

Mälardalens högskola
Akademin för hållbar samhälls- och teknikutveckling, HST

Hunden som vårdare: Effekter av djurassisterande aktiviteter på depressiva besvär och positiv affekt hos äldre

Erika Johansson

C-uppsats i psykologi, VT 2010
Handledare: Pia Wennerholm
Examinator: Anna-Christina Blomkvist

Hunden som vårdare: Effekterna av djurassisterande aktiviteter på depressiva besvär och positiv affekt hos äldre

Erika Johansson

Tidigare forskning har påvisat att olika former av djurterapi är effektiva terapiformer för både barn och vuxna med olika psykiska hälsoproblematiker. Syftet med denna studie var att undersöka om en form av djurintervention, så kallade djurassisterande aktiviteter påverkar depressiva besvär och positiv affekt hos äldre på servicehus, samt om det förekommer någon skillnad i dessa mått beroende på om de äldre har eller inte har haft djur tidigare. Deltagarna bestod av tjugo pensionärer, uppdelade genom randomisering i två grupper, en experimentgrupp och en kontrollgrupp. Under fyra dagar fick experimentgruppen träffa två hundar medan kontrollgruppen träffade en utåtriktad kvinna. Positiv affekt och depressiva besvär mättes före och efter interventionen. Resultatet visade inga signifikanta skillnader mellan experimentgruppen och kontrollgruppen och mellan tidigare djurägare och de som ej haft djur innan. I Diskussionen ges förslag på varför dessa resultat uppstod.

Keywords: animal-assisted activities, elderly, depressive symptoms, positive affect.

Inledning

Djur har genom historien haft en central position i teorier rörande ontologin och botningen av sjukdomar. I många kulturer dyrkades djuren och dess själar sades beskydda människan från onda ting samt att de hjälpte till vid läkning av sjukdomar. Dock sades det även att själarna efter djur som blivit förolämpade spred sjukdomar bland människor. Under Upplysningstiden (1700–1800-talet) spreds idéer om att husdjur kan fungera som ett hjälpmedel för socialisering av barn och psykiskt sjuka individer. Mellan 1800-1900-talet var idén om djur på olika vårdfaciliteter allmänt spridd (Serpell, 2000).

Psykiska och fysiska hälsoeffekter av olika djurterapeutiska interventioner

Idag finns det ett ökat intresse för olika former av djurterapi. De mest etablerade djurterapiformerna är så kallade *djurassisterande terapi* ("animal-assisted therapy") och *djurassisterande aktiviteter* ("animal-assisted activities"). Dessa två använder sig av olika tillvägagångssätt, men båda strävar efter att förbättra människans hälsa och välbefinnande. Djurassisterande terapi är en målinriktad intervention som skall befrämja människans sociala, fysiska, emotionella och/eller kognitiva funktioner, t.ex. att förbättra finmotorik, reducera känslan av ensamhet och oro och öka villighet att interagera med andra. En läkare, terapeut, psykolog etc. inom det område som skall undersökas och/eller behandlas med hjälp av djurassisterande terapi finns alltid med under terapisessionerna, där allt som händer skrivs ner

och analyseras. Djurassisterande aktiviteter är en mindre formell terapiform än djurassisterande terapi. Här handlar det om aktiviteter där människor träffar djur. Inom djurassisterande aktiviteter ligger inte tyngden på dem som tränar djuren och deras kunskaper, utan på att människor träffar djur. Därför kan djurassisterande aktiviteter vara lättare att införa, eftersom frivilliga kan komma och besöka äldreboende samt servicehus med sina djur. Målet är att bereda möjligheter för ökad motivation, rekreation och/eller terapeutiska fördelar för att förbättra livskvalitet hos individer (hämtat från Johansson, 2008).

Effekter på barn. Forskningen kring djurterapi har riktat in sig på olika områden. I en studie påvisade François och Farnum (2002) att djurassisterande terapi kan användas som en resurs för terapeuten när denne vill skapa meningsfulla samtal med barn som har en genomgripande utvecklingsstörning. I en studie av Kogan, Granger, Fitchett, Helmer och Young (1999) gjordes en undersökning av två emotionellt störda pojkar, 11 respektive 12 år och djurassisterande terapi. Pojkarna fick träffa hunden och dess instruktör var för sig en gång i veckan under 11-14 sessioner, vilka hölls på pojkarnas skola. Med på varje session fanns även en skolpsykolog och en observatör. Sessionen inleddes med att pojkarna fick berätta för instruktören om positiva och negativa skeenden som hänt under veckan. Den resterande tiden av sessionen tränade pojkarna hunden inför en presentation för deras respektive klasser. I slutet av studien uppvisade båda pojkarna bland annat ökat självförtroende, mindre hyperaktivitet och bättre koncentrationsförmåga.

En annan studie utformad av Nagengast, Baun, Megel och Leibowitz (hämtat från Johansson, 2008) visade att djurassisterande terapi har en lugnande effekt på barn som genomgår en fysisk undersökning. De barn som undersöktes när en hund var närvarande klagade mindre över smärta och obehag samt sökte inte lika mycket stöd hos sina föräldrar som kontrollgruppen.

