

EXAMENSARBETE

AKTIVARE tack vare rehabhunden

IRÉNE HANSDOTTER
BRITT-INGER LAMPA

HÄLSOVETENSKAPLIGA UTBILDNINGAR

ARBETSTERAPEUTEXAMEN • C-NIVÅ

Institutionen för Hälsovetenskap
Vetenskaplig handledare: Lisa Skär

Hansdotter, I. & Lampa, B-I.

Aktivare – tack vare rehabhunden

C- uppsats 10 poäng 2002, Luleå Tekniska Universitet, Institutionen för hälsovetenskap.

Abstrakt

Syftet med denna kvalitativa studie var att beskriva en grupp personer med fysiska funktionshinderns erfarenheter av fritidsaktiviteter tillsammans med rehab-/servicehund. För att samla in data gjordes semistrukturerade intervjuer med elva personer med fysiska funktionshinder som innehar en rehabhund. Data analyserades med innehållsanalys och resulterade i fyra kategorier: ”Nya möjligheter och ett nytt liv”, ”Hunden som assistent”, ”Hunden ett redskap för sociala relationer”, ”Hunden en trygghet som skapar aktivitet”. Det sammanfattande resultatet av denna studie visar att rehabhunden har bidragit till ett ökat fysisk, psykiskt och socialt välmående hos sina förare. Hunden aktiverar sin förare genom att kräva daglig motion och omsorg. Hunden har även bidragit till att föraren har fått en ökad självständighet, genom att använda rehabhunden som hjälp i olika aktiviteter på fritiden och i det dagliga livet.

Nyckelord

rehab-/ servicehund, fritidsaktiviteter, fysiskt funktionshinder, aktivitetsnivå, fysisk, psykiskt och socialt välmående.

Att fylla sin tid med meningsfulla aktiviteter som tillfredsställer psykiska, fysiska och sociala behov är viktigt för att få balans i tillvaron. En meningsfull aktivitet innebär att individen kan finna självkänsla, säkerhet, inre motivation och intresse i att utföra aktiviteten (Kielhofner, 1994; Norling & Gunnarsson, 1996). Enligt den etiska koden för arbetsterapeuter är människan av naturen aktiv och utvecklingsbar. För att utvecklas behöver människan balans mellan aktivitet och vila. Balansen och därmed även hälsan kan påverkas av sociala interaktioner och genom aktiviteter. Inom arbetsterapi är målet att främja patientens möjligheter att leva ett så värdefullt liv som möjligt utifrån sina egna önskemål (Förbundet Sveriges Arbetsterapeuter [FSA], 1998). Inom arbetsterapi är kunskap om att möjliggöra för aktivitet för klienten viktigt och grundläggande. Med möjliggöra menas att hjälpa de involverade personerna med strategier och hjälpmedel så att de själva kan utföra aktiviteter vilket leder till oberoende och självständighet (Townsend, 1997).

Kielhofners modell, ”The Model of Human Occupational” (MoHO) har sitt fokus på motivation för aktivitet. Kielhofner anser att människan är en kreativ individ som fyller större delen av sin vakna tid med aktiviteter. Enligt modellen kan omgivningen både erbjuda och kräva ett visst mönster vid aktivitetsutförandet och aktiviteten påverkas således både av den fysiska och sociala omgivningen. De mänskliga aktiviteterna delar Kielhofner in i tre olika aktivitetsområden: vardagliga aktiviteter, arbete och lek/fritid. Enligt Kielhofner är de vardagliga aktiviteter nödvändiga för att individens dagliga liv skall fungera ex. personlig vård, förflyttning och matlagning. Arbete är alla former av produktiva aktiviteter både betalda och obetalda som ger service åt andra eller syftar till att skapa nya möjligheter, idéer och kunskaper för individens livsstil. Lek/fritid är de tidigaste aktiviteterna som följer individen i olika former genom hela livet. Människan anses i modellen vara en utvecklingsbar individ som vill fylla sin fritid med meningsfulla aktiviteter (Kielhofner, 1995). Enligt Norling (1985) är fritiden den tid som inte upptas av arbete, hygien, sömn och måltider och betonas ofta som den tid då en individ vill göra saker som ger positiva upplevelser.

Ett fysiskt funktionshinder antingen medfött eller förvärvat, gör ofta att förmågan att kunna arbeta blir begränsad vilket gör att fritiden blir en central del av tiden som inte upptas av sömn, hygien och måltider. Personer med fysiska funktionshinder har ofta

många olika svårigheter såväl fysiska som sociala som kan bidra till att fritiden blir otillfredsställande (Cynkin & Robinson, 1990; Kielhofner, 1994; Mosey, 1986). En passiv och otillfredsställande fritid kan leda till en nedåtgående spiral då det gäller den fysiska, psykiska och sociala hälsan. För att individen skall kunna bryta den nedåtgående spiralen behövs en aktivitet som stimulerar till att anta utmaningar och övervinna svårigheter. Stimulerande fritidsaktiviteter som inte är tävlingsinriktade kan ge en ändrad sinnesstämning, höjt självförtroende och inre motivation samt minskad ångest, depression och stress (Norling & Gunnarsson, 1996). För att uppnå psykiskt välbefinnande är alla människor i behov av att känna egenkontroll och ha en känsla av att kunna bemästra olika situationer (Kielhofner, 1995; Norling & Gunnarsson, 1996).

