



LUNDS UNIVERSITET

Medicinska fakulteten

Arbets terapeutprogrammet

Institutionen för Hälsovetenskaper

Hur hund som stöd kan främja välbefinnande och aktivitet i vardagen – en litteraturöversikt

Författare: Jenny Karlsson & Susanne Larsson

Handledare: Björn Slaug

Examensarbete på kandidatnivå, 15 hp

Hösten 2017

Institutionen för Hälsovetenskaper
Arbets terapi och aktivitetsvetenskap
Box 157
S-221 00 Lund

Hur hund som stöd kan främja välbefinnande och aktivitet i vardagen - en litteraturöversikt

Författare: Jenny Karlsson & Susanne Larsson
Handledare: Björn Slaug

Examensarbete på kandidatnivå
Hösten 2017

Abstrakt

Bakgrund Relationen mellan människa och djur har debatterats och forskats om under lång tid liksom vilka effekter djur kan ha på människans välmående. Hundar har med goda resultat använts inom vårdrelaterade miljöer och används fortfarande av många människor som stöd i vardagliga aktiviteter. Arbetsterapeutisk teori belyser samverkan mellan person, aktivitet och miljö samt menar att upplevd mening och värde i aktivitet främjar hälsan. **Syfte** Att kartlägga hur hund som stöd kan främja välbefinnande och aktivitet i vardagen. **Metod** Icke-systematisk litteraturstudie av 12 artiklar med kvalitativ, kvantitativ samt mixad metod. Manifest innehållsanalys av utvalda artiklar för att identifiera kategorier och teman. **Resultat** Tre teman identifierades gällande hur hund som stöd påverkar personer i aktivitet och främjar aktiviteter i vardagen; 1) förbättrad interaktion och kommunikation; 2) motivation till fysisk aktivitet och inlärning; samt 3) påverkan på personliga inre resurser som ökad självständighet och förbättrat självförtroende. **Slutsats** Resultaten tyder på att användning av hund som stöd kan främja arbetsterapeutiska interventioner men det behövs mer forskning där även arbetsterapeutiska bedömningsinstrument används för att mäta effekterna.

Nyckelord: Arbetsterapi, assistanshund, social tjänstehund, aktivitetsfrämjande, fysisk aktivitet, självständighet

Arbetsterapeutprogrammet
Institutionen för Hälsovetenskaper
Arbetsterapi och aktivitetsvetenskap
Box 157
S-221 00 Lund

How dog as support can promote well-being and activities of daily living - a literature overview

Authors: Jenny Karlsson & Susanne Larsson
Supervisor: Björn Slaug

Bachelor thesis
Fall 2017

Abstract

Background The relationship between humans and animals has for long been debated and researched, as well as the effects animals can have on human well-being. Dogs have been used in health related contexts with satisfying results and many people are still using dogs as support in activities of daily living. Occupational therapy theories highlight the interaction between person, occupation and environment, and considers perceived value and meaning in occupation to promote health. **Purpose** To examine how dog as support can promote well-being and activities of daily living. **Method** A non-systematic literature study of 12 articles using qualitative, quantitative and mixed method. A manifest content analysis of selected articles was used to identify categories and themes. **Result** Three themes were identified regarding how dog as support affects people during occupation; 1) improved interaction and communication; 2) motivation for physical activity and learning; and 3) impact on internal factors such as increased independence and improved self-confidence. **Conclusion** The results indicate that using dog as support could promote occupational therapy interventions but there is need for further research using occupational therapy assessment tools to measure the effects.

Keywords: Occupational therapy, animal assisted activity, animal assisted therapy, animal assisted intervention, physical activity, independence

Occupational Therapy and Occupational Science
Department of Health Sciences
Box 157
S-221 00 Lund

Innehållsförteckning

❖ Inledning	1
❖ Bakgrund	1
○ Aktivitet och arbetsterapeutisk teori	1
○ Värde och mening i aktivitet	2
○ Stödjande insatser för att främja aktivitet	2
○ Djur som stöd inom vård och omsorg	3
○ Djurs positiva inverkan på människans välbefinnande	4
○ Hund som stöd i aktivitet	5
❖ Problemområde	5
❖ Syfte	6
❖ Metod	6
○ Design	6
○ Urval	6
○ Datainsamling	6
○ Dataanalys	8
○ Forskningsetiskt ställningstagande	8
❖ Resultat	9
○ Förbättrad interaktion och kommunikation	10
○ Motivation till fysisk aktivitet och inlärning	11
○ Personliga inre resurser	11
❖ Diskussion	12
○ Resultatdiskussion	12
○ Metoddiskussion	16
❖ Slutsats	18
❖ Referenser	19
❖ Bilagor	24
○ Bilaga 1	24
○ Bilaga 2	25
○ Bilaga 3	26
○ Bilaga 4	27

Inledning

I rapporten "Health 2020" sätter World Health Organisation (WHO, 2017) hälsopolitiska ramar för att stödja insatser med målsättningen att bland annat förbättra folkhälsan. Samtliga europeiska medlemsländer uppmanas samtidigt att tänka ut nya sätt att förbättra befolkningens hälsa och välbefinnande vid sidan av traditionella hälso- och sjukvårdsinsatser. Enligt Socialstyrelsen (2016) använde cirka 6,5 miljoner människor i Sverige minst ett läkemedel under år 2016, en stor grupp användare är äldre personer. Moderna läkemedel granskas ytterst noggrant och anses tillförlitliga men de kan ge användaren negativa effekter i form av olika biverkningar (Lundborg, u.å.). Användning av läkemedel är förenat med traditionell biomedicinsk hälso- och sjukvård varför det finns behov av nytänkande och andra behandlingsformer. Norling (2002) sammanställer i sin rapport de goda effekter på psykiska, fysiska och sociala faktorer som djur har haft i vården av äldre. Effekterna visade sig genom ökad livskvalitet, minskad depression och ångest samt sänkt blodtryck och kolesterol vilket resulterade i ett reducerat intag av läkemedel. Det kan tänkas att läkemedelskonsumtionen i Sverige skulle minska vid ökad användning av denna nytänkande och mer holistiska behandlingsform. Förutom nämnda fördelar är behandlingen både aktivitetsfokuserad och fri från biverkningar.

Enligt Manimalisrapporten (2009) kan djur skapa hälsofrämjande miljöer, öka välbefinnande och livskvalitet för personer med funktionsnedsättningar. Användningen av djur inom hälso- och sjukvård har blivit mer uppmärksammat i Sverige men än är forskningsuppdrag vad gäller djur i relation till arbetsterapi begränsat. Forskning inom arbetsterapi och aktivitetsvetenskap visar att meningsfull aktivitet har betydelse för vår hälsa och vårt välbefinnande (Eklund, 2010) varför en översikt av de forskningsresultat som i dagsläget finns över användning av hund skulle kunna vara ett värdefullt tillskott till den arbetsterapeutiska litteraturen. Vår förhoppning är att denna litteraturstudie ska kunna inspirera fler arbetsterapeuter i Sverige att använda hund som stöd vid intervention, i syfte att främja välbefinnande och aktivitet i vardagen.

Bakgrund

Aktivitet och arbetsterapeutisk teori

Erlandsson och Persson (2014) menar att aktivitet är allt vi människor gör, såväl det vi måste göra som det vi vill göra. Arbetsterapeutisk teori belyser det ständiga samspelet mellan människa, omgivning och aktivitet vilka tillsammans sätter ramarna för aktivitetsutförandet

(Erlandsson & Persson, 2014). Enligt Erlandsson och Perssons systemteori *ValMO-modellen* kan en aktivitet brytas ned och betraktas i mindre delar eller uppgifter, det vill säga att en aktivitet skapas när en enskild rörelse eller delmoment utförs i följd. Våra vardagliga aktiviteter kategoriseras och benämns enligt modellen som skötsel-, arbets-, lek- och rekreativa aktiviteter. Vidare behöver vi ett varierat inslag av dessa vardagliga aktiviteter för att må bra och uppleva ett tillfredsställande aktivitetsmönster. De aktiviteter vi väljer att utföra har betydelse för människors identitet, välmående och varande vilket Wilcock och Hocking (2015) diskuterar genom begreppen *doing* (göra), *being* (vara), *belonging* (tillhöra), *becoming* (bli) och *well-being* (välbefinnande). Begreppen är förbundna med varandra där det vi gör påverkar och identifierar vem vi är och uppfattas vara. Eftersom vi är sociala individer gör vi sådant som ger oss den rätta känslan, som får oss att känna *tillhörighet* och bekräftelse att *vara* någon tillsammans med andra. Det leder till att vi ständigt utvecklas och förändras, *blir* något nytt, och därigenom skapas *välbefinnande*.

