

## ANVENDELSE AF DYR SOM TERAPEUTISK REDSKAB – TEORIER, EKSISTERENDE UNDERSØGELSER, OG HVORDAN FORSKNINGSFELTET KOMMER VIDERE

Karen Thodberg & Janne Winther Christensen<sup>1</sup>

*Artiklen giver et etologisk perspektiv på terapidyr, introducerer de bagvedliggende teorier og giver information om brugen af terapidyr i Danmark.*

*Dyreassisteret terapi er en målrettet intervention, hvor dyret er en fast integreret del.*

*Den teoretiske baggrund baseres på 1) unikke egenskaber ved selve dyret eller 2) dyrets funktion som interaktiv partner. Der findes undersøgelser af dyrs terapeutiske effekt, men generelt mangler der videnskabeligt grundlag for terapeutisk anvendelse af dyr.*

*En uformel spørgeskemaundersøgelse i Danmark indikerer, at terapidyr bruges til flere problemstillinger, at udbyderne har meget forskellig baggrund, og at de primært bruger interaktioner med dyr som det bærende element.*

*En styrkelse af fremtidig forskning i dyreassisteret terapi kan opnås ved mere fokus på metodik, større forsøgspopulationer og bedre forsøgsdesign. Desuden bør der sættes på at kvantificere dyr-menneske-interaktionerne i selve terapisituationen og ses på sammenhængen med traditionelle effektmål, så det bliver muligt at identificere kausale sammenhænge mellem terapi og effekt.*

*Nøgleord: dyreassisteret terapi, etologi (adfærdsbiologi), kvantitative studier*

### 1. Kæledyr og terapidyr

Mennesket har haft kontakt med dyr langt tilbage i tiden, som brugsdyr (transport, landbrug, jagt, politi) og i nyere tid også som kæledyr, der bruges til socialt samvær, underholdning, hobby og sport. Kæledyr er dyr, som vi har et særligt forhold til, og som vi ofte har en tæt relation til og måske endda indlemmer i familien. Der er typisk tale om hunde, katte og

<sup>1</sup> Karen Thodberg og Janne Winther Christensen er begge seniorforskere ved Institut for Husdyrvidenskab, Aarhus Universitet. Ud over at beskæftige sig med effekten af terapidyr på mennesker og terapidyrers velfærd arbejder de med adfærd hos en række husdyr, primært heste og svin. E-mail: karen.thodberg@anis.au.dk

smådyr som kaniner og marsvin, men også større dyr som eksempelvis heste og geder kan dækkes af denne betegnelse. Det er relationen mellem dyret og mennesket, der afgør, om et dyr betegnes som kæledyr.

Intuitivt giver det god biologisk mening, at det må være positivt at have kontakt til dyr. I tidligere tider, hvor vi var mere direkte afhængige af dyr i form af beskyttelse, som jagtpartnere og fødevarer, var det ret åbenlyst, men dette gælder egentlig også i vores nuværende samfund. Evolutionært ville det være uhensigtsmæssigt, hvis vi brugte så mange ressourcer på at have nærkontakt til andre arter, hvis vi ikke fik noget ud af det – hvis det ikke kunne betale sig! Ifølge Danmarks Statistik har 40 % af alle danske husstande mindst ét kæledyr, og en gennemsnitshusstand bruger ca. 2.000 kr. på kæledyr om året. Ud over de økonomiske udgifter kommer så al den tid, dyreejere bruger på at fodre, lufte, træne og gøre rent efter dyrene.

Dyr anvendes i stigende grad som terapeutisk redskab til mennesker med fysiske eller psykiske diagnoser, og selvom heste og hunde er de hyppigst benyttede arter til dette formål, anvendes også andre arter som eksempelvis lamaer, der ikke traditionelt opfattes som et kæledyr i Danmark.

Det er de flestes erfaring, at samvær med dyr kan være givende og måske endda sundt for det enkelte menneske, og flere videnskabelige undersøgelser peger også i den retning (Friedmann & Thomas, 1995; Headey & Grabka, 2007). Der er dog også undersøgelser, der ikke kan finde positive effekter af dyr på mennesker, og generelt er dette et nyt forskningsområde præget af undersøgelser af meget svingende kvalitet (Herzog, 2011; Winefield, Black & Chur-Hansen, 2008).

De positive oplevelser i samværet med dyr bliver brugt professionelt i en lang række sammenhænge. Det kan være i situationer, hvor dyr bliver brugt som et konkret hjælpemiddel for mennesker, som det er tilfældet med eksempelvis politihunde/heste, førerhunde for blinde, servicehunde for fysisk handicappede og heste til handicapridding samt epilepsihunde, der kan opfange små tegn på et forestående epileptisk anfald.

Brug af dyr med et terapeutisk sigte, hvor samværet og/eller samspillet mellem dyret og mennesket søges anvendt, bliver efterhånden mere almindeligt. Eksempler på sådanne terapiformer kunne være:

- Terapihunde og -heste som støtte til autistiske børn for at træne socialt engagement og kommunikation (Grigore & Rusu, 2014; Ward, Whalon, Rusnak, Wendell & Paschall, 2013).
- Brug af heste som led i 'behandlingen' af unge med psykiske problemer og kriminelle unge. På nogle institutioner bruges heste som led i en arbejdsopgave. De unge har ofte problemer med manglende indlevelsesevne, og for at kunne deltage i arbejdet med hestene er det nødvendigt at kontrollere sit kropssprog, opføre sig roligt og være til stede i situationen. Når det lykkes, giver det selvtillid og gør den unge i stand til at sætte andre end sig selv i centrum (Balluerka,

Muela, Amiano & Caldentey, 2014; se evt. Kendall, Maujean, Peping & Wright, 2014).

- Når psykolog og psykoterapeuter inddrager hunde i terapisituationen og oplever, at det gør det nemmere at få en god kontakt til patienten og tale om problemerne (Lang, Jansen, Wertenaue, Gallinat & Rapp, 2010; Kemp, Signal, Botros, Taylor & Prentice, 2014).
- Krigsveteraner, der tilbydes en besøgsven, som medbringer en hund (Taylor, Edwards & Pooley, 2013).
- Selskabs- eller besøgsdyr til ældre på plejehjem (Thodberg, Christensen & Videbech, 2013; Thodberg et al., 2013), der ikke længere har mulighed for selv at holde kæledyr, samt besøgsdyr til børn, der er indlagt på hospital (Chur-Hansen, McArthur, Winefield, Hanieh & Hazel, 2014).

