

Christine Thrana & Victoria Bjartan

# Hesteassisterte intervensjoner og hverdagsliv for personer med ROP-lidelse

Horseassisted intervention and everyday life for people with drug abuse and mental illness

Bacheloroppgave i Ergoterapi

Veileder: Tove Carstensen

Mai 2023



Christine Thrana & Victoria Bjartan

# **Hesteassisterte intervensjoner og hverdagsliv for personer med ROP- lidelse**

Horseassisted intervention and everyday life for  
people with drug abuse and mental illness

Bacheloroppgave i Ergoterapi  
Veileder: Tove Carstensen  
Mai 2023

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet  
Fakultet for medisin og helsevitenskap  
Institutt for nevromedisin og bevegelsesvitenskap



Kunnskap for en bedre verden



Fakultet for medisin- og helsevitenskap  
Institutt for nevromedisin og bevegelsesvitenskap

**ETT2900 Bacheloroppgave i ergoterapi**

# **Hesteassisterte intervensjoner og hverdagsliv for personer med ROP-lidelse**

Horseassisted intervention and everydaylife for people with drug  
abuse and mental illness

**Navn: Christine Thrana & Victoria Bjartan**

**Kull:** PET 2020

**Antall ord:** 8744

**Annen informasjon:**

NTNU har intet ansvar for synspunkter eller innhold i oppgaven.  
Framstillingen står utelukkende for studentens regning og ansvar.

## **Abstrakt/sammendrag**

**Hensikt:** Hensikten med denne bacheloroppgaven er å se på sammenhengen mellom hesteassisterte intervensjoner og deltagelse i hverdagslivet for personer med ROP-lidelser.

**Metode:** Vi har valgt å benytte kvalitativ tilnærming ved bruk av intervju. Oppgaven følger en IMRoD-struktur.

**Resultatet** er et analysert produkt av datamaterialet innhentet gjennom intervju med tre informanter som jobber med hesteassisterte intervensjoner og personer med ROP-lidelser. Resultatene viser at deltagelse i hesteassisterte intervensjoner kan føre til utvikling av sosiale ferdigheter og relasjoner med andre deltakere, hester og terapeuter. Deltagelse i Intervensjonen gir rom for refleksjon knyttet til følelser og atferdsmønstre, og fremstår fremmede for utvikling av ulike mestringsstrategier. Mestringstro og identitet er viktige faktorer under intervensjonene. Det er lite sykdomsfokus og deltakernes ressurser vektlegges. Intervensjonen bidrar også til å skape en opplevelse av tilhørighet gjennom et felles engasjement med andre deltakere.

**Konklusjon:** Gjennom deltagelse i hesteassisterte intervensjoner kan deltakere med ROP-lidelser oppleve at dette har en betydning for hverdagslivet ved at de får en arena de kan utvikle ulike ferdigheter som er sentrale i et hverdagsliv. Dette er ferdigheter som kan tenkes å ha en overføringsverdi til andre situasjoner og arenaer i hverdagslivet.

**Nøkkelord:** Hesteassisterte intervensjoner & ROP-lidelser, hverdagsliv, hesten som brobygger, mestringsstrategier, sosial tilhørighet.

## **Forord**

Takk!

Først og fremst ønsker vi å takke informantene våre som har stilt opp til intervju. Uten dere hadde ikke denne bacheloroppgaven vært mulig. Takk for at dere har gitt av tiden deres. Takk for åpenheten, tankene og historiene dere har delt med oss.

Takk til vår veileder Tove for motivasjon underveis i prosessen. Tusen takk for gode råd og hjelpsomme tilbakemeldinger hele veien.

# Innholdsfortegnelse

<b>1.0. Introduksjon</b> .....	<b>5</b>
1.1 Målgruppe og samfunnsaktualitet .....	5
1.2 Nåværende kunnskapsstatus og tidligere forskning .....	6
1.3 Problemstilling .....	7
1.4 Begrunnelse og bakgrunn for valg av tema .....	7
1.5 Begrepsavklaring.....	8
1.6 Oppgavens struktur.....	9
<b>2.0. Aktivitetsperspektiv</b> .....	<b>9</b>
2.1. Doing - being - becoming and belonging .....	10
<b>3.0 Metode</b> .....	<b>11</b>
3.1. Metodebeskrivelse .....	12
3.2. Informanter .....	12
3.3. Forskningsintervjuet.....	13
3.4. Innholdsanalyse.....	15
3.5. Ordsky .....	16
<b>4.0 Resultat</b> .....	<b>16</b>
4.1. Resultattabell .....	17
4.2 Hesten som brobygger .....	18
4.3 Mestringsstrategier.....	19
4.4 Sosial tilhørighet .....	20
<b>5.0. Diskusjon</b> .....	<b>21</b>
5.1 Diskusjon av funn og resultat .....	21
Hesten som brobygger .....	21
Mestringsstrategier.....	22
Sosial tilhørighet .....	23
5.2. Metodediskusjon .....	24
5.3 Relevans for ergoterapifaget .....	25
<b>6.0 Oppsummering</b> .....	<b>26</b>
<b>Litteraturliste</b> .....	<b>28</b>
<b>Vedleggsliste</b> .....	<b>30</b>



## 1.0. Introduksjon

Dette er en bacheloroppgave i ergoterapi som omhandler mennesker med samtidig rus og psykisk lidelse (ROP) og hesteassisterte intervensjoner. Ergoterapi handler om å muliggjøre aktivitet og deltagelse i hverdagen, og i samfunnet med den hensikt å øke mulighetene for et aktivt og selvstendig liv (Peoples et al, 2019, s. 25). I denne oppgaven ønsker vi å undersøke hvordan deltagelse i hesteassisterte intervensjoner kan ha betydning for hverdagslivet hos personer med ROP-lidelser.

### 1.1 Målgruppe og samfunnsaktualitet

Ifølge Helsenorge er både narkotika og psykiske lidelser et økende folkehelseproblem, og regnes som en av de ti store folkehelseutfordringene Norge står overfor (Folkehelseinstituttet, 2018). Både rus og psykiske lidelser kan skape utfordringer i livet for den det gjelder på flere områder. Blant annet er dette en gruppe som kan ha utfordringer knyttet til relasjoner med andre, arbeid, utdanning og fritidsaktiviteter (Nasjonalt kompetansesenter for samtidig rus og psykisk lidelse, 2022).

Helsedirektoratet har utviklet *Nasjonal faglig retningslinje for utredning, behandling og oppfølging av personer med samtidig rus og psykisk lidelse - ROP lidelser* (Helsedirektoratet, 2022). I denne veilederen finner vi anbefalinger til utredning, behandling og oppfølging både for personer med ROP lidelser, og tjenesteytere som er i kontakt med dem (Helsedirektoratet, 2022). I veilederen beskrives flere ulike oppfølgings tiltak for personer med ROP-lidelser. Eksempler på dette er opplæring og utdanning, aktivitetstiltak, økonomisk hjelp, arbeid, bolig, fritid og å arbeide systematisk med nettverk og ressurser (Helsedirektoratet, 2022, s. 58).

Veilederen har delt anbefalingene inn i tre kategorier og dette innebærer tiltak som fokuserer på organiseringen av behandlingen, psykoterapeutiske behandlingstiltak og sosialrettede oppfølgings tiltak (Helsedirektoratet, 2022, s. 58).

Personer med ROP lidelser har ofte lite kontakt med rusfrie miljøer og egen familie. For denne gruppen anses nettverk og støttepersoner som viktig, da dette kan bidra til muligheter for mestring, og å bevisstgjøre pasientens på egne ressurser og det som finnes i nærmiljøet (Helsedirektoratet, 2022, s.52).

Helsedirektoratets veileder inneholder ingen spesifikke beskrivelser eller anbefalinger om hesteassisterte intervensjoner, men likevel kan vi velge å se slike aktiviteter i sammenheng med både psykoterapeutiske behandlingstiltak og sosial rettede oppfølgings tiltak. Blant annet peker veilederen på at arbeid og/eller aktivitet bidrar til å skape struktur i hverdagen, og at det her er viktig å ta

utgangspunkt i den enkeltes ønsker og forutsetninger. Det bør her legges opp til aktiviteter som deltakeren kan mestre (Helsedirektoratet, 2022, s. 64). I tillegg står det også skrevet hvordan aktivitet kan bidra til å erstatte noe av tomrommet etter bruken av rusmidler, og at deltagelse i organisert fysisk aktivitet, trening og idrett kan være med på å etablere sosiale nettverk utenfor de etablerte rusmiljøene (Helsedirektoratet, 2022, s. 65). Dette er kunnskap vi tar med oss videre når vi skal undersøke hvordan hesteassisterte intervensjoner kan ha en betydning for hverdagslivet til denne brukergruppen.

