意願間均具有部份中介效果，意即人們感到生活有壓力及寂寞感時，可經由情感依附來影響寵物飼養意願。

二、建議

根據研究結果，首先，本研究建議政府相關單位應重視寵物飼養者的情感依附需求，因社會快速變遷與個人價值觀轉變，人們對養兒防老觀念逐漸薄弱，而研究結果顯示，對寵物的情感依附與飼養意願是有顯著正向影響，因此政府應重視老人的情感依附需求，例如在養老院內提倡讓老人養犬、貓等寵物，經由老人與寵物的互動來滿足老人的心理需求。

其次，建議各家庭可利用飼養寵物來增進小孩的自信心及人際關係，因研究結果顯示受測者的寂寞感與飼養意願是有顯著正向影響。而Barba (1995)的研究也指出，藉由寵物陪伴可以增加個人安全感、自信心、與他人互動的頻率，進而減少孤獨感受。因此，建議家中若小孩比較內向、缺乏自信與人際關係，可以試著飼養寵物，以獲得改善。

三、研究限制及後續研究

本研究過程雖力求完整，但仍受到時間、人力及其它因素的限制，造成研究不够週延。本研究採用封閉式問卷調查，缺少開放性題項，亦未能進行個別訪談，基於量化分析的盲點，無法瞭解使用者真正動機及看法，建議後續研究者可採行深度訪談法，瞭解受測者寵物飼養行為意圖。此外，由於生活壓力及寂寞感會隨時間而變化，個人的因應行為亦會隨著感受的改變而有所不同，建議後續研究者若是時間許可，可對受測者的生活壓力及寂寞現況進行縱貫性的研究，探討不同階段心情對飼養意願的變化。

在後續研究方面，建議後續研究者可以探討曾經飼養過及正在飼養寵物的飼主，寵物帶給飼主是正面影響（如：幸福感、滿足感）多，還是負面影響（如經濟壓力、時間壓力）多？此外，「愛牠，就不要棄養牠」，寵物就像是家人一樣，養牠之前就應該要有照顧牠一輩子的決心，勿隨便棄養。因此，建議後續研究者也可以探討及瞭解什麼樣人格特質的人，比較會棄養寵物。

參考文獻

- 王乃玉（2003）。國小高年級兒童－寵物互動行為、兒童寵物信念、兒童－寵物親密關係與非學業自我概念關係之研究。未出版之國立新竹教育大學教育研究所碩士論文，新竹市。
- 王彥鈞（2011）。寵物飼主之人格特質、休閒效益、寂寞感、休閒阻礙與飼養行為之研究。未出版之大葉大學休閒事業管理研究所碩士論文，彰化縣。
- 王慶福（1997）。大學生愛情關係徑路模式之分析研究。未出版之國立彰化師範大學輔導研究所博士論文，彰化市。
- 江佩儀（2004）。應用寵物治療於護理之家之經驗分享，長期照護雜誌，8(2)，118-124。
- 江逸之（2006）。寂寞指數大調查：台灣有多寂寞？遠見雜誌，238，98-104。
- 吳怡伶（2006）。動物溝通：寵物作為人際互動的中介。未出版之世新大學口語傳播研

究所碩士論文，台北市。

李凱恩（2012）。寵物對人類健康所可能帶來的正面影響—兼論寵物飼養的道德爭議，應用倫理評論，52，203-218。

李靜如、林邦傑、修慧蘭（2011）。成人依附、社交自我效能、困擾的自我揭露、寂寞與憂鬱之關係：以有戀愛經驗的大學生為例。科學教育期刊，43（1），155-174。

林裕珍（2006）。從生態學的觀點談青少年自殺。網路社會學通訊期刊，57，2006/12/15
取自 <http://www.nhu.edu.tw/~society/e-j/57/57-62.htm>。

動物保護資訊網（2015）。行政院農委會 104 年度全國家犬貓數量調查結果。2016/12/15
取自 http://animal.coa.gov.tw/html/index_06_1_Y104.html。

陳智瑩（2005）。休閒調適策略對日常生活壓力之影響—以台北縣新莊市老年人為例。
未出版之世新大學觀光學研究所碩士論文，台北市。

游婉婷、湯幸芬（2012）。飼主對寵物的依附關係與寂寞感、憂鬱情緒之探討，旅遊健康學刊，11(1)，45-64。

張隆順 譯（1993）。老人心理學。臺北：桂冠出版。

詹勝利（1996）。台灣地區家戶寵物飼養之初步調查。未出版之國立台灣大學公共衛生學研究所碩士論文，台北市。

鄧琮葵（2008）。成年女性飼主經歷寵物犬死亡之悲傷調適歷程研究。未出版之國立高雄師範大學生命教育學研究所碩士論文，高雄市。

鄭和萍（2000）。健康狀態相關之生活品質與養有寵物間的關連性。未出版之國立台灣大學流行病學研究所碩士論文，台北市。

Adam, B. (1994). *Perceptions of Time*. In T. Ingold (Ed.), *Companion Encyclopedia of Anthropology*. Oxon, UK and New York: Routledge.

Albert, A., & Bulcroft, K. (1988). Pets, families, and the life course. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 543-552.

