

## ”Vingklippt och ensam” – men behövd, värdefull och älskad Hästassisterad behandling av utsatta tonårsflickor\*

Magne Boman-Andersson

Djur har historiskt haft en central roll i människans utveckling och behandling av ohälsa, och djurs hälso- och terapifrämjande egenskaper har de senaste decennierna börjat uppmärksammas. Med syfte att utröna hur hästar kan användas i terapeutiskt arbete intervjuades sex yrkesverksamma kvinnor på två behandlingshem med hästassisterad terapi (HAT) för tonårsflickor med psykosocial problematik. Därtill enkätintervjuades fyra kvinnor som genomgått HAT. Det framkom att hästar kan utgöra terapeutiska och kommunikativa verktyg som kringgår klientens försvarsmekanismer, reducerar det hotfulla i samtalsituationer samt underlättar koncentration och anknytning. Klienten upplever ett ömsesidigt förhållande med hästen, och meningsfullhet och kärlek. Det diskuteras att HAT effektivt kan komplettera redan etablerade behandlingsformer, samt att bredare acceptans av djurassisterade behandlingsmetoder tycks närmas genom ökad öppenhet och kunskap.

*Key words:* horse-facilitated therapy, adolescent girls, psychosocial problems.

### Inledning

De antropocentriska attityder som präglar de monoteistiska religionerna tycks under de senaste 1000-2000 åren ha medfört en andlig distansering från djur och natur, dessa som tidigare varit intimt förknippade med mänsklig hälsa. Animismen – de trossystem som byggde på en gemenskap med allt levande – överensstämde föga med dessa religioners världssyn med människan som rättmätig härskare över naturen. Först under 1800-talet blev djur åter aktuella i hälso-sammanhang, då de i ökande utsträckning användes på mentalinstitutioner i England. Dessa experiment var högst framgångsrika, och dess positiva effekter på patienter och institutionsmiljö lovordades i dåtida artiklar. Dock avbröts denna utveckling under 1900-talets första decennier då läkarvetenskapen blev mer evidensbaserad, varvid ett nytt ”hinder” för djurassisterade behandlingsmetoder uppstod. De positivistiska tongångar som ersatte observationsbaserad och intuitiv läkarvetenskap medförde bieffekten att djuren fick lämna de terapeutiska miljöerna, då de verksamma delarna i djurassisterade behandlingsmetoder var – och är alltjämt – svåra att specificera. Under 1900-talets första hälft sågs sällskapsdjuren i terapeutiska sammanhang främst som pälsbeklädda metaforer för ”detet”, som aldrig lär sig tygla drifter och impulser. Det dröjde till 1960-talet innan djuren sakteliga började återvända till de terapeutiska miljöerna. Trots kongruens i rapporter och vittnesmål om djurs terapi- och hälsofrämjande inverkan ligger ämnet utanför den normativa, vetenskapliga fåran, vilket delvis kan förklara den brist på standardiserad terminologi som alltjämt råder (Serpell, 2006; Kruger & Serpell, 2006).

---

\* Tack till de ’flickor’, nu kvinnor, som med rörande skildringar och gripande, upplevda exempel besvarat mina enkäter. Genom att skapa titeln av Era ord tillägnar jag denna uppsats till Er och Era medsystrar. Behandlingshemspersonalen som intervjuats vill jag varmt tacka för den kunskap Ni låtit mig ta del av. Tack även till Sven Forsling och Bengt-Åke Öhgren för engagemang och hjälp.

I denna rapport används begreppen djurassisterad terapi (DAT) ("animal-assisted therapy") och hästassisterad terapi (HAT) ("horse-facilitated therapy") för målinriktade interventioner utförda av specialiserad personal, där djur som uppfyller vissa kriterier används som en fundamental del av behandlingen (Kruger & Serpell, 2006).

### *En evolutionärpsykologisk tillbakablick*

I 99 % av människans tid som egen art har hon levt som jägare/samlare, tätt sammanflätad med, och som en del av naturen och dess övriga invånare (Wilson, 1993). Denna närhet till andra arter har lett till domesticeringen av vissa av dem, som kanske likt bemästrandet av elden är en av milstolparna i vår arts utvecklingshistoria. Vid vilken tidpunkt domesticering påbörjades råder det debatt om, dock hålls hunden för att vara det första djuret att domesticeras, enligt genetisk forskning för så länge som 135 000 år sedan (Budiansky, 2000, pp. 21-23) – vilket kontrasterar mot de 30 000 år som tidigare varit det längsta som haft stöd i forskning (Brodie & Biley, 1999).

Kontakten med djur har genom jordbrukets utveckling för runt 10 000 år sedan möjliggjort spridning över annars ogästvänliga områden, och djuren har erbjudit skydd, lättillgänglig näring, klädesmaterial, och möjliggjort förbättrade jaktmetoder. Närheten till djuren avbröts dock tämligen abrupt med mekaniseringen och industrialiseringen: Runt år 1800 bodde ca 10 % av befolkningen i Nordamerika och Västeuropa i städer, nu är den siffran ca 90 % (Katcher & Beck, 1987).

