



LUNDS
UNIVERSITET

Socialhögskolan

Hästens helande kraft

**En kvalitativ studie om användandet av hästen i behandling av
människor med psykiska och fysiska funktionsnedsättningar**

Angelina Ingvall Bakic

Kandidatuppsats SOPA 63

HT 2017

Assessor: Agneta Hedblom

Handledare: Anders Östnäs

Abstract

Author: Angelina Ingvall Bakic

Title: Equine-assisted therapy as a healing power

Supervisor: Anders Östnäs

Assessor: Agneta Hedblom

The aim of this study was to describe and analyze the arguments that a number of professionals in equine-assisted therapy had for having the horse as part of the treatment of people with mental and physical disabilities. The analysis was based on two theories: Antonovsky's theory of salutogenesis, including the concept of sense of coherence, and Bowlby's attachment theory. The study was based on qualitative interviews with four active equine-assisted therapists. The interviews were analysed with a thematic analysis method. The result shows that equine-assisted therapy affects people with different types of problems, which is consistent with previous research. Respondents could also describe the motives for using equine-assisted interventions. Here, the results differ but central to all the respondents' use of equine-assisted therapy was: the relationship building, the horse power to heal and the fact that the therapy is experience-based. If we look at the horse in the treatment process, all respondents raise the sensitivity of the horse, which makes it easy to reflect a human. The respondents also describe the horse as non-evaluating and non-human and it causes it to possess qualities like a friend which gives warmth and listen. We also find difficulties with the therapy. All respondents raise the financial difficulty of doing a equine-supported activity. Many also mean that there are few Swedish studies in this area. One respondent's response also stated that it sometimes is too little focus on the horse in the field.

Keywords: equine-assisted therapy, horse in therapy, equine-assisted interventions

Förord

Jag vill först och främst tacka mina intervjupersoner vilket lät mig intervjua dem för denna uppsats. Ni har bidragit med stor kunskap kring ämnet och delat med er av både tankar och erfarenheter vilket varit viktiga för mig och mina framtida tankar kring att själv arbeta eller forska inom området. Jag vill också tacka min handledare Anders Östnäs som trott på mig hela vägen och givit mig stöd i att även våga tro på mig själv från start. Tack för att du också väglett mig och delat med dig av din kunnighet och klokhet. Jag vill vidare tacka mina vänner Katinka Pattyranie, Sofie Williamsson och Vilhelm Graah-Hagelbäck för att ni har funnits där när mitt självförtroende sviktat och lyssnat på mitt eviga tjat om denna uppsats. Jag vill slutligen även påvisa min tacksamhet till min sambo Teodor Svensson som funnits där som en stöttepelare genom dessa månader. Tack för att du alltid tar ner mig på jorden när jag blir tokig av för mycket skrivande och för att du alltid får mig att se allt från ett annat perspektiv.

Angelina Ingvall Bakic

Lund HT 2017

Innehållsförteckning

1. Problemformulering	6
1.1 Syfte	8
1.2 Frågeställningar	9
2. Bakgrund	9
2.1 Hästunderstödda interventioner	9
2.2 Hästunderstödd terapi	10
2.3 Ridterapi.....	11
2.4 Hästunderstödd psykoterapi.....	11
2.5 Hästunderstödd aktivitet	11
2.6 Hästunderstödd faciliterad inläring m.fl.	12
3. Kunskapsläget	12
3.1 Urval av kunskap	12
3.2 Den behandlande relationen.....	13
3.3 Hästens allmänna betydelse för människan	15
3.4 Betydelse för det psykiska välbefinnandet.....	15
3.5 Betydelse för det fysiska välbefinnandet	15
3.6 Hästens egenskaper.....	16
3.7 Hästens miljö	17
3.8 Sammandrag	17
4. Teori	18
4.1 Det salutogena perspektivet	18
4.2 KASAM	19
4.3 Anknytningsteorin	20
5. Metod	21
5.1 Metodologiska överväganden	21
5.2 Tillvägagångsätt.....	23
5.3 Urval	25
5.4 Metodens tillförlitlighet.....	25
5.5 Bearbetning av material.....	27
5.6 Etiska överväganden	29

6. Resultat med analys	31
6.1 Effekter av hästunderstödd terapi	31
6.1.1 Effekt på barn med utåtagerande problematik	31
6.1.2 Effekten att aktivera	34
6.1.3 Effekt på barn med olika svårigheter	35
6.1.4 Sammandrag	39
6.2 Motiv till att använda hästunderstödd terapi	40
6.2.1 Inläring	40
6.2.2 Hästens miljö	42
6.2.3 Relationsskapande	43
6.2.4 Hela människor	45
6.2.5 Upplevelsebaserat	47
6.2.6 Sammandrag	49
6.3 Hästen i behandlingsarbetet	50
6.3.1 Återspegla	50
6.3.2 En icke-mänsklig vän	52
6.3.3 Tillsammans flyger vi	54
6.3.4 Ett levande djur	55
6.3.5 Sammandrag	56
6.4 Nackdelar och svårigheter	57
7. Avslutande diskussion	58
7.1 Egna tankar i förhållande till teori och kunskapsläget	62
Referenslista	65
Bilaga 1: Intervjuguide	71
Bilaga 2: Informationsbrev	74

1. Problemformulering

Den ökade psykiska ohälsan i Sverige är ett faktum. Vi kan läsa om det i tidningar som Expressen (Mattsson, 2017) och Sydsvenskan (Sidhu, 2017) men också i forskning (Jacobsson, 2017). Vi hör om det på tv-kanaler som SVT (Brunell, 2017) och på radion (Ström, 2017). Rubriker som ”nya siffror visar att psykisk ohälsa ökar” är vardagliga och den ökade psykiska ohälsan bland unga sägs vara ett av vår tids största samhällsproblem (Forssmed & Lindell, 2017).

Utöver psykisk ohälsa kan man också läsa om psykisk nedsättning. En psykisk nedsättning är en typ av funktionsnedsättning och här inbegrips även fysisk och intellektuell funktionsnedsättning. I Sydsvenskan (Håkansson, 2012) skrivs det att var fjärde arbetssökande har någon form av funktionsnedsättning vid Arbetsförmedlingen. Vidare kan vi se att den fysiska ohälsan är den fjärde största orsaken till att människor dör i förtid. I ”Folkhälsopolitisk rapport 2010” visar beräkningar att sjukdomar relaterade till fysisk ohälsa kostar samhället 7 miljarder varje år. (Folkhälsomyndigheten, 2017). Det finns också mycket som talar för att det finns ett samband mellan den fysiska och psykiska ohälsan. Tegethoff et al. (2015) visar att en tredje del av tonåringar som lider av fysiska besvär också utsätts för psykisk ohälsa.

I Sverige finner vi med det sagt också ett varierat utbud av beprövade behandlingsmetoder för att arbeta med den växande psykiska samt fysiska ohälsan och olika typer av funktionsnedsättningar. Vi ser att de mest kända inriktningarna, vilket ska hjälpa människor, är psykodynamisk psykoterapi och kognitiv beteende terapi (Karlsson, 2017: 116). Behandlingsmetoderna hjälper människor vid olika tillstånd och ska anpassas till den enskildes behov (ibid.). I tidigare forskning finner vi dock brist på forskning om alternativa behandlingsmetoder. Vi kan se att institutionerna inom socialt arbete därmed har skapat egna metoder vilket inte kan framställas med existerande teorier eller modeller (Carlsson, 2017).

En sådan modell växte fram under 1960-talet och benämns djurterapi. Behandlingsformen använder djurens egenskaper och integrerar dem i behandlingen (Beck-Friis, Strang & Beck-Friis, 2007). Behandlingen har setts som en terapeutisk

resurs för olika individers behov och forskning visar på hälsofrämjande effekter djur kan ha för människan (Silfverberg, 2009). Håkanson (2009) menar att människan tillsammans med djuren kan möta livets olika faser. Djurets närvaro har haft en viktig funktion som medlare i socialt arbete och skapar fördelar i interaktionen vilket inte är möjligt att åstadkomma utan djuret (ibid.). Djur så som hund och minigris har visat sig ha inverkan på människans välmående (Folke-Fichtelius, 1995: 69) I artikeln: San Francisco airport uses adorable therapy pig to calm anxious travelers (2016), kan vi exempelvis läsa om hur en minigris hjälper till att lugna nervösa resande människor. Folke-Fichtelius (1995: 68) menar att mindre djur, så som en hund eller en minigris, ger mycket men de kräver också mer tid och kärlek än större djur. Hon säger att man får mer i gengäld och en helt annan kontakt med större djur (ibid.), vilket leder oss in på djuret som är i fokus för denna studie. Hästen är ett djur som är både starkare och snabbare än oss människor men ändå är beredd att samarbeta med oss. Forsling (2001: 37) skriver att hästen utöver det också är beredd att förlita sig på oss, följa oss och hjälpa oss. Hästen svarar inte men lyssnar och förstår ändå (Forsling, 2001: 55–56).

Hästunderstödd terapi är en behandlingsmodell vilket vuxit fram ur behandlingsformen djurterapi. Hästunderstödd terapi är en terapiform vilket använder sig av specifikt djuret häst som terapeutisk resurs för olika personers behov. Hästunderstödd terapi växte fram under slutet av 90-talet (SOU 2000:109) och i en kartläggning av verksamheter i Sverige, där hästar används, kan vi se att det i nutid finns 97 verksamheter (Håkanson, 2009). Hästunderstödd terapi lär klienter att stanna upp och avvärja negativa känslor. Hästunderstödd terapi bygger upp klientens förtroende för sig själv och andra samt förståelse för hur deras agerande påverkar omgivningen (Lirakis, 2017). Målet med hästunderstödd terapi anses vara att positivt påverka individers livskvalité. Den effekten kan komma i form av större självförtroende som en följd av att framgångsrikt exempelvis leda en häst genom ett spårmonster (Berg & Causey, 2014: 73). Behandlingsformen har också skapat mod, självtillit samt haft betydelse för klienternas självbild och självrespekt (Silfverberg, 2009). Klienterna beskriver hästarna som äkta och inte värderande i relationen (Forsling, 2001). Vi kan även se att klienter tycker att terapiformen ger god träning, speciellt rullstolsburna. De menar att deras muskler stimuleras och smärtproblemen minskar (Sandberg, 1994; Silfverberg 2009).

Vi kan urskilja hälsofrämjande effekter av djur och ser att det är därför djur i allmänhet har börjat användas inom behandling. Djur anses kunna bidra till människors, sociala, fysiska och psykiska välbefinnande. Vi kan även se att specifikt behandlingsformen hästunderstödd terapi har positiva effekter vid olika sjukdomar och diagnoser hos människor (Carlsson 2017; Silfverberg 2009). Problemet är att den psykiska ohälsan ökar och därinom också ohälsan hos personer med funktionsnedsättning. Socialt arbete behöver fler erkända alternativa metoder för människor vilket är utsatta.

Fortsättningsvis kan vi i tidigare forskning inom hästunderstödda terapi se att det har fokuserats mer på effekterna av häst och individ i interaktion (Carlsson, 2017). I tidigare forskning har det även visat sig svårt att urskilja varför yrkesverksamma inom området har just hästen som del i behandling av människor. Det är med det sagt ett forskningsproblem vilket är intressant och viktigt att få fördjupad kunskap om. Kunskapen är begränsad inom forskningsområdet (Håkanson 2009) och det finns många obesvarade frågor vilket gör det relevant att undersöka. Fokus riktas ofta i denna kontext mot klienterna och sällan mot de yrkesverksamma (Carlsson, 2017). De som använder sig av hästunderstödd terapi sitter på avgörande information för utvecklingen av terapiformen. Det som motiverar just denna studie och infallsvinkel på hästunderstödd terapi är med det sagt att den kommer generera kunskap vilket går att använda för att utveckla hästunderstödd terapi som verksamhet. Forskningsproblemet är att det inom området ofta läggs fokus på klienterna i interaktion med hästen och det centrala blir ofta klienternas utsagor. I denna studie har det istället valts att lägga fokus mot att lyfta och ta reda på de yrkesverksammas grund till varför de använder hästen i sitt behandlingsarbete.

1.1 Syfte

Mitt syfte är att analysera och beskriva hästunderstödda terapeuters anledningar, tankegångar och resultat av att ha hästen som del i behandling av personer med psykiska och fysiska funktionsnedsättningar samt studera terapeuters syn på svagheter med terapiformen.

1.2 Frågeställningar

1. Hur beskriver de yrkesverksamma effekterna av hästunderstödd terapi?
2. Vad har de yrkesverksamma för motiv till att använda hästunderstödda interventioner?
3. Hur resonerar de yrkesverksamma kring vad hästen gör i behandlingsarbetet?
4. Finns det några nackdelar och svårigheter med hästunderstödd terapi?

2. Bakgrund

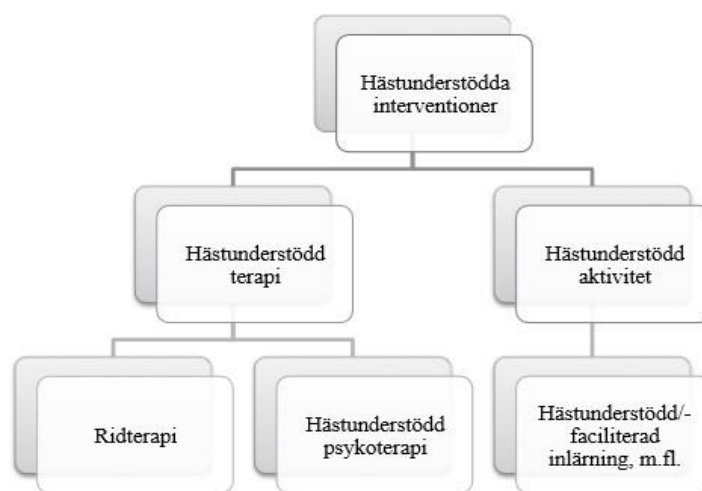
I århundraden har människan sökt sig till hästen och historiskt sett har hästen funnits där som redskap för jakt, jordbruk och krig. Vi kan se att detta skapat en nära relation emellan människa och häst. Vidare kan vi se att hästen haft en terapeutisk inverkan på oss sedan 600 år f.Kr. då människan i antika Grekland framställde nyttan av att rida (Berg & Causey, 2014: 72). Trots det finns det många som aldrig kommit i kontakt med hästar eller hästunderstödda interventioner. Det är med det sagt centralt för läsaren att få förståelse för begreppen inom hästunderstödda interventioner och reda ut deras innebörd innan vidare framställning.

2.1 Hästunderstödda interventioner

Historiskt sett kan man skildra idén om hästunderstödd intervention genom dokument från terapeuter redan på 1500-talet. De hästunderstödda interventionernas genomslag kom dock inte förrän på 1900-talet och det beröms en dansk dressyrryttare för. Hon heter Lis Hartel och vann en olympisk silvermedalj år 1952 trots att hon var delvis förlamad. Hennes prestationer till häst visade alltså på den helande kraft hästen har (Berg & Causey, 2014: 73). Vidare kan man se att hästunderstödda interventioner inte är en enhetlig behandlingsform utan begreppet beskriver att hästar nyttjas för att förbättra individers hälsotillstånd. Fokus ligger kring olika områden när det kommer till de professionella vilket arbetar med hästunderstödda interventioner. De professionella har nämligen ofta olika grundutbildningar och därmed kan alltifrån det psykosociala, pedagogiska eller motoriska vara centralt i behandlingen (Carlsson, 2017: 16).

Hästunderstödda interventioner kan ses som ett övergripande begrepp vilket mynnar ut i två andra begrepp som är: hästunderstödd terapi och hästunderstödd aktivitet.

Hästunderstödd terapi innefattar i sin tur begreppen ridterapi och hästunderstödd psykoterapi medan hästunderstödd aktivitet omfattar hästunderstödd inläring m.fl. De många begreppen skapar ofta oordning inom forskningsområdet (Lee et al, 2015: 226) vilket leder till en fortsatt presentation kring och av begreppen samt dess bakgrund utifrån nedanstående bild hämtad från Anderssons (2015: 5) uppsats. Anderssons (ibid.) schematiska figur skapar ordning och tydlighet bland begreppen, vilket är av relevans för denna uppsats.



Figur 1. Schematisk figur över begreppen inom hästunderstödda interventioner.

2.2 Hästunderstödd terapi

Inledningsvis finner vi i figur 1 hästunderstödd terapi, även förkortat HUT, vilket är en behandlingsform där ridning och andra aktiviteter är bundna till hästen i terapeutiskt syfte. Terapiformen riktar sig till en eller flera individer med en specifik diagnos och hästen är här en del av en målinriktad behandling. Innehållet i behandlingen skräddarsys utefter klientens behov, förutsättningar och mål. Hästen blir här en tredje part gemensamt med terapeut och klient. Hästunderstödd terapi syftar inte enbart till att klienten sitter till häst utan även till saker som sker kring hästen så som att hämta hästen från hagen eller jobba med hästen från marken (Silfverberg & Tillberg, 2011: 14).

2.3 Ridterapi

I figur 1 ser vi att ridterapi inkluderas i begreppet hästunderstödd terapi. Begreppet är det som först blev känt och det människor troligtvis känner till mest (Berg & Causey, 2014: 75). Ridterapi ges ofta av utbildade terapeuter samt en medhjälpare vilket leder hästen och upprätthåller säkerheten. Verksamheter vilket arbetar med ridterapi jobbar med att klienten är uppsutten på hästen och rider. Syftet är här att lära sig rida eller att förbättra klientens fysiologiska förutsättningar. De som arbetar med ridterapi innefattar saker så som gymnastik och/eller ridning på hästen. Hästens rörelser påverkar ryttaren under ridning och hästen får därmed också en motorisk påverkan (Carlsson, 2017:18).

2.4 Hästunderstödd psykoterapi

Inom hästunderstödd terapi inkluderas även begreppet hästunderstödd psykoterapi (se figur 1). Det är en specialiserad form av psykoterapi vilket använder hästen som ett terapeutiskt verktyg (Schultz, Barlow & Robbins, 2007). Hästunderstödd psykoterapi innebär att en terapeut samarbetar med klienten och hästen mot ett behandlingsmål. I hästunderstödd psykoterapi lär sig klienterna att medverka i aktiviteter ihop med hästen. Centralt här är inte ridningen utan aktiviteterna på marken med hästen. I hästunderstödd psykoterapi övas man bland annat att på att stärka relationer samt att öka tillit, självförtroende och samarbete (Schultz, Barlow & Robbins, 2007). Terapiformen hjälper olika grupper i samhället och har visat sig vara framgångsrikt inom rehabilitering av många olika psykiska sjukdomar (Lundgren, 2007).

2.5 Hästunderstödd aktivitet

Hästunderstödd aktivitet är den andra grenen under hästunderstödda interventioner (se figur 1) och är även kallat HUA. Hästunderstödd aktivitet syftar till aktiviteter där hästar används för att generellt förbättra människors hälsa. Hästunderstödd aktivitet inkluderar därmed vilken organisation som helst vilket tillhandahåller hästumgänge exempelvis, terapeutisk- eller fritids ridning, markarbete med häst, skötsel av hästar, shower, parader, demostationer eller liknande. Hästunderstödd aktivitet inbegriper klienter men också deltagare, instruktörer och volontärer där hästar är involverade (Lirakis, 2006). Hästunderstödd aktivitet ger möjligheter till motivations-, utbildnings-, och/eller fritidsfördelar (Cirulli et al, 2011: 343).

