



LUNDS UNIVERSITET

Medicinska fakulteten

Institutionen för hälsovetenskaper

Arbetsterapeutprogrammet

Hästunderstödda insatser

OHI-certifierade arbetsterapeuters, fysioterapeuters & sjuksköterskors perspektiv på interventionens betydelse för klientens aktivitetsförmåga

Författare:

Daniella Brink & Isabelle Lindström

Handledare: Gunilla Carlsson

Datum 2019-12-27

Kandidatuppsats

Adress: Institutionen för Hälsovetenskaper, Arbetsterapi och aktivitetsvetenskap, Box 157, S-221 00 Lund

Hästunderstödda insatser - OHI-certifierade arbetsterapeuters, fysioterapeuters & sjuksköterskors perspektiv på interventionens betydelse för klientens aktivitetsförmåga.

Författare: Daniella Brink & Isabelle Lindström
Handledare: Gunilla Carlsson
Examensarbete på kandidatnivå
Hösten 2019

Abstrakt

Bakgrund: Olika faktorer utgör en persons förmåga till att utföra aktiviteter, dvs. en persons aktivitetsförmåga. Hästunderstödda insatser (HUI) är en typ av aktivitet och behandlingsform. För bästa effekt bör den utföras av en utbildad ridterapeut. Tidigare forskning har visat att HUI haft positiv inverkan vid rehabilitering för personer med psykiska och fysiska funktionsvariationer. Det finns däremot få studier som belyser hur ridterapeuter beskriver interventionen i relation till klientens aktivitetsförmåga.

Syfte: Att undersöka hur arbetsterapeuter, fysioterapeuter och sjuksköterskor med OHI-certifiering beskrev hästunderstödda insatsers inverkan på klienters aktivitetsförmåga.

Metod: Studien hade en kvalitativ ansats och var baserad på semi-strukturerade intervjuer. Ett avsiktligt urval gjordes och åtta personer intervjuades. Samtliga var OHI-certifierade arbetsterapeuter, fysioterapeuter samt sjuksköterskor. Data analyserades med en kvalitativ innehållsanalys.

Resultat: Intervjupersonerna beskrev att deltagarna fick ökad aktivitetsförmåga efter insatsen. Individuella psykiska, fysiska och miljömässiga faktorer hade omfattande inverkan på deltagarna. Deltagarna erhöll erfarenheter under HUI som de kunde omsätta i sin vardag. Deltagarna fick även ökad tilltro till sin förmåga, upplevde lycka, ökade kommunikativa förmågor, fick ökad förståelse för sociala sammanhang samt minskat undvikande och utmanande beteende.

Slutsats: HUI var en helhetsupplevelse där psykiska, fysiska och miljömässiga faktorer hade en omfattande inverkan på aktivitetsförmågan hos personer med olika funktionsvariationer.

Nyckelord: Arbetsterapi, aktivitetsförmåga, hästunderstödda insatser, OHI-certifiering

Equine assisted therapy – OHI-certified occupational therapists, physiotherapists and nurses perspective on the importance of the intervention for the client's occupational performance.

Authors: Daniella Brink & Isabelle Lindström

Supervisor: Gunilla Carlsson

Bachelor thesis

Autumn 2019

Abstract

Background: Various factors constitute a person's ability to perform activities, i.e., a person's occupational performance. Equine assisted therapy (EAT) is a form of activity and can be used as a treatment. For best effect, it should be performed by an educated equestrian therapist. Previous research has shown that EAT have had good effects on different patient groups with physical and psychological disabilities. However, there are few studies that illustrate how equestrian therapists describe EAT in relation to client's occupational performance.

Aim: To investigate how occupational therapists, physiotherapists and nurses with OHI-certification describe the impact of EAT on clients' occupational performance.

Method: A qualitative approach with semi-structured interviews was used. The selection was made with deliberate selection where eight OHI-certified persons were interviewed. Data was analyzed using qualitative content analysis.

Results: Participants increased their occupational performance after the intervention. Individual psychological, physical and environmental factors had a significant impact on the participants. They've gained experiences during EAT, which they've been able to translate into their everyday lives. Participants also gained increased understanding of social contexts, communication skills and confidence in their ability, experienced happiness and decreased avoidant and challenging behavior.

Conclusion: EAT had a major impact on the participants' occupational performance.

Keywords: Occupational therapy, occupational performance, equine assisted therapy, OHI-certification

Innehållsförteckning

Introduktion	1
Bakgrund	1
Arbetsterapi & aktivitetsförmåga	1
Hästunderstödda insatser	3
Tidigare forskning av hästunderstödda insatser	3
Syfte	5
Metod	5
Design	5
Urval & rekrytering	5
Intervjupersoner	6
Datainsamling & procedur	6
Dataanalys	7
Etiska överväganden	8
Resultat	9
HUI:s inverkan på psykiska & fysiska förmågor	10
Ökad tilltro till sig själv & överföring av erfarenheter till sin vardag	10
Motiverande insats som ger kontinuitet till vardagen	12
Psykiskt välbefinnande, lycka & rekreation	12
Att klara av mer genom ökad kroppskänedom & fysisk förmåga	14
Beteende, kommunikation & socialt samspel	14
Förändrat beteende & kontaktskapande förmåga	14
Att känna tillhörighet & utveckling av sociala förmågor	15
Omgivningens betydelse	16
Att vistas i en terapeutisk miljö, relationen till en levande varelse & leva i nuet	16
Att inte vistas i en sjukhusmiljö & utföra en ”vanlig” aktivitet	16
Anpassning av aktivitet & miljö bidrar till nya möjligheter	17
Att få vara som man är i ett tillåtande klimat	18
Diskussion	18
Resultatdiskussion	18
Metoddiskussion	23
Slutsats	24
Referenser	26
Bilagor	30
Bilaga 1 - Intervjuguide	30

Introduktion

Att vara engagerad i aktiviteter är centralt, eftersom aktivitet direkt kan kopplas till hälsa, välbefinnande och social delaktighet i samhället (Christiansen & Townsend, 2010). Förmågan att utföra en handling beror på både fysiska och psykiska faktorer, tillsammans utgör dessa komponenter en persons aktivitetsförmåga (Kielhofner, 2012). Hästar har använts i aktivitet i flera olika sammanhang sedan lång tid tillbaka. Idag används hästunderstödda insatser som en behandlingsform och är en central del inom folkhälso- och handikappolitiken. Ridning och samspelet med hästen ses som en betydelsefull beståndsdel för rehabilitering och friskvård för personer med olika funktionsvariationer. För att interventionen ska ha en så effektiv inverkan som möjligt bör den ges av en utbildad ridterapeut med erfarenhet inom området (Silfverberg & Tillberg, 2011). Tidigare forskning har visat att hästunderstödda insatser haft goda effekter på flera olika patientgrupper med både fysiska samt psykiska funktionsvariationer (Koca & Ataseven, 2016). Till författarnas kännedom finns det däremot få studier som belyser hur arbetsterapeuter, fysioterapeuter och sjuksköterskor med utbildning inom hästunderstödda insatser beskriver interventionens inverkan på klienters aktivitetsförmåga.

Bakgrund

Arbetsterapi & aktivitetsförmåga

Arbetsterapi kan beskrivas som en hälsoprofession som arbetar klientcentrerat för att uppnå välbefinnande och hälsa genom aktivitet. Den huvudsakliga målsättningen är att hjälpa människor med de aktiviteter som är viktiga och meningsfulla i det dagliga livet (Schell, Gillen & Coppola, 2019). Samspelet mellan aktivitet, person och miljöns inverkan belyses i flera arbetsterapeutiska modeller. Kielhofner (2012) har utvecklat en arbetsterapeutisk modell kallad Model of Human Occupation (MoHO) där människan beskrivs som en hel och sammansatt individ som är i ständigt samspel med sin omgivning, där både individens vilja, livsstil och förmåga vägs in. En persons förmåga till att utföra en aktivitet utgör en persons aktivitetsförmåga. En individs aktivitetsförmåga influeras av olika fysiska och psykiska faktorer, såsom viljekraft och hälsotillstånd. Den subjektiva, erfarenhetsmässiga upplevelsen av en viss aktivitet har också stor betydelse för hur en person utför aktiviteten. Att vara motiverad till en aktivitet syftar till en persons viljekraft. Människor vill engagera sig i aktiviteter som upplevs som tillfredsställande, som de värdesätter samt känner sig kapabla till

att utföra. Viljebestämda känslor och tankar avser enligt MoHO en persons uppfattning av den egna förmågan, intressen och värderingar. Här ingår aspekter såsom den egna känslan av effektivitet och kapacitet till att göra saker. Likaså inkluderas intressen som hänvisar till det vi upplever som stimulerande eller tycker om, samt värderingar som beskriver det som upplevs meningsfullt och viktigt för en person att göra. Viljekraften förändras över tid och är följaktligen under en ständig process. Den speglar känslor och tankar som personer har om saker de gör, har gjort eller kommer att göra i framtiden och är således viktig för att förändring och utveckling ska ske. Tillsammans bidrar samtliga ovanstående komponenter till en persons aktivitetsförmåga.

