

DYREASSISTERT TERAPI FOR UNGE UNDER OPPHOLD VED INSTITUSJON FOR FYSISK REHABILITERING. ET PROSJEKT PÅ CATOSENTERET

Christine Olsen¹ & Ida Kristin Myren²

Norge har økt fokus på å styrke helse- og omsorgstjenestenes innsats ovenfor barn, unge og unge voksne med funksjonsnedsettelse. Tidligere forskning har vist at dyreassistert terapi (DAT) kan bidra til å stimulere rehabilitering. Målet med dette prosjektet var å gi økt kompetanse og kunnskap om DAT ved rehabiliteringsinstitusjon.

Tretten pasienter (77% kvinner) i alderen 16 til 23 år fikk DAT med hund tre ganger i uken i fire uker. Pasienter med kronisk utmattelsessyndrom utgjorde 46% av deltakerne, de resterende var til rehabilitering for traumer og andre typer sykdommer. Data ble samlet inn ved halvstrukturerede intervju av pasientene og spørreskjema for 13 helsepersonell nært knyttet til pasientene.

Nesten alle svarte at hunden hjalp deltakerne til å komme i bedre fysisk form, og 46% av helsepersonell mente at deltakerne fikk bedre engasjement i de andre aktivitetene som inngikk i rehabiliteringen. Samtlige helsepersonell var svært fornøyd med tiltaket og ville anbefale DAT med hund ved institusjoner som gir tilbud innen kompleks rehabilitering. Institusjonen har i etterkant av prosjektet innlemmet dyreassistert terapi i rehabilitering av alle sine brukergrupper.

Nøgleord: dyreassistert intervensjon, hund, kronisk utmattelsessyndrom

1. Innledning

Helsedirektoratet i Norge har hatt økt fokus på å styrke helse- og omsorgstjenestenes innsats ovenfor barn, unge og unge voksne med funksjonsnedsettelse. Det ble derfor bestilt et prosjekt for å få økt kompetanse og kunnskap om dyreassistert terapi (DAT) ved en fysikalsk rehabiliteringsinstitusjon i Norge, og for å se på muligheter for utvikling av kunnskap om effekt av DAT i rehabiliteringstilbud til ungdom og unge voksne med særlig fokus på

-
- 1 Christine Olsen er PhD-student ved Norges miljø- og biovitenskapelige universitet. Email: christine.olsen@nmbu.no.
 - 2 Ida Kristin Myren er MSc og folkehelsekoordinator i Sørums kommun, Norge.

stimulering og aktivitet. Dette genererte en rapport, som denne artikkelen bygger på.

Betydningen naturgrunnet har for menneskers selvopplevde helse og livskvalitet, og hvordan naturvitenskaplig og landbruksfaglig kunnskap kan benyttes i forebyggende og terapeutisk helsearbeid, fanger stadig fleres interesse. Dyr kan nå inn til mennesker på måter som ikke nødvendigvis kan erstattes av teknologi eller farmasi. E. O. Wilson's biophili-hypotese hevder at mennesker innehar en genetisk tilbøyelighet til å delta i eller bli tiltrukket av andre levende organismer (Kellert, 1993; Wilson, 1984).

Det er gjort lite forskning på ungdom og unge voksne som får DAT ved fysikalsk rehabilitering. I et 4-ukers prosjekt hvor "The Social Behaviour Scale" ble benyttet for å finne forskjeller mellom en gruppe som fikk DAT og en kontrollgruppe, viste pasientene som fikk DAT mer smil og tilfredshet, de var mer sosiale og hjelpsomme og interagerer mer med omgivelsene enn kontrollgruppen (Marr et al., 2000). Havey, Vlasses, Vlasses, Ludwig-Beymer & Hackbarth (2014) fant en signifikant nedgang i smertestillende blant pasienter som fikk DAT.

