

# Naturupplevelser och möten med djur som resurs för välmående

Lena Lidfors

*SLU Framtidens djur, natur och hälsa, Uppsala  
Institutionen för husdjurens miljö och hälsa, Skara*

[Lena.Lidfors@slu.se](mailto:Lena.Lidfors@slu.se)



# Introduktion

- Ungt forskningsområde.
- Tvärvetenskapligt.
- Svårt att få finansiering i Sverige.
- Evidens krävs av kommuner, skolor, skolverk, socialstyrelsen, med flera.
- Internationell publicerad forskning finns!
- Mer svensk forskning behövs!





# Utomhuspedagogik i skolan

- Tematiskt och ämnesövergripande forsknings- och utbildningsområde.
- Fokuserar platsens betydelse för lärande, hälsa & rekreation.
- Synliggör människan & samhället i de lokala och globala kretsloppen.
- Utgångspunkter för:
  - Praktisk miljölära.
  - Undervisning om kropp & hälsa.
  - Plats för estetiska upplevelser.
  - Plats för reflektion.
  - En lärobok i alla ämnen.

*([www.ncff.nu](http://www.ncff.nu))*



SCIENCE AND  
EDUCATION  
FOR  
SUSTAINABLE  
LIFE



# Utomhusundervisningens effekt på skolelever

## Skolgårdar & projekt i lokalsamhället:

- Ökat självförtroende.
- Bättre procesfärdigheter i naturvetenskap.
- Ökad förståelse för design & teknologi.
- Ökad stolthet över lokalsamhället.
- Högre motivation till inläring.
- Ökat ansvarstagande.
- Mer lek och rörelse.
- Ökad motivation till hälsosammare matvanor.
- Ökad motivation till att träna/motionera.

*Faskunger, Szczepanski & Åkerblom, 2018.  
"Klassrum med himlen som tak – En  
kunskapsöversikt om vad utomhusundervisning  
betyder för lärande i grundskolan".*



# Utomhusundervisningens effekt på skolelever

## Fältbesök:

- Förbättrat minne
- Ökade sociala färdigheter
- Ökad inlärning

*Faskunger, Szczepanski & Åkerblom, 2018.  
"Klassrum med himlen som tak – En  
kunskapsöversikt om vad utomhusundervisning  
betyder för lärande i grundskolan".*

