



En førerhund er meget mere end blot et hjælpemiddel.



*Frihed, selvstændighed, sammenhold og samarbejde mellem mig og min førerhund - Dorte*

*Hunden er mine øjne. – Hans*

*Det at have en førerhund er det der giver mening for mig. Havde jeg ikke den var jeg her ikke længere. – Poul*

*- Sammen finder vi vejen -*



## Indhold

Indhold .....	2
Baggrund for undersøgelse.....	4
Redegørelse for de enkelte dele af undersøgelsen og deres konklusioner .....	4
Følelsen af frihed .....	5
Udsagn fra førerhundbrugere omkring førerhund og frihed .....	5
Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for frihedsfølelsen.....	5
Førerhundens betydning for følelsen af frihed .....	5
Førerhundens betydning for deltagelse i sociale aktiviteter .....	6
Udsagn omkring førerhundens betydning for deltagelse i sociale aktiviteter .....	6
Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for deltagelse i sociale aktiviteter.....	6
Førerhundens betydning for deltagelse i sociale aktiviteter .....	7
Førerhundens betydning for accept af synshandicap .....	7
Udsagn omkring førerhundens betydning for accept af synshandicap .....	7
Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for accept af synshandicap.....	8
Førerhundens betydning for accept af synshandicap .....	8
Førerhundens betydning for fysisk velbefindende.....	8
Udsagn omkring førerhundens betydning for fysisk velbefindende .....	9
Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for fysisk velbefindende.....	9
Førerhundens betydning for fysisk velbefindende.....	10
Førerhundens betydning for psykisk velbefindende .....	10
Udsagn omkring førerhundens betydning for psykisk velbefindende.....	10
Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for psykisk velbefindende .....	11
Førerhundens betydning for psykisk velbefindende .....	11
Førerhundens betydning for familieliv .....	12
Udsagn omkring førerhundens betydning for familieliv.....	12
Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for familieliv .....	12
Førerhundens betydning for familieliv .....	13
Førerhundens betydning for overskud i hverdagen.....	13
Udsagn omkring førerhundens betydning for overskud i hverdagen.....	13
Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for overskud i hverdagen .....	14
Førerhundens betydning for overskud i hverdagen .....	14
Arbejdsliv.....	15
Udsagn omkring førerhundens betydning for et arbejdsliv.....	15



Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for et arbejdsliv .....	15
Førerhundens betydning for et arbejdsliv .....	16
Førerhundens betydning for oplevelsen af trafiksikkerhed .....	16
Udsagn omkring førerhundens betydning for oplevelsen af trafiksikkerhed.....	16
Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for oplevelsen af trafiksikkerhed .....	17
Førerhundens betydning for oplevelsen af trafiksikkerhed .....	17
Førerhundens betydning for oplevelsen af stress ved at bevæge sig ud.....	17
Udsagn omkring førerhundens betydning for stress ved at bevæge sig ud.....	18
Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for stress ved at bevæge sig ud .....	18
Førerhundens betydning for stress ved at bevæge sig ud.....	18
Førerhundens betydning – en samlet konklusion .....	19
Statistisk oversigt over førerhundens betydning for brugeren selv og dennes deltagelse i samfundet. ....	23
Metode.....	24
Validitet og reliabilitet.....	25



## Baggrund for undersøgelse

Denne undersøgelse er udarbejdet af BFO – Brugernes førerhunde ordning – en non profit forening der siden 2010 har arbejdet med at træne og udplacere førerhunde til blinde og svagsynede i hele Danmark. Efter mange års erfaring med at udplacere hunde hos blinde og svagsynede har vi erfaret og oplevet, at en førerhund er mere end et hjælpemiddel. Vi oplever, at brugeren vokser, bliver mere selvstændig, får det bedre psykisk og fysisk og deltagende i samfundet, at de i det hele taget bliver mere aktive i eget liv. Da vi ikke har kunnet finde undersøgelser eller forskning på området, har vi valgt at lave en lille undersøgelse blandt vores egne brugere, på landsplan er der ca. 240 førerhundebrugere. Formålet med undersøgelsen er at forsøge at dokumentere de effekter, som vi i BFO har kunne se og erfaret gennem vores arbejde med blinde og deres førerhunde. Førerhunden er et hjælpemiddel, der har til opgave at hjælpe den blinde sikkert fra A til B, men den er mere end det. Dette mere er det, denne undersøgelse dokumenterer. Har man ikke kendskab eller viden om førerhunde og deres brugere, må jeg sige, at for mig der har forestået undersøgelsen, er jeg både blevet meget klogere men også meget påvirket og bevæget af, hvad en førerhund og et firbenet væsen kan skabe af betydning.

## Redegørelse for de enkelte dele af undersøgelsen og deres konklusioner

I det efterfølgende afsnit vil hvert enkelt spørgsmål blive gennemgået ud fra det statistiske materiale, der underbygges af udsagn fra brugerne selv, der er anonymiseret, hvorfor det ikke er deres rigtige navn, der findes efter hvert udsagn. Ligeledes er førerhundens køn, navn og race heller ikke nævnt. Hvert spørgsmål har deres egen lille konklusion. Efter gennemgang af selve materialet og delkonklusionerne, vil der være en opsamlende konklusion. Til sidst i redegørelsen forholder undersøgelsen sig til dens metode, validitet og reliabilitet, og der fremvises en samlende statistisk oversigt over hele undersøgelsen. Det statistiske materiale præsenteres i form af en illustration og ren tekst til synstolkning for de blinde og svagsynede brugere, der læser denne undersøgelse.



## Følelsen af frihed

Begrebet frihed adskiller sig i denne undersøgelse fra politisk frihed, og skal opfattes som individets frihed til at opnå visse mål, uden at det er forbundet med tvang eller afhængighed af andre. Frihedsbegrebet lægger sig således op ad eksistentialismen hvor individet er frit, når og hvis det har en fri vilje. At have frihed og føle sig fri har afgørende betydning for individets selvværd, selvtillid, livsmod og livsglæde. En forringet frihed kan medføre depression, angst og selvmordstanker.

### Udsagn fra førerhundbrugere omkring førerhund og frihed

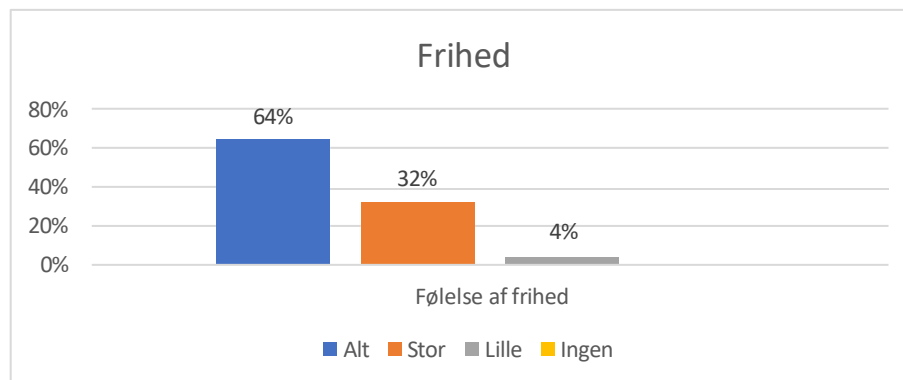
*Det er fordi, du altid har muligheden for at gå et eller andet sted hen, uanset om du så er kendt der eller ej. Det har jo også noget at gøre med, at selv kendte steder kan forandre sig. Det der også er i det er, at det giver en mentalt frihed / tryghed, når hunden er med, fordi du altid kan bevæge dig rundt. Det er trygheden, der giver den mentale frihed. - Hans*

*Det giver mig frihed og selvstændighed. - Lise*

*Det er jo det hele en tryghed – jeg kan selv komme afsted, til hvad jeg vil, og hvornår jeg har brug for det uden hjælp fra seende assistance. - Claus*

### Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for frihedsfølelsen

Alt 64%, Stor 32%, lille 4%



### Førerhundens betydning for følelsen af frihed

Hele 96 % af de adspurgte førerhundbrugere tillægger førerhunden betydningen ”alt” eller ”stor” for følelsen af frihed. Følelsen af den frihed, en førerhund giver en blind eller svagsynet, er bl.a. forbundet med følgende faktorer:

- Uafhængighed af seende assistance.
- Muligheden for at kunne bevæge sig derhen, hvor man gerne vil, når man vil.
- Trygheden i at have en frihed som seende giver mental frihed, selvsikkerhed og selvstændighed.



