



UPPSALA  
UNIVERSITET

Institutionen för folkhälso- och vårdvetenskap  
Vårdvetenskap

## Med tassar mot ett mål:

kan vårdhund öka välbefinnande, motivation och aktivitet  
vid rehabilitering?

Författare

Catarina Andersson

Linda Centurion Arce

Handledare

Anja Saletti

Examinator

Mariann Hedström

Examensarbete i vårdvetenskap 15 hp

Sjuksköterskeprogrammet 180 hp

2013

## **SAMMANFATTNING**

**Bakgrund:** Användning av vårdhund inom svensk sjukvård har ökat och då antalet studier som gjorts inom området rehabilitering är få ansågs detta vara ett relevant område att fördjupa sig i.

**Syfte:** Att undersöka om rehabilitering med vårdhundsförare och vårdhund kan öka välbefinnande, motivation och aktivitet hos vårdtagare i jämförelse med konventionell träning.

**Metod:** Single case design. Två deltagare studerades under sju träningspass i fyra veckor med videoinspelning, VAS och intervju.

**Resultat:** Självskattning på VAS visade inga skillnader mellan de olika träningarna, medan observationerna av träningarna med vårdhund visade att deltagarna log längre tid och de hade även mer fysisk kontakt, fler finmotoriska övningar och hälften så lång tid av grovmotoriska övningar. Deltagarna beskrev båda träningarna som värdefulla, givande och roliga.

Träningarna med vårdhund upplevdes även som lättsamma och en stund då de slapp tänka på det tråkiga som hänt.

**Slutsats:** Båda typerna av träning var lika uppskattade enligt VAS, medan observationerna och intervjuerna visade att träningarna med vårdhund gav ökat välbefinnande. Då välbefinnande är en viktig faktor för motivation och aktivitet, är fler studier inom området av intresse eftersom träning med vårdhund förefaller vara en betydelsefull tillgång inom rehabilitering.

**Nyckelord:** omvårdnad, vårdhund, rehabilitering.

## **ABSTRACT**

**Background:** The use of Animal Assisted Intervention (AAI) within Swedish health care has increased and as the number of studies done in the field of rehabilitation is few, this was considered a relevant field to explore.

**Aim:** To investigate whether AAI could increase wellbeing, motivation and activity of patients in comparison with conventional rehabilitation.

**Method:** Single case design. Two participants were studied at seven training sessions for four weeks with video recording, VAS and interview.

**Result:** Self-assessment on VAS showed no differences between the various trainings, while observations showed that the participants smiled longer, had more physical contact, more fine motor skill exercises and half the time of gross motor exercises at AAI sessions. Participants described both trainings as valuable, rewarding and fun. AAI sessions were also described as easy-going and a moment of distraction from the bad things that had happened.

**Conclusions:** According to VAS both trainings were equally appreciated, while the observations and interview showed that AAI provided increased wellbeing. Wellbeing is an important factor for motivation and activity. Thus more studies in the area are of interest since the use of AAI appears to be an important asset in rehabilitation.

**Keywords:** nursing, therapy dog, rehabilitation.

<b>FÖRFATTARNAS TACK .....</b>	<b>6</b>
<b>BAKGRUND .....</b>	<b>7</b>
Hälsa och djur .....	7
Välbefinnande.....	8
Aktivitet .....	9
Motivation .....	10
Sjuksköterskans roll .....	10
Hundar i svensk vård .....	10
Problemformulering.....	11
Syfte .....	11
Frågeställning.....	11
<b>METOD .....</b>	<b>12</b>
Design .....	12
Kontext .....	12
Urval .....	13
Tillvägagångssätt.....	13
Innan studiens början.....	13
Under pågående studie .....	13
Efter samtliga träningsessioner slutförts .....	14
Datainsamlingsmetod .....	14
Observationer.....	14
Visuell Analog Skala .....	15
Intervju .....	15
Forskningsetiska överväganden.....	15
Bearbetning och analys .....	16
Observationer.....	16
Visuell Analog Skala .....	16
Intervju .....	16
<b>RESULTAT .....</b>	<b>19</b>
Deltagare 1.....	19
Observationer.....	19
Visuell Analog Skala .....	22

Intervju .....	22
<b>Deltagare 2.....</b>	<b>25</b>
Observationer.....	25
Visuell analog skala.....	28
Intervju .....	28
<b>DISKUSSION .....</b>	<b>30</b>
<b>Resultatdiskussion .....</b>	<b>30</b>
Välbefinnande .....	30
Aktivitet .....	31
Motivation .....	32
<b>Metoddiskussion.....</b>	<b>33</b>
Observationer.....	33
Visuell Analog Skala.....	33
Intervjuer.....	34
Single case design.....	34
Förförståelse.....	35
<b>Forskningsetiska överväganden.....</b>	<b>35</b>
<b>Kliniska implikationer.....</b>	<b>35</b>
<b>Slutsats och framtida studier.....</b>	<b>36</b>
<b>REFERENSER.....</b>	<b>37</b>
<b>BILAGA 1. VAS TILL UNDERSÖKNINGSPERSON.....</b>	<b>Fel!Bokmärket är inte definierat.</b>
<b>BILAGA 2. INTERVJUFRÅGOR.....</b>	<b>Fel!Bokmärket är inte definierat.</b>
<b>BILAGA 3. INFORMATIONSBREV UNDERSÖKNINGSPERSON</b>	<b>Fel!Bokmärket är inte definierat.</b>
<b>Samtyckesblankett.....</b>	<b>Fel!Bokmärket är inte definierat.</b>
<b>BILAGA 4. INFORMATIONSBREV VERKSAMHETSCHEF.....</b>	<b>Fel!Bokmärket är inte definierat.</b>
<b>BILAGA 5. INFORMATIONSBREV TILL PERSONAL .....</b>	<b>Fel!Bokmärket är inte definierat.</b>

## **FÖRFATTARNAS TACK**

Vi vill börja med att framföra ett stort tack till de som gjort denna studie möjlig att genomföra. Framförallt tack till hundarna Iris, Åke och Hilda samt vårdhundsföraren, arbetsterapeuten, sjukgymnasten och inte minst de två deltagarna i studien.

Tack även till handledare Anja Saletti för allt stöd i analys- och skrivandeprocessen.

## **BAKGRUND**

### **Hälsa och djur**

Användning av djur i vården är en viktig resurs att beakta som sjuksköterska då forskning visar att djur har flera hälsofrämjande effekter (Beth, 1995). En central del av sjuksköterskans uppgifter är att utföra hälsofrämjande omvårdnad och därför bör metoder och rutiner finnas för att främja och bevara god hälsa (Svensk Sjuksköterskeförening, 2012). Människans hälsa påverkas av många olika faktorer och djur har varit viktiga för oss människor under tusentals år och hundar tros ha använts som sällskapsdjur i över 30 000 år (Brodie & Biley, 1998). Redan på 1800-talet uppmärksammades djur inom vården och år 1860 skrev Florence Nightingale: "A small pet animal is often an excellent companion for the sick, for long chronic cases especially" (s. 103). Forskning om hur sällskapsdjur påverkar människors hälsa har under senare år expanderat och blivit ett allt mer uppmärksammat forskningsområde. Flera olika områden inom somatisk och psykisk hälsa har under åren studerats, bland annat effekter hos äldre med demenssjukdom, personer med kardiovaskulär sjukdom samt vuxna och barn med psykiatrisk sjukdom. Resultaten har ibland varit motstridiga vilket kan bero på att forskning inom området är komplext förknippat med metodologiska svårigheter (Barker & Wolen, 2008; Brodie & Biley, 1998). En review inom området tar upp flera artiklar som visat att kontakt med sällskapsdjur kan minska depression, samtidigt som en annan undersökning visade att äldre djurägare i Australien hade högre förekomst av depression än äldre som inte var djurägare (Walsh, 2009). I en annan review tar man upp effekter på blodtryck och hjärtfrekvens vid kontakt med hundar. Medan några studier visat att klappa och vara fysiskt nära hundar kan sänka blodtryck och hjärtfrekvens och därmed stress, har andra studier inte visat någon skillnad i dessa parametrar mellan interventionsgrupp och kontrollgrupp (Beetz, Ulnäs-Moberg, Julius & Kortschai, 2012). Kritik mot forskning om sällskapsdjurs påverkan på människors hälsa är att många av studierna har få deltagare, att kontrollgrupp ofta saknas och att det finns få studier angående långtidseffekter (Grandgeorge & Hausberger, 2011).