## 1.2. Nåværende kunnskapsstatus og tidligere forskning

I regjeringens veileder *Hesten som ressurs* beskrives hesteassistert aktivitet som en form for behandling, der aktivitetene kan gi mulighet for utvikling, læring, rekreasjon, rehabilitering og forebygging av atferdsproblemer. Fokuset ligger ikke på behandling, men på selve aktiviteten, og hvordan dette kan ha en positiv effekt på helse og personlig utvikling. I denne veilederen står det at hesten har blitt en viktig samarbeidspartner i arbeid med bedring av psykisk helse, tilrettelegging av mestringsopplevelser, og endring av atferdsmønstre (Regjeringen, 2018, s. 68). Hesten er et flokkdyr og et sosialt individ som kommuniserer via kroppsspråk, og har et bredt repertoar av signaler og kroppsholdninger som danner grunnlaget for kommunikasjon (Regjeringen, 2018, s.12). Hesten reagerer direkte på kroppsspråk hos mennesket, og beskrives derfor som en god læremester når det kommer til endring av atferdsmønstre og god kommunikasjon. Den nonverbale kommunikasjonen anses som en av styrkene til hesten som gjør den egnet til å være en god samfunnsaktør i relasjonsbygging mellom mennesker (Regjeringen, 2018, s. 14).

Dyreassisterte aktiviteter eller intervensjoner blir ofte sett i sammenheng med begrepet *grønn omsorg*. Dette begrepet er en samlebetegnelse på virksomheter som innebærer bruk av dyr og natur bevisst i forbindelse med omsorg, støtte, behandling og rehabilitering av mennesker med ulike type lidelser og hindringer i sitt dagligliv (Krogstad et al., 2012, s. 5). I Norge forbindes grønn omsorg gjerne med konseptet *inn på tunet*. Inn på tunet handler om å bruke dyr og natur for å hjelpe og rehabilitere mennesker i en vanskelig livssituasjon, der arbeid på gården gir en mer meningsfull hverdag og bidrar til å øke livskvaliteten hos brukerne. Inn på tunet tilbyr tjenester for brukere av psykisk helsevern, rusomsorg, kriminalomsorg og andre som kan ha nytte av omsorgsopplegg tilknyttet gården (Innpåtunet, u.å.).

Antrozoologi blir beskrevet som et tverrvitenskapelig fagfelt der man kombinerer kunnskap fra fagdisipliner som etologi, medisin, psykologi, veterinærmedisin og zoologi, og studerer alle sider ved samspillet mellom dyr og menneske (Berget et al, 2018, s. 15). Det eksisterer ikke mye evidensbasert

forskning innen feltet dyr og hesteassisterte intervensjoner. Bente Berget er en kjent norsk forsker innen fagfeltet *Antrozologi* og har utført flere studier innen dette. En randomisert kontrollert studie fra 2008 viste at arbeid med husdyr bedret menneskets mestringsevne, mestringstro, dempet symptomer og ga livskvalitet for deltagere diagnostisert med schizofreni, angst og personlighetsforstyrrelser (Fieldhouse & Sempik, 2014, s. 312).

Ann-Kern Godal, en tidligere forsker innen hesteassistert terapi, har også utført flere studier om hest-menneske relasjon. Studien *Mer enn en pause fra behandling: Hvordan rusmiddelbruk pasienter opplever stallmiljøet i hesteassistert terapi* fra 2016 ble gjennomført for å få en bedre forståelse, og utforske hvordan pasienter opplever hesteassistert terapi som et supplement i ordinær behandling for ruslidelser. Resultat fra denne studien viser at deltakerne opplevde hesteassistert terapi som en pause fra ordinær behandling, og at stallen fungerte som et stabilt miljø. I tillegg var det særlig fire sammenhengende aspekter som kom tydelig fram ved å være i dette miljøet. Og dette var endring av fokus, aktivitet, identitet og motivasjon (Kern-Godal et al., 2016).

### 1.3 Problemstilling

Personer med ROP-lidelser anbefales å komme i en form for aktivitet eller gjenoppta tidligere aktiviteter, da dette er viktig for å skape struktur i hverdagen (Helsedirektoratet, 2022, s. 64). Ergoterapeuter kan bidra til deltakelse og inkludering med sin kompetanse om samspillet mellom person, aktivitet og omgivelser (Tande Bjerkaas, 2019). I tillegg jobber ergoterapeuter for å gjøre hverdagslivet mulig, slik at alle mennesker skal kunne leve aktive liv og delta i samfunnet (ergoterapeutene, u.å). Som tidligere nevnt eksisterer det lite evidensbasert forskning på hesteassisterte intervensjoner, men det er gjennomført ulike studier som viser at hesteassisterte intervensjoner kan ha en positiv helsegevinst for mennesker med rus og/eller psykiske lidelser. Det vi enda vet lite om er hvordan terapeuter som jobber innenfor dette fagfeltet opplever at hesteassisterte intervensjoner påvirker deltagelse i hverdagslivet for personer med samtidig rus og psykisk lidelse. Dette har derfor ført oss til følgende problemstilling:

***“På hvilken måte opplever terapeuter som jobber med hesteassisterte intervensjoner at aktiviteter med hest har betydning for deltagelse i hverdagslivet for personer med ROP-lidelser?”***

### 1.4. Begrunnelse og bakgrunn for valg av tema

Gjennom ergoterapistudiet har vi blitt presentert for temaet psykisk helse, og dette vekket en interesse og engasjement for dette fagfeltet. Vi har begge livslang erfaring med dyr, og dette utgjør

en naturlig del av vår egen hverdag. Vi har begge egne erfaringer om hvordan det oppleves meningsfullt å gi, og motta omsorg tilbake fra dyr. Og vi opplever at det er mye mestring og økt selvfølelse knyttet til aktiviteter med dyr. I tillegg til å dele en grunnleggende felles forståelse for aktiviteter og samvær med dyr har vi også en antagelse om hvordan aktiviteter med dyr, og da spesielt hest kan ha en positiv betydning for alle, men særlig mennesker med psykiske lidelser. Dette på bakgrunn av hestens særegne kommunikasjonsegenskaper som tidligere beskrevet. Valget om ROP-lidelser som målgruppe bunner ut i en interesse for denne sammensatte lidelsen, og det faktum at både psykiske lidelser og narkotikabruk er en av de store folkehelseutfordringer samfunnet vårt står overfor. Gjennom egne erfaringer, praksis og nylig tilegnet kunnskap vet vi at personer med ROP-lidelse er en gruppe som ofte har nedsatt livskvalitet, sliter med sosiale relasjoner og kan oppleve mangel på tilhørighet i samfunnet (Nasjonalt kompetansesenter for samtidig rus og psykisk lidelse, 2022). Dette er faktorer og en tematikk som står sentralt for ergoterapeutens interesse og kompetansefelt. Derfor ønsket vi å undersøke hvordan hesteassisterte intervensjoner kan ha en betydning i hverdagslivet for personer med ROP-lidelser, og dermed også få lære mer om hvilken betydning dette kan ha for fremtidig yrkesutøvelse som ergoterapeut.

### 1.5. Begrepsavklaring

For å klargjøre noen av begrepene som benyttes i besvarelsen har vi valgt å gi en forklaring på disse.

*Samtidig rus og psykisk lidelse (ROP)* innebærer at man har en psykisk lidelse samtidig med en ruslidelse (Nasjonalt kompetansesenter for samtidig rus og psykiske lidelser, 2022).

*Dyreassisterte intervensjoner (DAI)* defineres som målrettede og strukturerte intervensjoner som bevisst inkluderer dyr i helse, undervisning og omsorgstjenester med det formål om terapeutisk utbytte for mennesker. Dyreassisterte intervensjoner benyttes som et paraplybegrep med flere ulike tilnærminger som omhandler dyr-menneske interaksjoner (Pedersen et al, 2019, s. 23).

*Hesteassisterte intervensjoner (HAI)* er en underkategori av dyreassisterte intervensjoner, som innebærer målrettede og strukturerte intervensjoner som bevisst inkluderer hest i helse, undervisning og omsorgstjenester med det formål om terapeutisk utbytte for mennesker (Pedersen et al, 2019, s. 23).

*Hverdagsliv* handler om den enkeltes livsverden, det livet vi lever i dag sammen med andre mennesker. Hverdagslivet utspilles i hjemmet og i nærmiljøet, og kan inkludere skole, arbeid og

fritidsarenaer. Hverdagslivet presenterer også de dagligdagse, ordinære og gjentakende hverdagsaktivitetene. Hverdagslivet skjer på mange ulike arenaer og inneholder ulike faktorer og relasjoner (Ness, 2016, s. 33-34).

## 1.6. Oppgavens struktur.

Oppgaven følger en IMRoD-struktur. Det vil si introduksjon, metode, resultater og diskusjon (Søk & skriv, 2023). Innledningsvis har vi presentert samfunnsaktualiteten og tidligere forskning knyttet til temaet hesteassisterte intervensjoner og ROP lidelser. Samt gitt begrunnelse for valg av tema og presentert vår problemstilling *“På hvilken måte opplever terapeuter som jobber med hesteassisterte intervensjoner at aktiviteter med hest har betydning for deltagelse i hverdagslivet for personer med ROP-lidelser?”*. Videre har vi presentert begrepene ROP, DAI, HAI og hverdagsliv, for å tydeliggjøre begrep som er sentrale for vår problemstilling. Videre vil vi presentere valg av aktivitetsperspektivet *doing, being, becoming and belonging (DBBB)* (Wilcock & Hocking, 2015). Og deretter begrunne og beskrive valg av metode i et eget metodekapittel, der vi gjør rede for valg av en kvalitativ metode med intervju for å besvare vår problemstilling. Metodekapitlet vil også gjøre rede for fremgangsmåte i intervjuprosessen, og gi en beskrivelse av analysering av innsamlet datamateriale. Videre vil vi beskrive funn og resultater som er relevante for vår problemstilling i et eget resultatkapittel, før vi avslutningsvis drøfter resultatene i lys av bakgrunnskunnskap og valgt teoretisk aktivitetsperspektiv, for å skape sammenheng og besvare vår problemstilling. Her vil vi også diskutere gyldighet og pålitelighet for valgt metode, og se på hvilken relevans hesteassisterte intervensjoner har for ergoterapifaget.

