



EXAMENSARBETE

Våren 2012

*Sektionen för hälsa och samhälle
Folkhälsovetenskap*

Upplevelser av att arbeta med djur på daglig verksamhet

- En kvalitativ intervjustudie bland personer med
funktionsnedsättning

Författare:
Therese Åkesson

Handledare:
Petra Nilsson

Innehållsförteckning

Sammanfattning	4
Abstract	5
Förord.....	6
Bakgrund.....	7
Litteraturgenomgång	8
Djur i vård- och omsorgsrelaterat arbete	8
Delaktighet och inflytande i samhället	9
Fysisk aktivitet.....	11
Hälsa i arbetslivet	11
Teoretiska utgångspunkter.....	13
Salutogenes	13
Känsla av sammanhang.....	14
Empowerment	14
Syfte	15
Material och metod	15
Kontext	15
Metodval	15
Urval	16
Genomförande	16
Analys.....	16
Etik.....	17
Resultat.....	17
Intrapersonella upplevelser	18
Interpersonella upplevelser	19
Diskussion	21
Metoddiskussion	21
Resultatdiskussion	24
Konklusion.....	27
Litteraturförteckning	29
Bilaga 1	34
Informationsbrev deltagare	34

Bilaga 2	35
Informationsbrev projektansvariga.....	35
Bilaga 3	36
Intervjuguide deltagare.....	36
Bilaga 4	37
Intervjuguide projektansvariga.....	37

Uppsats för filosofie kandidatexamen vid Högskolan Kristianstad.
15 hp folkhälsovetenskap (30 sid.).

Therese Åkesson (2012). *Upplevelser av att arbeta med djur på daglig verksamhet*
- En kvalitativ intervjustudie bland personer med funktionsnedsättning.

Handledare: P.N.

Sammanfattning

Den centrala delen i allt folkhälsoarbete är hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande satsningar bland befolkningen. Då folkhälsoarbetet gäller hela befolkningen borde arbetet även ha ett funktionsnedsättningsperspektiv. Inom handikappolitiken är delaktighet och jämlikhet viktiga mål, vilket bland annat belyser vikten av att ha ett arbete. I tidigare studier har de positiva effekterna av djur påvisats hos personer med funktionsnedsättning, bland annat genom bättre balans, bättre rörelseförmåga, större socialt nätverk, utveckling av nya kunskaper och framför allt glädje. Syftet med föreliggande studie var att undersöka hur personer med funktionsnedsättning upplever sin hälsa vid arbete med djurskötsel på daglig verksamhet. Studien har sin utgångspunkt i ett projekt som startade i Örkelljunga kommun i januari 2012. Undersökningen genomfördes med intervjuer som kvalitativ metod, där sex av deltagarna med funktionsnedsättning intervjuades. Resultatet visade att deltagarna upplevde sin dagliga verksamhet som betydligt mer meningsfull sedan de börjat arbeta med djur. De ser sina arbetsuppgifter som betydelsefulla, de visar en glädje i att vilja utföra dem och lära sig nya saker. Framför allt upplever deltagarna stor skillnad i sitt psykiska välmående, de mår bättre, de känner sig gladare och piggare. Sammanfattningsvis visade studien att arbetet med djur på daglig verksamhet kan ha en hälsofrämjande inverkan på deltagarnas välmående och utveckling.

Nyckelord: folkhälsa, djur, utveckling, hälsa, funktionsnedsättning, daglig verksamhet.

Dissertation, in partial fulfillment of the requirements for a Bachelor's degree in Health Promotion, Kristianstad University.

Equivalence: 15 ECTS points in Public Health Science (30 p.).

Therese Åkesson (2012). *Experiences of working with animals at daily activities - A qualitative interview study among people with disabilities.*

Supervisor: P.N.

Abstract

The central part in all public health work is health promotion and disease preventing actions among the population. Since all public health work includes the whole population, the work has to embrace disabled people as well. Within the disability policies, participation and equality are important goals, which illustrate the importance of a job. In previous studies the positive effects of animal have been detected among persons with disabilities, by better balance, better mobility, larger social network, new knowledge and most of all happiness. The aim of this study was to investigate how people with disabilities experience their health when they are working with animal husbandry at daily activities. The study was based on a project which started in Örkelljunga in January 2012. The purpose was to help the persons in the project to have a more active day at their daily activity. The survey was conducted with interviews as a qualitative method, in which six participants with disabilities were interviewed. The result showed that the participants felt that their daily activity was more meaningful since they had started working with animals and they showed joy while performing their tasks. Most importantly they felt better, were happier and more alert. The conclusion of the study showed that working with animals on daily activities could have a health promotion effect on the participant's well-being and development.

Key words: public health, animal, development, health, disabilities, daily activities.

Förord

När jag gick ut gymnasiet började intresset växa fram om att vilja arbeta med de barn och ungdomar som har kommit på fel spår i livet att få en välfungerande vardag. Idag arbetar jag extra som ungdomscoach samt på ett HVB-hem, Hem för Vård av Boende, på ett företag i Skåne. Arbetet utförs främst med barn och ungdomar med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.

Genom min handledare fick jag information hösten 2011 om ett projekt som skulle starta i januari 2012. Projektet, kallat Hälsa med Hästkraft, har startat i Örkelljunga och det handlar om att hjälpa män och kvinnor i åldern 20-40 år med funktionsnedsättning att få en mer aktiv vardag på sin dagliga verksamhet. De projektansvariga och deltagarna ska bygga upp en verksamhet som dels erbjuder turridning men även erbjuder grönytearbete med hästar. Syftet är att få deltagarna att känna sig delaktiga i ett riktigt arbete där det kommer att finnas arbetsuppgifter utifrån individens kapacitet. Projektet förväntas ge en bättre hälsa för deltagarna med hjälp av att arbeta med hästar.

Då deltagarna i projektet hade arbetat med djur under en tid på daglig verksamhet kom därför idén om ett projekt upp. Personalen kunde se tydliga förändringar gällande deltagarnas välmående. Min uppgift har därför varit att undersöka om och i så fall på vilket sätt projektets deltagare upplever en förändring kring sin hälsa. Förhoppningen är att resultatet från föreliggande studie ska kunna användas som en uppmuntran till att fortsätta arbeta med djur på denna dagliga verksamhet. Min önskan är även att inspirera andra verksamheter som inte har provat att arbeta med djur.

Jag skulle vilja tacka min handledare Petra Nilsson för all den tid hon lagt på att handleda mig i mitt uppsatsarbete samt den positiva inställning hon visat under arbetets gång. Jag vill även framföra ett stort tack till alla de personer på daglig verksamhet som gjort min studie möjlig genom att de har ställt upp och tagit sig tid att låta mig intervju dem.

Therese Åkesson

Bakgrund

Hälsa beskrivs och förklaras på många olika sätt i litteraturen men den mest använda och kända förklaringen är WHO:s definition: "Health is a state of complete physical, mental and social well-being, and not merely the absence of disease or infirmity" (WHO, 1948, s. 100). Hälsa är centralt för en varaktig samhällsutveckling och för människors välbefinnande. Huvudinnehållet i allt folkhälsoarbete är hälsofrämjande eller sjukdomsförebyggande satsningar bland befolkningen (Statens folkhälsoinstitut, 2009). Riksdagen beslutade om en ny folkhälsopolitik år 2003 gällande för hela Sveriges befolkning. Det övergripande målet för allt folkhälsoarbete i Sverige är "...att skapa samhälleliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen" (Socialstyrelsen, 2009, s. 37). Det nationella målet syftar till hela befolkningen vilket gör att folkhälsoarbetet även bör ha ett funktionsnedsättningsperspektiv. En stor del av samhällets samlade ohälsa finns nämligen bland personer med funktionsnedsättning (Arnhof, 2008). Funktionsnedsättning betyder att det finns en försvagning av fysisk-, psykisk- eller intellektuell funktionsförmåga, som kan uppkomma till följd av en sjukdom eller annat sjukdomstillstånd, eller till följd av en medfödd eller uppkommen skada (Statens folkhälsoinstitut, 2010^a). Det är tio gånger så vanligt att personer med funktionsnedsättning upplever en sämre hälsa än den övriga befolkningen. Personer med en funktionsnedsättning har i regel en låg utbildningsnivå och ett utanförskap på arbetsmarknaden. Samtidigt har de en dålig ekonomi och en mindre aktiv fritid (Handisam, 2010). En stor del av ohälsan bland personer med funktionsnedsättning kan kopplas samman med en rad bestämningsfaktorer såsom brist på inflytande i samhället, ekonomisk otrygghet, diskriminering och brist på tillgänglighet i samhället, vilka är faktorer som kan bidra till en försämrad livskvalité. För att effektivisera arbetet med att försöka främja hälsan hos personer med funktionsnedsättning bör folkhälsoarbetet på ett tydligare sätt inkludera personer med funktionsnedsättning (Arnhof, 2008).

Utgångspunkten för folkhälsoarbetet i Sverige är de elva övergripande målområdena för folkhälsa. De innefattar centrala bestämningsfaktorer för hälsan (Statens folkhälsoinstitut, 2010^b). Föreliggande studie kopplas speciellt till tre målområden utifrån ett funktionsnedsättningsperspektiv, vilka är målområde ett - delaktighet och inflytande i samhället; målområde fyra - hälsa i arbetslivet och målområde nio - fysisk aktivitet (Statens folkhälsoinstitut, 2010^c). Delaktighet i vardagliga aktiviteter kan vara en bidragande faktor till bättre hälsa hos personer med funktionsnedsättning. Alla människor har behov av, och rätt till, en meningsfull daglig sysselsättning, vilket även borde prioriteras för personer med funktionsnedsättning, exempelvis allas rätt till att ha ett arbete. Det är ofta arbetet som möjliggör integration med samhället och ger tillfällen att klara av och upptäcka omgivningen på ett sätt som stärker individen att klara av sin vardag på ett mer självständigt sätt. Vardagslivets sysselsättningar kan delas in i olika kategorier, som till exempel arbete, hemsysslor, fritidsaktiviteter och egenvård. En balans mellan dessa olika sysselsättningar är betydelsefull för människors hälsa och välbefinnande, det anses till exempel vara lika viktigt med en avkopplande fritidsaktivitet som att ha möjligheten till ett arbete (Bejerholm & Eklund, 2005). Under 1970-talet infördes nya arbetsrättsliga regler som delvis hade till syfte att förbättra förutsättningarna i arbetslivet för personer med funktionsnedsättning (Larsson, 2000), som kan kopplas till målområdet hälsa i arbetslivet (Statens folkhälsoinstitut, 2010^b). Framför allt tre nya lagar var ämnade att ge personer med funktionsnedsättning större anställningstrygghet och större möjlighet till att lättare få anställning. År 1973 infördes lagen om anställningsskydd med bestämmelser om tydliga anledningar för uppsägning. Samma år infördes främjandelagen med möjligheter för arbetsmarknadsverket att påverka företagets rekryteringspolitik. År 1978 infördes arbetsmiljölagen som bland annat syftade på att hindra arbetsskador och skapa anpassning av arbetsmiljön efter människors olika förutsättningar

(Larsson, 2000). En funktionsnedsättning kan leda till begränsningar och reducerad förmåga att delta i samhälls- och arbetslivet (Bejerholm & Eklund, 2005).

En form av arbetsplats som erbjuds till personer med funktionsnedsättning är daglig verksamhet, som är ämnad för de personer som saknar sysselsättning och inte utbildar sig (Davidsson, 2007). Syftet med daglig verksamhet är att personer med funktionsnedsättning ska ges samma möjlighet till att kunna leva som alla andra, inte minst inom områdena arbete och sysselsättning (Socialstyrelsen, 2008). Syftet är även med daglig verksamhet att den ska bidra till den enskildes personliga utveckling och främja delaktighet i samhället (Davidsson, 2007), vilket kan kopplas till målområdet delaktighet och inflytande i samhället (Statens folkhälsoinstitut, 2010^b). Verksamheten ska planera och genomföra insatser för att främja möjligheterna till sysselsättning och arbete för personer med funktionsnedsättning. Verksamheten ska även sträva efter att utveckla den enskildes möjligheter till arbete (Grunewald & Leczinsky, 2008). Daglig verksamhet bör innehålla aktiviteter med habiliterande inriktning (Davidsson, 2007), vilket betyder att personlig utveckling ska främjas och leda till någon ny eller förstärkt förmåga som den enskilde inte haft tidigare (Grunewald & Leczinsky, 2008). Daglig verksamhet kan även innebära produktion av varor och tjänster och i samband med sådant arbete bör individens färdighet och förmåga tränas och bidra till en individuell utveckling (Davidsson, 2007). Varje individ bör ha rätt till att utifrån sin individuella kapacitet, sina behov och sina intressen erbjudas en inspirerande och utvecklande arbetsdag på daglig verksamhet. I all daglig verksamhet handlar det om att söka efter faktorer som verkar för full gemenskap och delaktighet. Det handlar också om att upptäcka en utvecklingspotential och bygga på den utifrån den enskildes önskemål och resurser (Socialstyrelsen, 2008).