Enligt Hallgren (1992) är djurägare i allmänhet mer nöjd med sitt liv och ser ljusare på framtiden än människor utan djur. En hundägare som bryr sig om sin hund är medveten om att hunden behöver aktiveras. Genom de dagliga promenaderna blir ägaren naturligt aktiverad både fysiskt, psykiskt och socialt. De dagligen promenader kan göras ensam med hunden eller i sällskap med andra människor. Hallgren (1992) skriver vidare att det har visat sig att en människa som är ute och går med sin hund möts av fler leenden än en människa som är ute och går utan hund. Beroende på hundägarens intresse och fantasi kan hunden användas i olika fritidsaktiviteter, allt från att vara sällskap vid TV tittande till draghjälp vid skidåkning. Hundägare är ofta aktiva i olika hundföreningar vilket gör att hundägaren kan få en aktiv fritid. I föreningarna kan ägarna gå olika kurser med sin hund, kurserna gör att såväl ägaren som hunden får fysisk, psykisk och social stimulans (Hallgren, 1992). Socialt har hundar en unik förmåga som en kontaktlänk till andra människor. När hunden är med finns det ett givet samtalsämne i mötet med andra människor vilket kan göra att den sociala samvaron ökar. Hundar har en viktig psykologisk inverkan på människor genom att ge tröst, glädje, värme, gemenskap och trygghet (Allen & Blascovich, 1996; Fogelqvist, 1998; Hallgren, 1992; Modin, 2000). Den sociala samvaron med hunden lockar ofta till skratt, vilket gör att endorfiner frigörs vars förmåga är att ge en känsla av välbefinnande och tillfredsställelse. Endorfinerna har även en förmåga att dämpa nervsignaler från kroppen och kan därför dämpa stress och sänka smärta (Hallgren, 1992).

I USA har hunden sedan lång tid tillbaka använts som hjälp i olika fritidsaktiviteter, då den kan hjälpa sin förare både fysiskt och psykiskt (Degerstedt, 1999). I USA finns det flera organisationer där individer med funktionshinder kan ansöka om att få en utbildad servicehund för hjälp i det dagliga livet. Servicehunden är tränad att fungera som armar och ben för personer med funktionshinder som använder rullstol, servicehunden kan exempelvis plocka upp tappade saker, slå på lampor och dra rullstolen (Willis, 1997). I Sverige uppmärksammas hundens unika förmåga att kunna fungera som ett hjälpmedel för individer med fysiska funktionshinder allt mera. På hundskolan i Sollefteå drivs sedan några år tillbaka ett projekt med utbildning av rehabhundar (rehabiliteringshundar) och servicehundar. Projektet drivs i samarbete med Västernorrlands läns landsting. Rehabhundens främsta uppgift är att få sin förare mer fysiskt, psykiskt och socialt aktiv genom att stimulera föraren till aktivitet. Rehabhunden är när den träffar sin förare grundutbildad i lydnad ex. sitt, fot, ligg och stanna, men kan sedan vidareutbildas för att kunna assistera sin förare i olika aktiviteter. Däremot har servicehunden förutom den grundläggande lydningen även tränats för att kunna assistera sin förare vid olika aktiviteter beroende på förarens hjälpbehov. Servicehunden kan t.ex. assistera vid förflyttning, plocka upp saker från golv, lådor och hyllor, bära saker i väskor på ryggen, trycka på knappar ex till hissar och dörrar när den kommer från hundskolan i Sollefteå. För att få en rehabhund eller servicehund genom projektet på hundskolan i Sollefteå måste föraren ha ett fysiskt funktionshinder, kunna sköta om hunden själv (eller med hjälp av annan person), vara motiverad/intresserad av att fortsätta utbilda och träna hunden med hjälp av en personlig instruktör. När ansökan om rehab-/servicehund blivit beviljad av styrgruppen för projektet får den blivande hundföraren utbildning på hundskolan där denne också blir tilldelad en lämplig hund samt hjälp att komma igång med sin träning av hunden (Degerstedt, 1999).

Inom arbetsterapi finns det en medvetenhet om den viktiga funktion som meningsfulla fritidsaktiviteter fyller i en individs liv. Författarna har inte hittat några vetenskapliga studier om hur rehab-/servicehunden bidrar till att förändra fritidsaktiviteterna hos sin fysiskt funktionshindrade förare. Syftet med denna studie var att beskriva en grupp personer med fysiska funktionshindres erfarenheter av fritidsaktiviteter med rehab-/servicehund.

Metod

Design

Med utgångspunkt från syftet med studien som var att beskriva en grupp personer med fysiska funktionshinder erfarenheter av fritidsaktiviteter med rehab-/servicehund, genomfördes en kvalitativ studie med semistrukturerade intervjufrågor (bilaga 3) med personer med fysiska funktionshinder. Denna metod möjliggjorde för hundförarna att berätta om sina erfarenheter av fritidsaktiviteter tillsammans med rehab-/servicehund. Enligt Kvale (1997) är en semistrukturerad intervju en adekvat metod som ger deltagarna möjlighet att beskriva sina erfarenheter ur sitt eget perspektiv.

Undersökningspersoner

Totalt tillfrågades 16 personer med fysiska funktionshinder och som hade en rehab-/servicehund om deltagande i studien. Av de tillfrågade tackade slutligen elva ja till att delta i studien. De fem som tackade nej uppgav att de tidigare medverkat i flera studier och tyckte att de nu inte hade något att tillföra aktuell studie. De elva personer som intervjuades var åtta kvinnor och tre män, med fysiska funktionshinder till följd av medicinska diagnoser (whiplash skador och skador med whiplash liknande symtom samt neurologiska sjukdomar). Alla deltagarna hade en rehabhund från hundskolan i Sollefteå. Försökspersonerna var bosatta i hela Sverige och samtliga var över 18 år. Deltagarna i studien har haft sin rehabhund mellan ett till två år, vilket hade gjort att de har hunnit utveckla fasta rutiner i sin vardag tillsammans med hunden.