## 2.0. Aktivitetsperspektiv

I dette kapitlet vil vi gjøre rede for valgt teoretisk aktivitetsperspektiv. Vårt teoretiske perspektiv i dette arbeidet er forankret i teorien til Wilcock (1999) som tar for seg dimensjonene *doing-being-becoming*. I denne besvarelse har også inkludert dimensjonen *belonging* som har blitt tilført noe senere. Her ønsker vi å gi en beskrivelse av de fire dimensjonene *doing, being, becoming and belonging (DBBB)* og gjøre rede for hva de ulike begrepene innebærer. Bakgrunn for valg av aktivitetsperspektiv handler om at vi ønsker en større forståelse, og å se sammenhengen mellom deltagelse i HAI og hverdagslivet hos personer med ROP-lidelser. Vi håper *DBBB* kan bidra til å belyse denne sammenhengen, og her ønsker vi særlig å se hvordan det å delta i aktiviteter som innebærer bruk av hest kan ha en betydning for hvem man er, hva man kan oppnå, og hvilken betydning det har for mennesket i hverdagen. Wilcock referert i Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge (2017, s. 64) hevder det er en sammenheng mellom *doing, being, becoming and belonging*, og at dette har en betydning

for helsen vår. Dette mener vi er relevant for problemstillingen vår, da vi ønsker å forstå hvordan deltagelse i hesteassisterte intervensjoner kan ha en betydning for personer med ROP-lidelser i hverdagslivet.

### 2.1. Doing - being - becoming and belonging

Wilcock & Hocking referert i Pedersen (2019, s. 217) tar utgangspunkt i en antagelse om at menneskets liv er basert på muligheter for aktivitet og deltakelse i alle aktiviteter, og at disse aktivitetene finnes på mange ulike nivå som går fra de enkle basale behov som å spise og sove, til de mer selvrealiserende behov, som f.eks. arbeid og fritid.

Helse har tradisjonelt vært dominert av den medisinske forskningen, og med et ønske om å utrydde fysiske og psykiske sykdommer. Dette har påvirket oss, og begrenset hva vi vet om aktiviteters betydning for helse. Mangel på kunnskap om sammenhengen mellom aktivitet og helse skyldes ifølge Wilcock at hverdagslivets aktiviteter er så selvfølgelige, og at vi derfor har en tendens til å overse dem (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 62). Wilcock hevder at evidensen for at aktivitet henger sammen med helse finnes overalt omkring oss, men på grunn av at aktivitetsvitenskap er en tverrfaglig og tverrvitenskapelig disiplin kan flere av aktivitetenes sammenhenger til helse gjemme seg innenfor andre fagdisipliner som man kanskje ikke søker kunnskap innenfor. Wilcock mener den aktivitetsvitenskapelige tilgangen til helse er holistisk og ser på helse fra både en fysisk, mental og sosial dimensjon. Og i følge Wilcock referert i Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge (2017, s. 62) vil denne holistiske tilgangen kun sikres dersom vi interesserer oss for menneskers *doing, being, becoming and belonging*.

Begrepene *doing, being, becoming and belonging* blir beskrevet av Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge (2017, s. 63) på følgende måte:

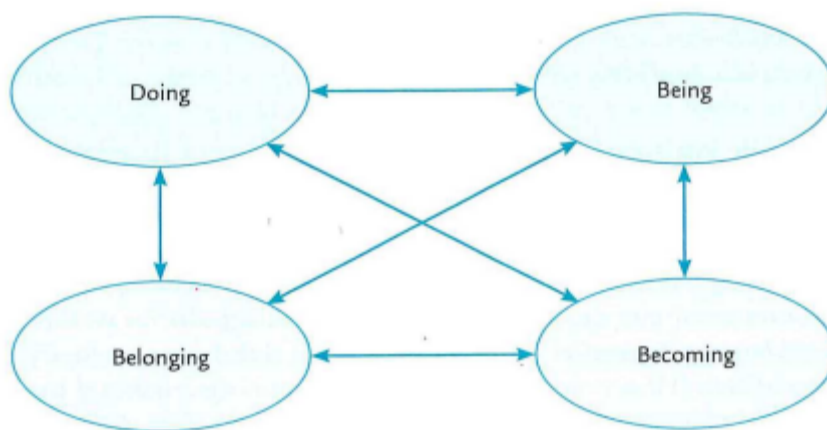
*Doing* blir ofte brukt synonymt med meningsfulle aktiviteter og innebærer sosial interaksjon, sosial utvikling og muligheter for personlig utvikling og tilfredsstillelse. *Doing* eller *not doing* er en avgjørende faktor for helse, velvære og sykdom mener Wilcock. Og det er hva vi mennesker gjør som skaper et samfunn på godt og vondt, og helsen vår avhenger i stor grad av hva vi gjør. Noen av de faktorene som har betydning for den sosiale gradienten innen helse er betinget i hva vi mennesker gjør. Dette kan for eksempel handle om utdanning, arbeid og risikoatferd. Og ved å påvirke dette vil vi også kunne påvirke helsen vår mener Wilcock (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 63).

*Being* er et produkt av *doing*. Det handler om hva man får ut av å gjøre noe, meningen med livet og om menneskets eksistens. I sammenheng med helse handler dette i stor grad om livskvalitet eller velvære. Meningen med livet skapes gjennom menneskets aktiviteter, og den sosiale posisjonen er med på å avgjøre aktiviteter som gir tilfredsstillende (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s.63).

*Becoming* handler om forandring, potensial, utvikling og om å utnytte sine evner. Ergoterapeutiske intervensjoner handler ofte om å bistå mennesker med å utnytte sine evner og muligheter, slik at deres liv kan formes best mulig gjennom sine handlinger og det de er. Det er gjennom meningsfulle aktiviteter at mennesket kan oppnå størst mulig tilfredsstillende, samt utnytte sitt potensial best mulig (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 63).

*Belonging* handler om å sosialisere, dele verdier og være en del av en gruppe. Gjennom aktiviteter opprettholder vi vår tilhørighet i samfunnet, og interaksjonen mellom *doing* og *belonging* kan derfor ha en helsefremmende effekt (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 63).

De fire dimensjonene *doing*, *being*, *becoming* and *belonging* påvirker altså hverandre, og utgjør en gjensidig interaksjon (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 64).



(Figur 1. Doing, being, becoming and belonging. (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, 2017, s. 64)

### 3.0 Metode

I dette kapittelet vil vi beskrive fremgangsmåte og valgt metode for innsamling av datamaterialet til besvarelsen. Her redegjør vi for valg av metode, beskrivelse, strategier, utvalg og analyse.

### 3.1. Metodebeskrivelse

For å belyse hvordan hesteassisterte intervensjoner kan ha en betydning for hverdagslivet til mennesker med ROP-lidelser har vi valgt å benytte en kvalitativ tilnærming med intervju for å finne svar på vår problemstilling. Gjennom en kvalitativ tilnærming ønsker vi å fange inn og forstå sosiale relasjoner og mening bak folks handlinger og holdninger (Sverdrup, 2021, s. 58). Hesteassisterte intervensjoner for personer med ROP-lidelser er et smalt fagfelt, og det eksisterer lite forskningsbasert kunnskap om dette fenomenet. Derfor mener vi at intervju vil være nyttig for å få frem ulike forhold ved hesteassisterte intervensjoner som har vært lite studert tidligere. Det handler om å finne ut noe om forståelser og sammenhenger som ikke står beskrevet i annen forskning (Sverdrup, 2021, s. 59).