2.6 Hästunderstödd faciliterad inläring m.fl.

Hästunderstödd aktivitet inbegriper möjligheter till bland annat hästunderstödd faciliterad (underlättande) inläring samt pedagogiska och/eller terapeutiska fördelar för att förbättra livskvalitén (se figur 1). Hästunderstödd aktivitet och därinom hästunderstödd faciliterad inläring står alltså i kontrast till hästunderstödd terapi som är en behandling av människor med fysiska och/eller psykiska funktionshinder som arbetar med hästen som en samarbetspartner (Hauge et al, 2014). Hästunderstödd inläring har fokus på läkepedagogik och/eller socialpedagogik (Corin & Husén, 2008).

3. Kunskapsläget

Centralt för studien är att undersöka vad ett antal yrkesverksamma inom hästunderstödd terapi har för argument för att ha inkluderat hästen i behandling. Inriktningen är således på de yrkesverksamma och deras framställningar av varför de valt att inkludera hästen i sitt arbete. Kunskapsläget i denna uppsats är med det sagt ett urval av en avhandling, rapporter, artiklar och studier med fokus på hästen som en del av behandling av människor. Skrifterna har påträffats genom internetsökning på nyckelorden: hästunderstödd terapi, häst i terapi, hästunderstödd terapi i socialt arbete, hästunderstödda interventioner, equine assisted therapy, equine assisted learning och hippotherapie, equine assisted social work.

3.1 Urval av kunskap

Catharina Carlssons (2017) svenska avhandling har valts då hon lyfter hästars roll i socialt arbete. Forskaren (ibid.) påvisar också att hästen i det sociala arbetet öppnar upp för förmågor till emotionell medvetenhet och reglering hos ungdomar. Utöver det har även Carlsson, Ranta Nilsson och Traeen (2014) artikel ”Equine Assisted Social Work as a mean for authentic relations between clients and staff” använts. De har nämligen studerat betydelsen hästunderstödd terapi har i socialt arbete med unga kvinnor som har ätstörningar och självskadebeteende. Författarna påvisar att behandlingen är ett alternativ till annan traditionell behandling inom socialt arbete.

Vidare har en rapport skriven av Kristina Byström (2004) selekterats ut då den påvisar hästens betydelse för barn. Margareta Håkansons (2008) rapport har också plockats ut

då resultaten i den visar att hästen har en hälsofrämjande effekt som verktyg i sjukgymnastik. En annan rapport vilket presenteras i denna uppsats är Ingmar Norlings (2000) rapport. Han visar nämligen djur och naturs hälsofrämjande effekter genom praktisk erfarenhet. I förhållande till detta presenteras även Sven Forslings (2001) rapport, om vad som händer i mötet med hästar vilket är baserat på hans egna erfarenheter från sin chefs tid på SiS hemmet: Stall Forssarbo.

Även en internationell studie har tagits ut. Forskaren Hannah Louise Burgon (2014) visar på hästunderstödda interventioners empowering upplevelse till skillnad från andra organ inom socialt arbete. En annan studie som är relevant för uppsatsen är Jacobsson och Gegners (2007) studie om hästens betydelse för det psykiska välbefinnandet. Vidare lyfts även en relevant internationell artikel vilket är skriven av Maureen Vidrine, Patti Owen-Smith och Priscilla Faulkner (2002) från USA. I den här artikeln (ibid.) presenteras undersökningar där vi ser att terapiformen ger en möjlighet för klienter att ta itu med fysiska och psykiska behov. I urvalet av artiklar har också den tyska artikeln (2017) om hästunderstödd terapi för MS patienter valts. Den är skriven av en förening i Tyskland som heter Leben mit MS (2017). I artikeln (ibid.) presenteras hur hästar kan ha en positiv påverkan på balans, muskler, rörlighet, minskad smärta och ökat välbefinnande.

3.2 Den behandlande relationen

Kunskapsläget påvisar att det är människor med olika utbildningsbakgrund vilket bedriver hästunderstödd terapi (Carlsson, 2017: 23). Det innebär i sin tur att den behandlande hästunderstödda relationen ofta utgår ifrån olika arbetssätt och interventioner (se avsnitt bakgrund). Om vi ser till hästunderstödda interventioner så framställas de i Carlssons (ibid.) avhandling som en interaktiv process där hästunderstödda terapeuter arbetar tillsammans med klienter med stöd från hästen för att uppnå uppsatta behandlingsmål. I Carlssons (2017) avhandling kan vi se att terapeuterna vilket arbetar med hästarna låter klienterna bilda sig en egen uppfattning utan att ge instruktioner och utan att det finns ett facit i interaktionen med hästen. Vidare kan vi se att Carlsson, Ranta Nilsson och Traeen (2014) skriver i sin artikel att hästunderstödd terapi som behandling ger ett alternativ till annan traditionell behandling inom socialt arbete. Behandlingen skapar en trepartsrelation mellan häst, klient och

terapeut. Enligt författarna (ibid.) kan klienterna ljuga om sina känslor för terapeuter men i den hästunderstödda trepartsrelationen kan klienterna inte ljuga om sina känslor då hästen speglar klienternas känslor.

Viktiga faktorer vilket lyfts fram i Carlssons (ibid.) avhandling är att terapeuterna ger klienterna utrymme att prata och svara an samtidigt som de öppnar upp för att klienten kan få reflektera över vad terapeuten sa (Carlsson, 2017: 90). Det kan i sin tur leda till att tilliten stärks samt den terapeutiska relationen, vilket också stärker chanserna till en ökad trygg anknytning (Carlsson, 2017: 30). Carlsson (2017: 23) visar också att det centrala inte är att klienten ska klara av en arbetsuppgift själv med hästen utan aktiviteten ska utföras tillsammans. Den professionella, klienten och hästen har lika stor roll och bildar tillsammans ett team. I tillägg till detta kan vi i Forslings (2001: 114) rapport se att det i den hästunderstödda relationen är viktigt att visa respekt och att man tar klienterna på allvar. I rapporten (Forsling, 2001: 24) påvisas att man tillsammans bildar ett team och att det specifikt i relationen med häst, terapeut och klient är viktigt att hjälpas åt.

I Burgons (2014:193) studie kan vi se att hästen även behövs för att bygga upp ett förhållande mellan klient och terapeut. Hästen har egenskaper som är nödvändiga för terapeut-klient relationen, exempelvis får hästen klienten lugnare i relationen. Hästen skapar också möjligheter för terapeuterna att på håll studera hur klienten samspelar (Burgon 2014, Carlsson 2017, Forsling 2001, Norling 2000). I Carlssons (2017: 74) avhandling kan vi se hur hästen även behövs då det skapas en mer äkta relation med tillit och respekt mellan ungdomar och terapeuter, vilket resulterade i att de pratade om mer privata angelägenheter än innan. Kunskapsläget påvisar dock att klienter ofta samtalar mer tillsammans med hästen än med terapeuten. Skillnaden här är att hästen anses vara mer jämbördig i sin relation med klienten (Vidrine, Owen-Smith & Faulkner, 2002: 600). Enligt Carlsson (2017: 31) ger hästen även möjlighet till fysisk beröring vilket skulle hävdas vara oetiskt om terapeuterna erbjöd.

3.3 Hästens allmänna betydelse för människan

Hästen öppnar upp för möjligheten att reda ut och kartlägga bland annat beteenden, känslor och attityder hos människor (Forsling, 2001). Vi kan exempelvis se att hästen lär klienter vilket inte förstår integritetsgränser att inte gå för fort fram i en relation till en annan individ, hästen skyddar och värnar nämligen om sin integritet. Jacobsson och Gegner (2007:26) pekar också på att hästen påminner om klienters egna personlighet. Klienterna vilket innefattas av studien identifierar sig exempelvis med hästens stora integritet och/eller komplicerade attityd. Hästen beskrivs i Forslings (2001:37) rapport som flickornas vän vilket lärt sig deras språk och var beredd att hjälpa dem. Hästen gav dem också större självförtroende och självkänsla.

3.4 Betydelse för det psykiska välbefinnandet

Kunskapsläget påvisar att hästen fått stor betydelse för klientens självkänsla och självbild (Forsling, 2001). Trots behandling på en institution visar Forslings (2001) rapport på nyanda när det kommer till självkänsla, förmåga att handskas med stress och social kompetens med hjälp av hästunderstödd terapi. Vi kan också urskilja en minskad vrede, oro och depression hos flickorna. I tillägg till detta kan vi i Carlssons (2017: 80) avhandling se att hästen upplevs ha en lugnande effekt. Utöver det såg forskaren (ibid.) också att klienterna kunde göra sig fri från känslor och tankar i negativ riktning. Studien visar att det beror på den icke-värderande och icke-verbala respons vilket klienterna upplevde att de fick av hästen. Hästen också har fått betydelse för klienters psykiska välbefinnande då de generellt sätt är mer förlåtande (ibid.).

3.5 Betydelse för det fysiska välbefinnandet

Hästar påvisas ha en hälsofrämjande effekt som verktyg i sjukgymnastik. I Håkansons (2008: 63) studie påvisas bland annat att hästen tillför hälsofrämjande effekter i behandlingen av klienter med mångåriga smärtproblem. I studien får hästens rörelser betydelse. Hästens rörelser skapar inverkan på motorisk inläring, rörlighet och kontroll. Vid fysisk eller motorisk försämring bidrar hästen också genom att vara ett utvecklingsstöd. Hästen bidrar till ökad fysisk aktivitet samt kroppsmedvetenhet. I den tyska artikeln, om ridterapi för MS patienter (2017), kan vi se att hästens rygg och rytmen i hästens steg används för att nå fysiologiska reaktioner som i sjukgymnastik.

Här påverkar inte människan hästen med rörelser, så som i ridsport, utan tvärtom hästens rörelse påverkar människan. I hästens steg finns en rytm som överförs från häst till människa vilket relaterar till rörelsemönstret i en människas gång. För personer med fysisk funktionsnedsättning, så som exempelvis människor med MS, innebär det att de kan återfå muskelfunktioner och/eller rörelser.

3.6 Hästens egenskaper

När det kommer till hästens egenskaper pratas det ofta om hästens styrka, storlek och egenskap som flyktdjur men hästens egenskaper påminner många gånger om människans egenskaper när det kommer till dess social struktur och beteende (Vidrine, Owen-Smith & Faulkner, 2002: 595). Hästen har utöver det en biologisk egenskap i att den erbjuder omedelbar och icke-verbal feedback när den speglar människans kroppsspråk och känslor direkt tillbaka till klienten. Det beror på att hästen har egenskaper så som att de är känsliga för beröring och har strak hörsel. Det gör i sin tur att man kommunicerar med hästen genom ljud och kroppsspråk. I tillägg till detta kan man se att det leder till att hästen får förlita sig på att läsa av människors känslor genom kroppsspråk och/eller tonläge (Carlsson, 2017: 22). Hästen gör det därmed väldigt svårt för klienterna att dölja sina känslor, tankar och egenskaper som de möjligtvis skäms för (Carlssons, 2017: 75). Hästen uppfattar i stort sätt samma ljud som människan gör, till skillnad från hunden, som exempelvis hör hundvisselpipans ljusa toner. Däremot har hästen egenskapen av att vara en mycket bättre lyssnare än människan. Hästen vill höra och förstå och de riktar sina öron mot ljud (Forsling, 2001: 36).

Hästar har också egenskapen av att de kan befria sig när dem behöver men klienter kan fysiskt interagera med dem ganska intimt så som att krama, pussa och borsta dem utan att de gör det. I Forslings (2001: 107) rapport kan vi se att hästen träder fram som någon att hålla fast vid och någon att krama. Hästar är inte dömande och det spelar ingen roll om du är liten för din ålder, luktar illa eller ett prov gått dåligt (Vidrine, Owen-Smith & Faulkner, 2002: 595).

3.7 Hästens miljö

I Carlssons (2017: 54) avhandling kan vi se att miljön runt hästen fått ta plats. Hästens naturliga miljö öppnar upp för ett minskat utåtagerande och miljön runt hästen gör det lättare för klienterna att vara äkta. I tillägg till detta kan vi i Forslings (2001: 100) rapport se att han vill visa på den rika miljö vilket stallet och hästarna skapar. Forsling (ibid.) menar att han blivit tagen av den terapeutiska miljö som hästarna lever i. Norling (2000) lyfter även i sin rapport miljön. Han (ibid.) menar att djur påverkar människors välbefinnande genom att det innebär aktivitet i utemiljöer. Klienten ges kontakt med natur i form av exempelvis skogspromenader vilket enligt Norling (ibid.) skapar bättre hälsa. Det framhålls även i Håkansons rapport (2008) att specifikt hästen fungerar som en brygga till motion i utemiljöer genom promenader och ridning. Författaren (ibid.) menar att det leder till aktivering, välbefinnande, motion och en sundare livsstil vilket i sin tur inverkar på livskvalité och hälsa.

3.8 Sammandrag

Kunskapsläget visar den gynnande effekt hästen har i behandling (Burgon, 2014; Byström, 2014; Carlsson 2017; Forsling 2001; Håkanson, 2008; Jacobsson & Gegner, 2007; Norling 2000; Vidrine, Owen-Smith & Faulkner, 2002). Forskning tyder på att det är positivt att använda hästen i behandling utöver endast en mänsklig terapeut. Hästen besitter egenskaper vilket gör dem till skickliga lyssnare och icke dömande. De yrkesverksamma inom hästunderstödd terapi har dock många gånger olika utbildningsbakgrunder och därmed ser hästens roll olika ut i olika former av hästunderstödda interventioner (Burgon, 2014; Byström, 2014; Carlsson, 2017; Håkanson, 2008; Norling, 2000). Hästunderstödda interventioner spretar ofta åt olika håll men Carlssons (2017) forskning och Burgons (2014) studie drar åt samma håll och visar att det centrala i terapiformen oavsett vad alltid är hästen. Hästen är relationsskaparen mellan terapeut och klient och det är hästen som skapar en tillitsfull relation sinsemellan dem. Utöver det är hästen även känsligare vilket gör att människan kommunicerar med hästen via kroppsspråk. Hästen måste vidare förlita sig på att läsa av klientens kroppsspråk och klienten i sin tur kan inte dölja sina tankar och känslor. Carlsson, Ranta Nilsson och Traeen (2014) skriver i sin artikel att klienterna kan ljuga om sina känslor för terapeuter men i den hästunderstödda trepartsrelationen kan klienterna inte ljuga om sina känslor då hästen speglar klienternas känslor.

4. Teori

För att förstå och förklara forskningsmaterialet kommer det salutogena perspektivet vilket inbegriper begreppet KASAM att användas. I tillägg till det kommer även anknytningsteorin att användas. Teorierna har valts då de synliggör de utgångspunkter vilket legat till grund för arbetet. Ur det första perspektivet kan den hälsobringande, det vill säga salutogena, effekten hästen har på individen synliggöras. Perspektivet används även då det ger en ökad förståelse för individens känsla av sammanhang i förhållande till hästen och hur det kan leda till saker som minskad stress i individens liv. Det andra perspektivet öppnar upp för tolkningar av relationer och för att kunna se vad hästen kan erbjuda för relation och anknytningsband.

4.1 Det salutogena perspektivet

Upphovsmannen till det salutogena perspektivet var professor Aaron Antonovsky. Termen salutogenes är vidare en ihop vävning av två ord där *salu'te* betyder hälsa/välgång på latin och *genesis* betyder uppkomst eller ursprung. Det betyder sammankopplat att salutogenes har fokus på hälsans ursprung (Gassne, 2008: 11). Antonovskys perspektiv ser till skillnad från många andra perspektiv, vilket fokuserar på sjukdom och elände, istället på hur det kommer sig att så många människor trots alla påfrestningar förblir friska samt i somliga fall utvecklas istället för att brytas ner. Du kan inte undvika påfrestningar utan måste lära dig hantera livet i med och motgång samt göra det bästa av livet menade Antonovsky (Levi, 2005:10). Levi (2005:10) skriver att Antonovsky också tryckte på att det görs genom att tillvaron görs sammanhängande för människan, vilket den blir om den görs begriplig, hanterbar och meningsfull.

Det salutogenetiska synsättet fokuserar på frågan om hur man handskas med en viss stressor exempelvis gifta sig, arbete, sjukdom eller död. Antonovsky menade att stressorer alltid hotar att bryta ned människan men att det framstående är att en individ på det hela kan överleva. Antonovsky valde att se på de hälsobringande faktorerna och framgångsrik problemlösning hos människan istället för att fokusera på varför vi blir sjuka (Elfstadius, 2005: 35). Det är vidare hur vi människor ser på och möter stressorer som är viktigt enligt Antonovsky och inte stressorns laddning i sig. För att utveckla hanteringen av utmaningar i livet måste vi utsätta oss för det (Gassne, 2008: 19).

4.2 KASAM

Vad är det då som behövs för att hantera utmaningar och stress? Antonovsky försökte förklara det genom begreppet KASAM vilket står för känsla av sammanhang (Elfstadius 2005: 42). När vi möter stressorer uppstår enligt Antonovsky ett spänningstillstånd vilket vi har olika resurser som kan hjälpa oss med att få bort. Det centrala här är de allmänna motståndsresurserna, så som socialt stöd och jag styrka (Gassne, 2008: 21). Motståndsresurserna gör att vi kan göra stressorer begripliga och detta leder oss vidare in på vad begreppet KASAM står för.

KASAM består nämligen av tre centrala komponenter: begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. Begriplighet innebär att man uppfattar världen som tydlig, förutsägbar och ordnad istället för oväntad, kaotisk och oordnad. Uppfattas världen begriplig klarar människan också av att förstå svåra händelser i livet så som misslyckanden och död. Människan blir alltså mer positivt inställd till livet trots svårigheter. En människa med hög känsla av begriplighet är mer trolig att förvänta sig att saker går väl. Hen kommer se saker som denne möter som förutsägbara och om de överraskar går det ändå att förklara och ordna (Elfstadius, 2005:44). Hanterbarhet, innebär i sin tur att människan upplever att de resurser denne behöver för att klara livet står till hans förfogande. Står till förfogande menar Antonovsky kan vara resurser under ens egen kontroll men också resurser som kontrolleras av andra berättigade, så som vänner eller en respektive, vilket individen känner tillit till och räknar med. Har en person hög känsla av hanterbarhet kommer hen se att tråkiga saker händer i livet men kommer också komma över dem och ta tag i sig själv (Elfstadius, 2005: 45).

Den tredje och sista komponenten i KASAM är meningsfullhet. Antonovsky ser denna komponent som begreppets motivationskomponent. Meningsfullhet syftar till i vilken omfattning en individ känner att livet har en emotionell innebörd. Livets problem är värda engagemang och utmaningarna välkomnas istället för att ses som en belastning. När svåra saker händer i livet kommer en person med hög känsla av meningsfullhet göra ett försök att se meningen med det istället för att dra sig undan (Elfstadius, 2005: 45). Individer vilket bryr sig om något/någon har ständigt möjlighet att upptäcka resurser och förvärva förståelse (Elfstadius, 2005: 50). KASAM byggs upp när

människan möter olika stressorer och när de stressorerna blir begripliga, hanterbara och meningsfulla får människan en hög känsla av sammanhang (Gassne, 2008: 22).

