

Kaninassisteret Compassionfokuseret Terapi - KA-CFT -

Et eksplorativt casestudie der undersøger effekten af KA-CFT for en
borgergruppe med funktionsnedsættelse

10. Semester, speciale i Psykologi Aalborg Universitet 31. maj. 2024 Vejleder: Tia Hansen Navn og studienummer: Charlotte May Højholdt - 20194868 Steffi Guldberg Larsen - 20194196 Camilla Louise Wemmelund Sondrup - 20182917	Rapportens samlede antal tegn (inkl. mellemrum og fodnoter): 207.833 Svarende til antal normalsider: 87 sider Artiklens samlede antal tegn (inkl. mellemrum og fodnoter): 59.988 Svarende til antal normalsider: 25 sider Rammesættende dels samlede antal tegn (inkl. mellemrum og fodnoter): 147.845 Svarende til antal normalsider: 62 sider
---	--

Indholdsfortegnelse

ARTIKEL	1
1. INDLEDNING	1
1.1 FUNKTIONSNEDSÆTTELSE	1
1.2 COMPASSIONFOKUSERET TERAPI (CFT)	2
1.3 DYREASSISTERET TERAPI (DAT)	2
1.4 PILOTSTUDIE	4
2. METODE	5
2.1 DESIGN	5
2.2 ANTAGELSER	6
2.3 PROCEDURE	7
2.4 MÅLINGER OG ANALYSER	8
2.4.1 Interaktionsmængde	9
2.4.2 Selvmedfølelse	9
2.4.3 Tilfredshedsvurderinger	9
2.4.4 Feltnoter	10
2.4.5 Billeder	10
2.5 ANALYSESTRATEGIEN	10
3. INTERVENTION	11
3.1 KANINASSISTERET COMPASSIONFOKUSERET TERAPI (KA-CFT)	11
3.2 TERAPEUTISKE VÆRKTØJER I KA-CFT	11
3.2.1 <i>Den Dynamiske Diamant</i>	12
3.2.2 <i>KLAR-modellen</i>	12
3.2.3 <i>Tredyrsmodellen</i>	13
3.2.4 <i>Batterikaninen</i>	14
3.2.5 <i>Visuelle hjælpemidler</i>	15
3.3 INTERVENTIONSOVERSIGT	16

4. RESULTATER	20
4.1 DESKRIPTIV ANALYSE AF HAIS - GRUPPE A	20
4.2 DESKRIPTIV ANALYSE AF HAIS - GRUPPE B	21
4.3 DESKRIPTIV ANALYSE AF SCS-SF - GRUPPE A	22
4.4 DESKRIPTIV ANALYSE AF SCS-SF - GRUPPE B	23
4.5 ANALYSE	23
4.5.1 Interaktion	23
4.5.2 Deltagernes oplevede selvmedfølelse	25
4.6 ANALYSE AF DEN KVALITATIVE DATA	28
4.6.1 Deltagernes bedømmelse af sessionerne	28
4.6.2 Tematisk analyse	29
5. DISKUSSION	36
5.1 EFFEKTEN AF KA-CFT	36
5.2 TERAPEKANINERS BARRIERE OG POTENTIALE	38
5.3 BEGRÆNSNINGER OG FREMTIDIG FORSKNING	39
DEN RAMMESÆTTENDE DEL	41
1. INDLEDNING	41
2. BEGREBSOVERSIGT	42
3. LITTERATURSØGNING	43
4. TEORI	44
4.1 DYREASSISTERET INTERVENTION (DAI)	44
4.2 BÅNDET MELLEM MENNESKER OG DYR	45
4.3 INTERAKTIONEN MELLEM MENNESKER OG DYR	47
4.3.1 Dyrs symbolske og kulturelle betydning	48
4.3.2 Antropomorfisme	48
4.3.3 Spejlneuroner	50
4.3.4 Tilknytningsteori og social støtte	50
4.4 DYREASSISTERET TERAPI (DAT)	52

4.4.1	<i>Relationen i terapien</i>	52
4.4.2	<i>Teorien om menneske-dyre relationen</i>	54
5.	FORSKNING OM KANINER SOM TERAPIDYR	60
5.1	FORDELE VED KANINER SOM TERAPIDYR.....	60
5.2	ULEMPER VED KANINER SOM TERAPIDYR.....	61
5.3	OPMÆRKSOMHED PÅ DYREADFÆRD OG VELFÆRD	62
6.	COMPASSIONFOKUSERET TERAPI (CFT)	63
6.1	TEORIEN BAG COMPASSIONFOKUSERET TERAPI.....	63
6.1.1	<i>Trecirkelmodellen</i>	64
6.2	MEDFØLELSE OG SELVMEDFØLELSE.....	66
6.2.1	<i>Tre nøgleelementer af selvmedfølelse</i>	67
6.2.2	<i>Backdraft</i>	68
6.3	MEDFØLELSE OG SELVMEDFØLELSE I PRAKSIS	69
7.	FORSKNING I COMPASSIONFOKUSERET TERAPI (CFT)	70
7.1	EFFEKTEN AF CFT I KLINISKE POPULATIONER.....	70
7.2	EFFEKTEN AF CFT I POPULATIONER MED ERHVERVET HJERNESKADE (ABI)	71
7.3	UDFORDRINGER MED BRUGEN AF CFT	73
8.	KA-CFT-INTERVENTION OG MANUAL	74
8.1	TERAPIKANINERNES ROLLE	74
8.2	SELVMEDFØLELSE OG MEDFØLELSE I KA-CFT	75
8.2.1	<i>Opmærksomhed på Backdraft</i>	77
8.3	RELATIONS TEORI I KA-CFT	77
8.3.1	<i>Krop-Lyd-Adfærd og Relationsmodellen (KLAR-modellen)</i>	80
8.4	TILPASNING AF PSYKOEDUKATIVE ELEMENTER	82
8.4.1	<i>Tredyrsmodellen</i>	84
8.4.2	<i>Batterikaninen</i>	87
8.4.3	<i>Selvmedfølelse i praksis</i>	89

8.5 UDVALGTE MINDFULNESS- OG COMPASSIONØVELSER I KA-CFT	91
8.5.1 Opmærksomhedsøvelse med fokus på åndedrættet	91
8.5.2 Opmærksomhedsøvelse; sky-øvelsen med fokus på tankerne	92
8.5.3 Selvmedfølelsesøvelse i plenum; Hvordan vil du behandle en ven eller kaninerne?.....	92
8.5.4 Selvmedfølelsesøvelse i plenum; At identificere, hvad vi virkelig ønsker .	93
8.5.5 Selvmedfølelsesøvelse i plenum; En pause med selvmedfølelse.....	93
8.5.6 Selvmedfølelsesøvelse; Understøttende berøring.....	93
8.5.7 Compassionøvelse; Et dejligt sted	94
8.5.8 Compassionøvelse; Det medfølelsende væsen	94
8.5.9 Fravalgte øvelser	94
8.6 TILPASNING AF KA-CFT TIL SESSIONERNE I CASESTUDIET	95
9. VIDENSKABSTEORI	96
9.1 PRAGMATISME.....	96
9.1.1 Charles S. Peirces pragmatisme	97
9.1.2 Abduktion	98
10. METODEAFSNIT	99
10.1 CASESTUDIEMETODEN	99
10.1.1 Robert Yins casestudiedesign	100
11. FORSKNINGSDESIGN	103
11.1 ANALYSEENHEDER.....	104
11.2 ANALYSEENHEDER I CASESTUDIET	106
11.3 RAMMESÆTNING FOR TERAPIEN	106
11.4 SCREENING OG REKRUTTERING I CASESTUDIE	107
12. TILPASNING AF MÅLEINSTRUMENTER	110
12.1 HUMAN-ANIMAL INTERACTION SCALE (HAIS)	110
12.1.1 Aflæsning af kaniners signaler	111

12.2 SELF COMPASSION SCALE SHORT FORM (SCS-SF)	113
12.3 SESSIONSBEDØMMELSESSKALA (SBS)	114
13. METODEN FOR ANALYSEN.....	115
13.1 KRITERIER OG RETNINGSLINJER FOR FORTOLKNING AF MÅLEINSTRUMENTERNE	116
13.1.1 <i>Analyse af Human Animal Interaction Scale (HAIS)</i>	116
13.1.2 Analyse af Self Compassion Scale Short Form (SCS-SF)	117
13.1.3 <i>Analyse af sessionsbedømmelsesskala (SBS)</i>	117
13.1.4 <i>Analyse af feltnoterne</i>	118
13.1.5 <i>Analyse af billederne</i>	118
14. ETISKE OVERVEJELSER	118
14.1 ETISKE OVERVEJELSER VEDRØRENDE FORSKNING.....	118
14.1.1 <i>APAs etiske principper for forskning</i>	119
14.1.2 <i>Etiske overvejelser vedrørende praksis</i>	120
14.1.3 <i>Faglige etiske principper for danske psykologer</i>	120
14.1.4 <i>Etiske overvejelser vedrørende anvendelsen af kaniner i terapien</i>	121

Forord

Tak til

Vi ønsker først og fremmest at udtrykke vores tak til deltagerne, hvis engagement gjorde dette speciale muligt. Vi vil gerne takke aktivitetscentret, hvor casestudiet blev udført, for deres imødekommenhed, støtte og tillid. En særlig tak skal også rettes til vores vejleder, Tia Hansen, for hendes støtte og ekspertise.

Resume

The growing prevalence of disabilities in Denmark, including Acquired brain injury, multiple sclerosis, Parkinson's disease, and dementia, highlights the urgent need for targeted psychological support to address the multifaceted challenges faced by individuals with physical, cognitive, and psychosocial disabilities. These individuals often experience exclusion and isolation, emphasizing the necessity of specialized assistance to meet their specific needs. As statistics reveal an increasing number of people living with disabilities, prioritizing comprehensive psychological support tailored to this vulnerable population is essential for enhancing their quality of life and societal integration.

Research indicates promising outcomes for *Compassion Focused Therapy* (CFT) in increasing compassion and reducing shame and self-criticism among individuals with disabilities. Despite limited research on CFT's effects on this group, group-based interventions show more evidence of effectiveness than individual ones. *Animal Assisted Therapy* (AAT) offers comfort and security through interactions with therapy animals, potentially due to the release of beneficial neurotransmitters like endorphins, dopamine, and oxytocin. It also enhances cognitive and socio-emotional skills, especially beneficial for individuals with emotional disorders and physical or sensory disabilities. Rabbits exhibit intelligence, social adeptness, and empathetic traits, rendering them promising candidates for animal-assisted therapy (AAT). Incorporating rabbits into therapy programs can enhance therapeutic outcomes, providing individuals with unique avenues for emotional healing and well-being.

This led to the development of the intervention manual, *rabbit-assisted compassion focused therapy* (RA-CFT), aimed at supporting individuals with disabilities. The purpose of the RA-CFT-intervention is to provide targeted psychological support to individuals with moderate to severe disabilities, aiming to enhance their self-compassion and emotional well-being through a combination of compassion-focused therapy and interactions with therapy rabbits. A pilot study delved into the effects of AAT with rabbits in a compassion-focused group program for individuals with disabilities, revealing heightened interaction between participants and rabbits and a positive connection between self-compassion and

emotional attachment to the rabbits. The pilot study also observed the emergence of a newfound sense of community among participants, rooted in their interactions with the rabbits. These findings hinted at the potential efficacy of RA-CFT as an intervention for individuals with disabilities.

Building upon these initial insights, this study further investigated RA-CFT's impact on individuals with moderate to severe disabilities. Further assistive devices were integrated to aid participants in understanding psychoeducational concepts and engaging in self-compassion exercises. Employing an embedded case study design, eight participants were recruited from a facility catering to individuals with such disabilities, divided into Group A and Group B. While undergoing the 8-session RA-CFT-intervention, participants completed the *Session Rating Scale* (SRS) to assess their perceptions of each session effectiveness and satisfaction. The *Self-Compassion Scale Short Form* (SCS-SF), were also administered in the first and last session. The *Human Animal Interaction Scale* (HAIS) evaluated the quality of interactions between participants and therapy rabbits. Additionally, the study incorporated field notes and pictures to capture qualitative observations and experiences during the therapy sessions.

The study found that RA-CFT demonstrated potential benefits for individuals with disabilities in group settings. Despite initial challenges, participants exhibited increased self-compassion, albeit with one exception. Ongoing adaptations to the therapy manual played a pivotal role in facilitating this improvement. Moreover, both therapy groups developed a sense of community, with Group A engaging in active discussions about therapy rabbits and Group B primarily fostering camaraderie between two participants. The therapy rabbits contributed positively to the therapeutic process, fostering a sense of connection and calmness among participants. Limitations include the small sample size and reliance on self-reported measures. Additionally, having an experienced *handler* present during therapy sessions is crucial for ensuring the well-being of therapy rabbits and maintaining intervention quality. Further research is needed to explore tailored interventions for visually impaired individuals and develop individualized therapy approaches.

Artikel

1. Indledning

1.1 Funktionsnedsættelser

Personer med funktionsnedsættelser kæmper ofte med fysiske handicap, kognitive mangler og psykosociale følgesygdomme, hvor især de psykosociale problemer kan være en udfordring (Thøgersen et al., 2022, pp. 1-2). Yderligere møder mennesker med funktionsnedsættelser ofte betydelige barrierer i samfundet, både fysiske og sociale. Disse barrierer kan resultere i følelser af eksklusion, isolation og begrænset deltagelse i daglige aktiviteter (Damgaard et al., 2013, p. 10f; Thøgersen et al., 2022, p. 10).

Samtidig er antallet af personer med funktionsnedsættelser tilsyneladende stigende i Danmark. En undersøgelse fra Hjerneskadeforeningen i 2020 viste, at over 230.000 danskere lever med en erhvervet hjerneskade (Hjerneskadeforeningen, 2020, p. 1). Antallet af danskere med sclerose er fordoblet fra 1998 til 2018 ifølge tal fra det danske Scleroseregister, og der er omkring 16.500 danskere med sclerose, med en årlig stigning på omkring 600 nye tilfælde (Scleroseforeningen, 2020, p.1). Ca. 12.000 personer lever med Parkinsons sygdom i Danmark, og årligt diagnosticeres ca. 1500 nye tilfælde (Parkinsonforeningen, 2021, p.1). Desuden vurderes det, at omkring 96.000 danskere over 65 år lever med demens, og dette tal forventes at stige til over 134.000 mennesker i 2035 (Videnscenter for demens, p. 1).

I artiklen præsenteres et casestudie af en ny interventionsform til mennesker med moderat til svær funktionsnedsættelse. Denne interventionsmanual, kaldet *kaninassisteret compassionfokuseret terapi* (KA-CFT), kombinerer både *dyreassisteret terapi* (DAT) og *compassionfokuseret terapi* (CFT). Ved at inddrage trænede kaniner i terapien, har interventionen til formål at støtte klienter med funktionsnedsættelser og samtidig fremme deres medfølelse og selvmedfølelse, hvilket kan bidrage til øget velvære og trivsel.

1.2 Compassionfokuseret terapi (CFT)

Kognitiv adfærdsterapi (KAT) er effektiv til behandling af depression og angst, men mindre effektivt, når klienterne har kognitive udfordringer såsom eksekutive funktionsforstyrrelser. Yderligere kan selvkritik og skam hindre engagement i KAT (Smith, 2019b, p. 61). Der er derfor en øget interesse for at anvende CFT til personer med funktionsnedsættelser, da den sigter mod at øge klienternes medfølelse og mindske skam og selvkritik (Craig et al., 2020, pp. 398f; Pauley & McPherson, 2010; Freeman et al., 2015 i Smith, 2019b, pp. 63-65; Thøgersen et al., 2022, p. 2). CFT kan forbedre mål-engagement og selvmedfølelse hos klienter og hjælpe dem med at håndtere udfordringer som skuffelser, social isolation og tilbagefald (Neff et al., 2005; Gilbert & Proctor, 2006; Neff et al., 2007 i Smith, 2019b, pp. 64f; p. 61).

CFT er en del af den tredje generation af kognitiv adfærdsterapi (Rosenberg et al., 2012, p. 26), der indbefatter mindfulness-, visualiserings- og medfølelses- og selvmedfølelsesøvelser, samt psykoedukation omkring medfølelse (Gilbert 2009, p. 199f; Gilbert, 2010, p. 12 & pp. 39-41; Gilbert, 2014, pp. 33 Neff & Tóth-Király, 2022, pp. 2f). Selvom der på nuværende tidspunkt er begrænset forskning tilgængeligt omkring brugen af CFT til mennesker med funktionsnedsættelser, så har gruppebaseret CFT mere evidens bag sig end individuelle CFT-forløb, hvilket fremhæver gruppeinterventionens potentiale (Craig et al., 2020, p. 386; pp. 395-399). Hertil skal det påpeges, at når klienter praktiserer selvmedfølelse, kan de opleve en midlertidig stigning i negative følelser kaldet *backdraft*. Dette kan opstå fordi tidligere undertrykt smerte og sårbarhed kommer frem under terapien (Neff & Germer, 2022, p. 58; Neff, 2024b, p. 1).

1.3 Dyreassisteret terapi (DAT)

Forholdet mellem mennesker og dyr, også kendt som menneske-dyr bånd (MDB), er blevet genstand for stigende interesse i de seneste årtier (Fine, 2019, p. 3). Dette

forhold er blevet studeret gennem begreber som antropomorfisme¹ og tilknytning² for at forstå de positive effekter af menneskers interaktion med dyr (Beetz, 2017, pp. 141-144). Eksisterende forskning indikerer, at dyr kan fungere som sociale katalysatorer og bidrage til øget tillid mellem mennesker, herunder klienter og deres psykologer (Hansen & Glintborg, 2021, p. 2). Derudover har interaktion med dyr potentiale til at forbedre kognitive og socio-emotionelle færdigheder, især hos personer med særlige udfordringer som følelsesmæssige lidelser og fysiske eller sensoriske handicaps (Beetz, 2017, p. 139). Yderligere kan interaktion med dyr reducere smerter, ensomhed og angst (Beetz, 2017, pp. 139-140; Chandler, 2017, p. 3 & pp. 17f; Compitus, 2019, pp. 2-3; Glintborg & Hansen, 2021, p. 2). Dyr's potentiale for at øge social kontakt og tillid kan være særligt gavnligt for personer med funktionsnedsættelser, da de ofte kæmper med sociale udfordringer og risikerer isolation (Hediger et al. 2019, p. 1).

Dyreassisteret terapi (DAT) er en terapeutisk behandlingsmetode, der inkorporerer dyr som en del af klientforløbet. Formålet med DAT er at forbedre den sociale, følelsesmæssige eller kognitive funktion hos klienten i overensstemmelse med en fastlagt behandlingsplan (Compitus, 2019, pp. 1f). Det er vigtigt at bemærke, at DAT ikke bør være den primære form for behandling, men integreres med andre terapeutiske metoder (Stewart, 2014 i Compitus, 2019, pp. 1f). Når klienten interagerer med et terapidyr, skaber det ofte en følelse af komfort og sikkerhed, muligvis som følge af frigivelsen af endorfiner, dopamin og oxytocin under disse sociale interaktioner (Beetz, 2017, p. 139; Chandler, 2018, pp. 429-432; Compitus, 2019, pp. 1f; Hansen & Glintborg, 2021, p.2).

Ifølge en af de ledende eksperter inden for DAT Cynthia Chandler (2018) kan terapidyret assistere terapeuten i at analysere klientens psyke, gennem dyrets adfærd og kommunikation. Derfor er det nødvendigt, at terapeuten har en omfattende forståelse for terapidyrets adfærd. Når dyr registrerer stress eller ubehag

¹ Antropomorfisme er tilskrivning af menneskelige egenskaber til dyr (Beetz, 2017, pp. 141- 144).

² Tilknytning er et adfærdssystem, der sigter mod at skabe og opretholde nærhed til en omsorgsperson for at sikre beskyttelse og omsorg (Beetz, 2017, pp. 141- 144).

hos mennesker, vil de udvise forskellige adfærdsmønstre såsom forskydnings-, alarm- eller beroligende signaler og bør tages i betragtning under terapisesessionerne (Chandler, 2018, p. 430).

Selvom hunde traditionelt er det foretrukne dyr i DAT, så er brugen af kaniner som terapidyrr blevet mere udbredt (Loukaki et al., 2010, p. 221; Součková et al., 2023, p. 1; Suba-Bokodi et al., 2022, p.1). Forskning indikerer, at kaniner potentielt kan være effektive terapidyrr for børn på grund af deres intelligens og evne til at socialisere. Yderligere er kaninen god til at kommunikere gennem sit kropssprog, og viser mange af dens naturlige adfærdsmønstre under interaktion med mennesker (Loukaki et al. 2010, pp. 222f). Mens nogle undersøgelser viser positive reaktioner fra kaniner i terapisesessioner, viser andre undersøgelser tegn på negativ adfærd hos kaniner under interaktion med børn (Součková et al., 2023, p.1; Suba-Bokodi et al., 2022, p. 1; pp. 5-8). Selvom kaniner generelt trives i menneskelig interaktion, er det afgørende at håndtere dem med forsigtighed for at undgå at skræmme dem og sikre deres trivsel i dyreassisteret terapi. Det anbefales, at en erfaren *handler* (ejer/træner af terapidyret) med viden om kaniners adfærd og behov inddrages i terapisesessioner (Loukaki et al. 2010, pp. 223f).

1.4 Pilotstudie

I 2023 udførte forfatterne af denne artikel et pilotstudie (Sondrup et al., 2023), der undersøgte effekten af dyreassisteret terapi med kaniner på et compassionfokuseret gruppeforløb for borgere med moderat til svær funktionsnedsættelser på et aktivitetscenter (p. 9). Resultaterne viste, at interaktionen mellem deltagerne og terapikaniner varierede individuelt, men der var en generel stigning i interaktionen over tid. I forlængelse af dette fandt man også en positiv sammenhæng mellem deltagernes selvmedfølelse og følelsesmæssige tilknytning til terapikaninerne, samt bidraget til ny fællesskabsdannelse blandt deltagerne. Afslutningsvis blev der fundet sammenhæng mellem fremmødefrekvensen og deltagernes oplevede selvmedfølelse (Sondrup et al., 2023, pp. 96f; pp. 111f).

Forskningen skitseret ovenfor indikerer, at CFT med inddragelse af DAT med kaniner, havde potentiale som intervention for personer med funktionsnedsættelse hvis det blev tilbudt som et gruppeforløb, dog er forskning fortsat sparsom.

Dette casestudie byggede videre på pilotstudiet for at udforske effekten af et manuelbaseret interventionsprogram; *kaninassisteret compassionfokuseret terapi* (KA-CFT) for personer med moderat til svær funktionsnedsættelse.

2. Metode

2.1 Design

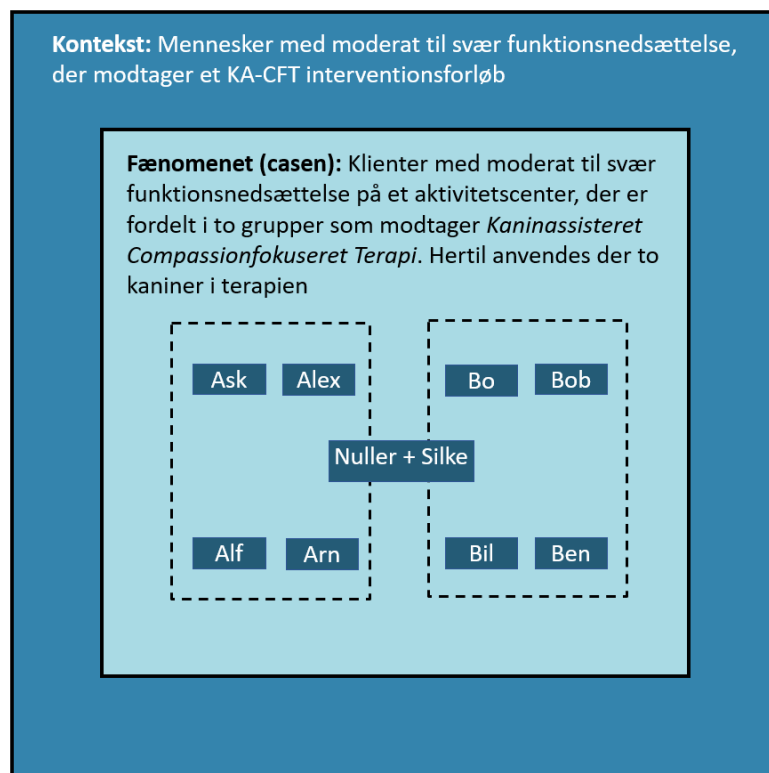
I undersøgelsen anvendtes et embedded casestudie design, som bestod af en enkelt case med flere analyseenheder. Hver analyseenhed var den enkelte deltager i forløbet, som var embedded (indlejret) i to forskellige grupper, der modtog KA-CFT-interventionen (Yin, 2014, pp. 49f). I casestudiet anvendtes Robert Yins tilgang til casestudier, hvor formålet var at opnå en nuanceret forståelse af fænomenet og dets kontekstuelle faktorer (**Figur 1**) (Yin, 2014, pp. 16-17).

Formålet med casestudiet var at undersøge om KA-CFT-interventionen kunne øge den oplevede selvmedfølelse og medfølelse hos deltagerne, samt undersøge interaktionen mellem deltagerne og terapikaninerne, hvor forskningsspørgsmålet var:

Hvilken indvirkning kan kaninassisteret compassionfokuseret terapi have for personer med moderat til svær funktionsnedsættelse?

Figur 1

Oversigt over embedded casestudie i KA-CFT-interventionen



2.2 Antagelser

I forskningsdesignet blev antagelser anvendt til at repræsentere den bagvedliggende teoretiske forståelse af fænomenet, der undersøges samt til at integrere viden fra forskning og pilotstudiet præsenteret i indledningen (Yin, 2014, p. 30).

Første antagelse: Baseret på resultaterne fra pilotundersøgelsen antog vi, at interventionen som helhed ville blive positivt modtaget af deltagerne.

Anden antagelse: På baggrund af pilotundersøgelsen, præsenteret forskning af CFT, samt det teoretisk grundlag udformet af Neff og Gilbert, antog vi, at KA-CFT kunne øge de fleste deltagers oplevelse af selvmedfølelse.

Tredje antagelse: Baseret på pilotundersøgelsen, hvor fællesskabet var et centralt tema antog vi, at klienterne ville få en oplevelse af fællesskab i terapien gennem gensidig spejling og deling af livshistorier.

Fjerde antagelse: Baseret på præsenteret forskning, samt pilotundersøgelsens resultater af tilknytningens indvirkning på interaktionen antog vi, at deltagernes og terapikaninernes interaktionsmængde ville stige over tid.

Femte antagelse: Udfra præsenteret forskning samt det teoretiske grundlag udformet af Chandler antog vi, at der ville opstå dynamiske relationer mellem terapidyret, klienterne, *handler* og terapeuterne. I sammenhæng med dette antog vi også, at dyrene ville udtrykke forskydnings-, alarm- og beroligende signaler baseret på klientens emotionelle tilstand.

Sjette antagelse: Baseret på præsenteret forskning, samt pilotundersøgelsen omkring det bånd, der kunne opstå mellem dyr og mennesker i interaktionen antog vi, at tilknytning, social støtte og antropomorfisme, ville udgøre grundlaget for, at der opstod en stærk relation mellem terapikaninen og deltageren.

2.3 Procedure

I casestudiet deltog otte deltagere ($N = 8$), som var blevet rekrutteret på et aktivitetscenter for personer med moderat til svær funktionsnedsættelse. Deltagerne bestod af syv mænd ($n = 7$) og én kvinde ($n = 1$), som efterfølgende blev inddelt i to grupper (Gruppe A og Gruppe B) med fire deltagere i hver. Én deltager blev ekskluderet fra undersøgelsen grundet emotionel overbelastning ved besvarelse af spørgeskemaer ($N = 7$). Deltageren fik dog fortsat lov til at deltage i terapien af etiske hensyn.

Tabel 1. Kodning og opdeling af deltagerne

Kodningen af deltagerne	
Gruppe A	Gruppe B
Ask	Bo
Alex	*Bob
Alf	Bill
Arn	Ben

Note. *Missing item

Interventionen blev udført af tre psykologistuderende på 10. semester. To af disse studerende fungerede som terapeuter, mens den tredje havde rollen som *handler*. Terapeuter stod for at udføre samtaler og de terapeutiske øvelser med deltagerne, mens *handler* havde ansvaret for terapikaninernes helbred og sikkerhed, samt at supplere med viden omkring kaninernes adfærd under interventionen.

Casestudiet har nøje fulgt og overholdt de etiske retningslinjer fastsat af American Psychological Association (APA) og de etiske principper for nordiske psykologer, sammen med retningslinjer fra *International Association of Human-Animal Interaction Organizations* (IAHAIO) om '*One Health*' og '*One Welfare*', da casestudiet involverede dyr og mennesker (American Psychological Association, 2024, p. 1; Dansk Psykolog Forening, 2021-2024, pp. 28–32; IAHAIO, 2018, pp. 5f). Før casestudiet blev udført, blev der indhentet skriftligt samtykke fra deltagerne i screeningsfasen. Alle data og personfølsomme oplysninger, der blev indsamlet under casestudiet, blev behandlet fortroligt og beskyttet i overensstemmelse med GDPR (Datatilsynet, 2024, p. 1f).

2.4 Målinger og analyser

Ét af de to selvrapporteringsskemaer *Self-Compassion Scale Short Form* (SCS-SF) blev udført under første og sidste session af forløbet, hvor den anden *sessionsbedømmelsesskala* (SBS) blev udført efter hver session. Her skal det påpeges at besvarelser af rapporteringsskemaer ofte kan være svært for mennesker med funktionsnedsættelse grundet kognitive udfordringer, herunder koncentrationsbesvær (Craig et al., 2018, p. 1729). For at imødekomme disse udfordringer blev sproget i rapporteringsskemaerne forenklet og terapeuterne stod til rådighed for at assistere deltagerne (oplæsning og gennemgang af spørgsmålene).

Udover førnævnte skemaer, blev der foretaget feltnoter samt observationer under terapisessionerne ved brug af observationsskemaet *Human-Animal Interaction Scale* (HAIS). Til supplerung blev der taget billeder af deltagernes interaktion med terapikaninerne.

Formålet med inklusionen af feltnoter var at afdække mulige mønstre, der kunne foreslå specifikke forbindelser mellem data og evalueringen af effekten af KA-CFT-interventionen.

2.4.1 Interaktionsmængde

Observationsskemaet *Human-Animal Interaction Scale* (HAIS) blev anvendt til at evaluere interaktionsmængden mellem deltagerne og terapekaninen over tid, hvor observationerne blev noteret under hver sessionsgang af *handler*. HAIS består af 24 items, der beskriver specifikke adfærdsmæssige handlinger, både ønskelig og uønskelig adfærd, som deltageren og terapekaninen kan udføre under interaktionen. Disse items vurderes på en 5-punkts Likert-skala. Til analysen blev de separate scores for *menneskelig interaktion* (MI) og *dyre interaktion* (DI) inddraget (Fournier et al., 2017, pp. 8-9). HAIS blev tilpasset til vores KA-CFT-intervention for bedre at afspejle terapekaninernes adfærd og terapimiljøet (Appendix D).

2.4.2 Selvmedfølelse

Til måling af deltagernes oplevede selvmedfølelse blev en dansk oversat version af *Self-Compassion Scale Short Form* (SCS-SF) anvendt. Et selvrapporteringsskema bestående af 12 items, der inkluderer de tre grundlæggende komponenter af selvmedfølelse: (1) Forståelse og venlighed over for sig selv; (2) opmærksom på egne følelser og tanker uden at dømmе dem; og (3) anerkendelse af, at lidelse er en naturlig del af livet, som alle oplever. Deltagerne vurderede hver item på en skala fra 1 til 5 (Raes et al., 2011, p. 251; Neff & Tóth-Király, 2022, p. 3).

2.4.3 Tilfredshedsvurderinger

Til deltagernes tilfredshedsvurderinger af de enkelte sessioner, blev *sessionsbedømmelsesskala* (SBS), inspireret af *Session Rating Scale* (SRS) af Duncan et al. et al. (2003) anvendt (pp. 4-6). Denne udgave af SBS består af seks spørgsmål, der evaluerer forskellige aspekter af KA-CFT-interventionen: 1. *Jeg synes at min tid med kaninen hjalp mig* (samvær med kaninen); 2. *Jeg synes, at terapeuten lyttede til*

mig, forstod mig og respekterede mig (samarbejde); 3. *Vi fokuserede på det som jeg ønskede at tale om i terapien* (samtaleemner); 4. *Jeg synes at det terapeuter sagde var til at forstå* (terapien); 5. *Jeg synes at øvelserne var gode for mig* (øvelser); og 6. *Samlet set var det en god terapi dag* (samlet set). Deltagerne vurderede graden af tilfredshed på en analogskala, hvor der var tilføjet 5 punkter for at imødekomme deltagernes kognitive udfordringer samt synshandicap. På skalaen indikerer 1 den laveste grad af tilfredshed og 5 den højeste grad af tilfredshed (Appendix D).

2.4.4 Feltnoter

Feltnoterne blev noteret efter hver sessionsgang af de to terapeuter samt *handler*. Feltnoterne var primært i notatform, med udvalgte gengivelse af samtaler der fandt sted under terapien (Yin, 2014, pp. 124-125). I feltnoterne fremgik der fokuspunkter omkring; gruppedynamikken, deltagernes reaktion og respons på de psykoedukative elementer, samt mindfulness- og compassionøvelser. Derudover fremgik der fokuspunkter omkring kaninerne; før, under og efter sessionen, interaktionen og relationen mellem kaninerne og deltagere, samt kaninernes forskydnings-, alarm- og beroligende signaler (Chandler, 2018, p. 430).

2.4.5 Billeder

Billederne af deltagernes interaktion med terapikaninerne blev taget under sessionerne. På billederne var det primært terapikaninen, som var fokus, hvor deltagernes ansigt, samt andre genkendelige træk ikke fremkom for at sikre deltagernes anonymitet.

2.5 Analysestrategien

Forskningsspørgsmålet og de teoretiske antagelser dannede grundlaget for analysen af de forskellige datakilder (Yin, 2014, p. 136). Excel blev anvendt til at behandle kvantitative data fra HAIS, SCS-SF og SBS. Derudover blev mønstergenkendelse anvendt som teknik til identifikation og analyse af centrale mønstre, som fremgik i feltnoterne, SBS og billededokumentationen (Yin, 2014, p. 143-147). En triangulering

af både kvantitative og kvalitative data blev udført for at opnå en samlet forståelse og undersøge sammenhængen mellem forskellige datakilder og de angivne antagelser (Yin, 2014, pp. 119-122).

3. Intervention

3.1 Kaninassisteret compassionfokuseret terapi (KA-CFT)

Inspireret af tidligere interventionsmanualer; *Compassion focused therapy for people with dementia* af Craig et al. (2018) og *Psychotherapeutic Intervention for Adults With Acquired Brain Injury: A Case Study Using BackUp* af Thøgersen et al. (2022), har vi udviklet interventionsmanualen; *kaninassisteret compassionfokuseret terapi* (KA-CFT), som har til formål at bidrage til dette begrænsede forskningsfelt.

I dette interventionsforløb var målet at følge manualen for at sikre, at alle emner blev behandlet i hver session. Selvom interventionen generelt blev implementeret i overensstemmelse med manualen, blev der foretaget enkelte justeringer for at imødekomme deltagernes individuelle behov. Der blev eksempelvis brugt ekstra tid på psykoedukation for at sikre bedre forståelse af relevante emner. Yderligere blev psykoedukationen præsenteret i form af visuelle billeder og fysiske genstande. Deltagerne fandt til tider de psykoedukative elementer abstrakte og udfordrende, og det blev understreget, at det var vigtigere for dem at reflektere over øvelserne end at udføre dem korrekt.

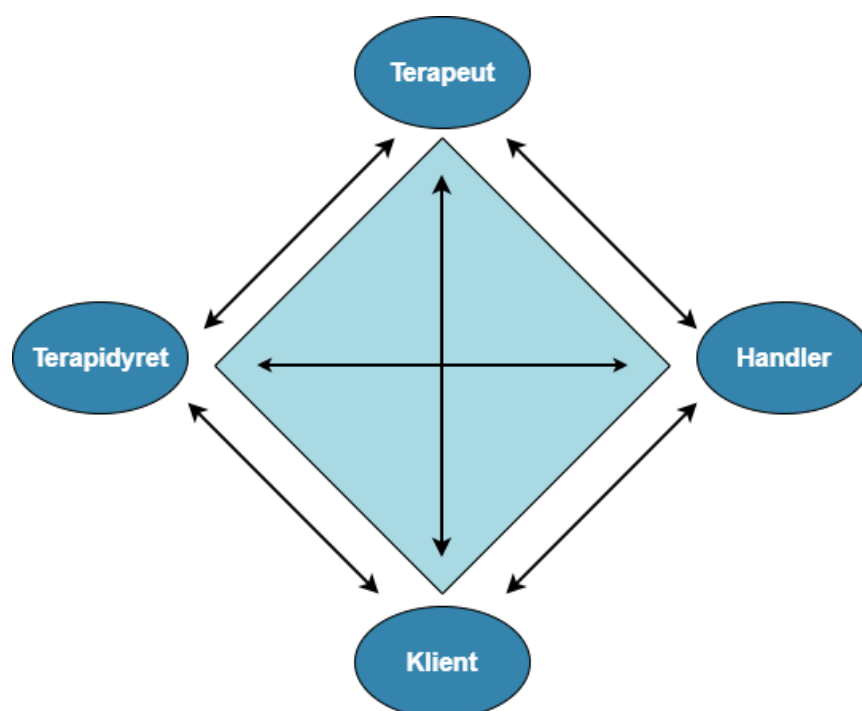
3.2 Terapeutiske værktøjer i KA-CFT

Inspireret af teoretiske modeller: *Relationens dynamikken i DAT* (Chandler, 2017, p. 135), *trecirkelmodellen* (Gilbert, 2009, pp. 200f) og *kiksemodellen* (Wiwe, 2015, p. 34) har vi udviklet vores egne terapeutiske værktøjer, som er en central del af KA-CFT-manualen.