I offentligheden bliver ideen vel modtaget – måske fordi en stor del af befolkningen allerede har erfaring med egne kæledyr og fornemmer, at det er positivt at have tæt kontakt til dyr, at have nogen at drage omsorg for og at føle sig imødekommet uden forbehold. Ideen med at inddrage dyr i terapeutisk virksomhed bliver dog ikke altid budt velkommen af det offentlige sundhedsvæsen. Formodentlig fordi der indtil nu har manglet entydig videnskabelig dokumentation for en positiv effekt. Herudover vil der være potentielle udbydere af terapi med dyr, der er bekymrede for problemer med allergi eller er bange for eller har uvilje mod dyr.

Formålet med denne artikel er at give en introduktion til dyreassisteret terapi og gennemgå de hyppigst anvendte teorier, der ligger til grund for terapeutisk anvendelse af dyr. Vi vil give et kvalificeret bud på omfanget af brugen af terapidyr i Danmark samt komme med et oplæg til, hvordan fremtidig forskning i terapidyr kan optimeres, blandt andet ved at anvende mere objektive effektmål og satse på tværdisciplinær forskning. Forfatterne har begge en faglig forankring i etologi og husdyrvidenskab og arbejder primært med adfærds- og stressbiologiske metodikker og problemstillinger. De har i de seneste år blandt andet arbejdet med at kvantificere dyr-menneske-interaktioner i terapisituationer, koblet disse mål til traditionelle psykometriske parametre og derigennem etableret samarbejde med blandt andet psykiatere og psykologer.

## 2. Definitioner

Dyreassisteret terapi har mange forskellige betegnelser, og det er naturligvis ikke alt samvær med dyr, der kan kaldes terapi. Vi vil i det følgende bruge betegnelsen dyreassisteret terapi om kontakt til dyr, hvor dyret indgår som en del af en behandling af mennesker med psykiske eller psykosociale problemer, og altså ikke om kontakt til dyr, der har form af ren underholdning

eller hobbybetonet omgang med dyr. Dyret skal i denne kontakt forstås som et ekstra element, der kan fremme eller forstærke den terapeutiske effekt, men ikke erstatte terapeuten (Chandler, 2012, pp. 133-135). Vi arbejder ud fra to gængse definitioner af terapeutisk kontakt til dyr, der blandt andet anvendes af den amerikanske organisation Pet Partners (<http://www.petpartners.org/>), tidligere Delta Society, der certificerer therapidyr og deres ejere (se evt. Fine, 2010). Denne certificering går primært ud på, at dyret kan håndteres og agere på steder og i situationer med tæt kontakt til patienter, og at ejerne er i stand til at kontrollere dyret og aflæse dets signaler i forhold til overbelastning og velfærd generelt. Overordnet betegnes kontakt til dyr med et terapeutisk sigte som *dyreassisterede interventioner*, men afhængigt af udøverens uddannelse, og hvor målrettet kontakten til dyret anvendes, kan interventionerne inddeles i *dyreassisteret terapi* og *dyreassisterede aktiviteter*.

Definitionen på dyreassisteret terapi (DAT): DAT er en målrettet intervention, hvor dyret er en fast integreret del og opfylder en række specifikke kriterier. DAT udføres af en professionelt uddannet person og inden for dennes ekspertiseområde. DAT er designet, så den fremmer fysiske, sociale og kognitive funktioner. DAT tilbydes enkelt- eller gruppevis i forskellige omgivelser. Processen dokumenteres og evalueres (se evt. Kruger & Serpell, 2006).

Et eksempel på dette kunne være hestefaciliteret psykoterapi, hvor man forsøger at skabe erfaringer, der kan hjælpe klienten til at løse emotionelle problemstillinger (Lentini & Knox, 2008).

Andre gange bruger man kontakten til dyr som en mere spontan aktivitet, som når der for eksempel tilbydes aktiviteter med besøgshunde på plejecentre (Thodberg, Christensen & Videbech, 2013; Thodberg et al., 2013). Denne type aktiviteter falder i kategorien dyreassisterede aktiviteter (DAA): DAA giver mulighed for motivationelt, uddannelsesmæssigt, rekreativt og terapeutisk udbytte, der kan forøge livskvaliteten. DAA tilbydes i forskellige omgivelser af professionelle, semi-professionelle og frivillige i følgeskab med dyr, der opfylder specifikke kriterier (se evt. også Kruger & Serpell, 2006). I praksis vil man ofte se interventioner, der er svære at placere i en af de overordnede kategorier (DAT eller DAA), da der ofte vil være træk fra begge typer.

Dyr, der hjælper mennesker med fysiske handicap, såsom førerhunde for blinde, servicehunde, der kan udføre praktiske opgaver, og heste til handicappidning, er ikke omfattet af ovenstående definitioner, da den hjælp, disse dyr yder, nærmere kan betragtes som praktisk fysisk støtte og ikke ses som decideret terapeutisk behandling.

### 3. Teorier

Der ligger mange antagelser og teorier til grund for anvendelsen af de forskellige terapiformer, og i det følgende vil nogle af de mere gængse teorier og betragtninger blive gennemgået og illustreret med eksempler fra under-

søgelse, der er baseret på de forskellige antagelser. Vi forholder os i det efterfølgende primært til, hvad tilstedeværelsen af et dyr kan bidrage med, og hvordan dyret anvendes. Vi er klar over, at der er andre elementer, der kan have betydning, såsom den overordnede type af terapi i psykologisk forstand, samt hvilke målgrupper der indgår.

Der findes på nuværende tidspunkt ikke én overordnet teori, der beskriver, hvorfor og hvordan terapifyr påvirker mennesker, men derimod en række forskellige teorier. Disse kan groft inddeles i to kategorier, hvor effekten tilskrives enten A) unikke egenskaber ved selve dyret eller B) dyrets funktion som interaktiv partner.

### **3.1. Dyret i sig selv har unikke egenskaber**

Den første kategori af teorier tager udgangspunkt i en antagelse om, at dyr har nogle unikke 'indre' egenskaber, der kan bruges i terapeutisk sammenhæng, og dette kan enten forklares ved, at dyrene har en beroligende effekt, en mæglende/katalyserende effekt, eller at der dannes sociale bånd til dyret.