Effekter på vuxna. Undersökningar har även utformats för att undersöka djurassisterande interventioners påverkan på vuxna med psykisk ohälsa. I en studie undersöktes effekterna av terapeutisk rekreation som använder behandling, utbildning och fritid för att hjälpa människor med sjukdomar och handikapp att använda sin fritid på ett sätt som förbättrar deras hälsa, funktionsförmåga, självständighet och livskvalitet, jämfört med djurassisterande terapi på 230 inlagda patienter med olika psykiska funktionshinder, t.ex. personlighetsstörningar, bipolära sjukdomar och psykotiska sjukdomar (Barker & Dawson, 1998). Barker och Dawson upptäckte att de patienter som led av en psykotisk störning och fick genomgå djurassisterande terapi påvisade en förbättring av orosnivå i jämförelse med de patienter som deltog i den terapeutiska rekreationen.

Marr et al. (hämtat från Johansson, 2008) redovisade i en studie av 69 vuxna patienter med psykisk ohälsa och historia av missbruk att djurassisterande terapi hade en signifikant effekt på deras sociala beteende. De som fick djurassisterande terapi log oftare, var mer hjälpsamma och interagerade mer med andra jämfört med kontrollgruppen.

Ett antal studier har även påvisat att närvaron av djur och djurterapi kan minska blodtrycket (Harris, Rinehart & Gerstman, 1993; Odeendaal, 2000). Harris et al. undersökning av äldre personer som varit djurägare visade att blodtrycket minskade hos dem som under en period fått besök av en person med ett djur i jämförelse med dem som enbart fick besök av en person. Välmående mättes också, dock upptäcktes ingen signifikant skillnad mellan grupperna.

Crowley-Robinson, Fenwick och Blackshaw (hämtat från Johansson, 2008) utformade en longitudinell studie av äldre boende på tre servicehus. Resultaten visade att en bofast hund och en besökande hund reducerade spänning och dämpade upplevelsen av trötthet hos de äldre. Dessa symtom minskade inte för dem som fick besök av en person. Forskarna fann att

depressiva besvär minskade av både den bofasta hunden och personen. Utifrån de resultat som forskarna fick är det påtagligt att det finns ett flertal fördelar med att ha en bofast hund. Djuren kan underlätta anpassningen till den nya miljön för de äldre som flyttar in på servicehus.

Olika djurinterventioners påverkan på depressiva besvär

De två mest typiska symptomen vid egentlig depression är: (1) Nedstämdhet under större delen av dagen, och (2) klart minskat intresse/glädje (för aktiviteter som den drabbade individen normalt uppskattar och tycker om att ägna sig åt). Minst ett av dessa två symptom måste ha förekommit under en två-veckors period för att det skall klassas som en egentlig depression. Men dessa två kriterier räcker inte för diagnos; fem kriterier till måste uppfyllas: (3) Betydande viktnedgång, (4) sömnstörning (sover för lite eller för mycket), (5) psykomotorisk agitation eller hämning, (6) svaghetskänsla eller brist på energi, (7) känslor av värdelöshet eller överdrivna eller obefogade skuld-känslor, (8) minskad tanke- eller koncentrationsförmåga och (9) återkommande tankar på döden, självmordstankar eller självmordplaner/försök. Symptomen får inte uppfylla kriterier för blandepisod, mani/depression. De får inte vara effekter av mediciner, droger, kroppslig sjukdom eller en närståendes bortgång (hämtad från Johansson, 2008).

Folse, Minder, Aycock och Santana (hämtat från Johansson, 2008) har undersökt om djurassisterande terapi har någon positiv effekt på depressiva besvär. I en studie av högskolestudenter med självrapporterad depression, delades deltagarna in i tre olika grupper. Grupp 1 fick träffa en collievalp. Grupp 2 fick träffa en tvåårig collie och dessutom gå i gruppterapi. Grupp 3 fick varken grupp- eller djurterapi. Depression mättes med hjälp av Becks depressionsskala ("Beck Depression Inventory"). En signifikant minskning av depressiva besvär efter avslutad intervention visade sig vara störst mellan grupp 1 och grupp 3. Deltagarna i grupp 2 angav att collien reducerade obehaget av att tala ut om personliga problem under gruppterapin.

Rovner och Katz (hämtat från Snowdon, & Fleming, 2008) menar att depression hos äldre boende på servicehus förekommer oftare än vad som rapporteras. Enligt dem så förekommer depressiva symptom hos 30-50 % av de personer som bor på servicehus. Bland dem sägs 6-25 % lida av svår depression. Depression är i hög grad rådande hos den äldre populationen säger van't Veer-Tazelaar et al. (hämtat från Johansson, 2008) och studier har visat att den ökar i takt med ökande ålder. Dock kan det sägas att depression sannolikt ökar till följd av olika åldersrelaterade förändringar och inte bara har med själva åldrandet att göra.

I tätortsområden i Tyskland är depression bland äldre ett vanligt tillstånd enligt Weyerer et al. (2008). Deras studie visade även att depressionen kvarstår in i hög ålder. Vidare indikerar resultaten att försämringen av rörlighet, syn och hörsel uppvisar en starkare association med depression än andra kroppsliga sjukdomar. Forskarna i studien menar att de viktigaste riskfaktorerna för depression är hög funktionell invaliditet, mild kognitiv försämring samt rökning.

I en studie av Colombo, Dello Buono, Smania, Raviola, och De Leo (hämtat från Johansson, 2008) om djurintervention och hospitaliserade äldre kunde resultat som förbättrad upplevelse av sin egen autonomi avläsas hos deltagarna i djurgruppen jämfört med den grupp som fick ta hand om en växt och kontrollgruppen. Närvarandet av djur visade även en förbättring i poäng på somatisering, depression och fobisk ångest skalorna i "brief symptom inventory" (BSI).