Procedur

Missivbrev (bilaga 1) skickades till projektansvarig för rehab-/servicehund på hundskolan i Sollefteå med förfrågan om hjälp med att ta fram sex till tio deltagare

till studien. Adressuppgifter som var nödvändiga för att komma i kontakt med projektansvarig hämtades från telefonkatalogen och i brevet förklarades syftet med studien. När godkännande hade erhållits från projektansvarig om hjälp att ta fram deltagare skickades 10 missivbrev (bilaga 2) för vidare förmedling till hundförarna i Västernorrlands län till projektansvarig, svarstalong och svarskuvert medföljde i missivbrevet. När svarstiden på tio dagar förlöpt hade det endast inkommit fem svarstalonger med önskan om att delta i studien. Projektansvarig på hundskolan i Sollefteå kontaktades via telefon med förfrågan om möjlighet att förmedla kontakt med fler hundförare. Ytterligare sex missivbrev för vidare förmedling till hundförare boende i hela landet skickades till projektansvarig på hundskolan i Sollefteå. De fysiskt funktionshindrade som tackade ja till deltagande i studien kontaktades sedan via telefon för bokning av tid för intervju via telefon. Alla intervjuer genomfördes av båda författarna tillsammans via högtalartelefon och spelades in på band efter godkännande från varje enskild hundförare. Vid intervjun tillfrågades deltagarna om de samtyckte till att författarna vid eventuellt behov av komplettering av intervjun kunde återkomma senare via telefon vilket accepterades av alla deltagare. Intervjumaterialet skrevs sedan ned ordagrant och pseudonymer användes på banden och i det skrivna materialet för att inte röja personuppgifter på deltagarna i studien. Planen till studien har godkänts av den etiska gruppen på Institutionen för hälsovetenskap, Luleå tekniska universitet.

Analys av data

Dataanalysen skedde med hjälp av innehållsanalys, vilket är en process för att identifiera, koda och kategorisera de mönster som finns i insamlad data (Patton, 1990). Samtliga intervjuutskrifter lästes först noggrant igenom av författarna var för sig för att ge ett helhetsperspektiv på det insamlade datamaterialet. Författarna analyserade därefter var för sig en slumpmässigt utvald intervju genom att markera och göra understrykningar i texten utifrån studiens syfte. Kodord som beskrevs materialets innehåll skrevs ned i marginalen. Därefter jämförde författarna kodningen med varandra för att se om liknande eller samma kodning uppstod. Författarna konstaterade att samstämmigheten var hög, ibland användes olika kodord men innebörden var densamma. Resterande intervjuutskrifter analyserade författarna

var för sig för att stärka interbedömarreliabiliteten i studien. Kodord med liknande innehåll sammanfördes och organiserades därefter i gemensamma kategorier vilka låg till grund för resultatredovisningen. Analysen av intervjuerna resulterade i fyra kategorier enligt nedan:

- Nya möjligheter och ett nytt liv
- Hunden som assistent
- Hunden ett redskap för sociala relationer
- Hunden en trygghet som skapar aktivitet

För att på ett bra sätt återspegla resultatet har författarna använt sig av citat från intervjuerna i resultat redovisningen.

Resultat

Vid analyseringen av intervjuerna framkom det att hundförarnas erfarenheter inte skiljer sig från varandra i någon större utsträckning. Författarna har därför valt att redovisa resultatet av intervjuerna med hundförarna i en grupp vilket även försvårar identifiering av enskild hundförare.

Nya möjligheter och ett nytt liv

I denna kategori berättade hundförarna att rehabhunden har givit dem ett nytt och ett mera aktivt liv. Rehabhunden medförde möjligheter att utöva olika nya fritidsaktiviteter och återuppta tidigare utövade fritidsaktiviteter. Samtliga hundförare hade fått en grundläggande utbildning på hundskolan i Sollefteå. Utbildningen hade handlat om hundens utveckling, skötsel och dressyr och medfört ett nytt intresse och möjligheter att utöva fritidsaktiviteter hos flertalet av hundförarna som inte tidigare hade haft hund. Hunden hade exempelvis bidragit till medlemskap i en lokal hundklubb på hemorten. Några av hundförarna hade varit på hundutställning vilket var en helt ny fritidsaktivitet för dessa hundförare. Flera av hundförarna berättade att

de tidigare inte varit så aktiv utomhus men sedan de fått hunden hade detta förändrats. Hundens behov av att rastas flera gånger dagligen medförde att hundföraren var tvungen att gå ut oavsett väderlek och dagsform. En hundförare uttryckte det enligt följande:

”.. spelar ju ingen roll hur man mår så måste man gå ut med hun' om man har nått samvete..”

Några av hundförarna berättade att de innan sjukdomen/skadan varit mycket aktiva på sin fritid med exempelvis skidåkning, fjällvandring, skogspromenader och svampplockning. Hunden hade nu gett dem möjlighet att delvis återuppta de tidigare fritidsaktiviteterna genom att exempelvis hjälpa sin förare att bära packning i naturen eller som draghjälp i kuperad terräng. En av hundförarna berättade att hunden hade gjort det möjligt för personen att återuppta sitt fritidsintresse av svampplockning eftersom hunden bar sina klövjeväschor där föraren lade svampen när de var i skogen.

Hundförarna uppgav att de och hunden levde i ett ömsesidigt beroende av varandra. Föraren behövde hunden till sin hjälp vid dagliga- och fritidsaktiviteter och hunden behövde föraren för den dagliga omsorgen. Hundförarna beskrev vidare att deras familjesituation hade förändrats sedan hunden kom in i deras liv. Hunden medförde att familjen fått en ny medlem som bidrog till att ett nytt och gemensamt intresse och att ett nytt samtalsämne hade uppstått i familjen. Hundens inträde i familjen hade även medfört att föraren blivit mera självständig i sina dagliga- och fritidsaktiviteter och var inte lika beroende av hjälp från familjen.

Hunden som assistent

Denna kategori beskriver hundförarnas erfarenheter av hur rehabhunden hjälpte sin förare i det dagliga livet. Genom att använda hunden som assistent i olika aktiviteter ökade förarens självständighet i utförande av dagliga aktiviteter och fritidsaktiviteter. Hunden medförde även att föraren fått ett minskat hjälpbehov av andra människor i utförandet av olika aktiviteter. En av hundförarna uttryckte sitt nyvunna oberoende enligt följande:

”hunden har gjort att.. jag blir ju mer självständig i och med att jag kan ta bilen å sätta mig i bilen å åka iväg utan att vara rädd att man tappar nått..”

