

Malin Estenstad Knutsen

Hvordan kan vernepleieren bruke dyreassisterte intervensjoner i arbeid med mennesker med psykiske vansker?

Bacheloroppgave i HVER3007

Veileder: Nina Petersen Reed

Mai 2021

Malin Estenstad Knutsen

Hvordan kan vernepleieren bruke dyreassisterte intervensjoner i arbeid med mennesker med psykiske vansker?

Bacheloroppgave i HVER3007
Veileder: Nina Petersen Reed
Mai 2021

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet
Fakultet for medisin og helsevitenskap
Institutt for psykisk helse



NTNU

Kunnskap for en bedre verden

Sammendrag

Bakgrunnen for denne oppgaven er å finne ut hvordan en vernepleier kan benytte dyr i arbeid med mennesker med psykiske vansker. Dette valgte jeg å fokusere på fordi jeg ikke har funnet litteratur som omhandler hvordan en vernepleier med sitt kompetanseområde kan benytte seg av dyr i sitt arbeid.

Hensikten med oppgaven er å finne gode faglige metoder og begrunnelser for hvordan en vernepleier kan benytte dyr i sitt arbeid.

Metoden som er tatt i bruk er et litteraturstudie hvor 5 forskningsartikler er analysert, og deretter drøftet opp mot relevant teori.

Resultatet blir framstilt under tre hovedoverskrifter. Disse hovedoverskriftene er «planlegging og tilrettelegging», «mestring og utvikling» samt «samspill og normalisering».

Konklusjonen min er at vernepleieren har mange kompetanseområder, og at disse kompetanseområdene kan benyttes for å legge til rette for bruk av dyr i behandling av mennesker med psykiske vansker.

Nøkkelord: Dyreassisterte intervensjoner, vernepleier, tjenesteyter, psykiske vansker og miljøterapi.

Abstract

The background for this bachelor thesis is to explore how a disability nurse can utilize animals when working with people with mental health illnesses. I chose to focus on this because I have struggled to find literature that deals with how a disability nurse with their area of expertise can use animals when working with this specific group of people.

The purpose of this essay is to find good professional methods and reasoning for how a disability nurse can utilize animals in their work.

The Method that is used is a literature study where 5 research articles have been analyzed and then discussed in light of relevant theory.

The result will be displayed under three headlines. These headlines are “planning and adaptation”, “mastery and development” and “interaction and normalization”.

My conclusion is that a disability nurse has many areas of expertise, and that these areas of expertise can be utilized to facilitate use of animals in treatment of people with mental health issues.

Keywords: animal assisted interventions, disability nurse, health care worker, mental health issues and environmental therapy.

Innhold

1.0. Innledning.....	3
1.1. Begrunnelse for valg av tema	3
1.2. Hensikten med oppgaven.....	3
1.3. Problemstilling	4
1.4. Relevans til vernepleie yrket	4
1.5. Avgrensning og presisering.....	5
1.6. Begreper.....	5
1.7. Oppgavens disposisjon.....	5
2.0. Teori.....	6
2.1. Miljøterapi og Vernepleierens arbeidsmodell	6
2.2. Relasjonskompetanse.....	7
2.3. Kommunikasjonsteori.....	8
2.4. Empowerment og Mestring	9
3.0. Metode.....	10
3.1. Søkehistorikk	10
3.2. Analyse.....	16
Artikkel 1	16
Artikkel 2	17
Artikkel 3	18
Artikkel 4	19
Artikkel 5	20
3.3. Analyseprosessen.....	21
4.0. Resultat	23
4.1. Tilrettelegging og planlegging	23
4.2. Utvikling og Mestring	23
4.3. Samspill og normalisering	24
5.0. Diskusjon.....	25
5.1. Betydning av tilrettelegging og planlegging	25
5.2. Betydning av utvikling og mestring.....	27
5.3. Betydning av samspill og normalisering.....	28
5.4. Metodediskusjon	29
6.0. Konklusjon.....	31
7.0. Litteraturliste	32

1.0. Innledning

1.1. Begrunnelse for valg av tema

Temaet jeg har valgt til denne oppgaven er hvordan vernepleieren kan benytte dyr i sitt arbeid. Å ha ulike faglige metoder å jobbe med vil kunne ha stor betydning for individuell tilrettelegging, og finne et best mulig tilbud til de ulike brukerne (Nordlund, Thronsen & Linde, 2015, s. 55,56). Å søke etter nye metoder og kunne anvende dem i praksis er også nedfelt i rammeplanen for vernepleierutdanning §16 §17 (Forskrift for nasjonal retningslinje for vernepleierutdanning, 2019).

Årsaken til at jeg ønsker å fordype meg i dette temaet er at jeg i mange år har drevet med dyr og sett hvilken betydning det kan ha for ulike mennesker. Dermed ønsker jeg å utvide min faglige kompetanse på dette området, ved å finne ut hva forskning sier om temaet. På denne måten kan jeg lære å benytte dyr i mitt arbeid, med en større faglig forankring. Jeg vil påpeke at mine positive opplevelser med dyr er noe som kan påvirke min forforståelse. Dette ved at jeg fra starten er positivt innstilt, og at jeg eventuelt også ser på resultatene med et mer positivt blikk og dermed ikke er kritisk nok. Dette er noe jeg vil forsøke å være bevisst på i denne litteraturstudien.

1.2. Hensikten med oppgaven

Hensikten med denne oppgaven er å se på hva forskningen sier om hvordan dyreassisterte intervensjoner kan benyttes i møte med mennesker med psykiske vansker. At forholdet mellom dyr og mennesker kan ha en positiv innvirkning på hverandre har lenge vært kjent. Dette har vært tatt i bruk i arbeid med mennesker i lang tid, både strukturert og ustrukturert, og kan være helsefremmende både fysisk og psykisk på ulike måter (Fine & Goveia, 2019, s. 15). Dyr kan benyttes på forskjellige arenaer og til forskjellige aktiviteter og oppgaver. Det har i de siste ti-årene blitt forsket en del på interaksjonen mellom dyr og menneske, og det beskrives som noe mangelfullt og vanskelig å forske på. Utfordringene er blant annet av mangel på kontrollgruppe og vurderingen av andre årsaker enn møte med dyret som årsak til bedring i helsen (Crossman, 2017; Konstantinos, Athanasia, Lambrini & Areti, 2019). Vernepleierens rolle i denne typen intervensjon er ikke beskrevet og diskutert, noe som er bakgrunnen for hvorfor jeg ønsket å se nærmere på hvordan vernepleieren kan benytte det i sitt arbeid.

1.3. Problemstilling

Problemstillingen som er utarbeidet til denne oppgaven er som følger:

Hvordan kan vernepleieren bruke dyreassisterte intervensjoner i arbeid med mennesker med psykiske vansker?

1.4. Relevans til vernepleie yrket

I Nordlund et al., (2015) beskrives vernepleieren som en som bistår mennesker med ulike funksjonsnedsettelse, enten permanente eller forbigående, og i ulike tidsperspektiver. Bistanden som blir gitt av vernepleieren skal tilpasses hver enkelt ved å tilrettelegge ut fra den enkeltes forutsetninger. Det betyr at vernepleieren må ha kunnskap både om brukerens utfordringer, samt om eventuelle tiltak og arbeidsmetoder. Vernepleieren skal inneha kompetanse innenfor flere ulike fagfelt som for eksempel helsefag, sosialfag og pedagogiske fag. Herunder finner man både habilitering og rehabiliteringsarbeid, miljøterapi og systematisk helhetlig pasient- og brukerbehandling, med vekt på relasjonell tilnærming i arbeidet. Vernepleieren skal kunne tilrettelegge for den enkelte samt skape samarbeid med både brukere, kollegaer, pårørende og andre instanser. Dette for å sikre et best mulig tilbud og et godt tverrfaglig samarbeid. Samarbeidet med andre yrkesgrupper er viktig for å sikre et helhetlig tjenestetilbud (Nordlund et al., 2015, s 19-27).

Vernepleieren kan jobbe med mange ulike mennesker som av ulike årsaker trenger en form for hjelp i livet (Nordlund et al., 2015, s. 19). I denne oppgaven velger jeg å fokusere spesifikt på mennesker med psykiske vansker, og ikke andre utfordringer. Dette på bakgrunn av at det er utfordringer jeg opplever at vernepleieren jobber mye med, i tillegg til at alle har en psykisk helse uavhengig av eventuelle andre tilleggsdiagnoser. Jeg mener at funnene i denne oppgaven også kan overføres til andre brukere, for eksempel mennesker med utviklingshemninger, autismespekterforstyrrelser eller rusutfordringer. Vernepleieren skal kunne legge til rette for ulike mennesker med ulike funksjonsnedsettelse (Forskrift for nasjonal retningslinje for vernepleierutdanning, 2019, § 2). På bakgrunn av dette tenker jeg at temaet i denne oppgaven vil være relevant i mange arbeidssammenhenger en vernepleier kan befinne seg i. Ingen av studiene beskriver en vernepleier slik som yrkesgruppen kjennetegnes i Norge, men jeg vurderer det som direkte overførbart basert på beskrivelsene i studien, og kompetansen vernepleieren skal ha.