Värde och mening i aktivitet

Inom arbetsterapeutisk teori belyses mening i aktivitet på flera sätt men gemensamt är övertygelsen att upplevd mening är en faktor för god hälsa. Det är den upplevda meningen i en aktivitet som bidrar till hälsa men för att uppnå meningsfullhet behöver aktiviteten innehålla en värdeupplevelse (Erlandsson & Persson, 2014). Det kan vara ett *konkret*, *självbelönande* eller *sociosymboliskt* värde. Det konkreta värdet genereras när ett resultat eller en produkt av aktiviteten eftersträvas, vid självbelönande värde är det aktiviteten i sig självt som är värdefullt med anledning av att den är njutningsbar eller rolig och slutligen sociosymboliskt värde som uppstår vid gemenskap och som bekräftar personens identitet. Erlandsson, Eklund och Persson (2011) fann i sin studie en stark relation mellan värde i aktivitet och upplevd mening samt att upplevd mening visade sig positivt förknippas med subjektiv hälsa.

Trots att upplevelsen av värde och mening är subjektiv kan en person uppleva olika värde trots samma aktivitet fast vid ett annat tillfälle då miljön är förändrad. Den miljö där en aktivitet utförs kan vara såväl stödjande som hindrande och ger aktiviteten olika förutsättningar (Erlandsson & Persson, 2014; Kielhofner, 2012) varför aktivitet är i ständig förändring där värde och mening bör ses som dynamiska begrepp.

Stödjande insatser för att främja aktivitet

Arbetsterapeuter strävar mot att möjliggöra och främja aktivitet med syfte att alla människor ska klara av sin vardag. En vardag där individen kan känna sig delaktig och leva ett

tillfredsställande liv utifrån sina egna förutsättningar och behov. Ambitionen är en så självständig vardag som möjligt med eller utan stöd. Stödet kan vara i form av personer eller djur, tekniska eller kognitiva hjälpmedel och anpassningar av aktivitet eller miljö (Sveriges Arbetsterapeuter, 2016).

Djur som stöd inom vård och omsorg

Det finns olika begrepp för interventioner där djur används i vården. Fyra begrepp förekommer ofta i litteraturen (Norling, 2002);

- Pet Therapy, vilket var det ursprungliga samlingsbegreppet för djurs medverkan vid interventioner i humanvården men har därefter specificerats och delats upp i nedanstående tre begrepp.
- Animal Assisted Therapy (AAT), en målinriktad behandlingsprocess där syftet är att förbättra de sociala, psykiska och fysiska funktionerna med hjälp av djur.
- Animal Assisted Activity (AAA), omfattar frivilliga insatser och stöd i egenvård och institution genomförs med djur men med lägre ambitionsnivå och planering än inom AAT.
- Animal assisted intervention (AAI) innebär interaktion med djur där fokus är på människans sensoriska upplevelser från taktila-, auditiva-, visuella- och luktsinnen.

I England användes kontakt med djur i vårdsammanhang redan under 1700-talet genom ordinerat arbete i lantlig miljö för personer med psykisk ohälsa. Syftet var att behandlingen skulle vara mer human för de som var inskrivna inom mentalvården. Patienterna fick hjälpa till att arbeta på bondgårdar med olika djurbesättningar, bland annat kor, hästar, höns och får. Att använda djur i vårdande syfte fick stor genomslagskraft då det kunde påvisas stora positiva hälsoeffekter hos patienter som drabbats av svår kärlekkramp eller hjärtinfarkt gällande återhämtning och överlevnad. Inom området kunde det långt senare konstateras att sällskapsdjur som hund och katt uppvisade liknande effekter. Sällskapsdjur användes till exempel i USA inom rehabilitering för män med svåra psykiska funktionsnedsättningar efter strider i första och andra världskriget (Höök, 2016). Den amerikanske psykoterapeuten och författaren Boris Levinson beskrev i slutet av 60-talet hunden som "alliansskapande" då han upptäckte att närvaron av hans hund hade stor påverkan vid behandling av sina patienter. Medverkan av hund gav ökat förtroende för honom och ledde till större framsteg i behandlingen. Forskning på området skulle dröja till 1980-talet och via forskning kunde

sällskapsdjurens positiva påverkan på människor ytterligare stärkas och Pet Therapy blev ett vedertaget begrepp (Höök, 2016).

Djurs positiva inverkan på människans välbefinnande

Enligt Höök (2010) finns det positiva effekter av att äga ett sällskapsdjur då det bland annat genererar ett samspel med andra djurägare och ger en känsla av gemenskap. Sällskapsdjur har även en förmåga att bidra med emotionell stöttning och kan förmedla känsla av tillit. Vidare har hundägare oftare en mer positiv bild av fysisk aktivitet än de som inte har hund eftersom de oftare tar promenader. Bandet mellan ett djur och en människa är unikt och bygger på tyst kommunikation (Fine & Beck, 2010) där ägandet av ett sällskapsdjur utvecklar förmågan att känna sig behövd och ta ansvar för en annan individ (Höök, 2010). I en studie av Campbell, Smith, Tumilty, Cameron och Treharne (2016) intervjuades personer under en promenad med sin hund om sina upplevelser relaterat till hälsa och välbefinnande. Resultaten visade att psykologiskt välmående låg som ett tema över allt som sades och deltagarna beskrev, bland annat hur promenaden fick en mening samt att den gav lugnande och stressreducerande effekter tack vare sällskapet av sin hund. Konklusionen är också att hundägaren får en inre motivation till att ta promenader när den innebär en delad glädjefylld aktivitet. Allen och Blascovich (1996) visade i sin randomiserade kontrollerade studie att användning av servicehund resulterade i förbättrat självförtroende och välbefinnande för personer som är beroende av rullstol i sin vardag. Personerna integrerades mer i samhället, de hade ökad närvaro i skola eller på sin arbetsplats samt att servicehundarna bidrog till en omfattande sänkning av assistanstimmar. När människor använder sina sinnen i kontakt med djur sänks även blodtrycket samt hjärt- och andningshastigheten (Johnson, 2011). Enligt Fine och Beck (2010) har den speciella djur-människa-relationen även goda effekter på såväl stress som sinnesstämning.

I de flesta länder används vanligtvis hundar inom vård och omsorg vilket till stor del beror på att de är lätta att träna för att kunna medverka i möten med olika människor i ovanliga miljöer och sammanhang. Hundar i vården är inget nytt fenomen i Sverige utan sedan länge har personal inom demensboenden haft sina egna hundar med sig under sina arbetspass (Höök, 2016).

Hund som stöd i aktivitet

Socialstyrelsen (2014) definierar hund i vård och omsorg som "En typ av tjänstehund som används inom en vård- eller omsorgsverksamhet och som arbetar med flera enskilda

personer” (s. 7). Det finns enligt Svenska Terapiahundskolan (u.å.) flera benämningar för hundar i tjänst men de grupperas i två huvudkategorier;

- *Assistanshund* arbetar för sin förare exempelvis servicehund och ledarhund.
- *Social tjänstehund* arbetar tillsammans med sin förare mot tredje person exempelvis vårdhund.

Tidigare har det inte funnits några kriterier på vad som är en lämplig vårdhund och hur den ska användas i patientnära arbete, vilket det nu finns genom flertalet utbildningar. År 2008 startade till exempel Vårdhundskolan vars syfte är att utbilda vårdhundar som uppfyller specifika kriterier gällande lämplighet. I samband med att vårdhunden används i tjänst ska en genomförandeplan följas och utvärdering av resultatet ska utföras. Remiss till vårdhund, så kallat “hund på recept”, kan skrivas av arbetsterapeut, fysioterapeut och sjuksköterska (Höök, 2016). Verksamheter som remitterar vårdhundar ansvarar även för att både hund och förare har adekvat utbildning för sin uppgift (Socialstyrelsen, 2014). Alla verksamheter med insatser inom vård och omsorg måste dessutom förhålla sig till de riktlinjer som finns gällande det systematiska kvalitetsarbetet; det ska upprättas en riskanalys, vidtas förebyggande åtgärder och finnas gällande rutiner. Hos Socialstyrelsen (2014) finns även vägledningsunderlag för hur vårdhund implementeras i verksamheten.

I denna litteraturstudie kommer “Hund som stöd” användas som ett samlingsbegrepp och innefatta såväl social tjänstehund som assistanshund.

Problemområde

I bakgrunden har det via litteratur påvisats att aktivitet, framför allt meningsfull aktivitet, främjar hälsan. De olika faktorer som ligger till grund för våra val och handlingar har också förklarats och genom ett historiskt perspektiv har det redogjort för hur både husdjur och hund som stöd kan vara betydelsefulla för människors välbefinnande och upplevelse av mening i aktivitet, vilket det finns relativt ny forskningsevidens som styrker (Johnson, 2011; Fine & Beck, 2010). Även om det i litteraturen finns stöd för att djur kan ha positiva effekter på de flesta människor saknas en sammanställning över vilken påverkan hund som stöd kan ha på en persons välbefinnande och upplevelser av mening i aktivitet. En sådan sammanställning hade även kunnat vägleda arbetsterapeuter huruvida hund som stöd är lämpligt att remittera samt belysa frågor som: vad händer i interaktionen mellan en hund och en människa under en

aktivitet? Kan hundar påverka en persons motivation till aktivitet? Vilka fördelar finns det med hund som stöd i vardagliga aktiviteter?

Syfte

Att kartlägga hur hund som stöd kan främja välbefinnande och aktivitet i vardagen.

Metod

Design

Studien har genomförts som en icke-systematisk litteraturstudie där aktuell forskning sammanställts och analyserats med kvalitativ innehållsanalys som fokuserade på det manifesta innehållet (Kristensson, 2014).