Mycket forskning som gjorts visar att sällskapsdjur, såsom hundar, katter och fiskar, har en positiv effekt på människors hälsa. Närvaro av hundar kan minska ensamhet, aggression, oro och uppmuntra till sociala interaktioner hos personer med demenssjukdom (Barker & Wolen, 2008;

Filan & Llewellyn-Jones, 2006). Jämfört med dem som drabbats av hjärtinfarkt och inte hade hund och/eller katt hade hund- och kattägare som drabbats av hjärtinfarkt högre överlevnad efter ett år (Friedmann, Katcher, Lynch & Thomas 1980; Friedman & Thomas, 1995). En studie visar även på snabbare återhämtning efter hjärt- och kärlsjukdom och dessutom ses viss förebyggande effekt vid kontakt med sällskapsdjur (Beck, 2000). Förbättrat humör och ökad social interaktion har påvisats hos personer med psykiatrisk sjukdom vid kontakt med sällskapsdjur (Barker & Wolen, 2008, Nepps, Stewart & Bruckno, 2011). Kontakten med sällskapsdjur kan minska hjärtfrekvens, blodtryck och kortisolhalt i kroppen, vilket förknippas med ökad motståndskraft mot stress (Barker & Wolen, 2008; Beetz et al., 2012). Förekomst av djur på sjukhus kan göra att miljön uppfattas som mindre antiseptiskt och mer neutral vilket anses kunna normalisera en individs situation (Brodie & Biley, 1998).

### **Välbefinnande**

En review tar upp flera studier som pekar på ökat välbefinnande i närvaro av djur. Fysisk kontakt med hundar i form av beröring kan enligt flera studier öka utsöndringen av hormonet oxytocin i kroppen, ett hormon förknippat med ökat välbefinnande. Oxytocin stimulerar till social interaktion, ökad ögonkontakt, empati, tillit, en positiv självbild, generositet, minskar oro, stress och depression (Beetz et al., 2012). En viktig del för människans välmående är anknytningen till andra människor eller djur. Kontakten med djur är ofta mindre komplex än kontakten med människor. Sällskapsdjurs förmåga att initiera och ge gensvar på social interaktion är något som ofta uppskattas av människor (Brodie & Biley, 1998). Vid en av de första studierna som undersökte effekter av sällskapsdjur valdes ett antal patienter inom psykiatrin ut där ingen traditionell behandling hade fungerat. Deltagarna fick under upprepade tillfällen träffa hundar och katter. Träffarna videofilmades för att kunna studera social interaktionen mellan människa och djur. Resultatet var att patienterna blev mindre tillbakadragna, svarade snabbare och utförligare på frågor från terapeuten. Dessutom blev deltagarna även gladare (Beck, 2000). I en studie gjord på ett särskilt boende för äldre där man undersökte hur vårdhundsförare och vårdhund påverkade boenden, visades i resultatet positiva effekter hos samtliga deltagare. De fick bland annat ökad livskvalitet och glädje samt förbättrad ADL förmåga. Interventionerna med vårdhundsteamet ledde även i vissa fall till lägre behov av lugnande mediciner (Lundström & Blusi, 2012). En studie har även visat att umgänge med sällskapsdjur kan minska ensamhet,



öka känslan av trygghet och ger även möjligheter till lek och avkoppling (Beck, 2000).

Kontakten med hundar kan även minska utåtagerande beteenden och aggressivitet vilket skapar en lugnare och behagligare miljö (Brodie & Biley, 1998; Lundström & Blusi, 2012; Velde, Cipriani & Fischer, 2005).

### **Aktivitet**

Användning av hundar kan bidra till ökad aktivitet på olika sätt. En anledning till ökad aktivitet kan vara att hunden distraherar. Då fokus ligger på hunden görs ibland en extra ansträngning utan att individen märker det (Lundström & Blusi, 2012). En annan anledning till ökad aktivitet kan vara att hunden gör att träningsuppgiften känns meningsfull och kan motivera till att delta i aktiviteten (Velde et al., 2005). En meningsfull uppgift kan vara att man i stående kastar iväg en boll till en hund istället för en människa och på så vis tränar balans och motorik. Uppgiften kan kännas viktig då hunden blir glad och tycker om att leka med bollar. Användning av djur inom vården kan öka meningsfullhet, tillfredställelse och att känna sig behövd. Istället för att utföra påhittade terapeutiska åtgärder, uträttas verkliga arbetsuppgifter tillsammans med hunden, såsom att ta ut hunden på en promenad (Håkanson, Palmgren Karlsson, Sallander & Henriksson, 2008). En studie har även visat att närvaro av hundar kan motivera barn med fetma till ökad fysisk aktivitet, då de hellre går ut på en promenad med hunden än utan (Wohlfarth, Mutschler, Beetz, Kreuser & Korsten-Reck, 2013) I en studie jämfördes resultaten av rehabilitering med och utan hjälp av vårdhund av vuxna som drabbats av stroke. Resultatet visade att deltagarna som fick hjälp av vårdhund hade ökad gånghastighet och förbättrat gångmönster i jämförelse med de som använde sig av krycka. Deltagarna höll hunden i ett anpassat halsband, när hunden började gå följde deltagaren efter med mindre eftertanke. Med kryckan var deltagarna tvungna att fokusera på att lära sig att gå med kryckan. Träningen med hunden upplevdes mindre monoton då hunden försatte deltagarna i nya situationer som att stanna och kissa eller hälsa på förbigående. Dessa situationer frambringade en mer vardagsliknande miljö i rehabiliteringen vilket ansågs positivt av deltagarna (Rondeu, Corriveau, Bier, Camden, Champagne & Dion, 2010). Hundar kan användas för att förbättra balans, styrka och rörlighet. Rörlighet i armar och händer kan förbättras genom dagliga göromål med hundar såsom borstning, klippning och att klappa hundar (Velde et al., 2005).

## **Motivation**

Välbefinnande tros vara en viktig faktor för motivation (Siegert & Taylor, 2003; Wohlfarth et al., 2013). Motivation är en viktig del för följsamhet och aktivt deltagande av rehabilitering. Det finns olika teorier angående vad som påverkar en persons motivation och målsättning. En teori är att känslor hör ihop med förmågan att vilja och kunna uppnå mål. Graden av välbefinnande påverkar om målen anses vara värda att kämpa för och ger också energi för att uppnå dem. Således är det av vikt att ta reda på vilka faktorer som påverkar välbefinnandet och satsningar bör göras på dessa (Siegert & Taylor, 2003). Hundassisterad intervention kan öka implicit motivation, en typ av undermedveten motivation som grundar sig på positiva sinnesupplevelser. Då implicit motivation är undermedveten kan denna typ av motivation inte påvisas i form av självrapportering. Däremot kan den påvisas i form av emotionella ansiktsuttryck, nyfikenhet, social interaktion, tillgivenhet, glädje och hormonpåverkan i kontakt med hundar (Wohlfarth et al., 2013).

## **Sjuksköterskans roll**

Omvårdnad är sjuksköterskans ansvarsområde och alla sjuksköterskor har ett ansvar att bidra till utveckling och forskning inom yrkesområdet. Omvårdnadsarbetet ska bedrivas utifrån vetenskap och beprövad erfarenhet, vilket betyder att sjuksköterskan ska förena vetenskaplig kunskap och patientens situation och upplevelse. En del av sjuksköterskans arbete är att identifiera, åskådliggöra och följa upp patientens behov (Svensk sjuksköterskeförening, 2009). Sjuksköterskor har kompetens att identifiera patienter som kan vara lämpliga för intervention med djur och är en viktig yrkeskategori för implementeringen av djur i vården (Beth, 1995).

## **Hundar i svensk vård**

På senare år har förekomsten av hundar inom vården ökat och idag används hundar i vården framförallt på två olika sätt, hundassisterad intervention (HAI) och hundassisterad aktivitet (HAA). Vid HAA använder man utbildade umgängeshundar, interventionerna sker ofta i grupp och ingen remiss krävs (<http://www.vardhundskolan.se>). Ett exempel är användning av lösgående umgängeshundar på bland annat äldreboenden. Ofta är det någon i personalens hund som används och det finns inget specifikt mål med träffarna utan syftet är att uppmuntra socialt beteende och öka välbefinnandet hos de boende.

Vid HAI använder man en vårdhund som tillsammans med sin vårdhundförare genomgått en utbildning och certifierats enligt Vårdhundskolans koncept. Hunden och hundföraren tränar under ett års tid generell lydnad, samt olika övningar och lekar som kan användas i rehabiliterande syfte. För att få bli vårdhundsförare krävs att man i botten har en vårdutbildning. Rehabilitering med vårdhund utförs på remiss från legitimerad personal, träningen är målinriktad och interventionen utvärderas efter genomgången behandling. Syftet med träningen kan vara att bidra till kognitiv och motorisk utveckling hos vårdtagaren, samt ökad social förmåga. Till exempel kan målet med en rehabilitering vara att förbättra motoriken hos en patient. Vårdhunden kan då involveras i träningen genom att vårdtagaren får kasta en boll i stående som hunden sedan hämtar och ger tillbaka. På så sätt kan vårdtagarens grovmotorik, finmotorik och balans tränas (Nord, 2011). I Uppsala var man först i landet med att på allvar ta hundar till hjälp inom vården och år 2007 certifierades det första vårdhundsteamet i Sverige; Mia Boive och hennes boxer Bosse.

### **Problemformulering**

Många studier har gjorts inom områden där umgängeshundar har använts inom demensvården. Rehabilitering med vårdhund förekommer i vården idag trots att få studier har gjorts inom detta område som kan visa på eventuell effekt. Då svensk vård ska bedrivas enligt vetenskap och beprövad erfarenhet är det av stort intresse att studier görs inom detta område. Denna studie undersöker vårdtagares uppfattningar om olika rehabiliteringsmetoder och kan ge nya infallsvinklar som kan bidra vid fortsatt forskning inom detta ämne.