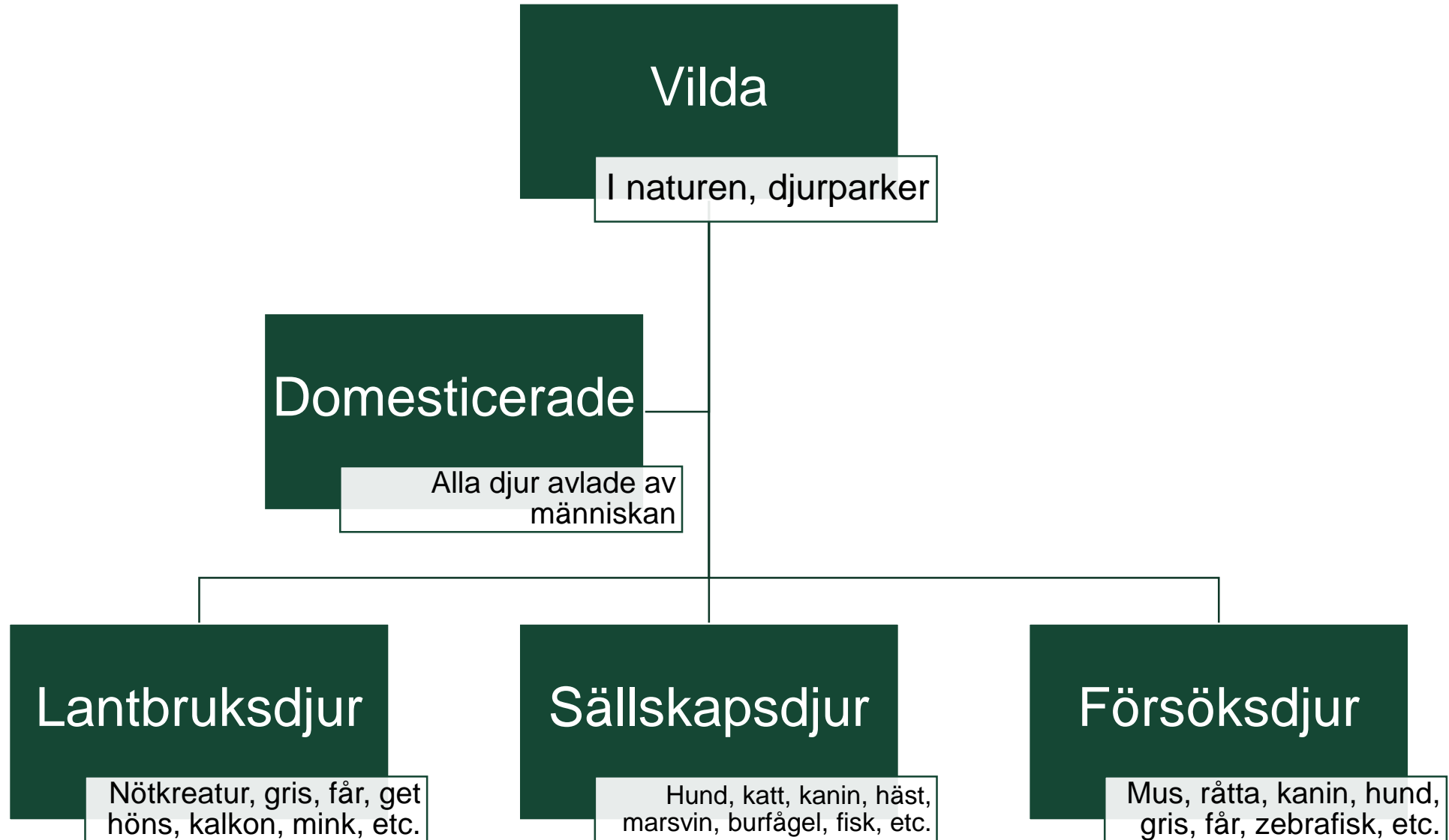
# Antrozologi



- **Studiet av interaktioner och förhållanden mellan människor och djur**
- Termen kommer från grekiskans:
- *anthropos = människa*
- *zoon = djur*

Hällristningar vid  
Tanums Strand

# Vilka djur ingår i Antrozologi?



# Vilken betydelse har djur för människor?

- Sociala effekter
- Psykologiska effekter
- Fysiologiska effekter
- Ekonomiska effekter

*(Manimalsisrapporten, 2005)*



# Ekonomiska effekter

En Australiensisk undersökning uppskattar man friskvårdsvärdet av hund till mellan 5 000-10 000 kronor

Beräknat på de 800 000 hundar som finns i vårt land skulle detta innebära mellan 4 och 8 miljarder kronor i besparing inom sjuk- och hälsovårdsapparaten.



# Animal Assisted Intervention

(AAI)

Animal Assisted  
Therapy  
(AAT)

Animal Assisted  
Education (AAE)

Animal Assisted  
Activity  
(AAA)

Animal Assisted  
Coaching (AAC)



# Djurunderstödd Intervention (DUI)

- Målinriktad och strukturerad intervention som medvetet inkluderar eller omfattar djur i hälso-, utbildning- och omsorgstjänster
  - Målet är att uppnå terapeutiska fördelar för människor
  - Involverar personer med kunskap om de deltagande människorna och djuren
  - Bör utvecklas och implementeras med utgångspunkt från en tvärdisciplinär inriktning
- *(IAHAIO White Paper, 2018)*

# Djurunderstödd terapi (DUT)

- Målinriktad, planlagd och strukturerad terapeutisk intervention
- Ledd av och/eller utförd av fackpersoner inom hälso-, utbildnings- och omsorgstjänster (med giltig legitimation, godkänd utbildning eller liknande)
- Interventionens framgång mäts och dokumenteras
- Fokus att förbättra fysisk, kognitiv, beteendemässig och/eller socio-emotionell funktion hos varje klient
- Kunskap om beteende, behov, hälsa och indikationer på och reglering av stress hos djur som används



# Djurunderstödd pedagogik (Djurunderstödd utbildning)

- Målinriktad, planlagd och strukturerad intervention ledd av och/eller utförd av kvalificerade allmän lärare eller specialpedagog (med godkänd utbildning) inom undervisning eller undervisningsrelaterade tjänster.
- DUP utförs antingen i grupp eller individuellt.
- När DUP utförs av en specialpedagog, anses det också som en terapeutisk och målinriktad intervention.
- Aktiviteternas fokus är på fackliga mål, sociala färdigheter och kognitiv funktion.
- Elevens progression mäts och dokumenteras.