Några av hundförarna berättade att de lärt hunden att assistera vid dagliga aktiviteter som t.ex. av- och påklädning. Vissa av hundarna hjälpte sin förare genom att på kommando hämta kläder som låg framme, andra hundar hjälpte sin förare att få av kläderna genom att exempelvis dra av strumporna. Hunden hjälpte även till att förflytta saker mellan olika rum i bostaden. Flera av hundförarna uppgav att sjukdomen/skadan gjort det svårt att bära exempelvis nycklar, plånbok och inköp. Problemet att bära hade gjort att de alltid varit beroende av någon annan person vid exempelvis inköp av dagligvaror. Sedan hunden kom in i förarens liv fungerar hunden som bärhjälp vid inköp av dagligvaror vilket medförde att hundföraren numera var självständig i aktiviteten. Några av hundförarna uppgav att de även hade en vagn till hunden som de använde vid större inköp av dagligvaror eftersom förarna själva inte kunde bära tunga kassar.

Hundens unika förmåga att dygnet runt finnas vid sin förares sida för att assistera vid olika aktiviteter hade medfört att samtliga hundförare upplevde att de blivit självständigare i aktiviteter. Hunden har även gett sin förare en frihet och ett oberoende som de inte haft sedan sjukdomen/skadan uppkom. Ett exempel på denna nyvunna självständighet var att en av hundförarna numera klarade sig självständigt i hus där det fanns trappor. Hunden fungerade som broms när föraren skulle gå nedför trappan men hunden hjälpte även sin förare genom att vara ett stöd och en draghjälp när denne skulle gå upp för trappan. Ett annat exempel på hur hunden har förändrat hjälpbehovet och gett föraren större kontroll över sitt dagliga liv var att hunden vid behov hjälpte sin förare att öppna dörrar, skåp och lådor. Flertalet av de intervjuade hundförarna uppgav att hunden fungerade som uppresningsstöd och balanshjälp i olika situationer där detta behövs.

Hunden ett redskap för sociala relationer

Denna kategori beskriver att hunden ofta var en naturlig källa till att inleda samtal med andra människor när de var ute i samhället i olika aktivitetssammanhang.

Hundförarna ansåg att omgivningens nyfikenhet om hundens funktion då den bar klövjeväschor eller drog en kärra gjorde att hunden blev ett givet samtalsämne i mötet med andra människor. Hundförarna berättade att rehabhunden är ett tämligen okänt begrepp i dagens Sverige och de ansåg därför att de hade en viktig banbrytande funktion i mötet med andra människor. De ägnade tid åt att förklara hundens funktion vid aktivitetsutförande i syfte att öka kunskapen hos sin omgivning. Flertalet av de intervjuade hundförarna upplevde att omgivningen oftast reagerat positivt när de kommit med hunden för att prova nya aktiviteter eller besöka nya miljöer. Några av hundförarna uppgav att de hade blivit specialbehandlade i närbutikerna då de fått ta med sig hunden in i entrén för att hunden inte skulle ligga obevakad utomhus. Dessa hundförare hade aldrig hört några negativa reaktioner från personer i omgivningen över det faktum att rehabhunden har dispens att följa med in i entrén till affären för att underlätta aktiviteten att handla.

Hundförarna upplevde att okunskapen om rehabhundens funktion gjorde att den sociala omgivningen ibland inte förstod syftet med hunden och vilken viktig funktion hunden hade för sin förare vid aktivitetssammanhang. Alla hundförare upplevde att andra hundägare inte förstod att rehabhunden är en tjänstehund som inte fick hälsa på andra hundar när den var i tjänst. Genom att hundföraren ständigt fick förklara för andra hundägare varför inte hunden fick hälsa försvarades tidvis hundförarens vardag. En av hundförarna uttryckte det:

”.. de kan va lite jobbigt ibland när tanterna kommer fram med sina små.. ”hon är så snäll” å de är lite jobbigt.. å de är svårt för dom att förstå att de ska inte hälsa på de här tjänstehundarna för de stör dom..”

Hunden en trygghet som skapar aktivitet

I denna kategori beskrivs hundförarnas upplevelser av hur hunden bidrar till trygghet och aktiverar sin förare. Flertalet av hundförarna berättade att de kände sig tryggare när de var ute på kvällen tillsammans med hunden, då de var säkra på att hunden skulle försvara dem om någon okänd person skulle gå till angrepp. Några av hundförarna berättade att de numera vågade utföra aktiviteter som de tidigare inte har gjort efter att de fått sjukdomen/skadan. Hundförarna berättade att hunden var en

trygghet ute i skogen genom att vara uppresningsstöd om de ramlade och balanshjälp i ojämn terräng. Flera av hundförarna beskrev att innan hunden kom in i deras liv var dagarna långsamma och tråkiga och innehöll få aktiviteter. För dessa hundförare utgjorde hunden ett viktigt sällskap och en trygghet som skapade aktivitet genom att alltid finnas till hands. Hunden var någon att bry sig om, någon att titta på och någon att prata med. Hunden var någon att pyssla med och som krävde sin vård vilket upplevdes mycket positivt av hundförarna. Alla hundförare uppgav att hunden har höjt deras livskvalité oavsett hur lång tidsperiod de hade haft rehabhunden. Rehabhunden var någon att njuta av och någon att utföra aktiviteter tillsammans med vilket förarna upplevde höjde deras livskvalitet.

Flera av hundförarna hade inte upplevt att de varit i psykisk obalans innan de fick hunden, men att hunden hade bidragit till att de i dagsläget hade ett ökat psykiskt välmående för att de var mera aktiva. Dessa hundförare upplevde att de dagliga promenaderna och hundens trogna sällskap var en bidragande orsak till att de i dagsläget hade fått en bättre psykisk hälsa. Hundförarna ansåg att hunden hade bidragit till att de skrattade och kände sig gladare än vad de hade gjort tidigare. I resultatet framkom att rehabhunden hade en positiv inverkan på det psykiska välbefinnandet. En av hundförarna uttryckte det enligt följande:

”.. de blev ju ett lyft... de var med stor glädje och värme som jag kände när (hundens namn) kom in i mitt liv.. å då visste jag att de här blir bra.. så att.. jag fick tillbaka gnistan å att göra saker å ting..”