## Førerhundens betydning for deltagelse i sociale aktiviteter

Mange blinde og svagsynede er, ifølge en undersøgelse foretaget af VIVE, Det nationale forsknings- og analysecenter for velfærd<sup>1</sup>, en gruppe, der er mere isolerede og ensomme end andre. Humanistisk forskning viser, at deltagelse i sociale aktiviteter og at være sammen med andre mennesker, er yderst vigtigt for ens selvværd, livsglæde og livsmod. Det at deltage i sociale aktiviteter og være sammen med andre mennesker kan forebygge angst og depression.

### Udsagn omkring førerhundens betydning for deltagelse i sociale aktiviteter

*Det er igen det der med, at jeg kan tage op til min spille-café og mødes med mine kammerater, besøge en veninde. Jeg har sagt stor og ikke alt, da jeg jo godt kan tage ud og spise, uden at have den med. – Claus*

*Bare det at jeg kan gå ind til byen, så møder jeg nogen, jeg kan snakke med. Jeg har den også med til foredrag osv. så den har stor betydning. Når jeg er ude og handle, ser de (andre handlende) den jo også, og så kommer man i snak med nogen. De spørger til hunden - nej hvor er den sød. Uden hund snakker folk ikke til en, de ved ikke hvad de skal sige. - Lise*

*Før har jeg ikke rigtig deltaget i så mange sociale aktiviteter. Men efter min førerhund har jeg fået meget mere mod på det. Det er nemmere at komme i kontakt med mennesker, og jeg føler mig mere selvsikker, når jeg har min hund med, og også selvstændig vil jeg sige. -*

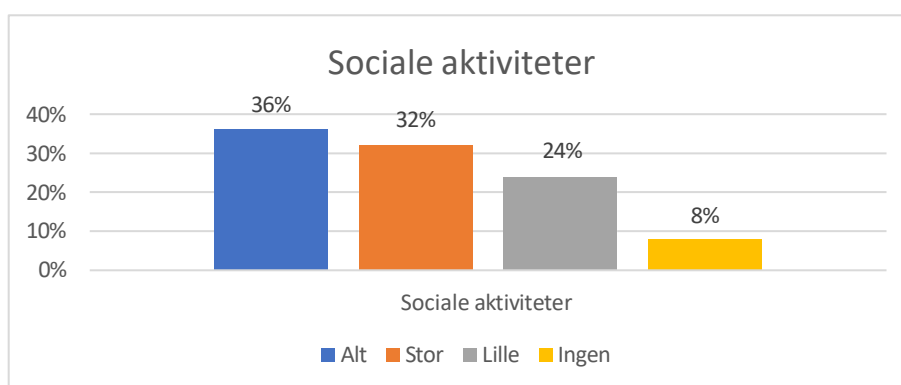
**Susanne**

*Det er hunden, der gør det så meget lettere at være med i næsten alt, hvad jeg foretager mig -*

**Peter**

### Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for deltagelse i sociale aktiviteter

Alt 36%, Stor 32%, Lille 24% Ingen 8%



<sup>1</sup> <https://www.vive.dk/media/pure/6837/1046661>



## Førerhundens betydning for deltagelse i sociale aktiviteter

68% af de adspurgte førerhundeburgere tillægger hunden betydningen "alt" eller "stor" for deres deltagelse i sociale aktiviteter. Ved analyse af brugerens begrundelse for scoren kan man se, at en førerhund, ud over det at de kan komme til en social aktivitet uden ledsager, også har følgende sociale fordele:

- Den gør det lettere at komme i kontakt med andre mennesker. Når en blind eller svagsynet går med mobilitystok, ved folk ikke hvad de skal sige, men er der en førerhund med, mindskes barrieren mellem seende og ikke seende, og hunden bliver omdrejningspunktet for samtalen.
- Den giver mod på at deltage i sociale aktiviteter.
- Kontakten handler ikke om begrænsningen eller handicapet, men om noget der er et fælles tredje.

## Førerhundens betydning for accept af synshandicap

IBOS-instituttet for blinde og svagsynede definerer synshandicap som:

*Et synshandicap defineres som nedsat syn, man ikke kan korrigere med briller, kontaktlinser, lup, kikkert eller andre hjælpemidler. Synshandicap er en samlet betegnelse for svagsynet, stærkt svagsynet, blind med lyssans eller total blindhed. Et synshandicap kan ikke udelukkende defineres ved en diagnose fra lægen som f.eks. grøn stær eller ved at se på en persons synsstyrke. Det kan være meget forskelligt, hvad mennesker med den samme synsstyrke kan og ikke kan. Derfor er man også nødt til at se på den enkeltes funktionsevne, og hvordan man klarer forskellige situationer i hverdagen.*

At have accepteret sit synshandicap har stor betydning for ens selvbillede, og for at kunne komme til at leve det liv man gerne vil.

## Udsagn omkring førerhundens betydning for accept af synshandicap

*Det er ikke særlig fedt at gå med stok. Det kan virke afskrækkende på andre mennesker, og de ved ikke, hvad de skal sige til en. Hvorimod med en førerhund er hjælpemidlet blevet til noget positivt, som mange er interesseret i og gerne vil høre mere om. Før kunne jeg godt flove mig over at gå med stok, men jeg flover mig ikke over at gå med min førerhund. Min førerhund er det eneste gode, der er kommet ud af mit synshandicap. Så det hjælper til at accepterer synshandicappet. - Tanja*

*Hunden er mine øjne, så det har meget stor betydning. – Hans*

*På grund af førerhunden kan jeg stadig have et 90 procent normalt liv. – Torben*

*I dag har det ingen betydning, men det havde det da jeg var ung, og skulle vælge hvordan jeg ville komme rundt. Jeg ville ikke have en stok, fordi så jeg var jeg meget synlig, men i dag tænker jeg aldrig over det. – Hanne*

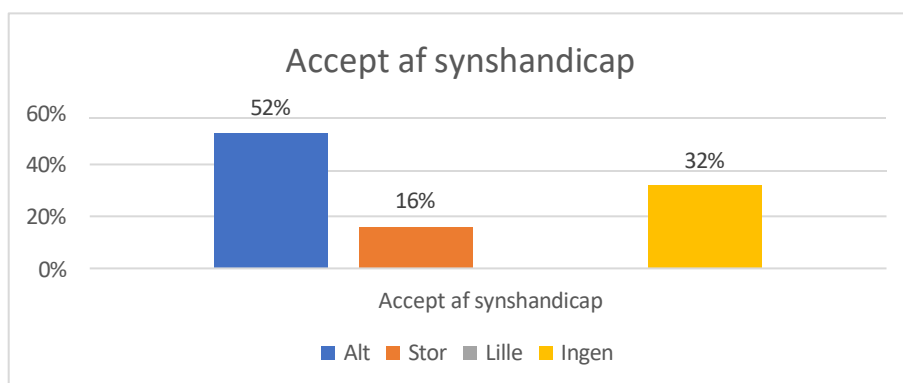


*Fordi man tænker ikke over, at man har noget med sit syn, når man går med en førerhund. Så kan man bedre acceptere det. – Pia*

*Det er stort, jeg er ikke berørt af at skulle vise jeg er svagsynet mere. – Benny*

Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for accept af synshandicap

Alt 52%, Stor 16%, Ingen 32%



## Førerhundens betydning for accept af synshandicap

68% af de adspurgte førerhundebrugere svarede, at førerhunden havde betydningen "alt" eller "stor" i forhold til, at de har kunnet acceptere deres synshandicap. 32% svarede, at det ingen betydning havde – her er det interessant at lægge mærke til, ift. førerhundens betydning for at acceptere sit synshandicap, at af de 32% (i alt 8 respondenter), er 28% (svarende til 6 respondenter) født blinde, de sidste 4% (svarende til to respondenter) har mistet deres syn i barndommen, længe før de fik førerhund. Det ser således ud til, at en førerhund kan være med til at lette processen ift. at acceptere sit synshandicap, hvis handicappet kommer når man er voksen. Analysen viser desuden, at førerhunden hjælper den blinde eller svagsynede med at komme overnes med sit handicap idet den giver:

- Øget frihedsfølelse.
- Giver selvtillid og sikkerhed.
- Fjerne barriere så brugeren føler sig næsten lige som "normal" som seende.
- Fjerner følelsen af flovhed ved ikke at være som andre.