Urval

Vi sökte artiklar i tre olika databaser relevanta för vårt syfte; *Cinahl*, *PubMed* och *PsycInfo*. Exklusionskriterier var djur annat än hund samt alla former av icke-levande djur som robotdjur eller nallar. Även artiklar som studerade hundar som husdjur exkluderades. Inklusionskriterier var således hundar i tjänst som användes i en vardaglig aktivitet. Med hund i tjänst menar vi antingen en certifierad hund eller som används i AAA, AAT eller AAI. Vi valde att inkludera artiklar där andra djur medverkade i studien så länge hund är ett av dem. I samtliga databaser användes filter för sökningen vilka var att artiklarna skulle vara skrivna på engelska samt vara publicerade mellan år 2007 och 2017. Tidsintervallet valdes med ambition att endast få fram den senaste forskningen. I *Cinahl* och *PsycInfo* användes filtren peer-reviewed samt academic journal, filter som inte fanns i databasen *PubMed*. Valda artiklar från *PubMed* granskades därför med ytterligare noggrannhet. Vi använde oss av ett manuellt urval genom att söka upp referenser från relevanta artiklar vi tidigare läst. Litteraturstudien innehåller såväl kvantitativa som kvalitativa studier.

Datainsamling

Litteratursökningen gjordes i databaserna *Cinahl*, *PubMed* och *PsycInfo*. Fullständigt sökschema redovisas i form av en sökmatrix under Bilaga 1-3. Sökorden justerades under den inledande litteratursökningen efter att nya begrepp som var relevanta för vårt syfte återfanns i några av artiklarna och dessa inkluderades därefter. Sökorden "dog", "dogs", "canine" och "canines" var med i de initiala sökningarna men uteslöts därefter då de medförde resultat som inte motsvarade vårt syfte. Dessa sökord gav artiklar med fokus på hundar som husdjur,

hundars ursprung och fysiologi. Hund som husdjur blev även resultatet när sökningen gjordes med den enda Mesh-termen som fanns, ”pet therapy”. Beslutet togs att inte använda Mesh-termer vid fortsatta sökningar. Sökningarna bestod av de mest förekommande engelska begrepp och förkortningar för djur som stöd; “assistance dogs”, “therapy dogs”, “service dogs”, “pet therapy”, AAT, “animal assisted therapy”, AAI, “animal assisted intervention”, AAA och “animal assisted activity”. Artiklarna som användes skulle inrikta sig på studier där personer använde hund som stöd i aktivitet. För att få sökträffarna aktivitetsfokuserade och med ett arbetsterapeutiskt perspektiv användes sökorden “occupation” och “activity”.

Booleska termer används när en databassökning innehåller minst två olika ord (Kristensson, 2014). Vid vår sökning användes termen “OR” mellan vardera sökord samt “AND” för att kombinera de två sökfälten. Sökningen i PubMed modifierades jämfört med de övriga två databaserna då förkortningarna “AAT”, “AAI” och “AAA” fick uteslutas eftersom de gav oss direkt felaktiga träffresultat. Vidare i PubMed upptäckte vi att relevanta artiklar uteslöts när sökningen gjordes i plural varför sökorden “assistance dog”, “therapy dog” och “service dog” lades till. Detta tillägg var inte nödvändigt i de övriga två databaserna.

Syftet och målet med litteratursökningen var att inkludera artiklar som belyste vilken påverkan hund som stöd hade i aktivitet. Sökord som “outcome”, “effects”, “benefits”, “experience”, “perception” och “impact” användes men störst genomslagskraft i våra sökningar hade de djurrelaterade begreppen, därför valde vi att inte lägga till ytterligare sökord utan lät dessa stå i fokus tillsammans med de två termerna för aktivitet. Vi ansåg att vi på detta sätt fick den bredast möjliga sökningen. Efter den slutgiltiga sökningen sorterade vi artiklarna manuellt och strök dubletter, därefter granskade och bedömde vi återstående artiklar genom att läsa samtliga abstract. Vi sorterade bort artiklar som inte motsvarade vårt syfte samt artiklar som föll utanför våra inklusionskriterier. Av återstående sökträffar valde vi de artiklar som vi ansåg mest relevanta för studiens syfte. Fullständig tabell över datainsamlingen framgår under Bilaga 1-3.

Båda författarna till denna studie har läst samtliga valda abstract och artiklar i fulltext för att säkra en hög grad av objektivitet i analysen. Artiklarna kvalitetsgranskades enligt checklista som följdes av en gemensam diskussion för att fastställa bevisvärdet (Forsberg & Wengström, 2013). Bevisvärdet rangordnades i sju steg, från högt till lågt; 1) Systematiska litteraturstudier som inkluderar meta-analyser; 2) Randomiserade kontrollerade studier; 3) Icke-randomiserade studier - öppna studier; 4) Kohortstudier; 5) Fall-kontrollstudier; 6) Retrospektiva studier – registerstudier; 7) Övriga studier.

Två artiklar som värderades med relativt lågt bevisvärde har medvetet inkluderats eftersom studierna som helhet, och deras resultat, uppfattades värdefullt för denna litteraturstudie då det återspeglade vårt syfte.

Dataanalys

Artiklarna granskades genom en manifest innehållsanalys för att tolka det centrala resultatet i varje artikel. Därefter identifierades likheter och skillnader i den samlade datan vilka utmynnade i kategorier och teman (Forsberg & Wengström, 2013). Dataanalysen började med att båda författarna läste samtliga valda artiklar och var för sig plockade ut meningsbärande enheter från texten. Detta gjordes enskilt för att öka tillförlitligheten. Därefter diskuterade författarna artiklarnas resultat med fokus på litteraturstudies syfte för att säkerställa en gemensam uppfattning. Tillvägagångssättet var en form av triangulering för att stärka trovärdigheten av analyserna (Forsberg & Wengström, 2013). Genom den manifesta innehållsanalysen skapade och formulerade författarna 10 kategorier och 3 teman. Tillvägagångssättet i dataanalysen visas i form av nedanstående Tabell 1.

Meningsbärande enhet	Kondenserad enhet	Kodord	Kategori	Tema
Some patients were reluctant to touch the animals at the beginning of the study. Gradually, after seeing the dogs were tame and obeyed them, the patients accepted the dogs and became willing to touch them and play with them. Patients would often smile at the dogs when calling, touching, and interacting with them. Physical activity increased when the patients played with the dogs.	Accepted the dogs and became willing to touch and play.	Interaktion Vilja till lek	Beteende- och emotionell förändring	Förbättrad interaktion och kommunikation
	Patients would smile when calling, touching, and interacting.	Leende Beröring	Interaktion med andra	Motivation till fysisk aktivitet och inläring
	Physical activity increased when playing with the dogs.	Fysisk aktivitet	Lek	

Tabell 1. Exempel på tillvägagångssättet i dataanalysen.

Forskningsetiskt ställningstagande

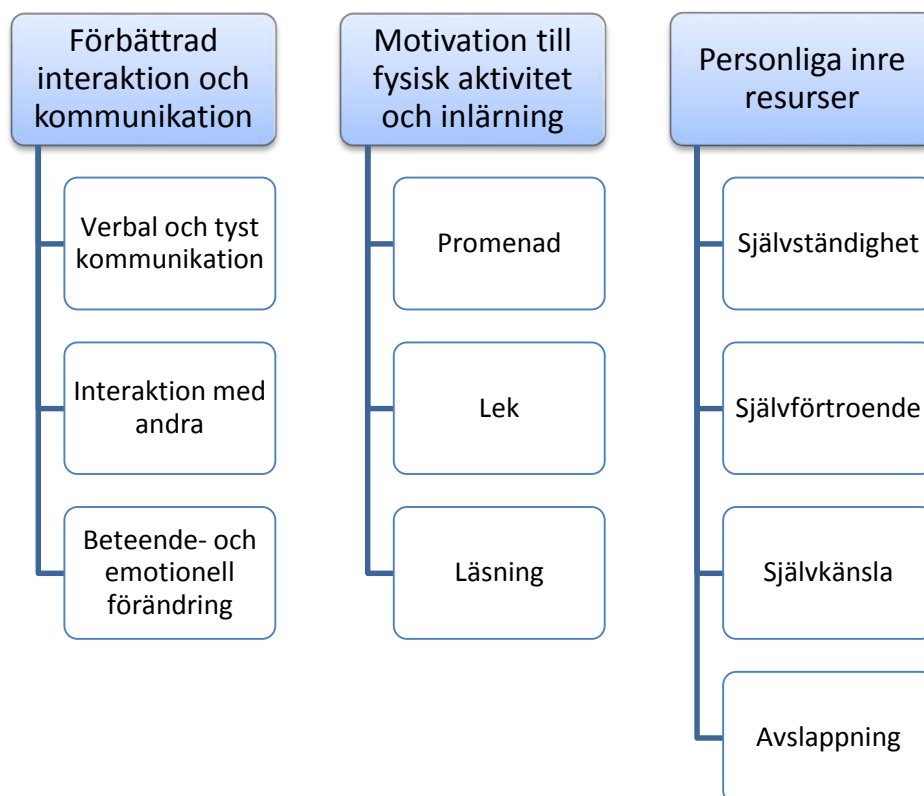
Planerade studier inom medicinsk forskning kräver i de flesta fall ett formellt etiskt tillstånd vilket dock inte gäller för uppsats på grundnivå. Det betyder däremot inte att en uppsats är fri från forskningsetiska ställningstaganden vilket även gäller för litteraturstudier. Alla studier i de valda artiklar som inkluderas i denna kandidatuppsats ska ha uppfyllt gällande forskningsetiska riktlinjer och därmed följt fyra centrala principer; autonomi-, nytto-, inte

skada- och rättvisepprincipen. Autonomipprincipen innebär att forskningen ska genomföras med respekt för deltagarnas självbestämmande däribland genom att deltagandet ska vara frivilligt och att deltagarna har rätt att avbryta medverkan när som helst. Nyttoprincipen innebär att studien ska vara noga övervägd och motiverad för att undvika risk för obehag eller skada. Inte skada-principen innebär att risken för skada minimeras vilket inkluderar såväl fysisk skada som skydd för att säkra anonymitet, sekretess och korrekt metodik. Slutligen innebär rättvisepprincipen att alla deltagare medverkar på lika villkor och behandlas rättvist (Kristensson, 2014).