Alla de intervjuade hundförarna påtalade att hunden motiverat sin förare till att vara mer aktiv än tidigare. Hunden stimulerade sin förare till dagliga fysiska aktiviteter genom att behöva rastas. Några av hundförarna ansåg att de fått en ökad fysisk kapacitet tack vare de naturliga dagliga promenaderna med hunden. Den ökade fysiska kapaciteten hade hos flera av hundförarna lett till att de i dagsläget hade ett bättre allmänt välmående vilket medförde att de orkade utföra fler aktiviteter och leva ett mer aktivt liv. Flera av hundförarna uppgav att de kunnat minska på intaget av mediciner eftersom att den fysiska aktiviteten stimulerat till ökad endorfin produktion i kroppen. Det var ingen av hundförarna som uppgav att de fått mindre värk sedan de fick hunden. Däremot såg de värken som en positiv värk genom att de

kunnat utföra aktiviteter tillsammans med hunden. En av hundförarna uttryckte det enligt följande:

”.. du stimulerar ju endorfinet om du rör på dig. Å de är ju bästa drogen som finns. Å den är ju beroende framkallande så då måste man ju röra på sig igen.. annars blir man ju inte så där hög..”

Samtliga hundförare ansåg att de nu kunde se ljusare på framtiden och fått en möjlighet att planera inför framtiden genom hundens förmåga att hjälpa dem i utförandet av aktiviteter. De ansåg därför att de blivit självständigare sedan de fått rehabhunden.

Diskussion

Syftet med studien var att beskriva en grupp personer med fysiska funktionshinders erfarenheter av fritidsaktiviteter tillsammans med rehab-/servicehunden. Resultatet av studien visade att samtliga intervjuade hundförare ansåg att de hade fått en ökad aktivitetsnivå på fritiden och i det dagliga livet efter rehabhundens inträde i deras liv. Den ökade aktivitetsnivån hade medfört att förarna upplevde ett ökat fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande. Detta stämmer väl överens med Cynkin & Robinson (1990), Kielhofner (1995), Mosey (1986) vilka anser att aktiviteter är viktigt ur fysiska, psykiska och sociala aspekter. Enligt Kielhofner (1995) och Nelson (1997) bibehåller och förbättrar individen hälsan och välbefinnandet genom att utföra aktiviteter som individen finner meningsfulla. I denna studie upplevde hundförarna att de nu kunde utföra fler meningsfulla aktiviteter i sitt dagliga liv och på fritiden. Om hundförarna har fått en bättre hälsa ger inte denna studie svar på, men är en intressant fråga för vidare forskning. Författarna anser att det är möjligt att hundförarna som ingått i denna studie skulle ha upplevt en ökad livstillfredsställelse även om de skaffat en vanlig hund. Möjligheten att få en vuxen hund som var grundutbildad i lydnad var enligt hundförarna, en förutsättning för att de överhuvudtaget skulle kunna skaffa en hund.

I kategorin "*Nya möjligheter och ett nytt liv*", framkom det att många av hundförarna inte tidigare varit så aktiva utomhus, men att detta förändrats sedan de fick hunden. I en studie om hundens betydelse av Norling (1990) framgår det att hundägaren anser att hunden ger dem motion och en anledning att vistas utomhus. I denna studie uttryckte hundförarna att de såg det som positivt att de var tvingade till att gå ut med hunden oavsett väderlek och deras egen dagsform. Författarna anser att orsaken till att hundförarna upplevde det som positivt att ha ansvar för en hund kan härledas till det ömsesidiga beroendet mellan förare och hunden.

I studien framkom vidare att hundförarna menade att deras familjesituation hade förändrats i positiv riktning sedan hunden kom in i deras liv. Hunden hade bidragit till ett nytt och gemensamt intresse och att ett nytt samtalsämne hade uppstått i familjen. Tidigare forskning (Norling & Gunnarsson, 1997) visar dessutom att djur genom sin blotta närvaro kan skapa en mer positiv atmosfär i hemmet, genom att bli påverka familjemedlemmarnas sinnesstämning. Det är framför allt de som ägnar sig åt och tycker om djuret som påverkas positivt. I denna studie har det inte framkommit om det var positivt för alla familjemedlemmar med en rehabhund i familjen men detta är en intressant fråga för fortsatt forskning.

I kategorin "*Hunden som assistent*", framkom att hundens tillgänglighet dygnet runt hade bidragit till att hundförarna hade blivit mer självständiga i sina dagliga aktiviteter. Genom att använda rehabhunden som hjälp vid aktiviteter hade hundförarnas hjälpbehov från andra människor minskat. Kan hunden vara den nya formen av assistent för fysiskt funktionshindrade? Att använda hunden i människans tjänst är ingenting nytt, hunden har sedan 1930-talet utbildats till ledarhund för synskadade i Sverige (Hännestrand, 1995). Hännestrand (1995) menar vidare att ledarhunden ökar förarnas frihet och oberoende vilket kan ge föraren en bättre livskvalité. Ett naturligt steg i utvecklingen borde nu vara att använda hunden som assistent och aktivitetsmotor för personer med fysiska funktionshinder vilket även resultatet i denna studie kan bekräfta.

Denna studie har visat att rehabhunden bidrar till ett ökat oberoende och en upplevelse av ökad livskvalité hos föraren. Resultatet visade att det var fullt möjligt att ha en hund som assistent enligt hundförarnas berättelser. Författarna anser att det

är viktigt att vara medveten om att en hund aldrig helt kan ersätta en människa. För att kunna använda hunden som assistent krävs det att människan som skall använda hunden har ett intresse för hunden. Det är även viktigt att människan är medveten om att hunden innebär ett ökat ansvar för personen med funktionshindret då hunden är beroende av omvårdnad och skötsel för att må bra (Degerstedt, 1999). Det är även viktigt att komma ihåg att rehabhunden inte är något hjälpmedel. Rehabhunden bör enligt både förarna och professionella exempelvis arbetsterapeuter ses som ett komplement till den hjälp som den funktionshindrade kan få i dagen samhälle för att öka förarens självständighet (Degerstedt, 1999; Camp, 2001). Enligt Camp (2001) så är arbetsterapeuten en primär vårdaktör när det gäller att förskriva och rekommendera hjälpmedel. Därför anser Camp att arbetsterapeuter har en viktig funktion genom att utöka sin roll som hjälpmedelsförskrivare till att även omfatta bedömning och rekommendation av servicehund som en potentiellt hjälpmedel för att öka klientens självständighet.