1.5. Avgrensning og presisering

I denne oppgaven tar jeg for meg resultater i 5 ulike forskningsartikler jeg har funnet, og sammenligner med utvalgt teori. Jeg har valgt å ikke vektlegge ulike psykiske diagnoser, da hovedhensikten og tanken bak oppgaven er hvordan vernepleieren kan benytte dyreassisterte intervensjoner som metode. Årsaken til at jeg valgte mennesker med psykiske vansker, var for å avgrense og få en mer presis oppgave med mer dybde. Vil også presisere at til tross for at jeg har valgt å benytte yrket vernepleier i denne oppgaven, er ikke dette ensbetydende med at det kun er vernepleiere som kan benytte seg av dette i praksis.

1.6. Begreper

Dyreassisterte intervensjoner er planlagte og strukturerte aktiviteter på ulike arenaer som inneholder forskjellige dyr. Disse intervensjonene har til felles at de skal ha et terapeutisk utbytte for de menneskene som benytter seg av tilbudet (Fine & Goveia, 2019, s. 23).

Mennesker med psykiske vansker er også omtalt som brukere videre i oppgaven.

Vernepleieren blir også omtalt som tjenesteyter.

1.7. Oppgavens disposisjon

Innledningsvis har jeg presentert viktige presiseringer og avgrensninger. Videre kommer et kapittel med teori som senere skal brukes til å drøfte funnene i litteratursøket. Etter dette blir metoden beskrevet, med påfølgende skjemaer som PICO-skjema samt inklusjon- og eksklusjonskriterier til søkene. Litteraturmatriser til alle fem artiklene blir presentert i starten på analysedelen, og metoden til analysen vil også bli presentert sammen med temaskjema over funnene. Videre vil resultatene fra analysen bli beskrevet og sammenfattet i et eget kapittel. Deretter kommer diskusjonsdelen hvor funnene fra litteratursøket blir drøftet opp mot valgt teori, og til slutt kommer en konklusjon på oppgaven med svaret jeg har kommet fram til på bakgrunn av problemstillingen.

2.0. Teori

I dette kapittelet vil jeg presentere et utvalg av teori beskrevet i litteratur relevant til hvilken kompetanse vernepleieren skal ha (Forskrift for nasjonal retningslinje for vernepleierutdanning, 2019). Her vil det kun beskrives fra litteraturen. Egne vurderinger og drøfting angående anvendelse vil jeg gjøre sammen med resultatene i diskusjonsdel. Hvert avsnitt i teoridelen er forankret i et eget verk, som jeg for ordens skyld vil henviser til i slutten av hvert avsnitt.

2.1. Miljøterapi og Vernepleierens arbeidsmodell

I Snoek og Engdal (2017) beskrives miljøterapi som en strukturert og planlagt arbeidsform, som benyttes for å skape en endring samt tilrettelegge for enkeltpersoner eller en gruppe. Det kan være mange ulike aktiviteter og plasseringer, som for eksempel hjemme, eller på en annen arena. Det kreves ulike ferdigheter av den som utfører miljøterapien etter hvilke behov som skal møtes. Psykiske vansker er komplekse og gir ulike behov. For eksempel kan det benyttes aktiviteter som på ulike måter inneholder noe relatert med fysisk aktivitet. Miljøterapi skal være individuelt tilrettelagt og brukervedvirkning skal være en sentral del (Snoek & Engedal, 2017, s 59-62).

Vernepleierens arbeidsmodell (GAVE) er en modell jeg også vil trekke inn. I boken *innføring i vernepleie* beskrives den som en sentral arbeidsmodell for vernepleiere å jobbe etter i miljøterapeutisk arbeid (Nordlund et al., 2015). Arbeidsmodellen brukes som hjelp til å strukturere jobben, jobbe målrettet, legge til rette på individnivå og evaluere metoder og tiltak underveis. Den inneholder seks elementer som er gjensidig avhengig av hverandre, og som kan ses både i rekkefølge og enkeltvis. Den første delen av modellen er kartlegging, som kan omhandle alle deler og faktorer av livet til den det gjelder. Eksempler på dette er interessekartlegging, nettverksskartlegging eller ulike evnekartlegginger som skal utføres sammen med brukeren. Å gjøre denne jobben grundig er viktig for at de videre delene skal utføres på bakgrunn av korrekte opplysninger, at tilbudet blir individuelt tilpasset og at selvbestemmelsen blir ivaretatt (Nordlund et al., 2015, s. 63-72). Videre beskriver Nordlund et al., (2015) neste del av modellen som er analyse og drøfting av de funnene som kommer frem i kartleggingen. Funnene skal vurderes og sammenlignes for videre bruk. Deretter kommer målvalgs prosessen, som inneholder ulike mål. Her finner man hovedmål, delmål og eventuelle arbeidsmål. Disse undermålene er til for

å nå hovedmålene slik at flere delmål nås på veien. Det må utarbeides tiltak med gjennomføringsplan, som beskriver hva de ulike deltakerne skal gjøre. Hvilken metode som blir benyttet for å gjennomføre tiltaket og målene er også viktig. Til slutt i modellen kommer evaluering og revurdering. Dette skal skje både til slutt og underveis i de andre delene for å vurdere om arbeidet er hensiktsmessig til brukeren det gjelder og at eventuelle endringer kan utføres (Nordlund et al., 2015, s 73-92).

2.2. Relasjonskompetanse

Røkenes og Hanssen (2012) beskriver relasjonskompetanse som måten vi samhandler med andre på og hvordan en relasjon startes, vedlikeholdes og avsluttes. Sentrale elementer i relasjonskompetansen er kommunikasjonsferdigheter, forståelse av situasjonen, selvinnsikt og empatisk holdning. Disse ferdighetene er noe vi har i oss, men kan også utvikles og det er viktig for behandlingen til bruker at dette forholdet er på plass (Røkenes & Hanssen, 2012, s. 9,10).

Relasjonskompetanse er en viktig del av yrkeskompetansen sammen med tjenesteyters handlingskompetanse. Det innebærer fag-ferdigheter og kunnskap som er viktig for at hensikten og selvbestemmelsen i samhandlingen blir ivaretatt.

Tjenesteyteren må tilpasse seg etter mål, situasjon og relasjon til de ulike brukerne og samhandlingen skal være meningsfull og hensiktsmessig (Røkenes & Hanssen, 2012, s.12,13).

Røkenes og Hanssen (2012) beskriver også hvordan relasjonen starter når vi møter nye mennesker. Gode første møter er viktige, og hvordan førsteinntrykket er har mye å si for relasjonen videre. Det kan for eksempel innebære å møte folk på lik linje, det kan gjøres ved å være bevisst på holdningen sin ved å ikke møte folk ovenfra og ned. Her er det sentralt å vise forståelse, tilstedeværelse og ha en ydmyk holdning. For å ha en ydmyk holdning er det nødvendig å kjenne seg selv og være bevisst på egne ferdigheter, både positivt og negativt (Røkenes & Hanssen, 2012). Videre beskriver Røkenes og Hanssen (2012) at en må reflektere over hvordan en kan være seg selv i yrkessammenhenger, da en skal både være seg selv profesjonell og faglig. Å finne balansegangen mellom å være privat, personlig og profesjonell er sentral. Tjenesteyteren kan bruke livserfaringen sin i arbeidet, tjenesteyterne kan mer enn det kun fagkompetansen innebærer. Personlig kompetanse er også viktig. Etter hvert som relasjonen mellom tjenesteyter og bruker blir sterkere kan mer kritiske spørsmål

og eventuelt konfrontering være nødvendig for å forstå og ta relasjonen videre (Røkenes & Hanssen, 2012, s. 241-249).

2.3. Kommunikasjonsteori

Alt vi gjør er kommunikasjon, og mye av det er ubevisst. Dette beskrives i boken *bære eller bryte* (Røkenes & Hanssen, 2012). Noe av det har vi lært allerede fra barnsben av, men mye kan læres, utvikles og utføres mer bevist. Dette er en viktig del av relasjonskompetansen. Som tjenesteyter i arbeid må også hensikten med samhandlingen ivaretas i større grad enn ellers (Røkenes & Hanssen, 2012, s. 211-213). Videre beskriver Røkenes og Hanssen (2012) hvordan kommunikasjon kan benyttes som metode, og her finnes det ulike teknikker. En teknikk er metakommunikasjon, som er når det kommuniseres om kommunikasjonen. Dette kan være at det kommuniseres om kommunikasjonen mellom to individer, eller at det kommuniseres om samhandlingen mellom andre. Metakommunikasjon kan benyttes for å skape mening, endre mening, lære om samspillet samt å skape en felles forståelse (Røkenes & Hanssen, 2012, s. 228). En annen metode som kan benyttes er attribusjon. Attribusjon innebærer å forklare andres adferd og skape mening rundt den. Eventuelle utfordringer her kan være sjansen for at det feiltolkes. Refleksjon i og rundt samhandlingen er sentralt. Det kan gjøres ved å stille spørsmål for å sette i gang tankeprosesser til bruker på egenhånd, men da er det viktig at spørsmålene er åpne slik at det er mulighet for refleksjon. Å lytte aktivt til den som kommuniserer er også en viktig faktor både for kommunikasjonen i seg selv, samt for relasjonen og opplevelsen av å bli møtt. For å sikre felles forståelse kan parafrasering benyttes. Det vil si å si det samme tilbake, og eventuelt gjøre en innsjekk og en utsjekk for å avklare forventninger og å oppsummere (Røkenes & Hanssen, 2012, s. 215-220).