Le Roux och Kemp (2009) påvisade i sin studie att djurassisterande aktiviteter reducerade depression hos äldre på äldreboende. Det finns även studier som inte funnit underlag för

effekt på depression av djurinterventioner. Phelps, Mittenberg, Jens och Wadson (2008) fick inga signifikanta resultat angående depression, positiv och negativ affekt eller social interaktion. I en liknande undersökning reducerades inte depression, dock ändrades deltagarnas humör i positiv riktning (Lutwack-Bloom, Wijewickrama & Smith, 2009).

Positiv affekt

Det har gjorts många olika undersökningar gällande vilka faktorer som påverkar affekt hos människor. Affekt är en persons direkta fysiologiska reaktion på ett stimulus som grundas på underliggande känslor och uppfattningar. Positiv affekt kan exempelvis innebära känslan av självförtroende och intresse, medan negativ affekt kan vara en känsla av generell smärta eller ångslan (Snyder & Lopez, 2007). Emmons och Diener (1986) undersökte hur sällskaplighet ("sociability") och impulsivitet påverkar positiv och negativ affekt, samt livstillfredsställelse. Resultaten påvisade att sällskaplighet är starkt förknippad med positiv affekt. Senare forskning har fokuserat främst på personlighet ("personality traits"), där studier har visat att extraversion och neuroticism påverkar affekt (Diener, 1984; Kercher, 1992; Hillerås, 1998).

Enligt Watson och Tellegen (1985) kännetecknas positiv affekt av positiva sysselsättningar och reaktioner som avspeglar aktivitet, intresse, energi, koncentration, entusiasm samt engagemang. En individ med låg nivå av positiv affekt uppvisar bland annat matthet, ointresse och svårmodighet.

Syfte och hypoteser

Syftet med denna interventionsstudie är att undersöka om djurassisterande aktiviteter i form av sällskap av hund under fyra dagar har någon signifikant effekt på depressiva besvär och positiv affekt i jämförelse med sällskap av en positiv ung kvinna hos äldre boende på servicehus, samt om det förekommer någon skillnad mellan de individer som har haft husdjur tidigare i sitt liv jämfört med dem som inte har haft det. Det saknas forskning som undersöker om det förekommer någon skillnad mellan de som har varit djurägare och de som inte varit det på variabelerna positiv affekt och depressiva besvär. Om det skulle visa sig att denna typ av djurintervention har positiva effekter kan frivilliga komma och hälsa på de boende på servicehus, vilket avlastar vårdpersonalen som ofta inte har möjlighet att måna om de boendes behov av sällskap och aktiviteter. Djurassisterande aktiviteter kan göras i större grupper som gör det möjligt för fler att få ta del av den.

Följande hypoteser ställdes upp: (1) Den positiva affekten kommer att öka mer hos experimentgruppen än hos kontrollgruppen efter interventionen, (2) Depressiva besvär kommer att minska i större utsträckning hos experimentgruppen än hos kontrollgruppen efter interventionen, (3) i experimentgruppen kommer de som har haft husdjur tidigare att uppleva mer positiv affekt efter interventionen än de som ej haft husdjur tidigare och (4) i experimentgruppen kommer de som haft djur att uppleva en lägre grad av depressiva besvär efter interventionen än de som ej haft husdjur tidigare

Metod

Deltagare

Deltagarna bestod av tjugo pensionärer boende på ett servicehus i norra Sverige. Både män ($n=7$) och kvinnor ($n=13$) i åldern 72-85 deltog i studien. Ett brev med information om studien skickades ut till alla 53 boende på servicehuset. I brevet fanns information om studien och deltagarnas rättigheter i form av de fyra forskningsetiska principerna. Genom brevet fick de besvara om de ville delta samt om de har haft husdjur tidigare. Det var femton personer som tackade nej och arton personer som inte besvarade brevet. Alla som tackade ja fick delta i undersökningen.

Design

För att undersöka studies syfte utformades en experimentell studie med två betingelser i oberoende variabeln, sällskap av hund och sällskap av människa. De beroende variablerna bestod av positiv affekt och depressiva besvär. De tjugo individerna fördelades slumpmässigt till antingen en experiment- eller en kontrollgrupp. Upprepad mätning av de beroende variablerna genomfördes, d.v.s. en mätning före interventionen och en mätning efter interventionen i båda grupperna. Den design som användes kallas för Före- efter design. Se Figur 1 nedan.

	För- mätning	Intervention	Efter- mätning	Skillnad
Experiment Grupp	Y	X_1	Y	För-Y – Efter-Y
Kontroll Grupp	Y	X_2	Y	För-Y – Efter-Y

Figur 1. Före- efter design. Hämtad från *Experimental methodology*, 8ed, s. 255. av L. B. Christensen, 2000. Massachusetts: Allyn and Bacon. Copyright 2000 Allyn & Bacon. X_1 står för den egentliga interventionen och X_2 står för kontrollgruppens aktivitet.

