

“JEG FØLER MIG IKKE ALENE I DET HER”
– KANINASSISTERET COMPASSION-FOKUSERET TERAPI
FOR MENNESKER MED FUNKTIONSNEDSÆTTELSE

Charlotte M. Højholdt, Camilla W. Sondrup,
Steffi G. Larsen & Tia G.B. Hansen¹

Ofte medfører moderat til svær funktionsnedsættelse skam, selv-kritik og isolationsoplevelser, men der findes få psykoterapeutiske tilbud til denne målgruppe. Compassion-baserede terapier støtter udvikling af venlighed over for egne udfordringer og modvirker dermed skam og isolation, men kan være for krævende for mennesker med kognitive funktionsnedsættelser. Dyr kan føles støttende, være et behageligt spejl og mediere kontakt mellem mennesker uden at stille store kognitive krav, men skal integreres i en egentlig terapiform for at give terapeutisk udbytte. Vi udviklede en kaninassisteret compassion-fokuseret terapiform (KA-CFT) til målgruppen og afviklede den i små grupper for yderligere at facilitere samhørighed og fællesskab. Artiklen skitserer hovedelementerne i denne terapiform: dens målgruppe-tilpassede værktøjer og terapisessionernes indhold i overskriftsform. Desuden resumeres fra et casestudium, hvor artiklen primært giver plads til deltager-yrtringer, der tyder på dannelse af fællesskab med og omkring kaninerne og terapien. Vi konkluderer, at det er en lovende terapiform til målgruppen, forudsat tilstrækkelig viden om både målgruppe, terapiform og kaniner.

Nøgleord: dyreassisteret terapi, kaniner, interventionsmanual.

Keywords: animal assisted therapy, animal assisted services, rabbits, intervention manual.

1. Indledning

1.1 Funktionsnedsættelser

Personer med funktionsnedsættelser kæmper ofte med fysiske og kognitive begrænsninger og psykosociale følgelidelser, hvor især de psykosociale problemer kan være en udfordring. Yderligere møder mennesker med funkti-

¹ Charlotte M. Højholdt, Camilla W. Sondrup og Steffi G. Larsen blev alle cand.psych. fra Aalborg Universitet i 2024. Tia G.B. Hansen, ph.d., er lektor ved Center for menneske-dyr-psykologi, Aalborg Universitet. Henvendelser om artiklen bedes sendt til: stoettepoter@outlook.dk .

onsnedsættelser ofte fysiske og sociale barrierer i samfundet, som kan resultere i begrænset deltagelse i daglige aktiviteter samt følelser af eksklusion og isolation (Damgaard et al., 2013; Thøgersen et al., 2022).

Samtidig er antallet af personer med funktionsnedsættelser tilsyneladende stigende i Danmark. Hjerneskadeforeningen (u.å.) angiver, at over 230.000 danskere lever med en erhvervet hjerneskade. Antallet af danskere med sklerose er fordoblet fra 1998 til 2018 ifølge tal fra det danske skleroseregister; der er omkring 16.500 danskere med sklerose, med en årlig stigning på omkring 600 nye tilfælde (Skleroseforeningen, 2020). Ca. 12.000 personer i Danmark lever med Parkinsons sygdom, og årligt diagnosticeres ca. 1500 nye tilfælde (Parkinsonforeningen, 2021). Desuden vurderes det, at omkring 96.000 danskere over 65 år lever med demens, og dette tal forventes at stige til over 134.000 mennesker i 2035 (Nationalt Videnscenter for Demens, 2024).

Behovet for støtte til mennesker med funktionsnedsættelser er således stort. Artiklen præsenterer en ny interventionsform, som er målrettet mennesker med moderat til svær funktionsnedsættelse, og som er gruppebaseret, så deltagelse også giver mulighed for at fremme fællesskab mellem deltagerne. Programmet kombinerer *dyreassisteret terapi* (DAT) med *compassion-fokuseret terapi* (CFT) og kaldes *kaninassisteret compassion-fokuseret terapi* (KA-CFT). Ved at inddrage trænedede kaniner i terapien har interventionen til formål at støtte klienter med funktionsnedsættelser på en måde, de kan overkomme, og målet er at fremme deres (self)compassion og samhørighed, hvilket kan bidrage til øget velvære og trivsel.

1.2 Compassion-fokuseret terapi

Skam og overdreven selvkritik kan være en tillægsbelastning ved mange diagnoser og funktionsnedsættelser (Ashworth et al., 2015; Craig et al., 2020). Det er et centralt indsatsområde for *compassion-fokuseret terapi* (CFT), som tilhører den tredje generation af kognitiv adfærdsterapi (Rosenberg et al., 2012). Her anvendes mindfulness-, visualiserings- og (self) compassion-øvelser samt psykoedukation om emotionsreguleringssystemer og compassion (Gilbert, 2009, 2014; Neff & Tóth-Király, 2022). Compassion kan defineres som evnen til at genkende lidelse og trang til at lindre den. På grund af negative konnotationer til den danske oversættelse, medfølelse, benyttes den engelske term.

Et centralt værktøj i psykoedukationen er Gilberts trecirkelmodel, der fremstiller emotionsregulering som tre interagerende systemer: trusselssystemet, motivationssystemet og trygheds- og tilknytningssystemet (Gilbert, 2009). I terapien arbejdes der med at støtte klienternes aktivering af trygheds- og tilknytningssystemet, som antages at være vanskeligt at tilgå for mennesker, der kæmper med skyld, skam eller selvkritik.

Til assessment inddrages ofte *self-compassion-scale* (SCS), der samtidig har psykoedukative potentialer med sine spørgsmål om, hvordan man behandler sig selv under modgang. Ved at tematisere selvvenlighed (versus

selvkritik), fællesmenneskelighed (versus isolation) og mindfulness (versus overidentifikation) kan spørgsmålene bidrage til at legitimere self-compassion og igangsætte relevante refleksioner (Germer & Neff, 2013; Neff, 2003).

CFT antages at kunne forbedre mål-engagement og self-compassion hos klienter, mindske deres eventuelle skam og selvkritik og hjælpe dem med at håndtere udfordringer som skuffelser, social isolation og tilbagefald (Neff et al., 2005; Gilbert & Proctor, 2006). CFT til personer med funktionsnedsættelser stiler mod samme effekter, men kan i nogle tilfælde være for kognitivt udfordrende (Craig et al., 2020; Pauley & McPherson, 2010; Thøgersen et al., 2022).

1.3 Dyreassisteret terapi

Menneskers forbundethed med dyr (*human animal bond*) er blevet genstand for stigende interesse i de seneste årtier (Fine & Beck, 2019; Kogan & Erdman, 2021). Begreber som tilknytning, kontaktformidling og arousal-regulering er blevet inddraget for at forstå, at interaktion med dyr i nogle tilfælde kan reducere menneskers ensomhed, ængstelighed og øge deres trivsel (Beetz, 2017; Julius et al., 2013). Dyr kan fungere som sociale katalysatorer og bidrage til øget tillid mellem mennesker, herunder klienter og deres psykologer (Hansen & Thodberg, 2014). Interaktion med dyr kan også understøtte professionelt arbejde med at forbedre kognitive og socioemotionelle færdigheder, især hos personer med særlige udfordringer, som følelsesmæssige lidelser og fysiske eller sensoriske handicap (Beetz, 2017; Chandler, 2017, 2018). Dyrers potentiale for at øge social kontakt og tillid kan være særlig gavnligt for personer med funktionsnedsættelser, da de ofte kæmper med sociale udfordringer og risikerer isolation (Glintborg, 2014; Hediger et al., 2019).

Dyreassisteret terapi (DAT) er en terapeutisk modalitet, hvor et eller flere dyr inddrages på terapeutisk vis i klientforløbet. Det er vigtigt at bemærke, at DAT ikke er en separat form for behandling, men integration af dyr med andre terapeutiske metoder. Formålet med DAT er at understøtte terapeutens arbejde med facilitering af klientens sociale, følelsesmæssige eller kognitive mål (IAHAIO, 2018). Når klienten interagerer med et terapidyr, skaber det ofte en følelse af komfort og sikkerhed, muligvis medieret af øget frigivelse af relevante neurotransmittere (Beetz, 2017; Chandler, 2018).

Ifølge Cynthia Chandler (2018) giver inddragelse af et terapidyr klienten mulighed for nye relationserfaringer, og psykologen får ekstra redskaber til intervention og fortolkning. Derfor er det nødvendigt med en omfattende forståelse for terapidyrets adfærd. Når dyr registrerer stress eller ubehag hos mennesker, kan de udvise adfærdsmønstre som forskydnings-, alarm- eller beroligende signaler, der bør tages i betragtning under terapisessionerne.