### **Syfte**

Att undersöka om användning av vårdhund vid rehabilitering kan öka välbefinnandet, aktiviteten och motivationen hos patienter i jämförelse med konventionell rehabilitering. I syftet ingick även att undersöka patienters egna erfarenheter och upplevelser av de olika rehabiliteringsmetoderna.

### **Frågeställning**

- 1) Kan rehabilitering med vårdhundsförare och vårdhund öka;
  - a) välbefinnande
  - b) aktivitet

c) motivation

hos patienter i jämförelse med konventionell rehabilitering utan vårdhund?

2) Vilka erfarenheter och upplevelser har patienterna angående de olika träningarna?

## **METOD**

### **Design**

Single case design. Denna typ av studiedesign fanns lämplig då det var möjligt att följa endast en eller några patienter. En fördjupad studie genomfördes med två deltagare, där deltagarna var sin egen kontroll. Studien utformades som en ABAB-design då de redan planerade träningstillfällena var schemalagda på det sättet. Den konventionella träningen utgör A och vårdhundsföraren och vårdhunden utgör B. Med tanke på de tidsramar och resurser som fanns och det befintliga patientunderlaget ansågs single case design vara passande för att utförandet av denna studie (Kazdin, 2010).

### **Kontext**

Observationer och intervjuer utfördes på ett korttidsboende för rehabilitering i en stad i Mellansverige. På boendet behandlas patienter över 21 år som är i behov av rehabilitering och/eller utredning av boende och vardagsmobilisering. På boendet erbjuds konventionell rehabilitering efter behov medan träning med vårdhund erbjuds en till två gånger per vecka. Patienterna tillfrågas om de önskar träna med vårdhund och för att få ta del av träning med vårdhund krävs en remiss från legitimerad personal.

Ett konventionellt träningspass kunde i dessa två deltagares fall bestå av övningar som förflytta sig med hjälpmedel, gå med hjälpmedel, gå i trappor med hjälpmedel, stå och hålla balansen, lyfta vikter med benen eller stå och hålla balansen och samtidigt kasta en boll.

Ett träningspass med vårdhund kunde i dessa två deltagares fall bestå av övningar som att förflytta sig med hjälpmedel, stå och hålla balansen och samtidigt kasta bollar eller bönpåsar till hunden, stå och hålla balansen och samtidigt ladda ett spel med små hundgodisar, öppna en burk och ge hunden godis, sträcka sig mot golvet och ge och ta saker från hunden och borsta hundens päls.

## **Urval**

Urvalet bestod av två personer som båda genomgick rehabilitering med och utan vårdhund på korttidsboendet. Inklusionskriterier var att deltagarna kunde tillgodogöra sig den information som behövdes för att kunna ge samtycke samt att de aktivt kunde delta i undersökningen. Att aktivt kunna delta definierades som att förstå instruktioner och kunna svara på frågor verbalt eller genom att peka på en skala. Arbetsterapeuten valde ut deltagare enligt inklusionskriterierna och gav dem kort information om studien. Deltagarna i studien vistades på boendet hösten 2013.

## **Tillvägagångssätt**

### *Innan studiens början*

För att få mer inblick i hur rehabiliteringen gick till och få idéer kring vad som kunde vara lämpligt att observera, genomfördes pilotobservationer på respektive typ av träning. Ett möte stämdes med de tilltänkta deltagarna då de informerades ytterligare om studiens syfte, tillvägagångssätt och samtycke om deltagande efterfrågades. Båda tillfrågade tackade ja till att vara med i studien. Innan träningen med vårdhund påbörjades fick deltagarna träffa hundarna i den miljö där träningssessionerna sedan skulle ske. Då skedde provfilmning och sedan diskuterades hur träningssessionerna skulle filmas för att filma så lika som möjligt. Hållpunkter som sattes var att i största möjliga mån filma deltagarnas ansikte, se till att få med ljud och aktivitet.

### *Under pågående studie*

Deltagarna observerades och filmades under sju sessioner vardera under en period av fyra veckor. Varje session varade i 30 minuter. Vid samtliga sessioner närvarade samma arbetsterapeut, förutom vid ett tillfälle på grund av sjukdom. Vid träningen med vårdhund närvarade även vårdhundsföraren då denne arbetar tillsammans med hunden. Under den konventionella träningen närvarade förutom arbetsterapeuten även en sjukgymnast. Att samma sjukgymnast och arbetsterapeut närvarade vid samtliga tillfällen ansågs viktigt för att få så liknande förutsättningar som möjligt. Under träningen med vårdhund eftersträvades arbetsterapeutens uppsatta mål och vid den konventionella träningen sjukgymnastens uppsatta mål, vilka till en viss del skiljde sig åt. Direkt efter varje träningspass tillfrågades deltagarna att

ange sin nöjdhet, motivation och välbefinnande på VAS. Vid varje tillfälle fylldes skalorna i enskilt utan närvaro av personal då deras närvaro hade kunnat påverka deltagarna.

#### *Efter samtliga träningsessioner slutförts*

Efter den sjunde sessionen genomfördes även en semistrukturerad intervju då frågor ställdes angående vilken typ av träning de föredrog, upplevda skillnader mellan de olika träningsformerna och vilken träning de tyckte gjort mest nytta. Intervjuer genomfördes enskilt, utan personal, med endast författarna och en av deltagarna åt gången.

Deltagarnas remisser samt arbetsterapeutens och sjukgymnastens mål med träningarna har granskats för att få idéer kring vad som kunde vara relevant att observera. Dessutom registrerades diagnos och kön.

### **Datainsamlingsmetod**

Deltagarna följdes i fyra veckor vid två träningspass per vecka, ett med vårdhund och ett konventionellt träningspass. Respektive träningspass var 30 minuter långt. Sammanlagt i studien följdes de under fyra sessioner med vårdhund och tre sessioner med konventionell träning. Utöver denna träning fick de ytterligare en träning med vårdhund och två konventionella träningar per vecka vilka inte följdes i studien.

#### *Observationer*

Sessionerna observerades och spelades in på film för att öka tillförlitligheten vad gäller observationerna. Gemensamma mätningar kunde således utföras vid analys av filmerna för att nå konsensus kring vad som skulle mätas och hur det skulle mätas (Bells, 2006). Det som slutligen ansågs lämpligt att mäta var den sammanlagda tiden då deltagarna visade leenden, fick fysisk närhet av personal, hund och längden då det utfördes grovmotoriska övningar. Antalet övningar som innehöll finmotorisk träning mättes också.

Med finmotoriska övningar menas övningar med syfte till att öka rörlighet/styrka i axel, arm och händer. Grovmotoriska övningar mättes genom att klocka tiden då deltagarna utförde grovmotoriska övningar. Med grovmotoriska övningar menas övningar i syfte att öka rörlighet/styrka i ben och fötter. Leenden och fysisk kontakt mättes genom att klocka tiden, under vilka deltagarna log eller då de hade fysisk kontakt med personal och/eller hund. Tiden

mättes i minuter och sekunder. Metoden har använts i en annan studie (Silva, Correia, Lima, Magalhaes & de Sousa, 2011) och sedan modifierats och anpassats för denna studie. Mätningarna sammanställdes sedan i tabeller, varje deltagare separat, där de olika träningstillfällena visas separat i kronologisk ordning för att förtydliga träningarnas schemalagda upplägg enligt ABAB-design (Kazdin, 2010).

### *Visuell Analog Skala*

Deltagarna skattade sin motivation, nöjdhet och sitt välbefinnande på tre olika skalor genom att kryssa/dra ett streck på visuella analoga skalor (VAS 0-100mm), se bilaga 1. VAS är en befintlig skala med god validitet och reliabilitet (Hansagi & Allebeck, 1994). En enkel skala ansågs underlätta för deltagarna med tanke på att blanketten skulle fyllas i många upprepade gånger. Skattningen skedde utan närvaro av personal.

### *Intervju*

Kvalitativ metod med semistrukturerade intervjuer valdes för att ytterligare undersöka deltagarnas upplevelse angående välbefinnande, aktivitet och motivation. En intervju med studiespecifika frågor genomfördes med respektive deltagare efter den sjunde och sista sessionen. Intervjufrågor, se bilaga 2.

### **Bortfall**

Samtliga tillfrågade tackade ja till att vara med i studien och ingen avbröt sin medverkan. Vid ett tillfälle uteblev en deltagare och vid ett annat tillfälle en annan, båda från den konventionella träningen. Sammanlagt deltog de vid sju tillfällen vardera.

### **Forskningsetiska överväganden**

Interventionen som observerades existerade redan innan studien och även de som eventuellt hade tackat nej till att delta i studien hade fått ta del av interventionen. De tillfrågade fick information om studiens syfte, att deltagandet i studien var frivilligt, anonymt och de när som helst kunde avbryta sin medverkan utan att deras fortsatta träning påverkades. De fick även information om att inkommen data kommer att behandlas konfidentiellt (Codex, 2013). Båda tillfrågade tackade

ja till att delta i studien och skrev i samband med det på en samtyckesblankett, se bilaga 2. Verksamhetschefen på korttidsboendet hade tidigare hade givit ett skriftligt godkännande att utföra studien, se bilaga 3. Även personalen fick ta del av ett informationsbrev, se bilaga 5.