I kategorin "*Hunden ett redskap för sociala relationer*", framkom det att hunden hade bidragit till att föraren hade fått en ökad interaktion med den sociala omgivningen. I den etiska koden för arbetsterapeuter (FSA, 1998) fastslås det att människan är en social individ som utför aktiviteter i samspel med andra och att människans hälsa påverkas genom aktivitet. Edney (1995) skriver att personer med funktionshinder som kom med en sällskapshund fick ökad social kontakt med andra människor jämfört med de personer med funktionshinder som inte hade någon hund. Mosey (1986) menar att sociala kontakter är grundläggande för individens överlevnad och välmående även om det ibland kan vara jobbigt och smärtsamt. Resultatet av denna studie visar att hundförarna ansåg att hunden ofta var en orsak till interaktioner med andra människor. Hundförarna ansåg även att hunden ofta bidrog till att samtal uppstod och att de hade en banbrytande funktion genom att förklara innebörden med en rehabhund vid mötet med andra människor. Hundförarna ansåg att okunskapen i omgivningen tidvis försvårade deras vardag men att de med hjälp av sin rehabhundar hade fått en ökad delaktighet i olika aktiviteter.

I kategorin "*Hunden en trygghet som skapar aktivitet*", visar resultatet att hundförarnas erfarenheter var att hunden motiverade till aktivitet vilket hade gett dem ett mer meningsfullt liv. Flera av de intervjuade hundförarna uppgav att dagarna

var långsamma och tråkiga med få fritidsaktiviteter innan de fick rehabhunden. Enligt Norling (1990) är det hela 80 % av hundägarna (i Göteborg och Härryda) som anser att hunden ger dem en meningsfull fritid. Christiansen (1999) anser att när människan har kontroll och möjlighet att välja kan människan uttrycka sig själv och finna mening med livet. Att söka meningsfulla aktiviteter är det som karakteriserar människan. Inom arbetsterapin anses det att meningsfullhet i de dagliga aktiviteterna bidrar till att människan finner mening med livet (Hasselkus & Rosa, 1997). Enligt Norling & Gunnarsson (1997) kan fritid var en källa till rekreation men den kan också kännetecknas av passivitet och tomhet. Om fritiden skall bli en positiv eller negativ hälsofaktor beror alltså på vad vi gör av den och hur vi upplever den. Motivationerna gemenskap och naturkontakt är enligt Norling- Jägnert (1996) viktigt och har ett stort samband med upplevelsen av hälsa och välbefinnande. Denna studie visade att hundförarna upplevde ett ökat välbefinnande genom att de orkat göra flera aktiviteter sedan rehabhundens inträde i deras liv.

Resultatet i denna studie visade att rehabhundens tillgänglighet utgjorde en trygghet och ett sällskap åt sin förare dygnet runt och att hunden höjt förarnas livskvalité genom att den var någon att bry sig om och någon att njuta av. Dessa resultat stämmer väl överens med det Camp (2001) hade kommit fram till i sin studie av servicehundar d.v.s. förare av servicehundar kände sig tryggare och säkrare då de visste att hund alltid vaktade vid deras sida. Camp skriver vidare att hunden kräver ett stort ansvar från sin förare då hunden behöver daglig vård i form av motion, omtanke och mat.

Det sammanfattande resultatet av denna studie visar att rehabhunden har bidragit till ett ökat fysisk, psykiskt och socialt välmående hos sina förare. Rehabhunden aktiverar sin förare genom att kräva daglig motion och omsorg. Rehabhundens inträde i förarens liv hade gjort att de upplevde en ökad livskvalité och en ökad social interaktion. Rehabhunden har även bidragit till att föraren har fått en ökad självständighet och en aktivare fritid, genom att använda rehabhunden som assistent i olika aktiviteter på fritiden och i det dagliga livet.

Metoddiskussion

Syftet med denna studie var att beskriva en grupp personer med fysiska funktionshinders erfarenheter av fritidsaktiviteter med rehab-/servicehund. För att uppnå syftet genomfördes en kvalitativ studie med semistrukturerade intervjufrågor vilket är en adekvat metod för att fånga försökspersoners erfarenheter enligt Kvale (1997). Validitet inom kvalitativ forskning kan sägas motsvara trovärdighet dvs att det som avses att undersökas verkligen undersöks (Holloway & Wheeler, 2000). För att uppnå validitet är det därför viktigt att rätt undersökningsgrupp väljs ut, att proceduren är väl beskriven för att ge möjlighet till andra forskare att replikera studien och att resultatet speglar det som framkommer i data. Detta har i denna studie har gjorts genom att en adekvat undersökningsgrupp valts utifrån studiens syfte, att metoddelen innehåller en noggrann beskrivning av tillvägagångssätt och att resultatet innehåller citat från undersökningsspersonernas berättelser. Valet av metod dvs. semistrukturerade intervjufrågor, möjliggjorde för hundförarna att berätta om sina erfarenheter av aktiviteter tillsammans med rehabhunden vilket ger studien god reliabilitet, dvs. eftersom intervjufrågorna inte innehöll någon fast struktur utan var öppna frågeställningar kunde försökspersonerna själva välja vilka erfarenheter de ville delge författarna.