4.3 Anknytningsteorin

Anknytningsteorin utvecklades av John Bowlby och han betonar miljöns betydelse för barnets utveckling (Fonagy, 2007: 5). Teorin handlar om hur vi människor på olika sätt påverkas av våra första relationer i livet samt hur vi i resterande del av livet förhåller oss och handskas med nära relationer. Anknytning kommer ur människans behov av säkerhet och trygghet. Det centrala för Bowlby (ibid.) var hans fokus på barnets behov av en trygg och obruten tidig anknytning till mamman. Han menade att barn vilket inte får en sådan anknytning med största sannolikhet kommer påvisa ett överdrivet behov av hämnd och/eller kärlek, depression och skuld. Enligt Bowlby (ibid.) kan bruten och otrygg anknytning till mamman leda till fullständig deprivation vilket innebär att barnet känner saknad av gensvar. Det kan senare under utvecklingen även innebära exempelvis orkeslöshet, opersonlighet och koncentrationssvårigheter (Fonagy, 2007: 14).

Anknytningsbanden utvecklas tidigt i livet och riktar sig mot specifikt mamman. Banden består mer eller mindre under hela ens liv och personen återvänder alltid till sin anknytningsperson för trygghet och stöd. Om den försvinner skapar det en oerhörd ångest hos människan. Om exempelvis rädslosystemet sätts igång av buller vill ett barn direkt söka sig till anknytningspersonen för säkerhet. För barn med otrygg anknytning skapas ångest då anknytningspersonen är frånvarande (ibid.). Anknytningspersonen är vidare även avgörande för hur man vågar knyta an och hur man ser på relationer senare i livet (Beck-Friis, Strang & Beck-Friis: 2007: 15).

Fortsättningsvis kan vi se att Bowlbys anknytningsteori huvudsakligen såg mamman som den viktigaste individen i ett barns liv. Han fokuserade på kontakten emellan barnet och mamman, vilket fått kritik i den moderna forskningen (jmf Broberg et al.: 2006). Nutida forskning menar att man måste beakta ytterligare individer och faktorer och däribland pappan. Bortsett från mamman och pappan menar nutida forskning också att det finns andra individer som man knyter an till. Vidare kan vi i tidigare forskning se att det också riktats kritik mot hur många anknytningsrelationer Bowlby menade att ett barn kunde ha. Nutida forskning menar, tillskillnad från Bowlby, att barnet kan ha flera anknytningsrelationer samtidigt och att anknytningen inte enbart är limiterad till en individ (ibid.). Om kontakten till mamman bryts menar Broberg et al. (2006) att barnet kommer söka upp någon annan anknytningsindivid så

som pappan, syster, bror, lärare eller en annan individ vilket står nära till hands. Författaren (ibid.) menar, till skillnad från Bowlby, att barnet tidigt lär sig att handskas med olika situationer och att leta efter olika individer i olika situationer. Slutligen kan vi i nutida forskning se att barnet även bär med sig detta upp till vuxen ålder och därmed letar efter olika anknytningsindivider i olika situationer även då (Broberg et al, 2006).

Borberg et al. (2006) menar vidare att om ett barn har en otrygg anknytning sedan innan så går det att förändra den bilden av relationer. Det gör denne i så fall genom nya erfarenheter av positiva relationer tillsammans med biträdande anknytningspersoner. Den biträdande anknytningsindividen ger möjlighet till återkoppling från den istället. Det gör i sin tur att personen kan hitta sig själv och fortsättningsvis istället kan reglera sina känslor själv samt genom den biträdande anknytningsindividen (Carlsson, 2017: 83). Den biträdande anknytningsindividen, det vill säga djuret, kan aldrig ersätta den mänskliga kontakten men fylla potentiella luckor och hjälpa klienten i sina relationer till människor. Exempelvis kan djuret som biträdande anknytningsindivid hjälpa till att bygga upp tilliten för människor igen (Folke-Fichtelius, 1995: 6).

5. Metod

I det här avsnittet redogörs för den lämpligaste vetenskapliga metoden att besvara frågeställningarna med. Forskningsprocessen kommer beskrivas i form av metodologiska överväganden, urval, metodens tillförlitlighet, analys och etiska överväganden.

5.1 Metodologiska överväganden

Syftet med studien har varit att få en djupare förståelse för hästunderstödda terapeuters anledningar, tankegångar och resultat av att ha hästen som del i behandling av personer med psykiska och fysiska funktionsnedsättningar samt studera terapeuters syn på svagheter med terapiformen. För studien har yrkesverksamma inom hästunderstödd terapi och deras framställningar om vad som påverkat dem att ta in hästen i sitt arbete stått i centrum. För att göra detta har jag ställt frågor kring de yrkesverksammans tankar om och syn på denna kontext. Fokus har legat på subjektiva upplevelser i förhållande till de yrkesverksammans kontext och skildring. Kontexten har fångats upp genom en kvalitativ forskningsstrategi

eftersom vikten har varit ord och inte insamling av data (Bryman, 2011: 340). Bryman (ibid.) menar också att en kvalitativ ansats lägger vikten vid hur människor uppfattar och tolkar sin sociala verklighet. Intresset i studien har därmed legat på de framställningar yrkesverksamma inom hästunderstödd terapi gjort av hästen i behandlingsarbetet. Ahrne och Svensson (2011: 10) menar att när vi studerar samhället söker vi kunskap om samhällsliga fenomen och för att kunna samla in empiriska data om det måste vi vända oss till de som verkar inom dessa. Jag anser, med det sagt, att denna studies syfte och frågeställningar kan besvaras bättre av en kvalitativ metod än en kvantitativ eftersom jag är ute efter en kontextbeskrivning och mina frågeställningar är inriktade på hur något beskrivs, upplevs och används.

Vi kan dock urskilja några metodologiska konsekvenser genom att studien bygger på just en kvalitativ studie. Studien har nämligen inte kunnat generaliseras och vi kan inte se eller få en siffra på hur många hästunderstödda terapeuter som tänker eller känner på ett visst sätt. Det hade man kunnat få med en kvantitativ enkät. I en kvantitativ analys brukar individerna dock försvinna i all data, man får exempelvis inte reda på hur människor resonerar och vilka argument dem har. Det är relevant för denna studie med resonemang och argument, vilket man får genom en kvalitativ metod och därmed har den metoden valts. I en kvantitativ metod får man inte heller reda på hur människor resonerar, vilka argument dem har och vilka känslor som är inblandade i uppfattningarna vilket man får i en kvalitativ metod. Förtjänsten med den kvantitativa enkäten, det vill säga att kunna generalisera, uppnås alltså på bekostnad av individerna, vilket gör den kvalitativa utgångspunkten den för uppsatsen mest centrala.

Slutligen tas tillfälle att lyfta en svårighet vilket stötts på med den valda metoden. Genom intervjustudien har det varit svårt att inte bli vän med respondenterna, vilket beror på att ämnesområdet delvis är en hjärtefråga. Aspens (2007, 112) menar dock att man alltid är både forskare och människa. Enligt Öberg (2011: 64) måste trots det studiens nytta ställas i relation till vänskapen. Författaren (ibid.) menar att man därmed gradvis ska låta sig själv införlivas i organisationen, vilket varit svårt i denna kvalitativa studie.

5.2 Tillvägagångsätt

En kvalitativ ansats inrymmer också olika metoder i sig (Bryman 2011: 344). För denna studie har kvalitativa intervjuer gjorts, då den metoden var mest lämplig för att få en mer direkt kunskap om varför de yrkesverksamma valt att ta in hästen i behandlingsarbetet. Ahrne och Svensson (2011: 17) menar att intervjuer gör att forskaren kommer närmre en direkt kännedom kring själva det den undersöker. Intervjuerna med de yrkesverksamma har diskuterats med fokus på deras upplevelser och erfarenheter. Intervjuerna genomfördes ansikte mot ansikte med alla respondenter utom en som gjordes via telefon. Vi träffades hemma hos dem och de intervjupersoner jag träffade i verkligheten genererade i djupare samtal. Samtalen blev mer naturliga, vi kom lättare in på intervjupersonernas upplevelser och jag kunde se exempelvis gester och miner. Det innebär att de flestas organisation blev stället intervjun tog plats på och intervjuerna tog omkring en timme. Oavsett vart eller hur intervjuerna gjorts har dock alla intervjuernas genomförande varit givande då de givit kunskap om frågor kring enskilda människors upplevelser, även den som var via telefon.

Kvale (1997: 34) skriver att den kvalitativa semistrukturerade forskningsintervjun har fokus på respondentens livsvärld, vilket är fördelaktigt, men det semistrukturerade förhållningssättet i en intervju skapar också en utmaning då intervjuaren ska styra respondenten samtidigt som hen ska ge utrymme för respondentens egna reflektioner (Bryman, 2011: 216).

Tillvägagångssättet har dock varit en framkomlig väg till att besvara studiens frågeställningar, då jag som intervjuare varit inläst på ämnet och tänkbara saker som respondenterna skulle kunnat ta upp. Enligt Ahrne och Svensson (2011: 44) gör det att intervjuaren är mer lyhörd för respondentens svar och tankegångar. Det har varit ett framkomligt tillvägagångssätt då jag också kunnat söka efter meningen av centrala teman samtidigt som jag kunnat registrerat det som sagts och hur det sagts genom att anteckna och spela in.

Förtjänsten med tillvägagångssättet är att det även erhållits en nyanserad beskrivning av olika intervjupersoners liv och inte enbart allmänna åsikter om hästunderstödd terapi.

Begränsningarna med materialet och tillvägagångssättet är dock att det finns en viss mångtydighet emellanåt i intervjumaterialet. Intervjupersonernas svar kan ibland tolkas på flera olika sätt utifrån den semistrukturerade insamlingsmetoden. Fokuseringen av bestämda teman och inte strukturerade standardiserade frågor eller helt ostrukturerade frågor har dock givit mer förtjänster än begränsningar. Förtjänsterna är att det givit utrymme att tänka ut alla

teman vilket behandlats och precisera dem i ett antal frågor redan innan intervjuerna gjordes. Tillvägagångssättet har även givit chansen att följa upp svaren som givits med följdfrågor. Jag tänkte alltså ut teman redan innan intervjuerna gjordes och ett annat förarbete jag gjorde var intervjuguiden (se bilaga 1). I början av intervjuguiden återfinns mer generella frågor så som utbildningsbakgrund medan det mot slutet är mer analyserande frågor. Det var ett medvetet val då respondenterna skulle få bli mer bekväma i sin roll som respondent för att sedan gå in på mer betydande frågor och svar (Ahrne & Svensson, 2011: 46).

Bryman (2011: 206) skriver att semistrukturerade intervjuer brukar vara mer allmänt formulerade än strukturerade intervjuer. Lind (2014: 127) menar dock att en frågeguide är nödvändig i en semistrukturerad intervju för att ge samtalen struktur samt användbar och relevant information. Det semistrukturerade tillvägagångssättet har på så sätt också varit framkomligt då studien baserats på allmänt formulerade frågor men samtidigt även en frågeguide vilket genererat användbar information. Tillvägagångssättet har gjort att studien kunnat relateras till forskningsfrågorna och en stor förtjänst med den semistrukturerade intervjun är att intervjuguiden också använts för att kategorisera och jämföra insamlingsmaterialet. Intervjuguiden har haft frågor som ska beröras men intervjupersonen har haft frihet att utforma svaren på sitt sätt och frågorna har inte nödvändigtvis alltid kommit i ordning (Bryman, 2011: 206). Ett annat givande tillvägagångssätt för studien har varit att alla respondenter samtyckt till att spelas in med telefonen samtidigt som anteckningar gjorts. Inspelningen har gjort att allt kunnat fångats upp som sagts och antecknandet har gjort att studien fångat detaljer så som gester. Eriksson-Zetterquist och Ahrne (2011: 52) skriver att inspelning även gör att man får med mer vilket inte hinns med om man antecknar själv.

Rent praktiskt har det skickats ut ett informationsbrev till de fyra utvalda respondenterna vilket bifogats längst bak i uppsatsen. I texten har det bland annat förklarats att det söks intervju personer verksamma inom hästunderstödd terapi. Vidare har information kring studiens syfte och hur studien kommer förhålla sig till de forskningsetiska principerna givits. Informationsbrevet pekar även på att det i tidigare forskning visat sig svårt att urskilja yrkesverksammas argument till att använda just hästen i behandlingsarbete. Informationsbrevet framställer även intervjuaren samt den önskan vilket finns med studien.

5.3 Urval

När man kommit fram till den metod som behövs för att besvara forskningsfrågorna menar Ahrne och Svensson (2011: 24) att det lämpligaste är att fundera på de empiriska objekt man ska inrikta sig på. Det empiriska objekt studien inriktat sig på är yrkesverksamma inom hästunderstödd terapi och urvalsmetoden vilket använts för att komma i kontakt med dem är ett målstyrt urval. Bryman (2011: 392) menar att man genom ett målstyrt urval väljer ut deltagare på ett strategiskt sätt så att de är relevanta för forskningsfrågorna som valts. De yrkesverksamma vilket strategiskt tillfrågats för att besvara forskningsfrågorna är fyra stycken yrkesverksamma som arbetar med klienter tillsammans med hästar. Vidare kommer de i uppsatsen att benämnas som IP 1, IP 2, IP 3 och IP 4 för största möjliga anonymitet.

Det målstyrda urvalet har inte avgränsats utifrån vilken bakgrundutbildning de verksamma har eftersom fokus varit på att studera yrkesverksamma i sin helhet och vad som påverkat dem att ta in hästen i sitt arbete. Studiens urval har snarare gjorts utefter de yrkesverksammas olika bakgrunder för att se om de trycker på olika eller lika saker. Studien inbegriper med det sagt en legitimerad specialistsjuksköterska, en kognitionsvetare, en socialpedagog och en legitimerad sjukgymnast. Avgränsningen kan ses som bred, men för att få variation i intervjumaterialet har det varit en förutsättning.

Kriteriet var därmed att intervjupersonerna skulle vara yrkesverksamma inom hästunderstödd terapi och avsikten att studera olika yrkesverksamma på olika hästunderstödda organisationer. Urvalet är gjort utifrån en önskan om att intervjua yrkesverksamma som varit relevanta för forskningsfrågorna. Urvalet har givit förtjänsten i ett bredare perspektiv på materialet. Intervjupersonernas olika bakgrunder i förhållande till utbildning och erfarenheter har gjort att de ser hästunderstödda interventioner från lika men också olika synvinklar.

5.4 Metodens tillförlitlighet

Begreppsanvändningen vilket kommer användas i denna diskussion ingår ofta i kvalitativ forskning. Begreppen validitet och reliabilitet kan används i kvalitativ forskning men används främst i kvantitativ forskning när man pratar om metodens tillförlitlighet. Många forskare har diskuterat begreppens relevans för kvalitativa undersökningar (Bryman 2011: 351). Bryman (ibid.) menar att man kan införliva reliabilitet och validitet i den kvalitativa forskningen utan att i grunden modifiera begreppens innebörd. Reliabilitet handlar dock om hur resultaten från en undersökning skulle bli exakt samma som om studien skulle göras om igen (Bryman 2011:

49). Reliabiliteten i denna studie är svag då den inte skulle bli likadan om undersökningen gjordes på nytt. Intervjuer är beroende av kontext så även om samma frågeställningar, intervjuguide, metod och intervjupersoner hade använts så skulle resultatet inte bli likadant. Forskaren gör olika tolkningar av det intervjupersonerna säger och olika personer har olika erfarenheter och synsätt på begreppen som undersöks (ibid.). Ett annat viktigt begrepp är validitet vilket handlar om hur de slutsatser vilket gjorts från en studie hänger ihop eller inte (Bryman, 2011: 50). När vi undersöker en social företeelse genom en kvalitativ ansats blir det därför svårt att erhålla stark reliabilitet samt validitet.

Det finns däremot en andra utgångspunkt när det kommer till frågan om reliabilitet och validitet inom kvalitativ forskning (Bryman 2011: 353). Uppsatsen har belyst syften och frågeställningar utifrån dessa termer istället. Begreppen är tillförlitlighet och äkthet och är endast relevanta för kvalitativ forskning (Bryman 2011: 354) Vidare kan jag se att begreppet tillförlitlighet inbegriper fyra delkriterier: trovärdighet, överförbarhet, pålitlighet samt möjlighet att styrka och bekräfta. Ahrne och Svensson (2011: 27) menar att det första delkriteriet, det vill säga trovärdigheten, ökar om man har transparens i forskningstexten. Frågeställningarna belyses i studien därför genom att tydligt redogöra för forskningsprocessen. Jag har under förloppet även återkopplat till fältet för att öka trovärdigheten i studien. Bryman (2011: 355) kallar det respondentvalidering. Studiens avseende med återkopplingen har varit att berika studien med nya uppgifter. Ahrne och Svensson (2011:28) menar att återkoppling även ger möjlighet för den som blir intervjuad att kunna relatera till det intervjuaren sett i studien.

Bryman (2011: 354) skriver också om överförbarhet vilket handlar om att ge konkreta beskrivningar om små detaljer i ens studie. Det blir viktigt i denna studie då kvalitativa studier ofta ger djup kunskap om en viss specifik kontext. Jag försökte uppnå detta genom att transkribera noggrant och lyssna samt läsa igenom intervjumaterialet mer än en gång så att intervjupersonerna framträder på ett adekvat sätt. Det tredje delkriteriet pålitlighet handlar om att man ska kunna säkerställa en fullständig redogörelse av alla steg som ingår i ens studie (ibid.). Jag har redogjort för alla steg i denna studie och min egen position till forskningsproblemet har underbyggts med möjligheten att bekräfta och styrka. Bryman (2011: 355) menar att det handlar om att forskaren försökt säkerställa att hen agerat i god tro. Jag som uppsatsskrivaren har med det sagt haft som mål att inte påverkas av teoretisk inriktning eller personliga värderingar.

Studien har baserats på yrkesverksamma vilket lever på olika orter. Ahrne och Svensson (2011:29) menar att det kan leda till generaliserbarhet vilket styrker trovärdigheten inom kvalitativ forskning. Om två eller fler fall pekar åt samma riktning så kan man prata om att studien visar på mer allmänna tendenser än om endast en organisation undersökts. Vi måste dock komma ihåg att nästkommande fall i undersökningen kan avvika drastiskt från vad man kommit fram till innan (ibid.). Studien har haft flera saker vilket pekar åt samma riktning i olika frågor vilket visar på mer allmänna tendenser inom studien. Vi kan dock se att det finns vissa fall i undersökningen där svaren avvikit från varandra.

Om vi ser till det andra begreppet, det vill säga äkthet, så innehåller även det delkriterier: rättvis bild samt ontologisk-, pedagogisk-, katalytisk-, och taktisk autenticitet (Bryman 2011: 357). Studiens syfte och frågeställningar har belysts utifrån dessa kriterier. Studien har exempelvis eftersträvat att ge en rättvis bild av de olika uppfattningar vilket kom fram i intervjumaterialet. Undersökningen har också försökt bidra med en annan förståelse för den miljö de yrkesverksamma arbetar inom och verkat för att få intervjupersonerna att få en bättre bild av hur andra i samma kontext upplever saker och ting.