*(IAHAIO White Paper 2018)*



SCIENCE AND  
EDUCATION  
FOR  
SUSTAINABLE  
LIFE

# Djurunderstödd Aktivitet (AAA)

- Planlagd och målinriktad informell interaktion och besök som utförs av djur–människa team
- Syftet är att erbjuda motivation, undervisning och avkoppling
- Teamen måste ha erhållit grundläggande träning, förberedelse och utvärdering
- Teamen kan också arbeta formellt direkt mot hälsovården, utbildare och/eller en som erbjuder omsorg med specifika, dokumenterbara mål

*Stina 93 år uppskattar besök  
av Anna & hundarna på  
ålderdomshemmet*

*(IAHAIO White Paper 2018)*

# Djurunderstödd coaching/ vägledning (DUC)

- Målinriktad, planlagd och strukturerad djurunderstödd intervention
- Ledd och/eller utförd av godkända coacher eller vägledare (med giltig licens, godkänd utbildning eller liknande)
- Interventionens framgång mäts och inkluderas i facklig dokumentation
- Fokus att stärka klientens personliga utveckling, insikt i och förstärkning av grupprocesser eller klientens sociala och/eller socio-emotionella funktion

*(IAHAIO White Paper 2018)*

# Djurens välfärd

- Alla som utför DUI (eller den person som hanterar djuret under DUI), måste ha adekvat kunskap om beteende, behov, hälsa samt indikationer på och reglering av stress hos djuren som används
- IAHAIO arbetar utifrån de internationella One Health, One Welfare begreppen
- Socialstyrelsen har riktlinjer för hund
- Italien har regler för hund, häst, katt m.fl.



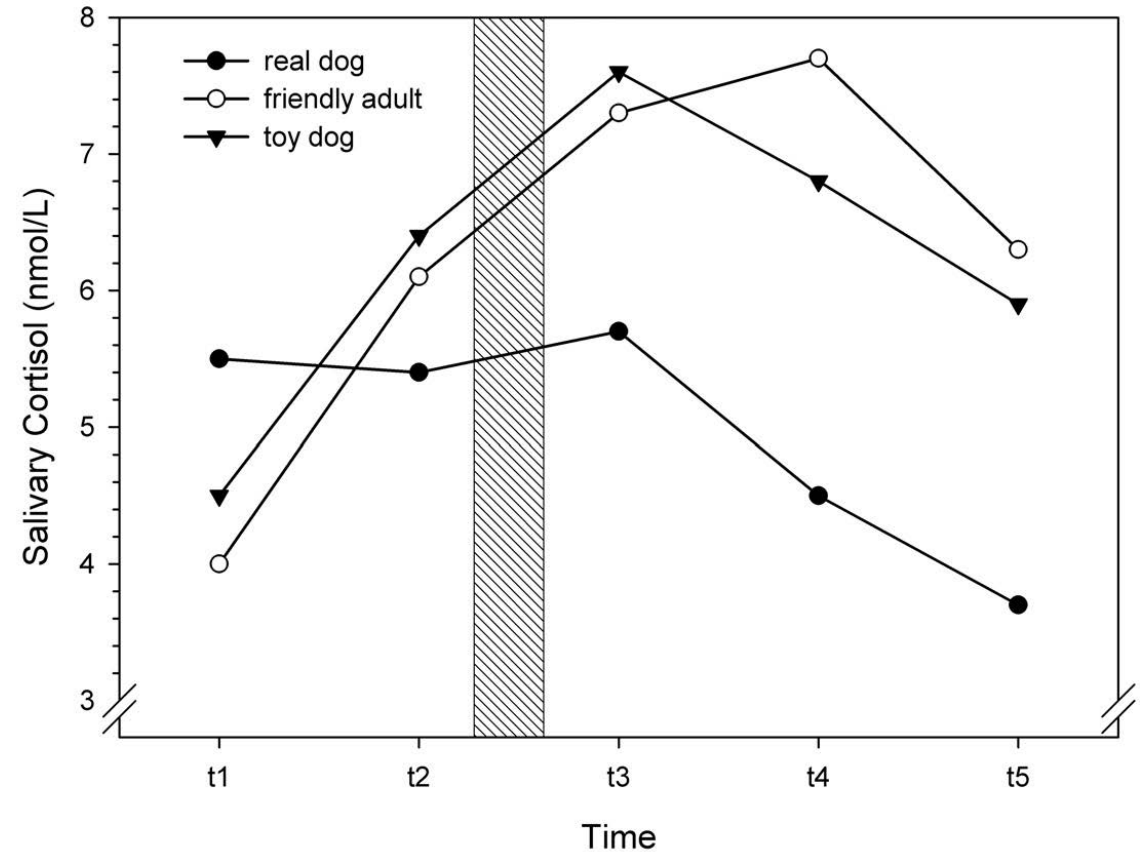
# Anknytningsmönster till föräldern

- **90%** av barn med särskilt stöd i Nederländska & Schweiziska skolor har otryggt anknytningsmönster  
*(Julius 2001; van Ljzendoorn & Bakermans Kranenburg 1996)*
- Individer med otrygg anknytning större svårighet att acceptera emotionellt stöd *(Beetz med flera, 2012)*