#### **3.1.1. Beroligende effekt**

*Biofili:* Biofili-hypotesen, som oprindeligt blev fremsat af E.O. Wilson (1984), hævder, at mennesker er naturligt tiltrukket af andre levende organismer, og at det ud fra et evolutionært synspunkt øger vores chance for reproduktion og overlevelse, hvis vi får et større kendskab til og retter opmærksomheden mod andet levende. Denne hypotese er dog ikke understøttet af egentlige undersøgelser, men for eksempel har observationer af autistiske børn, der opsøger dyr og andre levende organismer, skabt fokus på dyr som en beroligende faktor (fx Solomon, 2010).

*Indlærings teori:* Det antages, at dyret har en beroligende effekt via en såkaldt positiv forstærkning, altså en belønning. Det skal forstås således, at selve samværet/kontakten til dyret er behagelig (man føler sig fx mere afslappet) og dermed fungerer som en belønning. Den positive oplevelse med dyret vil få personen til at opsøge kontakten igen, således at sandsynligheden for, at der tages kontakt, øges, da man gerne vil opnå belønningen igen.

Hvis der er dyr til stede i en terapisesion, vil den positive stimulus, som kontakten til dyret udgør, ifølge denne teori aflede opmærksomheden fra den 'negative' stimulus, som terapeuten udgør. Dyret er en slags 'helle' eller afledning, så patienten kan klare at være sammen med terapeuten, selv når terapien rummer ubehag (se fx Kruger & Serpell, 2006).

*Fysisk kontakt:* Endelig finder en del undersøgelser, at direkte fysisk kontakt til dyr i form af berøring udløser en række fysiologiske reaktioner i mennesker. I en undersøgelse fra 2003 finder Odental & Meintjes en række fysiologiske reaktioner hos mennesker og hunde i forbindelse med positive menneske-hund-interaktioner. I undersøgelsen indgik 18 personer og 18 hunde i et egen-kontrol-design, hvor der blev taget fysiologiske mål før og

efter en relativt standardiseret interaktion mellem hund og menneske. Interaktionens længde afhang af, hvor lang tid der gik, inden personens blodtryk blev stabilt, og var i gennemsnit 15 minutter. Kontrolbehandlingen var afslappet læsning, og varigheden afhang også her af, hvor hurtigt blodtrykket blev stabiliseret. Resultaterne viste, at både kontakten til hunden og boglæsning have en positiv effekt på personer i form af øget produktion af blandt andet  $\beta$ -endorfin og oxytocin (et hormon, der blandt andet sættes i forbindelse med social interaktion og fysisk berøring), men at stigningen i disse stoffer var større i forbindelse med kontakten med hunden. Yderligere resulterede kontakten til hunden i en nedsættelse af blodtrykket og en nedsat koncentration af stresshormonet kortisol i blodplasma. Desuden viste undersøgelsen, at langt de fleste af disse fysiologiske reaktioner, der sammenholdt vidner om en beroligende og stress-reducerende effekt, ligeledes kunne findes hos hundene, med undtagelse af den nedsatte kortisolkoncentration. En nyere undersøgelse med 10 deltagere, kun kvinder, og deres egne labradorhunde viste også en stigning i oxytocinniveauet for begge parter efter fysisk kontakt, sammenlignet med kontrolgruppen, og ligeledes at kortisollniveauet faldt for kvinderne, men steg for hundene (Handlin et al., 2011).

Det er dog ikke alle undersøgelser, der kan bekræfte denne beroligende effekt. For eksempel finder Wilson (1991), at det at læse indenad i en kontrolleret forsøgssopstilling har en mere beroligende effekt end at kæle med en hund. I en undersøgelse, hvor forsøgspersonernes egne hunde anvendes, finder Miller et al. (2009), at kvinders oxytocinniveau stiger, efter at de har kælet med deres hund, i forhold til, hvis de har siddet og læst, mens der ikke kan findes nogen signifikant forskel hos mænd, der udsættes for de samme to behandlinger. De modstridende resultater kan eventuelt forklares med, at mænd og kvinders kønshormoner, testosteron og østrogen, påvirker udskillelsen af oxytocin forskelligt.

På nuværende tidspunkt findes således ikke entydig dokumentation for, at dyr direkte beroliger mennesker i enhver given situation. Det er muligt, at aktiviteter, der ikke involverer dyr, kan have samme effekt, og der er således brug for i højere grad at sammenligne aktiviteter med dyr med aktiviteter uden dyr.

### 3.1.2. Mæglende og katalyserende effekt

En mere velunderbygget teori omhandler terapidyrets mæglende og katalyserende effekt. Flere undersøgelser har vist, at det stimulerer til samtale, når der er et dyr til stede, og at dyret skaber et naturligt fokuspunkt. Man er således eksempelvis begyndt at anvende hunde under retssager, hvor det har vist sig at have en beroligende effekt, når børn, der har været udsat for overgreb, konfronteres med gerningsmanden (personlig kommunikation, C. Walsen, Courthouse Dogs).

Hunde kan opfattes som en stærk multisensorisk stimulus – speciel lugt, specifik fremtoning og lyd, være opsøgende – og udløse en trang til at røre

og føle. Netop disse egenskaber gør dem egnede som terapidyr til for eksempel autistiske børn eller andre med kommunikationsproblemer, som har brug for tydelige signaler. En undersøgelse af hundes effekt på blandt andet kontakt til en terapeut finder, at tilstedeværelsen af en hund øger autistiske børns prosociale adfærd og mindsker indadvendthed i terapisituationen, sammenlignet med en forudgående baselinemåling, og at effekten stadig kan måles, en måned efter at hundene er ophørt med at deltage i terapien (Redefer & Goodman, 1989).

Desuden er det også påvist, at mennesker i selskab med et dyr opfattes som mindre skræmmende og mere tillidsvækkende end mennesker uden selskab af dyr. Schneider og Harley (2006) undersøgte på basis af videooptagelser af psykoterapeuter med og uden hunde, hvordan disse blev evalueret af en gruppe af yngre mennesker (studerende), med hensyn til hvor tillidsvækkende terapeuterne virkede, hvorvidt det var personer, man ville kunne tale med om svære emner, samt om de var kompetente som terapeuter. De forsøgspersoner, der havde set en terapeut sammen med en hund, opfattede terapeuten mere positivt og mere tillidsvækkende end de, der så samme terapeut uden hund. Det er ikke afklaret, om terapeuten forholder sig anderledes, når hunden er til stede, eller blot opfattes anderledes.