Resultat från samtliga valda artiklar presenteras, både det som bekräftar denna litteraturstudies syfte och resultat som säger emot. Det är en viktig aspekt ur forskningsetisk synpunkt (Forsberg & Wengström, 2013).

Resultat

Av de tolv utvalda och granskade artiklarna fördelade sig metoderna i fem kvantitativa, fyra kvalitativa och tre med mixad metod. Studierna har genomförts i Japan, Norge, Kanada, Taiwan, Australien, USA, Sydafrika och Tyskland, den äldsta artikeln är daterad år 2007. Studierna har bedrivits inom palliativ vård, på äldreboende, på sjukhus inom både somatik och psykiatri, i skola samt med flyktingar, personer med autism och afasi. Genom analysen har 10 kategorier och 3 övergripande teman identifierats (se Figur 1). Från dataanalysen har också andra resultat framkommit vad gäller vilken påverkan hund som stöd hade på olika individer i aktivitet. En del studier påvisade till exempel vikttnedgång och positiv inverkan på närstående men de resultat som presenteras i teman är de som tydligast svarade mot vårt syfte och frågeställningar. De övergripande teman som identifierades genom innehållsanalysen anknyter på olika sätt till aspekter av välbefinnande och främjande av aktivitet i vardagen. Resultaten valde vi att styrka med hjälp av citat hämtade från såväl kvalitativa studier i form av deltagarnas egna ord, som från kvantitativa studier i form av författarnas resultatformuleringar. Fullständig tabell över valda artiklar samt resultat framgår i Bilaga 4. För att hänvisa till artiklarna kommer numreringen i Bilaga 4 fortsättningsvis användas.



Figur 1. Översikt av teman och underliggande kategorier avseende vilken påverkan hund som stöd har på individer i aktivitet.

Förbättrad interaktion och kommunikation

Genom att använda hund som stöd i vardagen blev det lättare för personer att interagera och kommunicera med sin omgivning vilket påvisades i artiklarna 1, 2, 3, 7, 8, 9 och 11. Det gällde såväl närstående som utomstående i olika sociala kontexter samt med hunden i fråga. Hunden hade en central roll och öppnade upp för **interaktion** mellan människor där aktivitet med hunden var den gemensamma nämnaren, *“The participants talked about how their interaction with the dogs affected relations with other participants and residents Participants also developed a tendency to have more interest in other people. Person-to-person interaction developed between the study participants”* (7). Från en annan studie beskrivs förbättringar gällande interaktion som följande, *“The interactions among the patients and investigators increased and proceeded more comfortably in the presence of the dogs”* (2). Interaktion med hund som stöd skapade även positiva **beteendeförändringar** hos personerna vilket bland annat kunde ses genom minskat utåtagerande.

Many of these kids who usually have behavioral issues relating to lack of concentration, anger management, etc and who often demonstrate lack of interest in more conventional activities and have trouble getting along with other children will thoroughly enjoy being around the animals and exhibit

minimal behavioral issues that day. Often they will become enthralled with simply feeling and patting the animals. Even those kids who demonstrate violent tendencies at other times will show absolute gentleness and patience around baby animals (3).

Vid samtlig kommunikation med såväl hund som andra människor användes både **verbal och tyst kommunikation** med skratt, kommandon till hunden, samtal, leenden, nickningar och ögonkontakt. Hundarnas närvaro skapade välbefinnande hos personerna som uttryckte glädje i samvaro med hund, *“Patients would often smile at the dogs when calling, touching, and interacting with them”* (2). Konklusionen var att hund som stöd skapade **emotionell** uppmärksamhet och möjliggjorde nya interaktions- och kommunikationstillfällen.

The presence of the therapy dog during the walk back to the ward yielded beneficial effects for communication ... increased the participant's opportunities to communicate with passersby who would pause to pat the dog or chat. The presence of the dog also seemed to improve the participant's general sense of cheerfulness and well-being ... (9).

Motivation till fysisk aktivitet och inlärning

Aktivitet med hund som stöd motiverade personer till att använda kroppen samt stimulering till inlärning av både motoriska färdigheter och **läsning** vilket framkom i artikel 1, 2, 6, 10, 11 och 12. Den fysiska aktiviteten yttrade sig i **promenader** samt **lek** med hunden såväl inom- som utomhus vilket bidrog till mindre passivitet och stillasittande hos personerna. Leken genererade motorisk träning och motorisk kontroll genom att kasta boll, träna agility och utföra diverse skötselaktiviteter som borsta, klappa och utfodra hunden. *“... the dog helped the children to develop motor control. Parents reported a wide variety of physical tasks that were facilitated by the dog's participation”* (1). Hund som stöd utvecklades även till en drivkraft vid aktivitet även i de fall då syftet från början var att tillfredsställa hundarnas behov.

Before I got [my dog], I never went outside by myself unless someone was coming to pick me up. Once I got her, I had to go out alone because she needed to play. I realized how good it felt to go outside on my own I also got out of my wheelchair and sat in the grass because I knew she could help me back into my wheelchair when I was ready to go (4).

Personliga inre resurser

Upplevelsen av självständighet, ökat självförtroende, stärkt självkänsla och möjlighet till avslappning kan ses som en del av resultatet i artikel 1, 2, 3, 4, 5, 7, 10. Med hund som stöd i

vardagliga aktiviteter gavs möjlighet till ökad **självständighet** där hunden kunde ersätta tekniska hjälpmedel eller personer genom att bland annat öppna/stänga dörrar, hämta föremål samt vara behjälplig vid av- och påklädning. Eftersom hunden alltid fanns tillgänglig gav den även en känsla av trygghet vilket gav stärkt **självförtroende** att våga utföra aktiviteter självständigt som i sin tur bidrog till bättre **självkänsla**.

[My dog] helps me get things done without having to ask other people all the time. I don't have to hold my husband's hand all the time when I can't walk. I can do things by myself. For the first time ever, last year I was able to go swimsuit shopping by myself in the mall because I had [my dog] as a counter balance and as an alert dog so I knew I was completely safe. I knew I could do it all by myself (4).

Genom samvaro med hund stärktes personens självförtroende och självkänsla, de kände sig behövda och att de hade betydelse för någon annan. *“One-on-one interaction with the dogs allowed the participants to gradually connect with the dog (“I understand her [the dog] well.”) as well as feel a sense of responsibility for taking part in the dog's upbringing”* (7).

Samvaron visade sig även ha en **avslappnande** effekt då hunden var fördomsfri och accepterande vilket minskade oro och nervositet i aktivitet, *“Interacting with animals promoted relaxation developed confidence around animals”* (3). Hundens närhet gav även en lugnande påverkan som kunde underlätta vid insomning. *“The dog now lies up besides her and leans against her because she loves the pressure so she's asleep within minutes of crawling into bed now”* (1).

Diskussion

Resultatdiskussion

Det huvudsakliga resultatet av litteraturoversikten var identifieringen av 10 kategorier och 3 övergripande teman gällande hur hund som stöd kan främja välbefinnande och aktivitet i vardagen; 1) genom förbättrad interaktion och kommunikation; 2) genom motivation till fysisk aktivitet och inlärning; samt 3) genom påverkan på personliga inre resurser som ökad självständighet och förbättrat självförtroende. Flera intressanta aspekter har framkommit i studiens resultat men resultatdiskussionen kommer i huvudsak fokusera på de delar som svarar på syftet.

Motivation är en betydelsefull drivkraft för aktivitet och ett område som kan appliceras på många olika delar inom arbetsterapi, ett exempel var en person som citerades i studie (4).

Personen ville av olika anledningar inte gå ut själv men efter att ha fått hund som stöd blev utevistelse en positiv upplevelse och hunden blev en motivationsfaktor för att komma ut, en aktivitet som personen sedermera tyckte kändes bra.