### **Bearbetning och analys**

Deltagarnas resultat har sammanställts, analyserats och presenterats i uppsatsen var för sig då syftet var att jämföra samma patients upplevelse och observationer angående rehabilitering med vårdhund och vid konventionell träning. Resultaten presenteras i text och i viss mån med hjälp av tabeller för att tydliggöra resultaten.

#### *Observationer*

Innan analys av filmerna, observerades flera av filmerna gemensamt för att diskutera vad som var relevant att mäta. Vid detta tillfälle utfördes provmätningar och det diskuterades hur mätningarna skulle göras. Mätningarna delades sedan upp, en mätte fin- och grovmotoriska övningar på samtliga deltagare och en annan, leenden och fysisk kontakt på samtliga deltagare. Eftersom det sammanlagt var tjugooått timmars film som skulle observeras och mätas, ansågs det lämpligt att dela upp mätningarna. Frekvensen av finmotoriska övningar mättes i antal.

#### *Visuell Analog Skala*

Angiven VAS mättes i mm och sammanställdes sedan i tabeller, var deltagare separat, där de olika träningstillfällena visas separat i kronologisk ordning för att förtydliga träningarnas schemalagda upplägg enligt ABAB-design (Kazdin, 2010).

#### *Intervju*

Då kvalitativ innehållsanalys kan användas för att identifiera skillnader och likheter i en text ansågs metoden vara lämplig för att analysera intervju svaren. Exempel på hur svaren analyserats visas nedan i tabell 1:1 och 1:2. Båda författarna var närvarande vid intervjuerna och kunde på så vis sätta in texterna i ett sammanhang. Varje intervju varade mellan 10-15 minuter.

Transkriberades var för sig och analyserades sedan gemensamt för att kunna diskutera oklarheter och nå konsensus.



De transkriberade intervjuerna analyserades enligt kvalitativ manifest innehållsanalys.

Nedan följer en beskrivning av analysprocessen:

1. Transkriberingen lästes åtskilliga gånger var för sig för att få en helhetsbild.
2. Meningsbärande enheter markerades, valdes ut gemensamt och kopierades in i tabeller i tre analysenheter utifrån frågeområde: träning med vårdhund, konventionell träning och båda träningarna.
3. De meningsbärande enheterna kondenserades och preliminära koder diskuterades fram.
4. De preliminära koderna diskuterades gemensamt och med handledaren till konsensus.
5. Utifrån meningsbärande enheter, kondenseringar och koder formades kategorier inom respektive analysenhet.
6. Kategoriseringen diskuterades igenom och ändrades flera gånger mellan författarna och i samarbete med handledaren tills konsensus nåddes.

(Graneheim & Lundman 2004, Graneheim & Lundman 2008)

**Tabell 1:1.** Exempel på kvalitativ analys av deltagare 1

<b>Analysenhet</b>	<b>Meningsbärande enhet</b>	<b>Kondenserad meningsenhet</b>	<b>Kod</b>	<b>Kategori</b>
Träning med vårdhund	_framförallt hundar ger ju då väldigt mycket kärlek tillbaka...	Hundarna ger mycket kärlek tillbaka	Ger kärlek	Kärlek och tillgivenhet
Konventionell träning	...man tycker liksom att man tränar och tränar och tycker att det här ger ingenting men sen helt plötsligt har det gett massor...	Man tränar och tränar, tycker att det inte ger något och plötsligt ser man stora resultat	Ger resultat i längden	Utveckling och resultat
Båda träningarna	_båda har ju gett mycket...faktiskt	Båda träningarna har gett mycket.	Båda ger mycket	Givande

**Tabell 1:2** Exempel på kvalitativ analys av deltagare 2.

<b>Analysenhet</b>	<b>Meningsbärande enhet</b>	<b>Kondenserad meningsenhet</b>	<b>Kod</b>	<b>Kategori</b>
Träning med vårdhund	... det bara ramlar av en nu är det hunden _ man glömmer allt elände _ en stund	Fokuserar på hunden, glömmer allt elände en stund	Hunden distraherar	Att få slippa tänka på det tråkiga.
Konventionell träning	... där kommer ju den vanliga gymnastiken i första hand ... för att det bygger ju upp muskulaturen	Den vanliga gymnastiken för att den bygger muskler	Bygger muskler	Prestation, resultat och motivation
Båda träningarna	...det är ju två olika ... kategorier utav gymnastik	Det är två olika kategorier utav gymnastik	Olika typer av träning	Skillnader och likheter

## RESULTAT

### Deltagare 1

Diagnos: Polyneuropati sedan en längre tid. Känselbortfall i armar och ben samt nedsatt muskelkoordination i benen.

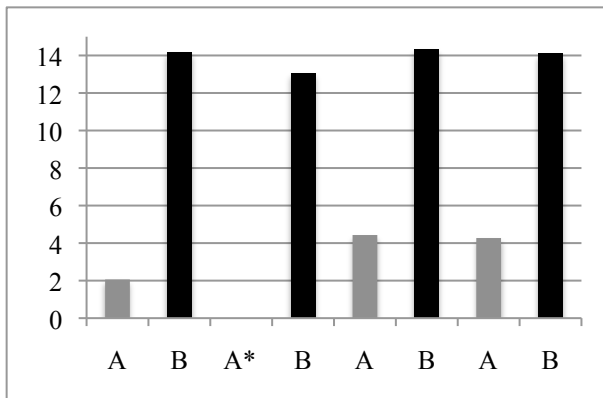
Mål arbetsterapeut: Klara av att stå 1 minut utan stöd utan att vara spänd, kunna plocka upp små föremål.

Mål sjukgymnast: Klara förflyttningar från liggande till stående säkert, gå med rollator, förbättrad balans i stående, ökad styrka i nedre extremiteter, klara av trappgång.

### Observationer

Vid träningarna med vårdhund var både tiden då deltagaren log och hade fysisk kontakt ökad. Medelvärde för leenden på träningarna med vårdhund var ca 46 % av tiden (14 min) per träningspass medan medelvärdet för de konventionella träningarna var ca 12 % av tiden (3,5 min) per träningspass. Deltagaren log i genomsnitt 10,5 minuter längre tid per träningspass med vårdhund i jämförelse med den konventionella träningen, se figur 1:1.

Figur 1:1



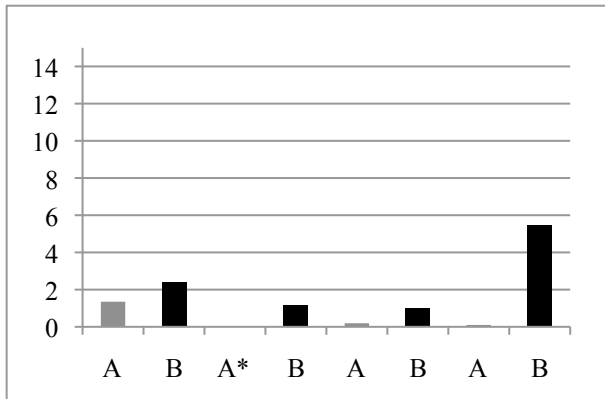
Leenden i minuter/ 30 minuter session

A= konventionell träning, B= träning med vårdhund.

\*Deltagaren uteblev från träningen

Medelvärde för fysisk kontakt på träningarna med vårdhund var ca 8 % av tiden (2,5 min) per pass, medan medelvärdet för de konventionella träningarna var ca 2 % av tiden (0,5 min) per pass. Deltagaren hade i genomsnitt 2 minuter längre tid med fysisk kontakt per träningspass med vårdhund i jämförelse med den konventionella träningen, se figur 1:2.

**Figur 1:2**



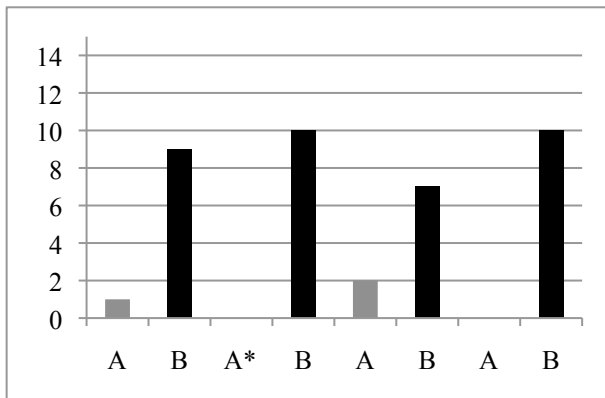
Fysisk kontakt i minuter/ 30 minuter session.

A= konventionell träning, B= träning med vårdhund.

\*Deltagaren uteblev från träningen.

Fler finmotoriska övningar förekom på träningarna med vårdhund, medan fler grovmotoriska övningarna användes på de konventionella träningarna. Medelvärde av finmotoriska övningar på träningarna med vårdhund var 9 st. per träningspass, medan medelvärdet för de konventionella träningarna var 1 st. per träningspass. Deltagaren hade i genomsnitt 9 gånger fler finmotoriska övningar per träningspass med vårdhund på i jämförelse med den konventionella träningen, se figur 1:3.