### 3.2. Informanter

For å finne svar på vår problemstilling måtte vi snakke med terapeuter som ønsket å dele egne erfaringer og opplevelser knyttet til hesteassisterte intervensjoner og vår målgruppe. For å finne informanter startet vi med å skaffe oss oversikt over personer eller organisasjoner som var relevante å snakke med, i tillegg til å vurdere antall informanter som skulle inkluderes. Ifølge Jacobsen (2022, s. 204) kalles dette den *teoretiske populasjonen*. Med viten om at dette ikke er et stort fagfelt i Norge, hadde vi ingen ekskluderingskriterier i vårt søk. Vårt viktigste kriterium var at informantene vi skulle snakke med jobbet med hesteassisterte intervensjoner, og aktivt tilbyr dette for personer med ROP-lidelser. Ifølge Jacobsen (2022, s. 204) skal utvalget av respondenter vært tett knyttet til vår problemstilling, og utvalget i kvalitative metoder kalles derfor for *formålsoorientert*, der vi velger ut enheter vi tror kan gi oss den mest interessante informasjonen for å belyse vår problemstilling. Vi bestemte oss for at både private aktører og større organisasjoner/bedrifter var aktuelle å snakke med, da det likevel er terapeutenes selvopplevde erfaringer knyttet til vår problemstilling som står sentralt i oppgaven. Første steg for å finne informanter var med et enkelt google søk; *Hesteassisterte intervensjoner*. Dette søket ga oss 5180 treff på Google.no. Gjennom dette søket ble vi kjent med flere ulike organisasjoner og private aktører som tilbyr hesteassisterte intervensjoner i Norge. Videre gikk arbeidet ut på å sortere hvem av disse som i tillegg hadde erfaring med ROP-lidelser. Dette var en u-systematisk prosess hvor vi kontaktet mange samtidig via mail og telefon. Vi forventet å møte utfordringer med å finne riktige informanter innen avsatt tidsramme, og ønsket derfor å gå bredt ut for å finne dem. I tillegg til dette opprettet vi en delbar etterlysning i sosiale medier, og det var dette tiltaket som til slutt førte til kontakt med en relevant informant (se vedlegg 1). Vi foretok et fortløpende utvalg av personer vi mente hadde mye og god informasjon om vårt tema og målgruppe. Dette er personer som ikke representerer ROP-lidelser, men som har god kunnskap om denne brukergruppen og hesteassistert intervensjoner (Jacobsen, 2022, s. 196). Gjennom det første



intervjuet fikk vi ideer og tips til andre personer som kunne være aktuelle å snakke med, og gjennom neste informant fikk vi ytterligere tips. Dette er det Jacobsen (2022, s. 197) kaller for *snøballmetoden*.

For å finne ut hvor mange vi skulle intervjuer, satte vi et utgangs kriterium på tre til fire personer. Dette på grunn av tiden vi hadde til rådighet, omfanget av oppgaven, og at den kvalitative metoden handler om å gå i dybden på et mindre antall enheter for å frambringe kunnskap om meninger, fenomener og sammenhenger (Jacobsen, 2022, s. 205).

Etter gjennomføring av det tredje intervjuet opplevde vi at vi hadde fått mye av den samme informasjonen, og dermed et mett innhold. Det er ifølge Jacobsen (2022, s. 204) umulig å sette et klart krav til hvor mange personer som bør intervjues, dette kommer an på hvor fokusert problemstillingen er, og nødvendig antall enheter må vurderes underveis. Vi bestemte oss for å ikke gjennomføre det fjerde intervjuet, da det var lite trolig at denne informanten ville tilføre ny informasjon for vår problemstilling.

### 3.3. Forskningsintervjuet

Vi gjennomføre tre semistrukturerte intervjuer med terapeuter som jobber med hesteassisterte intervensjoner og personer med ROP-lidelser. I denne prosessen har vi latt oss inspirere av *det kvalitative forskningsintervjuet* av Kvale & Brinkmann (2019). Her søker man å forstå verden sett fra intervjupersonenes side, og det handler om å få frem betydningen av folks erfaringer, der målet er å avdekke deres opplevelse av verden foruten vitenskapelige forklaringer (Kvale & Brinkmann, 2019, s. 22). I forskningsintervjuet er tilnærmingen varsomt spørre- og lytte-orientert, der hensikten er å frambringe kunnskap som er grundig utprøvd. Forskningsintervjuet er ikke en konversasjon mellom likeverdige deltakere, ettersom det er forskeren som definerer og kontrollerer samtalen (Kvale & Brinkmann, 2019, s. 22). Vi valgte tema for intervjuet basert på problemstilling og nåværende kunnskapsstatus. Deretter utformet vi spørsmål og aktuelle oppfølgingsspørsmål knyttet til hvert tema (se vedlegg 2).

Intervjuguiden hadde fire følgende hovedtema:

- **Utdannelse, erfaring og hobby**
- **Hesteassistert intervensjon i praksis**
- **Hesteassistert intervensjon og hverdagsliv**
- **Observerte endringer i møte med hesten**

I og med at dette ble gjennomført som et semistrukturert intervju ble ikke alle intervjuene gjennomført helt likt. I et semistrukturert intervju lager man vanligvis en liste over spørsmål man ønsker å stille, der det ikke er utarbeidet noen forhåndsdefinerte svar. Spørsmålene skal ha åpne svaralternativer (Sverdrup, 2021, s. 62). Tema og rekkefølge varierte noe, da det hendte at informantene ga oss relevant informasjon uten at vi trengte å stille konkrete spørsmål. Vi forsøkte å ha fokus på å la informanten snakke, og i de tilfellene samtalen fløt godt, ble det også stilt mindre oppfølgings spørsmål fra oss. Vi opplevde at informantene likevel delte interessant informasjon, uavhengig om vi fulgte intervjuguiden etter punkt og prikke. Kvale & Brinkmann (2019) beskriver et intervjuprosjekt gjennom syv faser: tematisering, design, intervjuet, transkribering, analyse, verifikasjon og rapportering (Kvale & Brinkmann, 2019, s. 38-39). Vi har nå gjort rede for strategi og utvalg av informanter og tematikk for intervjuet. Selve designet og gjennomføringen ble en kombinasjon av både fysiske møter og digitalt. Det fysiske møtet ble gjennomført i et rolig og uforstyrrede møterom på campus, og de digitale intervjuene ble gjennomført via kommunikasjons- og samarbeidsplattformen Teams. Varigheten på hvert intervju varte fra en til en og en halv time, der lengst varighet var ved fysisk møte. Vår opplevelse var at det ble en mer avslappet stemning under fysiske møter, og at de digitale intervjuene opplevdes som mer fokusert og stressende. Vi startet med å introdusere intervjuet med en briefing. Ifølge Kvale & Brinkmann (2019, s. 160) bør intervjueren definere situasjonen for informantene og fortelle om formålet med intervjuet. For de informantene som ble intervjuet digitalt sendte vi infoskriv og intervju spørsmål på forhånd slik at de kunne forberede seg. Ifølge Kvale & Brinkmann (2019, s. 161) anbefales det også at intervjuet avsluttes med en debriefing, da informantene kan oppleve en følelse av spenhet etter å ha delt så mye personlig uten å få noe tilbake fra intervjueren. Vi spurte derfor alle informantene avslutningsvis om det var noe mer de ønsket å tilføye og hvordan de opplevde deltakelsen. Fra noen informanter ble det delt verdifull informasjon også i denne fasen som vi tok med oss videre. Da vi var to intervjuere fordelte vi ansvaret, slik at en var ansvarlig for å stille spørsmål, og en transkriberte underveis. Denne fordelingen byttet vi på i de ulike intervjuene, slik at begge skulle få lik erfaring. Denne forordningen informerte vi informantene om under briefing. Vi forsøkte å stille spørsmål som var åpne og enkle å svare på, og unngikk å bruke akademiske begrep som ikke gir mening for informantene. Kvale & Brinkmann (2019, s. 163) hevder et begrepsmessig godt, tematisk forskningsspørsmål ikke nødvendigvis et godt dynamisk intervju spørsmål. Som uerfarne intervjuere fulgte vi dette rådet for å i størst mulig grad oppnå spontane svar fra informantene, og å unngå å bruke tid på å forklare ulike faguttrykk som også kunne virke forstyrrende for samtalen.

### 3.4. Innholdsanalyse

De siste fasene av forskningsintervjuet handler om analyse, verifikasjon og rapportering (Kvale & Brinkmann, 2019, s. 38-39). Etter gjennomføring av forskningsintervju med tre informanter utførte vi en analyse av råmaterialet vårt for å få mer oversikt og forenkle innholdet. Dette er inspirert av metoden *induktiv innholdsanalyse* av Jacobsen (2022). Hensikten med en kvalitativ tilnærming er mangfoldet av ulike perspektiver, nyanser og synspunkter dette gir oss. Likevel må vi forenkle og strukturere disse intervjuene for å kunne se om vi finner mønstre, regulariteter, spesielle avvik eller underliggende årsaker. Her har vi fokusert på å trekke frem sentrale detaljer som kan gi oss en ny innsikt i fenomenet hesteassisterte intervensjoner (Jacobsen, 2022, s. 207). En innholdsanalyse er basert på en antakelse om at det en person sier i et intervju eller det mennesker gjør når man observerer dem, kan reduseres til et sett færre, men mer overordnede og meningsfulle kategorier (Jacobsen, 2022, s. 215).

En induktiv innholdsanalyse tar utgangspunkt i tekstene i seg selv. Jacobsen (2022, s. 216) beskriver dette som det manifeste innholdet. En induktiv innholdsanalyse har også blitt beskrevet som *databasert teoriutvikling* og blir referert i Jacobsen (2022, s. 216) som noe som beveger seg fra det manifeste til det latente, altså meningen i teksten. Måten vi har utført dette på er gjennom å kode teksten. En kode kan være en merkelapp som man setter på en del av teksten for å gi den en spesiell mening. Vi startet med å lese gjennom transkriberingen for å skaffe oss oversikt og et helhetsinntrykk av innholdet. Vi gjorde dette hver for oss, for å ikke bli påvirket av hverandres funn og tolkninger. Deretter sammenlignet vi likheter og ulikheter. Arbeidet ble utført på en analog måte med penn og papir, hvor vi benyttet ulike fargekoder for å skape et midlertidig system. Kommende nivå i en innholdsanalyse er å kategorisere teksten. Ifølge Jacobsen (2022, s. 217) ender en mikroanalyse vanligvis opp med svært mange detaljerte koder og representerer derfor kun et første steg i struktureringen av mangfoldet med data.