Arbetsterapeutiska strategier kan återställa eller förbättra aktivitetsförmågan hos personer som har en funktionsvariation, som exempelvis påverkar rörelseförmåga, minne eller koncentrationsförmåga. Att förändra hur en aktivitet utförs kan vara en typ av strategi. Att göra förändringar i miljön för att underlätta aktivitet kan vara en annan. Ibland kan individen behöva göra nya aktivitetsval och kompensera för sådant som inte längre kan utföras. Att fortsätta upprätthålla aktiviteter i en stödjande miljö trots funktionsvariation är viktigt, eftersom aktivitet är en central del inom arbetsterapi (Kielhofner, 2012). Att vara aktiv är ett biologiskt behov som funnits genom mänsklighetens historia och tillgodoses genom att "göra". En aktivitet kan beskrivas som de handlingar vi gör i det dagliga livet. Det kan vara saker vi gör utan att vi tänker på att det är en aktivitet, såsom att tvätta händerna eller att ta sig hem från sin arbetsplats (Johnson & Dickie, 2019). Hur en aktivitet utspelar sig är en reflektion av en persons unika karaktär såväl som den kontext personen befinner sig i (Schell, Gillen, Scaffa & Cohn, 2019). Kroppsliga funktioner och psykologiska processer är grundläggande faktorer som kan påverka utförandet i en aktivitet. För att arbetsterapeuten ska få en fördjupad förståelse för en persons aktivitetsengagemang krävs kunskap kring värderingar, tro och spiritualitet (Billock, 2019). Dessa unika kännetecken kan ha en inverkan på en persons aktivitetsutförande, beroende på personens individuella erfarenheter och aktivitetens utmaningsnivå (Schell, Gillen, Scaffa & Cohn, 2019). Likväl utförs aktiviteter i olika miljöer dagligen. Arbetsterapeuter är väl medvetna om att miljöns utformning kan inverka på en persons utförande och engagemang i olika aktiviteter. Fysiska, kulturella, sociala, tekniska och institutionella miljömässiga faktorer kan både möjliggöra och hindra medverkan i aktivitet. En persons tro och värderingar formas av miljömässiga kulturella och sociala sammanhang, varpå miljön spelar en viktig roll i att forma en persons beteende och erfarenheter över tid.

Likaså påverkar och formar individer aktivt miljön de lever och arbetar i. En persons aktivitetsliv sker således inom ett enskilt sammanhang och är unikt för varje individ (Rigby, Trentham & Letts, 2019).

Hästunderstödda insatser

I flera länder har hästen varit ett viktigt redskap för överlevnaden i samband med jordbruk, jakt och krig. Relationen mellan häst och människa har därför historisk sett betraktats som betydelsefull. Numera används hästen i huvudsak som sport- och ridhäst. Hästen används även i terapeutiskt syfte där aktiviteter knutna till hästen samt ridning ingår. Hästunderstödda insatser (HUI) används ofta som samlingsnamn för hästunderstödd terapi (HUT) och hästunderstödda aktiviteter (HUA) (Organisationen för hästunderstödda insatser - OHI, 2019). Begreppet HUI ersätter många gånger termen ridterapi för att tydliggöra att det inte enbart innebär aktiviteter på hästryggen. Internationellt används ofta benämningen Equine assisted therapy (EAT). EAT, precis som HUI, syftar till att inte enbart inkludera ridning som aktivitet, utan även aktiviteter som exempelvis basal hästskötsel, att iordningställa inför och efter ridning samt den nära kontakten med hästen (Silfverberg & Tillberg, 2011). För att arbeta med HUI som insats bör man vara utbildad ridterapeut. Organisationens för hästunderstödda insatser (OHI) utför på uppdrag av Svenska Ridsportförbundet utbildningen till OHI-certifierad ridterapeut via Hästsportens Folkhögskola på ridskolan Strömsholm. Utbildningens syfte är att medverkande ska få kompetens och kunskap kring att använda hästen samt omgivande miljö som terapeutiskt redskap inom hälso- och sjukvård (Hästsportens folkhögskola, 2019). Utbildningen riktar sig till terapeuter och pedagoger såsom arbetsterapeuter, fysioterapeuter, sjuksköterskor, socionomer, läkare, psykologer med flera. Förkunskaper i form av kompetens inom hästhantering krävs för att bli antagen till utbildningen. Efter fullföljd utbildning kan OHI-certifikat erhållas (Organisationen för hästunderstödda insatser - OHI, 2019). Fortsättningsvis genom uppsatsen kommer begreppet HUI användas för att beskriva insatsen som klienterna får delta i.

Tidigare forskning av hästunderstödda insatser

Att använda hästen och ridning som behandlingsmetod kan verka gynnsamt på flera plan (Koca & Ataseven, 2016). I en studie gjord av Shelef et al. (2019) undersöktes effekterna av HUI hos personer som lever med posttraumatiskt stressyndrom (PTSD). Resultatet visade en signifikant förbättrad förmåga att arbeta och utföra dagliga aktiviteter, jämfört med tidigare.

Således tyder studiens resultat på att HUI kan vara en användbar intervention hos personer med PTSD. I en litteraturstudie gjord av Jormfeldt och Carlsson (2018) har man sammanfattat olika studier kring HUI för personer med schizofreni. Studien visade att det inte fanns några negativa konsekvenser med HUI, utan enbart olika typer av positiva effekter. Några av de positiva resultat som framkom var ökad självkänsla och självförtroende hos deltagarna, social stimulering samt att ny kunskap förvärvades. Ytterligare en studie gjord av Kang, Jung, Lee och Han (2018) visade att vuxna personer med spelberoende fick mycket positiva effekter efter bara sju dagars deltagande i HUI. Bland annat kände deltagarna minskad ångest och upplevde ett mindre undvikande beteende hos sig själva. Deltagarna undvek specifika situationer som upplevdes obehagliga i mindre grad än vad de tidigare gjort. Dessutom utvecklades ett intresse för sig själv och andra människor, till följd av att deltagarna upplevde känslor av lättnad efter att ha integrerat med hästen. HUI har även visat sig ha goda effekter hos personer med autism. I en litteraturöversikt gjord av Srinivasan, Cavagnino och Bhat (2018) visade resultatet att kortvariga insatser av HUI gav omedelbara effekter på beteendefärdigheter hos individer med autism. Likaså gjordes en litteraturöversikt av Trzmiel, Purandare, Michalak, Zasadzka och Pawlaczyk (2019) där resultaten visade en signifikant förbättring i utåtagerande beteenden hos barn med autism efter HUI, likväl som en omfattande förbättring i social förmåga.

I en studie gjord av Dong-Kyu och Eun-Kyung (2015) studerades HUI i form av ridning för strokepatienter. Detta gjordes då ridning tidigare visat sig främja ett upprätthållande av funktion för patienter med nedsatt motorisk eller fysisk förmåga. Resultatet visade en signifikant förbättring i både fysiska och psykiska funktioner hos strokepatienter. De rytmiska rörelserna från ridningen skapade ett rörelsemönster som stimulerade ett flertal av kroppens olika sinnen.

Tidigare forskning har visat positiva effekter av HUI hos personer med psykiska, fysiska och beteendemässiga svårigheter. Ovanstående litteratur visar att interventionen har en positiv inverkan på exempelvis beteendefärdigheter, självkänsla samt bidrar till minskad ångest. Till författarnas kännedom finns det däremot få studier gjorda av arbetsterapeuter, samt inom arbetsterapi generellt, som uppmärksammar hur HUI kan förbättra individens aktivitetsförmåga. Eftersom arbetsterapeuter arbetar utifrån ett holistiskt synsätt finns det intresse i att finna alternativa och nya rehabiliteringsmetoder, för att fler människor ska få ett så fungerande liv som möjligt med hjälp av insatser som inte enbart omfattar behandling i

medicinsk form. Därför vill författarna undersöka hur arbetsterapeuter, fysioterapeuter och sjuksköterskor beskriver hästunderstödda insatsers verkan på klienters aktivitetsförmåga.

Syfte

Syftet med studien är att undersöka hur arbetsterapeuter, fysioterapeuter och sjuksköterskor med OHI-certifiering beskriver hästunderstödda insatsers inverkan på klienters aktivitetsförmåga.

Metod

Design

Studien är av en tvärsnittsdesign vilket betyder att datainsamling skett vid ett tillfälle per intervjuperson (Kristensson, 2014). Studien har en kvalitativ ansats och data har samlats in med hjälp av semi-strukturerade intervjuer.

Urval & rekrytering

Sökningar gjordes via internet samt sociala medier för att hitta personer eller verksamheter i Sverige som arbetar med HUI. För att rekrytera lämpliga intervjupersoner gjordes ett avsiktligt urval, det vill säga att personer som ansågs vara representativa för studiens syfte valdes avsiktligt ut (Kristensson, 2014). Författarna valde att utföra studien i Sverige och inte begränsa sig geografiskt, därmed kunde institutioner i hela Sverige kontaktas.

Inklusionskriterierna för intervjupersonerna var att de skulle bo i Sverige, vara utbildade OHI-terapeuter och yrkesverksamma inom området hästunderstödda insatser i svensk hälso- och sjukvård. Då det finns brist på arbetsterapeuter som arbetar med HUI valde författarna att inte begränsa sig till enbart arbetsterapeuter.

Efter sökningarna kontaktades nitton intervjupersoner via mail samt tre intervjupersoner via sociala medier. Samtliga intervjupersoner informerades om studiens syfte. Elva intervjupersoner valde att inte delta i studien på grund av tidsbrist eller därför att de inte längre var verksamma inom HUI. Tre intervjupersoner svarade inte på mailförfrågan. Resterande åtta intervjupersoner visade intresse för att delta i studien, och därmed bestod den slutgiltiga gruppen av åtta personer.

Vidare i studien kommer författarna att använda sig utav begreppet intervjuperson som ett samlingsnamn för de OHI-certifierade arbetsterapeuter, fysioterapeuter och sjuksköterskor som deltagit i studien.