Flere undersøkelser har funnet at mennesker som interagerer med dyr de føler seg trygge på kan vise et lavere fysiologisk aktiveringsnivå med senket blodtrykk og hjerterefrekvens (Barker, Knisely, McCain & Best, 2005; Cole, Gawlinski & Steers, 2005; Cole, Gawlinski, Steers & Kotlerman, 2007), og tegn på styrket immunforsvar (Charnetski, Riggers & Brennan, 2004). Flere faktorer kan imidlertid være avgjørende for hvorvidt det er mulig å konkludere at å omgås dyr gir fysiologiske effekter (se f.eks. Miller et al., 2009).

2. Prosjektet

Det overordnede målet med dette prosjektet var å gi økt kompetanse og kunnskap om DAT ved fysikalsk rehabiliteringsinstitusjon i Norge, og se på muligheter for utvikling av kunnskap innenfor spesialisthelsetjenesten om effekt av DAT i rehabiliteringstilbud til ungdom og unge voksne med særlig fokus på stimulering og aktivitet. Prosjektet var godkjent av Regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk.

Deltakerne fikk DAT med hund tre ganger i uken i fire uker. Hunden var av rasen labrador retriever og utdannet til formålet, og hver intervensjon med DAT hadde varighet på 20-30 minutter. Intervensjonene var passiv og aktiv kontakt med hunden. Eksempler på passiv kontakt var å observere hunden eller å sitte ved siden av den. Aktiv kontakt var blant annet å klappe hunden, børste hunden, koble på båndet, gi godbit, leke med hunden, gjøre øvelser og gå tur.

3. Deltakere

For å oppnå et rikt beskrivende datamateriale ble det på forhånd bestemt en utvalgsstørrelse på 15 deltakere. Inklusjonskriteriene ble fastsatt som en konsekvens av Helsedirektoratets ønsker om utvikling av nye rehabiliteringstilbud for barn og unge voksne. Det var ønskelig med få inklusjons- og eksklusjonskriterier for å få et mest mulig helhetlig bilde av aktuelle diagnosegrupper som kunne tenkes å nyttiggjøre seg av DAT. Inklusjonskriteriene ble derfor satt til ungdom og unge voksne i alderen 15-30 år som var til rehabiliteringsopphold ved den aktuelle institusjonen. Eksklusjonskriteriene var hundefobi eller manifest allergisk sykdom mot pelsdyr.

Ved prosjektets slutt hadde 13 brukere (77 % kvinner) i alderen 16 til 23 år (gjennomsnittsalder 19,5 år) fullført prosjektet og inngikk dermed i analysene av dataene.

Brukere med diagnosen kronisk utmattelsessyndrom ($n = 6$) utgjorde 46% av deltakerne i prosjektet. De resterende 54% ($n = 7$) var til rehabilitering for traumer/skader og andre typer sykdommer (kronisk svimmelhet, levertransplantert, Morbus Scheuermann, cerebralt insult, sykdom i nervesystemet, multitraume/bilulykke, og bekkenfraktur/astma/pulmonalstenose).

Ni av deltakerne i prosjektet hadde dyr på daværende tidspunkt. Fem hadde hund, tre hadde katt og én hadde både hund og katt. Hele 12 av 13 hadde imidlertid hatt dyr tidligere, hvorav sju hadde hatt hund, tre katt og to kanin. Samtlige deltakere oppga at de hadde kontakt med dyr jevnlig gjennom familie og venner, i tillegg til de som hadde egne dyr.

4. Evalueringsmetode

Data fra deltakerne ble samlet inn ved hjelp av halvstrukturerte intervju. Intervjuguiden ble utformet i samarbeid med relevant faggruppe fra institusjonen (jf. Kvale, 2001).

