



Dyreassistert terapi med husdyr for mennesker med psykiske lidelser

I løpet av de siste tiår har et økende antall mennesker med psykiske lidelser hatt omsorgstiltak tilknyttet et gårdsbruk. Dette som en del av et terapeutisk tiltak, i form av rehabilitering og som arbeidstrening. Tiltakene går under fellesbetegnelsen *Grønn omsorg*, og inkluderer både bruk av dyr, og tiltak der hager, skog og landskap kan inngå.

Dyreassistert terapi (AAT) for mennesker med psykiske lidelser er godt dokumentert for kjæledyr. Når det gjelder bruk av husdyr i slik terapi finnes det så godt som ingen kontrollerte studier. Målet med dette prosjektet har vært å undersøke effekter av arbeid og kontakt med husdyr på voksne pasienters selvfølelse, evne til å mestre ulike situasjoner, livskvalitet, angst og depresjon gjennom en tre måneders intervensjon med husdyr.

Prosjektet ble utført som et randomisert, kontrollert forsøk. 90 pasienter ble tilfeldig trukket til en tre -måneders intervensjon med husdyr (n=60) eller til en kontrollgruppe (n=30) som fikk sin ordinære behandling. Ved siden av dyreassistert terapi fikk disse pasientene også ordinær terapi i hele prosjektperioden. På den måten kunne vi registrere om en intervensjon med husdyr hadde tilleggseffekter til ordinær terapi. Vi målte de samme parametrene igjen seks måneder etter endt intervensjon for å undersøke om eventuelle effekter var av mer varig karakter for den gruppen som fikk behandling sammenliknet med kontrollgruppen. De ulike parametrene var basert på validerte, standardiserte tester (angst; Spielberger State Anxiety

Inventory, depresjon; Beck Depression Inventory, tro på egen mestringsevne; Generalized Self-Efficacy Scale, stressmestring; Coping Strategies Scale og livskvalitet; Quality of Life Sscale). Hoveddiagnosene til pasientgruppen var stemningslidelser (hovedsakelig depresjon), angstrelaterte lidelser, personlighetsforstyrrelser og schizofreni. Vi forsøkte gjennom denne metoden også å finne svar på om det kunne identifiseres forskjeller mellom pasientgrupper med ulike diagnoser.

Pasientene deltok i arbeidet med dyrene, i første rekke storfe og sau, to ganger i uken og tre timer hver gang. Arbeidet besto i fôring, melking og børsting av dyrene. Blant de 90 pasientene som deltok fullførte 41 intervensjonen (68 %), mens 28 fullførte i kontrollgruppen (93 %). Gjennom videoregistreringer undersøkte vi om den enkelte pasient endret atferd og tilnærming til husdyrene gjennom intervensjonen, og om dette viste seg i form av bedret psykisk helse.

Studien viste at behandlingsgruppen fikk økt intensitet og nøyaktighet i arbeidet med dyrene ved slutten av intervensjonen i forhold til første del av perioden. Til tross for at vi ikke kunne registrere effekter av selve intervensjonen på de ulike helseparametrene, var det forskjeller mellom behandlingsgruppen og kontrollgruppen i form av lavere angst, bedret tro på egen mestringsevne, og evne til stressmestring seks måneder etter avsluttet intervensjon i behandlingsgruppen. Tilsvarende endringer ble ikke registrert i kontrollgruppen. Det var også positive effekter i forhold til bedret tro på egen mestringsevne og livskvalitet blant pasientene med stemningslidelser i behandlingsgruppen, men ikke i kontrollgruppen. Vi registrerte i tillegg at pasientene med størst bedring i depresjon i løpet av intervensjonsperioden også fikk størst bedring i mestring av stress i dagliglivet, bedret humør, og større tro på egen mestringsevne generelt. De samme pasientene rapporterte at de ble mer utadvendte og pratsomme i løpet av intervensjonen. Vi registrert derimot ingen effekt på livskvalitet verken i behandlingsgruppen eller i kontrollgruppen på noe tidspunkt.

Til tross for moderate endringer i psykisk helse, er det likevel positive funn knyttet til bedret tro på egen mestringsevne og lavere angst i behandlingsgruppen ved de oppfølgende registreringene seks måneder etter avslutning. Dette kan peke mot at pasientene først merket disse endringene en stund etter at intervensjonen var avsluttet. De fleste pasientene hadde langvarige psykiske symptomer, og man kan derfor ikke forvente rask og stor bedring i disse pasientgruppene.

Styrken i dette prosjektet er knyttet til bruk av standardiserte tester, gjennomførbarheten, og en moderat andel pasienter som droppet ut. Begrensningene har i særlig grad vært knyttet til en noe uspesifikk intervensjon, og manglende tilbud om en annen form for intervensjon til kontrollgruppen grunnet ressursmessige skranker, noe som ville kunnet gi sikrere resultater i sammenligning mellom gruppene.

Resultatene indikerer at dyreassistert terapi med husdyr har vært et nyttig tiltak som et supplement til ordinær terapeutisk behandling, særlig for pasienter med stemningslidelser. Prosjektet synes samtidig å ha bidratt til å utvikle gode samarbeidsformer mellom behandlere og gårdbrukere, og har således også bidratt til en større aksept for dyreassistert terapi med husdyr blant helsepersonell.

Bente Berget

Dr. Bente Berget

PhD

Faggruppe: Etologi og husdyrmiljø

Institutt for husdyr og akvakulturvitenskap

Universitetet for miljø- og biovitenskap

Postboks 5003

1432 Ås

Telefon: 64965226, mobil: 93423402, fax: 64965101

e-mail: bente.berget@umb.no