Det säkraste sättet att samla data genom intervjuer är enligt Holloway & Wheeler (2000) att spela in intervjun på band. Intervjuerna till denna studie skedde via högtalar telefon och författarna valde att banda intervjuerna för att vara säkra på att ingen data skulle gå förlorad. Genom att göra telefonintervju fick författarna inte några förutfattade meningar om hundförarna, hundarna eller samspelet mellan förare och hund. Det faktum att författarna var orutinerade intervjuare kan ha gjort att vissa naturliga följdfrågor uteblev. Att hålla koncentrationen och fokuset på hundförarens berättelse under hela intervjun upplevdes av författarna som svårt och viss information kan ha förlorats eftersom hundförarnas kroppsspråk och gester inte kunde uppfattas under intervjuerna.

Att skriva ut de bandade intervjuerna var ett tidskrävande arbete men enligt Holloway & Wheeler (2000) samtidigt en bra repetition av vad informanterna delgav

författarna. Författarna valde att skriva ut de bandade intervjuerna tillsammans för att vara säkra på att intervjuerna skrevs ned ordagrant. Genom att båda författarna deltog vid utskriften stärktes interbedömarreliabiliteten i materialet (Kvale, 1997). För att uppnå maximal interbedömarreliabilitet kodade författarna en slumpmässigt utvald intervju med innehållsanalys (Patton, 1990) var för sig. Genom att koda materialet kunde författarna lätt kategorisera materialet för att kunna bearbeta resultatet.

Trots att resultatet av studien är väldigt positivt anser författarna att denna studie har uppnått sitt syfte vilket tyder på att studien har god validitet. Det positiva resultatet av studien kan även ha ett samband med att de hundförare som tilldelats en rehabhund från hundskolan i Sollefteå är personer som är speciellt utvalda (av styrgruppen för projektet) och i stort behov av en rehabhund. Hundförarna ser flera möjligheter till aktiviteter med rehabhunden i det dagliga livet och på fritiden samt har ett intresse för rehabhunden. Ytterligare en orsak till det positiva resultatet kan vara att det är projektansvarig för rehabhundar på hundskolan som har förmedlat kontakten med hundförarna som deltagit i denna studie. Urvalet kan därför vara riktat mot hundförare som har positiva erfarenheter av fritidsaktiviteter tillsammans med rehabhunden. Resultatet i studien kunde även ha blivit annorlunda om det hade varit förare till servicehundar som blivit intervjuade. Slumpen medförde nu istället att det endast var förare till rehabhundar som deltog i studien. Resultatet kunde även ha blivit annorlunda om de som tackade nej deltagit eftersom deras erfarenheter kunde ha innehållit negativa aspekter av erfarenheter av fritidsaktiviteter med rehabhunden. Författarna tror dock att det positiva resultatet av studien främst beror på att hundförarna anser att rehabhunden har bidragit till att de fått ett aktivare och självständigare liv. Resultatet av denna studie går inte att generalisera till alla hundförare med rehabhund i Sverige, eftersom studien bygger på intervjuer med endast 11 hundförare med fysiska funktionshinder som har en rehabhund.

Förslag på vidare forskning:

Med utgångspunkt från studiens resultat fann författarna att fortsatt forskning inom detta område kunde inrikta sig mot följande frågeställningar:

- Finns det skillnader mellan rehabhunden och servicehundens betydelse i fritidsaktiviteter hos sin förare?
- Finns det skillnader mellan rehabhunden och servicehundens betydelse i aktiviteter i det dagliga livet hos sina förare?
- Medförde rehabhunden en förbättrad fysisk hälsa hos hundförarna?
- Hur har rehabhundens inträde i familjen påverkat familjens aktivitet utifrån de övriga familjemedlemmarnas synvinkel?

Tillkännagivande

Författarna tackar personerna som medverkat i studien och som villigt delat med sig av sina erfarenheter av fritidsaktiviteter med rehabhunden. Författarna riktar även ett stort tack till handledaren Lisa Skär som har visat ett stort tålamod och givit oss många goda råd under arbetets gång.

Referenslista

Allen, K. & Blascovich, J. (1996). The value of service dogs for people with severe ambulatory disabilities. *The Journal of American Medicin Assosiation*, 275, (13), 1001-1006.

Camp, M.M. (2001). The use of service dog as an adaptive strategy: A qualitative study. *The American Journal of Occupational Therapy*, 55, (5), 509-517.

Christiansen, C.H. (1999). Defining lives: occupation as identity: an essay on competence, coherence, and the creation of meaning. *The American Journal of Occupational Therapy*, 53, (6), 547-557.

Cynkin, S. & Robinson, A.M. (1990). *Occupational therapy and activities health: Toward health through activities*. Boston: Little, Brown and Company.

Degerstedt, A. (1999). *Rehabilitering med hund* [Online]. Tillgänglig: <http://www.lvn.se/medrehab/hundrapport.html> (2001-08-30).

Endey, A.T.B. (1995). Companion animals and human health: an overview. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 88, 704-708.

Fogelqvist, M. (1998). Service och signalhundar. *Socialmedicinsk tidskrift*, 8, 423–426.

FSA. (1998). *Etiska koden för arbetsterapeuter*. Nacka: Förbundet Sveriges Arbetsterapeuters publikationer.

Hallgren, A. (1992). *Hunden i våra hjärtan och i vårt samhälle*. Vagnhärad: Jycketryck AB.

Hasselkus, B.R. & Rosa, S.A. (1997). Meaning and occupation. I C.H. Christansen & C.M. Baum, *Occupation therapy, Enabling, function and well-being* (pp364-377) USA: Slack.

Holloway, I. & Wheeler, S. (2000). *Qualitative research for nurses*. London: Blackwell Science Ltd.

Hännestrand, B. (1995). *Människan, samhället och ledarhunden*. Stockholm: Almqvist & Wiksell International.

Kielhofner, G. (1994). *Grundläggande begrepp i arbetsterapi*. (FoU-rapport nr 7). Nacka: Förbundet Sveriges Arbetsterapeuter.

Kielhofner, G. (1995). *A Model of human occupation: Theory and application*. 6th ed. Baltimore: Williams & Wilkins.

Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.