I undersøgelser af, hvorvidt en hund kan have en beroligende virkning i situationer, der kan virke skræmmende for børn, som eksempelvis undersøgelser hos lægen og ved tandlægebesøg, har man fundet en del modstridende resultater. Nagengast, Baun, Megel og Leibowitz (1997) og Hansen, Messinger, Baun og Megel (1999), der har undersøgt reaktioner ved lægebesøg hos børn i henholdsvis 3-6- og 2-6-års-alderen, finder nedsat frekvens af negative reaktioner. I begge undersøgelser registreres det ligeledes, om der er fysiologiske effekter, og Nagengast et al. (1997) finder en række fysiologiske effekter som for eksempel nedsat blodtryk og puls, mens Hansen et al. (1999) ikke finder lignende effekter. I en lignende undersøgelse af børn i alderen 7-11 år, dog i forbindelse med tandlægebesøg, finder Havener et al. (2001) ingen af de ovenfor nævnte effekter, til trods for at der anvendes en meget sammenlignelig forsøgsopsætning, bortset fra at børnene var ældre.

### 3.1.3. Social tilknytning

Endelig kan effekten af dyret skyldes social tilknytning mellem mennesket og dyret, og det kan være denne tætte kontakt, der er effektiv, når der anvendes terapidyr. Der foreligger dog ikke dokumentation for denne teori. Det diskuteres, hvorvidt dyret kan fungere som en slags 'bro' mellem patienten og terapeuten eller som et midlertidigt tilknytningsobjekt. Denne hypotese/teori blev testet i et forsøg, hvor man undersøgte, hvordan børn med en udviklingsforstyrrelse reagerede på terapi i en periode på 15 uger med en hund, sammenlignet med to kontrolbehandlinger, hvor der i stedet var en udstoppet hund eller en bold i lokalet sammen med terapeuten (Martin & Farnum, 2002). Barnets adfærd blev registreret, og resultaterne viste, at børnene vir-



kede mere glade, når hunden var til stede, og legede mere og var mere fokuserede. De svarede mere direkte på terapeutens spørgsmål, dog med færre detaljer, ligesom de talte mindre om sig selv og mindre med terapeuten, når hunden var til stede, sammenlignet med de andre behandlinger. Dette virker umiddelbart uhensigtsmæssigt i en terapisituation og er formentlig noget, terapeuten kan styre mere i en reel terapisituation til forskel fra i denne undersøgelse, hvor terapeuterne fulgte en på forhånd defineret plan og ikke i så høj grad kunne improvisere. Herudover udviste børnene en hyppigere forekomst af 'håndflappen'. Stereotypier er en hyppig del af symptom billedet hos autister, og håndflappen kan være en sådan stereotypi, men i den konkrete kontekst tolkede forfatterne denne adfærd som et udtryk for begejstring. Undersøgelsen viser således ikke udelukkende positive effekter af hundens tilstedeværelse, men er nyskabende, idet den anvender standardiserede adfærdsobservationer af barnets adfærd i forhold til hunden.

Uanset om man ser på den katalyserende/mæglende effekt eller den sociale tilknytning til dyret, kan det på nuværende tidspunkt ikke udelukkes, at et ikke-dyr, altså en ting, kan have samme fokusskabende og afledende effekt som et dyr. Yderligere undersøgelser, hvor der indsamles mere data om selve terapisituationen, ville kunne give et bedre datagrundlag i forhold til at afkræfte eller bekræfte ovenstående teorier.

### **3.2. Dyret fungerer som en interaktiv 'partner'**

Den anden kategori af teorier antager, at dyret fungerer som en interaktiv 'partner', der kan få patienten til at se nye sider af sig selv og tilegne sig nye egenskaber. Terapiformer, der involverer en stor grad af fysisk interaktion mellem dyret og mennesket, bruger ofte disse teorier til at beskrive, hvilken effekt der opnås ved behandlingen. Dette gælder eksempelvis, når det at passe dyret (fodring, udmugning osv.) indgår, eller hvor det at håndtere dyret i forbindelse med træning eller ridning er en del af behandlingen. Interaktionen behøver dog ikke kun at rumme traditionel håndtering eller pasning, men kan også være øvelser af fysisk eller mental karakter.

En af teorierne fokuserer på, at personen ved at interagere med dyret ændrer selvopfattelse og lærer at reagere på sociale interaktioner og overføre årsags- og funktionssammenhænge til deres egen adfærd uden for terapisituationen (Hauge, Kvalem, Berget, Enders-Slegers & Braastad, 2014). En anden teori foreslår, at man ved at få patienten til at antage en rolle i forhold til terapidyret som eksempelvis læremester eller omsorgsperson kan inkorporere/optage nye adfærdselementer i patientens repertoire og overføre disse til dagligdagen.

Der er meget få videnskabelige undersøgelser, der underbygger disse teorier. Af disse kan nævnes Gee, Harris og Johnson (2007), der viser, at børn (4-6 år), som har enten dårlige sociale og kognitive færdigheder eller



motoriske problemer og sprogproblemer, hurtigere gennemfører motoriske opgaver, såsom at hoppe over forhindringer eller krybe gennem en tunnel, hvis en hund gør det sammen med dem, end hvis de gør det uden hund. Effekten skyldes ifølge forfatterne at hunden motiverer børnene til at udføre opgaverne. I et norsk forsøg med voksne psykiatriske patienter undersøgte man, om fysisk arbejde med landbrugsdyr i en periode på 12 uger havde effekt på patienternes arbejdsevne og opfattelse af egen mestring. Denne type intervention falder ind under begrebet 'Green Care', hvor kontakt til natur, dyr og landbrug inddrages i et behandlingsforløb (Sempik, 2008). I løbet af de 12 uger brugte patienterne mest tid på arbejdsopgaver, der bragte dem tæt på dyrene, såsom malkning, fodring og udmugning (Berget, Skarsaune, Ekeberg & Brastad, 2007), og de havde ifølge spørgeskemaer en bedre mestringsevne end kontrolgruppen, der ikke arbejdede med dyr. Der blev dog ikke fundet forskel mellem behandlingsgrupperne på patienternes opfattelse af deres egen livskvalitet (Berget, Ekeberg & Braastad, 2008).