Enligt Eliasson (2016) är det viktigt för barn att träningstillfällena upplevs meningsfulla och motiverande. Det framkommer i resultatet att personer som hade tillgång till hund som stöd använde kroppen i aktivitet även mellan aktiviteterna. Det framgick till exempel i studien med barn med övervikt som tränade hund i agility (6) att de lekte med hunden och rörde oavbrutet på sig, de hade nämligen tillgång till hunden även medan de väntade på nästa runda. Motivation är kopplat till förväntningar (Eliasson, 2016) vilket betyder att när vi har fått bra upplevelser och inställning till någonting ökar vår förväntan och därmed motivation. Hund som stöd i detta avseende gav barnen goda upplevelser varför de hade positiva förväntningar som ökade deras motivation till fysisk aktivitet och därmed träning. Träning som kan tänkas ha blivit en meningsfull aktivitet med ett förändrat värde, från konkret i avseendet att barnen var i behov av vikttnedgång, till självbelönande värde då aktiviteten med hunden upplevs tillfredsställande och rolig. Meningsfulla och motiverande träningstillfällena kan sannolikt även appliceras på vuxna.

Människan tycks vilja ha minsta motståndets lag vid sina aktiviteter framför allt vid sådana som är av tvingande art. Att gå promenader för att förändra ett ohälsosamt aktivitetsmönster, träna sina kroppsfunktioner eller bryta social isolering kan innebära känslor av motstånd och svårighet med igångsättning. Resultaten visar att hund som stöd dels kunde agera motivationsfaktor till en promenad eftersom promenaden i sig bytte fokus och syfte och blev därmed meningsfull (6), men hund som stöd kunde också ge personen starkt självkänsla efter att uppgiften slutförts (4). Hund som stöd hade gett aktiviteten goda förväntningar, alltså motivation. På liknande sätt diskuterar Kielhofner (2012) att all mänsklig aktivitet bland annat består av komponenterna *viljekraft*, där motivation, intresse och val av handling står i fokus, samt *utförandekapacitet*, där våra fysiska och mentala förmågor ligger till grund för ett kompetent aktivitetsutförande. Vidare kommer vi genom upplevelsen av kompetens fortsättningsvis ha positiva känslor för aktiviteten vilket gör att viljekraften hålls vid liv. Samtliga ovan nämnda resultat gällande motivation kan även tolkas utifrån denna teori och att hund som stöd skulle kunna vara den drivkraft som motiverar och uppmuntrar till initiering av en aktivitet.

I samspelet mellan människa och hund uppstår ofta lek vilket indirekt också är träning. För till exempel personer som drabbats av stroke kan lek med hund vara ett utmärkt träningstillfälle.

Personen tränar greppförmåga, bedömer avstånd och greppstyrka, tränar talet genom kommandon och får även positiva fysiologiska effekter men ur personens perspektiv är det inte alltid träning som försiggår utan lek. I Nationella riktlinjer för vård vid stroke (Socialstyrelsen, 2017) uppmuntras uppgiftsspecifik träning som upplevs meningsfull och relevant för personen samt att funktions- och aktivitetsträningen med fördel kan utföras i den egna miljön. I detta avseende tolkar författarna resultatet applicerbart för strokepatienter men även många andra målgrupper.

Arbetsterapeuter är experter på att observera personer i aktivitet och kan med enkla medel applicera en rörelse eller delmoment till andra aktiviteter i vardagen. Nyttan med meningsfull träning är oerhört stor och återigen har det troligen skett en förändring gällande upplevt värde. En stor indikator i denna studie är att med hund i sin närhet uppstår lust och vilja till just lek med hunden. Enligt Erlandsson och Persson (2014) uppfattar vuxna i regel lek som mindre seriösa aktiviteter och erkänner därför sällan att det förekommer i vardagen medan det tycks falla mer naturligt för barn att leka. Hund som stöd främjade dock lekaktiviteter för både vuxna och barn då de kastade boll, sprang och hoppade tillsammans med hunden (6). Personernas känsla och upplevelse vid aktiviteten sträckte sig längre än själva syftet med aktiviteten tillsammans med hund som stöd. Aktiviteten kan beskrivas ha ett nytt värde.

Hund som stöd bidrog till ökad självständighet i vardagliga skötselaktiviteter där hunden kunde ersätta antingen ett tekniskt hjälpmedel eller en person (4). Det innebär inte att hund som stöd eller ökad självständighet i sig ska leda till isolering och minskad social kontakt. Från ett arbetsterapeutiskt perspektiv anser författarna snarare att ökad självständighet bidrar till ökad delaktighet i vardagliga aktiviteter vilket kan leda till personlig utveckling, bibehållande och utvecklande av färdigheter som i sin tur kan generera att individen stärker sin självkänsla och söker socialt umgänge. Fox och Quinn (2012) visade i sin studie att personer över 70 år upplevde socialt engagemang inte bara meningsfullt och av värde för dem utan även som en avgörande faktor för hur de uppfattade sig själva, de fick en mer ansedd status i samhället, de utvecklade sina förmågor, ökade sitt välbefinnande och fick mening i pensioneringen. En parallell från detta resultat kan dras till Wilcock och Hockings (2015) resonemang kring begreppen doing, being, belonging och becoming. Wilcock och Hocking menar att välbefinnande, och i förlängningen även meningsfull aktivitet, uppnås på detta sätt.

Hearle, Rees och Prince (2012) genomförde en observationsstudie på ett äldreboende och fann att de äldre hade en passiv livsstil utan någon meningsfull aktivitet i sin vardag.

Deras basala behov blev tillfredsställda men inga åtgärder för att minska tristess eller öka socialt umgänge. Dessa resultat stämmer väl överens med resultaten från studie (7) där dagarna uppgavs vara händelsefattiga med lite kontakt med personal eller andra boende men besöket av hund som stöd bröt de tråkiga vardagsrutinerna. De boende kom ut från sina rum och ingick i en social kontext, kände tillhörighet och stärkte sitt egenvärde. En god social kontext föddes även mellan flyktingbarn (3) och övriga barn när hund som stöd introducerades. Den möjliggjorde kommunikation och interaktion när hunden var den gemensamma nämnaren att samlas kring.

Vårt humör och sinnesstämning påverkar våra tankar vilka påverkar kroppens hormonutsöndring som i sin tur påverkar vårt humör och vår sinnesstämning, det ger sitt uttryck i vårt beteende. Likt en cirkel går ett dåligt mönster runt och runt för att sedan skapa en nedåtgående spiral, på samma sätt kan positiva känslor och händelser skapa en uppåtgående kurva. Det visade sig tydligt i resultatet att hund som stöd har positiv inverkan på en persons humör, sinnesstämning och beteende. Personer på demensboende blev lugnare och mildare i sitt beteende och kunde därmed interagera med andra människor (11). Liknande resultat kan ses i studien med flyktingbarn (3) där hund som stöd visade på positiva effekter med minskat utåtagerande beteende. Barnen blev mer harmoniska och varsamma genom hanteringen av hunden, en beteendeförändring som även innebar att relationen till andra människor blev bättre. Vid aktivitet tillsammans med hund som stöd, eller med hundens blotta närvaro, uppstod en känsla av trygghet och minskad oro.

Förändringar i humör och sinnesstämning var genomgående i de analyserade artiklarna och en intressant diskussionspunkt i relation till läkemedelsanvändning. Enligt Kerstin Uvnäs-Moberg (2000) medför beröring av människa eller djur till frisättning av hormonet oxytocin som är en signalsubstans i hjärnan. Oxytocinet gör att vi blir lugnare genom sänkt nivå av stresshormon, får sänkt blodtryck och mindre ångest men styr även en del livsviktiga funktioner och har stor betydelse för vår överlevnad då människor behöver fysisk beröring och närhet för att kunna återhämta sig. Effekterna av frisättningen av oxytocin blev även tydliga när barn med lässvårigheter (10) fick läsa för en hund som stöd. Hundens närvaro minskade barnens stress och oro över att läsa fel, de blev lugna och fokuserade som i och med detta ledde till ökad läsförståelse.

Skulle hund som stöd kunna minska användningen av orosdämpande-, sömn- och depressionsrelaterade läkemedel? Med tanke på den omfattande konsumtionen av ovan nämnda läkemedel framstår det som ett angeläget forskningsområde utifrån ett

aktivitetsfrämjande perspektiv. Inte nog med att hund som stöd förbättrade personernas beteende och emotionella status innebar denna förändring även ett förändrat upplevt värde och mening. Aktiviteten som utfördes med hund som stöd upplevdes inte påtvingad och obekvämlig utan i de flesta fall istället som en meningsfull aktivitet.

De faktorer diskussionen fokuserat på, det vill säga; motivation, lek, självständighet och personlig utveckling, humör och sinnesstämning samt välbefinnande går som en röd tråd genom alla resultat i denna litteraturstudie. Variationen i de studier som inkluderats avseende länder, åldersgrupper, deltagare, sammanhang etcetera pekar på att dessa faktorer som kommer till ytan med hjälp av hund som stöd är något gemensamt för många människor oberoende av ålder, kön eller kultur. Det bör dock beaktas att det även finns hinder och mindre positiva aspekter att ta hänsyn till när det gäller användning av hund som stöd. Hundar är inte alltid välkomna i offentliga miljöer, det finns personer som är allergiska men även de som är rädda för hundar. Den yrkesverksamma som skriver hund på recept behöver därför vara vaksam och kritisk i sin bedömning men även ha hund som stöd väl förankrat hos personen i fråga samt deras anhöriga.