# Hundar kan minska stress

- Pojkar med otrygg/ambivalent anknytning (7-12 år) fick genomgå ett socialt stressande test (Trier Social Stress Test for Children).
- Under testet deltog:
  - En hund (n=11)
  - Leksakshund (n=9)
  - Vänlig människa (n=11)
- Ju oftare pojkarna klappade hunden desto lägre var salivkortisol vid t5 ( $r=-0,82$ ,  $p=0,002$ ).
- Pojkarna hade sällskapsdjur hemma som de hade band till.



Beetz med flera, 2011. The effect of a real dog, toy dog and friendly person on insecurely attached children during a stressful task: An exploratory study. *Anthrozoös*, 24:4, 349-368.

# Djurunderstödda aktiviteter för barn med ADHD

- Randomiserad kontrollerad klinisk studie hundunderstödd intervention (HUI, n=12) med psykosocialt träningsprogram jämfört med enbart program (n=12) i grupp visade:
  - Förbättrad behandlingsrespons.
  - Större minskning i symptomens allvarlighet.
  - Större minskning i störande beteende.
  - Större ökning i prosociala förmågor.
  - Barn med ODD var särskilt mottagliga.



# Effekter av hundar i skolan

Material	Metod	Resultat	Referens
400 lärare i USA	Enkät	Subjekt för forskning, kreativa aktiviteter, lugna elever, öka psykologiskt välmående, öka glädje i skolan	Rud & Beck, 2000
230 elever 90 min. träning med el. utan hund	Studie + enkät	Alla elever förbättrade socialt beteende och empati, men endast elever med hund + träning fick minskad aggression	Tissen et al., 2007
77 lärare i Tyskland	Enkät	Hundarna deltog aktivt i undervisningen, visa hundar gav visa elever stöd under svåra uppgifter, ibland genomfördes agility och lydsträning	Beetz & Marhofer, 2012
25 elever med hund & 22 elever utan	Tre enkäter	Större förbättring av positiv attityd till skolan & positiva känslor kopplat till inlärning	Beetz, 2013
Certifierad hund i klassrum med invandrarelever	Observation	Elever socialt mer homogena pga minskade extremer, mer socialt integrerade & mer uppmärksamma	Kotrschal & Ortbauer, 2003



# Ökad motivation för inläring med djur i klassrummet

- Elever fick ha en kanin i knät och klappa när de löste uppgifter

*(Takács & Szalai, 2015):*

- Lättare att slappna av och mindre nervösa.
- Ökad positive feedback från eleverna.
- Ökad tendens att leka med varandra efter interventionen.



# Effekten av hästkontakt på unga

- 75 norska 12-15 åringar intervention med hästar 2 tim./vecka x 4 månader.
  - Kontrollperiod utan hästar.
- Signifikant positiva effekter på upplevt socialt stöd.
- Lägre upplevt socialt stöd innan gav en högre egenrapport om att klara av uppgifter och uppgifts-specifik skicklighet i slutet.
- De unga fortsatte försöka lösa uppgiften efter misslyckande oftare i slutet än i början.
- Hästen visade endast positiva eller neutrala reaktioner.

*Hauge H, Kvalem IL, Berget B, Enders-Slegers MJ, Braastad BO, 2014. "Equine-assisted activities and the impact on perceived social support, self-esteem and self-efficacy among adolescents—an intervention study". International journal of adolescence and youth, 19(1), 1-21.*



# Green Chimney (Brewster, Staten New York)

- Bildades 1948 av Dr. Samuel B. Ross.
- Skola för barn med problematisk skolgång.
- Ca 200 elever, 5-8 år, 90% pojkar, internat.
- Gård med ca 200 olika djurindivider.
- Stallar, trädgård, rehabilitering av vilda djur, pool, gymnastiklokaler, lektionssalar, mm.
- Ökning av kompetens, självförtroende, karaktär, kontakt & omvårdnad, förbättring av problembeteende (*Brandes, 2019*).
- Utveckling av självreglering, fasthållning av elev 0,3 ggr/tidsenhet i lantgården & 278,9 ggr/tidsenhet i klassrummet (*Flynn m.fl., 2019*).