#### **4. Hvordan bruges terapidyr i Danmark?**

I forbindelse med en opgørelse over anvendelsen af terapidyr i Danmark udsendte vi i 2009 et spørgeskema til udbydere/udøvere af terapi med dyr. Undersøgelsen, der blev finansieret af Egmont Fonden, omfattede ikke brugen af terapidyr til ældre mennesker på plejecentre, da fonden primært beskæftiger sig med arbejde til gavn for børn og unge. Vi formoder, at svarene er repræsentative for anvendelsen af terapidyr i Danmark på det tidspunkt, selvom undersøgelsen sandsynligvis ikke er fuldstændig fyldestgørende.

De tilbagemeldinger, vi fik, viste, at anvendelsen af dyr i terapeutisk sammenhæng antager mange forskellige former og udbydes og udføres af personer med varierende uddannelse og baggrund.

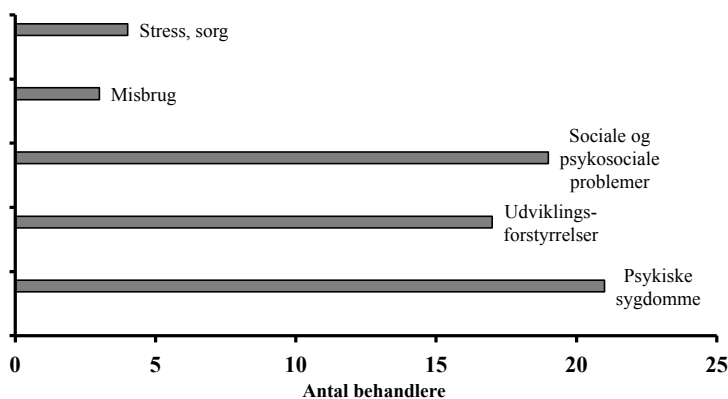
Vi modtog 39 udfyldte skemaer, hvoraf de 34 besvarelser var fra personer, der aktivt anvender dyr terapeutisk, enten som ansatte ved en institution eller som selvstændige udbydere.

##### **4.1. Dyrearter**

Heste viste sig at være langt den hyppigst anvendte terapi-dyreart og blev brugt af 82 % af behandlerne, mens resten brugte hunde. Ser man på de undersøgelser, der publiceres internationalt vedrørende terapidyr, synes billedet at være det modsatte, nemlig at hunde er den art, der figurerer hyppigst. Den hyppige brug af heste som terapidyr i Danmark kan måske tilskrives, at Danmark sammen med Sverige og Belgien er blandt de tre lande i EU med flest heste pr. 1.000 indbyggere (27,6 heste/1.000 indbyggere; Liljenstolpe, 2009).

#### 4.2. Diagnoser

Listen med diagnoser eller problemstillinger, der behandles med dyrekontakt i en eller anden form, var lang. Typisk havde den enkelte behandler mange forskellige typer klienter og var sjældent specialiseret til en bestemt type. Derimod havde nogle behandlere specialiseret sig i en bestemt aldersgruppe af personer, således at nogle udelukkende arbejdede med børn/unge eller voksne (børn/unge: 14; voksne: 9; børn/unge/voksne: 11). I figur 1 er de forskellige diagnoser samlet i hovedgrupper, og det fremgår, hvor mange behandlere der tilbød terapi for de forskellige kategorier af diagnoser. Ofte tilbød den enkelte terapeut behandling af flere diagnoser/problemstillinger, hvorfor tallene ikke opsummerer til 34 behandlere.



Figur 1. Antallet af behandlere, der tilbød dyreassisteret terapi inden for de forskellige kategorier af diagnoser/problemområder. Kun de 34 aktive behandlere er taget i betragtning, og disse behandlede i langt de fleste tilfælde klienter inden for flere af kategorierne.

#### 4.3. Behandlernes baggrund

Behandlerne havde meget forskellig baggrund, men var dog hyppigst uddannede inden for fagområder, hvor omsorg og sundhed for mennesker er omdrejningspunktet (tabel 1).

Tabel 1

*Baggrund og uddannelse hos behandlere. Nogle behandlere opgav mere end én relevant uddannelse/baggrund. Kun aktive behandlere er med i opgørelsen (N = 34).*

Uddannelse/baggrund	Antal
Sygeplejerske	2
Pædagog	14
Psykoterapeut	6
Psykater	1
Psykolog	2
Dyreadfærdsterapeut	2
Lærer	3
Ergoterapeut	3
Sygehjælper	2
Rideterapeut	4
Coach, NLP	3
Ingen uddannelse	4

#### **4.4. Praktiske terapisituationer og de grundlæggende teorier**

I det følgende tages udgangspunkt i terapisituationer med heste, da den største del af de deltagende behandlere netop anvendte heste. Dog har vi ikke, på baggrund af spørgeskemaet, udtømmende oplysninger, og de følgende vurderinger skal således tages med et vist forbehold. Terapi med heste var tilsyneladende meget centreret omkring det at interagere – altså lave noget med hesten – enten i form af øvelser fra jorden, hvor personen eksempelvis skal flytte hesten eller få den til at stå stille, eller i form af ridning. Ridningen kunne være traditionel rideundervisning eller ‘bare’ det at være på hesten og følge med i dens bevægelser. I forhold til de teorier, der blev gennemgået i sektion 3, falder disse aktiviteter således ind under kategori 2, hvor det er det interaktive element, der betragtes som effektivt.

Behandlere, der brugte disse teknikker, angav, at effekten på patienterne kunne ses enten som rent fysiske parametre såsom større kropsbevidsthed og bedre balance og motorik, og/eller at patienten opnåede nogle nye kompetencer. De hyppigst angivne effekter på mentale parametre var øget selvtillid, følelse af succes, mere ro og koncentration, større bevidsthed om kropssprog, afklarethed, mere empati og lyst til sociale kontakter eller simpelthen glæde. Endelig mente behandlerne at se en bedring i symptomerne hos psy-

kiatriske patienter. Det nævntes også af nogle behandlere, at hesten åbner op for kontakten til behandleren og altså har en mæglende eller katalyserende effekt og dermed gør, at patienten og behandleren hurtigere og nemmere kan tale om sværere emner.

Nogle behandlere brugte hesten i en form for rollespil eller projicering af følelser og stemninger, og patienten kunne herved gennemleve og afprøve svære følelser og situationer på en tryk måde.