Metoddiskussion

Den initiala avsikten var att söka artiklar med fokus på hund som stöd i aktivitet utifrån ett arbetsterapeutiskt perspektiv men underlaget var för tunt varför utgångspunkten fick omvärderas till endast hund som stöd i aktivitet. Resultaten analyseras dock relaterat till litteraturstudiens arbetsterapeutiska syfte. För att öka tillförlitligheten (Kristensson, 2014) i studien används ett djupt datamaterial med varierat urval och bred spridning avseende ämnesområden, kön och ålder vilket åstadkoms genom en medveten sortering. Fördelarna med ett brett och varierat urval övervägs kontra riskerna att relevanta artiklar väljs bort men fördelarna bedöms väga tyngre. En möjlighet hade varit att fokusera på en specifik målgrupp genom urval med hjälp av en diagnos eller sjukdom som sökord, ett urval baserat på deltagarnas ålder hade också kunnat vara ett alternativ. Slutligen beslutades dock att ha ett brett urval med målet att kunna applicera resultatet från ett arbetsterapeutiskt perspektiv på flera målgrupper.

För att se om relationen mellan hund och människa samt hundens positiva inverkan är överförbar till olika nationella sammanhang, inkluderades studier genomförda var som helst i världen. Det är möjligt att resultatet och de teman som identifierats sett annorlunda ut om

studierna var gjorda i en utvald del av världen, vilket dock skulle försvagat överförbarheten. En stor del av forskningen kring djurs påverkan på människor är västerländsk (Chur-Hansen, McArthur, Winefield, Hanieh & Hazel, 2014) medan flera studier som inkluderats i denna litteraturstudie även kommer från andra länder, vilket kan anses stärka överförbarheten av resultaten. Överförbarheten till svenska förhållanden kan alltid diskuteras. Författarnas uppfattning är att det är ett rimligt antagande men enligt Kristensson (2014) är det upp till läsaren att bedöma. För att underlätta för läsaren att bedöma detta återges en fullständig beskrivning av de inkluderade artiklarna under Bilaga 4.

I den aktuella litteraturstudien användes en kvalitativ innehållsanalys. För att stärka tillförlitligheten i denna analys användes en form av interbedömarreliabilitet, även kallad triangulering (Forsberg & Wengström, 2013; Kristensson, 2014), där båda författarna läste och tolkade materialet individuellt, för att sedan med gemensamma diskussioner komma överens om resultaten. Genom triangulering minskades risken för påverkan från författarnas förförståelse. Tillvägagångssättet beskrivs utförligt i dataanalysen och exemplifieras i Tabell 1. Sök- och analysprocessen presenteras och synliggörs genom Bilaga 1-3 för att läsaren bättre ska kunna bedöma tillförlitligheten.

För att stärka studiens trovärdighet har författarna inkluderat både kvantitativa, kvalitativa och mixade metoder och valde att presentera det samlade resultatet i löpande text. Även det kvantitativa resultatet beskrevs i textformat efter den manifesta innehållsanalysen. En annan anledning till varför kvantitativ data redogörs i textformat är få signifikanta resultat, mestadels på grund av lågt deltagarantal. Det kan dock tänkas att några kvantitativa resultat kunde blivit tydligare om de presenterats på annat sätt, förslagsvis genom en uppdelning mellan kvalitativt respektive kvantitativt resultat med hjälp av en tabell. I de studier som genomförts i de inkluderade artiklarna användes olika metoder, såväl intervju-, observations- som enkätstudie vilket kan ses som en styrka för resultatens trovärdighet och kan i viss mån kompensera det varierade, och i vissa fall, låga deltagarantalet.

Det är värt att nämna att resultatet kan vara påverkat av begränsningen gällande publiceringsår. Studier gjorda från år 2007 är inkluderade trots att det finns en del litteratur vid 2000-talets början. Ambitionen med litteraturstudien var bland annat att överföra resultatet och se nytta med hund som stöd även som arbetsterapeutisk intervention. För att få så stor genomslagskraft som möjligt inkluderas därför endast den senaste forskningen. Under de 10 år som studierna i de inkluderade artiklarna genomförts pekar resultaten åt samma

riktning vilket ledde fram till denna studies resultat. Jämförelse med tidigare forskning kan dock göras för att bedöma resultatens giltighet. Tidigare forskning vad gäller interventioner med visar på liknande resultat exempelvis Richeson (2003) som kunde påvisa positiva beteendeförändringar hos äldre med demenssjukdom samt Barker och Dawson (1998) vars studie visade minskad ångest hos inlagda patienter med psykisk sjukdom. Dessa fynd tyder på att de aktuella resultaten har stabilitet, och därmed giltighet, över tid (Kristensson, 2014).

Motiv till varför författarna valde att göra en litteraturstudie var att sammanställa vad som finns beforskat inom området och på vilket sätt hund som stöd kan användas för att främja aktivitet i vardagen. Med ökad kunskap om de fördelar som visats inom forskningen var målet också öka intresset för, och användandet av, hund som stöd i Sverige.

Slutsats

Resultaten av den aktuella studien visar att hund som stöd kan främja aktiviteter som upplevs meningsfulla och som bidrar till bättre hälsa och ökat välbefinnande. Aktivitetsutförande tillsammans med hund skapar dessutom ökad motivation till att fortsätta vara aktiv. Resultaten underbygger därmed uppfattningen att hund som stöd skulle kunna användas av arbetsterapeuter i större omfattning än som sker idag och att det skulle kunna ingå i arbetsterapeutiska interventioner inom flera olika områden. Det faktum att hund som stöd för många ger ökad motivation till att bli mer aktiv, samt även har en lugnande och trygghetsskapande inverkan på såväl individ som grupp, stärker ståndpunkten att detta stöd skulle kunna vara en stor tillgång inom exempelvis skolväsendet. Ytterligare forskning behövs dock för att stärka evidensen för användning av hund som stöd i arbetsterapeutiska interventioner, framför allt genom randomiserade kontrollerade studier där relevanta arbetsterapeutiska bedömningsinstrument används för att mäta effekterna.

Referenser

- Allen, K., & Blascovich, J. (1996). The value of service dogs for people with severe ambulatory disabilities. *International Journal of Trauma Nursing*, 295. doi:10.1016/S1075-4210(96)80059-9
- Barker, S. B., & Dawson, K. S. (1998). The effects of animal-assisted therapy on anxiety ratings of hospitalized psychiatric patients. *Psychiatric Services*, 49(6), 797-801. doi:10.1176/ps.49.6.797
- Burrows, K. E., Adams, C. L., & Spiers, J. (2008). Sentinels of safety: service dogs ensure safety and enhance freedom and well-being for families with autistic children. *Qualitative Health Research*, 18(12), 1642-1649. doi:10.1177/1049732308327088
- Campbell, K., Smith, C. M., Tumilty, S., Cameron, C., & Treharne, G. J. (2016). How does dog-walking influence perceptions of health and wellbeing in healthy adults? A qualitative dog-walk-along study. *Anthrozoös*, 29(2), 181-192. doi:10.1080/08927936.2015.1082770
- Chu, C., Liu, C., Sun, C., & Lin, J. (2009). The effect of animal-assisted activity on inpatients with schizophrenia. *Journal of Psychosocial Nursing & Mental Health Services*, 47(12), 42-48. doi:10.3928/02793695-20091103-96
- Chur-Hansen, A., McArthur, M., Winefield, H., Hanieh, E., & Hazel, S. (2014). Animal-Assisted Interventions in Children's Hospitals: A Critical Review of the Literature. *Anthrozoos*, 27(1), 5-18. doi:10.2752/175303714X13837396326251
- Eliasson, A-C. (2016). Principer för lärande av motorik. I A-C. Eliasson, H. Lidström & M. Peny-Dahlstrand (Red.), *Arbetsterapi för barn och ungdom* (s. 215-223). Lund: Studentlitteratur.
- Eklund, M. (2010). Aktivitet, hälsa och välbefinnande. I M. Eklund, B. Gunnarsson & C. Leufstadius (Red.), *Aktivitet och relation – mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (s. 19-39). Lund: Studentlitteratur.

Erlandsson, L., Eklund, M., & Persson, D. (2011). Occupational value and relationships to meaning and health: Elaborations of the ValMO-model. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 18(1), 72-80. doi:10.3109/11038121003671619

Erlandsson, L-K., & Persson, D. (2014). *ValMO-modellen- Ett redskap för aktivitetsbaserad arbetsterapi*. Lund: Studentlitteratur.

Every, D., Smith, K., Smith, B., Trigg, J., & Thompson, K. (2017). How can a donkey fly on the plane? The benefits and limits of animal therapy with refugees. *Clinical Psychologist*, 21(1), 44-53. doi:10.1111/cp.12071

Fine, A. H., & Beck, A. (2010). Understanding our kinship with animals: input for health care professionals interested in the human/animal bond. In A. H. Fine (Ed.), *Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical foundations and guidelines for practice* (pp. 3-16). London: Elsevier Inc.