Intervju og innhenting av demografiske data (inkl. kontakt og forhold til dyr) ble gjennomført i begynnelsen av tiltaket. Videre ble det gjennomført intervju av deltakerne ved tiltakets slutt. Det ble blant annet spurt om hvordan tiltaket med DAT hadde fungert for deltakeren, kontakt med hunden i forhold til selvfølelse, motivasjon og humør, og om de synes at tiltaket ga noe utbytte i forhold til treningen ved institusjonen. Intervjuene ble gjennomført i en kjent situasjon for deltakerne hvor hunden var til stede, og samtalen hadde en hverdagslig form. I tillegg ble det gjennomført en follow-up i form av telefonintervju i etterkant av tiltaket (3 måneder etter). Alle intervju ble foretatt av prosjektkoordinator, og også transkribert av denne. For å kode dataene, identifiserte vi gjentakende faktorer som dukket opp i intervjuene innenfor kategoriene økt fysisk aktivitet, psykososiale faktorer, motivasjon og variasjon (se tabell 1).

Tabell 1		
<i>Typiske uttalelser fra de ulike kategoriene</i>		
Kategori	Deltakernr.	Utsagn fra transkripsjon
Økt fysisk aktivitet	11	<i>"Det har gjort meg bedre. Hunden har motivert meg til å være mer fysisk aktiv. Jeg kan ikke finne på unnskyldninger for ikke å gå ut."</i>
	15	<i>"Var i ganske god form fra før, men har kommet meg mer ut. Hunden har motivert meg til å være mer fysisk aktiv. La igjen krykkene når jeg skulle ut med Lara. Følte at jeg ikke hadde behov for dem."</i>
Motivasjon	18	<i>"Hunden har motivert meg til å være mer fysisk aktiv. Med armen har det blitt veldig bra. Kastingen har hjulpet meg mye."</i>
	11	<i>Det har gjort meg bedre. Hunden har motivert meg til å være mer fysisk aktiv. Jeg kan ikke finne på unnskyldninger for ikke å gå ut.</i>
Psykososiale faktorer	11	<i>"Bedre humør når jeg er sammen med dyr. Har fått mer selvillit."</i>
	19	<i>"Det har litt å si for selvfølelsen. Det har mye å si på selvilliten ved at jeg klarer ting. Den fysiske kontakten har hatt mye å si."</i>
	18	<i>"Oppholdet har blitt mye bedre. Jeg har kost meg skikkelig. Lara er like glad i meg som jeg er i henne."</i>
Variasjon	11	<i>"Ja, jeg kom meg jo ut. Det var en annen type trening og det var deilig."</i>
	19	<i>"Ja, absolutt. Får meg i godt humør og gir variasjon."</i>

Det ble benyttet et diagnoseskjema hvor deltakerens primærkontakt informerte om diagnose, utfall og andre behandlingsformer som deltakeren hadde.

Helsepersonell ($n = 13$) som var deltakernes primærkontakter, besvarte et spørreskjema i etterkant av tiltaket hvor det ble spurt om deres oppfatning av deltakeren som deltok i prosjektet. I spørreskjemaet ble det blant annet spurt om deltakernes humør, kontakt med andre mennesker, mestringsevne og aktivitetsnivå hos deltakerne, samarbeid med den dyreassisterte terapeuten og tilfredshet med tiltaket.

5. Resultater

5.1. Fysisk aktivitet

Det var 92% av både deltakerne ($n = 12$) og helsepersonell ($n = 12$) som svarte at hunden hjalp deltakerne til å komme i bedre fysisk form. 46% ($n = 6$) av helsepersonell mente at deltakerne fikk bedre engasjement i de andre aktivitetene som inngikk i rehabiliteringen. "Hunden har motivert meg til å være mer fysisk aktiv. Jeg kan ikke finne på unnskyldninger for ikke å gå ut". "Var i ganske god form fra før, men har kommet meg mer ut. Hunden har motivert meg til å være mer fysisk aktiv. La igjen krykkene når jeg skulle ut med Lara. Følte at jeg ikke hadde behov for dem".

Det å gå tur med hunden var lagt inn som en del av treningen i den dyreassisterte terapien. 92% ($n = 12$) av helsepersonell svarte at de opplevde at deltakerne syntes det var lettere eller mye lettere å gå tur med hunden som en del av treningen, enn uten hund. "Jeg har kommet meg ut. Det hadde jeg ikke gjort på egenhånd selv. Det har gitt meg motivasjon til å gjøre det når jeg kommer hjem".