**Figur 1:3**



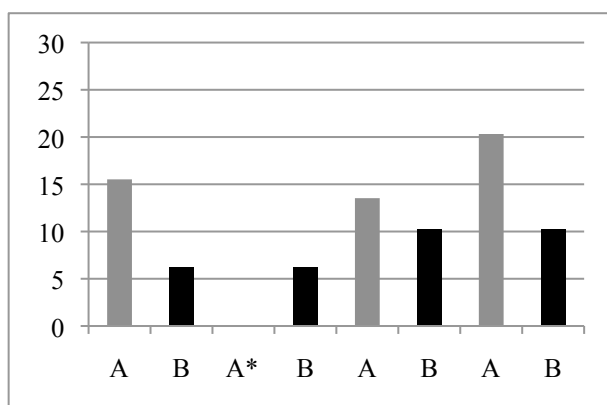
Antalet finmotoriska övningar/ 30 minuter session

A= konventionell träning, B= träning med vårdhund.

\*Deltagaren uteblev från träningen.

Medelvärde för grovmotoriska övningar på träningarna med vårdhund var ca 27 % av tiden (8 min) per träningspass, medan medelvärdet för de konventionella träningarna var ca 55 % av tiden (16,5 min) per träningspass. Deltagaren hade i genomsnitt hälften så lång tid med grovmotoriska övningar per träningspass på träningarna med vårdhund i jämförelse med den konventionella träningen, se figur 1:4.

**Figur 1:4**



Grovmotoriska övningar i minuter/30 minuter session

A= konventionell träning, B= träning med vårdhund.

\*Deltagaren uteblev från träningen.

### *Visuell Analog Skala*

Självskattningarna visar ingen skillnad mellan de olika träningarna. Medelvärde angående motivation vid användning av vårdhund var 98 mm, medan medelvärdet för konventionell träning var 97 mm. Medelvärde angående nöjdhet vid användning av vårdhund var 97 mm, medan medelvärdet för konventionell träning var 95 mm. Medelvärde angående välbefinnande efter träning med vårdhund var 97 mm, medan medelvärdet för konventionell träning var 96 mm.

### *Intervju*

Under svarsområdena: träning med vårdhund, konventionell träning och båda träningarna mynnade två till fem underkategorier ut, se tabell 2:5. Exempel på de olika kategorierna ges genom citat från intervjuerna.

**Tabell 2:1** Analysenheter och kategorier

<b>Träning med vårdhund</b>	<b>Konventionell träning</b>	<b>Båda träningarna</b>
Preferens, efterfrågan & motivation	Utveckling, resultat & motivation	Givande
Rolig & lättsam träning	Typ av träning	Bra träningsupplägg
Givande	Upplevelse av träningen	
Närhet & kontakt		
Kärlek & glädje		

### Upplevelser av träning med vårdhund

I kategorin preferens, efterfrågan och motivation framkom att hundträningen föredrogs framför den konventionella, deltagaren tyckte att det var för lite träning med vårdhund, ville ha träning med vårdhund oftare och ville fortsätta träna med vårdhund.

*“Tror att jag föredrar hundträningen i och för sig för det ger ju lite mer än gymnastiken...”*

Träningen med vårdhund ansågs vara en rolig och lättsam träning. Med hundarna var det mera skratt och bus vilket gjorde att träningen upplevdes som lättsammare trots att det var träning.

*“med hundarna kan man balansera sen håller man på att ramla sen skrattar man åt det och så ja det blir liksom mycket lättsammare på något vis fast det är en träning också naturligtvis”*

Träningen med vårdhund upplevdes som givande. Träningen ansågs ge mer, ge ökat välbefinnande och deltagaren ansåg att fler personer skulle ha nytta av träning med vårdhund.

*“jag tror det skulle ge mycket för många och allra helst vi som inte har någon form av allergi och så här som tyvärr är väldigt vanligt idag...just kontakten med djur överhuvudtaget är ju underbart”*

Närheten och kontakten med hundarna ansågs värdefull. Deltagaren ansåg att det bästa med hunden var att kontakten ger så mycket. Att kontakten med djur är underbar och att hundarna är mysiga.

*“de är ju så himla mysiga alla hundar så att det...”*

Hundarna ansågs ge kärlek och glädje. Hundarna beskrevs som underbara och kärleksfulla, hunden lockade fram ett leende även då man var nedstämd.

*“liksom framför allt hundar ger ju då väldigt mycket kärlek tillbaka...så där man kanske är nere och tycker att allting är deppigt och tråkigt man kan ju inte annat än le åt en hund...det är ju bara så”*

#### Upplevelser av konventionell träning

Konventionell träning ansågs utvecklande, resultatgivande och motiverande. Deltagaren upplevde den vanliga träningen som mer fysisk i jämförelse med träningen med vårdhund. Att träningen gav resultat, att man utvecklades och blev bättre, det var roligt och man ville fortsätta träna.

*“man tränar och tränar och tycker att det här ger ingenting men sen helt plötsligt har det gett det massor och så ger det liksom då att man tycker att det är så roligt att man vill fortsätta”*

Angående typ av träning upplevde deltagaren träningen som allsidig.

*“och det tycker jag är rätt fint med den också och att olika delar av kroppen så att säga får sitt...”*

Angående upplevelsen av träningen beskrev deltagaren att man på den konventionella träningen gör det man ska och sen är det inte mer.

*“den vanliga träningen är ju mera att det här gör vi sen är det liksom inte så mycket annat...nu går vi dit nu gör vi det nu...ja upp och ner upp och ner och så vidare”*

#### Angående båda träningarna



Deltagaren tyckte att båda träningarna var givande och gav välbefinnande, men att framförallt hundarna gav välbefinnande.

*“Det är båda det också i och för sig för jag får ju ett visst välbefinnande av den vanliga också...och det är ju framförallt hundarna...”*

Angående träningsupplägget ville deltagaren inte ändra något.

## Deltagare 2

Diagnos: Trauma på grund av fall i hemmet. Skador på bland annat mjälte, revben och lunga.

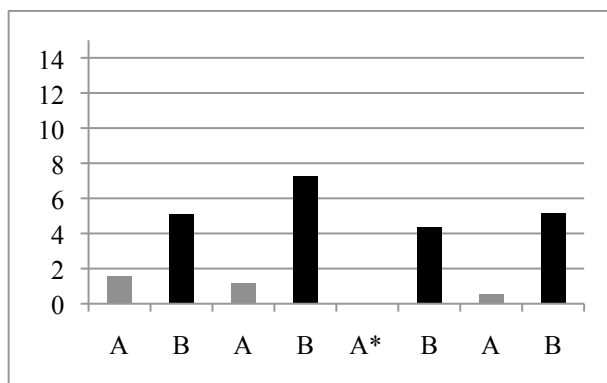
Mål arbetsterapeut: Ökad balans i stående, klara av att stå utan stöd i fem minuter.

Mål sjukgymnast: Klara förflyttning från sittande till stående själv, klara av att gå 30 meter med gåbord, klara av att stå 30 sekunder utan stöd.

### Observationer

Visar ökad mängd leenden och ökad fysisk kontakt vid träning med vårdhund i jämförelse med konventionell träning. Medelvärde för leenden på träningarna med vårdhund var ca 18 % av tiden (5,5 min) per träningspass medan medelvärdet för de konventionella träningarna var ca 4 % av tiden (1 min) per träningspass. Vid träningen med vårdhund log deltagaren i genomsnitt 4,5 minuter längre tid per träningspass i jämförelse med den konventionella träningen, se figur 2:1.

Figur 2:1



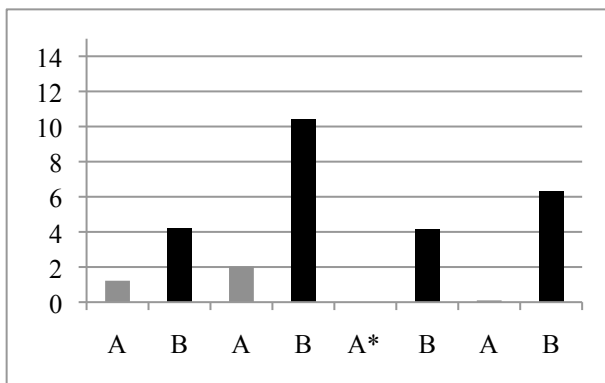
Leenden i minuter/30 minuter session

A= konventionell träning, B= träning med vårdhund.

\*Deltagaren uteblev från träningen.

Medelvärde för fysisk kontakt på träningarna med vårdhund var ca 21 % av tiden (6 min) per träningspass medan medelvärdet för de konventionella träningarna var ca 4 % av tiden (1 min) per träningspass. Vid träningarna med vårdhund hade deltagaren i genomsnitt 5 minuter längre tid av fysisk kontakt per träningspass i jämförelse med den konventionella träningen, se figur 2:2.