Forsberg, C., & Wengström, Y. (2013). *Att göra systematiska litteraturstudier: värdering, analys och presentation av omvårdnadsforskning*. Stockholm: Natur och kultur.

Fox, J., & Quinn, S. (2012). The meaning of social activism to older adults in Ireland. *Journal of Occupational Science*, 19(4), 358-370. doi:10.1080/14427591.2012.701179.

Hearle, D., Rees, V., & Prince, J. (2012). Balance of occupation in older adults: experiences in a residential care home. *Quality In Ageing & Older Adults*, 13(2), 125-134. doi:10.1108/14717791211231201.

Herlache-Pretzer, E., Winkle, M. Y., Csatari, R., Kolanowski, A., Londry, A., & Dawson, R. (2017). The Impact of Service Dogs on Engagement in Occupation among Females with Mobility Impairments: A Qualitative Descriptive Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(6), 649. doi:10.3390/ijerph14060649

Holt, S., Johnson, R. A., Yaglom, H. D., & Brenner, C. (2015). Animal Assisted Activity with Older Adult Retirement Facility Residents: The PAWSitive Visits Program. *Activities, Adaptation & Aging*, 39(4), 267-279. doi:10.1080/01924788.2015.1089696

Höök, I. (2010). *Hund på recept- Den professionella vårdhunden*. Brösarp: Utomhuset Hälsohuset Förlag.

Höök, I. (2016). *Hund för hälsa- Vårdhundens ABC*. Brösarp: Utomhuset Hälsohuset Förlag.

Johnson, R. A. (2011). Animal-assisted intervention in health care contexts. In P. McCardle, S. McCune, J. A. Griffin, V. Maholmes, P. McCardle, S. McCune & V. Maholmes (Eds.), *How animals affect us: Examining the influences of human–animal interaction on child development and human health* (pp. 183-192). Washington, DC, US: American Psychological Association. doi:10.1037/12301-010

Johnson, R. A., & Meadows, R. L. (2010). Dog-Walking: Motivation for Adherence to a Walking Program. *Clinical Nursing Research*, 19(4), 387-402.
doi:10.1177/1054773810373122

Kawamura, N., Niiyama, M., & Niiyama, H. (2009). Animal-assisted activity: experiences of institutionalized Japanese older adults. *Journal of Psychosocial Nursing & Mental Health Services*, 47(1), 41-47.

Kielhofner, G. (2012). Grundläggande begrepp för människans aktivitet. I G. Kielhofner (Red.), *Model of human occupation: teori och tillämpning* (s. 15-25). Lund: Studentlitteratur.

Kristensson, J. (2014). *Vetenskapsteori och uppsatsskrivande. En handbok för studenter inom hälso- och vårdvetenskap*. Stockholm: Natur & Kultur.

Kumasaka, T., Masu, H., Kataoka, M., & Numao, A. (2012). Changes in Patient Mood through Animal-Assisted Activities in a Palliative Care Unit. *International Medical Journal*, 19(4), 373-377.

LaFrance, C., Garcia, L. J., & Labreche, J. (2007). The Effect of a Therapy Dog on the Communication Skills of an Adult with Aphasia. *Journal of Communication Disorders*, 40(3), 215-224.

Le Roux, M., Swartz, L., & Swart, E. (2014). The Effect of an Animal-Assisted Reading Program on the Reading Rate, Accuracy and Comprehension of Grade 3 Students: A Randomized Control Study. *Child & Youth Care Forum*, 43(6), 655-673.
doi:10.1007/s10566-014-9262-1

Lundborg, P. (u.å.). *Biverkningar av läkemedel*. Hämtad 20 oktober, 2017, från FASS, <https://www.fass.se/LIF/menydokument?userType=2&menyubrikId=152>

Manimalis. (2009). *Manimalisrapporten 2009*. Stockholm: Manimalis. Från <http://manimalis.com/wp-content/uploads/2014/03/Manimalisrapporten-2009.pdf>

Norling, I. (2002). *Djur i vården*. Stockholm: Sektionen för vårdforskning, Sahlgrenska universitetssjukhuset.

Olsen, C., Pedersen, I., Bergland, A., Enders-Slegers, M., & Ihlebæk, C. (2016). Engagement in elderly persons with dementia attending animal-assisted group activity. *Dementia (London, England)*.

Richeson, N. E. (2003). Effects of animal-assisted therapy on agitated behaviors and social interactions of older adults with dementia. *American Journal of Alzheimer's Disease And Other Dementias*, 18(6), 353-358. doi:10.1177/153331750301800610

Socialstyrelsen. (2014). *Hundar i vård och omsorg*. Stockholm: Socialstyrelsen. Från <http://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/19493/2014-8-7.pdf>

Socialstyrelsen. (2016). *Statistik om läkemedel*. Stockholm: Socialstyrelsen. Från <http://www.socialstyrelsen.se/statistik/statistikefteramne/lakemedel>

Socialstyrelsen. (2017). *Nationella riktlinjer för vård vid stroke*. Stockholm: Socialstyrelsen. Från <http://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/20618/2017-5-13.pdf>

Svenska Terapihundskolan. (u.å.). *Vad är en social tjänstehund?* Hämtad 20 november, 2017, från Svenska Terapihundskolan, <http://terapihundskolan.se/video-post/?v=f003c44deab6>

Sveriges Arbetsterapeuter. (2016). *Etisk kod för arbetsterapeuter*. Nacka: Sveriges Arbetsterapeuter.

Uvnäs-Moberg, K. (2000). *Lugn och beröring*. Stockholm: Natur och kultur.

WHO. (2017). *Working with health 2020 in countries*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. Från <http://www.euro.who.int/en/health-topics/health-policy/health-2020-the-european-policy-for-health-and-well-being/about-health-2020>

Wilcock, A. A., & Hocking, C. (2015). *An occupational perspective of health (3rd ed.)*. Thorofare NJ: SLACK Incorporated.

Wohlfart, R., Mutschler, B., Beetz, A., Kreuser, F. & Korsten-Reck, U. (2013). Dogs motivate obese children for physical activity: key elements of a motivational theory of animal-assisted interventions. *Frontiers In Psychology, Vol 4 (2013)*, doi:10.3389/fpsyg.2013.00796/full

Bilagor

Bilaga 1

Sökning gjord den 26 september 2017

Cinahl	Sökord	Sökträffar	Antal efter urval	Lästa abstract	Valda artiklar
1	“assistance dogs” or “therapy dogs” or “service dogs” or “pet therapy”	692			
2	AAT or “animal assisted therapy” or AAI or “animal assisted intervention” or AAA or “animal assisted activity”	1 866			
3	“assistance dogs” or “therapy dogs” or “service dogs” or “pet therapy” or AAT or “animal assisted therapy” or AAI or “animal assisted intervention” or AAA or “animal assisted activity”	2 376			
4	Occupation or activity	252 724			
5	3 and 4	204			
6	Begränsningar: Academic journal + peer-reviewed + 2007-2017 + english	109	21	16	2

Bilaga 2

Sökning gjord den 26 september 2017

PsycInfo	Sökord	Sökträffar	Antal efter urval	Lästa abstract	Valda artiklar
1	“assistance dogs” or “therapy dogs” or “service dogs” or “pet therapy”	163			
2	AAT or “animal assisted therapy” or AAI or “animal assisted intervention” or AAA or “animal assisted activity”	1 530			
3	“assistance dogs” or “therapy dogs” or “service dogs” or “pet therapy” or AAT or “animal assisted therapy” or AAI or “animal assisted intervention” or AAA or “animal assisted activity”	1 611			
4	Occupation or activity	368 442			
5	3 and 4	254			
6	Begränsningar: Academic journal + peer-reviewed + 2007-2017 + english	181	40	22	5

Bilaga 3

Sökning gjord den 26 september 2017

PubMed	Sökord	Resultat	Antal efter urval	Lästa abstract	Valda artiklar
1	“assistance dogs” or “assistance dog” or “therapy dogs” or “therapy dog” or “service dogs” or “service dog” or “pet therapy”	304			
2	“animal assisted therapy” or “animal assisted intervention” or “animal assisted activity”	386			
3	“assistance dogs” or “therapy dogs” or “service dogs” or “pet therapy” or “animal assisted therapy” or “animal assisted intervention” or “animal assisted activity”	609			
4	Occupation or activity	2 646 270			
5	3 and 4	80			
6	Begränsningar: 2007-2017 + english	60	33	24	5