5.5 Bearbetning av material

Till en början bearbetades materialet genom transkribering vilket handlar om att man med ljudupptagning spelar in för att därefter skriva ner det till ett skriftligt material (Ahrne & Svensson, 2011: 49). Materialet har därefter analyserats genom att sortera, reducera och argumentera (Rennstam & Wästerfors 2011: 194). Materialet har sorterats för att skapa ordning och få överskådlighet då kvalitativa material lätt blir överflödiga (Rennstam & Wästerfors 2011: 196). Materialet sorterades också för att få en teoretisk blick på det (Rennstam & Wästerfors 2011: 194). Studien är med det sagt baserad på material med variation men i små mängder. Sortering av ett material kan ske på olika sätt men i metodlitteratur kan vi se att det många gånger skrivs om att koda materialet och att koda ett material tar utgångspunkt i ett utskrivet material (Bryman 2011, 523; Rennstam & Wästerfors 2011, 198; Aspers 2007, 159). Kodning är också en del av analysen och det tillvägagångssätt intervjumaterialet i denna studie analyserats med hjälp av. Jag valde att koda materialet i

återkommande teman vilket utformats efter relevanta teoretiska begrepp. Kodningen har syftat till att ordna materialet samt visa mönster och samband (Jönson, 2010: 56).

Fortsättningsvis finns det öppen respektive selektiv kodning (Rennstam & Wästerfors, 198). Studien inleddes med att se på materialet i likhet med en öppen kodning där materialet hanterades utan så mycket fokus på teori. Öppen kodning handlar om att direkt beskriva materialet med ord som återspeglar innehållet. Här kodades exempelvis utbildning och kön ut. Jag valde att göra så inledningsvis då jag ville försöka undvika att fokusera på den ”riktiga” empirin utifrån teori redan från början. Öppen kodning handlar vidare om att jag som forskare går igenom materialet och ger varje fenomen en kod som belyst deras betydelse (ibid.) Koder identifierades och jämfördes med varandra i den öppna kodningen. Därefter övergick studien i en noggrann genomgång av utskriften i likhet med selektiv kodning. Selektiv kodning handlar om att kodningen blir teoretisk (ibid.). Jag fokuserade på kategorierna jag tidigare bearbetat fram i intervjuguiden, så som erfarenheter och upplevelser, men även på teoretiska begrepp så som anknytning och känsla av sammanhang. Bearbetningen av materialet började alltså göras översiktligt för att sedan bli mer detaljerat. Eftersom studien föranletts av semistrukturerade intervjufrågor har delvis temafrågorna däri också använts för att koda materialet. Jönson (2010: 56) menar att en fokuserad insamling av materialet gör att kodningsprocessen är mer förutbestämd.

Intervjumaterialet har vidare bearbetats med olika färgpennor, då färgkoder underlättat sökandet efter koder avsevärt (Aspers, 2007: 175). Utgångspunkten för studien har varit det utskrivna materialet och ett kodschema. I kodschemat har det markerats att en viss färg representerar en viss kod. Jönson (2010, 56) benämner det som manuell kodning. Studien har startat med en grund kodning, där koder som är genomgående för hela intervjun först tagits ut så som exempelvis kön. Därefter har det centrala för studien kodats utefter tänkbart tema. Studien är gjord genom en rad för rad kodning (Aspers 2007: 173). Jönson (2010, 59) menar att studenter i första hand ska utgå ifrån utifrån teman man själv anser vara av vikt i analysen. Studien tar med det sagt utgångspunkt i Jönsons (ibid.) resonemang och har utgått från kategorier och begrepp vilket är av vikt i analysen. Kategorierna för analysen är: bakgrund, effekter, motiv, hästen, nackdelar, svårigheter, relation och klienters känsla av sammanhang. Formuleringarna vilket återkommit har skrivits upp separat och tolkats. Rennstam och Wästerfors (2011, 198) menar att när olika saker börjar återkomma kan en och samma kodning användas vilket gör att ett mönster bildas.

Materialet har också reducerats då det var nödvändigt för att få fram det för studien centrala. Enligt Rennstam och Wästerfors (2011, 202) är det svårt att inkludera allt material. Studien har fokuserat på materialet vilket problematiserat forskningsfrågorna och varit mest spännande att lyfta. Allt som sorterats in i teman kan inte visas upp i analysen utan jag har under reduceringsfasen fått välja ut de för analysen representativa. Det materialet som presenterats i analysen är med det sagt det slutgiltiga och representativ för det hela det insamlade materialet. Uppsatsen har med det sagt sorterats för att skapa ordning samt reducerats för att skapa tydlighet.

Till sist analyseras det reducerade materialet. De valda teorierna har gjort att jag fått ut ett resultat vilket är beroende av just dem teorierna. Hade jag valt en annan teori hade materialet kunnat analyserats på ett annat sätt vilket gör att empirin kunde ha fått ett helt annat resultat med en annan teori. Jag använder mig av anknytningsteorin för att kunna belysa relationer och anknytning i materialet i förhållande till hästunderstödd terapi och frågeställningarna vilket legat till grund för denna studie. Jag använder också det salutogena perspektivet i min bearbetning av materialet för att kunna se på den hälsobringande effekten hästunderstödd terapi möjligtvis kan ha. Begreppet KASAM, vilket är ett begrepp inom det salutogena perspektivet, används också för att se på om och i så fall hur hästen kan få klienten att känna en känsla av sammanhang och vad det innebär. Jag använder mig också av tidigare forskning på området för att kunna underbygga min analys med tidigare forskning och dra paralleller emellan mitt material och kunskapsläget. Slutligen i studien har det argumenterats för den tes vilket framkommit genom empirin som samlats in. Genom att argumentera vill självständighet påvisas i förhållande till tidigare forskning och teorier. Ett av studiens mål har varit att bidra med egna tolkningar och förklaringar inom området. Uppsatsen mål har också varit att inte enbart redogöra utan även argumentera samt problematisera. Rennstam och Wästerfors (2011, 206) menar att en uppsats bör ha ambition för att bidra till befintlig litteratur på området.

5.6 Etiska överväganden

Till att börja med skickades ett informationsbrev ut till deltagarna där de kunde läsa om syftet med studien, vilka metoder som skulle användas och vem det var som ansvarade för studien och all data. Enligt Kalman och Lövgren (2012, 13) måste en trolig deltagare

få information om vad de ska delta i för att kunna göra ett ställningstagande till om de vill vara med eller inte, vilket är i linje med informationskravet. Intervjupersonerna fick också samtycka till intervjuerna och ljudupptagningen via mobilen. I informationsbrevet belystes även att de yrkesverksamma alltid hade rätt att avbryta sitt deltagande. Att kunna avbryta sitt deltagande handlar om självbestämmanderätt vilket är av vikt ur ett etiskt perspektiv (ibid.).

Det tredje kravet studien förhållit sig till inom de forskningsetiska principerna är konfidentialitetskravet, vilket handlar om att värna om individer genom att vara omsorgsfull med hur man hanterar sin data (ibid.). Kravet har följts genom att anteckningarna från intervjubesöken, inspelningarna samt de utskrivna intervjuerna förvarats på ett säkert sätt i ett skåp med lås så att ingen obehörig kunnat nå dem, allt för största tänkbara konfidentialitet. Studien har också strävat efter att personer i uppsatsen inte ska kännas igen. Intervjupersonerna har därmed avidentifierats genom att benämnas med IP 1, IP 2, IP 3 och IP 4. Studien har enbart använt de benämningarna i allt som skrivits och sagts kring intervjupersonerna. Kalman och Lövgren (2012,14) menar att största genomförbara konfidentialitet genererar ärligare och utförligare faktamängd i intervjuer. Slutligen har studien även följt nyttjandekravet. Fakta studien fått fram har därmed endast använts för det aktuella forskningsändamålet.

Aspers (2007, 78) menar att frågeställningar och metod alltid påverkas av det etiska kravet och att det främsta sättet att klargöra för om de är etiskt försvarbart är att förhålla sig till de etiska forskningsprinciperna, vilket gjorts. Mot bakgrund av det anses frågeställningarna och val av metod vara etiskt försvarbara i förhållande till de forskningsetiska principerna. Viktigt att trycka på ändock mer i förhållande till detta avsnitt är värdet av studien. Vid forskning på människan får vetenskapens aldrig gå före respekten för intervjupersonens välbefinnande (Kalman & Lövgren 2012, 7) men avslutningsvis vill påpekas att forskningskravet och individskyddskravet vägts mot varandra. Värdet av kunskapen vilket studien genererat har vägts mot riskerna för intervjupersonerna och klienterna vilket är tredjeperson i studien. Slutsatsen är, i likhet med Vetenskapsrådets (2002: 5) argument, att det vore oetiskt att inte göra denna studie då den kan komma att förbättra människors liv samt minimerar förutfattade meningar och höja individers medvetenhet om hästunderstödd terapi.

6. Resultat med analys

Uppsatsen har med hjälp av en kvalitativ metod intervjuat fyra yrkesverksamma inom hästunderstödd terapi. I denna del av uppsatsen presenteras resultaten från intervjuerna och de analyseras genom anknytningsteorin samt det salutogena perspektivet och dess inbegripna begrepp KASAM. Vidare analyseras också intervjuerna i förhållande kunskapsläget. Intervjupersonernas meningar har kortats ner för att få fram det centrala med hjälp av meningskoncentration. Syftet med uppsatsen var att beskriva och analysera vad ett antal yrkesverksamma inom hästunderstödd terapi hade för argument för att ha hästen som del i behandling av personer med psykiska och fysiska funktionsnedsättningar. Vidare presenteras resultaten under rubrikerna: 1. Effekter av hästunderstödd terapi, 2. Motiv till att använda hästunderstödd terapi, 3. Hästen i behandlingsarbetet och 4. Nackdelar och svårigheter med hästar i behandling. Rubriker är skapta utifrån temafrågorna i intervjuguiden.

6.1 Effekter av hästunderstödd terapi

Om vi ser till effekterna av hästunderstödd terapi så lyfter respondenterna att det är verksamt för alla människor. Alla intervjupersoner pratar också om effekten att genom hästen få en annan kontakt och närvaro av sina klienter. I Carlssons avhandling (2017: 90) såg vi att den kontakten kan bero på att klienten i hästunderstödd terapi får en chans att svara på ett annat sätt vilket stärker den terapeutiska relationen.

6.1.1 Effekt på barn med utåtagerande problematik

Tre av intervjupersonerna lyfter den givande effekt hästunderstödd terapi har haft på barn med utåtagerande problematik. IP 3 berättar om två pojkar vilket gått från att kasta böcker och inte vara i skolan till att nu vara bland dem bättre i klassen på att läsa och vara med på samlingar. IP 3 uttryckte det på följande sätt:

”När han var här tredje gången då hade vi ljudit K A KA i ridhuset så att han kände wow det här är jag bra på... och en månad senare då tillhörde han en av de bästa i klassen på att läsa.”

IP 4 berättar vidare:

”... hen var utåtagerande. Ingenting fungerade egentligen det var bara en stor katastrof... det var en brokig resa men nu alltså nu är det verkligen en hen som har landat, som har utvecklats enormt, är inkännande och riktigt duktig... Du vet man kan inte vara skrämig kring hästen, man får vara inkännande och se hur reagerar dem på mig...”

I likhet med Carlssons (2017: 54) avhandling kan vi se att hästen alltså öppnar upp för ett minskat utåtagerande och miljön runt hästen gör det lättare för klienterna att vara äkta. Om vi ser den givande effekt hästunderstödd terapi har i det här sammanhanget utifrån Antonovskys (Gassne: 2008) salutogena perspektiv så kan skolan för barnen innan setts som en stressor och hur de handskas med denna stressor är avgörande. Hästunderstödd terapi blir här ett verktyg för hur barnen ser på och möter stressorn. Hästunderstödd terapi skapar den givande effekten då den, sett ur det salutogena perspektivet, utsätter pojkarna för utmaningarna i form av att exempelvis ljuda K A K A eller att behöva vara tystare och inkännande kring hästarna. Att ljuda K A KA innebär att terapeuten leder klienten från en bokstav till en annan i ridhuset, detta då det i ridhuset finns bokstäver uppsatta på väggarna som man kan rida emellan. IP 1 talade om hästunderstödd terapi och de utmaningar man ställas inför genom terapiformen på följande vis:

” Och klienten måste möta situationer som man inte alltid är bekväm i och hitta saker i sig själv som man kanske inte tycker är så kul... med hästen får vi liksom närma oss alla dem här sakerna för vi kommer ju hamna i lägen som är lite jobbiga och då får man liksom möta det på något sätt och då går det inte bara att skydda sig och låtsas utan det blir mer tydligt.”

Sett utifrån begreppet KASAM uppfattas övningarna och situationerna av barnen möjligtvis också begripliga, hanterbara och meningsfulla istället för oväntade, kaotiska och oordnade så som de känner att världen i övrigt är och däribland skolans miljö. Utifrån IP 3:s citat kan vi se hur hästunderstödd terapi och dess övningar och situationer kan ses som begripliga, hanterbara och meningsfulla. IP 3 sa såhär:

” Han var rätt så smart det märkte man rätt tidigt men i skolan var miljön alldeles för jobbig och kompisarna det blev bara jobbigt för jag orkar inte med dem men om jag ställer en häst i stallgången och säger nu ska vi ta hand om honom och vi ska se till att han mår bra alltså då orkar man ju med och då orkar man ju bry sig för vad känner han och vad tänker han”

Ovanstående citat kan, med det sagt, kopplas till KASAM men specifikt blir ena byggstenen i begreppet KASAM framträdande och det är meningsfullhet. Citatet påvisar att hästen är en individ som klienten kan bry sig om och som faktiskt behöver klienten. Klienten får här tillfälle att känna att det finns saker i livet som betyder något och de får känna sig behövda. Antonovsky (Gassne: 2008) menar att det blir lättare att hantera problem om individen också känner att livet är meningsfullt vilket exempelvis sker när klienten känner sig behövd av hästen. Fortsättningsvis pratar IP 3 om effekten hästen har på barn med utåtagerande problematik på följande sätt:

”Vi ska bara se till att det är lagom mycket runt och från att alltid ha misslyckats i skolan [ändrar tonläge] alltså ååh så blev det bråk igen eller så trilla en stol eller så hände det någonting och hur positiv man en försöker vara så läses ju kroppsspråket på lärarna och sjunker axlarna en millimeter på läraren så har ju den här pojken läst in det. Men vi vänder på det här får han ju hela tiden uppgifter där man får lyckas och då har vi ju vänt spiralen och få känna att wow jag kan och jag kan till och med ta hand om en annan”

Hästunderstödd terapi skapar med det sagt också positiva effekter på barn med utåtagerande problematik och deras inläring samt självkänsla. Om vi ser på citatet ovan i relation till tidigare forskning kan vi även se att hästunderstödd terapi öppnar upp för förmågor till emotionell medvetenhet och reglering (Carlsson: 2017). Hästunderstödd terapi skapar en positiv effekt genom att klienten får känna att den lyckats vilket också beskrivs i Forslings (2001: 37) rapport. Kunskapsläget påvisar även att hästunderstödd terapi fått stor betydelse för klientens självkänsla och självbild (Carlsson: 2017; Forsling: 2001; Carlsson, Ranta Nilsson och Traeen: 2014).

6.1.2 Effekten att aktivera

Hästunderstödd terapi tycks även ha effekten av att få ut människor och göra de mer aktiva. Alla intervjupersoner påpekar att hästen skapar aktivitet vilket kan kopplas till tidigare forskning då Håkansons (2008: 63) studie påvisar att hästen bidrar till ökad fysisk aktivitet samt kroppsmedvetenhet. IP 1 berättar följande:

”Killen som har varit hemmasittare som inte riktigt haft något fysiskt utan... spelat mycket datorspel. Han tar hand om sin häst själv nu... Han rider själv.”

Hästunderstödd terapi bidrar alltså till ökad fysisk aktivitet. Det framhålls även i Håkansons (2008) rapport att hästen fungerar som en brygga till motion i utemiljöer genom promenader och ridning. Författaren (ibid.) menar att det leder till aktivering, välbefinnande, motion och en sundare livsstil vilket i sin tur inverkar på livskvalité och hälsa. Det framhålls även av denna uppsatsens intervjupersoner. IP 3 sa exempelvis följande:

”Jag ser ju det såhär vi människor är skapta för att leva ett aktivt liv i naturen så vi använder ju inte bara hästen utan vi använder hela hästens miljö och hela naturen”

IP 1 sa vidare:

”Det är inte bara hjärnan utan det är också kroppen och då blir det en annan effekt tycker i alla fall jag.”

Sett ur det salutogena perspektivet kan effekten att aktivera människor ses som en salutogen faktor. När människan möter stressorer uppstår enligt Antonovsky ett spänningstillstånd och vi har olika resurser som kan hjälpa oss att få bort det. Här kan aktivering, genom hästunderstödd terapi, ses som en resurs vilket kan hjälpa oss att få bort spänningstillståndet. Människan kan genom terapiformen fokusera på att utvecklas och hantera livet istället för att brytas ner. Klienten kan inte undvika sina påfrestningar men kan genom hästunderstödd terapi

och dess aktiverande effekt göra det bästa av livet. Att möta stressorn med aktivering i naturen kan, ur Antonovskys teori, ses som en framgångsrik problemhantering hos människan. Det är hur vi människor möter stressorer som exempelvis ångest och depression som är viktigt enligt Antonovsky och inte stressorns laddning i sig (Gassne, 2008: 19)

6.1.3 Effekt på barn med olika svårigheter

Resultaten påvisar utöver effekter på barnen med utåtagerande problematik också ha effekt på barn med andra svårigheter. Respondenterna lyfter effekten hästunderstödd terapi har på exempelvis barn med svårigheter att prata, är blyga, traumatiserade, barn inom psykiatrin och barn med autism. IP 3 sa såhär:

” Alltså det var effekterna på barnen som gjorde att jag svängde om... det var effekterna egentligen både på alla barnen med olika former av svårigheter för vi har alltid- alltså det räckte att någon ringde och sa min flicka är så blyg så hon vågar knappt prata med någon när hon är i skolan”

IP 2 lyfte vidare de traumatiserade klienterna på följande sätt:

”Alltså när jag är nere i Tyskland och jobbar och ser vilken effekt det har på svårt traumatiserade människor alltså jag häpnar och känner sådan ödmjukhet varje gång alltså det är helt sanslöst”

IP 1 pratade om effekten hästunderstödd terapi har på barn med autism inom psykiatrin på följande vis:

” Så speciellt med dem här barnen för vi upptäckte också att det var väldigt verksamt för barn med autism inom psykiatrin och många där- Vi fick kontakt med barnen [betoning]. Det hände något med barnen det blev en annan närvaro. Det var mycket lättare att motivera till saker alltså att träna förmågor som är lite svåra... Så det blev som en bro”

Resultaten i denna studie påvisar alltså i likhet med andra studier ha effekter på många olika typer av människor (jmf Burgon, 2014; Byström, 2014; Carlsson 2017; Forsling 2001;

Håkanson, 2008; Jacobsson & Gegner, 2007; Norling 2000; Vidrine, Owen-Smith & Faulkner, 2002). IP 3 sa vidare såhär:

”Du ser alla stroke, hjärnskadade...men många av dem drabbas ju också av depression.”