En sysselsättning som anses vara betydelsefull och ge gemenskap på daglig verksamhet kan vara att arbeta i lantlig miljö som innefattar skötsel av olika djur. Arbetet med djuren kan bidra till ökat ansvarstagande och ge positiva effekter på individens hälsa (Jordbruksverket, 2011). De tydliga dagrutinerna, miljön på gården (LRF, 2010) och den fysiska aktiviteten med gårdens arbetsuppgifter, som kan kopplas till målområde fysisk aktivitet (Statens folkhälsoinstitut, 2010^b) kan ge personen en känsla av sammanhang. Ett meningsfullt arbete kan medföra ett lugn och öka förmågan till inlärning. Det finns många fördelar med gårdsarbete, såsom utevistelsens positiva påverkan på hälsan, mängden skiftande uppgifter i arbete och aktiviteter, integration med andra människor samt ökad rörlighet (LRF, 2010). Sådan typ av daglig verksamhet har visats ge positiva effekter men forskning och andra studier är få, därför är det av värde att vidare undersöka området.

Utifrån redovisad bakgrund är det av intresse att undersöka på vilka sätt djur i daglig verksamhet kan ha ett positivt inflytande på hälsan hos personer med funktionsnedsättning. Studien har för avsikt att beskriva vilka upplevelser personer med funktionsnedsättning erfar genom att arbeta med djur på daglig verksamhet.

Litteraturgenomgång

Djur i vård- och omsorgsrelaterat arbete

Redan under 1700-talet användes kontakt med djur och arbete i lantlig miljö inom mentalvården. En institution som använde sig av arbetssättet var York Retreat, som startades 1796. Syftet var att arbeta med en mer människovänlig behandling för personer med psykisk ohälsa. Patienterna erbjöds att delta i arbetet på gården med olika djur såsom kor, får, hästar

och höns. Senare konstaterades att kontakten med hundar och katter kunde ge liknande positiva effekter. Behandlingen fick stor uppmärksamhet på grund av den visade positiva effekten djuren hade på patienternas hälsa (Höök, 2010). År 1990 bildades den fristående organisationen Manimalis i Sverige av veterinären Ulla Björnhammar. Organisationens syfte är att öka kunskapen om kontakten mellan djur och människor och dess positiva effekter (Manimalisrapporten, 2009).

Höök (2010) belyser att kontakten med djur har positiva hälsoeffekter på människor, framför allt inom vården. Hon menar att människan upplever speciella känslor i kontakt med djur såsom glädje, vänskap samt känslan av tillgivenhet och trofasthet. Vid terapi där användning av djur förekommer har det visat sig att människans samspel med djur kan resultera i både fysiologiska förändringar och psykologiska fördelar (All, Loving & Crane, 1999). Under senare års forskning har det visats att djur, framför allt sällskapsdjur som häst, hund och katt, kan ha hälsofrämjande effekter. Därför har djur mer och mer börjat användas inom vård och social omsorg. Framför allt för att djur ses som fördomsfria terapeuter och anses på olika sätt kunna bidra till människors psykiska, fysiska och sociala välbefinnande (Norling, 2002. Håkanson, 2007. Beck-Friis, Strang & Beck-Friis, 2007).

Även inom det medicinska området har kliniska studier visat intressanta upptäckter i forskningen om olika hormon relaterat till kontakt med djur. Oxytocin är ett hormon som är en av hjärnans signalsubstanser vilket spelar en viktig roll för människans psykiska välmående (Höök, 2010). Uvnäs-Moberg (2000) menar att hormonet, som idag kallas för ”lugn-och-ro-hormon”, som utsöndras i kroppen bidrar till känslan av lugn och ro vilket kan jämföras med känslan som uppstår vid kontakten mellan människor och djur. När oxytocin tillförs i kroppen kännetecknas det med ett tillstånd av ökad social kompetens samtidigt som en känsla av välbefinnande och avkoppling påvisas. Tillståndet är inte bara bra för hälsan utan underlättar även koncentration och inläring. Hormonet har även visats ha antidepressiva och ångestdämpande effekter (Uvnäs-Moberg & Petersson, 2004).

Delaktighet och inflytande i samhället

Delaktighet och inflytande i samhället anses vara ett av de viktigaste målområdena för svensk handikappolitik. Det innefattar möjligheten i att ha kontroll och inflytande över de aktiviteter som sker i vardagen eftersom att kunna klara av vardagen är en ledande hälsofråga för personer med funktionsnedsättning. I största möjliga mån bör personer med funktionsnedsättning bland annat kunna klara av att utföra uppgifter som att laga mat, läsa, sköta hygien och handla. Det anses vara viktigt för självkänslan, och därmed för hälsan, att själv kunna utföra sådana uppgifter (Statens folkhälsoinstitut, 2010^b). Daglig verksamhet har som syfte att ge individerna delaktighet och inflytande i samhället genom att erbjuda personer med funktionsnedsättning tillgång till arbete eller studier (Ineland, Molin & Sauer, 2009). Ett sådant arbete kan vara att integrera ett sällskapsdjur. I ett sådant terapeutiskt arbete, till exempel i vården på daglig verksamhet, kan personerna må bra av att se eller vara delaktiga med ett sällskapsdjur. Djuret kan bidra till ökad glädje hos patienten som kan resultera i ökad motivation och kraft. Djuret kan även fungera som den centrala pusselbiten vid sociala kontakter och underlätta för personen vid stora omställningar (SCAS, 2010). Det är vanligt att ett sällskapsdjur hamnar i centrum vid möten mellan människor. Det blir lättare att samtala, skratta och umgås tillsammans. Lika betydelsefullt är djurets förmåga att ge tröst och att förmedla känslor av tillförlitlighet och acceptans (Höök, 2010). Vid kontakt med djur kan människan känna sig lugnare, tryggare och djur skapar glädje och kan därmed ha en positiv påverkan på människans humör (Håkanson, 2009).

En studie presenterad av Serpell (1991) handlade om att försöka se vilka effekter ägandet av hund eller katt kan ge på människors hälsa och välbefinnande. Resultatet visade att redan efter en månad påvisades färre hälsoproblem och efter sex månader uppvisades signifikanta förbättringar gällande det psykiska välbefinnandet. Norling (2002) beskriver psykiskt välbefinnande i relation till djurägare. Resultatet i hans studie visade att djurägare minskade risken för att drabbas av stress. Om de ändå skulle råka ut för stressymptom så visades ingen ökning av vårdkonsumtionen. En annan studie handlade om djurens betydelse för människans egenvård. Jämförelsevis med en kontrollgrupp uppvisade djurägarna en mer aktiv livsstil, bättre socialt stöd och en ökad förmåga till att hantera eventuella stressade situationer vilket gav en mindre risk för att drabbas av bland annat depression (Norling, 2002). En studie utförd av All, Loving och Crane (1999) visade att en av de mest tydliga fördelarna med ridning för personer med funktionsnedsättning är ökat självförtroende och ökad självkänsla, vilket kommer av makten att själv kunna hantera och styra ett djur som väger flera hundra kilo. Spänningen med ridningen stimulerar ryttaren och uppmuntrar henne eller honom att prata om det och ridningen blir därmed ett stort intresse. Ridningen uppmuntrar till positivt risktagande, utveckling av tålamod, känslomässig kontroll och självdisciplin. Det ger personer med funktionsnedsättning en möjlighet till att delta i en aktivitet och att kunna lyckas med det (All, Loving & Crane, 1999).

Von Arbin (1994) skriver att en aktivitet som kan förbättra rörligheten och balansen är hippoterapi, vilket är en ridningsform för personer med funktionsnedsättning. Det innebär sjukgymnastisk behandling med hästen som redskap där hästen fungerar som ett hjälpmedel för att försöka eliminera, reducera eller kompensera funktionsnedsättningar och generellt bidra till ökad livskvalitet. En viktig del av ridningen handlar om den relation häst och ryttare utvecklar till varandra. Det är inte bara ridningen i sig som är givande utan ytterligare en betydelsefull del av umgänget med hästen ligger i upplevelsen att kunna delta i skötseln av sin vän. Ridningen innebär även en förflyttning till en annan miljö som bjuder på en rad annorlunda intryck och upplevelser (Von Arbin, 1994). I en studie om hippoterapi var syftet bland annat att beskriva vad den ridningsformen innebär utifrån terapeuternas synvinkel. Personalen, de som blev intervjuade, förklarade att behandlingen inte behöver vara att personerna ska sitta på hästen, de kan lika väl stå bredvid och prata med hästen. Personalen har sett barn prata med en häst på ett sätt som de aldrig tidigare pratat med någon människa. De kunde även se hur viktig hästens skötsel var för barnen, hur de längtade efter att få träffa hästarna (Flygare & Forsberg, 2005).

En studie som har gjorts undersökte effekterna efter att patienter har varit engagerade med djur i tolv veckor. Personalen på vårdhemmet använde sig av något som kallas Animal Assisted Therapy, AAT, (Berget, Ekeberg & Braastad, 2008) vilket betyder att ett terapeutiskt arbete utförs med hjälp av djur. Djuret ingår i en behandlingsprocess där syftet är att förbättra personernas psykiska, fysiska och sociala funktioner (Skouras, 2010). Patienterna led av olika psykiska besvär och effekterna på känsla av självförmågan undersöktes, (Berget, Ekeberg & Braastad, 2008) vilket betyder: "En individs tilltro till sin egen förmåga att utföra ett speciellt beteende i en specifik situation" (Sjukgymnastförbundet, 2009, s.16). Även effekterna av copingförmågan (Berget, Ekeberg & Braastad, 2008) vilket innebär personens tillvägagångssätt och kapacitet i att hantera påfrestande situationer och krav (Pellmer & Wramner, 2007) samt livskvalitet undersöktes (Berget, Ekeberg & Braastad, 2008). Studien visade en signifikant förbättring gällande effekterna på känsla av självförmågan samt en ökning gällande copingförmågan vid kontakten med djur. Inga skillnader hittades gällande livskvalitén. Slutsatsen blev att djur kan ha en positiv påverkan på känslan av självförmågan och copingförmåga hos personer med psykiska besvär (Berget, Ekeberg & Braastad, 2008).

Fysisk aktivitet

Fysisk aktivitet är ytterligare ett betydelsefullt målområde gällande folkhälsan. Fysisk aktivitet är något som bör ingå i alla människors vardag, därför anses det vara viktigt att informationen gällande fysisk aktivitet och dess betydelse utformas så den når fram och blir förstådd av alla. Det anses även vara viktigt att olika idrottsföreningar gör aktiviteter tillgängliga för personer med funktionsnedsättning och att de även erbjuder anpassade typer av aktiviteter. En del personer med funktionsnedsättning finner sitt sätt till att hålla igång fysiskt, medan andra behöver hjälp för att finna motivationen (Statens folkhälsoinstitut, 2010^b). Personer med ett sällskapsdjur i sin närhet har generellt en mer positiv syn på fysisk aktivitet. De tar ofta promenader för att hunden måste komma ut. Det har även visats att det är roligare att utföra vardagliga sysselsättningar i sällskap av exempelvis en hund, som till exempel att promenera till sjukgymnasten (Höök, 2010). Idag betyder det att även mindre ansträngande aktiviteter såsom trädgårdsarbete och hundpromenader ger positiva hälsoeffekter. Fysisk aktivitet främjar hälsa genom att bland annat höja balans- och koordinationsförmågan, förbättra styrkan i musklerna, motverka psykisk ohälsa såsom depression, oro och ångest samt främja självkänslan (Schäfer Elinder & Faskunger, 2006).

Vikten av att ha en meningsfull fritid är något som poängteras i nationella och internationella styrdokument för personer med funktionsnedsättning. Det anses idag vara angeläget för den målgruppen att ha ett innehållsrikt fritids- och kulturliv (Ineland, Molin & Sauer, 2009). Det finns idag en rad dokumentationer som visar på positiva effekter gällande den fysiska träningen. Fysisk träning förbättrar psykiska symtom, antisocialt beteende, kognitiv och social funktion samt ger en ökad tilltro till den egna förmågan. Det kan även vara ett sätt att öka självkänslan men framför allt kan det vara just betydelsen av att ha en meningsfull aktivitet som är viktig (Lundvik Gyllensten, 2005). I FN-konventionen från Socialdepartementet (2008) anges olika rättigheter som personer med funktionsnedsättning har för att delta i samhällslivet. Enligt FN-dokumentet anses det som en rättighet att personer med funktionsnedsättning ska ha samma villkor som andra i att kunna delta i fritidsaktiviteter. De menar att det behövs ett uppmuntrande och främjande deltagande bland all idrottslig verksamhet bland personer med funktionsnedsättning (Socialdepartementet, 2008).

Djur kan påverka människans vardagsmotion på olika sätt. Hunden får ut ägaren på promenader då den behöver rastas och hästar får ägaren i rörelse genom att borsta, mocka och hämta hästen i hagen (Håkanson, 2009). Ytterligare fördelar gällande den terapeutiska nyttan av ridning handlar om fysiska fördelar som rapporterats ha förbättrats, såsom framsteg gällande balans, ökad muskelstyrka och bättre hållning (All, Loving & Crane, 1999). En studie utförd av Silfverberg och Tillberg (2007) visade även en positiv effekt gällande ridning och den fysiska hälsan hos deltagarna. De fysiska utmaningar som ridningen gav, förbättrade funktioner som gångförmågan, rörligheten och balansen. Kontakten med djur kan minska stress hos människor och bidrar till ökad motståndskraft mot stress. Det syns då pulsen, blodtrycket och kortisolhalten i salivet sjunker (Håkanson, 2009).