DAT-landskabet i Danmark er kendetegnet ved en stigende interesse for dyreassisterede interventioner, herunder blandt psykologer. Der er dog et behov for bedre overblik og fælles retningslinjer, da mange kommuner tilbyder dyreinvolverende ydelser, men mangler gennemsigtighed og tilgængelig

information (Hansen & Thodberg, 2014; Kunzendorf et al., 2023). Uddannelses- og certificeringsmuligheder er begrænsede, hvilket medfører, at udøvere må udvikle egne praksisformer uden etablerede standarder (Thirstrup et al., 2023).

Hunde og heste er traditionelt de foretrukne dyr i DAT i Danmark såvel som internationalt (Kunzendorf et al., 2023; Thirstrup et al., 2023), men kaniner som therapidyr ses også, herunder i Europa (Loukaki et al., 2010; Součková et al., 2023, Suba-Bokodi et al., 2022). Forskning indikerer, at kaniner potentielt kan være effektive therapidyr for børn på grund af deres intelligens og evne til at socialisere. En kanin er god til at kommunikere gennem sit kropssprog og viser mange af sine naturlige adfærdsmønstre under interaktion med mennesker (Loukaki et al. 2010). Mens nogle undersøgelser viser positive reaktioner fra kaniner i terapisesioner, finder andre tegn på negativ adfærd hos kaniner under interaktion med børn (Součková et al., 2023; Suba-Bokodi et al., 2022). Selvom kaniner generelt trives i menneskelig interaktion, er det afgørende at håndtere dem med forsigtighed, så de ikke skræmmes, og for at sikre deres trivsel i dyreassisteret terapi. Det anbefales, at en erfaren *handler* (ejer/træner af therapidyr) med viden om kaniners adfærd og behov inddrages i terapisesioner (IAHAIO, 2018; Loukaki et al., 2010).

2. Kaninassisteret compassion-fokuseret terapi

Interventionen kaninassisteret compassion-fokuseret terapi (KA-CFT) blev udviklet i løbet af halvandet års terapi med mennesker med moderate til svære funktionsnedsættelser, der indebar kognitive vanskeligheder. Den er inspireret af BackUp-programmet for mennesker med erhvervet hjerneskade (Thøgersen et al., 2022) og et CFT-program for mennesker med demens (Craig et al., 2018), men afviger på adskillige punkter fra begge, ikke mindst ved at inddrage dyr.

Manualens temaer, øvelser og hjælpemidler blev løbende udviklet og tilpasset målgruppen. Når personer har funktionsnedsættelser, må terapien tilpasses deres formåen, og ved kognitive funktionsnedsættelser handler det bl.a. om at undgå udtrætning og højt abstraktionsniveau. Derfor bruges der ekstra tid på psykoedukation, hvor dens indhold konkretiseres og præsenteres med visuelle metaforer.

Vi præsenterer først de terapeutiske værktøjer, der er udviklet til interventionen, og sessionernes indhold skitseres. Derpå resumeres fra et casestudie af interventionen (Højholdt, 2024a, 2024b); her med fokus på implikationer for samhørighed og fællesskab.

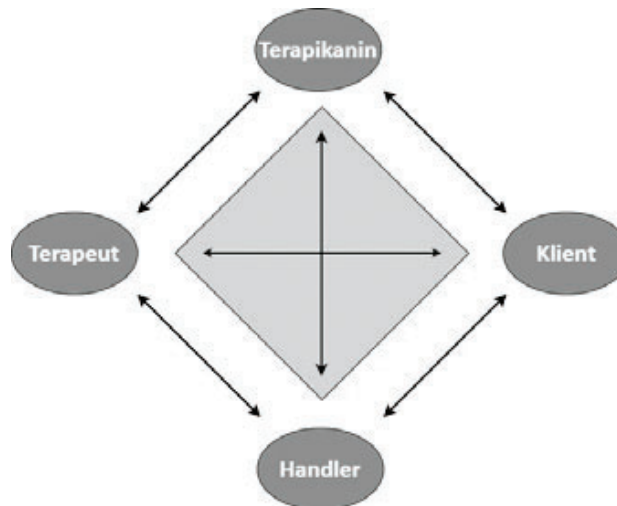
2.1 Terapeutiske værktøjer

Vi udviklede fire terapeutiske værktøjer som en central del af KA-CFT-manualen. Modeller for relationsdynamikken i DAT (Chandler, 2017),

affektregulering (Gilbert, 2009) og udtrætning (Wiwe, 2006) blev gentænkt, konkretiseret og tilpasset målgruppen og sammenhængen.

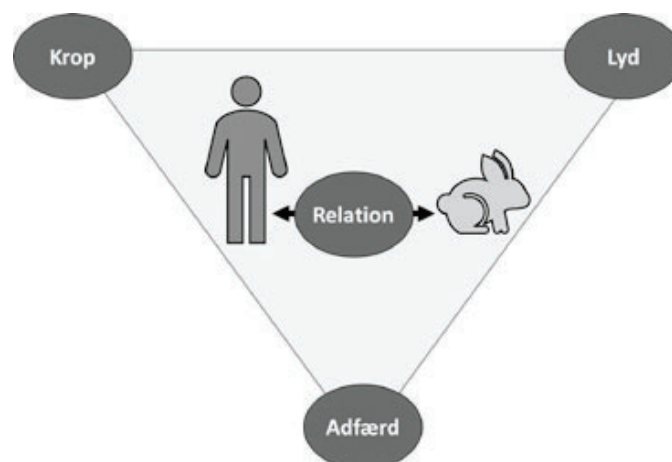
Den dynamiske diamant

I KA-CFT indgår terapeuten, klienten, terapidyret og *handleren* i en fælles dynamisk proces. Det forstås som en integreret enhed kaldet *den dynamiske diamant* (figur 1). Vi vurderer, at det bidrager til en stærk og givende alliance, som kan støtte klientens terapeutiske udvikling og fremme deres velbefindende.



Figur 1. Den dynamiske diamant.

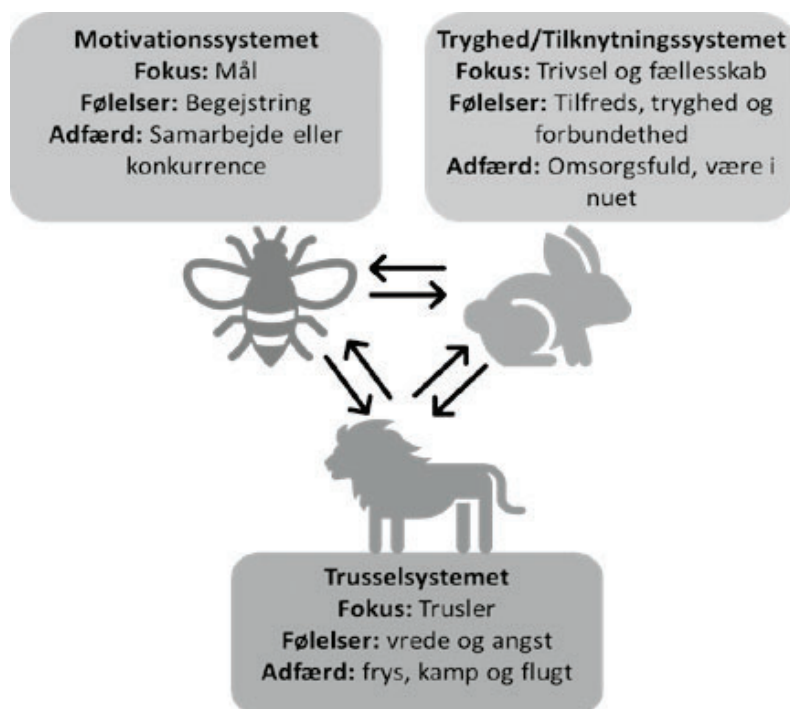
I terapien diskuterer terapeuter, *handler* og deltagere fælles træk mellem mennesker og kaniner for at facilitere relationen mellem deltagere og terapikaniner og med henblik på psykoedukation. Krop-Lyd-Adfærd og Relation (KLAR-modellen, figur 2) danner ramme for samtalerne. Fortolkninger af kaninernes subtile kommunikation gennem lyde og kropssprog anvendes til at formidle pointer og facilitere dialoger om klienternes erfaringer. Afsnit 2.2 anskueliggør det terapeutiske potentiale ved modellen med en uddybning og konkretisering af KLAR-modellen.



Figur 2. KLAR-modellen.