Eide og Eide (2017) beskriver at å speile noen kan være et viktig kommunikasjonselement i enkelte situasjoner for å vise at en forstår og ser hva den andre føler. Tjenesteyter må også i noen tilfeller benytte seg av ytre regulering til bruker enten ved form av verbal kommunikasjon eller kroppsspråk. Det kan være i tilfeller hvor bruker ikke mestrer å håndtere følelsene sine på egenhånd og følelsene tar over (Eide & Eide, 2017, s.172-174). Å anerkjenne den andres følelser og opplevelse av en situasjon kan være med på å sette i gang en bearbeiding av det som kommer fram. Benevnning kan være med på å bevisstgjøre, tydeliggjøre og veilede i situasjonen. Det kan hjelpe for å komme videre og se en annen mening bak

det som skjer. Noen kan trenge hjelp til å se forbi situasjonen de står i når de ikke mestrer det på egenhånd (Eide & Eide, 2017, s. 155-166).

2.4. Empowerment og Mestring

Begrepet Empowerment betyr direkte oversatt til norsk myndiggjøring. Det omhandler å mestre, utvikle og styre sitt eget liv, og er mye brukt i psykiatrien. Her skal brukeren selv være i sentrum (Snoek & Engedal, 2017, s. 45). Viktige elementer for å styre sitt eget liv er at informasjon blir gitt på en slik måte at informerte valg kan tas. Slik kan brukeren få være med å bestemme over sin egen behandling (Snoek & Engedal, 2017, s. 189,190). For å skape mestring kreves det at tjenesteyter sammen med brukeren skaper forståelse om situasjonen og finner løsninger sammen. Ulike strategier for å mestre livet når det er utfordrende må utforskes for å kunne tas i bruk og opparbeide enn viss motstandskraft når livet blir vanskelig. Det handler også om å fokusere på det positive ved å se på sterke sider ved det en mestrer og hva en ikke mestrer (Snoek & Engedal, 2017, s.43-49).

Ulike mestringsstrategier er også beskrevet av Eide og Eide (2017). Hvordan kommunikasjonen blir utført er viktig for hvordan en legger til rette for mestring. Hva som er mestring og hva som skal til for å oppleve mestring er individuelt og hver enkelt må finne ut hva som kreves for seg, alene eller sammen med tjenesteyter. Vi skiller også mellom det å mestre hverdagen og det å mestre kriser, da det vil kreve ulikt av oss og dermed må planlegges ulikt. Hvordan en krise blir vet vi aldri, men å mestre hverdagens vanlige utfordringer vil være lettere å kunne planlegge, tilrettelegge og øve på (Eide & Eide, 2017, s. 47-50). Ved en utfordrende situasjon kan for eksempel en mestringsstrategi være å oppsøke situasjonen for å forsøke å oppnå mestring. Dette må tilrettelegges ut fra brukers forutsetninger, og en må kartlegge hva som kreves av de involverte. En mestringsforventning må avklares og vi må sette realistiske mål sammen med brukeren. Oppgavene må være tilpasset slik at det legger til rette for mestring. I en slik prosess må brukeren forholde seg både til det positive og negative. Ulike følelser kommer til å oppstå, men det å spille på det positive og understøtte glede kan være en gunstig mestringsstrategi. Ros og oppmuntring er motiverende kommunikasjonsstrategier som kan bidra til en positiv opplevelse (Eide & Eide, 2017, s. 51-54).

3.0. Metode

Metoden tatt i bruk i denne oppgaven er et litteraturstudie hvor relevant forskningslitteratur er brukt for å forsøke å finne svaret på problemstillingen. «*Et systematisk litteratursøk er planlagt, begrunnet, dokumentert og etterprøvbart*» (Thidemann, 2019, s. 82). Noe som er vist i påfølgende metodedel.

3.1. Søkehistorikk

Jeg startet søken etter artikler med et manuelt søk i google med ordene «dyr i miljøterapi» for å få noen ideer til søkeord, som beskrevet i Thidemann (2019, s. 81). Jeg fant da fram til fagbegrepet «dyreassisterte intervensjoner», blant annet brukt i masteroppgaver, men også i boken *Håndbok i dyreassisterte intervensjoner* (2019) som har blitt benyttet i innledningen (Fine & Goveia, 2019). Jeg forsøkte å se i litteraturlisten til disse for tips som også beskrevet i Thidemann (2019, s. 81), men valgte å ikke bruke disse kildene videre. Dette fordi jeg synes det var vanskelig å vurdere relevans kun basert på en litteraturliste. Jeg begynte deretter å gjøre egne søk, og fagbegrepet «dyreassistert intervensjon» ble videre brukt i søk på nettsidene Oria.no og google scholar. Her ble det tydelig at det er begrenset med norsk forskning på dette området, noe som betydde at videre søk måtte gjennomføres på engelsk. Jeg endte opp med å bare bruke en norsk artikkel.

I søkene etter engelske artikler, ble begrep som «animal assisted intervention» og «animal assisted therapy» brukt. Jeg gjorde også et søk på kun «animal» og «therapy», men innså raskt at det søket ble altfor upresist og stort for å kunne lete i. Dermed var det mer egnet å bruke fagbegrep for å få et mer innsnevret søkeresultat. Det søket er derfor ikke inkludert i søketabellen, på grunn av et altfor vidt og omfattende søkeresultat og at jeg ikke begynte å lete igjennom det.

Jeg benyttet meg av PICO skjema (Tabell 1) for å velge ut søkeord samt å tydeliggjøre hva det søkes etter. Jeg kuttet ut C (comparison) da ingenting i denne oppgaven skulle sammenlignes. Ordene i tabellen er plukket fra problemstillingen og oversatt til engelsk i tillegg til at noen ord med nesten samme betydning er benyttet (Thidemann, 2019, s. 82-84). Eksempler her er «mental health» og «mental illness» og «psykiske vansker» og «psykiske lidelser». Som nevnt tidligere forsto jeg tidlig i

prosessen at jeg måtte fokusere på engelskspråklig litteratur, og jeg har dermed benyttet meg av de fleste søkeordene på engelsk.

Tabell 1

P; Hvem/hvilke	Psykiske lidelser Psykiske vansker	Mental health Mental illness
I; Hva	Dyr i miljøterapi Dyreassisterte intervensjoner Inn på tunet	Animal assisted intervention Animal assisted therapy
O; Resultater	Helse effekter Bruk i miljøterapi som metode Hvordan	Health care worker Disability nurse Implications for work

Når jeg søkte i de to søkedatabasene var resultatene spesielt forskjellige når det kom til antall treff, og jeg fikk mange flere treff på google scholar kontra Oria.no. Det er blant annet på grunn av at det på Oria.no kunne avgrenses til fagfelleverderte tidsskrift, mens jeg i google scholar også fikk opp mange andre artikler slik som bachelor og masteroppgaver. Disse er oppgaver som ikke oppfyller kravene til å være med i litteraturstudien. Jeg fikk også se at mange av de samme artiklene dukket opp på begge søkedatabasene ved flere av søkene. Av de artiklene som er lest er de kun notert som lest ved det første søket de ble funnet på (Thidemann, 2019).

Ved de Engelske søkene var utfordringen å begrense søket for at det skulle være overkommelig å lete igjennom materialet. Jeg startet med å lese mange artikler på hvert søk, men innså fort at strategier som skumlesning, å lese abstrakt, samt å lese innledning og konklusjon heller måtte benyttes for å komme videre i prosessen med å finne 5 relevante artikler. Dette var en av grunnene til at kun nyere artikler fra senest 2015 ble valgt ut, i et forsøk på å avgrense søkene. Dette sammen med ønske om at

materiale som skulle benyttes skulle være så nytt og oppdatert som mulig. Jeg forsøkte også med ulike søkeord sammen med ordet som «and» eller «or» som beskrevet i Thidemann (2019, s. 87-88). Flere av søkene fikk mange treff, på disse søkene gikk jeg gjennom overskrifter på de 100 første artiklene. Deretter vurderte jeg disse opp mot inklusjon, eksklusjonskriterier og problemstilling. For eksempel så ble artikler som handlet om demens lagt vekk på grunn av relevans opp mot problemstillingen (Thidemann, 2019).

Jeg fikk etter hvert veiledning som gikk ut på å søke i en annen søkedatabase når utfordringen med å finne de to siste artiklene vedvarte. Søkedatabasen var Scopus.com, og fikk veiledning på å stille løsere krav til alder enn tidligere, slik at artiklene nå kunne være utgitt før 2015. Sett i ettertid ble kravet om at artiklene skulle være fra 2015 eller nyere kanskje for snevert. Jeg foretok søket på egenhånd (søk 19), gikk gjennom søkene og vurderte at det var tre artikler som så relevant ut til min problemstilling. Her fant jeg de siste to artiklene som jeg manglet til å svare på min problemstilling. Veiledning er en viktig del av prosessen om utfordringene for å komme videre vedvarer (Thidemann, 2019).

