

Rideterapi som ergoterapeutisk aktivitet

Et kvalitativt studie om oplevelsen af rideterapi hos unge sårbare piger



Dette bachelorprojekt er udarbejdet af:
Julie Møllegård Hansen (en16s025)
Annika Lilli Groes Pedersen (en16s026)

Professionshøjskolen Absalon, Næstved
Ergoterapeutuddannelsen – Januar 2020

Antal anslag: 83.750

”Denne opgave er udarbejdet af to ergoterapeutstuderende ved Ergoterapeutuddannelsen Næstved, PHA, som led i et uddannelsesforløb. Den foreligger urettet og ukommenteret fra uddannelsens side og er således et udtryk for de studerendes egne synspunkter.”

”Denne opgave – eller dele heraf – må kun offentliggøres med de studerendes tilladelse, jf. lov om ophavsret af 31.5.1961.”

Resumé

Problembaggrund

I Danmark har antallet af personer med en psykisk lidelse, eller dårligt mentalt helbred været stærkt stigende de senere år. Forskning indikerer, at anvendelsen af dyr i terapeutiske forløb har vundet stigende indpas i praksis, hvor rideterapi hører til blandt de nyere former for intervention. Projektets formål er, at supplere med mere viden på feltet gennem en kvalitativ undersøgelse af, hvordan unge sårbare piger oplever deltagelsen i rideterapi.

Problemformulering

Hvordan oplever unge sårbare piger at deltagelse i rideterapi påvirker deres hverdagsliv og livskvalitet?

Metode og materialer

Projektet er et kvalitativt studie med en fænomenologisk tilgang. I projektet er der udført tre semistruktureret, enkeltpersonsinterviews rekrutteret fra samme ridested. De tre interviews er udført gennem et gående interview, fotointerview og ansigt til ansigt-interview.

Resultater

Deltagerne giver udtryk for, at rideterapi har påvirket deres hverdagsliv og livskvalitet positivt. Det fremgår i interviewet, at pigernes manglende evne til at mærke efter i deres krop er blevet markant forbedret ved inddragelse af rideterapi, hvor bevidstheden om egne følelser fremtræder. Samværet med hestene beskrives som et frirum, en følelse af ro, tryghed og forståelse, som de ikke synes at opnå andre steder. Deltagerne giver udtryk for, at de øver sig i at styrke egne personlige ressourcer i samværet med hestene, så de lettere kan klare hverdagen. Humøret er ændret til det bedre, der skabes mere ro, mindre larm samt mindre nervøsitet, og større selvsikkerhed.

Konklusion

Det konkluderes, at alle tre deltagere, oplever deltagelse i rideterapi som en betydningsfuld aktivitet. Siden tilknytning til X rideterapi har deltagerne oplevet en positiv forbedring i deres

hverdagsliv, hvilket har medvirket til en øget livskvalitet. Gennem samværet med hestene har deltagerne forstærket deres psykiske og sociale kompetencer som benyttes i deres hverdagsliv.

Perspektivering

Projektet kan med fordel danne baggrund for videre forskning om rideterapi som ergoterapeutisk aktivitet. Projektet lægger op til at undersøge flere ridesteder, flere antal deltagere samt flere målgrupper. Ligeledes kunne specifikke diagnoser undersøges. For undersøgelse af større antal deltagere, kunne studier af større omfang end vores projekt med fordel udføre en kvantitativ undersøgelse.

Søgeord

Livskvalitet, hverdagsliv, ergoterapi, dyreassisteret terapi.

Abstract

Background

The number of people with mental illnesses is constantly increasing in Denmark. Researches indicate that therapeutic use of animals has been increasingly integrated in practice in recent years. Equine-assisted therapy belongs to the newer kinds of intervention. The aim of this bachelor thesis is to supplement the knowledge within the field through a qualitative study of how young, vulnerable girls experience participatory equine-assisted therapy.

Problem specification

How do young vulnerable girls experience that participation in equine-assisted therapy affects their everyday lives and quality of life?

Method and materials

The project is a qualitative study with a phenomenological approach. In the project, three semi-structured, single-person interviews were conducted from the same riding location. The interviews were conducted through a walking-interview, photo-interview and face-to-face interview.

Results

The interviews show that equine-assisted therapy has a positive effect on the participants' everyday life and increase their quality of life. It appears that the girls' emotional incapacities have been improved as a result of equine-assisted therapy where the consciousness of one's own feelings submerges. They describe the social relations with the horses as a free space in which they experience a sense of peace, security and understanding. Their personal resources are strengthened from socializing with the horses, consequently making everyday life more manageable. Their mood increases and noise and nervousness are exchanged with calmness.

Conclusion

In conclusion, the participants respectively experience participatory equine-assisted therapy as a meaningful activity. Since they joined riding location X, they have experienced positive improvements in their everyday lives, which, in turn, have increased the quality of life. Through social intercourse with the horses, the participants have strengthened their mental and social competences.

Perspective

This project can lead to further research in the field of equine-assisted therapy as an occupational therapeutic activity and support the importance of meaningful activities for the client. The project encourages an exploration of more riding locations, a higher number of participants and more target groups. Specific diagnoses could also be examined. Studies of larger scope than our project could profitably execute a quantitative study.

Keywords

Quality of life, occupational therapy, everyday life, animal-assisted therapy.

Indholdsfortegnelse

1 Problembaggrund	9
1.1 Forforståelse	11
1.2 Afgrænsning	12
1.3 Formål	12
2 Problemformulering	14
2.1 Begrebsafklaring	14
3 Litteraturgennemgang	15
3.1 Søgeproces og udvælgelse af litteratur	15
3.2 Litteraturvurdering	17
3.3 Udvalgte artikler	18
3.4 Teori	19
3.4.1 Livskvalitet	19
3.4.2 Oplevelsen af sammenhæng	20
3.4.3 Doing, Being, Becoming, Belonging	20
3.4.4 NUZO og Flow-teorien	21
4 Metode	22
4.1 Design	22
4.1.1 Induktiv tilgang	22
4.2 Videnskabsteoretisk tilgang	22
4.3 Tilrettelæggelse	23
4.3.1 Etablering af kontakt og rekruttering af deltagere	23
4.3.2 Baggrundsresearch	23
4.4 Dataindsamling	24
4.4.1 Interviewguide	24
4.4.2 Pilotinterview	25
4.4.3 Tre interviewformer	25
4.4.4 Udførelse af interview	26
4.5 Databearbejdning	27
4.5.1 Transskribering	27

4.5.2 Analysemetode	28
4.6 Etiske overvejelser	29
5 Resultater	31
5.1 Præsentation af deltagere	31
5.2 Præsentation af temaer	32
5.2.1 Tema 1: At mærke efter	32
5.2.2 Tema 2: At være sammen med hesten	34
5.2.3 Tema 3: At opleve en bedre hverdag	37
6 Diskussion	40
6.1 Diskussion af resultater	40
6.1.1 Tema 1: At mærke efter	40
6.1.2 Tema 2: At være sammen med hesten	41
6.1.3 Tema 3: At opleve en bedre hverdag	43
6.1.4 Opsamling af diskussion af resultater	44
6.2 Diskussion af metodevalg	45
6.2.1 Troværdighed	45
6.2.2 Pålidelighed og transparens	47
6.2.3 Overførbarhed	48
6.2.4 Opsamling af diskussion af metode	48
7 Konklusion	48
8 Perspektivering	50
9 Referenceliste	51
10 Bilag	56
10.1 Bilag 1: Søgeprofil	56
10.2 Bilag 2: Søgematrix	57
10.3 Bilag 3: Tjeklister til kritisk vurdering af artikler	58
10.4 Bilag 4: Forsknings- og interviewspørgsmålsmatrix	60
10.5 Bilag 5: Interviewguide	65
10.6 Bilag 6: Samtykkeerklæring	69
10.7 Bilag 7: Informationsbrev	70

<i>10.8 Bilag 8: Analyseproces</i>	72
<i>10.9 Bilag 9: Udkast af transskriptioner</i>	75

1 Problembaggrund

Indledningsvis redegøres der for valg af emne, problemfelt samt relevans og betydning set i forhold til det ergoterapeutiske felt og samfundet. Ligeledes gives der en beskrivelse af forforståelse, afgrænsning samt formål, som tilsammen danner baggrund for vores problemformulering.

Rideterapi hører til blandt de nyere former for intervention, og i dette projekt vil anvendelsen og oplevelsen af denne terapiform som aktivitet, blive undersøgt. Interessen for emnet bunder ikke i personlige baggrunde som hestepiger. Den skyldes snarere en faglig nysgerrighed efter, at undersøge den opblomstring af ridesteder med tilbud om terapi til sårbare mennesker, der er opstået de senere år. Som ergoterapeuter antager vi, at mennesket udvikles gennem meningsfulde aktiviteter og deltagelse(8). Dette sammenstillet med vores egne erfaringer med, at dyr kan have betydning for menneskets sundhed og trivsel gør, at vi finder interventionen rideterapi faglig relevant at undersøge.

Gennem de senere år har anvendelsen af dyr i terapeutiske forløb, vundet stigende indpas i praksis(4)(32). Forskning indikerer, at dyret fungerer som en interaktiv partner, der kan få individet til at se nye sider af sig selv og tilegne sig nye egenskaber. Dyrets selskab kan virke stressreducerende, give social støtte og bidrage til menneskets velvære og livskvalitet(42). Rideterapi har været anvendt i Danmark fra begyndelsen af 1950'erne(14), og der arbejdes i dag med rideterapi både på privat basis og i offentligt regi(43). Heste adskiller sig fra andre terapidyr, fordi de spejler menneskelig adfærd. Denne egenskab betyder, at deres selskab kan danne baggrund for kommunikationstræning og social færdighedstræning gennem umiddelbar nonverbal feedback(45). Ligeledes indeholder samværet med hesten et fysisk aspekt, som kan udvikle nære sanselige forhold, som ikke findes i andre terapeutiske aktiviteter(43). Ifølge Kay Sudekum Trotter (Trotter) er hestens størrelse med til at skærpe klienters koncentration og nærvær grundet risikomomentet. Dens sensitivitet overfor stemninger og kropssprog, giver en umiddelbar ikke dømmende respons, som hjælper klienten til at se, mærke og opleve sig selv, uden at føle sig stigmatiseret(45). Dette fordi aktiviteterne med hesten kan evalueres med terapeuten, og oplevelsen overføres til klientens eget liv, uden at hesten bærer nag(45).

Behovet for viden om alternative virksomme terapiformer, der kan fremme danskernes mentale sundhed synes stigende, set i lyset af udviklingen indenfor psykiske lidelser. I Danmark har antallet af personer med en psykisk lidelse, eller dårligt mentalt helbred været stærkt stigende. Hver tiende dansker har en psykisk lidelse, hvilket svarer til 580.000 danskere(3). I rapporten ”Børn og unges mentale helbred”(13) fremgår det, at psykiske lidelser er hyppigere blandt unge end i resten af befolkningen. De udgør 25% af sygdomsbyrden hos børn mellem 5-14 år og 33% for børn på 15-24 år(13).

Trivselsundersøgelser viser, at omkring 30% af den unge befolkning i Danmark kæmper med mistrivsel, og lider af mavepine, tristhed, stress og søvnproblemer. Denne gruppe unge er især disponibel for at udvikle en form for diagnosticeret psykisk lidelse(38). Ydermere viser et større forskningsprojekt bl.a. at social integration i forskellige arenaer er vigtig for den unges trivsel i hverdagslivet(31).

Studier viser, at en aktivitet i selskab med dyr har en positiv effekt for menneskers sundhed og livskvalitet(43). Målet med rideterapi er, at finde nye redskaber til at klare hverdagen og give den unge en oplevelse af ansvarsfølelse, tillid og respekt, at åbne op og blive fortrolig samt styrke relationer, samspil og kommunikation og desuden øge kropsbevidstheden gennem stimulation af sanser. Dette med henblik på at øge den unges hverdagsliv, livskvalitet og livsglæde(42).

Inden for ergoterapilitteraturen er det beskrevet, at der er en sammenhæng mellem aktivitet og livskvalitet. Muligheden for deltagelse i de sammenhænge og med de personer man ønsker i forhold til (ift.) hverdagens aktiviteter, er helt centralt for oplevelsen af livskvalitet(8). Fundamentet for ergoterapi er en forståelse af, at aktivitet er en vigtig del af livet, og at aktiviteter er en forudsætning for trivsel og livskvalitet(8). Derfor finder vi det relevant, at se rideterapi som en aktivitetsbaseret intervention, der kan have betydning for klientens livskvalitet. Ergoterapi har fokus på værdien af aktivitet og deltagelse samt motivationen for dette. Ergoterapeuter arbejder klientcentreret, og ser mennesket som et hele i interaktion med omgivelser og aktiviteter, hvor det tilstræbes, at arbejde ud fra klientens behov og interesser(8). Ergoterapeutens viden om aktiviteters betydning i hverdagslivet gør det muligt, at graduere aktiviteten, så den unge oplever en følelse af succes hver gang, samtidig med at der udfordres og udvikles, både kognitivt og motorisk(1). Rideterapi ses derfor som en aktivitet, der i korrekte omgivel-

ser kan give klienten en følelse af indre ro og balance, og på længere sigt en øget livskvalitet(7).

Eksisterende studier(25), understøtter den ergoterapeutiske relevans ift. rideterapi til børn og unge. En kvalitativ artikel(25) skildrer det sansemotoriske aspekt ved rideterapi til børn med psykiske og sociale problemer. Artiklen beskriver, at rideergoterapi bl.a. kan bidrage til, at øge børn og unges engagement i aktiviteter gennem sanseintegration. Hestens bevægelser og skiftende tempo anvendes til at regulere arousal ift. det vestibulære sansesystem(25).

Yderligere studier(12) undersøger ergoterapeuters opfattelse af deres rolle i rideterapi og brugen af rideterapi i praksis. Den kvantitative artikel(12) viser, at rideterapi bidrager til forbedring af både fysiske, psykiske og sociale problemer. Brugen af dyr som terapiform er velegnet til ergoterapifaget, fordi der fokuseres på leg, fritid og social deltagelse, hvilket giver belæg for, at en aktivitetsbaseret intervention kan fremme livskvaliteten hos børn og unge(12).

Udviklingen i feltet tyder på, at rideterapi er en god alternativ ergoterapeutisk behandlingsaktivitet for mennesker, herunder sårbare unge. Dog er interventionsformen så ny, at der kræves yderligere forskning, hvis den skal opnå anerkendelse i behandlingssystemet og i den akademiske verden(42). Set i forhold til andre alternative terapiformer i ergoterapeutisk praksis som eksempelvis krops- og malerterapi(40), er rideterapi en dyr bedrift, hvilket skærper behovet for evidens af, at rideterapi er mere effektivt. Der er eksisterende litteratur, som viser ergoterapeutens perspektiv på rideterapi, og viden om det sansemotoriske aspekt på rideterapi.(25) Der mangler dog litteratur og viden, som understøtter rideterapi som en aktivitetsbaseret intervention, set ud fra sårbare unges individperspektiv, herunder hvilken betydning rideterapi har for individets hverdagsliv og livskvalitet. Der er derfor et videnshul i litteraturen, som vi med vores bachelorprojekt ønsker at undersøge nærmere. Med afsæt i eksisterende viden om, at rideterapi har en positiv effekt på sårbare unge, ønsker vi at undersøge feltet nærmere.

1.1 Forforståelse

Da vi gennem hele projektet vælger at bruge en fænomenologisk tilgang, er det væsentligt at være bevidst om vores egen forforståelse, for at være tro mod de beskrivelser, som deltagerne giver. Vi sætter vores egne forforståelser i parentes, og lader deltagerne tale for sig selv uden at tilføre yderligere antagelser, og dermed prøve at opleve det sagte gennem deltagerne(20).

For at opnå dette har vi som forskere diskuteret egne forforståelser om betydningen af rideterapi.

Ud fra vores ergoterapeutiske viden ved vi, at ergoterapiens kernekompetence er muliggørelse af aktivitet og deltagelse i hverdagslivet. Vi har derfor en forforståelse om, at aktivitet og deltagelse bidrager til oplevelsen af en øget livskvalitet(7). Vi har en forforståelse om, at rideterapi påvirker hverdagslivet positivt hos unge sårbare piger, da vi ser rideterapi som en aktivitet, som de unge piger frivilligt deltager i. Under alle interviews vil vi derfor tilstræbe, at stille åbne og ikke ledende spørgsmål(28).

Ved refleksion af vores forforståelse, øger vi bevidstheden om, hvilken indirekte betydning forforståelsen har for undersøgelsens resultater(10).

1.2 Afgrænsning

I Danmark er forekomsten af psykiske lidelser mere fremtrædende hos den unge målgruppe sammenlignet med resten af befolkningen(3). Med afsæt i dette vælger vi at afgrænse os til unge piger. Dette fordi vi som forskere begge er unge kvinder, så af hensyn til relationsdannelse, gav det god mening for os. Alle deltagerne er tilknyttet samme ridested. Vi har valgt ikke at afgrænse os til en bestemt diagnose, da vi ikke mener, det har betydning for undersøgelsen. Derfor er det ikke alle pigerne, der har en diagnose, men fælles for dem er, at de oplever udfordringer i deres hverdag af psykisk og social karakter, hvorfor de i opgaven kaldes sårbare unge piger. I undersøgelsen undlader vi rideterapeutens perspektiv og fokuserer på pigernes oplevelse af aktiviteten rideterapi. Der er flere betegnelser for rideterapi, fx hesteassisteret terapi og hippoterapi, som henholdsvis omfatter det psykoterapeutiske og fysioterapeutiske aspekt(48). I dette projekt benyttes betegnelsen rideterapi, fordi det er den uddannede terapeuten på ridestedet har taget, og arbejder ud fra.