Material

Depressiva besvär mättes med *Geriatric Depression Scale* (GDS) utformad av Yesavage och Brink (1983) före och efter interventionen. GDS rekommenderas för mätningar på äldre, den är relativt enkel att administrera och är lätt bruklig för äldre, då den består av korta frågor som besvaras med ett ja eller nej (Brink et al., 1982). I denna studie användes den kortare versionen av GDS. Översättningen är hämtad från Gottfries, Noltorp, Noorgard, Holmén och Högstedt (1997). Denna studie använde sig endast av de frågor som tillhör originalskalan. Skalan består av femton korta frågor om hur personen ser på sitt liv och sin situation. Exempel på frågor är: Tycker du att ditt liv är tomt?, Tycker du att det känns bra att leva?, Känner du dig full av energi? Personen kan få ett maxvärde på femton poäng, där >5 betyder risk för depression och >10 betyder att depression förekommer. Cronbachs alfa .75. För att öka reliabiliteten exkluderades frågan; Tycker du att du har fler problem med ditt minne än de flesta andra? vilket gav ett nytt alpha värde på $\alpha=.81$. Denna fråga analyserades separat.

Positiv affekt mättes med *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS) före och efter interventionen. Instrumentet är utvecklat av Watson och Tellegen (1988). I denna studie användes den kortare versionen av PANAS utformad av Kercher (1992). Översättningen av PANAS i denna studie är hämtad från Hillerås, Jorm, Herlitz och Winblad (1998). Enbart den

del av PANAS som mäter positiv affekt användes. Den består av fem adjektiv: pigg, upphetsad, bestämd, inspirerad och entusiastisk, som beskriver olika känslor och känslomässiga upplevelser. Deltagarna ombads att uppge till vilken grad de känt sig på det sätt som påståendet angav den senaste veckan. PANAS använder sig av en femgradig skala med svarsalternativ som sträcker sig från 1 (väldigt lite eller inget alls) till 5 (extremt mycket). Cronbachs alpha för PANAS var $\alpha=.71$. För att öka reliabiliteten exkluderades dock bestämd ($\alpha=.75$.)

Hundarna som var med i denna studie är av rasen Engelsk cocker spaniel. De tävlar tillsammans med sin ägare i lydnad. Ägaren är utbildad hundinstruktör och arbetar inom äldreomsorgen som undersköterska. Deltagarna fick bjuda hundarna på hundgodis (Frolic). Kvinnan som träffade kontrollgruppen är en positiv och utåtriktad person som läser till sjuksköterska.

Procedur

Inledningsvis kontaktades enhetschefen på det berörda servicehuset. Ett möte hölls, där enhetschefen fick all information gällande studien och dess syfte. Efter ett godkännande från enhetschefen delades ett brev ut till de boende i huset. Brevet bestod av en kort presentation om studien och dess tillvägagångssätt. Det framkom tydligt att möte med hund ingick i undersökningen. Brevet innehöll även en presentation av de forskningsetiska principerna. Det fanns även upplysning om att deltagarna efter undersökningen skulle få mer detaljerad information om studien. I slutet av brevet fick de ange om de var intresserade av att delta eller ej, samt om de hade haft husdjur tidigare eller inte.

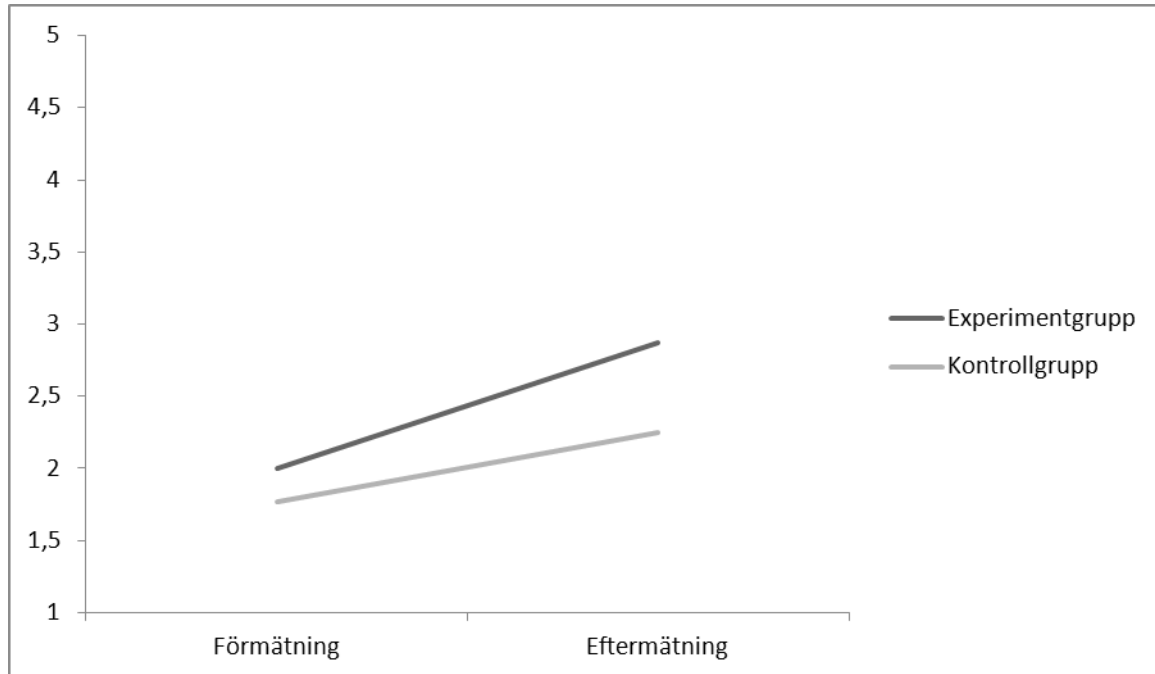
De som tackade ja till att delta i undersökningen, tjugo personer, delades genom randomisering in i två grupper, en experiment grupp och en kontroll grupp. Båda grupperna fick inledningsvis fylla i GDS och PANAS. Skalorna besvarades av de boende var för sig i sina lägenheter. När ca en timme passerat samlades skalorna in. Återigen upplystes deltagarna om att skalorna fylls i anonymt samt att ingen annan än undersökningsledaren skulle få tillgång till de ifyllda skalorna. Därefter fick deltagarna reda på vilken grupp de tillhörde.