Intervjupersoner

I studien deltog tre arbetsterapeuter, två fysioterapeuter samt tre sjuksköterskor med OHI-certifiering. Samtliga personer som intervjuades i studien var kvinnor i åldrarna 40 till 63 år med en medianålder på 54 år. Intervjupersonerna hade olika lång arbetslivserfarenhet av HUI. Totalt hade intervjupersonerna arbetat med HUI mellan 4 och 23 år, med en median på 13 års arbetslivserfarenhet inom området. De arbetade med olika målgrupper inom sina verksamheter. De målgrupper som berördes var både barn och vuxna med varierande funktionsvariationer. Rörelseinskränkningar, stressrelaterad ohälsa (ångest, depression, utmattningssyndrom), psykossjukdom (schizofreni), bipolär sjukdom och ätstörningsproblematik (anorexia) är exempel på funktionsvariationer som har behandlats i studien. Även förvärvade hjärnskador (stroke), ryggmärgsskador, motorneuronsjukdomar såsom amyotrofisk lateral skleros (ALS) eller neuropsykiatriska funktionsvariationer såsom autism, Aspergers syndrom och attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) var också målgrupper för HUI i studien.

Datainsamling & procedur

Datainsamlingen gjordes med hjälp av kvalitativa semi-strukturerade intervjuer. Intervjuerna utgick ifrån en intervjuguide (bilaga 1) där frågorna var baserade på studiens syfte samt den litteratursökning som gjorts och beskrivits i bakgrunden. Efter att ha studerat ett antal olika intervjumallar utvecklades frågorna i intervjuguiden genom diskussioner mellan författarna. Frågorna fokuserade på hur intervjupersonerna arbetade med HUI gentemot olika målgrupper, hur insatsen anpassades utifrån klientens resurser och begränsningar samt dess verkan på klientens aktivitetsförmåga under och efter avslutad intervention. Innan intervjuerna genomfördes testades intervjuguiden på två oberoende personer för att få feedback och eventuellt kunna justera frågorna. Några av frågorna korrigerades då de upplevdes komplexa och något riktade mot arbetsterapi. För att neutralisera dessa frågor skrevs de om och testades igen på samma testpersoner. Denna gång upplevdes frågorna som mer lättförståeliga och neutrala för testpersonerna.

Författarna kontaktade intervjupersonerna via mail för att fråga om vidare intresse för deltagande. Efter överlämnat medgivande skickades ytterligare ett mail ut innehållande ett informationsbrev samt en samtyckesblankett. Informationsbrevet innehöll information kring studiens syfte, metod, förvaring av data under och efter studiens gång, vem som var ansvarig för studien, eventuella risker och följder av medverkan samt att intervjuerna kommer att spelas in och transkriberas. I brevet framgick även att samtliga intervjupersoner kommer att avidentifieras i studien, samt att medverkan var frivillig och intervjupersonerna kunde när som helst välja att hoppa av.

Beroende på geografisk plats och intervjupersonernas önskemål skedde intervjuerna via telefon, skype och genom ett fysiskt möte. Intervjuerna spelades in samt följde en intervjuguide. Intervjuerna tog cirka 30 minuter till 1 timme att genomföra. Författarna intervjuade fyra personer vardera, där en var ansvarig för intervjun och en förde anteckningar.

Dataanalys

I studien använde författarna sig utav en induktiv ansats, vilket innebär att det empiriska materialet ligger till grund för resultatet. Utan att ha alltför många tankar om studiens utfall närmade sig författarna ämnet (Kvale & Brinkmann, 2014). Samtliga intervjuer transkriberades och lästes igenom av författarna. Därefter läste författarna förutsättningslöst fyra intervjuer vardera ytterligare en gång, varpå innehållet och dess meningsbärande enheter identifierades och diskuterades efteråt. Därefter analyserade författarna tillsammans intervjuerna som baserades på intervjupersonernas beskrivningar om sina erfarenheter och upplevelser (Lundman & Hällgren Graneheim, 2017). Intervjumaterialet analyserades med en kvalitativ innehållsanalys, vilket innebär en analys av textens innehåll (Kristensson, 2014). I innehållsanalysen har författarna använt sig utav följande delar: meningsbärande enhet, kondensering, kod, underkategori samt kategori. Meningsbärande enheter som var relevanta för syftet valdes ut. De meningsbärande enheterna har sedan kondenserats, det vill säga kortats ner för att bevara det centrala i texten. Därefter kodades enheterna för att sammanfatta dess innebörd. Utifrån koderna skapades olika underkategorier med liknande innehåll. För att sammanbinda det underliggande innehållet från underkategorierna skapades kategorier (Lundman & Hällgren Graneheim, 2017). Nedan följer ett exempel på hur författarna analyserade materialet, se figur 1.

Meningsenhet	Kondenserad meningsenhet	Kod	Underkategori	Kategori
när dem berättar så tar dem ju med sig de till vardagslivet och just det här med att man kan märka att man kanske står upp, mår bättre och att man tar till vara på det också. Och lägger märke till de och att man orkar mer saker och så att eh, aa, det sker nog ganska automatiskt en överföring till vardagen	tar dem ju med sig de till vardagslivet... man kan märka att man kanske står upp, mår bättre och att man tar till vara på det också. Och lägger märke till de och att man orkar mer saker... det sker en automatisk överföring till vardagen	Klarar av mer i sin vardag, automatisk överföring	Ökad förmåga till aktivitet	HUI:s inverkan på psykiska och fysiska förmågor
Dem här multisjuka svårt sjuka som har rehabiliterat länge, det är inte i ett vitt rum som luktar handsprit	Har rehabiliterat länge, det är inte i ett vitt rum som luktar handsprit	Vitt rum som luktar handsprit	Inte sjukhusmiljö, utan stallmiljö	Omgivningens betydelse

Figur 1. Exemplifiering av innehållsanalysens process

Etiska överväganden

Enligt Codex (2019) skall personer som deltar i en forskningsstudie blivit informerade kring studiens syfte samt gett skriftligt samtycke. Intervjupersonerna i studien har tillsammans med en samtyckesblankett även fått ett informationsbrev som grundat sig på *Lag om etikprövning av forskning som avser människor*, (16§ SFS 2003:460). Där framgick information kring studiens syfte, metod, vem som är ansvarig för studien, risker och följder som studien kan orsaka samt att deltagande sker av fri vilja och att det när som helst går att avbryta sitt deltagande utan att ange orsak. Via samtyckesblanketten informerades samtliga personer om anonymitet och konfidentialitet, det vill säga att enskilda individer ska förbli oidentifierbara samt att insamlad data kommer att förvaras noggrant och skyddat från obehöriga. I samtyckesblanketten framgick det även att det insamlade materialet endast kommer användas

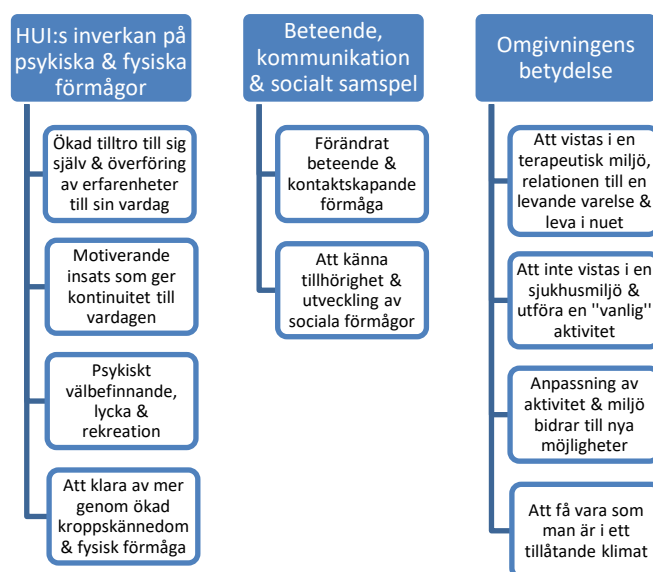
i den aktuella forskningsstudien och kommer förstöras vid avslutad studie. För att säkerställa att intervjupersonernas personuppgifter skulle förvaras på ett säkert sätt, gjordes en anmälan till Personuppgifter Lunds universitet (PULU). På så sätt följde studien EU:s dataskyddsförordning GDPR (Lunds universitet, 2019).

Resultat

Intervjupersonerna beskrev interventionens inverkan på klienters aktivitetsförmåga på olika vis. Ändock fanns det flera gemensamma nämnare i hur de beskrev insatserna.

Intervjupersonerna använde sig utav begreppet multimodal insats när de beskrev HUI. De menade att insatsen är verksam över många områden och haft god effekt för ett flertal olika patientgrupper, samt att den kan utövas av olika professioner. Det var en helhetsupplevelse som beskrevs påverka individen psykiskt, fysiskt, kommunikativt och socialt. Därav upplevde intervjupersonerna insatsen som kraftfull och att det är svårt att nå samma resultat med andra behandlingsformer. Intervjupersonerna menade således att samtliga delar i interventionen bör ingå för att dess inverkan ska bli fulländad.

Analysen av intervjumaterialet resulterade i tre kategorier. Kategorierna var följande: *HUI:s inverkan på psykiska & fysiska förmågor*, *Beteende, kommunikation & socialt samspel* och *Omgivningens betydelse*. Kategorierna och tillhörande underkategorier presenteras i form av en figur nedan, se figur 2.