Wilson (refererad av Kellert, 1993) presenterade år 1984 biofilhypotesen ("The Biophilia Hypothesis"), som föreslår att människan, efter hennes med andra arter sammanflätade utveckling, har en nedärvd mekanism att fokusera på liv och livliknande processer precis som hon tycks ha en nedärvd mekanism att sky giftiga djur (Ulrich, 1993). Biofilhypotesen kanske kan förklara de hälsofrämjande effekter som naturliga omgivningar har på människor (Kahn, 1997; Ulrich, 1984, 1993), och kanske även husdjursbranschens stora ekonomiska omsättning (Melson, 2001, s. 30).

Med hypotesen att naturen och dess levande väsen har haft en signifikant inverkan på människans utveckling följer insikten att hon, urbaniserad som hon nu är, befinner sig på ny mark. Detta miljöbytes inverkan på människans psykiska hälsa är inte känd, men möjligen är antagandena att en återgång till naturen är välgörande och att djur med fördel kan inkorporeras i behandling av ohälsa inte alltför långsökta. Rollin (2006) formulerar kopplingen till terapeutiskt arbete på följande sätt:

It was thus not surprising that animals would emerge as powerful allies in therapeutic and psychotherapeutic enterprise. As nonjudgmental, inexhaustible, fountains of love and loyalty, animals were natural vehicles for penetrating the shell surrounding the disturbed [and] the isolated, ... just as they alleviate urban loneliness and facilitate human interactions. (pp. xii)

### *Djurs hälsofrämjande inverkan*

Sedan en uppmärksam studie 1980 (Friedmann, Katcher, Lynch, & Thomas) visade att sällskapsdjur, mer än att leva i ett äktenskap eller att vara socialt aktiv, markant ökar chanserna att överleva det första året efter en hjärtattack har sambandet mellan sällskapsdjur och kardiovaskulär hälsa fått alltmer stöd (Brodie & Biley, 1999; Cole, Gawlinski, Steers, &

Kotlerman, 2007; Friedmann & Thomas, 1998; Friedmann & Tsai, 2006; Rowan & Beck, 1994; Virués-Ortega & Buela-Casal, 2006). Detta samband har även kontrollerats och säkerställts mot variabeln typ A-personlighet, som annars har ett samband med kardiovaskulär ohälsa (Järvikoski & Härkäpää, 1987, refererad av McNicholas & Collis, 1998), och det visades att trots en överrepresentation av typ A-personligheter i djurägargruppen uppvisade denna grupp bättre hälsa (McNicholas & Collis, 1998). Det är nu allmänt accepterat att djur har en blodtryckssänkande och lugnande inverkan, vilken kan användas kliniskt (Cole et al., 2007; Friedmann, Thomas, Cook, Tsai, & Picot, 2007).

Den vetenskapliga uppmärksamheten har successivt breddats till andra områden av mänsklig hälsa, inte bara fysiologisk. Man har funnit att djur har en ångestdämpande inverkan (Barker & Dawson, 1998; Barker, Pandurangi, & Best, 2003; Friedmann, 1995), lindrar depression (Wilson, 1998), och reducerar stress (Barker, Knisely, McCain, & Best, 2005; Friedmann, 1995; Katcher & Wilkins, 1993). Hästassisterad behandling har med framgång använts för att höja självkänsla och tilltro på den egna förmågan, som visat sig vara överförbart till livet utanför de terapeutiska aktiviteterna (Bizub, Joy, & Davidson, 2003; Burgon, 2003). Det råder enighet om att djurs närvaro förstärker effekten av psykoterapi, och underlättar och främjar mellanmänsklig interaktion (Burgon, 2003; Fournier, Geller, & Fortney 2007; Hanselman, 2001; Levinson, 1965; Levinson & Mallon, 1997; Marr et al., 2000). Men även med kontroll för variabeln socialisation har DAT visat sig kunna förebygga ensamhetskänslor (Banks & Banks, 2005).

Forskning har visat att dissociativa symtom korrelerar positivt med ökad nivå av anknytning till husdjur (Brown & Katcher, 1997, 2001) – ju mer dissociativa symtom, desto starkare anknytning (eller vice versa). Brown och Katcher (1997, 2001) klargör att det kausala sambandet inte är fullt utrett, varför viss försiktighet bör iakttas; dock är deras preliminära slutsats att personer som blivit utsatta för traumatiska upplevelser tenderar att ty sig till djur. Det finns även en viss positiv korrelation hos äldre mellan stress och ökad nivå av anknytning till husdjur, och mellan ensamhet och ökad nivå av anknytning till husdjur (Keil, 1998). Den sistnämnda korrelationen var starkare för personer som saknade en mänsklig förtrogen ("human confidant"). Keil (1998) föreslår att djur kan fungera som kompletterande anknytningsfigurer som tar vid där mänsklig kontakt slutar, men uppmanar till försiktighet då det ännu kan finnas okända faktorer.