1.3 Formål

Formålet med dette bachelorprojekt er, at supplere med mere viden på feltet gennem en kvalitativ undersøgelse af, hvordan unge sårbare piger oplever deltagelsen i rideterapi. Dette fordi vi er nysgerrige på hvorfor og hvordan rideterapi påvirker unge sårbare piger, der har problemer med at rumme hverdagens gøremål. Udøvere af rideterapi påstår at det virker, derfor undres vi over at terapiformen ikke er mere udbredt. I samarbejde med pigerne, der er tilknyttet

ridestedet X, vil vi undersøge, hvordan de oplever, at deltagelse i rideterapi påvirker deres hverdagsliv og livskvalitet.

2 Problemformulering

Hvordan oplever unge sårbare piger at deltagelse i rideterapi påvirker deres hverdagsliv og livskvalitet?

2.1 Begrebsafklaring

Unge sårbare piger: Unge piger der ikke føler sig i stand til at tackle de krav og forventninger, de bliver præsenteret for. Sårbare unge er præget af generel mistrivsel, der kan komme til udtryk ved, at de ikke føler sig forstået, er triste eller oplever ensomhed og stress i en kortere eller længere periode i deres liv(38).

Rideterapi: Rideterapi er en aktivitet, hvor klienters kontakt og samspil med hesten kan have en terapeutisk effekt. Det er samvær med hesten og ikke nødvendigvis ridning der er fokus på. Rideterapi bruges både i behandlingen af fysiske handicap og i behandling af psykisk og social karakter(14). I dette projekt er der fokus på oplevelsen af rideterapi hos unge sårbare piger.

Hverdagsliv: Det liv som leves hver dag. Det er det centrale element i menneskers liv og består af aktiviteter, handlinger, tanker, følelser, normer og vaner(7).

Livskvalitet: At vælge og deltage i aktiviteter, som giver håb, motivation, mening, tilfredsstillelse, og som skaber et stimulerende livssyn, fremmer sundhed og støtter selvstændiggørelse(44).

3 Litteraturgennemgang

I dette afsnit beskrives vores litteratursøgning, herunder vores søgeproces, udvælgelse af litteratur samt litteraturvurdering. Ligeledes præsenteres udvalgte artikler, hvor centrale budskaber, som har relevans for vores emne, er fremstillet i en samlet tekst. Dele heraf anvendes i diskussionen. Vi vil præsentere relevant teori, som vil fremgå i diskussionsafsnittet.

3.1 Søgeproces og udvælgelse af litteratur

Søgeprocessen fandt sted i perioden fra oktober til december 2019. Vi foretog en bevidst tilfældig søgning, for at undersøge allerede eksisterende viden på området(30). Søgeprocessen tog udgangspunkt i en elektronisk søgning på søgemaskinen Google, herunder diverse hjemmesider, fx Ergoterapeutforeningen, UC viden og bedre psykiatri.

For at anskaffe os viden om den nyeste forskning inden for feltet, er der udført systematisk litteratursøgning i databaserne Cinahl Complete og PubMed(26). Databaserne er valgt på baggrund af deres sundhedsfaglige fokus, og indeholder tidsskrifter, der dækker emner inden for bl.a. sundhedsvæsenet, som synes relevant i dette projekt(36).

Formålet med søgningerne er, at undersøge eksisterende viden inden for rideterapi med ergoterapeutisk relevans, for herefter at se hvad der mangler viden om. Dette for at afdække manglende viden på området, som danner grundlag for vores problemformulering(30).

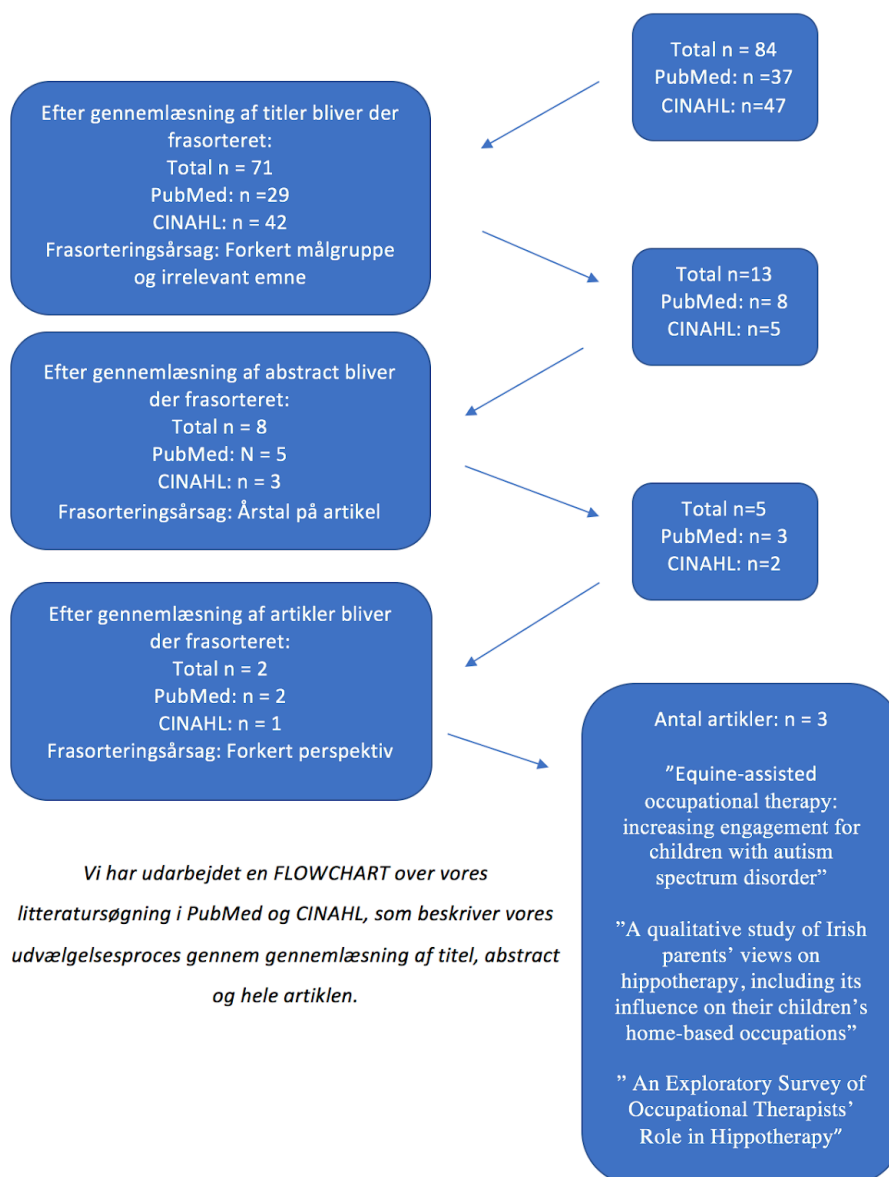
Søgeprocessen tog udgangspunkt i de begreber, som indgår i vores begrebsafklaring, for at sikre relevansen ift. vores problemformulering. Ved inddragelse af Gyldendals ordbog blev begreberne oversat til engelsk(18). For at sikre mest muligt relevant litteratur undersøgte vi herefter, om der fandtes flere synonymer for samme ord(37). Vi tilstræbte at bruge de begreber i søgeprocessen, som kan ses i vores søgeprofil(Bilag 1). Grundet manglende viden inden for fænomenet, var det ikke muligt at bruge alle søgeord fra søgeprofilen, som specifikt belyste vores problemformulering. Vi har i forbindelse med søgeprocessen opstillet en søgematrix(Bilag 2), som viser et overblik over valgte søgeord samt i hvilke sammenhænge de er benyttet(24). Ud fra søgeprocessen fandt vi et videnshul, som viste manglende viden om individets egen oplevelse af rideterapi, samt viden om hvilken påvirkning det har på individets hverdagsliv og livskvalitet. Grundet få artikler om vores emne, valgte vi ikke at benytte os af databasens eksklusions- og inklusionskriterier, da det ville blokere vores søgeproces.

Søgeprocessen er kombineret med kontrollerede emneordssøgninger (thesaurus) og fritekstsøgninger, som betyder at der både er lavet præcise søgninger med få fund og bredere søgninger med et større antal fund(30). PubMed's tesaurusser kaldes "MeSH" og Cinahl Complete's kaldes "Cinahl headings"(26). Kombinationen bunder ud i, at søgningerne i PubMed gav brugbar data ved brug af MeSH, men grundet få artikler om vores problemfelt ved søgninger i Cinahl Complete, fremgik flere relevante resultater ved brede søgninger.

Gennem søgeprocessen lavede vi avancerede søgninger via de booleske operatorer "OR" og "AND". For at give en bredere søgning bruges "OR", hvor kun ét af synonymerne behøver at fremgå af søgningens resultatet. For at afgrænse vores søgninger brugte vi "AND"(30).

Efter gennemlæsning af abstracts valgte vi artikler ud fra vores søgninger. Herefter blev de mest relevante artikler nærlæst og valgt ift. vores projekt. Heraf udvalgte vi tre artikler.

Vi har udarbejdet en flowchart for at visualisere og kortlægge vores arbejdsgang i vores artikelsøgning, som er med til at skabe overblik over vores data og analyseprocessen(30).



3.2 Litteraturvurdering

Til vurdering af de kvalitative artiklers troværdighed har vi benyttet tjeklisten Critical Appraisal Skills Programme (CASP), for at muliggøre en vurdering af studiernes kvalitet(35). Formålet med at benytte CASP-tjeklisten er at sikre, at alle væsentlige dele af studiet fremgår klart i artiklen, eksempelvis studiets formål, dataindsamlingsmetoder, udvælgelse af deltagere samt databearbejdningmetoder(26). Til vurdering af vores kvantitative artikels troværdighed, har vi anvendt en tjekliste for tværsnitstudier, STROBE Statement. Dette for at vurdere studiets værdi(39). Det fremgår af vores vurderinger, at de tre artikler opfylder CASP-tjeklistens,

og STROBE-tjeklistens væsentligste krav. Resultaterne fra tjeklisterne kan ses i bilag(Bilag 3).

3.3 Udvalgte artikler

A qualitative study of Irish parents' views on hippotherapy, including its influence on their children's home-based occupations(34)

Resultater fra denne undersøgelse understøtter, at rideterapi er et effektivt middel til at øge fysiske, psykologiske, sociale og kommunikationsevner. Denne artikel sigter mod at udforske forældres perspektiver på deres børns deltagelse i hjemmebaserede aktiviteter efter deltagelse i rideterapi. Børnene repræsenterer forskelligheder, og besidder forskellige udfordringer i deres hverdag(34). Deltagerne i artiklen rapporterer om positive effekter efter rideterapi, på deres børns deltagelse i hjemmebaserede aktiviteter. Det fremhæver en forbindelse mellem det unikke rideterapi-miljø og børns øgede engagement i ergoterapi. I betragtning af, at der ikke findes nogen offentliggjort rideterapi-specifik litteratur relateret til ergoterapi i den irske kontekst, og at rideterapi er et voksende praksisområde i Irland, bidrager denne artikel til vidensgrundlaget. Alle deltagere kommenterede de psykologiske fordele ved rideterapi på deres barns følelsesmæssige oplevelse af velvære. Ingen deltagere rapporterede negative virkninger, men fremhævede stigninger i deres barns motivation, selvtillid og selvkompetence. Deltagelse i aktiviteter, der blev betragtet som central i hjemmet, var fremtrædende, hvor deltagere kommenterede udvalget af nye meningsfulde aktiviteter, som deres børn kunne nyde både alene og som en familie(34).

Equine-assisted occupational therapy: increasing engagement for children with autism spectrum disorder(25)

Denne artikel understøtter den ergoterapeutiske relevans ift. inddragelse af rideterapi til børn og unge. Undersøgelsen fremhæver, at engagement i meningsfulde aktiviteter er essentielt for udvikling. I undersøgelsen er børn med autismspektrumforstyrrelse, der har begrænset engagement i aktiviteter eller relationer, i fokus. Formålet er, at vurdere effekten af at inkludere en hest i ergoterapeutisk behandling, herunder aktiviteter på hest og off-hest. Artiklen skildrer det sansemotoriske aspekt ved rideterapi. Resultaterne viste forbedringer i børnenes engagement i aktiviteter. Inkludering af heste i ergoterapeutisk behandling kan være en værdifuld tilføjelse til konventionelle behandlinger for, at øge børn og unges engagement i aktiviteter

gennem sanseintegration. Hestens bevægelser og skiftende tempo anvendes til at regulere arousal ift. det vestibulære sansesystem. Faktorer relateret til miljøet, terapeutiske strategier og individuel deltagelse skal overvejes for at forstå, hvorfor rideterapi, som en del af den ergoterapeutiske behandling, kan være effektiv og udvikle et teoretisk grundlag for implementering. Undersøgelsens fund er i overensstemmelse med de positive effekter, der findes i andre undersøgelser af terapier, der indbefatter heste til børn og unge(25).

An Exploratory Survey of Occupational Therapists' Role in Hippotherapy(12)

Artiklen fokuserer på ergoterapeuters opfattelse af deres rolle i rideterapi og brugen af rideterapi i praksis. Artiklen beskriver en kvantitativ undersøgelse, der beskriver deltagernes opfattelse af fænomenet mhp. ergoterapeutens deltagelse, deres rolle på ridestedet og den terapeutiske brug af hesten. Dette bliver undersøgt på 53 forskellige faciliteter. Artiklen viser, at brugen af dyr som terapiform er velegnet til ergoterapifaget, fordi der fokuseres på leg, fritid og social deltagelse samt at hesten giver ekstra bevægelse, uforudsigelighed og mulighed for sanseinput. Interaktion mellem hest og rytter giver sensorisk og følelsesmæssig dybde, som ikke kan opnås i andre tilstande, herunder bl.a. hestens varme og interaktion i det verbale og non-verbale kommunikation blandt hest, rytter og terapeut. Arbejdet med hesten og hestens pleje bidrager til at fremme generel pleje, social og følelsesmæssig binding. Dog er undersøgelsens resultater kun deltagernes opfattelse af fænomenet, og der bliver oplyst at ikke alle ridesteder betalte ergoterapeutens arbejde, da det nogen steder var en frivillig stilling(12).

3.4 Teori

3.4.1 Livskvalitet

Hverdagens aktiviteter er helt central for oplevelsen af livskvalitet(8). Livskvalitet hænger sammen med betegnelsen, at have et godt liv, og er svær at måle, da livskvalitet er en subjektiv mening, som er forskellig fra individ til individ(15).

Psykologen, Siri Næss, beskriver livskvalitet ud fra 4 kategorier; aktivitet, sociale relationer, selvbillede og grundstemning(33). Hun beskriver "aktivitet" som noget, der relaterer til følelser og oplevelser frem for fysisk aktivitet, samt at de fleste individer engagerer sig i aktiviteter, som de finder meningsfulde. "Selvbillede" definerer Siri Næss som selvfølelse. Dette betyder at, jo mere selvsikkerhed der er til stede, jo mere livskvalitet opleves der hos den enkelte. Her spiller troen på sig selv en stor rolle, da det er afgørende for følelsen af livskvalitet. "Sociale relationer" beskrives som en tæt relation med et andet menneske, hvor relationen

bygger på et gensidig, nært og varmt forhold til et andet individ. Den sidste kategori "grundstemning", handler om, at jo mere glæde, lyst og velvære en person har, jo højere er personens livskvalitet. "Grundstemning" er den kategori, som står definitionen livskvalitet nærmest(33).

3.4.2 Oplevelsen af sammenhæng

Aaron Antonovsky (Antonovsky), står bag udviklingen af teorien om oplevelsen af sammenhæng (OAS). Antonovsky mener at alle mennesker påvirkes af såkaldte stressfaktorer som skal håndteres, og for at kunne mestre disse er det vigtigt at opnå en følelse af sammenhæng gennem komponenterne; begribelighed, håndterbarhed og meningsfuldhed(2). Ifølge Antonovsky er de tre komponenter i OAS forbundet, men ikke lige vigtige. Motivationskomponenten meningsfuldhed er mest central, da det engagerede individ er mere åbent til forståelse og ressource. Herefter følger begribelighed, da håndterbarhed afhænger af forståelse. Omvendt går det ud over meningsfuldheden, hvis ikke individet mener at have ressourcer til at mestre situationen, hvorfor håndterbarhed også er vigtig. Mestring afhænger altså af OAS som en helhed. Stressfaktorer definerer Antonovsky som *"krav, der ikke er nogen umiddelbar eller automatisk adaptiv respons på"*(2). Han mener, at et individ med en stærk OAS vil opfatte en stressfaktor som mere positiv og mindre konfliktfyldt end et individ med en svag OAS(2). Dette betyder, at individets OAS er afgørende for, om udfaldet af stressfaktorer bliver skadeligt, neutralt eller helbredsfræmmende. Ifølge Antonovsky dannes individets grad af OAS gennem livets forskellige læreprocesser, hvor forudsigelighed, belastningsbalance og deltagelse lægger grunden til komponenterne i OAS(2).