Tredyrsmodellen

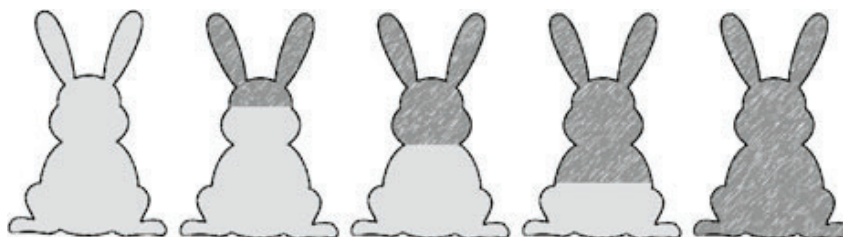
Tredyrsmodellen (figur 3) er en tilpasset version af Gilberts trecirkelmodel for emotionsregulering (trusselssystemet, motivationssystemet og trygheds- og tilknytningssystemet (Gilbert, 2009)). Formålet med justeringerne er at gøre de psykoedukative elementer mere tilgængelige og nemmere at huske for klienter med kognitiv svækkelse. I tredyrsmodellen er cirklerne erstattet af tre dyr, så klienterne kan associere systemerne med terapikaninen og symbolikken bag andre udvalgte dyr.



Figur 3. Tredyrsmodellen.

Batterikaninen

Kiksemodellen er et psykoedukativt værktøj til at administrere energifordeling i løbet af ugen, når man lider af mental træthed (Wiwe, 2006). KA-CFT-interventionen anvender batterikaninen (figur 4) tilsvarende, men inddrager den ikoniske Duracell-kanin som metafor. Batterikaninens formål er at skabe bevidsthed om mentalt energiniveau og støtte klienten i at planlægge aktiviteter i hverdagen, så energien forvaltes bedre, og udtrætning reduceres. Modellen fungerer også som et kommunikationsredskab, hvor klienterne kan angive deres niveau af energi eller udmattelse/manglende motivation før, under eller efter en session.



Figur 4. Batterikaninen.

Taktile alternativer

Af hensyn til deltagere med synshandicap findes også taktile varianter af værktøjerne til at repræsentere tredyrsmodellen, de tre nøgleelementer i self-compassion og batterikaninen. Her anvendes bolde og genstande, hvis symbolik kan genkendes på form og materiale. Ligesom kaninerne inddrages de i psykoedukation og facilitering af terapeutisk samtale.



Figur 5. Taktile alternativer.

2.2 KLAR-modellen og den terapeutiske samtale

Vi udviklede KLAR-modellen (figur 2) med inspiration fra *human animal relational theory* (Otting & Chandler, 2023), der omhandler muligheden for, at terapeuten kan skabe og fortolke relevante relationsoplevelser, når terapi-dyr inddrages. Formålet med KLAR-modellen er at strukturere terapeutiske samtaler og indgå i psykoedukationen, hvor terapeuter og klienter udforsker ligheder mellem mennesker og kaniner for at styrke klienternes relation til terapikaninerne og derigennem forståelse af sig selv og hinanden. Terapeuterne kan anvende en vis grad af antropomorfisering, hvor de tillægger kaninerne menneskelige tanker og følelser for at fremhæve relevante pointer. Der fokuseres på terapikaninernes subtile kommunikation, herunder lyde og kropssprog, og klienterne inddrages i samtaler om ligheder mellem kaniners skjulte sprog og deres egne, hvilket kan hjælpe med at adressere både fysiske og psykiske smerter, som klienterne måske skjuler for at beskytte deres nærmeste eller for at undgå at virke sårbare. Dette åbner for videre dialog om ikke blot at skjule smerte, men også tilpasse sin adfærd i forhold til de sociale situationer, klienterne møder i deres hverdag. KLAR-modellen kan derfor styrke kaninernes funktion som støtte for klienterne under terapien. Gennem observation og refleksion over kaninens reaktioner (lyde, adfærd og kropssprog) kan klienterne få mulighed for at overveje deres egne udtryk, især når det drejer sig om psykisk eller fysisk ubehag. I det følgende anskueliggøres, hvordan KLAR-modellens relationer kan facilitere terapeutisk samtale. Eksemplet kombinerer forskellige dele af casen.

Under en session blev klienten opmærksom på kaninens adfærd, mens han delte svære oplevelser. Han lagde mærke til, at terapikaninen lagde sine ører ned og hvilede tættere mod ham, hvilket fik ham til at reflektere over kaninens evne til at fornemme hans følelsesmæssige tilstand. Klienten beskrev det som en oplevelse af, at kaninen intuitivt forstod, når han var ked af det. Her kom *Krop* til udtryk, da klienten blev mere opmærksom på både sin egen kropsreaktion og på kaninens kropssprog som spejl for hans følelser.

I forløbet begyndte klienten at tale direkte til terapikaninen, hvilket gjorde *Lyd* til en central del af terapien. Han brugte sin stemme til at udtrykke omsorg og skabe kontakt til kaninen. Ved at sige kaninens navn og kommunikere verbalt med terapikaninen skabte han en form for dialog, hvor han oplevede at blive hørt og forstået – ikke gennem ord, men gennem kaninens reaktioner, såsom at kigge op på ham eller slikke hans hånd.

Adfærd spillede en væsentlig rolle, da klienten forsigtigt strøg terapikaninen hen over ryggen og bemærkede dyrets respons. Hans handlinger blev mere målrettede og omsorgsfulde, efterhånden som han lærte at aflæse kaninens signaler. Da terapikaninen virkede urolig i en situation, bekymrede klienten sig for, om det var hans skyld. Ved at lære, at kaninens reaktion skyldtes ydre påvirkning, blev han mere bevidst om, hvordan omgivelserne kunne påvirke terapikaninens adfærd, og hvordan han selv kunne regulere sine handlinger i samspillet.

Relation viste sig gennem det bånd, der gradvist opstod mellem klienten og terapikaninen. Han følte sig styrket af kaninens omsorg, for eksempel når den slikkede hans hånd. Disse oplevelser gav ham en ny oplevelse af relationer som trygge og positive – ikke kun med dyr, men også med mennesker.

KLAR-modellen gav klienten mulighed for at opdage og udforske forbindelsen mellem hans krop, lyd, adfærd og relationer i trygge rammer. Gennem interaktionerne med terapikaninen udviklede han tilsyneladende mere tillid til sig selv og andre og et mere positivt syn på sociale relationer, der muliggjorde nyt engagement i disse.

2.3 Interventionsoversigt

Interventionsoversigten fungerer som en manual for psykologen og strukturerer hver session i KA-CFT-forløbet. Hvert tema eller emne introduceres for klienterne i begyndelsen af sessionerne og ledsages af relevante psyko-educative elementer for at lette forståelsen af CFT og skabe en ramme for dagens terapeutiske samtaler. Manualen består af otte gruppesessioner a 60 minutter, der afholdes ugentligt. I modsætning til traditionelle CFT-forløb er hjemmearbejde udeladt for at tage hensyn til målgruppen. Terapien integrerer centrale elementer, som psyko-education, mindfulness- og compassion-øvelser, med fokus på klienternes udfordringer, såsom selvbillede, oplevet skyld, skam og selvkritik. Værktøjer og kaniner bruges løbende som støttende elementer gennem hele forløbet (se tabel 1).

Tabel 1. Terapiens indhold		
Indhold/fokuspunkter	Mindfulness- og compassion-øvelser	Støttende elementer i terapien
Session 1. Introduktion til terapien og self-compassion. Fokus på relationsdannelse		
Psykoedukation om CFT ifm. funktionsnedsættelse	<i>Mindful opmærksomhed på åndedrættet.</i> Formål: fokusere på vejtrækningen, så tanker og bekymringer træder i baggrunden	Samtale om ligheder mellem kaniners og menneskers sprog og adfærd (<i>KLAR- modellen</i>). Formål: styrke relationen mellem kanin og klient Kaninens signaler inddrages. Formål: støtte deltagerne, bevidsthed om omsorg, forstærke relationsdannelse, refleksion over følelsesmæssige tilstande Kaninerne assisterer
Session 2. Gilberts tre systemer samt sorg og savn over kæledyr		
Psykoedukation om CFT og tredyrsmodellen ifm. funktionsnedsættelse Opleve/udvikle opmærksomhed på tanker, følelser og selvberoligende vejtrækning	<i>Mindfulness-øvelse Skyen.</i> Formål: observere og anerkende tanker og følelser, men lade dem passere uden at dømme eller hænge fast i dem Øvelse i selvberoligende vejtrækning	*KLAR-modellen. Formål: bidrage til forståelsen af psykoedukationen *Kaninens signaler inddrages *Kaninerne assisterer
Session 3. Self-compassion i praksis: fra andre til os selv		
Kærlig venlighed over for sig selv Give sig selv ro og tryghed Selvrefleksion og terapeutiske samtaler i gruppen. Terapeuten udfordrer negative selvbilleder og inviterer til egenomsorg	<i>Fælles self-compassion-øvelse: Hvordan vil du behandle en ven eller terapikaninerne?</i> Formål: forestille sig, hvordan man ville behandle en ven i en svær situation, og derpå anvende samme venlige og medfølelsesfulde tilgang over for sig selv. <i>Compassion-øvelse: Et dejligt sted.</i> Formål: fremme følelsen af empati og omsorg ved at visualisere sig selv på et dejligt sted, hvor man sender kærlige og medfølelsesfulde tanker til sig selv og andre	*KLAR-modellen. Formål: bidrage til forståelsen af self-compassion *Kaninens signaler inddrages *Kaninerne assisterer i begge øvelser