Figur 2. HUI:s inverkan på klienters aktivitetsförmåga

HUI:s inverkan på psykiska & fysiska förmågor

Ökad tilltro till sig själv & överföring av erfarenheter till sin vardag

Att våga rida och vistas bland hästar krävde både mod, fokus, ödmjukhet och viss fysisk förmåga. Intervjupersonerna beskrev att deltagarna erhöll ökad tilltro till den egna förmågan, vilket bidrog till ett förbättrat självförtroende. Ett gott självförtroende är ofta något som saknas hos personer med funktionsvariationer. De personer som deltagit har funktionsvariationer som vanligtvis begränsar dem på olika sätt i deras vardag. Genom att delta i denna form av aktivitet, som de inte varit i kontakt med tidigare, blev deltagarna överbevisade att de faktiskt klarade av att utföra en aktivitet de inte trott var möjlig. När de vistades i en annorlunda miljö som i ett stall, fick de uppleva en känsla av att de klarade av att rida ute i naturen samt kunde utföra stalluppgifter. Tillsammans bidrog det till en personlig utveckling hos deltagarna.

“Vill man då prova att trava och det visar sig att det här med att rida lätt sitter i ryggmärgen, då blir de så lyckliga över detta att det inte är klokt, att de kan rida lätt! Alltså, hela grejen är bara självförtroendestärkande”.

Samtliga intervjupersoner som deltog i studien beskrev att de sett en ökad aktivitetsförmåga hos deltagarna under och efter avslutad intervention. Vid ett flertal tillfällen påtalades det att deltagare automatiskt överfört de kunskaper de erhållit under HUI till olika aktiviteter i sin vardag. Det kan ha inneburit att de har vågat prova nya aktiviteter, eller fått ökad förmåga att utföra de aktiviteter de vanligtvis utför.

“Vi får höra ganska ofta att, nu vågar de prova andra saker också, de klarar liksom att prova nya saker lättare än vad de kunde innan”.

Intervjupersonerna berättade att ett flertal deltagare som varit barn har kunnat leka med båda händerna sittandes på golvet, utan att använda en hand som stöd som de tidigare behövt göra. De berättade även att flera barn har lärt sig att cykla under tiden de deltagit i HUI. För vuxna deltagare kan det ha rört sig om personer som vanligtvis är mycket rädda för vissa situationer i vardagen. Att orka öppna posten kan ha känts som en omöjlig uppgift för en person med utmattningssyndrom. Likaså kan det för en person som är rullstolsburen upplevts som

ogenomförbart att köra över trottoarkanter och spårvagnsspår med sin rullstol. I takt med att deltagarna fick uppleva nära kontakt med hästen växte deras mod och tilliten till sin egen förmåga. Detta bidrog i sin tur de har övervann sina rädslor och vågade prova nya aktiviteter i vardagen. En intervjuperson uttryckte:

''Barn som vågar hoppa från högsta plinten på gympan fast de är höjdrädda, för de har suttit på hästen''.

Till följd av att deltagarna fått utföra aktiviteter i en annan miljö än vad de var vana vid fick de vidgade möjligheter i sin vardag. Genom att träna på uppgifter som de vanligtvis inte utsatts för fick deltagarna möjlighet att utforska och tillägna sig nya kunskaper, finna inspiration till nya intresseområden och utveckla sina psykiska och fysiska förmågor. Framförallt påtalade samtliga intervjupersoner att de uppmärksammat en avsevärd utveckling när det berör deltagarnas uppfattning av sin egen förmåga under och efter de deltagit i HUI. I synnerhet beskrev intervjupersonerna att deltagarna fått en mycket större tilltro till sin egen förmåga att utföra aktiviteter, samt en ökad tilltro till sig själva.

Flera av intervjupersonerna berättade att de utnyttjar den lantliga miljön för att träna på aktiviteter som inte direkt har med ridning eller hästen att göra, om deltagaren så önskar. En intervjuperson gav exempel på en deltagare som inte hade besökt sin faster på länge. Anledningen var att deltagaren känt sig osäker på att gå med sin rollator på den grusbelagda backen som fanns intill huset. I samband med HUI fick deltagaren möjlighet att träna på att gå med sin rollator på gårdsplanen. Allt eftersom deltagaren märkte att träningen gav resultat, fick personen i fråga ett nytt mod och vågade besöka sin faster. Många gånger kan det vara uppskattat från deltagarnas sida, då de ges möjlighet att träna på en aktivitet som de sedan kan omsätta i sin vardag. Det kan exempelvis vara något som vanligtvis begränsar deras vardag, eller som de behöver förbättra sina förmågor inom.

När träningen medförde förbättring ökade personens självkänsla och egen upplevda förmåga. Vidare bidrog detta till en känsla av att de dög och klarade av mer än vad de tidigare trott. En känsla av att de faktiskt kunde utföra andra aktiviteter och inte behövde avstå från något de tidigare inte trott varit möjligt.

''...de får liksom vara bäst på någonting. För annars så är det ju att har man ett funktionshinder så är det mycket man inte klarar av, men här kan det ju vara något som de kan klara av, att sitta på en häst som vem som helst, att komma ut i skogen och sådär. Så det bygger på självförtroendet och självkänslan''.

Motiverande insats som ger kontinuitet till vardagen

Intervjupersonerna beskrev att de har väldigt få återbud när det gäller deras HUI verksamhet. Även om den ordinära verksamheten i sig har besvär med återbud, berättade samtliga att stallet har en enorm dragningskraft som bidrar till att alla deltagare är angelägna om att få delta. Intervjupersonerna beskrev att när inga andra aktiviteter fungerar, då kommer deltagarna ändå till ridningen. Många upplever att det blir någonting att hänga upp vardagen på och att det är den roligaste träningen under veckan. Det blir en slags kontinuitet som påverkar deltagarna positivt, trots att insatsen kan ses som liten i ett stort sammanhang. Intervjupersonerna beskrev att de allra flesta deltar i HUI för att de själva vill det och är intresserade av det. Det finns dock ett fåtal som deltagit som varit rädda för hästar, eller rent utav inte känt sig tilltalade av tanken att delta. Gemensamt för dessa personer är att de allra flesta ändrat uppfattning och fått nya perspektiv under och efter interventionen. Som tidigare nämnt har ett flertal deltagare fått en ökad tilltro till sig själv har således vuxit av det. Andra deltagare har upptäckt att de funnit ett inre lugn av att ha nära kontakt med hästen och vistas ute i naturen. Ofta har det varit en kombination av båda delar, en helhetsupplevelse. Sammantaget har upplevelsen av HUI bidragit till att deltagarna fått en ökad motivation och vilja till att utvecklas som individer.

''Och de här barnen vi haft då, det är ett fåtal som varit lite ledsna innan, efter 2-3 gånger då står de inne i stallet med ridhjälm på huvudet och bara längtar efter att få komma upp på sin häst. Annars brukar de flesta bli väldigt motiverade och längtar till ridningen varje vecka''.

Psyiskt välbefinnande, lycka & rekreation

Samtliga intervjupersoner beskrev att deltagarna i HUI fått en ökad livskvalité. Interventionen bidrog till ett ökat psykiskt välbefinnande och betydligt mer positiva känslor. Intervjupersonerna har varit mycket angelägna av att belysa glädjen som deras deltagare känner inför en session av HUI.

Oavsett om det handlar om att rida, att enbart umgås med hästarna, att fylla på vatten till hästarna eller helt enkelt bara känna av naturens dofter så upplevs deltagarna känna stor glädje och lycka inför detta.

‘Något slags lyckopirr, alltså lyckopirr som man ser ifrån magen och upp och slutar i något stort leende. Det är liksom inte var dag de har det när de är såhär utmattade och trötta och ledsna och tilltuffade’.

Intervjupersonerna uttryckte att deltagarna sagt att det är ‘det här’ som gör livet värt att leva och att det bidragit till en känsla av livsglädje. En intervjuperson berättade att en deltagare som drabbats av förvärvad hjärnskada en gång uttryckt glädje över att skadan inträffat, då deltagaren i samband med detta gavs möjlighet att delta i HUI. HUI bidrog till att deltagaren kunde förbise det som inträffat och istället kunde tillägna sig glädjen som tillkom av att träffa nya människor och interagera med djuren. Detta gav deltagaren en ny sorts livsglädje.

Enligt intervjupersonerna har tid för rekreation varit en central del. Att hjärnan får återhämtning av att leva i nuet och får tänka på något annat, där det inte finns utrymme för tankar kring sjukdomstillstånd eller veckoplanering. Intervjupersonerna betonade vikten av återhämtning. Att skapa tid för återhämtning är även en stor del av ändamålet med interventionen. Människor klarar mycket stress men de behöver sin återhämtning, ansåg dem. En intervjuperson beskrev att en deltagare i HUI upplevde att tiden i stallet gjorde att deltagaren orkade med resten av veckan. Att vistas i stallet endast en dag i veckan gav kraft och energi till att klara av övriga dagar, enligt deltagaren.

Intervjupersonerna delgav olika berättelser om hur hästen och naturen kan inverka på en person. En intervjuperson berättade om en ung deltagare som drabbats av upprepade depressioner, självskadebeteende och suicidtankar vid mycket tidig ålder. Deltagaren i fråga lades periodvis in på Barn och ungdomspsykiatri (BUP) med övervakning dygnet runt, utan framgång. Föräldrar och anhöriga var förtvivlade, och BUP upplevde att det var ett komplicerat fall. I samråd med deltagaren beslutades det att deltagaren skulle delta i HUI. Efter cirka två år med HUI som insats, kom deltagaren tillbaka till avdelningen med en ny glöd i ögonen. Något som föräldrarna inte kunnat se på väldigt många år. De beskrev det som någonting som ingen medicin kunnat ge. Deltagaren fortsatte att delta i HUI med framgång.