3.4.3 Doing, Being, Becoming, Belonging

Ann Wilcock (Wilcock), som arbejder med aktiviteterets potentiale i det sundhedsfræmmende og sygdomsforebyggende arbejde, beskriver hvordan sundhed opleves. Hun mener, at mennesker som er i stand til at deltage i meningsfulde aktiviteter, har større mulighed for at opleve tilfredshed med tilværelsen. Gennem 4 begreber; doing (at gøre), being (at være), becoming (at blive) og belonging (at høre til), beskriver Wilcock, hvordan sundhed hænger sammen med aktivitet og deltagelse i meningsfulde aktiviteter her, nu og i fremtiden. Ergoterapi er et sundhedsfag, som i høj grad fokuserer på, hvordan mennesket kan forbedre sin livskvalitet og sundhed gennem meningsfulde aktiviteter(27). Willcock mener, at de 4 komponenter beskriver de elementer, som benyttes i en ergoterapeutisk intervention, hvor ergoterapeuten forhol-

der sig til både aktiviteterne (doing), menneskets aktivitetsidentitet og at være i aktivitet (being) og målet, man ønsker at nå, ved at udøve, eller udvikle aktiviteter og muligheden for deltagelse (becoming). Det sidste komponent (belonging), er ønsket om at udvikle relationer og skabe tilhørsforhold til andre individer. Det første komponent "Doing" er det bærende komponent, som fører videre til de andre komponenter i Willcocks teori. Mangler man evnen og mulighederne for at nå til måls, vil følelsen af tilfredshed og livskvalitet ikke være til stede i samme omfang(47). De 4 komponenter kan bruges til at forstå og beskrive, hvordan meningsfuld aktivitet kan bidrage til sundhed og velbefindende(27)(6).

3.4.4 NUZO og Flow-teorien

Lev Vygotskijs teori om zonen for nærmeste udvikling (NUZO), handler om hvad den kompetente kan gøre for at den lærende udvikler sig(1). NUZO drejer sig om det område, der opstår når individet udfordres, men ikke udfordres mere end at individet skal kunne følge med. Der arbejdes inden for nærmeste udviklingszone, hvor individet er i udvikling, og en vedvarende motivation opstår(19). Der fokuseres på at individet ikke taber motivationen undervejs i en aktivitet, da dette ville sænke muligheden for udvikling af nye handlekompetencer. Gennem NUZO arbejdes der med accept, tillid og respekt mellem individet og ergoterapeuten(19).

Arbejder vi inden for nærmeste udviklingszone, kan en mental tilstand af flow opnås, idet individet hverken er udfordret for meget eller for lidt(1). Flowteorien stammer fra Mihalyi Csikszentmihalyi, som sætter flowbegrebet tæt sammen med indre motivation, som er knyttet sammen med et dybt engagement(1). Flow er en tilstand af fordybelse, hvor vi som individer er engagerede og har fokuseret opmærksomhed i en aktivitet. Opnås flow i en aktivitet kan tidsfornemmelse ændres, og man kan glemme tid og sted. Flowtilstanden som kan opnås ved deltagelse i aktiviteter, giver individet mulighed for at forbedre sin læring og hukommelse, og har dermed positiv indvirkning på det mentale og fysiske velvære(1).

4 Metode

I følgende afsnit beskrives og argumenteres der for valg af design og videnskabsteoretisk tilgang. Der redegøres for tilrettelæggelse, herunder etablering af kontakt, rekruttering af deltagere samt inklusionskriterier. Ligeså beskrives og begrundes dataindsamlingsmetode, databearbejdningsmetode og etiske overvejelser.

4.1 Design

I projektet ønsker vi, at belyse unge sårbare pigers oplevelse af rideterapi, gør vi brug af det kvalitative design. Det kvalitative design er kendetegnet ved, at forskeren interesserer sig for, hvordan noget opleves, fremtræder eller udvikles og er optaget af, at forstå menneskers erfarings kvaliteter(10). Vi ønsker at få en dybere forståelse for deltagelse i rideterapi som en aktivitet og undersøge, hvilken betydning dette har for deltagernes hverdagsliv og livskvalitet.

4.1.1 Induktiv tilgang

Forskning med en kvalitativ tilgang benytter ofte en induktiv tilgang, hvor den indsamlede data fører til en sandsynlig viden frem for sikker viden. Tilgangen er hermed datastyret, hvor empirien er styrende for resultaterne. Ved anvendelse af den induktive tilgang tilstræber vi, at fralægge al teori. Dette for at have en mere åben og fleksibel tilgang til fænomenerne(5).

Vi valgte at tage udgangspunkt i den induktive tilgang, da vi ønskede at frembringe de unge sårbare pigers udtalelser om deres oplevelser med rideterapi.

4.2 Videnskabsteoretisk tilgang

Vi har valgt at tage udgangspunkt i det fænomenologiske paradigme gennem projektet, da vi ønsker, at deltagerne beskriver deres egne tanker og oplevelser af fænomenet(20). Det grundlæggende princip for den fænomenologiske tilgang er, at forskeren skal forblive tro mod fakta, og hvordan de afslører sig selv(20). Forskeren sætter sin egen forforståelse i parentes, så den ikke påvirker metoden, da det kan påvirke det indsamlede data negativt(17).

Fænomenologien retter sig mod menneskers egne oplevelser af verden, som den direkte kommer til udtryk i det levede liv her og nu, og arbejder ud fra fænomener, oplevelser og erfaringer(30). En central pointe i fænomenologien omfatter menneskers bevidsthed og dermed menneskers subjektive erfaringer om den virkelighed videnskaben skal undersøge(20)(22).

Fænomenologisk forskning handler altså om, at præsentere erfaringer ud fra subjekternes per-

spektiv(21). En af de centrale begreber i fænomenologien er “livsverden”, som er den konkrete virkelighed vi som individer lever vores liv i og tager for givet(20). Livsverdenen har mening og betydning for individet og de forestillinger, normer og værdier, der ligger dybt i individet og er med til at forme vores erfaringer(20). Med et fænomenologisk perspektiv er det de unge sårbare pigers oplevelse af rideterapi der fokuseres på(5).

4.3 Tilrettelæggelse

4.3.1 Etablering af kontakt og rekruttering af deltagere

Vi fik efter flere forsøg kontakt til et ridested, der udbød rideterapi for den målgruppe vi havde udvalgt. Rideterapeuten på ridestedet stod for rekruttering af de relevante deltagere. Vi tilsendte informationsbrev og samtykkeerklæring til rideterapeuten, som videresendte materialet til deltagerne og deres forældre, hvorefter vi blev enige om de praktiske detaljer om interviewet. De udvalgte deltagere er tre unge piger på henholdsvis 12, 13 og 17 år. De tre piger er alle tilknyttet X rideterapi, og opfylder vores inklusionskriterier.

4.3.1.1 Inklusionskriterier

Inklusionskriterierne for vores projekt omfatter, at de unge skal være piger i alderen 12-18 år, og har gået til rideterapi i min. 1 år. Det er ikke et krav at pigerne skal gå til rideterapi, fordi de har en eller flere diagnoser, men at de er sårbare i en sådan grad at det påvirker deres hverdagsliv.

4.3.2 Baggrundsresearch

Vores baggrundsresearch tog afsæt i selv at afprøve rideterapi i praksis. Dette gav os større mulighed for, at kunne sætte os ind i deltagernes livsverden, og få en større forståelse for hvad rideterapi gør for dem(20). Det kan være en udfordring at sætte sig ind i deltagernes livsverden om rideterapi, hvis man ikke ved hvad det indebærer, eller hvordan det føles(21). Ved deltagelse i rideterapi fik vi selv lov til at opleve hvad det gør ved os, hvilket muliggør en bedre forståelse for eventuelle oplevelser, der beskrives efterfølgende. Forud for vores egen deltagelse i rideterapi fik vi til opgave af rideterapeuten, at tænke på en personlig ting, der kan bremse os i hverdagslivet. Formålet med opgaven var at se fænomenet som det træder frem for os, og mærke hvad interaktionen med hesten gjorde ved os(20). Vi oplevede en følelse af nærvær og en samhørighed med hesten. Dette udløste følelsen af glæde, tilfredshed og mental

overskud. Samværet med hesten gjorde, at vi kunne lægge vores faglige viden fra os, og i stedet være nærværende i rideterapiens omgivelser.

4.4 Dataindsamling

Vi har valgt kvalitative interviews, fordi interviews kan afdække konkrete fænomener i individets livsverden(22). Metoden giver mulighed for at undersøge, hvordan rideterapi forstås, italesættes og opleves af deltagerne(22). Da vi har valgt at undersøge en ung, sårbar målgruppe, er det vigtigt at vi tilpasser interviewformen efter denne. Dels for at få mest ud af vores interviews, og dels for at skabe trygge rammer og danne en god og tillidsfuld relation til de unge piger(30).

Da vi ønsker at indsamle følsomme data, detaljerede svar og få deltagerens individuelle oplevelse af fænomenet, anvender vi enkeltpersonsinterviews(30). Herved skaber vi et rum, hvor deltageren kan tale frit. Det er især vigtigt, når vi interviewer unge sårbare piger, at vi skaber tryghed, og sikrer at de ikke bliver påvirket af andre deltagers udtalelser, hvilket kan give utroværdige svar(30).

For at skabe et fokuseret interview, som samtidig er fleksibelt, gør vi brug af det semistrukturerede interview. Dette giver os mulighed for, at komme så tæt på deltagerens livsverden som muligt(41). Vi tilstræber at være aktiv lyttende og stille spørgsmål med en åbenhed(30)(28).

4.4.1 Interviewguide

Vi har udarbejdet en interviewguide(Bilag 5), hvor spørgsmålene er udformet med afsæt i det fænomenologiske paradigme(11)(30). Vi tilstræber at stille åbne spørgsmål med det formål at deltagerne bruger egne ord. Ved åbne spørgsmål lægges der også op til refleksion hos deltageren, og samtidig øges validiteten af deltagerens svar(30). Vores interviewguide er udarbejdet ud fra interview protocol refinement (IPR) med det formål, at systematisere og validere interviewspørgsmålene ift. vores problemformulering. IPR er med til at sikre et fokuseret og præcist interview og sikrer at relevante temaer bliver belyst(11)(Bilag 4+5).

Unge mennesker mangler ofte erfaringer med interviews og det er derfor nødvendigt at tydeliggøre rammerne for interviewet(30). Vi tilpasser spørgsmål og emner til de unge pigers alder og modenhed i et hverdagssprog som de forstår(30), så vi undgår at stille for store krav til deres evner ift. refleksion og beskrivelse af følelser og oplevelser. Interviewguiden starter

med ufølsomme spørgsmål, som er relevante for forståelsen af dem som menneske. Dette for, at kunne skabe relation til den unge, som er altafgørende for et godt interview(29)(30).

4.4.2 Pilotinterview

For at afprøve spørgeteknik og sikre forståeligheden af spørgsmålene til vores målgruppe, foretog vi et pilotinterview med en deltager, som opfylder inklusionskriterier for alder og køn, men ikke er markant sårbar. Dette for at få et større kendskab til målgruppen og for at få erfaring med at stille spørgsmål, der åbner op for samtalen(30). Pilottestinterviewet giver os mulighed for, at afprøve spørgeteknikken og dermed sikre os, at vores spørgsmål er forståelige over for den unge aldersgruppe. Interviewguiden er udarbejdet ud fra en fælles forståelse mellem den 12, 13 og 17 årige, både for at vores data kan sættes op mod hinanden, og for at samme sprog og relevante spørgsmål er gældende for de tre piger. Efter pilotinterviewet blev interviewguiden revurderet, for at opnå en så fokuseret interviewguide som muligt. Feedback fra vejleder og pilottesting er med til, at øge interviewguidens troværdighed, både i forhold til at nå omkring alle relevante områder for problemformuleringen, men også at deltagerne forstår de planlagte spørgsmål(22)(30).

4.4.3 Tre interviewformer

Under alle interviews benytter vi tre interviewformer, herunder ansigt til ansigt-interview, det gående-interview, og fotointerview. Dette fordi vi interviewer unge sårbare piger, og derfor skal være fleksible og tilpasse os efter deres individuelle behov, for at muliggøre en god kontakt og dermed indsamle brugbar data(30)(16).

Alle interviews starter ved et gående interview(30), som foregår i samværet med den unge i dennes miljø, mens vi løbende stiller spørgsmål. Dette kan understøtte den unges hukommelse og hjælpe ift. at åbne op(30). I det separate møde med pigerne, modtog vi dem enkeltvis på rideterapiens parkeringsplads, hvor pigerne normalvis starter deres terapitime, hvor vi efterfølgende blev præsenteret for, hvordan en mulig hverdag kunne se ud for pigerne i X rideterapi. Det gående interview beskrives i litteraturen som værende relevant for børn i alderen 3-10 år(30), men eftersom vi har med unge sårbare piger at gøre, er det nødvendigt at tænke flere alternativer ind i interviewet, for at få brugbart data ud af det(40). Det gående interview benyttes til, at skabe en relation til den unge og spore os ind på, hvem den unge er, og undersøge, hvordan hun agerer i omgivelserne på ridestedet(22). Det gående interview opleves mere afslappende for den unge end ansigt til ansigt-interviewet, hvorfor denne metode kan bidrage

til, at berolige den unge(30). Dette kan have positiv betydning ved ansigt til ansigt-interviewet, som vi benytter senere, hvor den unge kan have lettere ved at komme med tilstrækkelig detaljerede beskrivelser af konkrete oplevelser og erfaringer(30).

Ved ansigt til ansigt interviews(9), kommer både det verbale og nonverbale sprog i spil, da man med kroppen kan understøtte sproget. Vi benytter både det gående interview og ansigt til ansigt-interview, fordi det gående interview er vigtig ift. relationsdannelsen til den unge, men er svært at udføre fuldkomment ift. vores interviewguide(30). Ligeledes er det svært at lydoptage, som vi vil, for at kunne medtage al information til transskriberingen. Derfor er det gående interview efterfulgt af ansigt til ansigt-interview, for at kunne samle op på allerede omtalte emner samt fortsætte med yderligere spørgsmål.

Under ansigt til ansigt-interviewet tilstræbte vi, at benytte fotointerviews for at opleve den unges livsverden gennem visuel fremvisning af billeder. Dette for at møde de unge med åbenhed og nysgerrighed, og muliggøre at igangsætte historier på deres præmisser, som kan hjælpe til at beskrive forskellige aspekter af deres hverdagsliv(22)(30). Dog var det kun muligt at udføre fotointerview på første interviewdeltager, da de foregående deltagere enten havde overset dette i informationsbrevet, eller af anden grund, som ikke blev beskrevet i interviewet. Fotointerviewet fungerede positivt på første interviewdeltager, og gavnede vores interview ved at deltageren åbnede sig op. Vi fik et indblik i deltagerens hverdag, følelser om fotoet, indtryk af omgivelser samt det sociale aspekt hos deltageren(30). Dette kunne have været en fordel i de andre interviews, men praksis kan ikke altid planlægges.

4.4.4 Udførelse af interview

Alle interviews fandt sted i "rytterhuset" ved X rideterapi. Dette er valgt med udgangspunkt i de unge pigers behov for vante omgivelser og trygge rammer, for at kunne tale åbent om deres oplevelse af rideterapi(16).

De unge blev tilbudt frugt og drikke under interviewet, hvilket man med fordel kan inddrage i arbejdet med børn og unge(30).

Under alle interviews, påtog vi os forskellige roller som primærinterviewer og observatør. Observatøren noterede det nonverbale sprog ned. Herved undgik vi at overse detaljer, som kunne have betydning for transskriberingen og analysedelen. Dette kan være med til at afklare tvivlsspørgsmål af det sagte, hvis et skævt smil fx udtrykker ironi, kan dette ikke høres på diktafonen, og kan derfor misforstås under transskriberingen(30).

Ifølge litteratur om kvalitative metoder skal flere interviews planlægges med flere dages mellemrum, da interviewguiden skal kunne revurderes og interviewerens skal komme med samme forudsætninger til hvert interview(22). I vores projekt bliver alle tre interviews udført samme dag, da det i praksis var den mulighed der blev fremstillet. Derfor har vi under udførelsen af de tre interviews prioriteret, at nedskrive alle tanker der fremtrådte løbende under interviewet, i stedet for efter, for stadig at sikre et velgennemført interview. Der blev sat tid af mellem alle interviews, så vi kunne omstille os og diskutere eventuelle rettelser og forbedringer til næste interview.

Under to af de tre interviews var deltagerens mødre med. Vi valgte at give deltagerne denne mulighed for, at skabe trygge rammer for de yngre deltagere(30). Derudover kan mødre tilføje vigtige oplysninger undervejs i interviewet og hjælpe deltageren med at huske og støtte dem. En af deltagerene var fåmælt, og her spillede moderen en stor rolle i interviewet, da hun både fortalte og beskrev oplevelser med inddragelse af deltageren, som bekræftede og tilføjede undervejs. Dette var med til, at få deltageren til at åbne mere op og afslutningsvis byde ind med egne oplevelser.

4.5 Databearbejdning

4.5.1 Transskribering

Vi benytter os af standard transskriberingsmetode(23)(Bilag 9), hvor vi er interesseret i det, som bliver fortalt, og hvor lydord som fx “øh” mm. og gentagelser ikke er væsentlige. Alle interviews er blevet lydoptaget, da det giver os mulighed for at genopleve interviewsituationerne i vores transskriberingsproces. Vi har transskriptionerne tilføjet tænkepauser, overlappende tale, tryk på ord samt stemninger som fx smil. Vi har anonymiseret transskriptionerne ved at udskifte interviewdeltagerens navne med fiktive navne samt forkortelse i selve transskriptionerne med deres forbogstav. Vi har anonymiseret stednavne og andre oplyste navne med “X”. Mødre benævnes som “mor”, da det er et generaliserende ord, som stadig fremstår anonymt(22)(30).

Når der er flere personer om at transskribere interviewene, er det vigtigt at begge parter benytter samme skriveprocedure(22). Dette har vi gjort ved først at aftale, hvordan transskriptionen skal udføres. Vi transskriberede et interview hver og delte det sidste interview op. Herefter gennemgik vi alle transskriberinger i fællesskab, for at sikre kvalitet og et ensartet sprog, samt gennemgik regler for transskribering af interviews(22).