Bilaga 4

Tabell över lästa artiklar

#	Artikel	Land	Syfte	Metod och design	Urval	Undersökningsvariabler	Resultat	Bevisvärde
1	Burrows, K. E., Adams, C. L., & Spiers, J. (2008). Sentinels of safety: Service dogs ensure safety and enhance freedom and well-being for families with autistic children. <i>Qualitative Health Research</i> ,	Kanada	Att undersöka effekten av servicehund hos familjer med barn med autism.	Kvalitativ metod. Longitudinell design.	10	Tre teman studerade; hunden som "säkerhetsvakt" till barnen, hundens eventuella medverkan till ökad frihet samt underlättning vid utflykter och familjeaktiviteter, och förbättra socialt erkännande och status, där hundens närvaro främjar medvetenhet om autism och påverkar möjlighet till social interaktion.	Resultatet visar att servicehundar är värdefulla för barn med autism då de fick mer frihet genom ökad säkerhet vilket underlättar vid utflykter och familjeaktiviteter. Hundens närvaro främjar medvetenhet om autism och påverkar social interaktion.	3
2	Chu, C-I., Liu, C-Y., Sun, C-T., & Lin, J. (2009). The Effect of Animal-Assisted Activity on Inpatients with Schizophrenia. <i>Journal of psychosocial nursing</i> .	Taiwan	Utvärdera effekten av AAA gällande självkänsla, kontroll över dagliga aktiviteter och andra psykofysiologiska aspekter hos taiwanesiska inlagda patienter med schizofreni.	Kvantitativ metod, longitudinell RCT-studie.	30	Genom självskattning mättes patienters uppfattning om självkänsla, självbestämmande, omfattning av socialt stöd samt ökning/ minskning av skadliga psykiatriska symtom.	Resultatet visar att AAA kan främja signifikanta förbättringar gällande flera kliniska aspekter bland patienter med schizofreni.	2
3	Every, D., Smith, K., Smith, B., Trigg, J., & Thompson, K. (2015). How can a donkey fly on the plane? The benefits and limits of animal therapy with refugees. <i>Clinical Psychologist</i> .	Australien	Att få kunskap om fördelarna med AAT och AAA är applicerbara på flyktingar.	Mixad icke-randomiserad tvärsnittsstudie.	9	Mycket av forskningen och antagandet om människa-djur relationen är västerländsk och studien ville undersöka om det även gäller flyktingar samt om fördelarna med AAA och annan djurterapi går att applicera på gruppen flyktingar.	Studien visar att interaktion med djur i skola och andra samhälleliga miljöer har positiva resultat vad gäller ökad social interaktion, bygga förtroende och minska svåra beteenden, framför allt hos barn.	3
4	Herlache- Pretzer, E., Winkle Y, M., Csatari, R,	USA	Syftet med studien var att lära sig hur	Kvalitativ metod. Deskriptiv	4	Service hundens medverkan till självständighet i	Resultatet visade att varje deltagares servicehund hade en	4

	Kolanowski, A., Londry, A., & Dawson, R. (2017). The Impact of Service Dogs on Engagement in Occupation among Females with Mobility Impairments: A Qualitative Descriptive Study. <i>International Journal of Environmental Research and Public Health</i> .		servicehundar kan påverka engagemang i aktivitet hos personer med rörelsehinder där gång eller balans är påverkat och även deras erfarenheter att använda servicehund istället för ett tekniskt hjälpmedel.	studie.		aktiviteter som för individen anses värdefulla.	betydande inverkan på deras vardag och deras förmåga att självständigt utföra vardagliga aktiviteter.	
5	Holt, S., Johnson, R. A., Yaglom, H. D., & Brenner, C. (2015). Animal Assisted Activity with Older Adult Retirement Facility Residents: The PAWSitive Visits Program. <i>Activities, Adaptation & Aging</i> .	USA	Fastställa i vilken omfattning deltagande äldre vuxna skapar relation med en besökshund.	Kvantitativ metod, tvärsnittsstudie med icke-randomiserad design. Pilotstudie.	13	Demografisk enkät om deltagarna samt självskattning enligt Center for the Study of Animal Wellness-Pet Bonding Scale (CSAW-PBS) av personer som medverkat i ett AAA-program..	Resultat visar att personer i åldern 80-89 hade starkare anknytning än de över 90 år samt att boende som tidigare haft husdjur anknöt mer. Ovillkorlig acceptans, ömsesidighet och tillgivenhet till hundarna var de självskattade värdena.	3
6	Johnson, RA., & Meadows, RL. (2010). Dog-Walking: Motivation for Adherence to a Walking Program. <i>Clinical Nursing Research</i> .	USA	Studera vilken effekt hundpromenader har för individen gällande viktminskning, BMI och fysisk aktivitet. Dessutom om det fanns någon skillnad i längden på gång programmet genom ett 26 veckors respektive 50 veckors gångprogram.	Kvantitativ metod, longitudinell och kvasi-experimentell design.	26	Vilken effekt promenader har för individen relaterat till fysisk aktivitet, viktminskning och BMI.	Resultatet visade signifikans gällande viktminskning. Träning tillsammans med hund ökade den fysiska aktiviteten. Förändring i BMI dock inte signifikant.	3
7	Kawamura, N., Niiyama, M., & Niiyama, H. (2009). Animal-assisted activity: experiences of institutionalized Japanese older adults. <i>Journal of Psychosocial Nursing</i> .	Japan	Hur institutionaliserade japanska äldre vuxna, som deltagit i AAA under 2 år, upplever aktiviteten.	Kvalitativ metod, tvärsnittsstudie med icke-randomiserad design.	8	Upplevelsen av att medverka i AAA-aktivitet.	Resultatet gav sex teman; positiva känslor till hunden, självförtroende, återkalla ömma minnen om hundar, paus från dagliga rutiner, interaktion med andra boende genom hundar, förbättrad kommunikation med volontärer.	3
8	Kumasaka, T., Masu, H., Kataoka, M., & Numao, A. (2012). Changes in Patient Mood through Animal-Assisted	Japan	Bedöma effekterna av djurassisterade aktiviteter på en avdelning för palliativa patienter	Kvantitativ metod, longitudinell och icke-randomiserad design.	20	Upplevelsen av olika sinnesstämningar.	Resultaten tyder på att AAA förbättrar patientens sinnesstämning vid palliativ vård.	3

	Activities in a Palliative Care Unit. <i>International Medical Journal</i> .		avseende förbättring av livskvalitet.					
9	LaFrance, C., Garcia, L. J., & Labreche, J. (2007). The effect of a therapy dog on the communication skills of an adult with aphasia. <i>Journal of Communication Disorder</i> .	Kanada	Undersöka effekten av en terapihund gällande kommunikationsfärdigheter hos en enskild patient med afasi.	Kvalitativ metod, longitudinell fallstudie.	1	Kommunikation i form av verbalt och icke-verbalt beteende samt socialt beteende. Tre olika förutsättningar observerades; promenad med ordinarie personal, med endast hundförare och med både hund och hundförare.	Närvaron av hunden har potential att stimulera såväl social-verbal som social-icke verbal kommunikation.	5
10	Le Roux, M. C., Swartz, L., & Swart, E. (2014). The Effect of an Animal-Assisted Reading Program on the Reading Rate, Accuracy and Comprehension of Grade 3 Students: A Randomized Control Study. <i>Child Youth Care Forum</i> .	Sydafrika	Utvärdera effekten av ett animal-assisted läsprogram avseende läshastighet, noggrannhet och förståelse hos elever i årskurs 3.	Kvantitativ metod, longitudinell RCT-studie.	102	Tre aspekter av läsning; hastighet, noggrannhet och förståelse mättes. Resultaten tolkades utifrån tre variabler; grupp, kön och tidpunkt för testning. Tre interventionsgrupper (läsa till en hund AAA, en vuxen eller nalle) och en kontrollgrupp testades.	Blandad metoanalys av variation visade signifikant interaktion mellan grupp och tid i hundgruppen som fick högre poäng än de tre övriga grupperna.	2
11	Olsen, C., Pedersen, I., Bergland, A., Enders-Slegers, M-J., & Ihlebaek, C. (2016). Engagement in elderly persons with dementia attending animal-assisted group activity. <i>Dementia</i> .	Norge	Registrera beteenden i gruppaktivitet innefattande AAA (animal-assisted-activity) hos personer med demens boende på ett särskilt boende (NH) och de personer med demens som kom till dagcentral (DCC). Det andra syftet var att se om det fanns andra skillnader mellan NH och DCC patienterna.	Mixad studie. Studien genomfördes som en del av två randomiserade, kontrollerade studier.	49	Betende i gruppaktivitet med AAA i egenskap av, konversation, klappa hunden, iaktta hunden i aktivitet, le eller skratta med andra, titta på andra personer, somnade med mera.	Resultatet visar att AAA skapar engagemang för personer med demens och kan vara ett lämpligt och en hälsofrämjande insats för personer boende på särskilt boende och deltagare på dagcentral.	6
12	Wohlfart, R., Mutschler, B., Beetz, A., Kreuser, F. & Korsten-Reck, U. (2013). Dogs motivate obese children for physical activity:	Tyskland	Undersöka om medverkan av terapihund hade någon effekt vid träning med barn som hade övervikt.	Mixad metod, tvärsnittsstudie.	12	Fysisk aktivitet, passivitet och motivation. Hastighets frekvensen vid gång.	Resultat visar att den huvudsakliga effekten oavsett grupp var signifikant gällande barnens fysisk aktivitet. Den största skillnaden mellan grupperna var att närvaron av hund innebar att barnen gick i snabbare takt, var aktivare och var det	3

	key elements of a motivational theory of animal-assisted interventions. <i>Frontiers in Psychology.</i>						under längre tid.	
--	--	--	--	--	--	--	-------------------	--