Ett potentiellt stort användningsområde för djurassisterade behandlingsmetoder är kriminalvården. Ett antal studier har visat att dylika behandlingar har haft, förutom en lugnande och normaliserande effekt, signifikant inverkan på fängelseinterners nivåer av sociala färdigheter, kommunikativa förmågor och tålamod (Bair, 2003; Fournier et al., 2007; Moneymaker & Strimple, 1991; Strimple, 2003; Turner, 2007).

Att djur tycks slå an allmänmänskliga strängar illustreras även av att man genom DAT kan behandla både äldre patienter med demens (Kanamori et al., 2001), Alzheimers sjukdom (Batson, McCabe, Baun, & Wilson, 1998; Edwards & Beck, 2002) och schizofreni (Barak, Savorai, Mavashev, & Beni 2001), liksom även ungdomar och barn med psykosocial problematik (Granger, Kogan, Fitchett, & Helmer, 1998; Hanselman, 2001). I jämförelse med konventionella terapimetoder har DAT visat sig ha effekt i ett bredare spektrum av psykiatriska diagnoser (Barker & Dawson, 1998).

### *Djurassisterade behandlingsmetoders renässans*

Under 1960-talet började barnpsykoterapeuten Boris Levinson att använda djur som terapeutiska verktyg med sina patienter, och ses därför som något av en förgrundsgestalt inom DAT. Han beskriver (1965) olika fördelar som närvaro av djur (i det här fallet hund och katt) har för terapin:

I kontakten med djuret avslöjar patienten genom sitt beteende sin problematik och sina attityder gentemot omvärlden, vilket vanligen inte sker spontant inför en terapeut. Patienten får i djuret något helt ofarligt och vänskapligt att fokusera på, och den trygga och ickekonfrontativa atmosfär som skapas kring djuret innefattar väldigt snart även terapeuten – varefter djuret kan slussas ut successivt. Härav fungerar djuret som en bro mellan patient och terapeut, som förmedlar en förtroendefull kontakt. Med djuret kan även metaforer användas, som genom viss identifikation med djuret är överförbara till patientens liv och situation. Levinson menar att djuret hjälper patienten att fokusera på det nuvarande och det framtida snarare än på det förgångna.

I sin första bok, vars första upplaga utgavs 1969, redogör Levinson (Levinson & Mallon, 1997, kap. 3-4) för hur djuret kan användas som hjälp till att diagnosticera patienten. Han menar att man som terapeut vill kunna se patienten i en vardaglig miljö där stressorer och problem-beteenden blir åskådliggjorda, utan att patienten är medveten om detta. När patienten befinner sig i den strukturerade situationen hos terapeuten, infinner sig ej de beteenden som ligger till grund för besöket. Patienten har ”garden uppe”, och låter sig inte studeras – men med djur närvarande censurerar och döljer inte patienten sina känslor i samma utsträckning. Detta, i kombination med barns idiosynkratiska reaktioner och förväntningar på djur, kan ge värdefull information om patientens inre dynamik, attityder och problemområden. Levinson menar (1984) även att djur, mjuka och varma som de är, delvis genom klassisk betingning med snuttefilter och liknande fungerar som övergångsobjekt (Winnicott, 1953). Även Triebenbacher (1998) har visat att djur kan fungera som övergångsobjekt. Dragningen till mjuka objekt är allmänt känd i djurvärlden sedan 1950-talets experiment med apungar (Harlow, 1958; Harlow & Zimmerman, 1959, refererad av Levinson, 1984).

Levinson (1984) skriver att djuret kan ha rollen som terapeutiskt komplement (”adjunct”), som med sin lugnande inverkan minskar omställningen till den terapeutiska situationen för patienten. Terapeuten förknippas genom sitt ägande av djuret med det, och lugnet sprids då även till terapeuten, och patientens acceptans av denne underlättas. Forskning har visat (Beck & Katcher, 1996, kap. 5-6) att patienter, såväl barn som vuxna, är lugnare i terapeutiska situationer med djur närvarande och att terapin härav främjas. Etablerandet av ett förhållande mellan patient och terapeut, där patienten kan och vågar öppna sig, underlättas. Djuret kan även fungera som något av en terapeut själv, tillsammans med vilken man kan komma i kontakt med sina känslor, och därmed till insikt om den egna problematiken. Hos djuret finns en villkorlös acceptans, av människor ofta upplevd som förståelse. Inför djuret behöver patienten inte känna sig förlägen eller i tacksamhetsskuld för sina insikter eller avslöjanden, som kan vara fallet med en mänsklig terapeut (Levinson, 1984).