3.2.1 Den Dynamiske Diamant

I KA-CFT sigtes der mod, at terapeuten, klienten, terapidyret og handleren indgår i en fælles dynamisk proces, som foregår i en integreret enhed kaldet *den dynamiske diamant* (Figur 2), hvor hver part indgår i interaktionen under terapien. Vi vurderede, at dette samarbejde vil kunne bidrage til at skabe en stærk og givende alliance, som kunne støtte klientens terapeutiske udvikling og fremme deres velbefindende.

Figur 2.



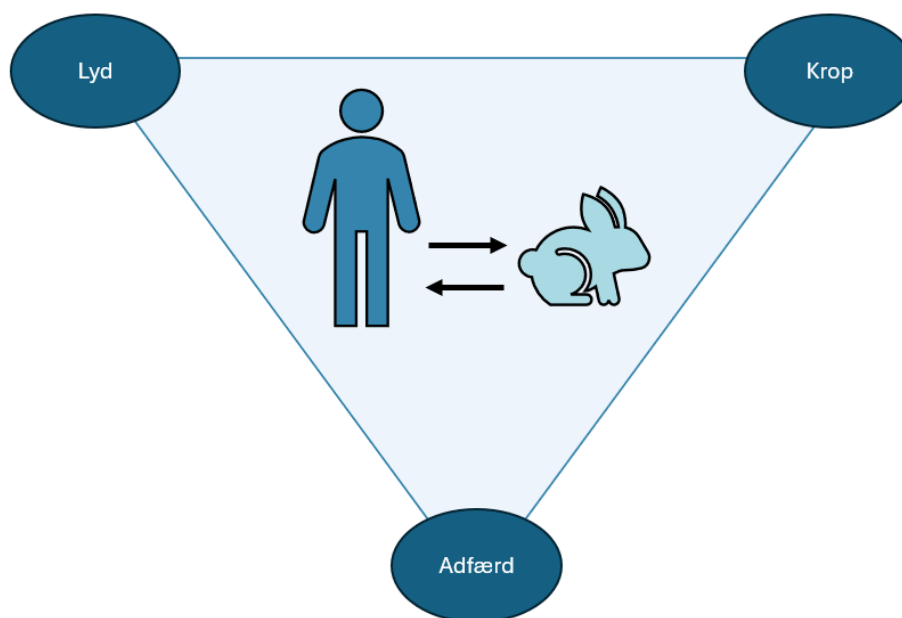
Note. (Højholdt et al., 2024) ©

3.2.2 KLAR-modellen

I terapien indgår terapeuterne, *handler* og deltager i dialoger om fælles træk mellem mennesker og kaniner, for at facilitere en relation mellem deltagerne og terapikaninerne, her blev der gjort brug af antropomorfiseringen i henhold til kaninernes tanker og følelser. Der blev set på terapikaninernes subtile kommunikation gennem lyde og kropssprog, og klienterne blev inddraget i en dialog om ligheder mellem kaniners skjulte sprog og deres eget for at adressere fysisk og psykisk smerte. Formålet med *Krop-Lyd-Adfærd og Relationsmodellen* (KLAR-

modellen) (**figur 3**) er at være et anvendeligt redskab i terapien eller som en del af klientens psykoedukation i behandlingen.

Figur 3.

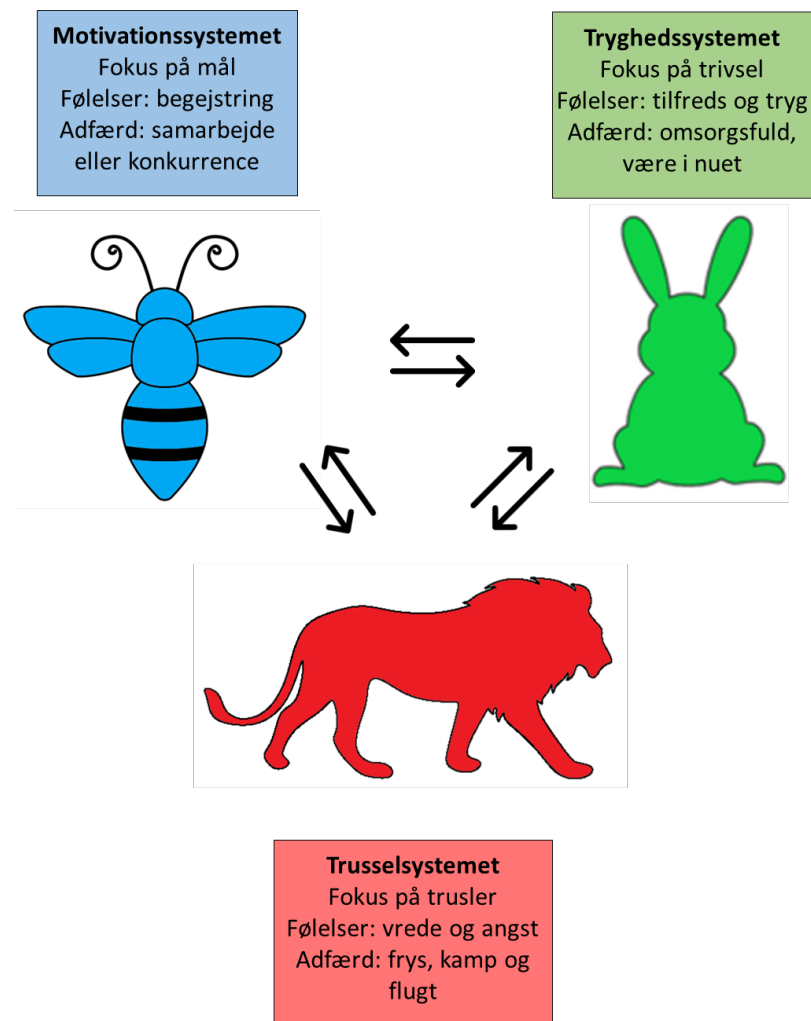


Note. (Højholdt et al., 2024)©

3.2.3 Tredyrsmodeilen

Tredyrsmodeilen (**figur 4**) er en tilpasset version af Gilberts *trecirkelmodel*, der repræsenterer tre forskellige systemer til regulering af følelser; *trusselssystemet*, *motivationssystemet* og *tryghedssystemet* (Gilbert, 2009, pp. 200f). Formålet med justeringerne var at gøre de psykoedukative elementer mere tilgængelige og nemmere at huske for klienter med kognitiv svækkelse. I den omdøbte tredyrsmodeil blev cirklerne erstattet med tre dyr, så klienterne kunne associere systemerne med terapekaninen og symbolikken bag de andre udvalgte dyr.

Figur 4.

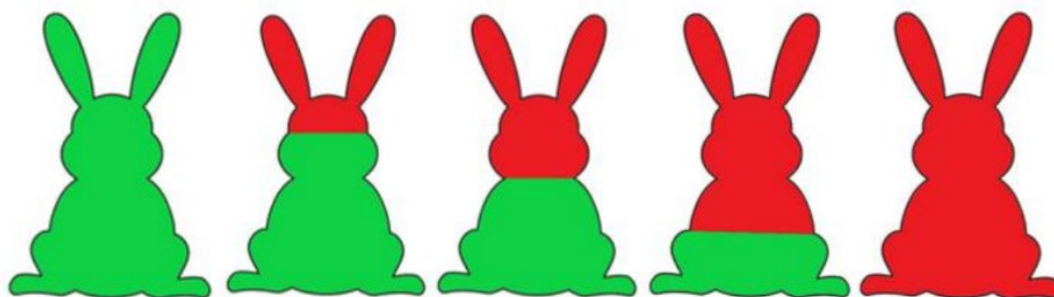


(Højholdt et al. 2024)©

3.2.4 Batterikaninen

Batterikaninen (**figur 4**) er inspireret af *kiksemodellen*, som er et psykoeducativt værktøj til at administrere energifordeling i løbet af ugen, når man har mentalt træthed (Wiwe, 2015, p. 34). I KA-CFT-interventionen anvendes batterikaninen, hvor metaforen omkring den ikoniske Duracell-kanin blev inddraget som symbol på mental træthed. Batterikaninens formål var at skabe en bevidstheddannelse omkring mental energiniveau og med at planlægge aktiviteter for at undgå træthed og opnå mere vedvarende energi. Yderligere fungerede den som et kommunikationsredskab, hvor klienterne kunne angive deres niveau af udmattelse eller manglende motivation før, under eller efter en session.

Figur 4

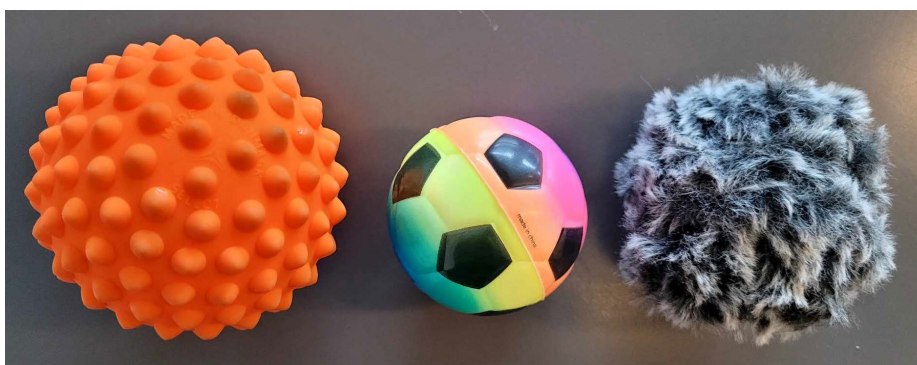


(Højholdt et al. 2024)©

3.2.5 Visuelle hjælpemidler

For at imødekomme klienter, der havde synshandicap, blev der implementeret fysiske hjælpemidler, hvor tre bolde repræsenterede tredyrsmodellen (**billede 1**). Fem små bløde bolde repræsenterede batterikaninen (**billede 2**) og tre figur repræsenterer selvmedfølelsens tre nøgleelementer (**billede 3**).

Billede 1



Rækkefølgen af boldene fra venstre af; *trussels-, motivation- og trykshedsystemet*

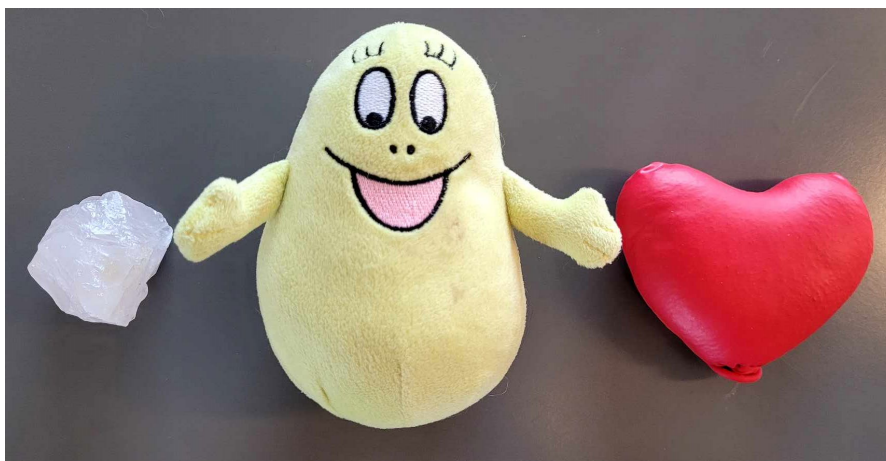
(Højholdt et al. 2024)©

Billede 2



Bolde der illustrerer batterikaninen (Højholdt et al. 2024)©

Billede 3



Rækkefølgen af figurerne fra venstre af; *mindfulness, følelse af fælles menneskelighed og selvvenlighed* (Højholdt et al. 2024)©

3.3 Interventionsoversigt

Interventionsprogrammet omfattede otte gruppesessioner af 60 minutters varighed, som blev afholdt en gang om ugen. Programmet var manualiseret og inkluderede forskellige elementer af CFT, såsom psykoedukation, mindfulness- og compassionøvelser. Yderligere blev der implementeret støttende elementer løbende gennem terapien (tabel 2).

Tabel 2.

Session	Sessions emner	Sessionens indhold og fokuspunkter	Mindfulness- og compassionøvelser	Støttende elementer i terapien
1	Introduktion	Psykoedukation af CFT i forbindelse med funktionsnedsættelse	Mindfulnessøvelse <i>Opmærksomhedsøvelse</i> med fokus på åndedrættet: Formålet er at fokusere på vejtrækningen, hvor tanker og bekymringer falder i baggrunden	Samtale omkring ligheden mellem kaninens og menneskers sprog og adfærd (KLAR modellen) Formålet er at styrke relationen mellem kanin og klient Kaninens signaler inddrages

				Formål: støtte deltagerne, bevidsthedsgørelse af omsorg, forstærkelse af relationsdannelse, refleksion over følelsesmæssige tilstande Kaninerne assisterer deltagere i begge øvelser
2	Kæledyr samt savn til eget kæledyr	Psykoedukation af CFT og tredyrsmodellen i forbindelse med funktionsnedsættelse Opleve/udvikle opmærksomhed på tanker og følelser Udvikling af selvberoligende vejrtrækning	Mindfulnessøvelse <i>Sky-øvelsen:</i> Formålet er at observere og anerkender tanker og følelser, men lade dem passere uden at dømme eller hænge sig fast i dem	*KLAR modellen Formålet: bidrage til forståelsen af det psykoedukation *Kaninens signaler inddrages Kaninerne assisterer deltagere i begge øvelser
3	Selv-medfølelse	Kærlig venlighed for sig selv Give sig selv ro og tryghed	Fælles selvmedfølelsesøvelse <i>Hvordan vil du behandle en ven eller Nutter og Silke?:</i> Formålet er at forestille sig hvordan man ville behandle en ven i en svær situation, og derefter anvende den samme venlige og medfølelsende tilgang overfor sig selv. Compassionøvelse <i>Et dejligt sted:</i> Formålet er at fremme følelsen af empati og omsorg	*KLAR modellen Formålet: bidrage til forståelsen af selvmedfølelse *Kaninens signaler inddrages Kaninerne assisterer deltagere i begge øvelser

			ved at visualisere sig selv ved et dejligt sted, hvor man sender kærlige og medfølelse tanker til sig selv og andre.	
4	Medfølelse og selv-medfølelse i hverdagen del 1	*Psykoedukation af CFT og tredyrsmodellen Medfølelse og selvmedfølelse i hverdagen *Give sig selv ro og tryghed Frygt og blokeringer for medfølelse	Fælles selvmedfølelsesøvelse <i>At identificere, hvad vi virkelig ønsker</i> (OBS. kun ved Gruppe A): Formålet er at blive bevidst om de selvkritiske tanker og følelser, der opstår, og derefter prøve at finde en mere medfølelse og støttende tilgang til selv motivation. <i>*Et dejligt sted</i>	Inddragelse af boldene ift. tredyrsmodellen og batterikaninen *KLAR modellen Formålet: bidrage til forståelsen af selvmedfølelse og medfølelse *Kaninens signaler inddrages Kaninerne assisterer deltagere i begge øvelser
5	Medfølelse og selv-medfølelse i hverdagen del 2	*Psykoedukation af CFT og tredyrsmodellen *Medfølelse og selvmedfølelse i hverdagen Egen berøring der aktiverer ro Tillade sig selv at være venlig mod sig selv	Fælles selvmedfølelsesøvelse <i>En pause med selvmedfølelse:</i> Formålet er at skabe mere selvaccept ved at give sig selv kærlig opmærksomhed og accept i stedet for at dømme sig selv hårdt eller kritisere sig selv Selvmedfølelsesøvelse <i>Understøttende berøring:</i> Formålet er at skabe et fysisk øjeblik af omsorg og kærlighed for sig	*Inddragelse af boldene ift. *Kaninens signaler inddrages Kaninerne assisterer deltagere i begge øvelser

			selv gennem egen berøring	
6	Medfølelse og selv-medfølelse i hverdagen del 3	*Medfølelse og selvmedfølelse i hverdagen Strategier der kan bruges når terapeuterne og kaninerne ikke er der længere Selvmedfølelse vs. selvmedlidenhed Billedsprog: medfølelse anden	*<i>Opmærksomhedsøvelse</i> med fokus på åndedrættet Compassionøvelse <i>Det medfølelse væsen:</i> Formålet er at skabe en følelse af tryghed, støtte og styrke evnen til selvomsorg, gennem visualisering af et omsorgsfuldt væsen	Inddragelse af figurer til at symboler nøgleelementerne i selvmedfølelse *Kaninens signaler inddrages Kaninerne assisterer deltagere i begge øvelser
7	Medfølelse og selv-medfølelse i hverdagen del 4	Gennemgang af terapien og medfølelse fremtid	*<i>Opmærksomhedsøvelse</i> med fokus på åndedrættet *<i>Det medfølelse væsen</i>	*Inddragelse af figurer *Kaninens signaler inddrages Kaninerne assisterer deltagere i begge øvelser
8	Afslutning	Tilbage til centrale begreber/refleksion over praksis Hvad får klienterne med sig Opsummering og afslutning	*<i>Opmærksomhedsøvelse</i> med fokus på åndedrættet *<i>Et dejligt sted</i>	*Inddragelse af figurer *Inddragelse af boldene ift. *<i>KLAR modellen</i> Formålet: at støtte klienterne i forløbets afslutning *Kaninens signaler inddrages Kaninerne assisterer deltagere i begge øvelser

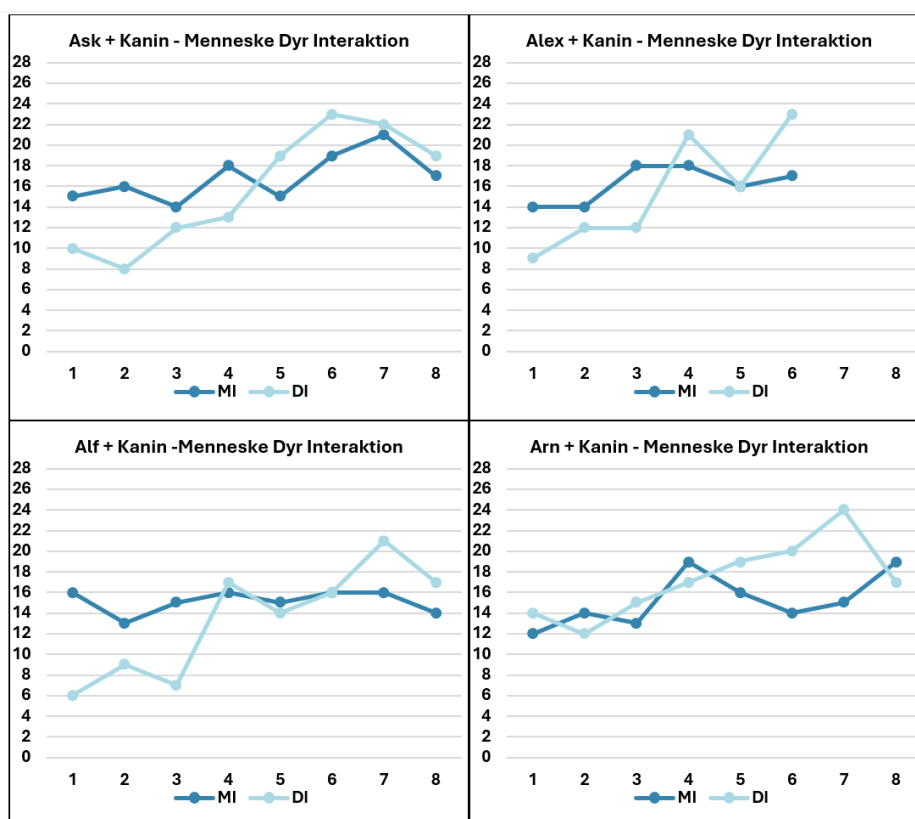
Note. * Angiver gentagelser i tabel.

4. Resultater

4.1 Deskriptiv analyse af HAIS - Gruppe A

Graf 1

Gruppe A og kaninernes menneske-dyre interaktionsscore.



Note. *a.* MI = Menneske interaktion. *b.* DI = Dyre interaktion. *c.* Manglende prik angiver fravær. *d.* Stigning er = forøget interaktion.

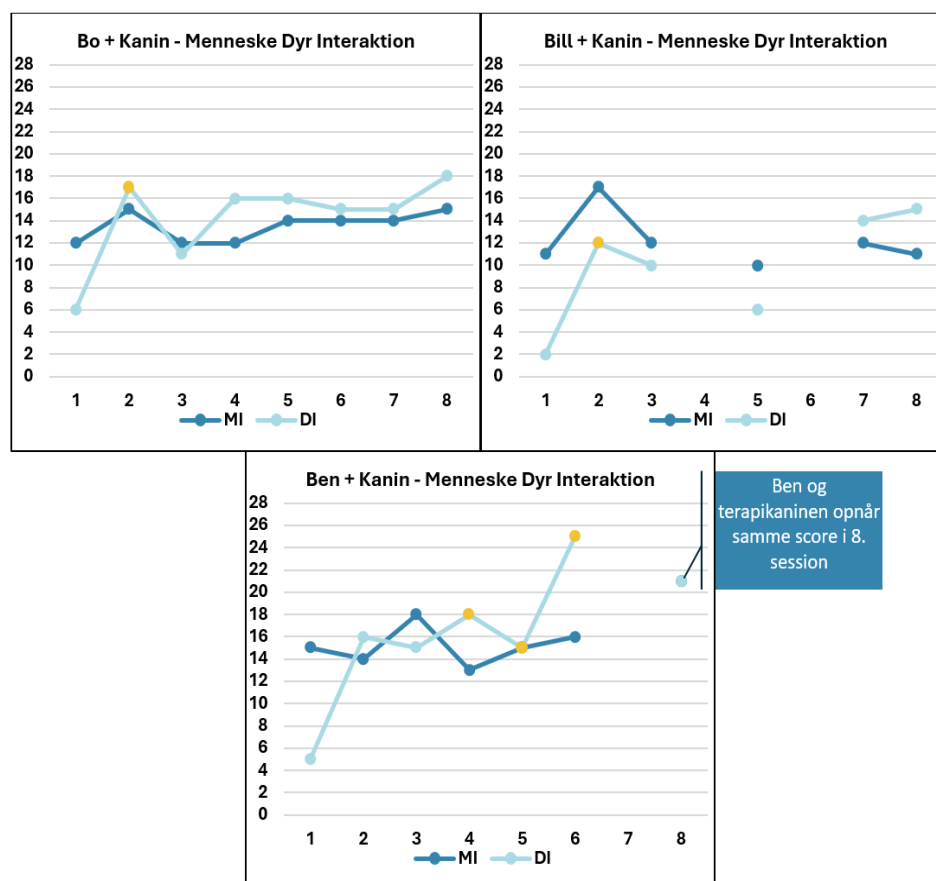
Generelt var der en stabil tendens i menneske interaktionen (MI) for Gruppe A som helhed over tid, dog med små variationer mellem deltagerne. En fælles tendens var et fald i deltagerens interaktion ved 5. session. Generelt viste variationerne blandt deltagerne, at Ask og Arn havde større udsving i deres interaktion med terapikaninerne sammenlignet med de andre deltagere, mens Alex og Alf havde mere stabile interaktionsniveauer af MI. Dog var Alfs målinger mest stabile, men med en let aftagende tendens i den sidste session.

Der blev observeret en generel stigning i terapikaninernes interaktion (DI) med Gruppe A, dog med enkelte udsving under visse sessioner. Især terapikaninernes interaktion overfor Ask og Arn steg gradvist fra 2. til 7. session, efterfulgt af en aftagende interaktion i 8. session. Graferne viser en forøget stigning i terapikaninernes interaktion overfor deltager Alex og Alf fra 3. til 4. session, efterfulgt af et fald i interaktionen mellem 4. og 5. session.

4.2 Deskriptiv analyse af HAIS - Gruppe B

Graf 2

Gruppe B og kaninernes menneske-dyr interaktionsscore.



Note. *a.* MI = Menneske interaktion. *b.* DI = Dyr interaktion. *c.* MI og DI ved Ben er samme score i 8. session. *d.* Gul prik indikerer skift i kanin *e.* Manglende prik angiver fravær. *f.* Stiget er = forøget interaktion.

I løbet af de otte sessioner i Gruppe B blev der observeret forskellige tendenser i menneske interaktionen (MI). For Bo og Bill blev deres interaktion observeret som

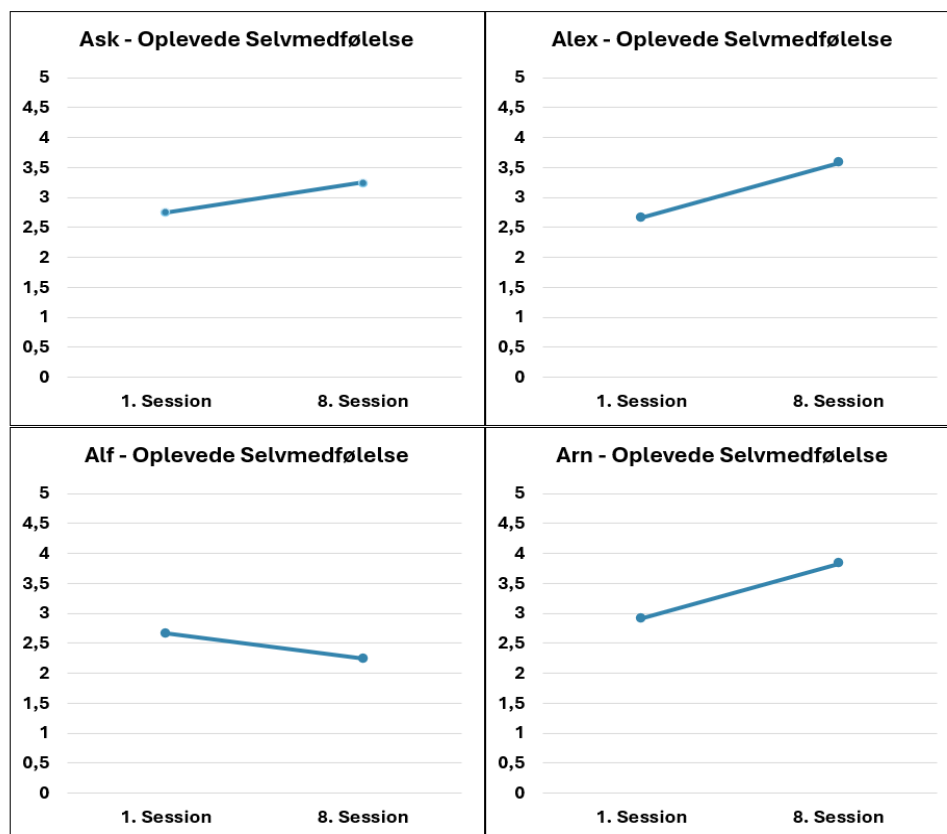
stabil, med en stigning i 2. session. Grafen for Bo indikerer, at deltagernes og terapekaninens interaktion, halvvejs igennem forløbet, fulgte hinanden stabilt. Grafen for Ben viser desuden, at Ben havde en mere varierende MI, især med stigninger i 3. og 8. session. Yderligere analyse af grafen afslørede, at Ben havde den mest forøgede stigning i interaktion med terapekaninen i den sidste session sammenlignet med resten af gruppen.

Der blev observeret en generel stigning i terapekaninernes interaktion (DI) med Gruppe B. En fælles tendens var, at DI steg i 2. session. Der var en øget stigning i 6. session over for Ben. I 3. session blev der derimod observeret et fald i DI hos alle deltagere.

4.3 Deskriptiv analyse af SCS-SF - Gruppe A

Graf 3

I SCS-SF-målingerne ses der en stigning i oplevede selvmedfølelse for alle deltagere i Gruppe A, undtagen Alf, som har nedgang i oplevede selvmedfølelse.

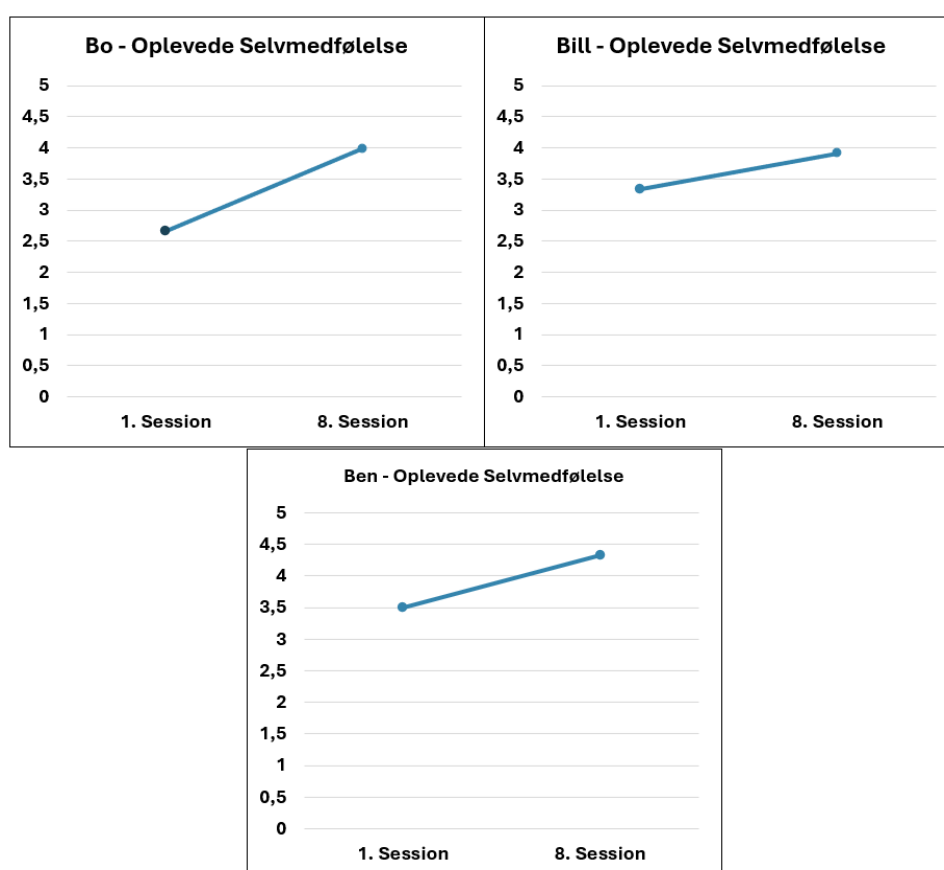


Note. Selvmedfølelsesmålingerne for Gruppe A målt i første og sidste session.

4.4 Deskriptiv analyse af SCS-SF - Gruppe B

Graf 4

I SCS-SF-målingerne ses der en stigning i oplevede selvmedfølelse for alle deltagerne i Gruppe B.



Note. Selvmedfølelsesmålingerne for Gruppe B målt i første og sidste session.

4.5 Analyse

4.5.1 Interaktion

Data fra HAIS viste en generel stigning i interaktionen mellem deltagerne og terapekaninerne over tid i begge grupper. Den individuelle variation blandt

deltagerne i begge grupper antydede, at forskellige mennesker kunne reagere forskelligt på terapiforløbet med kaniner.

Terapikaninernes interaktion i starten af forløbet, med specifikke deltagere (Alf og Bo, Bill og Ben) antydede, at der kunne være faktorer, der påvirkede terapidyrenes adfærd og deres evne til at interagere med visse deltagere, hvilket kunne observeres i feltnoterne, samt i kaninernes signaler (Appendix A, p. 1 & p.4). Dette kunne være relateret til deltagernes adfærd eller tilstand under sessionerne og det var påfaldende, at tre af disse deltagere var synshandicappede, hvilket potentielt kunne skabe udfordringer i forhold til at opbygge relationer med terapikaninerne. Den manglende evne til at se kaninerne og aflæse deres signaler, kunne delvis forklare den lave score i terapikaninernes interaktion i starten af forløbet. Som følge heraf kunne disse deltageres uforudsigelige bevægelser gøre, at kaninerne skulle være mere opmærksomme og i den forbindelse udviste flere forskydnings-, alarm- og beroligende signaler (**billede 4 og 5**). Derfor kunne det også antages, at der i begyndelsen af forløbet endnu ikke var etableret tillid mellem deltagerne og terapikaninerne.



Note. I **billede 4** til venstre fra 6. session udviser Silke alarmsignaler (ørene er fladt nede og kroppen er anspændt). Dette indikerer, at Silke fortsat ikke er tryk ved Alfs håndbevægelser. I **billede 5** til højre fra 8. session sidder Silke afslappet med lette oprejste ører. Dette indikerer, at Silke er nysgerrig og er tryk ved Alfs håndbevægelser (Højholdt et al. 2024)©

Hertil var der en mulighed for, at deltagernes ønske om en specifik kanin kunne påvirke mængden af interaktionen. En konkret illustration af dette kunne være Bo, som oprindeligt var matchet med Nuller, men efterfølgende ønskede at sidde med Silke (Appendix A, p. 3). Efter matchning blev ændret, og Bo sad med Silke, kunne der observeres en højere og mere stabil score i HAIS for begge parter. Hermed var der en indikation for, at kvaliteten og stabiliteten af interaktionen kunne have en betydning for deltageren og kaninen. Dette blev understøttet af, at Bills interaktion startede ud med en interaktionsscore på 11, yderligere scorede Silke kun 2 i interaktionsmængden, hvilket kunne tilskrives som lavt. Efterfølgende blev Bill matchet med Nuller. Her var HAIS målinger for begge parter svingende, hvortil faktorer såsom fravær og manglende interesse for relationsdannelse med kaninen kunne have haft en betydning (Appendix A, p. 15 & p. 27). Selvom Bill ikke fokuserede i samme grad på terapikaninen som de andre deltagere, så kunne pelskontakten, som Bill oplevede gennem interaktionen muligvis have øget produktionen af hormoner som dopamin, endorfiner og oxytocin, der er forbundet med følelsen af velvære.

4.5.2 Deltagernes oplevede selvmedfølelse

SCS-SF-målingerne af oplevede selvmedfølelse for begge grupper viste med undtagelse af en enkelt deltager, som oplevede nedgang, at deltagerne steg i oplevede selvmedfølelse, hvilket indikerer, at terapien har haft en positiv effekt.

Tabel 3

Self-Compassion Scale Short Form (SCS-SF) gennemsnitlige scores for Gruppe A og Gruppe B

	SCS-SF Start	SCS-SF Slut	Ændring i scoren	Antal gennemførte sessioner
Deltagere Gruppe A	S1	S8		
Ask	2.75	3.25	0.5	8
Alex	2.67	3.58	0.91	6
Alf	2.67	2.25	-0.42	8
Arn	2.91	3.83	0.92	8

Deltagere Gruppe B				
Bo	2.67	4	1.33	8
Bob	-	-	-	-
Bill	3.33	3.91	0.58	6
Ben	3.5	4.33	0.83	7

Note: a. S1 = 1. session. b. S8 = 8. session

Gennem feltnoterne observeredes det, at Ask kæmpede med både fysiske og psykiske udfordringer i hverdagen og udtrykte i en samtale med terapeuterne, at det var givende at tale om sine problemer i et trygt rum. Dette tydede på, at terapien hjalp Ask med at være mere opmærksom på og reagere omsorgsfuldt på sin egen smerte, hvilket kunne øge selvmedfølelsen og samtidig støtte Ask i at håndtere sin udfordringer med større forståelse (Appendix A, p. 10 & p. 18).

I interaktionen mellem Alex og terapikaninen Nuller kunne det observeres i feltnoterne, at deltageren havde fået en skærpet opmærksomhed på omsorg, når Alex sad med terapikanin (Appendix A, p. 11). Dette kunne indikere, at Alex gennem tilknytningen til kaninen opnåede en følelse af tryghed i terapirummet (**billede 6**). Interaktionen med Nuller gav deltageren mulighed for at øve sig i at udvise omsorg og modtage omsorg, hvilket kunne resultere i, at Alex kunne få udviklet en større medfølelse for sig selv og andre i processen.



Note. *Billed 6* er fra 6. session, hvor Alex har Nuller i en omfavnelse. Nuller ligger tæt og flopper på Alex. Dette indikerer, at Nuller er tryk og tilpas i interaktionen. **Billede**

7 er fra 7. session, hvor Nuller slikker roligt på Arns hånd. Dette indikerer, at Nuller har dannet et bånd med Arn (Højholdt et al. 2024)©

Hertil havde deltagerne i begge grupper udtrykt en glæde over støtten, som terapikaninerne havde givet dem i terapien (Appendix A, p. 23 & p. 37). Især Arns interaktion med terapikaninen Nuller, hvor Arn selv udtrykte, at han fik en følelse af ro i kroppen, når Nuller slikkede på ham (Appendix A, p. 44). Dette kunne indikere, at Arn oplevede en udvikling af det beroligende og sociale trykkesystem, når han modtog fysisk omsorg af Nuller gennem terapien (**billede 7**). Dermed kunne denne interaktion have bidraget til Arns stigning i sin oplevede selvmedfølelse.

Selvom alle deltagerne virkede til at have glæde af terapikaninerne og oplevede et stærkt fællesskab, så faldt Alf i selvmedfølelse. En forklaring på dette kunne være, at Alf gennem terapien havde fået en øget bevidsthed om, hvad selvmedfølelse indebar, hvilket kunne udløse en midlertidig tilbagegang i følelsen af selvmedfølelse, kendt som *backdraft*-effekten.

Ben var motiveret til at deltage i terapiforløbet for at tackle sine udfordringer. Deltagerens aktive deltagelse og gentagne udtalelser om fordelene ved øvelserne indikerede et ønske om udvikling. Bens intention om at praktisere selvmedfølelse kunne potentielt have ændret deltagerens forhold til sig selv, hvilket muligvis kunne styrke Bens oplevede selvmedfølelse, da deltageren lærte at møde sig selv med venlighed i stedet for selvkritik (Appendix A, p. 8).

Selvom det fremgik af feltnoterne, at Bill ikke havde et behov eller en lyst til at adressere sine problemstillinger (Appendix A, p. 48), så kunne en mulig forklaring på Bills stigning i oplevet selvmedfølelse tilskrives, at terapirummet, samt kaninerne gav Bill mulighed for at dele sine oplevelser i et trygt rum, hvor Bill oplevede anerkendelse.

I HAIS observeredes der en stabil relation mellem Silke og Bo, som deltageren beskrev som gensidig, især i håndtering af følelsesmæssige udfordringer (Appendix A, p. 23), hvilket kunne indikere, at relationen kunne have bidraget til en følelse af trykkes og kunne have reduceret følelsen af isolation. Bo udtrykte også, at fællesskabet med andre mennesker, som deltageren havde noget tilfælles med,

skabte glæde for Bo, hvilket kunne have medvirket til den øget oplevede selvmedfølelse (Appendix A, p. 40).

