

Slutrapport

Hästens roller i olika former av människovård (H1247027)

Rapporten skriven av lektor Henrik Lerner

Bakgrund

Det finns åtskilliga forskningsresultat som visar på fördelar med hästunderstödd terapi. Exempelvis har det för barn med autism visats att den hästunderstödda terapin ger en bättre motorik (Bass et al. 2009), patienter efter stroke har fått bättre motorisk funktion i musklerna (Beinotti et al. 2013) eller förbättrad mental hälsa och självkännetid (Silfverberg och Tillberg 2008). Hästens specifika roll eller roller i olika terapier är dock bristfälligt utredd. Är det så att hästen har en central roll till exempel som medterapeut eller är rollen mer perifer? Skiljer sig rollen eller rollerna som hästen innehar åt mellan olika terapier? Ända sedan den moderna forskningen om djurunderstödd terapi initierades i mitten på 1900-talet, har denna forskningsfråga funnits med utan att den fått ett teoretiskt välgrundat svar (se pionjärarbetet på hund av Boris M. Levinson 1962), och det har heller inte den forskning som specifikt berör hästunderstödd terapi lyckats med.

För att bidra till en djupare kunskap om hästens roller initierades en studie med följande frågeställning:

Vilka begreppsliga verktyg är adekvata för en diskussion om hästens roll i människovård och behandling?

Som underlag för en kvalificerad diskussion av frågan ombads experter av två slag (se nedan) att svara på frågan om vilken roll eller vilka roller de ansåg att hästen kunde ha och vad som karakteriserade denna/dessa roll(er). Dessutom inkluderades en frågeställning om vilka egenskaper hos en häst som är önskvärda för hästunderstödd terapi.

Material och metoder

Studien har utförts med Delphi-metod. Den inleddes med en litteraturgenomgång för att kunna fastställa den första frågemallen (se frågemallen nedan). Den litteratur som initialt avsågs skulle gälla teoretiska förklaringar av hästens roller inom människovård och behandling. Eftersom detta är ofullständig utrett valdes istället litteratur som belyser närliggande frågor. Ett sådant forskningsfält är det som på engelska benämns "human-animal bond". För djurassisterad terapi utgjordes de centrala verken av Ambra R. Born, *The Relationship between Humans and Animals in Animal-Assisted Therapy: A Qualitative study* (2008), Henri Julius et al., *Attachment to Pets: An Integrative View of Human-Animal Relationships with Implications for Therapeutic Practice* (2013) samt Joe Sempik et al., *Green Care: A Conceptual Framework* (2010). Inga Wolframms *The Science of Equestrian Sports:*

Theory, Practice and Performance of the Equestrian Rider (2014) är en av få böcker som behandlar liknande frågor inom hästunderstödd terapi men även förklaringsmodeller till varför hästunderstödd terapi kan fungera. Boken blev därför central, men gav inte tillräcklig information för att frågemallen skulle kunna skapas. Med avseende på hästens egenskaper utgjorde Ellen Traettebergs, *Ridning som rehabilitering* (2006), en viktig källa. Därutöver lästes ett större antal internationella tidskriftsartiklar som från teoretiska utgångspunkter beskrev hästunderstödd terapi eller "human-animal bond". Dessa artiklar bidrog inte i någon nämnvärd omfattning till frågemallen.

Därefter valdes två grupper av experter ut. Den första bestod av företrädare från olika discipliner inom det tvärvetenskapliga området hästunderstödd terapi som forskat om eller beskrivit hästens roll i minst en fackgranskad artikel i internationella vetenskapliga tidskrifter. Urvalet gjordes genom sökningar i databaserna Academic Search Premiere och Pubmed med söktermerna "equine assisted activities", "equine assisted therapy", "hippotherapy" samt "therapeutic riding". För varje sökresultat granskades artiklarnas titel och abstract för att se om det fanns något som indikerade att författarna hade forskat om eller beskrivit hästens roll. Om detta var fallet gjordes en sökning på författarens namn i Google Scholar för att få en överblick över den övriga vetenskapliga produktionen samt sökningar på nätet för få fram aktuell e-postadress. En första e-post skickades till experten med information om studien och en förfrågan om att delta. En påminnelse skickades ut efter två veckor till de som inte svarat. Om de svarade ja så inkluderades de i studien genom att det första frågeformuläret skickades ut. I den internationella expertgruppen identifierades 9 experter genom databassökningen. Efter inbjudningsmail anmälde sig 6 experter. Av dessa var det endast 5 som returnerade första frågeformuläret. En påminnelse skickades ut efter två veckor till de som inte hade svarat.