# Gården som pedagogisk resurs

- Inn på tunet är tillrättalagd och kvalitetssäkrad välfärdstjänst på lantgård i Norge för en rad olika brukargrupper (psykisk ohälsa, barn med beteendeproblematik, dementa och personer som behöver arbetsträning och missbrukare).
- Grön Arena gårdar i Sverige (Hushållningssällskapet).
  - Används främst i social omsorg och för unga (Fahlesson, 2019).





# REDE

- Respekt Empati Djur Etik.
- Kostnadsfritt värdegrundsmaterial
- Till barn i förskola och skola.
- Framtaget av Djurskyddet Sverige.
- Förmågan till empati förebygger mobbning, våld och psykisk ohälsa.

<https://rede.se/>



# Psykosociala effekter hos äldre av djur

- Ökad socialitet<sup>1</sup> och mindre känslor av ensamhet<sup>2</sup>
- Hjälper mot depression och depressionskänslor<sup>3</sup>
- Minskar stresskänslor<sup>4</sup>
- Minskar irritationsbeteenden<sup>5</sup> och förbättrar sociala beteenden<sup>1,6</sup>

1: Haughie *et al.*, 1992; Fick, 1993; Perelle & Granville, 1993; Bernstein *et al.*, 2000; Sellers 2006; Kramer *et al.*, 2009

2: Garrity *et al.*, 1989; Colby & Sherman 2002; Turner *et al.*, 2003; Banks & Banks, 2005; Banks *et al.* 2008

3: Crowley-Robinson *et al.*, 1996; Colby & Sherman 2002; Stasi *et al.*, 2004; Colombo *et al.*, 2006; Souter & Miller, 2007; Hoffman *et al.*, 2009; Virués-Ortega *et al.*, 2012.

4: Garrity *et al.*, 1989; Crowley-Robinson *et al.*, 1996; Maujean *et al.*, 2015.

5: McCabe *et al.*, 2002; Sellers, 2006. 6: Falk & Wijk, 2008; Virués-Ortega *et al.*, 2012; Thodberg *et al.*, 2016

# Fysiska effekter hos äldre av djur

- Positiv och avstressande interaktion: hormoner, blodtryck och hjärtfrekvens. (*Både för människan och hunden*)<sup>1</sup>
- Minskar fysiska stressreaktioner: blodtryck, hjärtfrekvens<sup>2</sup>
- Ökad aptit (Edwards & Beck, 2002)
- Minskat medicineringsbehov? (Havey *et al.*, 2014)

1: Odendaal, 2000; Odendaal & Meintjes 2003; Handlin *et al.*, 2011

2: Vormbrock & Grossberg, 1988; Allen *et al.*, 1991; Allen *et al.*, 2001; Allen *et al.*, 2002; Stasi *et al.*, 2004; Maujean *et al.*, 2015



# Robotdjur till äldre istället för riktigt djur?

- Tar bort flera av de negativa effekterna och riskerna från riktigt djur
- Initialt samma positiva effekter som riktigt djur<sup>1,2,3</sup>
- Effekterna minskar över tid?<sup>3</sup>
- Behövs mer studier, potentiellt ett alternativ till riktiga djur