4.5.2 Analysemetode

Vi lader os inspirere af Giorgi's fænomenologiske analysemodel, som styres af interviewdeltagernes egne ord, og er ledende for hvilke meningsenheder, der dukker op undervejs. Giorgi fokuserer på beskrivelser af oplevelser, hvilket vores problemformulering lægger op til. Giorgi's fænomenologiske metode anvendes for, at give yderligere struktur, vejledning og for at hjælpe med dataanalysedelen(46).

Giorgi's fire faser består af; at opleve følelsen af helhed og sætte egen forforståelse i parentes, kode naturlige meningsbærende enheder, sætte naturlige meningsbærende enheder op mod fænomenet og afslutningsvis sammenskrive prosatekst(46).

Med inspiration fra Giorgi's analysemodel, ser vores faser i projektet således ud;

- Første fase: Få opfattelsen af helheden. Forforståelse sættes i parentes.
- Anden fase: Markering af naturlige meningsenheder uden kodning.
- Ekstra fase: Kategorisering af overordnede temaer.
- Tredje fase: Hvad fortæller de naturlige meningsenheder om fænomenet.
- Fjerde fase: Sammenskrivning af meningsbærende enheder.

I første fase dannede vi os et helhedsindtryk ud fra vores transskriptioner, som blev nærlæst af flere omgange. Vi sætter vores forforståelse i parentes, men glemmer ikke alt hvad vi allerede kender i forhold til de undersøgte fænomener. Snarere drejer det sig om at læse transskriptionerne med en afstemning til både det faktiske indhold af ordene og de faktiske oplevelser af deltagerne. Herefter i anden fase markerede vi naturlige meningsenheder, som fremtrådte i alle tre transskriptioner og heraf undersøgte vi om nogle meningsenheder gik igen hos de tre interviewdeltagere. Vi fravalgte bevidst at kode de meningsbærende enheder, da vi arbejder ud fra den fænomenologiske tilgang og derfor tilstræber at være tro mod data. Derfor valgte vi at finde de meningsbærende enheder ud fra deltagerne egne ord, hvor vi markerede disse ud fra transskriptionerne. For yderligere tydeliggørelse af analyseprocessen, se bilag(Bilag 8).

Herefter tilføjede vi vores ekstra fase, for at skabe større overskuelighed i databearbejdningsprocessen, som gavner vores analyse ved, at vi bedre kan se det sagte og forholde os med en åbenhed. Vi kategoriserede de meningsbærende enheder, som fremtrådte i anden fase, i overordnede temaer. Dette udgjorde en lettere overgang til Giorgi's tredje fase, hvor vi satte

de meningsbærende enheder op mod fænomenet. Herved reducerede vi antallet af meningsbærende enheder, så de resterende stemte overens med fænomenet.

I fjerde og sidste fase sammenskrev vi meningsenhederne til prosatekst, hvorved vi understøttede sammenskrivningerne med citater fra de tre interviews.

Vi har valgt at medtage få udtalelser fra mødrene i vores analyse, da de beskriver følelser og oplevelser for deltagerne, som de ikke selv er i stand til at kunne formulere, både fordi de er yngre, men også fordi de er fåmælte. Mødrenes udtalelser er andenhåndsberetninger, men da de er deltagende i interviewet, bliver udtalelserne hørt og godkendt af førstehåndsberetteren og er derfor valgt som en del af vores datamateriale.

4.6 Etiske overvejelser

Som studerende er vi forpligtet til at følge etiske retningslinjer, som er gældende under udarbejdelse af et bachelorprojekt. Vores etiske overvejelser og retningslinjer skal følge regelsættet, Helsinkideklarationen, som omfatter overordnede regler til sikring af frivillige deltagers sikkerhed og rettighed, fx samtykkeerklæring og informationsbrev(30), som begge er godkendt af vejleder.

Vi har udarbejdet et informationsbrev til deltagerne og deres forældre, for at konkretisere hvad vores projekt handler om, og hvad deres rolle i projektet er. Ligeledes har vi udarbejdet en samtykkeerklæring, så deltagerne er informeret om, at de til hver en tid kan trække deltagelsen tilbage. Deltagerne er informeret om, at vi anonymiserer data og sørger for, at overholde lovgivningen om personfølsomme data og desuden tilintetgøre dette ved projektets afslutning(22)(Bilag 6)

Vi er opmærksomme på, hvordan vi agerer over for deltagerne ift. at de er sårbare og alle er under 18 år. Vi er bevidste om magtforholdet i relationen og at pigernes velbefindende er vores ansvar. Vi skal derfor kunne håndtere alle situationer og følelser, som kan opstå under interviewet(29).

Vi ved fra egen praksiserfaring, at vi skal træde varsomt og ikke sygeliggøre dem samt kontinuerligt overveje om situationen forværres. Derfor er det vigtigt, at vi har et velovervejet in-

terview med os, hvor vi bl.a. fokuserer på en god opstart af interviewet samt sikre at afslutte interviewet uden at efterlade deltageren med ubehag og ubesvarede spørgsmål(30).

Da vores deltagere er under 18, har vi oplyst i informationsbrevet, at forældre er velkommen til at deltage i interviewet(Bilag 7).

I transskriptionen indgår der etiske problematikker, som vi også skal forholde os til(22). Vores interviews med deltagerene indeholder følsomme emner, og skal sikre at vi kan bevare vores troværdighed over for deltagerne. Derfor er det vigtigt, at vi ordret citerer de citater, vi vælger at bruge i analysen(30).

5 Resultater

I følgende afsnit vil vi præsentere projektets tre deltagere med fiktive navne og gennemgå vores indsamlede data ud fra de tre dannede tematikker. I afsnittet forholder vi os fænomenologiske.

5.1 Præsentation af deltagere

Interviewperson Karoline:

Alder: 17 år

Rideterapi: Har gået til rideterapi i 4 år

Boligsituation: Bor på opholdssted og er hos sine forældre på skift hver 14. dag

Diagnose: Borderline, tics, angst, ADHD, tourettes syndrom, stress (ikke diagnosticeret)

Til stede under interviewet: Karoline, interviewer og observatør

Interviewperson Emma:

Alder: 12 år

Rideterapi: Har gået til rideterapi i 5 år

Boligsituation: Bor med mor, far og lillesøster på 10 år (3 ældre søskende er flyttet hjemmefra)

Diagnose: Ingen diagnose, men har været præget af ensomhed og har sammenvokset kranieplader og talevanskeligheder

Til stede under interviewet: Emma, Emmas mor, interviewer og observatør

Interviewperson Sofie:

Alder: 13 år

Rideterapi: Har gået til rideterapi i 6 år

Boligsituation: Bor med mor og far på en gård

Diagnose: Ingen diagnose, men har været præget af ensomhed og mobning samt stærkt nedsat syn og hørelse

Til stede under interviewet: Sofie, Sofies mor, interviewer og observatør

5.2 Præsentation af temaer

Vi har i databearbejdningen identificeret tre overordnede temaer, som lyder:

- *“At mærke efter”*
- *“At være sammen med hesten”*
- *“At opleve en bedre hverdag”*

5.2.1 Tema 1: At mærke efter

Tema 1 giver os et perspektiv på de følelser, der er indblandet, når man er en ung, sårbar pige. Her dukkede der i større eller mindre grad følelser og tanker op, som enten var negativt eller positivt ladet. I rideterapien arbejdes der meget med, at mærke efter hos dem selv, da de ligger inde med rigtig mange forskellige følelser i forskellige situationer i deres liv. Tema 1 “at mærke efter” handler derfor i store træk om, hvordan de tre deltageres følelser kommer til udtryk ved at mærke efter i kroppen.

Pigerne fortæller om deres oplevelse af rideterapi og hvad de føler om fænomenet ift. dem selv. Sofie fortæller:

*“Ja, fuldstændig. Jeg er 13 år - Jeg har gået her det meste af mit liv føler jeg..
Jeg elsker det.”*

Til sidst i interviewet slutter hun af med at sige:

“Det var så lidt. Jeg elsker at tale om rideterapien her.”

Karoline fortæller ligeledes:

*“Ja, jeg havde aldrig hørt om det før [...] jeg synes bare [...] Jeg hader skolen
ik’? men jeg elsker at være herude og ride.”*

Emma fortæller desuden:

“Ja, jeg er meget meget glad for det. (smiler)”

To af deltagernes udtalelser er præget af ekstreme ordvalg, når deres følelser beskrives. Ordet “elsker” går igen hos Karoline og Sofie, når de fortæller om deres deltagelse i rideterapi. Ka-

roline sætter i hendes beskrivelse rideterapi op mod hendes skole, hvilket betyder at hendes udtalelser fremtræder modsætningsfyldte, men ekstreme, og er præget af store udsving. Den fåmælte Emma bruger ligesom Karoline og Sofie positivt ladede beskrivelser, når hun fortæller om rideterapi. Ordvalget er ikke lige så ekstremt, men alle tre pigers udtalelser kan ses som et udtryk for, at opleve stor glæde ved deltagelse i rideterapi, set i lyset af at alle tre bruger positive ord om rideterapi.

I interviewet beskriver to af deltagerne med egne ord hvad de kan mærke rideterapi gør ved dem. Karoline beskriver:

“Jeg føler rideterapi gør mig glad. Jeg føler mig brugt på en god måde ift. hvis jeg bare ligger inde i min seng hele dagen ikk’? Træt og brugt på en god måde, efter at have været herude.”

Sofie fortæller:

“Ja, altså hvor jeg sådan i løbet af dagen ikke rigtig har kunne mærke noget som helst, det ændres når jeg så er i kontakt med hestene og sådan noget. Og så bliver jeg glad og ja. Det betyder bare rigtig meget for mig. Sådan virkelig.”

Fåmælte Emma siger kort, at rideterapi gør hende:

“Glad”.

Emma’s mor supplerer og beskriver, hvad hun som forælder oplever hos Emma rent følelsesmæssigt:

“Det vi i hvert fald kan se, det er at E. er topglad og glæder sig til at komme herud og du vil helst have alle dage er torsdag, så du kan ride ik’ E? Der er aldrig en pjækkedag – hverken fra skole eller noget andet, fordi du skal til ridning. Og så kan jeg jo også bare se i forhold til balance, altså jeg kan jo bare se de der muskler bliver brugt, ik’? Og du er også træt når du kommer hjem ik’ E.?”

Alle tre deltagere giver udtryk for, at rideterapien påvirker dem på en god måde, og at de bliver glade af, at være en del af det. Karoline beskriver følelsen hun mærker i sin krop efter at

have været til rideterapi. Rideterapi-timen sættes op imod, hvis hun ikke gik til det. En klar glæde ved at komme til rideterapi kommer til udtryk. Sofie giver udtryk for, at den manglende evne til at mærke sig selv i hverdagen ændres i kontakten med hesten, hvor der ligeledes opstår en glædesfølelse. Emma har svært ved at sætte flere ord på den følelse hun oplever ved rideterapi, hvorfor hendes mor supplerer. Igen er følelsen af glæde fremtrædende.

Det fremgår af pigernes udtalelser, at deltagelse i rideterapi har en indvirkning følelsesmæssigt på dem i deres hverdagsliv. Sofie fortæller:

“Altså nu har det været en rigtig stor del af mit liv, så det betyder rigtig meget for mig. Og især fordi der er ret meget kaos derhjemme, i skolen osv. og så når jeg kommer herved, så er der ro og det er sådan så at når vi er derhjemme - jeg kan ikke mærke min rigtigt, før jeg er helt vildt træt agtig. Så når jeg kommer herved så kan jeg langsomt mærke hvor træt jeg egentlig er. Mærker efter agtig. T. har jo reddet vores liv, som vi siger ik’”

Sofie giver udtryk for, at rideterapien har hjulpet hende til, at kunne mærke efter, og opleve en ro, som kan hjælpe hende i det daglige kaos derhjemme. Det tyder på, at det har medført en betydelig positiv ændring i hendes liv, idet hun med egne ord fortæller, at hendes liv er blevet reddet.

I tema 1 kommer det til udtryk, at de unge sårbare pigers manglende evne til at mærke efter i deres krop er blevet markant forbedret ved inddragelse af rideterapi. Bevidstheden om egne følelser fremtræder og en fælles oplevelse af glæde opstår.

5.2.2 Tema 2: At være sammen med hesten

Tema 2 “at være sammen med hesten” handler om de tre deltageres beskrivelser af samværet med hestene og hvordan dette, og selve rideterapien påvirker dem. Sofie fortæller:

“[...] og dér hjælper hesten helt vildt. Hvis man ikke vil eller kan åbne sig op for et menneske, så gør hestene det i stedet for.”.

Karoline fortæller også, at:

“ [...] Lige nu har jeg det heller ikke så godt, men altså så nu glæder jeg mig bare til jeg skal ud og ride, forstår du? ”.

I interviewet beskriver deltagerne, at samværet med hestene hjælper dem i situationer, som opstår i deres hverdag, og at der opstår glæde. Set i lyset af Sofies beskrivelse tyder det på, at hestene hjælper hende med, at turde åbne sig op, hvis ikke hun tør over for et menneske.

Deltagerne beskriver hvilken indflydelse hestene har på deres hverdagsliv uden for rideterapien. Eksempelvis fortæller Sofie:

“ [...] nogle gange kigger vi ud på hesteflokken og så beder hun mig om, at se hvordan hestene sådan er overfor hinanden og sådan noget, og så spørger hun mig så bagefter om der er noget af det jeg ser som minder om min skole. Og det er der rigtig tit noget med, især sådan hvis hestene de er sure på hinanden eller sådan noget, men hurtigt glemmer det igen. Fordi [...] Altså på min skole har jeg følt mig mobbet hvor de siger grimme ting og er sure [...] Men herude ser jeg tit hvordan hestene bare glemmer det igen agtigt. Den hest der var tarvelig er faktisk den de andre går væk fra. Og sådan er jeg begyndt at gøre i skolen [overlappende tale] ”

Her beskrives et eksempel på, at hestene bruges til at skabe hverdagssituationer, som Sofie og hendes klasse kan stå overfor i hverdagen, og hvordan en lignende situation fx kan håndteres. Denne situation beskrives i forbindelse med Sofies problemer i skolen, hvor Sofies mor supplerer og fortæller:

“ [...] ja der har også været en del mobning på skolen ”.

Sofie har været udsat for mobning i skolen og giver udtryk for, at samværet med hestene hjælper hende til, at tilegne sig egenskaber af psykisk og social karakter, som hun kan benytte i samspejlet med andre mennesker i hverdagslivet.

I interviewet fremgår positivt ladede beskrivelser, når deltagerne snakker om rideterapi og hestene. Sofie fortæller:

“ [...] Eller vi skulle lige køre ud og se på den og så stod den bare der med de største brune øjne, så [...] ”.

Karoline udtaler ligeledes:

“ Okay, så har jeg et billede af en anden hest, X, hende med den lange flotte man. Begge heste har jeg i en ramme derhjemme og så har jeg faktisk lige bestilt et cover med hesten X på, hvor der er et billede af hans man og så hans øre og så er der flot udsigt. [...] her er det (viser billede)”

Begge pigers beskrivelser er beskrevet detaljeret og positivt og kan ses som et udtryk for, at hestene har en stor betydning for dem hver især.

Desuden fortæller Karoline:

“Ham har jeg redet på meget, men han er ikke lige [...] Han er meget sensitiv for tiden. Og det er jo synd. Når jeg tænker over det, så tror jeg egentlig ikke jeg ville kunne have opdaget det førhen [...] sådan [...]”

Karoline har bemærket at en hest hun har redet på er meget sensitiv for tiden. Hun har kunne se og føle en forandring på hesten, og tager hensyn hertil. Karoline giver udtryk for, at samværet med hestene har gjort, at hun er blevet mere opmærksom, idet hun tvivler på, om hun ville have opdaget hestens tilstand førhen.

Især to af de tre deltagere beskriver, at de føler hestene forstår dem. Sofie fortæller:

“Ja. Altså, de lytter bare. Eller sådan. De forventer ikke lange forklaringer eller [...] Det er nok de kigger på mig. Jeg føler de forstår. Bedre end mange andre.”

Karoline fortæller ligeledes at:

”Ja. Jeg føler bare, at rideterapien er et frirum for mig. Hestene forstår mig på en anden måde end en psykolog. Psykologen kender mig ik’ [...] T. og hestene hjælper mig med, at få tankerne hen på noget andet og sådan noget.”

Her beskriver pigerne at de i samværet med hestene opnår af forståelse, som de ikke synes at kunne opnå på samme måde hos mennesker, fordi det kan være svært at komme med forklaringer. Her lytter hestene, og det tyder på det hjælper dem.

5.2.3 Tema 3: At opleve en bedre hverdag

Tema 3 “At opleve en bedre hverdag” handler om de tre deltageres udtalelser om rideterapi og hvordan rideterapien har påvirket deres hverdagsliv.

Rideterapien hjælper deltagerne med deres personlige kvaliteter, som de benytter i deres hverdagsliv. Sofie fortæller:

“Ja. Altså, igen det der med at jeg ikke rigtig har følt jeg passede ind i skolen eller [...] Altså jeg blev ked af det, når jeg mundaflæste folk og de jo sagde noget andet [...] Men altså der har hestene hjulpet mig rigtig meget, fordi at [...] når man sådan [...] Man bliver ked af det, når der er nogle der gør sådan her eller sådan noget også fordi jeg mundaflæser og gør nogle andre ting, så [...] Det de siger, det er jo ikke altid helt rigtigt [...] Og så det der med at gøre en stærkere med at tænke ‘nå ja, det var så den dag altså’, det er sådan de gør og er og det er jeg også blevet meget bedre til at tænke i stedet for at blive ked af det. Men så er der en hest herude der hedder X, der er rigtig stædig og laver bukspring og alt sådan noget [...] og så lærer du ligesom at det er dig, der skal bestemme, det er dig der ligesom bliver nødt til at gøre noget ved det eller hvad man skal sige - lægge det bag dig. Og det har virkelig hjulpet mig rigtig meget i min hverdag. Ligesom at bruge det agtig. Og så har vi også selv heste derhjemme.”