**Figur 2:2**



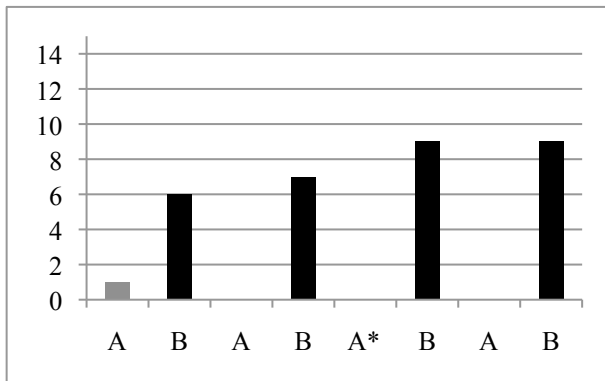
Fysisk kontakt i minuter/30 minuter session

A= konventionell träning, B= träning med vårdhund.

\*Deltagaren uteblev från träningen.

Fler finmotoriska övningar användes på träningarna med vårdhund, medan fler grovmotoriska övningar användes på de konventionella träningarna. Medelvärde för frekvensen av finmotoriska övningar på träningarna med vårdhund var 8 st. per träningspass medan medelvärdet för de konventionella träningarna var 0 st. per träningspass. Deltagaren hade i genomsnitt 23 gånger fler finmotoriska övningar per träningspass med vårdhund i jämförelse med den konventionella träningen, se figur 2:3.

**Figur 2:3**



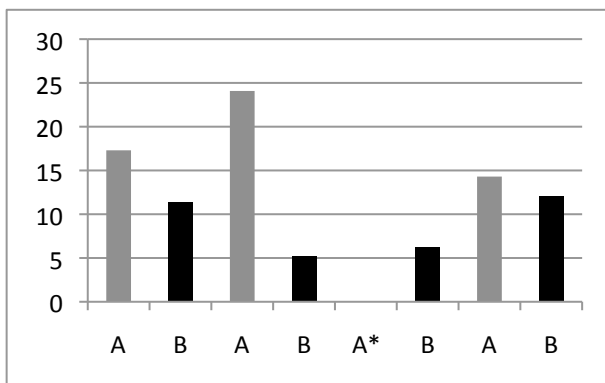
Antalet finmotoriska övningar/30 minuter session

A= konventionell träning, B= träning med vårdhund.

\*Deltagaren uteblev från träningen.

Medelvärde för grovmotoriska övningar på träningarna med vårdhund var ca 62 % av tiden (18,5 min) per träningspass medan medelvärdet för de konventionella träningarna var ca 29 % av tiden (9 min) per träningspass. Deltagaren hade i genomsnitt hälften så lång tid av grovmotoriska övningar per träningspass med vårdhund i jämförelse med den konventionella träningen, se figur 2:4.

**Figur 2:4**



Grovmotoriska övningar i minuter/30 minuter session

A= konventionell träning, B= träning med vårdhund.

\*Deltagaren uteblev från träningen

### Visuell analog skala

Deltagaren skattade sin insats och upplevelse likvärdigt och inga skillnader uppmärksammades angående de olika frågeställningarna då svaren analyserades. Medelvärde angående motivation vid träning med vårdhund och konventionell träning var båda 96 mm. Medelvärde angående nöjdhet vid träning med vårdhund och konventionell träning var båda 95 mm. Medelvärde angående välbefinnande efter träning med vårdhund var 95 mm, medan medelvärdet för konventionell träning var 96 mm.

### Intervju

**Tabell 3:1** Analysenheter och kategorier

Träning med vårdhund	Konventionell träning	Båda träningarna
Att få slippa tänka på det tråkiga	Prestation, resultat och motivation	Värdefullt, nyttigt och upplyftande
Värdefullt och viktigt	Bra och dåligt	Träningens upplägg
Träningens upplägg och motivation		Skillnader och likheter

### Upplevelser av träning med vårdhund

Vikten av att få slippa tänka på det tråkiga framkom flera gånger i intervjun. Hunden distraherade, deltagaren kunde tänka på något annat än sin nuvarande situation och glömde bort allt elände en stund.

*“då är det som att man glömmet allt detta tråkiga och tragiska som har hänt en..det bara ramlar av en nu är det hunden...och det är något helt nytt inom en som...man glömmet allt elände...glömmet bort en stund”*

Deltagaren ansåg att det var värdefullt och viktigt att få vara med hunden. Att fler borde få chansen att träna med vårdhund och att få vara med hunden är värt mycket.

*“Den saken är klar...att det är...den är så värdefull...äh...det här med mediciner och allting det är...man blir ju så avtrubbad och alltihopa...och få den här chansen då med...med ett litet levande djur“*

Angående träningsupplägget ansåg deltagaren att träningen med vårdhund kunde verka pjoltig till en början, men att denne efter ett tag insåg att det var nödvändigt att börja från grunden. Deltagaren kunde inte säga något dåligt om träningen, framhöll att vårdhundsföraren var bra och var motiverad att fortsätta träna med vårdhund.

*“det är att börja om som ett litet barn och det...det kan ju verka pjoltigt och alltihopa...men efter ett tag så inser man ju att ja det där behöver jag från grunden...det går inte bara att...att springa på inte“*

#### Upplevelser av konventionell träning

Angående den konventionella träningen framhölls prestation och resultat. Träningen ansågs muskeluppbyggande och ge snabba resultat för en liten insats. Uppbyggandet av muskler ansågs vara bra för välbefinnandet. Deltagaren var motiverad att fortsätta träna konventionell träning.

*“märker att det ger ett snabbt resultat...för en liten kostnad när det gäller umbärande och sånt dära ..det är tempo och allting det här det är toppen”*

Angående vad som var bra och dåligt med träningen svarade deltagaren att ingenting var dåligt och att allt var bra.

*“sen kan jag inte säga vilket som är det ena eller det andra...utan jag tycker det är bra på hela...hela linjen”*

#### Angående båda träningarna

Deltagaren ansåg att båda träningarna var värdefulla, nyttiga och upplyftande. Att träningarna var dagens höjdpunkt, båda träningarna hjälpt mycket och uttryckte att det var underbart att få möjligheten att träna.

*“det är en höjdpunkt på dagen att få gå dit”*

Angående träningsupplägget anser deltagaren att personalen är underbar och uppskattar deras tålamod och beslutsamhet. Deltagaren skulle inte vilja ändra på något vad gäller träningarna.

*“är det en personal som är underbar för att dom är så uthålliga...visar alltid jävlar anamma det här ska du klara av...på ett fint sätt”*

Deltagaren ansåg att det fanns skillnader och likheter mellan träningarna. Båda träningarna ansågs vara toppenbra och värdefulla och att det var olika kategorier utav gymnastik.

*“det är ju två olika...kategorier utav gymnastik så att jag kan inte säga att det är den ena eller den andra utan dom är toppen båda två“*

## **DISKUSSION**

Självskattningarna på de visuella analoga skalorna visade ingen skillnad mellan de olika träningsformerna avseende motivation, nöjdhet och välbefinnande. Medan det av observationerna framkom att deltagarna i genomsnitt log och hade längre tid av fysisk kontakt på träningen med vårdhund. Deltagarna hade i genomsnitt fler finmotoriska övningar och hälften så lång tid med grovmotoriska övningar per träningspass med vårdhund i jämförelse med konventionella träningspass. Vid intervjuerna beskrev deltagarna träningen med vårdhund som givande, rolig, lättsam, viktig och värdefull. De uppskattade kontakten samt den kärlek och glädje hundarna gav. Träningen beskrevs även som en stund då deltagaren slapp tänka på det tråkiga och eländiga som hänt. Deltagarna ansåg att fler borde få ta del av träning med vårdhund och ville träna mer med hunden. Den konventionella träningen beskrevs mer i termer som fysisk, resultatgivande, utvecklande och muskeluppbyggande samt att deltagaren gjorde det som förväntades och även den träningen uppfattades som behövlig och personalen uppskattades.

### **Resultatdiskussion**

#### *Välbefinnande*

Ett flertal fynd upptäcktes vid analysen som tyder ökat välbefinnande hos båda deltagarna i samband med träningen med vårdhund. Av observationerna framkom att deltagarna log mer under träningen med vårdhund. Detta stämmer överens med vad som beskrivits tidigare i

intervjuer med personal som arbetat med vårdhund. De beskriver att leenden är en återkommande del av träningsessionerna (Velde et al., 2005). Deltagarna hade även mer fysisk kontakt på träningen med vårdhund i jämförelse med den konventionella träningen. Fysisk närhet med djur har enligt tidigare studier visat sig ge höjda halter hormonet oxytocin som är förknippat med välmående och minskad oro (Beetz et al., 2012). Skillnad i fysisk kontakt under träningarna med vårdhund fanns mellan de olika deltagarna. Detta kan ha berott på hundens storlek, då den deltagare som hade mest fysisk kontakt tränade med en mindre hund som kunde sitta i knät, medan den andra deltagaren tränade med en hund som var för stor för att sitta i knät. En viktig del av användningen av hundar i vården är att välja rätt hund till rätt person (Velde et al., 2005). Möjligheten till närhet kan vara en viktig aspekt vid valet av vårdhund. Deltagarnas egen skattning via VAS visar inte på några skillnader mellan de olika träningsformerna gällande det självupplevda välbefinnandet. I analysen av intervjuerna framkom det dock att träningen med vårdhund gav ett ökat välbefinnande, då hunden distraherade och fokus kunde flyttas från oron kring det som hänt till vara närvarande med hunden. Deltagarna upplevde det som en stund av avkoppling då det tråkiga kunde glömmas bort för en stund. Träningen med vårdhund beskrevs även som rolig och lättsam samtidigt som man tränade, eftersom deltagaren kunde skratta och busa med hunden. Även i tidigare studier har det beskrivits att kontakten med sällskapsdjur kan öka möjligheten till avkoppling och lek (Beck, 2000). Träningen med vårdhund beskrevs även som givande, viktig, värdefull och att hundarna gav kärlek och glädje. Även detta finns beskrivet i tidigare studier då man kunnat visa på ökad livskvalitet och glädje vid användning av hund (Lundström & Blusi, 2012) samt att kontakten med djur kan ge ökat välmående (Brodie & Biley, 2008). Även den konventionella träningen ansågs ge välbefinnande då den ansågs vara fysiskt uppbyggande och även rolig eftersom den upplevdes resultatgivande. Resultatet tyder på att båda träningsformerna kan ge välbefinnande på olika sätt.