Tabell 2 viser en skjematisk framstilling over søk utført i ulike databaser (Thidemann, 2019, s. 89)

Tabell 2

Søke dato	Søk nr.	Søke Ord	Database	Antall treff	Antall lest abstract	Antall lest	Antall inkludert
14.1	1	Dyreassistert intervensjon	Oria.no	2	2	2	1
14.1	2	Dyreassisterte intervensjon	Google Scholar	73	2	1	0
14.1	3	Dyreassistert intervensjoner	Google Scholar	74	2	1	0
14.1	4	animal-assisted therapy	Oria.no	1403	6	2	0
4.2	5	animal assisted therapy mental health	Oria.no	6096	4	2	0
24.3	6	animal assisted interventions AND mental health	Oria.no	6312	5	4	0
24.3	7	animal assisted interventions as a method AND mental health	Oria.no	0	0	0	0
24.3	8	dyreassisterte intervensjoner som metode	Oria.no	1	1	1	0
24.3	9	dyreassisterte intervensjoner vernepleier	Oria.no	0	0	0	0
24.3	10	animal assisted therapy AND disability nurs AND mental illness	Oria.no	173	3	3	0
25.3	11	animal assisted therapy	Oria.no	2044	8	6	2

		implications for practice AND mental health					
7.4	12	inn på tunet psykiske lidelser	Oria.no	14	2	1	0
12.4	13	animal used in therapy with mental illness AND adults	Oria.no	14063	0	0	0
12.4	14	animal assisted therapy AND mental illness AND adults AND implications for practice	Oria.no	803	5	2	0
12.4	15	animal assisted therapy AND mental illness AND adults	Pubmed.gov	27	0	0	0
12.4	16	animal assisted therapy AND mental illness AND adults NOT dementia NOT elderly	Pubmed.gov	5	1	0	0
13.4	17	animal-assisted therapy	Pubmed.gov	107	0	0	0
13.4	18	animal-assisted therapy with dogs	Pubmed.gov	53	1	1	0
20.4	19	"animal assisted therapy" OR "animal assisted intervention" AND "mental health"	Scopus.com Alder 2003-2021 Kun artikler	102	4	4	2

Tabell 3 viser inklusjon og eksklusjonskriterier som er utarbeidet for å velge artikler (Thidemann, 2019).

Tabell 3

Inklusjonskriterier	Eksklusjonskriterier
<ul style="list-style-type: none"> - Helseeffekter ved bruk av dyr - Psykisk helse - Psykiske vansker - Fagfelleverdert - Ikke eldre enn 6 år (Ble justert opp til 10 ved siste søk) - Hvordan det kan benyttes - Overførbare til norske forhold - Overførbart til vernepleie yrket 	<ul style="list-style-type: none"> - Kun eldre og demens - Kun barn - Kun autisme - Kun utviklingshemming - Personer i fengsel - Eldre enn 6 år (ble justert opp til 10 ved siste søk) - Ikke fagfelleverdert - Ikke overførbart til norske forhold - Ikke overførbart til vernepleieyrket - Reviw og systematisk Reviw artikler også ekskludert ved Pubmed.gov søk - Et annet språk en Norsk, Engelsk eller Svensk

Underveis i søkeprosessen og før jeg startet analysearbeidet med å skrive litteraturmatriser, benyttet jeg sjekklisten for kvalitative studier fra helsebiblioteket.no. Dette gjorde jeg for å vurdere kvaliteten på artiklene og å avgjøre om de kunne benyttes i litteraturstudien. Dette er også en del av analysen knyttet til artiklene, og mer om det blir nevnt i analyse kapittelet. Faktorer fra sjekklisene som ble vurdert til hver artikkel er følgende: formålet med studien, utvalget, metoden, etikk, om de er fagfelleverdert, tolkning av materialet og presentasjon av studien. At artiklene skulle være fagfelleverdert var også et krav allerede fra inklusjonskriteriene som tidligere beskrevet. Når artiklene ble gjennomgått med sjekklisene så jeg flere ting som kunne vært bedre. For eksempel hadde mange mangel på diskusjon av motstridende data, en tydelig etikk vurdering og forforståelse til deltakerne. Likevel ble vurderingen at de skulle brukes, blant annet på grunn av at de er fagfelleverderte og dermed vurdert av noen som er mer erfarne enn meg. Sjekklisene var også til hjelp for å finne hver artikkels styrker (Helsebiblioteket, 2020).

3.2. Analyse

Videre kommer litteratormatrisene til de ulike artiklene skjematisert framstilt (Thidemann, 2019, s. 95).

Artikkel 1
Kilde: Aasen, Randi Olufsen & Andershed, Birgitta. (2015). Å komme i balanse ved hjelp av Grønn omsorg – brukernes erfaring. <i>Nordisk Sygeplejeforskning</i> , (4), 343-355. https://www.idunn.no/nsf/2015/04/aa_komme_i_balanse_ved_hjelpavgroenn_omsorg_brukernes_erf
Hensikt: Gir innblikk i brukerens erfaring med grønn omsorg, dyr og natur.
Metode: Kvalitativ metode med semistrukturerte intervju.
Utvalg: 4 kvinner, 5 menn, 18-64 år, psykisk lidelse og eller rus problematikk.
Resultat: Grønn omsorg inneholder mer enn bare dyr, men det er en stor del av det. Kan gi utvikling, rutiner, meningsfulle aktiviteter og sosial kontakt for den enkelte bruker. Det er en vanlig jobb for noen slik at normaliseringen og stigma minskes. Dyr kan oppleves enklere og samhandle og kommunisere med enn mennesker. Gir trygghet, minsker ensomhet og gir mulighet til berøring/taktil stimuli. Grønn omsorg gir også fysisk aktivitet og kontakt med natur, med eller uten dyr. Behov for tilrettelegging av oppgaver, gir mestringfølelse og opplevelse av å være betydningsfull for noen. Kan gi balanse i livet og innhold i dagene (Aasen & Andershed, 2015)
Kvalitet: Styrker: Viser norske forhold og er brukernes egne erfaringer som er gjengitt. Svakheter: Ingen kontroll gruppe og kun på en plass.
Etikk: Alt er anonymisert, godt språk, dyrevelferd ikke vurdert.
Relevans: Denne artikkelen er valgt med på bakgrunn av at jeg har observert at grønn omsorg er en mye brukt alternativ i Norge for kontakt og behandlingstilbud med dyr. Artikkelen beskriver mennesker med psykiske og eller rusutfordringer, om det er rusutfordringer eller ikke har ikke betydning for bruken i denne oppgaven. Er en arena som er tilgjengelig å mulig for å benytte, tilrettelegge for ulike oppgaver. Beskriver ulike oppgaver og fordeler som kan komme med dyr og gårds jobb og hvordan det kan benyttes. Alt dette er veldig relevant for å svare på problemstillingen.

Artikkel 2

Kilde: Brooks, Helen, Rushton, Kelly, Lovell, Karina, McNaughton, Rebecca & Rogers, Anne. (2019). 'He's my mate you see': a critical discourse analysis of the therapeutic role of companion animals in the social networks of people with a diagnosis of severe mental illness. *Med Humanit*, 45(3), 326-334.
<https://doi.org/10.1136/medhum-2018-011633>

Hensikt: Å se på hvilken støtte dyr er og kan være til mennesker med psykiske lidelser.

Metode: Kvalitativ forskningsmetode ved intervju.

Utvalg: 35 intervju med 12 deltakere med en psykisk lidelse og som opplever at dyr er en viktig del av det. 3 intervju over 12 mnd.

Resultat: 12 ulike deltakere med ulike små dyr katt, hund, hamster, fugl eller mini gris. I studien kommer det fram at deltakerne opplever at dyret gir dem en uvurderlig støtte og selskap, stiller ikke spørsmål og er der for de uansett. Flere av de opplever at det kan være enklere å forholde seg til et dyr kontra mennesker. Det å være noen med et dyr gir også en annen identitet enn å være psykisk syk. Studien tar også opp utfordringen med å miste dyret, da noen av deltakerne opplevde dette under studieperioden. Tapet av dyret var enten på bakgrunn av død eller at de ikke klarte å ta seg av det (Brooks, Rushton, Lovell, McNaughton & Rogers, 2019)

Kvalitet: Studien er gjennomført over lang tid og ved flere intervjuer og relevant for studien. Svakheter med studien er at de ikke er noen kontroll gruppe, deltakerne som er hentet inn i studien er positive til dyr fra før som kan påvirke deres for forståelse og gi en ensidig framstilling.

Etikk: Hele studien er anonymisert, hensyn til dyrene er så vidt beskrevet ved at noen av deltakerne ikke klarte å ta seg av dyret sitt. Eventuell belønning eller hva deltakerne får å være med er ikke beskrevet.

Relevans: Denne studien er relevant opp mot min problemstilling ved at den beskriver brukernes egne erfaringer med dyr i hverdagen opp mot deres psykiske helse og lidelser. Viser hvordan dyr kan bidra på den arenaen. Belyser ulike fordeler, men tar også opp viktige utfordringer spesielt med tanke på tap av dyret og setter med det lys på ulike vurderinger som må tas.