Sofie’s mor fortsætter med at fortælle, at Sofie er blevet bedre til at tackle livet, når hun fortæller:

Hun tager glad i skole, kommer glad hjem, altsååå [...] tackler livet på en anden måde.”

Sofie tilegner sig kvaliteter, som styrker hende, hvor hun lærer at tage ansvar, tro på egne instinkter, være mere selvstændig og turde tage kontrol. Dette ved at kunne bestemme over et stort dyr. Hun lærer at sortere hvilke følelser og tanker, der er relevante at lade sig påvirke af og agere mere konstruktivt, som hun kan bruge i sin hverdag. Det tyder på, at alle disse udviklede styrker er med til at forbedre Sofies hverdag, så hun er bedre rustet til at tackle livet på en anden måde, da kvaliteterne kan benyttes i hendes hverdagsliv.

Alle deltagere beskriver, at have opnået ændringer i deres hverdag ved deltagelse af rideterapi. Emma fortæller bl.a.:

“[...] Jeg bliver ikke så nervøs når jeg møder andre folk. Altså hvis der er en der kommer over til mig, tager jeg det lidt mere roligt eller [...]” og fortsætter med at fortælle: “Om torsdagen, fordi der er meget larm ude på min skole, så synes jeg der er meget mere ro om fredagen i skolen, fordi jeg så har været herude om torsdagen.”.

Emmas mor tilføjer yderligere:

“[...] Der er slet ikke den der frygt for hurtige bevægelser[...]”

Karoline udtaler:

“[...]Bagefter [...] efter ridning herude. Jeg kan pludselig have ro på ik’? [...] Jamen måske hvis jeg har haft en dårlig dag [...] Der sker noget [...] Mit humør ændres, når jeg kommer herud.[...]”

Sofie fortæller ligeledes:

“Altså der er nogle ting i min hverdag, der er blevet bedre. Fx. hvis man kommer og er ked af det, træt, sur eller sådan noget, man kommer altid glad hjem herfra”.

Karoline beskriver desuden:

“Jeg bor på et opholdssted i X, som jeg næsten lige er flyttet ind på, noget der hedder X [...] Fordi jeg jo snart fylder 18 ik’? [...] og skal snart have kørekort [...] Men altså. Jeg ville kun flytte herhen, hvis jeg stadig kunne få lov til at gå til rideterapi her ik’? For ellers kan det hele være ligemeget [...] Det ville virke helt forkert, hvis ikke jeg skulle herud i min hverdag. Jeg har brug for hestene.”

Pigernes udtalelser kan ses som et udtryk for, at de øver sig i at styrke egne personlige ressourcer i samværet med hestene, så de lettere kan klare hverdagen. Deltagelse i rideterapi på-

virker deltagernes hverdagsliv positivt, hvor humøret er ændret til det bedre, og der skabes mere ro, mindre larm og mindre nervøsitet.

Karolines beskrivelser kan desuden ses som et tegn på, at hestene har en stor betydning for hendes trivsel i hverdagslivet. Hun fortæller hun har brug for hestene og at alt kan være lige meget, hvis ikke hun kunne gå til rideterapi. Hendes udtalelser kan ses som et udtryk for, at hendes hverdag er ændret til det bedre, efter hun er startet i rideterapi, hvor hun har muligheden for, at være i kontakt med hestene. Dette set i lyset af, at hun kun ville flytte, hvis hun kunne fortsætte i rideterapien.

6 Diskussion

I dette afsnit vil vi diskutere væsentlige resultater struktureret ud fra vores tre temaer. Ligeledes vil vi diskutere metoden i relation til væsentlige forhold ved undersøgelsens troværdighed, pålidelighed, transparens og overførbarehed.

6.1 Diskussion af resultater

6.1.1 Tema 1: At mærke efter

Resultaterne viser, at deltagerne giver udtryk for, at evnen til at mærke sig selv forbedres ved deltagelse i rideterapi. Dette ses ved at alle tre deltagere bruger positive ord om rideterapi og deres udtalelser kan ses som et udtryk for, at pigerne oplever stor glæde ved deltagelse i rideterapi. De unge sårbare pigers manglende evne til at mærke efter i kroppen, må derfor antages at være blevet forbedret ved deltagelse i rideterapi, hvor pigerne er blevet mere bevidste om egne følelser.

Pigernes udtalelser stemmer godt overens med en kvalitativ undersøgelse, som sigter mod at udforske børns deltagelse i hjemmebaserede aktiviteter efter deltagelse i rideterapi. Resultaterne belyser positive, følelsesmæssige ændringer hos børnene(34). Undersøgelsen rapporterer ingen negative virkninger, hvilket er i overensstemmelse med vores projekts resultater. Set i lyset af vores deltageres udtalelser og andre studier inden for feltet, tyder det på at virkningen af rideterapi er positiv. Dog undrer det os, at deltagerne ikke har noget negativt at sige om aktiviteten, da dette ifølge vores praksiserfaringer sjældent er tilfældet.

To udtryk der går igen hos deltagerne i vores projekt er “glad” og “glæde”. Udtrykkene bruges i sammenhæng med samværet med hestene og deltagelse i rideterapi. Ifølge Siri Næss er det, at have en grundstemning af glæde, en af kategorierne inden for begrebet “livskvalitet”(33). Pigerne bruger ikke selv ordet “livskvalitet” i interviewet, men størstedelen af deres beskrivelser af deltagelse af rideterapi omfatter en følelse af glæde. Siri Næss mener, at jo mere glæde, lyst og velvære en person har, jo højere er personens livskvalitet(33). Det kan diskuteres om den grundfølelse af glæde deltagerne mærker i deres krop, kun er fremtrædende i nuet i samværet med hesten på netop X ridested. Dog tyder deltageres udtalelser på, at de gennem deltagelse i rideterapi generelt er i stand til at mærke efter uden for rideterapien. Uan-

set grundfølelsen af glæde er en stjernestund eller en mere varig følelse, så tegner der sig et billede af, at rideterapi medfører livskvalitet.

En øget evne til at mærke efter i egen krop gavner ens kropsbevidsthed(45). Ifølge Trotter kan kropsbevidsthed øges gennem deltagelse i rideterapi(45). Dette stemmer godt overens med pigernes udtalelser, som netop belyser, at der er sket en forbedring ift. at mærke efter, hvilket kan ses som et tegn på en øget kropsbevidsthed. Det kan diskuteres hvorvidt deltagerne snakker os efter munden, idet vi ud fra egen praksiserfaring ved, at unge sårbare mennesker ofte beskriver det de ved vi ønsker at få svar på. Dog anser vi pigernes svar som troværdige, idet deres kropssprog og stemningsleje under interviewet udviste pigernes store engagement og glæde, hvilket tegner et billede af deres oprigtige følelse i forbindelse med deltagelse i rideterapi.

6.1.2 Tema 2: At være sammen med hesten

Under interviewet giver deltagerne udtryk for, at rideterapien og arbejdet med hestene har hjulpet dem med at tilegne sig medfølelse og evnen til at tage hensyn. Evnen til at kunne tage hensyn og dermed agere omsorgsfuldt, kan være gavnlige ressourcer at inddrage i hverdagslivet, da det øger muligheden for at omgås socialt. Ifølge Siri Næss har individet højere livskvalitet i jo højere grad det har gode interpersonlige relationer, dvs. har et nært forhold til mindst ét andet menneske(33). Det kan diskuteres om alle deltagerne i vores projekt inddrager disse ressourcer i hverdagslivet blandt andre mennesker. Dog tyder det på, at deltagerne har en bevidsthed med sig om, hvordan de bedst muligt agerer i samspillet med andre. Dette set i lyset af, at nogle af deltagerne beskriver, hvordan de efter deltagelse i rideterapi og samvær med heste, bruger det aktivt i hverdagssituationer.

Deltagerne i projektet beskriver at hestene kan hjælpe på en anden måde end mennesker kan. Set i lyset af en kvalitativ undersøgelse om rideterapi som et ergoterapeutisk behandlingstiltag, fremgår det, at der sker en fremgang i behandlingen ved inddragelse af en hest(25). Det fremgår af undersøgelsen, at deltageres engagement i aktiviteter er markant forbedret sammenlignet med almindelig en-til-en behandling(25). Desuden beskrives samværet med hesten som motivationsfaktor, hvor der opstår en helt anden glæde end før inddragelse af hest(25). Undersøgelsens resultater stemmer overens med vores deltagers udtalelser om samværet med hesten.

Det fremgår af vores resultater, at hestene kan bruges til at se, forstå og ændre hverdagssituationer. Dette for at deltagerne kan øve sig i, at tænke alternative måder at tackle situationer i hverdagen på. Deltagerne tilegner sig egenskaber, som styrker deres tro på sig selv og egne evner, som kan benyttes i samspillet med andre mennesker i deres hverdag. Siri Næss mener, at individet har højere livskvalitet i jo højere grad det føler sig sikker på egne evner og acceptere sig selv(33). Det kan diskuteres i hvor høj en grad deltagerne føler sig selvsikre, men deres udtalelser belyser, at de øver sig i, at udvikle sig på dette område, og alene det at de tør deltage i et interview tyder på større selvsikkerhed.

Der tegner sig et billede af, at vores fund stemmer overens med Lev Vygotskijs teori om NUZO, hvor der arbejdes ud for nærmeste udviklingszone(7). Pigernes beskrivelser om oplevelsen af deltagelse i rideterapi kan anses som nogle personlige ressourcer, de i arbejdet med hesten, har udviklet og opnået. Altså kan pigernes udtalelser være et udtryk for, at de arbejder inden for NUZO, hvor deltagerne oplever succes og bevarer motivationen(7). Den udvikling der sker i arbejdet med hestene, inddrager pigerne i deres hverdagsliv. Dette ses bl.a. ud fra at en af pigerne beskriver hvordan hun deler sin glæde ved oplevelserne på ridestedet med sine omgivelser, og dekorerer sit værelse og telefon med billeder af hestene.

Motivationen og den vedvarende succesoplevelse, som den unge oplever igennem NUZO, kan give den unge en engageret fordybelse af en aktivitet. Dette beskriver Mihalyi Csikszentmihalyi i flow-teorien(1). Her beskrives en tilstand af fordybelse, hvor individer er engagerede og har fokuseret opmærksomhed i en aktivitet(1). Set i forhold til vores deltagere kan flow-teorien anskues ud fra, at deltagerne glæder sig til at komme og er dybt engageret i at fortælle os om fænomenet. Flow perspektivet kan anskues ud fra Ann Willcocks begreb "Doing"(47), som er selve aktiviteten, der i vores projekt er rideterapi, og er det bærende komponent, som binder Willcocks fire begreber sammen. Inddrager man Willcocks begreb "belonging"(47), kan samværet med hesten være et udtryk for, at der skabes tilhørsforhold og udvikles relationer. Dette kan ses i rideterapien i samværet med hesten, hvor der udvikles relation deltager og hest imellem. Det tyder på at evnen til at skabe relationer også kan inddrages i pigernes hverdagsliv. Dette anskues ud fra, at deltagerne er motiveret for deltagelse i rideterapi og fortæller om succesoplevelser, hvor de tilegner sig personlige ressourcer, som åbner op for nye muligheder i deres hverdagsliv. Bl.a. fortæller en deltager, hvordan hun bruger relationen med hesten til at håndtere konflikter i skolen.

Der tegner sig et billede af, at pigerne oplever deltagelse i rideterapi som et styrkende tiltag, hvor de opnår en følelse af sammenhæng gennem kontinuerlig udvikling. Ifølge Antonovsky er det vigtigt at deltagerne har en følelse af sammenhæng, hvor den givne aktivitet er begribelig, håndterbar og meningsfuld(2). Gennem ham kan vi understøtte at pigerne oplever at deltagelse i rideterapi netop er tilpas håndterbar, begribelig og meningsfuld, idet pigerne ser ud til at gennemgå en personlig udvikling i samværet med hesten, og stadig føler sig motiveret for at komme, og lære nye ting i rideterapien(2). De evner at håndtere hesten, og forstår ansvaret og aktiviteterne med hesten, og har lyst til at være sammen med hesten på ridestedet, fordi hele rideterapiens sammenhæng er forudsigeliggjort.

6.1.3 Tema 3: At opleve en bedre hverdag

Det fremgår af pigernes udtalelser, at rideterapien hjælper deltagerne med deres personlige kompetencer, som belyses når deltagerne beskriver, at deltagelse i rideterapi skaber mere ro, mindre larm og mindre nervøsitet i deres hverdag.

Karen Thodberg og Janne Winter Christensen (Thodberg og Christensen), der begge er seniorforskere ved Institut for Husdyrvidenskab beskriver ligeledes, at dyret har en beroligende effekt på mennesker via positive oplevelser(42). Selve samværet med dyret opfattes som behagelig, hvor mennesker oplever en følelse af, at være mere afslappet i kontakten med dyret. Der opstår derfor en positiv oplevelse med dyret, som motiverer mennesker til at opsøge kontakten igen(42). Måske dette kan være forklaringen på, at deltagerne i vores projekt har gået til rideterapi i henholdsvis 4, 5 og 6 år, hvilket er bemærkelsesværdigt ift. at det er svært for sårbare unge, at bibeholde og bevare glæden og motivationen ved en aktivitet i længere perioder(40).

Set i lyset af, at deltagerne giver udtryk for en vedvarende motivation for deltagelse i rideterapi, kan det ud fra Antonovskys teori om OAS(2) anskues, at deltagerne oplever en stærk følelse af meningsfuldhed i samværet med hestene. Meningsfuldhed er ifølge Antonovsky motivationskomponenten, og når oplevelsen af meningsfuldhed opstår i en given aktivitet, som i dette projekt omfatter rideterapi, opfattes det som en udfordring, der er værd at engagere sig i(2). Følelsen af meningsfuldhed i livet kan medvirke til en bedre hverdag, fordi man oplever en større tilfredsstillelse ved tilværelsen, når det man deltager i giver mening for individet.

Dyr, herunder heste, fungerer ifølge Trotter som en interaktiv partner, der kan få mennesket til at se nye sider af sig selv og tilegne sig nye egenskaber(45). En af deltagerne beskriver, at hun gennem kontakten med hestene, har tilegnet sig en større selvstændighed og selvtillid, idet hun har ansvaret og kontrollen over hesten. Dette kan ses som et udtryk for at deltageren, gennem rideterapi, øver sig i at sortere hvilke følelser og tanker, der er relevante at lade sig påvirke af og agere mere konstruktivt. Dette kan hun overføre til sit hverdagsliv. Læreren i at agere mere konstruktivt og benytte færdigheder i de relevante sammenhænge stemmer overens med Ann Wilcocks begreb “becoming”(47), hvor man ønsker at opnå et mål ved at udvikle aktiviteter og kompetencer og herved muliggøres deltagelse. Set i lyset af vores deltageres beskrivelser af deres deltagelse i rideterapi anses denne aktivitet som et middel, der hjælper deltagerne til en oplevelse af, at udvikle sig og være på vej mod et mål.

Deltagernes beskrivelser af en opnået følelse af, at elske og blive elsket gennem brug af ride-terapien, som en vigtig aktivitet i deres hverdagsliv, er i overensstemmelse med Siri Næss’ teori om livskvalitet(33). Hun mener, at individet har højere livskvalitet afhængigt af graden af hvor aktivt det er, herunder engagerer sig og deltager i noget som repræsenterer en udfordring og opleves som meningsfuldt(33). Set i lyset af deltagernes udtalelser om samværet med hestene og deltagelse i rideterapi, anses rideterapien som en meningsfuld aktivitet i alle tre deltageres hverdag.

De egenskaber, som pigerne tilegner sig gennem deltagelse af rideterapi, medbringes i deres hverdagsliv uden for rideterapien. Sat op imod den ergoterapeutiske definition af livskvalitet; “at vælge og deltage i aktiviteter, som giver håb, motivation, mening, tilfredsstillelse, og som skaber et stimulerende livssyn, fremmer sundhed og støtter selvstændiggørelse”(44) kan pigernes udtalelser i projektet anses som et udtryk for, at de måske oplever en øget livskvalitet i deres hverdagsliv efter deltagelse i rideterapi.

6.1.4 Opsamling af diskussion af resultater

Det kan diskuteres hvorfor rideterapi som ergoterapeutisk aktivitet ikke er mere anvendt i Danmark, når vores resultater sammensat med andre studier tyder på, at deltagelse i rideterapi har en grundlæggende positiv effekt på børn og unge. Dog er vi bevidste om, at rideterapi er en økonomisk dyr bedrift sammenlignet med andre velkendte behandlingsformer inden for

ergoterapi. Det er værd at overveje om investering af denne terapiform kan opveje nogle af de ressourcer, som bruges i psykiatrisk behandling.

6.2 Diskussion af metodevalg

6.2.1 Troværdighed

I vores interviews har vi tilstræbt at skabe en passende tillidsfuld relation til deltagerne. Det har vi bl.a. gjort ved at skabe trygge rammer for deltagerne ved, at forventningsafstemme med forældre, deltagere og rideterapeut, hvor vi lytter på deres behov ift. tid og sted. Desuden har vi muliggjort at deltagernes mødre må deltage som støtte. Ligeledes har vi valgt at inddrage forskellige metoder i forbindelse med interviewet, herunder fotointerview og det gående interview. Dette for at lade den unge komme på banen, og igangsætte en god samtale, hvor vi forholder os åbne og nysgerrige. Under interviewet havde nogle deltagere sværere ved at tale frit end andre.