Levinsons teorier visar kongruens med annan tidig forskning (Corson, Corson, Gwynne, & Arnold, 1977) kring DAT för inlagda psykiatriska patienter som inte svarat på traditionella, psykologiska metoder. Den process där patienten först accepterar djuret och sedan en människa (terapeut/personal), iaktogs – under de initiala delarna av terapin fokuserade patienterna uteslutande på djuren (hundar). Dessa fungerade även som katalysatorer för socialisation patienter emellan, och ingjöt en slags kåranda och förbättrade relationer mellan patienter och personal. Med ökande ansvar för hundarna utvecklade patienterna självrespekt, oberoende och ansvars-tagande, och kring hundarna bildades naturliga rutiner vilka till stor del sköttes frivilligt av patienterna.

## *Stall Frossarbo*

Sven Forsling, psykolog och forskare, var mellan åren 1987 och 1999 föreståndare för ett behandlingshem med hästassisterad behandling för tvångsomhändertagna flickor i tonåren eller strax däröver. Vid Stall Frossarbo, som var behandlingshemmets namn, utbildades flickorna till hästskötare. De valde en häst som de under vistelsen, i genomsnitt ett och ett halvt till två år, hade som sin egen. Mätt i olika variabler som avvikningar, genomförd utbildning och huruvida flickorna klarade eget boende var Stall Frossarbo högst framgångsrikt. Den terapeutiska idén var att flickan i det att hon lär sig ta hand om och tycka om hästen för den som den är, även lär sig att ta hand om och tycka om sig själv för den hon själv är (Forsling, 2001).

Forsling (2001, ss. 79-83) genomförde en intervjustudie med Stall Frossarbos utflyttade elever/klienter som deltagare, i vilken visades att känslorna som flickorna (nu kvinnorna) hade för sina respektive hästar var oförändrat starka och varma flera år efter separationen från dem. Detta skiljer hästarna från klassiska övergångsobjekt (Forsling, 2001, ss. 51, 103) vars öden är att förlora sin mening, enär objektets ägare utvecklas och inte behöver det längre (Winnicott, 1953). Övergångsobjekt faller inte i glömska, men är inte föremål för saknad, sorg och fortsatt kärlek. Forsling (2001, ss. 81-82) har även visat att majoriteten av flickorna som genomgick utbildningen vid Stall Frossarbo, valde häst efter egenskaper som kan uppfattas som negativa. Hästar valdes i stor utsträckning efter egenskaper som fullhet, elakhet, svårighet att hanteras, och att de uppfattades som ensamma. På frågan om varför hon kunde välja en riktigt elak häst, svarar en klient: "Jag visste att elaka hästar inte var elaka, bara missförstådda. Jag kunde känna igen mig själv i [hästen]. Egentligen tror jag att vi var ganska så lika. Jag visste att hon också skulle förstå mig." Forsling (2001) skriver:

Det finns uppenbarligen en direkt och stark koppling till flickans val av häst och hennes upplevelse av sig själv och den situation som hon befinner sig i. ... Hästen blir, oberoende av hur den är, ofta flickans egen spegelbild. Hästen befinner sig i samma utsatta och sårbara läge. Det gör att hästen 'kan förstå' flickan. Han kan vara både elak och missförstådd. Men elak är han därför att ingen tidigare har förstått honom eller brytt sig om honom. (ss. 82-83)

Sedan Stall Frossarbos tid har andra behandlingshem startat med liknande behandlingsmodell eller med Stall Frossarbo som inspirationskälla (Sven Forsling, personlig kommunikation, 2 november 2008). I Sverige är det kanske dessa som främst representerar djur- eller hästassisterad terapi/behandling och erbjuder en möjlighet att studera fenomenet. Dessa behandlingshem har även något olika klientgrupper – om än en stor överlappning finns – vilket ytterligare erbjuder en möjlighet att inringa fenomenet.

## *Syfte*

Denna studie syftade främst till att ge en inblick i hur hästar kan användas i terapeutiskt arbete, hur de används i Sverige idag, och vilka komponenter behandlingen upplevs bestå av – både av yrkesverksamma behandlare och av personer som tidigare genomgått HAT. Huruvida de identifikatoriska processer som Forsling (2001, ss. 81-83) redogör för tycks förekomma på dagens behandlingshem och – om så – om/hur dessa används i det terapeutiska arbetet, studerades. De kommunikativa och terapeutiska tekniker som Levinson (1965, 1984; Levinson & Mallon, 1997, kap. 3-4) redogör för studerades, och så även om känslorna för hästarna/djuren kvarstår som

Forsling (2001, s. 103) beskriver. Forskningsfrågorna för denna studie var: På vilket sätt kan hästar bidra till behandlingen av unga klienter med psykosocial problematik? Vad är det som upplevs vara verksamt i hästassisterad terapi?

## Metod

### *Deltagare*

Via personlig kommunikation och sökande på internet identifierades behandlingshem med hästassisterade behandlingsmetoder, där hästarna hålls som en central del i behandlingen. Intervjuer genomfördes vid de av dessa behandlingshem där personal ville medverka i undersökningen.