Antallet af tilbagemeldinger fra behandlere, der brugte hunde, var ret begrænset, men tilsyneladende blev hunde i højere grad end heste brugt som mæglere og katalysatorer i kontakten til behandleren og i mindre grad som interagerende element. De effekter, der typisk blev observeret som følge af kontakten til hunden, var en beroligende effekt, følelse af ansvar, øget livskvalitet og glæde.

Umiddelbart var det ikke muligt at se nogen forbindelse mellem den diagnose, der blev behandlet, og den metode, der anvendtes, da de fleste behandlere henvendte sig til en meget bred gruppe af patienter/klienter.

Hvis man henholder sig til de tidligere nævnte definitioner af dyreassisterede interventioner (sektion 2), vurderer vi, at de fleste af de behandlere, vi var i kontakt med, ikke udførte dyreassisteret terapi, men nærmere dyreassisterede aktiviteter. Dette skyldes primært, at anvendelsen af dyr var af en spontan karakter og ikke i så høj grad styret af en fast plan. Omvendt var der ofte klare mål for, hvad terapien skulle munde ud i, hvilket var et element af DAT.

De behandlere, der deltog i undersøgelsen, anførte selv, at der overordnet mangler videnskabelig dokumentation for, at terapien har en effekt. Flere behandlere efterspurgte mere viden om specifikke elementer i interaktionen mellem terapidyr og menneske, eksempelvis viden om, hvordan dyr og mennesker kommunikerer, hvilken betydning selve berøringen af dyret har, om terapi med rigtige dyr virker bedre end terapi med eksempelvis robotdyr, og om, hvilke underliggende faktorer og styringsmekanismer der har betydning for dyr-menneske-samspillet – eksempelvis hvilke centre der aktiveres i hjernen hos såvel dyr som mennesker. En del terapeuter savnede desuden viden om, hvordan interaktioner under terapien kan overføres til hverdagen, og andre, hvorvidt nogle dyrearter passer bedre til mennesker med bestemte diagnoser. Endelig blev der efterlyst dokumentation for, hvordan dyrets vel-færd påvirkes af deltagelse i terapi – hvor længe kan et terapidyr eksempelvis arbejde pr. dag?

## 5. Fremtidige undersøgelser i effekten af terapidyr

Hvis anvendelsen af dyr som terapi skal have anerkendelse og fodfæste, er der i høj grad brug for en større viden om og dokumentation af effektive elementer i samværet mellem dyr og mennesker og om, hvilke terapiformer der virker bedst på forskellige grupper af personer/populationer. For at kunne tilveje-

bringe denne viden skal vi kunne registrere, hvordan patienten interagerer med dyret, der indgår i terapisituationen, og derved kvantificere, om elementer som eksempelvis varigheden eller intensiteten af fysisk berøring med dyret kan kobles til de mål, der almindeligvis anvendes til at vurdere effekten af pågældende type behandling (Thodberg, Berget & Lidfors, 2014). På nuværende tidspunkt er der ikke evidens for, at effekten af en behandling, der involverer therapidyr, skyldes tilstedeværelsen af dyret og ikke miljø, den stemning, de forhold eller de personer, der også er involverede i den pågældende behandling. Det må også antages, at terapeuten påvirkes af dyrets tilstedeværelse og forholder sig anderledes i situationer med dyr end uden, så dyret har virkninger på begge deltagere og dermed deres samspil og ikke blot på klienten.

Den fremherskende måde at undersøge effekten af dyreassisteret terapi på har indtil nu været at 'måle' på deltagerne, efter at de har gennemgået en eller flere terapisesioner, og altså ikke mens selve terapien foregår. Denne fremgangsmåde gør det ikke muligt at finde kausaliteten i en eventuel effekt og åbner dermed heller ikke for en optimering af terapiformen. Den type mål, der hyppigst har været brugt, er kvalitative tilkendegivelser og psykologiske eller psykiatriske test, der registrerer mentale, følelsesmæssige og kognitive problemstillinger og eventuelle psykiatriske diagnoser. Disse er enten baseret på vurderinger fra en fagperson, patienten selv eller dennes pårørende. Der er lavet en række metaundersøgelser og reviews, der viser, at DAT har op til moderat effekt på disse effektmål (Bernabei et al., 2013; Nimer & Lundahl, 2007; Marino, 2012; Virues-Ortega, Pastor-Barriouso, Castellote, Poblacion & Pedro-Cuesta, 2012). Man har således ofte undersøgelser, hvor resultaterne viser en vis effekt, men hvor det ikke er muligt at identificere, hvilke specifikke faktorer (fx fysisk berøring, aktivitet, samtale) i behandlingen der har vist sig effektive. En mulig løsning ville være at kombinere de traditionelle effektmål med objektive mål, der kan anvendes under afviklingen af selve terapisesionen. Dette kunne gøres ved at inddrage etologiske (adfærdsbiologiske) metoder og fysiologiske mål. Etologi er læren om adfærd, en disciplin, man primært forbinder med studier af dyrs adfærd. Metodikkerne til indsamling af data kan dog uden videre anvendes til indsamling af adfærdsfærdsdata på mennesker (Martin & Bateson, 2007). Udgangspunktet for denne type dataindsamling er et prædefineret *etogram* (Martin & Bateson, 2007) lavet med udgangspunkt i den hypotese, man vil undersøge, hvor de adfærds-elementer, der registreres, er grundigt beskrevet. Selve registreringerne kan enten ske ved direkte observation, eller man kan videofilme den ønskede situation og derefter analysere optagelsen for eksempelvis frekvens og varighed af de udvalgte adfærds-elementer. Relevante adfærdsvariable kunne være kontakt til therapidyr og personer i form af fysisk berøring, øjenkontakt og vokalisering, positur, ansigtsudtryk og aktivitet.

Det er ligeledes oplagt at måle den umiddelbare respons ved hjælp af fysiologiske mål som puls, blodtryk og endokrinologiske mål, og en kombination af fysiologiske mål og adfærds-mål er det optimale.