Tabel 1. Terapiens indhold		
Indhold/fokuspunkter	Mindfulness- og compassion-øvelser	Støttende elementer i terapien
Session 4. Navigering i hverdagen: energi, udfordringer og self-compassion. Fokus på skyld- og skamfølelse		
*Psykoedukation om CFT og tredyrsmodellen Compassion og self-compassion i hverdagen *Give sig selv ro og tryghed Terapeutiske samtaler og refleksioner over frygt og blokeringer for compassion; medlidenhed vs. selvomsorg	<i>Fælles self-compassion-øvelse: at identificere, hvad vi virkelig ønsker.</i> Formål: blive bevidst om selvkritiske tanker og følelser, der opstår, og derefter prøve at finde en mere medfølelse og støttende tilgang til selvmotivation <i>*Et dejligt sted</i>	Tredyrsmodellen, batterikaninen og *KLAR-modellen. Formål: bidrage til forståelsen af self-compassion og compassion *Kaninens signaler inddrages *Kaninerne assisterer i begge øvelser
Session 5. Self-compassion i praksis: fra smerte til selvomsorg. Fokus på skyld- og skamfølelse		
*Psykoedukation om CFT og tredyrsmodellen *Compassion og self-compassion i hverdagen Selvberøring, der aktiverer ro Terapeutiske samtaler om at tillade sig selv at være venlig mod sig selv	<i>Fælles self-compassion-øvelse: en pause med self-compassion.</i> Formål: skabe mere selvaccept ved at give sig selv kærlig opmærksomhed og accept i stedet for at dømme sig selv hårdt eller kritisere sig selv <i>Self-compassion-øvelse: understøttende berøring.</i> Formål: skabe et fysisk øjeblik af omsorg og kærlighed for sig selv gennem egen berøring	*Kaninens signaler inddrages *Kaninerne assisterer i begge øvelser
Session 6. Hverdagsstrategier til selvomsorg og compassion		
*Compassion og self-compassion i hverdagen Strategier, der kan bruges, når terapeuterne og kaninerne ikke er der længere Self-compassion vs. selvmedlidenhed Billedsprog: medfølelse anden	<i>*Opmærksomheds-øvelse med fokus på åndedrættet</i> <i>Compassion-øvelse: det medfølelse væsen.</i> Formål: skabe en følelse af tryghed; støtte og styrke evnen til selvomsorg gennem visualisering af et omsorgsfuldt væsen	*Kaninens signaler inddrages *Kaninerne assisterer i begge øvelser

Tabel 1. Terapiens indhold		
Indhold/fokuspunkter	Mindfulness- og compassion-øvelser	Støttende elementer i terapien
Session 7. Compassion og self-compassion uden for terapien: strategier og indre ressourcer		
Gennemgang af terapien og medfølelse fremtid	<i>*Opmærksomhedsøvelse med fokus på åndedrættet</i>	*Kaninens signaler inddrages
Terapeutiske samtaler om klienternes indre ressourcer, at finde støtte og at kunne/turde bede om hjælp	<i>*Det medfølelse væsen</i>	*Kaninerne assisterer i begge øvelser
Session 8. Afslutning og refleksion		
Hvad får klienterne med sig – Tilbageblik på centrale begreber, refleksion over forløbet og øvelser	<i>*Opmærksomhedsøvelse med fokus på åndedrættet</i>	*KLAR-modellen. Formål: støtte klienterne i forløbets afslutning
Terapeuterne er især opmærksomme på at kunne gribe klienterne i samtalen og undgå at påbegynde samtaler om nye problemstillinger, men lukke terapiforløbet roligt ned	<i>*Et dejligt sted</i>	*Kaninens signaler inddrages
Venlig afsked med kaniner og mennesker		*Kaninerne assisterer i begge øvelser
Opsummering og afrunding		

Note: * angiver gentagelse.

3. Casestudie

Vi foretog et casestudie, da otte personer modtog den beskrevne intervention. Forskningsspørgsmålet var: Hvilken indvirkning kan kaninassisteret compassion-fokuseret terapi have for personer med moderat til svær funktionsnedsættelse? Designet fulgte Robert Yins (2014) anvisninger for et indlejret casestudie med flere analyseniveauer og datatyper, der anvendes til at belyse teoretisk begrundede antagelser om sammenhænge. I dette tilfælde om sammenhænge mellem compassion/self-compassion, interaktion med terapidyrerne og den anvendte gruppeintervention. Metode, data og analyser i deres helhed findes i Højholdt et al. (2024a), mens artiklen kun summerer centrale dele og fokuserer på temaer om samhørighed og fællesskab i feltnoterne.

3.1 Deltagere og procedure

Deltagerne blev rekrutteret på et aktivitetscenter for mennesker med moderat til svær funktionsnedsættelse. De fleste har en erhvervet hjerneskade,

men nogle har tilsvarende vanskeligheder af en anden årsag, og mange har mere end én funktionsnedsættelse. Otte personer, der ønskede at indgå i forløbet (syv mænd og én kvinde), blev delt i to grupper (A og B), så alle fik tid nok under hver session til interaktion med de to kaniner, vi rådede over. Én deltager viste sig at finde besvarelse af spørgeskemaer belastende og blev undtaget herfra, men fik af etiske grunde lov at fortsætte i terapien. Dataindsamlingen vedrører således $N=7$.

Interventionen blev gennemført af et team bestående af tre psykologistuderende på specialniveau. To af dem fungerede som terapeuter, mens den tredje havde rollen som *handler*. De to kaniner, Nuller og Silke, deltog i samtlige sessioner og lever til daglig som frikaniner² hos *handleren*. *Handleren* har tre års erfaring som dyrepassererelev og besidder etologisk viden samt praktisk erfaring med forskellige kaninracer. Terapeuterne stod primært for samtaler og øvelser med deltagerne, mens *handleren* primært havde ansvaret for terapikaninernes helbred og sikkerhed. Yderligere bidrog hele teamet til en dynamisk dialog med deltagerne om kaninernes adfærd og deltagernes oplevelser gennem terapien.

Casestudiet fulgte etiske retningslinjer fra American Psychological Association (APA), etiske principper for nordiske psykologer og retningslinjer for dyrs og menneskers velfærd i dyreassisterede interventioner (American Psychological Association, 2017; Dansk Psykolog Forening, 2022; IAHAIO, 2018). Deltagerne gav mundtligt og skriftligt samtykke, og alle data og personfølsomme oplysninger blev behandlet fortroligt og beskyttet i overensstemmelse med GDPR (Datatilsynet, 2024). Billeder anvendes med tilladelse fra deltagerne og er beskåret, så de ikke kan genkendes.

Deltagerne vurderede deres self-compassion under første og sidste session og deres tilfredshed under hver enkelt session. Interaktioner mellem deltagere og kaniner blev vurderet af *handleren*. Desuden blev der taget feltnoter efter sessionerne, suppleret med billeder af deltagernes interaktion med terapikaninerne.

3.2 Niveauer af self-compassion, tilfredshed og menneske-dyr-interaktion

Besvarelser af selvrapporteringsskemaer kan være vanskeligt for mennesker med funktionsnedsættelse grundet kognitive udfordringer, såsom koncentrationsbesvær (Craig et al., 2018). Vurderingsskemaerne for self-compassion og tilfredshed anvendte derfor enkelt sprog, og terapeuterne var til rådighed for at assistere med oplæsning og gennemgang af spørgsmålene.