Genom e-post- respektive telefonkontakt med två före detta föreståndare på två sedan ett tiotal år nedlagda behandlingshem med häst- respektive djurassisterade behandlingsmetoder, föddes idén att skicka enkäter med öppna frågor till dessa behandlingshems klienter. Kontaktuppgifter och adresser förmedlades av de två föreståndarna.

*Intervjuundersökningen.* Behandlingshem 1 (BH1), där två intervjuer genomfördes, bedriver hästassisterad behandling och hästskötarutbildning för flickor från 13 till 20 år med psykosocial problematik, där bland annat självskadebeteenden och ätstörningar är vanligt förekommande. Flickorna som kommer till BH1 förutsätts ha ett visst intresse för hästar, dock behövs inga djupa förkunskaper. BH1 började som en dagverksamhet, varför flickorna förväntas åka buss till behandlingshemmet på morgonen, men som svar på behov har även fasta platser skapats. BH1 bedriver professionell stallverksamhet och ”utbildar” unga hästar, och klienterna tilldelas varsin häst som de har som sin egen och får följa i utbildning och utveckling. De två personer som intervjuades var bägge kvinnor, med stor erfarenhet av hästassisterade behandlingsmetoder. Den första intervjupersonen (IP) vid BH1 var 50 år, och utbildad fritidspedagog och steg 1-terapeut. Den andra IP var 42 år, och utbildad specialpedagog.

Behandlingshem 2 (BH2), där fyra intervjuer genomfördes, benämns av personalen som ett anknytningsboende med rötter i anknytningsteorin (Bowlby, 1988), och bedriver hästassisterad miljöterapi. Klientgruppen är flickor från 13 till 18 år som blivit utsatta för sexuella övergrepp, och som oftast tvångsplaceras. Klienterna, som ofta kommer direkt från vård i Barn- och Ungdomspsykiatri, är i stor utsträckning suicidala initialt. Behandlingen syftar till att först och främst skapa en livsvilja. Utbildning eller individualterapi bedrivs inte, då detta förutsätter en funktionsnivå som klienterna inte bedöms ha uppnått. Klienterna tilldelas varsin häst att ta hand om och utvecklas tillsammans med under vistelsen på BH2. De fyra IPP var samtliga kvinnor, även här med stor erfarenhet av hästassisterade behandlingsmetoder. Den första IP vid BH2 var 27 år, utbildad i psykodrama samt pågående ridterapeututbildning. Den andra IP var 41 år, legitimerad psykolog, hypnosterapeut, med kompletterande utbildningar. Den tredje IP var 45 år, socionom, med kompletterande utbildningar samt pågående ridterapeututbildning. Den fjärde IP var 52 år, familjeterapeut och ridinstruktör, med kompletterande utbildningar samt pågående ridterapeututbildning.

*Enkätundersökningen.* Från behandlingshem 3:s (BH3) klienter kom fyra av åtta enkäter tillbaka. BH3 bedrev hästassisterad behandling och hästskötarutbildning för tvångsplacerade flickor från 15 till 22 år med psykosocial problematik. Flickorna fick välja en häst som de hade som sin egen under vistelsen.

Från behandlingshem 4:s (BH4) klienter kom inga av sex enkäter tillbaka. BH4 var det enda behandlingshemmet i studien som använde diverse gårdsdjur, och inte uteslutande hästar, i behandlingen.

## *Material*

*Intervjuguide.* Intervjuguiden var avdelad i sex delar som, med viss överlappning, behandlade olika områden:

1. "Övergripande, allmänt." Denna del behandlade frågor av faktakaraktär, såsom det aktuella behandlingshemmets teoretiska inriktning, behandlingens längd, klienternas problematik och ålder.
2. "Övergripande, djuren." Denna del behandlade hur och i vilken grad djuren integrerades i behandlingen, vad djuren innebar för klienterna; frågor med syfte att ringa in det centrala i den djurassisterade behandlingen.
3. "Kommunikativ och social triangulering." Denna del behandlade om/hur djuren kan användas för att främja kommunikation och kontakt mellan behandlare och klient, samt om/hur kontakten med djur utvecklar klienternas kommunikativa förmåga.
4. "Identifikation." Denna del behandlade om/hur klienterna överför känslor, egenskaper och aspekter hos sig själva på djuret, och om/hur detta kan användas i behandlingen (se Forsling, 2001; Levinson, 1997).
5. "Motivation, mening." Denna del är inspirerad av Maslows (1943, 1987) och Frankls (1984) teorier och tankegångar, och behandlar områden som motivation, känslan att vara behövd, att få älska och bli älskad, och att känna mening.
6. "Slutligen." I denna avslutande del gjordes ett försök att ringa in kärnan i fenomenet. Intervjupersonen gavs ett tillfälle att reflektera över intervjun i sin helhet, för att därefter eventuellt tillägga något.