### 3.5. Ordsky

Etter endt mikroanalyse laget vi en «ordsky» for å illustrere kodene vi fant i teksten.



(Figur 2: Ordsky av koder)

Ved å sette koder reduserer vi teksten, og kodene representerer forskerens tolkning av teksten. Videre har vi samlet koder med felles trekk inn i kategorier som kan inneholde en eller flere elementer med fellestrekk (Jacobsen, 2022, s. 218 - 219).

Vi delte datamaterialet inn i hovedkategorier, underkategorier og sitater. Måten vi kom frem til kategorier var å se om flere av de ulike kodene hadde tydelige fellestrekk som gjorde det logisk å sette dem i samme kategori. Vi valgte å sette tre ulike hovedkategorier, men med flere underkategorier. Dette for å ytterligere redusere tekstmengden og skape et oversiktlig bilde til leseren. I denne prosessen er vi målrettet og ser etter noe spesielt, dermed vil kategoriene bli påvirket av intervjuguiden og problemstillingen vår.

## 4.0 Resultat

I dette kapittelet vil vi beskrive og presentere funn og resultater, basert på vår analyse av kvalitative intervju med terapeuter som jobber med hesteassisterte intervensjoner og ROP lidelser. Vår problemstilling er *“på hvilken måte opplever terapeuter som jobber med hesteassisterte intervensjoner at aktiviteter med hest har betydning for deltagelse i hverdagslivet for personer med ROP-lidelser?”* Her ønsker vi å presentere relevante funn fra utført analyse, og redegjøre for disse.

Som beskrevet i metodekapitlet har vi gjennomført en koding av materialet vårt for å finne ulike tema og kategorier. Deretter har vi utarbeidet en resultattabell som viser hvilke hovedtema vi har funnet. Vi kom frem til at det var tre hovedtema som var gjentakende fra flere informanter. Disse temaene har vi delt inn i hovedkategorier, men med flere underkategorier.

Videre i kapitlet vil vi gjøre rede for hver av disse kategoriene, og utdype funnene våre. Her vil vi også i stor grad benytte sitat fra intervjuene, som illustrerer typiske utsagn vi ønsker å poengtere eller fremheve (Sverdrup, 2021, s. 107).

#### 4.1. Resultattabell

<b>HOVEDKATEGORI</b>	<b>UNDERKATEGORI</b>
<b>Hesten som brobygger</b>	Følelser Kommunikasjon Sosiale relasjoner Atferd
<b>Mestringsstrategier</b>	Kreativitet Motivasjon Identitet Engasjement
<b>Sosial tilhørighet</b>	Aksept Meningsfull aktivitet Omgivelser Her og nå opplevelsen Tilstedeværelse

## 4.2 Hesten som brobygger

Informantene forklarte at hesten spiller en viktig rolle for å skape en god relasjon mellom terapeut og pasient. Her ble det beskrevet flere ulike metaforer på dette fenomenet, blant annet hvordan hesten er en brobygger mellom mennesker, og fungerer som en katalysator mellom person og terapeut for å skape rom for gode relasjoner og samtaler. En informant beskriver at tradisjonell behandling der man sitter ansikt mot ansikt kan for noen oppleves veldig konfronterende, og at det ikke alltid er en naturlig setting å prate sammen på denne måten. I stedet for klassisk sender-mottaker så bruker man i HAI hesten som en brobygger mellom partene. Det beskrives at for mange deltakere oppleves det enklere å snakke om hestene og deres atferd enn seg selv, og at intervensjonen med hestene handler mye om å øve seg på å være i en relasjon med hesten og de andre deltakerne på gården. På denne måten kan deltakerne få mulighet til å bli mer bevisst på eget atferdsmønster, og se på hvordan dette kan overføres til andre sosiale relasjoner ellers i livet og hverdagen. Terapeutene kan spørre «*Hva minner dette deg om? I hvilke andre situasjoner har du opplevd noe lignende?*». Informantene beskriver at man kan se sammenhenger til andre arenaer i livet ved å sammenligne følelser og reaksjoner som oppstår under intervensjonen. De beskriver også om hvordan å delta i slike aktiviteter i hverdagen har en betydning for andre relasjoner deltakerne har i livet sitt. «*De har endelig noe å snakke med familien om som ikke handler om rus*».

Det blir også beskrevet hvordan hesten kan vekke sterke følelser i deltakerne, og at dette er vanskelig å forklare da det finnes så lite evidensbasert forskning på dette området. «*Det er noe som må oppleves, mange får bakoversveis over hvilke følelser det vekker i oss*». Informantene forteller at det å oppleve støtte og omsorg fra hestene er betydningsfullt for mange. En annen forteller også om de følelsesmessige reaksjonene de observerer hos deltakerne i møte med hestene. «*Formaliteten og de høye skuldrene forsvinner, og selve mennesket med følelser kommer frem*». Mange som kommer til gården er innesluttet når de kommer forteller en informant, men så kan de åpne seg og snakke mer etter intervensjonen med hestene. En informant forteller en historie om en deltaker som ofte pleide å være nedstemt og sint når han kom til gården. «*Han gikk alltid først inn til hestene og ga de en klem. Etterpå kunne han komme ut å si; nå går det bra!*». Informanten opplevde at hesten regulerte deltakeren, og kom dermed i posisjon til å snakke med deltakeren etterpå. «*Hesten tåler at deltakeren er uregulert*». En annen informant forteller at man ofte oppfører seg i møte med hesten slik som man oppfører seg i møte med andre mennesker. Og at dette ofte speiler hvordan du er og hvordan du oppfører deg ellers i livet. Derfor kan intervensjonene ofte skape rom for refleksjon over

egen atferd i møte med andre. Samtlige informanter forteller om hvordan de opplever at deltakerne kjenner på omsorg og ivaretagelse av hestene, og at dette oppleves som betydningsfullt for mange.

### 4.3 Mestringsstrategier

I intervjuet forteller en informant at de observerer motivasjon hos deltakerne, da de har noe å se frem til hver uke. En deltaker hadde en gang sagt at *“stallen gir en opplevelse av frihet og en motivasjon til å leve”*. Flere informanter observerer at ansvarsfølelsen deltakerne får skaper et engasjement, og at det er viktig å kunne gi omsorg til andre. Informantene observerer også en opplevelse av økt mestringstro blant deltakerne ved å oppdage og anerkjenne utfordringer som kan oppstå på gården blant hestene, men som også viser seg ellers i livet. Dette kan blant annet handle om frykt og mestringsstrategier for å håndtere dette. Mange kan være skeptiske til hesten, og har ingen erfaring med hest fra før av. Det å håndtere dette store dyret gir for mange mye mestring de ikke har kjent mye på tidligere. Informantene forteller at de ofte bruker spontane hendelser og situasjoner som oppstår under intervensjonene, og knytter dette til andre situasjoner som kan oppstå i hverdagen. Dette slik at deltakerne kan sammenligne hvordan de takler situasjonene som oppstår under intervensjonen, og bruke dette til refleksjon om hvordan man kan håndtere lignende situasjoner ellers i livet.

En informant forteller at det er lite fokus på instruksjoner under intervensjonene, da dette kan komme i konflikt med hva deltakerne faktisk mestrer og at man da kan risikere at deltakerne sitter igjen med en vond følelse av å ikke strekke til, og at dette er noe mange har kjent mye på tidligere i livet. Informantene forklarer at det handler mye om å bidra med det man selv vil, og det man klarer, og at det er godt nok. En annen forteller også at det handler mye om identitet. For mange tar sykdomsfokus mye plass i hverdagen. *«Sykdommen kan bli et altoppslukende fokus, og tar for stor plass slik at personen blir borte»*. Med hestene er det lite sykdomsprat, fokuset ligger i *«hva er du frisk nok til å bidra med i dag?»*. Mange deltakere er vant til å bare være “pasient” og motta hjelp. Men her får de også en mulighet til å gi, og deltagelse i HAI blir en arena for å kunne gi omsorg, og få være med på å ta viktige avgjørelser. De opplever at de er viktige for hestene, og de andre deltakerne som er her. En informant forteller også om en deltaker som har dårlig erfaring med tradisjonell behandling, og forteller at dette ofte skjer over telefon da vedkommende ikke kommer seg ut av huset. Deltakeren har fortalt at besøket til gården er den eneste dagen i uka hun forlater huset, da dette gir en type motivasjon hun ikke opplever i tradisjonell behandling. *“Dyr er bedre enn mennesker, dyrene oppleves som trygt og godt”*.

Økt kreativitet er også et område en av informantene opplever utvikling på. Informanten forteller om en deltaker som begynte å lage ting hestene, også utenfor gårdsbesøkene. Dette var hans måte å

bidra og gi noe tilbake på. «*Han var egentlig en sånn Reodor-Felgen type. Skikkelig flink*». En annen informant forteller også om deltakerne som engasjerer seg i dyrene på flere måter. F.eks. ved at de kan ta kontakt via telefon eller sender sms utenfor intervensjonene, fordi de har funnet noe informasjon de ønsker å dele som de tenker kan være nyttig for dyrene. Informanten opplever at å gi omsorg til dyrene gjør noe med ansvarsfølelsen, og at dette skaper engasjement.