4.6 Analyse af den kvalitative data

4.6.1 Deltagernes bedømmelse af sessionerne

Resultaterne fra sessionsbedømmelsesskalaen (SBS) viste, at deltagerne i begge grupper rapporterede en generel tilfredshed hen over sessionerne (**tabel 4**).

Tabel 4

Samlet gennemsnit af scores fra sessionsbedømmelsesskalaen (SBS) for Gruppe A og Gruppe B over de otte sessioner.

Deltagernes gennemsnitlige tilfredshedsvurderinger								
Gruppe A	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8
Samvær med kanin	4	4.75	4.75	5	4	5	5*	5*
Samarbejde	4.5	4.5	4.75	5	4.75	5	5*	5*
Samtaleemner	4.5	4.5	4.75	4.75	4.25	4.5	5*	4.67*
Terapien	4.75	4.75	4	4.75	4	4.75	5*	5*
Øvelserne	4.75	4.75	4.75	5	4.25	5	5*	5*
Samlet set	5	4.75	4.75	5	4.25	5	5*	5*
Samlet gennemsnit af spørgsmål	4.58	4.67	4.63	4.92	4.25	4.88	5	4.95
Gruppe B	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8
Samvær med kanin	4.67	5	4	4.5*	5	5*	4.5*	4.67
Samarbejde	5	4.33	5	5*	4.33	5*	5*	5
Samtaleemner	5	5	4	4.5*	3.67	5*	4.5*	5
Terapien	4.67	4.33	3.67	4.5*	4	3.5*	3.5*	4.33
Øvelserne	4.33	4.33	4.67	4.5*	5	3*	4.5*	5
Samlet set	5	4.33	5	4.5*	4.67	5*	5*	4.33
Samlet gennemsnit af spørgsmål	4.78	4.55	4.39	4.58	4.45	4.42	4.5	4.72

Note. På sessionsbedømmelsesskalaen vurderes spørgsmålene fra 1 til 5, hvor 1 angiver den laveste tilfredshed og 5 angiver den højeste tilfredshed.

4.6.2 Tematisk analyse

Potentielle årsager til de rapporterede høje tilfredshedsvurderinger i SBS blev undersøgt ved at sammenstille resultaterne med feltnoterne i en kvalitativ analyse. Data blev analyseret ved brug af mønstergenkendelse, hvor der blev identificeret 6 temaer.

Tema 1: Samværets betydning

I SBS rapporterede deltagerne i begge grupper generelt en stor tilfredshed i samværet med kaninerne.

Deltagerne i Gruppe A havde fælles samtaler omkring kaninerne, som blev en integreret del af fællesskabet i terapien:

Alex: *“Se han giver mig omsorg!”*

Handler: *“Nååå slikker han på din hånd”*

Ask deltager i samtalen: *“De er så søde og ja lille ven det er rigtigt du sidder hos Ask og det ved du godt (...) Ja det rigtigt det er Alf som sidder der (..) hov Alf nu kigger hun på dig (..) hun er faktisk lige ved siden af din hånd”*

Alf: *“Er hun! hej ven savner du Alf (..) ja du er så sød”*

Ask: *“Nu skal du sku ikke stjæle hende fra mig (sagt med venlig stemme)”*
(Appendix A, pp. 26-27).

Terapikaninerne agerede som bindeled mellem deltagerne, hvor de sammen deltog aktivt i samtaler om kaninen, hvilket syntes at have fremmet et mere omsorgsfuldt fællesskab i Gruppe A.

Deltagernes udtalelser og billeder af terapikaninernes interaktion med deltagerne indikerede, at det fysiske samvær med kaninerne, skabte en gensidig kontakt, hvor både deltagerne og terapikaninerne nød interaktionen med hinanden:

Bo: *“Det sjovt (..) prøv at se hendes ører (..) nu ligger de mere ned og hun hviler meget mere ind til mig (..) det er sjovt for det begyndte så snart jeg snakkede*

om alle de dårlige ting (.) det som om hun kan mærke det i mig” (Appendix A, p. 18).

Ask: *“Når hun ligger her kan jeg mærke varmen fra hende og det hjælper mig i øvelserne (..) det som om at jeg kan føle den der fælles menneskelighed I snakker om (..) gennem hende (.) det er som om jeg kan føle den” (Appendix A, p. 39).*

Deltagerne oplevede både fysisk trøst og psykologisk støtte fra kaninerne, især under følelsesmæssig ubehag.



Note. *Billed 8 til venstre er fra 6. session, hvor Bo sad med Silke. Billed 9 til højre er fra 2. session, hvor Ben sad med Silke. På begge billeder er Silke afslappet og ligger tæt ind til begge deltagere. Dette indikerer, at Silke var tryk og havde dannet et bånd med deltagerne (Højholdt et al. 2024)©*

En tendens, som fremgik i feltnoterne var, at når deltagerne først havde opbygget et bånd med kaninerne, ønskede de ikke at afbryde interaktionen med dem i terapien, medmindre kaninerne selv viste tegn på, at de ønskede at trække sig fra terapien:

Ben: *“Nej jeg tror han bliver her hos mig (...) (Ben retter sin opmærksomhed mod Nuller med et varmt ansigtsudtryk, mens hænderne nuller ørene på kaninen) (...) Ja ja hvis du insisterer på at ødelægge min dag, så må du jo tage ham (humoristisk tonefald)” (Appendix A, p. 23).*

Terapikaninerne kunne spille en central støttende rolle i terapiforløbet, hvis der opstod et kontinuerligt og gensidigt forhold mellem deltagerne og kaninerne.

Tema 2: Terapiens lindring

Deltagerne fra begge grupper rapporterede en stor tilfredshed med terapeuterne og terapidagene samlet set.

Gennem samtalerne med terapeuterne udtrykte flere af deltagerne, at terapien havde en positiv indvirkning på deres generelle tilstand:

Ask: *“Det er rart at kunne få sat ord på de ting som er svære og få plads til at snakke om dem (.) det giver mere energi (...) Især når man så kan have sådan en her (kaninen) i skødet” (Appendix A, p. 18).*



Note. På **billed 10** fra 6. session kan man se Ask og Silke sammen, hvor Silke ligger floppet ud i Asks skød med lukkede øjne. Dette indikerer, at Silke nyder interaktionen med Ask (Højholdt et al. 2024)©

Bo: *“Det vi snakkede om i dag (.) hjalp mig (.) det er ting som er vigtigt for mig at snakke om som bare sidder fast i mig” (Appendix A, p. 21).*

Ben: *“At dele det her med jer (.) det hjælper (...) det løsner op (.) altså herinde (.) hvor det ligesom sidder” (holder en hånd på brystkassen) (...) jeg føler mig ikke alene i det her (.) for nu kan jeg snakke med jer” (Appendix A, p. 34).*

Det vurderedes, at deltagerne i begge grupper havde glæde af at kunne dele deres bekymringer i et trygt rum. Hertil virkede det til, at dialogen omkring deres konkrete problemstillinger medvirkede til at lette deres fysiske ubehag, da de havde oplevet at blive lyttet til og mødt med forståelse.

Tema 3: Øvelser

I SBS vurderede deltagerne fra begge grupper, at de indimellem oplevede, at øvelserne var mindre gavnlige for dem.

Selvom deltagerne generelt var positive overfor mindfulness-, og compassionøvelser, oplevede flere af dem udfordringer under øvelserne:

Bo: *"(...) det lidt svært (...) jeg kan bedre bare li at sidde og kæle for kaninen (.) end at lave den her øvelse (...) Det er ligesom lidt nemmere (...)" (Appendix A, pp. 40-41).*

Alf: *"Det er lidt svært at lave den her øvelse (...) når I siger ansigter og smil så er det rigtig svært (.) når man ikke kan se (...) jeg bliver så optaget af at lave øvelsen rigtig (.) for de er jo gode for en" (Appendix A, pp. 29-30).*

Under øvelsen blev der anvendt garnbolde som et redskab til at hjælpe Alf med at forestille sig sit medfølelse væsen:

Terapeuten: *"Hjælp det at sidde med de bløde bolde Alf?"*

Alf: *"Ja (...) jeg kunne næsten forestille mig mit medfølelse væsen" (Appendix A, p. 38).*

Trods udfordringer fandt flere af deltagerne også øvelserne behagelige:

Ask: *"(...) der bruger jeg det dejlige sted til at forestille mig at jeg er på fisketur (...) for som I ved så elskede jeg at fiske og savner det meget"* (Appendix A, p. 39).

Selvom deltagerne oplevede udfordringer med enten visualisering eller barrierer på grund af fysiske eller psykiske udfordringer, så indikerer analysen, at øvelserne på sigt havde en gavnlig effekt.

Tema 4: Forståelse

Deltagerne fandt til tider de psykoedukative elementer en smule abstrakte og forstod ikke altid hvad terapeuten sagde (Appendix A, pp. 6-7 & p. 12). Derfor blev forklaringen af tredyrsmodellen udvidet med flere konkrete metaforer under sessionerne. Heriblandt blev KLAR-modellen inddraget i tredyrsmodellen:

Handler: *"Hvis vi nu prøver at sætte kaninerne ind i de her tre systemer (.) så kan det måske hjælpe lidt (...) når kaniner leder efter mad (...) så er de generelt i motivationssystemet (...) når de så føler sig truet (.) hvis der kommer et rovdyr efter dem (.) så bliver de bange eller aggressive (.) så kommer de i trusselssystemet (.) når de så slapper af (.) passer deres unger eller hinanden (.) så er de i trykssystemet (...)"* (Appendix A, pp. 6-7).

Selvom kaninerne bidrog til formidlingen af de psykoedukative elementer, var de synshandicappede fortsat udfordret, da de skulle visualisere alt, hvad der foregik på tavlen (Appendix A, pp. 6-7 & p. 12). Hertil blev der implementeret hjælpemidler i form af forskellige bolde til at repræsentere de tre systemer:

Alf: *"(...) nu behøver jeg ikke bruge så meget energi på at forestille mig hvordan de ting I snakker om føles (...)"*

Ask: *"(griner) det er en fodbold det her (.) altså det kan du selvfølgelig ikke se Alf"*

Alf: *"Er det en fodbold ej hvor sjovt (.) jeg elsker at lytte til fodbold"*

Terapeuten: *"Det også derfor at vi har valgt den til motivationssystemet (.) fordi i sport er man jo rigtigt motiveret for at vinde"*

Alf: *"Ahh ja (.) det giver masser af mening" (Appendix A, p. 20).*

Analysen indikerer, at visse deltagere kunne have vanskeligheder med at forstå og internalisere komplekse teoretiske modeller, især når de skulle visualisere dem mentalt. Ikke desto mindre antyder data i analysen, at aktiv anvendelse af KLAR-modellen under terapien eller brugen af bolde til at repræsentere de tre systemer bidrog til en forbedret forståelse af det psykoedukative materiale.

Tema 5: Selvmedfølelse

Deltagerne oplevede ofte udfordringer, når det kom til at forstå og internalisere begreberne selvvenlighed og selvmedfølelse, da de ikke altid forstod hvad terapeuten sagde:

Ben: *"(...) det er meget svært at forstå det her med selvmedfølelse"*

Terapeuten: *"(...) Måske kan du sætte nogle ord på det?"*

Ben: *"Nej (...) jeg ved det ikke (...) det er svært at sætte ord på"*

Bo: *"Det er lidt svært ikke? (..) Altså det her" (Appendix A, p. 28).*

Deltagerne rapporterede også, hvordan det kunne være udfordrende at være medfølelse overfor sig selv:

Ask: *"(....) det er bare frustrerende (....) når det ikke lykkes (.) har man nemt til dårlig samvittighed og selvkritik (.) det er lettere at give end at modtage" (Appendix A, p. 10).*

Deltagerne i Gruppe A nævnte, at ordet selvaccept gav mere mening for dem end ordet selvmedfølelse, da det sidste kan skabe ubehag. Gruppe B foretrak også selvaccept frem for selvmedfølelse, da de følte, at det passede bedre på deres situation (Appendix A, p. 31 & pp. 40-44).

Tema 6: Fællesskab

I begge grupper rapporterede deltagerne en stor tilfredshed med terapidagene som helhed. Selvom de ikke blev direkte spurgt om gruppens fællesskab, så nævnte mange dette som en væsentlig faktor i deres samlede vurdering af terapien.

I feltnoterne dannede der sig et mønster af et nyt opstået fællesskab i begge grupper:

Ben: *"Man har jo brug for nogen at snakke med om alle de tanker man får efter sådan en dag her (....) Nu sidste gang hvor det gik helt galt med alle de mennesker (.) da sagde jeg til Bo (.) det fandme noget lort det her (.) for jeg kan ikke (...) kan du huske det Bo?"*

Bo: *"Ja det kan jeg godt og så bagefter så snakkede vi om vores ynglings musik (...) det var hyggeligt"*

Ben: *"Ja det var rart at jeg kunne snakke med dig og få ro på (...) herinde (holdte hånden på maven) (Appendix A, p. 29).*

Ask: *"(..) vi har jo kendt hinanden i mange år (.) men vi har jo aldrig rigtigt snakket sammen før (.) nu råber jeg højt hej Alf når jeg ser ham"*

Alf: *"Ja jeg klapper altid i hænderne når jeg kan høre Asks stemme (.) for så tænker jeg jaaa Ask er her idag (.) så bliver det hyggeligt (...)"*

Terapeuten: *"Så I har ligesom fået et nyt fællesskab på grund af forløbet?"*

Ask: *"Ja vi har snakket om at ses privat (.) så det ikke kun er på centret at vi ses"*

Alf: *"Det skal vi helt klart, min partner glæder sig til vi skal have kaffe sammen alle tre" (Appendix A, p. 45).*

Deltagerne i disse to grupper syntes at have fået formet et bånd med hinanden, der strakte sig ud over terapilokalet. Hertil virkede deltagerne til at have stor glæde af at dele fælles oplevelser og søge hinanden både i positive situationer og i situationer, hvor de følte sig alene.

5. Diskussion

5.1 Effekten af KA-CFT

Dette casestudie havde til formål at udforske effekten af kaninassisteret compassionfokuseret terapi (KA-CFT) for personer med funktionsnedsættelse i moderat til svær grad, hvor fokuspunkterne var centreret omkring den oplevede selvmedfølelse hos deltagerne samt interaktionen med terapikaninerne. Resultaterne fra SCS-SF viste en stigning i selvmedfølelse hos deltagerne i begge grupper med undtagelse af Alf fra Gruppe A, som havde nedgang i sin oplevede selvmedfølelse. Til trods for udfordringer med øvelser og forståelse af selvmedfølelse steg deltagerne stadig i selvmedfølelse, hvilket antyder, at flere aspekter af terapien bidrog til denne stigning.

Løbende tilpasning af KA-CFT-interventionsmanualen har vist sig at være afgørende for interventionens effektivitet. Justeringerne var nødvendige, da flere af deltagerne oplevede udfordringer med at forstå de psykoedukative elementer, at udføre øvelserne og forstå dele af terapiens indhold, der omhandlede selvmedfølelse. Derfor blev taktile hjælpemidler inddraget, øvelser blev tilpasset yderligere, og KLAR-modellen blev anvendt mere end planlagt. Hovedparten af deltagerne rapporterede, at hjælpemidlerne hjalp med bedre forståelse og visualisering. Dog fortsatte Bo med at have vanskeligheder med forståelsen af de psykoedukative elementer og foretrak at kæle for kaninen i stedet for at lave mindfulnessøvelser. Dette rejser spørgsmål om, hvorvidt kaninerne kan være distraherende i terapien, og hvordan det kan påvirke effekten på lang sigt, især hvis deltagerne ikke internaliserer terapien. I undersøgelsen rapporterede hovedparten af deltagerne inklusiv Bo, at kaninerne ofte bidrog med at facilitere en følelse af tryghed, varme og omsorg. Dette antyder, at kaninerne potentielt bidrager til øget oplevelse af selvmedfølelse, hvilket kan være med til, at Bo alligevel stiger i selvmedfølelse trods udfordringer med at forstå elementerne fra terapien. I sammenstillingen med Bos udfordringer med at forstå elementer i terapien, så viste analysen, at alle deltagerne oplevede udfordringer, når det kom til at internalisere begreberne selvvenlighed og selvmedfølelse. Dette kan tilskrives manglende

kendskab eller erfaring med begreberne medfølelse og selvmedfølelse. Her vurderes det, at negativ selvopfattelse eller sociale normer kan danne yderligere barrierer for deltagerne under terapien og gøre det sværere for dem at sætte ord på deres tanker og følelser. Her er det værd at overveje om den eneste rapporterede nedgang hos en deltagers oplevede selvmedfølelse kan skyldes, at denne deltager måske er den eneste, der har internaliseret konceptet selvmedfølelse og derfor oplever en midlertidig stigning i negative følelser kaldet *backdraft* (Neff & Germer, 2022, p. 58; Neff, 2024b, p. 1).

Selvom deltagerne oplevede hindringer i forståelsen af selvmedfølelse, så viste analysen, at deltagerne havde et stort udbytte af terapien, hvor flere af dem gav udtryk for, at det var gavnligt at have en dialog om deres fysiske og mentale udfordringer, deres tanker samt frustrationer, hvilket manifesterede sig som en fysisk lettelse i flere af dem. Det er værd at overveje, om deltagerne havde oplevet en reduktion i psykosociale udfordringer og en stigning i selvmedfølelse som følge af følelsen af, at terapeutterne havde lyttet og respekteret dem. Her er det værd at bemærke, at Bill, der ikke aktivt søgte at løse sine udfordringer, oplevede en forbedring i selvmedfølelse gennem KA-CFT. Dette fremhæver dog behovet for en revidering af inklusionskriterierne, samt dybere forståelse af deltagernes motivation og ønske om deltagelse før opstart af et terapiforløb.

Ud over terapeuternes potentielle bidrag til stigningen i deltagernes oplevede selvmedfølelse er det også værd at overveje om gruppedynamikken og fællesskabet i terapiprocesen havde spillet en central rolle i øgningen af den oplevede selvmedfølelse. I begge grupper var der opstået et fællesskab, dog i varierende grad, hvor Gruppe A aktivt indgik i samtaler om kaninerne med hinanden, hvor Ask og Alf opnåede et fællesskab, der strakte sig ud over terapirummet og aktivitetscentret. Fællesskabet i Gruppe B opstod primært mellem Bo og Ben, der hovedsageligt støttede hinanden i terapien og i enkelte tilfælde på aktivitetscentret. Dette nye opstået fællesskab kan potentielt bidrage til en langsigtet effekt på deltagerne, da de vil kunne give hinanden støtte, efter at terapien er afsluttet. Yderligere kan de nye fællesskaber potentielt bidrage til at mindske følelsen af isolation og skabe en større bevidsthed om den fælles menneskelighed.

Samlet set tyder resultaterne på, at KA-CFT kan være en gavnlig intervention for personer med funktionsnedsættelser, især når det tilrettelægges som et gruppebaseret forløb, hvilket understøttes af den nuværende evidens om gruppeinterventionens potentiale i et CFT-forløb (Craig et al., 2020, p. 386; pp. 395-399).

5.2 Terapikaniners barriere og potentiale

Resultaterne fra terapikaninernes interaktion tyder på, at visse faktorer påvirkede deres adfærd og evne til at interagere med deltagere med synshandicap. Manglende evne til at aflæse signaler kunne føre til uforudsigelige bevægelser og dermed negativ adfærd hos kaninerne. Dette kan sammenlignes med Suba-Bokodi et al. (2022) og Součková et al. (2023), som fandt lignende resultater med børn. Her kan det diskuteres, om der er et sammenfald mellem børns og synshandicappedes uforudsigelige bevægelser. Kaniner er følsomme over for pludselige bevægelser, selvom de generelt trives i menneskers selskab (Loukaki et al. 2010, pp. 223f). Dette rejser spørgsmålet om, hvordan træning og tilpasning kan forbedre interaktionen. Der er dog behov for mere forskning i metoder, der kan reducere stress hos terapikaninerne og fremme positive relationer med deltagere med særlige behov.

Udfra dette kan der rejses tvivlsspørgsmål om, hvorvidt kaniner er velegnede som terapidyr for mennesker med funktionsnedsættelser, da denne populationsgruppe ofte har uforudsigelig kropsbevægelser grundet kognitiv svækkelse, synshandicap mv., hvilket kan føre til stress og ubehag hos kaninen i interaktionen grundet dens sensitive natur. På trods af dette viste vores analyse, at dyre interaktionen stiger over tid, og kaninerne generelt havde en høj interaktionsmængde med deltagerne. Dette tyder på, at kaninerne nød interaktionen og ønskede at opbygge relationer med deltagerne. Selvom kaninernes sensitive natur kunne være en barriere i begyndelsen af terapien, når det kom til interaktion med mennesker, der har uforudsigelige kropsbevægelser, så kunne den selvsamme sensitive natur potentielt bidrage til positive effekter i terapien.

Under forløbet refererede deltagerne til en følelse af at kunne mærke den fælles menneskelighed og en følelse af ro, når kaninen udviste dem, hvad deltagerne

selv tolkede som omsorg gennem bl.a. slik og nus. Dette tyder på, at terapikaninen også fungerede som en emotionel feedbackmaskine, der formidlede en forbindelse og forståelse mellem deltagerne i gruppen og med terapeuten. På denne måde kan man argumentere for, at terapikaninen spillede en vigtig rolle som assistent i terapien, der understøttede og reflekterede deltagerens følelsesmæssige tilstand og relationer under terapisessionerne (Chandler, 2018, p. 430). I fremtiden anbefales det at gennemføre ekstra foranstaltninger for at guide synshandicappede deltagere i deres interaktion med terapikaninerne, hvilket vil være med til at sikre dyrevelfærd.

5.3 Begrænsninger og fremtidig forskning

Casestudiet blev vurderet til at være en passende tilgang til undersøgelsens formål, da den tilbød indsigt i et komplekst socialt fænomen gennem omfattende dataindsamling og analyse. Imidlertid har casestudier visse begrænsninger, herunder manglen på generaliserbarhed. Dog var formålet med undersøgelsen ikke at generere generaliserbare resultater. Dermed kan casestudiets fund ikke nødvendigvis overføres til andre kontekster eller grupper af personer med lignende funktionsnedsættelser. På trods af dette skal undersøgelsen stadig ses i lyset af det stigende behov for specialtilpassede interventioner til personer med funktionsnedsættelser, hvor antallet af personer med disse behov er voksende i Danmark (Videnscenter for demens, 2014, p. 1; Scleroseforeningen, 2020, p.1; Hjerneskadeforeningen, 2023, p. 1; Parkinsonforeningen, 2021, p.1).

Yins casestudiemetode styrkede vores dybdegående overvejelser vedrørende undersøgelsesdesign og anvendt teori, hvilket bidrog med at opbygge antagelserne på et mere solidt grundlag uden at være for tvetydige. Ikke desto mindre er det væsentligt at være kritisk over for resultaterne og ikke blot stræbe efter at bekræfte antagelserne. Selvom der blev observeret positive resultater i undersøgelsen, er det vigtigt at erkende, at måleinstrumenterne havde visse begrænsninger. Tilpasninger af SCS-SF og SBS til deltagernes forskellige kognitive udfordringer kunne have påvirket målingernes præcision og nøjagtighed. Deltagernes almene forståelse af spørgsmålene kunne også have påvirket besvarelsen af måleinstrumenterne, hvilket kunne have forvrænget resultaterne eller begrænset deres anvendelighed. Desuden

kunne risikoen for udtrætning blandt deltagerne have påvirket deres engagement og respons, hvilket igen kunne have indflydelse på resultaterne.

Selvom HAIS-målinger viste deltagernes og terapikaninernes interaktionsmængde under terapien, er der stadig usikkerhed om, hvorvidt de fuldt ud afspejlede dynamikken og kvaliteten af denne interaktion. Dog har målingerne været brugbare, som i tilfældet med Silkes interaktion med Bill, hvor en lav score antydede en mindre hensigtsmæssig interaktion. Det er værd at reflektere over, om feltnoter og billeder var tilstrækkelige på trods af deres bidrag til at give indsigt i både direkte og mere subtile reaktioner hos deltagerne og kaninerne.

I forlængelse af dette skal der påpeges en implikation, der kan opstå, hvis terapeuten skal håndtere en dobbeltrolle i et DAT-forløb uden en *handler* er til stede. Her er der behov for en omhyggelig overvejelse og diskussion af terapeutens evne til at opretholde fokus på både deltagerne i gruppeforløbet og terapikaninerne. Denne situation kan påvirke det terapeutiske udfald, hvis terapeuten skal navigere mellem at give støtte og vejledning til deltagerne i gruppen samt tage sig af kaninerne, hvilket kan resultere i en opdeling af opmærksomheden og muligvis mindske kvaliteten af den terapeutiske intervention og dyrevelfærden.

Gruppeinterventioner viser sig at være støttende, men det vurderes at individuelle forløb også kan være gavnlige for visse deltagere. Dette understreger behovet for en differentieret tilgang til terapien, der tager højde for individuelle behov og præferencer. Det anbefales derfor, at fremtidig forskning undersøger terapiens effekt på individuelle forløb, inden for anvendelsen af KA-CFT for personer med funktionsnedsættelse og integrationen af kaniner i terapien.

Den rammesættende del

1. Indledning

I foråret 2023 etablerede to af de tre studerende et compassionfokuseret gruppeterapiforløb (CFT), med implementeringen af dyreassisteret terapi (DAT) med kaniner under deres praktikforløb på samme aktivitetscenter, hvor casestudie undersøgelsen blev foretaget. Tilbagemeldingen omkring dette forløb var positiv, men der var behov for en egentlig undersøgelse af effekten. Derfor blev det tværfaglige 9. semesters projekt til et pilotstudie (Sondrup et al., 2023) med inddragelse af et tredje gruppemedlem, som havde erfaring fra børnesprogklinikken på Aalborg Universitet og positiv erfaring med rideterapi på et familiemedlem med demens.

Pilotstudiet dannede baggrund for dette casestudie, der havde til formål at undersøge effekten af kaninassisteret compassionfokuseret terapi (KA-CFT) for personer med moderat til svær funktionsnedsættelse. Til vores viden har ingen tidligere undersøgelser, undersøgt effekten af kombineret brug af CFT og DAT med terapikaniner til pågældende målgruppe. Dette kan potentielt bidrage til forbedret støtte i terapeutiske interventioner, der sigter mod at afhjælpe de udfordringer, som personer med funktionsnedsættelse oplever i deres hverdag. Ifølge *Videnscenter om handicaps* (2023) omfatter begrebet funktionsnedsættelse tab eller nedsættelse af kropslige eller mentale funktioner, som påvirker personens evne til at fungere i dagligdagen. Det er en kombination af personens funktionsevne og de omgivelser, de befinder sig i, der afgør graden af funktionsnedsættelse og dermed personens handicap (p. 1; Højholt et al. 2023, p. 5f). I casestudiet omfatter funktionsnedsættelse en række sygdomme og lidelser, herunder hjerneskade, sclerose, parkinson og demens (Sondrup et al., 2023 pp. 5f).

I artiklen er der blevet adresseret de positive effekter, som terapikaninerne potentielt kan have på personer med funktionsnedsættelser, dog er det ikke blevet adresseret hvilke negative aspekter, der kan være ved at bruge levende dyr i terapien. Der er i de seneste årtier opstået øget interesse for forholdet mellem mennesker og dyr, primært på grund af medieeksponering af positive historier om dyrs gavnlige

virksomheder på mennesker (Fine, 2019, p. 4). Dette kan dog skabe ubalance i opmærksomheden på kvalitet, validitet og dyrevelfærd inden for DAT, da medierne ofte fokuserer på overdrevne positive historier om dyrs evner til at hjælpe mennesker (Hansen & Glintborg, 2021, p. 5). Derudover er der på nuværende tidspunkt ikke en internationalt anerkendt definition af terapidyrs arbejdsrolle, og en standard for træning af terapeuter og dyr i DAT er også en udfordring, som forskere og praktikere står over for. For at sikre kvalitetsstandarder og dyrevelfærd har forfatterne af undersøgelsen truffet foranstaltninger, herunder etiske retningslinjer og indsamling af teoretisk baggrundsinformation om de biologiske, psykologiske og sociale processer bag positive virkninger af *menneske-dyre interaktion* (MDI) (Beetz, 2017, p. 139; Hansen & Glintborg, 2021, p. 5; Howell et al., 2022, pp. 4f; Sondrup et al., 2023, pp. 5f).

Gennem forskningsspørgsmålet, antagelser, samt pilotstudiets resultater præsenteret i artiklen, indhentet forskning, samt teori præsenteret i den rammesættende del gav dette casestudie første forsøg på at udforske effekten af et manualbaserede interventionsprogram; *kaninassisteret compassionfokuseret terapi* (KA-CFT).

2. Begrebsoversigt

I **tabel 1** introduceres de mange forkortelser af de begreber, der aktivt anvendes i det pågældende casestudie for at gøre teksten mere læsevenlig.

Tabel 1.

Oversigt over forkortelser af anvendte begreber

Forkortelser af begreber i kaninassisteret compassionfokuseret terapi	
CFT	Compassionfokuseret terapi
DAI	Dyreassisteret intervention
DAT	Dyreassisteret terapi
HART	Human-Animal Relation Theory
HARTI	Human-Animal Relational Therapeutic Impact

HARP	Human-Animal Relational Process
KA-CFT	Kaninassisteret compassionfokuseret terapi
KLAR-modellen	Krop-Lyd-Adfærd-relationsmodellen
MDB	<i>Mennesker-dyre bånd</i>
MDI	Mennesker-dyr interaktion
RM	Relational Moments
SHARM	Significant Human-Animal Relational Moments
Forkortelser for måleinstrumenterne	
HAIS	Human Animal Interaction Scale
SBS	Sessionsbedømmelsesskala
SCS-SF	Self-compassion scale - Short Form
SRS	Session Rating Scale
Forkortelser under etik	
APA	American Psychological Association
IAHAIO	International Association of Human-Animal Interaction Organizations

3. Litteratursøgning

I undersøgelsen har fokus været at indsamle relevant litteratur om compassionfokuseret terapi (CFT) til personer med funktionsnedsættelser, dyreassisteret intervention (DAI) og dyreassisteret terapi (DAT), hvor der blev lagt særligt vægt på brugen af kaniner som terapidyr. Hertil anvendtes der online databaser som PsycNET og Proquest mv. samt Aalborgs Universitets eget online bibliotek (AUB Primo) til denne søgning. Søgeord inkluderet *ABI**, *Rehabilitation**,

*Compassion focused therapy**, *CFT**, *Dementia**, *SCS**, *Rabbits as therapy animals**, *Farm animals in therapy** m.v.

Nedenstående **tabel 2** præsenteres oversigten over inklusions- og eksklusionskriterierne i litteratursøgningen.

Tabel 2

Inklusionskriterier og Eksklusionskriterier oversigt

Inklusionskriterier	Eksklusionskriterier
Primær publikationer fra 2015-2024	Publikationer før 2014, dog med undtagelse af kanin relaterede artikler
Artikler skrevet på dansk, norsk og svensk eller engelsk	Artikler på andre sprog
Forskningslitteratur om dyreassisteret intervention (AAT, ABI)	Forskningslitteratur om fysioterapi og ergoterapi
Forskningslitteratur om compassionfokuseret terapi (CFT, SCS)	Terapi med egne dyr (ikke professionelle terapidyr)
Studier om brugen af kaniner som terapidyr	Studier om hunde- og hippoterapi
Undersøgelser om landbrugsdyr i terapi	Studier om børn eller unge (undtagen studier om kaniner som terapidyr)
Kvalitative og kvantitative undersøgelser	

4. Teori

I følgende afsnit præsenteres det teoretiske grundlag for interventionen; kaninassisteret compassionfokuseret terapi (KA-CFT).

4.1 Dyreassisteret intervention (DAI)

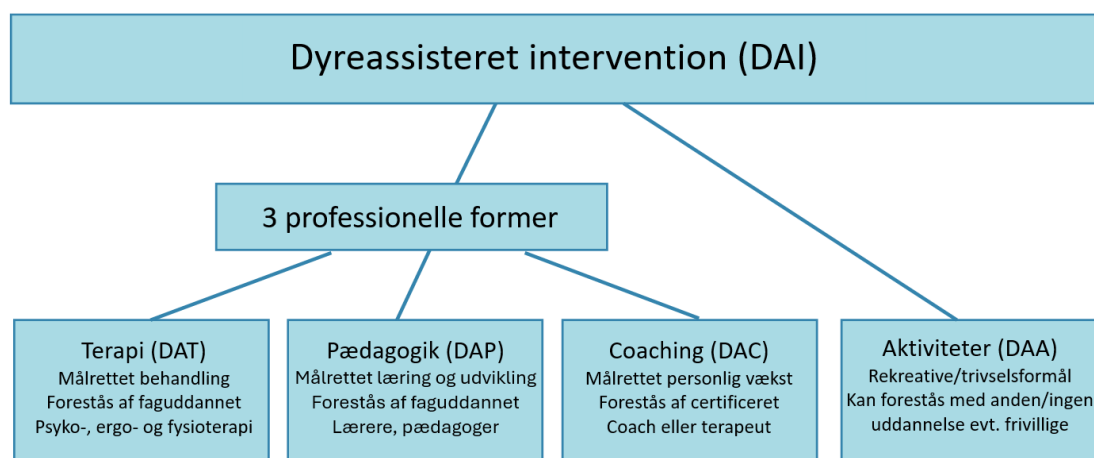
Forskning inden for *menneske-dyr interaktion* (MDI) viser, at interaktion med dyr kan have positive effekter såsom stressreduktion, lindring af depressivt humør,

mindskelse af angst og aggression samt smertelindring. Der er ligeledes fundet indikationer på, at disse interaktioner kan øge tillid, ro og motivation hos mennesker. *Dyreassisteret intervention* (DAI) er en struktureret metode inden for MDI, hvor dyr bevidst inddrages i sundheds-, omsorgs- og uddannelsesarbejde med det formål at opnå terapeutiske resultater og effekt for mennesker (Beetz, 2017, p. 139; Hansen, 2018, p. 153; Sondrup et al., 2023, p. 6; IAHAIO, 2018, pp. 4f).

DAI omfatter forskellige interventionsformer såsom *dyreassisteret terapi* (DAT), *dyreassisteret pædagogik* (DAP), *dyreassisteret coaching* (DAC) og *dyreassisterede aktiviteter* (DAA) (**Figur 1**). Disse interventioner udføres typisk af fagfolk med viden om både dyr og mennesker og bør udvikles og implementeres med en tværfaglig tilgang (Chandler, 2017, p. 4; Hansen, 2018, p. 153; Sondrup et al., 2023, p. 6; IAHAIO, 2018, pp. 4f).

Figur 1

Dyreassisteret intervention (DAI)



Note. (Citeret fra Hansen & Glintborg, 2023, pp. 143-145).

4.2 Båndet mellem mennesker og dyr

I de seneste årtier er der opstået øget interesse for at inddrage dyr i forskellige former for sundhedsinterventioner. Denne interesse skyldes fagfolk og forskeres øgede opmærksomhed på samspillet mellem dyr og mennesker samt betydningen heraf. I det kommende afsnit præsenteres begrebet for denne forbindelse, uddybe dens

betydning samt dens indvirkning på dyreassisteret intervention (DAI) (Fine, 2019, p. 3).

Interessen for relationen mellem mennesker og dyr er vokset betydeligt i de seneste årtier, primært på grund af medierne, der har fremhævet dyrs betydning for menneskers liv. Denne stigende opmærksomhed har skabt en offentlig nysgerrighed om vores specielle forhold til dyr, hvor mange mennesker synes at have en romantiseret forestilling om deres forhold til dyr (Fine, 2019, p. 4). Ifølge Aubrey H. Fines bog; *Handbook on Animal-Assisted Therapy* (2019) går forholdet mellem mennesker og dyr dog ud over den romantiske forestilling, og i stedet er der en dyb fascination af vores ligheder og forskelle med dyr. Der er ligeledes en stigende videnskabelig nysgerrighed om at definere de underliggende mekanismer i relationen mellem mennesker og dyr (Fine, 2019, pp. 4-6).

For at udforske disse mekanismer anvender forskerne ofte begrebet *Human-Animal Bond* (HAB), der beskriver det unikke forhold mellem mennesker og dyr, hvor der kan opstå en dyb forbindelse. Dette begreb oversættes til *menneske-dyr bånd* (MDB), som refererer til den tætte forbindelse mellem mennesker og dyr. Forbindelsen mellem mennesker og domesticerede dyr bliver af mange opfattet som sunde, naturlige og dyb, selvom nogle mener, at det ikke afspejler alle aspekter af det bånd, der findes mellem mennesker (Fine, 2019, pp. 3-6).

Selvom begrebet MDB har været anvendt siden 1979, er der stadig ikke en universel definition. Forskning og debatter fortsætter med at udforske dette vigtige forhold mellem dyr og mennesker. Fine har samlet forskellige forskeres definitioner og perspektiver på MDB og dens betydning for relationen mellem mennesker og dyr. I følgende vil der fremgå en sammenfatning af de mest væsentlige elementer af MDB, præsenteret af Fine (Fine, 2019, pp. 3f).

Pionerer som Konrad Lorenz og Leo Bustad har bidraget til forståelsen af MDB, hvor Lorenz ser ønsket om at have et dyr som en længsel efter naturen, mens Bustad beskriver båndet som noget, der minder om menneskelige relationer præget af kærlighed og venskab (Bustad, 1983 i Fine, 2019, pp. 3-6). Ifølge Turner (2007) har det tætte forhold mellem mennesker og dyr eksisteret, siden mennesket begyndte at holde dyr, hvilket har åbnet muligheden for, at dyr kan blive en integreret del af familien (Fine, 2019 p. 5).

Yderligere fastslår forskere, at det er vigtigt at forstå, at forholdet mellem mennesker og dyr skal være kontinuerligt, tovejs og frivilligt for at båndet kan opstå. Dette indebærer, at relationen ikke kun handler om, hvad mennesket kan få ud af dyret, men også om, hvad dyret kan få ud af forholdet. Gensidighed, vedvarende tillid og omsorg er afgørende for at skabe et ægte og meningsfuldt bånd mellem mennesket og dyret. Desuden påpeges det, at de gensidige fordele ved forholdet kan bidrage til velvære for både mennesket og dyret. Det er derfor vigtigt at være opmærksom på, at forholdet skal være givende og berigende for begge parter (Tannenbaum, 1995; Russow, 2002; Beck, 1999 i Fine & Beck, 2019, pp. 3-6). Ifølge *American Veterinary Medical Association's Committee on the Human-Animal Bond* er MDB et gensidigt, fordelagtigt og dynamisk forhold, som har afgørende betydning for sundhed og trivsel for både mennesker og dyr gennem følelsesmæssige, psykologiske og fysiske interaktioner (Fine & Beck, 2019, p. 3f).