Ud over at undersøge samspillet mellem menneske og dyr bør der også i fremtidige undersøgelser fokuseres mere på, hvordan de involverede dyr påvirkes af at medvirke i terapiforløb. Som før nævnt kan kontakt til mennesker udløse fysiologiske reaktioner, der kan tolkes som beroligende, men terapidyr er ofte udsat for intens og langvarig fysisk kontakt til mennesker, som de ofte ikke kender, eller som ikke er vant til at håndtere dyr, og som måske bruger et voldsomt kropssprog. Der er lavet nogle få undersøgelser på terapihunde, der indikerer, at den tætte kontakt til patienten kan have negative konsekvenser for dyrets velfærd. Haubenhofers og Kirchengast (2007) fandt en forøget spytkortisolkoncentration hos hunde på dage, hvor de deltog i terapisesioner, sammenlignet med kontroldage, og Glenk et al. (2013) målte en højere kortisolkoncentration hos hunde, der havde snor på i terapi-situationen, sammenlignet med hunde, der var løse. Ud over at påvirke terapidyrets velfærd kan belastning af terapidyret formodentlig påvirke effektiviteten af behandlingen og måske udvikle sig til at blive direkte farlig for patienten, da dyret, for at værges for sig, som yderste konsekvens kan bide/sparke fra sig. For at varetage terapidyrets velfærd kunne man med fordel igangsætte undersøgelser af relevante dyrearters adfærdsmæssige reaktioner på overbelastning og dermed danne grundlaget for et undervisningsmateriale til de personer, der skal håndtere terapidyr.

Det er ligeledes muligt, at nogle dyrearter er bedre egnede til nogle behandlingsformer på grund af dyrets naturlige adfærd, størrelse, reaktioner og sociale adfærd. Større viden på dette område vil på sigt kunne bidrage til et optimeret match mellem dyreart og terapibehov hos mennesker med forskellige behandlingsbehov.

Ud over at dette forskningsfelt har brug for større og bedre designede forsøg, vil en højere grad af tværdisciplinær forskning styrke området. Projekt-samarbejder mellem etologer, psykologer, psykiatere og pædagoger vil gøre det muligt at indsamle både de umiddelbare mål for respons i terapisituationen og de langsigtede mål for effekt, som skitseret ovenfor. Det ville give en holistisk tilgang til området med en større vifte af måleparametre og dermed en mere nuanceret indgangsvinkel.

## 6. Konklusion

I Danmark udbydes terapidyr af flere faggrupper, primært af personer med sundhedsfaglig eller pædagogisk baggrund.

Dyreassisteret terapi har mange betegnelser, udtryk og bagvedliggende teorier. Overordnet mangler der stadig videnskabelig evidens for de fleste teorier, og hvis den nødvendige viden skal tilvejebringes, må den fremtidige forskning baseres på større forsøgspopulationer og bedre design.

På nuværende tidspunkt er der især mangel på viden om kausaliteten mellem interaktionen med dyret og de traditionelle effektmål for terapeutiske

interventioner. Vi foreslår, at man inddrager objektive mål, der indsamles i forbindelse med selve terapisituationen, såsom kvantitative adfærdsmål og fysiologiske mål, og kobler disse til de traditionelle psykologiske og psykiatriske instrumenter, således at effektive elementer i samspillet med terapi dyret kan identificeres.

## Tak

Vi takker Tia Hansen for konstruktivt input og to anonyme reviewere for kommentarer til tidligere versioner af manuskriptet.

## REFERENCER

- Balluerka, N., Muela, A., Amiano, N., & Caldentey, M. A. (2014). Influence of animal-assisted therapy (AAT) on the attachment representation of youth in residential care. *Children and Youth Services Review, 42*, 103-109.
- Barba, B. E. (1995). A critical review of research on the human/companion animal relationship. *Anthrozoös, 8*(1), 9-19.
- Beck, A. M., & Katcher, A. K. (2003). Future directions in human-animal bond research. *The American Behavioral Scientist, 47*(1), 79-93.
- Berget, B., Skarsaune, I., Ekeberg, Ø., & Braastad, B. O. (2007). Humans with mental disorders working with farm animals: A behavioural study. *Occupational Therapy in Mental Health, 23*(2), 101-117.
- Berget, B., Ekeberg, Ø., & Braastad, B. O. (2008). Animal-assisted therapy with farm animals for persons with psychiatric disorders: Effects on self-efficacy, coping ability and quality of life, a randomized controlled design. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health, 4*(9), 1-7.
- Bernabei, V., Ronchi, D. D., Ferla, T. L., Moretti, F., Tonelli, L., Ferrari, B., Forlani, M., & Atti, A. R. (2013). Animal-assisted interventions for elderly patients affected by dementia or psychiatric disorders: A review. *Journal of Psychiatric Research, 47*(6), 762-773.
- Chur-Hansen, A., McArthur, M., Winefield, H., Hanieh, E., & Hazel, S. (2014). Animal-assisted interventions in children's hospitals: A critical review of the literature. *Anthrozoös, 27*(1), 5-18.
- Chandler, C. K. (2012). *Animal-assisted therapy in counselling* (2<sup>nd</sup> ed.). New York, NY: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Fine, A. H. (Ed.). (2010). *Handbook on animal-assisted therapy* (3<sup>rd</sup> ed.). London, UK: Academic Press.
- 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.
- Gee, N. R., Harris, S. L., & Johnson, K. L. (2007). The role of therapy dogs in speed and accuracy to complete motor skills tasks for preschool children. *Anthrozoös, 20*(4), 375-386.
- Glenk, L. M., Kothgassner, O. D., Stetina, B. U., Palme, R., Kepplinger, B., & Baran, H. (2013). Therapy dogs' salivary cortisol levels vary during animal-assisted interventions. *Animal Welfare, 22*(3), 369-378.