Den andra expertgruppen bestod av svenska certifierade ridterapeuter, det vill säga praktiker med en legitimations-, pedagogisk eller socialpedagogisk profession som grund och ridterapi som en tilläggsutbildning. Dessa rekryterades genom att den ansvariga för maillistan för Intresseföreningen för Ridterapi (IRT) vidarebefordrade en e-post med inbjudan till studien. Intresserade uppmanades ta kontakt med undertecknad forskare via e-post. Därefter skickades det första frågeformuläret med e-post. En påminnelse med e-post skickades om de inte hade sänt tillbaka ifyllt frågeformulär inom två veckor. Av de certifierade ridterapeuterna anmälde sig 10 experter. Av dessa returnerade 9 svar på det första frågeformuläret.

Delphimetoden innebär att experter anonymt får besvara flera på varandra följande frågeformulär med målsättningen att de tillsammans skall nå konsensus kring det som framkommer. Mellan varje omgång av frågeformulär analyseras det inkomna materialet och forskaren presenterar analysen för deltagarna i samband med nästa frågeformulär.

Det första frågeformuläret var av explorativ karaktär. Det andra frågeformuläret kommer att bygga på svaren i det första men detta är utformat så att experterna kan nå konsensus om vissa påståenden. Om konsensus uppnås redan i det andra frågeformuläret behöver inte ett tredje skickas ut. I annat fall kommer det tredje frågeformuläret att bestå av en syntes av svaren på det andra frågeformuläret och en ny möjlighet att nå konsensus ges.

Formuleringen av frågorna var tidskrävande, eftersom terminologin skiljer sig åt mellan olika discipliner där forskning bedrivs om hästunderstödd terapi. Frågeformuläret fick testas flera gånger före utskicket på forskare med respektive utan erfarenhet av Delphi-metod.

Det första frågeformuläret till de internationella experterna bestod av följande nio frågor:

1. What kind of horse-assisted therapies/activities have you been involved in as a researcher?
2. Can you describe roles that horses have played in those therapies/activities?
3. What kind of qualities should a horse have to work well in therapy/activity? Specify which kind of therapy or if the qualities mentioned are of a general nature.
4. What are the differences between horses used in therapy/activity and other therapeutic animals, such as dogs?
5. What future research will be needed in order to better understand the specific role of the horse when used in therapies?
6. What is your main work profession?
7. What is your main research area?
8. For how many years have you been working with horses in therapy/activity?
9. Name five other experts that might be interested in participating in this study. (They will be anonymous to other participants and will be invited to the study in the same manner as you have been.)

Motsvarande frågeformulär till de svenska certifierade ridterapeuterna bestod av 7 frågor:

1. Vilka hästunderstödda terapier/aktiviteter har du varit involverad i?
2. Kan du beskriva de roller som hästarna har haft i dessa terapier/aktiviteter?
3. Vilka kvalitéer skall en häst ha för att fungera väl i terapin/aktiviteten? Ange om det gäller för en speciell typ av terapi/aktivitet eller om det gäller mer generellt.
4. Vad är skillnaderna mellan att använda hästar i terrapin/aktiviteten och andra djur som exempelvis hund?
5. Vilken framtida forskning skulle behövas för att i framtiden bättre förstå den specifika rollen som hästen har när den används i terapin?
6. Vad är din huvudsakliga profession?
7. Hur många år har du arbetat med hästar i terapi/aktivitet?

Svårigheterna med att formulera ett frågeformulär som kunde mottas på liknande sätt i olika discipliner samt rekryteringen av experter var tidsödande, eftersom fältet är underbeforskat. Det har inneburit att projektet inom ramen för finansierade medel endast kunnat fullföljas avseende litteraturstudier och det första frågeformuläret. Resultaten från analysen av det första frågeformuläret presenteras nedan. Resterande steg i projektet kommer att fullföljas efter anslagstidens utgång (se diskussion nedan).

Resultat

Spridningen mellan olika akademiska discipliner var förhållandevis god. Bland forskarna fanns företrädare för fysioterapi, psykologisk rehabilitering, psykoterapi och socialt arbete. Bland

ridterapeuterna fanns professioner inom pedagogik, arbetsterapi, psykoterapi, fysioterapi, vårdvetenskap samt sociologi representerade.