I dette afsnit er der kort blevet beskrevet de potentielle fordele ved forholdet mellem mennesker og dyr. Dette kan ifølge Fine betragtes som en nyttig platform til at forstå de grundlæggende elementer i dyreassisteret intervention (DAI) (Fine, 2019, p. 9).

4.3 Interaktionen mellem mennesker og dyr

På nuværende tidspunkt er der kun begrænset forskning om dyreassisteret intervention (DAI), især når det kommer til at undersøge effekterne af interaktion med dyr på personer med psykologiske og fysiologiske udfordringer. Ifølge en artikel af Andrea Beetz (2017) antyder eksisterende forskning, at interaktion med dyr (MDI) kan have flere positive effekter på mennesker.

Studier om MDI og DAI viser ligeledes, at det yderligere kan bidrage til kognitiv og socio-emotionel læring, især hos personer med særlige behov som adfærds- eller indlæringsforstyrrelser, følelsesmæssige lidelser samt fysiske og sensoriske handicaps. Forskellige teorier foreslår, at de positive effekter kan forklares gennem biologiske, psykologiske og sociale processer såsom antropomorfisme, aktivering af oxytocinsystemet, tilknytning og social støtte til stressforebyggelse (Beetz, 2017, p. 139). Dette uddybes yderligere i følgende afsnit.

4.3.1 Dyrs symbolske og kulturelle betydning

Før førnævnte teorier uddybes, vurderes det, at det er nødvendigt kort at adressere den indvirkning, dyr har haft på os mennesker i Vesten, både gennem den symbolske og kulturelle betydning. Dette bliver gjort med henblik på at skabe en større forståelsesramme for menneske-dyre interaktion (MDI), som bevæger sig ud over menneske-dyre bånd (MDB).

Gennem årtusinder har dyr spillet en central rolle i vores samfund gennem deres repræsentationer for os mennesker. Dyr er blevet fremstillet gennem kunst, litteratur, myter, religion samt vores sprog og er dermed vigtige symboler, som mennesker bruger til at skabe mening om sig selv og samfundet. Dyr besidder et stort metaforisk potentiale, og den symbolske betydning, som tillægges dem, er ofte forankret i den kulturelle kontekst. Denne repræsentation er dog ikke kun metaforisk, da den måde de bliver portrætteret på i vores kunst og fortællinger, direkte påvirker, hvordan mennesker ser og interagerer med dem i dag (DeMello, 2012, p. 283 & p. 287f).

I vestlige børnebøger, tegnefilm og lignende medier bliver dyr ofte personificeret og går klædt i tøj som fx Anders And (Lundy & Disney 1934) eller Peter Kanin (Potter, 1902). Kæledyr får ligeledes en større rolle i familien, hvor de optræder i familieportrætter og ofte får fejret deres fødselsdag. Denne tendens kan påvirke synet på dyr, og hvordan menneskelige egenskaber tilskrives dem, hvilket kaldes antropomorvisering.

4.3.2 Antropomorfisme

Ifølge Beetz henviser antropomorfisme til den tendens, hvor man behandler og opfatter dyr på en måde, der ligner mennesker. Selvom antropomorfisme ikke altid er hensigtsmæssig i vores interaktion med dyr, kan det være en nødvendig proces for os for at forstå dyrenes verden bedre fra et videnskabeligt perspektiv. Det at anvende antropomorfisme tillader os at forstå og tolke dyrelivet på en måde, der spejler vores egne menneskelige erfaringer. Dette kan hjælpe os med at tyde og håndtere dyrs behov og adfærdsmæssige udfordringer mere præcist (Urquiza-Haas & Kotrschal, 2015 i Beetz, 2017, p. 141).

Diskussionen om antropomorfisme er blevet foreslået og debatteret i forskellige videnskabelige miljøer. En teori hævder, at den neurale struktur for antropomorfisme er en form for social intelligens, der måske er blevet udviklet for at håndtere komplekse sociale interaktioner inden for menneskelige grupperinger i urtiden. Denne evne kan have spillet en rolle for vores overlevelse og succes som art (Mithen, 1996 i Beetz, 2017, p. 141).

Antropomorfisme opstår derfor ofte som en reaktion på observationer af menneskelignende adfærd eller træk hos dyr, som tolkes ud fra både bevidste og ubevidste processer (Urquiza-Haas & Kotrschal, 2015; Caporael & Heyes, 1997; Guthrie, 1997 i Beetz, 2017, p. 141). Grundet mennesker har en stærk indbygget motivation til at skabe sammenhæng i handlinger udført af andre levende væsener og opretholde sociale forbindelser. Ofte bliver ubevidste og automatiserede processer brugt til at tolke dyrs adfærd ud fra egne personlige erfaringer og kognitive strukturer. Dette indebærer sandsynligvis brugen af spejlneuroner i denne proces (Beetz, 2017, p. 141).

Jo mere evolutionært tæt en dyreart er på mennesker, desto mere naturligt er det for os at tilskrive dem komplekse mentale tilstande og reagere med omsorg (Westbury & Neumann, 2008). Dette gør det lettere for os at antropomorfisere arter, der er nært beslægtet med os såsom husdyr og sociale pattedyr. På denne måde kan antropomorfisering være en nyttig guide til at forstå dyrs mentale tilstande og hensigter og dermed opbygge autentiske sociale relationer med dem (Beetz, 2017, p. 141).

Antropomorfisme kan derfor bidrage til, at vi som mennesker nemmere relaterer til dyr på en dybere og mere meningsfuld måde, hvilket kan have positive effekter på vores udvikling og trivsel. Dog kan der ligeledes opstå mange kritiske fejl gennem de ubevidste processer af antropomorfisme; for eksempel tolker både børn og voksne ofte forkert, når det kommer til dyrs ansigtsudtryk og kropssprog (Beetz, 2017, p. 141). At fejlfortolke dyrs ansigts- og kropssprog kan lede til, at dyret oplever overlast gennem interaktion, eller at dyret går til angreb og dermed skader menneskene i interaktionen.

Det er derfor vigtigt at erkende, at antropomorfisering alene ikke er tilstrækkelig til at opnå tidligere ovennævnte positive effekter. Yderligere forskning

er nødvendig for at forstå, hvordan antropomorfisering påvirkes af faktorer som alder, kulturel baggrund og viden om dyrearter. Ved at studere disse faktorer kan vi forbedre vores evne til at bruge antropomorfisme som en del af den dyreassisteret intervention (DAI) og udvikle mere effektive metoder til at kommunikere og samarbejde med dyr (Beetz, 2017, p. 141).

4.3.3 Spejlneuroner

I det ovenstående afsnit blev det foreslået, at spejlneuroner er en del af de underbevidste og automatiserede processer til at forstå dyr gennem vores interaktion med dem (Beetz, 2017, p. 141). Ifølge Cynthia K. Chandler (2017), er det relevant at undersøge, hvordan spejlneuroner kan bidrage til den eventuelle terapeutiske effekt af interaktionen mellem mennesker og dyr. Spejlneuroner tillader os at opleve og internalisere andres handlinger og følelser, herunder dyr. For eksempel kan vi føle os glade, når vi ser en glad hund logre med halen eller blive nervøse, når vi ser et dyr opføre sig nervøst (Chandler, 2017, pp. 11f).

Gennem observation af andre mennesker eller dyr kan spejlneuroner hos mennesker aktivere det sociale reaktionssystem eller stressresponsystem (via deltagelse eller hudsensorisk stimulering). Dette kan føre til frigivelsen af hormoner som adrenalin, cortisol og aldosteron under stressreaktioner og endorfiner, dopamin og oxytocin under positive sociale reaktioner. Spejlneuroner hos mennesker aktiveres både, når man udfører en handling, og når man ser en anden udføre den samme handling. Dette er en automatisk og ufrivillig neural mekanisme, som giver os mulighed for at forstå og føle med andre uden bevidst opmærksomhed. Baseret på forskning om spejlneuroner hos mennesker kan det ifølge Chandler antage, at mennesker kan generalisere den samme reaktion og betragte sociale dyr som en del af sig selv (Chandler, 2017, pp. 11f).

4.3.4 Tilknytningsteori og social støtte

Tilknytningsteorien, udviklet af John Bowlby (1969) og Mary Ainsworth (1963), danner en solid ramme for at forstå forholdet mellem mennesker og dyr og de gavnlige virkninger af DAI såsom at regulere stress og negative følelser gennem social

støtte. Tilknytning er et adfærdssystem, der sigter mod at skabe og opretholde nærhed til en omsorgsperson for at sikre beskyttelse og omsorg. *De indre arbejdsmodeller*, dannet ud fra tidlige erfaringer, danner grundlag for sikre tilknytninger til primære omsorgspersoner. En tryk base hos omsorgspersonen muliggør udforskning af miljøet og forebyggelse af stress. Usikre tilknytningsmønstre kan begrænse evnen til effektivt at bruge kontakten med omsorgspersonen til stressregulering. For eksempel kan børn med usikker undvigende adfærd have svært ved at nyde kvalitetstid med deres omsorgsperson på en beroligende måde og kræver mere støttende tiltag, før de kan føle sig trygge ved at udforske miljøet på egen hånd (Beetz, 2017, pp. 144f).

Udover teorier om tilknytning er teorier om social støtte ligeledes knyttet til stresshåndtering, da social støtte i form af både fysisk kontakt og følelsesmæssig opbakning kan hjælpe med at reducere stress. Personer med usikre tilknytningsmønstre kan have svært ved at nyde gavn af social støtte, hvilket bør tages i betragtning ved interventioner for personer med psykosociale eller fysiske udfordringer (Beetz, 2017, p. 144).

På baggrund af teorier om tilknytning og social støtte er der forskellige fordele ved dyreassisteret intervention (DAI) og menneske-dyre interaktion (MDI) (Julius et al., 2013 i Beetz, 2017, p. 144). En fordel ved MDI og DAI er, at tilknytningsrepræsentationer dannet med primære omsorgspersoner normalt ikke automatisk overføres til dyr. I stedet har de fleste mennesker en åbenhed overfor at interagere sikkert med dyr, herunder berøring og tillid. Dette giver mulighed for at etablere en sikker tilknytning til dyret, især i en vejledt interaktion såsom i DAI (Beetz, 2017, pp. 144f).

En anden fordel ved at inddrage terapidyr er deres ofte villighed til at modtage pleje fra klienterne (kæl, børstning mv.). Dyr er et passende alternativ til at aktivere plejesystemet og modtage omsorg. Aktivisering af plejesystemet gennem interaktion med dyr kan have positive neurobiologiske og sociale effekter, som ikke kan opnås gennem tilgange, der kun fokuserer på mennesker. Dog er der behov for ydeligere forskning på feltet for at forstå processerne bag DAI og eventuelle forskelle baseret på alder, køn og andre faktorer samt undersøge fysiologiske reaktioner for mere indsigt i fordelene ved DAI (Beetz, 2017, pp. 144f).

4.4 Dyreassisteret terapi (DAT)

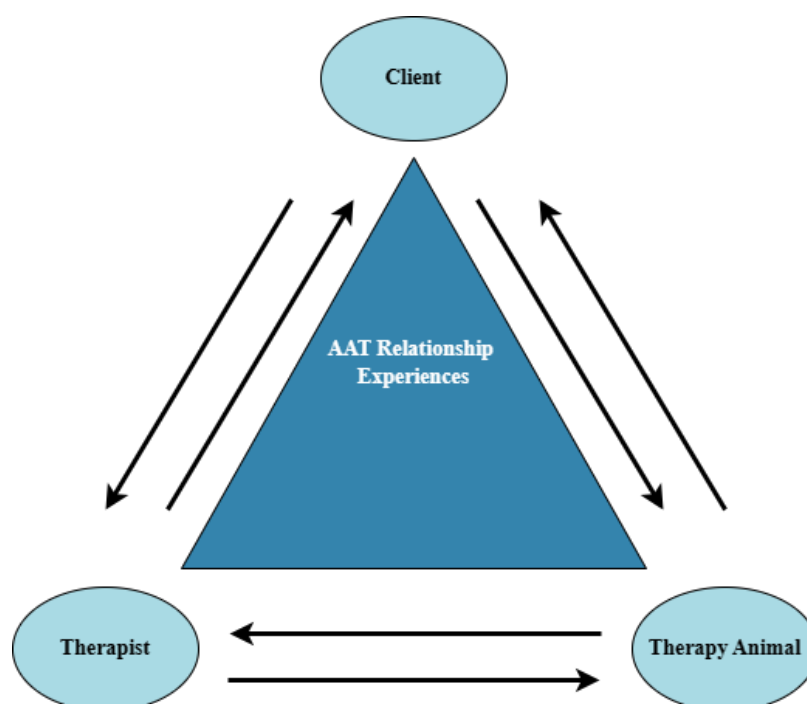
Når en fagprofessionel arbejder inden for dyreassisteret intervention (DAI), er det essentielt at skelne mellem de forskellige typer af interventioner, for eksempel, dyreassisteret terapi (DAT) og dyreassisterede aktiviteter (DAA) (**Figur 1**, p. 45). DAT involverer en mere struktureret og direkte inddragelse af et therapidyr i den terapeutiske proces, ledet af en professionel, som kan være en psykolog eller anden erhvervsfaglig terapeut. Dette adskiller sig fra DAA, hvor interaktionen med et dyr kan forekomme i flere forskellige sociale sammenhænge (fx plejehjemsbesøg og hospital) uden nødvendigvis at blive faciliteret af en professionel (Compitus, 2019, p. 2).

Dyreassisteret terapi (DAT) er en interventionsform, hvor der inddrages dyr som en del af den terapeutiske behandlingsproces. Her anvendes terapeutens eget dyr eller et specialtrænet dyr til formålet, som vil være under opsyn af en *handler*. For at kunne tilbyde denne form for terapi kræves der specifikke kriterier af terapeuten, samt træning af therapidyr. DAT kan anvendes direkte eller indirekte i gruppe og individuel terapi for alle aldersgrupper (Chandler, 2017, p. 2; Sondrup et al., 2023, p. 19f). I et behandlingsforløb med en klient er den terapeutiske alliance en kompleks del af den terapeutiske praksis. Den forudsiger ofte kvaliteten af behandlingen og klientens motivation til at engagere sig i terapien (Compitus, 2019, p. 2). At inkludere et therapidyr i sessionerne kan hjælpe en terapeut med hurtigere at opbygge en alliance med deres klient, da det kan invitere til en dialog om fælles positive holdninger til therapidyr. Hertil kan therapidyr ligeledes assistere terapeuten i at analysere klientens psyke, adressere kognitive forvrængninger eller undervise i adfærdsmæssige færdigheder (Chandler, 2012, p. 132f).

4.4.1 Relationen i terapien

Chandler argumenterer for, at therapidyr kan fungere som en bro mellem klienten og terapeuten, hvilket kan styrke tilliden og alliancen mellem dem. Dette sker gennem den unikke dynamik i interaktionen mellem klient, terapeut og therapidyr, som Chandler illustrerer i **figur 2**. Ved at observere en positiv interaktion mellem terapeuten og et therapidyr kan en klient blive mere tilbøjelig til at stole på deres

terapeut. Denne tillid kan skabe et trygt og støttende miljø for behandlingen (Chandler, 2017, p. 3; pp. 17f; Sondrup, 2023, pp. 19f).



Figur 2. DAT relationsoplevelse (Chandler, 2017, p. 135).

Desuden understreges det, at ved at arbejde sammen med et terapidyr i terapien, kan klienterne få en dybere forståelse af sig selv og deres behov. Terapidyrets reaktioner på klienten giver indsigt i de følelser og adfærdsmønstre, som de måske ikke er bevidste om (Chandler, 2017, p. 3; pp. 17f, Sondrup, 2023, pp. 19f).

Chandler argumenterer for, at visse klienter foretrækker at have et terapidyr til stede under terapisesioner frem for at deltage i traditionelle sessioner uden dette element. Dette indikerer, at brugen af dyr i terapi kan gøre det mere attraktivt for en bredere gruppe af mennesker, herunder dem med dårlige oplevelser med traditionel terapi. Chandler påpeger, at selvom relationen mellem en klient og et terapidyr er unik, har den biologiske tilknytningsproces mange ligheder med den, der findes i menneske-kæledyr-forhold. Hun understreger dog, at styrken af disse forhold kan variere. Terapidyrets begrænsninger ligger i dets rolle i terapisesionerne, hvor det ikke kan fungere som en permanent tilknytningsfigur uden for disse sessioner. Alligevel viser forskning, at terapidyret, i samspil med terapeuten, kan bidrage til at

skabe en sikker tilknytning mellem klienten og dyret. Dette kan skabe en følelse af tryghed og støtte under terapien, selvom terapidyret ikke nødvendigvis er klientens primære tilknytningsfigur. På den måde kan terapidyret stadig spille en vigtig rolle i klientens behandlingsforløb (Beetz, 2017, pp. 144f; Chandler, 2017, p. 7; Sondrup, 2023, pp. 19f).

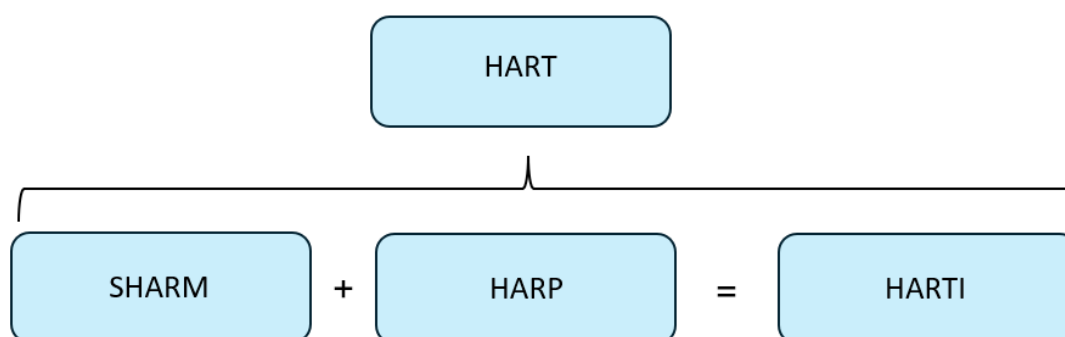
4.4.2 Teorien om menneske-dyre relationen

I dette afsnit er det blevet valgt at bibeholde de engelske betegnelser i Chandlers teoretiske model kaldet *Human Animal relational theory* (HART), da der ikke findes en officiel dansk oversættelse af disse begreber ud fra vores viden. Det vurderes, at en oversættelse ville føre til forvirring, da denne teori er kompleks og indeholder mange fagbegreber.

Formålet med denne teoretiske model (HART) er at vejlede terapeuter i implementeringen af dyreassisteret terapi (DAT). HART er et værktøj, der kan bruges som et fælles sprog til at understøtte interventioner, hvor mennesker og dyr interagerer. I HART anerkendes terapidyret som en terapeutisk facilitator, der spiller en central rolle som omsorgs- og følelsesmæssig detektor for klienterne under terapien. Dette opnås gennem dyrets adfærdsmæssige deltagelse og distancering med klienten ved en aktivering af det biologiske sociale respons- og stressrespons-system i dyret (Otting & Chandler, 2023, p. 317-318).

Ifølge Chandler kan terapidyrets aktive deltagelse og distancering fra klienten være til gavn for terapeuten under terapiforløbet ved, at det giver mulighed for refleksion og støtte til de ubehagelige situationer, som terapidyret opfatter i klientens nærvær. Ifølge Chandler opstår der *relational moments* (RMer) mellem terapidyret og klienterne under menneske-dyr-interaktionen (MDI) på grund af både deltagelse- og distanceringsprocessen. Disse øjeblikke skaber muligheder for unikke relationer og forbindelser under terapisessionerne. En række af disse RMer vil muliggøre, at afgørende og meningsfulde bevidste og ubevidste motivationsdynamikker hos individuelle klienter kan fremkomme under sessionen. Chandler benævner disse som; *significant human-animal relational moments* (SHARMs) (Otting & Chandler, 2023, p.317-318).

I HART er det essentielt, at terapeuten, klienten eller begge anerkender SHARMs. Yderligere er det vigtigt at anerkende værdien af processen, som opstår efter denne anerkendelse. Bearbejdningen af SHARMs bliver refereret til *human-animal relational process* (HARP). Ifølge Chandler kan denne bearbejdning ske *internt*, enten udført af terapeuten eller klienten (I-HARP), eller *eksternt* gennem en dialog mellem terapeuten og klienten (E-HARP). Når man kombinerer anerkendelsen af SHARM med indvirkningen af HARP, bestemmer det *human-animal relational therapeutic impact* (HARTI). Til dette præsenterer Chandler (2017) følgende formel: $SHARM + HARP = HARTI$ (Figur 3) (Otting & Chandler, 2023, p. 318).



Figur 3. Illustrer formelen for Human-animal relational therapeutic impact (HARTI).

I følgende afsnit vil vi uddybe de forskellige begreber og termer, der benyttes i denne teori.

Det biologiske sociale respons- og stressrespons-system

Ifølge Chandler er den nuværende videnskabelige forståelse af sociale deltagelsesmekanismer hos pattedyr med til at støtte op om, hvordan interaktioner mellem mennesker og dyr kan skabe meningsfulde oplevelser. I en interaktion mellem arter og på tværs af arter, spiller de to primære biologiske systemer; det sociale respons- og stressrespons-systemet en rolle (Chandler, 2018, pp. 429f).

I en positiv social interaktion såsom berøring kan hormoner, der er forbundet med velvære (dopamin, endorfiner og oxytocin), stige hurtigt (Chandler, 2018, pp. 429-432). Yderligere kan belønningsmekanismen i det sociale responsystem motivere dyr til at søge interaktion med andre, hvilket kan være gavnligt for klienten. Gennem

aktivering af det sociale responsystem fungerer dyret som en slags omsorgsperson for klienten under interaktionen. På samme måde får klienten mulighed for at være omsorgsperson for dyret (Chandler, 2018, pp. 429-432).

I en negativ social interaktion kan stressrelateret hormoner (aldosteron, kortisol og adrenalin) blive frigivet og resultere i kamp-, flugt- og frysrespons. Denne respons vil blive opretholdt, indtil mennesket eller dyret ikke længere opfatter situationen som truende (Chandler, 2018, pp. 429-432).

Det er igennem disse responsystemer, at terapidyret kan hjælpe med at afspejle klientens adfærd og give klienten et indblik i egen holdning og adfærd. Eksempelvis vil et dyr være interesseret i en positiv social interaktion, hvis klienten kæler for dem. Derudover kan dyret reagere med kamp-, flugt- og frys respons, hvis klienten opfører sig negativt (Chandler, 2018, p. 430).

Dyrs signaler og perceptionsfærdigheder

For at få det mest optimale ud af menneske-dyre interaktion (MDI) i en terapeutisk sammenhæng er det nødvendigt at have en grundig forståelse af dyrenes adfærd og kommunikation, både generelt for deres art og specifikt for det individuelle dyr (Chandler, 2018, p. 430-431).

Når dyr oplever stress eller opfatter nød hos fx mennesker, vil mange dyrearter demonstrere *forskydnings-, alarm- eller beroligende signaler*. Disse adfærdsmønstre er naturlige og ofte universelle hos mange dyrearter, heriblandt hunde, heste og kaniner (Chandler, 2018, p. 430-431). Nogle eksempler på beroligende signaler fra kaniner inkluderer at kigge væk, en hurtig rystelse af kroppen, slikke intenst på sig selv, andre eller objekter. Forskydningssignaler hos kaniner kan omfatte, at de bevæger sig væk, bevæger sig hen imod eller andre betydelige ændringer i kropsposition eller kropsholdning (Kanab, 2018, p. 1). Advarselssignaler fra dyr er adfærdsmønstre eller udtryk, som både kan være vokal eller ikke-vokal, hvilket kan lede opmærksomheden mod eller væk fra dem (Chandler, 2018, p. 430-431). Et par eksempler på advarselssignaler fra kaniner kan være; hårdt stamp, knurren/hvæsen, ørene der er fladt presset ned ad ryggen (Rabbit Advocates, 2018, p. 1)

Ifølge Chandler er en yderligere fordel ved at inkludere dyr i dyreassisteret terapi (DAT) deres evne til at opfange og reagere på klientens følelsesmæssige tilstand. Chandler argumenterer for, at terapidyr kan fornemme følelser, som en klient måske forsøger at skjule, da dyr generelt bruger flere sanser til at evaluere deres omgivelser og relationer, herunder syn, lyd, berøring, lugt og smag. Chandler argumenterer for, at den videnskabelige forståelse af både menneskers og dyrs responsmekanismer, kombineret med dyrs skarpe perceptionsfærdigheder, understøtter værdien af at inkorporere MDler i terapisesioner. Hun præsenterer derfor, at HART-guiden skal facilitere disse interaktioner og hjælpe med at bearbejde de følelser, der opstår hos klienten, hvilket kan resultere i terapeutiske fordele og forbedrer den terapeutiske effekt af MDI (Chandler, 2018, pp. 430f).

Væsentlige øjeblikke

Terapeuten, der udfører dyreassisteret terapi (DAT), kan have forskellige tilgange til at facilitere sessionerne med terapidyr. For eksempel kan terapeuten vælge en ikke-direktiv tilgang og bare have et dyr til stede i sessionen, hvor klienterne kan interagere med dyret, hvis de ønsker det. Alternativt kan terapeuten tage en mere struktureret tilgang og facilitere aktiviteter, der involverer klienten og terapidyret. Uanset tilgangen kan der opstå betydningsfulde øjeblikke (*relational moments*, RMer og *significant human-animal relational moments*, SHARMs), muligheder for forarbejdning (*human-animal relational process*, HARP) og terapeutiske effekter (*human-animal relational therapeutic impact*, HARTI) (Chandler, 2018, p. 438). Det er væsentligt at understrege, at mængden af HARP, der følger med en SHARM, ikke er afgørende for typen af SHARM (**tabel 3**). I stedet er mængden af HARP relevant for klientens behov. Derfor kan HARP være overfladisk eller mere grundig, afhængigt af klientens behov og den ønskede virkning (HARTI) (Chandler, 2018, pp. 438-442).

Tabel 3.

Oversigt over significant human-animal relational moments

En hilsen	I en SHARM-hilsen faciliterer terapeuten en forbindelse mellem klienten og terapidyret ved at observere og kommentere på deres kropssprog under sessionen. Dette skaber en atmosfære af varme og accept. Desuden kan en positiv interaktion styrke klientens følelse af at være sympatisk, fordi dyret engagerer sig autentisk i interaktionen med klienten. Dyrets beroligende tilstedeværelse kan bidrage til at skabe en atmosfære af ro og velvære under sessionen.
Anerkendelse	I SHARM-ankendelsen anerkender terapeuter og klienter vigtigheden af, at terapidyret formidler essentielle informationer, der bør inddrages under terapissessionerne. Terapidyret har evnen til at vise både beroligende, forskydnings- og alarmsignaler, som er afgørende for at forstå klientens følelsesmæssige tilstand. Dyrets evne til at signalere, når det opfanger en intens følelsesmæssig oplevelse hos klienten, er en uvurderlig ressource i terapisammenhænge.
Check-in	Ved SHARM-check-in, er det væsentligste, at terapeuten "tjekker ind" om klienten eller terapidyret har det godt. Terapidyret kan også tjekke ind med klienten for at se, om klienten har det godt og for at lette deling af følelser. For eksempel kan en kanin vise check-in-adfærd ved at kigge op på klienten eller snuse, puffe eller slikke klientens hånd. Nogle gange vil dyret søge en respons fra klienten ved at blive ved med at puffe eller slikke, indtil klienten anerkender dyrets tilstedeværelse. SHARM-check-in giver anledning til formidlingen af empati og kan opmuntre klienten til at udtrykke sig på en mere aktiv måde.

Trøst	I en SHARM-trøst situation reflekterer terapeuten over klienten og terapidyrets interaktion, hvor der opstår trøstende fysisk kontakt såsom at kramme, putte eller ligge tæt sammen. Gennem denne form for trøst kan terapeuten formidle dyrets opmærksomhed på klientens behov for omsorg eller klientens ønske om at trøste dyret.
Refleksion	I en situation med SHARM-refleksion kan en terapeut reflektere højt over, hvad der foregår i dyrets sind samt deres følelser i et forsøg på at skabe en indsigt eller bevidsthed hos klienten. Terapeuten kan endda bede klienten om at deltage i refleksionen for at give dem mulighed for at projicere deres egne indre oplevelser. Det er ikke nødvendigt, at refleksionerne er korrekte for at være meningsfulde.
Fortolkning	Ved brug af SHARM-tolkning tolker en terapeut terapidyrets adfærd for at indikere dets oplevelser eller kommunikation. Terapeuten kan også bede klienten om at fortolke dyrets adfærd. Det er essentielt, at tolkningen er præcis og afspejler, hvad dyret sandsynligvis oplever eller kommunikerer.
Sikkerhed	Ved brug af SHARM-sikkerhed opnår en klient en følelse af forsikring eller selvsikkerhed baseret på interaktionen mellem klienten og dyret eller ved at observere dyrets adfærd. Denne form for SHARM fokuserer på klientens selvværd, self-efficacy og følelse af sikkerhed. For eksempel kan et terapidyr, der aktivt engagerer sig med en klient, styrke klientens følelse af værdi.

Note. (Parafrasering af Chandler, 2018, pp. 438-442).

5. Forskning om kaniner som terapidyr

I tidligere afsnit er der blevet gennemgået, hvad forskning og teorier om dyreassisteret terapi (DAT) kan bidrage med i forhold til menneskers fysiologiske, psykologiske og sociale udfordringer. Kaniner bliver ofte brugt i terapi på hospitaler, skoler og børnehaver, da de er meget populære blandt børn og ofte indgår i børnelitteratur og sange (Sondrup, 2023, p. 110; Loukaki et al. 2010 p. 222; Součková et al. 2023, p. 1; Suba-Bokodi et al. 2022, p.1f).

I casestudiet blev der anvendt kaniner som terapidyr, men der er fortsat begrænset forskning på området, der undersøger, hvordan kaniner kan fungere som terapidyr, og hvordan de kan bidrage til terapien. Den nuværende forskning fokuserer primært på interaktion mellem kaniner og børn i et DAI-forløb. Derfor er der ingen tilgængelig forskning på nuværende tidspunkt, der udelukkende fokuserer på brugen af kaniner som terapidyr på personer med funktionsnedsættelse.

5.1 Fordele ved kaniner som terapidyr

I en græsk undersøgelse af Loukaki et al. (2010) ønskede man at undersøge kaniners rolle som terapidyr og fremhæve de vigtigste velfærdsspørgsmål i et dyreassisteret terapiforløb. Kaninerne indgik som en del af terapien til børn med emotionelle eller fysiske problemer, samt til misbrugte og omsorgssvigtede børn på et børnehospital. Deres undersøgelse viste positive tilbagemeldinger fra både børn og deres pårørende. Loukaki et al. adresserer, at dette bl.a. kan tilskrives, at der ofte opstår et specielt bånd mellem børn og kaniner, da kaninen vækker positive følelser hos dem. Dertil kan kaniner være et effektivt terapidyr, da de er intelligente, trives i menneskeligt selskab, er legesyge og let at socialisere og transportere. Derudover er kaninen god til at kommunikere gennem sit kropssprog, og når den har muligheden for det, viser den mange af dens naturlige adfærdsmønstre og udtryk (Loukaki et al. 2010, pp. 222f).

5.2 Ulemper ved kaniner som terapidyr

I en pilotundersøgelse af Součková et al. (2023) blev adfærdsreaktionerne hos ni dværg-hunkaniner undersøgt under et dyreassisteret interventionsforløb (DAI) med fire drenge i alderen 9-11 år. Kaninerne, som var socialiseret dagligt af både voksne og børn i et privat hjem, deltog i forsøget i en alder af 9-10 måneder. De blev roteret tilfældigt mellem tre forskellige scenarier. De første to foregik på et bord; en uden menneskelig interaktion, og en med menneskelig interaktion under en DAI-session. Ved tredje scenarie var kaninerne placeret på en pude i skødet hos en deltager under en DAI-session. Adfærden blev registreret via kamera og analyseret, hvor ørernes stilling, åbenhed i øjnene, selvpleje og frys-reaktion blev nærmere undersøgt som adfærdsindikatorer. Resultaterne viste, at kaniner reagerede negativt følelsesmæssigt under DAI-sessioner. Yderligere var der en større forekomst af frys reaktionen, når kaninen sad i skødet hos barnet sammenlignet med begge bord-scenarier (Součková et al., 2023, p.1f; Søndrup et al. 2023 p. 18-19).

Suba-Bokodi et al. (2022) undersøgte adfærden hos dværgkaniner under en børnesommerlejr i Ungarn. Der blev foretaget observationer af i alt 20 hunkaniner ved to forskellige lejligheder i en gymnastiksal. I undersøgelsen deltog der 120 børn. Fire af kaninerne var blevet socialiseret til mennesker i den følsomme periode efter fødslen. Der blev foretaget tre tests for at måle kaninernes adfærd. Testen blev foretaget under 3 forskellige scenarier; ved menneskelig tilnærmelse, ved børnenes tilnærmelse og ved ejernes tilnærmelse. Testene blev foretaget før og efter sessionerne. Resultaterne viste, at de socialiserede kaniner generelt klarede sig bedre i adfærdstestene. Dog var kaninernes tillid til deres ejere lavere efter interventionerne. Yderligere viste adfærdstestene, at stresstolerancen hos kaninerne, der var blevet håndteret før interventionen, var højere end hos dem, der ikke havde været håndteret tidligere (Suba-Bokodi et al., 2022, p. 1; pp. 5-8).

Derfor anbefaler Suba-Bokodi et al. (2022), at kaniner skal håndteres i deres følsomme periode efter fødslen, hvis de anvendes i dyreassisterede interventioner (DAI). Kaniner, der har været håndteret af mennesker, viser større interesse, samarbejdsvillighed og reducerer risikoen for skader på børn (fx ridser fra kaninens klør). Den øgede stresstolerance hos kaninerne under DAI, mindsker risikoen for

udmattelse hos dyret, og deres generelle adfærd er mere rolig, selv efter stressende begivenheder. Afslutningsvis anbefaler Suba-Bokodi et al. (2022), at kaniner maksimalt er hos en klient i 20 min per session i et DAI-forløb (Suba-Bokodi et al. 2022, p. 1; p. 12).

5.3 Opmærksomhed på dyreadfærd og velfærd

I modsætning til de to ovennævnte artikler fandt Loukaki et al. (2010) ikke de samme stressresponser hos deres terapikaniner, hvilket umiddelbart kan tilskrives, at kaninernes ejere eller eksperter i kaninernes adfærd var til stede under sessionerne i deres undersøgelse. Derudover blev der taget højde for kaninernes velfærd før, under og efter interventionen, hvor der i de to andre undersøgelser primært var fokus på kaninernes velfærd under interaktionen. Loukaki et al. påpeger at det er nødvendigt for dem, der arbejder med kaniner i et DAT-program, at tage højde for kaninernes naturlige adfærd og biologi. Hertil er det vigtigt, at kaninen har tid til at afstresse efter transporten, når den ankommer til institutionen, og at stedet opfylder dens biologiske og adfærdsmæssige behov (Foder, vand, plads til at løbe mv.) (Loukaki et al. 2010, p. 223).

Yderligere beskriver Loukaki et al. (2010) at træning og tilvænning til menneskelig kontakt kan mindske stress under en terapisession, da kaniner kan genkende og skelne mellem forskellige mennesker. Det anbefales at introducere kaninerne for dem, der skal udføre DAT-programmet, før det starter og informere klienterne om kaninens behov og adfærd. En erfaren *handler* spiller en vigtig rolle som tolk mellem terapidyret og klienterne i DAT-programmet. Derfor er det vigtigt, at de har en ekspertise inden for kaniners biologi og adfærd. Det anbefales ifølge Loukaki et al. at bruge minimum to kaniner i et DAT-program for at undgå, at de bliver adskilt fra deres flok og for at undgå overbelastning. Ligeledes er det vigtigt at være opmærksom på tegn på stress under DAT-sessioner og om nødvendigt afbryde behandlingen for at beskytte kaninens trivsel. Dyrevelfærd bør være en central bekymring i ethvert DAT-program, og kaninernes sundhed og velfærd bør regelmæssigt overvåges for at sikre et sikkert og effektivt behandlingsforløb (Loukaki et al. 2010, pp. 223f).

6. Compassionfokuseret terapi (CFT)

I følgende afsnit vil vi kort præsentere teorien bag compassionfokuseret terapi (CFT), samt begreberne medfølelse og selvmedfølelse, og efterfølgende præsenteres, hvordan disse kan blive praktiseret i terapien. Afslutningsvis vil der være en gennemgang af nuværende forskning indenfor CFT, gennem udvalgte artikler.

6.1 Teorien bag compassionfokuseret terapi

CFT er udviklet af Gilbert med henblik på at hjælpe mennesker med kroniske og komplekse mentale udfordringer, der er knyttet til skam og selvkritik (Gilbert, 2010, p. 4; Gilbert, 2014, p. 6). Teorien bag CFT har bl.a. rod i evolutionær og buddhistisk psykologi, kognitiv adfærdsterapi, samt tilknytningsteori. Begrebet *compassion* oversættes på dansk til begrebet *medfølelse*. Gilbert's tilgang til medfølelse trækker på den buddhistiske lære, hvor medfølelse forstås som en følsomhed overfor vores egne og andres smerte, samt de faktorer, der bidrager til den, sammen med en dyb forpligtelse til at lindre denne smerte og forebygge den (Gilbert, 2010, p. 3; pp. 5f; Gilbert, 2018, p. 10 & pp. 18f).