Artikkel 3

Kilde: Lee, Ping-Tzu & Makela, Carole. (2018). Mental health practitioners' strategies in equine-assisted psychotherapy: implications for social work. *Social work education*, 37(1), 119-135. <https://doi.org/10.1080/02615479.2017.1378318>

Hensikt: Hvordan helsearbeidere kan benytte hest i psykisk og sosialt arbeid. Samle kunnskapen til erfarne fagfolk for å sette den sammen til mindre erfarene slik at de kan bruke den.

Metode: Kvalitativ metode med narriativ struktur, intervjuet deltakerne 2 ganger i 2 timer samt opptak.

Utvalg: Studien bestod av profesjoelle helsearbeidere med utdanning innen psykisk helse og minimum to års erfaring, 8 deltakere med 2-14 års erfaring på området.

Resultat: Setter tydelig fokus på viktigheten av at hest og menneske skal passe sammen, det er interaksjonen mellom dyret og brukeren som er behandlingen, med sykroniseringen og speilingen dem i mellom. Størrelse og personligheten til hesten har betydning og kan gi ulike utfordringer. Helsearbeideren må vurdere her og ta nødvendige risikovurderinger sammen med det å stille riktige spørsmål/benevning å reflektere sammen med brukeren. Kan styrke mestringsfølelsen og kontrollfølelsen på andre områder i livet også (Lee & Makela, 2018).

Kvalitet: Styrker: erfarne og utdannede deltakere, opptak for å se tilbake. Svakheter: ikke kontrollgruppe, lite drøfting rundt eventuelle negative konsekvenser og andre årsaker til framgang.

Etikk: Dyrevelferd ikke vurdert, men artikkelen er anonymisert.

Relevans: Denne studien er relevant opp mot min problemstilling ved at den beskriver metode/hvordan helsearbeideren kan benytte dyr/hest i miljøterapi til mennesker med ulike psykiske lidelser. Arenaen i denne studien er bort på stall hvor hestene bor og viser hvordan denne arenaen kan benyttes i miljøterapien.

Artikkel 4

Kilde: Stewart, Leslie A., Chang, Catherine Y. & Rice, Robert. (2013). Emergent Theory and Model of Practice in Animal-Assisted Therapy in Counseling. *Journal of creativity in mental health*, 8(4), 329-348.

<https://doi.org/10.1080/15401383.2013.844657>

Hensikt: Å vise fram den faglige hensikten ved å bruke dyr i behandling og deres unike betydning og bidrag.

Metode: Kvalitativ forskningsmetode, ved semistrukturerte intervju og se på eksisterende materiale fra klinisk praksis som for eksempel journal.

Utvalg: 14 profesjonelle yrkesutøvere innen psykisk helse med ulik utdanning, men med erfaring av å bruke dyr i terapi fra 1-24 år.

Resultat: Studien viser at for å bruke dyr i terapi på en best mulig måte krever det egenskaper av yrkesutøveren sammen med en god relasjon til dyret. Kreves at yrkesutøveren mestrer å lese dyret og være bindeledd mellom bruker og dyr, samtidig som de må ta vare på dyret. Nøyaktig hvordan de brukte det i praksis varierte noe, men det som var felles var at det var en planlagt faglig bakgrunn i de ulike tilfellene. Studien viste at ved å bruke dyr er det med på å skape tilstedeværelse, styrke relasjonen og kan fungere barrierebrytende ved at det normaliserer settingen noe. Beskriver dyret som en katalysator i prosessen og at det har en viktig rolle. Beskriver også en modell for å begynne å bruke dyreassisterte intervensjoner som er nødvendige ferdigheter, utvikle forhold til dyret, ta ansvar for terapi prosessen og utvikle den vanlige prosessen (Stewart, Chang & Rice, 2013).

Kvalitet: Materialet i studien er fra erfarne fagfolk som er en styrke. Svakheter i artikkelen er at det ikke er noen kontrollgruppe og forforståelsen til de ulike yrkesutøverne er ikke diskutert sammen med en vurdering eller diskusjon av eventuelle andre årsaker til framgang enn at dyret er tilstede.

Etikk: Etikken blir ikke vurdert direkte i artikkelen som er et minus, men artikkelen er anonym og hensyn til dyret er beskrevet som er styrker.

Relevans: Denne artikkelen har jeg vurdert til å være veldig relevant opp mot min problemstilling. Den beskriver hvordan en i praksis kan benytte dyr i en terapi setting, ulike fordeler det kan føre med og til hvem det er aktuelt for. Materialet er også hentet fra erfarne fagfolk på området.

Artikkel 5

Kilde: Jau, Jasmin & Hodgson, David. (2018). How interaction with animals can benefit mental health: A phenomenological study. *Social work in mental health*, 16(1), 20-33. <https://doi.org/10.1080/15332985.2017.1302037>

Hensikt: Å vise fra helseeffekter det å bruke dyreassisterte intervensjoner kan gi for å vise hvordan og til hvem det kan brukes til.

Metode: Kvalitative intervjuer

Utvalg: 3 kvinner, 31-43 år diagnostisert med depresjon.

Resultat: Studien kommer fram til ulike fordeler direkte eller indirekte som følge av dyreassisterte intervensjoner. Det er selskap og støtte, hjelper til sosialt, gir struktur og balanse, kan gi opplevelsen av mestring og verdighet, læring og utvikling, gir en identitet og rolle, gir glede og lærer å ta vare på noen andre (Jau & Hodgson, 2018)

Kvalitet: Denne studien har lite materiale, diskuterer ikke eventuelle andre fordeler foruten at det nevnes at noen er indirekte. Likevel så kan det i kvalitative studier være at lite materiale gir en større dybde og trenger ikke å være et minus.

Etikk: Noen etiske overveielser er ikke med, men den er anonymisert.

Relevans: Denne artikkelen er relevant opp mot min problemstilling ved at den framstiller ulike fordeler dyreassisterte intervensjoner kan føre med slik at vernepleieren vet hvem det kan være aktuelt å benytte det til.

3.3. Analyseprosessen

Analysen av hver artikkel startet allerede når de ble lest igjennom og vurdert relevant for oppgaven. Under alle deler av analysen av hver artikkel var alltid problemstillingen synlig etter anbefaling fra Thidemann (2019, s. 93). Artikkene ble lest nøyer og nøyer for hver gang og vurdert kritisk opp mot blant annet sjekklistene. For hver gang jeg leste artiklene ble nye ting oppdaget. Som nevnt tidligere er også egen forforståelse med på hvordan artiklene blir vurdert. De artiklene som ble lest, påbegynt analysert og senere ekskludert fra oppgaven var på grunn av relevans opp mot problemstillingen eller at de ikke oppfylte kravene til en forskningsartikkel (Thidemann, 2019, s. 92-94).

Aveyard (2014) sin metode ble brukt til analyse av hver av artiklene for å finne hvilke resultater som skulle trekkes frem. Hun beskriver også relevansen og kvaliteten til artiklene opp mot problemstilling og forskningsmetode som må vurderes underveis (Aveyard, 2014, s. 137,138). I hver og en av de fem artiklene som ble valgt ut ble viktige resultater understreket med penn, og tema ble notert i margin til å begynne med. Jeg innså raskt at det ble mer oversiktlig og overkommelig å skille de ulike temaene ved hjelp av markeringstusjer med ulike farger. Dette ble valgt som analysemetode til slutt på bakgrunn av tips fra Aveyard (Aveyard, 2014, s. 143-145).

Underveis i analysen av resultatene ble artiklene lest på nytt og sammenlignet flere ganger, slik som Aveyard anbefaler. De ulike temaene ble først notert på ark etter at de var plukket ut ved hjelp av markeringstusjene, for så å sammenfalle undertemaene i hver artikkel til hovedtema i hver artikkel (Aveyard, 2014, s. 144,145). For eksempel ble kartlegging av bruker og situasjon fra artikkel tre sammenfattet til at det må individuelt tilpasses. Videre ble hovedtema i hver artikkel skjematisk satt opp og sammenlignet for så å finne felles hovedtema. Denne prosessen tok tid og det ble mye fram og tilbake for å ferdigstille og finstille temaene, slik at det ble de riktige opplysningene som ble hentet ut fra artiklene og at de passet opp mot problemstillingen. Artikkene inneholdt også noen flere funn enn hva som er analysert, det er de mest relevante funnene opp mot problemstilling som er analysert. Hele artiklene er likevel lest mange ganger for å sikre helhetsforståelse (Aveyard, 2014, s. 146-153).