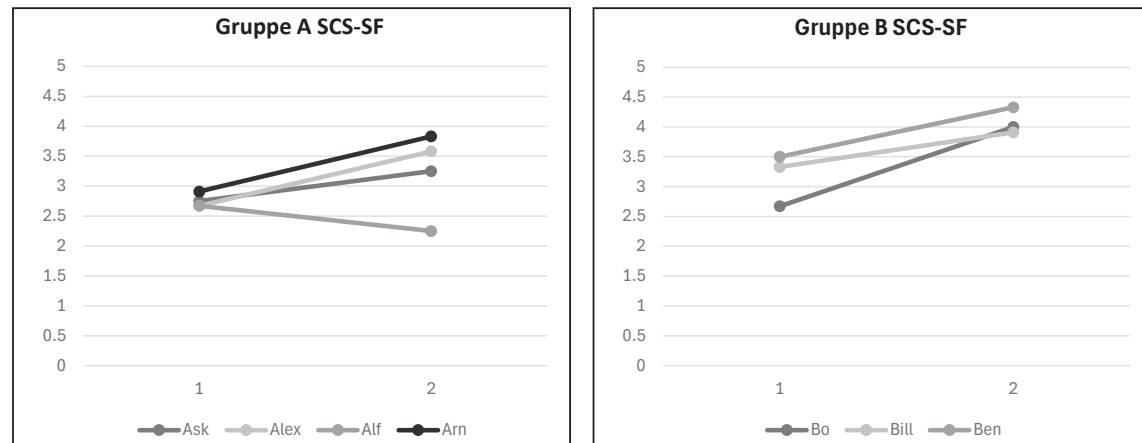
Self-compassion

Dette blev målt med en dansk oversættelse af den korte Self-Compassion Scale (SCS-SF) (Raes et al., 2011). Dens 12 items vurderes fra 1-5 og repræ-

2 Frikaniner kan bevæge sig frit rundt i hjemmet. <https://frikanin.dk/>.

senterer de tre grundkomponenter af self-compassion og deres modpoler med to items hver. Gennemsnittet udregnes, så højere score betyder højere self-compassion, og det anvendes som indikation på personens self-compassion-kompetence på måletidspunktet. Disse gennemsnit gengives i figur 6 (yderligere analyser findes i Højholdt et al., 2024a).

Seks deltagere indikerede højere self-compassion i sidste session end ved starten, mens det for en enkelt var omvendt. Det kan betyde, at interventionen generelt virker efter hensigten.



Figur 6. Self-compassion ved første og sidste session.

Tilfredshed

Der blev udarbejdet et sessionsbedømmelsesindeks (SBI), inspireret af Duncan et al.s (2003) Session Rating Scale. Det består af seks spørgsmål, der evaluerer forskellige aspekter af interventionen, og deltagerne vurderede hvert spørgsmål fra 1 (lavest) til 5 (højest):

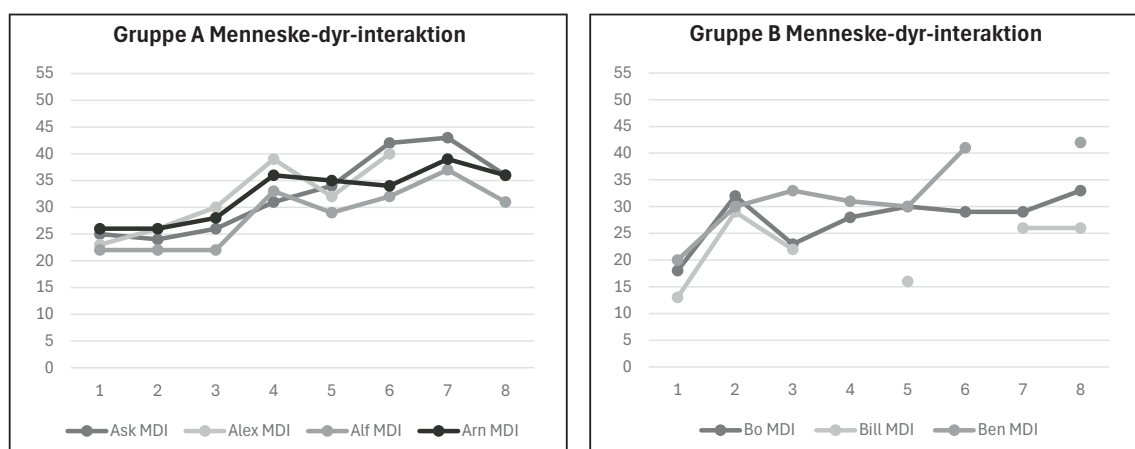
1. Jeg synes, at min tid med kaninen hjalp mig (samvær med kaninen)
2. Jeg synes, at terapeuten lyttede til mig, forstod mig og respekterede mig (samarbejde)
3. Vi fokuserede på det, som jeg ønskede at tale om i terapien (samtaleemner)
4. Jeg synes, at det, terapeuten sagde, var til at forstå (terapien)
5. Jeg synes, at øvelserne var gode for mig (øvelser)
6. Samlet set var det en god terapidag (samlet set).

Deltagerne angav generelt stor tilfredshed. Generelt lå vurderingen af tilfredshed mellem 4 og 5 i Gruppe A og mellem 3 og 5 i Gruppe B, og især kanin-samvær, samarbejde og de sidste to sessioner blev konsistent vurderet højt i begge grupper.

Menneske-dyr-interaktion

En tilpasset version af observationsskemaet Human-Animal Interaction Scale (HAIS) blev anvendt til at vurdere interaktionsmængden mellem del-

tagerne og terapikaninen. *Handler* noterede observationer under hver session. HAIS er udviklet af Fournier et al. (2017) med udgangspunkt i heste, men oversat og tilpasset til vores KA-CFT-intervention for bedre at afspejle dyrearten og terapimiljøet (jf. Højholdt et al., 2024a). Værktøjet består af 24 items, der vurderes på en fempunktsskala og angiver konkrete former for adfærd, deltager og terapidyr kan udvise under interaktion. Analyse indbefatter, om menneske eller dyr initierer interaktionen, og om adfærden er ønskelig eller uønskelig, men her rapporteres kun den samlede score pr. session for positiv menneske-dyr-interaktion (positiv minus negativ). Der var individuelle variationer, men en tendens til stigning over tid (figur 7), som kan indikere relationsdannelse mellem deltager og kanin.



Figur 7. Positiv menneske-dyr-interaktion per session.

3.3 Samhørighed og fællesskab i feltnoterne

De høje tilfredshedsvurderinger i SBI'et blev udforsket ved at sammenstille dem med feltnoterne i en kvalitativ analyse. Her blev via mønstergenkendelse (Yin, 2014) identificeret seks centrale temaer: Samværrets betydning, Terapiens lindring, Øvelser, Forståelse, Self-compassion og Fællesskab. Denne analyse findes i Højholdt et al. (2024a), mens der i det følgende fokuseres på temaet fællesskab. Til brug for nærværende artikel blev data genbesøgt for at afdække flere facetter af deltagernes fællesskabsoplevelser.

Fællesskab i terapien

I begge grupper rapporterede deltagerne stor tilfredshed med terapidagene som helhed. Selvom de ikke blev direkte spurgt om gruppens fællesskab, nævnte mange dette som en væsentlig faktor i deres samlede vurdering af terapien.

Gennem samtalerne med terapeuterne udtrykte flere af deltagerne, at terapien havde en positiv indvirkning på deres generelle tilstand:

Ben: At dele det her med jer, det hjælper (...) det løsner op, altså herinde, hvor det ligesom sidder (holder en hånd på brystkassen) (...) jeg føler mig ikke alene i det her, for nu kan jeg snakke med jer.

Alex: Stemmerne sagde, “Alex, du er dum, og du fortjener ikke at være sammen med kaninerne”, men jeg ignorerede dem og kom alligevel (...) og ved du hvad, det er jeg glad for (...) jeg elsker at komme her, I er så søde alle sammen (Alex smiler bredt).

Vi vurderer, at deltagerne i begge grupper havde glæde af at kunne dele deres bekymringer i et trygt rum. Dialoger om deres konkrete problemstillinger syntes desuden at medvirke til at lette deres fysiske ubehag, da de havde oplevet at blive lyttet til og mødt med forståelse fra terapeuterne og de andre deltagere.

Deltagerne i Gruppe A delte under terapien en fælles oplevelse af ikke at blive fuldt forstået i deres nære relationer:

Ask: Tit så oplever jeg, at nogle mennesker ikke forstår, hvor hårdt det egentlig er.

Terapeut: Mennesker generelt, eller er det mere nogen, der er tæt på dig?

Ask: (...) det er jo mine nærmeste (...) Det er rigtig hårdt, og det er svært at sige til dem, at det kan jeg ikke, det der.

Terapeut: (...) Alf. du sidder og nikker.

Alf: Ja det er svært at sige fra (...).

Der etableres relationer mellem terapeuter, kaniner og klienter i terapiprocessen (jf. den dynamiske diamant), og disse relationer kan både fremme følelser af samhørighed blandt deltagerne, facilitere interaktioner mellem klienterne og bidrage til et overordnet fællesskab i gruppen. Gennem dette fællesskab kunne klienterne i begge grupper støtte hinanden under terapien.