## Førerhundens betydning for fysisk velbefindende

Fysisk velvære handler om kroppens sundhed, lyst til bevægelse, kondition og overvægt. God fysisk velvære er med til at forebygge træthed, ondt i maven, ondt i hovedet og stress. Blinde og svagsynede har, som følge af deres synshandicap og som forskningsundersøgelsen ved VIVE har





kunnet dokumentere, ofte forhøjet BMI, som er forbundet med risiko for øget blodtryk, blodpropper og diabetes. Et fysisk aktivt liv har stor betydning for det enkelte menneskes fysiske sundhed og dermed også livskvalitet.

## Udsagn omkring førerhundens betydning for fysisk velbefindende

*Nu går jeg flere lange ture hver dag, hvilket jeg ikke gjorde før, og det kan jeg mærke er godt for mig. Jeg har også fået mere struktur på min døgnrytme, så det hjælper mig også meget – det at jeg skal op om morgenen, og ud at gå med hunden, så kommer der ligesom en struktur, som er rigtig god – jeg kan ikke sidde oppe hele natten, for jeg ved jeg skal op om morgenen, så det hjælper mig rigtig meget. Så jeg er begyndt at være meget mere udenfor, for det er ligesom naturligt, og det er rigtig godt for mig, og jeg kan bedre og bedre lide det. -*

**Susanne**

*Jeg kan løbe med den. Jeg løber 3 gange om ugen hver aften, og jeg kan komme ud og gå mine lange ture, og det er virkelig vigtigt for min kondi. –* **Torben**

*Førerhunden er med til, at jeg næsten har tabt mig 12 kg. Så der har min hund en stor betydning, det er den der har hjulpet med det. –* **Hanne**

*Den gør jeg kommer ud og løbe og får luft. –* **Peter**

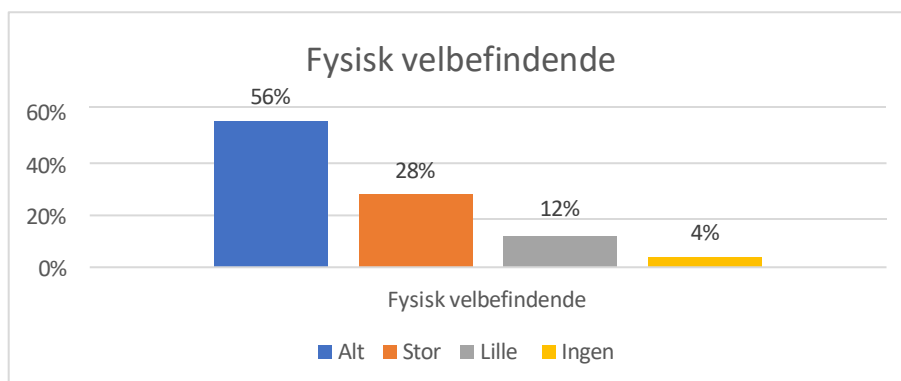
*Jeg får noget mere motion end hvis jeg ikke havde min førerhund. For at sige det ligeud den får mig op af sofaen. –* **Claus**

*Jeg har mange flere kræfter nu – jeg kan gå længere og har fået en bedre balance. -* **Søren**

*Jeg bliver rastløs hvis jeg ikke kommer ud at gå. Jeg elsker at komme ud og gå tur også bare luftture. Det nyder jeg. Efter jeg fik førerhund, har jeg tabt mig rigtig meget. –* **Pia**

## Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for fysisk velbefindende

Alt 56%, Stor 28%, Lille 12%, Ingen 4%





## Førerhundens betydning for fysisk velbefindende

84% af de adspurgte førerhundbrugere tillægger førerhunden betydningen ”alt” eller ”stor” ift. at have et godt fysisk velbefindende. Analysen af udsagn viser, at førerhunden ikke alene er med til at opbygge et fysisk aktivt liv, men også er med til at skabe struktur på hverdagen. Førerhunden bidrager således til:

- Øget motion.
- Øget kondition og adgang til nye motionsformer som f.eks. løb.
- Forbedret struktur på hverdagen.
- Bedre balance i livet.
- Forbedret BMI.
- Muligheden for at opleve og være en del af naturen.

## Førerhundens betydning for psykisk velbefindende

Psykisk velbefindende er forbundet med både krop og sind. Psykisk velvære har stor betydning også for vores fysiske velvære. Forskning viser, at vores immunforsvar påvirkes negativt, når vi har det psykisk dårligt. Det at føle sig godt tilpas og have det godt med sig selv og vores omgivelser, samt have betydningsfulde relationer til andre, har stor betydning for, hvordan vi har det, og hvad vi kan få ud af livet. Psykisk velbefindende handler om at føles sig tilfreds, om at føle glæde og kunne gøre nogle af de ting man har lyst til og gerne vil. Dårligt psykisk velbefindende påvirker vores selvtillid og selvværd, og kan i værste tilfælde medfører angst og depressioner. Blinde og svagsynede er, som nævnt tidligere, ofte mere ensomme og isolerede, hvilket i høj grad påvirker deres psykiske velbefindende negativt.

## Udsagn omkring førerhundens betydning for psykisk velbefindende

*Det er mindst tre – alt er lige voldsomt nok. Det ene er, at man har det med at glemme, hvad den betyder, indtil den ikke er her mere. Jeg bor alene, så det er det med, at den er glad for at se mig. Fordelen ved at have hunden med er, når du sidder alene, kan man snakke lidt med den, man møder andre med hund, og så kan vi snakke lidt om det. Bare det at se en hund, der løber rundt og er glad, bliver man selv glad af. Du bliver aldrig rigtig glad, når du går med nogen eller stokken, men det at tage sin hund i bøjle og bare gå afsted, det er glæde. Der er ikke nogen af de andre måder at bevæge sig rundt på, der er godt på samme måde. – **Torben***

*Før jeg fik min førerhund, havde jeg det psykisk meget dårligt. Jeg var deprimeret og stresset og angst for mange ting. Men det har min førerhund hjulpet meget på, den giver mig en ro og en selvsikkerhed. – **Ida***

*Jeg føler jeg er et overskudsmenneske, det ville jeg også have været uden førerhund. Jeg har det bare sjovere med en førerhund – den kan få mig til at grine, og den skaber også kontakt med mennesker. Den har betydet at jeg har fået andre venner – hundevenner. Den betyder alt for det, at jeg har en at tage mig af – det tror jeg betyder noget for alle. Jeg har en hund jeg*



*kan tage mig af, det er ekstremt vigtigt for alle. Her i Coronatiden kan man se hvor hårdt andre har haft det, de må ikke komme ud og til selskaber. Der har jeg haft min førerhund, så det har ikke betydet det store for mit psykiske velbefindende. Der er en der har brug for mig, der skal have mad, og på den måde holder det mig i gang og frisk på den psykiske måde. Som blind der føler man sig nogle gange meget handicappet, f.eks. jeg har brug for andre mennesker og deres hjælp osv. men når der kommer en førerhund ind ad døren, er der en der har brug for mig som jeg skal gøre noget for – så det er modvægten og skaber balance ift. at der er en der har brug for mig. Man får vækket ens kærlighed. Vi får kærlighed fra en hund, den lever i nuet, og der er kun i nuet og være i. At man kan give den form for kærlighed, er sundhed – psykisk sundhed, lige så vel som det er fysisk sundhed. – Dorte*

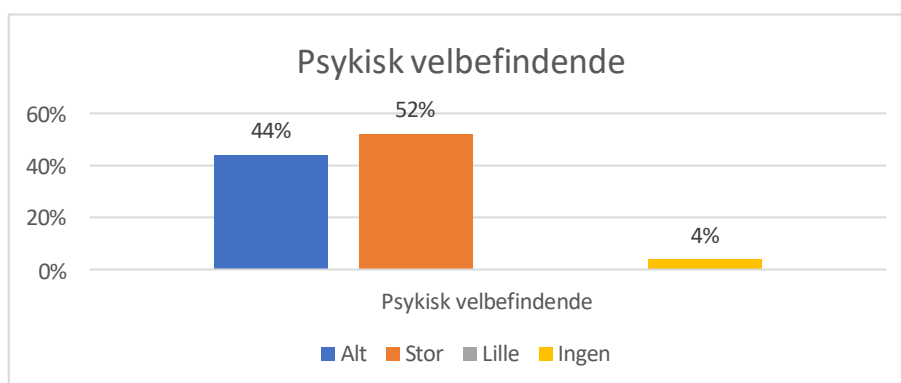
*Det at have en førerhund er det der giver mening for mig. Havde jeg ikke den, var jeg her ikke længere. – Poul*

*Havde jeg ikke den førerhund var jeg ikke sikker på jeg var her. - Hans*

*Jeg synes altid, at mens jeg har haft førerhund, så har jeg haft det fortrinligt. - Peter*

Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for psykisk velbefindende

Alt 44%, Stor 52%, Ingen 4%



## Førerhundens betydning for psykisk velbefindende

Hele 96% af de adspurgte førerhundebrugere tillægger førerhunden betydningen ”alt” eller ”stor” ift. deres psykiske velbefindende. Analysen viser, at nogle førerhundebrugere tillægger førerhunden så stor betydning, at de ikke mener de ville være her, hvis ikke de havde deres hund. De faktorer der gør sig gældende ift. forbedret psykisk velbefindende når man har en førerhund er:

- Mindre ensomhed.
- Øget mulighed for social omgang med andre.
- Øget lyst til livet.
- At være betydningsfuld.