5.2. Motivasjon

Når det gjaldt gjennomføring av timene, svarte 77 % ($n = 10$) av deltakerne at de i stor eller svært stor grad klarte å gjennomføre timene med hunden. Tre måneder etter svarte 85% ($n = 11$) at de i stor eller svært stor grad hadde klart å gjennomføre timene med hunden. "Jeg har kastet krykkene og gikk ut uansett. Jeg trodde ikke jeg ville klare det".

Når deltakerne ble spurt om de mener at hunden har hjulpet dem med noe, svarer 31% ($n = 4$) at hunden har gitt dem økt motivasjon. Tre måneder etter tiltaket svarte 46% ($n = 6$) av deltakerne at hunden hadde gitt de økt motivasjon under oppholdet. Økt motivasjon ble også trukket frem av flere deltakere ved ulike anledninger under intervjuene. "Det føles ikke som trening, så man kommer ut og trener uten å tenke på det".

5.3. Psykososiale faktorer

Det var 46% ($n = 6$) av deltakerne som svarte at hunden i stor eller svært stor grad hadde noe å si for hvordan de hadde det under oppholdet på institusjonen, mens 54% ($n = 7$) svarte det samme tre måneder etter oppholdet. Fire (31%) og ved follow-up fem mente at hunden ikke hadde noe å si for hvordan de hadde det på oppholdet når de var der. "Helt klart at det har hatt noe å si for min selvfølelse, har blitt mer utadvendt. Merker det hjemme at jeg får mer kontakt med andre. Jeg var roligere til sinns når jeg klappet Lara, koblet mer av". "Bedre humør når jeg er sammen med dyr. Har fått mer selvtillit". "Gir mer glede".

Bedre humør, at det var morsomt og gøy å ha timer med hunden ble oppgitt som svar på mange av spørsmålene. I følge helsepersonell mener 61% ($n = 8$) at tiltaket har bedret deltakernes humør. "Treningen har blitt mer morsom, blir i godt humør av å være med hunden. Når du er i godt humør hjelper det på andre ting". "Jeg har blitt utrolig glad, en helt ny person. Føler at hunden har gitt meg ro både fysisk og psykisk".

5.4. Annet

Flere av deltakerne påpeker også under intervjuene at tiltaket med hund har gitt dem variasjon i treningen, noe de mener er positivt.

Hele 92% ($n = 12$) av deltakerne uttrykte at de var fornøyd eller svært fornøyd med deltakelse i prosjektet. Dette holdt seg på samme nivå tre måneder etter at tiltaket var avsluttet. "Har ikke tenkt på smertene i det hele tatt når jeg har vært med hunden. Det er mye lettere".

Samtlige helsepersonell som besvarte spørreskjema var svært fornøyd med tiltaket og vil anbefale DAT som terapiform for mennesker til rehabilitering. Rabbitt, Kazdin & Hong (2014) fant i sin undersøkelse om holdninger til DAT, psykoterapi og medikamentell behandling at DAT blir vurdert som en svært akseptabel behandlingsform. Det er derfor å anta at implementering av DAT i ulike former for behandling vil øke som et resultat av at pasienter som mottar DAT er fornøyd, helsepersonell har kunnskap om og ønsker å tilby DAT (Hightower, 2010), og foreldre har tro på behandlingsformen.

6. Evalueringens hovedpunkter

Det er interessant å se endringen av holdninger hos deltakeren fra tiltakets slutt og ved follow-up. Både når det gjelder i hvor stor grad de klarte å gjennomføre timene med hunden, i hvilken grad hunden hadde innvirket på deres opphold ved institusjonen og i forhold til det faktum at hunden hadde gitt dem økt motivasjon, vektla deltakerne hundens rolle større betydning når de tenkte tilbake på oppholdet enn på det tidspunkt hvor de var oppe i situasjonen. Dette kan muligens begrunnes i deltakernes generelt positive innstilling til dyr (jf. avsnitt 3).

