



Textansvarig: Jan Valentin

## Socialpsykiatrisk rehabilitering genom hundvård.

1. Se tidigare instruktioner (dat. 150904, 150129 och 160113).
2. Nedan program ersätter inte andra insatser. Hundassisterad återhämtning är ett komplement till övriga åtgärder.
3. Det domesticerade hunddjuret är präglad på både samspel med och beroende av människan. Det innebär att hunddjuret är genetiskt predisponerat att söka och upprätta kontakt med människan utan förbehåll eller egna krav. Hundens kravlöshet är förlösande för personer med hög kravkänslighet eller brister i sociala färdigheter. Hundens beredvillighet att vilja tillfredsställa människan i olika situationer är inte sällan förslag på lösningar i samspelet, för att försäkra sig om fortsatt uppmärksamhet. Hunden är i så måtto ojämförbart överlägsen alla andra djur att hjälpa människan att utveckla den egna sociala förmågan. Det betyder att våra huvudsakliga kognitiva funktioner, jag-funktioner och känslor som är till nytta för våra sociala färdigheter kan komma i bruk utan formella krav eller formaliserade träningsformer.

## Förbättringsområden med relevans för kognitiv, social och psykologisk återhämtning

1. **Kognitiva funktioner:**
  - **Uppmärksamhet och koncentration:** Både utbildning och praktisk träning med hund stimulerar förmågan att vara närvarande och delaktig. Att föra eller övervaka en hund minskar risken för distraktion då undfallenhet kan ha negativa konsekvenser för både människa och djur. Många hundar behöver fortlöpande stöd eller uppmärksamhet av sin förare för att inte falla in i oönskat beteende. Även följsamma hundar behöver sin förares kommandon till exempel vid vägval eller möten.
  - **Minnet:** Att föra hund är ofta "här-och-nu" men för att lösa sådana situationer krävs ofta en minnesbank med kunskaper. Att variera utbildning och praktisk tillämpning tillsammans med hund gynnar att föraren aktivt ska engagera sitt minne. Hunden förväntar sig kommandon och signaler från förare som ökar sannolikheten för att föraren ska söka lösningar ifrån

utbildningsmaterialet. Att föraren i så måtto tonar in hundens behov stärker såväl förarens socioemotionella och sociokognitiva beredskap och närvaro.

- **Kommunikation:** En hund kan lära sig förstå ord och fraser samt kommandon och signaler. Men hundens kommunikativa register är ändå begränsat. Därför måste föraren träna upp sin förmåga att vara intresserad, uppmärksam och lyhörd. Det kan också inkludera träning i tydlighet, talhastighet och konkret språk. Vidare kan det betyda att föraren behöver tänka på sin mimik och sina rörelser. Att träna alternativ kommunikation aktiverar flera av förarens kognitiva kärnområden som koncentration och minne.
- **Socioemotion/känslor:** En hundförare är nästan alltid sedd och behövd av sin hund. Därför garanterar hunden att föraren bekräftas i formen "*the need to be needed*". Inom vården i allmänhet och inom psykiatri i synnerhet visar flera studier att människor som faller i ohälsa förlorar möjligheten till ömsesidighet. Som sjuk eller patient uppstår ett ensidigt beroende av andra, emedan andra inte förefaller behöva den drabbades kunskaper. Att vårda, utbilda eller föra hund innebar omedelbart att människan har ansvar för en varelse som inte till fullo förstår människors livsvärldar. Hunden har ett stort behov av sin förare. Hundföraren är behövd.
- **Rumslig och tidsmässig orientering:** En hund vet inte hur mycket klockan är eller var den får sköta magen. Hunden kan inte planera och genomföra sin dag utan sin förare. Som förare måste man iakttaga tidsmässiga förhållanden för bl. a. mat, rastning och vila. Det betyder att såväl dagen som dygnet kan utgå ifrån en struktur som är kopplad till hundens olika behov. Vidare kan hundens behov kopplas till olika rumsliga förhållanden; promenaden utförs i en park, maten äts i köket och vilan sker i hundens korg. Medvetenhet om tid och rum ger föraren god träning i exekutiv funktion. Indirekt kan hundens dygnsstruktur minska människan känsla av förvirring eller kaos.
- **Socioemotion/känslor:** En hund kan inte verbalt uttrycka vad den vill eller erfar. En förare måste öva upp sin förmåga att uppfatta subtila signaler som att hunden är törstig eller har ont. Både förmågan att uppfatta signaler och agera på dessa är uttryck för känslomässig anknytning och "*the need to be needed*". Att sörja för ett försvarslöst djurs väl och ve är goda markörer för känslomässig intoning och empati.
- **Sociala färdigheter:** Att föra hund i sociala sammanhang betyder att förare måste ge akt på både hundens och den egna sociala förmågan. Olika situationer uppstår snabbt och föraren måste kunna bedöma vad ekipaget klarar av. Det betyder att föraren måste träna att läsa av och tolka olika situationer och samtidigt integrera kunskaper och tidigare erfarenheter om bästa lösning. Komplexa situationer ställer höga krav på förarens koncentration, kommunikation och minne.
- **Sociala färdigheter:** Att vara hundförare kan innebära att ekipaget blir tilltalat. Det kan vara andra hundägare som vill kallprata en stund eller barn som uttrycker sitt gillande för hunden man för. En hundförare hamnar ofta i