- Grigore, A. A., & Rusu, A. S. (2014). Interaction with a therapy dog enhances the effects of social story method in autistic children. *Society & Animals, 22*(3), 241-261. doi: 10.1163/15685306-12341326
- Handlin, L., Hydbring-Sandberg, E., Nilsson, A., Ejdebäck, K., Jansson, A., & Uvnäs-Moberg, K. (2011). Short-term interaction between dogs and their owners: Effects on oxytocin, cortisol, insulin and heart rate – An exploratory study. *Anthrozoös, 24*(3), 301-315.
- Hansen, K., Messinger, C. J., Baun, M. M., & Megel, M. (1999). Companion animals alleviating distress in children. *Anthrozoös, 12*(3), 142-148.
- Haubenhofer, D. K., & Kirchengast, S. (2007). Dog handlers' and dogs' emotional and cortisol secretion responses associated with animal-assisted therapy sessions. *Society & Animals, 15*, 127-150.
- Hauge, H., Kvalem, I. L., Berget, B., Eners-Slegers, M. J., & Braastad, B. (2014). Equine-assisted activities and the impact on perceived social support, self-esteem, and self-efficacy among adolescents – An interventions study. *International Journal of Adolescence and Youth, 19*(1), 1-21.
- Havener, L., Gentes, L., Thaler, B., Megel, M. E., Baun, M. M., Driscoll, F., Beiraghi, S., & Agrawal, S. (2001). The effects of a companion animal on distress in children undergoing dental procedures. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing, 24*(2), 137-152.
- Headey, B., & Grabka, M. M. (2007). Pets and human health in Germany and Australia: National longitudinal results. *Social Indicators Research, 80*(2), 297-311.
- Herzog, H. (2011). The impact of pets on human health and psychological well-being: Fact, fiction or hypothesis? *Current Directions in Psychological Science, 20*(4), 236-239.
- Kemp, K., Signal, T., Botros, H., Taylor, N., & Prentice, K. (2014). Equine facilitated therapy with children and adolescents who have been sexually abused: A program evaluation study. *Journal of Child & Family Studies, 23*(3), 558-566. doi: 10.1007/s10826-013-9718-1
- Kendall, E., Maujean, A., Pepping, C. A., & Wright, J. J. (2014). Hypotheses about the psychological benefits of horses. *Explore, 10*(2), 81-87.
- Kruger, K. A., & Serpell, J. A. (2006). Animal assisted interventions in mental health: Definitions and theoretical framework. In A. H. Fine (Ed.), *Handbook on animal-assisted therapy* (pp. 21-38). London, UK: Academic Press.
- Lang, U. E., Jansen, J. B., Wertenaue, F., Gallinat, J., & Rapp, M. A. (2010). Reduced anxiety during dog assisted interviews in acute schizophrenic patients. *European Journal of Integrative Medicine, 2*(3), 123-127.
- Lentini, J. A., & Knox, M. (2008). A qualitative and quantitative review of equine facilitated psychotherapy (EFP) with children and adolescents. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation, 13*(1), 17-30.
- Liljenstolpe, C. (2009). *Horses in Europe*. Uppsala: Sveriges Lantbruksuniversitet.
- Marino, L. (2012). Construct validity of animal-assisted therapy and activities: How important is the animal in AAT? *Anthrozoös, 25*(Suppl.), 139-151.
- Martin, P., & Bateson, P. (2007). *Measuring behaviour*. New York, US: Cambridge, Univ. Press.
- Martin, F., & Farnum, J. (2002). Animal-assisted therapy for children with pervasive developmental disorders. *Western Journal of Nursing Research, 24*(6), 657-670.
- Miller, S. C., Kennedy, C., VeVoe, D., Hickey, M., Nelson, T., & Kogan, L. (2009). An examination of changes in oxytocin levels in men and women before and after interactions with a bonded dog. *Anthrozoös, 22*(1), 31-42.

- Nagengast, S. L., Baun, M. M., Megel, M., & Leibowitz, J. M. (1997). The effects of the presence of a companion animal on physiological arousal and behavioural distress in children during a physical examination. *Journal of Pediatric Nursing*, 12(6), 323-330.
- Nimer, J., & Lundahl, B. (2007). Animal-assisted therapy: A meta-analysis. *Anthrozoös*, 20(3), 225-238.
- Odental, J. S. J., & Meintjes, R. A. (2003). Neurophysiological correlates of affiliative behaviour between humans and dogs. *The Veterinary Journal*, 165(3), 296-301.
- Pauw, J. (2000). Therapeutic horseback riding studies: Problems experienced by researchers. *Physiotherapy*, 86(10), 523-527.
- Redefer, L. A., & Goodman, J. F. (1989). Brief report: Pet-facilitated therapy with autistic children. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 19(3), 461-467.
- Schneider, M. S., & Harley, L. P. (2006). How dogs influence the evaluation of psychotherapists. *Anthrozoös*, 19(2), 128-142.
- Sempik, J. (2008). Green care: A natural resource for therapeutic communities? *International Journal of Therapeutic Communities*, 29(3), 221-227.
- Solomon, O. (2010). What a dog can do: Children with autism and therapy dogs in social interaction. *Journal of the Society for Psychological Anthropology*, 38(1), 143-166.
- Taylor, M., Edwards, M. E., & Pooley, J. A. (2013). "Nudging them back to reality": Toward a growing public acceptance of the role dogs fulfil in ameliorating contemporary veterans' PTSD symptoms. *Anthrozoös*, 26(4), 593-611.
- Thodberg, K., Christensen, J. W., & Videbech, P. (2013). Behavioural reactions of elderly people during bi-weekly visits with either a dog, a robot seal (PARO), or a soft toy cat (Abstract). *Proceedings of the IAHAIIO's International Conference*, Chicago, USA.
- Thodberg, K., Uhrskov, L., Christensen, J. W., Edwards, D., Poulsen, P. H., Houbak, B., Damgaard, V. J., Keseler, I., & Videbech, P. (2013). The effects of bi-weekly visits accompanied by either a dog, a robot seal (PARO), or a soft toy cat on sleep patterns and mental health of nursing home residents. *Proceedings of the ISAZ Conference*, Chicago, USA.
- Thodberg, K., Berget, B., & Lidfors, L. (2014). Research in the use of animals as a treatment for humans. *Animal Frontiers*, 4(3), 43-48.
- Virues-Ortega, J., Pastor-Barriouso, R., Castellote, J. M., Poblacion, A., & Pedro-Cuesta, J. D. (2012). Effect of animal-assisted therapy on the psychological and functional status of elderly populations and patients with psychiatric disorders; A meta-analysis. *Health Psychology Review*, 6(2), 197-221.
- Ward, S. C., Whalon, K., Rusnak, K., Wendell, K., & Paschall, N. (2013). The association between therapeutic horseback riding and the social communication and sensory reactions of children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(9), 2190-2198. doi: 10.1007/s10803-013-1773-3
- Wilson, C. C. (1991). The pet as an anxiolytic intervention. *The Journal of Nervous and Mental Diseases*, 179(8), 482-489.
- Wilson, E. O. (1984). *Biophilia*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Winefield, H. A., Black, A., & Chur-Hansen, A. (2008). Health effects of ownership and attachment to companion animals in an older population. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15(4), 303-310.