- Mindsker stress, angst og depression.
- Øget ro og selvsikkerhed.
- Større livsglæde.
- Der er en, der har brug for en.

## Førerhundens betydning for familieliv

At have en familie eller et familieliv er forbundet med, at man har en relation til nogle mennesker der står en nært og, som hvis det er en god relation, både har betydning for ens psykiske velbefindende, ens selvopfattelse og livsglæde. Samtidig er familielivet også noget der kræver opmærksomhed og overskud. En førerhund er foruden et hjælpemiddel også en helt almindelig hund, der skal indgå i familien og være en del heraf.

### Udsagn omkring førerhundens betydning for familieliv

*Det er det her med, at jeg ikke er så træt. Jeg har nemmere ved at hente mine børn. Vi får jo også det sociale sammen ved at lege med hunden og træne med hunden. – Trine*

*Den har en stor betydning for mine børn og min steddatter og børnebørn. – Jens*

*Det er både min kone og selvfølgelig også mine forældre. Da min mormor levede endnu, var hun også glad for min førerhund. For min kone er det trygt, når hun er alene hjemme, og hun elsker også at snakke og hygge med ham. Mentalt betyder han så meget for vores familie. -*

**Preben**

*At jeg kan følge børn til diverse aktiviteter – Lise*

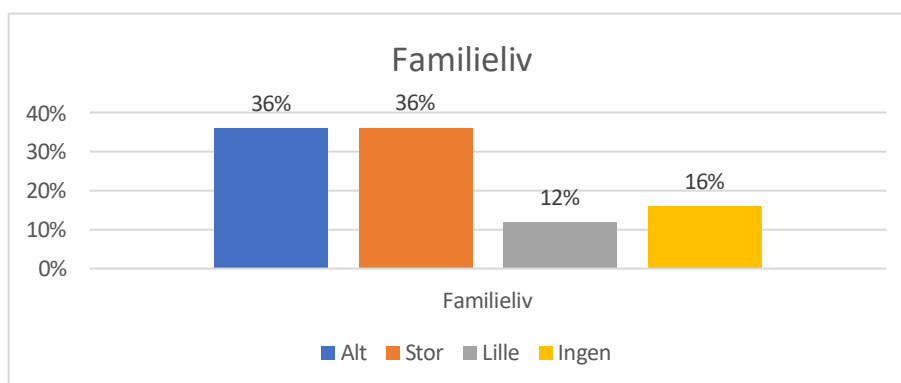
*Den er med til at jeg bliver et selvstændigt menneske, og ikke er afhængig af så megen hjælp fra min familie som jeg ellers ville være - Claus*

*Stor betydning min familie er også glad for den. Når den ikke har bøjle på, er den almindelig hund og de leger i haven med den og sådan noget. Den skal have lov til at være hund. -*

**Hanne**

### Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for familieliv

Alt 36%, Stor 36%, Lille 12%, Ingen 16%



## Førerhundens betydning for familieliv

72% af de adspurgte tillægger førerhunden betydningen "alt" eller "stor" for deres familieliv. Analysen peger på, at det især er der, hvor førerhunden ikke agere førerhund, men er en helt almindelig hund, som er en del af familien, og noget man kan være fælles om, samt det, at den giver overskud til at kunne give familien den opmærksomhed, der er behov for, f.eks. at hente børn. Samtidig viser undersøgelsen også, at unge mennesker med et synshandicap får lettere ved at blive selvstændige, og få et liv uden at være så meget afhængig af deres familie, end de ellers ville være.

## Førerhundens betydning for overskud i hverdagen

At have overskud i hverdagen handler både om energi og mentalt overskud. Livsglæde er ofte forbundet med glæde, og det at have overskud i hverdagen. Manglende overskud giver sig udslag i træthed og forringet livskvalitet. Det kan være svært at overkomme hverdagens gøremål og deltagelse i sociale aktiviteter. Manglende overskud kan føre til isolation og ensomhed og depression. Blinde bruger som udgangspunkt den hvide stok, også kaldet mobilitystokken, når de skal finde rundt på egen hånd. Stokken giver information om de nære omgivelser, som belægning, kanter m.m. Samtidig har stokken en synlig effekt, idet den gør omgivelserne opmærksomme på, at personen har en synsnedsættelse. Det er dog den blinde selv, der via stokken, skal finde uden om forhindringer m.m. Mobilitystokken kræver megen overskud og energi, og har den betydning, at den blinde eller svagsynede stor set har opbrugt deres energi, pga. behovet for øget koncentration, når de når fra A til B. Førerhunden overtager så og sige stokkens opgave, og bliver brugerens øjne på den måde, at den bl.a. leder den blinde uden om forhindringer og vejarbejde. Det er dog stadig brugeren selv, der skal have styr på, hvor vedkommende er og om det f.eks. er sikkert at krydse gaden.

## Udsagn omkring førerhundens betydning for overskud i hverdagen

*Det har den, fordi du skal ikke gå og koncentrere dig om alt muligt forskelligt – du skal ikke bruge alle dine kræfter på at finde vej – 80 % af det skal hunde jo gerne klare. - Peter*



*Giver mig overskud til at klare de andre ting, jeg også skal have klaret, fordi det ikke er et problem at bevæge sig. - Torben*

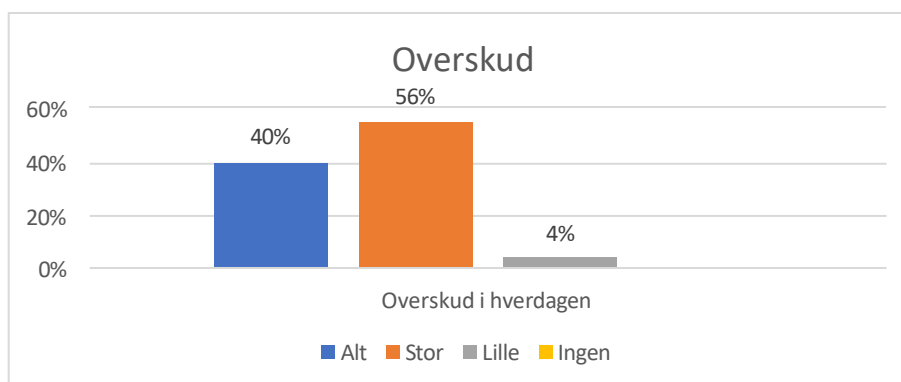
*Den giver den frihed til, at man kan have overskud til at gå op og handle, eller gå en eller anden tur, også ture hvor man måske ikke er så kendt. Jeg var sådan en, før jeg fik min førerhund, der planlagde alt ned til mindste detalje, når jeg skulle ud at gå. Skulle jeg et fremmes sted hen, fik jeg min kæreste til at køre turen, for at se om der var noget jeg skulle passe på – det gør jeg ikke mere. – Mette*

*Det er sådan på flere planer. Der er det rent praktiske at føre, så jeg ikke skal bruge så meget energi på at komme det ene sted og det andet, så jeg har mere tid til det jeg tager ud for. Og så også rent psykisk, bare det med at have den der glade hund om sig – det smitter af på energien. Jeg har noget godt at stå op til hver dag. - Hanne*

*Hvis jeg ikke kan komme ud og gå, som jeg kan med en førerhund, ville jeg leve et helt andet liv, som ville være dårligere. - Lars*

Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for overskud i hverdagen

Alt 40%, Stor 56% Lille 4%



Førerhundens betydning for overskud i hverdagen

96% af de adspurgte førerhundebudgere tillægger førerhunden betydningen "alt" eller "stor" for at de har overskud og energi i hverdagen. Det at have en førerhund har utrolig stor betydning for den blinde eller svagsynedes overskud ift. både hverdagsliv, arbejdsliv og socialt liv, idet førerhunden frigiver ressourcer til brugeren som derved oplever:

- Mindre træthed end ved brug af mobilitistokken.
- Færre barrierer ved at bevæge sig ud.
- Mindre planlægning og stress.
- Mere overskud til børn og andre opgaver.