Ud fra CFTs evolutionære tilgang fokuseres der primært på de grundlæggende sociale motivationssystemer, herunder dannelse af alliancer, leve i grupper, søge seksuelle partnere samt pleje og omsorg for pårørende. Derudover fokuseres der også på de forskellige funktionelle følelsesmæssige systemer, herunder reaktioner på trusler, søgen efter ressourcer og frembringelse af tilstande af tilfredshed og sikkerhed (Gilbert, 2014, p. 6). Ifølge Gilbert bærer vores hjerne stadig præg af vores evolutionære historie, hvor mennesket bl.a. er udviklet til at være sociale og empatiske væsener. Han påpeger, at samarbejde, medfølelse og omsorg for andre har været betydningsfuld for overlevelse og reproduktion (Gilbert, 2010, pp. 19f; pp. 22-24; pp. 63-66; Gilbert, 2014, p. 17; pp. 29-31; Sondrup et al., 2023, pp. 28-33).

Gilbert argumenterer for, at den moderne tilværelse med stress og konkurrence kan føre til selvkritik og mangel på medfølelse samt selvomsorg, hvilket kan resultere i angst og depression. Han pointerer, at vores nervesystem er indrettet til at reagere på trusler og farer, men at negative tanker og selvkritik kan aktivere det

samme reaktionssystem og føre til øget stress og angst, selvom der egentlig ikke er nogen reel fysisk fare. Dette er hvad Gilbert kalder *den lumske hjerne*. Dermed påstår Gilbert, at vores sind er fyldt med konflikter på grund af dette. Han mener derfor, at det er vigtigt at blive opmærksom på denne automatiske reaktion fra den lumske hjerne og for klienten at vide, at det ikke er deres egen skyld, da de negative tanker og følelser er en naturlig del af den menneskelige psyke (Gilbert, 2010, pp. 19f; pp. 22-24; pp. 63-66; Gilbert, 2014, p. 17; pp. 29-31; Sondrup et al., 2023, pp. 28-33).

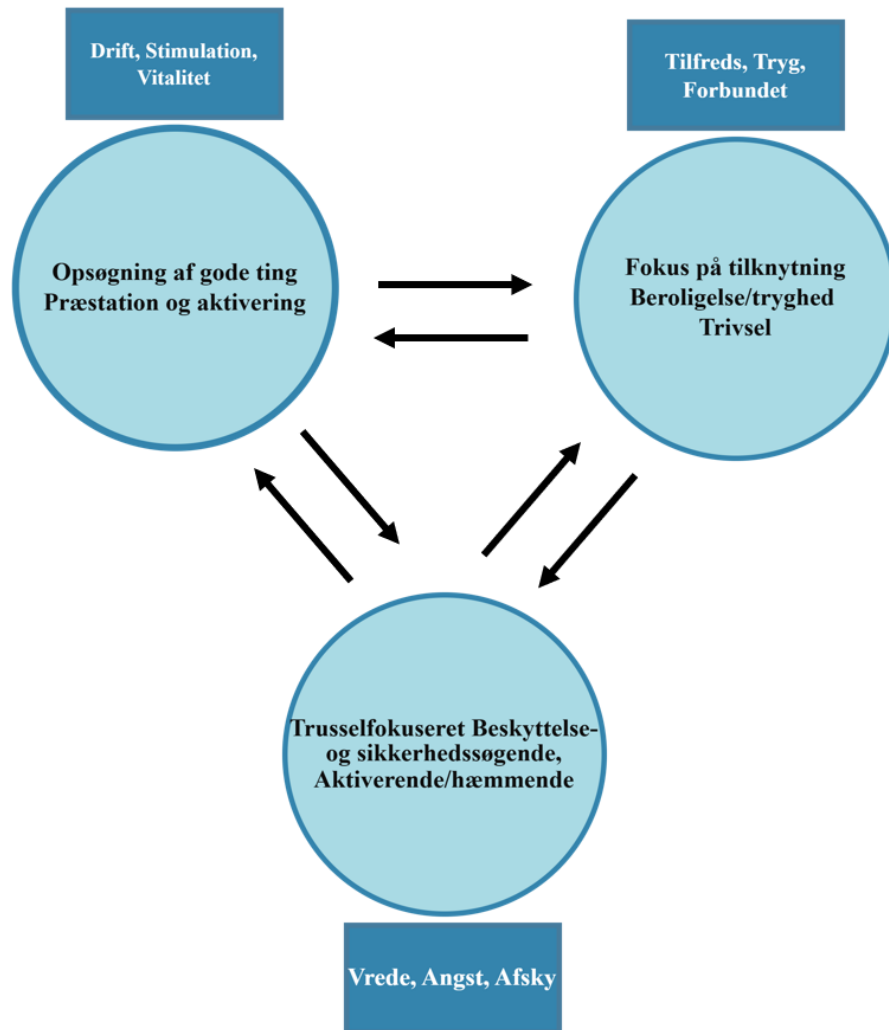
Som nævnt i ovenstående spiller tilknytning en afgørende rolle for teorien bag CFT, da de tidlige oplevelser fra barndommen påvirker ens tilknytningsmønstre og udvikling af ens evne til medfølelse. Her kan usikker tilknytning og manglende tryghed have en indvirkning på evnen til at regulere følelser. Denne regulering sker bl.a. gennem neurohormoner som endorfiner og oxytocin, hvilket er ansvarlig for social beroligelse. Ifølge Gilbert er disse neurohormoner afgørende for at håndtere trusler og reagere på fare, og tilknytning fungerer som et reguleringssystem, der beskytter mod trusler og skaber en tryk base (Gilbert, 2010, pp. 39-41; Gilbert, 2014, pp. 33f; Sondrup et al., 2023, p. 28).

6.1.1 Trecirkelmodellen

Gilbert har et stort fokus på at forstå og behandle negative følelser, og til dette har han udviklet en model kaldet *trecirkelmodellen*. Modellen tager udgangspunkt i Gilberts evolutionære forståelse af hjernen, og repræsenterer tre forskellige systemer til regulering af følelser; *trusselssystemet*, *motivationssystemet* og *tryghedssystemet* (**Figur 4**) (Gilbert, 2009, pp. 200f; Sondrup et al., 2023, p. 27).

Figur 4.

Trecirkelmodellen



Note. *a. Trusselfokuseret og beskyttende system = trusselsystemet b. Opsøgnings- og præstationssystem = motivationssystemet. c. Tilknytning- og beroligende system = tryghedssystemet (Gilbert, 2018, p. 64).*

Trusselssystemet er en væsentlig mekanisme for overlevelse hos alle levende væsner. Systemet er designet til at registrere og reagere på potentielle trusler fra miljøet, og når systemet aktiveres resulterer det i følelsesmæssige reaktioner som angst, vrede eller afsky. Disse følelser igangsætter kropslige reaktioner, der motiverer os til at handle for at beskytte os selv ved enten kamp-, flugt- og frysrespons. En ubalance i trusselssystemet kan bidrage til udviklingen af forskellige psykopatologier. Derfor er det vigtigt at have en sund og afbalanceret tilgang til at håndtere trusler for at

opretholde både fysisk og mental sundhed (Gilbert, 2009, p. 200; Gilbert, 2010, pp. 44-46).

Motivationssystemet styrer vores adfærd mod vigtige belønninger og ressourcer. Dette gælder bl.a. mad, seksuelle muligheder, alliancer, venskaber osv. Funktionen af systemet er at give os positive følelser, som giver os energi, hvilket kan styre os mod vigtige livsmål. Når man opnår disse mål og ønsker, kan man føle begejstring og glæde. Ifølge buddhistisk psykologi kan positive følelser forbundet med dette system af præstation og opfyldelse af ønsker give os fornøjelser, men ikke sand lykke, da vores følelser som fornøjelse er afhængige af opnåelse af belønninger, ressourcer og præstationer. I buddhismen kommer sand lykke fra at kultivere en rolig, ikke-stræbende sindstilstand, der er opmærksom og fokuseret på medfølelse (Gilbert, 2009, p. 201; Gilbert, 2010, pp. 47f).

Tryghedssystemet spiller en central rolle i udviklingen af tilknytningsadfærd, da omsorgssignaler skaber mulighed for en beroligende effekt, der aktiverer positive følelser af tryghed og social tilknytning. Dette aspekt af systemet kan betegnes som 'social sikkerhed' og det er internt forbundet med reguleringen af trussels- og motivationssystemet. CFT sigter mod at fremme udviklingen af dette beroligende og sociale tryghedssystem (Gilbert, 2009, p. 201; Gilbert, 2010, pp. 48-50).

6.2 Medfølelse og selvmedfølelse

En anden pioner inden for forskning i medfølelse er Neff (Gilbert, 2010, p. 12). Hun er især kendt for udvikling af begrebet *selvmedfølelse* og udvikling af *Self-Compassion Scale* (SCS) (Neff & Tóth-Király, 2022, p. 2). Neff beskriver vigtigheden af selvmedfølelse ved at sammenligne den med medfølelse for andre. Hun påpeger, at medfølelse for sig selv ikke er anderledes end medfølelse for andre, da det involverer at være opmærksom på og reagere på ens egen smerte på samme måde som man ville gøre for andre. Selvmedfølelse indebærer at stoppe op og anerkende ens egen smerte og behov for trøst og omsorg, i stedet for at ignorere den. Det handler om at være venlig og forstående over for sig selv, selv når man laver fejl, ikke føler sig god nok eller ved personlig smerte. Selvom man kan stræbe efter at forbedre sig selv, er det ifølge Neff vigtigt at huske, at man er værdifuld og acceptabel som man er. At

praktisere selvmedfølelse betyder at ære sin egen menneskelighed, erkende at tingene ikke altid går som planlagt, og være åben over for de udfordringer og fejl man støder på i livet, og vide at det er en del af det at være menneske. Ved at acceptere og omfavne denne virkelighed, kan man udvikle en større medfølelse for sig selv og andre (Neff, 2003b, p. 224; Neff, 2024a, p. 1). Ifølge Neff handler selvmedfølelse ikke om at opnå gode og rare følelser, men derimod at praktisere god vilje. Selvmedfølelse kan være en ny måde at forholde sig til sig selv på, hvor man accepterer øjeblikkets smerte og møder sig selv med venlighed og omsorg. Hun påpeger, at det er vigtigt at undgå at bruge selvmedfølelse som et redskab til at undertrykke eller kæmpe imod smerten, da dette ofte gør tingene værre. Ved at acceptere ens ufuldkommenheder som en del af den fælles menneskelige erfaring, skaber man rum for vækst og transformation samtidig med, at man giver sig selv den støtte og omsorg, der er nødvendig for at bære smerten (Neff, 2024b, p. 1).

6.2.1 Tre nøgleelementer af selvmedfølelse

Ifølge Neff inkluderer selvmedfølelse tre nøgleelementer: 1. *selvvenlighed versus selvfordømmelse*, hvor man udviser venlighed og forståelse over for sig selv i stedet for selvkritik, når tingene ikke går som planlagt. Når man accepterer, at man ikke altid kan få alt, hvad man ønsker, og behandler os selv med venlighed og accept, opnår man ifølge Neff en større følelsesmæssig balance og undgår unødvendig stress og selvkritik; 2. *en følelse af fælles menneskelighed versus isolation*, hvor man ser ens lidelse og personlig utilstrækkelighed som alment menneskeligt og som noget alle går igennem, i stedet for at se det som noget, der kun sker for os personligt, som dermed kan føre til en følelse af isolation; 3. *mindfulness versus over-identifikation*, hvor man er opmærksom på sine smertefulde tanker og følelser uden at undertrykke dem eller identificere sig for meget med dem. Det er vigtigt at være opmærksom på de negative tanker og følelser med åbenhed og klarhed, uden at dømme dem. Her er mindfulness en nyttig tilgang til dette, da det hjælper med at kunne observere tankerne og følelserne uden at blive fanget i dem. Det er vigtigt at anerkende smerten og føle medfølelse samtidig med, at man ikke lader sig overvælde af negativiteten og

mister grebet om virkeligheden (Neff, 2003a, p. 85 & 89f; Neff, 2015, p. 265; Neff, 2024a, p. 1f).

Nøgleelementerne interagerer på komplekse måder og kan forstærke hinanden gennem processen med selvmedfølelse. Mindfulness spiller en afgørende rolle ved at skabe tilstrækkelig mental afstand fra negative oplevelser, hvilket muliggør selvvenlighed og følelse af fælles menneskelighed. Desuden hjælper mindfulness med at reducere selvkritik og øger forståelsen for en selv, hvilket fremmer selvvenlighed. Det kan også modvirke følelser af isolation ved at skabe en følelse af indbyrdes forbundethed med andre. Ved at huske at lidelse og fiasko er en del af den menneskelige erfaring, kan man mindske skyldfølelsen og øge forståelsen og venligheden for alle og sig selv. Derfor kan samspillet mellem selvvenlighed, følelse af fælles menneskelighed og mindfulness styrke selvmedfølelsen og hjælpe os med at håndtere vanskelige situationer med større forståelse og venlighed (Neff, 2003a, p. 89f).

6.2.2 *Backdraft*

Når man begynder at praktisere selvmedfølelse, kan klienter opleve en midlertidig stigning i negative følelser kaldet *backdraft*. Dette sker ifølge Neff og Germer, fordi tidligere undertrykt smerte og sårbarhed kommer frem, når klienter begynder at praktisere selvmedfølelse. Når de pludselig åbner op for disse følelser gennem selvmedfølelse, kan det resultere i en intens reaktion af fysiske smerter, sorg, vrede eller skam samt adfærd såsom aggression og tilbagetrækning. Det er vigtigt for klienten at forstå, at dette er en naturlig del af processen og ved at møde disse følelser med selvmedfølelse og mindfulness, vil man gradvist opnå større følelsesmæssig stabilitet og trivsel. Klienterne skal lære at tillade sig selv at lære langsomt, hvilket inkludere at kunne trække sig tilbage, når følelser bliver overvældende og fokusere på åndedrættet eller praktisere selvpleje (kæle for et dyr eller tage en kop te/kaffe). Når man lærer at give sig selv det man har brug for i øjeblikket, styrker det vanen med selvmedfølelse (Neff & Germer, 2022, p. 58; Neff, 2024b, p. 1).

6.3 Medfølelse og selvmedfølelse i praksis

Selvom Gilbert og Neffs praksis er rettet mod at facilitere medfølelse, selvmedfølelse og egenomsorg hos klienter, der oplever skam og selvkritik, adskiller deres teoretiske rammesætning sig. Gilbert's tilgang er dybt forankret i bl.a. den evolutionære psykologi og tilknytningsteori, hvor han betragter medfølelse som en nøgelfaktor i menneskelig trivsel og fokuserer på at forstå dens evolutionære formål gennem de tre typer af følelsesreguleringssystemer: trusselssystemet, motivationssystemet og trykssystemet. Hertil fokuserer Gilbert også på udviklingen af kompetencer og på at styrke og forbedre de områder i hjernen, der regulerer trusler, fremmer velvære og prosocial adfærd. Terapien betoner vigtigheden af at udvikle evnen til at føle og tolerere følelser, der er forbundet til ens tilhørsforhold, da disse er afgørende for at regulere trusselssystemet og forbedre vores forhold til os selv og andre (Gilbert, 2010, pp. 39-41; Gilbert, 2014, pp. 33f; Sondrup et al., 2023, p. 28).

I sin terapeutiske tilgang fokuserer Gilbert på at adressere en bred vifte af psykologiske problemstillinger gennem træning i medfølelse. Han mener, at mange psykiske lidelser kan være forbundet med en mangel på medfølelse, og at terapi bør sigte mod at dyrke den medfølelses egenskab. Hans interventioner omfatter ofte en blanding af kognitive teknikker, meditation og visualisering for at fremme medfølelse. Hertil er hans tilgang ofte rettet mod at udfordre og ændre negative tankemønstre hos klienterne (Gilbert 2009, p 199f; Gilbert, 2010, p. 12).

Neff's tilgang er centreret omkring begrebet selvmedfølelse. Hun identificerer selvmedfølelse som en kvalitet, der kan dyrkes gennem mindfulness og venlighed over for sig selv. Hendes tilgang er primært mere fokuseret på individets forhold til sig selv. I modsætning til Gilbert arbejder Neff primært udfra en social psykologisk og buddhistisk tradition, hvor selvmedfølelse betragtes udfra tre konstruktioner relateret til selvvenlighed, følelse af fælles menneskelighed og mindfulness. Hendes fokus ligger primært på selvmedfølelse og dens betydning for mental sundhed og trivsel. Hun ser selvmedfølelse som en nøgle til at håndtere negative følelser og kultivere et sundt selvbillede. Hendes interventioner involverer ofte øvelser og teknikker designet til at styrke selvmedfølelse, bl.a. gennem meditation og skrivning af breve til sig selv. Hendes tilgang er ofte rettet mod at opbygge en kærlig og

accepterende holdning over for sig selv (Gilbert 2009, p 199f; Neff & Tóth-Király, 2022, pp. 2f).

Gilberts tilgang giver mulighed for at anvende en bredere forståelsesramme til klienterne i forhold til de psykoedukative elementer. Hertil skaber det en mulighed for at inddrage terapikaninerne i den evolutionære forståelsesramme for emotionsregulering samt udvikle medfølelse som en generel livskompetence ved at perspektivere dem over på kaninerne. Gilberts tilgang er dog meget bred og ved at inddrage Neffs begreb selvmedfølelse, selvmedfølselsøvelser, samt mindfulness kan det skabe en mulighed for at arbejde med den enkelte klients udfordringer såsom; følelse af isolation, mangel på autonomi eller selvkritik.

7. Forskning i compassionfokuseret terapi (CFT)

Ifølge nuværende forskning omkring brugen af compassionfokuseret terapi (CFT), tyder det på, at tilgangen kan have flere fordele som terapeutisk intervention til behandling af psykopatologiske problemstillinger. En af dens primære fordele er, at den sigter imod at øge den oplevede selvmedfølelse hos klienterne, samt mindske skam og selvkritik (Craig et al., 2020, pp. 398f).

I følgende afsnit vil nuværende udvalgt forskning om effekten af CFT på forskellige populationer blive præsenteret.

7.1 Effekten af CFT i kliniske populationer

Catriona Craig et al. (2020) udførte en systematisk gennemgang af litteraturen for at undersøge effektiviteten af CFT i kliniske populationer. Ud af 119 udvalgte undersøgelser blev der kun identificeret 29 undersøgelser i alt, som blev inkluderet i reviewet, herunder ni randomiseret kontrolleret forsøg (RCT), tre kontrollerede forsøg og 17 observationsstudier (Craig et al., 2020, pp. 398f). Dette kan indikere, at der er en udpræget mangel på undersøgelser af CFT som terapiform. Dog viste reviewet, at mange af de sidste undersøgelser, som blev medtaget, var af nyere dato. Hvilket Craig et al. tilskriver som en indikation for, at der er en stigende interesse for CFT som interventionsform (Craig et al., 2020, p. 396).

Reviewet viste, at CFT generelt er effektivt og accepteret af både klienter og klinikere, men på trods af dette påpeger Craig et al. alligevel, at der også er begrænsninger ved CFT. Herunder er der en mangel på studier, som evaluerer CFTs effekt, hvilket kan medføre en begrænsning i forståelsen af interventionens fulde potentiale. Ydermere forekommer der også en variation i indholdet af CFT-interventioner og dermed en mangel på interventionstrohed i visse undersøgelser. Hertil skal det påpeges, at gruppebaseret CFT har mere evidens bag sig end individuelle CFT-forløb. Dette fremhæver gruppeinterventionens potentiale, hvor mere forskning ift. individuelle CFT-forløb kan være nødvendig. Endvidere findes der få undersøgelser, som sammenligner CFT med alternative terapeutiske tilgange, hvilket gør det vanskeligt at fastslå, om de observerede fordele ved CFT skyldes denne specifikke tilgang eller mere generelle psykologiske interventioner (Craig et al., 2020, p. 386; pp. 395-399; Vidal & Soldevilla, 2023, pp. 77f). Desuden peger flere undersøgelser på, at forløbets længde i CFT-interventioner har betydning. Typisk kræves der mindst 12 sessioner for at opnå betydelige kliniske forbedringer, hvilket kan indikere behovet for et omhyggeligt planlagt og vedvarende terapeutisk forløb for at sikre længerevarende effekt. Hertil er der dog en stor forskel på, hvordan CFT skal tilbydes til forskellige populationsgrupper (fx erhvervet hjerneskade (ABI)) (Craig et al., 2020, pp. 398f).

7.2 Effekten af CFT i populationer med erhvervet hjerneskade (ABI)

Selvom vores deltagere har flere funktionsnedsættelser, som inkluderer; parkinson, sclerose, nedsat hørelse og synshæmmelse, så har størstedelen af vores deltagere en erhvervet hjerneskade (ABI) eller er kognitiv svækket grundet funktionsnedsættelser. Derfor fandt vi det relevant at inddrage forskning, som undersøger brugen af CFT for mennesker med ABI, for at få indsigt i interventionsmulighederne, samt hvad den nuværende forskning peger på i forhold til brugen af CFT for denne population.

På nuværende tidspunkt er der en øget interesse for at anvende CFT til personer med ABI på grund af dens potentielle virkning på følelsesmæssige problemer såsom depression, angst, selvkritik og lavt selvværd. Mens der kun er få

undersøgelser, der har evalueret effektiviteten af CFT-interventioner for personer med ABI, tyder casestudier og undersøgelser på positive resultater, herunder reduceret angst og depression samt forbedret selvmedfølelse. Selvom der er behov for mere forskning på området, tyder tidligere undersøgelser på, at CFT kunne være en lovende tilgang for at imødekomme de følelsesmæssige behov og udfordringer, som personer med ABI ofte står overfor (Pauley & McPherson, 2010; Freeman et al., 2015 I Smith, 2019b, pp. 63-65).

I 2011 udførte Ashworth et al. et casestudie, som pegede på positive resultater ved brugen af CFT til personer med ABI. Casen omhandlede en 20-årig kvinde med ABI, som rapporterede, at kognitiv adfærdsterapi (KAT) ikke virkede på grund af hendes vedvarende selvkritiske tanker. Her blev hun efterfølgende tilbudt et CFT forløb med en rammesætning, som inkluderede psykoedukation og medfølelse billedsprog. Efter behandlingen rapporterede kvinden, at hun havde markante forbedringer i hendes psykopatologiske tilstande såsom: angst, depression, samt en stigning i selvværd, social kommunikation og fald i selvkritik efter CFT-sessionerne (Ashworth et al., 2011; Smith, 2019b, p. 64).

ABI er kendt for at resultere i psykologiske vanskeligheder såsom identitetsændringer og lav accept af begrænsningerne efter skade, hvilket nuværende behandlingsmetoder ikke altid formår at håndtere tilstrækkeligt. Selvom CFT har vist lovende resultater i undersøgelser, er dens effektivitet endnu ikke blevet undersøgt eksperimentelt inden for ABI-populationen (Smith, 2019b, pp. 44f).

I en undersøgelse foretaget af Smith (2019b) blev der undersøgt effekten af en 5-ugers digitalt tilpasset guidet selvhjælps-CFT-protokol på selvmedfølelse og selvkritik hos fem personer med en erhvervet hjerneskade (ABI). Ved at bruge den multiple baseline-variant af Single Case Experimental Design (SCED) testede denne undersøgelse forudsigelser om, at en 5-ugers guidet selvhjælps-CFT-tilgang ville øge selvmedfølelse og mindske selvkritik. Data før og efter interventionen blev sammenlignet for at se ændringer i selvmedfølelse og selvkritik. Resultaterne viste ingen signifikant ændring i selvmedfølelse og selvkritik mellem baseline og interventionsfasen, men visuel analyse og feedback fra deltagerne indikerede positive ændringer. Dette tyder på, at interventionen var acceptabel og gavnlig på andre måder, såsom øget selvaccept af hjerneskaden og anerkendelse af langvarige

mønstre af selvkritik. Smith konkluderer, at interventionen havde en positiv indvirkning på deltagerne, selvom resultaterne ikke var ensartede for alle, og han understreger vigtigheden af selvaccept i selvmedfølelsesarbejdet (Smith, 2019b, pp. 44f).

Selvom der fortsat er et begrænset antal af empiriske undersøgelser og mangel på konsensus omkring udførelsen af compassionfokuseret terapi (CFT), så er der på nuværende tidspunkt et stærkt rationalt for at udforske CFT som interventionsform for mennesker med ABI. CFT kan forbedre mål-engagement og selvmedfølelse hos klienter, yderligere kan CFT bidrage med at øge menneskers evne til at håndtere skuffelser, social isolation og tilbagefald, hvilket ofte er problematikker, som gør sig gældende hos ABI populationen (Neff et al., 2005; Gilbert & Proctor, 2006; Neff, Krikpatrick, & Rude, 2007 i Smith, 2019b, pp. 64f; p. 61).

7.3 Udfordringer med brugen af CFT

Smith (2019a) undersøgte rollen af selvkritik, selvmedfølelse og skam i identitetsjustering efter ABI i et systematisk review. En systematisk gennemgang af litteraturen blev foretaget, og 11 studier blev inkluderet i analysen. Fire primære temaer blev identificeret gennem en tematisk syntese. "Selvaccept" og "meningsskabelse" blev identificeret som facilitatorer af positiv identitetsjustering, mens temaerne som "skam" og "fokusering på sit tidligere selv" udgjorde forhindringer. Temaerne afspejlede nøgleaspekter af selvmedfølelse og selvkritik. Identitetsjustering efter skade blev beskrevet som en dynamisk og kompleks proces med forskellige faser og stadier, sammenlignelig med modeller for sorg (Smith, 2019a, pp. 9-12; pp. 42-45).

I Smiths review (2019a) fandt han en mangel på brugen af begreberne selvmedfølelse og selvkritik i den nuværende litteratur omhandlende ABI, hvilket vanskeliggør præcise konklusioner om, hvordan disse to begreber relaterer sig til identitetsjustering. Smith mener, at dette til dels kan skyldes, at begrebet selvmedfølelse er kontekstualiseret relativt for nylig af Neff (2003), hvilket kan være en forklaringen på, at begrebet ikke er blevet tilstrækkeligt benyttet i den nuværende litteratur. Hvorimod ovennævnte temaer som; "selvaccept" og "meningsskabelse",

der afspejler aspekter af selvmedfølelse, var langt mere fremtrædende i litteraturen. Ligeledes blev selvkritik kun nævnt i to af artiklerne, mens temaet "fokusering på sit tidligere selv" (et aspekt af selvkritik) var langt mere fremtrædende i litteraturen. Smith anbefaler derfor, at yderligere forskning skal undersøge den specifikke rolle, som selvmedfølelse spiller i identitetsjustering efter en ABI (Smith, 2019a, pp. 9-12; p. 43).

8. KA-CFT-intervention og manual

I følgende afsnit præsenteres implementeringen af selvmedfølelse og medfølelse i KA-CFT-interventionsmanualen, herunder psykoedukative elementer, øvelser, terapikaninernes specifikke rolle samt yderligere tilføjet hjælpemidler anvendt i praksis.

8.1 Terapikaninernes rolle

Det er essentielt, at klienten føler sig tryk og komfortabel under terapisessionerne, da det kan være afgørende for klientens evne til at åbne op omkring svære og følsomme emner. Mens terapeuten normalt tilbyder støtte gennem verbal trøst, er det vigtigt at undgå fysisk trøst af etiske hensyn. I denne sammenhæng kan terapikaninens rolle være væsentlig, da dens tilstedeværelse og interaktioner kan fungere som en stabil og pålidelig kilde til fysisk trøst og tryk for klienten. Ud over at skabe tryk, er der mulighed for, at kaninerne under terapien kan assistere klienten med at fremme empati og håndtere stress (Compitus, 2019, pp. 1f). Dertil er det blevet erfaret, gennem pilotstudiet (Sondrup et al., 2023), at terapikaninens tilstedeværelse ofte kan øge klientens mindfulnesspraksis under terapisessionerne. Dog tyder pilotstudiet på, at der først skal etableres et socialt bånd mellem klienterne og kaninen for at opnå positive effekter i terapien (pp. 103-104).

Udover at assistere klienten i terapien, fungerer terapikaninen også som en assistent for terapeuten. Ifølge forskningen og *Human Animal Relational Theory* (HART) kan kaninens adfærd afspejle klientens følelsesmæssige tilstand, hvilket kan tilskrives aktivering af spejlneuroner under interaktionen (Chandler, 2017, pp. 11f).

Kaninens følsomme natur tillader den at kommunikere sine behov gennem kropssprog, hvilket kan fungere som en indikator for klientens følelsesmæssige tilstand. I sammenspil med *handler* kan terapeuten benytte kaninens adfærdsmønstre herunder forskydnings-, alarm- og beroligende signaler til bedre at forstå og imødekomme klientens emotionelle behov. Kaninen kan derfor være en aktiv og ofte gavnlig assistent i terapiforløbet, da den kan hjælpe terapeuten med at navigere gennem de komplekse følelsesmæssige dynamikker i terapisessionen (Chandler, 2018, pp. 430f).

8.2 Selvmedfølelse og medfølelse i KA-CFT

Manualen for kaninassisteret compassionfokuseret terapi (KA-CFT) bygger på udvalgte elementer af teorier udviklet af Gilbert og Neff.

I KA-CFT-manualen er der blevet implementeret Gilberts tilgang til medfølelse i forbindelse med de psykoedukative elementer. Der er blevet hentet inspiration fra hans kognitive teknikker, herunder brugen af trecirkelmodellen og compassionøvelser. Målet er at styrke klienternes evne til at føle og tolerere følelser relateret til tilhørsforhold ved at øge deres følelse af medfølelse. Gilbert præsenterer sin trecirkelmodel, som en forenklet version af komplekse følelsesprocesser, for at gøre det lettere for klienterne at forstå betydningen af medfølelse (Gilbert, 2014, p. 14). Det er blevet vurderet, at modellen kan være udfordrende for personer med kognitive vanskeligheder, derfor indgår terapikaninerne aktivt som et redskab i Gilberts tilgang til emotionsregulering for at gøre det lettere at forstå. Gennem fokus på kaninernes evne til medfølelse og deres bevægelse gennem de tre systemer, sammenlignes det med menneskets følelsesmæssige processer for at forenkle forståelsen for klienterne. Selvom der til tider tillægges terapikaninerne følelser og tanker under terapien, er det vigtigt at forklare forskellen mellem menneskets og dyrenes psyke for klienterne. Formålet med dette er at styrke klientens medfølelse gennem interaktionen med terapikaninerne, hvilket kan hjælpe med at nedbryde barrierer som skyld og skam, der ofte forhindrer klienter i at modtage compassionfokuseret terapi (CFT).

I manualen for KA-CFT anvendes Neffs koncept af selvmedfølelse og er inspireret af hendes mindfulnesspraksis, hertil integreres flere af hendes selvmedfølelsesøvelser, i manualen. Neffs tilgang involverer typisk øvelser og teknikker, såsom meditation og brevskrivning til sig selv, designet til at styrke selvmedfølelse. Der er dog kun inkluderet øvelser, der kan udføres under terapisesionerne, da personer med funktionsnedsættelser ofte har vanskeligheder med at udføre øvelser derhjemme. Hertil undgås der specifikt brevskrivning som en øvelse, da det kræver betydelig refleksion fra klienten og kan være demotiverende for personer med kognitive udfordringer, især hvis de ikke har overskuddet til at udføre hjemmeopgaven. Dette kan yderligere resultere i en følelse af afmagt og utilstrækkelighed, hvilket kan påvirke klientens oplevelse af selvmedfølelse negativt. Beslutningen om at undlade brevskrivning er også baseret på erkendelsen af, at det er en meget intim proces, hvor ekstern assistance kan ændre dynamikken og påvirke klientens personlige refleksioner negativt. Disse valg er truffet med det formål at skabe den mest optimale ramme for anvendelsen af selvmedfølelse i KA-CFT-forløbet.

Kaninerne har en central rolle, når det kommer til implementeringen af Neffs begreb om selvmedfølelse i KA-CFT-manualen. Selvmedfølelse anses som en egenskab, der kan styrkes gennem mindfulness og venlighed over for sig selv, og fokuserer på klientens forhold til sig selv. Vores pilotstudie indikerer, at klienter ofte har svært ved at vise omsorg og venlighed over for sig selv, især hvis de har en anstrengt relation til deres eget velbefindende, muligvis grundet identitetsjustering (Smith, 2019a, pp. 9-12; pp. 42-45; Sondrup et. al., 2023, p. 101).

Terapikaninerne kan også assistere under mindfulnessøvelserne ved at være fysisk til stede i klienternes skød, hvilket kan hjælpe med at reducere angst og uro samt støtte klienter med visualiseringsvanskeligheder. Selvmedfølelse som begreb kan ofte være udfordrende at forstå, derfor implementeres de tre nøgleelementer, som Neff har identificeret som centrale for selvmedfølelse: *selvvenlighed*, *følelse af fælles menneskelighed* og *mindfulness*. Disse tre nøgleelementer praktiseres fælles gennem øvelser, hvor klienten bliver introduceret til dem som en del af selvmedfølelsespraksissen. Hertil er der blevet inddraget brugen af metaforer og figurer for at assistere klienterne gennem forståelsesprocessen af nøgleelementerne.

8.2.1 Opmærksomhed på Backdraft

Mennesker med funktionsnedsættelser kan ofte stå over for en række psykologiske og fysiske udfordringer, der strækker sig ud over følelser af skyld og skam. Derfor er det af afgørende betydning at være opmærksom på fænomenet backdraft, især når der udforskes selvmedfølelse med denne målgruppe. Klienterne vejledes omhyggeligt igennem processen, og terapeuten hjælper dem med at forberede sig på de intense følelsesmæssige reaktioner, der kan opstå både under og uden for terapisessioner. Der opfordres til, at klienterne skal forsøge at være åbne over for deres egne følelser og acceptere, at gamle undertrykte følelser kan komme op til overfladen. Der tilskyndes også til, at de kan interagere med kaninerne ved behov, da den beroligende virkning af pelskontakt, social kontakt og tryghed ved dyrenes nærvær kan fremme en følelse af ro og mindske stress. Desuden understreges vigtigheden af, at klienterne skal respektere deres eget tempo og aldrig tvinger sig selv til at gå videre, hvis det føles overvældende. Som en del af støtten gives der værktøjer såsom mindfulnessøvelser og beroligende teknikker, til at håndtere intense følelser, som de kan anvende derhjemme mellem sessionerne. Terapeutens primære fokus er altid at skabe en tryk og støttende atmosfære, hvor klienterne føler sig fuldt set, hørt og forstået. Klienterne opfordres til at drage fordel af det fællesskab, de opbygger med andre klienter fra terapisessionen, ved at engagere sig i samtaler uden for terapirummet. Disse relationer kan være afgørende for at mindske risikoen for *backdraft* og hjælpe klienterne med at navigere gennem de udfordrende følelser, de kan opleve under terapien.

I de foregående afsnit er de aspekter og metoder fra Neffs og Gilberts teori, som har inspireret vores tilgang, blevet beskrevet. Yderligere har vi adresseret problematikken med backdraft, når klienterne praktiserer medfølelse og hvilke overvejelser man skal gøre sig som terapeut før man praktiserer kaninassisteret compassionfokuseret terapi (KA-CFT).

8.3 Relations teori I KA-CFT

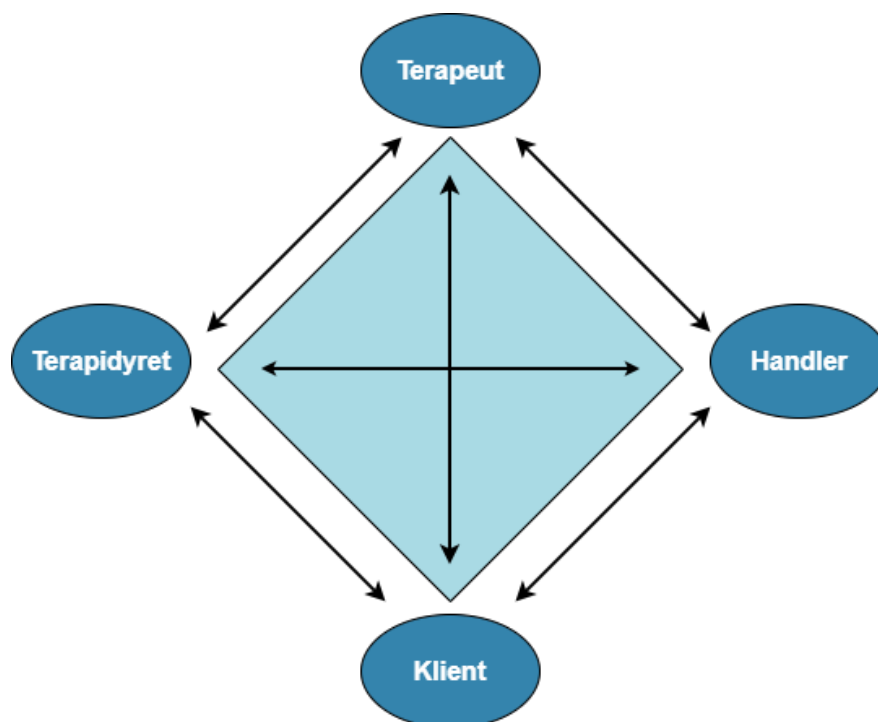
Manualen for kaninassisteret compassionfokuseret terapi (KA-CFT) bygger på udvalgte elementer af Chandlers relations teori. Chandler understreger vigtigheden

af relationsoplevelsen mellem klient, terapeut og terapidyr i dyreassisteret terapi (DAT). Hun argumenterer for, at terapidyret kan fungere som en bro mellem klienten og terapeuten, hvilket kan styrke tilliden og alliancen mellem dem. Denne dynamik i interaktionen mellem de tre parter kan skabe et trygt og støttende miljø under behandlingen og bidrage til en dybere forståelse af klientens følelser og behov.

I DAT involveres terapeutens eller *handlers* eget dyr i terapiprocessen. Hvis en *handler* er til stede, er deres primære rolle at sikre terapidyrets trivsel under sessionerne og ikke nødvendigvis interagere direkte med klienten (Chandler, 2017, p. 135f). Dog har pilotstudiet (Sondrup et al., 2023) vist, at *handleren* ofte inddrages i terapiprocessen af enten terapeuten eller klienten under gruppesessionerne. Det vurderes, at dette ofte opstår grundet kompleksiteten af rammesætningen (flere deltagere og flere små terapidyr), hvor det kan være udfordrende for terapeuten at holde styr på alle interaktioner. Hvilket resulterer i, at *handleren* bliver rådført i forhold til specifikke interaktioner eller ændringer i adfærd hos dyrene. Derfor er inddragelsen af en *handler* med til at sikre overholdelse af etiske principper og fremme trivsel for både klienter og terapidyr. Derfor blev *handleren* inkluderet som den fjerde part i det dynamiske sammenspil i vores KA-CFT-manual (**Figur 5**).