En dag valde intervjupersonen att fråga deltagaren ‘‘vad det var som gjorde att hen ville fortsätta’’, varpå deltagaren svarade;

’’Jo, detta är det enda stället där jag kan känna att jag har en inre ro, och där jag kan komma ihåg hur jag var innan jag blev sjuk’’.

Att klara av mer genom ökad kroppskänedom & fysisk förmåga

Intervjupersonerna i studien uppgav att de sett en ökad fysisk förmåga hos deltagarna efter att de deltagit i HUI. Intervjupersonerna upplevde att deltagarna blivit mer balanserade i sin kroppsställning och fått en normalisering i muskeltonus och rörlighet i bålen. Ökad balans har även påverkat gångförmågan positivt då deltagarna fördelade tyngden i sina steg på ett bättre sätt efter ett ridpass. Enligt flera intervjupersoner kan ridning vara den enda aktivitetsform som påverkar all muskulatur, även den icke-viljestyrda muskulaturen. Den kroppsliga inverkan som ridningen medfört har hjälpt deltagare till att slappna av fullständigt. Bland annat påverkades andningen vilket i sin tur har resulterat i att personer med ALS periodvis kunde andas bättre. Deltagarna upplevde en förbättrad ork, tidigare orkade de exempelvis rida i 10 minuter men under interventionens gång klarade de av att rida i 20 minuter.

Intervjupersonerna hade haft deltagare med stroke som besvärats av neglekt. Genom HUI hade deltagarna fått möjlighet till insatser i form av ridning. Symtomen för neglekt innebar ett bortfall av förmågan att uppfatta intryck från den ena kroppshalvan. Även för dessa personer påvisade HUI positiva effekter. Under och efter att dessa personer hade ridit fick de en ökad kroppskänedom och kunde medvetet justera sig i sadeln, vilket de tidigare inte klarat av. Eftersom aktiviteten är liksidig och kräver att båda delar av kroppen är involverade så har kroppen lärt sig att finna funktioner som tidigare varit förlorade. Vid neglekt försvinner centreringen av kroppen och hästens rörelser återställer denna, menade intervjupersonerna.

Beteende, kommunikation & socialt samspel

Förändrat beteende & kontaktskapande förmåga

Intervjupersonerna noterade ett förändrat beteende såsom förbättringar av undvikande beteende samt ett mindre utåtagerande beteende. Intervjupersonerna uppmärksammade även en ökad förmåga till att kommunicera. Ett exempel kunde vara att deltagare som vanligtvis var mycket tystlåtna och introverta hade börjat öppna upp sig själva mer och kommunicerade

mer med andra efter att de deltagit i HUI. Det kunde innebära både verbalt tal men även kommunikation på annat vis, exempelvis via gester och liknande.

''Vi har några barn nu, de har ridit ihop hela förra terminen, och då har de inte pratat med varandra någonting. Men nu har de börjat prata med varandra. Så det är ju jättebra, för de har autism båda två, så att de pratar liksom inte så mycket. Men nu har de ändå börjat''.

Att känna tillhörighet & utveckling av sociala förmågor

Interventionen hade skett både individuellt och i grupp. Flera intervjupersoner berättade att deltagarna red i grupp, och utförde stallsysslor tillsammans. Andra valde att genomföra sessionerna individuellt. Däremot avslutades ofta de individuella sessionerna med att samtliga deltagare fikade tillsammans, därav kunde det fastställas att interventionen många gånger skedde delvis i grupp. Gruppsammanhanget visade sig ge positiva effekter till deltagarna. Att tillhöra en grupp bidrog till att kunna dela erfarenheter och lära av varandra. Att träffa andra personer som befann sig i samma situation upplevdes vara skönt för deltagarna, enligt intervjupersonerna. Särskilt för personer som till stor del hade burit på sina känslor inombords utan att prata med andra tidigare. Utfallet blev en grupprocess som verkar helande för deltagarna.

''Dels samlar man ihop dagen och pratar lite om hur det har gått, men sen, alltså ibland kan det bli väldigt djupa samtal och det kan bli en grupprocess. Det är en helande grupprocess i det där fiket också''.

Enligt intervjupersonerna hade gruppaktiviteten även bidragit till ökad förståelse för sociala regler och socialt samspel. Deltagarna hade fått en ökad kännedom om sitt beteende och hur de borde bete sig i ett stall och gentemot andra i sociala sammanhang. Intervjupersonerna ansåg att detta berodde både på den nära kontakten till hästen där beteendet spelat en viktig roll för att skapa tillit gentemot varandra, men också genom att deltagarna fått möjlighet till att träna sig på att utgöra en del av en gruppsammanhållning.

''För de som kommer som är så sjuka så är det väldigt härligt, jättejobbigt att komma och träffa andra människor, men det är också väldigt härligt att träffa andra i samma situation''.

Omgivningens betydelse

Att vistas i en terapeutisk miljö, relationen till en levande varelse & leva i nuet

Intervjupersonerna beskrev stallmiljön som en terapeutisk miljö, som de upplevde hade en lugnande effekt på deltagarna. När deltagarna kom ut i naturen började de genast att slappna av och andas, och djurens närvaro tilltalade dem på många olika sätt, enligt intervjupersonerna. Många deltagare hade inte kommit ut i naturen på många år. Flera hade känt sig inlåsta under en lång tid, exempelvis på grund av att de inte haft möjligheten eller orken att ta sig ut. Därför blev lyckan stor när deltagarna väl fick befinna sig i en helt ny, lantlig miljö. En intervjuperson berättade att naturen har en läkande inverkan på vem som helst, men att intrycket blev extra stort för de personer som deltog i HUI.

Samtliga intervjupersoner berättade att hästarna bidragit till så mycket mer än bara ridning. Det var levande varelser med värme och andning, några som vill jobba ihop med deltagaren. Deltagarna skapade en relation till hästen och plötsligt förvandlades hästen till en vän. Det var inte detsamma som att jobba med en maskin. Intervjupersonerna berättade även att deltagare enbart kunde få stå och krama en häst, vilket ofta bidragit till en känslostorm som yttrade sig i tårar. Inte för att deltagarna kände sig ledsna, utan för att de kände sig lyckligare än vad de gjort på länge. Flera intervjupersoner berättade att det var viktigt att låta deltagarna få känna olika saker. Oavsett vilka känslor det var som genomsyrade kroppen, så var det okej. Det fanns inte heller något krav på att deltagarna skulle beskriva sina känslor om de inte ville, utan de kunde åka hem med känslan som insatsen medfört inom sig. För intervjupersonernas del var det viktigast att deltagarna inte kände någon stress eller prestation i att försöka sätta ord på sina känslor, utan att de istället försökte vara i nuet och fokusera på sitt eget mående.

“Det har vi hört många gånger från de som har varit på psykiatrin länge, att det är så skönt att få lov att åka hem med känslan och inte ha behövt beskriva den”.

Att inte vistas i en sjukhusmiljö & utföra en ”vanlig” aktivitet

Samtliga intervjupersoner beskrev vikten av att interventioner sker i naturen istället för på ett sjukhus eller i något behandlingsrum. Det var inte ett vitt rum som doftade handsprit utan istället en berikande miljö bland djur och natur. Att rida kunde ses som en ”friskaktivitet” där deltagarna kunde få en känsla av att omhänderta hästarna istället för att bli

omhändertagna. Deltagarna fick lära sig att visa respekt när de vistades i hästarnas hem och hanterade hästarna. De fick göra aktiviteter som var viktiga för hästens mående och överlevnad, såsom att fylla på vatten, förse hästarna med foder och göra rent i deras boxar. Intervjupersonerna ansåg att detta var viktigt och upplevde att det bidrog till att deltagarna kände att de gjorde nytta på riktigt. De utförde en riktig aktivitet, som dessutom gav förhållandevis hög status och som vem som helst kunde göra.

“Det är helhetsupplevelsen att det är något annat än att sitta i ett behandlingsrum och försöka få ett barn att göra någonting som man hittar på. Vi har ju inga hittepå saker i stallet”.

Dessutom berättade ett flertal intervjupersoner att deltagarna ofta började fundera kring sin egen betydelse och den funktion de fyllde. I takt med att deltagarna fått utföra uppgifter i stallmiljö och motionerat hästarna som hade ett värde för mående, hade de börjat ändra uppfattning om sin egen roll. De hade börjat se sig själva som en person som kunde rida, eller som kunde ta hand om ett annat levande djur, snarare än som en person som var sjuk. Detta menade intervjupersonerna var en viktig del för rehabiliteringen och fortsatt framgångsrik utveckling hos individen.

“Deltagaren beskriver sig mer som en ryttare, mer än en person som har MS eller stroke”.

Anpassning av aktivitet & miljö bidrar till nya möjligheter

Samtliga intervjupersoner beskrev även att HUI anpassas utefter varje individ för att uppnå bästa möjliga resultat. Det var en viktig del i det klientcentrerade arbetet, menade dem. Anpassningarna kunde bland annat innebära att olika typer av utrustning användes utifrån varje individs behov och förmågor, såsom olika typer av sadlar, klossar att stötta upp med eller att rida med eller utan stigbyglar. Anpassningarna berörde även andra aspekter såsom val av häst, temperament, storlek och rörelsemönster på hästen, att rida ensam eller i grupp eller att välja att rida utomhus eller inomhus. Enligt intervjupersonerna hade valet av häst stor betydelse för insatsens resultat.

Exempelvis kunde en deltagare som behövde utöka sitt rörelseomfång i bäckenregionen få rida på en häst som hade ett stort rörelsemönster, medan en deltagare med begränsad balansförmåga kunde få rida på en häst som var bred över ryggen för att känna sig trygg och sitta stabilt över hästen.