IP 2 menar, i likhet med IP 3 och de andra respondenterna, också att hästunderstödd terapi har effekt på många olika typer av människor och lyfter det på följande vis:

” Alltså jag vet inte om jag träffat exakt alla kategorier av människor men... Alltså hästen det som händer när man går ut till hästarna det är ju att folk öppnar ju upp. Det som skulle tagit jättelång tid i traditionell terapi att liksom bygga upp förtroende och så det hände så himla mycket snabbare”

Vi kan koppla detta resultat till Margareta Håkansons (2008) rapport vilket exempelvis påvisar den hälsofrämjande effekt hästunderstöddterapi är genom att vara sjukgymnastik för människor. I Carlssons (2017: 80) avhandling kan vi till skillnad från det se att det istället läggs fokus på det psykiska och den lugnande effekt hästunderstödd terapi har på ungdomar. I likhet med andra utförda studier kan vi alltså även i denna uppsats urskilja de fysiska men också de psykiska effekterna hästunderstödd terapi har på människan. Till skillnad från andra studier tenderade dock respondenterna i denna studie att beskriva upplevelser kring barn och de effekter hästunderstödd terapi har på just unga människor mer än att prata om vuxna eller klienter i stort. Vilket syns genom citaten nedan:

IP 1:

” Ungdomarna och barnen det var så mycket, många som hade det tufft men ändå drogs hit. De hankade liksom sig fram på grund av hästen”

IP 2:

”För att jag såg vad som hände och jag hade ganska många barn med speciella behov”

IP 3:

” Så där började det kan man säga för det var väldigt barn med väldigt många diagnoser eller andra svårigheter”

IP 4:

”Att se dem här ögonen eller kroppen som bara utstrålar wow vad häftigt och när barn säger till mig det här är det bästa jag vet”

Trots att respondenterna tenderar att prata om barn och unga snarare än vuxna kan vi urskilja likheten med tidigare forskning i att respondenterna i denna studie också lyfter effekten hästen har på olika former av problematiker, fast då främst hos barn. Inom forskningsområdet kan vi se den gynnande effekten hästunderstödd terapi har för människor med olika diagnoser och problematiker vilket alltså även lyfts i denna studie (Burgon, 2014; Byström, 2014; Carlsson 2017; Forsling 2001; Håkanson, 2008; Jacobsson & Gegner, 2007; Norling 2000; Vidrine, Owen-Smith & Faulkner, 2002).

Sett ur det salutogena perspektivet kan effekten hästunderstödd terapi har på barn och unga förklaras med att det ligger en hälsobringande effekt i hästen. Perspektivet gör att vi kan se att barnen vilket genomgår hästunderstödd terapi får en ökad känsla av sammanhang i förhållande till hästen vilket leder till exempelvis minskad stress i barnens liv.

IP 3 lyfter den lugnande och stressreducerande effekten hästen har på följande sätt:

”Alltså stressrelaterad ohälsa är det bra för... det finns inget bättre för dem som inte klarar sig på att bara gå och prata...”

IP 1 menar vidare att vi skulle ha hästunderstödd terapi som friskvård i Sverige och pratade om stress i relation till terapiformen på följande sätt:

” Jag tror att vi mår mycket mycket sämre nu på grund av detta [stress] och att det är så mycket information och den här mobilen den stressar oss på något sätt.

Vi är ju så stressade hela tiden så jag tror också att hälsan blir bättre med hästunderstödd terapi”

IP 3 nämner vidare en ung tjej med ätstörningsproblematik och självskadebeteende vilket under en session sa:

”Detta är det enda stället där jag mår bra och där jag kan känna ett inre lugn och får lov att känna att jag kan må bra.”

Ovan påvisas med det sagt den lugnande effekt och positiva påverkan hästunderstödd terapi har. Om vi vidare ser på effekterna hästunderstödd terapi har för olika människor utifrån anknytningsteorin så förstår vi snabbt även att hästen kan erbjuda en annan relation och ett annat anknytningsband än det som finns emellan människa och människa. Resultaten påvisar att hästar ger möjligheter för att uppleva hälsosamma anknytningsband. Om anknytningspersonen tidigare försvunnit ur klientens liv skapar det en oerhörd ångest och stress hos personerna. Mamman är enligt Bowlby den viktiga del vilket utgör basen i barnets liv och som man återkommer till (Beck-Friis, Strang & Beck-Friis: 2007: 15). Enligt nutida anknytningsteori måste dock ytterligare individer och faktorer och beaktas och däribland pappan (Broberg et al: 2006). Bortsett från mamman och pappan menar nutida forskning också att det finns andra individer som man knyter an till. Utifrån respondenternas svar kan vi se att det är här hästen kan komma in. Utifrån nutida anknytningsteori kan vi se hur klienterna sökt upp hästen vilket står nära till hands som anknytningsindivid. Hästen blir en biträdande anknytningsindivid. Hästen kan aldrig ersätta den mänskliga kontakten men fylla potentiella luckor och hjälpa klienten i sina relationer till människor. Exempelvis kan hästen som biträdande anknytningsindivid hjälpa till att bygga upp tilliten för människor igen och ge positiva effekter så som stressreducerande effekt och lugnande effekt (Folke-Fichtelius, 1995: 6).

Det går att förändra bilden av relationer man haft tidigare genom nya erfarenheter av positiva relationer tillsammans med en biträdande anknytningsperson (Carlsson, 2017: 83). I denna studie kan vi se att den biträdande anknytningsindivid blir hästen. Hästen i denna studie är den som ger möjlighet till återkoppling vilket tidigare anknytningsperson inte kunnat ge. Resultaten påvisar att det i sin tur gör att klienten kan hitta sig själv och fortsättningsvis också

kan reglera sina känslor själv. IP 3 sa exempelvis såhär om effekterna hästunderstödd terapi har i förhållande till anknytning och relationer:

”Tyskland och Österrike jobbar mycket med svårt traumatiserade barn och använder hästar... dem säger att dem kan jobba med tre till fyra gånger så många familjer för det går så mycket fortare för det är ju det här allians bygget som ofta är så svårt.”

IP 1 beskriver vidare hur häst-människa relationen skiljer sig från människa-människa relationen:

” Relationen är jätteviktig och då har du någon där som på något sätt är så enkel...Människor är så komplicerade hästarna är mer glada”

IP 2 påvisar även hur hästen kan skapa effekten av att klienten knyter an till denne istället för en människa:

” Dem [klienterna] har inte en relation med någon dem har trasiga anknytningsmönster och dem har kanske aldrig riktigt knutit an till någon överhuvudtaget liksom så hästen komma in och hjälpa till med anknytning”

6.1.4 Sammandrag

Till skillnad från annan forskning lägger respondenterna i denna studie mer fokus på att presentera skillnaderna hästunderstödd terapi gör för unga snarare än vuxna. I likhet med annan forskning påvisar dock även denna studies resultat att hästunderstödd terapi har effekter på många olika diagnoser och problematiker (jmf Burgon, 2014; Byström, 2014; Carlsson 2017; Forsling 2001; Håkanson, 2008; Jacobsson & Gegner, 2007; Norling 2000; Vidrine, Owen-Smith & Faulkner, 2002). Sett ur det salutogena perspektivet så har hästunderstödd terapi en hälsobringande effekt på människan i form av bland annat att stressreducera. Specifikt blir ena byggstenen, det vill säga meningsfullhet, i begreppet KASAM framträdande när det kommer till de olika effekterna hästunderstödd terapi har för människan. Klienten får känna att det finns saker i livet som betyder något och de får känna sig behövda vilket leder till både

lugnande effekter, stressreducerande effekter och aktiveringseffekt. Antonovsky (Gassne: 2008) menar att det blir lättare att hantera problem om man också känner att livet är meningsfullt vilket exempelvis sker när man känner sig behövd av någon. Sett ur anknytningsteorin får hästunderstödd terapi också en sorts anknytningseffekt då somliga klienter, vilket respondenterna lyfte, hellre knöt an till hästen istället för människan. Hästen i denna studie är den som påvisas kunna ge möjligheter till återkoppling och nya goda relationer vilket tidigare anknytningspersoner inte kunnat ge.

6.2 Motiv till att använda hästunderstödd terapi

Om vi ser till motiven till att använda hästunderstödd terapi så skiljer resultaten en del här. Vissa trycker på en somliga motiv mer och andra mindre. Resultaten påvisar att vissa respondenter även trycker på motiv som anses vara väldigt centrala för dem medan andra inte pratat alls om just dem motiven, utan lyfter andra motiv som viktiga. Beror det möjligtvis på det strategiskt breda urvalet av respondenter med olika utbildningsbakgrunderna som gjorts? Vissa motiv till att använda hästunderstödd terapi ses dock som centrala för alla respondenterna. Resultaten har med det sagt kunnat urskilja följande motiv, även om det är mer eller mindre, utifrån respondenternas svar: positiv inläring, hästens miljö, relationsskapande och helande av människan. Det här avsnittet kommer med det sagt att använda de motiven som rubriker. Vidare kommer skiljaktigheterna också visas under rubrikerna.

6.2.1 Inläring

Respondenterna pratade i studien om personer i skolåldern, vilket är smarta, men har svårt med skolmiljön då det är för många påfrestningar så som exempelvis störande kompisar. Barnen orkar inte med att lära sig och tycker inte att skolan är rolig. När barnen sedan kommer till verksamheten för att genomgå hästunderstödd terapi märker intervjupersonerna detta och försöker vända inläringen till något positivt. Här får klienterna möjlighet att känna att de lyckas och att dem kan ta hand om en annan varelse. IP 3 berättar om en kille:

” Han var rätt så smart det märkte man rätt tidigt men i skolan var miljön alldeles för jobbig och kompisarna det blev bara jobbigt för han orkar inte

med dem men om jag ställer en häst i stallgången och säger nu ska vi ta hand om honom och vi ska se till att han mår bra alltså då orkar man... vi vänder på det, här får han hela tiden uppgifter där man får lyckas och då har vi ju vänt spiralen och få känna att wow jag kan och jag kan till och med ta hand om en annan”

I Silfverbergs (2009: 69) projekt kan vi urskilja liknande resultat som i denna studie. Resultaten visade att hästen många gånger var en stor del i att klienterna vände inläringen till något positivt. Några av deltagarna i studien lyfte att hästen stimulerat förmågan att lära på nytt samt att hästen gjort att de fått nya egenskaper och kunskaper vilket de inte haft tidigare. Sett ur anknytningsteorin kan en person lära sig tekniker för att hantera svårigheter trots att man har en dålig anknytning sedan tidigare. Interaktionen med hästarna kan ge möjlighet för att känna trygghet och tillit trots dålig anknytning. Utifrån IP 3:s citat kan vi se att hästunderstödd terapi ger möjlighet för klienten att ta hand om och se till att hästen mår bra. Genom att umgås med hästen lär sig klienten respekt, tillit, empati och kärlek. IP 4 berättade vidare om en annan klient vilket också genomgått hästunderstödd terapi och vänt inläringen till något positivt:

” Jag har en som jag faktiskt tycker är solskenshistoria. Det är en hen som är nybliven tonåring, hen var inte tonåring när hen började här. Men en väldigt traumatisk upplevelse sedan några år tillbaka och hen hade slutat gå till skolan, hen hade jobbigt att få kompisar och var utåtagerande. Ingenting fungerade egentligen det var bara en stor katastrof... Det var en väldigt brokig resa men nu alltså nu är det verkligen en hen som har landat, som älskar hästarna, som har utvecklats enormt [betonar], är inkännande och är riktig duktig och som har berättat hur härligt det var att helt plötsligt känna att man kunde vara och då har det varit dem här grejerna som att hen inte gått i skolan på ett år och går nu i skolan, har landat, är mycket mer fysiskt aktiv och vill lära sig”

Motivationskomponenten beskrivs utifrån Antonovskys begrepp KASAM som meningsfullhet (Gassne: 2008). Meningsfullhet syftar till i vilken omfattning en individ känner att livet har en emotionell innebörd. Människan behöver meningsfullhet för att stimuleras och nå framgång (ibid.). Hästen kan ses skapa meningsfullhet för barnen i

detta sammanhang och hästen blir motivationen när det kommer till lärande och skolan. Hästen finns alltid där, gör klimatet mer avslappnat och gör det lättare att hantera svårigheter. När individen tar hand om hästen är det också möjligt att hen känner att livet har en emotionell innebörd.

6.2.2 Hästens miljö

Resultaten påvisade också att hästens miljö är ett av motiven till användandet av hästunderstödd terapi. Till skillnad från traditionella miljöer öppnar hästen och dess levnadsmiljö upp för många olika terapeutiska möjligheter vilket inte kan erbjudas utifrån de traditionella terapiformerna. IP 2 förklarar exempelvis hur hon använder hästens natur och hage när hon arbetar med klienter. Hon menar att de sällan rider utan förklarar att de istället jobbar i hagen och i hästens natur på följande vis:

” För vi använder ju inte hästen som ridhäst utan det vi gör är att vi går ut till hästarna dem är ju lösa där ute i naturen och så går vi ut till dem och så bjuder vi in till olika aktiviteter tillsammans med hästarna och det kan vara aktiviteter där man ska bygga saker exempelvis bygg din väg igenom det här problemet”

Vi kan i Forslings (2001: 100) rapport se att även han vill visa på den rika miljö vilket stallet och hästarna skapar. Forsling (ibid.) menar att han blivit tagen av den terapeutiska miljö som hästarna lever i. Två av fyra respondenter i denna studie menar att de blivit tagna av hästens miljö. IP 3 förklarar det såhär:

” Skogen är ju fantastisk på alla sätt och det är en miljö där vi människor har vårt ursprung. Vi är skapta för att leva ett aktivt liv i naturen och det använder vi oss av i vår behandling så vi använder ju inte bara hästen utan vi använder hela hästens miljö och hela naturen... och vi är i en natur där vi kan öppna våra sinnen... i stadsmiljö där kan vi inte se allt som syns och vi kan inte höra allt som hörs... våra sinnen måste jobba för vi måste ju höra om det kommer en buss eller någon fara eller så... vi kan liksom inte koppla av men i naturen kan vi det för vi är skapta för att leva i den.”

Vi kan också se att IP 2 lyfter hästens miljö fast på ett annat sätt:

” Det blir ju en väldigt trygg miljö så det öppnar ju upp för möjligheter snabbt att komma igång med vad är det som är problemet.”

IP 3 pratar om hästens miljö som något vi människor har vårt ursprung i och vilket man kan dra nytta av i behandlingsformen. IP 2 presenterar mer hästens miljö som något säkert och i vilken man kan öppna upp för möjligheter att komma igång med ett problem. Det finns en skiljaktighet men resultaten visar ändå att båda ser hästens miljö som ett motiv till användandet av hästunderstödd terapi. Antonovsky såg på hälsans ursprung och fokuserade på det som gjorde att människan behöll hälsan, eller till och med förbättrade den, och här kan hästens miljö ses som en allmän motståndskraft för att behålla eller förbättra hälsan (Gassne: 2008). Utifrån Antonovskys begrepp KASAM kan vi vidare se att det är när vi befinner oss i ett sammanhang vilket känns självklart och som betyder något för oss som vi får en känsla av sammanhang. Positiva upplevelser som förstärker känslan av meningsfullhet kan med det sagt exempelvis ta sig uttryck i vackra miljöer och natur.

6.2.3 Relationsskapande

Relationsskapandet var mycket centralt för alla respondenters användande av hästunderstödd terapi. Resultaten från studien visar att hästunderstödda terapeuter oavsett ursprunglig utbildningsbakgrund tycker att deras nuvarande position som hästunderstödd terapeut öppnat upp för andra relationsmöjligheter. IP 1 förklarade hur hästunderstödd terapi öppnat upp för ett annat relationsskapande på följande sätt:

” Vi fick kontakt med barnen [betoning]. Det hände något med barnen det blev en annan närvaro. Det var mycket lättare att motivera till saker alltså att träna förmågor som är lite svåra... Så det [hästunderstödd terapi] blev som en bro”

Hästen beskrivs i denna studie som en brygga emellan klient och terapeut vilket hästen också beskrivs vara i Carlssons (2017) avhandling. Vidare pratade IP 2 om hur man genom terapiformen bildar en relation vilket man kan benämna som ett team:

” Och hela det teamet liksom klient, häst, hästspecialist, psykolog tillsammans alltså... Och det som händer med dem här människorna hur dem växer alltså det är- Ja jag är helt såld så”

I Forslings (2001: 24) rapport påvisas också att man bildar ett team och att det specifikt i relationen med häst, terapeut och klient är viktigt. I Carlssons (2017: 74) avhandling kan vi se att det kan bero på att det i hästunderstödd terapi skapas en mer äkta relation med tillit och respekt mellan ungdomar och terapeuter. IP 3 beskrev hur relationen emellan klient och terapeut blir mer tillitsfull genom hästunderstödd terapi på följande sätt:

” Det är ju så patienterna också får tillit för oss, om de känner att vi gör vad vi kan för att den här hästen ska må så bra som möjligt. Man gör ju exempelvis saker som inte är så mysigt så som att spänna sadelgjorden [dra ”bälte” runt magen på hästen] men då får man ju göra det på allra bästa vis så att... hästen får så lite obehag som möjligt... om jag hela tiden visar och förklarar då blir jag någon att lita på”

Vidare sa IP 1 såhär i förhållande till att hästunderstödd terapi öppnar upp för en annan relation emellan klient och terapeut:

” Det blev en gemensam upplevelse mer. Relationen blev mycket bättre.”

Resultaten av studien påvisar med det sagt att ett motiv till att använda sig av hästunderstödd terapi är att terapiformen, med hästen som medlare, skapar en annan relation mellan terapeut och klient. Vidare visar resultaten att det är hästen som skapar en sådan tillitsfull relation sinsemellan dem. Resultaten visar att hästen, som levande djur, bidrar till relationsskapande mellan klient och häst. Studien visar att klienter många gånger upplever människor som komplicerade medan hästar är glada och förlåter. IP 1 pratar om relation och förlåtande i förhållande till hästen på följande sätt:

”Du är förlåten om du gjort något dumt och tillåten att vara som du vill och se ut som du vill det är ingen som kommer ut med någon kommentar.”

Hästunderstödd terapi skapar med det sagt också en relation emellan klient och häst. IP 1 beskriver det såhär:

”Relationen är jätteviktig och då har du någon där som på något sätt är så enkel i sin- Människor är så komplicerade hästarna är mer glada. Dem är glada när du kommer, de är inte så känsliga, det är inte så att dem är sura för att du, gjorde så eller så och går runt och tänker på det.”

Vidrine, Owen-Smith & Faulkner (2002: 600) skriver i sin studie att klienter ofta samtalar mer tillsammans med hästen än med terapeuten. Skillnaden i förhållande till mer allmänt kända terapiformer är att hästen här är mer jämbördig i sin relation med klienten än vad klient och terapeut är. Enligt Vidrine, Owen-Smith & Faulkners (2002: 595) studie är hästar heller inte dömande och det spelar ingen roll om du är liten för din ålder eller ett prov gått dåligt. Sett ur anknytningsteorin skapas ett tryggt anknytningsband emellan klient och häst. Hästen erbjuder en relation och ett anknytningsband vilket får positiv betydelse för individens utveckling. Hästunderstödd terapi skapar positiva relationer tillsammans med biträdande anknytningsindivider i form av hästarna. Trots att relationen är ordlös är ett motiv till användandet av hästunderstödd terapi också att hästen kan ge återkoppling vilket tidigare anknytningspersoner inte kunnat ge.