## Arbejdsliv

At have et arbejdsliv har stor betydning for et menneske. Flere studier og undersøgelser har vist, at det at indgå i sociale sammenhænge i forbindelse med et arbejde, at have en arbejdsidentitet og at være økonomisk uafhængig, har stor betydning for vores selvværd, selvtillid, selvforståelse og oplevelsen af frihed. Mulighederne for at blive en del af arbejdslivet afhænger ikke kun af uddannelsesniveau, men også i muligheden for, helt praktisk, at kunne komme fra A til B, samt have overskud og energi nok til at udføre sine arbejdsopgaver, noget som seende ikke skænker en tanke, men som er noget blinde og svagsynede skal håndtere og overkomme dagligt, hver gang de skal noget uden for hjemmet.

### Udsagn omkring førerhundens betydning for et arbejdsliv

*Jeg havde ikke kastet mig ud i et arbejdsliv, hvis ikke jeg havde fået min førerhund. - Heidi*

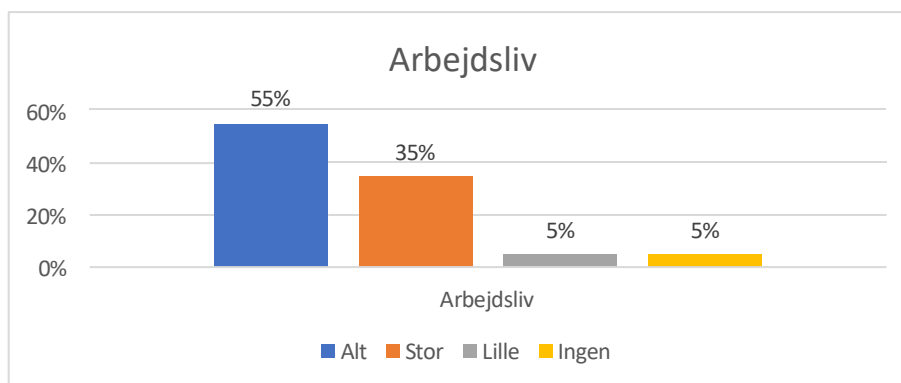
*Jeg havde ikke kunne bestride det job uden at have min hund. Jeg kunne simpelthen ikke komme frem til mit job transportmæssigt uden min hund. Ingen hund intet arbejde. - Jens*

*Jeg har jo et hårdt fysisk arbejde. Jeg er fysisk og psykisk på når jeg arbejder. Her hvor jeg ikke har førerhund, så kan jeg ikke finde hjem, hvis jeg har arbejdet med hårdt fysiske materialer. Jeg er helt færdig, og ved ikke altid hvor jeg er – jeg kan fare vild i en telefonboks, når jeg er træt. Jeg har et meget større overskud, når jeg har hund, og kan hente mine børn. Så det her med at ikke skulle tænke så meget over at finde rundt, betyder rigtig meget for mig. - Trine*

*Hvis jeg ikke havde muligheden for at have en førerhund, ville jeg ikke have et arbejde. Og det betyder rigtig meget for mig og min identitet, at jeg har det og kan det. Hvorfor jeg ikke lige kan tage på arbejde uden hund er, at det jeg ville bruge alt for mange ressourcer på. Man skal helst være kvik, når man møder på sit arbejde. - Ida*

### Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for et arbejdsliv

Alt 55%, Stor 35%, Lille 5%, Ingen 5%





## Førerhundens betydning for et arbejdsliv

90% af de adspurgte førerhundebrugere tillægger førerhunden betydningen ”alt” eller ”stor” for, at de har et arbejdsliv. Analyse af udsagn forbundet med førerhundens betydning for arbejdsliv viser, at førerhunden er af afgørende betydning for varetalelsen af et job mht.:

- Det rent transportmæssige.
- Det at have overskud til at varetage ens jobfunktioner.
- Modet / troen på at man kan blive en del af arbejdslivet.

Desuden er det værd at bemærke, at beskæftigelsesgraden blandt førerhundebrugere hos BFO er større end for gruppen af blinde eller svagsynede. Undersøgelsen kan dog ikke sige om der er en sammenhæng mellem tilknytning til arbejdsmarkedet og førerhund som hjælpemiddel, eller førerhundordningen BFO.

## Førerhundens betydning for oplevelsen af trafiksikkerhed

Det at skulle bevæge sig ud i trafikken som blind eller svagsynet er ofte forbundet med stor usikkerhed, angst og barrierer. Flere oplever at slå sig på cykler smidt på fortovet, skilte, lygtepæle osv. Vejarbejde er den helt store udfordring, idet der både er en forhindring der er ukendt, men også fordi den blinde mister orienteringen ift. deres bestemmelsessted. Dette betyder at blinde og svagsynede, der bruger mobilitystok, ofte ikke er tilbøjelig til at bevæge sig ud, uden de absolut har behov for det.

## Udsagn omkring førerhundens betydning for oplevelsen af trafiksikkerhed

*Fordi jeg synes samfundet ser mig bedre, når jeg har førerhund. Biler og cykler er meget mere hensynsfulde, når jeg går med hund, de ser mig bedre end med stok. De er også bedre til at spørge mig, om jeg skal have hjælp, når jeg har hund. De snakker mere til mig i det hele taget. – Poul*

*Det er tæt på alt, men det er mig, der skal styre, og se om der kommer en bil. Den er god til at stoppe op og passe på mig. Hvis jeg ikke havde førerhunden med, var jeg nødt til at gå op i et farlig kryds, nu kan jeg gå en smutvej, som den kender – så derfor er den en mega stor sikkerhed for mig. – Anders*

*Jeg kommer sikker frem. Før kunne det godt, hvis jeg ramte ind i noget vejarbejde, ja så kunne det ligesom slå mig helt ud, så jeg ikke vidste, hvad jeg skulle gøre, og måtte tage hjem igen, men nu så ved jeg, at vi godt kan finde ud af det. Før når det var mørkt, kunne jeg slet ikke lide at gå ud, men nu føler jeg mig meget mere tryk ved det. Der er ting som når man går, som stokken ikke fanger, som man så godt kan ramle ind i, men det opdager hunde jo, og kan lede en udenom. - Randi*

*Det er fordi førerhunden sørger for, at man kommer helskindet gennem dagen derude. - Lise*

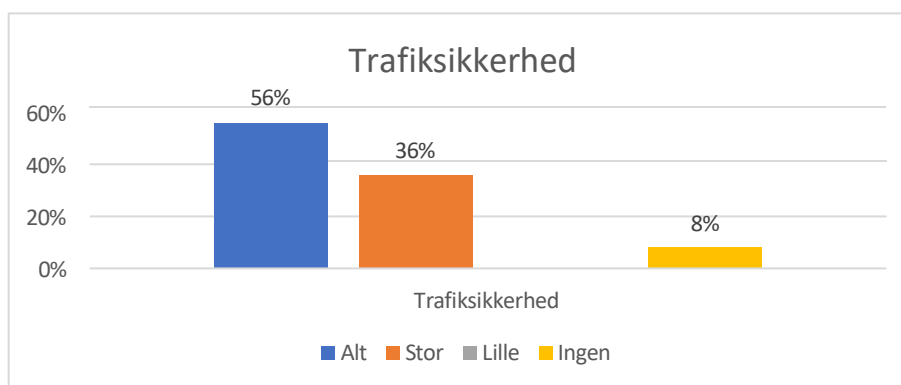




*Der er steder, jeg slet ikke går uden førerhund. Der er nogle lysreguleringer, jeg aldrig ville passere kun med stok. Jeg går nemlig en lille smule skævt, hvis jeg ikke har førerhund. Det ene er, at jeg går en lille smule skævt, men jeg er også så forsigtig anlagt, at jeg aldrig ville komme over, før det blev rødt. – Mette*