Att få vara som man är i ett tillåtande klimat

Samtliga intervjupersoner beskrev att en viktig del i det rehabiliterande arbetet var att deltagarna fick vistas i en miljö där de inte blivit bemötta utifrån sin problematik eller diagnos, utan snarare efter hur de var som personer. I samhället fanns det ständiga normer kring olika former av funktionsvariationer, menade dem. Hästarna bortsåg från sådant, och brydde sig inte om huruvida en person hade en viss diagnos eller inte. Det centrala var hur hästen blev bemött. Att bemöta hästen med respekt bidrog till att hästen visade respekt tillbaka. I stallet rådde inte heller någon konkurrens kring krav på hur en person skulle se ut eller liknande, utan fokuset låg på hästen istället för hos deltagarna. Därav upplevs miljön lugnande och stimulerande, och det skedde ingen stigmatisering utifrån personens funktionsvariationer.

“Det är ständiga normer kring schizofreni, det är väldigt stämplande och stigmatiserade i samhället. Men hästar bryr sig inte om sånt, det skiter de i fullständigt. De ser ju bara på här och nu, och hur man betar sig i kontakten. Så de bryr sig inte om sånt. Och det kan också vara väldigt skönt”.

Diskussion

Resultatdiskussion

I resultatet framhöll intervjupersonerna att hästunderstödda insatser är en multimodal intervention som har en inverkan på ett psykiskt, fysiskt, kommunikativt såväl som socialt plan. Utifrån vad intervjupersonerna delgav har interventionen visat sig vara effektiv för ett flertal olika målgrupper. Resultatet kan således relateras till tidigare forskning. Enligt Koca och Ataseven (2016) är HUI gynnsamt på flera plan och har gett effekt för personer med olika typer av problematik. Därav styrker tidigare forskning studiens resultat, att behandlingsformen är mångsidig och ger effekt hos flera olika typer av målgrupper. Likaså framhöll samtliga intervjupersoner HUI som en heltäckande intervention och att det är helhetsupplevelsen som gett påtaglig effekt hos deltagarna. Intervjupersonerna betonade

vikten av att insatsen utförs i rätt miljö, att aktivitet och miljö anpassas efter varje individ, att interagera med hästen och att ingå i en gruppsammanhållning. Intervjupersonerna beskrev att insatsen troligtvis inte hade haft samma verkan om inte alla komponenter förenats till en helhet.

Intervjupersonerna bedömde att deltagarna har fått en förbättrad aktivitetsförmåga under och efter avslutad intervention. De kunde även se att insatsen har en omfattande inverkan på deltagarnas psykiska förmågor. När det gäller de psykiska förmågorna berättade intervjupersonerna att de upplever en förvandling hos deltagarna inom områden som berör självkänsla, viljekraft och livskvalité i samband med HUI. Dessa beståndsdelar ligger även till grund för deltagarnas förbättrade aktivitetsförmåga. Några intervju personer beskrev att barn har kunnat leka mer aktivt och klarat av aktiviteter de tidigare inte haft förmåga till. Även vuxna personer har klarat av aktiviteter de tidigare inte ansett varit möjliga. Enligt Shelef et al. (2019) har personer med PTSD fått en signifikant ökad förmåga till att utföra dagliga aktiviteter samt att arbeta, efter deltagande i HUI. I en litteraturstudie gjord av Jormfeldt och Carlsson (2018), visade det sig även att HUI kunde förknippas med ökad självkänsla och att ny kunskap förvärvades. Enligt intervjupersonerna har deltagarna, i takt med att de fått prova på nya aktiviteter, tillägnat sig nya kunskaper. Ny kompetens har haft en positiv inverkan då deras förtroende till sin egen förmåga ökat. Ökad tilltro till sig själva har bidragit till att de vågat utmana sig själva i sin vardag, och börjat utföra aktiviteter de tidigare inte vågat. Att klara av att utföra dagliga aktiviteter är således ett resultat av att de tagit till sig erfarenheter de erhållit under HUI. Enligt Kielhofner (2012) är den erfarenhetsmässiga upplevelsen kopplat till en viss aktivitet viktig för utfallet av aktivitetsutförandet. Deltagarna i HUI har erhållit ny kunskap som de sedan kunnat applicera i sin vardag. Det kan exempelvis röra sig om aktiviteter såsom att öppna posten eller att våga röra sig ute bland folkmassor. De erfarenheter som deltagarna erhållit under HUI har således resulterat i att de fått en förbättrad aktivitetsförmåga. De har även fått ett ökat självförtroende och ökad tilltro till sin egen förmåga.

En annan viktig faktor till den ökade aktivitetsförmågan var enligt intervjupersonerna ökad motivation till att utföra en aktivitet, det vill säga en persons viljekraft. Verksamheterna som bedriver HUI får mycket få återbud till sina HUI sessioner, då majoriteten av deltagarna är motiverade till att delta. Deltagandet och ridpassen blir som en slags kontinuitet i vardagen, något att hänga upp resten av veckans aktiviteter på. Kielhofner (2012) menar att människor

vill engagera sig i aktiviteter som upplevs tillfredställande, värdefulla samt känner sig kapabla till att utföra. Viljekraften är under ständig process och kan vara föränderlig över tid.

Viljekraften är viktig för att personlig utveckling ska ske, då den speglar tankar och känslor som personer har om saker de har gjort, gör eller kommer att göra i framtiden.

Intervjupersonerna gav flera exempel på hur deltagare i HUI ändrat uppfattning om både interventionen och sig själva under tiden som de medverkat i HUI. De fick nya perspektiv, vidgade vyer och inte sällan ‘aha-upplevelser’. Nya insikter har förvärvats, värderingar har modifierats och nya intressen har utvecklats. Exempelvis har ett flertal av deltagarna fortsatt sin resa genom att börja på ridskolor eller liknande efter avslutad intervention, eftersom ett starkt intresse för hästarna har vuxit fram under processens gång. Intervjupersonerna berättade att deltagarna finner intresse för sig själva och sin egen hälsa, och börjar i samband med detta värna om sig själva och sitt eget mående. Följaktligen är det i dessa ögonblick som en personlig och framåtskridande utveckling initieras. Denna process kan anknytas till Kielhofners (2012) beskrivning av att en persons viljekraft är under ständig förändring och skiftar över en individs livstid. Under tiden som deltagarna deltagit i HUI har deras viljekraft förändrats och utvecklats på olika vis. Samtliga intervjupersoner har även uppgett att deltagarna fått en förbättrad livskvalité efter att de deltagit i HUI. Livskvalitén har uttryckt sig i form av avsevärt mer positiva känslor och ett ökat psykiskt välbefinnande. En central del har varit tid för rekreation, att hjärnan fått tid för återhämtning. När deltagarna befinner sig i stallet, i den rogivande omgivningen eller ridandes på hästen finns det inte utrymme för tankar kring sjukdomstillstånd eller vad som ska ske senare i veckan. Sammantaget är det sannolikt att viljekraften och livskvalitén är två element som påverkar varandra. Ökad viljekraft kan bidra till att deltagarna upplever ökad livskvalité, likväl som ökad livskvalité kan bidra till att deltagarna upplever ökad viljekraft.

Denna studie visade även att intervjupersonerna upplevde omfattande förändringar hos deltagarna kopplat till beteendefärdigheter, kommunikativa- och sociala förmågor.

Intervjupersonerna har sett en betydande utveckling vad gäller undvikande beteende, minskat aggressivt beteende, ökad social förmåga samt ökad förståelse för sociala regler och grupsammanhang. Studiens resultat kan kopplas till tidigare forskning som visar att deltagande i HUI bidrar till påverkan på beteendefärdigheter. En litteraturoversikt gjord av Trzmiel, Purandare, Michalak, Zasadzka och Pawlaczyk (2019) påvisade en omfattande förbättring i social förmåga efter insatsen HUI, samt signifikanta förbättringar i utåtagerande beteenden hos barn med autism.

Likaså visar en litteraturoversikt gjord av Srinivasan, Cavagnino och Bhat (2018) att HUI ger omedelbara effekter på beteendefärdigheter hos individer med autism.

Ett flertal intervjupersoner berättade att deltagarna ofta börjar kommunicera mer med varandra under och efter att de deltagit i HUI, både verbalt men även genom kroppsspråk och gester. Det kan röra sig om barn med autism som vanligtvis är begränsade i sin sociala förmåga, men som efter interventionen fortsatt hålla kontakt med varandra och blivit vänner på sin fritid. Under interventionens gång har intervjupersonerna berättat att flera av deltagarna börjat fatta intresse för varandra och andra människor. Deltagarna finner numera glädje i att få träffa andra och ingå i sociala sammanhang, något som många tidigare upplevt som skrämmande och obehagligt. Intervjupersonerna beskrev även att ett flertal av deltagarna inte har blivit givna möjligheten till gruppsammanhang tidigare, då de varit förhållandevis isolerade från sin omvärld. Att träffa andra människor som befinner sig i samma situation har ansetts betydelsefullt. Det har gett deltagarna möjlighet att dela erfarenheter och lära av varandra. Framförallt har det bidragit till en känsla av att inte vara ensam i sin situation. En studie gjord av Kang, Jung, Lee och Han (2018) visade att vuxna personer med spelberoende fick mycket positiva resultat efter HUI som insats. Deltagarna upplevde bland annat ett mindre undvikande beteende hos sig själva. Slutligen visade en litteraturstudiestudie gjord av Jormfeldt och Carlsson (2018) att HUI inte gav några ofördelaktiga konsekvenser, utan enbart gynnsamma effekter påträffades. Exempelvis upplevde personer med schizofreni social stimulering på ett sätt som de tidigare inte upplevt genom att delta i interventionen. Likt resultaten i tidigare forskning har intervjupersonerna berättat att HUI haft liknande inverkan på ett flertal av deltagarna, där de utvecklat både beteendefärdigheter, sociala förmågor och upplevt social stimulering under tiden som de deltagit i HUI.