6.2.4 Hela människor

När vi ser vad det finns för motiv till användandet av hästunderstödd terapi kan vi se ett enhälligt svar även när det kommer till den hästunderstödda terapins helande av klienter. Alla respondenter menar att det är en terapiform vilket helar människans psykiska och fysiska välmående. Många studier på området påvisar att terapiformen ger en möjlighet för klienter att ta itu med sitt fysiska och/eller psykiska behov.

Hästunderstödd terapi har beskrivits ha betydelse för människors psykiska och fysiska välbefinnande och vi kan se att hästunderstödd terapi skapar en bättre självbild, självkänsla samt minskar vrede, depression och tankar i negativ riktning hos klienter (Carlsson: 2017; Forsling: 2001). I förhållande till hästens betydelse för människors fysiska välbefinnande visar Håkansons (2008) studie på hälsofrämjande effekter i

behandling av klienter med smärtproblem. I denna studie säger IP 4 såhär om hästens helande kraft:

” Det är ett stort mervärde på många plan. Det är psykiska plan, det är fysiska plan... alltså det är ingen annan som tidigare lyckats sätta igång de här processerna.”

Resultaten i studien visar att hästunderstödd terapi helar människor med olika typer av problematik ända in i själen. I denna studie lyfter respondenterna att de hjälpt bland annat människor med trauman, självska debeteende, autism, ADHD, livshotande sjukdomar och ätstörningar. Resultaten visar även att tre av fyra respondenter använder sig av hästens tredimensionella rörelser vid olika smärtproblem och rörelsehinder. I förhållande till detta kan vi se att tidigare studier också lyft hästens rörelser och hur de påverkar människan, exempelvis när det kommer till MS patienter (Leben-Mit-MS: 2017). I denna studie uttryckte IP 1 det såhär när det kom till det fysiska helandet av klienter:

”Så det tycker jag är den stora vinsten med hästunderstödd terapi och det kan man ju ha i att man rör på sig också men då är man ju ganska beroende av sin fysiska förmåga... på hästen behöver man ha en viss förmåga men vi kan ändå anpassa det jättelångt och hästen kan kompensera för den fysiska förmågan”

IP 3 pratar om hästens rörelse på följande sätt:

” Och se dem här barnen med rörelsehinder när de börjar hitta sin position i rummet och börjar kunna sitta och kunna följa med ja det är verkligen roligt att se hur balans och stabilitet hur de faktiskt förbättras ganska omedelbart.”

IP 4 menar att:

” Det är sjukgymnastik... att sitta på hästen och ta del av dem här tredimensionella rörelserna som det innebär att sitta på en häst.”

I denna och i Håkansons (2008: 63) studie påvisas att hästen tillför hälsofrämjande effekter i behandlingen av klienter med fysiska problem. I studien får hästens rörelser betydelse. Hästens rörelser skapar inverkan på motorisk inläring, rörlighet och kontroll. Sett ur det salutogena perspektivet (Gassne: 2008) har hästunderstödd terapi en salutogen effekt på individen. Utifrån perspektivet gör hästunderstödd terapi så att människan trots alla påfrestningar i livet förblir friska och utvecklas istället för att brytas ned. Studiens resultat påvisar slutligen att hästunderstödd terapi lär klienter hantera livet genom att terapiformen öppnat upp för ett sammanhang vilket är begripligt och meningsfullt för klienten och hans leverne.

6.2.5 Upplevelsebaserat

Ett annat motiv vilket alla respondenter lyfte var att hästunderstödd terapi, till skillnad från många andra terapiformer, är upplevelsebaserat. Hästunderstödd terapi är en terapiform där klienterna får lära sig om verkliga utmaningar i en stimulerande stall-, natur- och djurmiljö. IP 3 sa på följande vis:

” Jag brukar säga att man packar livsryggsäckarna på positiva djur och naturupplevelser och dem är bra för oss människor.”

Klienterna lär sig genom upplevelser i stallet hur de ska hantera utmaningar. Klienterna lär sig genom sina egna erfarenheter och egna upplevelser. De får pröva att mocka, borsta, ta in hästen från hagen och så vidare. Därefter kan de reflektera över vad dem upplevt och tillsammans med den hästunderstödda terapeuten bearbeta det dem upplevt. IP 2 berättar om en klient vilket genom sin upplevelse tillsammans med hästen fick ett verktyg för att hantera utmaningar i vardagen. IP 2 berättade det på följande sätt:

”Det är ju det som är med upplevelsebaserat lärande du får ju liksom det du gör i kroppen och på näthinnan så hon [klient] pratar ju mycket om att hon har ju den här hästen på näthinnan alltid som en symbol nu när hon behöver vara modig och att det betyder jättemycket för henne och medan om du då hade suttit i samtalsterapi så får du ju inte bilder på det sättet.

Upplevelsen sätter sig inte i kroppen du får liksom en intellektuell och förhoppningsvis en emotionell upplevelse av allting men du får den liksom inte kroppsligt.”

Studiens resultat påvisar att hästunderstödd terapi är upplevelsebaserat vilket medför att klienterna får utforska, skapa, upptäcka och själva relatera och interagera med världen omkring sig tillsammans med hästen. Klienterna får lära sig naturligt och på sina egna villkor genom aktiviteter med hästen och dess miljö. På intervjufrågan om vad som är poängen med hästunderstödd terapi svarade IP 1 på följande vis:

” ...det är mer upplevelsebaserat och hela kroppen blir engagerad. Det är det som jag kommer åt i alla fall. Det är inte bara hjärnan utan det är också kroppen och då blir det en annan effekt tycker i alla fall jag. Det är det som är grejen för att vi har så mycket försvar. Bara pratar vi, pratar vi bara ur en massa saker men när vi är i kroppen med alla sinnen så blir det på ett annat sätt.”

Kopplat till KASAM kan vi se att respondenterna påvisar att hästunderstödd terapi är en terapiform där man får chans att känna meningsfullhet och begriplighet då behandlingsmetoden är upplevelsebaserad. Vi får mer förståelse för hur klienterna får chans till detta genom att se vidare på vad IP 1 sa vid intervjun:

” Det är också det att jag inte behöver peka med hela handen... här kan jag också använda hästen och låta hästen visa vägen så att individen kan känna att den mer upptäcker själv... att den mer känner att den själva kommer fram till saker... Hästen är ju ingen konkurrens så det blir ju inte så jobbigt och så kan man ta det via det och så kommer de till massa insikter och upplevelser än att man står där och direkt... Det är mer att man vägleder här än i det andra där blir det mer att man berättar.”

Det upplevelsebaserade motivet till att använda sig av hästunderstödd terapi ger troligen en förbättring av klienternas hälsa sett ur det salutogena perspektivet. Sett ur det salutogena (Gassne, 2008: 19) synsättet är hästunderstödd terapi, som upplevelsebaserad terapiform, något vilket kan gynna klienternas självkänsla och ge dem resurser att hantera livets utmaningar i strävan mot en god hälsa. Hästunderstödd terapi kan vara ett sett att förbättra människors hälsa då det är upplevelsebaserat. Förutsättningarna här är dock att terapiformen hanteras utifrån salutogena grunder där terapeuterna vilket bedriver hästunderstödd terapi känner sig trygg med behandlingsmetoden och klienterna känner att den hästunderstödda metoden är knuten till deras livsvärld. Sammantaget kan vi se att dessa förutsättningar är uppfyllda i denna studie då resultaten påvisar att terapeuterna är trygga med behandlingsmetoden och klienterna vilket lyfts har påvisats känna att hästunderstödd terapi är knuten till deras livsvärld.

6.2.6 Sammandrag

Motiven till att använda hästunderstödd terapi är många. I detta avsnitt har de mest centrala för studien lyfts utifrån vad respondenterna belyst. Ett av motiven till att använda hästunderstödd terapi är att det kan hjälpa till med inläring hos barn. När barnen kommer för att genomgå hästunderstödd terapi så försöker intervjupersonerna vända inläringen till något positivt. Klienterna får genom terapiformen möjlighet att känna att de lyckas och att de kan ta hand om en annan varelse. I Silfverbergs (2009: 69) projekt kan vi urskilja liknande resultat som i denna studie. Resultaten visade att hästen många gånger var en stor del i att klienterna vände inläringen till något positivt. Vi kan tydligt se att hästen också fungerar som en motivationshöjare utifrån det teoretiska begreppet KASAM (Gassne: 2008).

Ett annat motiv är den miljö hästen lever i. Till skillnad från traditionella miljöer öppnar hästen och dess levnadsmiljö upp för andra terapeutiska möjligheter, så som att man kan promenera i skogen med ett levande djur, samtidigt som klient och terapeut har ett terapeutiskt samtal. Vi kan i Forslings (2001: 100) rapport se att även han vill visa på den rika miljö vilket stallet och hästarna skapar. Sett ur det salutogena perspektivet kan hästens miljö här ses som en allmän motståndskraft för att behålla eller förbättra hälsan (Gassne: 2008). Relationsskapandet också centralt för alla respondenters användande av hästunderstödd terapi. Hästen beskrivs i denna studie som en brygga emellan klient och terapeut, vilket

hästen även beskrivs vara i Carlssons (2017) avhandling. Resultaten visar att hästen, som levande djur, även bidrar till relationsskapande mellan klient och häst. Studien visar att klienter många gånger upplever människor som komplicerade medan hästar är glada och förlåter. Vidrine, Owen-Smith & Faulkner (2002: 600) skriver i sin studie att klienter ofta samtalar mer tillsammans med hästen än med terapeuten. Skillnaden i förhållande till mer allmänt kända terapiformer är att hästen här är mer jämbördig i sin relation med klienten än vad klient och terapeut är.

Slutligen visar resultaten att hästunderstödd terapi helar människans psykiska och fysiska välmående. Många studier på området påvisar att terapiformen ger en möjlighet för klienter att ta itu med sitt fysiska och/eller psykiska behov (jmf Burgon, 2014; Byström, 2014; Carlsson 2017; Forsling 2001; Håkanson, 2008; Jacobsson & Gegner, 2007; Norling 2000; Vidrine, Owen-Smith & Faulkner, 2002).). Resultaten visar också att hästunderstödd terapi är upplevelsebaserat, vilket är ännu ett motiv till användandet av terapiformen. Klienterna får, genom sina upplevelser tillsammans med hästen, lära sig hur de ska hantera utmaningar. Sett ur det salutogena (Gassne, 2008: 19) synsättet är hästunderstödd terapi, som upplevelsebaserad terapiform, något vilket kan gynna klienternas självkänsla och ge dem resurser att hantera livets utmaningar i strävan mot en god hälsa

6.3 Hästen i behandlingsarbetet

Beroende på vilken form av hästunderstödd terapi intervjupersonerna bedrev togs olika delar upp i hur man såg på hästen i behandlingsarbetet. Respondenterna som använde hästen till att rida på och inte enbart jobbade med hästunderstödd terapi från marken tenderade till att belysa hästens egenskaper som bärande och stark mer än de vilket jobbade med hästen som medarbetare i hästunderstödd psykoterapi. Oavsett utbildningsbakgrund tog dock alla upp att hästen kunde återspegla, ge vänskap, värme, beröring samt bidra till att vara i nuet.

6.3.1 Återspegla

Vidrine, Owen-Smith & Faulkner (2002: 595) lyfter hästens egenskap som flyktdjur i sin studie. I denna studie lyfter respondenterna också hästens egenskap som flyktdjur

vilket enligt respondenterna gör att hästen är känslig och har lätt för att återspegla individers känslor. Studiens resultat visar att terapeuterna kan läsa av klienterna via hästen vilket kan underlätta behandlingsarbetet. IP 2 förklarade det på följande vis:

”Du kan stå och titta på och hur folk agerar du behöver inte lyssna på dem och försöka räkna ut om det är såhär dem beter sig vanligtvis utan du bara ser det.”

Utifrån de yrkesverksammas syn på hästen i behandlingsarbetet kan hästen återspegla känslor till dem från klienten oavsett om klienten vill eller inte. Känslan kan därmed upptäckas via att terapeuten ser känslan hos hästen utan att terapeuten sett känslan hos klienten. Terapeuten kan utifrån det hjälpa klienten att fungera just i den rådande situationen. Carlssons avhandling (2017) visar att hästen har en biologisk egenskap i att de erbjuder omedelbar och icke-verbal feedback när de speglar människans kroppsspråk och känslor direkt tillbaka till klienten. Denna studie visar på samma resultat och respondenterna menar att det är positivt då hästen återspeglar vem klienten är. IP 4 sa såhär:

” Dem är så perfekta och i och med att dem också är flyktdjur så gör det också att dem är så oerhört receptiva för gester mimik etc. och det är det som gör att det är så spännande att umgås med hästen för dem återspeglar så mycket av hur och vem du är.”

Hästen gör det som sagt svårt för klienterna att dölja sina känslor, tankar och egenskaper som de möjligtvis skäms för, vilket framkommer både här, i Carlssons (2017) observationer och Carlsson, Ranta Nilsson och Traeen (2014) artikel. Enligt författarna (ibid.) kan klienterna ljuga om sina känslor för terapeuter men i den hästunderstödda trepartsrelationen kan klienterna inte ljuga om sina känslor för hästen speglar klienternas känslor. Trots det menar intervjupersonerna i denna studie att hästar speglar klienters agerande och känslor på ett begripligt sätt och utan att minimera klientens självkänsla. Respondenterna menar att speglingen från hästen endast hjälper klienten att få svar på sin egna känsla och sitt egna beteende samt hjälper terapeuterna i behandlingsarbetet. IP 1 beskrev exempelvis en situation med spegling på följande vis:

” Han kan verkligen säga det att jag och hästen vi känner samma. Jag är trött och hästen är också lite trött. Och så pratar vi om hur det kan återspegla honom”

Utifrån denna studie påvisas det att hästen tydligt kan visa klienters känslor genom sitt kroppsspråk och att klienterna kan känna igen sig i hästen. Hästens egenskap som flyktdjur och känslig fyller med det sagt en viktig funktion i att spegla klienters känslor. Kan det vara så att hästens speglingsegenskap gör klientens tillvaro mer begriplig och hanterbar? Klienten kan se hur hästen reagerar på exempelvis att hen är upprörd. Det i sin tur gör att personen utifrån kan se på sina upprörda känslor vilket gör situationen mer begriplig och lättare att hantera. När vi möter stressorer uppstår enligt Antonovsky (Gassne, 2008: 19) ett så kallat spänningstillstånd vilket vi har olika resurser som kan hjälpa oss med att få bort. Utifrån Antonovskys teori kan hästens spegling av klientens känslor vara en resurs vilket gör att klienten lyckas få bort olika spänningstillstånd.

6.3.2 En icke-mänsklig vän

En grund för införandet av hästen i behandling är att klienterna beskriver hästarna som äkta och inte värderande i relationen (Forsling, 2001). Hästen beskrivs i Forslings (2001:37) rapport som flickornas vän samt att hästen lärde sig deras språk och var beredd att hjälpa dem. I denna studiens resultat framkommer samma sak men i tillägg till det kan vi också se att hästens egenskap som vän kan vara bra för individer med anknytningsproblematik och psykisk ohälsa. Intervjumaterialet påvisar att hästen i behandlingsarbetet upplevs vara icke-värderande och att denne inte dömer klienten. Studiens resultat visar även att hästen ger klienter värme, glädje och vänskap. IP 3 sa exempelvis såhär:

” Hästen har ju så länge ställt upp med sina egenskaper så som vänskap och värme”

Sett utifrån anknytningsteorin kan hästen som sådan hjälpa individer med att öppna upp sig och bli bekräftade vilket i sin tur gör att de vågar pröva nya relationer. Carlsson (2017) visar att det är positivt att använda hästen i behandling utöver endast en

mänsklig terapeut. Hennes studie lyfter hästen i behandlingsarbetet som ett djur vilket besitter egenskaper som gör dem till skickliga lyssnare, icke dömande eller värderande samt direkta i sitt gensvar. Hästen är också central i behandlingsarbetet då den har egenskapen av att inte vara människa vilket gör att klienten kan möta hästen på den nivå hen vill. IP 2 belyste flera aspekter av hästens egenskap som icke-människa:

”Många svårt traumatiserade människor kan inte bli berörda man kan inte röra vid dem... dem har inte heller en relation med någon dem har trasiga anknytningsmönster och dem har kanske aldrig riktigt knutit an till någon överhuvudtaget... och då kan man gå in på att tala om... att de faktiskt kan röra vid en häst och dem kan känna stöd och värme.”

Vidrine, Owen-Smith och Faulkner (2002: 595) visar att hästar har egenskapen av att de befriar sig när dem behöver men klienter kan fysiskt interagera med dem ganska intimt så som att krama, pussa och borsta dem utan att de gör något alls. Denna trygga anknytning, i form av stöd, värme och beröring, vilket hästen medför innebär att individen kan få en grundtilltro i förhållande till hästen och även bygga upp tilltro till andra människor vilket också kan ge upphov till nya relationer som bygger på ömsesidighet. Studiens resultat visar alltså att hästens egenskap som icke-människa är viktig i behandlingsarbetet. Hästens egenskap och agerande är inte likt människans och den behöver inte heller bli bemötta likt en människa.

Studiens resultat visar att hästens egenskaper kan vara ytterst viktigt för människor med anknytningsproblematik. IP 2:s citat visar på att individer med anknytningsproblem ofta har dåliga erfarenheter i förhållande till andra människor. Det leder i sin tur till att de har det problematiskt att fungera ihop med människor men studiens resultat påvisar att det istället kan fungera tillsammans med hästen. Genom hästens egenskaper som ickemänniska och icke-värderande kan det med det sagt skapas tillit. Hästarnas vänskap, värme och ärlighet kan användas för att skapa en trygg anknytning. Ur respondenternas utsagor kan man se att hästen kan hjälpa klienter att reparera anknytningsband genom att hästen accepterar klienten för den som den är. Respondenterna berättar historier om klienter vilket från början alltid stött bort alla i

deras närhet och efter att de börjat knyta an till hästen så har de också börjat få band till andra människor.

6.3.3 Tillsammans flyger vi

När det kommer till hästens egenskaper lyfter man ofta hästens styrka, storlek och bärande egenskap (Vidrine, Owen-Smith & Faulkner, 2002: 595). I denna studie kan vi se att några av respondenterna lyfte denna egenskap hos hästen. Studiens resultat påvisar att det ofta är denna egenskap hos hästen vilket skiljer den från andra djur i behandling så som hunden eller minigrisen. Hästen har egenskapen av att kunna bära och respondenterna menar att det är en väldigt speciell upplevelse att bli buren för en människa. Studieresultatet visar även att hästens egenskap som stark och bärande kan leda till en känsla av frihet för klienterna. Här beskriver två av respondenterna det som att klienter kan flyga tillsammans med hästen. Respondenterna syftar i detta sammanhang på klienter främst med fysisk funktionsnedsättning. De menar att klienter vilket har rörelsesvårigheter får möjligheten till att känna sig fria och röra på sig. IP 1 beskriver hästens bärande funktion på följande sätt:

” Om man har funktionsnedsättning så är det inte så lätt men det spelar liksom ingen roll där med hästen du kan ändå flyga.”