Flera olika roller tillskrivs hästen i hästunderstödd terapi. Dessa roller är delvis beroende på vilken typ av terapi det gäller. I terapi som syftar till att stärka människors fysiska resurser eller kapacitet anges av både forskare och ridterapeuter att hästens roll är att stimulera rörelse. När det gäller psykoterapi och lärande anger forskarna att hästen kan bidra till terapin genom att vara samtalsämne eller hjälpa till att bryta isen för de som är svåra att nå. Bland ridterapeuterna anges att hästen kan vara ett övergångsobjekt, ett anknytningsobjekt och en jag-stärkare för den som behöver hjälp. En mer generell roll som verkar kunna appliceras på alla slags behandlingar är att hästen skapar motivation för människor att genomgå den aktuella terapin (detta anges både av forskarna och av ridterapeuterna).

När det kommer till viktiga egenskaper för att hästen skall vara lämplig för terapeutiska ändamål anger forskarna att hästen skall ha bra karaktär, tycka om att vara med människor, vara lugn och ha en jämn, följsam gång. Ridterapeuterna anger ett lugnt, tryggt temperament men med en känslighet eller lyhördhet för hur personerna närmar sig och handskas med hästen så att hästen kan ge snabb feedback. Hästen skall vara förutsägbar och ha lätt för att lära. Den skall trivas med människor. Hästens träning inför uppgiften är viktig. Storleken på hästen är också viktig att matcha mot storleken på ryttaren.

På frågan om vilken typ av framtida forskning som ansågs viktig angav vissa experter både bland forskarna och ridterapeuterna studier som inte enbart berörde hästens roll i hästunderstödd terapi. Snarare angavs forskningsfrågor för det generella forskningsfältet hästunderstödd terapi. Bland de specifika studier som avsåg hästens roll fanns ett förslag att intervjua människor som fått hjälp av hästunderstödd terapi för att få reda på vad de anser att hästen bidrar med. Ett annat förslag var att hästens förmåga att läsa av människor och hur de kommunicerar med dem borde studeras.

Diskussion

Det är av stor vikt att fördjupa kunskapen om hästens specifika roll i hästunderstödd aktivitet och terapi för att göra skälen för hästens medverkan begripliga. Forskningsfältet är emellertid svårdefinierat. Många discipliner utför forskningsinsatser och den terminologi som används är varierande (Lerner & Silfverberg 2014a). Hästens roll är därför fortfarande oklar. Önskvärt vore om mer disciplinöverskridande forskning utfördes så att liknande terminologi och förklaringsmodeller kan användas (Lerner & Silfverberg 2014b). Detta visar sig också i svaren på frågorna som därför blev svåra att analysera och jämföra med varandra.

Metodmässigt blev studien mera komplicerad än förväntat, därför att det var svårt att hitta internationella forskare, framför allt sådana som hade skrivit minst ett arbete där hästens roll beskrevs. Endast några få av de tillfrågade internationella experterna ställde upp. Gruppen med certifierade ridterapeuter var något större men i jämförelse med rekommendationerna för Delphi-metod så var även denna grupp i minsta laget (Keeney et al 2011).

Trots vetenskapen om den tidskrävande Delphi-metoden (se Keeney et al. 2011), underskattades tidsåtgången då frågeformuläret till följd av bristande enhetlig terminologi tog längre tid att

konstruera, rekryteringen drog ut på tiden samt att analysen försvårades av olikheterna i teoretiska perspektiv. Studien kommer därför att fullföljas genom utskick med nya formulär under våren 2015. Då förväntas resultat om huruvida det går att fastställa hästens roller i terapeutiska verksamheter eller om hästunderstödd terapi är en så vid och heterogen verksamhet att ingen konsensus kan uppnås. Resultat förväntas även om vilka roller för och egenskaper hos hästen som av forskare och praktiker inom området anses viktigast.

Publikationer

En konferenspresentation om studiens design gjordes på Second Nordic Seminar on Equine Assisted Therapy (Lerner 2014).

Den erfarenhet som erhållits inom projektet om hästens roller kring svårigheten att arbeta interdisciplinärt med olika förklaringsmodeller och terminologi för att hitta överbryggande frågor och teorier har i viss mån bidragit till två kapitel i antologin *Hästen, hunden och den mänskliga hälsan – vård, behandling och terapi* (Lerner & Silfverberg 2014a, b).

Ett manus till en internationell vetenskaplig tidskrift är påbörjat. Den planeras vara inskickad till tidskriften *Society & Animals* i juni 2015.