Figur 5.

Den dynamiske diamant



Note. (Højholdt et al., 2024)©

Terapeuten fungerer som den centrale facilitator og guide i terapisessionerne, hvor hovedopgaven er at skabe et trygt og tillidsfuldt terapeutisk miljø for klienterne. Deres rolle i samarbejdet indebærer observation, tolkning og refleksion af interaktionen mellem klienten og terapikaninen. Hertil foreslår vi, at udover den terapeutiske viden har terapeuten også tilegnet sig en viden om kaninens adfærd. Dette er essentielt for at kunne forstå og tolke interaktionen mellem klienten og terapikaninen. Denne tosidet viden vil kunne assistere terapeuten i at identificere adfærdsmønstre og signaler hos kaninen, samt tilpasse terapisessionen og skræddersy øvelserne efter klienternes behov og mål. Yderligere vil terapeutens forståelse af kaninens adfærd kunne bidrage til at fremme en dybere forbindelse mellem klienten og terapikaninen. Dette vil kunne styrke den terapeutiske proces og kan fremme klientens medfølelse for sig selv og andre.

Klienterne kan indgå i samarbejdet ved at engagere sig med terapidyr og/eller deltage i forskellige aktiviteter og øvelser under terapisessionerne. De kan have lettere ved at åbne sig op i nærværet af terapikaninen og derved opleve en øget

følelse af tryghed og accept. Klienterne har mulighed for at udtrykke deres følelser og tanker gennem interaktionen med kaninen, terapeuten eller handler, hvilket kan lette kommunikationen og forbedre forståelsen mellem dem (klienten/kaninen) og terapeuten.

Terapikaninen indgår i samarbejdet som medfacilitator i terapisesionerne. Dens tilstedeværelse og interaktion kan fremme følelsesmæssig kontakt, reducere stress og bidrage til en mere afslappet atmosfære i terapilokalet. Terapikaninen kan fungere som en bro mellem terapeuten og klienten og kan være med til at etablere en følelsesmæssig forbindelse. Dette kan medvirke til at lette det terapeutiske arbejde og fremme klientens velbefindende samt empatiske egenskaber som fx medfølelse.

Handleren spiller en væsentlig rolle i samarbejdet ved at støtte og opbygge den terapeutiske alliance. Deres ekspertise i at træne og håndtere terapidyret er afgørende for at sikre en sikker og positiv interaktion mellem terapidyret og klienten. Gennem formidling af viden om dyrets adfærd og behov samt skabelse af en tryk atmosfære bidrager handleren også til at opbygge forbindelsen mellem klienten og terapeuten. Hertil foreslår vi, at handleren har en terapeutisk eller pædagogisk baggrund med indsigt i terapeutiske principper og metoder. Dette kan sikre, at interaktionen mellem dyret og klienten ikke kun er sikker og positiv, men også terapeutisk givende.

8.3.1 Krop-Lyd-Adfærd og Relationsmodellen (KLAR-modellen)

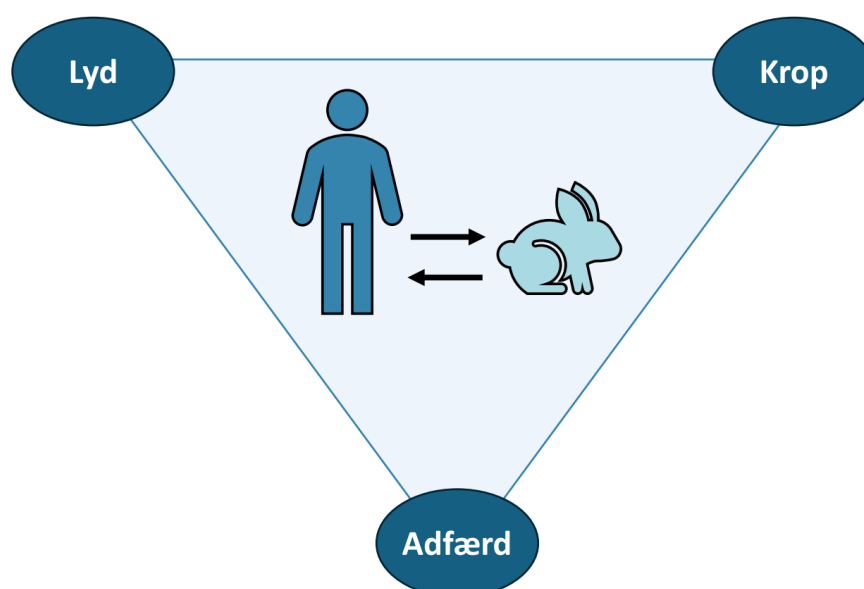
Chandlers teoretiske model, kaldet Human Animal Relational Theory (HART), fokuserer på forholdet mellem mennesker og dyr og inddrager både de fysiske og emotionelle aspekter af dette forhold. Under interaktionen mellem menneske og dyr i terapien kan der opstå, hvad Chandler kalder *Significant Human-Animal Relational Moments* (SHARMS) (Otting & Chandler, 2023, p.317- 318).

SHARM refleksion opstår under interaktionen mellem klienten og terapidyret, hvor terapeuten eller klienten kan reflektere højt over dyrets sind og følelser under interaktionerne. Dette kan hjælpe klienten med at få en dybere forståelse af deres

egne tanker og følelser. *SHARM tolkning* er hvor terapeuten eller klienten fortolker terapidyrets adfærd for at forstå dets oplevelser eller kommunikation.

SHARM tolkning og SHARM refleksion er en del af Human-Animal Relational Process (HARP), hvor bearbejdningen af SHARMs enten sker internt (I-HARP) eller eksternt gennem en dialog mellem terapeuten og klienten (E-HARP). For at integrere Chandlers model med kaninasisteret compassionfokuseret terapi (KA-CFT) har vi udviklet en model kaldet; Krop-Lyd-Adfærd og Relationsmodellen (KLAR-modellen) (**Figur 6**). KLAR-modellen forsøger at drage paralleller mellem kaninens og klientens lyd, krop og adfærd.

Figur 6.



Note. (Højholdt et al., 2024)©

Denne tilgang implementeres i den første session, hvor klienten præsenteres for kaninerne og får en grundig gennemgang af deres forskellige signaler, samt hvordan man interagerer med dem. Der lægges særlig vægt på at facilitere opbyggelsen af en relation mellem klienten og den specifikke kanin, de samarbejder med. Efter denne introduktion deltager både terapeuterne og klienterne i en dialog omkring fælles træk mellem mennesker og kaniner. Formålet er at styrke relationen mellem klient og kanin ved at identificere genkendelige træk hos kaninen, som klienten også kan genkende i sig selv. Efterfølgende sættes der fokus på, at kaniner kommunikerer på

en meget subtil måde både gennem lyde og kropslige signaler. Her inddrages klienterne i en dialog omkring ligheder mellem kaniners skjulte sprog og deres eget. Dette har til formål at adressere både fysisk og psykisk smerte, som klienterne måske skjuler for at beskytte deres pårørende eller undgå at fremstå sårbare. En erfaring, der blev gjort under pilotstudiet var, at klienter ofte så disse paralleller mellem kaniners skjulte sprog og deres eget sprog. Dette åbner op for en videre dialog om ikke kun at skjule smerte, men også om at tilpasse sin adfærd afhængigt af situationen. KLAR-modellen anvendes løbende gennem terapiforløbet og bliver dermed et effektivt redskab for terapeuten til at formidle psykoedukative elementer til klienterne. Hertil især i tredyrmodellen og i dele af de compassionfokuseret øvelser for at lette forståelsen af medfølelse og selvmedfølelse for klienterne.

8.4 Tilpasning af psykoedukative elementer

I dette afsnit præsenteres tilpasningerne af de forskellige psykoedukative elementer i KA-CFT-manualen. Klienter med funktionsnedsættelser kan have multiple udfordringer og behov, som terapeuten så vidt muligt skal forsøge at tage hensyn til under terapien. Nedenstående **tabel 4** er inspireret af Craig et al. (2018) og det præsenterer de fokuspunkter, som har været benyttet i udviklingen af KA-CFT-manualen.

Tabel 4.

Tilpasninger af Kaninassisteret compassionfokuseret terapi (KA-CFT)	
Mulige udfordringer for klienter med funktionsnedsættelser	
Hukommelse	Terapeuten præsenterer de psykoedukative elementer baseret på funktionsnedsættelser (dvs. kognitive vanskeligheder, demens, hjerneskade mv). Teraputen præsenterer de psykoedukative elementer i et langsomt tempo og gentage hyppigt.

	Teraputen tjekker jævnligt ind på klientens forståelse (efter hvert nyt psykoeducativt element og i hver session). Hvis klienten har svært ved at huske oplysninger fra tidligere sessioner, kan fysisk og social interaktion mellem klienterne og kaninen hjælpe med at genkalde disse elementer, grundet positive minder dannet under tidligere interaktioner.
Koncentration	Terapeuten er opmærksom på at lave mange gentagelser af de psykoeducative elementer. Lader klienten benytte kaninen som et fokuspunkt (OBS på at den ikke bliver et distraktions element).
Opmærksomhed	Teraputen forkorter så vidt muligt øvelserne (max 5 min) og benytter let forståelige ord og korte formuleringer. Teraputen gør klienten opmærksom på, at øvelserne kan udføres i eget tempo og der ikke er en fast procedure for udførelse. Terapeuten oplyser klienterne om, at de skal forsøge at have opmærksomhed på både krop, følelse og tanker. Hvis en klient har udfordringer med visualisering eller uro, kan kaninen blive flyttet over til den pågældende klient for at assistere dem gennem øvelsen.
Motivering	Teraputen forsøger at inddrage klienternes egne fortællinger i de psykoeducative elementer for at gøre dem mere relevante. Teraputen vurderer om elementer fra forrige sessioner skal opsummeres og prioriterer disse frem for at introducere nye elementer (Giver alle klienter mulighed for at kunne følge med, så de ikke føler sig ekskluderet i gruppen). Teraputen forsøger at gøre de visuelle og taktile genstande af de psykoeducative elementer tilgængelige på bordet for alle klienter.

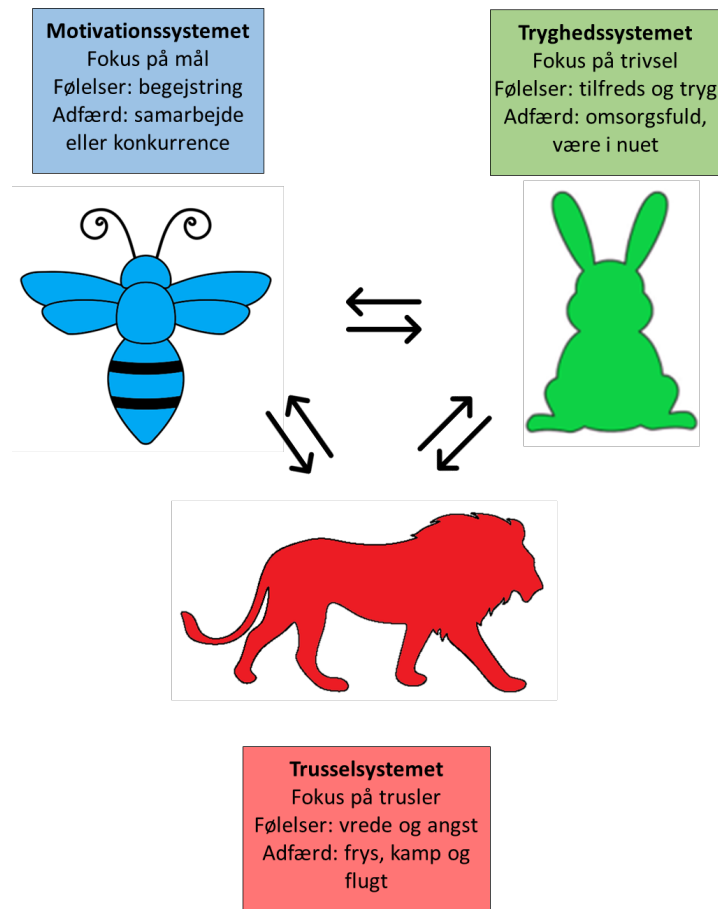
	Terapeut og <i>handler</i> forsøger at inddrage kaninerne i øvelserne og i de psykoedukative elementer.
Sprog	Teraputen er opmærksom på at alle øvelser og mindfulness-øvelser er tilpasset og forkortet. Terapeuten er opmærksom på sit sprogbrug i øvelserne, da klienterne ofte har udfordringer, såsom nedsat syn, kognitive vanskeligheder, problemer med vejtrækning, samt nedsat føling i kroppen mv.. Derved kan der være elementer i øvelserne de ikke kan udfører fysisk eller mentalt
Taktil fornemmelse	Terapeuten præsenterer de psykoedukative elementer med fysiske genstande, som klienterne kan få i hånden og dermed føle dem. De fysiske genstande kan assistere klienterne yderligere ved at være behjælpelige med forståelighed. <i>Handler</i> kan støtte klienterne med at nusse kaninerne, da berøring af kaninernes pels kan nedsætte stress, frigive hormoner og skabe en følelse af velvære og tryghed.

8.4.1 Tredyrsmodellen

Gilbert udviklede trecirkelmodellen med inspiration fra evolutionsteorien, og den har til formål at støtte mennesker i at forstå og regulere deres følelser ved hjælp af bevidst opmærksomhed på selvomsorg og medfølelse. Selve modellen består af tre grundlæggende systemer, hvilket inkluderer trussel, motivation og tryghed (**figur 4**) (Gilbert, 2009, pp. 200f; Sondrup et al., 2023, p. 27). Denne model har vist sig at være et særligt effektivt redskab for personer med neurologiske tilstande (Ashworth og Murray, 2021, p. 82).

I modellen kaldet *tredyrsmodellen* er cirklerne erstattet med tre dyr for, at klienterne kan associere systemerne med terapikaninen og symbolikken bag de andre udvalgte dyr (**Figur 7**).

Figur 7.



Note. (Højholdt et al., 2024)©

Baseret på forskning af Demello (2012) har dyr både en symbolsk og kulturel betydning i vores samfund. Det er derfor vigtigt at medtage den kulturelle kontekst, når man benytter sig af dyr som symboler i de psykoedukative elementer, da dyr kan symbolisere noget forskelligt i kultur fra kultur (p. 283 & p. 287f). I pilotstudiet (Sondrup et al., 2023) og i det nuværende casestudiet er alle klienter født og opvokset i Europa, derfor er det blevet valgt at benytte vestlige forestillinger omkring dyr og deres symbolik. Derudover blev det besluttet at inkludere farvekodernes symbolik for hvert system i overensstemmelse med CFT specialist Christina Schlanders (2018) fortolkning.

I trusselsystemet repræsenterer den røde farve spænding og energi, hvilket skærper opmærksomheden (Schlander, 2018, pp. 515f). Løven blev valgt som symbol på grund af dens status som et velkendt farligt rovdyr, der kan ses som en trussel mod mennesker. Selvom andre rovdyr som eksempelvis ulve også kunne have været

benyttet, har flere af vores klienter positive associationer med ulve, dermed vil det ikke have samme trussels-symbolik for dem.

I motivationssystemet står den blå farve for engagement, kreativitet og selvtillid (Schlander, 2018, pp. 515f). Derfor blev bien valgt som symbol, da dens egenskaber netop er motivationstilskyndet, og den er målfokuseret for at opnå, hvad der er bedst for den selv og dens koloni. Selvom andre kolonidyr kunne have været benyttet, blev det vurderet, at bien var mere vellidt end fx myren, men dette afhænger naturligvis af den specifikke målgruppe som modtager interventionen.

I tryghedssystemet symboliserer den grønne farve sikkerhed, balance og venlighed (Schlander, 2018, pp. 515f). Valget af kaninen som symbol for tryghed er baseret på den tryghedsskabende effekt terapikaninen kan bidrage med til klienterne under sessionerne. Yderligere er kaninen ofte portrætteret i børnelitteraturen som en venlig og vellidt karakter, som eksempelvis Peter Kanin. Hvilket kan medvirke til en naturlig association til tryghed og fællesskab på grund af børnelitteraturens genkendelighed.

Tilpasning af trecirkelmodellen for synshandicappede

For at imødekomme klienter, der har synshandicap og derfor ikke kan drage fordel af visuelle elementer i terapien, såsom tredyrmodellen, implementeres der en alternativ tilgang. Dertil blev det valgt at anvende tre bolde som repræsentation for trecirkelmodellen for at imødekomme disse klienters udfordringer under terapiforløbet (**Billede 1**).

Billede 1.



***Note.** Rækkefølgen af boldene fra venstre af; trussels-, motivation- og tryghedssystemet (Højholdt et al. 2024)©*

Boldene symboliserer de tre systemer; trussels-, motivations- og tryghedssystemet, der har hver deres unikke egenskaber. Når trusselssystemet er aktivt, er man på vagt og parate til at reagere på fare, ligesom en bold med pigge mobiliserer os til at handle hurtigt for at beskytte os selv. Når motivationssystemet er aktivt, føler man sig fyldt med energi og motivation til at forfølge vores mål. Det er som en hoppebold, der skubber os fremad mod vores mål, eller ligesom en ivrig fodboldspiller på banen, der kæmper for at vinde konkurrencen og score det afgørende mål. Når tryghedssystemet er aktivt, føler man sig afslappet, tryk og forbundet med andre, ligesom en blød garnbold fremmer følelser af ro og tryghed. Bolden for tryghedssystemet (grå garnbold) har hertil en dobbelt betydning, idet klienter ofte vil betragte kaninerne som en tryk base under terapien.

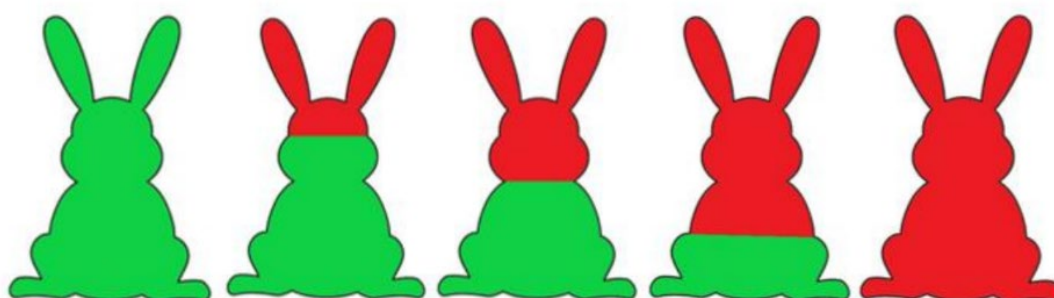
Tanken er, at selvom de synshandicappede ikke kan se, at hoppebolden er en fodbold eller, at den grå pelsbold ligner en af kaninerne, kan inddragelsen af visuelle og fysiske genstande være til gavn for alle klienterne gennem symbolikken boldene repræsenterer. Disse genstande kan også være med til at opretholde et samlet fællesskab og skabe en tryk base, så de synshandicappede ikke føler sig ekskluderet under gruppesessionen.

8.4.2 Batterikaninen

Klienter med moderat til svær funktionsnedsættelse har generelt et lavere aktivitetsniveau, samt udfordringer med motivationen under interventioner grundet

fx smerter og mentaltræthed (Damgaard et al. 2013, pp. 10f; Wiwe, 2006, pp 80f). Louise Brückner Wiwe, en specialist og supervisor inden for neuropsykologi, og har udviklet *kiksemodellen* som et redskab til at psykoeducere om mental træthed, som ofte opstår efter en hjerneskade. I kiksemodellen er tanken, at man har et bestemt antal "kiks" (energi) til rådighed hver uge, og at man forbruger en kiks hver gang man udfører en aktivitet. Da mental træthed ikke kan trænes væk, er det afgørende, at man fordeler sine "kiks" jævnt ud over ugen, så man ikke bruger dem alle på én gang og derefter mangler energi resten af ugen (Wiwe, 2006, pp 83f). Vi har ladet os inspirere af kiksemodellen og har i den forbindelse udarbejdet en figur kaldet *batterikaninen* til KA-CFT-manualen (**Figur 8**).

Figur 8.



(Højholdt et al. 2024)©

Figuren kan være et nyttigt redskab i psykoedukationen vedrørende de tre systemer, hvor tryghedssystemet er der, hvor man genoplader sin mentale energi, mens trussels- og motivationssystemet er steder, hvor man bruger sin mentale energi. Ved at skabe bevidsthed om, hvilket system ens mentale energi bliver brugt i, kan terapeuten engagere sig i en dialog med klienten for at undersøge, hvor klienten oplever, at de bruger deres energi i deres dagligdag. Foruden de daglige udfordringer kan terapisesionerne også tage meget energi fra klienterne. Ved brugen af batterikaninen kan terapeuten deltage i en samtale med klienten om deres energiniveau under terapien og identificere, hvilke øvelser der kan være mentalt udmattende eller energigivende for dem. Terapeuten kan bruge feedbacken om klienternes energiniveau til at tilpasse sessionerne og undgå at overvælde klienten med for mange spørgsmål, når energiniveauet er lavt.

Tilpasning af batterikaninen for synshandicappede

For at imødekomme klienter som er synshandicappede, kan batterikaninen erstattes med fem bolde for at illustrere klienternes energiniveau, hvor hver bold symboliserer en del af deres energipulje (**Billed 2**). Når man har alle fem bolde, er man fuld af energi og klar til at tackle udfordringer. Når der bliver brugt energi, gives en bold væk, og der starter man med at give de grønne bolde væk først. Disse repræsenterer den primære og lettere energi. Derefter giver man den gule bold væk, der symboliserer en mere moderat mængde energi. Til sidst giver man de røde bolde væk, der repræsenterer den sidste rest af energi. Jo færre bolde man har, jo lavere er energiniveauet, og man kan have behov for hvile og genopladning. Ved at klienterne bliver bevidste om deres energiniveau og dermed passer på deres energibolde, kan de opretholde en vedvarende energi igennem dagen.

Billed 2.



Note. Bolde der illustrerer batterikaninen (Højholdt et al. 2024)©

Selvom synshandicappede ikke kan skelne mellem farver som rød, gul og grøn på boldene, kan symbolikken stadig have betydning for klienterne uden synsproblemer gennem farvernes repræsentation. Ved at inddrage alle klienterne i både de visuelle og fysiske hjælpemidler, opretholder man det samlede fællesskab, så de synshandicappede ikke føler sig udelukket under gruppesessionen.

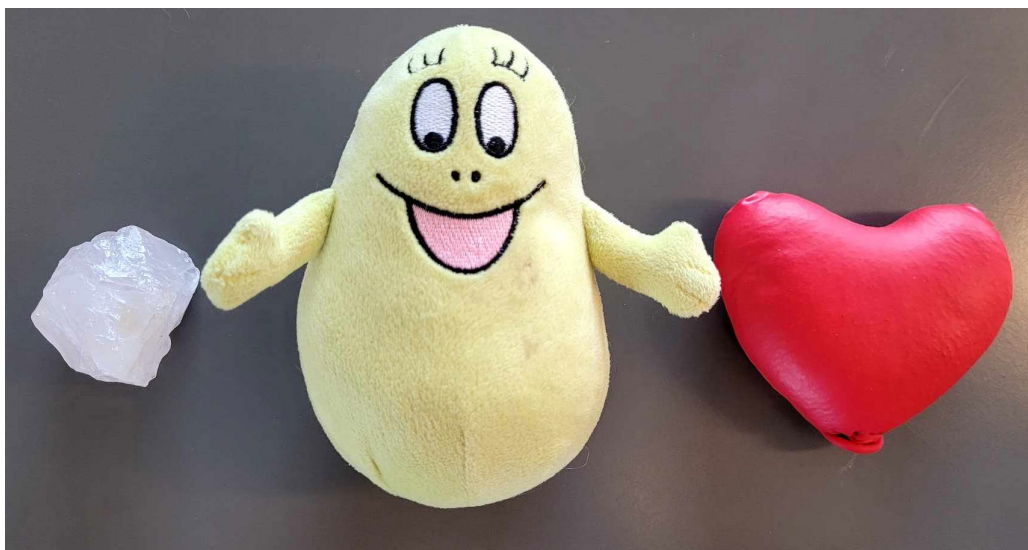
8.4.3 Selvmedfølelse i praksis

I pilotstudiet (Sondrup et al., 2023) blev det observeret, at det ofte kan være vanskeligt for terapeuten at kommunikere betydningen af selvmedfølelse og hertil kan terapeuten ofte møde modstand fra klienterne, da de kan have negative

associationer til begrebet. Pilotstudiet indikerer, at klienter kan opfatte selvmedfølelse som medlidenhed eller medynk, hvilket kan udgøre en udfordring i terapien for denne målgruppe (p. 101). Udover klienternes negative association af selvmedfølelse, kan en anden forklaring på deres modstand tilskrives deres sygdom eller skade. Mennesker med funktionsnedsættelse kan have svært ved at acceptere eller forholde sig til selvmedfølelse, da de ofte står overfor diskrimination eller identitetsjustering efter skade eller sygdom (Glintborg & Hansen 2017, p. 1; Smith, 2019a, pp. 9-12; p. 43). Det er vigtigt at være opmærksom på disse barrierer i terapien for at hjælpe klienterne med at forstå og integrere selvmedfølelse i deres liv.

For bedre at kunne understøtte og facilitere betydningen af selvmedfølelse gennem terapien, gøres der brug af Neffs tre nøgleelementer af selvmedfølelse. Dette værktøj er med til at tydeliggøre over for klienterne, at selvmedfølelse hverken indeholder medynk eller selvmedlidenhed. I stedet inkluderer det; mindfulness, følelse af fælles menneskelighed og selvvenlighed. For at gøre det endnu mere håndgribeligt for klienterne benyttes der tre udvalgte symboler som repræsentation for nøgleelementerne; *Mindfulness* symboliseres med en krystalsten, der minder os om at være til stede, skabe balance og klarhed i sindet. Det handler om at se vores tanker og følelser passere uden at lade dem overtage os, og være åben uden at dømme; *Fælles menneskelighed* symboliseres med en figur med udstrakte arme, der repræsenterer forbindelse med andre, empati og anerkendelse af vores fælles sårbarhed; *Selvvenlighed* symboliseres med et rødt hjerte, der illustrerer betydningen af at behandle os selv med kærlighed, omsorg og accept, undgå selvfordømmelse og huske at tage sig af sig selv, selv når man er mest sårbar (**Billed 3**). Disse symboler bidrager til at illustrere og forklare koncepterne bag selvmedfølelse på en mere forståelig måde.

Billede 3



Rækkefølgen af figurerne fra venstre af; *mindfulness, følelse af fælles menneskelighed og selvvenlighed* (Højholdt et al. 2024)©

8.5 Udvalgte mindfulness- og compassionøvelser i KA-CFT

Mindfulness-, selvmedfølelses- og compassionsøvelser er centrale i KA-CFT-interventionen. Øvelserne fra, Neff (2024c), og Gilbert (2010) er nøje udvalgt til KA-CFT-manualen. Dette er gjort med henblik på at imødekomme klienter med funktionsnedsættelser, samt at terapikaninerne aktivt kan inddrages og dermed spille en vigtig rolle for klienterne ved at være en beroligende tilstedeværelse og assisterer med visualisering. Dette kan være gavnligt for dem, der har udfordringer med abstraktionsevnen og har brug for ekstra støtte under sessionerne.

8.5.1 Opmærksomhedsøvelse med fokus på åndedrættet

Opmærksomhedsøvelsen med fokus på åndedrættet er inspireret af Gilbert (2010), og indebærer, at klienterne fokuserer på deres åndedræt (p. 37f). Hvis dette er vanskeligt for dem, opfordres de til at fokusere på en genstand i stedet eller udføre øvelsen i deres eget tempo. Alternativt kan kaninerne inkorporeres som et

fokuspunkt, så klienterne kan mærke, hvordan det føles at interagere med dem, for eksempel ved at røre ved deres pels (Appendix F).

8.5.2 Opmærksomhedsøvelse; sky-øvelsen med fokus på tanker

Funktionen af Sky-øvelsen er at adressere tankemylder. For at udføre øvelsen skal klienterne visualisere deres tanker og sætte dem op på skyer, der svæver forbi på himlen. Formålet er, at klienterne skal forstå, at tanker bare er tanker og ikke stoppe dem, men i stedet lade dem komme i det tempo de gør og med hvilket som helst indhold (Hansen & Glintborg, 2018, p. 33) (Appendix F).

8.5.3 Selvmedfølelsesøvelse i plenum; Hvordan vil du behandle en ven eller kaninerne?

Neffs øvelse; *How would you treat a friend?* er designet til at fremme medfølelse og selvmedfølelse hos klienterne (Neff, 2024c). Her er øvelsen tilpasset KA-CFT-interventionen og derfor inddrages kaninerne aktivt i øvelsen. Derfor er øvelsen kaldt; *Hvordan vil du behandle en ven eller kaninerne?* Klienterne skal tænke over, hvordan de vil behandle en ven eller kanin, der har det skidt. Klienterne skal reflektere over deres typiske reaktioner og støtte til andre, samt den tone de vil bruge. Herefter skal de tænke på egne situationer, hvor de har haft det svært, og reflektere over deres reaktioner og støtte til sig selv. Terapeuten noterer og husker klienternes svar, og kan komme med egne eksempler ved behov. Ved stort følelsesmæssigt ubehag kan terapeuten illustrere med terapikaninernes omsorgsfulde adfærd. Efterfølgende spørges der ind til forskellene i, hvordan deltageren behandler andre og sig selv, og klienterne opfordres til at overveje årsagerne hertil. Endelig opfordres klienterne til at forestille sig, hvordan tingene ville ændre sig, hvis de behandlede sig selv på samme medfølelsende måde som de behandlede en ven eller dyr, der har det dårligt (Appendix F).

8.5.4 Selvmedfølelsesøvelse i plenum; At identificere, hvad vi virkelig ønsker

I Kristin Neffs øvelse; *Identifying what we really want* er formålet at identificere, hvad klienterne virkelig ønsker, og derefter arbejde med at ændre deres indre dialog fra selvkritik til medfølelse og støtte (Neff, 2024c). Øvelsen starter med at reflektere over, hvordan man bruger selvkritik som motivation og identificere personlige egenskaber, man kritiserer sig selv for. Man opfordres til at komme i kontakt med den følelsesmæssige smerte, som selvkritikken forårsager, og give sig selv medfølelse. Derefter opfordres man til at finde en venligere og mere omsorgsfuld måde at motivere sig selv til forandring, og tænke over, hvad et støttende budskab ville være, som er i tråd med ens ønske om at i velvære. Man skal øve sig i at være opmuntrende og støttende i ens indre dialog og huske, at kærlighed er stærkere end frygt, hvis man virkelig ønsker at motivere sig selv (Appendix F).

8.5.5 Selvmedfølelsesøvelse i plenum; En pause med selvmedfølelse

Formålet med Kristin Neffs øvelse; *Self-Compassion Break* er at hjælpe klienten med at håndtere stressende situationer ved at praktisere selvmedfølelse (Neff, 2024c). Øvelsen kan praktiseres når som helst og vil hjælpe klienten med at huske at være selvmedfølelse i stressende situationer. Klienten lærer at være opmærksom på smertefulde tanker og følelser uden at identificere sig med dem, samt se sin lidelse som en del af den fælles menneskelige erfaring for at undgå isolation og selvfordømmelse (Appendix F).

8.5.6 Selvmedfølelsesøvelse; Understøttende berøring

Formålet med Kristin Neffs øvelse; *Supportive Touch* er at aktivere klientens plejesystem og det parasympatiske nervesystem, hvilket kan hjælpe klienten med at falde til ro og føle sig tryk (Neff, 2024c). Klienten giver sig selv støttende berøring, og

selvom det kan føles akavet i starten, reagerer kroppen positivt på den fysiske gestus af varme og omsorg. Forskning viser, at fysisk berøring frigiver oxytocin, hvilket skaber en følelse af tryghed og reducerer stress. Når klienten udfører øvelsen flere gange, udvikler klienten en vane med at bruge fysisk trøst for at berolige sig selv, når behovet opstår, og opnår fordelene ved den beroligende virkning af selvomsorg (Appendix F).

8.5.7 Compassionøvelse; Et dejligt sted

Gilberts visualiseringsøvelse; *Creating a Safe Place* har til hensigt at skabe en behagelig og sikker følelse hos klienterne, samt give dem et sted, de kan vende tilbage til, når de har brug for det (Gilbert 2010, p. 43). Ofte er det overvældende at blive konfronteret med ens egne følelser, når man starter i et CFT-forløb. Derfor er det en normal praksis at begynde med en øvelse som denne. Samtidig vil det give en glidende overgang til øvelsen; "det medfølende væsen" (Appendix F).

8.5.8 Compassionøvelse; Det medfølende væsen

Øvelsen "*Det medfølende væsen*" er en visualiseringsøvelse, der hjælper klienten med at forbinde sig med sine følelser af medfølelse, forståelse, styrke og visdom. Klienten bliver bedt om at rette opmærksomheden mod sit åndedræt og visualisere et medfølende væsen, der møder vedkommende med varme og venlighed. Klienten opfordres til at føle, hvordan det er at modtage varme og forståelse fra dette væsen, og derefter integrere disse følelser i sig selv. Øvelsen slutter med, at klienten kan tage det medfølende væsen med sig og vende tilbage til det, når vedkommende har brug for det. Det er en øvelse, der kan hjælpe klienten med at skabe følelsen af støtte og omsorg i sig selv (Hansen & Glintborg, 2018, p. 42) (Appendix F).

8.5.9 Fravalgte øvelser

Det var blevet planlagt, at compassionøvelserne; *Compassionate Colour(s)* og *The Many parts of you* skulle have været en del af interventionen, men grundet flere af deltagerne var synshandicappede blev disse fravalgt. De præsenteres dog her, da det

vurderes, at det kan være gavnlige øvelser i træningen af medfølelse. I Compassionate Colour(s) skal klienterne forestille sig en farve, der symboliserer medfølelse, venlighed og varme. De skal visualisere, hvordan denne farve strømmer gennem dem og hvordan det føles. Klienterne bedes om at fokusere på, at farven er der for at hjælpe, styrke og støtte dem, og tillade dem selv at føle sig elsket og støttet (Gilbert, 2010, p. 44; Appendix F). Øvelsen *The Many parts of you kan inddrages i det psykoedukative element tredyrsmodellen* med det formål, at klienterne kan opnå en dybere forståelse af deres sind og handlinger. Klienterne skal forestille sig, at deres sind er som et juletræ med forskellige farver, der lyser op afhængigt af deres følelser og tanker. Terapeuten gør klienterne opmærksom på, at det er vigtigt at erkende, at vi alle består af mange nuancer og sider, der udgør vores fulde kompleksitet (Gilbert, 2010, pp. 20-21; Appendix F).

8.6 Tilpasning af KA-CFT til sessionerne i casestudiet

Inden interventionen blev igangsat, blev potentielle deltagere screenede for at indsamle oplysninger om de livsudfordringer, de stod overfor. Sessionerne blev struktureret omkring forskellige emner, der tog hensyn til disse udfordringer i forbindelse med medfølelse og selvmedfølelse (Appendix B). Kæledyrssorg blev det første emne i de indledende sessioner, da dette var et vigtigt aspekt for mange af vores deltagere. Vi ønskede at undgå at fokusere for meget på selvmedfølelse fra starten, da dette ofte er særligt udfordrende for vores målgruppe. Selvmedfølelse blev introduceret som et begreb i de psykoedukative elementer i tredje emne.

Interventionen i casestudiet omfatter specifikke øvelser og psykoedukative elementer fra KA-CFT-manualen til hvert emne. Disse tilpassede øvelser og emner sikrede, at interventionen var skræddersyet til deltagernes behov og udfordringer, hvilket kunne skabe en mere personlig og effektiv terapeutisk oplevelse, samtidig med at det kunne styrke alliancen mellem terapeuterne og klienterne (Appendix B).

I følgende afsnit præsenteres og uddybes det videnskabsteoretiske grundlag for casestudiet samt dets metode.

9. Videnskabsteori

Videnskabsteori kan være et væsentligt redskab, da det kan bistå forskere med at reflektere over og forstå de videnskabelige processer inden for forskellige områder af samfundsvidenskaben. Den grundlæggende idé ved inddragelsen af videnskabsteori er, at skabe indsigt og forståelse over de videnskabelige processer, og hvordan viden skabes, begrundes og anvendes i relation til ens forskning (Jacobsen et al., 2015, pp. 17-19). Der er to centrale begreber inden for videnskabsteori: *ontologi* og *epistemologi*. Ontologi drejer sig om grundlæggende spørgsmål om virkelighedens natur, som hvilke ting der eksisterer, og hvordan de er forbundet. Epistemologi handler om, hvordan vi opnår og begrunder vores viden, herunder hvilke kilder der er gyldige, og hvilke metoder der anvendes til at opnå viden. Inden for samfundsvidenskabelig forskning kan ontologiske og epistemologiske overvejelser være relevante af flere årsager, idet de kan assistere forskere med at undersøge deres grundlæggende antagelser om verden og deres tilgang til at opnå viden, og hvordan forskere udvikler deres teorier og metoder heraf (Jacobsen et al., 2015, pp. 19-22).

9.1 Pragmatisme

I undersøgelsen af kaninassisteret compassionfokuseret terapi (KA-CFT) til mennesker med moderat til svær funktionsnedsættelse, danner pragmatismen det overordnede paradigme. Pragmatismen, der oprindeligt blev defineret i det 19. århundredes USA af filosoffer som Charles Sanders Peirce, William James, John Dewey og Herbert Mead, er en filosofisk tilgang, der prioriterer praktisk handling og erfaring som centrale elementer inden for videnskabsteoretiske overvejelser (Egholm, 2014, pp. 171-172). Inden for pragmatismen er sandhed ikke set som en statisk størrelse, men snarere som noget, der er knyttet til praktisk anvendelse og konsekvenser. Denne epistemologiske tilgang fokuserer på, hvordan teorier og idéer manifesterer sig i praksis og påvirker menneskelig handling og erfaring (Egholm, 2014, p. 171-174).