Sett ur Antonovskys (Gassne, 2008: 19) perspektiv kan vi se att hästunderstödd terapi fokuserar på hur människan ska förbli frisk trots alla påfrestningar. Istället för att fokusera på sjukdom och elände skapar hästen en chans för klienten att utvecklas istället för att brytas ner. Ur det salutogena perspektivet (Gassne, 2008:11) kan du inte undvika påfrestningar utan måste lära dig att hantera livets motgång samt göra det bästa av livet. Hästens bärande egenskap kan ses som viktig för klienten då denne inte kan undvika sin funktionella utmaning men genom hästen kan få ett sätt att hantera den. Utifrån tidigare forskning kan vi se att rullstolsburna klienter tycker att hästunderstödd terapi fungerar och att det ger dem god träning (Sandberg, 1994; Silfverberg 2009).

6.3.4 Ett levande djur

Studiens resultat påvisar också att hästen kräver en medveten närvaro. Klienten måste vara här och nu vilket gör att många människor mår väldigt bra i situationen. Begrepp så som mindfulness och grounding har återkommit i intervjumaterialet. Respondenterna menar att hästen kan hjälpa till med att vara i nuet i form av att klienterna exempelvis luktar på hästen eller klappar hästen. Resultatet visar att hästen i behandlingsarbetet har en stor funktion för klienter när det kommer till att vara här och nu. IP 2 beskrev det på följande sätt:

” Jag [klienten] är här och nu, jag tittar på mina traumatiska minnen men jag är här med hästen liksom förankrad.”

I Carlssons (2017) avhandling kan vi se att hästunderstödd terapi också ger en känsla av att vara i nuet för klienterna. Resultaten påvisar vidare att det finns många bitar där hästen hjälper till att vara här i nuet. IP 3 tog upp en del aspekter av denna egenskap hos hästen:

” Om du sitter och skrittår alltså vi leder dem ut i naturen i mindfull ridning och man blir buren... och när vi blir vaggade och hör stegen, rytmen... så är vi i en natur där vi kan öppna våra sinnen.”

Resultaten visar, i tillägg till detta, att hästen hjälper till att vara i nuet på ett ganska påtvingat sätt. Är du kring hästen eller sitter på hästen tvingas du vara här och nu på ett väldigt effektivt sätt. Hästen i behandlingsarbetet tvingar klienten dit genom att vara ett levande djur. Resultaten påvisar att klienten måste vara aktiv i nuet för att annars kommer hästen göra något helt annat än det klienten vill. IP 1 beskrev det på följande vis:

” Det är liksom en aktiv input på det annars kommer den inte svänga eller så går den och äter gräs.”

Människan drivs alltså till att vara här och nu samt vara lyhörd. Om klienten exempelvis är stressad och ofokuserad tvingas hen till att varva ner och ta in på något sätt. I studiens första avsnitt kring problemområde kan vi se att psykisk ohälsa ökar kraftigt och att stress blir allt mer vanligt i det svenska samhället. Sett ur begreppet KASAM och det

salutogena perspektivet kan stressorer bidra till att individers KASAM minskar vilket leder till en hög risk av att människor hamnar i ohälsa (Gassne, 2008). Hästens egenskap av att vara ett levande djur och tvinga människan att vara här och nu kan därmed ses som en resurs vilket gör att människan kan möta stressorer samt få bort spänningstillståndet. Kan det vara så att hästen är ett djur vilket kan göra stor skillnad för det svenska samhällets ökande ohälsa?

6.3.5 Sammandrag

Denna studies resultat påvisar att hästen besitter egenskaper vilket är mycket viktiga för klienters psykiska ohälsa och/eller fysiska funktionsnedsättning. Vi kan se att betoningen i några fall ligger på olika egenskaper och det är beroende på utbildningsbakgrund och beroende på vilken typ av hästunderstödd terapi de yrkesverksamma använder sig av. Övervägande är det trots allt liknande saker som återkommer. Vi kan se att exempelvis hästens egenskap i att kunna spegla är centralt för alla respondenter. Utifrån deras erfarenheter så kan hästen återspegla känslor till dem från klienten oavsett om klienten vill eller inte. Carlssons avhandling (2017) visar, i förhållande till detta, att hästen har en biologisk egenskap i att den erbjuder omedelbar feedback när den speglar människans känslor direkt tillbaka till klienten. Hästen gör det därmed svårt för klienterna att dölja sina känslor, tankar och egenskaper som de möjligtvis skäms för, vilket framkommer både här, i Carlssons (2017) observationer och Carlsson, Ranta Nilsson och Traeen (2014) artikel. Trots det menar intervjupersonerna i denna studie att hästar speglar klienters agerande och känslor på ett begripligt sätt och utan att minimera klientens självkänsla.

Hästen beskrivs i denna studie också som en icke-mänsklig vän vilket den påvisas vara även i tidigare forskning (Forslings, 2001: 37). Studiens resultat visar att hästen ger klienter en annan värme, glädje och vänskap än människan. Sett utifrån anknytningsteorin kan det göra att hästen hjälper individer med att öppna upp sig och bli bekräftade vilket i sin tur gör att de också vågar pröva nya relationer. Ur respondenternas utsagor kan man se att hästen också kan hjälpa klienter att reparera anknytningsband genom att hästen accepterar klienten för den som den är. Hästen har också en viktig egenskap i att kunna bära en människa. Studiens resultat påvisar att det ofta är denna egenskap hos hästen som skiljer den från andra djur i behandling vilket ligger i linje med tidigare forskning på området (Vidrine, Owen-Smith & Faulkner, 2002: 595). Slutligen kan vi se att hästen som levande djur bidrar till att klienten måste vara

här och nu. Hästens egenskap av att vara ett levande djur och tvinga människan att vara här och nu kan utifrån det salutogena perspektivet (Gassne: 2008) ses som en resurs vilket gör att människan kan möta stressorer samt få bort spänningstillståndet.

6.4 Nackdelar och svårigheter

Alla respondenter pekar på den stora kostnad hästunderstödd terapi innebär. De flesta pekar också på svårigheten med att det inte finns många svenska studier och att terapiformen med det inte accepteras av samhället som behandlingsmetod trots alla utländska studier. IP 2 uttryckte sig såhär:

” Alltså det är ju mer sådana saker som att få gehör för att så fort jag kommer med det [hästunderstödd terapi] så säger dem ge oss en svensk studie. Så säger jag det finns utländska studier och då säger dem vi vill ha en svensk forskningsstudie. Det ser ut som det behövs svenska studier för att exempelvis region Skåne ska lyssna och det leder till att jag inte får folk remitterade hit och det leder till dålig ekonomi.”

Ekonomi och forskningsresultat är alltså något vilket är problematiskt när det kommer till behandlingsformen. Trots påvisat gott resultat utomlands och en del svenska studier verkar det vara svårt att få andra att lyssna till terapiformens gynnande resultat för människan. Trots att psykisk ohälsa är ett ökade fenomen och att det kostar samhället enorma summor pengar är det svårt att få klienter remitterade till verksamheterna. Vidare kan vi se att IP 4 i förhållande till de andra respondenterna lyfte en helt annan aspekt av svårigheter med behandlingsformen. IP 4 nämnde nämligen det etiska perspektivet av hästunderstödd terapi. IP 4 sa på följande vis:

” Det är inte bara vi människor utan också djuren. Jag tycker att det är allt för lite fokus på hästen och hästens mående.”

Svårigheten här blir det faktum att man använder hästen i behandlingsarbetet.

Respondenten menade att man inom terapiformen måste se mer på hur hästen har det i behandlingsarbetet. Resultatet av studien visar vidare att det är viktigt att ställa sig

frågor kring hästens välfärd. Vart bor den? Hur har hästens dag varit? Och har hästens behov blivit tillgodosedda? Respondenten menade att de som bedriver hästunderstödd terapi har ett enormt ansvar för hästarna som ska jobba med terapeuterna i arbetet och att det talas för lite om hästens välfärd inom området. Avslutningsvis vill påpekas att respondenterna inte lyfte fler svårigheter och hinder med hästunderstödd terapi.

7. Avslutande diskussion

Här sammanfattas de resultat som framkommit i materialet samt de slutsatser som resoneras fram i analyskapitlet i förhållande till tidigare forskning och de valda teorierna. Slutligen ges presenteras också egna tankar och förslag på framtida forskning inom området utifrån intressen som väckts under studiens gång.

Denna studie har undersökt hästunderstödda terapeuters argument för att ha hästen som del i behandling av personer med psykiska och fysiska funktionsnedsättningar. Jag drar slutsatsen av att hästunderstödd terapi har effekt på människor med olika former av problematik, vilket ligger i enlighet med tidigare forskning (Burgon, 2014; Byström, 2014; Carlsson 2017; Forsling 2001; Håkanson, 2008; Jacobsson & Gegner, 2007; Norling 2000; Vidrine, Owen-Smith & Faulkner, 2002). Till skillnad från andra studier beskriver dock respondenterna i denna studie främst sina upplevelser med barn.

Till att börja med lyftes effekten hästunderstödd terapi har på barn med utåtagerande problematik. Det ligger, i förhållande till tidigare forskning, i linje med Carlssons (2017: 54) avhandling där hon presenterar hur hästen öppnar upp för ett minskat utåtagerande och miljön runt hästen gör det lättare för klienterna att vara äkta. I denna analys blir specifikt begreppet meningsfullhet framträdande i förhållande till Antonovskys teoretiska begrepp KASAM. Klienten får här tillfälle att känna att det finns saker i livet som betyder något och de får känna sig behövda. Antonovsky (Gassne: 2008) menar att det blir lättare att hantera problem om man också känner att livet är meningsfullt vilket i denna studie sker när klienten känner sig behövd av hästen.

En annan effekt hästunderstödd terapi beskrivs ha i studien är en aktiveringseffekt. Alla intervjupersoner påpekar att hästen skapar aktivitet vilket kan kopplas till tidigare forskning då Håkansons (2008: 63) studie påvisar att hästen bidrar till ökad fysisk aktivitet samt

kroppsmedvetenhet. Att möta stressorn med aktivering i naturen kan, ur Antonovskys teori, ses som en lyckad problemhantering (Gassne, 2008: 19). Slutligen kan jag också, utifrån respondenternas utsagor, se effekter hästunderstödd terapi har på barn med olika svårigheter. Vidare kopplar jag detta resultat till Margareta Håkansons (2008) rapport vilket påvisar den hälsofrämjande effekt hästunderstöddterapi är genom att vara sjukgymnastik för människor men jag kopplar det också till Carlssons (2017: 80) avhandling där det istället läggs fokus på det psykiska och den lugnande effekt hästunderstödd terapi har på ungdomar. I likhet med andra utförda studier kan jag i min studie alltså också urskilja de fysiska men även de psykiska effekterna hästunderstödd terapi har på människan. Sett ur det salutogena perspektivet kan effekten hästunderstödd terapi har på människan förklaras med att det ligger en hälsobringande effekt i hästen. Perspektivet gör att vi kan se att klienter vilket genomgår hästunderstödd terapi får en ökad känsla av sammanhang i förhållande till hästen vilket leder till exempelvis minskad stress i deras liv. Samtidigt har jag utifrån respondenternas utsagor också presenterat att hästen har en anknytnings effekt i form av att klienter, i somliga fall, hellre knyter an till hästen istället för människan.

Respondenterna kunde också redogöra för motiv till att använda hästunderstödda interventioner. Här skiljer sig resultaten men centralt för alla respondenters användande av hästunderstödd terapi är relationsskapandet terapiformen medför, att det helar människan både psykiskt och fysiskt samt det faktum att hästunderstödd terapi är upplevelsebaserat. Vidare belyste några av respondenterna inläring och hästens miljö som motiv till användandet. När det kom till inläring som motiv beskrev respondenterna det som att barn, genom terapiformen, får känna att de kan lyckas istället för att känna sig misslyckade som vissa gör i skolans miljö. I Silfverbergs (2009: 69) projekt kan vi urskilja liknande resultat som i denna studie. Resultaten visar att hästen är en stor del av att klienter vänder inläringen till något positivt. Jag kopplar ihop detta med Antonovskys begrepp meningsfullhet och genom det urskiljs att hästen fungerar som en motivationshöjare (Gassne: 2008). Hästunderstödd terapi kan ses skapa meningsfullhet för barnen och hästen blir därmed motivationen när det kommer till lärande och skolan.

Resultaten påvisade också att hästens miljö är ett motiv till att använda hästunderstödd terapi. Till skillnad från traditionella miljöer öppnar hästens levnadsmiljö upp för andra terapeutiska möjligheter. Vi kan i förhållande till tidigare forskning se att hästunderstödd terapi har en rik terapeutisk miljö (Forsling, 2001: 100). När jag sätter det i relation till det salutogena

perspektivet kan hästens miljö också ses som en motståndskraft för att behålla eller förbättra hälsan (Gassne: 2008). Vidare har jag presenterat att relationsskapandet var mycket centralt för alla respondenter. Hästen i terapiformen beskrivs vara en brygga mellan klient och terapeut vilket hästen också beskrivs vara i Carlssons (2017) avhandling. Resultaten visar att hästen också bidrar till relationsskapandet mellan klient och häst vilket i förhållande till anknytningsteorin skapar ett tryggt anknytningsband emellan klient och häst. Hästen erbjuder en relation och ett anknytningsband vilket får positiv betydelse för individen. När jag sätter det i relation till tidigare forskning syns i Vidrine, Owen-Smith & Faulkner (2002: 600) studie att klienter exempelvis knyter an och känner att de kan samtala mer med hästen än med terapeuten.

Ett ytterligare motiv till att använda hästunderstödd terapi, enligt respondenterna, är att det helar människans psykiska och fysiska välmående, vilket många studier tidigare tagit upp (jmf Burgon, 2014; Byström, 2014; Carlsson 2017; Forsling 2001; Håkanson, 2008; Jacobsson & Gegner, 2007; Norling 2000; Vidrine, Owen-Smith & Faulkner, 2002). Resultaten i studien visar att hästunderstödd terapi helar människor med olika typer av problematik ända in i själen. I denna studie lyfter respondenterna att de hjälpt bland annat människor med trauman, självskadebeteende, autism, ADHD, livshotande sjukdomar och ätstörningar. Resultaten visar även att tre av fyra respondenter använder sig av hästens tredimensionella rörelser vid olika smärtproblem och rörelsehinder. När jag sätter det i relation till det salutogena perspektivet (Gassne: 2008) så kan vi se att hästunderstödd terapi får en salutogen effekt på individen. Utifrån perspektivet gör hästunderstödd terapi att människan trots alla påfrestningar i livet förblir friska och utvecklas istället för att brytas ned.

Slutligen lyftes motivet att hästunderstödd terapi är upplevelsebaserat. Klienterna lär sig genom upplevelser i stallet hur de ska hantera utmaningar. Klienterna lär sig genom sina egna erfarenheter och egna upplevelser. Det upplevelsebaserade motivet till att använda sig av hästunderstödd terapi ger troligen en förbättring av klienternas hälsa sett ur det salutogena perspektivet. I förhållande till det salutogena (Gassne, 2008: 19) synsättet är hästunderstödd terapi, som upplevelsebaserad terapiform, något vilket kan gynna klienternas självkänsla och ge dem resurser att hantera livets utmaningar i strävan mot en god hälsa.

Vidare vill jag även presentera hästen i behandlingsarbetet i förhållande till teori och tidigare forskning. Resultatet visar nämligen att beroende på vilken form av hästunderstödd terapi

intervjupersonerna bedrev togs olika delar upp i hur man såg på hästen i behandlingsarbetet. Respondenterna som använde hästen till att rida på och inte enbart jobbade med hästunderstödd terapi från marken tenderade till att belysa hästens egenskaper som bärande och stark mer än de vilket jobbade med hästen som medarbetare i hästunderstödd psykoterapi. Oavsett utbildningsbakgrund tog dock alla upp att hästen kunde återspegla, ge vänskap, värme, beröring samt bidra till att vara i nuet.

Om vi ser till hästens återspeglade egenskap så menar respondenterna att hästen som känsligt flyktdjur kan återspegla känslor till dem från klienten oavsett om klienten vill eller inte. I förhållande till tidigare forskning så kan jag presentera att hästen gör det då den har en biologisk egenskap som gör att den erbjuder omedelbar och icke-verbal feedback när den speglar människans kroppsspråk och känslor direkt tillbaka till klienten (Carlsson, 2017). Trots det menar intervjupersonerna i denna studie att hästar speglar klienters agerande och känslor på ett begripligt sätt och utan att minimera klientens självkänsla. Respondenterna menar att speglingen från hästen endast hjälper klienten att få svar på sin egna känsla och sitt egna beteende samt hjälper terapeuterna i behandlingsarbetet.

Respondenterna beskriver också hästen som icke-värderande och icke-mänsklig vilket gör att den besitter egenskapen av att vara en vän som ger värme och lyssnar. Sett utifrån anknytningsteorin kan hästen som sådan hjälpa individer med att öppna upp sig och bli bekräftade vilket i sin tur gör att de vågar pröva nya relationer. Hästarnas vänskap, värme och ärlighet kan användas för att skapa en trygg anknytning. Intervjupersonerna berättar historier om klienter vilket från början alltid stött bort alla i deras närhet och efter att de börjat knyta an till hästen så har de också börjat få band till andra människor. I förhållande till tidigare forskning kan vi se att hästen, utav klienter, beskrivits som äkta och icke värderande i relationen (Forsling, 2001: 37).

Vi kan fortsättningsvis se att några respondenter lyfte hästens egenskap som stark och bärande, vilket man i tidigare forskning också lyft (jmf Vidrine, Owen-Smith & Faulkner, 2002: 595). I denna studie menar somliga att hästen kan bidra med att bära en klient vilket andra djur inte kan. Resultatet visar även att hästens egenskap som stark och bärande kan leda till en känsla av frihet för klienterna vilket ur det salutogena perspektivet kan ses som viktigt för klienter som exempelvis har funktionella utmaningar då denne inte kan undvika sin funktionella utmaning men genom hästen kan få ett sätt att hantera den. Sett ur det salutogena

perspektivet (Gassne, 2008:11) kan du inte undvika utmaningar utan måste lära dig att hantera livets motgång samt göra det bästa av livet. Många beskrev även att hästen bringar klienten till att vara mer i nuet. Är du kring hästen eller sitter på hästen tvingas du vara här och nu på ett väldigt effektivt sätt. Resultaten påvisar att klienten måste vara aktiv i nuet för att annars kommer hästen göra något helt annat än det klienten vill. När jag sätter det i relation till det teoretiska begreppet KASAM kan hästens egenskap, av att vara ett levande djur och tvinga människan att vara här och nu, ses som en resurs vilket gör att människan kan möta stressorer samt få bort olika spänningstillstånd.