Följande dag fick experimentgruppen under 45 minuter träffa två hundar i servicehusets gymnastiksal, där de vanligtvis har olika former av aktiviteter. I salen fanns diverse hundleksaker och hundgodis. Det fanns tillgång till vatten, för både deltagarna och hundarna. Deltagarna fick information om att de själva fick bestämma hur mycket de ville interagera med hundarna, samt att de fick prata med varandra. Hundarna var väl rastade innan interventionen påbörjades. Hundarnas ägare fanns med i rummet, och deltagarna blev instruerade att det var okej att ställa frågor till ägaren angående hundarna. Kontrollgruppen fick under samma tid i servicehusets hobbyrum träffa en utåtriktad och positiv kvinna i tjugooårs åldern. Kvinnan fick instruktionen att samtala med deltagarna samt att de fick utnyttja de pyssel som tillhörde hobbyrummet. Proceduren upprepades under fyra dagar och därefter fick de båda grupperna åter igen besvara skalorna GDS och PANAS hemma hos sig. Därefter samlades materialet in.

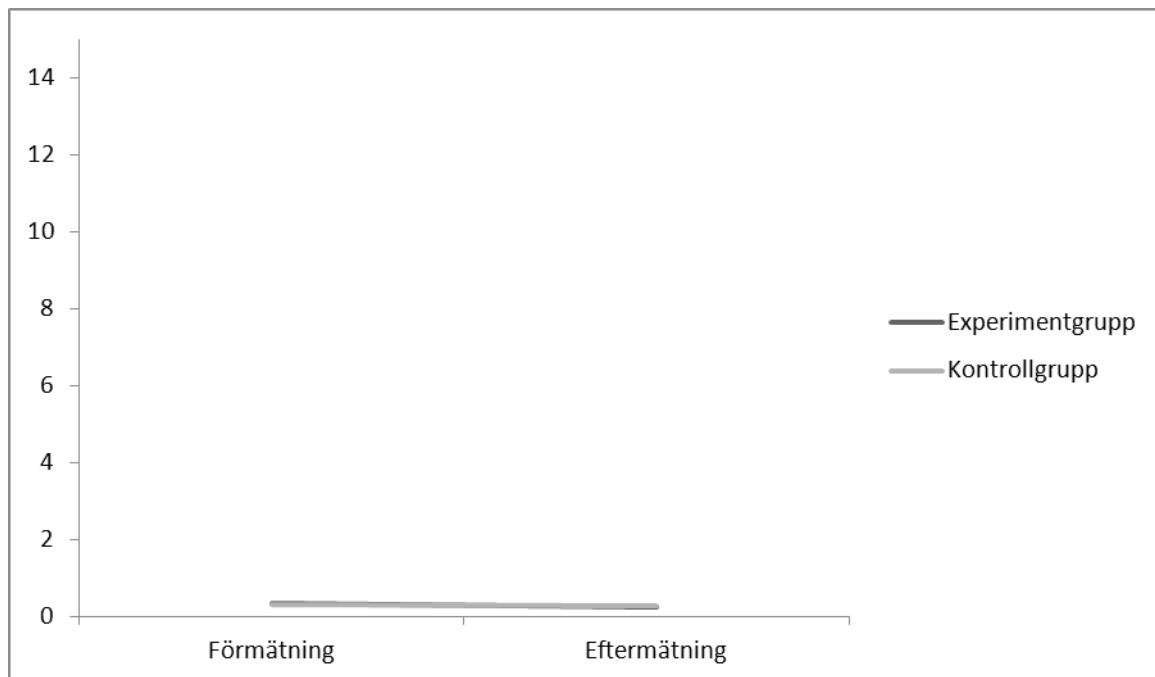
Resultat

I de första två analyserna jämfördes experimentgruppens och kontrollgruppens värden på skalorna GDS och PANAS före interventionen. Dessa resultat presenteras i Figur 2 och Figur 3 nedan. Det återfanns ingen signifikant skillnad i positiv affekt mellan experimentgruppen

($M = 2.00$, $SD = 0.70$) och kontrollgruppen ($M = 1.71$, $SD = 0.41$), $t(18) = 0.86$, $p = .397$ före interventionen. Det fanns inte heller någon skillnad i depressiva besvär mellan experimentgruppen ($M = 0.36$, $SD = 0.24$) och kontrollgruppen ($M = 0.31$, $SD = 0.18$), $t(18) = 0.46$, $p = .644$ före interventionen. Resultatet visar att de båda grupperna påbörjade interventionen med liknande förutsättningar på dessa två variabler.