Hälsa i arbetslivet

Hälsa i arbetslivet är ett betydelsefullt målområde att arbeta aktivt med då statistik (Statens folkhälsoinstitut, 2010^b) visar att personer med funktionsnedsättning i högre grad är arbetslösa än den övriga befolkningen. Det anses därför vara viktigt att först och främst ge personer med funktionsnedsättning tillgång till arbetsmarknaden för att de ska kunna få en bättre hälsa i arbetslivet. Det handlar om att attityder och tillgänglighet behöver förbättras men även en individanpassning av olika slag, såsom lättillgängliga lokaler, anpassningsbara arbetstider och en plats att vila på (Statens folkhälsoinstitut, 2010^b). Genom att arbeta ökas den sociala

kontakten med andra människor och ett ökat socialt deltagande kan förbättra hälsan hos en person med funktionsnedsättning (Boström, 2008). Inom omsorger om personer med funktionsnedsättning finns en generellt utbredd uppfattning om hur viktigt det är att arbeta och göra rätt för sig. Arbetet blir en del av medborgarskapet vilket kan föra med sig betydande effekter, både samhälleliga och sociala (Ineland, Molin & Sauer, 2009).

Social kompetens och social träning är viktiga faktorer inom olika verksamheter, exempelvis vård och omsorg samt egenvård. Personer som har svårt att kommunicera har svårare att få socialt stöd och hjälp från personal, anhöriga och frivilliga och då kan djur vara ett redskap för kommunikation (Norling, 2002). Norling (2002) beskriver en term som han har använt i olika studier; ”social lubricant”, vilket betyder socialt smörjmedel. Termen anger djurens förmåga att skapa kontakt mellan människor; med grannar, personal och frivilliga besökare inom vården. Håkanson (2009) hävdar att en aktivitet som innefattar djur upplevs ofta som meningsfull, begriplig och hanterbar. Den som sköter om ett djur upplever ofta en känsla av sammanhang i livet och ser sig som behövd. För personer med funktionsnedsättning kan de känna att deras arbetsuppgifter blir meningsfulla i samband med djurskötsel. Djurskötsel innebär även små ting såsom klappa, mata eller bara vara ett sällskap, vilka är uppgifter som kan bli hanterbara och som kan ge hälsofrämjande effekter. En fritidsaktivitet med ett djur kan ge en positiv påverkan då många människor har ett intresse för djur, och regelbunden och varaktig kontakt med djur kan ha positiva effekter på människans självkänsla och empati (Håkanson, 2009).

Höök (2010) menar att det sociala samspelet mellan människor ofta kan vara associerat med en viss grad av osäkerhet och nervositet. Därför fungerar sällskapsdjur som ett socialt hjälpmedel som underlättar samtal och bidrar till bra förutsättningar för känslan av gemenskap mellan människor. För personer med funktionsnedsättning kan det vara svårt att fungera i sociala sammanhang på grund av ett avvisande beteende eller aggressionsproblem. Ett intresse för djur kan leda till ett rikt socialt liv eftersom det kan bidra till att människor går med i föreningar, tittar på utställningar eller deltar i andra sociala sammanhang. På så vis påverkar djuren både aktivitetsgrad och socialt liv för människor (Håkanson, 2009). I en studie av van Campen och Iedema (2007) relaterar de det objektiva deltagandet och det subjektiva välbefinnandet hos såväl funktionsnedsatta som icke funktionsnedsatta personer till en rad olika sociala och hälsorelaterade faktorer. Vad gäller det objektiva deltagandet syftar det bland annat på den sociala delaktigheten medan det subjektiva välbefinnandet syftar på upplevd hälsa och lycka. Resultatet påvisade stora skillnader i social kontakt, ju allvarigare fysisk funktionsnedsättning desto mindre kontakt hade de med vänner. Vidare visade studien även på högre andel arbetslöshet, färre semesterdagar och färre kulturella upplevelser hos personer med funktionsnedsättning jämfört med icke funktionsnedsatta.

Den fysiska kontakten med djur gör att både personen och djuret känner ett lugn. Beröringen stimulerar välbefinnandet och gör personen öppen och positiv samt ger tid för återhämtning och läkning i kropp och själ. Det kan i sin tur resultera i andra positiva effekter såsom att människan lättare tar kontakt med andra människor, det skapas en nyfikenhet och lärande underlättas (Håkanson, 2009). En studie där resultatet visade en förbättring gällande att ta till sig ny information har gjorts av Silfverberg och Tillberg (2007) där syftet var att undersöka effekterna av ridterapi hos fyra deltagare som insjuknat i stroke. Ett av resultaten som framkom var att ridterapin stimulerade den centrala förmågan att lära på nytt och samtidigt utveckla nya kunskaper och färdigheter. Hos deltagarna hade egenskaper som mod och självkänsla vuxit fram, vilka har betydelse för att möta nya situationer och att klara av de problem och vardagliga uppgifter som tidigare verkat omöjliga att övervinna.

Upplevelserna har visat sig vara många gällande djurets påverkan på hälsan bland personer med funktionsnedsättning. Andra aspekter som är betydelsefulla gällande undersökningar av människors hälsa är begreppen salutogenes, KASAM och empowerment.

Teoretiska utgångspunkter

De teoretiska utgångspunkterna som kommer att redovisas i studiens resultat är KASAM, salutogenes och empowerment. KASAM kan användas till att få deltagarna i projektet att förstå deras arbetsuppgifter på daglig verksamhet som begripliga, hanterbara och meningsfulla. Salutogenes syftar till att få deltagarna att tänka positivt och få dem att lägga fokus på vad de klarar av istället för på vad de inte klarar av. Empowerment bygger på att få deltagarna en stark tro på sig själva och på att de klarar av uppgifterna de blir tilldelade.

Upplevelserna som djur kan bidra med skulle kunna förstås utifrån Antonovskys (2005) begrepp salutogenes, KASAM som betyder känsla av sammanhang samt begreppet empowerment (Starrin, 2000). Salutogenes, och ett salutogent tänkande, innebär ett möjlighetsfokus där fokus ligger på att förstå vilka resurser som kan stärka människors hälsa istället för att fokusera på vilka risker som kan försvaga människan (Antonovsky, 2005). För att ytterligare förstå vad som kan bidra till människors hälsa kan KASAM och dess tre komponenter begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet användas. De grundläggande delarna i KASAM, framförallt meningsfullhet och hanterbarhet, associerar till begreppet empowerment, som betyder att försöka få människor att öka sin kapacitet för att på så sätt kunna ge dem inflytande över och påverka sina liv. En allmän utgångspunkt inom folkhälsovetenskapen är att empowerment är kopplat till hälsa. Det kan definieras som ett verktyg för att uppnå hälsa eller så kan empowerment beskrivas som synonymt med hälsa. Båda tankesätten förekommer och oberoende av vilka av de två synsätten som personen förbinder sig till, är empowerment en betydelsefull faktor att ha med sig i synen på hälsa (Andersson & Ejlertsson, 2009).

Salutogenes

Antonovsky (2005) konstruerade den salutogena modellen. Det salutogena synsättet utvecklar en tanke där fokus ligger på vilka faktorer som är sammankopplade med hälsa och välmående, istället för att fokusera på faktorer som framkallar sjukdom. Synsättet får människor att avvisa uppdelningen av människor som friska eller sjuka, för att istället iakttäva någonstans på ett flerdimensionellt kontinuum från hälsa till ohälsa de befinner sig. Det fokuserar på att söka efter vilka faktorer som bidrar till en fortsatt god hälsa. Antonovsky uttrycker det salutogena synsättets främsta betydelse: "Ett salutogenetiskt tänkande öppnar inte bara vägen för en formulering och vidareutveckling av en teori om problemlösning, utan tvingar oss dessutom att ägna vår energi åt detta" (Antonovsky, 2005, s. 40). Antonovskys arbetshypotes formuleras i termer av generella motståndsrresurser, GMR. Exempel på GMR är pengar, socialt stöd, jagstyrka och liknande, det vill säga allt som kan ge styrka till att övervinna en mängd olika stressfaktorer. Antonovsky ansåg att det gemensamma för alla GMR var att de medverkade till att göra alla de stressfaktorer som människor ständigt utsätts för begripliga. Förhoppningsvis skapar de med tiden en stark känsla av sammanhang (Antonovsky, 2005). Ett salutogent synsätt inom vården kan innebära en förbättrad hälsa och välbefinnande hos personer med funktionsnedsättning, detta genom att stärka begripligheten, hanterbarheten och meningsfullheten (Uppsala kommun, 2007). Vidare fortsatte Antonovsky att utveckla det salutogena synsättet. För att kunna söka svar på hur något kunde fungera som en GMR utvecklades begreppet KASAM (Antonovsky, 2005).

Känsla av sammanhang

Begreppet KASAM består av tre centrala komponenter: *begriplighet*, *hanterbarhet* och *meningsfullhet*. De personer som har höga värden på dessa komponenter har en hög KASAM (Antonovsky, 2005). Utifrån KASAM bör en känsla av sammanhang på arbetsplatsen på daglig verksamhet ingå (Uppsala kommun, 2007).

Begriplighet syftar på till vilken grad personen känner inre och yttre påverkansfaktorer begripbara. En person med hög känsla av begriplighet räknar med att de stimuli som kommer att uppstå i framtiden är förutsägbara, eller när de kommer som överraskningar, att de åtminstone går att ordna och förklara. Komponenten innefattar begrepp som förutsägbarhet, struktur och regelbundenhet (Antonovsky, 2005). Begripligheten kan öka hos personerna på daglig verksamhet genom att ge dem en känsla av förståelse, sammanhang och stabilitet. Det som inträffar under livets gång, men även på arbetsplatsen, är begripligt och upplevs som planerat och strukturerat (Uppsala kommun, 2007).

Hanterbarhet preciseras som den grad till vilken personen känner att det finns resurser till hands, och med hjälp av dem som stöd ska personen kunna möta de krav som personen ständigt utsätts för. Har personen en hög känsla av hanterbarhet upplever den sig inte som ett offer för omständigheterna. Det sker allvarliga saker i livet men när det sker kommer personen att klara sig och veta att det finns resurser tillgängliga i omgivningen för att hantera svårigheterna. Komponenten består av begreppen resurser, tillgångar och påverkansmöjligheter (Antonovsky, 2005). Genom att ge personerna på daglig verksamhet resurser för att klara av de situationer som uppstår i livet blir situationerna hanterbara. Med hjälp av att ta fram deras olika kapaciteter, öka deras självkänsla och samtidigt ge dem en känsla av att de klarar av att vara självständiga blir omständigheterna hanterbara (Uppsala kommun, 2007).

Den tredje komponenten är *meningsfullhet* som syftar på i vilken omfattning personen upplever att livet har en känslomässig betydelse. Upplevelsen är att en del av de problem och behov livet ställs inför är betydelsefulla nog för att lägga ner tid och energi på. Den sista komponenten omfattar begrepp som delaktighet, motivation, gemenskap, engagemang och tillhörighet (Antonovsky, 2005). Genom att ge personerna på daglig verksamhet chans till att vara delaktiga i olika beslut och samtidigt se till att de förstår att arbetsuppgifterna har ett mål och ett syfte, kan de förhoppningsvis se en mening med vad de utför. Delaktighet i sociala evenemang som att träffa familj och vänner samt att vara behövd och omtyckt av andra finns det också en mening med (Uppsala kommun, 2007).

Empowerment

Empowerment brukar definieras som att en person har kontroll över det egna livet, det finns en stark tro och styrka till att klara av de mål som sätts upp. Personen känner sig värdefull och stolt, upplevelsen är att det finns förmåga att fullfölja en handling genom att ha stark tillit till sig själv och andra (Starrin, 2000). Genom att en person har kraften av empowerment blir den kapabel att kunna styra livet under förutsättning att den kulturella, sociala och fysiska miljön runt omkring stödjer hälsosamma val (Pellmer & Wramner, 2007). På individnivå syftar empowerment på om möjligheter till att fatta beslut och ta kontroll över sitt liv existerar. På samhällsnivå syftar det till att människor ska få ett större inflytande över hälsan i närsamhället (Ewles & Simnett, 2005).

Enligt Eliasson Roos (2010) innebär hälsa inte endast frånvaron av sjukdom, det har inte så mycket med att göra om personen är frisk eller inte, om personen har en funktionsnedsättning eller inte. Hälsa är när personen kan förstå och begripa sin sjukdom eller funktionsnedsättning

och göra den hanterbar och meningsfull, med andra ord så blir den möjlig att uthärda. Det finns de som vägrar låta en funktionsnedsättning ta kontrollen över sitt liv, de försöker istället finna olika sätt att klara av att kommunicera, läsa, skriva, uttrycka sig med mera. På så sätt låter personen inte funktionsnedsättningen bli deras enda identitet. Funktionsnedsättningen kan istället ses som en tillgång, den tvingar personen att hitta nya vägar och utmana både nedsättningen och omgivningen och det förvandlas då till kreativt nytänkande. Denna kraft eller egenmakt, kallas empowerment (Eliasson Roos, 2010).

Utifrån ovan givna litteraturgenomgång är det av värde att undersöka hur användningen av djur, främst hästar, kan ha en hälsofrämjande inverkan på personer med funktionsnedsättning.