Det har vært et mål å bevisstgjøre ansatte om hvordan DAT kan brukes som en del av rehabiliteringstilbudet, og samtidig øke bruken av DAT i rehabiliteringstilbudet for ungdom og unge voksne. Samtlige helsepersonell som besvarte spørreskjemaet var svært fornøyd med tiltaket og ville anbefale DAT med hund som terapiform for mennesker til rehabilitering ved institusjoner som gir tilbud innen kompleks rehabilitering. Institusjonen har i etterkant av prosjektet innlemmet DAT i rehabilitering av alle sine brukergrupper.

Intervju av deltakerne ga innblikk i deres livsverden, og hvordan de opplevde tiltaket med DAT. Deltakerne uttrykte at hunden fungerte som en økt motivasjonsfaktor for å komme seg ut på tur og til å være mer fysisk aktive. Samtidig bidro hunden til å gi deltakerne bedre humør og en annerledes hverdag under opphold på rehabiliteringsinstitusjonen.

REFERENSER:

- Barker, S. B., Knisely, J. S., McCain, N. L., & Best, A. L. (2005). Measuring stress and immune response in healthcare professionals following interaction with a therapy dog: A pilot study. *Psychological Reports*, *96*(3 Pt. 1), 713-729.
- Charnetski, C. J., Riggers, S., & Brennan, F. X. (2004). Effect of petting a dog on immune system function. *Psychological Reports*, *95*(3 Pt. 2), 1087-1091.

- Cole, K., Gawlinski, A., & Steers, N. (2005). Animal-assisted therapy decreases hemodynamics, plasma epinephrine, and state anxiety in hospitalized heart failure patients. *Circulation, 112*(17), 2513.
- Cole, K. M., Gawlinski, A., Steers, N., & Kotlerman, J. (2007). Animal-assisted therapy in patients hospitalized with heart failure. *American Journal of Critical Care, 16*(6), 575-585.
- Havey, J., Vlasses, F. R., Vlasses, P. H., Ludwig-Beymer, P., & Hackbarth, D. (2014). The effect of animal-assisted therapy on pain medication use after joint replacement. *Anthrozoös, 27*(3), 361-369. doi: 10.2752/175303714X13903827487962
- Helseidirektoratet. (2009). *Handlingsplan – Habilitering av barn og unge. IS-1692*. ISBN: 978-82-8081-154-7.
- Hightower, R. M. (2010). Assessment of occupational therapists' attitudes and knowledge of animal-assisted therapy. *Master's and Doctoral Projects*. Paper 189. Hentet fra <http://utdr.utoledo.edu/graduate-projects/189>, januar 2015.
- Kellert, S. R. (1993). The biological basis for human values of nature. In S. R. Kellert & E. O. Wilson (Eds.), *The biophilia hypothesis* (pp. 42-66). Washington, D.C.: Island Press.
- Kvale, S. (2001). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal Akademiske.
- Marr, C. A., French, L., Thompson, D., Drum, L., Greening, G., Mormon, J., Henderson, L., & Hughes, C. W. (2000). Animal-assisted therapy in psychiatric rehabilitation. *Anthrozoös, 13*(1), 43-47.
- Miller, S., Kennedy, C., DeVoe, D., Hickey, M., Nelson, T., & Kogan, L. (2009). An examination of changes in oxytocin levels in men and women before and after interaction with a bonded dog. *Anthrozoös, 22*(1), 31-42. doi: 10.2752/175303708x390455.
- Rabbitt, S. M., Kazdin, A. E., & Hong, J. (2014). Acceptability of animal-assisted therapy: Attitudes toward AAT, psychotherapy, and medication for the treatment of child disruptive behavioral problems. *Anthrozoös, 27*(3), 335-350. doi: 10.2752/175303714X13903827487881.
- Wilson, E. O. (1984). *Biophilia*. Cambridge: Harvard University Press.