Skjematisk framstilling av de ulike temaene i artiklene, basert på Aveyard, hvor overskriften er felles hovedtema valgt av meg. Tema fra hver artikkel kommer under. I parenteser med tall viser hvilken artikkel de er fra (Aveyard, 2014, s. 146,145)

Tabell 4

Tilrettelegging og Planlegging	Utvikling og mestring	Samspill og normalisering
<ul style="list-style-type: none"> - Forutsigbart, kjent og trygt (1) - Ansvar, rutiner (1) - Dyret som var attraktivt i gårdsarbeidet (1) - Ikke klare å takle et eventuelt tap og veien videre (2) - Individuelt tilpasset (3) - Risikovurdering (3) - Planlagt prosess (4) - Faglig begrunnet (4) - Ty må ha ferdigheter (4) - Dyret til støtte der det trengs (4) 	<ul style="list-style-type: none"> - Bedre form (1) - Godhet, mestring (1) - Fysisk sterkere (1) - Tro på seg selv (1) - Mulighet for å ikke mestre å miste dyret (2) - Mestringsfølelse (3) - Utvikling av ferdigheter (3) - Åpner veien videre (3) - Utvikling av terapi prosessen (4) - Gir utvikling på andre livs områder (4) - Struktur og balanse (5) - Å ta vare på noen (5) - Lære (5) - Å oppnå noe (5) - 	<ul style="list-style-type: none"> - Forskjell på dagene (1) - Meningsfullt (1) - Glede (1) - Motivasjon (1) - Enklere å være med dyr (1) - Selskap og støtte (2) - Enklere å være med dyr (2) - Ny identitet (2) - Mindre stigma (2) - En venn over tid (2) - Synkronisering (3) - Samspill både med bruker og ty (3) - Speiling og reflektering (3) - Tjenesteyters samspill med dyret (4) - Ytre regulering (4) - Tilstedeværelse (4) - Samtale emne (4) - Relasjonsskapende (4) - Barriere brytende (4) - Ikke dømmende (4) - Sosial støtte og selskap (5) - Identitet (5) - Glede (5)

4.0. Resultat

Jeg vil nå presentere funnene fra analysen. Disse er presentert med egne valgte hovedtema med funn i hver enkelt studie beskrevet under. Kvaliteten på artiklene er vurdert under metodekapittelet og kommer ikke til å bli vurdert på nytt her (Thidemann, 2019).

4.1. Tilrettelegging og planlegging

I flere av artiklene ble det beskrevet ulike arenaer og ulike dyr, samt viktigheten av at det å implementere dyr i behandlingen bør være en faglig og planlagt prosess. Også det å individuelt tilpasse behandlingen og møte bruker der han eller hun er, er sentralt for behandlingen. I artikkelen til Aasen og Andershed (2015) er det gårdsarbeid med dyr, hvor deltakerne beskriver at det var dyrene som var attraktivt med tilbudet. Her er det jobb med dyr i sin helhet som fører med seg fysisk aktivitet og mange ulike oppgaver. Disse kan tilrettelegges hver enkelt. At det er forutsigbart, kjent, trygt, innebærer gode rutiner og det å få ansvar beskrives som viktige faktorer for at tilbudet skal være helsefremmende. I en annen artikkel er det ulike deltakere med et eget dyr som er med i studien. Her settes det fokus på hva som skjer dersom bruker ikke mestrer å ta vare på dyret, eller hva som skjer om dyret dør og hvilke negative konsekvenser dette får (Brooks et al., 2019). I artikkel 3 er det en bortearena med hester på stall. Her er fokuset på at det skal være individuelt tilpasset ved at det både blir gitt riktig hest til de ulike brukerne, men også at nivået på oppgavene blir tilrettelagt og at det er en planlagt prosess med et mål. Det nevnes også at en risikovurdering må tas med (Lee & Makela, 2018). I artikkel 4 er det en terapi-setting hvor dyret brukes understøttende til behandlingen og at dyret utfyller tjenesteyteren. Her beskrives viktigheten av kunnskap om dyret for å få benyttet det på best mulig måte. Det å bruke dyr i behandling skal være en planlagt prosess som skal være faglig begrunnet, og dette er noe som er nødvendig for å få ønsket utbytte (Stewart et al., 2013).

4.2. Utvikling og Mestring

I hver av artiklene kom det fram at både utvikling og mestringsfølelse var viktige faktorer for hvorfor dyr var viktige for deres behandling. Dette uavhengig av arena og hvilket dyr det er snakk om. Både læring når det gjelder dyret, men også ferdigheter lært i den settingen er også overførbart til andre områder i livet. I artikkelen av Aasen

og Andershed (2015) beskriver brukerne selv den utviklingen de har med å jobbe med dyrene på gården og den mestringsfølelsen det fører med seg å klare å håndtere et stort dyr. Faktorer for å oppnå denne utviklingen og mestringen er godheten et dyr fører med, bedre form og muligheten til å bli fysisk sterkere uten å direkte trene. Ved at arbeidsgiver og tjenesteyter motiverer til at de mestrer oppgavene, øker også troen på seg selv. I en annen artikkel nevnes også viktigheten dyret har for utvikling og mestring, men her settes det også fokus på eventuelt tap av dyret på grunn av død eller manglende evne til å mestre, og negative konsekvenser av dette (Brooks et al., 2019). I artikkelen av Lee og Makela (2018) beskrives viktigheten av at brukerne opplever mestringsfølelse og at tjenesteyter må legge til rette for mestring ved å fungere som en tredjepart. Dette ved å benevne og veilede situasjonen utenfra. Det beskrives også at mestringsfølelsen i situasjonene med hestene er overførbart til andre livsområder. I artikkel 4 settes det fokus på at terapiprosessen går raskere ved hjelp av dyret og dermed også utviklingen. Deltakerne i deres forskning mener at resultatene ikke hadde vært mulig uten dyret (Stewart et al., 2013). I artikkelen av Jau og Hodgson (2018) beskrives hvilken støtte et dyr kan ha i sosiale situasjoner, samt utviklingen det gir å lære å ta vare på et annet levende vesen. De mener også at det ikke bare er overførbart til andre situasjoner, men styrker også mestringsfølelsen ved å klare å oppnå noe (Jau & Hodgson, 2018).

4.3. Samspill og normalisering

I alle artiklene kommer det fram at samspillet med dyret, enten mellom dyret og bruker eller dyret og tjenesteyteren, er viktige faktorer for miljøterapien med dyr. Normaliseringen det gir å samhandle med et dyr, og at det kan gi en annen identitet enn bare «psykisk syk», er også en viktig faktor for hvorfor det å bruke dyr kan være positivt. I artikkel 1 beskrives at det gir glede og motivasjon å være rundt dyr og at det kan være enklere å være sammen med dyr enn mennesker. Kan også gi et innhold til dagene (Aasen & Andershed, 2015). I Artikkel 2 beskrives hvor viktig dyret er for selskap og støtte. Dyrene stiller ikke kritiske spørsmål, og er enklere å være sammen med enn mennesker. Dette gir en annen identitet og mindre stigma (Brooks et al., 2019). I artikkel 3 er det mye fokus på samspillet mellom hest og bruker og at det er der terapiprosessen skjer. De beskriver hestens egne evne til å synkronisere

med mennesket. Hest og bruker speiler hverandre, men det understrekes at tjenesteyter noen ganger må inn å regulere og benevne det som skjer og eventuelt veilede/reflektere sammen med bruker (Lee & Makela, 2018). I artikkel 4 beskrives dyret som en understøtte til tjenesteyteren, hvor dyret understøtter situasjonen det det trengs. Dyret fungerer som en ytre regulering både til bruker og tjenesteyter, og er med å skape tilstedeværelse i terapien (Stewart et al., 2013). I artikkel 5 trekkes det fram hvordan dyret støtter sosialt, og kan hjelpe med samspillet til andre mennesker, ved for eksempel å være et samtaleemne. Her beskrives også at det gir en annen identitet til brukeren (Jau & Hodgson, 2018).

5.0. Diskusjon

Før jeg går videre til diskusjon, vil jeg minne om oppgavens problemstilling; *Hvordan kan vernepleieren bruke dyreassisterte intervensjoner i arbeid med mennesker med psykiske vansker?* Her skal funnene i artiklene drøftes opp mot teori beskrevet i teorikapitlet. Det vil bli lagt vekt på hovedtemaene fra resultatdelen (Thidemann, 2019).

5.1. Betydning av tilrettelegging og planlegging

En sentral del av det å jobbe som vernepleier er å tilrettelegge og planlegge for de som skal bistås. Dette kan blant annet gjøres ved hjelp av vernepleierens arbeidsmodell GAVE (Nordlund et al., 2015). En planlagt og strukturert prosess er også sentralt i miljøterapi og dyreassisterte intervensjoner (Fine & Goveia, 2019; Snoek & Engedal, 2017). Dette stemmer over ens med hva brukerne i Aasen og Andershed (2015) sin studie påpekte. De påpekte at ulike faktorer var viktige for den helsefremmende effekten, slik som at det var forutsigbart, kjent, trygt, rutinepreget, og at brukerne fikk ta ansvar. De fortalte også at det var dyret som gjorde det attraktivt å delta på gården. Det vil kunne bety at tilrettelegging og planlegging av dyreaktivitet er nødvendig for deltakelse på den type arena. Dette stemmer også med funnene i en annen studie hvor det påpekes at for å få ønsket utbytte er det nødvendig at det er en planlagt prosess å implementere dyr i behandlingen. De ulike valgene som tas må ha en faglig forankring. Det understrekes også i samme studien at tjenesteyteren må ha kunnskap om dyr for å kunne tilrettelegge på en best mulig måte (Stewart et al., 2013). En vernepleier har ikke nødvendigvis denne kunnskapen om dyr. Jeg tenker at det er noe som må vurderes for å unngå at tiltaket ikke blir for

avhengig av enkeltpersoner. Hver og en har en individuell kompetanse utenom sin fagkompetanse som kan benyttes her. Dette beskrives som en viktig del av relasjonskompetansen (Røkenes & Hanssen, 2012). I studiene til Aasen og Andershed (2015) og Lee og Makela (2018) er det bortearena med gård og stall. Der er det mennesker som har kompetanse på å håndtere selve dyret. Min vurdering er at dette ikke vil stille like store krav til tjenesteyterens kompetanse når det kommer til dyr, og at brukeren likevel vil kunne få et godt tilbud som omhandler kontakt med dyr. Det vil imidlertid kreve at tjenesteyteren må ta ansvaret for at hensikten med samhandlingen og tiltaket blir ivaretatt og fylle situasjonen med fagkompetansen sin der det er behov (Nordlund et al., 2015; Røkenes & Hanssen, 2012).