I denna studie beskrivs omgivningen ha stor betydelse för utfallet av HUI. Olika miljömässiga faktorer kan både möjliggöra och hindra utförandet av en aktivitet, något som även visat sig vara en central del i denna studie. Enligt intervjupersonerna hade miljön en omfattande betydelse då den upplevdes som terapeutisk och lugnande för deltagarna. Flera av deltagarna har inte haft möjlighet att komma ut i naturen under en lång period, men de upplevde genast en lugnande effekt och kunde slappna av när de vistades i naturen. Hästen har även haft en betydande roll i studiens resultat. Deltagarna skapade en relation till hästen de red på, där hästen till slut blev en vän. Den omgivande miljön har också varit viktig för rehabiliteringen, då insatsen inte utförts i ett vitt behandlingsrum som doftat handsprit utan istället i en miljö

bland djur och natur. Kielhofner (2012) beskriver att människan är i ständigt samspel med miljön. Det påstår även Rigby, Trentham och Letts (2019) som beskriver att både fysiska, kulturella, sociala, tekniska och institutionella miljömässiga faktorer i den omgivande miljön kan påverka en persons genomförande av en aktivitet.

Samtidigt som insatsen realiserats i en annan miljö har deltagarna fått uppleva hur det är att omhänderta en häst istället för att själva bli omhändertagna. De fick utföra en uppgift som var nödvändig för hästens välmående, vilket bidrog till en känsla av att de gjorde något viktigt och betydelsefullt. I samband med att deltagarna i HUI fick utföra uppgifter i stallmiljö började de även ändra uppfattning kring sig själva. De kunde exempelvis identifiera sig som en ryttare istället för en person med en funktionsvariation. En bidragande komponent till den förändrade uppfattningen var att deltagarna i HUI fick vistas i en miljö där de inte blev bemötta utifrån sin problematik. Hästarna bortser från sådant som diagnos och ser istället till en persons bemötande. Miljön är således fri från stigmatisering och normer utifrån personens funktionsvariationer.

Enligt samtliga intervjupersoner är en viktig del för att möjliggöra aktivitet och främja det klientcentrerade arbetet att anpassa miljön och aktivitetsutförandet, för att deltagarna ska kunna utföra aktiviteten på bästa möjliga sätt. Likaså är rätt utmaningsnivå på aktiviteten en central del. Aktiviteten bör vara utmanande för klienten i viss grad, för att bidra till klientens utveckling. Däremot får aktiviteten inte vara så svår att klienten riskerar att inte klara av att utföra aktiviteten. Enligt Kielhofner (2012) kan anpassning av aktivitet vara en typ av strategi för att återställa eller förbättra en persons aktivitetsförmåga. Det kan innebära att en aktivitet görs på ett annorlunda sätt eller att det görs förändringar i miljön som kan underlätta och främja aktivitet. En anpassning av aktiviteten eller miljön aktiviteten utförs i kan bidra till att miljön blir stöttande, det vill säga en miljö som främjar aktivitet snarare än begränsar. Oavsett hur en aktivitet utförs, eller i vilken miljö aktiviteten utförs i, är det viktigt att upprätthålla aktiviteter i en persons vardag eftersom det är en central del inom arbetsterapi. Således kan studiens resultat kring vikten av anpassning av HUI anknyta till Kielhofners resonemang kring att anpassning av en aktivitet eller miljö är av stor vikt för att uppnå bästa möjliga resultat.

Metoddiskussion

Författarna upplevde att en kvalitativ intervjustudie var en väl fungerande metod för att besvara studiens syfte. Valet att använda en kvalitativ metod baserades delvis på att befintlig litteratur saknades inom ämnet, därav hade en litteraturstudie inte varit att föredra. En kvalitativ intervjustudie med semi-strukturerade intervjuer valdes även för att författarna var intresserade av att inhämta och analysera egen data, istället för att studera befintlig forskning. Genom att ställa öppna frågor via en kvalitativ forskningsintervju kan man få svar på personers erfarenheter, upplevelser, känslor, åsikter, kunskap och uppfattningar. Frågorna behöver inte ställas i samma ordning till samtliga intervjupersoner, och personen som intervjuar anpassar sig utifrån det som framkommer under intervjun (Danielson, 2017).

Som ovan nämnts, ville författarna genomföra en intervjustudie. Detta för att insamla empirisk kunskap om intervjupersonernas erfarenheter inom det specifika ämnet (Kvale & Brinkmann, 2014). För att inhämta mer data hade en enkätstudie varit att rekommendera. Det är sannolikt att ett utskick av enkäter hade genererat i fler svar, men svaren hade troligtvis inte varit lika uttömmande som de blir genom intervjuer.

Författarna valde att använda sig utav en kvalitativ innehållsanalys. Innehållsanalysen har baserats på erfarenhetskunskap, det vill säga tolkningar och beskrivningar som uttrycks på olika tolknings- och abstraktionsnivåer. En kvalitativ analys bör därav ses i sitt sammanhang och tolkningar av intervjupersonens berättelse bör göras med medvetenhet om deras personliga historia, kultur och livsvillkor. Författarna försökte göra detta genom att inleda intervjun med öppna frågor som var riktade till den person som intervjuades. Frågorna berörde personens bakgrund, vilket möjliggjorde för intervjupersonen att förmedla en del av sig själv och sin historia. Genom att ställa denna typ av frågor upplevde författarna att det skapades en bekväm och god stämning. Genom att författaren skapar sig en förståelse för detta sammanhang ökar tillförlitligheten i studien (Lundman & Hällgren Graneheim, 2017).

Att finna lämpliga intervjupersoner som besitter stor kunskap och erfarenhet inom området som ska studeras är en förutsättning för ett tillförlitligt resultat. För att öka tillförlitligheten är det även viktigt med en variation av till exempel kvinnor och män (Lundman & Hällgren Graneheim, 2017). Dessvärre var det enbart kvinnor som författarna fick kontakt med och som valde att delta i studien. En anledning till att det enbart var kvinnor som deltog kan

bero på att det flesta yrkesverksamma personerna med OHI-certifiering är kvinnor. Studien hade eventuellt kunnat få ett annat utfall om män deltagit. Ändock tror författarna att studiens resultat blivit detsamma då författarna anser att man i sitt arbete utgår från sin yrkesspecifika expertis, och könstillhörighet bör då inte ha någon betydelse.

Endast 8 personer deltog i studien, vilket kan anses som en nackdel inom forskning då ett högre antal deltagare kan vara att föredra för ökad trovärdighet. Enligt Lundman och Hällgren Graneheim (2017) beror dock den optimala mängden data på datans kvalitet och studiens syfte. Därav är det inte en garanti att studiens kvalitet hade ökat om fler personer hade deltagit.

I studien deltog personer med olika professioner, i form av arbetsterapeuter, fysioterapeuter och sjuksköterskor. Det är möjligt att de olika professionernas yrkesexpertis har influerat studiens resultat, då samtliga professioner kan ha haft olika ingångsperspektiv på insatsen. Författarna anser dock att variationen på intervjupersoner har stärkt studiens resultat, eftersom det underlag som studien resulterat i varit enhälligt trots olika yrkesprofessioner.

Det finns en risk att intervjupersonerna delvis skildrat HUI på ett partiskt sätt, då det är sannolikt att de vill framställa det dem arbetar med som en positiv och effektiv insats. Flera av intervjupersonerna har även haft ett eget djurintresse, och författarna anser att även detta kan ha haft en viss påverkan på studiens utfall. Dock anser författarna att samtliga intervjupersoner besuttit lång erfarenhet inom ämnet och därmed sett den faktiska verkan som HUI genererar.

Slutsats

Sammanfattningsvis kan författarna konstatera att det är ett flertal bidragande faktorer inom HUI som påverkar aktivitetsförmågan. Intervjupersonerna beskrev att de såg att deltagarna kunde överföra kunskaper och färdigheter till andra aktiviteter i sin vardag efter att de deltagit i HUI. Deltagarna har fått ökat mod och tillit till sin egen förmåga, samt en ökad fysisk förmåga. Detta har bidragit till att de orkat utföra fler aktiviteter än tidigare efter avslutad intervention. Intervjupersonerna beskrev även att deltagarna har upplevt att de fått ökad livskvalité efter att de deltagit i insatsen. Miljön visade sig vara betydelsefull för att insatsens verkan skulle bli fulländad. Att få komma ut i naturen och inte enbart rehabiliteras på ett

sjukhus gav deltagarna stor glädje och avkoppling. En viktig aspekt var att deltagarna gavs möjlighet att utföra en aktivitet som vem som helst kunnat utföra. Således har anpassning av miljön varit en central del för att möjliggöra aktivitet. Deltagarna har fått vistats i en miljö där det har varit fullständigt acceptabelt att vara precis som de är, det vill säga i ett tillåtande klimat fritt från stigmatisering. Följaktligen har miljön varit både stödjande och tillåtande. Deltagarnas beteende och sociala förmågor har utvecklats i positiv riktning. Genom att ingå i ett gruppssammanhang har deltagarna förbättrat sina sociala förmågor att kommunicera med andra. Intervjupersonerna beskrev också en ökad förståelse för sociala regler och att de upplevt ett mindre undvikande och utåtagerande beteende hos deltagarna, efter att de deltagit i HUI. Samtliga faktorer främjade både motivation och viljekraft, något som haft en betydande roll för deltagarnas förbättrade aktivitetsförmåga. Avslutningsvis är samtliga komponenter centrala och samverkar med varandra. Tillsammans bidrar de till att HUI blir en helhetsupplevelse som förbättrar aktivitetsförmågan. Ovanstående resonemang kan anknytas till arbetsterapeutisk teori som belyser att samspelet mellan aktivitet, person och miljö har inflytande på en persons aktivitetsförmåga.