9.1.1 Charles S. Peirces pragmatisme

Charles Sanders Peirce, der ofte er anerkendt som "faderen til pragmatismen", spillede en central rolle i udviklingen af pragmatisme. Peirce indførte begrebet *pragmatisk maksime*, som understreger betydningen af at undersøge, hvordan mennesker opfatter og forstår verden i relation til deres handlinger og erfaringer. Ifølge Peirce var denne tilgang afgørende for at forstå, hvordan teorier og idéer manifesterer sig i praksis. Hertil lægges der vægt på, hvordan teoretiske konstruktioner får reel betydning gennem deres indflydelse på menneskelig handling og erfaring (Egholm, 2014, pp. 174-175).

Pragmatismen fremhæver praktisk handling, konsekvens og erfaring i opnåelsen af viden, hvilket stemmer godt overens med casestudiets formål om at undersøge effekten af KA-CFT. Da pragmatismen fokuserer mere på konsekvenserne af vores handlinger og idéer i stedet for at fordybe sig i spørgsmål om, hvorvidt der er en enkelt objektiv virkelighed eller flere subjektive virkeligheder (Egholm, 2014, p. 172). Ydermere ser pragmatismen erkendelse som en aktiv proces, der begynder med sansning og fortsætter gennem fortolkning. Den kombinerer deduktiv og induktiv tænkning kaldet abduktion, hvor tidligere erfaringer sammenlignes med det, der skal forstås for at danne kvalificerede antagelser. Essensen er at bruge både logisk tænkning og erfaring for at opnå ny forståelse (Egholm, 2014, pp. 172-174). **Tabel 5**, udformet af Liv Egholm (2014), giver et kort oprids af pragmatismens videnskabsteoretiske retning.

Tabel 5.

	<i>Pragmatisme</i>
<i>Formål</i> <i>Den overordnede erkendelsesinteresse</i>	<i>Undersøgelse af, hvordan handlinger og erfaringer fra tidligere situationer påvirker og bruges i nutidige handlinger, og hvilke konsekvenser det kan få i fremtiden.</i>

<i>Ontologi</i> <i>Hvilke grundlæggende antagelser om (den sociale) verdens natur er det enkelte perspektiv baseret på?</i>	<i>Hverken realistisk eller konstruktivistisk ontologi.</i> <i>Fænomener undersøges processuelt, og deres betydning fastlægges gennem dets konsekvens.</i>
<i>Menneskesyn og agens</i>	<i>Menneskers intentioner anses for processuelle, relationelle og situationelle og derved både individuelle og sociale.</i>
<i>Epistemologi</i> <i>Hvilken natur har viden, hvordan kan vi vide, og hvordan kan og evt. skal viden produceres?</i>	<i>Viden handler om at forstå fænomeners betydninger ideografisk og opnå aposteori gennem abduktive analyser.</i>
<i>Sandhedsbegreb</i> <i>Hvordan vurderer vi udsagns gyldighed?</i>	<i>Sandhed vurderes gennem det pragmatiske sandhedsbegreb, der er en relation mellem mennesker, institutioner og udsagn. Noget er sandt, når vores undersøgelse slutter, og vores resultater er brugbare og nyttige til at forklare fænomener og begivenheder.</i>

Note: (Citeret fra Egholm, 2014, pp. 236-237).

9.1.2 Abduktion

Abduktion i pragmatismen indebærer en metodisk tilgang, hvor alle spor undersøges for at danne viden om ukendte fænomener. Det handler ikke om at fastslå absolut sandhed, men om at generere nye forståelser gennem kreativ hypotetisk tænkning, som efterfølgende kan testes. Abduktion kombinerer deduktiv og induktiv tankegang ved at formulere plausible antagelser baseret på tidligere viden og aktuel observation. Det udgør en central del af Peirces pragmatiske filosofi, hvor sandhed

opfattes som dynamisk og kontekstafhængig (Egholm, 2014, pp. 176-177). Resultater bør ikke betragtes som absolutte, men derimod hvorledes de er brugbare og pålidelige inden for en given kontekst. Dette indebærer en konstant vurdering af, hvor relevante og anvendelige teorier og konklusioner er, hvor tvivl spiller en central rolle (Egholm, 2014, p. 177-178; Lippert-Rasmussen, 2015, p. 497-499).

Denne sandhedsforståelse har betydning for casestudiet af KA-CFT-interventionen til mennesker med moderat til svær funktionsnedsættelse. Sandheden i dette tilfælde er knyttet til, hvor effektiv og nyttig interventionen er til at forbedre klienternes trivsel og livskvalitet. Evalueringen af interventionens resultater er afgørende for at sikre dens relevans og effektivitet i den specifikke sammenhæng (Egholm, 2014, p. 177-178).

Valget af pragmatisme som filosofisk tilgang er motiveret af ønsket om at skabe en dybdegående og relevant undersøgelse, der kan bidrage til at forbedre behandlingen for mennesker med funktionsnedsættelser gennem Robert K. Yins casestudiemetode. Denne casestudiemetode vil blive præsenteret i efterfølgende afsnit.

10. Metodeafsnit

For at undersøge, hvordan den manualbaserede intervention *kaninassisteret compassionfokuseret terapi* (KA-CFT) kan påvirke mennesker med moderat til svær funktionsnedsættelse, blev det valgt at anvende casestudie som undersøgelsesmetode. I det kommende afsnit vil der være en præsentation af dette, herunder en introduktion til Yins casestudiemetode og begrundelsen for valget af hans metodetilgang.

10.1 Casestudiemetoden

Overordnet set bliver et casestudie refereret til et studie, der analyserer et socialt fænomen indenfor en enkelt begivenhed, person, gruppe eller organisation. I casestudiet indhentes der materiale fra forskellige datakilder til at analysere og forstå fænomenet for efterfølgende at kunne trække konklusioner og opnå generelle

indsigter. Det er vigtigt at huske, at indsigter fra et casestudie ikke nødvendigvis kan overføres til andre tilfælde. Det er op til forskeren at vurdere, om resultaterne fra et casestudie kan generaliseres til andre grupper eller begivenheder (Aarhus Universitet, 2024; Swanborn, 2010, p. 12f).

Inden for litteraturen om casestudiemetoder er der en bred vifte af definitioner, som forskellige forskere og forfattere har fremsat. Denne mangfoldighed af definitioner afspejler den komplekse karakter af casestudier som en forskningsmetode og de forskellige tilgange, der kan anvendes inden for denne ramme. Når man gennemgår litteraturen, vil man erfare, at hver forfatter ofte præsenterer sin egen unikke definition af, hvad et casestudie er. Det er vigtigt at erkende, at der ikke er én endegyldig definition af casestudier, og at forskellige definitioner kan være passende afhængigt af forskningsmålene, konteksten og tilgangen til undersøgelsen (Swanborn, 2010, p. 12f).

I dette casestudie anvendes Yins definition og tilgang. Det vurderes, at Yins casestudiemetode kan bidrage til en mere omfattende og nuanceret analyse af undersøgelsen og samtidig give en struktureret fremgangsmåde til at udføre casestudiet (Yin, 2014, pp. 15-18).

10.1.1 Robert Yins casestudiedesign

Yin er en fremtrædende forsker inden for casestudiedesign, og hans tilgang er blevet grundlæggende for andre forskere inden for bl.a. socialvidenskab (Yin, 2014, p. vx). Yins definition af casestudiet som forskningsmetode omfatter to hovedpunkter. Først og fremmest lægger han vægt på casestudiets formål, som er at undersøge et samtidsfænomen dybdegående inden for dets virkelighedsnære kontekst. Dette indebærer, at forskeren søger at forstå fænomenet, samtidig med, at de anerkender den komplekse og ofte uklare grænse mellem fænomenet og dets omgivelser. Denne tilgang sigter mod at opnå en nuanceret indsigt i fænomenet og de kontekstuelle faktorer, der påvirker det (Yin, 2014, p. 16f; Sondrup et al., 2023, p. 44). Yin fremhæver vigtigheden af at anvende forskellige metoder til dataindsamling i et casestudie, hvilket kan inkludere kvantitative og kvalitative data. Ved at kombinere data fra forskellige kilder, kaldet *triangulering*, kan man ifølge Yin sikre, at

resultaterne er så pålidelige og valide som muligt. Triangulering er med til at reducere bias og sikrer en mere nuanceret og grundig forståelse af det fænomen, der bliver undersøgt (Yin, 2014, pp. 16-17; Sondrup et al., 2023, p. 44).

Derudover understreger Yin vigtigheden af at udvikle teoretiske forslag, som kan guide både dataindsamling og analyseprocessen. Ved at inkorporere disse træk i definitionen påpeger Yin, at casestudier ikke kun er en måde at indsamle data på, men er ligeledes en omfattende forskningsmetode, der kræver omhyggelig planlægning, analyse og fortolkning (Yin, 2014, pp. 37-40; Sondrup et al., 2023, pp. 44-45). Samlet set præsenterer Yins definition en dybdegående forståelse af casestudiet som en forskningsmetode, der går ud over blot at undersøge enkeltstående tilfælde. Den understreger behovet for en holistisk tilgang, der integrerer både teori og praksis for at opnå rig og meningsfuld indsigt i det undersøgte fænomen (Yin, 2014, p. 17 & pp. 38f; Sondrup et al., 2023, pp. 44-45)

Yins casestudiedesign består af fem trin, og de uddybes i følgende afsnit.

Yins fem trin i et casestudie

Første trin består af at definere ens *forskningsspørgsmål*, hvilket kan indebære formulering af centrale spørgsmål samt underspørgsmål. Dette trin er afgørende for at fastlægge retningen for undersøgelsen og sikre, at forskningen adresserer relevante områder af interesse (Yin, 2014, pp. 28-29; Sondrup, et al., 2023, pp. 45-46).

Andet trin involverer formulering af *antagelser*³, der skal undersøges. Hertil er det vigtigt at påpege, at konstruktionen, samt anvendelsen af antagelserne, kun skal benyttes af forskere, hvis de vurderes at være relevante for undersøgelsen. Antagelser kan omfatte hypoteser eller teoretiske antagelser, der søger at forklare eller forudsige det observerede fænomen (Yin, 2014, p. 30; Sondrup, et al., 2023, p. 46).

Tredje trin fokuserer på at identificere *enhederne for ens analyse*, hvilket kan indebære at definere de specifikke enheder eller kategorier, der skal undersøges i studiet. Dette kan omfatte individuelle deltagere, grupper, organisationer eller andre

³ Antagelser: Dette er vores oversættelse af den engelske betegnelse Propositions.

relevante enheder af interesse for pågældende undersøgelse (Yin, 2014, p. 31-35; Sondrup, et al., 2023, p. 46).

Fjerde trin består af at etablere en *logisk forbindelse mellem data og ens antagelser*. Dette trin indebærer at etablere en klar sammenhæng mellem den indsamlede data og de formulerede antagelser eller hypoteser. Det er afgørende for at forstå, hvordan den observerede data bidrager til at støtte eller udfordre de teoretiske antagelser og forventninger til ens undersøgelse (Yin, 2014, pp. 35-36; Sondrup, et al., 2023, p. 47).

Afslutningsvis fokuserer det **femte trin** på fastlæggelse af *kriterierne for fortolkningen af ens resultater*. Dette indebærer at etablere klare kriterier eller retningslinjer for, hvordan man fortolker ens resultater. Fortolkning af ens data udføres gennem udvalgte analysestrategier såsom at identificere mønstre i kvalitative data samt at fastlægge tærskelværdier for kvantitative data. Kriterierne for fortolkningen af ens resultater kan omfatte mål for effektivitet, validitet eller relevans i forhold til de opstillede forskningsspørgsmål og antagelser (Yin, 2014, p. 36; Sondrup, et al., 2023, p.47).

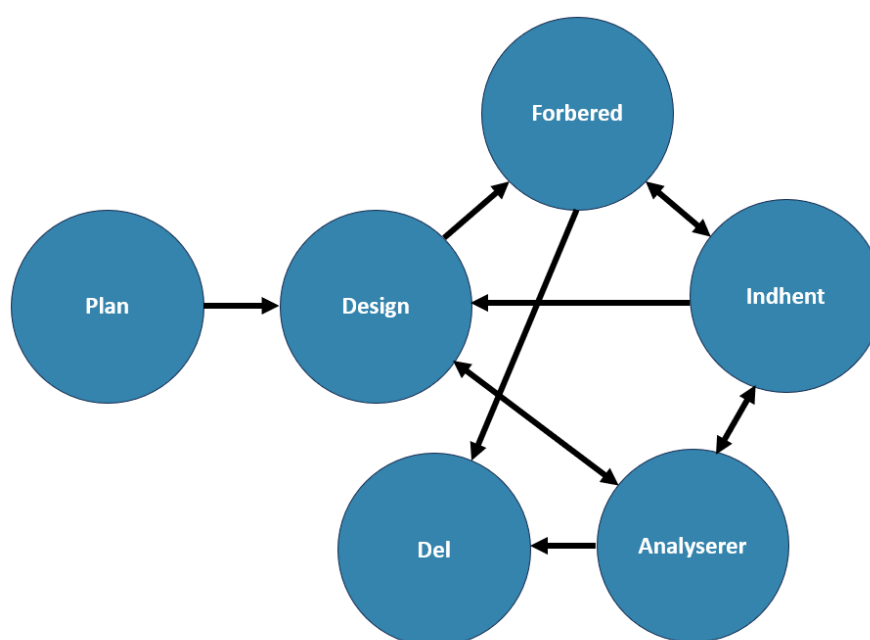
Ved at følge Yins fem trin sigter vi efter at opnå en dybdegående forståelse af, hvilken effekt KA-CFT-intervention kan have på deltagerne. Hertil foreligger der et ønske om at kunne bidrage med ny viden til de forskningsfelter, som indgår undersøgelsen; dyreassisteret terapi (DAT), compassionfokuseret terapi (CFT) og intervention for personer med moderat til svær funktionsnedsættelse. Da casestudier ofte er komplekse, kan Yins design give mulighed for at navigere gennem denne kompleksitet med omhyggelighed samt opmærksomhed på eventuelle fejl og mangler (Yin, 2014, p. 19).

Yin betragter desuden casestudieforskningsprocessen som både en lineær og interaktiv proces, hvor forskere progressivt navigerer gennem de forskellige faser samtidigt med, at de kontinuerligt reflekterer over og tilpasser deres design. Selvom Yins casestudiemetode umiddelbart kan anses som værende af en realistisk orientering, er Yins metode fleksibel og kan omfatte forskellige epistemologiske orienteringer, som for eksempel en pragmatisk orientering (Yin, 2014, p. 1; pp. 17-18).

Nedenstående **figur 9** illustrerer, hvordan Yin foreslår, at man kan tilgå casestudier ved at vende tilbage til foregående trin. Dette kan løbende bidrage til at opnå mere viden på områder, hvor der er begrænset forskning (Yin, 2014, p. 1f).

Figur 9.

Casestudie forskningsproces



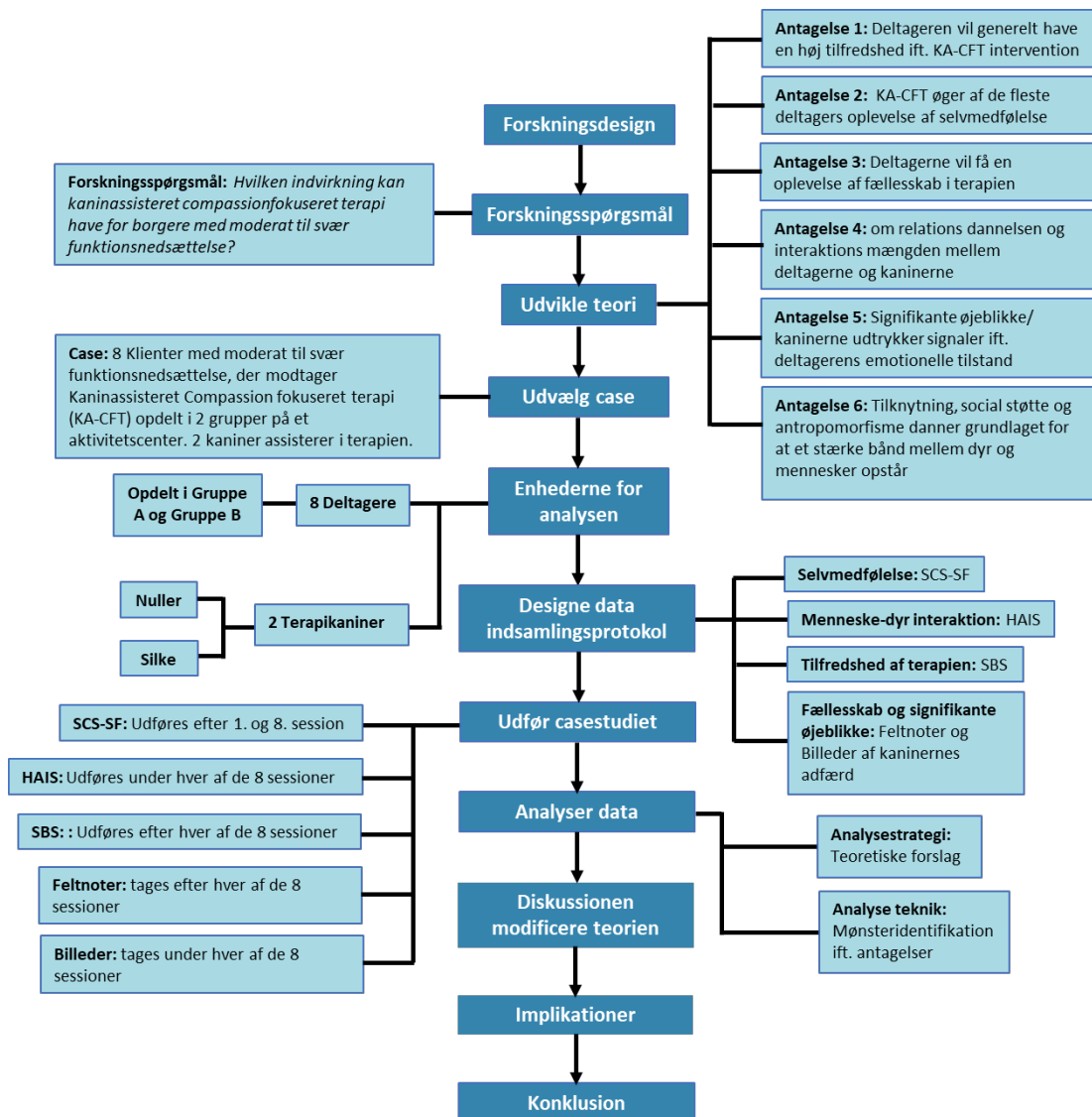
Note. Casestudie Forskningsproces. Figuren viser den lineære og interaktive natur af casestudieforskning (Yin, 2014, p. 1).

11. Forskningsdesign

Udfra Yins fem trin og forskningsproces illustrerer nedenstående **figur 10** vores forskningsdesign til undersøgelsen af KA-CFT manualbaserede intervention.

Figur 10.

Overblik over casestudiets forskningsdesign

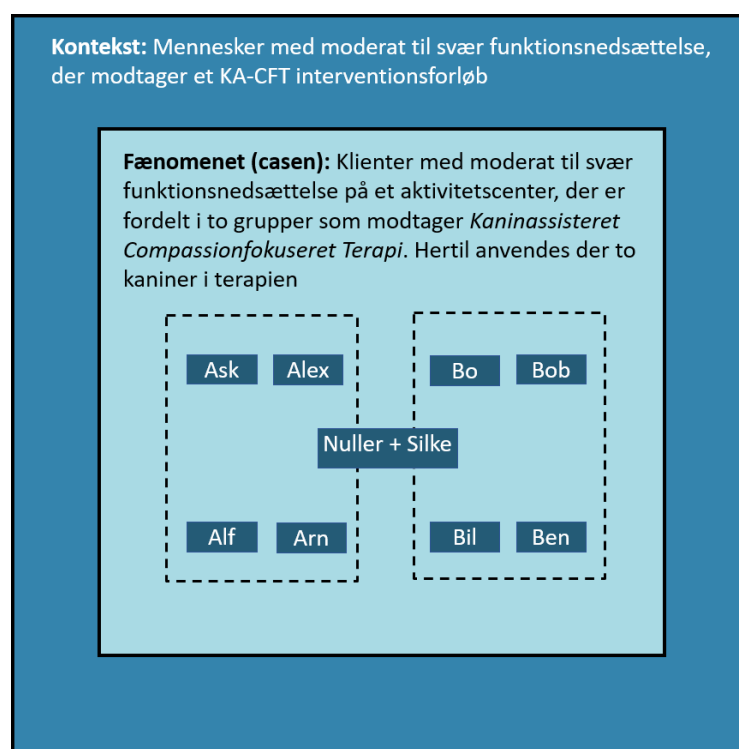


11.1 Analyseenheder

Til undersøgelsen er der valgt et embedded (indlejret) casestudie (Yin, 2014, pp. 49f; Sondrup et al., 2023, pp. 53-54), som består af at have en enkelt case med flere analyseenheder. Dette design tillader en grundig undersøgelse af, hvordan interventionen påvirker hver deltager individuelt og de dynamiske interaktioner mellem deltagerne og terapikaninerne (Yin, 2014, pp. 49-51; Sondrup et al., 2023, p. 53). I dette casestudie er deltagerne blevet opdelt i to grupper, betegnet som Gruppe A og Gruppe B, af hensyn til både deltagerne og terapikaninerne. Dette tiltag har til

formål at reducere antallet af deltagere pr. session, hvilket er vigtigt for at sikre en skånsom behandling af både deltagerne og terapikaninerne. Da begge grupper modtager samme intervention og har samme terapikaniner, er det blevet valgt at indlejre deltagerne sammen med kaninerne i deres respektive grupper for at skabe mulighed for en mere detaljeret forståelse af, hvordan KA-CFT bidrager til interventionens effektivitet. Dette design muliggør ligeledes en nuanceret analyse af individuelle respons og interaktion mellem terapeuten, *handler* og kaninerne under interventionen, hvilket er afgørende for at forstå interventionens kompleksitet og effektivitet (Yin, 2014, pp. 51-56; Sondrup et al., 2023, p. 54). Nedenstående **figur 11** illustrerer vores embedded casestudie med kontekst, fænomen og analyseenheder.

Figur. 11.



Note. (Inspireret af Yin 2014, p. 50).

I det kommende afsnit beskrives de valgte analyseenheder for casestudiet samt forklaring af deres relevans for den overordnede analyse.

11.2 Analyseenheder i casestudiet

Analyseenheder: Deltagerne er blevet anonymiseret ved brug af specifikke forbogstaver i form af deres gruppe: Gruppe A med navne startende med A og Gruppe B med navne startende med B. De havde alle deltaget i KA-CFT-forløbet og vil i undersøgelsen fremstå som individuelle analyseenheder. Selvom de var opdelt i to separate grupper under forløbet, blev det valgt at behandle hver deltager som en individuel analyseenhed. Begrundelsen beror på, at begge grupper modtog den samme intervention og deltagerantallet ikke var tilstrækkeligt stort til at sammenligne grupperne direkte.

Supplerende analyseenheder: Terapikaninerne (Nuller og Silke) vil være en supplerende analyseenhed, da de fungerede som assistenter i terapien og ikke var den primære undersøgelsesgenstand (Sondrup et al., 2023, pp. 55-56).

11.3 Rammesætning for terapien

Deltagerne: Undersøgelsen foregår på et aktivitetscenter i en dansk kommune, som tilbyder samværs- og aktivitetstilbud til personer med erhvervet hjerneskade, fysisk handicap og progredierende lidelse. Efter aftale med ledelsen på centret blev der stillet to rum til rådighed. Det ene rum blev brugt som kontor til notering af feltnoter og som opholdssted for kaninerne, hvor de fik deres behov dækket, og hvor de kunne stressregulere før og efter terapien. Det andet rum var terapilokale, hvor terapiforløbet med deltagerne blev udført (Sondrup et al., 2023, p. 51).

Forløbets otte sessioner finder sted en gang om ugen på en fast dag hen over ni uger (en ekstra uge er tilføjet grundet helligdag). På terapidagen er der to gruppesessioner. Gruppe 1 om formiddagen og Gruppe 2 om eftermiddagen. Grupperne modtager den samme interventionsform og sidder med de samme terapikaniner. Varigheden af en session er ca. 60 minutter, hvor der er indlagt en pause midtvejs på ca. 10 minutter. Efterfølgende er der afsat ca. 15 minutter til besvarelse af spørgeskemaerne. Sessionen begynder med en kort åndedrætsøvelse, hvorefter sessionens emne bliver præsenteret og kerneelementer fra manualen

bliver sat i forlængelse af emnet gennem terapien. Afslutningsvis vil der være en mindfulnessøvelse (Sondrup et al., 2023, pp. 51-52).

Terapikaninerne: Begge kaniner har gennemgået sundhedstjek hos dyrlægen, og retningslinjer fra *International Association of Human-Animal Interaction Organizations* (IAHAIO) omkring brugen af dyr i dyreassisteret terapi (DAT) blev fulgt nøje. Klienterne og kaninerne testes under screening for at sikre, at de matcher godt sammen. Hvis en klient ikke har en positiv interaktion med en kanin, vil kaninerne blive byttet rundt. Hver kanin tilbringer 20-30 minutter hos hver af de to klienter under sessionen. Efter første sidde tid hos en klient får kaninerne cirka 10 minutters pause i deres "safe space", før de skal sidde hos en klient igen. Imellem de to sessioner har kaninerne minimum 60 minutters pause fra menneskelig interaktion (Sondrup et al., 2023, pp. 54-55).

11.4 Screening og rekruttering i casestudie

Hele vores rekrutteringsfase foregik på selve aktivitetscentret og strakte sig over to uger. I den indledende fase afholdt de studerende et oplæg på et personalemøde om interventionens indhold samt casestudiets formål. Efterfølgende blev der peget på deltagere, som ledelsen vurderede kunne have gavn af at deltage i forløbet. Samme dag deltog de studerende i borgernes morgensamling, hvor borgerne fik mulighed for at hilse på kaninerne og de studerende. Her var de studerende særligt opmærksomme på at henvende sig til de borgere, som ledelsen havde vurderet til at kunne få gavn af forløbet. Efter at borgerne havde fået en kort præsentation af forløbet, blev de inviteret til at deltage i en privat samtale med os, hvor de kunne få yderligere information omkring forløbet, og hvad inklusionskriterierne indeholdt. Efterfølgende fik de borgere, der var interesserede, en uges betænkningstid omkring deres deltagelse. Dette var gjort med henblik på, at borgerne kunne have en samtale med deres pårørende omkring deltagelsen i forløbet. Dermed havde de ligeledes mulighed for at flytte rundt på deres andre aktiviteter på den pågældende terapidag, så de ikke mistede for mange terapisesioner grundet andre forpligtelser (Sondrup et al., 2023, pp. 51-52). Oprindeligt var der 14 deltagere, som udviste interesse for at

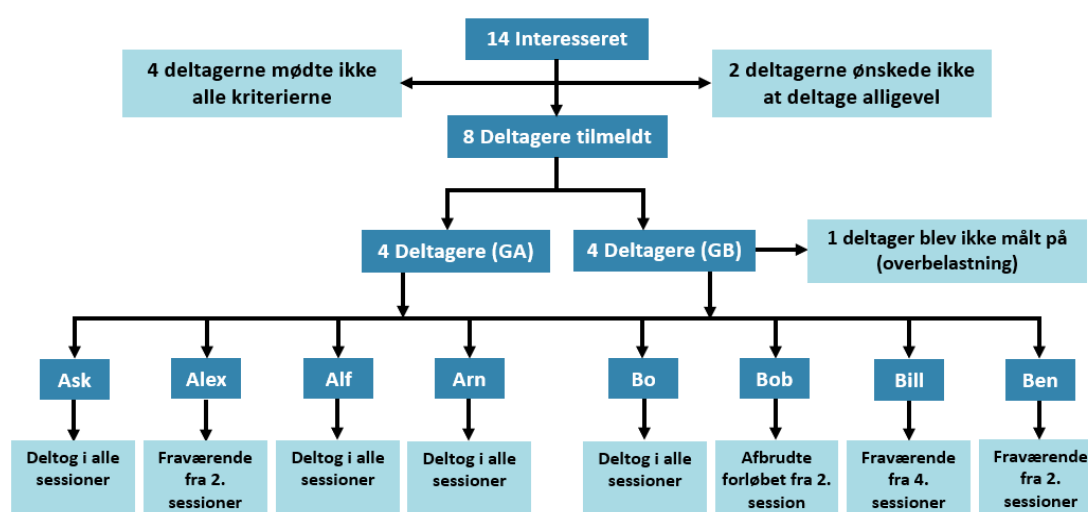
være med i forløbet. Efter screening endte undersøgelsen på 8 deltagere ($N = 8$), da seks ikke mødte alle kriterierne og/eller ikke ønskede at deltage alligevel.

Inklusionskriterierne omfattede:

- Moderat til svær funktionsnedsættelse.
- Evne til at give informeret samtykke.
- Sproglig kommunikation på dansk.
- Interesse i interaktion med terapikaninen.
- Ingen allergi over for pelsdyr.
- Ingen større ubehandlede psykologiske diagnoser.
- Ikke i et andet psykologisk behandlingsforløb.
- Maksimalt én tidligere deltagelse i et lignende forløb.

Følgende **figur 12** illustrerer rekrutteringen af vores deltagere.

Figur 12.



Tabel 6 skitserer demografisk data, samt hvilke kaniner deltagerne havde under sessionerne.

Tabel 6. Deltagerdemografi og matching af terapikanin

Deltager	Primære funktionsnedsættelse	Andet handicap	Etnicitet	Terapikanin fordeling i sessionen
Ask	Hjerneskade	Lungesygdom, paralyse	Dansk	Silke: Session 1-8
Alex	Hjerneskade, psykisk diagnose	Gangbesværet	Dansk	Nuller: Session 1-8
Alf	Hjerneskade	Synshandicap	Dansk	Silke: Session: 1-8
Arn	Parkinson, hjerneskade	Motoriske vanskeligheder, talebesvær	Dansk	Nuller: Session: 1-8
Bo	Hjerneskade	Cerebral Parese	Dansk	Nuller: Session: 1 Silke: Session: 2-8
*Bob	Hjerneskade	Motoriske vanskeligheder	Dansk	Nuller: Session: 1-2
Bill	Hjerneskade	Synshandicap	Dansk	Silke: Session: 1 Nuller: Session: 2-8
Ben	Hjerneskade	Synshandicap	Dansk	Silke: Session: 1-3,5 Nuller: Session: 4,6-8

Note. Tabellen viser demografiske data, herunder alder, etnicitet og funktionsnedsættelse, for hver deltager samt matching med den terapikanin, som deltagerne har haft under sessionerne. **a.** * afbrudt forløb og missing item.

12. Tilpasning af måleinstrumenter

12.1 Human-Animal Interaction Scale (HAIS)

Det blev erfaret i pilotstudiet (Sondrup et al., 2023), at HAIS-skemaet er meget generelt, når det kommer til at beskrive terapikaninernes interaktion og adfærd under terapien, hvilket kan være problematisk, når man eksempelvis benytter kaniner som terapidyr. Kaniner er byttedyr, og deres kropssprog kan derfor afvige fra rovdyrs (Frikanin, 2024, p. 1), såsom hunde, hvilket kan give et misvisende billede på interaktionen, hvis man benytter HAIS i dens originale form. Dette resulterede i fjernelse af visse items og tilføjelse af nye, der bedre afspejler de adfærdsmæssige træk hos kaninerne, målgruppen og terapimiljøet (Appendix D) (Sondrup et al., 2023, pp. 60-63).

Under terapisessionerne har deltagerne ikke mulighed for at lege med terapikaninerne. Dette skyldes både interventionens rammer og deltagernes fysiske begrænsninger, da størstedelen af deltagerne er kørestolsbrugere. Yderligere er aktiviteter såsom at kysse terapidyret ikke en mulighed, da der er risiko for smittefare (Sondrup et al., 2023, p. 62). Derudover benytter *handler* denne form for interaktion til at berolige sine kaniner. Item som det at tilbyde mad til terapidyret er også fravalgt for at sikre, at deltagerne ikke fodrer kaninerne med noget uhensigtsmæssigt. For bedre at kunne få indsigt i terapikaninernes adfærd og positive interaktion er der foretaget tilføjelser, hvilket indebærer kaninernes karakteristiske adfærd såsom at klikke med tænderne, chinning og flopping (**tabel 7**).

Tabel 7. Eksempler på ændringer i HAIS observationsskema i forhold til interventionens rammesætning

Menneske interaktion	Dyre interaktion
5. Leger med dyret/dyrene (Forsøg på at lege)*	20. Negativ interaktion: Laver uvenlige lyde (knurre, skrige, klikke med tænderne i høj frekvens)^
7. Kys dyret/dyrene (Læber på dyr, rynkede)*	17. Positiv interaktion: Chinning (berør eller hviler hagen på deltagerne)^
9. Tilbyder mad til dyret/dyrene (eller placerer mad foran dyret, verbalt tilbyder)*	19. Positiv interaktion: Flopping (kaninen ligger udstrakt eller på siden i ekstremt afslappende positioner)^

Note. a. * Originale items, der er fjernet **b.** ^ Items som er tilføjet til HAIS i KA-CFT-interventionen.

12.1.1 Aflæsning af kaniners signaler

Når der blev noteret i feltnoter eller observeret i HAIS omkring menneske og dyre interaktionen, var det primært *handler, som* observerede og analyserede terapikaninernes signaler og kropssprog i interaktionen. Dog var det generelt essentielt, at terapeuterne også havde en indgående viden omkring dette for at kunne indgå i dialog med deltagerne omkring observationerne af menneske og dyre interaktionen under terapien (Sondrup et al., 2023, p. 62). Til formålet blev der benyttet egen version af *Rabbit Speak Guide* (**tabel 8**) (Rabbit Advocates, 2018, p. 1).

Tabel 8.

Oversigt over terapikaniners signaler

Guide til kaniners signaler og kropssprog	
Hengivenhed	- Hoved nede (præsentere nakke): Kanin vil gerne kløes - Slikker eller puffer til deltager: Kaninen viser tegn på at den godt kan lide deltager og ønsker at indgå i interaktion med dem

	• Rykker kort i deltagers tøj: Kaninen ønsker opmærksomhed fra deltager
Tilfredshed	• Tand klikker i lav frekvens: Kanin udviser tilfredshed, kan sammenlignes med en kats spinden • Ligger udstrakt med fødderne bag sig: Kanin er ekstremt tilfreds • Øre i afslappet stilling kan både være i oprejst eller bagudvendt position: Kaninen er tilfreds og føler sig sikker
Nysgerrighed	• Ørene er spidse i en oprejst position: kanin er opmærksom og nysgerrig • Ørene er spidse i en oprejst position og kroppen læner fremad: Kanin er nysgerrig og ønsker at undersøge • Står oprejst på bagbenene: Kaninen er nysgerrige på objekt den ikke kan se
Forsvar eller aggression	• Ørene fladt ned ad ryggen, hage fremtræden og hale oprejst: Aggressive stance • Grynter og knurrer: Kanin giver advarsel om at den er utilfreds med situationen • Løber hurtigt frem mod objekt (frembrusende): Kanin angriber • Slår med forpoterne: Kaninen ønsker at objektet/person skal gå væk
Frygt eller utilfredshed	• Kanin stamper med bagpoterne: Kanin er utilfreds eller nervøs over situationen • Frys position: Kanin er bange og forsøger at "gøre sig usynlig"

	• Løber væk fra objekt/gemmer sig: Kanin forsøger at komme væk fra potentiel fare • Kroppen ryster, øjne er udstående og tredje øjenlåg er synligt: Kanin er ekstremt bange • Kanin napper: Ønsker at blive sat ned
Smerter	• Øjne udstående, kroppen er sammentrukket, og kaninen klikker med tænder i høj frekvens: Kanin er i smerte eller i ekstremt ubehagelige situation
Territorial adfærd	• Kaninen hviler sin hage på person eller objekt "Chining": Kanin sætter sine duftspor på personen eller objekt, hvilket betyder at dette nu tilhører kaninen • Efterlade afføring: Kanin markerer sit territorium
Trænet adfærd hos terapikaninerne	• Kanin kradser intenst med forpoterne: Kanin signaler til <i>handler</i>, at den skal på toilet eller ønsker at forlade interaktionen med pågældende deltager

Note. (Rabbit Advocates, 2018, p. 1).

12.2 Self Compassion Scale Short Form (SCS-SF)

Self-Compassion Scale Short Form (SCS-SF) (Appendix D) er anvendt, og den forkortede version er valgt med henblik på at imødekomme eventuelle kognitive udfordringer hos deltagerne som fx koncentrationsbesvær, da den originale version med 26 items kan være for krævende for deltagerne og resultere i udtrætning (Craig et al., 2018, p. 1729; Neff & Tóth-Király, 2022, pp. 3f; p. 10). Derudover blev den oversat til dansk og forenklet i sproget (**tabel 9**) grundet der under pilotstudiet (Sondrup et al. 2023) blev erfaret at særligt formuleringerne i Self-Compassion Scale (SCS) kunne være udfordrende for pågældende målgruppe (Neff & Tóth-Király, 2022, p. 10; Sondrup et al. 2023, pp. 58-60).

Det er dog vigtigt at være opmærksom på at eventuelle begrænsninger og forbehold vedrørende SCS-SFs validitet og pålidelighed samt anvendelighed for pågældende populationgruppe, da der på nuværende tidspunkt ikke findes et valideret SCS-måleinstrument til mennesker med moderat til svær funktionsnedsættelse (Craig et al., 2018, p. 1734; Tóth-Király & Neff, 2021, p. 181; Sondrup et al., p. 58).

Tabel 9.

Overidentifikation	En følelse af fælles menneskelighed
Original: 1. When I fail at something important to me I become consumed by feelings of inadequacy.	Original: 10. When I feel inadequate in some way, I try to remind myself that feelings of inadequacy are shared by most people
Oversat: 1. Når jeg ikke opnår noget, der er vigtigt for mig, føler jeg mig utilstrækkelig.	Oversat: 10. Når jeg føler, at jeg ikke er god nok, prøver jeg at huske på, at de fleste mennesker kan have det på samme måde.

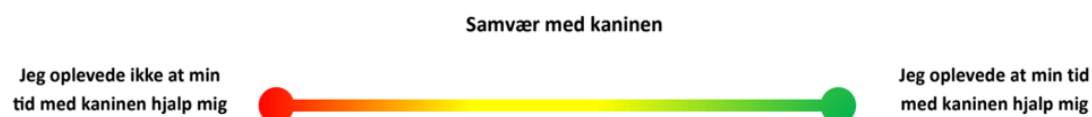
Note. Tabellen viser et eksempel på oversættelse og sproglig forenkling i SCS-SF.