*Enkäter.* De två nedlagda behandlingshemmen från vilka tidigare klienter kontaktades skilde sig åt något i behandlingsform, då det ena endast hade hästar och det andra hade gårdsdjur. Härav skilde sig enkäterna åt i vissa formuleringar, dock ej i mening. Tjugotvå öppna enkätfrågor arbetades fram utifrån samma teoretiska referensram som intervjuguiden, och behandlade samma delområden. Frågorna följdes åt av fyra tomma rader, med undantag för de sista två frågorna som följdes åt av åtta tomma rader. Baksidan av varje ark var linjerad, för att ge möjligheter att utveckla svaren ytterligare.

## *Procedur*

*Intervjuer.* Tre mellansvenska behandlingshem med hästassisterade behandlingsmetoder kontaktades via telefon varefter missivbrev skickades via e-post, för att sedan delas ut till de anställda av föreståndaren. I missivbrevet fanns en presentation av författaren, information om studiens syfte och de forskningsetiska principerna. Behandlingshemmen kontaktades igen via telefon, för att utröna om tid och intresse för intervjuer fanns. Ett av de tre behandlingshemmen avböjde på grund av tidsbrist. De två återstående behandlingshemmens personal erbjöd två respektive fyra enskilda intervjuer, i de respektive behandlingshemmens lokaler. Innan intervjuerna påbörjades, kontrollerades att deltagarna hade haft tillgång till missivbrevet där de forskningsetiska principerna redogjordes för, och de informerades på nytt om att deltagandet var

frivilligt och att konfidentialitet garanterades. Intervjuerna varade i genomsnitt i ca 70 minuter, och var semistrukturerade. Följdfrågor, till stor del från klienternas perspektiv, följde upp intervjupersonernas svar och redogörelser: 'Hur brukar klienterna prata om detta? Vad tror du detta innebär för klienterna?'

*Enkäter.* Klienter från två sedan ett tiotal år stängda behandlingshem med häst- respektive djurassisterade behandlingsmetoder mottog via post missivbrev, enkät, samt adresserat och frankerat svarskuvert. Missivbrevet utformades på samma sätt som vid intervjuerna, och det framgick att anonymitet garanterades.

## *Databearbetning*

*Intervjuer.* En fenomenologiskt baserad meningskoncentrering (Kavle, 1997, ss. 175-178) i åtta steg, som redovisas nedan, tillämpades på intervjumaterialet.

1. Protokollen med ordagrant transkriberade intervjudata lästes igenom för en helhetsbild.
2. I varje enskilt protokoll markerades textens grundläggande enheter.
3. Textens grundläggande enheter kondenserades och omformulerades till 260 kortfattade meningsbärande enheter.
4. Materialets meningsbärande enheter sammanfattades till deskriptiva texter, i mening motsvarande de olika intervjuerna.
5. De deskriptiva texterna jämfördes sinsemellan för att klargöra olikheter och överlappning.
6. De meningsbärande enheterna sorterades efter innebörd till sex preliminära kategorier.
7. De deskriptiva texterna lästes återigen igenom och relaterades till vad som framkommit. Detta resulterade dock inte i några ändringar.
8. Efter att ha relaterats till forskningsfrågorna sammanställdes de sex preliminära kategorierna till tre mer övergripande teman: *Hästens katalysatoriska egenskaper*, där processer som underlättas och påskyndas av hästen redovisas; samt *hästens terapeutiska egenskaper*, där de behandlingstekniker som hästen möjliggör redovisas; *effekter av behandlingen*. Temana uppdelades i kategorier, och en av dessa kategorier tilldelades även nyckelord.

*Enkäter.* Enkätmaterialet analyserades på samma sätt som det utskrivna intervjumaterialet. 106 kortfattade meningsbärande enheter utvanns. Sex kategorier bildades: *Vad klienten får av hästen; vad klienten får ge till hästen; relationen till hästen; effekter av behandlingen; fördelarna med hästar; separationen och minnena.*

Materialet tolkades induktivt, men inom ramen för förförståelsen och intervjuguidens delvis teoristyrda frågor.

## Resultat

Intervjuundersökningens respektive enkätundersökningens resultat presenteras separat, på grund av målgruppernas marginella skillnader samt de olika perspektiv som intervjupersoner (personal) och enkätrespondenter (klienter) har på problemområdet. Först redovisas intervjuundersökningen, sedan enkätundersökningen.

I tabellen nedan (Tabell 1) redovisas intervjuundersökningens resultatets tre övergripande teman, vilka kategorier dessa består av, samt de nyckelord som tilldelats en av kategorierna.