konkreta möten med andra människor och dessa möten underlättas ofta av att samspråket kretsar runt hunden eller hundarna. Sådana möten är ofta relativt enkla och kan avbrytas med hänvisning till hundens behov (av fortsatt promenad till exempel).

## 2. Psykologiska jag-funktioner:

- **Psykologisk jag-funktion motorik:** Vår rörelseapparat eller motorik kommer i allra högsta grad till nytta som hundförare. De flesta hundraser behöver flera timmars sammanlagd motion varje dygn. Genom gemensamt motionerande (rastning, promenader) stärks relationen och samhörigheten. Förarens sociala funktion tränas och återtränas fortlöpande genom kontakt med yttervärld. Föraren kan vidare med stöd av förhöjd aktivitetsnivå sänka stress- och ångestnivåer, känna naturlig hunger och trötthet samt nå till bättre vila.
- **Psykologisk jag-funktion begreppsbildning:** Verbala aktiviteter är viktigt när hunden ska föras med stöd av vokala kommandon och signaler. Föraren tränas i att använda rätt begrepp till olika situationer. Då många situationer inte är förutsägbara blir den verbala träningen både dynamisk och komplex.
- **Psykologisk jag-funktion behovstillfredsställelse:** Att föra hund och att göra det bra är en källa till mycket tillfredsställelse. Känslan av att kunna utöva något komplicerat med säkerhet och kontroll stärker många psykologiska behov som självsäkerhet, självtillit, kunnande, förbättrad självbild och inte minst självaktning.
- **Psykologisk jag-funktion skjuta upp behovstillfredsställelse:** Detta är en komplex förmåga som ofta utmanas av hundens ibland irrationella beteenden. För att nå till behovstillfredsställelse krävs stora portioner tålamod, humor och konsekvent handlande. Det blir m a o. inte bättre än vad föraren gör det till (och det går sällan att fuska eller ta genvägar till ett fungerande ekipage).
- **Psykologiska jag-funktionerna impuls kontroll, frustrations- och ångesttolerans :** Att föra hund medför ofta att saker och ting inte riktigt blir som man tänkt det. Det innebär att föraren ibland anspänns på ett sådant sätt att det kan aktivera flera psykologiska sensationer. Inte sällan motsvarar hundens förmåga att exempelvis kontrollera sina impulser med den intoning hunden gör med förarens sinnesstämning. Självbehärskning, coping och habituering är nyckelord för en säker förare.