#### 4.4 Sosial tilhørighet

En informant forteller at hesten gjør noe med tilstedeværelsen vår, og at det ofte er som å være i en boble. «*Man blir tvunget til å være i nuet, og kan ikke sone ut å tenke på andre ting*». En annen beskriver også hvordan de fysiske omgivelsene på gården er positive for utvikling av sosiale relasjoner, da de bruker naturelementene og hestene som distraksjoner, slik at man alltid har noe å snakke om. «*Ikke alle her så mye annet til felles, men dyrene og omgivelsene kan vi alltid snakke om*». En informant forteller om en deltaker som likte å se på at hestene spiste mat, da dette ga deltakeren en type ro som hen ikke fikk noe annet sted. Dette beskriver informantene som noe konkret som de kunne utforske videre sammen.

I tillegg er det mye fokus på at deltakerne er der som en gruppe, og alle bidrar på likt. «*Deltakerne føler sosial tilhørighet ved at man er der sammen som en gruppe. Alle er like viktige, og vi tar avgjørelser sammen*». Det handler om å se deltakerens ressurser og få frem det som er positivt og hva de kan bidra med her og nå. «*Ansiennitet teller ikke her*». Det er mye fokus på støtte og feedback fra gruppa. Det handler også mye om å føle seg akseptert. «*De blir møtt slik de er, hestene dømmes ingen*». Informantene forklarer at det har ingen betydning om du har gjort dumme valg tidligere i livet. «*Fokuset er på relasjon og ikke prestasjon, da det handler om å se deltakerens ressurser å få frem det som er positivt*».

For mange blir dette en viktig del av hverdagen, å få oppleve gode opplevelser med hestene. Det er derfor veldig synd når deltakeren ikke får forlenget tilbudet sitt, forteller en av informantene, da dette oppleves veldig tungt for mange. En informant forteller også om negative sider ved hesteassisterte intervensjoner, der de har opplevd at reaksjoner og utvikling hos deltakerne er såpass intens, og fører til at utviklingen skjer raskt, og med så store endringer at fagpersonene/teamet rundt deltakeren ikke alltid klarer å henge med. En annen opplevelse informantene sitter med er at intervensjonen kan bli for eksponerende og voldsomt. «*Hesten kan gi feil assosiasjoner slik at deltakeren ikke takler å være til stede*».



## 5.0. Diskusjon

I dette kapitlet skal resultater og funn drøftes for å svare på problemstillingen “På hvilken måte opplever terapeuter som jobber med hesteassisterte intervensjoner at aktiviteter med hest har betydning for deltagelse i hverdagslivet for personer med ROP-lidelser?”. Vi har valgt å strukturere diskusjonen ved hjelp av de tre hovedtemaene vi presenterte i resultatdelen. Her vil vi drøfte funnene våre i lys av bakgrunnskunnskap og teoretisk aktivitetsperspektiv. Videre vil kapitlet inneholde en kritisk diskusjon og refleksjon rundt vår egen studie, og hvordan valgt metode og prosess kan ha påvirket våre resultat og funn. Avslutningsvis skal det diskuteres hvordan ny kunnskap kan ha implikasjoner for yrkesutøvelse som ergoterapeut.

### 5.1 Diskusjon av funn og resultat

#### Hesten som brobygger

Nasjonalt kompetansesenter for samtidig rus og psykisk lidelse (2022) formidler at personer med rus og psykiske lidelser kan ha utfordringer knyttet til relasjoner med andre, arbeid, utdanning og fritidsaktiviteter (Nasjonalt kompetansesenter for samtidig rus og psykisk lidelse, 2022).

Våre funn tyder på at deltagelse i hesteassisterte intervensjoner kan ha betydning for blant annet kommunikasjon, følelser, atferd og sosiale relasjoner hos personer med ROP lidelser. Dette er faktorer som ofte står sentralt i et hverdagsliv, og begrepet *hesten som brobygger* handler om hvordan interaksjon med hesten kan ha innvirkning på disse faktorene. Betydningen av hesteassistert intervensjoner kan med fordel ses i lys av det teoretiske aktivitetsperspektivet *doing, being, becoming and belonging (DBBB)* (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 63). Dimensjonen *doing* som betyr å gjøre handler ofte om meningsfulle aktiviteter som innebærer sosial interaksjon, sosial utvikling og muligheter for personlig utvikling og tilfredsstillelse. Og at gjennom å gjøre kan dette ha en betydning for *being*, altså hva man får ut av å gjøre noe. Ifølge Wilcock referert i Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge (2017, s.63) henger dette sammen med livskvalitet og velvære. Ergoterapeutiske intervensjoner handler ofte om å bistå mennesker med å utnytte sine evner og muligheter slik at deres liv kan formes best mulig gjennom de handlingene de foretar seg (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s.63). Våre funn tyder på at deltagelse i hesteassisterte intervensjoner kan være fremmende for utvikling av sosiale ferdigheter som kommunikasjon, sosiale relasjoner, samt bevisstgjøring av egne følelser og atferd. Et relevant poeng her er at dette kan tenkes å ha en overføringsverdi til andre arenaer og situasjoner i hverdagslivet, og gjennom deltagelse i HAI får man rom og mulighet for utvikling og bevisstgjøring i egnede og trygge omgivelser. Funn som indikerer at HAI bidrar til å bevisstgjøre deltakerne på ulike følelser, samt endringer i atferd kan tenkes å ha en

betydning for hvordan man kommuniserer og oppfører seg i relasjon med andre. Og få en trygg arena hvor man kan bli kjent med egne følelser, atferd og reaksjonsmønster kan gi rom for refleksjon, og kan derfor tenkes å vise seg nyttig i andre situasjoner i hverdagslivet. Dette kan også knyttes til dimensjonen *becoming*, som ifølge Wilcock handler om forandring, potensial, utvikling og å utnytte sine evner. Det er derfor relevant å se på sammenhengen mellom deltagelse i HAI, og hvordan dette kan være fremmede for personlig utvikling, som man kan nyttiggjøre seg av i hverdagslivets mange ulike arenaer og relasjoner (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 63).

### Mestringsstrategier

Videre viser våre funn at terapeuter som jobber med hesteassisterte intervensjoner og ROP-pasienter observerer deltakere som opplever økt kreativitet, motivasjon og engasjement. Samt endring og utvikling av egen identitet som følge av å delta i hesteassisterte intervensjoner. Disse faktorene kan også med fordel ses i sammenheng med dimensjonen *becoming*, som handler om forandring, potensial, utvikling og om å utnytte sine evner (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 63). En mulig forklaring kan være at deltagelse i HAI skaper rom og muligheter for mestringsopplevelser. Informantene forklarer at det er lite fokus på instruksjoner i HAI, men at deltakerne får lov til å bidra med det de kan, og at dette er godt nok. Kan det være slik at deltagelse i HAI er fremmede for utvikling av ulike mestringsstrategier, og at gjennom å erfare dette i trygge rammer kan dette tenkes å overføres til andre arenaer og situasjoner i hverdagslivet. Ifølge Veilederen *Nasjonal faglig retningslinje for utredning, behandling og oppfølging av personer med samtidig rus og psykisk lidelse - ROP lidelser (2022)* er det viktig for personer med ROP-lidelser å få delta i aktiviteter de mestrer. Dette for å skape struktur i hverdagen, å bevisstgjøre personen på egne ressurser, og bidra til å etablere sosiale nettverk utenfor rusmiljøet (*Helsedirektoratet, 2022, s. 65*). Ifølge informantene var mestring noe få deltakerne hadde kjent på tidligere. Og mestringstroen de opplevde under de hesteassisterte intervensjonene gjorde noe med hvordan deltakerne identifiserte seg. Et eksempel på dette er hvordan det ble mindre fokus på sykdom under intervensjonen, og mer fokus på identitet og selve mennesket. For deltakerne oppleves ansvarsfølelsen og det å yte omsorg til andre meningsfullt. Dette er funn som kan knyttes til dimensjonen *being og becoming*, og at gjennom deltagelse i HAI er det mulig deltakerne opplever økt livskvalitet og velvære ved at de deltar i meningsfulle aktiviteter, hvor man får mulighet til å utvikle sine evner og utnytte sitt potensial best mulig (Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge, 2017, s. 63). Informantene beskriver også at deltagelse i HAI skaper en motivasjon og et engasjement deltakerne ikke opplever andre steder, og at for noen deltakere er deltagelse i HAI den eneste dagen i uka de beveger seg utenfor hjemmet. Her er et viktig poeng å se på hvordan deltagelse i HAI fungerer som en fremmede faktor for deltagelse i fritidsaktiviteter i hverdagen. Ifølge Helsedirektoratets veileder er ROP-pasienter en gruppe som ofte

sliter med deltagelse i fritidsaktiviteter (Helsedirektoratet, s. 2022, s. 65). Her er det derfor interessant å se hvordan deltagelse i HAI kan bidra til å skape struktur og gode rutiner i hverdagen.