Fotointerviewet skulle primært bruges til relationsdannelse, men dette blev kun fuldført hos en af deltagerne. Alligevel opstod der en god relation til de øvrige deltagere, som ikke viste fotos under interviewet. Det kan derfor diskuteres om anvendelse af fotointerview var relevant for vores projekt, da vi ikke stødte på betydelige ændringer i relationen til deltagerne. Det kan diskuteres om tillidsforholdet mellem os og deltagerne var passende, eller om vi i virkeligheden var for langt fra hinanden. Måske kunne flere besøg på ridestedet forud for interviewet have medført en bedre relation til pigerne.

Vi valgte, at informere deltagere og forældre om projektets overordnede fokus ved at oplyse problemformulering, velvidende at dette kan påvirke deres svar. Dette for dels at skabe tryk hos pigerne, og dels give dem mulighed for, at reflektere over undersøgelsens formål.

I projektet valgte vi at anvende interviews, fordi vi var interesserede i at høre deltagernes egne oplevelser og beskrivelser af rideterapi. Det kan diskuteres om vi med held kunne have brugt supplerende kvalitative metoder. Observationer kunne måske danne baggrund for interviews og give en mere fyldestgørende forståelse af pigernes oplevelse af rideterapi, velvidende at observationer ses med forskers øjne på deltagernes oplevelse(22)(30).

Vi blev frarådet at observere pigernes deltagelse i rideterapi, idet den tilknyttede rideterapeut mente, at vi ville få mere brugbar data ud af at prøve det på egen krop. Derfor valgte vi som en del af vores baggrundsresearch, at se og opleve på egen krop, hvad rideterapi indebærer. Det kan diskuteres om vi med fordel både kunne lave baggrundsresearch og observationer, for at øge projektets troværdighed yderligere. Vi valgte at gå med rideterapeutens forslag, fordi hendes erfaring med rideterapi er større end vores.

I vores interviews tilstræbte vi at benytte åbne spørgsmål, da vi benytter den fænomenologiske tilgang. Det kan diskuteres om vi er tro over for den fænomenologiske metode, idet det nogle gange var svært at få sammenhæng i deltagernes udtalelser. For forståelsens skyld og for at lede os hen mod relevante svar, måtte vi stille ledende spørgsmål og samle op på deltagernes udtalelser, velvidende at der er en risiko for misforståelser(22). Ifølge Steinar Kvale er dette ikke noget, der påvirker troværdigheden negativt, så længe der er bevidsthed om, hvorfor man bruger ledende spørgsmål(22). Vi spørger netop ind til det sagte, for at sikre troværdigheden af deltagernes udtalelser.

Deltagerne afgjorde hvornår interviewet skulle finde sted. Dette betød, at de tre interviews lå samme dag med kort tid mellem hinanden. Deltagerne valgte dette, fordi de gik til rideterapi den pågældende dag, og derfor var på X ridested i forvejen. Det kan diskuteres om det har påvirket deltagerne ift. træthed, at de har været til rideterapi før interviewet eller skal efter, fordi de bruger meget energi begge steder. Vi oplyste i informationsbrevet, at der var en risiko for, at føle sig træt efter interviewet.

Under alle interviews var vi som projektansvarlige begge til stede. Opgaverne under interviewet var fordelt således, at en var interviewer og en var observatør, for at sikre vi ikke afbrød hinanden og deltagerne. Det var en fordel at begge var til stede under interviewet, så vi havde en fælles forståelse, i den efterfølgende transskriberingsproces. Fordelingen af arbejdsopgaver medførte, at det som ikke fremgik af lydoptagelsen, blev skrevet ned i forbindelse med observatørens noter. Vi ser det som en fordel, at vi var fælles om processen. Dog kan det diskuteres om vi med fordel kunne have byttet roller i nogle af interviewene, for at se deltagerne fra et nyt forskerperspektiv.

Vi interviewer tre unge piger, som går til rideterapi samme sted. Det kan derfor diskuteres hvor fyldestgørende vores resultater er, fordi det lave antal deltagere fra kun et ridested gør

det svært at sige noget generelt om rideterapi blandt unge mennesker. Desuden kan det diskuteres om der er nogle ting vi ikke får svar på grundet vores fænomenologiske tilgang, som vi måske ville få uddybet hvis vi kunne spørge mere ind til deltagernes udtalelser. I stedet fik vi dybdegående udtalelser fra deltagernes oplevelse af rideterapi og fik herved et godt kendskab til netop X rideterapi. Set i lyset af projektets omfang og vores rekrutteringsmuligheder har det ikke været muligt, at undersøge fænomenet fra et bredere perspektiv. Dog anser vi troværdigheden i vores lille projekt for nok til, at have sin berettigelse i undersøgelsen af rideterapi.

Når vi i projektet inddrager argumentationer benytter vi evidensbaseret litteratur for at understøtte troværdigheden.

Forud for vores diskussion har vi gjort brug af tjeklisten Critical Appraisal Skills Programme (CASP)(35). Dette til vurdering af projektets troværdighed, og for at belyse styrker og evt. begrænsninger i vores projekt. CASP-vurderingen bekræftede at vore projekt er valid.

6.2.2 Pålidelighed og transparens

Det kan diskuteres om vores projekt er helt igennem pålideligt, men vi har tilstræbt os på at bruge vores problemformulering som det styrende element gennem hele processen. Dette har hjulpet os med at fastholde projektets hovedessens(30).

Ligeledes har vi søgt at redegøre for vores valg af metode og analyse, samt sørget for at skabe en sammenhæng mellem alle projektets komponenter, herunder eksempelvis overensstemmelse mellem problemformulering, formål, metode, analyse, resultater og konklusioner. Dette for at sikre, at der er en rød tråd gennem hele projektet(30).

Vi har tilstræbt at beskrive en systematisk gennemgang af vores arbejdsproces, hvor vi kontinuerligt beskriver vores fremgangsmåde.

Desuden har vi redegjort for egne forforståelser og forholdt os kritisk til disse gennem projektet. Vi har tilstræbt efter at agere åbne over for deltagernes oplevelse af fænomenet, og dermed sikret at vi er tro mod det indsamlede data. Dog er der altid en risiko for, at egne forforståelser kommer til udtryk, da det ikke kan undgås 100%.

6.2.3 Overførbare

Det kan diskuteres om projektets resultater er fyldestgørende nok til at være overførbare i andre sammenhænge. Vi mener dog, at vores resultater kan bruges som udgangspunkt for yderligere undersøgelse af oplevelsen af deltagelse i rideterapi. Måske kan andre forskere med fordel undersøge en anden målgruppe, der er tilknyttet samme ridested som er undersøgt i dette projekt, eller tage udgangspunkt i den unge målgruppe, set ud fra et andet ridemiljø. Desuden kan det diskuteres om projektet med fordel kan benyttes til bredere forskning hos eksempelvis kandidatstuderende, som evt. kan sammenligne flere ridesteder, og dermed skabe større generaliseringsmuligheder, idet deres projekt har et større omfang.

6.2.4 Opsamling af diskussion af metode

Det kan diskuteres om vores valg af metode var fyldestgørende nok til at bidrage med mere viden om rideterapi, da det var svært for os at få uddybende svar og beskrivelser fra deltagerne. Måske kunne vi med fordel have valgt at udføre et kvantitativt studie, for at få flere, og mere stringente svar. Desuden kan vores valg af videnskabsteoretisk tilgang til dette projekt diskuteres, idet bachelorprojektet omfatter en lille undersøgelse, hvor det har været svært at forholde os fænomenologiske hele vejen igennem interviewet. Dog mener vi, at vores resultater er tilfredsstillende, idet vi har indsamlet den viden vi søgte i henhold til at vi kun udførte et kvalitativt studie.

7 Konklusion

Vi har analyseret og diskuteret vores indsamlede data, og vil på baggrund af dette konkludere på vores problemformulering.

Ud fra vores resultater kan vi se, at der forekommer en positiv påvirkning i deltagernes hverdagsliv og livskvalitet efter deltagelse i rideterapi. Alle tre deltagere beskriver at de oplever deltagelsen i rideterapi som en betydningsfuld aktivitet i deres hverdagsliv. Før tilknytning til X rideterapi har deltagerne været præget af uro, kaos, tristhed, usikkerhed og mistillid i deres hverdag. Generelt har der været en tendens til mistvivl i deltagernes hverdagsliv, hvor de har følt sig anderledes. Deltagerne har oplevet en markant forbedring gennem deltagelse af rideterapi, hvor de har opnået større selvtillid og føler sig hørt og forstået, hvilket betyder at deltagerne er blevet i stand til, at være mere bevidste om egne følelser, sortere i disse og agere der-

efter. Gennem samværet med hestene har deltagerne lært at agere mere omsorgsfuldt over for andre mennesker, og kunne tage hensyn. Deltagelsen i rideterapien har medført et frirum, en større ro og glæde i deltagernes hverdag. Det tyder på, at inddragelsen af heste er medvirkende til opretholdelse af og deltagelse i hverdagsaktiviteter, og kan dermed være et godt supplement til anden behandlingsform. Vores projekts resultater er i overensstemmelse med anden forskning, som peger på, at der ses en positiv forandring med inddragelse af heste som et led i et behandlingsforløb. Dog er vi bevidste om, at der er behov for yderligere undersøgelser om fænomenet, hvor vores projekts positive resultater forventes at kunne bidrage til videre forskning. Set i lyset af deltagernes udtalelser kan vi konkludere, at deltagelse i rideterapi gør en væsentlig forskel for deltagernes oplevelse af livskvalitet. De tre deltagere giver alle udtryk for at rideterapi har givet dem kompetencer, som er med til at forbedre deres hverdagsliv.

8 Perspektivering

Vi håber at vores projekt vil sætte et større fokus på rideterapi som en ergoterapeutisk aktivitet, og dermed som en relevant ergoterapeutisk interventionsform. Det er værd at undersøge feltet nærmere som et ergoterapeutisk redskab, herunder om det kan have betydning for varetagelse af flere betydningsfulde aktiviteter i deltagernes hverdag. Vores projekt lægger op til videre undersøgelse af fænomenet rideterapi, herunder undersøge flere ridesteder, flere antal deltagere samt flere målgrupper. Dette mhp. at undersøge forskellige aldersgrupper og køn, for at kunne vurdere evt. sammenhænge. Ligeledes kunne specifikke diagnoser undersøges med samme formål. Med afsæt i projektet funderer vi over, hvorfor terapiformen rideterapi ikke er ligeså udbredt i DK, som ridefysioterapi er. Projektets resultater viser, at rideterapi har en positiv virkning på sårbare unge piger, hvorfor vi som projektansvarlige undrer os over, at terapiformen ikke benyttes som ergoterapeutisk behandling mere end det gør. Udøvere af rideterapi argumenterer for, at terapiformen virker effektivt, hvorfor vi håber at dette projekt kan være med til videre forskning omkring udvikling af det ergoterapeutiske arbejdsfelt inden for rideterapi. For at undersøge et større antal deltagere, og danne et større helhedsperspektiv på deltagelsen i rideterapi, kunne studier af større omfang end vores projekt med fordel udføre en kvantitativ undersøgelse. Dette eksempelvis gennem spørgeskemaundersøgelser.

9 Referenceliste

1. Andersen F, Hanssen N. Flow i hverdagen - Navigation mellem stress, kaos og ked-somhed. 1. udg. Viborg: Dansk Psykologisk Forlag; 2013. s. 5-207.
2. Antonovsky A. Helbredets mysterium, at tåle stress og forblive rask, 1. udg. Hans Reizels Forlag; 2003. s. 5-232.
3. Bedre psykiatri. Så mange er syge. [Internet] 2019. Citeret d. 14/10-2019.
Tilgængelig fra:
<https://bedrepsykiatri.dk/viden/behandlingspsykiatrien/?fbclid=IwAR3Z49MdWJhQ9TUM29nZ69P57oEqqlptNUERvfa7ABleSdt0suB11xJ-a5o>
4. Berget B, Krøger E, Thorød A B. Innledning. I: Berget B B, Krøger E, Thorød A B, red. Antrozoologi. Samspill mellom dyr og menneske. Oslo: Universitetsforlaget; 2018. s. 15-20.
5. Birkler J. Videnskabsteori – en grundbog. 1. udg. Munksgaard; København: 2004. s. 5-151.
6. Birk M A, Langdal I. Centrale begreber inden for ergoterapi. I: Brandt Å, Madsen A J, Peoples H, red. Basisbog i ergoterapi. 3. udg. København: Munksgaard; 2013. s. 119-139.
7. Borg T, Stabel H H. Hverdagslivsbegreber og ergoterapi. I: Brandt Å, Madsen A J, Peoples H, red. Basisbog i ergoterapi. 3. udg. København: Munksgaard; 2013. s. 35-49.
8. Brandt Å, Madsen A J, Peoples H. Introduktion til ergoterapi. I: Brandt Å, Madsen A J, Peoples H, red. Basisbog i ergoterapi. 3. udg. København: Munksgaard; 2013. s. 17-24.
9. Brandt Å, Petersen L F. Ergoterapeutisk undersøgelse. I: Brandt Å, Madsen A J, Peoples H, red. Basisbog i ergoterapi. 3. udg. København: Munksgaard; 2013. s. 161-176.
10. Brinkmann S, Tanggaard L. Kvalitative metoder, tilgange og perspektiver: en introduktion. I: Brinkmann S, Tanggaard L, red. Kvalitative metoder: en grundbog. 2. udg. Hans Reitzels Forlag; 2015. s. 13-24.

11. Castillo-Montoya M. Preparing for interview research: The Interview Protocol Refinement Framework. TQR. 2016. 21(5) 811-831.
12. Cerquozzi C, Cerquozzi E, Darragh A, Miller-Kuhaneck H. An exploratory survey of occupational therapists' role in hippotherapy. Sacred Heart university. 2007; 9
13. Due P, Meilstrup C, Obel C, Diderichsen F, Nordentoft M, Sandbæk A. Børn og unges mentale helbred. Forekomst af psykiske symptomer og lidelser og mulige forebyggelsesindsatser. [Internet] København: Vidensråd for forebyggelse; 2014. Citeret d. 14/10-2019. Tilgængelig fra:
http://www.vidensraad.dk/sites/default/files/vidensraadforebyggelse_boern-og-unges-mentale-helbred_digital_01_0.pdf
14. Egelyst rideterapi. Terapien på Egelyst. [Internet] Citeret d. 12/10-2019. Tilgængelig fra: <https://www.egelyst.com>
15. Elsass P, Hartling O. Livskvalitet [Internet]. Den Store Danske - Gyldendal. 2010 [henvist 6. december 2019]. Hentet fra:
http://denstoredanske.dk/Krop,_psyke_og_sundhed/Sundhedsvidenskab/Socialmedicin/livskvalitet
16. Fischer, Anne G. OTIPM. En model for planlægning og implementering af top-til-bund, klientcentrerede og aktivitetsbaserede interventioner. 1. udg. København: Munksgaard; 2013. s. 13-224
17. Friberg F, Öhlén J. Fænomenologi og hermeneutik. I: Henricson M, redaktør. Videnskabelig teori og metode: fra idé til eksamination. København: Munksgaard; 2016.
18. Gyldendals røde ordbøger. [Internet] 2019. Citeret d. 30/12-2019. Tilgængelig fra: <https://ordbog.gyldendal.dk>
19. Holm H, Højberg A. At muliggøre aktivitet og deltagelse hos unge med nedsat funktionsevne. I: Brandt Å, Madsen A J, Peoples H, red. Basisbog i ergoterapi. 3. udg. København: Munksgaard; 2013. s. 307-330. (kap 17)
20. Jacobsen B, Tanggaard L, Brinkmann S. Fænomenologi. I: Brinkmann S, Tanggaard L, red. Kvalitative metoder: en grundbog. 2. udg. Hans Reitzels Forlag; 2015. s. 217-240
21. Kristensen H K, Kurth M H. Vidensforståelse. I: Brandt Å, Madsen A J, Peoples H, red. Basisbog i ergoterapi. 3. udg. København: Munksgaard; 2013. s. 393-410.

22. Kvale S, Brinkmann S. Interview. Det kvalitative forskningsinterview som håndværk. 3. udg. Hans Reitzels Forlag; København; 2015. s. 11-440.
23. Langdridge D, Hagger-Johnson G. Introduction to research methods and data analysis in psychology. 3. udg. Harlow, UK: Pearson Education limited; 2013. s. 13-640.
24. Lindahl M, Juhl C. Den sundhedsvidenskabelige opgave. Vejledning og værktøjskasse. 3. udg. København: Munksgaard; 2016. s.11-235.
25. Liambias C, Magill-Evans J, Smith V, Warren S. Equine-Assisted Occupational Therapy: Increasing Engagement for Children With Autism Spectrum Disorder. The american Journal of occupational therapy. 2016. 10. s. 1-9.
26. Lund H, m.fl. Håndbog i litteratursøgning og kritisk læsning: redskaber til evidensbaseret praksis. 1. udg. København.: Munksgaard; 2014. s. 252.
27. Mathiasson G, Morville A. Grundlæggende antagelser, værdier og etik i ergoterapi. I: Brandt A°, Madsen A J, Peoples H, red. Basisbog i ergoterapi. 3. udg. København: Munksgaard; 2013. s. 97-118.
28. Mette Weber. Tal med børn. [Internet]. citeret 06/11-2019. Tilgængelig fra: <https://talmedboern.dk/wp-content/uploads/2015/04/aktivlytning.pdf>
29. Møhl B, Simonsen E. At lytte til patienten. I: Simonsen E, Møhl B, red. Grundbog i psykiatri, 1. udg. Hans Reitzels Forlag; 2010. s. 141-157.
30. Nielsen D A, Hjørnholm T Q, Jørgensen P S. Det gode bachelorprojekt i sundhedsuddannelserne. Håndbog i opgaveskrivning og metode. 1. udg. København: Samfundslitteratur; 2019. s. 17-467.
31. Nielsen J C, Sørensen N, U. Når det er svært at være ung i DK. Viden og råd om unges trivsel og mistrivsel [Internet] Århus: Forfatterne og Center for ungeforskning; 2011 Citeret d. 06/11-2019. Tilgængelig fra: https://www.cefu.dk/media/266735/viden%20og%20råd%20om%20unges%20trivsel%20og%20mistrivsel_når%20det%20er%20svært%20at%20være%20ung%20i%20dk.pdf?fbclid=IwAR1JWVGA_DlBey-0x33qiepeN6toVij5KzcKwzSGnDTTl1ym2fcfDhsc_88
32. Nyhuus L. Rideterapi. Roen på hesteryg. [Internet] 2009. Citeret d. 15/10-2019. Tilgængelig fra: <https://socialpaedagogen.sl.dk/arkiv/2009/rideterapi-roen-paa-hesteryg/>
33. Næss S. Livskvalitet som psykisk velvære. Oslo (Norge): Norsk Institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring (NOVA); 2001. s. 7-148.