*Fordi – ja nu har du jo nok aldrig været i xx-by, for så ville du have vidst det. Når jeg går uden min hund, kolliderer jeg altid med samtlige lygtepæle, bænke cykler og alt muligt. Og det gør jeg aldrig når jeg går med hunden. Jeg har haft min hund i 3 år, og jeg har kun strejft noget 4 eller 5 gange, så du kan jo nok se det er en god ting. Før jeg havde hunden, var det en 3 til 4 gange om dagen. Sådan er det bare. - Karsten*

Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for oplevelsen af trafiksikkerhed  
Alt 56%, Stor 36%, Ingen 8%



## Førerhundens betydning for oplevelsen af trafiksikkerhed

92% af de adspurgte førerhundebrugere tillægger førerhunden betydningen "alt" eller "stor" ift. deres følelse af trafiksikkerhed. Analysen viser, at den øgede oplevelse af trafiksikkerhed, når man modsat stok går med førerhund, kan tillægges følgende faktorer:

- Hunden tager en uden om forhindringer.
- Hunden giver mental sikkerhed, før brugeren skal hjemmefra.
- Flere oplever, det er lettere at få hjælp af seende, når de har hund med modsat stok.
- Flere oplever, de er mere synlige i trafikken.
- Færre sammenstød og fysiske skader med skilte, cykler, bænke m.m.

## Førerhundens betydning for oplevelsen af stress ved at bevæge sig ud

Stress kan defineres som en tilstand, hvor omgivelsernes påvirkning overstiger en persons ressourcer, så vedkommendes velbefindende er truet. De fysiske symptomer på stress er stigning i blodtryk og puls, samt en øgning af fedt og sukker i blodet. De psykiske symptomer kan være



søvnløshed, anspændthed irritation m.m. Stress kan over længere tid føre til overbelastning af kroppen og i værste fald blodpropper, depression og angst. Hvis en blind eller svagsynet oplever stress, hver gang vedkommende skal bevæge sig ud, evt. flere dage i forvejen, kan det føre til isolation og ensomhed samt depression og angst og være en kæmpe barriere ift. at leve et liv med så stor livskvalitet som muligt.

## Udsagn omkring førerhundens betydning for stress ved at bevæge sig ud

*Forskellen fra at gå uden og med førerhund er kæmpestor, nu behøver jeg ikke stresse op. Jeg ved den hvier mig uden om tingene. Hvis jeg selv skulle gå, ville jeg spænde op, og skulle koncentrere mig helt vildt, og bruge alt min energi på at færdes. Går jeg i gågaden ville jeg blive usikker – overalt ville jeg blive usikker, det er jeg fri for nu. – Torben*

*Jeg bevæger mig ikke ud i trafikken uden min førerhund, eller en der kan se – Lise*

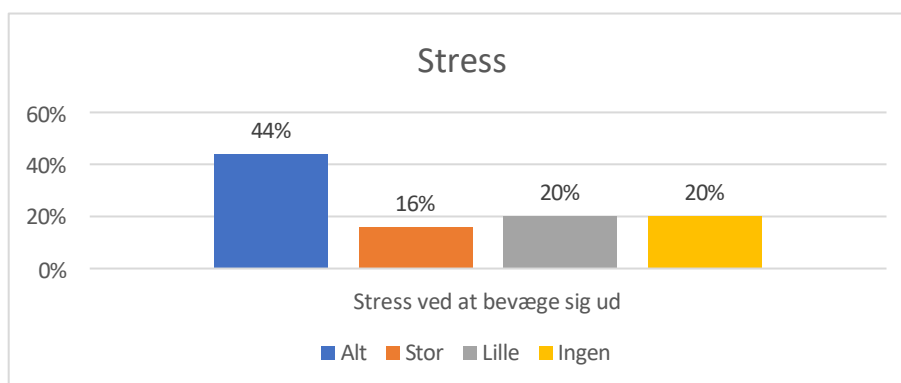
*Det er igen det med et vejarbejde, noget uforudset på turen, eller en tur jeg ikke kendte så godt, så kunne jeg stresse over det i flere dage, hvor nu kan jeg tage det mere roligt, og slappe af igen, fordi jeg ved, hunden nok skal hjælpe med at finde ud af det. - Dorte*

*Jeg oplever det aldrig stressende, når jeg går med min førerhund, også på steder som jeg ikke kender, for jeg er sikker på den løser det, hvis bare jeg ved hvor vi skal hen. – Iben*

*Jeg slapper mere af, når jeg går med førerhund. Uden den ville jeg spænde i min krop meget mere. Jeg slapper af i kroppen, når jeg går med min førerhund. - Ane*

## Den procentvise fordeling af førerhundens betydning for stress ved at bevæge sig ud

Alt 44%, Stor 16%, Lille 20%, Ingen 20%



## Førerhundens betydning for stress ved at bevæge sig ud

60% af de adspurgte førerhundebrugere tillægger førerhunden betydningen ”alt” eller ”stor” ift. at mindske stress ved at bevæge sig ud fra hjemmet. Analysen viser, at førerhunden særligt er med til at dæmpe og mindske stress ift.:

- Færdsel på nye steder.



- Tryghed og sikkerhed ved vejarbejde.
- Fjernelse af stress der opbygges flere dage før den blinde eller svagsynede skal bevæge sig uden for sit hjem.
- Fjernelse af usikkerhed ved at færdes.

## Førerhundens betydning – en samlet konklusion

Undersøgelsen viser meget tydeligt, at en førerhund er meget mere end et hjælpemiddel. Det at have en førerhund har enorm betydning for både den blinde eller svagsynedes trivsel og livskvalitet.

*Hvis jeg ikke kan komme ud og gå, som jeg kan med en førerhund, ville jeg leve et helt andet liv, som ville være dårligere. – Lars.*

*Jeg synes altid, at mens jeg har haft førerhund, så har jeg haft det fortrinligt. - Peter*

Førerhunden kan sikre både mental og fysisk sundhed, højne selvværd og selvtillid og dermed være det middel, der fjerner depression og angst.

*Før jeg fik min førerhund, havde jeg det psykisk meget dårligt. Jeg var deprimeret og stresset og angst for mange ting. Men det har min førerhund hjulpet meget på, den giver mig en ro og en selvsikkerhed. – Ida*

*Jeg kan løbe med den. Jeg løber 3 gange om ugen hver aften, og jeg kan komme ud og gå mine lange ture, og det er virkelig vigtigt for min kondi. – Torben*

*Førerhunden er med til, at jeg næsten har tabt mig 12 kg. Så der har min hund en stor betydning, det er den der har hjulpet med det. – Hanne*

Samtidig giver førerhunden muligheder for, at brugeren kan være en del af samfundet, have et socialt liv og et arbejdsliv, uden hjælp fra seende assistance.

*Bare det at jeg kan gå ind til byen, så møder jeg nogen, jeg kan snakke med. Jeg har den også med til foredrag osv. så den har stor betydning. Når jeg er ude og handle, ser de (andre handlende) den jo også, og så kommer man i snak med nogen. De spørger til hunden - nej hvor er den sød. Uden hund snakker folk ikke til en, de ved ikke hvad de skal sige. – Lise*

*Før har jeg ikke rigtig deltaget i så mange sociale aktiviteter. Men efter min førerhund har jeg fået meget mere mod på det. Det er nemmere at komme i kontakt med mennesker, og jeg føler mig mere selvsikker, når jeg har min hund med, og også selvstændig vil jeg sige. -*

**Susanne**

Førerhunden er så og sige det, der gør at den blinde eller svagsynede kan få et liv der minder så meget som muligt om en seendes.

*Pga. førerhunden kan jeg stadig have et 90 procent normalt liv. – Torben.*



*Det er stort, jeg er ikke berørt af at skulle vise jeg er svagsynet mere. – Benny*

Førerhunden har også den betydning, at den mindsker barrieren til omverdenen – den skaber sociale forbindelser til andre mennesker og er dermed facilitator for nedbrydningen af fordomme, ensomhed og isolation, som er det mange blinde eller svagsynede oplever, når de møder verden uden for deres hjem.