Syfte

Syftet var att undersöka hur personer med funktionsnedsättning upplever sin fysiska, psykiska och sociala hälsa i relation till att sysselsätta sig med djurskötsel, främst med hästar, på daglig verksamhet.

Material och metod

Kontext

Kontextbeskrivningen grundar sig på en projektplan om projektet Hälsa med Hästkraft, ett projekt som startades i januari 2012 i Örkelljunga kommun. Projektet har som syfte att arbeta med djur bland personer med funktionsnedsättningar på deras daglig verksamhet. Föreliggande studie har därmed fokus på deltagarnas upplevda hälsa sedan de började arbeta med djur på daglig verksamhet. I projektet används till största delen hästar men även andra djur används, exempelvis hundar. Bakgrunden till att starta ett projekt kommer ifrån de stillasittande inomhusaktiviteterna på trånga ytor som personer med funktionsnedsättning oftast har på daglig verksamhet. Det kommer även ifrån deras begränsningar till att ta sig ut i naturen på egen hand, för att få frisk luft och för att utöva någon form av fysisk aktivitet. Personalen ansåg att något måste göras för att förbättra deltagarnas möjligheter på många plan. Syftet är att få deltagarna att medverka i ett meningsfullt arbete med uppgifter utifrån individuell förmåga. Förhoppningen är att deltagarna börjar tänka i servicetermer och på så sätt börja se bortom sig själv och de egna behoven och istället se andras behov. Genom att deltagarna lär sig nya färdigheter och utveckla kunskaper vid djurskötsel tränas balansen och motoriken, deltagarna växer av att få använda sina kunskaper och de får på ett naturligt sätt använda sin fysiska förmåga på ett mer meningsfullt sätt. Målet med projektet är att det ska kunna drivas vidare som ett socialt företag där det erbjuds turridning, främst för andra personer med funktionsnedsättning och deras anhöriga. Det ska även kunna erbjudas grönyteskötsel med arbetshäst. Ytterligare ett mål med projektet är att efter två år ska deltagarna driva projektet till största del på egen hand men med de projektansvariga i bakgrunden som stöd. Framför allt är förhoppningen en ökad hälsa hos deltagarna vilket på sikt kan resultera i mindre medicinering.

Metodval

Undersökningen genomfördes med intervjuer som kvalitativ metod. Intervju valdes då det anses vara en lämplig metod för att få fram mångfalden av olika upplevelser och uppfattningar hos en specifik målgrupp (Ryen, 2004). Valet av metod baserades på viljan att försöka förstå respondenternas vardag på daglig verksamhet utifrån deltagarnas synvinkel och

få ta del av deras erfarenheter och tankar kring projektet. Metoden användes även för att få en fördjupad beskrivning om projektet av de projektansvariga (Kvale & Brinkmann, 2009). Intervjuerna hade sin grund i en förberedd intervjuguide (bilaga 3 och 4) men det ställdes följdfrågor under intervjuens gång eftersom intervjuaren fick tillfälle att följa upp respondenternas berättelser, uppgifter och förståelse (Widerberg, 2002). Om enkätformulär hade använts som datainsamlingsmetod hade det inte funnits möjligheter för respondenterna att ställa frågor om något skulle vara oklart för dem under intervjuens gång. Det hade inte heller funnits tillfälle för intervjuaren att ställa följdfrågor som annars kan vara bra att använda vid intervjuer, då information som kan komma fram kan vara värt att fördjupa sig i (Ejlertsson, 2005). Om fokusgrupper hade använts som datainsamlingsmetod hade det funnits en risk i att personer som är mer reserverade kommer i skuggan av dem som är mer framträdande, vilket kan göra att alla inte får tillfälle att yttra sina tankar och åsikter. Det kan även finnas en risk att respondenterna inte vågar berätta om sina faktiska åsikter, eller rent av ändrar på åsikterna på grund av grupstryck (Wibeck, 2010).

Urval

Studiens urval bestod av alla deltagarna i projektet Hälsa med Hästkraft samt de två projektansvariga. Sex personer från projektet valde frivilligt att delta i intervjuerna. Alla intervjudeltagare var kvinnor i åldern 20-44 år med funktionsnedsättning. Deltagarna som blev intervjuade har vistats på daglig verksamhet mellan 2-15 år. De projektansvariga var två kvinnor i 35-års åldern där även dem valde att frivilligt medverka i intervjuerna.

Genomförande

Som en inledning till de kommande intervjuerna bestämde intervjuaren och de projektansvariga att intervjuaren skulle delta en dag i den dagliga verksamheten för att inte vara helt okänd inför de medverkande. Intervjuerna genomfördes i ett avskilt rum, personalrummet, för att intryck utifrån skulle påverka så lite som möjligt. Fyra deltagare intervjuades under en dag och två deltagare några dagar senare. Intervjun med de två projektansvariga genomfördes även den i personalrummet. Det användes strukturerade intervjuguider vilket innebar att intervjuaren hade formulerat frågor som ställdes på samma sätt till alla deltagare (Lundman & Hällgren Graneheim, 2008). Vid framställningen av de båda intervjuguiderna fanns det en avsikt att skapa en intervjuguide som gav tillfällena att kunna ställa följdfrågor. Det användes två olika intervjuguider; en för deltagarna och en för personalen. Intervjuerna, som varade mellan 5 och 20 minuter, spelades in på ett digitalt fickminne.

Analys

Kvalitativ innehållsanalys med induktiv ansats användes som analysmetod. Kvalitativ innehållsanalys inriktar sig på granskning och tolkning av texter. Med induktiv ansats menas att det görs en fördomsfri analys av texter, som kan vara baserade på människors berättelser om sina upplevelser. Tolkningen av texten från intervjuerna gjordes på en manifest och latent nivå vilket innebär för intervjuaren att läsa mellan raderna och göra en tolkning av resultatet (Lundman & Hällgren Graneheim, 2008).

Analysen började med en utskrivning av fyra av de sex genomförda intervjuerna. Sedan lyssnades de två kvarvarande intervjuerna av där det bedömdes att de inte tillförde något ytterligare till resultatet än vad som redan sagts, det vill säga mättnad hade redan uppfyllts utifrån deltagarnas tankar och utsagor (Thorén-Jönsson, 2008). Även intervjun med de två projektansvariga skrevs ut, detta på grund av att intervjuerna med deltagarna inte gav tillräcklig fakta och för att få mer djup i undersökningen. Vid kvalitativ innehållsanalys finns

det en del begrepp som syftade på analysprocessens genomförande; *meningsenhet* vilket betyder att identifiera manifesta meningsbärande enheter som är de delar vilket svarar på syftet (Lundman & Hällgren Graneheim, 2008). Materialet som skrivits ut lästes igenom och efter genomgång påbörjades sökandet efter meningsbärande enheter, det vill säga det som relaterade till syftet. *Kondensering* används för att göra texten kortare och därmed göra den mer lättarbetad. Det är viktigt att tänka på att det centrala innehållet bevaras så att inget betydelsefullt försvinner (Lundman & Hällgren Graneheim, 2008). De meningsbärande enheterna ströks under som då blev början till kondenseringen. Sedan påbörjades den latenta analysdelen och en *abstraktion* genomfördes vilket innebar att texten försågs med *koder* som sedan användes som en etikett på en meningsenhet (Lundman & Hällgren Graneheim, 2008). Koderna bildades utifrån vad som kommit fram av kondenseringen. Sedan sorterades koderna i *kategorier*, flera koder som hade samma innehåll samlades under en kategori (Lundman & Hällgren Graneheim, 2008). Koderna delades in i underkategorier som sedan grupperades till mindre huvudkategorier. Det finns både *underkategorier* och *huvudkategorier* som sedan ska sammanfattas till ett övergripande tema, den så kallade *den röda tråden* (Lundman & Hällgren Graneheim, 2008). Slutligen fastställdes ett övergripande tema från resultatet av föreliggande studie.

Etik

Vid genomförandet av en studie finns det fyra etiska huvudkrav som intervjuaren måste ta hänsyn till. Det första är *informationskravet* som innebär att respondenterna ska informeras om deras medverkan i studien samt vilka villkor som gäller för deras deltagande. De ska vidare informeras om att deltagande är frivilligt och att de har rätt att avbryta sin medverkan (Vetenskapsrådet, 2002). Innan intervjuerna skulle börja fick deltagarna läsa igenom informationsbrevet, likadant för de projektansvariga. För deltagarna som inte kunde läsa läste intervjuaren upp det för dem. Sedan fick deltagarna och de projektansvariga själva skriva på medgivandeblanketten. Informationsbrevet förklarade att deltagandet var frivilligt samt att det kunde avbrytas när som helst. En kort presentation om intervjuaren fanns med samt information om studiens syfte. Vidare förklarades det hur materialet skulle komma att användas och förvaras. Det andra är *samtyckeskravet* som innebär att forskaren ska erhålla respondenternas samtycke. Respondenten ska även få information om att de själv har rätt att bestämma om, hur länge och på vilka villkor de ska medverka. De ska kunna avbryta sitt deltagande utan att det för med sig några negativa följder för dem (Vetenskapsrådet, 2002). I föreliggande studie fick de medverkande skriva på en samtyckesblankett där de själva skrev under på att de förstod att deltagandet var frivilligt och kunde avbrytas när som helst samt hur materialet skulle användas och förvaras. Det tredje är *konfidentialitetskravet* där de intervjuade ska ges största möjliga konfidentialitet och de ska även få information om att uppgifterna de lämnar förvaras på ett sådant sätt att ingen obehörig kommer åt dem (Vetenskapsrådet, 2002). Deltagarna och de projektansvariga fick information om att det inte skulle komma att nämnas vem som har blivit intervjuad samt att det inte kommer gå att koppla till vem som sagt vad. Det insamlade datamaterialet förvarades på en lösenordsskyddad dator. Det fjärde och sista är *nyttjandekravet* vilket innebär att de insamlade uppgifterna endast får användas för angivet forskningsändamål (Vetenskapsrådet, 2002). I informationsbrevet stod det förklarat att materialet som skulle samlas in enbart skulle användas till denna studies syfte.

Resultat

Utifrån analysen av intervjumaterialet, både utifrån deltagarnas och de projektansvarigas utsagor, framkom ett övergripande tema som är valt att kallas; *Välbefinnandets två dimensioner*. Temat bestod av ett antal underkategorier: känslor, gladare, piggare, sämre

innan, tröttare innan, mer arg innan, djur, roligt, kompisar, utomhusvistelse, trivs bättre. De sammanställdes sedan till två huvudkategorier benämnda intrapersonella upplevelser, vilket består av de sex första underkategorierna, samt interpersonella upplevelser vilket består av de fem sista. De båda kategoriernas innehåll speglar olika aspekter av det deltagarna känner inom sig (intra) och det de upplever i kontakt med andra människor och djur (inter) i relation till daglig verksamhet.

Intrapersonella upplevelser

De intrapersonella upplevelserna grundar sig på deltagarnas tankar och berättelser om dem själva, om deras hälsa och välmående. De grundar sig även på de projektansvarigas tankar och berättelser om projektet och deltagarna. Deltagarna berättade om hur de mådde innan på daglig verksamhet och hur deras humör var då. Vidare förklarade de skillnaderna på sitt välmående och vad som var orsakerna till att de idag mår bättre.

De projektansvariga berättade att tidigare bestod deltagarnas arbetsuppgifter på daglig verksamhet av ganska enformiga saker såsom pyssel och liknande, vilket de satt med alla dagar i veckan. Det kunde ibland bli ett avbrott för någon mindre promenad i byn. Dessa monotona sysselsättningar gjorde att deltagarna kände sig trötta, de var ofta på dåligt humör vilket gjorde att deltagarna inte alltid kunde hantera de negativa situationer de hamnade i.

”Då var vi bara här inne, vi satt i vårt rum och pysslade hela dagarna fem dagar i veckan, med kanske något litet avbrott för en liten promenad. Nu går vi långa rundor som kanske tar hela förmiddagen eller hela eftermiddagen”.

Deltagarna berättade på ett tydligt sätt om hur de mådde innan djur blev en del av arbetet på daglig verksamhet.

”Innan hade jag jobbigt och svårt att tänka”.

”Humöret var jobbigt, mådde illa”.

Deltagarna sa att de blivit piggare sedan de börjat arbeta med djur på daglig verksamhet. Både kropp och hjärna aktiverades på ett annat sätt när de höll igång på dagarna, vilket gjorde att de inte somnade så tidigt om kvällarna längre. Deltagarna har varit aktiverade på ett helt annat vis under dagarna sedan en idé om ett projekt framkom. De hade en helt annan ork som visade sig när de arbetade på gården. Deltagarna sa även att vad som gjorde dem pigga var när de åkte ut och hittade på saker, när de inte bara satt ner. Deltagarna berättade om deras tankar kring hur de kände att deras dagar har blivit på daglig verksamhet efter att de börjat arbeta med djur. De berättade att det var roligare att gå till arbetet för att de hittade på massa olika saker vilket gjorde att de trivdes bättre.

”Jag är piggare, trött på ett annat vis”.

”Allt känns bättre”.

”Jag somnar inte så tidigt på kvällarna”.

”Jag trivs mycket mer här än innan jag började här”.

”Jag mår bättre idag, jag är gladare”.

De projektansvariga hoppades på att deltagarna själva kände att de numera gjorde en nyttig arbetsinsats då de hade ett riktigt arbete som kunde utföras på ett sätt som de alla klarade av.