Barba, B. E. (1995). The positive influence of animals: Animal-assisted therapy in acute care. *Clinical Nurse Specialist*, 9(4), 199-202.

Bowlby, J. (1979). *The Making and Breaking of Affectional Bonds*. London: Tavistock.

Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss: Vol. I Attachment* (2nd ed.). New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory*. London:

Routledge.

- Brodie, S.J., Biley, F.C., & Shewring, M. (2002). An exploration of the potential risks associated with using pet therapy in healthcare settings. *Journal of Clinical Nursing*, 11, 444-456.
- Brown, S.E., & Katcher, A. H. (1997). The contribution of attachment to pets and attachment to nature to dissociation and absorption. *Dissociation*, 10(2), 125-129.
- Brown, S.E., & Katcher, A. H. (2001). Pet attachment and dissociation. *Society & Animals*, 9(1), 25-41.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396.
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), 39-50.
- Friedmann, E., & Thomas, S. A. (1995). Pet ownership, social support, and one-year survival after acute myocardial infarction in the Cardiac Arrhythmia Suppression Trial (CAST). *American Journal of Cardiology*, 76(17), 1213-1217.
- Garrity, T. F., Stallones, L., Marx, M. B., & Johnson, T. P. (1989). Pet ownership and attachments as supportive factors in the health of the elderly. *Anthrozoos*, 3(1), 35-44.
- Hair Jr., J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate Data Analysis* (7th Eds.). Prentice Hall, Upper Saddle, New Jersey.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.
- Krause-Parello, C. A. (2012). Pet ownership and older women: the relationships among loneliness, pet attachment support, human social support, and depressed mood. *Geriatric Nursing*, 33(3), 194-203.
- McConnell, A. R., Christina, M. B., Tonya, M. S., Laura, E. S. & Colleen, E. M. (2011). Friends with benefits: On the positive consequences of pet ownership. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(6), 1239-1252.
- McNicholas, J., Gilbey, A., Rennie, A., Ahmedzai, S., Dono, J.-A., & Ormerod, E. (2005). Pet ownership and human health: A brief review of evidence and issues. *British Medical Journal*, 331, 1252-1254.
- Orr, E. S., Sisic, M., Ross, C., Simmering, M.G., Arseneault, J. M., & Orr, R. R. (2009). The influence of shyness on the use of Facebook in an

- undergraduate sample. *Cyberpsychology & Behavior*, 123, 337-340.
- Poresky, R. H., & Hendrix, C. (1990). Differential effects of pet presence and pet-bonding on young children. *Psychological Reports*, 67(1), 51-54.
- Rokach, A., Bauer, N., & Orzeck, T. (2003). The experience of loneliness of Canadian and Czech youth. *Journal of Adolescence*, 26(3), 267-282.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472-480.
- Rynearson, E. K. (1978). Human and pets and attachment. *British Journal of Psychiatry*, 133, 550-555.
- Sarason, I. G., Johnson, J. H., & Siegel, J. M. (1978). Assessing the impact of life changes: Development of the life experiences survey. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 46(5), 932-946.
- Siegel, J. M. (1990). Stressful life events and use of physician services among the elderly: The moderating role of pet ownership. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(6), 1081-1086.
- Sharkin, B. S., & Bahrack, A. S. (1990). Pet loss: Implications for counselors. *Journal of Counseling and Development*, 68, 306-308.
- Wells, D. L. (2007). Domestic dogs and human health: An overview. *British Journal of Health Psychology*, 12, 145-156.
- Wesley, Y., Krause-Parello, C. A. & Campbell, M. (2014). Correlates of loneliness among adults of childbearing age. *Journal of Women's Health Care*, 3(4), 166-171.

The Effects of Life Stress, Sense of Loneliness, and Affection Attachment on Willingness of Raising Pet

Chin-Yeu Chen* Bor-Yuh Leu Yen-Ju Chen *****

*Associate Professor, Department of Business Administration, Shih Hsin University

**Professor, Department of Industrial Engineering and Management, Minghsin University of Science and Technology

***Graduate Student, Department of Business Administration, Shih Hsin University

Abstract

The aim of this study was to explore the interrelated relationships among life pressure, sense of loneliness, affection attachment and raising willingness. Nowadays the social environment is facing the phenomena of population aging and children decreasing in Taiwan, while people may feel life pressure and loneliness, and thus pets have been the targets of affective attachment and spiritual dependence. Hence, this study selected the participants who raised pets in the past or right now, and will raise in the future as research samples. A web survey was conducted by using purposive sampling method, where in total of 561 valid questionnaires were collected. Subsequently, the regression analysis approach was adopted to test the proposed hypotheses. The results indicate that for pet owners, their life stress and sense of loneliness have significant positive impacts on affection attachment. Besides, life stress, sense of loneliness, and affection attachment also have significant positive effects on raising willingness. Moreover, pet owners' affection attachment can partially intermediate the relationships between life pressure and raising willingness, as well as sense of loneliness and raising willingness. It is implied that when pet owners feel stress and loneliness of life, they can be through affection attachment to affect pet raising intentions. The findings can help us understand people's motivations and behaviors for raising pet, and apply to plan marketing strategies for pet-related products.

Keywords: life stress, sense of loneliness, affection attachment, raising willingness