*Jeg føler jeg er et overskudsmenneske, det ville jeg også have været uden førerhund. Jeg har det bare sjovere med en førerhund – den kan få mig til at grine, og den skaber også kontakt med mennesker. Den har betydet at jeg har fået andre venner – hundevenner. – Dorte*

Førerhunden har afgørende betydning, både ift. at sikre mental/fysik sundhed, mulighederne for at deltage i sociale aktiviteter og opnå et arbejdsliv. Jævnfør VIVE's undersøgelse af blinde og svagsynedes udfordringer og barrierer, målt ved sammenligning af mennesker uden et handicap, er førerhunden den, der har størst succes med at nedbryde disse barrierer, så blinde og svagsynede netop kan komme til at leve et liv med så megen frihed og selvstændighed som muligt.

Førerhunden har en afgørende betydning for den blinde og svagsynedes liv, en betydning som er så afgørende, at den lige præcis er *den* forskel, der sikrer et godt liv på både det mentale og fysiske plan.

*Det er den fordi, du altid har muligheden for at gå et eller andet sted hen, uanset om du så er kendt eller ej. Det har jo også noget at gøre med, at selv kendte steder kan forandre sig. Det der også er i det, er at det giver en mentalt frihed / tryghed, når hunden er med, fordi du altid kan bevæge dig rundt. Det er trygheden, der giver den mentale frihed. - Hans*

Førerhunden er ikke alene den blindes eller svagsynedes bedste ven, den gør forskellen mellem et godt og dårligt liv, og for nogen den der sikrer livet og brugerens eksistens.

*Det at have en førerhund er det der giver mening for mig. Havde jeg ikke den var jeg her ikke længere. – Poul*

*Havde jeg ikke den førerhund var jeg ikke sikker på jeg var her. – Hans*

Citater der rummer det hele:

*Med førerhund kan jeg bevæge mig rundt, i det tempo som jeg gerne vil gå i. Undgå diverse forhindringer, vejarbejde, cafe borde og stole som gerne må dække det halve af et fortov. Skilte og sådan noget. En bil der har parkeret på et fortov, ting der er tabt eller glemt fx skateboard og andet. Alene det – jeg er ikke en person der er nervøs – men det giver en fantastisk frihed, når man bare kan piske afsted, og ved der er styr på det. Undgår at løbe ind i en glasdør, der ikke har tænkt sig at åbne. At når man bruger stok, bruger man meget energi på at bevæge sig, finde vej, undgå alle de forhindringer der er nævnt, man er derfor meget mindre træt når man kommer frem til arbejde, sammenkomster, sociale fællesskaber osv. Det er en fantastisk frihed, som jeg slet ikke var klar over, at jeg havde mistet da jeg brugte stok. Jeg blev langsommere, og irriteret over at jeg ikke bare kunne gå i det tempo jeg gerne ville. Jeg tænker overhovedet ikke på det, når jeg bevæger mig rundt med min førerhund. Hvis jeg har lyst til at gå, så går vi bare – den der uafhængighed – man ville ikke bare*



*gå en tur før, der ville man blive nødt til at arrangere det med nogen. Hvis jeg ikke havde førerhund, ville jeg formentlig ikke komme ud at gå særlig tit, men kun når jeg skulle noget. - Børge*

*Den giver jo en anden form for tryghed end en mobilitystok – den er jo de øjne du mangler og det er din stok ikke. Man knytter sig jo til de her hunde, det er ikke kun en hjælper, det er en del af en selv. Det er din bedste ven et eller andet sted. – Tanja*



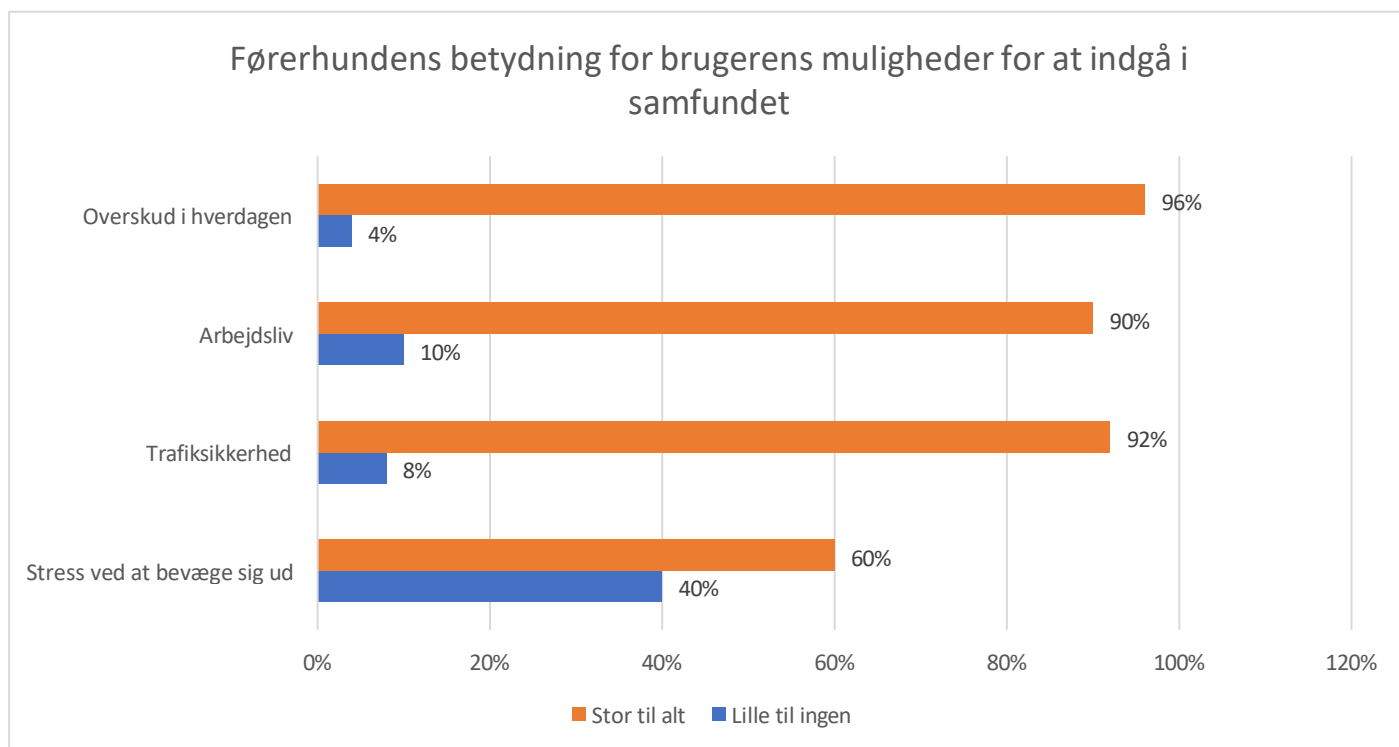
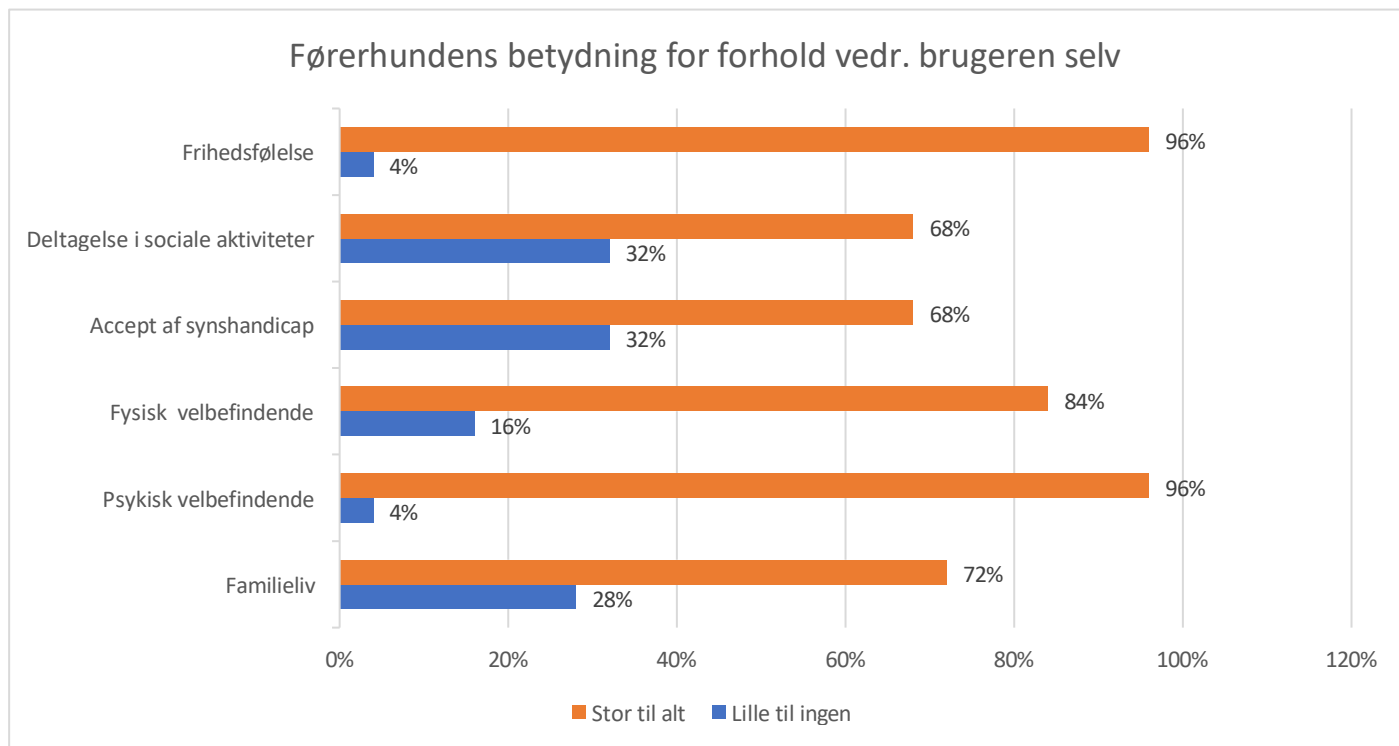