### Sosial tilhørighet

Som tidligere beskrevet er ofte ROP-pasienter en gruppe som har lite kontakt med rusfrie miljøer. Familie, nettverk og støttepersoner anses derfor som viktig for å bidra til muligheter for mestring og bevisstgjøring av egne ressurser (Helsedirektoratet, 2022, s. 52). Våre funn tyder på at deltagelse i HAI kan gi deltakere med ROP-lidelser en arena å trene på å være i relasjon med andre og at dette fremmer muligheten til å oppleve en sosial tilhørighet. Ifølge våre informanter er sosial tilhørighet en sentral del av det å delta i HAI, da deltakerne ofte deltar i en gruppe med flere. Her er det i tillegg fokus på å ta avgjørelser sammen. Dimensjonen *Belonging* handler om å sosialisere, dele verdier og være en del av en gruppe. Gjennom aktiviteter kan man opprettholde tilhørighet i samfunnet, og interaksjonen mellom *doing* og *belonging* kan derfor ha en helsefremmende effekt hevder Wilcock, referert i Lindahl-Jacobsen & Jessen-Winge (2017, s. 63). Våre funn viser at det er mye fokus på støtte og feedback fra gruppa under deltagelse i HAI, og at det er viktig for deltakerne å føle seg akseptert. Som ergoterapeut skal man kunne tilrettelegge for meningsfulle aktiviteter i hverdagen, og ifølge regjeringens veileder *Hesten som ressurs* handler aktiviteter med hest om selve aktiviteten og hvordan dette kan gi en positiv effekt på helse og personlig utvikling (Regjeringen, 2018, s. 68). Her ønsker vi å peke på at opplevelse av tilhørighet og aksept kan være viktig for selvfølelsen til ROP-pasientene som deltar, og at en god selvfølelse kan være et godt verktøy å ha med seg i hverdagslivet, og de mange sosiale arenaer man deltar i. «Her og nå fokuset» kan også tenkes å gi en følelse av en ny start, og at gården og deltagelse i HAI kan skape en arena der man ikke blir dømt for tidligere livsvalg.

På den andre siden vil vi påpeke at slike tilbud ofte er midlertidig, og at ved å miste et viktig aktivitetstilbud i hverdagen kan dette oppleves svært tungt for de det gjelder. Det er realistisk å anta at ved å miste et meningsfullt aktivitetstilbud vil dette kunne påvirke hverdagen negativt for ROP-pasienter som mangler tilhørighet ellers i samfunnet. Det kan derfor være viktig å ta dette med i betraktning når man skal vurderer deltagelse i HAI. Og vurdere hvordan man kan overføre opplevelser, erfaringer og nyutviklede ferdigheter fra HAI over til andre fritidsarenaer, slik at deltakerne ikke sitter igjen med en tom hverdag og følelsen av tap etter endt tilbud.

## 5.2. Metodediskusjon

Å drøfte gyldighet og pålitelighet knyttet til en kvalitativ undersøkelse handler om å se på de dataene vi har innhentet med et kritisk blikk. Ifølge Jacobsen (2022, s. 239) handler det om å se på om vi har fått tak i det vi ønsket å få tak i, om vi kan overføre dette til andre sammenhenger, og om vi kan stole på det vi har funnet og presentert.

Det første spørsmålet vi ønsker å ta for oss er om studieobjektene våre er en sann representasjon av virkeligheten, og har vi fått tak i riktige kilder og riktig informasjon (Jacobsen, 2022, s. 240).

Proessen med å finne informanter som kunne stille til intervju var en krevende prosess, og som beskrevet i metodekapitlet fikk vi kontaktinformasjon til øvrige informanter via første informant.

Altså det Jacobsen kaller for *snøballmetoden* (Jacobsen, 2022, s. 197). Det faktum at våre informanter kjenner hverandre kan ha påvirket mengden og variasjon i innsamlet data. Informantene hadde god kjennskap til hverandre, og fortalte at de kan søke råd hos hverandre, samt at det forekommer noe samarbeid. Det kan derfor tenkes at informantenes syn på HAI, og måten de jobber på, har mange likhetstrekk, og preger deres forståelse av dette fenomenet. Det er derfor mulig at ved å finne informanter som ikke har kjennskap til hverandre kunne tilført flere nyanser til datainnsamlingen vår. Dette fører oss derfor til et kritisk spørsmål; Har vi fått tak i de riktige kildene? Ifølge Jacobsen (2022, s. 241) er det et vanlig problem at man ikke har tilgang på riktige kilder. Dette tar vi høyde for med tanke på utfordringene vi erfarte knyttet til å finne og komme i kontakt med relevante informanter i vår undersøkelse.

Et annet viktig poeng er at informasjonen vi har innhentet om ROP-pasienter som deltar i HAI kommer fra andrehåndskilder, og kan derfor bære preg av informantenes egne meninger og subjektive oppfatninger. Dette kan føre til at informasjonen de deler farges og vris på i større grad enn om vi hadde fått informasjon fra førstehåndskilden, altså ROP-pasientene selv (Jacobsen, 2022, s. 241). Vi må også ta forbehold om at noen informanter kan velge å ikke fortelle hele sannheten, og heller velger formuleringer som setter dem selv og eget foretak i et godt lys. Ifølge Jacobsen (2022, s. 242) handler dette om validering, altså en kritisk drøfting av kildenes vilje til å gi riktig informasjon. Vi har ingen holdepunkter for å tro at våre informanter har motiver for å lyve eller vri på sannheten, men fra et kritisk perspektiv kan feilinformasjon fra kilden gi oss et skjevt bilde av sannheten, og med tanke på at vi ikke har noe kjennskap til våre informanter eller deres foretak på forhånd har vi ingen garantier for at dette ikke er tilfellet.

En annen svakhet ved å bruke intervjuer som metode er at man er preget av egen forforståelse, og dermed ikke er så åpen for å oppdage nye forhold ved fenomenet som man kanskje selv tror. Det er

fort gjort å lete etter bekreftelse på de antagelser man allerede har (Jacobsen, 2022, s. 245). Som beskrevet i metodekapitlet gjennomførte vi en analyse av innhentet data. Denne prosessen innebærer at vi må kutte ut enkelte detaljer, forenkle og systematisere. Når man beveger seg så langt unna hovedkildene er det fare for at presentasjon av resultat og funn kan bære preg av egne tolkninger og meninger. For å unngå dette anbefaler Jacobsen (2022, s. 245) å kontrollere dette med å konfrontere informantene om de funnene vi har kommet frem til. På grunn av oppgavens omfang og tid til rådighet har vi ikke valgt å prioritere dette, og dermed er det viktig å ta i betraktning at funn og resultat kan preges av egne fortolkninger når man bruker intervju som metode uten å sørge for en *respondentvalidering* (Jacobsen, 2022, s. 245).

Videre måtte vi spørre oss selv om det er trekk ved vår undersøkelsesmetode som har skapt de resultatene vi har kommet fram til. Altså om vi som undersøkere har påvirket informantene våre på noe måte. Dette kalles *intervjuereeffekt* (Davis et al, 2010) referert i Jacobsen (2022, s. 251). Her må vi ta høyde for at samtalen med informantene kan ha blitt påvirket av vår væremåte, stil, kroppsspråk, talemåte etc. Her må vi også ta høyde for konteksten intervjuene ble gjennomført i. For eksempel viser vi da til de digitale intervjuene. Og ikke få den samme øyekontakten og kunne bruke kroppsspråk påvirker dialogen, og hvordan vi forstår hverandre. Ofte må spørsmål eller kommentarer gjentas fordi de digitale løsningene ikke nødvendigvis fungerer like godt som ved fysiske møter, selv om dette er svært individuelt.

Til slutt vil vi peke på registrering av data. Mye informasjon ble utvekslet under intervjuene, og i et raskt tempo. Som uerfarne undersøkere var det både ukjent og krevende å transkribere all informasjon som ble sagt under intervjuene. På grunn av oppgavens omfang og retningslinjer har vi ikke brukt båndopptaker, og dermed har vår evne til å transkribere og registrere data på en god måte vært avgjørende. I mangel på trening og erfaring må det tas høyde for at mulig verdifull informasjon ikke har blitt registrert (Jacobsen, 2022, s. 254).

### 5.3 Relevans for ergoterapifaget

Ergoterapeuters kjernekompetanse handler om å muliggjøre aktivitet og deltakelse i hverdagslivet, og øke mulighetene for et aktivt og selvstendig liv (Peoples et al, 2019, s. 25). Sett fra et ergoterapeutisk perspektiv kan hesteassisterte intervensjoner bidra til å skape en meningsfull hverdag for personer med ROP-lidelser, ved at de får en arena de kan utforme seg på. Hesteassisterte intervensjoner kan involvere et mangfold av aktiviteter med muligheter for meningsfulle oppgaver. Dette kan bidra til å øke livskvaliteten til deltakerne ved at de opplever økt

ansvar, mestringsopplevelser, motivasjon, utvikling av sosiale ferdigheter, og opplevelsen av tilhørighet.