Arbetsuppgifterna i projektet skapades utifrån individuell förmåga och möjligheter. Motivationen, att få deltagarna att komma till arbetet varje dag, var den främsta uppgiften för att kunna driva projektet. Men de projektansvariga trodde inte det skulle bli någon större utmaning då deltagarna hade en stark tro och styrka till att klara av uppgifterna de blev tilldelade. Deltagarna berättade att det var ganska svårt med arbetsuppgifterna de hade men de lärde sig mer och mer allt som tiden gick.

”Svårt att mocka men jag har lärt mig”.

”Ska bli kul att hjälpa djuren med mat och så”.

De projektansvariga berättade att deras främsta uppgift var att motivera deltagarna att komma till daglig verksamhet, att få dem att utöva arbetsuppgifterna de blev tilldelade. Men även att tilldela deltagarna uppgifter på en nivå som ligger på deras kompetens.

”Syftet är att man främst ska få ett bra jobb att gå till, man ska känna att man gör en nyttig arbetsinsats plus att man faktiskt får ett riktigt arbete som man kan utföra på sitt eget sätt och på det viset som man faktiskt klarar av att göra det. Att man kan skapa arbete utifrån var och ens möjlighet. Det ska också gå ut på att vi ska bli friskare; gå ner i vikt, bli piggare, komma ut i luften. Det är ett hälsoprojekt; att man ska må bra i samverkan med djur”.

Deltagarna kunde tydligt berätta om vad som gjorde dem glada. Alla svarade att på ett eller annat vis gjorde djur dem glada, de blev på bra humör i närheten av djur. Deltagarna berättade att ibland kunde de vara ledsna och sura på morgonen, men så fort de kom ut till djuren blev de glada. Bara genom att klappa hästarna infann det sig ett lugn hos deltagarna som gjorde att de blev på bra humör. Vid frågan om när de mådde som allra bäst svarade deltagarna:

”Med hästar”.

De projektansvariga berättade också att djur gör deltagarna på bra humör, deras hälsa har förbättrats sedan djur blev en del av arbetet på daglig verksamhet.

”Till det positiva, till det bättre. Genom att de får vara ute och får vara med djuren, de blir helt annorlunda när de är med djuren. De vet om att när vi är med djuren kan man inte gapa och skrika och hålla på, vilket de oftast inte vill. De tycker det är så roligt med djuren. De stänger av omvärlden och bara går in i djuret. Har man då en taskig tillvaro annars och man får lov att gå in i det här må bra luddet en stund så ger det så mycket resten av dagen. Det är därför vi är uppe på gården och hjälper till på förmiddagen. Om man åker härifrån och alla är sura och skit förbannade på morgonen, när man kommer tillbaka in vid middag är alla strålande och på gott humör. Ofta på morgonen är de lite surmulna när vi hämtar dem men så fort vi hoppar av bussen är de igång, sen mår de bra. Sen när vi slutar för dagen är alla uppåt och längtar till dagen efter, aldrig några sura miner”.

Interpersonella upplevelser

De interpersonella upplevelserna grundar sig på deltagarnas berättelser om faktorer som fanns runt omkring dem, vilka det var och vad som gör att de mår bra. Det bygger även på deltagarnas berättelser om vad de gör på daglig verksamhet och om vad de kommer att göra under projektets gång. Interpersonella upplevelser handlar även om de projektansvarigas tankar och förhoppningar kring projektet.

De projektansvariga berättade vad daglig verksamhet går ut på. De berättade även vilka deras främsta arbetsuppgifter var, och är.

”Men det är för våra deltagare att de har ett jobb att gå till, att ha en sysselsättning att gå till. Det är många av dem som inte klarar av att vara på en vanlig arbetsplats och då finns daglig verksamhet för dem”.

”Nu är det att driva projektet. Vår främsta arbetsuppgift då var att motivera deltagarna att komma till jobbet varje dag, göra det dem skulle. Men idag ska vi driva projektet men motiveringen till alla deltagarna står ju kvar, alltså motiverar vi dem kan vi driva projektet”.

Tanken på ett projekt började med att de projektansvariga ibland tog med sig sina hundar, eller så åkte alla ut till personalens gårdar och hälsade på djuren där. Efterhand blev det att deltagarna åkte iväg med personalen till stallen på förmiddagen och kom tillbaka vid lunchtid.

”Det var vår chef som tyckte att det skulle hända någonting nu och då så kallade hon in oss två på rummet och frågade oss om vi ville starta ett projekt. Kom med en bra grej sa hon så vi gick hem och funderade”.

En sak som deltagarna nämnde, om vad som var orsaken till och varför det var roligt att gå till daglig verksamhet, var hästarna. De tyckte alla om att arbeta med hästarna, att få sköta djuren genom att borsta, klappa och få ge dem mat. Deltagarna sa att det var bra att de fått chansen att få arbeta med hästarna då de tycker om djuren. Varje morgon längtade deltagarna till att de skulle få börja sin dag på daglig verksamhet. Det var många faktorer som spelade in när det kom till varför det var roligt med daglig verksamhet.

”Att jobba med hästarna”.

”Att jobba ute”.

”Att få jobba med allt”.

Deltagarna utförde arbetsuppgifterna för att hästarna behövde det. Vad som var roligast nu på daglig verksamhet, jämfört med innan, var att de var ute och hittar på olika saker. Genom projektet får deltagarna chansen att träffa hästarna ofta vilket de tyckte om. Deltagarna berättade att djuren gör dem på bra humör för att de inte bryr sig om någon är arg eller ledsen, de vill bli klappade och kramas ändå.

”Det ska bli kul, hästarna är roligt”.

”Har varit bra, rider på min älsklingshäst”.

En annan faktor som deltagarna berättade om var att de blev glada av att vistas utomhus. Både deltagare och personal går tillsammans långa promenader i stort sett varje dag. För deltagarna hade djurens delaktighet på daglig verksamhet blivit betydelsefullt. De kunde tydligt berätta hur bra de mätte sedan de började arbeta på ett litet annorlunda sätt på daglig verksamhet.

”När jag kommer ut i friska luften”.

”Att vi har varit ute så mycket och jobbat med djuren”.

”Jag tycker det är roligt att vara ute i naturen. Vi brukar gå i skogen”.

De projektansvariga berättade att den fysiska aktiviteten gynnar inte bara deltagarnas psykiska hälsa utan självklart även den fysiska. Deltagarnas ångest har minskat något, de är lugnare och samtidigt går de dessutom ner i vikt av att promenera. Det har resulterat i att alla blivit mer delaktiga i gruppen och de har dessutom fått förmågan att kunna bli mer fysiskt aktiva.

”Till det bättre hoppas vi ju, hoppas måste man ju och vi tror den kommer göra det. Dom har redan visat prov på det just med samvaron med djur och sen vi går och vi går och vi går och det har lättat mycket på många av våra deltagares ångest, vi har gått många mil och de har blivit mycket lugnare av det”.

Deltagarna pratade även om att de fått nya kompisar, såväl människor som djur. De projektansvariga berättade att projektet ska så småningom innehålla turridning för andra kommuner och för andra personer med funktionsnedsättningar vilket har gjort att de får träffa ännu fler nya människor. Dessutom har projektet även fått ett stort intresse i media kring kommunen vilket har gjort att deltagarna ibland fått ställa upp på intervjuer och vara med på bilder. Deltagarna tyckte att en av de roligaste sakerna med projektet var att möta nya människor.

”Få träffa andra folk”.

”Få arbeta med djuren”.

”Hjälpa hundar och katter med mat”.

De projektansvariga, men även deltagarna, har sett fram emot projektet under lång tid. Under en tid framöver handlar det nu om att motivera deltagarna och göra dem delaktiga i alla arbetsuppgifter. Men de projektansvariga tror inte det kommer vara några problem.

”Vi behöver inte göra så mycket för de är så laddade. Men att få dem att fullfölja det genom att berömma, berömma och att de får lyckas och lyckas men också att de känner att de får utvecklas och de känner att de växer”.

Diskussion

Metoddiskussion

Kvalitativ metod användes till undersökningen i form av enskilda intervjuer vilket ansågs vara det bästa sättet för att undersöka syftet. För att kunna genomföra en intervju bör intervjuaren på olika sätt motivera respondenterna till att vilja svara på frågorna. Personerna har på ett eller annat sätt blivit utvalda och det kan ibland vara så att de inte ser någon förklaring till varför just de ska ställa upp. Därför är det viktigt att redan från början klargöra syftet med intervjun och försöka så bra som möjligt relatera syftet till respondentens egna mål (Patel & Davidson, 2003). I föreliggande studie bestämdes det som en inledning till de kommande intervjuerna att intervjupersonen skulle medverka en dag på deltagarnas dagliga verksamhet. Detta för att inte vara helt okänd inför de medverkande, men även för att skapa en relation och öka deltagarnas förtroende och förståelse till deras medverkan. Deltagarna fick under den dagen ställa frågor om vad som skulle göras, varför de skulle bli intervjuade och andra frågor som kom fram. På så vis klargjordes syftet med studien för deltagarna, men det blev dessutom tillfälle för intervjupersonen att lyssna på deltagarnas individuella mål med projektet. Det försöktes även ge en tydlig förklaring till de projektansvariga till varför de önskades att ställa upp på intervju.

Det finns för- och nackdelar med vilken kvalitativ undersökningsmetod som används. Vid enskilda intervjuer finns det fördelar i möjligheten att både anpassa och förtydliga de frågor som ställs. Det är lättare att få en djupare förståelse i respondentens berättelser och uppfattningar (Hultén, Hultman & Eriksson, 2007). Möjligen skulle fokusgruppsintervjuer kunna ha använts som metod men det hade då funnits en risk att personer inte hade velat, eller haft möjlighet, att kunna berätta om deras enskilda berättelser och uppfattningar (Wibeck,

2010). Det var ett medvetet val att använda enskilda intervjuer som metod i föreliggande studie, dels på grund av deltagarnas funktionsnedsättning men även för att få en djupare förståelse kring forskningsområdet. Det var av betydelse att frågorna anpassades efter deltagarnas förmåga till tolkning och om det ändå skulle uppstå hinder så fanns det tillfälle att förtydliga frågorna för deltagarna. Det fanns en förhoppning om att deltagarnas tankar och åsikter kring vad som var avsikten att studeras kom fram då enskilda intervjuer användes. Om intervjuerna hade genomförts i grupp kan det hade funnits en risk att deltagarna påverkat varandra eller att någon hade hamnat i bakgrunden. Det hade alltså funnits en risk att någon, eller några, inte fått möjlighet att kunna dela med sig av sina enskilda berättelser och uppfattningar.

I kvalitativa studier används begreppen trovärdighet, pålitlighet, konfirmerbarhet och överförbarhet för att bedöma kvaliteten på studien och dess resultat (Kvale, 1997). Studiens trovärdighet syftar på om forskaren uttrycker sig på ett sätt som är begripligt för respondenten. Pålitligheten ökas genom att forskaren noggrant har granskat utgångsläget och på ett tydligt sätt motiverat valet av undersökningsmetoden. Konfirmerbarheten kan förstärkas av att liknande resultat har framkommit i andra studier. Överförbarheten syftar på om resultatet är överförbart till andra studier och om det går att använda hos liknande grupper (Ryen, 2004).

Trovärdighet (Hultén, Hultman & Eriksson, 2007) handlar om att upptäcka händelser, att tolka och förstå innebörden av livsvärlden som respondenten lever i samt att få deras uppfattningar beskrivet. Trovärdigheten vid kvalitativ studie relaterar inte enbart till själva datainsamlingen utan det innefattar forskningsprocessens samtliga delar. Vad gäller datainsamlingen relateras trovärdigheten till om intervjuaren lyckas få fram ett bra underlag, för att senare kunna göra en trovärdig tolkning av respondentens livsvärld. Vidare relateras trovärdigheten till hur intervjupersonen lyckats fånga det som är svårtolkat och motsägelsefullt (Patel & Davidson, 2003). Genom att använda kvalitativ metod som datainsamlingsmetod i föreliggande studie fick intervjupersonen en bred tolkning av deltagarnas upplevelser. Det framkom tydliga uppfattningar och tankar kring deltagarnas livsvärld under intervjuerna även om de inte var så utförliga. Det var bland annat av den anledningen, att deltagarnas uppfattningar och tankar inte var så utförliga, som de projektansvarigas intervju valdes att analyseras. Det för att göra resultatet mer trovärdigt.

Trovärdigheten kan sättas på spel om intervjuareffekten skulle uppstå då det handlar om hur forskarens förförståelse och erfarenhet har gjort sitt avtryck på analysen (Lundman & Hällgren Graneheim, 2008). Nackdelar vid enskilda intervjuer kan vara att det finns en risk för att intervjuareffekten uppstår. Det innebär att då det kan skapas någon form av samspel mellan intervjuaren och respondenten, kan det ge negativa följder som kan påverka resultatet på ett icke önskvärt sätt (Hultén, Hultman & Eriksson, 2007). Det innebär också att intervjuaren för sig på ett sådant sätt under intervjun att respondenten förstår, på ett medvetet eller omedvetet sätt, vad som förväntas av dem, vilket kan resultera i att de svarar på ett sätt som egentligen inte är deras verkliga uppfattning (Patel & Davidson, 2003). I efterhand kan det ha funnits en risk att detta kan ha uppstått under intervjuerna med deltagarna. Det kan ha uppstått vid olika uttryck, skratt eller liknande som kan ha gjort att deltagarna svarat på ett visst sätt. Det kan även ha funnits en svårighet med deras funktionsnedsättning under intervjuerna, att deltagarna inte förstod frågan men ändå svarat. I efterhand skulle fler och tydligare ledande frågor ha behövt ställas. Ett större urval hade även behövts för undersökningen, det hade troligen också varit till fördel att utföra provintervju för att granska frågornas utformning.