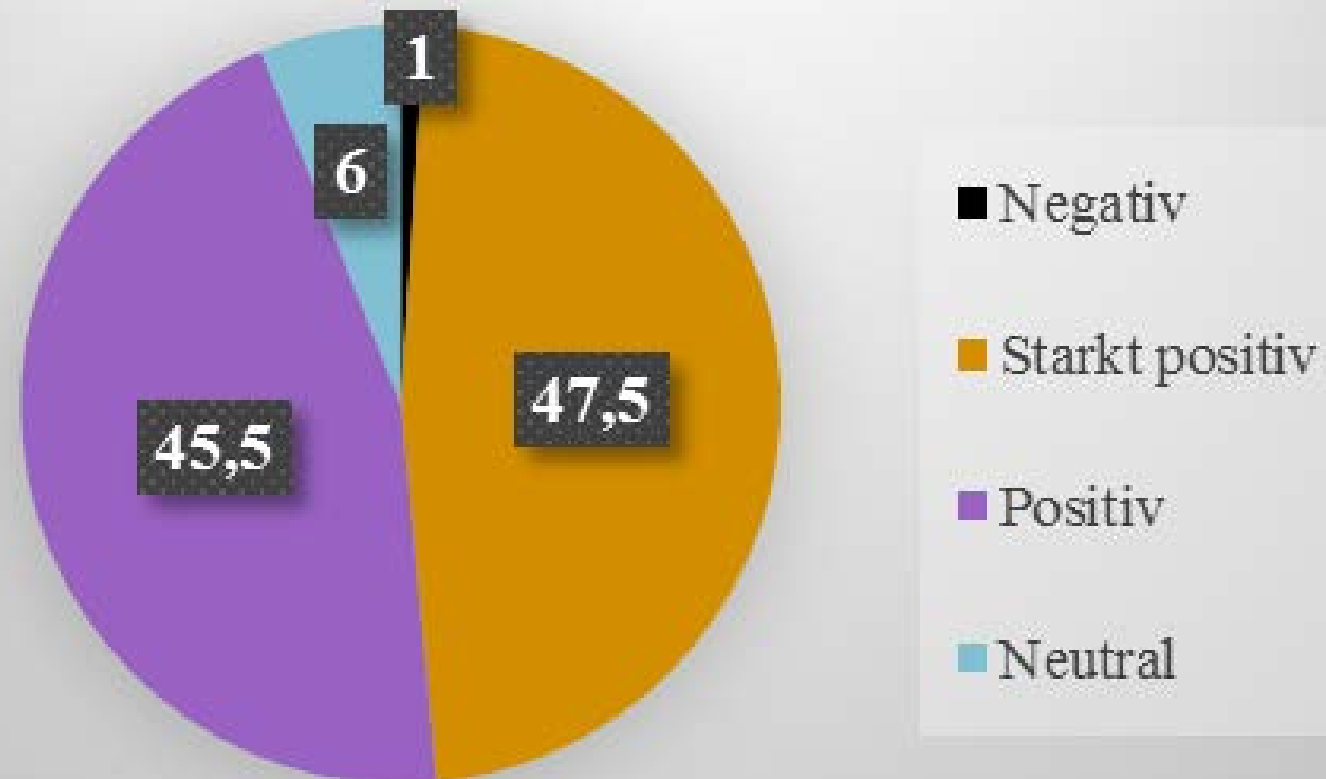
1: Banks *et al.*, 2008, 2: Kramer *et al.*, 2009, 3: Thodberg *et al.*, 2016



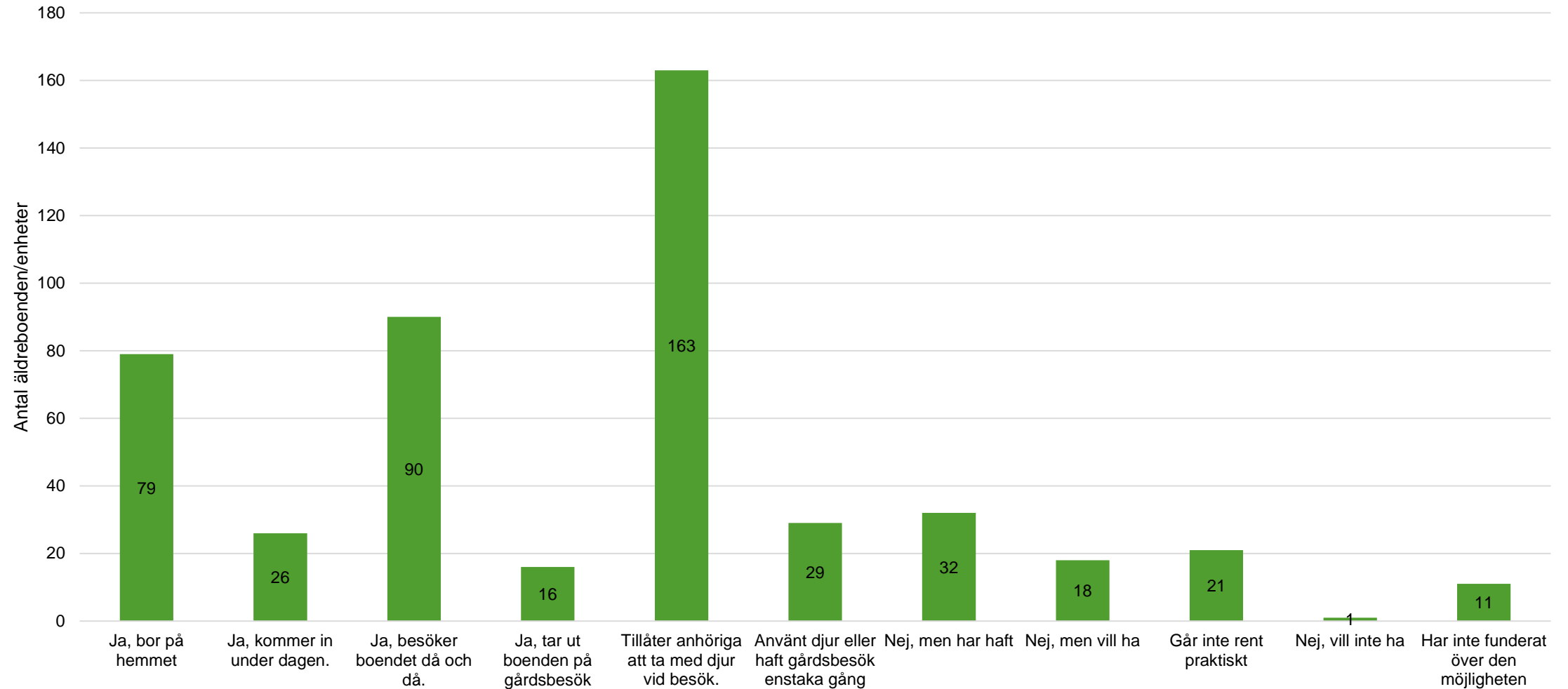
# Attityd till användningen av djur i äldreboenden