Terapeut: Det er også rart, at I kan hjælpe hinanden med øvelserne.

Ask: Det gør vi (...) det her med, at vi får en samtale, hvor der tages hensyn til ens udfordringer, og hjælper hinanden med at huske at tage en pause.

Gennem terapien kunne der være tegn på, at deltagerne, via et fælles forståelsesgrundlag for deres udfordringer, fik forstærket fællesskabsfølelsen, som bidrog til at praktisere compassion – og gennem dette self-compassion.

Samværets betydning for fællesskabet

I SBI rapporterede deltagerne i begge grupper generelt stor tilfredshed i

samværet med kaninerne. Deltagerne i Gruppe A havde fælles samtaler om kaninerne, som blev en integreret del af fællesskabet i terapien:

Ask: Se her, hun kan godt lide at ligge tæt ind ved mig her, så hun stadigvæk kan se Alf.

Alf: Nååå, kigger hun efter mig?

Ask: Ja, det gør hun, det er, som om hun har det bedst, når vi begge to er her, lige ved siden af hinanden (...) ja, se lille skat, Alf er lige her, så du ved, vi begge to er her.

Under 7. session havde deltagerne en samtale om, hvordan terapikaninen kan bidrage til øvelserne:

Terapeuterne: Hjælp det at sidde med de bløde bolde, Alf?

Alf: Ja, det var skønt, jeg kunne næsten forestille mig mit medfølelse væsen.

Ask: Du skal altså sidde med hende (Silke) her næste gang Alf, det gør det hele meget nemmere at forestille sig.

Handler: Hvis I begge to er villige til at bytte (...) så kan Alf få hende til øvelsen næste gang.

Ask: Den er jeg klar på, jeg synes, Alf skal prøve det.

Alf: Vil du gerne gøre det for mig, Ask? (...) Tusind tak (...).



Figur 8. Fotoeksempel fra feltnoter. Til venstre: Silke viser tegn på utryghed med ørerne fladt nede og kroppen anspændt. Til højre: Silke sidder afslappet med let oprejste ører og er tryk og nysgerrig.

Terapikaninerne fungerede som bindeled mellem deltagerne, der sammen deltog aktivt i samtaler om kaninen, hvilket synes at have fremmet et mere omsorgsfuldt fællesskab i Gruppe A.

Deltagernes udtalelser, og billeder af terapikaninernes interaktion med deltagerne (eksempler figur 8), indikerede, at det fysiske samvær med kaninerne skabte en gensidig kontakt, hvor både deltagerne og terapikaninerne nød interaktionen med hinanden:

Bo: Det er sjovt (...) hun hviler meget mere ind til mig (...) så snart jeg snakkede om alle de dårlige ting (...) det er, som om hun kan mærke det i mig.

Ask: Når hun ligger her, kan jeg mærke varmen fra hende, og det hjælper mig i øvelserne (...) det er, som om jeg kan føle den der fælles menneskelighed, I snakker om (...) gennem hende (...).

Deltagerne oplevede både fysisk trøst og psykologisk støtte fra kaninerne, især under følelsesmæssigt ubehag. Det kan tolkes som udtryk for, at kaninerne kan facilitere forståelsen og praktiseringen af compassion og self-compassion i terapien.

Terapikaniner synes at kunne spille en central støttende rolle i terapiforløbet, hvis der opstår et kontinuerligt og gensidigt forhold mellem deltagerne og kaninerne. Gruppe A lod til at have dannet et stærkere fællesskab end Gruppe B, hvilket kan have mange årsager, såsom gruppedynamik og klienternes villighed til at deltage aktivt. Dog var det tydeligt, at i Gruppe A var der flere fælles samtaler om og med terapikaninerne, hvilket kan indikere, at interaktionen med kaninerne fremmer samhørighed, relationer og kan styrke fællesskabet både i og uden for terapien.

Nyt fællesskab

I feltnoterne dannede der sig for begge grupper et mønster af, at et nyt fællesskab kunne opstå uden for terapilokalet:

Handler: Så I får snakket sammen omkring jeres udfordringer uden for terapi?

Ben: Ja lige netop! (...) Man har jo brug for nogen at snakke med om alle de tanker, man får efter sådan en dag her (...) Nu sidste gang, hvor det gik helt galt med alle de mennesker, da sagde jeg til Bo (...) “det er fandeme noget lort det her, for jeg kan ikke” (...) kan du huske det, Bo?

Bo: Ja, det kan jeg godt (...) det var hyggeligt.

Ben: Ja, det var rart, at jeg kunne snakke med dig og få ro på (...).

Ask: (...) vi har jo kendt hinanden i mange år, men vi har jo aldrig rigtig snakket sammen før, nu råber jeg højt "hej Alf", når jeg ser ham.

Alf: Ja, jeg klapper altid i hænderne, når jeg kan høre Asks stemme, for så tænker jeg, jaaa, Ask er her i dag (...).

Terapeut: Så I har ligesom fået et nyt fællesskab på grund af forløbet?

Ask: Ja, vi har snakket om at ses privat, så det ikke kun er på centret, at vi ses.

Alf: Det skal vi helt klart, min partner glæder sig til, vi skal have kaffe sammen alle tre.

Under terapien blev klienterne løbende informeret om, hvor mange sessioner der var tilbage, så afskeden med terapeuterne og kaninerne ikke skulle føles brat med risiko for ekstra følelsesmæssig belastning grundet dette. Vi observerede mod slutningen en vis tristhed og passivitet hos begge grupper, men også en vis forløsning. Klienterne udtrykte, at de ville savne terapien og kaninerne, men opmuntrede hinanden ved at understrege, at de stadig kunne have et fællesskab.

Deltagerne i disse to grupper lod således til at have gavn af at dele fælles oplevelser, og de fik dannet et bånd med hinanden, som i hvert fald for nogle af dem strakte sig ud over terapilokalet, hvilket syntes at modvirke tabsoplevelser ved terapiens afslutning.

4. Diskussion og implikationer

4.1 Kaniners terapeutiske potentiale

Inddragelsen af dyr i terapeutisk praksis har gennem de seneste årtier fået stigende opmærksomhed, og kaninernes funktioner som therapidyr i KACFT-programmet repræsenterer en ny tilgang med potentiale for at skabe meningsfulde fællesskaber for mennesker med funktionsnedsættelser.

Casestudiet tyder på, at terapikaniner kan fremme en oplevelse af psykologisk støtte, komfort og fællesskab. Det har potentiale for at understøtte aktiveringen af trygheds- og tilknytningssystemet, som er et afgørende element i CFT (Gilbert, 2009). Oplevelsen af tryghed kan muligvis have en indvirkning på relationsdannelsen og deltagernes evne til at arbejde med self-compassion.

Flere faktorer i interaktionen mellem mennesker og dyr kan påvirke kvaliteten af denne relation. For eksempel kan manglende evne til at aflæse

kaninernes signaler føre til pludselige, uforudsigelige bevægelser hos deltagerne, som kan forskrække kaninerne og medføre negativ adfærd fra deres side. Suba-Bokodi et al. (2022) og Součková et al. (2023) har fundet lignende udfordringer i deres undersøgelser med børn. Det rejser spørgsmålet om, hvorvidt der er et sammenfald mellem børns uforudsigelige bevægelser og dem, der ses hos personer med synshandicap eller kognitive funktionsnedsættelser.

På trods af deres følsomme natur trives kaniner i samspil med mennesker, men de reagerer på pludselige bevægelser, hvilket kan påvirke interaktionen (Loukaki et al., 2010). Denne følsomhed rejser spørgsmål om, hvordan træning af både dyr og deltagere kan forbedre interaktionen og mindske stress hos kaninerne. *Handlerens* viden og handlinger er afgørende for at undgå overbelastning af dyrene, hvilket kræver nøje udvalgte og trænede dyr og *handlere* (IAHAIO, 2018).

Forståelse for kaninernes signaler og behov er en integreret del af arbejdet med compassion for klienter, der modtager KA-CFT. Casestudiet viste en tendens til, at positiv interaktion mellem kaninerne og deltagerne steg over tid, og kaninerne var generelt engagerede i samspillet. Selvom deres følsomhed kan skabe udfordringer, kan den også bidrage positivt til terapien, hvor balancen mellem ro og deltagernes behov kan blive en ressource.