### *Aktivitet*

Observationerna visade att de finmotoriska övningarna i genomsnitt var fler på träningarna med vårdhund och att deltagarna hade hälften så mycket tid med grovmotoriska övningar i jämförelse med de konventionella träningarna. Skillnaderna i frekvens och tid av de olika övningarna kan vara en följd av att målen med de olika träningarna skiljde sig åt.

Målen på träningen med vårdhund var uppsatta av en arbetsterapeut och vid den konventionella träningen av en sjukgymnast. Vilket i detta fall innebär att enbart vårdhunden inte kan anses vara en orsak till skillnaderna i finmotoriska och grovmotoriska övningar. För en av deltagarna fanns dock inga finmotoriska mål och trots detta sågs en ökning. Detta kan vara ett intressant fynd då finmotoriska övningar kan utgöra ett naturligt inslag vid användning av vårdhund, exempelvis genom att plocka upp och belöna hunden med små godis. Tidigare forskning visar att hundar kan användas för att förbättra rörlighet i händer och armar (Velde et al., 2005). För att kunna dra slutsatser kring aktivitet anses viktigt att samma träningsmål sätts upp för de olika träningsformerna vid framtida studier. Träningen med vårdhund ansågs lättsammare vilket gjorde att deltagaren glömde bort att träningen utfördes. Tidigare studier har visat att då vårdhunden är i fokus istället för träningen kan det innebära att individen anstränger sig lite extra utan att den själv märker det och på så vis kan aktiviteten öka (Lundström & Blusi, 2012, Rondeu et al., 2010). Träningen med vårdhund ansågs meningsfull, deltagarna beskrev träningen som viktig, givande och nyttig. Att träning med vårdhund anses meningsfull kan öka deltagandet i aktiviteter (Velde et al, 2005).

### *Motivation*

Enligt självskattning på VAS ansåg deltagarna att de var lika motiverade på både träningen med vårdhund och den konventionella träningen. Fyndet anses väntat då implicit motivation inte påvisas i självrapportering (Wohlfart et al., 2013). Motivationen kan istället relateras till uttryck av ökat välbefinnande, såsom leenden, social interaktion och glädje. Observationerna av träningen medvårdhund visade på ett ökat välbefinnande hos deltagarna vilket i sin tur kan leda till en ökad motivation att aktivt delta i träningen (Siegert & Taylor, 2003; Wohlfarth et al., 2013; Håkansson et al., 2008; Velde et al., 2005). I intervjuerna framkom att deltagarna ville fortsätta träna båda formerna av träning dock betonades att det var för lite träning med vårdhund, att de ville ha mer av denna träning dock är det svårt att avgöra om de var mer motiverade att träna med vårdhunden. Båda deltagarna var frånvarande från ett konventionellt träningspass men närvarande vid alla träningspass med vårdhund, orsaken till frånvaron undersöktes inte. I intervjuerna framkom att de var motiverade till båda typerna av träning och att de ansåg att träningarna kompletterade varandra.



## **Metoddiskussion**

För att få svar på de olika frågeställningarna användes flera olika metoder vilket ansågs öka tillförlitligheten. (Bell, 2006)

### *Observationer*

Träningssessionerna spelades in på film vilket ökade tillförlitligheten i mätningarna då sekvenserna kunde observeras gemensamt och upprepade gånger. Observationerna diskuterades och gemensamma beslut togs angående vad som skulle mätas och hur. Detta minskade de risker som finns med att vara flera som analyserar data och även risken att som ensam observatör göra feltolkningar av data. Presentationer av observationer ska ske objektivt (Bell, 2006). En svaghet i validiteten i denna studie är att det finns en viss svårighet med att mäta välbefinnande genom att mäta leenden och fysisk kontakt, då detta inte nödvändigtvis behöver innebära att deltagaren upplever välbefinnande. Dock finns studier som visar att fysisk kontakt med hundar ökar utsöndringen av oxytocin vilket är förknippat med välbefinnande (Beetz et al., 2012) och andra studier som tyder på ett samband mellan leende och välbefinnande (Neuhoff & Schaefer, 2002; Messinger, Dickson & Fogel, 1999). Det finns även risk att de två deltagarna velat ge författarna ett gott intryck vilket kan ha påverkat deras svar. En annan svaghet med studien är att de olika träningarna hade olika uppsatta träningsmål, vilket betydligt försvårar att göra jämförelser mellan de olika träningsformerna. Dessa svagheter samt att studien endast hade två deltagare försvårar generaliserbarheten i resultatet.

### *Visuell Analog Skala*

Då intresset låg i att se trender över tid valdes VAS ut för att mäta motivation, nöjdhet och välbefinnande. Visuell Analog Skala är en befintlig skala med god validitet och reliabilitet (Hansagi & Allebeck, 1994). Efter ett antal självskattningar på VAS observerades inga skillnader mellan de olika träningarna. En orsak kan vara att VAS är en begränsad skala och att en eventuell takeffekt uppnåtts. Skattning av VAS skedde utan närvaro av personal.

### *Intervjuer*

Då deltagarna inte hade några talsvårigheter togs beslut om att lägga till fler intervjufrågor för att försöka utvidga möjligheten att få svar på frågeställningarna. Semistrukturerade intervjuer genomfördes och analyserade enligt Graneheim och Lundman (2004; 2008). Intervjufrågorna hann inte provas ut då de utökades under studiens gång. Trots det ansågs svaren relevanta och vara en viktig del av resultatet då deltagarnas egna upplevelser angående välbefinnande, motivation och aktivitet kunde lyftas fram. Då endast en intervju per deltagare genomfördes och deltagarna analyserades separat var analysmaterialet litet. På grund av detta valdes manifest metod eftersom det ansågs mest rättvisande. Detta innebär att texten valdes att endast analyseras manifest, mer deskriptiv eftersom det ansågs öka trovärdigheten.

### *Single case design*

Vid båda träningsformerna deltog två personal och vid träningarna med vårdhund deltog även vårdhunden. Eftersom vårdhunden var den som tillfördes antas skillnaderna i resultatet mellan de olika träningarna till stor del bero på hunden. Förutom skillnaderna i finmotorisk och grovmotorisk aktivitet vilket troligtvis även orsakades av de olika yrkeskategoriernas uppsatta mål med träningen. Det fanns dock inga finmotoriska mål vid träningen med vårdhund för en av deltagarna och trots detta var det skillnad i antalet finmotoriska övningar mellan de olika träningsformerna. Andra bidragande faktorer till skillnaderna kan ha varit hur deltagarna interagerade med olika personal, den tillfälliga somatiska och psykiska statusen och andra faktorer som påverkade deltagarna. I tabellerna ovan åskådliggörs tydligt förändringar i frekvens och tid med och utan interventionen. Ett exempel är i tabell 2:1 och 2:2, när interventionen sätts in ökar den leendetiden och när den sätts ut minskar den igen och samma mönster upprepar sig genom hela observationsperioden. Det upprepade mönstret styrker uppfattningen att skillnaderna beror på vårdhunden men det skulle även kunna bero på deltagarnas inställning till hundar. En fördel med single case design är möjligheten att studera en intervention med bara en eller få deltagare, vilket gör att även ovanliga företeelser kan studeras. En annan fördel med studiedesignen är det är möjligt att göra en fördjupad undersökning av deltagare och på det sättet få fram data som kan vara svåra att få fram vid undersökningar av stora grupper som jämförs med varandra. En svaghet med singel case design är att det är samma personer som gjort studien och sammanställt resultaten (Kazdin, 2010).

### *Förförståelse*

Ena författaren har mångårig erfarenhet av hundar vilket innebar en risk för partiskhet, detta var dock något som författaren var medveten om. Då erfarenheten kring hundar var stor kunde författaren bidra med kunskap inom området. Andra författaren hade ingen erfarenhet av hund och kunde bidra med ett utifrånperspektiv.

### **Forskningsetiska överväganden**

Att interventionen som observerades redan existerade och även att de som eventuellt hade tackat nej till att delta i studien hade fått ta del av interventionen ansågs etiskt positivt. Deltagarna informerades om studien och tillfrågades av författarna själva vilket ansågs viktigt då det kunde säkerställas att korrekt information gavs. En annan viktig del var att deltagarna fick träffa de personer som skulle följa dem under studiens gång. Allt insamlat material har behandlats konfidentiellt och destrueras efter avslutad studie.