34. O'Mahony R, Connolly E, Hynes P. A qualitative study of Irish parents' views on hippotherapy, including its influence on their children's home-based occupations. *Irish Journal of Occupational Therapy*. 2019. 47(1) 42-57.
35. OUH, Odense universitetshospital, Svendborg sygehus. Tjeklister. [Internet] 2018. Tilgængelig fra: <http://www.ouh.dk/wm440061>
36. Professionshøjskolen Absalon. Ergoterapeut, Her finder du databaser som specielt henvender sig til uddannelsen Ergoterapeut. [Internet] 2019. Tilgængelig fra: <https://biblioteket.pha.dk/da/section/ergoterapeut-1>
37. Rasmussen L T, Remvig K, Wien C. Litteratur- og informationssøgning til opgaven. I: Rienecker L, Jørgensen PS, red. Den gode opgave: håndbog i opgaveskrivning på videregående uddannelser. 5. udg. Samfundslitteratur; 2017. s. 145–170.
38. Spicker L, Rothstein F. Sårbare unge. Mentaltræning til positiv udvikling, motivation og selvværd. 1. udg. København: Muusmann Forlag; 2019 side. 7-92
39. Strobe statement. Strobe checklist. [Internet] Citeret d. 02/01-2019. Tilgængelig fra: https://www.strobe-statement.org/fileadmin/Strobe/uploads/checklists/STROBE_checklist_v4_cross-sectional.pdf?fbclid=IwAR0QaznzlSBSf7wbqvRJRzNnWcCbWTSSQK61lA70Tc7yt_rkIx-hizMIBzg
40. Sørensen K. Metoder til ergoterapeutisk intervention. I: Nyboe L, Johannesen S, Jørgensen P, red. Psykiatri, 2. udg. København: Munksgaard Danmark; 2016. s. 209-231.
41. Tanggaard L, Brinkmann S. Interviewet: Samtalen som forskningsmetode. I: Brinkmann S, Tanggaard L, red. Kvalitative metoder: en grundbog. 1. udg. Hans Reitzels Forlag; 2010. s. 29-53.
42. Thodberg K, Christensen J W. Anvendelse af dyr som terapeutisk redskab - Teorier, eksisterende undersøgelser og hvordan forskningsfeltet kommer videre. I: Hansen T, Karen Thodberg, red. Psyke og Logos. Dyreassisteret terapi og antrozologi. 2. udg. København: Dansk psykologisk forlag; 2014 s. 5-256.
43. Thodberg K, Lidfors L. Dyreatferd og dyrevelferd, terapidyr. I: Berget B B, Krøger E, Thorød A B, red. Antrozologi. Samspill mellom dyr og menneske. Oslo: Universitetsforlaget; 2018. s. 29-51.

44. Townsend E, red. Fremme af menneskelig aktivitet, ergoterapi i et canadisk perspektiv, 1. udg. København: Munksgaard Danmark; 2002.
45. Trotter K S. Equine assisted interventions in mental health. I: Trotter K S, red. Harnessing the power of Equine assisted counseling. Adding animal assisted therapy to your practice. New York: Routledge; 2012. s 1-15.
46. Whiting L. Analysis of phenomenological data: Personal reflections on Giorgi's method. Nurse researcher. 2001. 9(2): 60-74 15. 60-74.
47. Wilcock A. A. An occupational perspective of health. 2. udg. Thorofare: SLACK incorporated; 2006 s. 5-347.
48. Østergaard A B. Rideterapi kombineret med gruppesamtale til unge kvinder med bulimi. Nyt om forskning. 2002; 11(2) 4-13.

10 Bilag

10.1 Bilag 1: Søgeprofil

OR	AND				
	Blok 1	Blok 2	Blok 3	Blok 5	Blok 6
	Rideterapi	Ergoterapi	Livskvalitet	Unge/børn	Sårbar
	Equine as- sisted ther- apy	Occupational therapy	Quality of life	Young peo- ple	Vulnerable
	Hippo ther- apy			Youth	Sensitive
				Children	

10.2 Bilag 2: Søgematrix

Søgematrix for Cinahl	<u>Fokusområde 1:</u> Ergoterapi	<u>Fokusområde 2:</u> Rideterapi	
	Occupational therapy	Equine assisted therapy	
Antal hits	35.125	532	
I alt			47
Søgematrix for Pubmed	<u>Fokusområde 1:</u> Ergoterapi	<u>Fokusområde 2:</u> Rideterapi	<u>Fokusområde 3:</u> Unge børn
	Occupational therapy [MeSH]	Hippotherapy [MeSH]	Children [MeSH]
Antal hits	12937	82	1869349
I alt			1

10.3 Bilag 3: Tjeklister til kritisk vurdering af artikler

CASP-vurderinger af kvalitative artikler

Forfattere: Rachel O'Mahony, Emma Connolly, Patrick Hynes. Titel: A qualitative study of Irish parents' views on hippotherapy, including its influence on their children's home-based occupations. Tidsskrift: Irish Journal of Occupational Therapy (2019)	Nøgleord: Hippotherapy, home-base occupation, occupational therapy, children with disabilities	Forfattere: Cecilia Llambias, Joyce Magill-Evans, Veronica Smith, Sharon Warren Titel: Equine assisted occupational therapy: Increasing engagement for children with autism spectrum disorder Tidsskrift: American Journal of Occupational Therapy (2016)	Nøgleord: Equine assisted therapy, occupational therapy, autism spectrum disorder, task performance and analysis
1) Har studiet en klar fremstilling af sit formål?	Ja	1) Har studiet en klar fremstilling af sit formål?	Ja
2) Er det valgt at undersøge problemstillingen med en kvalitativ metode?	Ja	2) Er det valgt at undersøge problemstillingen med en kvalitativ metode?	Ja
3) Er studiedesignet hensigtsmæssigt i forhold til formålet med studiet?	Ja	3) Er studiedesignet hensigtsmæssigt i forhold til formålet med studiet?	Ja
4) Er udvælgelsesstrategien hensigtsmæssig i forhold til formålet med studiet?	Ja	4) Er udvælgelsesstrategien hensigtsmæssig i forhold til formålet med studiet?	Ja
5) Blev data indsamlet, så de omhandlede forskningsfeltet?	Ja	5) Blev data indsamlet, så de omhandlede forskningsfeltet?	Ja
6) Er forholdet mellem forfatter/forsker og deltager overvejet?	Ja	6) Er forholdet mellem forfatter/forsker og deltager overvejet?	Nej
7) Er etiske spørgsmål blevet overvejet?	Ja	7) Er etiske spørgsmål blevet overvejet?	Ja
8) Er dataanalysen tilstrækkelig stringent?	Ja	8) Er dataanalysen tilstrækkelig stringent?	Ja
9) Er der en klar fremstilling af resultatet?	Ja	9) Er der en klar fremstilling af resultatet?	Ja
10) Hvor værdifuldt er studiet?	Studiet vurderes som værende værdifuldt. Studiet udforsker forældres perspektiver på deres børn, der deltager i rideterapi, og undersøger virkningen på deres børns deltagelse i hjemmebaserede erhverv efter rideterapeutisk intervention. Resultaterne kan inspirere til videre forskning inden for feltet.	10) Hvor værdifuldt er studiet?	Studiet vurderes som værende værdifuldt. Studiets fund er i overensstemmelse med andre studiers resultater, som understøtter fordelene rapporteret i andre heste- og dyrebaserede interventioner. Resultaterne kan inspirere til videre forskning inden for feltet.

STROBE Statement-tjekliste af kvantitativ artikel

Title and abstract	1) A: Ja, B: Ja
Introduction Background/rationale Objectives	2) Ja 3) Ja
Methods Study design Setting Participants Variables Data sources/measurement Bias Study size Quantitative variables Statistical methods	4) Nej 5) Ja 6) Ja 7) Ja 8) Ja 9) Ja 10) Ja 11) Ja 12) A: Ja, B: Ja, C: Nej, D: Nej, E: Ja
Results Participants Descriptive data Outcome data Main results Other analyses	13) A: Ja, B: Ja, C: Nej 14) A: Ja, B: Ja 15) Ja 16) A: Nej, B: Ja, C: Nej 17) Nej
Discussion Key results Limitations Interpretation Generalisability	18) Ja 19) Ja 20) Ja 21) Ja
Other information Funding	Ja
	Artiklen bidrager med supplerende viden om rideterapi set i forhold til det ergoterapeutiske perspektiv. Artiklen undersøger ergoterapeuters opfattelse af egen rolle i rideterapi og brugen af rideterapi i praksis. Undersøgelsen kan inspirere til videre forskning inden for feltet.

10.4 Bilag 4: Forsknings- og interviewspørgsmålsmatrix

Forsknings og interviewspørgsmål matrix: Hvordan oplever unge sårbare piger at deltagelse i rideterapi påvirker deres hverdagsliv og livskvalitet?					
Forskningsspørgsmål/ interviewspørgsmål	Hvad kan rideterapi gøre for sårbare unge piger?	Hvilke positive effekter har rideterapi på hverdagen hos sårbare unge piger?	Hvordan opleves rideterapi set i sårbar unge pigers synsperspektiv?	Hvordan hænger rideterapi sammen med deres Livskvalitet?	Forståelse af sårbar unge pigers liv
	-Lettere hverdag -Sociale kompetencer -Personlige kompetencer -Kognitive kompetencer -Omsorgs-kompetence -At lette symptomer på diagnose eller sårbarhed -Hårdførhed -Bevidsthed - Forståelse af dem selv som menneske -At være god nok -Fysiske kompetencer	-Sociale kompetencer i skolen, fritid -Mere overskud til hverdagen -Flere opgaver gennem dagen -At lette symptomer diagnose/sårbarhed -Varetagelse af flere opgaver -Gladere/Livsglæde -Færre hjælpemidler -Mere kontrol over egen krop, heraf kan varetage emotionelle forhold. (tætte venner, kærester	-Samarbejde med hesten -Omgivelser: naturen, alle dyr på stedet -Samarbejde med rideterapeut -Arbejdet på hesten -Arbejdet rundt om hesten -Kigge på hesten -Stilheden -Tryghed -Tillid til hest og terapeut -Andet en rideterapi, almindelig ridning - Naturlighed, ikke kommunal/psykiatrisk -Hjemligt -Højdepunkt på ugen	-Varetagelse af daglige aktiviteter, heraf: - Fritidsaktiviteter - Sociale aktiviteter i form af venner, familie, kæreste - Huslige aktiviteter -Skole-aktiviteter, lektier -Livsglæde -Forhåbninger om fremtiden	-Opvækst -Sammenhæng i livet -Betydninger i deres liv -livet med en diagnose -Livet som sårbar -familieliv -sociale liv -Unge kultur -Psykisk kultur -Forståelse af dem som personer, deres prioriteringer

		osv. ift. pubertet) - Personlig udvikling -Fysisk, bedre hjerte, krop = sundere -Har rideterapien nogen negative effekter?			
Fortæl lidt om dig selv: -Hvor gammel er du? -Søskende? -Boligforhold? -Kæledyr? -Skole, klasse? -Fritidsinteresser, hobby? - Job?					x
Ses du med nogle jævnaldrende?					x
Hvilke behandling modtager/har du modtaget du? - Fys, psykolog, ridefys osv. - Hvor? -Hvor ofte?		x			x
Kan du fortælle mig, hvad forskellen er mellem ridefys og rideterapi? -Har du mærket forskel?		x	x	x	

-Hvad kan/kunne du bedst lide?					
Fortæl mig om dine fremtidsdrømme?				x	x
Fortæl mig om rideterapi; Hvad er det for dig? -Du har taget billeder med, kan du fortælle os om dem?	x	x	x	x	
Hvad gør rideterapi for dig? -Hvad betyder det for dig? -Hvor vigtigt er rideterapi for dig fra 01-10? -Gør det dig glad? trist? -Hvis du har haft en dårlig dag, bliver den så bedre eller dårligere, når du kommer herud?	x	x		x	
Hvor ofte går du til rideterapi om ugen? -Hvor længe varer en ridetime? -Kender du andre der går til rideterapi? her eller andre steder?			x		
Fortæl mig om hvordan				x	x

det er at få en diagnose? -Hvad tænkte du? Hvordan gik det til? Hos læge, kontakt med psykiatri -Kan du fortælle lidt om din diagnose?					
Hvad føler du/kan du mærke, at du har svært ved i din hverdag? Hvis ja, hvilke: I skole, hjemme, blandt mange, andet? -Hvor længe, hvornår startede det?		x	x	x	
Har du nogen hjælpemidler?		x		x	x
Hvad kan du godt lide ved rideterapi? -Glæder du dig til rideterapi?	x	x	x	x	
Hvordan har du det inden du skal op på hesten?		x	x		x
Hvad føler du rideterapi gør af forskel hos dig? -Kan du mærke ændringer efter rideterapi, hvis ja hvilke? -Hvordan har du det		x		x	

efter du har været til rideterapi? -Er det det samme som inden eller hvad føler du? -Føler du dig bedre, hvordan bedre?					
Hvor kan du bedst lide at ride? -Inde, ude, skov, ridebanen, -Hvorfor?			x	x	
Oplever du udfordringer i din dagligdag, som rideterapien har hjulpet dig med?		x			
Nogen afsluttende spørgsmål? -Noget vi mangler?	x	x	x	x	

10.5 Bilag 5: Interviewguide

<u>Spørgsmålstyper</u>	<u>Spørgsmålsforklaring</u>	<u>Interviewspørgsmål</u>
<u>Introducerende spørgsmål</u>	<i>Baggrundsinformation/kontekst for hverdagslivet.</i>	• Hvor gammel er du? • Har du nogen søskende? • Hvordan er dine boligforhold? bor du sammen med forældre, eller alene, eller med andre? Hus, lejlighed?
	<i>Vigtigt i forhold til at fastslå forståelsen af dyr/tilknytning</i>	• Har du nogle kæledyr? Hvis ja hvilke/hvor mange, hvis nej, kunne du godt tænke dig det?
	<i>Vigtigt i forhold til at fastslå social status</i>	• Hvilket klassetrin går du i? Hvilke skole går du på? Hvor mange er der i klassen? • Går du til fritidsinteresser, hvilke? (fodbold, gymnastik, dans, tennis, skak, fritidsklub) • Har du hobbys, som du laver i din fritid? (Spille computer, strikke, tegne, se film osv.)
	<i>Vigtigt i forhold til at fastslå social status</i>	• Ses du med nogle jævnaldrende? (Klassekammerater, barndomsvenner, fritidsinteresse-kammerater, familie-venner) • Har du et arbejde? (Til pige på 17)
	<i>Baggrundsinformation/kontekst for hverdagslivet.</i>	• Hvilke behandling modtager/har du modtaget du? Hvor og hvor ofte? Fys, psykolog, ridefys osv.

		• Kan du fortælle mig forskellen mellem at gå til ridefys og gå til rideterapi? Kan du mærke forskel? • Har du nogen fremtidsdrømme? (kan enten være om 1 år eller 20 år)
<u>Overgangsspørgsmål</u>	<i>Spørgsmålet skal spore deltageren ind på at snakke om rideterapi og hendes lidelse</i>	• Fortæl mig om rideterapi hvad er det for dig? du har taget billeder med, kan du fortælle os om dem? • Hvordan hørte du om rideterapi? Hvad tænkte du om det? • Hvad tænkte du om rideterapi inden du startede? • Hvor længe har du gået til rideterapi? • Hvad gør rideterapi for dig? Hvad betyder det for dig? Gør det dig glad? Gør det dig trist? Hvor vigtigt er rideterapi for dig fra 01-10? Hvis du har haft en dårlig dag, bliver den så bedre eller dårligere, når du kommer herud? • Hvor ofte går du til rideterapi om ugen? hvor længe varer en ridetime? • Kender du andre der går til rideterapi? her eller andre steder? • Fortæl mig om hvordan det er at få en diagnose Hvad tænkte du? Hvordan? Hos læge, kontakt

		med psykiatri, hvordan foregik dette? • Kan du fortælle lidt om din diagnose? (Individuelt, vi kender den ikke)
Hovedspørgsmål Vigtige spørgsmål Selve spørgsmålene	-	• Hvad føler du/kan du mærke, at du har svært ved i din hverdag? Hvis ja hvilke: I skole, hjemme, blandt mange, andet?
	<i>Spørgsmålet skal afklare, hvor længe informanten har været synlig sårbar.</i>	• Hvor længe har du haft det svært? • Hvornår startede det?
	<i>Spørgsmålet skal spore os ind på, hvor meget problemet fylder i informantens hverdag.</i>	• Har du nogle hjælpemidler derhjemme/der hvor du bor?
	<i>Skabe forståelse for rideterapis indflydelse</i>	• Hvad kan du godt lide ved rideterapi? • Glæder du dig til rideterapi?
	<i>Med spørgsmålet søger vi forståelse for rideterapi og sammenhængen mellem rideterapi og livskvalitet</i>	• Hvordan har du det inden du skal op på hesten? • Hvad føler du rideterapi gør af forskel hos dig? Kan du mærke ændringer efter rideterapi, hvis ja hvilke? • Hvordan har du det efter du har været til rideterapi? Er det det samme som inden eller hvad føler du? Føler du dig bedre, hvordan bedre? • Hvor kan du bedst lide at ride? Inde, ude, skov, ridebanen, Hvorfor? • Oplever du udfordringer i din

		dagligdag, som rideterapien har hjulpet dig med?
<u>Afsluttede spørgsmål</u>	<i>Søger at afslutte interview på en god måde, uden at informanten har uopklaret eller negative tanker efterfølgende.</i>	• Nu har du fortalt mig om dine tanker og oplevelser i forhold til rideterapi, er der andre ting vi skal snakke om som du synes er relevant?