4.2 Fællesskab og samhørighed som terapeutisk udbytte

KA-CFT-interventionen er udviklet som en gruppeintervention, hvilket kan spille en afgørende rolle for deltagernes oplevelse af fællesskab og samhørighed. Den dynamiske diamant, der involverer deltagerne, kaninen, *handleren* og terapeuten, har potentiale til at skabe et miljø for social interaktion og støtte, hvor erfaringer kan deles i tryghed. Resultaterne fra casestudiet tyder på, at deltagerne fandt stor værdi i at kunne dele deres bekymringer og oplevelser i et trygt rum, som de måske ikke oplever i deres daglige sociale relationer. For personer med funktionsnedsættelser kan dette sociale netværk virke som et beskyttende værn mod isolation og eksklusionsfølelse, og det kan dermed bidrage til deltagernes (self)compassion og trivsel i øvrigt.

Det er dog også vigtigt at overveje, hvilken rolle gruppedynamikken i de enkelte grupper har for terapiprocessen. I casestudiet havde den ene gruppe en højere grad af samhørighed end den anden, måske på grund af to deltagere, som meget aktivt deltog i samtaler og skabte et sammenhold både i og uden for terapirummet. I den anden gruppe var fællesskabet mere begrænset, men mindst to deltagere fandt stadig støtte i hinanden under og efter terapien. Gruppens dynamik muliggør gensidig støtte og kan styrke den følelsesmæssige forbindelse mellem deltagerne, hvilket kan bidrage til at reducere følelsen af at stå alene med sine problemer. Det er i tråd med compassion-baserede tilganges fokus på tilknytning og at modvirke isolation ved at se det fællesmenneskelige i at opleve svære udfordringer og følelser (Germer & Neff, 2013).

4.3 Forbehold og forudsætninger for KA-CFT

Inddragelse af kaniner i en compassion-fokuseret terapi giver teoretisk mening, og casestudiet tyder på, at KA-CFT fungerer. Det er dog blevet påpeget, at forskning i dyreassisteret terapi har en række udfordringer, bl.a. med overkonklusioner og manglende respekt for dyrenes velfærd (Serpell et al., 2017). Det er derfor vigtigt at evaluere anvendeligheden af interventionen under hensyntagen til flere forbehold vedrørende casestudiets resultater.

For det første kan udtrætning blandt deltagerne have påvirket deres engagement og respons. For det andet kan selvrapporteringsskemaer have været udfordrende for nogle af deltagerne, særligt dem med kognitive vanskeligheder. Det blev forsøgt imødegået med tilpasninger, men tilpasninger af ellers standardiserede måleværktøjer til deltagere med kognitive udfordringer kan påvirke målingernes pålidelighed, og deltagernes generelle forståelse af spørgsmålene vil have påvirket, hvordan de besvarede dem.

For det tredje, og som et væsentligt forbehold, blev interventionen udviklet, varetaget og evalueret af samme team. Det kan medføre overvurdering af positive resultater, uanset intentioner om at undgå dette. Man kan heller ikke se bort fra, at casestudiets klienter afgav deres vurderinger under gruppeterapien; de kan have følt trang til, at den venlige indstilling over for hinanden, kaninerne og sig selv, der blev arbejdet med, også skulle komme terapeuterne til gode i form af positive evalueringer. Der er således flere forhold, som kan påvirke resultaterne og begrænser casens styrke som belæg.

Fremtidige studier vil kunne skabe stærkere belæg på flere måder. Kvalitative interviews fulgt af dyberegående analyser kan belyse, om og hvordan kaniner opleves som særlige bidragydere til fællesskabet og terapien. Kvantitativt er en undersøgelse med kontrolgruppe og flere deltagere ønskeligt, og vurderingsskalaer kan tilpasses. Inddragelse af udenforstående til at forstå evalueringerne kan også styrke belægget. Endelig vil det være relevant med follow-up-studier i fremtidig forskning med henblik på at vurdere, om udbyttet varer ved, efter at de strukturerede terapeutiske sessioner ophører.

Den kognitive kompleksitet ved CFT udgør en barriere for deltagere med specifikke funktionsnedsættelser. Høje abstraktionsniveauer og komplekse begreber kan være svære at forstå, hvilket understreger behovet for at tilpasse interventionen til den enkelte deltager. Det kan sikre, at alle deltagere får det maksimale udbytte af interventionen. Endelig er det essentielt at have en dybdegående forståelse af både CFT og dyreassisteret terapi for at optimere kaninernes terapeutiske potentiale uden at gå på kompromis med deres trivsel. *Handlerens* evne til at tolke kaninernes adfærd er afgørende for at sikre, at interaktionen mellem deltagerne og kaninerne forbliver positiv og stressfri. Vi anbefaler velsocialiserede frikaniner med egnet temperament, maks. to deltagere i gruppen pr. kanin og pauser til kaninerne under sessionen.

5. Konklusion

Kombinationen af dyreassisteret terapi og compassion-fokuseret terapi er en lovende mulighed for at støtte mennesker med funktionsnedsættelser, og kaniners størrelse og særlige natur synes at have et terapeutisk potentiale, der kan bidrage til at skabe et trygt og støttende fællesskab blandt deltagerne i en terapigruppe. Manualen for kaninassisteret compassion-fokuseret terapi (KA-CFT) består af otte gruppesessioner, en række værktøjer udviklet til målgruppen og compassion-øvelser tilpasset kognitive begrænsninger. Trænede terapikaniner indgår som berøringsstøtte og metaforisk, idet dialoger om deres adfærd, signaler og behov integreres i øvelser og samtaler om compassion og behov blandt deltagerne. Et casestudie tyder på, at interventionen kan fremme samhørighed og trivsel for personer med funktionsnedsættelser, der ellers er i øget risiko for isolation og eksklusionsfølelse. Dog bør der tages højde for interventionens forudsætninger og potentielle udfordringer, herunder behovet for specialiseret uddannelse, da tilgangen kræver grundig viden om både CFT og dyr. Yderligere forskning er nødvendig for at etablere evidens for KA-CFT-interventionens effekt og virkemekanismer, men som praksis synes den at fungere for en målgruppe, der ellers er underforsynet med psykoterapeutiske tilbud.

Note

Vi takker redaktørerne og to anonyme fagfællebedømmere for nyttige kommentarer og forslag.

Charlotte M. Højholdt (C.M.H.) og Camilla W. Sondrup (C.W.S.) fik idéen til interventionen og påbegyndte dens udvikling under praktik i foråret 2023. C.M.H., C.L.S. og Steffi G. Larsen (S.G.L.) udarbejdede næste version i deres 9.-semestersprojekt i efteråret 2023 og artiklens version samt et omfattende casestudium i deres speciale i foråret 2024 (Højholdt et al., 2024a, 2024b). Tia Hansen (T.H.) vejledte projekt og speciale, kom med input til kilder og design i den forbindelse og bidrog efterfølgende til vinkling og skrivning af artiklen til *Psyke & Logos*. C.M.H., C.W.S. og S.G.L. genbesøgte data i lyset af den nye vinkling. Alle fire forfattere bidrog til skrivning af manuskriptet til *Psyke & Logos* og til at imødekomme kommentarer fra fagfællebedømmere. Alle bidrog til omskrivningen og kan stå inde for den endelige udgave af artiklen.