### **Kliniska implikationer**

Enligt självskattningarna på VAS påvisades inga skillnader mellan träningarna, dock visade observationerna och intervjuerna på ökad välbefinnande vid träningarna med vårdhund. Närheten och kontakten med hundarna uppskattades mycket av deltagarna. Närhet stimulerar utsöndringen av hormonet oxytocin och anses ge ökat välbefinnande (Beetz et al., 2012). Närheten som vårdhunden kan erbjuda kan tas tillvara på även inom andra områden i sjukvården. Patienter på ett vårdboende eller vårdavdelning kan få närhet genom pälsvård, exempelvis genom att borsta hunden. Välbefinnande är en viktig del i god omvårdnad (Svensk sjuksköterskeförening, 2009) och sjuksköterskor kan tänkas dra nytta av vårdhund i sitt arbete med patienter på flera områden. Att till exempel samtala och fråga om hunden även i andra sammanhang än vid rehabiliteringen för att skapa kontakt med patienten och återigen fånga upp glädjen från mötet med hunden. Även besök på vårdboenden och vårdavdelningar kan tänkas ge ökat välbefinnande åt patienter, om inte allergi föreligger. Om allergi finns kan ett alternativ vara att avdela ett utrymme för vårdhunden och de patienter som vill och kan träffa hunden. Arbetsterapeuter kan under sina sessioner med patienter tillverka olika saker till hundarna, såsom leksaker och hundgodis för att

öva på finmotorik. Även sjukgymnaster kan tänkas ha nytta vårdhund i sin rehabilitering genom att involvera hunden i olika övningar, exempelvis kasta boll eller gå på promenad.

### **Slutsats och framtida studier**

Båda typerna av träning uppskattades enligt VAS, medan observationerna och intervjuerna visade att träning med vårdhund gav ökat välbefinnande. Ökat välbefinnande kan leda till ökad motivation och aktivitet (Siegert & Taylor, 2003; Wohlfarth et al., 2013). Resultatet styrker användning av vårdhund vid rehabilitering dock visar resultaten även att en kombination av de båda träningarna är det optimala då de olika typerna av träning kompletterar varandra på ett bra sätt. Fler och större studier inom området vore önskvärt eftersom träning med vårdhund förefaller vara en betydelsefull tillgång inom rehabilitering. Videoinspelning, observationer och intervjuer ansågs vara en bra metod för undersökning av användning av vårdhund.

## REFERENSER

Barker, S. & Wolen, A. (2008). The benefits of human-companion animal interaction: A review. *Journal of Veterinary Medical Education*, 35(4), 487-495.

Beck, A. (2000). The use of animals to benefit humans: animal-assisted therapy, Ch 2:21-40, in Fine A. [ed]. *The Handbook on Animal Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for practice*. Academic Press, New York.

Beetz, A., Ulvnäs-Moberg, K., Julius, H. & Kotrschai, K. (2012). Psychosocial and Psychophysiological Effects of Human-Animal Interactions: The Possible Role of Oxytocin. *Frontiers in Psychology* 3(234), 1-15. Doi:10.3389psyg.2012.00234.2012.00234.

Bell, J. (2006). *Introduktion till forskningsmetodik*. 4e upplagan. Studentlitteratur: Lund.

Beth, E. B. (1995). The Positive Influence of Animals: Animal-Assistant Therapy in Acute Care. *Clinical Nurse Specialist*, 9(4), 199-200.

Brodie, S. & Biley, F. (1998). An exploration of the potential benefits of pet-facilitated therapy. *Journal of Clinical Nursing*, 8, 329-337.

CODEX - regler och riktlinjer för forskning (2013). Informerat samtycke. Hämtat 4 april, 2013, från <http://www.codex.vr.se/manniska2.shtml>

Filan, S. & Llewellyn-Jones, R. (2006) Animal-assisted therapy for dementia: a review of the literature. *International Psychogeriatrics*, 18(4), 597–611. doi: 10.1017/S1041610206003322.

Friedmann, E., Katcher, H.A., Lynch, J. & Thomas, S.A. (1980) Animal Companions and One-Year Survival of Patients After Discharge From a Coronary Care Unit. *Public Health Reports*, 95(4), 307-312.

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). *The American Journal of Cardiology*, 76, 1213-1217.

Grandgeorge, M. & Hausberger, M. (2011). Human-animal relationships: from daily life to animal-assisted therapies. *Annali dell'Istituto Superiore di Sanità*, 46(4), 397-408. doi: 10.4415/ANN\_11\_04\_12. Hämtad från PubMed.

Graneheim, U.H. & Lundman, B. (2004). Qualitative content analyzing in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24(2), 105-112.

Graneheim, U.H. & Lundman, B. (2008) Kvalitativ innehållsanalys. I M. Granskär & B. Höglund-Nielsen (Red). *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård* (s.187-202) Studentlitteratur AB: Lund.

Hansagi, H. & Allebeck, P. (1994). Enkät och intervju inom hälso- och sjukvård. Studentlitteratur: Lund.

Håkanson, M., Palmgren Karlsson, C., Sallander, M. & Henriksson, G. (2008). Husdjur och folkhälsa: En forskningsöversikt om betydelsen av sällskapsdjuren och lantbrukets djur för människors hälsa. (SLU, Agroväst). Hämtat från: <http://www.vardhundskolan.se/Ha%CC%8Akansson%20et%20al%202008.pdf>

Kazdin, A. E. (2010). *Research Design in Clinical Psychology*. Boston: A Pearson Education Company.

Lundström, A. & Blusi, M. (2012). Vårdhund: i rehabiliteringen inom äldreården. (FoU Västernorrland, 2012:11) Härnösand: Kommunförbundet. Från: <http://www.fouvalfard.se/file/2012-vardhund.pdf>

- Messinger S.D., Dickson K.L. & Fogel A. (1999). What's in a smile? *Developmental Psychology*, 35(3), 701-708. Hämtad från PubMed.
- Nepps, P., Stewart, C. & Bruckno, S. (2011). Animal assisted therapy: Effects on stress, mood and pain. *The Journal of Lancaster General Hospital*, (6)2.
- Neuhoff C.C. & Schaefer C. (2002) Effects of laughing, smiling, and howling on mood. *Psychological Reports*, 91, 1079-1080.
- Nightingale, F. (1860) Notes of nursing: What it is and what it's not. (E-bok). Hämtad från: [http://books.google.co.uk/books?id=fAAIAAAAIAAJ&printsec=frontcover&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](http://books.google.co.uk/books?id=fAAIAAAAIAAJ&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Nord, I. (2011). Nyttä med nöje - En utvärdering av två vårdhundsprojekt i äldreomsorgen i Uppsala kommun. *National Institute for the Study of Ageing and Later life (NISAL)* Linköpings Universitet. ISBN 978 91 7393 202 8.
- Rondeau, L., Corriveau, H., Bier, N., Camden, C., Champagne, N. & Dion, C. (2010). Effectiveness of a rehabilitation dog for adults with a recent stroke: A multiple single-case study. *Neuro Rehabilitation*, 27, 155-163. doi:10.3233/NRE-2010-0592.
- Siegert, R. & Taylor, W. (2003). Theoretical aspects of goal setting and motivation in rehabilitation. *Disability And Rehabilitation*, 26(1), 1-8.
- Silva, K., Corel, R., Lima, M., Magalhaes, A. & de Sousa, L. (2011). Can Dogs Prime Autistic Children for Therapy? Evidence from a Single Case Study. *The journal of alternative and complementary Medicine*, 7, 665-659. doi: 10.1089/acm.2010.0436. Hämtad från PubMed.
- Svensk Sjuksköterskeförening. (2012). Strategi för sjuksköterskans hälsofrämjande arbete. [Broacher]. Stockholm. Från

<http://www.swenurse.se/Global/Publikationer/Hälsofrämjande%20arbete-publikationer/Strategi.for.sjukskoterskans.halsoframjande.arbete.pdf>

Svensk Sjuksköterskeförening. (2009). Svensk sjuksköterskeförening. Sjuksköterskans Profession [Broschyr]. Stockholm.

Velde, B. P., Cipriani, J., Fischer, G. (2005) Resident and therapist views of animal-assisted therapy: Implications for occupational therapy practice. *Australian Occupational Therapy Journal*, 52, 43-50. doi: 10.1111/j.1440-1630.2004.00442.x.

Walsh, F. (2009). Human-Animal Bonds I: The Relational Significance of Companion Animals. *Family Process*, 48(4), 462-480. Hämtad från PubMed.

Wells, D. J. (2007). Domestic dogs and human health: An overview. *British Journal of Health Psychology*, 12, 145–156.

Wohlfarth, R., Mutschler, B., Beetz, A., Kreuser, F. & Korstein-Reck, U. (2013) Dogs motivate obese children for physical activity: key elements of a motivational theory of animal-assisted interventions. *Frontiers in Psychology: Movement Science and Sport Psychology*, 4(796), 1-7. doi:10.3389/fpsyg.2013.00796.