Som nevnt innledningsvis kan personer med ROP- lidelser ha utfordringer i hverdagslivet knyttet til relasjoner med andre, utdanning, arbeid og fritidsaktiviteter. Arbeid eller aktivitet kan bidra til å skape struktur i hverdagen for denne gruppen, og det er viktig å legge til rette for meningsfulle aktiviteter der man kan oppleve mestring (Helsedirektoratet, 2022, s. 65). Aktivitet, deltagelse og hverdagsliv er sentrale begrep i ergoterapifaget, og vårt arbeid handler om å muliggjøre dette. Vår oppfatning etter å ha jobbet med dette temaet er at hesteassisterte intervensjoner for personer med ROP-lidelser ikke er et standardisert og utbredt tilbud innenfor psykisk helse. Vi håper at gjennom å belyse betydningen av HAI, kan flere ergoterapeuter som jobber med ROP-pasienter og psykisk helse, oppdage, utforske og se betydningen av et slikt tilbud. Samt tenke nytt og innovativt i fremtidig arbeid med denne brukergruppen for å fremme meningsfulle aktiviteter og mestring av hverdagslivet. Utfordringen med dette kan være at det eksisterer lite kunnskap og erfaringer knyttet til HAI. Dette er et område som det bør forskes mer på, for å i større grad belyse betydningen HAI kan ha i hverdagslivet for personer med ROP-lidelser. I tillegg bør kunnskapen formidles bedre mellom ulike profesjoner innen helse for å løfte frem tematikken og dens relevans på en best mulig måte. Samtidig kan ergoterapeuter som jobber med denne brukergruppen våge å være mer åpen for nye metoder, og tenke innovativ med tanke på mulige samarbeidspartnere som kan være en ressurs for å fremme deltagelse i HAI for personer med ROP-lidelser.

## 6.0 Oppsummering

I denne oppgaven har vi gjennom en kvalitativ metode intervjuet tre informanter som jobber med hesteassisterte intervensjoner og personer med ROP-lidelser. Vi har gjennom analyse og tolkning av innhentet data svart på problemstillingen «*På hvilken måte opplever terapeuter som jobber med hesteassisterte intervensjoner at aktiviteter med hest har betydning for deltagelse i hverdagslivet for personer med ROP-lidelser*». Hovedfunn viser at deltagelse i HAI kan være en meningsfull aktivitet, og kan vise seg fremmende for utvikling av sosiale ferdigheter, relasjonsutvikling, tilhørighet og mestringsstrategier. Dette er sentrale faktorer i et hverdagsliv. Våre funn tyder på at deltagelse i HAI kan være en arena for å trene, og utvikle ferdigheter, samt skape muligheter for mestringsopplevelser. Dette kan utgjøre en bevisstgjøring av egne ressurser og ha en positiv betydning, og overføringsverdi til hverdagslivets mange ulike arenaer og relasjoner hos personer med ROP-lidelser.

**Etterord.**

Denne prosessen har vært lærerik og engasjerende, samt tilført mye ny kunnskap som vi ønsker å ta med oss videre i et fremtidig yrkesliv som ergoterapeuter. Vi synes det også har vært spennende å utforske hvilke tilbud som eksisterer for denne brukergruppen og hvilken betydning dette kan ha. I tillegg har det vært engasjerende å se mer bredde av hva som finnes innen psykisk helsearbeid. Det har vært inspirerende å oppdage hvordan hesteassisterte intervensjoner kan ha en betydning i hverdagslivet hos personer med ROP-lidelser. Vi håper hesteassisterte intervensjoner kan være et nyttig supplement til tradisjonell behandling for vår målgruppe i framtiden, da det handler om å kunne delta i meningsfulle aktiviteter og øke deltagelse i hverdagslivet for alle.

## Litteraturliste

Berget, B., Krøger, E. & Thorød, A. B. (2018). *Antrozologi Samspill mellom dyr og menneske*. Universitetsforlaget.

Ergoterapeutene. (u.å.). *Hva er viktig i livet ditt?* (brosjyre). Ergoterapeutene.  
[https://ergoterapeutene.sharepoint.com/Arkiv/7-Kommunikasjon%20og%20markedsf%c3%b8ring/75-Trykksaker/Den%20store%20historien%202017/A5\\_HVA\\_ER\\_VIKTIG%e2%80%93TIL\\_WEB\\_eknelsider.pdf?ga=1](https://ergoterapeutene.sharepoint.com/Arkiv/7-Kommunikasjon%20og%20markedsf%c3%b8ring/75-Trykksaker/Den%20store%20historien%202017/A5_HVA_ER_VIKTIG%e2%80%93TIL_WEB_eknelsider.pdf?ga=1)

Fieldhouse, J. & Sempik, J. (2014). Green care and occupational therapy. Bryant, W., Fieldhouse, J. & Bannigan, K. (Red.), *Creek`s Occupational Therapy and Mental Health*. (5. utg., s. 312). Churchill Livingstone Elsevier.

Folkehelseinstituttet. (2019, 26. mars). *Ti store folkehelseutfordringer i Norge. Hva sier analyse av sykdomsbyrde?*  
<https://www.fhi.no/publ/2019/ti-store-folkehelseutfordringer-i-norge.-hva-sier-analyse-av-sykdomsbyrde/>

Godal, A.K., Brenna, I.H., Arnevik, E.A. & Ravdal, E. (2016). More than Just a Break from Treatment: How Substance Use Disorder Patients experience the Stable Environment in Horse-Assisted Therapy. *Sage Journals*, 2016(10).  
<https://journals.sagepub.com/doi/epub/10.4137/SART.S40475>

Helsedirektoratet. (2022). *Nasjonalt faglig retningslinje for utredning, behandling og oppfølging av personer med samtidig rus og psykisk lidelse - ROP lidelser* (brosjyre).  
<https://n9.cl/w0ado>

Inn på tunet Norge SA. (u.å.). *Inn på tunet - tilbud PSYKISK HELSE* Hentet 22. mars 2023 fra  
<https://innpatunet.no/psykisk-helse/>

Jacobsen, D.I. (2022). *Hvordan gjennomføre undersøkelser?* (4 utg. 1. oppl.). Cappelen Damm Akademisk.

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2019). *Det kvalitative forskningsintervju*. (3.utg. 5.oppl.). Gyldendal Akademisk.

Kogstad, R. (red.), Eriksson, B., Granerud, A., Hummelvoll, J. A., Lauritzen, T. & Batt-Rawden, K. (2012). *Håndbok for kjøpere av grønne tjenester: Inn på tunet-tjenester, Naturbaserte tjenester, Grønn omsorg, Grønt arbeid*. Statsforvalteren.

Lindahl-Jacobsen, L. & Winge-Jessen, C. (2017). Meningsfulde aktiviteterets betydning for sundhed og velvære. Kristensen, H.K., Schou Bach, A.S. & Mærsk, J.L. (Red.), *Nordisk aktivitetsvitenskap* (1. utg. 2.oppl, s. 62-64). Munksgaard.

Nasjonalt kompetansesenter for samtidig rus og psykisk lidelse. (2022, 04. oktober). *Hva er IDDT?*  
<https://rop.no/kompetanseheving/iddt/hva-er-iddt/>



Ness, N. E. (2016). Hverdagsmestring. *Ergoterapeutene*, (1), 33-34.  
<https://n9.cl/usf9e>

Peoples, H., Brandt, Å. & Pedersen, U., (2019). Introduksjon til ergoterapi. Brandt, Å., Peoples, H. & Pedersen, U. (Red.), BASISBOG I ERGOTERAPI (4.utg. 1.oppl, s. 25). Munksgaard.

Pedersen, U., (2019). Ergoterapi i forebyggende og sunhetsfremmende innsatser. Brandt, Å., Peoples, H. & Pedersen, U. (Red.), BASISBOG I ERGOTERAPI (4.utg. 1.oppl, s. 217). Munksgaard.

Pedersen, I., Olsen, C., Ellingsen-Dalskau, L. & Sandstedt, L. (2019). *Håndbok i dyreassisterte intervensjoner*. Fagbokforlaget.

Regjeringen. (2018). *Hesten som ressurs - Lokal næringsutvikling (brosjyre)*.  
<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/hesten-som-ressurs---lokal-naringsutvikling2/id2601834/>

Sverdrup, S. (2021). *Bachelor- og masteroppgaver i sosial- og helsefag Råd og vink. Skritt for skritt*. (1.utg. 2.oppl.). CAPPELEN DAMM AS.

Søk & skriv. (2023, 20. april). *IMRaD-modellen*  
<https://www.sokogskriv.no/skriving/imrad-modellen.html#introduksjon>

Tande Bjerkaas, K-E. (2019, 02. juli). *Hva kan og gjør ergoterapeuter? Og hvorfor?* Ergoterapeutene.  
<https://ergoterapeutene.org/ergoterapi/hva-kan-og-gjor-ergoterapeuter-og-hvorfor/>

Wilcock, A.A. (1999). Reflections on doing, being and becoming\*. *Australian Occupational Therapy journal*, 46, 1-11.

Wilcock A.A. & Hocking, C. (2015) *An occupational Perspective of Health*. Third Edition. SLACK Incorporated.

Figur 1. Lindahl-Jacobsen, L. & Winge-Jessen, C. (2017). Meningsfulde aktiviteterets betydning for sundhed og velvære. Kristensen, H.K., Schou Bach, A.S. & Mærsk, J.L. (Red.), *Nordisk aktivitetsvitenskap* (1. utg. 2.oppl, s. 64). Munksgaard.

## Vedleggsliste

Vedlegg 1: Etterlysning av informanter, delt i sosiale medier.

Vedlegg 2: Intervjuguide