Konfirmerbarhet syftar till om forskaren har haft kontroll över sin egen förförståelse och sina egna värderingar så att de inte påverkat undersökningen på något avgörande sätt. Vidare innebär det här även att forskaren utifrån denna förståelse har gjort sitt bästa för att tillförsäkra att han eller hon har agerat i god tro (Bryman, 2002). På grund av tidigare erfarenhet och förståelse kring att arbeta med målgruppen, personer med funktionsnedsättningar, försökte intervjuguiden framställas på ett så enkelt sätt som möjligt. Den skulle bli lätt att förstå och det skulle finnas tillfälle att ställa följdfrågor. Med tanke på deltagarnas funktionsnedsättningar fanns det även en tanke på att inte ställa känsliga frågor, som riskerade att uppfattas som kränkande. Känsliga ämnen kan vara svåra att prata om, en fördel kan då vara att använda fokusgruppsintervjuer då samspelet i gruppen kan göra det lättare att uttrycka åsikter som annars kan vara svåra att tala om (Kvale & Brinkmann, 2009). Vid enskilda intervjuer kan det uppstå problem om känsliga ämnen kommer till tals. Det kan då vara viktigt för intervjuaren att till exempel inte visa någon medkänsla då det kan uppfattas som manipulerande för den intervjuade (Patel & Davidson, 2003). Då forskningsområdet var deltagarnas upplevda hälsa i samband med djur, har slutsatsen dragits att det troligtvis inte var något känsligt ämne. Självklart kan känsliga ämnen ha uppstått under intervjuernas gång, och om deltagarna kände att något av det vi pratade om var känsligt så var det inte något som märktes hos dem.

I kvalitativa studier är pålitlighet (Lundman & Hällgren Graneheim, 2008) också ett begrepp som måste tas till hänsyn vid olika undersökningsmetoder. I en kvantitativ studie där det ställs samma fråga flera gånger men frågan ger olika svar varje gång anses det som ett tecken på låg pålitlighet, men vid en kvalitativ studie behöver det inte vara så. Anledningar till detta kan vara att respondenten kan ha ändrat åsikt, att vederbörande kan ha fått nya insikter eller har lärt sig något. Om frågan lyckats fånga det unika som sedan yttrar sig i variation i svaren anses det vara viktigare än att samma svar alltid fås (Patel & Davidson, 2003). Pålitlighet syftar även på att forskaren noggrant styrker åsikter under hela processen (Lundman & Hällgren Graneheim, 2008). I föreliggande studie ställdes samma frågor till alla deltagare. Det gjordes för att lättare kunna analysera resultatet men även för att tydligt kunna se eventuella skillnader på vissa svar som kunde uppstå. Genom att samma frågor användes visade det sig snabbt att intervjumaterialet med deltagarna inte gav tillräckligt. Under intervjun med de projektansvariga ställdes därför liknande frågor, som gav svar utifrån deras synvinkel.

Överförbarhet syftar på till vilken utsträckning resultatet är användbart i andra grupper eller sammanhang. Forskaren kan komma med förslag och skapa förutsättningar för överförbarhet, men det är läsaren som bedömer om resultatet är överförbart till andra sammanhang. För att det ska bli lättare för läsaren att bedöma om överförbarheten är god är det av betydelse för forskaren att ge en tydlig beskrivning av urval, deltagare, datainsamling och analys (Lundman & Hällgren Graneheim, 2008). Resultatet kan anses vara av värde att överföra till liknande grupper då det visat sig i föreliggande studie att personer med funktionsnedsättning blir positivt påverkade vid kontakt med djur. Resultatet anses även vara överförbart då det tydligt har beskrivits dess urval, deltagare, datainsamlingsmetod och analys.

Något som kan vara viktigt att tänka på är var intervjuerna äger rum. Det kan vara till fördel att intervjuerna sker i respondenternas hemmiljö eller på en plats där de vistas ofta. Detta för att eventuellt kunna få en djupare förståelse kring deras vardag men även för att kunna ställa definierade frågor kring deras hemmiljö (Thorén-Jönsson, 2008). Intervjuerna i föreliggande studie valdes att utföras i ett personalrum på daglig verksamhet för att få sitta ostört. Det ansågs vara det bästa för att inte tappa koncentrationen under intervjuens gång. Det hände att intervjun blev avbruten vilket gjorde att deltagaren kom av sig. När det sen gjordes ett försök till att komma tillbaka till samma fråga misslyckades det och nästa fråga fick tas. Det finns

alltså en risk att deltagaren kunde ha gett utförligare svar än vad som angavs innan det blev avbrutet. I efterhand hade det varit mest lämpligt att intervjuerna genomförts i ett annat rum där deltagaren och intervjuaren hade fått vara ostörda.

Antalet intervjupersoner som behövs för att uppnå mättnad kan vara svårt att bestämma i förväg. Om antalet är för litet kan det bli svårt att dra allmänna slutsatser om gruppen, om antalet är för stort kan det bli svårt att göra djupare tolkningar av intervjuerna. Det behöver inte innebära att desto fler intervjuer desto mer kunskap, utan det kan likaväl vara precis tvärtom. Vad som anses vara viktigt att tänka på är att allt datamaterial ska hinnas med att analyseras, så ett stort antal intervjuer, eller ett stressigt schema, bör undvikas (Kvale & Brinkmann, 2009). Av nio deltagare som är med i projektet genomfördes intervjuer på sex av dem, varav fyra stycken skrevs ut. Två intervjuer skrevs inte ut av den orsaken att de inte tillförde några ytterliga tankar och utsagor utifrån deltagarnas synvinkel. På grund av det lilla resultatmaterialet från deltagarna valdes det att även använda materialet från intervjun med de projektansvariga för att ytterligare förstärka resultatet.

Sedan en tid tillbaka, vilket har tagits upp i förordet, fanns en erfarenhet och förståelse kring att arbeta med denna målgrupp; personer med funktionsnedsättningar. Trots det fanns det en problematik i att intervjua personerna, vilket visade sig i ett inte så rikt datamaterial. Av den anledningen valdes intervjun med de projektansvariga att redovisas. Ett genomförande av studien gjordes av den anledningen att det ansågs vara en målgrupp som glömts bort, vilket märktes vid framställningen av litteratur och fakta. Det kan därför vara bra att ha i åtanke i fortsatta studier att det kan behövas ytterligare förberedelse, mer tid och en större urvalsgrupp för att datamaterialet ska bli utförligare.

Resultatdiskussion

Resultatet av föreliggande studie visade på positiva upplevelser gällande deltagarnas hälsa, välbefinnande och livskvalitet i samarbete med djuren. Upplevelserna handlar om djur, nya människor, gemenskap, vård, arbete, psykisk hälsa och fysisk hälsa vilka är kopplade till intrapersonella upplevelser och interpersonella upplevelser. Djur börjar mer och mer bli en del i behandlingsprocessen vid olika typ av vård (Beck-Friis, 2009). Men det är en relativ ny behandlingsform vilket har märkts vid litteratursökningen då det inte verkar finnas mycket kunskap om det. Trots att behandlingen generellt sett visar positiva effekter vid användningen av djur verkar det vara svårt att nå ut med just denna typ av behandlingsform (Beck-Friis, 2009). Genom att låta djur vara delaktiga i vården kan det ge effekter som bidrar till människors hälsa, välbefinnande och livskvalitet. Djuren kan även vara till hjälp för att förebygga sjukdomar och medverkar då till att göra människan friskare. Därtill verkar djur kunna bidra till upplevelser av värdighet och handlingskraft hos människor. Djuren anses även vara den bidragande faktor som hjälper människan att utveckla sin potential, samt utveckla förmågan att visa omsorg och ansvarstagande gentemot andra människor (Silfverberg, 2009). ”Djur kan öka livskvalitet och välbefinnande samt skapa hälsofrämjande miljöer för människor med olika funktionshinder” (Manimalisrapporten, 2009 s.36), så inleds kapitlet som handlar om verksamheter där djur används. Djur kan vara den centrala delen för att förbättra funktionen men även för att ge livskvalitet och skapa bättre välmående hos personer med funktionsnedsättning. Generellt visar resultatet i föreliggande studie att deltagarna har bättre livskvalitet och ett bättre välmående, både gällande deras fysiska och psykiska hälsa. Deltagarnas välmående är starkt förknippat med djuren som blivit en del av daglig verksamhet, vilket förknippas med en interpersonell upplevelse. Idag har deltagarnas arbetsplats blivit något betydelsefullt för dem. Idag anser deltagarna att allt arbete och all den kontakt de fått med djuren är stimulerande. Deras livskvalitet har ökat då de har positiva saker kring sig; de har en bättre arbetsplats, de har fått nya vänner och de mår allmänt bättre.

Resultatet i föreliggande studie visade på att en av de intrapersonella upplevelserna var deltagarnas glädje i att vara ute, de mådde bra när de kom ut i friska luften, både när de arbetade med djuren men även när det tog långa promenader i byn eller i skogen. Den psykiska hälsan har avsevärt förbättrats genom denna utevistelse; deltagarnas ångest har minskat och de är lugnare och har ett bättre humör. De projektansvariga kunde också se en förbättring gällande deltagarnas fysiska och psykiska hälsa. Bland annat genom de långa promenader som de tar dagligen, det har inte bara resulterat i att deltagarna har gått ner i vikt utan även i att de har blivit lugnare. Ridning som ett fritidsintresse bidrar inte bara till en ökad fysisk aktivitet, utan även till utomhusvistelse, samvaro med djur och en ökad social tillhörighet vilka kan vara bidragande faktorer till en bättre hälsa (Manimalisrapporten, 2009). Manimalisrapporten (2009) skriver även att ridning kan ge hälsofrämjande effekter såsom ökat välbefinnande, bättre minnespåverkan och ökad nyfikenhet på omgivningen. Det är inte bara ridningen i sig som är gynnsamt utan även skötseln av hästen både före och efter ridpasset. Genom att delta i en aktivitet, som exempelvis ridning, kan de positiva effekterna av att klara av en sådan bli stora, inte bara enskilt utan även glädjen över varandras framsteg kan bli betydande (Manimalisrapporten, 2009). Den spontana reaktionen på djurets oförbehållsamma beteende är ofta spontan glädje (Håkanson, Palmgren Karlsson, Sallander & Henriksson, 2008). Deltagarna berättade att de tyckte alltid det var roligt att få komma ut och träffa djuren. Djuren gör dem på bra humör, de bryr sig inte om ifall någon är arg eller ledsen, de vill och behöver omhändertas ändå. De projektansvariga kunde också se en positiv utveckling kring deltagarnas humör, kopplat till djuren. I stort sett varje gång deltagarna är med djuren blir de på bra humör, de glömmer bort varför de tidigare under dagen varit arga eller ledsna.

Innan deltagarna började arbeta med djur på daglig verksamhet hade de oftare ett sämre humör, de hade svårt att tänka och var oftare mer trötta. Men genom djuren och de olika aktiviteterna på daglig verksamhet hände det något inom deltagarna, det har skett en utveckling som har gynnat deras hälsa på olika sätt. Djur kan alltså vara människans livskamrat och fritidsintresse och kan ge positiva effekter på livsstil. Djurs inflytande på människors hälsa kan knytas till ett salutogent perspektiv (Håkanson, Palmgren Karlsson, Sallander & Henriksson, 2008). Hästarna behöver skötas om bland annat genom att deltagarna ger dem mat och borstar dem. KASAM är ett begrepp som baseras på livssituationen och som anses vara viktigt inom hälsoområdet. Begreppet brukar beskrivas som en salutogen utgångspunkt som handlar om att undersöka vilka faktorer som utgör grunden för en bra hälsa, vad som kan leda till en bättre hälsa och vad som kan göras för att främja den (Hultgren, 2002). Det borde vara en självklarhet att ha ett salutogent synsätt på daglig verksamhet, lika självklart borde det vara att få personerna med funktionsnedsättning som arbetar där att känna en stark KASAM. Vid användningen av djur inom vården kan ett salutogent synsätt innebära förbättrad hälsa och välbefinnande hos individen. Det kan förbättras genom att stärka begripligheten, hanterbarheten och meningsfullheten i livet (Antonovsky, 2005). Ytterligare en intrapersonell upplevelse kan anses vara att deltagarna i projektet kan vara på god väg att förstärka sin KASAM. Arbetet med hästarna blev begripligt då deltagarna förstod varför de har sina arbetsuppgifter. Deltagarnas känsla av hanterbarhet har ökat då de klarade av sina arbetsuppgifter och ville vidare kunna lära sig nya saker. Deltagarna såg daglig verksamhet som något meningsfullt att gå till, att de hade ett roligt arbete att utföra. Desto starkare KASAM och desto bättre hälsa en människa har desto bättre blir förmågan att hantera de problemsituationer som dyker upp (Antonovsky, 2005) vilket blir tydligare för personer med funktionsnedsättning (Uppsala kommun, 2007). Betydelsefulla aktiviteter bildar känsla av sammanhang och är grund för upplevd hälsa, en av hälsans bestämningsfaktorer (Antonovsky, 2005). En intrapersonell upplevelse för deltagarna är deras

beskrivning om vad som utgör grunden för en bra hälsa för dem, samtidigt vad som har lett till att deltagarnas hälsa har förbättrats. Grunden för en bra hälsa för deltagarna är när de får vara med djuren, när de får vistas utomhus eller när de får vara fysiskt aktiva. Men även genom att deltagarna får arbeta med något de tycker om, något de känner att de kan utföra och som de får positiv respons på. Arbetsuppgifter utifrån allas individuella kapacitet gör det även lättare att vara mer fysiskt aktiv. Målområdet fysisk aktivitet är betydelsefullt, framför allt för personer med funktionsnedsättning, då de har svårare att få tillgång till olika idrottsverksamheter. Men även för att vissa arbetsuppgifter är för svåra att utföra, vilket gör att de oftare har ett mer stillasittande arbete (Statens folkhälsoinstitut, 2010^b).