Det vil også være nødvendig å kartlegge ulike utfordringer før en velger å benytte dyr i miljøterapien. I den ene studien påpekes det at det må tas en risikovurdering før en starter opp. Det bør nevnes her at dette er en studie som omhandler håndtering av hester som er store dyr, og potensielt kan gjøre stor skade (Lee & Makela, 2018). En annen studie påpeker risikoen for at brukerne ikke klarer å håndtere tapet av dyret. Dette er en studie hvor de hadde dyr på hjemmearena, og noen enten ikke mestret å ta seg av dyret eller mistet det som følge av død (Brooks et al., 2019). Muligheten for å miste dyret og ikke klare å håndtere tapet tenker jeg er overførbart til de andre arenaene ved at en vurdering om hvor viktig tiltaket og spesielt dyret vil være for brukeren, må vurderes. Jeg tenker at en planlagt prosess videre etter eventuelt avsluttet tiltak er nødvendig.

Det er nødvendig å kartlegge brukerne for å finne ut hvilket tilbud som passer individet best. Dette er også en del av GAVE modellen. Både interessekartlegging, nettverksskartlegging og andre kartlegginger vil kunne være relevant og nødvendig for et best mulig tilpasset tilbud (Nordlund et al., 2015). I de ulike studiene foregår dyreterapien på ulike arenaer. Både på nøytral grunn i klinisk terapi, hjemmearena, gård og i stall. Studiene viser imidlertid ulike fordeler med hver av arenaene og det er ikke entydig på hva som er best til den enkelte utfordring (Brooks et al., 2019; Jau & Hodgson, 2018; Lee & Makela, 2018; Stewart et al., 2013; Aasen & Andershed, 2015). Dette stemmer over ens med kompleksiteten i utfordringer med psykiske vansker (Snoek & Engedal, 2017). Jeg tenker at det noe som vernepleieren må vurdere individuelt til hvert individ.

5.2. Betydning av utvikling og mestring

Det å utvikle seg og å oppleve mestringsfølelse er viktig for individets psykiske helse, og er sentralt i miljøterapi behandling. Mestring og utvikling kan komme som følge av flere faktorer, og empowerment-tankegangen er mye brukt i miljøterapi. Også fysisk aktivitet er en mye brukt metode for å oppnå mestring og utvikling (Snoek & Engedal, 2017). Det å bli fysisk sterkere oppleves positivt og det støttes imidlertid av flere av studiene. I Aasen og Andershed (2015) beskrives det å bli i bedre fysisk form og fysisk sterkere som viktig, og dette utpekes som en indirekte faktor av det å arbeide med dyr. Brukerens motivasjon til å jobbe med dyrene kan være større enn motivasjonen til tradisjonell trening. En direkte faktor som gir rom for utvikling og mestring er det å lære å håndtere selve dyret. Det beskrives av studien til Lee og Makela (2018) hvor ulike oppgaver gis brukerne med hestene og opplevelsen det gir å mestre det. For eksempel spiller hestens størrelse inn. Å mestre oppgaven de skal utføre skaper en følelse av kontroll. Som også kan videreføres til andre områder i livet. Dette understøttes også av studien både til Jau og Hodgson (2018) og studien til Stewart et al (2013) hvor utviklingen også kommer til syne på andre livsområder ved at deltakerne tar bedre vare på seg selv. Dette stemmer overens med empowerment tankegangen, hvor det å eie sin egen prosess og ta styring i eget liv er viktige elementer for å oppnå bedring i den psykiske helsen (Snoek & Engedal, 2017). Jeg tenker at vernepleieren med sin kompetanse kan hjelpe brukeren å videreføre denne mestringsfølelsen ellers i livet.

For å legge til rette for mestring og utvikling kan vernepleieren benytte elementer fra vernepleierens arbeidsmodell sammen med brukeren. Da kan de sammen komme fram til mål, samt velge ut tiltak og metode på hvordan det skal gjennomføres og nå målet. Det må avklares både hva som forventes av tjenesteyteren og brukeren for å sikre selvbestemmelse og unngå misforståelser (Nordlund et al., 2015). Det vil imidlertid være gunstig å foreta en evnekartlegging for å avklare mestringsforventningene slik at oppgavene legger til rette for mestring (Eide & Eide, 2017). Min mening er at dette er en sentral oppgave for vernepleieren med sin kunnskap. En slik forberedelsesprosess kan benyttes i forkant av ulike utfordrende situasjoner. Det kan for eksempel være en sosial situasjon hvor dyret er med å understøtte og gjøre det mulig for brukeren å gjennomføre aktiviteten. Dette stemmer overens med funnene i studien til Jau og Hodgson (2018) hvor det hevdes at dyret er til stor hjelp for noen i sosiale situasjoner. Disse funnene støttes av strategier for å

mestre og øve på en vanskelig situasjon (Eide & Eide, 2017). For å tilrettelegge en slik prosess kan vernepleieren og brukeren benytte seg av undermål for å oppleve mestring underveis som kan skape motivasjon (Nordlund et al., 2015).

5.3. Betydning av samspill og normalisering

Relasjon har stor betydning for arbeid med mennesker og utfallet av miljøterapien.

Det å skape en relasjon med brukeren/e vil være helt nødvendig for å kunne bistå på en best mulig måte. Noen er det vanskeligere å skape relasjon med en andre (Røkenes & Hanssen, 2012). Flere av studiene beskriver at det å benytte seg av dyr gir muligheten til å skape en relasjon til mennesker som det er vanskelig å nå inn til på en annen måte (Brooks et al., 2019; Jau & Hodgson, 2018; Lee & Makela, 2018; Stewart et al., 2013; Aasen & Andershed, 2015). Det kan være ulike faktorer som er årsaken til det. Noen opplever at brukeren ser at dyret stoler på tjenesteyteren, men også samspillet mellom dyr og tjenesteyter i seg selv kan øke tillitten mellom tjenesteyter og bruker (Stewart et al., 2013). Ved å få relasjon kan vernepleieren raskere komme i posisjon til å hjelpe (Røkenes & Hanssen, 2012). Når det er et dyr tilstede er det også noe som tar fokuset vekk fra situasjonen og tilfører et naturlig samtaleemne om det skal være behov for det (Stewart et al., 2013). Det påpekes imidlertid også at det å ha et ikke-dømmende levende vesen til stede oppleves som trygt og relasjonsfremmende (Brooks et al., 2019; Jau & Hodgson, 2018; Lee & Makela, 2018; Stewart et al., 2013; Aasen & Andershed, 2015). Hvordan en blir møtt av nye mennesker og i en ny situasjon har også mye å si for relasjonen (Røkenes & Hanssen, 2012). Det beskrives som viktig at det å samhandle med dyr i behandlingen på ulike måter gir en annen identitet enn bare «psykisk syk». En slik type behandling i forhold til klassisk samtalebehandling gir potensielt mindre stigma (Brooks et al., 2019; Jau & Hodgson, 2018). Det stemmer over ens med å oppleve å bli møtt på lik linje og likeverd er viktig for relasjonen (Røkenes & Hanssen, 2012).

Viktige elementer i relasjonelt arbeid er kommunikasjon og det å føle seg sett og forstått (Røkenes & Hanssen, 2012). Brukerne i studien til Aasen og Andershed (2015, s. 348) fortalte at det var enklere å være sammen med dyr enn med mennesker, da mennesker er mye mer uforutsigbare og en aldri kan vite hva de eventuelt kommer til å kreve av deg. Dette stemmer også overens med funnene i studiene til Jau og Hodgson (2018) hvor samspillet og den uvurderlige støtten ett dyr gir trekkes fram. Kommunikasjonselementer som kan benyttes mer aktivt og bevisst i

en tjenesteyters perspektiv er metakommunikasjon, attribusjon, parafrasering, speiling og benevning (Røkenes & Hanssen, 2012). Det støttes imidlertid av studien til Lee og Makela (2018). De beskriver samspillet mellom menneske og hest som den behandlende faktoren. Det at hesten speiler brukers følelser gjør at bruker opplever å bli sett. Denne anerkjennelsen en får når noen ser deg kan hjelpe på å bearbeide og komme videre fra vonde følelser (Eide & Eide, 2017). Selv om samspillet mellom hest og menneske er det viktigste, påpekes det imidlertid at tjenesteyter må inn å hjelpe samspillet noe. Det kan skje ved benevning av det som skjer, samtale om hva som har skjedd og andre understøttende kommunikasjonsmetoder (Lee & Makela, 2018). Dette er også beskrevet i studien til Stewart (2013) at tjenesteyter må regulere samspillet i varierende grad. Det stemmer overens med at ytre regulering kan være til hjelp for å håndtere følelser (Eide & Eide, 2017).