Tabell 1  
Översikt, intervjuundersökningens resultat

Tema	Kategori	Nyckelord
<i>Hästens katalysatoriska egenskaper</i>	<i>Katalysator för anknytning</i> <i>Katalysator för kommunikation</i> <i>Hästen underlättar utredning</i> <i>Hästen som miljöterapeutisk resurs</i>	
<i>Hästens terapeutiska egenskaper</i>	<i>Identifikatoriska processer</i> <i>Hästen som terapeutiskt verktyg</i>	→ Förankring i tid och rum Vikänsla Överskådlighet Metaforer
<i>Effekter av behandlingen</i>	<i>Kroppskänedom</i> <i>Kommunikativ anpassning</i> <i>Att erfara värde</i> <i>Separationen från hästen</i>	

### *Hästens katalysatoriska egenskaper*

*Katalysator för anknytning.* Intervjupersonerna (IPP) berättade att när klienten (i det här fallet en flicka i tonåren) kommer till behandlingshemmen ifråga är hästen hon tilldelas vanligen den första hon knyter an till. Med de ofta starkt negativa vuxenkontakter klienten har erfarenheter av tyr hon sig naturligt till den ickedömande hästen, som blir en första trygghet i den nya världen. I den nya och potentiellt skrämmande kontakten med personalen kan hästen, enligt IPP, få funktionen av ett övergångsobjekt vars tröst och stöd klienten själv rör över. Hästen tycks inte utlösa klientens försvarsmekanismer eftersom den varken talar, manipulerar eller slår, och därför uppfattas den som ofarlig. Tillit och förtroende byggs upp, vilket sedan sprider sig till att innefatta personalen. Genom detta tillvägagångssätt förkortas anknytningsperioden betydligt.

Intervjuperson 1 (IP1) redogjorde dock för en osäkerhet kring vem klienten knyter an till först och redogör för att somliga klienter får ”lotsas till anknytning. ... Men sen när de väl kliver upp och sätter sig på hästen, då [sker anknytningen].”

*Katalysator för kommunikation.* Det råder samstämmighet i materialet om att ett varsamt närmande till klienten kan ske när förtroendet mellan behandlingshemspersonalen och klienten, som byggs upp genom hästen, är etablerat. Närmandet har på så sätt möjlighet att bli icke-konfrontativt och mindre hotfullt. Hästen främjar socialisation och spontana samtal, och används för att överbrygga den klyfta som initialt finns mellan personal och klient – hästen hjälper att ”bryta isen.” Att nå fram till klienten underlättas för personalen, och klienten får större möjlighet att öppna sig. Denna kommunikativa triangulering som personalen kan genomföra via hästen gör situationen mindre utmanande och direkt, och IPP redogjorde för att stämningen blir allmänt mindre ”tryckande.”

Fokus kan vara på arbetet kring hästen, eller omvårdnaden av den, och samtalet får sin naturliga gång. Denna miljö med hästen som ständig källa till lugn, acceptans och tillit främjar öppna och självutlämnande konversationer, och många svåra samtal angående klientens problematik kommer enligt IPP på hästryggen och i stallet.

*Hästen underlättar utredning.* IPP redogjorde för att i arbetet kring hästen få möjlighet att iakttaga klienten i naturliga situationer med olika sysslor och aktiviteter, ensam- och samarbete, i en miljö där det inte råder någon känsla av utvärdering eller granskning som påverkar klientens beteende. Klientens problemområden och kunskapsluckor åskådliggörs, och hennes funktionsnivå kan ringas in och fastställas. Med sin hantering av och sina förväntningar på hästen avslöjar klienten sina attityder och sin inre dynamik. Hos klienten ofta förekommande förmänskligande och övertolkningar av hästens beteende ger i sin tur personalen uppslag att förstå och tolka klienten: ”Kommer det en tolkning av en häst, så kan man vara hundraprocentigt säker på att det handlar om dem själva.” (IP1) Genom att ridningen är ett nära samspel med ett högkommunikativt och sensibelt djur kan personalen läsa av hästen för att få kunskap om flickans spänningar, rädslor och rådande sinnesstämning. Men likaväl som brister kommer fram så håller IPP fram att även styrkor och talanger visar sig.

*Hästen som miljöterapeutisk resurs.* Hästarna redogjordes för som ett centralt, lustfyllt och motiverande inslag för behandlingshemmet. En positiv grundstämning med ”lättnadseffekt” tycks ingjutas i verksamheten. Istället för att fokus mer uteslutande kretsar kring betungande frågor inbjuds klienterna att känna meningsfullhet i samvaron, och med tiden får glädjeämnen tillfälle att visa sig. I gårdslivet förebyggs enligt IPP överanalyserande och åltande av rutinerna runt hästarna – kanske inte minst genom det dagliga mockandet. Med hästarna kan en känsla av normalitet och sammanhang infinna sig, och en positiv identitet kan växa fram. Somliga klienter fortsätter på inslagen bana och blir fullfjädrade ”hästtjejer.”