10.6 Bilag 6: Samtykkeerklæring

D. 1/11-2019

Samtykkeerklæring



Erklæring til projektdeltager

Jeg bekræfter hermed at have modtaget informationsbrev indeholdende oplysninger vedr. projektet. Jeg giver tilladelse til at bruge materiale fra interviewet i projektet. Jeg er informeret om, at jeg til enhver tid, kan trække min deltagelse og mit interview tilbage. Jeg giver samtykke til at deltage i bachelorprojektet og får kopi af dette samtykkeark.

Værge til projektdeltager

Dato

Erklæring fra projektansvarlig

Jeg erklærer, at projektdeltageren har modtaget mundtlig og skriftlig information omkring undersøgelsen og har haft mulighed for at stille spørgsmål. Projektdeltageren er informeret om deres ret til at trække samtykket tilbage. Projektdeltageren er informeret om at lydoptagelse af interviewet vil blive destrueret efter projektets afslutning.

Projektansvarlig 1

Dato

Projektansvarlig 2

Dato

10.7 Bilag 7: Informationsbrev

D. 1/11-2019



Informationsbrev

Kære projektdeltager og forældre,

Tak fordi du vil deltage som projektdeltager i vores bachelorprojekt.

Vi vil gerne fortælle lidt om hvad projektet går ud på samt praktisk information vedrørende interviewet.

Lidt om os:

Vi er 2 piger på henholdsvis 23 og 24 år, som læser til ergoterapeut på Professionshøjskolen Absalon i Næstved. Helt kort arbejder en ergoterapeut med at muliggøre deltagelse i meningsfulde aktiviteter hos personer, der oplever at have svært ved at deltage i hverdagens aktiviteter.

Vi er i øjeblikket i gang med vores afsluttende bachelorprojekt, der omhandler hvordan sårbare børn og unge oplever deltagelsen i rideterapi som aktivitet og hvilken betydning det har for dem. Vi håber at projektet vil hjælpe med at sætte fokus på virkningen af rideterapi og dermed kunne hjælpe andre børn og unge, som har det svært i hverdagen.

Vi vil i den forbindelse gerne lave en kvalitativ undersøgelse, hvor vi vil interviewe 2 piger, som går til rideterapi, for at blive klogere på, hvad rideterapi netop gør for den enkelte.

Problemformulering:

Hvordan oplever unge sårbare piger deltagelsen i rideterapi, herunder hvordan det påvirker deres dagligdag og livskvalitet?

Selve interviewet:

Interviewet er individuelt og vil blive afholdt på Egelyst Rideterapi, hvor vi, du og evt. forældre vil være til stede.

Interviewet vil vare ca. 1 time og vil blive lydoptaget, så vi bedre kan huske, hvad der bliver fortalt. Lydoptagelsen vil kun blive aflyttet af os og vil efter projektets afslutning blive slettet.

D. 1/11-2019

Forberedelse til interview:

Hvis du har lyst må du gerne medbringe 1-3 billeder af ting der gør dig glad i forbindelse med ridning/rideterapi.

Efter interviewet:

Din deltagelse er frivillig og du kan til enhver tid trække dit samtykke tilbage uden begrundelse og uden konsekvenser.

Du er velkommen til at medbringe dine forældre til interviewet, hvis du har lyst til dette.

Vi arbejder anonymt, så ingen vil kende til stedet eller dig, og dine udtalelser vil opbevares fortroligt, og benyttes kun af os.

Efter et interview er det muligt, at man føler træthed, da det kræver fokus og koncentration at indgå i et interview.

Vi sikrer fortrolighed ved at holde lydoptagelsen på et USB-stik, så der ikke er nogle, der kommer til at høre lydoptagelsen.

Hvis du vil høre mere er du eller dine forældre velkommen til at kontakte os på:

E-mail en16s026@edu.pha.dk eller på tlf. 26843806.

Vi ser frem til at møde dig!

Med venlig hilsen

Julie Møllegård Hansen & Annika Lilli Groes Pedersen

10.8 Bilag 8: Analyseproces

Fase 1: Gennemlæsning af transskriptioner for dannelsen af helhedsopfattelse

K: Ja. Jeg føler bare, at rideterapien er et frirum for mig. Hestene forstår mig på en anden måde end en psykolog. Psykologen kender mig ik' [...] T. og hestene hjælper mig med, at få tankerne hen på noget andet og sådan noget.

A: Okay, hvad føler du rideterapi gør sådan helt generelt ved dig?

K: Jeg føler rideterapi gør mig glad. Jeg føler mig brugt på en god måde ift. hvis jeg bare ligger inde i min seng hele dagen ik'? Træt og brugt på en god måde, efter at have været herude.

A: Ja okay, så efter en ridetime herude, hvad føler du indeni efterfølgende? Kan du fortælle mig lidt om det?

K: (Griner)

A: Sådan følelsen [...] Det kan være svært, ja [...]

K: Det er jo lidt forskelligt, nu har jeg jo været her i så mange år, [...] det ved jeg sgu ikke (griner)

A: Næh, men hvis du kan huske en eller anden episode. Hvordan følte du i kroppen da [...]

K: Jamen måske hvis jeg har haft en dårlig dag [...] Der sker noget [...] Mit humør ændres når jeg kommer herud. Altså det er meget med min angst jo. Bagefter [...] efter ridning herude. Jeg kan pludselig have ro på ik'? Lige nu har jeg det heller ikke så godt, men altså så nu glæder jeg mig bare til jeg skal ud og ride, forstår du?

Fase 2: Markering af naturlige meningsbærende enheder uden kodning

K: Ja. Jeg føler bare, at rideterapien er et frirum for mig. Hestene forstår mig på en anden måde end en psykolog. Psykologen kender mig ik' [...] T. og hestene hjælper mig med, at få tankerne hen på noget andet og sådan noget.

A: Okay, hvad føler du rideterapi gør sådan helt generelt ved dig?

K: Jeg føler rideterapi gør mig glad. Jeg føler mig brugt på en god måde ift. hvis jeg bare ligger inde i min seng hele dagen ik'? Træt og brugt på en god måde, efter at have været herude.

A: Ja okay, så efter en ridetime herude, hvad føler du indeni efterfølgende? Kan du fortælle mig lidt om det?

K: (Griner)

A: Sådan følelsen [...] Det kan være svært, ja [...]

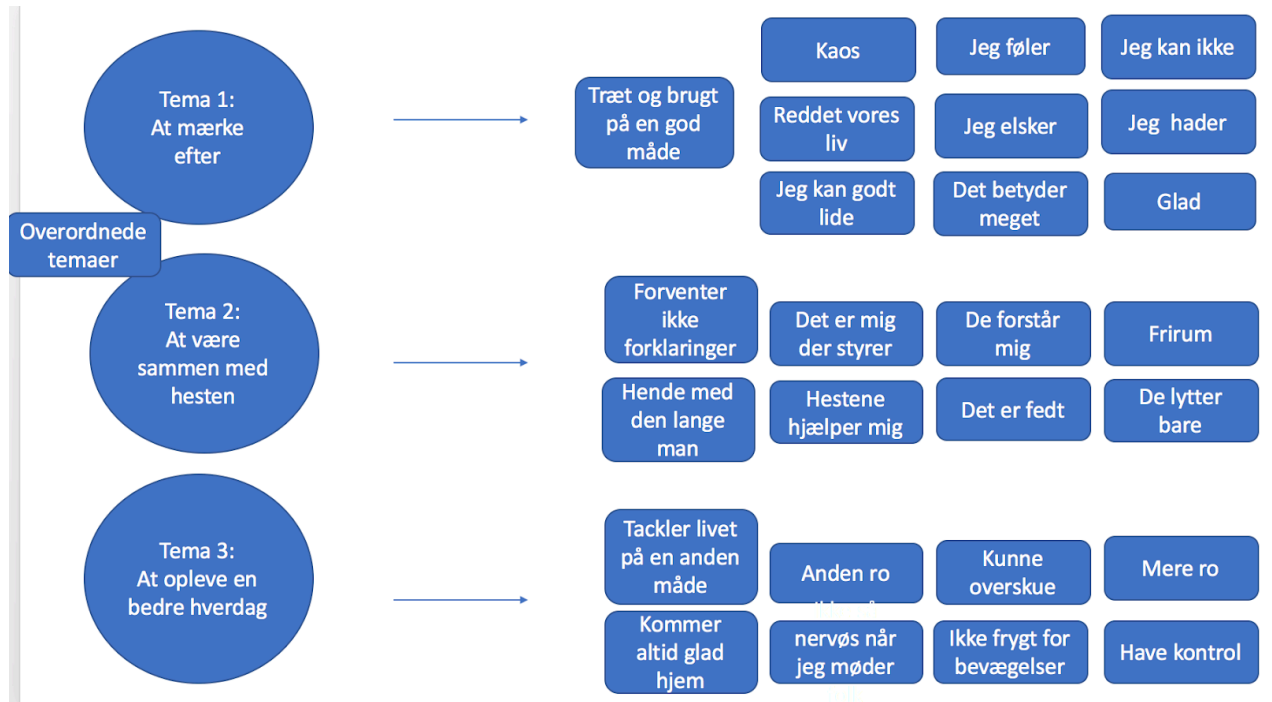
K: Det er jo lidt forskelligt, nu har jeg jo været her i så mange år, [...] det ved jeg sgu ikke (griner)

A: Næh, men hvis du kan huske en eller anden episode. Hvordan følte du i kroppen da [...]

K: Jamen måske hvis jeg har haft en dårlig dag [...] Der sker noget [...] Mit humør ændres når jeg kommer herud. Altså det er meget med min angst jo. Bagefter [...] efter ridning herude. Jeg kan pludselig have ro på ik'? Lige nu har jeg det heller ikke så godt, men altså så nu glæder jeg mig bare til jeg skal ud og ride, forstår du?

A: Ja, det giver mening. Kan du mærke forskel på den ridning du normalt går til og så her i rideterapien?

Ekstra fase: Kategorisering af overordnede temaer



Fase 3: Meningsbærende enheder sat op om fænomenet



Fase 4: Sammenskrivning af prosetekst

Især to af de tre deltagere beskriver, at de føler hestene forstår dem. Sofie fortæller:

"Ja. Altså, de lytter bare. Eller sådan. De forventer ikke lange forklaringer eller [...] Det er nok de kigger på mig. Jeg føler de forstår. Bedre end mange andre."

Karoline fortæller ligeledes at:

"Ja. Jeg føler bare, at rideterapien er et frirum for mig. Hestene forstår mig på en anden måde end en psykolog. Psykologen kender mig ik' [...] T. og hestene hjælper mig med, at få tankerne hen på noget andet og sådan noget."

Her beskriver pigerne at de i samværet med hestene opnår af forståelse, som de ikke synes at kunne opnå på samme måde hos mennesker, fordi det kan være svært at komme med forklaringer. Her lytter hestene, og det tyder på det hjælper dem.

10.9 Bilag 9: Udkast af transskriptioner

Transskription af interview med Emma

E: Om torsdagen, fordi der er meget larm ude på min skole, så synes jeg der er meget mere ro om fredagen i skolen, fordi jeg så har været herude om torsdagen.

Mor: Det er noget af det du godt kan lide ved det ik' E.?

E: Jo. Og så kan jeg godt lide hende der træner mig. Jeg kan finde ud af flere ting herude.

A: Skønt. Kan i komme på andre ting?

Mor: Altså det vi kan se som forældre... Altså T. har faktisk prøvet at udarbejde en rapport, fordi vi ville prøve at se om ikke det kunne lade sig gøre og få rideterapi godkendt. Man kan få hjælp til almindelig ridning, men ikke rideterapi. [...] Og der har hun prøvet og lave en rapport og den må i altså godt se for vores skyld hvis det er. Fordi hun kan jo sådan se de der faglige ting, som i nok også kan eller hvad man kan sige ik'? Det vi i hvert fald kan se, det er at E. er topglad og glæder sig til at komme herud og du vil helst have alle dage er torsdag, så du kan ride ik' E? Der er aldrig en pjækkedag – hverken fra skole eller noget andet, fordi du skal til ridning. Og så kan jeg jo også bare se i forhold til balance, altså jeg kan jo bare se de der muskler bliver brugt, ik'? Og du er også træt når du kommer hjem ik' E.?

E: Jo, meget, altså i starten, når der kom en hund eller kat eller noget løbende imod mig, så blev jeg sådan [...] simpelthen [...] altså, det der med at overskue, at der kommer den, men hvad vil den [...] [overlappende tale]

Mor: Ja. Der er en helt helt anden ro nu også i forhold til, hvis hesten bevæger mulen og sådan noget, der er du helt stille E.

E: Det er mig der har taget over på hesten, ja.

A: Fedt. Man kan også bare se når man nævner heste, ridning og T., du er jo et stort smil E.

E: Ja, jeg er meget meget glad for det. (smiler)

Transskription af interview med Sofie

S: Og så det der med øjen tingen. Ja altså øjen [...] altså samsyn er jo meget altså [...] når du har samsynsproblemer, så er det jo også balance, så det alt muligt med [...] Hvor hestene går ind og gør rigtig meget for selve kroppen agtig.

A: Ja, okay. Kan du fortælle lidt mere om det? [overlappende tale]

Mor: Så har der også været en del mobning på skolen, det eneste jeg [...] jeg har været klar til at flytte S. igen [...] dengang der var meget mobning. Men der havde jeg jo T. som sparringspartner. Og S. var hernede og i takt med, hvordan du takler hest og hvordan hestene [...] hvordan du kigger ud på flokkene og alt det som T. har synliggjort via inddragelse af hestene [...] det har jo gjort at S. hun føler sig hørt og forstået og inddraget. Hun tager glad i skole, kommer glad hjem, altsååå [...] tackler livet på en anden måde.

S: Der er også [...] når vi kigger [...] nogle gange kigger vi ud på hesteflokken og så beder hun mig om, at se hvordan hestene sådan er overfor hinanden og sådan noget, og så spørger hun mig så bagefter om der er noget af det jeg ser som minder om min skole. Og det er der **rigtig** tit noget med, især sådan hvis hestene de er sure på hinanden eller sådan noget, men hurtigt glemmer det igen. Fordi [...] Altså på min skole har jeg følt mig mobbet hvor de siger grimme ting og er sure [...] Men herude ser jeg tit hvordan hestene bare glemmer det igen agtigt. Den hest der var tarvelig er faktisk den de andre går væk fra. Og sådan er jeg begyndt at gøre i skolen [overlappende tale]

Transskription af interview med Karoline

A: Okay. Har du kunnet mærke forskel på den hjælp du fik i forbindelse med psykolog og så den hjælp du modtager i forbindelse med rideterapi?

K: Ja. Jeg føler bare, at rideterapien er et frirum for mig. Hestene forstår mig på en anden måde end en psykolog. Psykologen kender mig ik' [...] T. og hestene hjælper mig med, at få tankerne hen på noget andet og sådan noget.

A: Okay, hvad føler du rideterapi gør sådan helt generelt ved dig?

K: Jeg føler rideterapi gør mig glad. Jeg føler mig brugt på en god måde ift. hvis jeg bare ligger inde i min seng hele dagen ik'? Træt og brugt på en god måde, efter at have været herude.

A: Ja okay, så efter en ridetime herude, hvad føler du indeni efterfølgende? Kan du fortælle mig lidt om det?

K: (Griner)

A: Sådan følelsen [...] Det kan være svært, ja [...]

K: Det er jo lidt forskelligt, nu har jeg jo været her i så mange år, [...] det ved jeg sgu ikke (griner)

A: Næh, men hvis du kan huske en eller anden episode. Hvordan følte du i kroppen da [...]

K: Jamen måske hvis jeg har haft en dårlig dag [...] Der sker noget [...] Mit humør ændres når jeg kommer herud. Altså det er meget med min angst jo. Bagefter [...] efter ridning herude. Jeg kan pludselig have ro på ik'? Lige nu har jeg det heller ikke så godt, men altså så nu glæder jeg mig bare til jeg skal ud og ride, forstår du?

A: Ja, det giver mening. Kan du mærke forskel på den ridning du normalt går til og så her i rideterapien?

K: **Ja bestemt**, her er det ikke så fysisk hårdt, som derude vel. Nu rider jeg jo på konkurrenceplan agtig, hvis man kan sige det sådan ik'?