Slutsatser (gällande nytta med råd till näringen)

För att kunna erbjuda hästunderstödd aktivitet eller terapi är det bland annat viktigt att kunna definiera vilken roll eller vilka roller som hästen har i verksamheten. Det är viktigt att näringsidkare inom området och andra yrkesverksamma kan motivera hästunderstödd terapi genom att hänvisa till vad hästen faktiskt bidrar med som inte kan erbjudas inom andra behandlingsformer. Med andra ord: vilka faktorer är det som gör hästunderstödd terapi unik? Först med kunskap om hästens specifika roll kan argument för hästunderstödd terapi formuleras och jämföras med andra behandlingsformer.

Resultatförmedling till näringen

De certifierade ridterapeuter som ingår i studien kommer genom studien att få ökad kunskap om hästens roller.

Resultaten från studien kommer att presenteras på den avancerade högskolekursen Hästen som terapeutisk resurs, 7,5hp, vid Ersta Sköndal högskola, vilken vänder sig till dem som bedriver verksamhet inom fältet hästunderstödd terapi och som har minst kandidatexamen. Under hösten 2014 presenterades studien för 25 studenter som redan bedrev eller hade för avsikt att bedriva någon form av hästunderstödd aktivitet eller terapi. Studien kommer också att presenteras under hösten 2015 när kursen ges igen.

Under 2015 kommer studien även att presenteras för studenter inom vård- och socionomutbildningar på Ersta Sköndal högskola samt vid externa workshops och seminariedagar där Henrik Lerner och Gunilla Silfverberg (koordinatör för forskningsprogrammet *Hästen, hunden och den mänskliga hälsan*) medverkar. Dessutom kommer resultat att presenteras vid det nationella

arbetsseminarium för forskare som anordnas inom ramen för nämnda forskningsprogram vid Ersta Sköndal högskola.

Referenser

Bass, M. et al. (2009) The effect of therapeutic horseback riding on social functioning in children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders* 39(9): 1261-1267.

Beinotti, F. et al. (2013) Effects of horseback riding therapy on quality of life in patients post stroke. *Topics in Stroke Rehabilitation* 20(3): 226-232.

Born, A. R. (2010) *The Relationship between Humans and Animals in Animal-Assisted Therapy*. Ann Arbor, MI, UMI Dissertation Publishing, Proquest.

Julius, H. (2013) *Attachment to Pets. An Integrative View of Human-Animal Relationships with Implications for Therapeutic Practice*. Göttingen och Cambridge, MA, Hogrefe.

Keeney, S., F. Hasson & H. McKenna (2011) *The Delphi Technique in Nursing and Health Research*. Wiley-Blackwell, Chichester, UK.

Lerner, H. (2014) Delphi study on the role of the horse in Equine Assisted Therapy. I: *Proceedings of the Second Nordic Seminar on Equine Assisted Therapy. Communication and Relations in Equine Assisted Therapy*. Ersta Sköndal University College, November 14-15th, 2014 (Henrik Lerner ed.), s. 30-32.

Lerner, H. & G. Silfverberg. (2014a) En inblick i terminologin. I: Silfverberg, G. & H. Lerner (red.). 2014. *Hästen, hunden och den mänskliga hälsan – vård, behandling och terapi*. Ersta Sköndal högskola Förlag, Stockholm, s. 31-40.

Lerner, H. & G. Silfverberg. (2014b) Design och utvärdering av forskning och praktisk verksamhet. I: Silfverberg, G. & H. Lerner (red.). 2014. *Hästen, hunden och den mänskliga hälsan – vård, behandling och terapi*. Ersta Sköndal högskola Förlag, Stockholm, s. 177-187.

Levinson, B. M. (1962) The dog as a "co-therapist". *Mental Hygiene* 46: 59-65.

Sempik, J. et al. (red.) *Green Care: A Conceptual Framework. A Report of the Working Group on the Health Benefits of Green Care, COST Action 866, Green Care in Agriculture*. Loughborough, Centre for Child and Family Research, Loughborough University.

Silfverberg, G. & P. Tillberg. (2008). *Hästen i rehabiliteringen*. I: G. Silfverberg (Red.), *Rehabilitering – en etisk utmaning för vården*. Stockholm: Ersta Sköndal högskola, s. 65-96.

Traetteberg, E. (2006). *Ridning som rehabilitering*. Akilles, Oslo.

Wolframm, I. (2014) *The Science of Equestrian Sports. Theory, Practice and Performance of the Equestrian Rider*. London och New York, Routledge.