## Ellen Nyberg Examensarbete SLU (n=255)

Figur 5: Äldreboenden i Västra Götalands och Uppsala läns uppfattning av djuranvändning. Procentuell uppdelning.

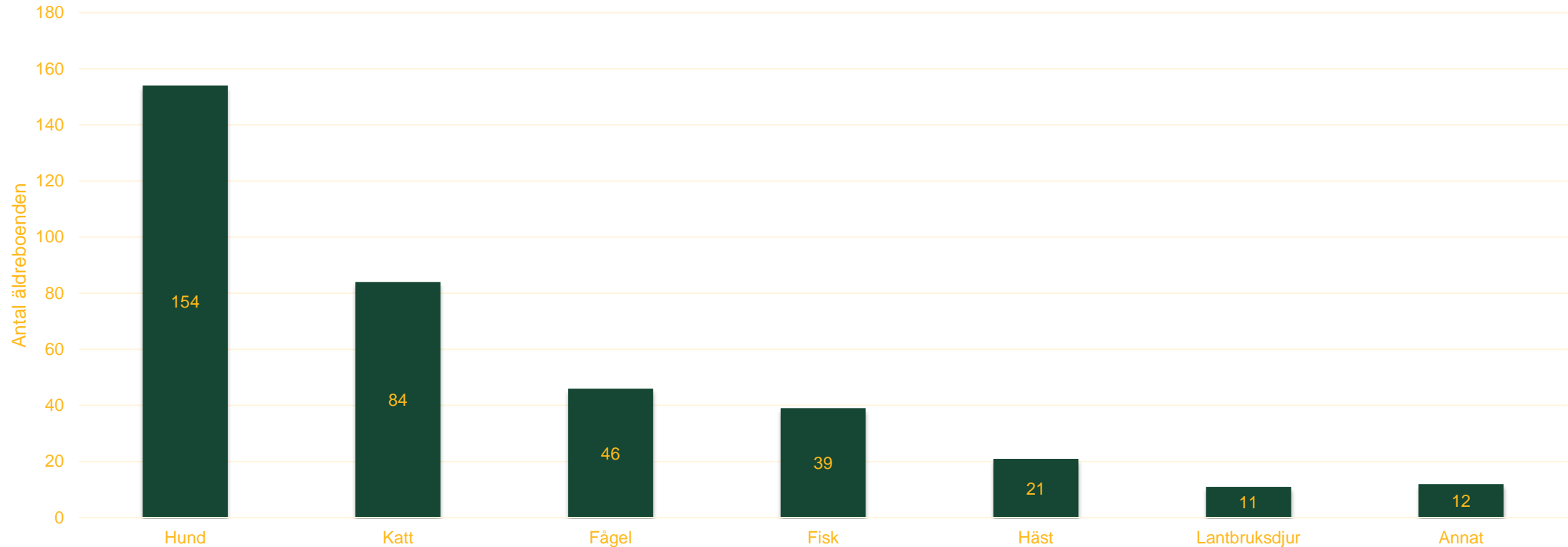


# Hur används djur på äldreboenden



*Hur äldreboenden inom Västra Götalands och Uppsala län använder djur.  
Totalt antal svarande boenden var 263*

# Vilka djur används inom äldreboendena?



*Antalet äldreboenden i Västra Götalands och Uppsala län som använder sig av olika djurslag. Totalt svarade 194 boenden.*