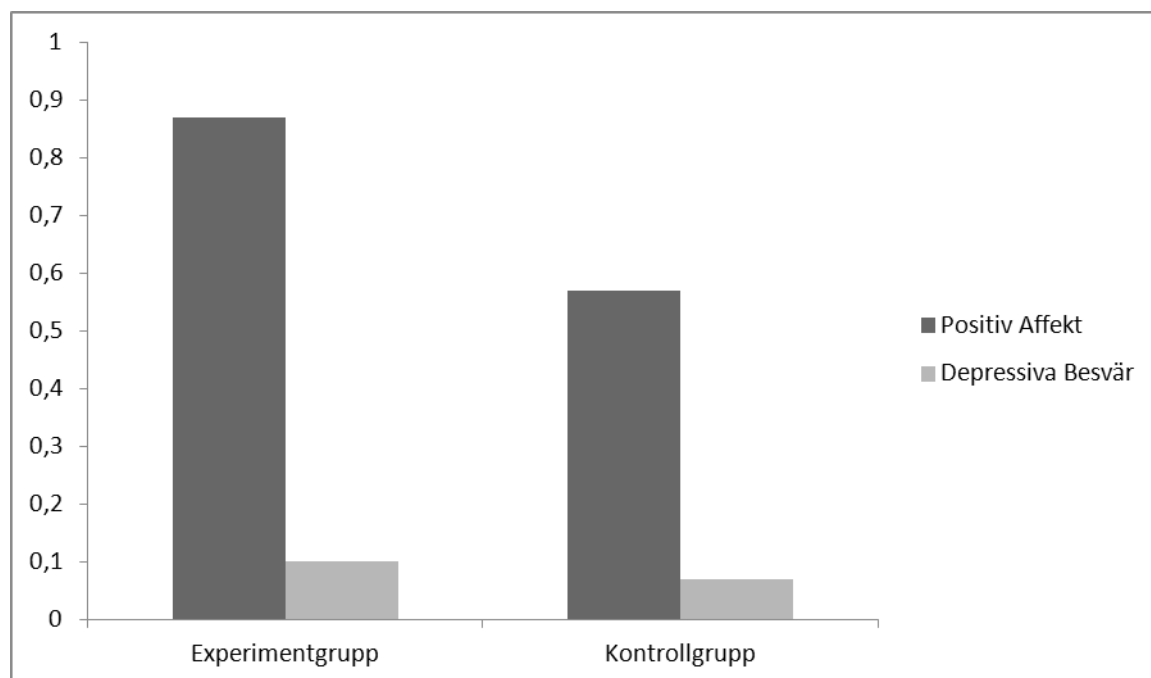
Figur 2. Medelvärde beträffande för- respektive efter mätning i positiv affekt i båda grupperna.



Figur 3. Medelvärde beträffande för- respektive efter mätning för depressiva besvär i båda grupperna.

Det undersöktes även hur många av deltagarna som svarat ja respektive nej på frågan ”Tycker du att du har fler problem med ditt minne än de flesta andra?” Före interventionen svarade tolv (60 %) nej, åtta (40 %) ja. Efter interventionen svarade elva (55 %) nej och nio (45 %) ja.

För att testa hypotes 1, att den positiva affekten kommer att öka mer hos experimentgruppen än hos kontrollgruppen efter hundinterventionen och hypotes 2, att depressiva besvär kommer att minska i större utsträckning hos experimentgruppen än hos kontrollgruppen efter hundinterventionen genomfördes multivariat variansanalys i form av mixed ANOVA. Det återfanns en signifikant huvudeffekt av före- efter intervention på positiv affekt $F(1, 18) = 6,85, p < .05, \eta^2 = 27,6 \%$. Det påvisades ej någon huvudeffekt mellan grupperna på positiv affekt. Den multivariata variansanalysen påvisade även en signifikant huvudeffekt av före- efter intervention på depressiva besvär $F(1, 18) = 45,5, p < .01, \eta^2 = 71,6 \%$. Det påvisades ej någon huvudeffekt mellan grupperna på depressiva besvär. Det påvisades ingen interaktionseffekt i något av fallen; därav kan effekterna av före- efter intervention inte sägas skilja sig åt mellan grupperna. Som framgår av Figur 4 fanns det dock en tendens till skillnad på variabeln positiv affekt eftersom experimentgruppens medelvärde är något högre än kontrollgruppens.



Figur 4. Skillnader i medelvärde (för- mätning subtraherad med efter- mätning) på positiv affekt och depressiva besvär efter interventionen.

För att undersöka hypotes 3, att de i experimentgruppen som har haft husdjur tidigare kommer att uppleva mer positiv affekt efter interventionen än de som ej haft husdjur tidigare och hypotes 4, att de i experimentgruppen som har haft husdjur kommer att uppleva en lägre grad av depressiva besvär efter interventionen än de som ej haft husdjur tidigare utfördes t-test för oberoende mätningar. Det återfanns ingen signifikant skillnad i positiv affekt efter interventionen mellan de som haft husdjur tidigare ($M = 1.00, SD = 0.35$) och de som inte hade haft husdjur tidigare ($M = 0.68, SD = 0.69$), $t(8) = 1.05, p = .321, d = 0.58$. Det förelåg inte heller någon skillnad i depressiva besvär mellan dem som hade haft husdjur tidigare ($M =$

0.08, $SD = 0.14$) och de som inte hade haft husdjur tidigare ($M = 0.11$, $SD = 0.13$), $t(8) = -0.27$, $p = .789$, $d = -0.22$, efter interventionen.