Då det saknas tillräckligt med forskning inom ämnet kan denna studie ligga till grund för vidare forskning. De yrkesverksamma personer som arbetar med HUI kan använda studien som underlag för att upplysa klienter, arbetsgivare och samhället kring den fördelaktiga verkan som HUI bidrar till. Studien kan också verka som underlag till de personer som har funderat på att vidareutbilda sig inom området, och vill få ökad kunskap inom ämnet.

Fortsatt forskning behövs för att undersöka hur deltagaren beskriver sin egen upplevda aktivitetsförmåga under och efter avslutad intervention. Likaså är det av intresse att undersöka huruvida HUI är kostnadseffektivt, i relation till dess verkan ur ett hälsoperspektiv.

Referenser

Billock, C. (2019). Personal Values, Beliefs, and Spirituality. I B. A. B. Schell & G. Gillen (Red.), *Willards & spackman's occupational therapy* (13. uppl. s. 310-318). Philadelphia, PA: Wolters Kluwer.

Christiansen, C. H., & Townsend, E. A. (2010). An Introduction to Occupation. I C. H. Christiansen & E. A. Townsend (Red.), *Introduction to occupation: the art of science of living: new multidisciplinary perspectives for understanding human occupation as a central feature of individual experience and social organization* (2. uppl. s. 1 - 34). Upper Saddle River, NJ: Pearson.

Codex - regler och riktlinjer för forskning. (2019). Om forskningsetik: forskning som involverar människan; informerat samtycke. Hämtat 2019-09-16 från <http://www.codex.vr.se/manniska2.shtml>

Danielson, S. (2017). Kvalitativ forskningsintervju. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad* (2. uppl. s. 143-154). Lund: Studentlitteratur.

Dong-Kyu Lee, & Eun-Kyung Kim. (2015). The influence of horseback riding training on the physical function and psychological problems of stroke patients. *Journal of Physical Therapy Science*, 27(9), 2739–2741. Doi: 10.1589/jpts.27.2739

Hästsportens folkhögskola. (2019). Tilläggsutbildning i Hästunderstödda insatser – inriktning terapi & specialpedagogik. Hämtad 2019-09-16 från <https://www.hastportensfolkhogskola.se/utbildningar/tillaggsutbildning-i-hastunderstodda-insatser-inriktning-terapi-specialpedagogik-201718/>

Johnson, K. R., & Dickie, V. (2019). What Is Occupation?. I B. A. B. Schell & G. Gillen (Red.), *Willards & spackman's occupational therapy* (13. uppl. s. 2-10). Philadelphia, PA: Wolters Kluwer.

- Jormfeldt, H., & Carlsson, I.-M. (2018). Equine-Assisted Therapeutic Interventions Among Individuals Diagnosed With Schizophrenia. A Systematic Review. *Issues in Mental Health Nursing*, 39(8), 647–656. Doi: 10.1080/01612840.2018.1440450
- Kang, K.D., Jung, T.W., Lee, K.H., & Han, D.H. (2018). Effects of Equine-Assisted Activities and Therapies on the Affective Network of Adolescents with Internet Gaming Disorder. *Journal of alternative and complementary medicine*, 24(8), 841-849. Doi: 10.1089/acm.2017.0416
- Kielhofner, G. (2012). Grundläggande begrepp för människans aktivitet. I G. Kielhofner. *Model of human occupation: teori och tillämpning*. (1. uppl. s. 15-25). Lund: Studentlitteratur.
- Koca, T. T., & Ataseven, H. (2016). What is hippotherapy? The indications and effectiveness of hippotherapy. *Northern clinics of Istanbul*, 2(3), 247–252. Doi:10.14744/nci.2016.71601
- Kristensson, J. (2014). *Handbok i uppsatsskrivande och forskningsmetodik för studenter inom hälso- och vårdvetenskap* (1. uppl.). Stockholm: Natur & Kultur.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun* (3. [rev.] uppl.). Lund: Studentlitteratur.
- Lag om etikprövning av forskning som avser människor* (SFS 2003:460). Hämtad från Riksdagens webbplats: https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/lag-2003460-om-etikprovning-av-forskning-som_sfs-2003-460
- Lundman, B., & Hällgren Graneheim, U. (2017). Kvalitativ innehållsanalys. I B. Höglund-Nielsen & M. Granskär (Red.), *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård* (3. uppl. s. 219-234). Lund: Studentlitteratur.
- Lunds universitet. (2019). Skärpta regler för hantering av personuppgifter i forskningsprojekt. Hämtad 2020-01-13 från <https://www.medarbetarwebben.lu.se/article/skarpta-regler-forhantering-av-personuppgifter-i-forskningsprojekt>

Organisationen för hästunderstödda insatser - OHI. (2019). Välkommen till OHI. Hämtad 2019-09-16 från <http://irt-ridterapi.se/>

Organisationen för hästunderstödda insatser - OHI. (2019). Att arbeta med hästunderstödda insatser; HUI. Hämtad 2019-11-14 från <http://irt-ridterapi.se/att%20arbete%20med%20hui/index.html>

Rigby, P. J., Trentham, B., & Letts, L. (2019). Modifying Performance Contexts. I B. A. B. Schell & G. Gillen (Red.), *Willards & spackman's occupational therapy* (13. uppl. s. 460-479). Philadelphia, PA: Wolters Kluwer.

Schell, B. A. B., Gillen, G., & Coppola, S. (2019). Contemporary Occupational Therapy Practice. I B. A. B. Schell & G. Gillen (Red.), *Willards & spackman's occupational therapy* (13. uppl. s. 56-70). Philadelphia, PA: Wolters Kluwer.

Schell, B. A. B., Gillen, G., Scaffa, M. E., & Cohn, E. S. (2019). Individual Variance: Body Structures and Functions. I B. A. B. Schell & G. Gillen (Red.), *Willards & spackman's occupational therapy* (13. uppl. s. 300-309). Philadelphia, PA: Wolters Kluwer.

Shelef, A., Brafman, D., Rosing, T., Weizman, A., Stryjer, R., & Barak, Y. (2019). Equine Assisted Therapy for Patients with Post Traumatic Stress Disorder: A Case Series Study. *Military Medicine*, 00, 1-6. Doi: 10.1093/milmed/usz036

Silfverberg, G., & Tillberg, P. (2011). *Ridterapi - fakta och framtid*. Stockholm: Institutionen för vårdvetenskap, Ersta Sköndal högskola.

Srinivasan, S. M., Cavagnino, D. T., & Bhat, A. N. (2018). Effects of Equine Therapy on Individuals with Autism Spectrum Disorder: a Systematic Review. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 5(2), 156–175. Doi: 10.1007/s40489-018-0130-z

Trzmiel, T., Purandare, B., Michalak, M., Zasadzka, E., & Pawlaczyk, M. (2019). Equine assisted activities and therapies in children with autism spectrum disorder: A systematic review and a meta-analysis. *Complementary Therapies in Medicine*, 42, 104–113. Doi: 10.1016/j.ctim.2018.11.004

Wilcock, A.A., & Hocking, C. (2015). *An occupational perspective of health* (3. uppl.).
Thorofare, N.J.: Slack.

Bilagor

Bilaga 1 - Intervjuguide

Bakgrund

- Skulle du vilja berätta lite om dig själv såsom namn, ålder och varför du valde att utbilda dig till ridterapeut?
- Vilken utbildning har du sedan tidigare?
- Hur länge har du arbetat med hästunderstödda insatser?
- Vill du beskriva den verksamhet du arbetar inom? Vilken roll har du som ridterapeut?

Frågor kring interventionen

- Beskriv den målgrupp verksamheten riktar sig mot.
- Hur kommer deltagaren i kontakt med er verksamhet?
- Har deltagaren haft kontakt med hästar tidigare?
- Vad anser du är syftet med interventionen?
- Hur ser upplägget för interventionen ut? Vilka uppgifter får deltagaren utföra tillsammans med hästen?
- Anpassar du upplägget på interventionen utifrån deltagarens fysiska och psykiska förmågor?
Om ja, på vilket sätt?
- Hur upplever du deltagarens inställning till hästunderstödda insatser före och efter interventionen? Har du något exempel?
- Hur upplever du att deltagaren tar till sig erfarenheter de skaffar under interventionen?
- Upplever du att miljön i stallet och bland hästarna påverkar deltagaren på något sätt under interventionen? Om ja, på vilket sätt?
- Upplever du att gruppsammanhanget har någon inverkan på deltagaren? Om ja, på vilket sätt?
- Om du i stora drag skulle beskriva interventionens resultat, vad skulle du vilja lyfta fram då? (Både positiva och negativa aspekter).
- Utvärderar ni interventionen på något sätt? Om ja, på vilket sätt?

Avslutning

- Är det något du vill tillägga som vi inte redan har pratat om?
- Går det bra att kontakta dig igen om ytterligare frågor uppstår?