Nedenstående liste viser hvilken indvirkning og betydning en førerhund har på en blind eller svagsyneds liv.

- Uafhængighed af seende assistance.
- Muligheden for at kunne bevæge sig derhen hvor man gerne vil, når man vil.
- Trygheden i at have frihed, som giver mental frihed, selvsikkerhed og selvstændighed.
- Den gør det lettere at komme i kontakt med andre mennesker.
- Den giver mod på at deltage i sociale aktiviteter.
- Nedbryder handicappet og fordomme
- Øget frihedsfølelse.
- Giver selvtillid og sikkerhed.
- Fjerner barrierer så brugeren føler sig næsten lige så "normal" som seende.
- Fjerner følelsen af flovhed ved ikke at være som andre.
- Øget kondi og adgang til nye motionsformer som f.eks. løb.
- Forbedret struktur på hverdagen.
- Bedre balance i livet.
- Forbedret BMI.
- Muligheden for at opleve og være en del af naturen.
- Mindre ensomhed.
- Øget lyst til livet.
- Giver brugeren følelsen af at være betydningsfuld.
- Mindsker stress, angst og depression.
- Øget ro og selvsikkerhed.
- Større livsglæde.
- Mindre træthed end ved brug af mobilitistokken.
- Færre barrierer ved at bevæge sig ud.
- Mindre planlægning og stress.
- Mere overskud til børn og andre opgaver.
- Det rent transportmæssige.
- Det at have overskud til at varetage ens jobfunktioner.
- Modet / troen på at man kan blive en del af arbejdslivet.
- Hunden tager en uden om forhindringer.
- Hunden giver mental sikkerhed før brugeren skal hjemmefra.
- Flere oplever det er lettere at få hjælp af seende, når de har hund med modsat stok.
- Flere oplever, de er mere synlige i trafikken.
- Færre sammenstød og fysiske skader med skilte, cykler, bænke m.m.
- Færdsel på nye steder er mindre stressende.
- Tryghed og sikkerhed ved vejarbejde.
- Fjernelse af stress der opbygges over flere dage, før brugeren skal uden for huset.
- Fjernelse af usikkerhed ved at færdes.



Statistisk oversigt over førerhundens betydning for brugeren selv og dennes deltagelse i samfundet.





## Metode

Undersøgelsen er foretaget blandt foreningens egne brugere. Undersøgelsen er foregået ved telefonisk interview. Forud for interviewet har der været sendt en mail til brugeren ift. undersøgelsen og dens formål samt frivilligheden ved at deltage. Undersøgelsen er anonym. Brugeren er blevet stillet et spørgsmål der både skulle besvares ud fra en 4 trins skala med efterfølgende uddybelse. Uddybelsen er blevet skrevet ordret ned og efterfølgende læst op for brugende til verificering af udsagnet. 4 trins skalaen er ens gennem hele undersøgelsen og ser således ud:

1    2    3    4

Ingen betydning    Lille betydning    Stor betydning    Betyder alt

Spørgsmålene der skulle besvares, var følgende.

1. Hvilken betydning har din førerhund for din følelse af frihed?
2. Hvilken betydning har din førerhund for din deltagelse i sociale aktiviteter?
3. Hvilken betydning har din førerhund ift. at acceptere dit synshandicap?
4. Hvilken betydning har din førerhund for dit fysiske velbefindende?
5. Hvilken betydning har din førerhund for dit psykiske velbefindende?
6. Hvilken betydning har din førerhund for dit familie/familieliv?
7. Hvilken betydning har din førerhund for dit overskud i hverdagen?
8. Hvis du har arbejde - hvilken betydning har din førerhund for dit arbejdsliv?
9. Hvilken betydning har din førerhund for din følelse af trafikikkerhed?
10. Hvilken betydning har din førerhund for din oplevelse af stress ved at bevæge dig ud?
11. Er der andre betydninger mht. det at have førerhund jeg ikke har spurt om, og som du gerne vil tilføje?

Undersøgelsen benytter sig af metodetriangulering og tager således både afsæt i en naturvidenskabelig tilgang, idet svaret udtrykkes i et tal på en fire trinsskala, udtryk for, at betydningen af en førerhund kan måles og vejes og gøres op i statistisk materiale og en humanistisk videnskabsforståelse, idet den har et ønske om at forstå betydningen af det at have en førerhund, når man har et synshandicap. Betydningen og forståelsen tager afsæt i humanistisk psykologi, hvorfor der spørges ind til sociale, fysiske og psykiske faktorer vedrørende det at have en førerhund.

Data er bearbejdet ud fra de indsamlede udsagn ud fra et spørgeskema efterfulgt af et interview efter hvert svar. Ved både at anvende den naturvidenskabelige- og humanistiske videnskabsforståelse bliver metodetriangulering muligt. Dette giver mulighed for både at kunne fremvise fysiske hårde data ift. den procentvise betydning inden for et givent spørgsmål – og bløde data indsamlet via interview og anvendt som efterfølgende empiri i form af udsagn til undersøgelse af at forstå betydningen af en førerhund. Det bliver således muligt at forstå, hvad der ligger bag en evt. score for både seende og andre læsere af denne undersøgelse.





Spørgsmålene og deres svar er i det analytiske arbejde inddelt i to grupper, alt efter om det vedrører faktorer vedrørende brugeren selv herunder fysisk, psykisk og mentalt, eller faktorer fra ydre påvirkninger som har betydning for brugerens mulighed for færden og deltagelse i samfundet. Opdelingen er valgt for at tydeliggøre førerhundens betydning på det hhv. personlige og samfundsmæssige niveau. Dette vel vidende, at de to forhold står i et dialektisk forhold, forstået på den måde, at forhold vedrørende brugeren selv kan påvirke opfattelsen af forhold vedrørende ydre faktorer og omvendt.

Gruppe 1: Omhandlende førerhundens betydning for forhold vedrørende brugeren selv: frihedsfølelse, deltagelse i sociale aktiviteter, accept af synshandicap, fysisk og psykisk velbefindende samt familieliv.

Gruppe 2: Omhandlende førerhundens betydning for brugerens muligheder for at indgå i samfundet: overskud i hverdagen, arbejdsliv, trafikikkerhed og stress ved at bevæge sig ud.

71 % af vores brugere – svarende til 25, har ønsket at deltage i undersøgelsen. Undersøgelsen kan ikke anses som værende repræsentativ for alle førerhundebudgere i Danmark – men den kan dog pege på vigtigheden og betydningen af det at have en førerhund.

## Validitet og reliabilitet

Undersøgelsen må qua sin metodetriangulering, interviewguiden og den stringente databehandling således anses for at have en høj reliabilitet og validitet.

Undersøgelsen er udarbejdet af Brugernes FørerhundeOrdning.

Ønskes undersøgelsens databearbejdning og interviewguide tilsendt, så kontakt venligst:

**Brugernes Førerhunde Ordning**  
**Industrivej 21**  
**4000 Roskilde**

info@foererhund.dk  
Tlf. 24 20 37 20  
CVR Nr. 34012237  
www.foererhund.dk