12.3 Sessionsbedømmelsesskala (SBS)

Sessionsbedømmelsesskala (SBS) anvender samme struktur som Duncan et al. (2003), men består i stedet af 6 spørgsmål, der er tilpasset til at evaluere aspekter af KA-CFT-interventionen (Appendix D). Under udarbejdelsen af SBS blev der tilføjet en farvebar til den 10 cm visuelle analogskala, bestående af rød, gul og grøn, som kunne indikere graden af enighed for hver enkelt spørgsmål (**figur 10**), men eftersom flere af deltagerne var synshandicappede, måtte de studerende inden interventionens

start, ændre SBS til en 5-punkts analogskala for at kunne bruge tallene som indikator for graden af enighed, når der blev assisteret under udfyldelsen af rapporteringsskemaet (figur 11).

Figur 10.



Note. Figuren viser den første tilpasning af SBS (Samvær med Kaninen) før rekrutteringen.

Figur 11.



Note. Figuren viser tilpasning af SBS (Samvær med Kaninen) efter rekrutteringen.

13. Metoden for analysen

I casestudiet anvendes der, hvad Yin betegner som *pattern matching* (mønstergenkendelse) i analyseteknik for at opnå en helhedsorienteret forståelse. Mønstergenkendelse indebærer at identificere ligheder eller forskelle mellem forventede og aktuelle mønstre i den indhentede data. Denne tilgang hjalp med at vurdere i hvilket omfang data understøttede eller afveg fra de teoretiske antagelser. Mønstergenkendelse kan være med til at styrke den interne validitet af casestudiets fund ved at demonstrere overensstemmelse mellem teori og empiri, og det kan hjælpe med at identificere udfordringer eller fordele ved KA-CFT samt eventuelle uoverensstemmelser, som vil kræve yderligere undersøgelser i fremtiden (Yin, 2014, pp. 143-147; Sondrup et al., 2023, p. 67).

13.1 Kriterier og retningslinjer for fortolkning af måleinstrumenterne

I det afsnit vil de enkelte måleinstrumenters kriterier og retningslinjer beskrives. Beskrivelsen af disse fortolkningskriterier vil give indsigt i, hvilke aspekter af interventionen, der er mest relevante for undersøgelsen, og hvordan interventionens effektivitet vil blive bedømt. Dette kan være med til at bidrage til at styrke pålideligheden og troværdigheden af casestudiets resultater. Endvidere kan en beskrivelse af kriterierne facilitere en kritisk diskussion af, hvorvidt de valgte målinger er passende til at fange interventionens indvirkning på målgruppen (Yin, 2014, p. 36).

13.1.1 Analyse af Human Animal Interaction Scale (HAIS)

I analysen af interaktionen mellem terapikaniner og deltagerne i Human Animal Interaction Scale (HAIS) observeredes deltagernes interaktion med terapikaninerne i løbet af hver session. Dette gav indsigt i, hvordan målgruppen agerede med terapikaninerne, og hvordan denne interaktion udviklede sig over tid. Derfor blev mønstergenkendelse benyttet til at vurdere, om der var specifikke sessioner, hvor interaktionen ændrede sig for både deltagerne og terapikaninerne. Ved at evaluere ændringer i interaktionens karakter over tid kunne dette bidrage til at skabe en bedre forståelse af, hvordan mennesker med forskellige funktionsnedsættelser udvikler et bånd til dyr gennem terapien. Denne indsigt kan være værdifuld i at tilpasse fremtidige dyreassisterede terapiprogrammer for mennesker med moderat til svær funktionsnedsættelse.

Analyse af HAIS og kaninernes signaler

I analysen blev der fokuseret på terapikaninerne som en supplerende analyseenhed, da de var assistenter i terapien og ikke det primære fokus. Dog var det væsentligt at evaluere indholdet af interaktionen mellem kaninen og deltagerne i de individuelle sessioner. Dette blev gjort ved at sammenstille interaktionsscoren med feltnoter samt billeder. Efterfølgende blev der ved brugen af mønstergenkendelse,

identificeret de mest fremtrædende forskydnings-, alarm- og beroligende signaler hos terapisikanerne i sessionen. Dette blev senere i analysen benyttet til at identificere, om der blev dannet en gensidig relation mellem den enkelte deltager og terapisikanin.

13.1.2 Analyse af Self Compassion Scale Short Form (SCS-SF)

I undersøgelsen blev Self-Compassion Scale Short Form (SCS-SF) anvendt til at måle deltagernes oplevede selvmedfølelse i begyndelsen og slutningen af interventionen. Formålet var at vurdere, hvilken effekt interventionen havde haft på deltagernes selvrapporterede oplevelse af selvmedfølelse. I analysen af SCS-SF blev den samlede selvmedfølelsesscore beregnet ved først at omvende scorerne for de negative subskalaer; *selvbedømmelse*, *isolation* og *overidentifikation*. Derefter blev gennemsnittet af hver subskala og en samlet gennemsnitsscore for selvmedfølelse fundet. Hertil skal det påpeges, at der ikke findes nogle kliniske normer eller score, der indikerer, om et individ har høj eller lav selvmedfølelse (Neff, 2024b, p. 3).

Supplerende analyse af SCS-SF

Ved at analysere feltnoterne gennem mønstergenkendelse, blev potentielle områder af interventionen, der kunne have påvirket deltagernes SCS-SF-score undersøgt. Gennem mønstergenkendelse blev det forsøgt at evaluere, om deltagelsesfrekvensen i sessionerne havde haft en indflydelse på effekten af deltagernes oplevede selvmedfølelse og dermed deres udbytte af terapien.

13.1.3 Analyse af sessionsbedømmelseskala (SBS)

Sessionsbedømmelseskalaen (SBS) blev anvendt til at indsamle deltagernes feedback efter hver session gennem seks spørgsmål vedrørende; *samvær med kaninen*, *samarbejde*, *samtaleemner*, *terapien*, *øvelser* og *samlet set*. Selvom data fra Millers *Session rating scale* (SRS) normalt analyseres kvantitativt (Duncan et al, 2003, pp. 4-6), blev det valgt at inkludere deltagernes selvrapportering fra SBS som en del af den kvalitative dataanalyse. Deltagernes svar blev analyseret på hvert SBS-spørgsmål for at kunne identificere generelle mønstre i terapien, inspireret af Craig et al.s (2018)

casestudie. Hertil blev selvrapporteringsskemaet sammenstillet med feltnoterne fra hver session. Dette kunne bidrage til at afdække aspekter af mønstrene, som ikke kunne blive afdækket af SBS alene. Denne kombination vil kunne give en dybere indsigt i terapiens effekt, samt bidrage med at identificere områder for forbedring.

13.1.4 Analyse af feltnoterne

Feltnoterne udgjorde en integreret del af den kvalitative dataindsamling og fungerede som et vigtigt supplement til den kvantitative data (Yin, 2014, pp. 124-125). Gennem mønstergenkendelse blev det forsøgt at identificere temaer, der opstod i terapiforløbet, enten gennem dialog med deltagerne eller egne observationer (Yin, 2014, p. 143-147).

13.1.5 Analyse af billederne

Billederne af kaninerne blev benyttet som supplerende materiale til både den kvantitative og kvalitative dataanalyse. Billedernes primære formål var at dokumentere signifikante øjeblikke mellem terapikaninen og klienten samt at kunne identificere forskelle i kaninernes signaler. Handler analyserede billederne ved at fokusere på kaninens kropssprog og undersøgte, om der var et mønster mellem kaninens adfærd og den specifikke klient, de interagerede med (**tabel 8**, pp. 11-113).

14. Etiske overvejelser

14.1 Etiske overvejelser vedrørende forskning

I udførelsen af et casestudie om KA-CFT er der væsentlige etiske overvejelser vedrørende både deltagere og de kaniner, der er involveret i terapien. At opnå informeret samtykke fra deltagere er af afgørende betydning for at sikre deres rettigheder og værdighed. Deltagerne skal være fuldt ud informeret om studiets formål, forventede krav, risici og fordele. Samtidigt er det af essentiel betydning at prioritere dyrevelfærd og sikre, at kaninerne behandles med respekt og omsorg gennem hele undersøgelsen (American Psychological Association, 2024, p. 1; Yin, 2014, p. 76f; IAHAIO, 2018, p. 3; Sondrup et al., 2023, pp. 69-70).

14.1.1 APAs etiske principper for forskning

APA (American Psychological Association) har etiske retningslinjer, der regulerer forskning inden for psykologi (**tabel 12**) (American Psychological Association, 2024, p. 1). Disse etiske retningslinjer blev fulgt for at sikre, at forskningen blev udført på en måde, der beskyttede deltagerne og opretholde integriteten af forskningsprocessen. Dette indebar også overholdelse af GDPR (General Data Protection Regulation) regler om behandlingen og opbevaring af personfølsomme data (Datatilsynet, 2024, p. 1).

Tabel 12.

Oversigt over relevante nøglepunkter i APAs etiske regler for forskning

Emne	Beskrivelse
Samtykke	Forskere skal indhente informeret samtykke fra deltagerne, forklare formålet, procedurer, risici og fordele. Undtagelser kan ske i nogle tilfælde såsom anonym undersøgelse.
Ret til at trække sig	Deltagere skal informeres om deres ret til at trække sig fra forskningen når som helst uden konsekvenser.
Undgåelse af skade	Forskere skal sikre sig at minimere enhver risiko for fysisk eller psykisk skade for deltagerne.
Fortrolighed og privatliv	Personoplysninger skal beskyttes, og deltagernes anonymitet og fortrolighed skal opretholdes, medmindre andet er aftalt.
Faglig kompetence	Forskere skal have den nødvendige uddannelse og færdigheder til at gennemføre forskningen på en kompetent måde.
Dyrevelfærd	Forskere skal sikre human behandling af dyr anvendt i forskning.

Note. Disse retningslinjer fra APA understøtter etisk ansvarlig forskning (Sektion 8), hvor hensynet til deltagerne og integriteten af forskningsprocessen prioriteres (American Psychological Association, 2024, p. 1).

14.1.2 Etiske overvejelser vedrørende praksis

Ved implementeringen af KA-CFT i praksis var det nødvendigt at tage højde for etiske overvejelser i forhold til målgruppen. Dette inkluderede bl.a. respekt for deltagernes autonomi og ret til selvbestemmelse, samt omhyggelig tilpasning af interventionen for at imødekomme individuelle behov og begrænsninger. Derudover blev der taget forbehold for målgruppens funktionsnedsættelser, hvor tilpasninger blev implementeret for at mindske udtrætning og andre udfordringer. Dette kunne omfatte ændringer i interventionens varighed, tilgængelighed af materialer og anvendelsen af alternative kommunikationsmetoder. Disse tilpasninger var afgørende for at sikre, at terapien var inkluderende og effektiv for alle deltagere. Samtidigt var der fokus på kulturel sensitivitet og diversitet for at fremme en inkluderende tilgang i terapien (Dansk Psykolog Forening, 2021-2024, pp. 28–32; Sondrup et al., 2023, pp. 69-70).

14.1.3 Faglige etiske principper for danske psykologer

De danske psykologers etiske principper, som er fastsat af Dansk Psykolog Forening, sigter mod at sikre høj faglig standard og etisk praksis inden for psykologien (**tabel 13**) (Dansk Psykolog Forening, 2021-2024, p. 28–32; Sondrup et al., 2023, pp. 69-70). Da et terapeutisk gruppeforløb blev afholdt som en del af det nuværende casestudie, har de studerende fulgt de faglige etiske principper for nordiske psykologer gennem praksissen for at sikre, at der blev handlet på en måde, der fremmede klienternes trivsel og tillid.

Tabel 13.

Oversigt over de fire centrale principper fastsat af Dansk Psykolog Forening

Princip	Beskrivelse
Respekt for individet	Psykologer skal respektere klientens rettigheder, værdighed og autonomi. Dette inkluderer fortrolighed og privatliv.
Ansvarlighed	Psykologer skal udvise professionelt ansvar, hvilket indebærer at undgå skade og tage ansvar for egne handlinger.
Integritet	Psykologer skal opretholde høj integritet og ærlighed i deres arbejde og undgå interessekonflikter.
Kompetence	Psykologer skal sikre, at de arbejder inden for deres kompetenceområde og løbende vedligeholder og udvikler deres faglige færdigheder.

Note. (Dansk Psykolog Forening, 2021-2024, p. 28–32).

14.1.4 Ethiske overvejelser vedrørende anvendelsen af kaniner i terapien

Grundet der var inkluderede levende kaniner i terapiforløbet, var det afgørende at valg og overvejelser blev taget med udgangspunkt i retningslinjerne fra IAHAIOs hvidbog (**tabel 14** og **tabel 15**). Denne hvidbog giver definitioner og grundlæggende standarder for dyrevelfærd i dyreassisteret intervention (DAI) (IAHAIO, 2018, pp. 5-8). Principperne om *One Health* og *One Welfare* betoner den tætte forbindelse mellem menneskers sundhed, dyrenes trivsel og miljøet. Derfor kræver det en tværfaglig tilgang til at fremme sundhed, velvære og funktion. *Handlers* rolle er at sikre kaninernes helbred og trivsel i løbet af terapisessionerne. Dette opnås gennem omhyggelig træning, tilpasning af miljøet og opmærksomhed på deres individuelle behov. Kaninerne skal behandles med respekt og omsorg, samtidigt med, at de beskyttes mod stress og ubehag under hele terapiforløbet (IAHAIO, 2018, pp. 5-8; Sondrup et al., 2013, p. 8; pp.23-26).

Disse retningslinjer gælder generelt for alle dyr, der indgår i terapeutiske aktiviteter, herunder kaniner. To af de vigtigste principper i IAHAIO's hvidbog er "One Health" og "One Welfare" (tabel 14).

Tabel 14.

Oversigt over IAHAIOs retningslinjer for dyreassisteret terapi (DAT)

IAHAIOs One Health and one welfare Princip
En tværfaglig One Health- og One Welfare-tilgang skal implementeres fra planlægningsfasen og gennem hele interventionen for at sikre at inddrage både mennesker og dyr i dyreassisterede interventioner (DAI) er etisk ansvarligt.
Menneskevelværd
Klare sikkerhedsforanstaltninger skal beskytte klienter mod allergier og infektionsrisici, især hos højrisikogrupper. <i>Handler</i> skal være trænet i at respektere modtagerens kulturelle og religiøse overbevisninger i forhold til interventionen. Anden interventionsform bør overvejes, hvis disse overbevisninger strider mod DAI-anbefalinger.
Dyrevelværd
Kun sunde, domesticerede dyr, der trives med aktiviteten, må bruges i DAI. Dyrene skal evalueres af eksperter med kendskab til dyret (<i>handler</i>) og regelmæssigt undersøges af dyrlægen. <i>Handler</i> skal forstå dyrets behov og have fokus på trivsel, samt undgå aktiviteter, der kan skade dyret. Zoonoser skal forebygges gennem sundhedstjek og vaccinationer.

Note. (IAHAIO, 2018, pp. 5-8). **a.** Zoonoser er betegnelsen for sygdomme, der kan overføres mellem mennesker og dyr.

Tabel 15.

Oversigt over sikring af terapikaniners velfærd

Særlig hensyn til kaniner	
Rolige Faciliteter	Kaniner bør kun passes i faciliteter med rolige klienter, der vil interagere med dem sikkert og blidt.
Stressgenkendelse	Stressgenkendelse kan være meget vanskelig hos kaniner, og deres "frys"-adfærdsstrategi som reaktion på stress bør forklares til dyrepassere og klienter.
Tilbagetrækning og Gemmesteder	De skal kunne trække sig tilbage fra interaktioner og gemme sig.
Risiko ved Fastholdelse	Kamp mod fastholdelse kan resultere i, at kaninen sparker voldsomt, hvilket belaster rygsøjlen, hvilket kan få den til at blive forskudt eller brække, hvilket resulterer i lammelse af kaninen.
Levevilkår	Sociale grupper: 2 til 10 dyr, normalt hunner med en kastreret han eller alle kastrerede hanner. Vejrbeskyttelse: Beskyttelse mod vind, regn, skygge; røde lamper til opvarmning i koldere klimaer. Nødvendigheder: Frisk vand, passende mad (især hø), små mængder gulerødder, pastinak, frugt (æble) og korn.
Sundhedskrav	Vaccinationer mod myxomatose og RHD er nødvendige.
Egnethed til DAI	Tidlig og blid konditionering for at tillade berøring, strygning, fodkontrol og løft på armen. Strygning på ryggen og kildring mellem/bag ørerne accepteres; undgå pludselige bevægelser, læne sig over, berøring fra oven og høje lyde.

	Observation, tæt kontakt for pleje, strygning, fodring, transport til ambulant arbejde (f.eks. i plejehjem eller klinikker); aldrig transportere alene eller efterlade et enkelt dyr.
Aktivitetsanbefalinger	En gang om dagen, 3-5 dage om ugen. Varighed: 3-4 timer pr. besøg plus transporttid; direkte fysisk kontakt af en klient uden mulighed for tilbagetrækning bør begrænses til 2 x 15 min pr. dyr med pauser tilbage i den sociale gruppe.

Note. (IAHAIO 2021a, p. 9; IAHAIO, 2021b, pp. 15-16).

Referenceliste

Referencer i artiklen

- American Psychological Association. (2024). Ethical principles of psychologists and code of conduct. Section 8: *Research and Publication*. Tilgået: <https://www.apa.org/ethics/code#section-8>
- Beetz, A. M. (2017). Theories and possible processes of action in animal assisted interventions. *Applied Developmental Science*, 21
- Chandler, C. K. (2017) Animal-Assisted Therapy in Counseling. 3rd ed., *Taylor & Francis Group*.
- Chandler, C, K (2018) Human-animal Relational Theory: a Guide for Animal-assisted Counseling, *Journal of Creativity in Mental Health*, pp. 429-444, DOI:10.1080/15401383.2018.1486258.
- Compitus, K (2019) The Process of Integrating Animal-Assisted Therapy into Clinical Social Work Practice, *Springer Science+Business Media*, LLC, part of Springer Nature.
- Craig C, Hiskey S, Royan L, Poz R, & Spector A. (2018). Compassion Focused Therapy for People with Dementia: A Feasibility Study.” *International Journal of Geriatric Psychiatry*, vol. 33, no. 12, 2018, pp. 1727–35, <https://doi.org/10.1002/gps.4977>
- Craig, Catriona, et al. (2020). “Compassion Focused Therapy: A Systematic Review of Its Effectiveness and Acceptability in Clinical Populations.” *Expert Review of Neurotherapeutics*, vol. 20, no. 4, 2020, pp. 385–400, <https://doi.org/10.1080/14737175.2020.1746184>.
- Damgaard, M, Steffensen, T & Bengtsson, S (2013). Forord i: Hverdagsliv og levevilkår for mennesker med funktionsnedsættelser “. *SFI – Det Nationale Forskningscenter for Velfærd*.
- Dansk Psykolog Forening. (2022). Etiske principper for psykologer: Uddrag (p. 27-32) fra DP Regelsæt 2021-24. Tilgået på: <https://www.dp.dk/wp-content/uploads/2022/11/EtiskePrincipper.s.27-32fraDPRegelsaet-2021-24.pdf>
- Datatilsynet. (2024). Hentet fra <https://www.datatilsynet.dk/>

- Duncan, B. L., Miller, S. D., Sparks, J. A., Claud, D. A., Reynolds, L. R., Brown, J., & Johnson, L. D. (2003). The Session Rating Scale: Preliminary Psychometric Properties of a "Working" Alliance Measure. *Journal of Brief Therapy*, 3(1), 3-12.
- Fine, H, A (2019) Handbook on Animal-Assisted Therapy, Foundations and Guidelines for Animal-Assisted Interventions, kapitel 1. *Understanding Our Kinship With Animals: Input for Health Care Professionals Interested in the Human–Animal Bond*
- Fournier, A., Letson, E., & Berry, T. (2017). HAIS: Human-Animal Interaction Scale: Forms & Manual. ISBN-13: 978-1539134411
- Gilbert, P. (2009). "Introducing Compassion-Focused Therapy." *Advances in Psychiatric Treatment: The Royal College of Psychiatrists' Journal of Continuing Professional Development*, vol. 15, no. 3, 2009, pp. 199–208, <https://doi.org/10.1192/apt.bp.107.005264>.
- Gilbert, P. (2010). Compassion Focused Therapy: Distinctive Features. 1st ed., Routledge, <https://doi.org/10.4324/9780203851197>.
- Gilbert, P. (2014). "The Origins and Nature of Compassion Focused Therapy." *British Journal of Clinical Psychology*, vol. 53, no. 1, 2014, pp. 6–41, <https://doi.org/10.1111/bjc.12043>.
- Hansen T. & Glinborg C. (2021). "Considering Animals in Rehabilitation Psychology." *The Humanistic Psychologist*, vol. 51, no. 2, 2023, pp. 142–49, <https://doi.org/10.1037/hum0000263>.
- Hediger K, Thommen S, Wagner C, Gaab J & Hund-Georgiadis M. (2019) Effects of animal-assisted therapy on social behaviour in patients with acquired brain injury: a randomised controlled trial. *Scientific Reports* <https://doi.org/10.1038/s41598-019-42280-0>.
- Hjernesgade Foreningen (2020). Hjerneskader i tal. <https://hjerneskadet.dk/viden-om-hjernesgade/hjerneskader-i-tal>
- Sondrup, C. L. W., Larsen, S. G., & Højholdt, C. M. (2023). xxx: Compassionfokuseret terapiforløb med dyreassisteret terapi. *Aalborg Universitet*, 2023.
- IAHAIO hvidbog (2018). IAHAIO-definitioner af dyreassisteret intervention og

- retningslinjer for velfærd hos de dyr der indgår. *International Association for Human-Animal Interaction Organisations*. www.iahaio.org/new/
- Loukaki, K., KOUKOUTSAKIS (Π. ΚΟΥΚΟΥΤΣΑΚΗΣ) P., & KOSTOMITSOPOULOS, ΚΩΣΤΟΜΗΤΣΟΠΟΥΛΟΣ, N (2010) "Animal Welfare Issues on the Use of Rabbits in an Animal Assisted Therapy Program for Children." *Journal of the Hellenic Veterinary Medical Society*, vol. 61, no. 3, pp. 220–25. doi: 10.12681/jhvms.14889
- Neff, (2024b). Tips for practice. Tilgået fra:
<https://self-compassion.org/tips-for-practice/>
- Neff, K. & Germer C. (2022). "The Role of Self-compassion in Psychotherapy." *World Psychiatry*, vol. 21, no. 1, pp. 58–59, <https://doi.org/10.1002/wps.20925>.
- Neff, K. D. & Tóth-Király, I (2022). Self-Compassion Scale (SCS), In N. Oleg, O. N. Medvedev, C. U. Krägeloh, R. J. Siegert, & N. N. Singh (Eds.) *Handbook of Assessment in Mindfulness*. New York: Springer. DOI: 10.1007/978-3-030-77644-2_36-1
- Parkinsonforeningen (2021). Antal af personer med parkinson i Danmark.
tilgået: <https://parkinson.dk/nyheder/antal-af-personer-med-parkinson/>
- Raes, F., Pommier, E., Neff, K. D., & Van Gucht, D. (2011). Construction and factorial validation of a short form of the Self-Compassion Scale. *Clinical Psychology & Psychotherapy*. 18, 250-255
- Rosenberg N.K., Mørch M., M. & Arendt, M (2012). Kognitive adfærdsterapi - teori og metoder (kapitel 1). In; Arendt, M. & Rosenberg, N.K. (red) Kognitiv Terapi – Nyeste Udvikling. *Hans Reitzels Forlag* 2012.
- Scleroseforeningen (2020). Ny undersøgelse: Antallet af mennesker med sclerose stiger voldsomt i verden. Tilgået på:
<https://www.scleroseforeningen.dk/nyheder/ny-undersogelse-antallet-af-mennesker-med-sclerose-stiger-voldsomt-i-verden>
- Smith, S. (2019b). Empirical paper. Testing the effectiveness and acceptability of a digitally distributed compassion focused therapy intervention for acquired brain injury using single case experimental design (Order No. 27734948). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global; *Publicly Available Content Database*. (2322003760). Retrieved from:

<https://www.proquest.com/dissertations-theses/testing-effectiveness-acceptability-digitally/docview/2322003760/se-2>

Součková, M., Přebýlova L, Jurčová L, Chaloupkova H (2023). Behavioural reactions of rabbits during AAI sessions. *Applied Animal Behaviour Science* 262 (2023) 105908 <https://doi.org/10.1016/j.applanim.2023.105908>.

Suba-Bokodi, Éva, Nagy, István and Molnár, Marcell (2022) M. Changes in the Stress Tolerance of Dwarf Rabbits in Animal-Assisted Interventions. *Appl. Sci.* 12, 6979. <https://doi.org/10.3390/app12146979>

Thøgersen, C., Glinborg, C., Hansen, T. & Tretvik, J. (2022). "Psychotherapeutic Intervention for Adults With Acquired Brain Injury: A Case Study Using BackUp." *Frontiers in Rehabilitation Sciences*, vol. 3, <https://doi.org/10.3389/fresc.2022.771416>.

Videnscenter om handicaps (2023). Funktionsnedsættelse <https://videnomhandicap.dk/centralt-begreb/funktionsnedsaettelse/>

Wiwe B., L. (2006) Håndbog for pårørende til personer med hjerneskade <http://paaroerendesamarbejde.pbworks.com/f/Haandbog%20for%20paaroerende%20Wiwe%20128s.pdf>

Yin, Robert K., et al. (2014) Case Study Research: Design and Methods. Fifth edition., SAGE

Referencer i den rammesættende del:

Aarhus Universitet (2024). *Aarhus universitet*. tilgået: <https://metodeguiden.au.dk/case-studie>

Ashworth, F., Gracey, F., & Gilbert, P. (2011). Compassion focused therapy after traumatic brain injury: Theoretical foundations and a case illustration. *Brain Impairment*, 12(2), 128-139.

Ashworth, F. & Murray, C. (2021). Compassion focused therapy for neurological conditions. In Yeates & Ashworth (2019). Psychological therapies in acquired brain injury, (pp. 75-94). *Routledge*.

American Psychological Association. (2024). Ethical principles of psychologists and

- code of conduct. Section 8: Research and Publication. Hentet fra <https://www.apa.org/ethics/code#section-8>
- Beetz, A. M. (2017). Theories and possible processes of action in animal assisted interventions. *Applied Developmental Science*, 21.
- Chandler, C. K. (2012). Animal assisted therapy in counseling (2nd ed.). *New York: Routledge/Taylor & Francis*.
- Chandler, C. K. (2017) Animal-Assisted Therapy in Counseling. 3rd ed., *Taylor & Francis Group*.
- Chandler, C, K (2018) Human-animal Relational Theory: a Guide for Animal-assisted Counseling, *Journal of Creativity in Mental Health*, pp. 429-444, DOI:10.1080/15401383.2018.1486258
- Compitus, K (2019) The Process of Integrating Animal-Assisted Therapy into Clinical Social Work Practice, *Springer Science+Business Media*, LLC, part of Springer Nature 2019, 8 sider.
- Craig C, Hiskey S, Royan L, Poz R, & Spector A. (2018). Compassion Focused Therapy for People with Dementia: A Feasibility Study.” *International Journal of Geriatric Psychiatry*, vol. 33, no. 12, 2018, pp. 1727–35, <https://doi.org/10.1002/gps.4977>
- Craig, Catriona, et al. (2020). “Compassion Focused Therapy: A Systematic Review of Its Effectiveness and Acceptability in Clinical Populations.” *Expert Review of Neurotherapeutics*, vol. 20, no. 4, 2020, pp. 385–400, <https://doi.org/10.1080/14737175.2020.1746184>.
- Damgaard, M, Steffensen, T & Bengtsson, S (2013). Forord i: Hverdagsliv og levevilkår for mennesker med funktionsnedsættelser “. *SFI – Det Nationale Forskningscenter for Velfærd*.
- Dansk Psykolog Forening. (2022). Ethiske principper for psykologer: Uddrag (p. 27-32) fra DP Regelsæt 2021-24. Hentet fra: <https://www.dp.dk/wp-content/uploads/2022/11/EthiskePrincipper.s.27-32fraDPRegelsaet-2021-24.pdf>
- Datatilsynet. (2024). Hentet fra: <https://www.datatilsynet.dk/>
- DeMello, M. (2012) Animals in Human Thought In: *Animals and Society : An Introduction to Human-Animal Studies*. *Columbia University Press*.

- Duncan, B. L., Miller, S. D., Sparks, J. A., Claud, D. A., Reynolds, L. R., Brown, J., & Johnson, L. D. (2003). The Session Rating Scale: Preliminary Psychometric Properties of a "Working" Alliance Measure. *Journal of Brief Therapy*, 3(1), 3-12.
- Egholm, L. (2014). Videnskabsteori: Perspektiver på organisationer og samfund (1. udg., 1. oplag). *Hans Reitzels Forlag*.
- Fine, H, A (2019) Handbook on Animal-Assisted Therapy, Foundations and Guidelines for Animal-Assisted Interventions, kapitel 1. *Understanding Our Kinship With Animals: Input for Health Care Professionals Interested in the Human–Animal Bond*.
- Frikanin (2024). Adfærd og sprog. Tilgået på: <https://frikanin.dk/adfaerd-og-sprog>
- Gilbert, P. (2009). "Introducing Compassion-Focused Therapy." *Advances in Psychiatric Treatment : The Royal College of Psychiatrists' Journal of Continuing Professional Development*, vol. 15, no. 3, 2009, pp. 199–208, <https://doi.org/10.1192/apt.bp.107.005264>.
- Gilbert, P. (2010). Compassion Focused Therapy: Distinctive Features. 1st ed., *Routledge*, <https://doi.org/10.4324/9780203851197>.
- Gilbert, P. (2014). "The Origins and Nature of Compassion Focused Therapy." *British Journal of Clinical Psychology*, vol. 53, no. 1, 2014, pp. 6–41, <https://doi.org/10.1111/bjc.12043>.
- Gilbert, P. (2018). Compassionfokuseret terapi. Kapitel; 1, 4, 5, 6, 7, 11, 16. 1. udgave. 1. oplag., *Dansk Psykologisk Forlag*.
- Glintborg, C., & Hansen, T. G. B. (2017). How are service dogs for adults with Post Traumatic Stress Disorder integrated with rehabilitation in Denmark? A case study./DOI: 10.3390/ani7050033
- Hansen, T. (2018) 10. Dyreassisteret rehabilitering, p. 153-170. I C. Glintborg (Red.), Rehabiliteringspsykologi – en introduktion i teori og praksis. *Aarhus Universitetsforlag*.
- Hansen, T. & Glintborg, C. (2018) Klinik for Handicap og Rehabiliteringspsykologi. BackUp©: Terapeutmanual – klienter. Udviklet af Tia Hansen & Charlotte Glintborg. Opdateret februar 2018 (upubliceret).
- Hansen T. & Glintborg C. (2021). "Considering Animals in Rehabilitation

- Psychology." *The Humanistic Psychologist*, vol. 51, no. 2, 2023, pp. 142–49, <https://doi.org/10.1037/hum0000263>.
- Hansen, T. G. B., & Glintborg C. (2023). "Considering Animals in Rehabilitation Psychology." *The Humanistic Psychologist*, vol. 51, no. 2, pp. 142–49, <https://doi.org/10.1037/hum0000263>
- Howell, Tiffani J., et al. (2022). "Defining Terms Used for Animals Working in Support Roles for People with Support Needs." *Animals* (Basel), vol. 12, no. 15, pp. 1975–, <https://doi.org/10.3390/ani12151975>.
- Sondrup, C. L. W., Larsen, S. G., & Højholdt, C. M. (2023). xxx: Compassionfokuseret terapiforløb med dyreassisteret terapi. *Aalborg Universitet*, 2023.
- IAHAIO hvidbog (2018). IAHAIO-definitioner af dyreassisteret intervention og retningslinjer for velfærd hos de dyr der indgår. *International Association for Human-Animal Interaction Organisations*. www.iahaio.org/new/
- IAHAIO. (2021a). IAHAIO international guidelines on care, training and welfare requirements for small animals in animal-assisted interventions. Copyright IAHAIO September 2021. Hentet fra: <https://iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2021/09/for-publication-small-animal-care-and-welfare-in-aai-1.pdf>
- IAHAIO. (2021b). IAHAIO international guidelines on care, training and welfare requirements for farm animals involved in animal-assisted interventions. Copyright IAHAIO September 2021. Hentet fra: <https://iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2021/09/publication-fa-final-iahaio-guidelines-for-farm-animals-involved-in-aai.pdf>
- Jacobsen, M. H., Lippert-Rasmussen, K., & Nedergaard, P. (2015). Introduktion: Hvad er videnskabsteori? I Videnskabsteori i statskundskab, sociologi og forvaltning (3. udgave). København: *Hans Reitzels Forlag*.
- Kanab, C., E. (2018). Calming signals in rabbits. Tilgået på: Chrome-extension://efaidnbmninnibpcajpcglclefindmkaj/<https://orlandorabbit.org/docs/handouts/Emily%20Cassell.Kanab2018.Workshops.Calming%20Signals.pdf>
- Lippert-Rasmussen, K. (2015). Sandhed og relativisme. I Videnskabsteori i

- statskundskab, sociologi og forvaltning (3. udg., p. 477). København: *Hans Reitzels Forlag*. (3. udgave).
- Loukaki, K., Koutsakis, P., & Kostomitsopoulos. N. (2010) "Animal Welfare Issues on the Use of Rabbits in an Animal Assisted Therapy Program for Children." *Journal of the Hellenic Veterinary Medical Society*, vol. 61, no. 3, pp. 220–25. doi: 10.12681/jhvms.14889
- Neff, K. D. (2003a) Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *In Self and Identity*, 2(2), pp. 85-101, DOI:10.1080/15298860309032:
- Neff, K. D (2003b). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *In Self and Identity*, 2, pp. 223–250. *Taylor & Francis Inc.* <https://doi-org.zorac.aub.aau.dk/10.1080/15298860309027>
- Neff, K. (2015). "The Self-Compassion Scale Is a Valid and Theoretically Coherent Measure of Self-Compassion." *Mindfulness*, vol. 7, no. 1, pp. 264–74, <https://doi.org/10.1007/s12671-015-0479-3>.
- Neff, (2024a). What is Self-Compassion? What is Self-Compassion <https://self-compassion.org/the-three-elements-of-self-compassion-2/>
- Neff, (2024b). Tips for practice. <https://self-compassion.org/tips-for-practice/>
- Neff, (2024c). Self-Compassion Exercises. <https://self-compassion.org/self-compassion-practices/#guided-practices>
- Neff, K. & Germer C. (2022). "The Role of Self-compassion in Psychotherapy." *World Psychiatry*, vol. 21, no. 1, pp. 58–59, <https://doi.org/10.1002/wps.20925>.
- Neff, K. D. & Tóth-Király, I (2022). Self-Compassion Scale (SCS), In N. Oleg, O. N. Medvedev, C. U. Krägeloh, R. J. Siegert, & N. N. Singh (Eds.) *Handbook of Assessment in Mindfulness*. New York: *Springer*. DOI: 10.1007/978-3-030-77644-2_36-1
- Otting Tiffany L. & Chandler Cynthia K. (2023) Credibility of Human-Animal Relational Theory, *Journal of Creativity in Mental Health*, 18:3, 317-331, DOI:10.1080/15401383.2021.1987366
- Rabbit Advocates www.adoptarabbit.org 503-617-1625 Rev. 4/03 (2018) (link ikke længere tilgængelig) - Rabbits advocate hentet som PDF gennem medlemskab af <https://www.rabbitsonline.net/>

- Schlender, C. (2018). Compassionfokuseret terapi (CFT) (kapitel 14). In; Jørgensen, L. & Schlender, C. (red) Kognitiv adfærdsterapi med børn og familier. *Hans Reitzels Forlag*.
- Smith, S. (2019a). Exploring the impact of self-compassion, self-criticism and shame in identity adjustment following brain injury. Literature review in Testing the effectiveness and acceptability of a digitally distributed compassion focused therapy intervention for acquired brain injury using single case experimental design (Order No. 27734948). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global; Publicly Available Content Database. (2322003760). Retrieved from: <https://www.proquest.com/dissertations-theses/testing-effectiveness-acceptability-digitally/docview/2322003760/se-2>
- Smith, S. (2019b). Empirical paper. Testing the effectiveness and acceptability of a digitally distributed compassion focused therapy intervention for acquired brain injury using single case experimental design (Order No. 27734948). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global; Publicly Available Content Database. (2322003760). Retrieved from: <https://www.proquest.com/dissertations-theses/testing-effectiveness-acceptability-digitally/docview/2322003760/se-2>
- Součková M., Přebýlova L., Jurčová L., Chaloupková H (2023). Behavioural reactions of rabbits during AAI sessions. *Applied Animal Behaviour Science* 262 (2023) 105908 <https://doi.org/10.1016/j.applanim.2023.105908>.
- Suba-Bokodi, Éva, Nagy, István and Molnár, Marcell (2022) M. Changes in the Stress Tolerance of Dwarf Rabbits in Animal-Assisted Interventions. *Appl. Sci.* 2022, 12, 6979. <https://doi.org/10.3390/app12146979>
- Swanborn, P. (2010). Case Study Research: What, Why and How? (First Edition). *SAGE Publications Ltd*. <https://doi.org/10.4135/9781526485168>
- Vidal, J., and Soldevilla, J. M. (2023). "Effect of Compassion-focused Therapy on Self-criticism and Self-soothing: A Meta-analysis." *British Journal of Clinical Psychology*, vol. 62, no. 1, 2023, pp. 70–81, <https://doi.org/10.1111/bjc.12394>.
- Videnscenter om handicaps (2023). Funktionsnedsættelse Tilgået: <https://videnomhandicap.dk/centralt-begreb/funktionsnedsaettelse/>

Wiwe B., L. (2006) Håndbog for pårørende til personer med hjerneskade.

Tilgået:

[http://paaroerendesamarbejde.pbworks.com/f/Haandbog%20for%20paaroe
rende%20Wiwe%20128s.pdf](http://paaroerendesamarbejde.pbworks.com/f/Haandbog%20for%20paaroe%20rende%20Wiwe%20128s.pdf)

Yin, R. K., et al. (2014) Case Study Research : Design and Methods. Fifth
edition., SAGE.