Diskussion

I denna studie undersöktes om samvaro med hund påverkar positiv affekt och depressiva besvär hos äldre boende på servicehus i högre grad jämfört med samvaro av en person. Vidare undersöktes om det fanns någon skillnad i dessa mått mellan de som har varit djurägare jämfört med dem som inte varit det. Den första hypotesen, att experimentgruppen skulle uppleva högre grad av positiv affekt än kontrollgruppen efter interventionen, fick inget stöd. Detta gällde även resultatet beträffande hypotes 2, reducering av depressiva besvär. Trots att resultaten inte var signifikant gällande skillnaden i positiv affekt efter interventionen så avlästes ändå en tendens till skillnad mellan grupperna enligt Figur 4.

I denna studie användes Före- efter design (se Figur 1) som är en experimentell design där effekten av behandling fastställs genom att jämföra skillnaderna mellan experimentgruppen och kontrollgruppens resultat före och efter behandling. Denna design är bra då den i stora drag kontrollerar rivaliserande hypoteser som exempelvis mognads och regressionseffekter (Christensen, 2000).

För- mätningen i experimentgruppen på variabeln positiv affekt hade en stor spridning, trots att grupperna fördelades genom randomisering. Randomisering tillhandahåller dock inte en hundra procentig garanti att standardavvikelsen blir låg, det vill säga att värdena tenderar att ligga nära medelvärdet (Christensen, 2000).

Resultatet kunde ha sett annorlunda ut om en tredje grupp hade ingått i studien, en kontrollgrupp som ej fick någon form av intervention. Eventuellt hade resultatet visat tydligare om samvaron med djur ger någon form av effekt på positiv affekt och depressiva besvär, med tanke på att det kunde avläsas en tendens till skillnad i positiv affekt. Dock kunde detta ej genomföras på grund av svårigheten att garantera att den gruppen inte skulle påverkas av de andra betingelserna då huset är relativt litet. Vidare gick det inte att genomföra en tredje uppdelning då deltagarna var för få.

Anledningen till att kontrollgruppen fick träffa en kvinna, trots att studien i sig var mest intresserad av att undersöka effekten av samvaro med djur var för att till viss mån kontrollera att de eventuella skillnaderna mellan grupperna inte berodde på att någonting utöver det vanliga händet i deltagarnas vardag. Om kontrollgruppen inte hade fått någon intervention alls och nollhypoteserna hade förkastats till förmån för alternativ hypotes hade det sannolikt varit svårt att säkerställa om den uppvisade effekten verkligen kunde hänvisas till djurinterventionen.

Både samvaro med hund och samvaro med en person gav effekt, dock kunde ej effekterna särskiljas statistiskt. En förklaring till dessa resultat kan vara att interventionen varade under en för kort och intensiv period, endast 45 minuter per dag under fyra dagar. Depressiva besvär som är relativt ihållande tillstånd behöver troligen längre interventionsperioder, mellan tre till sex månader för att påverkas, vilket också är en förklaring som får stöd i tidigare forskning (Colombo et al. 2006; Le Roux & Kemp, 2009). En annan förklaring till att reduceringen av depressiva besvär inte var signifikant kan vara att deltagarna innan interventionen hade en relativt låg nivå av depressiva besvär. Medelvärdet på variabeln depressiva besvär före interventionen var 0.36 för experimentgruppen och 0.31 för kontrollgruppen. Maxvärde på GSD skalan är 15 poäng, där >5 betyder risk för depression och >10 betyder att depression förekommer.

En tredje förklaring kan vara att deltagarna i studien var för få. Det är också svårt att veta hur deltagarna uppfattade frågorna och påståendena i skalorna. Med tanke på deras höga ålder

kan det nog vara bra att i framtida studier kontrollera deras kognitiva status med ”Mini-Mental State Exam” (MMSE) (Folstein, Folstein S. E., & McHugh, 1975) för att utesluta att eventuella skillnader i tolkningen av frågorna beror på kognitiv nedgång. Det kan även vara så att social önskvärdhet påverkade hur de besvarade skalorna.

Det påvisades inte heller någon skillnad i positiv affekt och depressiva besvär mellan de deltagare som hade haft djur och de som inte hade haft det. En möjlig tolkning av detta resultat är att individen inte nödvändigtvis behöver ha egen erfarenhet av djur för att kunna tillgodogöra sig deras sällskap.

Frågan som handlade om hur deltagarna upplevde sin förmåga att minnas jämfört med andra analyserades separat då den tillsammans med de andra frågorna som mäter depressiva besvär sänkte reliabiliteten. Det visade sig att de flesta inte upplevde att de har sämre minne än andra, både före och efter interventionen. En anledning till att flertalet av deltagarna inte upplevde att de hade sämre minne kan tänkas bero på att depressionsnivån var så pass låg, då minnessvårigheter kan förekomma vid svårare depression.

Eftersom denna studie enbart undersökte positiv affekt skulle det vara intressant om framtida forskning även undersökte om samvaron med djur påverkar negativ affekt hos äldre boende på servicehus då tidigare forskning har visat att positiv och negativ affekt är i stort sett oberoende av varandra (Hillerås, Jorm, Herlitz & Winblad, 1998)

Det råder delade meningar kring forskningsområdet djurterapi. Det finns för tillfället inget konkret svar på hur djur påverkar oss människor. Svaret på dessa frågor ser troligen väldigt olika ut beroende på vem som får frågan. Användandet av djur inom framförallt äldreomsorgen i Sverige har ökat genom åren, främst visa organisationen hundvårdskolan. Jag hoppas att det kommer att forskas vidare inom djurterapi och att det kommer fram fler positiva resultat gällande djurens påverkan på oss människor. Tänk istället om vi kan erbjuda de äldre som känner sig ensam och nedstämd sammankomster med djur istället för att skriva ut flera olika stämningshöjande preparat.