Slutligen fann jag nackdelar och svårigheter med terapiformen. Alla respondenter lyfter den ekonomiska svårigheten med att bedriva en hästunderstödd verksamhet. Många pekar även på att det inte finns mycket svenska studier på området. En respondents svar var dock varken i enlighet med tidigare forskning eller de andra respondenternas beskrivningar av nackdelar och svårigheter inom området. Respondenten lyfte nämligen att det är allt för lite fokus på hästen och hästens mående inom området, vilket problematiserar terapiformens användning av hästar. Avslutningsvis presenteras inte fler svårigheter och hinder med terapiformen då respondenterna inte lyfte fler. Ekonomi, få studier och hästens välfärd var, med det sagt, de tre svårigheter och hinder som jag kunde urskilja i intervjumaterialet.

7.1 Egna tankar i förhållande till teori och kunskapsläget

Hästunderstödda interventioner är inte en enhetlig behandlingsform utan är ett begrepp vilket beskriver att hästar nyttjas för att förbättra individers hälsotillstånd.

Hästunderstödd terapi som terapiform och begrepp har presenterats och försökt förklarats i denna studie. Det är enligt mig en ganska svårbegriplig terapiform i förhållande till de många begrepp som florerar och jag anser att det bör göras ett förtydligande på området kring detta. Alla svårbegripliga begrepp inom området är en fortsatt konsekvens, jag kan tänka skönja i framtiden, både när man talar om det men också i forskningssammanhang. Vidare vill jag dock lyfta att hästunderstödda interventioner, i min mening, alltid kommer vara av stor relevans då hästen genom århundraden hjälpt oss människor och denna studie, i likhet med kunskapsläget, har visat att hästunderstödda interventioner har stor betydelse för många människor.

Jag har förvånats över att det idag finns såpass mycket forskning på området runt om i världen, speciellt i USA och Tyskland. Jag har kunnat presentera många studier, rapporter och dessutom en avhandling. Jag ser däremot problematiskt på att det inte gjorts så många svenska studier då det leder till att terapiformen inte blir erkänd vilket i sin tur leder till dålig ekonomi för de yrkesverksamma inom området. Jag ser en fortsatt konsekvens inom området i förhållande till detta och ser gärna att fler forskar på området i Sverige för att göra terapiformen mer erkänd här. Jag tycker att Catharina Carlssons avhandling (2017) är ett utmärkt exempel på vad som behövs. Självklart behövs yrkesverksamma inom området men mitt resultat påvisar att Sverige ligger långt efter när det kommer till forskning på området.

Jag vill även framföra några egna tankar kring hästunderstödd terapi i förhållande till de utvalda teorierna. Jag tror sett ur det salutogena perspektivet att hästunderstödd terapi och hästen är ett sätt i vilket människan kan lära sig att hantera livet i med och motgång. Tillsammans med hästen kan människan möta och handskas med olika stressorer på ett sätt som direkt bidrar till ökad hälsa. Hästen ser jag som en salutogen faktor vilket hjälper till med problemlösning hos människan och i många fall är framgångsrikt. Hästunderstödd terapi hjälper klienter att möta stressorer och utveckla hanteringen av svårigheter och utmaningar i livet. I förhållande till begreppet KASAM så tror jag att en människa som tar till sig hästen och terapiformen får en hög känsla av sammanhang. Människan tillsammans med hästen kommer att se på tråkiga saker i livet men kommer komma över dem.

Sett utifrån anknytningsteorin är det viktigaste för mig att lyfta att hästen kan hjälpa till att förändra bilden av relationer människor haft tidigare genom att tillsammans med hästen skapa nya erfarenheter och positiva relationer. Hästen fungerar i min mening som en biträdande anknytningsindivid. Hästen skapar möjlighet till återkoppling från denne och gör att klienter kan hitta sig själva. Hästen kan hjälpa människan att bygga upp anknytningsband men också relationer. Hästen kan aldrig ersätta mänsklig kontakt men kan fylla luckor hos MÄNNISKAN. Hästen är för mig ett slående djur vilket har egenskaper vi bör dra nytta av sett ur ett behandlingsperspektiv. Inte att förglömma är dock att det aldrig någonsin får göras på bekostnad av hästens välfärd och välmående.

Framtida forskning bör fokusera vidare på hur man kan bedriva denna terapiform på bästa sätt i förhållande till hästens välmående och välfärd. Går det egentligen att bedriva behandlingsarbete utan att det är på bekostnad av hästens välmående? Jag skulle vilja se fler studier på det här området. Studier som undersöker och problematiserar kring frivillighetsaspekten hos hästen som är en medarbetare och basen i hästunderstödd terapi. Detta ligger utanför mitt område som studerande till socionom men nya frågeställningar om detta har väckts genom undersökningen.

Referenslista

Ahrne, Göran & Svensson, Peter (2011) Kvalitativa metoder i samhällsvetenskap. I Ahrne, Göran & Svensson, Peter (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Stockholm: Liber ss. 10–17

Andersson Daniela (2015) *Hästar som terapi inom humanvården – hälsoeffekter och risker*. Uppsala: Sveriges lantbruksuniversitet

Aspers, Patrik (2011). *Etnografiska metoder: att förstå och förklara samtiden*. Malmö: Liber

Barmark, Mimmi & Djurfeldt, Göran (2015). *Statistisk verktygslåda 0: att förstå och förändra världen med siffror*. 1. uppl. Lund: Studentlitteratur

Beck-Friis, Barbro, Strang, Peter & Beck-Friis, Anna (2007). *Hundens betydelse i vården: erfarenheter och praktiska råd*. 1. uppl. Stockholm: Gothia

Berg, Erika L och Causey, Amy. (2014). *The Life-changing Power of the Horse: Equine-assisted Activities and Therapies*.

Broberg, Anders, Granqvist, Pehr, Ivarsson, Tord och Risholm Mothander Pia (2006). *Anknytningsteori: betydelsen av nära känslomässiga relationer*. 1. utg. Stockholm: Natur och kultur

Brunell, Niclas (2017). *Psykisk ohälsa ökar*.

[<https://www.svt.se/nyheter/lokalt/varmland/psykiska-ohalsan-okar>. Hämtat: 2017-1120]

Bryman, Alan (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber

Byström, K. (2004). *Utveckling av kommunikation och social interaktion hos barn med autism i samspel med djur och natur*. Rapport 2004: 4. Skövde:

Handikappförvaltningen FoU.

Carlsson, Catharina (2017). *Hästunderstött socialt arbete: ett samtalsrum med potentiella möjligheter för ungdomar med självskadebeteenden och deras personal*.

Kalmar: Linnéuniversitetet

Carlsson, C, Ranta Nilsson D och Traeen, B (2014) *Equine Assisted Social Work as a mean for authentic relations between clients and staff*. Kalmar: Linnéuniversitetet.

Corin, Anna och Husén, Ylva (2008). *Att arbeta med hästar i psykosocialt behandlingsarbete*.

Cox, Courtney (2016). *San Francisco airport uses adorable therapy pig to calm anxious travelers*. [<https://www.today.com/kindness/san-francisco-airport-usesadorable-therapy-pig-calm-anxious-travelers-t105800> Hämtad: 2017-11-20].

Elfstadius, Magnus (2005). *Aaron Antonovsky, Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och Kultur

Eriksson-Zetterquist, Ulla & Ahrne, Göran (2011) Intervjuer. I Ahrne, Göran &

Svensson, Peter (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Stockholm: Liber ss.36–56

Folkhälsomyndigheten (2017) *Fysisk inaktivitet - ett skadligt beteende*

[<https://www.folkhalsomyndigheten.se/far/inledning/fysisk-inaktivitet-ett-skadligt-beteende/> Hämtad: 2018-01-13]

Fonagy, Peter (2007). *Anknytningsteori och psykoanalys*. Stockholm: Liber

Forsling, Sven (2001). *Flickan och hästen: bilder från ett hem för särskild tillsyn*. Stockholm: Statens institutionsstyrelse (SiS)

Forssmed, Jakob och Lindell Gunilla (2017). *Ta den psykiska ohälsan bland unga på allvar*. [<http://www.lerumstidning.se/2017/03/ta-den-psykiska-ohalsan-bland-unga-paallvar/>]. Hämtat: 2017-11-20]

Gassne, Jan (2008). *Salutogenes, Kasam och socionomer*. Lund: Lunds universitet

Hedner, Sten (1997). *Våra husdjurs underbara öden: en bok om vad som hänt med våra husdjur under min yrkestid som veterinär*. Kungälv: S. Hedner

Håkanson, Margareta (2008). *Equine assisted therapy in physiotherapy*. Göteborg: Institutionen för medicin på Sahlgrenska akademi

Håkanson, Margareta (2009). Hästar i vård och behandling i Sverige. I Stiftelsen Svensk Hästforskning. *Populärvetenskaplig sammanställning av slutrapporterade forskningsprojekt finansierade av Stiftelsen svensk hästforskning 2005–2008*. Stockholm: Stiftelsen svensk hästforskning ss. 28–29

Håkansson, Sara (2012). *En av fyra arbetssökande har funktionsnedsättning*. [<https://www.sydsvenskan.se/2012-03-05/en-av-fyra-arbetssokande-harfunktionsnedsattning>]. Hämtat: 2017-11-28).

Jacobsson, Lars (2017). *Värdet av forskning inom psykisk ohälsa*.

[<http://www.forskasverige.se/vardet-av-forskning/psykisk-ohalsa/>]. Hämtat: 2017-11-20]

Jönson, Håkan (2010). *Sociala problem som perspektiv: en ansats för forskning & socialt arbete*. 1. uppl. Malmö: Liber

Kalman, Hildur & Lövgren, Veronica (2012). Etik i forskning och etiska dilemman. En introduktion. I Kalman, Hildur & Lövgren, Veronica (red.) *Etiska dilemman - forskningsdeltagande, samtycke och utsatthet*. Malmö: Gleerups Utbildning AB ss. 7–22

Karlsson, Lars (2017). *Psykologins grunder*. 6., uppl. Lund: Studentlitteratur

Kvale, Steinar (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Danmark: Narayana Press

Lee, P.T, Dakin, E och McLure, M. (2015). Narrative Synthesis of Equine-Assisted Psychotherapy Literature: Current Knowledge and Future Research Directions. I: Karen Luker (red.) *Health and Social Care in the Community*. Birmingham: Health Services Management Centre

Leben-Mit-MS (2017). *AUF DEM RÜCKEN DER PFERDE: HIPPOThERAPIE BEI MS*. [<https://www.leben-mit-ms.de/artikel/2017-05-18/auf-dem-ruecken-der-pferdehippotherapie-bei-ms#footnote-ref-5>. Hämtat 2017-11-20]

Levi, Lennart (2005). *Aaron Antonovsky, Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och Kultur

Lind, Rolf (2014) *Vidga vetandet: en introduktion till samhällsvetenskaplig forskning*. Lund: Studentlitteratur

Lirakis, Zoe (2017). *Equine Assisted Activities at Dream On Curls Riding Center*. [file:///C:/Users/angelinaib/Desktop/therapeutic_newsletter__crossroads_group.pdf. Hämtat: 2017-11-20]

Lundgren, Felicia (2017) *Vad är hästassisterad psykoterapi (EAP)?* [<http://www.horseandnature.se/index.php/8-content/21-vad-ar-hastassisterad-terapi-eap>. Hämtat: 2017-11-07]

Rennstam, Jens & Wästerfors, David (2011) Att analysera kvalitativt material. I Ahrne, Göran & Svensson, Peter (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Stockholm: Liber ss 194–208

Sandberg, Christel (1994). *Djur inom arbetsterapi*. Lund: Vårdhögskolans bibliotek

Schultz, P.N, Remick-Barlow, G.A, Robbins, L (2007). *Equine-assisted psychotherapy: a mental health promotion/intervention modality for children who have experienced intra-family violence*. Las Cruces: New Mexico State University

Sidhu, Josefine (2017). *Psykisk ohälsa ökar bland Lunds studenter*.

[<https://www.sydsvenskan.se/2017-02-11/psykisk-ohalsa-okar-bland-lunds-studenter>. Hämtat: 2017-11-20]

Silfverberg, Gunilla (2009). Hästar i vård och behandling i Sverige. I Stiftelsen Svensk Hästforskning. *Populärvetenskaplig sammanställning av slutrapporterade forskningsprojekt finansierade av Stiftelsen svensk hästforskning 2005–2008*. Stockholm: Stiftelsen svensk hästforskning ss.68–69

Silfverberg, Gunilla och Tillberg, Pia (2011). *Ridterapi - fakta och framtid*. Stockholm: Institutionen för vårdvetenskap, Ersta Sköndal högskolas

Ström, Annika (2017) *Psykisk ohälsa bland gymnasister ökar kraftigt*.

[<http://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=93&artikel=6621229>. Hämtat: 2017-11-20]

Tegethoff, Marion, Belardi, Angelo, Stalujanis, Esther och Meinlschmidt, Gunther (2015) Association Between Mental Disorders and Physical Diseases in Adolescents From a Nationally Representative Cohort. Schweiz: Missionsstrasse ss.319-332

Vetenskapsrådet (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisksamhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet

Vidrine, Maureen, Owen-Smith, Patti, Faulkner, Priscilla (2002). *Equine facilitated group psychotherapy Applications for therapeutic vaulting Issues in Mental Health Nursing*. Georgia: Taylor och Francis Healthsciences

Öberg, Peter (2011) Kvalitativa metoder i samhällsvetenskap. I Ahrne, Göran & Svensson, Peter (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Stockholm: Liber ss. 58–69

Bilaga 1: Intervjuguide

Intervjuguide

Bakgrundsfrågor	<ol style="list-style-type: none">1.För och efternamn?2.Högskoleutbildning?3.Hästunderstödd terapi utbildning?4.Hur ser verksamheten ut? (hur många anställda, hur många hästar)5.Har du ett hästintresse sedan innan?6.Hur länge har du varit verksam inom hästunderstödd terapi?
------------------------	---

Forskningsfråga	Intervjutema	Intervjufrågor
1. Hur beskriver de yrkesverksamma sina upplevelser av hästunderstödd terapi?	<ul style="list-style-type: none">• Erfarenhet av hästunderstödd terapi• Upplevelser av hästunderstödd terapi	<ol style="list-style-type: none">7.Kan du säga något om när du började intressera dig för hästunderstödd terapi?8.Hur kom det sig att du blev intresserad av att använda dig av just hästen i ditt arbete?9.Vilka direkta effekter fick det på ditt liv att börja arbeta med hästunderstödd terapi?10.Vilka skeenden ledde till att du började med hästunderstödd terapi?11.Kan du peka på en specifik upplevelse vilket påverkade dig att ta in hästen i ditt arbete?

<p>2. Vad har de yrkesverksamma för incitament till att använda hästunderstödda interventioner?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Inställning till hästunderstödd terapi • Drivkrafter (klienter, personligt behov, annat). 	<p>12. Vad anser du är poängen med att ha hästar i behandlingen?</p> <p>13. Vad tycker du bäst om när det gäller ditt arbete med hästunderstödd terapi?</p> <p>14. Tror du att hästen kunnat ersättas med ett annat djur i behandlingen? Om ja, i så fall vilket? Om nej, varför inte?</p> <p>15. Vilka upplevelser har föranlett till att du fortsatt använda hästunderstödd terapi?</p> <p>16. Kan du berätta om en klient du verkligen lyckats med? Respektive inte lyckats så bra med?</p>
<p>3. Hur resonerar de yrkesverksamma kring vad hästen gör i behandlingsarbetet?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Positiva effekter av hästunderstödd terapi 	<p>17. Har hästunderstödd terapi varit givande för din roll som terapeut? Om ja på vilket plan?</p> <p>18. Vad kan hästunderstödd terapi ge vilket tidigare utbildning inte kunnat ge? Hur var ditt liv innan dess?</p> <p>19. Vad har hästunderstödd intervention för positiv påverkan för människan anser du?</p>

Avslutande frågor	<ul style="list-style-type: none">• Inställning till hästunderstödd terapi	20.Vilka råd skulle du ge någon som ska börja arbeta med hästunderstödd terapi? 21.Om du skulle vrida tillbaka klockan skulle du då välja att arbeta med hästunderstödd terapi igen?
--------------------------	--	---

Bilaga 2: Informationsbrev



LUNDS
UNIVERSITET

Information kring en studie om vad som påverkat yrkesverksamma inom hästunderstödd terapi att ta in hästen i sitt arbete

Studiens syfte är att beskriva och analysera de argument ett antal yrkesverksamma inom hästunderstöddterapi har för att ha hästen som del i behandling av personer med psykiska och fysiska funktionsnedsättningar.

Tidigare forskning inom hästunderstödd terapi har fokuserat på effekterna av häst och individ i interaktion. Vi kan urskilja indikationer på hälsofrämjande effekter och att det är därför djur börjat användas inom socialt arbete. Djur anses kunna bidra till människors, sociala, fysiska och psykiska välbefinnande. Behandlingsformen hästunderstödd terapi har visat sig ha effekter vid olika sjukdomar och diagnoser. I tidigare forskning har det dock visat sig svårt att urskilja vad det är som påverkat de yrkesverksamma att vilja ta in hästen i deras arbete. Mot bakgrund av det, samt att kunskapen är begränsad inom forskningsområdet, finner jag det relevant att undersöka vad som påverkat er att ta in hästen i ert arbete. Jag menar att ni som använder er av hästunderstödd terapi sitter på avgörande information för utvecklingen av terapiformen.

För att kort presentera mig själv så heter jag Angelina och studerar socionomprogrammet på Lunds Universitet. Jag är 22 år och har ett brinnande intresse för hästar. Jag har hållit på med dressyr sedan barnsben och har tagit medaljer upp till elitnivå på ponny.

Jag kommer använda mig av semistrukturerade intervjuer för datainsamlingen. Jag kommer under intervjuens gång spela in via min mobil, om jag får samtycke från dig, och i tillägg till detta även anteckna. Jag spelar in för att få med mer detaljer och material samt antecknar för att fånga upp gester osv.

Jag har valt att intervjua just dig då du är en av de yrkesverksamma med skiljande utbildningsbakgrund i förhållande till de andra utvalda för studien. Jag har valt denna breda avgränsning för att få ett bredare perspektiv på vad som påverkat olika yrkesverksamma inom hästunderstödd terapi att ta in hästen i arbetet. Det är 4–6 till

antalet vilket kommer bli intervjuade med avgränsningen att alla bedriver hästunderstödd terapi men alla har som sagt olika bakgrunder.

Jag förväntar att du kan avsätta ca en timme för intervjun med mig och av mig kan du förvänta dig största möjliga konfidentialitet. Jag kommer ta hand om anteckningar och inspelning efter vår intervju. Det är endast jag som kommer ha tillgång till informationen och källmaterialet kommer förvåras i ett skåp med lås hemma hos mig. Studien kommer presenteras med anonymitet där det stråvas efter att man inte ska känna igen dig i offentliggörandet av examensarbetet. Du kommer också kunna ta del av arbetet när det är färdigt.

Ditt deltagande är helt frivilligt och du kommer när som helst kunna avbryta ditt deltagande. Jag vill med det sagt härmed fråga om du vill delta i studien om vad som påverkat dig att ta in hästen i ditt arbete.

Ort/Datum

Lund, 3/11–17

Student: Angelina Ingvall Bakic

Handledare: Anders

Östnäs Telefon: 073 982 06 09

Telefon:

072 963 52 91 Mail: angelinaingvallbakic@gmail.com

Mail: ostnasanders@gmail.com