Silfverberg (2009) menar att ett mänskligt behov antas bli tillfredsställt genom att vara tillsammans och ha kontakt med djur. Det har även visats att djur kan ha läkande och hälsofrämjande effekter. Därför har djur mer och mer blivit en del i arbetet inom vård, socialt behandlingsarbete och rehabilitering. Djur ses som naturliga terapeuter och de anses på olika sätt kunna bidra till människors psykiska, fysiska och sociala välbefinnande (Silfverberg, 2009). Djur kan även vara en stimulans i förmågan till känslomässig inlevelse och reducerar aggressivt beteende (Håkanson, Palmgren Karlsson, Sallander & Henriksson, 2008). Ännu en intrapersonell upplevelse är att deltagarna har ett bättre humör jämfört med innan djur blev en delaktighet på daglig verksamhet. Personalen möttes av sura och tråkiga miner på morgonen vid samlingen, deltagarna var på dåligt humör. Men med tiden har det avtagit och numera är det glada och positiva deltagare personalen möter på morgonen.

Den sistnämnda intrapersonella upplevelsen hos deltagarna har visat sig vara en personlighetsutvecklingsprocess med projektet. Deltagarna får utvecklas inom nya områden och lära sig nya saker med tiden, såsom att mocka och borsta hästen men även lära sig hur djuren ska få mat. Deltagarna har byggt upp en otrolig förmåga till att kunna utföra arbetsuppgifterna de har blivit tilldelade. Deltagarna har även fått chansen att utveckla sina förmågor genom att de projektansvariga har ett positivt tänkande och en tro på att deltagarna kommer klara av detta. Det kan upplevas att deltagarna känner en stark känsla av empowerment, de har en stark tro och styrka till att klara av uppgifterna de blev tilldelade. Begreppet empowerment kan med en svensk översättning betyda egenmakt. Det kan beskrivas som att individen får en ökad personlig styrka och förmåga till att själv styra och utveckla den fysiska, psykiska och sociala hälsan (Hultgren, 2002). Empowerment handlar även om att visa uppskattning gentemot någon annan människa, att vara engagerad i sitt arbete och känna stolthet över det som åstadkoms (Blanchard, Carlos & Randolph, 1999). Deltagarna har visat ett stort engagemang och intresse för projektet, både när det blev tal om att det eventuellt skulle starta men även när det har dragits igång. Det märktes under intervjuerna att de känner en stolthet över vad de ska göra, både individuellt men även som grupp. Deltagarna berättade med stor glädje att de ska ordna bland annat turridningar för andra människor vilket de ska hålla i, och för att det ska lyckas behöver de utvecklas. Både kunskapsmässigt men även fysiskt för att orka hålla igång hela dagarna. Detta gör de förhoppningsvis genom den positiva responsen i form av beröm, tron på att deltagarna kan och ett stort engagemang från de projektansvariga.

En tydlig interpersonell upplevelse är när det kommer till den sociala delen för deltagarna i projektet, den har utvecklats betydligt. Dels genom att de är mer delaktiga med varandra och umgås på ett annat sätt jämfört med tidigare men även genom att deltagarna får träffa nya människor. Samvaron med djur har också förbättrat deras hälsa på olika plan. De nya arbetsuppgifterna på daglig verksamhet har gett deltagarna en ökad social tillhörighet, dels gruppen emellan men även med nya människor. Den sociala situation som uppstår när personerna möts i gruppen runt djuren kan bli en övning i att fungera med andra människor.

Det gemensamma intresset för djuren gör att det alltid finns något att tala om (Manimalisrapporten, 2009).

Terapi med djur kan leda till ett nytt eller fortsatt fritidsintresse, till exempel en häst- eller hundsport. Djur i terapisisituationer kan därför resultera i en livsstilspåverkan. Fritidsintresset kan föra med sig en social delaktighet i samhället och en mer aktiv fritid. Både att delta i någon förening men även att ha en aktiv livsstil främjas av att personer med funktionsnedsättning får en ökad delaktighet i samhällets olika områden (Håkanson, Palmgren Karlsson, Sallander & Henriksson, 2008). Målområdet, delaktighet och inflytande i samhället, bygger på att samhället ska utformas på ett sätt så att personer med funktionsnedsättning blir fullt delaktiga i samhället (Statens folkhälsoinstitut, 2010^b).

Något som måste bäras med under hela projektet är att ingen människa är lik den andra, varje människa är unik och uppfattar sin funktionsnedsättning på sitt eget sätt. En del erfarenheter kan delas med andra människor men det är just de individuella erfarenheterna som är unika. Det finns inte ett rätt sätt att förhålla sig till, det finns inte endast ett korrekt bemötande som gäller alla som möts. Det går inte ut på att behandla alla människor lika utan det är precis tvärtom, alla människor ska behandlas olika, detta för att alla ska få rättvisa villkor. Egenskaper som anses vara bra att ha med sig i möten med andra människor är respekt, bekräftelse, nyfikenhet, hoppfullhet, förtroende, förväntningar och empati (Eliasson Roos, 2010). Ett av folkhälsomålen, hälsa i arbetslivet, handlar bland annat om attityder, att de måste förbättras. Det handlar även om vilka krav som är rimliga att ställa på en person med funktionsnedsättning, att ge dem arbetstider som är anpassningsbara (Statens folkhälsoinstitut, 2010^b). Genom att ta fram arbetsuppgifter som är anpassade efter alla deltagares kapacitet ser det ut som att projektet kan bli en stor framgång. Deltagarna är unika på sitt sätt vilket gör att de har egna mål och förhoppningar. Det viktigaste är trots allt att de blir behandlade med respekt, att de blir bekräftade, att ge dem hopp och samtidigt visa dem ett förtroende på att de kommer klara av detta.

Konklusion

Föreliggande studie har visat på ännu en positiv påverkan djur kan ha på människor, i detta fall på daglig verksamhet som är för personer med funktionsnedsättning. Resultatet visade en klar upplevd förbättring gällande deltagarnas psykiska, fysiska och sociala hälsa. Deltagarna har blivit mer delaktiga i samhället genom att få tillgång till ett betydelsefullt arbete. Deras hälsa i arbetslivet har förbättrats genom att få tillgång till arbetslivet men även genom anpassning efter individens behov. Deltagarnas fysiska hälsa har också förbättrats genom deras långa dagspromenader och allt vad det fysiska arbetet med djuren för med sig. All denna förbättring har skett genom de nya arbetsuppgifterna på daglig verksamhet, och genom ett positivt salutogent tänkande från deltagarna själva men även från de projektansvariga. Genom att ha ett salutogent tankesätt i daglig verksamhet kan KASAM hos personer med funktionsnedsättning öka, vilket kan bidra till ökade möjligheter för att ta kontroll över sitt liv. Den kontrollen kan de ta om de har en stark tro till att de klarar av målen som sätts upp, om de har kraften av empowerment. Det handlar om att öka människors livskvalitet och förbättra deras möjligheter till att fungera självständigt i samhällslivet. Förhoppningen är dels att resultatet från studien ska få betydelse för fortsatt forskning, men inte minst att inspirera andra verksamheter till att arbeta med djur. Föreliggande studie vill även belysa vikten av att ha ett arbete att gå till och en meningsfull aktivitet att utöva. Det vetenskapliga underlaget för att bedöma effekterna av djur som en delaktighet i vården är begränsad. Det verkar ske en utveckling inom ämnet men det behöver mer forskning kring det, både med kvantitativa och kvalitativa studier för att kunskapen ska förbättras. Ett fortsatt arbete inom området är betydelsefullt men arbetet borde kanske utföras på ett annorlunda sätt, med just den här

målgruppen. Framför allt behövs det tid och planering om intervjuer ska användas, eftersom det visade sig att det fanns stor problematik att intervjua denna målgrupp. Forskningens fokus borde vara mer hälsofrämjande, hitta fler aktiviteter som gynnar hälsan bland personer med funktionsnedsättning. Dels genom att arbeta med djur men även låta dem prova på andra aktiviteter, många av dem kanske kan men inte vågar. För att undersöka vilken aktivitet som passar individerna kan det anordnas aktivitetsdagar, antingen varje daglig verksamhet för sig eller ett samarbete mellan alla daglig verksamheter i en kommun.

Litteraturförteckning

All C A., Loving L G. & Lee Crane, L. (1999). Animals, Horseback Riding, and implication for Rehabilitation Therapy. *Journal of Rehabilitation*, 65, 9-57.

Andersson, I. & Ejlertsson, G. (2009). Folkhälsa – några begreppsdefinitioner. I: Andersson, I & Ejlertsson, G (red). *Folkhälsa som tvärvetenskap - möten mellan ämnen* (s.17-30). Lund: Studentlitteratur.

Antonovsky, A. (2005). *Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och Kultur.

Arnhof, Y. (2008). *Onödig ohälsa – Hälsoläget för personer med funktionsnedsättning*. Östersund: Statens folkhälsoinstitut.

Beck-Friis, B., Strang, P. & Beck-Friis, A. (2007). *Hundens betydelse i vården – erfarenheter och praktiska råd*. Stockholm: Gothia Förlag.

Beck-Friis, J. (2009). [Elektronisk]. *Underskattat samspel människa och djur*. Tillgänglig: <http://miljoforskning.formas.se/sv/Nummer/Januari-2010/Innehall/Temaartiklar/Underskattat-samspel-manniska-och-djur/> Läst: 2012-02-20.

Bejerholm, U. & Eklund, M. (2005). Vardagslivet. I: Brunt, D & Hansson, L (red). *Att leva med psykiska funktionshinder – livssituation och effektiva vård- och stödinsatser*. (s.103-122). Lund: Studentlitteratur.

Berget, B., Ekeberg, Ø. & O Braastad, B. (2008). Animal-assisted therapy with farm animals for persons with psychiatric disorders: effects on self-efficacy, coping ability and quality of life, a randomized controlled trial. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental health*, 4, 1-7.

Blanchard, K., Carlos, J. & Randolph, A. (1999). *3 nycklar till Empowerment*. Stockholm: Svenska förlaget.

Boström, G. (2008). *Hälsa på lika villkor? Hälsa och livsvillkor bland personer med funktionsnedsättning*. Östersund: Statens folkhälsoinstitut.

Bryman, A. (2002). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber.

Davidsson, B. (2007). *Handläggning av stöd och service till människor med funktionshinder – enligt LSS och SoL*. Lund: Studentlitteratur.

Ejlertsson, G. (2005). *Enkäten i praktiken. En handbok i enkätmetodik*. Lund: Studentlitteratur.

Eliasson Roos, E. (2010). *Att möta annanheten 2*. Lund: BTJ Förlag.

Ewles, L. & Simnett, I. (2005). *Hälsoarbete*. Lund: Studentlitteratur.

Flygare, S. & Forsberg, H. (2005). *Hästar som redskap i medicinsk behandling. En kvalitativ innehållsanalys* (Examensarbete). Luleå: Luleå tekniska universitet. Institutionen för hälsovetenskap.

Grunewald, K. & Leczinsky, C. (2008). *Handikapplagen LSS och annan närliggande lagstiftning*. Stockholm: Norstedts Juridik.

Handisam. (2010). [Elektronisk]. *En god hälsa för hela befolkningen. Slutrapport Onödig hälsa*. Tillgänglig:
<http://www.handisam.se/Filer/On%c3%b6dig%20oh%c3%a4lsa/Slutrapport%20On%c3%b6dig%20oh%c3%a4lsa%20-%20tillganglig.pdf> Läst: 2011-11-22.

Hultén, P., Hultman, J. & Eriksson, L T. (2007). *Kritiskt tänkande*. Malmö: Liber.

Hultgren, S. (2002). *Folkhälsokunskap*. Stockholm: Bonnier Utbildning.

Håkanson, M. (2007). *Djur och människors hälsa. Sammanfattning av tre fokusgrupper om praxis, utbildning och forskning*. Skara: Sveriges Lantbruksuniversitet. Institutionen för husdjurens miljö och hälsa. Rapport 15.