Referenser

- Barker, S. B., & Dawson, K. S. (1998). The effects of animal-assisted therapy on anxiety ratings of hospitalized psychiatric patients. *Psychiatric Services, 49*, 797-802. Hämtad från <http://ps.psychiatryonline.org/cgi/content/full/49/6/797>
- Brink, T. L., Yesavage, J. A., Lum, O., Heersema, H. P., Adey, M., & Rose, T. L. (1982). Screening tests for geriatric depression. *Clinical Gerontologist, 1*, 37-43.
- Christensen, L. B. (2000). *Experimental methodology* (8th ed.). Massachusetts: Allyn & Bacon.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*, 542-575. doi: 10.1037/0033-2909.95.3.542
- Emmons, R. A., & Diener, E. (1986). Influence of impulsivity and sociability on subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*, 1211-1215. doi:10.1037/0022-3514.50.6.1211
- Folstein, M. F., Folstein, S. E., & McHugh, P. R. (1975). Mini-mental state: A practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. *Journal of Psychiatric Research, 12*, 189-198. doi:10.1016/0022-3956(75)90026-6
- Francois, M., & Farnum, J. (2002). Animal-assisted therapy for children with pervasive developmental disorders. *Western Journal of Nursing Research, 24*, 657-670. doi:10.1177/019394502320555403
- Gottfries, C.-G., Noltorp, S., Norgaard, N., Holmén, A., & Högstedt, B. (1997). Skala identifierar depression bland äldre. *Läkartidningen, 94*, 1099-1102. Hämtad från

- <http://deprimerad.net/for-lakare/om-depression/depression-hos-aldre/gds-geriatric-depression-scale/>
- Harris, M. D., Rinehart, J. M., & Grestman, J. (1993). Animal-assisted therapy for the homebound elderly. *Holistic Nurse Practice*, 8, 27-37.
- Hillerås, P. K., Jorm, A. F., Herlitz, A., & Winblad, B. (1998). Negative and positive affect among the very old. A survey on a sample age 90 years or older. *Research on Aging*, 20, 593-610.
- Johansson, E. (2008). *Motverkar djurterapi depression hos äldre individer?* C-uppsats, Akademin för hållbar samhälls- och teknikutveckling, HST, Mälardalens högskola, Eskilstuna/Västerås.
- Kercher, K. (1992). Assessing subjective well-being in the old-old. The PANAS as a measure of orthogonal dimensions of positive and negative affect. *Research on Aging*, 14, 131-168.
- Kogan, L. R., Granger, B. P., Fitchett, J. A., Helmer, K. A., & Young, K. I. (1999). The human-animal team approach for children with emotional disorders: Two case studies. *Child & Youth Care Forum*, 28, 105-121. doi:10.1023/A:1021941205934
- Le Roux, M. C., & Kemp, R. (2009). Effect of a companion dog on depression and anxiety levels of elderly residents in a long-term care facility. *Psychogeriatrics*, 9, 23-26. doi:10.1111/j.1479-8301.2009.00268.x
- Lutwack-Bloom, P., Wijewickrama, R., & Smith, B. (2009). Effects of pets versus people visits with nursing home residents. *Journal of Gerontological Social Work*, 44, 137-159. doi:10.1300/J083v44n03_09
- Odeendaal, J. S. J. (2000). Animal-assisted therapy – Magic or medicine? *Journal of Psychosomatic Research*, 49, 275-280. doi:10.1016/S0022-3999(00)00183-5
- Phelps, K. A., Miltenberger, R. G., Jens, T., & Wadson, H. (2008). An investigation of the effects on dog visits on depression, mood and social interaction in elderly individuals living in a nursing home. *Behavioral Interventions*, 23, 181-200. doi:10.1002/bin.263
- Serpell, J. A. (2000). Animal companions and human well-being: an historical exploration of the value of human-animal relationships. I A. Fine (Ed.), *Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice* (ss. 1-9). New York: Academic Press.
- Snowdon, J., & Fleming, R. (2008). Recognising depression in residential facilities: an Australian challenge. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 23, 295-300. doi:10.1002/gps.1877
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2007). *Positive psychology. The scientific and practical explorations of human strengths*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications Ink.
- Watson, D., & Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Psychological Bulletin*, 98, 219-235. doi:10.1037/0033-2909.98.2.219
- Watson, D., Tellegen, A., & Clark, L. A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070. doi:10.1037/0022-3514.54.6.1063
- Weyerer, S., Eifflaender-Gorfer, S., Köhler, L., Jessen, F., Maier, W., Fuchs, A., ... Bickel, H. (2008). Prevalence and risk factors for depression in non-demented primary care attenders aged 75 years and older. *Journal of Affective Disorders*, 3, 153-163. doi:doi:10.1016/j.jad.2008.02.008
- Yesavage, J. A., Brink, T. L., Rose, T. L., Lum, O., Huang, V., Adey, M., & Von Leirer, O. (1983). Development and validation of a geriatric depression screening scale: A preliminary report. *Journal of Psychiatric Research*, 17, 37-49.