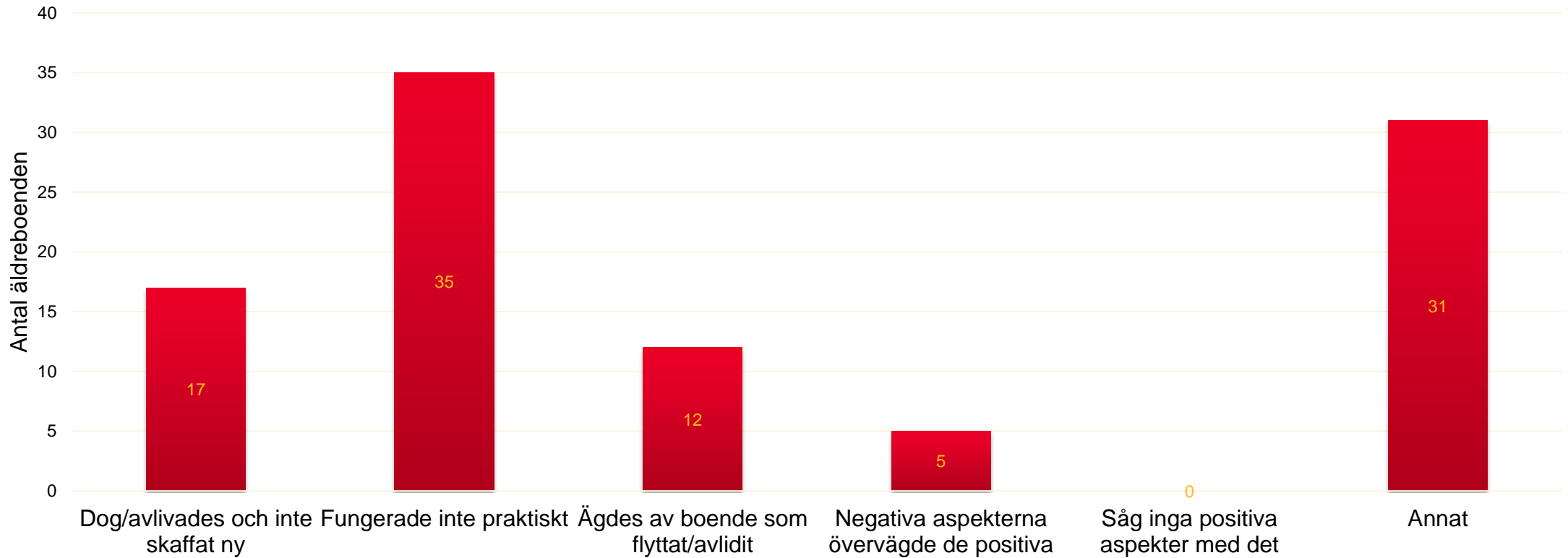
# Orsaker till att äldreboenden i Västra Götaland och Uppsala län använder sig djur inom sin verksamhet

*n=170*

	Antal boenden som svarat detta:	Procent av totala antalet svaranden:
För att öka boendens välmående:	146	86%
Som socialt umgänge för boende:	124	73%
För att öka aktiviteten hos boende:	110	65%
Används som/inom terapi för boende:	83	49%
För att öka allmänhälsan på boendet:	77	45%
Förbättra boendets miljö:	58	34%
Annat:	19	11%



# Varför har vissa boenden inte längre?



*Äldreboenden i Västra Götalands och Uppsala läns orsaker till att djur som tidigare använts i verksamheten inte är kvar. Totalt 71 boenden besvarade denna fråga.*

# Hästunderstödda insatser (HUI)

## *Equine Assisted Interventions (EAI)*

- Hästunderstödd Terapi (HUT)
  - *Equine Assisted Therapy (EAT)*
- Hästunderstödd Pedagogik (HUP)
  - *Equine Assisted Learning (EAL)*
- Hästunderstödd Aktivitet (HUA)
  - *Equine Assisted Activity (EAA)*

# Sociala tjänstehundar i Sverige

- Hundar som arbetar för sin förare:
  - Ledarhund
  - Servicehund
  - Alarmerande servicehund/Diabeteshund/Epilepsihund
  - Signalhund
  
- Hundar som arbetar med sin förare mot tredje person:
  - Vårdhund
  - Terapiahund
  - Besökshund
  - Skolhund
  - Läshund/Bokhund
  - Fadderhund



SCIENCE AND  
EDUCATION **FOR**  
**SUSTAINABLE**  
**LIFE**