Håkanson, M., Palmgren Karlsson, C., Sallander, M. & Henriksson, G. (2008). [Elektronisk]. *Husdjur och folkhälsa. En forskningsöversikt om betydelsen av sällskapsdjuren och lantbrukets djur för människor hälsa*. Tillgänglig:
http://www.halsansnatur.se/images/stories/husdjur_och_folkhlsa_2008_2.pdf Läst: 2012-02-21.

Håkanson, M. (2009). *Djurens betydelse för människornas hälsa*. Lidköping: Lidköpings tryckeri.

Höök, I. (2010). *Hund på recept – den professionella vårdhunden*. Stockholm: Gothia Förlag.

Ineland, J., Molin, M. & Sauer, L. (2009). *Utvecklingsstörning, samhälle och välfärd*. Malmö: Gleerup.

Jordbruksverket. (2011). [Elektronisk]. *Ökat intresse för Grön omsorg*. Tillgänglig:
<http://www.sjv.se/formedier/nyheter/nyheter2011/okatintrasseforgronomsorg.5.e01569712f24e2ca09800016966.html> Läst: 2012-02-06.

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

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.

Lantbrukarnas Riksförbund, LRF. (2010). [Elektronisk]. *Grön omsorg – meningsfull sysselsättning på gårdar i lantlig miljö för människor med behov av särskilt stöd*. Tillgänglig:
<http://www.lrf.se/PageFiles/9973/gron%20omsorg%202.pdf> Läst: 2012-02-06.

Larsson, S. (2000). De funktionshindrade och arbetsmarknaden. I: Tideman, M (red). *Perspektiv på funktionshinder & handikapp*. (s.273-299). Lund: Studentlitteratur.

Lundman, B. & Hällgren Graneheim, U. (2008). Kvalitativ innehållsanalys. I: Granskär, M. & Höglund-Nielsen, B (red). *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård*. (s.159-172). Lund: Studentlitteratur.

Lundvik Gyllensten, A. (2005). Kroppen, kroppsupplevelser och kroppsorienterade interventioner. I: Brunt, D & Hansson, L (red). *Att leva med psykiska funktionshinder – livssituation och effektiva vård- och stödinsatser*. (s.295-306). Lund: Studentlitteratur.

Manimalisrapporten. (2009). *Manimalisrapporten*. Tillgänglig: www.manimalis.se/uploads/4a2381578ca814a2381578d250.pdf Läst: 2012-02-23.

Norling, I. (2002). *Djur i vården. Om hur sällskapsdjur kan påverka äldres hälsa och livskvalitet, egenvård och oberoende, avlasta och förbättra vård och omsorg, sänka vårdkostnader och förbättra vårdpersonalens arbetsmiljö*. Göteborgs universitet: Sektionen för vårdforskning.

Patel R. & Davidson, B. (2003). *Forskningsmetodikens grunder. Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur.

Pellmer, K. & Wramner, B. (2007). *Grundläggande folkhälsovetenskap*. Stockholm: Liber.

Ryen, A. (2004). *Kvalitativ intervju – från vetenskapsteori till fältstudier*. Malmö: Liber.

Schäfer Elinder, L. & Faskunger, J. (2006). *Fysisk aktivitet och folkhälsa*. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.

Serpell, J. (1991). Beneficial effects of pet ownership on some aspects of human health and behaviour. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 84, 717-720.

Silfverberg, G. (2009). [Elektronisk]. *Hästens och hundens roll i rehabilitering och förebyggande hälsoarbete* (Arbetsrapport). Tillgänglig: http://www.esh.se/fileadmin/erstaskondal/ESH_Gemensamt/Arbetsrapporter/arbetsrapport_62.pdf Läst: 2012-02-20.

Silfverberg, G. & Tillberg, P. (2007). [Elektronisk]. *Hästen som terapeutiskt verktyg – om ridterapi, välbefinnande och livskvalitet*. Tillgänglig: http://www.esh.se/fileadmin/erstaskondal/Vardvetenskap/Forskning/hasten_som_therapeutiskt_redskap_slutrapport.pdf Läst: 2012-02-06.

Sjukgymnastförbundet. (2009). [Elektronisk]. *Self-efficacy – ett begrepp på modet?* Tillgänglig: http://www.sjukgymnastforbundet.se/Fysioterapi/Documents/Fysioterapi_2009/12_09/Selfefficacy_fysioterapi_nr%2012_09.pdf Läst: 2012-02-15.

Skouras, M. (2010). *Hur ridsjukgymnastik påverkar barns välbefinnande. Utvärdering av behandling genom barns, föräldrars och personals upplevelser*. Region Skåne: Habilitering & Hjälpmedel.

Socialdepartementet. (2008). *FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning*. Stockholm: Socialdepartementet.

Socialstyrelsen. (2009). *Folkhälsorapport 2009*. Stockholm: Socialstyrelsen.

- Socialstyrelsen. (2008). *Daglig verksamhet enligt LSS*. Stockholm: Socialstyrelsen.
- Society for Companion Animal Studies, SCAS. (2010). [Elektronisk]. *Benefits of AAI*. Tillgänglig: <http://www.scas.org.uk/1956/benefits-of-aa.html> Läst: 2012-02-22.
- Starrin, B. (2000). Empowerment och funktionshinder. I: Brusén, P. & Hydén, L-C (red.). *Ett liv som andra*. (s.71-94). Lund: Studentlitteratur.
- Statens folkhälsoinstitut. (2009). [Elektronisk]. *Vår verksamhetsidé*. Tillgänglig: <http://www.fhi.se/Om-oss/Verksamhetside/> Läst: 2012-02-03.
- Statens folkhälsoinstitut. (2010^a). [Elektronisk]. *Funktionsnedsättning och hälsa – Definitioner*. Tillgänglig: <http://www.fhi.se/Vart-uppdrag/Andra-uppdrag/Funktionsnedsattning-och-halsa/Definitioner/> Läst: 2011-11-22.
- Statens folkhälsoinstitut. (2010^b). [Elektronisk]. *Övergripande mål för folkhälsa*. Tillgänglig: <http://www.fhi.se/Om-oss/Overgripande-mal-for-folkhalsa/> Läst: 2012-03-24.
- Statens folkhälsoinstitut. (2010^c). [Elektronisk]. *Målområdena i ett funktionshinderperspektiv*. Tillgänglig: <http://www.fhi.se/Vart-uppdrag/Andra-uppdrag/Funktionsnedsattning-och-halsa/Politiska-mal/> Läst: 2011-11-22.
- Thorén-Jönsson, A-L. (2008). Grounded Theory. I: Granskär, M & Höglund-Nielsen, B (red.). *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård*. (s.107-123). Lund: Studentlitteratur.
- Uppsala kommun. (2007). [Elektronisk]. *Vad innebär ett salutogent synsätt i daglig verksamhet enligt LSS?* Tillgänglig: <http://www.salut.uppsala.se/dokument/salutogensynLSS.pdf> Läst: 2012-02-24.
- Uvnäs-Moberg, K. (2000). *Lugn och beröring – Oxytocinets läkande verkan i kroppen*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Uvnäs-Moberg, K. & Petersson, M. (2004). Oxytocin – biokemisk länk för mänskliga relationer. *Läkartidningen*, 101, 2634-2639.
- van Campen, C. & Iedema, J. (2007). Are persons with physical disabilities who participate in society healthier and happier? Structural equation modeling of objective participation and subjective well-being. *Quality of Life Research*, 16, 635-645.
- Vetenskapsrådet. (2002). [Elektronisk]. *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Tillgänglig: http://www.vr.se/download/18.7f7bb63a11eb5b697f3800012802/forskningsetiska_principer_t_f_2002.pdf Läst: 2012-01-16.
- Von Arbin, C. (1994). *Hippoterapi*. Färentuna: Kikkuli förlag.
- Wibeck, V. (2010). *Fokusgrupper. Om fokuserade gruppintervjuer som undersökningsmetod*. Lund: Studentlitteratur.
- Widerberg, K. (2002). *Kvalitativ forskning i praktiken*. Lund: Studentlitteratur.

World Health Organization, WHO. (1948). Constitution. New York: World Health Organization.

Bilaga 1

Informationsbrev deltagare

Hej, jag heter Therese Åkesson och studerar på Folkhälsopedagogiska programmet vid Högskolan Kristianstad och jag genomför nu mitt examensarbete. Jag är intresserad av att undersöka hur användningen av djur har en hälsofrämjande inverkan hos personer med funktionshinder.

Syftet med min undersökning är att få insikt hur deltagarnas upplevda hälsa har ändrats efter att kontakt med djur har tillkommit på daglig verksamhet. Jag vill få en djupare inblick av deras egen syn på det, dels när djuren blev en del av verksamheten men även vad de tänker om projektet som ska startas i januari.

Studien är betydelsefull för att få en djupare inblick i vilken betydelse användning av djur har för personer med funktionshinder.

Du är utvald för att beskriva och berätta om just dina tankar kring din hälsa, om hur du tycker den har förändrats efter att ni börjat arbeta med djur på daglig verksamhet. Jag är även intresserad av att få veta dina tankar om projektet som ska starta i januari.

Ditt deltagande är helt frivilligt och kan avbrytas när som helst utan att du behöver ange orsak.

Materialet som samlas in kommer att användas enbart till denna studie.

Allt datamaterial som samlas in kommer att behandlas konfidentiellt vilket innebär att jag inte kommer nämna vilka deltagare jag intervjuar. Jag kommer att använda mig av informationen i examensarbetet i form av citat eller andra former men det kommer inte gå att koppla till vem som har sagt vad.

Jag kommer att spela in intervjuerna på digitalt fickminne och ljudfilerna kommer sedan att läggas över och förvaras på min egen lösenordsskyddade dator.

Vid frågor var vänlig kontakta:
Therese Åkesson på 0734-39 28 44

Bilaga 2

Informationsbrev projektansvariga

Hej, jag heter Therese Åkesson och studerar på Folkhälsopedagogiska programmet vid Högskolan Kristianstad och jag genomför nu mitt examensarbete. Jag är intresserad av att undersöka hur användningen av djur har en hälsofrämjande inverkan hos personer med funktionshinder.

Syftet med min undersökning är att få insikt hur deltagarnas upplevda hälsa har ändrats efter att kontakt med djur har tillkommit på daglig verksamhet. Jag vill få en djupare inblick av deras egen syn på det, dels när djuren blev en del av verksamheten men även vad de tänker om projektet som ska startas.

Studien är betydelsefull för att få en djupare inblick i vilken betydelse användning av djur har för personer med funktionshinder.

Du är utvald för att beskriva och berätta om just ditt arbetssätt utifrån din yrkesprofession, exempelvis varför du arbetar som du gör och på vilka sätt du anser att det har en betydelse för dessa deltagare. Jag är intresserad av att få veta hur ni arbetat med djuren och deltagarna men även varför ni har arbetat så som ni gör samt era tankar kring projektet som ska starta i januari.

Ditt deltagande är helt frivilligt och kan avbrytas när som helst utan att du behöver ange orsak.

Materialet som samlas in kommer att användas enbart till denna studie.

Datamaterialet som samlas in kommer användas i examensarbetet genom att referera till vad du har berättat.

Jag kommer att spela in intervjuerna på digitalt fickminne och ljudfilerna kommer sedan att läggas över och förvaras på min egen lösenordsskyddade dator.

Vid frågor var vänlig kontakta:

Therese Åkesson på 0734-39 28 44

Bilaga 3

Intervjuguide deltagare

1. Vad heter du?
2. Hur gammal är du?
3. Vilka är dina intressen?
4. Kan du berätta vad som gör dig glad? Pigg? Ledsen? Trött?
5. När mår du som allra bäst?
6. Vad är roligast med daglig verksamhet? Vad betyder det för dig?
7. Sedan en tid tillbaka har ni arbetat med olika djur på er dagliga verksamhet, hur tycker du det har varit? Varför det?
8. Vad har varit roligast? Varför det?
9. Finns det något som inte är så roligt? Kan du berätta om det?
10. I januari ska det starta ett projekt som heter Hälsa med Hästkraft, vet du vad det innebär? Vad kommer att hända i projektet? Vad ska du göra i projektet?
11. Hur tycker du det ska bli? Varför det?
12. Har du arbetat med djur innan? Kan du berätta om det?
13. Vad är skillnaden på din hälsa nu jämfört med innan djuren kom? Varför det?
14. Hur mår du när du är med djuren? Vad tror du det beror på?
15. Är det något mer du vill berätta för mig om som inte kommit fram under intervjun?

Bilaga 4

Intervjuguide projektansvariga

1. Vill ni berätta kort om er utbildning/arbetsbakgrund?
2. Vill ni berätta om hur länge ni har arbetat här?
3. Vad var det som gjorde att ni kom till denna arbetsplats?
4. Vilka är era arbetsuppgifter?
5. Berätta generellt vad daglig verksamhet betyder och innebär.
6. Hur uppkom tanken till att starta ett projekt? (Hur upplever ni deras hälsa nu jämfört med innan?)
7. Berätta om projektet.
8. Hur ska ni arbeta med och under projektet?
9. Hur har ni kommit fram till att använda er av de metoderna som ni gör?
10. Vad är syftet med projektet?
11. Vad är målet med projektet?
12. Vad kommer ni att göra för att få deltagarna att medverka i och fullfölja projektet?
13. Hur hoppas ni att deltagarnas hälsa kommer att förändras, genom deras medverkan?
14. Är det något ni skulle vilja tillägga som inte har kommit fram under intervjun?