REFERENCER

- American Psychological Association (APA) (2017). *Ethical principles of psychologists and code of conduct. Section 8: Research and Publication*. <https://www.apa.org/ethics/code#section-8>
- Ashworth, F., Clarke, A., Jones, L., Jennings, C. & Longworth, C. (2015). An exploration of compassion focused therapy following acquired brain injury. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 88(2), 143-162. <https://doi.org/10.1111/papt.12037>
- Beetz, A.M. (2017). Theories and possible processes of action in animal assisted interventions. *Applied Developmental Science*, 21(2), 139-149. <https://doi.org/10.1080/1088691.2016.1262263>
- Chandler, C.K. (2017). *Animal-assisted therapy in counseling* (3rd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315673042>
- Chandler, C.K. (2018). Human-animal relational theory: a guide for animal-assisted counseling. *Journal of Creativity in Mental Health*, 13(4), 429-444. <https://doi.org/10.1080/15401383.2018.1486258>
- Craig, C., Hiskey, S., Royan, L., Poz, R. & Spector, A. (2018). Compassion focused therapy for people with dementia: a feasibility study. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 33(12), 1727-1735. <https://doi.org/10.1002/gps.4977>
- Craig, C., Hiskey, S. & Spector, A. (2020). Compassion focused therapy: a systematic review of its effectiveness and acceptability in clinical populations. *Neurotherapeutics*, 20(4), 385-400. <https://doi.org/10.1080/14737175.2020.1746184>
- Damgaard, M., Steffensen, T. & Bengtsson, S. (2013). *Hverdagsliv og levevilkår for mennesker med funktionsnedsættelser*. Rapport, SFI – Det Nationale Forskningscenter for Velfærd. <https://www.vive.dk/da/udgivelser/hverdagsliv-og-levevilkår-for-mennesker-med-funktionsnedsættelse-4xkr01vr/>
- Dansk Psykolog Forening (2022). *Etiske principper for nordiske psykologer*. <https://www.dp.dk/wp-content/uploads/2022/11/EtiskePrincipper.s.27-32fraDPRegelsaet-2021-24.pdf>
- Datatilsynet (2024). <https://www.datatilsynet.dk/>
- Duncan, B.L., Miller, S.D., Sparks, J.A., Claud, D.A., Reynolds, L.R., Brown, J. & Johnson, L.D. (2003). The session rating scale: preliminary psychometric properties of a “working” alliance measure. *Journal of Brief Therapy*, 3(1), 3-12.
- Fine, A.H. & Beck, A.M. (2019). Understanding our kinship with animals: input for health care professionals interested in the human-animal bond. I: A. Fine (red.), *Handbook on animal-assisted therapy* (5th ed., s. 3-9). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/C2017-0-03315-3>
- Fournier, A., Letson, E. & Berry, T. (2017). *HAIS: Human-Animal Interaction Scale: forms & manual*. https://www.researchgate.net/publication/312371308_HAIS_The_Human-Animal_Interaction_Scale_Manual
- Germer, C.K. & Neff, K.D. (2013). Self-compassion in clinical practice. *Journal of Clinical Psychology*, 69(8), 856-867. <https://doi.org/10.1002/jclp.22021>
- Gilbert, P. & Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self-criticism: overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13(6), 353-379. <https://doi.org/10.1002/cpp.507>
- Gilbert, P. (2009). Introducing compassion-focused therapy. *Advances in Psychiatric Treatment*, 15(3), 199-208. <https://doi.org/10.1192/apt.bp.107.005264>
- Gilbert, P. (2014). The origins and nature of compassion focused therapy. *British Journal of Clinical Psychology*, 53(1), 6-41. <https://doi.org/10.1111/bjc.12043>
- Glintborg, C. (2014). En hunds betydning for mennesker med en erhvervet hjerneskade. To cases. *Psyke & Logos*, 34(2), 102-122. <https://doi.org/10.7146/pl.v35i2.22364>

- Hansen, T.G.B. & Thodberg, K. (2014). Aktuelle perspektiver på menneskers forhold til dyr – en dansk introduktion. *Psyke & Logos*, 35(2), 17-34. <https://doi.org/10.7146/pl.v35i2.22359>
- Hediger, K., Thommen, S., Wagner, C., Gaab, J. & Hund-Georgiadis, M. (2019). Effects of animal-assisted therapy on social behaviour in patients with acquired brain injury: a randomised controlled trial. *Scientific Reports*, 9, 5831. <https://doi.org/10.1038/s41598-019-42280-0>
- Hjerneskadeforeningen (u.å.). *Hjerneskader i tal*. [Tal fra Sundhedsdatastyrelsens dataopgørelse for voksne med erhvervet hjerneskeade, 2020]. <https://hjerneskadet.dk/viden-om-hjerneskeade/hjerneskeader-i-tal/>
- Højholdt, C.M., Larsen, S.G. & Sondrup, C. (2024a). *Kaninassisteret Compassion-fokuseret Terapi – KA-CFT – Et eksplorativt casestudie der undersøger effekten af KA-CFT for en borgergruppe med funktionsnedsættelse*. Speciale, Aalborg Universitet.
- Højholdt, C.M., Larsen, S.G. & Sondrup, C. (2024b). *Effekten af kaninassisteret compassionfokuseret terapi*. Poster præsenteret ved Netværkskonference, Aalborg Universitet, 13. juni 2024. https://prod-audxp-cms-001-app.azurewebsites.net/media/xe2mgho2/ka-cft_poster_2024.jpg
- IAHAIO (2018). IAHAIO-definitioner af dyreassisteret intervention og retningslinjer for velfærd hos de dyr, der indgår. International Association for Human-Animal Interaction Organizations. <https://iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2021/09/iahaio-white-paper-danish.pdf>
- Julius, H., Beetz, A., Kotrschal, K., Turner, D. & Uvnäs-Moberg, K. (2013). *Attachment to pets: an integrative view of human – animal relationships with implications for therapeutic practice*. Hogrefe Publishing.
- Kogan, L. & Erdman, P. (red.) (2021). *Career paths in human-animal interaction for social and behavioral scientists*. Routledge.
- Kunzendorf, I.T., Hansen, T. & Glintborg, C. (2023). Anvendelser af menneske-dyr-interaktion. En introduktion. *Psyke & Logos*, 44(2), 5-11. <https://doi.org/10.7146/pl.v44i2.151586>
- Loukaki, K., Koukoutsakis, P. & Kostomitsopoulos, N. (2010). Animal welfare issues on the use of rabbits in an animal assisted therapy program for children. *Journal of the Hellenic Veterinary Medical Society*, 61(3), 220-225. <https://doi.org/10.12681/jhvms.14889>
- Nationalt Videnscenter for Demens (2024). Funktionsnedsættelse. <https://videnscenterfordemens.dk/da/forekomst-af-demens-i-danmark>
- Neff, K.D. (2003). Self-compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>
- Neff, K.D., Hsieh, Y.P., Dejitterat, K. (2005). Self-compassion, achievement goals, and coping with academic failure. *Self and Identity*, 4(3), 263-287. <https://doi.org/10.1080/13576500444000317>
- Neff, K.D. & Tóth-Király, I (2022). Self-Compassion Scale (SCS). I: N. Oleg, O.N. Medvedev, C. U. Krägeloh, R.J. Siegert & N.N. Singh (red.), *Handbook of assessment in mindfulness*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-77644-2_36-1
- Otting, T. L., & Chandler, C. K. (2023, 2023/07/03). Credibility of Human-Animal Relational Theory. *Journal of Creativity in Mental Health*, 18(3), 317-331. <https://doi.org/10.1080/15401383.2021.1987366>
- Parkinsonforeningen (2021). Antal af personer med Parkinson i Danmark. <https://parkinson.dk/nyheder/antal-af-personer-med-parkinson/>
- Pauley, G. & McPherson, S. (2010). The experience and meaning of compassion and self-compassion for individuals with depression or anxiety. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 83(2), 129-143 <https://doi.org/10.1348/147608309X471000>

- Raes, F., Pommier, E., Neff, K.D. & Van Gucht, D. (2011). Construction and factorial validation of a short form of the self-compassion scale. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 18, 250-255. <https://doi.org/10.1002/cpp.702>
- Rosenberg N.K., Mørch, M. & Arendt, M. (2012). Kognitive adfærdsterapi – teori og metoder. I: M. Arendt & N.K. Rosenberg (red.), *Kognitiv terapi – nyeste udvikling*. Hans Reitzels Forlag.
- Scleroseforeningen (2020). *Ny undersøgelse: Antallet af mennesker med sclerose stiger voldsomt i verden*. <https://www.scleroseforeningen.dk/ny-undersogelse-antallet-af-mennesker-med-sclerose-stiger-voldsomt-i-verden/>
- Serpell, J., McCune, S., Gee, N. & Griffin, J.A. (2017). Current challenges to research on animal-assisted interventions. *Applied Developmental Science*, 21(3), 223-233. <https://doi.org/10.1080/10888691.2016.1262775>
- Součková, M., Příbylová, L., Juřcová, L. & Chaloupková, H. (2023). Behavioural reactions of rabbits during AAI sessions. *Applied Animal Behaviour Science*, 262, 105908. <https://doi.org/10.1016/j.applanim.2023.105908>
- Suba-Bokodi, É, Nagy, I. & Molnár, M. (2022). Changes in the stress tolerance of dwarf rabbits in animal-assisted interventions. *Applied Sciences*, 12(14), 6979. <https://doi.org/10.3390/app12146979>
- Thirstrup, N.F., Glinthorg, C. & Hansen, T.G.B. (2023). Hundeassisteret psykoterapi – erfaringer fra danske psykologer. *Psyke & Logos*, 44(2), 12-36. <https://doi.org/10.7146/pl.v44i2.151588>
- Thøgersen, C.M.S., Glinthorg, C., Hansen, T.G.B. & Trettvik, J. (2022). Psychotherapeutic intervention for adults with acquired brain injury: a case study using BackUp. *Frontiers in Rehabilitation Sciences*, 3. <https://doi.org/10.3389/fresc.2022.771416>
- Wiwe, B.L. (2006). *Håndbog for pårørende til personer med hjerneskade*. <https://bibliotek.dk/work/pid/870970-basis:26333555?scrollToEdition=true>
- Yin, R.K. (2014). *Case study research: design and methods* (5th ed.). Sage.