5.4. Metodediskusjon

Alle artiklene som er valgt til denne oppgaven er kvalitative studier. Jeg opplever at artiklene er relevante og svarer på problemstillingen. Det er likevel mulig at andre forskningsartikler kunne gitt andre løsninger på problemstillingen, men på grunn av oppgavens omfang og tid var det nødvendig å ta noen valg for å gå videre i prosessen. At artiklene er kvalitative opplever jeg som positivt når det kommer til å svare på denne problemstillingen, og jeg mener det kan gi nødvendig dybdekunnskap om temaet. Likevel kan det påvirke resultatene i en retning når det er et lite utvalg mennesker og det ikke nødvendigvis kan generaliseres til enn annen gruppe mennesker om de hadde deltatt. Også mangelen på kontrollgruppe påvirker validiteten (Drageset & Ellingsen, 2009, s.109). Dette stemmer også overens med funnene i artikkelen til Crossmann (2017) hvor hun beskriver utfordringene knyttet til kontrollgruppe og generalisering når det gjelder forskning på menneskers interaksjon med dyr.

Når det gjelder inklusjon og eksklusjonskriterier har det stor påvirkningskraft på resultatet i oppgaven (Drageset & Ellingsen, 2009, s.103). Det hadde trolig blitt noen forskjeller om andre diagnoser hadde blitt valgt enn psykiske vansker. Dette så jeg når jeg leste review artiklene (Crossman, 2017; Konstantinos et al., 2019)., der andre

fokusområder også var med. For eksempel utviklingshemming og autismespekterforstyrrelser, selv om mye også er likt metodene jeg har funnet til psykiske vansker (Crossman, 2017; Konstantinos et al., 2019). Når det gjelder valget om å søke etter artikler ikke eldre enn 6 år påvirket nok det prosessen mest med tanke på tid. Jeg opplever ikke nødvendigvis at det påvirket resultatet i særlig grad da kun en artikkel fra før 2015 ble valgt. Jeg ønsket å ha nyest mulig materiale med i studien og mangelen på erfaring fra litteraturstudie fra tidligere gjorde at jeg ikke hadde nok kunnskap om hva som var gamle artikler og ikke.

Når det kommer til forforståelse sammen med funnene, er dette noe jeg har vært veldig bevisst på hele veien. Det at jeg har vært så bevisst på egen analyse og tolkning vil jeg hevde også har vært en styrke. Ved at jeg har dobbeltsjekket funnene flere ganger slik at jeg skulle være sikker på at det var fra artiklene opplysningene kommer fra. Dette var jeg også bevisst på i utvelgelsen av artiklene, og jeg benyttet meg også av sjekklister. At fire av fem artikler er oversatt fra engelsk kan potensielt være en feilkilde, men også her har jeg forsøkt å være bevisst på det. Jeg har ved flere anledninger oversatt ord fra engelsk til norsk ved hjelp av ordbok (Thidemann, 2019).

6.0. Konklusjon

Det å benytte dyreassisterte intervensjoner i arbeid med mennesker med psykiske vansker kan gjøres på ulike måter. Vernepleieren har mange kompetanseområder som vil være sentralt å benytte seg av. Det å planlegge samt strukturere bruken av dyret i arbeidet vil være nødvendig og en viktig jobb, og dette kan gjøres ved hjelp av vernepleierens arbeidsmodell. Tilbudet må individuelt tilpasses, være en faglig og planlagt prosess og ulike kartleggingsmetoder vil være nødvendige. Det er mulig å benytte seg av dyr på mange forskjellige måter og steder. Det må også avklares om det er vernepleieren som har kunnskapen om dyret eller om en må oppsøke en annen arena hvor det er kompetente folk på området det gjelder. Da må vernepleieren bidra med fagkompetanse hvor det er nødvendig. Dyreassisterte intervensjoner kan benyttes for å legge til rette for mestringfølelse, ved å individuelt tilrettelegge oppgaver etter brukernes behov og evner. Ferdighetene og opplevelsen av mestring og mening kan være overførbart til andre områder i livet. Dyr kan også benyttes for å skape relasjon til brukere som det er vanskelig å nå ellers, samt gi behandlingsprosessen en raskere utvikling. Vernepleieren må benytte kunnskaper innen ulike kommunikasjonsmetoder og tilpasse seg ulike situasjoner. Dyreassisterte intervensjoner kan være en god tilleggs metode å benytte hos enkelte brukere for å få et best mulig tilrettelagt behandlingstilbud.

7.0. Litteraturliste

- Aveyard, Helen. (2014). *Doing A Literature Review In Health And Social Care: A Practical Guide* (3 utg.). Maidenhead: McGraw-Hill Education. Hentet den 29.4.2021 fra :
<http://web.a.ebscohost.com/ehost/ebookviewer/ebook/bmxlYmtfXzY5NzU5MV9fQU41?sid=04182b09-0600-48fe-8bc0-e924e48ed370@sessionmgr4007&vid=0&format=EB&rid=1>
- Brooks, Helen, Rushton, Kelly, Lovell, Karina, McNaughton, Rebecca & Rogers, Anne. (2019). 'He's my mate you see': a critical discourse analysis of the therapeutic role of companion animals in the social networks of people with a diagnosis of severe mental illness. *Med Humanit*, 45(3), 326-334.
<https://doi.org/10.1136/medhum-2018-011633>
- Crossman, Molly K. (2017). Effects of Interactions With Animals On Human Psychological Distress. *J Clin Psychol*, 73(7), 761-784.
<https://doi.org/10.1002/jclp.22410>
- Drageset, Sigrunn & Ellingsen, Sidsel. (2009). Forståelse av kvantitativ helseforskning - en introduksjon og oversikt. *Nordisk tidsskrift for helseforskning*, 5(2), 100. <https://doi.org/10.7557/14.244>
- Eide, Hilde & Eide, Tom. (2017). *Kommunikasjon i relasjoner : personorientering, samhandling, etikk* (3. utg. utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Fine, Aubrey H. & Goveia, Ingvill Christina. (2019). *Håndbok i dyreassisterte intervensjoner : faglig grunnlag og retningslinjer* (1. utgave. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Helsebiblioteket. (15.10.2020). Sjekkliste for vurdering av en kvalitativ studie Hentet den 19.4.2021 fra: <https://www.helsebiblioteket.no/kunnskapsbasert-praksis/kritisk-vurdering/sjekkliste>
- Jau, Jasmin & Hodgson, David. (2018). How interaction with animals can benefit mental health: A phenomenological study. *Social work in mental health*, 16(1), 20-33. <https://doi.org/10.1080/15332985.2017.1302037>
- Konstantinos, Koukourikos, Athanasia, Georgopoulou, Lambrini, Kourkouta & Areti, Tsaloglidou. (2019). Benefits of Animal Assisted Therapy in Mental Health. *International journal of caring sciences*, 12(3), 1898-1905.

- Lee, Ping-Tzu & Makela, Carole. (2018). Mental health practitioners' strategies in equine-assisted psychotherapy: implications for social work. *Social work education*, 37(1), 119-135. <https://doi.org/10.1080/02615479.2017.1378318>
- Nordlund, Inger, Thronsen, Anne & Linde, Sølvi. (2015). *Innføring i vernepleie : kunnskapsbasert praksis, grunnleggende arbeidsmodell*. Oslo: Universitetsforl.
- Røkenes, Odd Harald & Hanssen, Per-Halvard. (2012). *Bære eller breste : kommunikasjon og relasjon i arbeid med mennesker* (3. utg. utg.). Bergen: Fagbokforl.
- Snoek, Jannike Engelstad & Engedal, Knut. (2017). *Psykiatri : for helse- og sosialfagutdanningene* (4. utg. utg.). Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Stewart, Leslie A., Chang, Catherine Y. & Rice, Robert. (2013). Emergent Theory and Model of Practice in Animal-Assisted Therapy in Counseling. *Journal of creativity in mental health*, 8(4), 329-348. <https://doi.org/10.1080/15401383.2013.844657>
- Thidemann, Inger-Johanne. (2019). *Bacheloroppgaven for sykepleierstudenter : den lille motivasjonsboken i akademisk oppgaveskriving* (2. utgave. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Vernepleierutdanning, Forskrift om nasjonal retningslinje for. (2019). *Forskrift om nasjonal retningslinje for vernepleierutdanning* (FOR-2019-03-15-411). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2019-03-15-411>
- Aasen, Randi Olufsen & Andershed, Birgitta. (2015). Å komme i balanse ved hjelp av Grønn omsorg – brukernes erfaring. *Nordisk Sygeplejeforskning*, (4), 343-355. https://www.idunn.no/nsf/2015/04/aa_komme_i_balanse_ved_hjelpavgroenn_omsorg_brukernes_erf