Modin, S. J. (2000). Service dogs as interventions: State of the science. *Rehabilitation Nursing*, 25, (6), 212-219.

Mosey, A.C. (1986). *Psychosocial components of occupational therapy*. New York: Lippincott Raven Publishers.

Nelson, D. (1997). Why the profession of occupational therapy will flourish in the 21st century. *American Journal of Occupational Therapy*, 51, (1), 11-24.

Norling, I. (1985). *Fritid och hinder*. Solna: Statens Naturvårdsverk.

Norling, I. (1990). *Hundens betydelse*. Redovisning av tidigare undersökningar och en studie av hundägare i Göteborg och Härryda 1975, 1981 och 1989. Svenska kennelklubben, Göteborgs universitet, Institutionen för socialt arbete: Arvika grafiska.

Norling, I. & Gunnarsson, M. (1996). *Fritid som socialt fenomen*. Stockholm: Liber.

Nordling, I. & Gunnarsson, M. (1997). *Fritid, rekreation och hälsa*. Stockholm: Liber.

Norling- Jägnert (1986). Motivationsprofiler. I Nordling, I. & Gunnarsson, M. (1997). *Fritid, rekreation och hälsa*. (s. 66-67) Stockholm: Liber.

Patton, M. Q. (1990). *Qualitative evaluation and research methods*. 2th ed. Newbury Park: SAGE.

Townsend, E. (1997). *Enabling Occupation, An Occupational Therapy Perspective*. Ottawa: CAOT Publications ACE.

Willis, D. A. (1997). Animal Therapy. *Rehabilitation Nursing*, 22, (2), 78-81.

Hej!

Vi är två arbetsterapeutstuderande vid Institutionen för Hälsovetenskap i Boden. I vår utbildning ingår det att skriva ett examensarbete som omfattar 10 poäng. Syftet med vår studie är att beskriva en grupp personer med fysiska funktionshinders erfarenheter av fritidsaktiviteter med rehab-/servicehund. För att få svar på vår fråga kommer personliga intervjuer att göras med hundförarna, intervjuerna beräknas pågå omkring 60 minuter.

Vi vänder oss till er i egenskap av projektansvarig för rehab- och servicehundar på hundskola i Sollefteå, med en förfrågan om ni har möjlighet att förmedla kontakt med sex till tio hundförare av rehab-/servicehund. Kriteriet för hundförarna är vuxna (>18 år) fysiskt funktionshindrade, bosatta i Västernorrlands län och de skall ha haft sin rehab-/servicehund i minst sex månader.

Resultatet av studien beräknas att finnas tillgängligt på Sociomedicinska biblioteket i Boden från juni 2002.

Vi kommer att ringa dig om ca. 1 vecka för att höra efter om du har möjlighet att hjälpa oss.

Vid eventuella frågor kan du kontakta någon av oss

Irène Hansdotter 0921-124 13 eller 070-563 44 68
Britt-Inger Lampa 070-666 49 38

Med vänliga hälsningar

Irène Hansdotter

Britt-Inger Lampa

Handledare: Lisa Skär, Doktorand vid Institutionen för Hälsovetenskap i Boden.

LULEÅ TEKNISKA UNIVERSITET
Institutionen för Hälsovetenskap
Arbetsterapeutprogrammet

HEJ!

Vi är två arbetsterapeutstuderande vid Institutionen för Hälsovetenskap i Boden. I vår utbildning ingår det att skriva ett examensarbete som omfattar 10 poäng.

Syftet med vår studie är att beskriva en grupp personer med fysiska funktionshinderns erfarenheter av fritidsaktiviteter med rehab-/servicehund.

Vår förfrågan till er är nu om ni är villig att ställa upp på en intervju. Intervjun kommer att ta omkring 60 minuter och spelas in på band.

Ert deltagande är frivilligt och kan avbrytas när som helst, om ni så önskar utan att ange orsak. Vid redovisningen av resultatet kommer deltagarna att benämnas under pseudonymer och alla uttalanden kommer att vara avkodifierade i hela studien. Resultatet av studien beräknas att finnas tillgängligt på Sociomedicinska biblioteket i Boden från juni 2002

Vi är tacksamma om du returnerar i fylld svarstalongen inom tio dagar i det bifogade kuvertet som inte behöver frankeras. Om du ger ditt godkännande för deltagande kommer vi att kontakta dig via telefon för bokning av tid och plats för intervjun enligt ditt önskemål.

Vid eventuella frågor kan du kontakta någon av oss

Iréne Hansdotter 0921-124 13 eller 070-563 44 68
Britt-Inger Lampa 070-666 49 38

Med vänliga hälsningar

Iréne Hansdotter

Britt-Inger Lampa

Handledare: Lisa Skär, Doktorand vid Institutionen för Hälsovetenskap i Boden.

LULEÅ TEKNISKA UNIVERSITET
Institutionen för Hälsovetenskap
Arbetsterapeutprogrammet

SVARSTALONG

<input type="checkbox"/>	Ja , Jag vill delta i studien Namn: Adress: Telefon:
--------------------------	--

Om ni inte önskar delta i studien är vi ändå tacksam om ni returnerar svarstalongen i det frankerade kuvertet. Ni behöver då inte uppge några personuppgifter.

<input type="checkbox"/>	Nej , Jag kan inte delta i studien.
--------------------------	--

Intervjufrågor

Av vilken anledning fick du en rehab/servicehund?

Hur länge har du haft hunden?

Kan du ge exempel på vilka erfarenheter du har av fritidsaktiviteter tillsammans med din hund?

- Hur upplever du det?

Upplever du att hunden minskat/ökat hjälpbehovet vid utförandet av fritidsaktiviteter?

- Kan du ge exempel?

Kan du ge exempel på hur du upplever att rehab-/servicehund har påverkat dina fritidsaktiviteter?

Bidrar hunden till att du får mer kontakt med andra människor i dina fritidsaktiviteter?

Om svaren inte är tillräckligt utförliga kommer följdfrågor som - hur? -kan du utveckla? -kan du ge exempel? att ställas.