Likaväl som hästarna har positiv effekt på klienterna, har de det enligt IPP även på dem själva. Djurens och naturens hälsobringande inverkan, som i behandlingen mest ses som en bonus, ser IPP som allmänmänsklig. En känsla av spänning och upptäckande återkommer i materialet – detta tycks vara en följd av den upplevda komplexiteten i arbetet med hästen som verktyg och att inriktningen till stora delar fortfarande är i sin linda. Flera IPP redogör för stora möjligheter att inrikta sig på områden efter egna preferenser och intressen, samt att utveckla specialkunskap.

Hästarna centrala placering i behandlingen ger i IPP:s redogörelser något att naturligt enas kring, vilket gynnar interaktion. Hästarna blir ett återkommande samtalsämne, och ofta ett gemensamt intresseområde. Omhändertagandet av hästarna inbjuder till samarbete, och att alla är lika inför hästarna motverkar segregation mellan personalen och klienterna – hästarna beskrivs som en enande ”översymbol” att samlas och slå ihop syften kring.

### *Hästens terapeutiska egenskaper*

*Identifikatoriska processer.* I IPP:s redogörelser framträder att klienten ofta känner igen aspekter av sitt eget liv i hästens situation, och att dessa upplevda, överbryggande likheter bildar ett förenande, starkt band. Genom dessa paralleller bildas en av klienten upplevd ömsesidighet – klienten förstår hästen, likaväl som klienten upplever att den förstår henne. Hästens beteende tycks ha, genom klientens tolkningar och speciella förståelse, en tendens att alltid te sig förklarligt och närmast mänskligt. Flera IPP redogör för observationen att klienten och hästen ofta

närmar sig varandra beteendemässigt med tiden, så att de än mer liknar varandra – en tendens som klienten tycks vara omedveten om.

Hästen erbjuder personalen genom dessa identifikatoriska processer en väg till klientens inre. När klienten berättar om hästens åsikter och känslor, avslöjar hon för personalen något om sig själv. IP5 sammanfattade vad alla IPP berörde, på följande sätt: ”Vi pratar om deras hästar fast vi egentligen pratar om dem.” Klienten kan även överföra sin problematik till hästen, där den åskådliggörs för personalen. Under ätstörningsperioder kan klienten exempelvis uppleva att hästen bör banta och att dess matpåsar därför bör vägas. Med tiden och genom mognadsprocesser kan dylika processer åskådliggöras för klienten, till hennes ökade självinsikt. Identifikation med hästen sker enligt IPP i klienternas hela åldersregister och på olika nivåer – i materialet förekommer mer basala där klienten ger hästen samma frisyra som sig själv eller en idol, till mer abstrakta som rörande en liknande livssituation. Full samstämmighet råder inte om vilka egenskaper hos hästarna som klienterna dras till, men en överrepresentation av IPP nämnde ”udda” och ”särskiljande” egenskaper, likaväl som ett medkännande och vurmande för ”outsidern.”

Klientens ofta starkt negativa självuppfattning antas göra henne oförmögen att se positiva egenskaper eller att uppleva ett värde hos sig själv. Men identifikationen med hästen tillåter henne att ana även goda sidor och styrkor. Det nära bandet med den vackra, ädla hästen tycks stärka hennes självbild. Hästen blir för IPP ett medel genom vilket de kan nå fram till klienten med beröm och stärkande ord genom att rikta detta till just hästen. Klienten får möjlighet att ta åt sig av detta, vilket inte skulle skett om det riktats direkt till henne.

*Hästen som terapeutiskt verktyg.* Enligt flera IPP framträder ett mönster bland de klienter som utsatts för sexuella övergrepp: Efter den initiala anknytningsperioden är ett avståndstagande till hästen vanlig, då klienterna inte vill rida. Detta tolkades av IPP som ett tecken på att ”man kommer för nära”, att bearbetningen som hör till ridterapi är för smärtsam, och därför undviks. Kraftiga självska debeteenden riktade mot underlivet, som definitivt utesluter ridning, har inträffat. Processerna bakom dessa beteenden är ännu inte kartlagda, men de upplevs vittna om den kraft som finns i det terapeutiska verktyget, vilket ställer höga krav på kompetens och försiktighet.

I många fall är klienterna inte redo för individualterapi, och främst gäller detta de som blivit utsatta för sexuella övergrepp. IPP redogjorde för att individualterapisituationen, i ett stängt rum tillsammans med en annan, vuxen människa, har paralleller till övergreppssituationer, varför klienternas försvarsbeteenden aktiveras – de sluter och ”låser” sig, dissocierar och försvårar eller omöjliggör terapi. Hästarna rapporterades ha närmast rakt motsatt effekt; de ”låser upp” med den trygga och lugnande inverkan de har samt motverkar dissociativa symtom, och främjar koncentration.

Ett par IPP hävdade att klienterna ofta har otillfredsställda behov av fysisk beröring, trots att de ofta är avvisande. Ridningen ger personalen möjlighet att vidröra klienterna i olika situationer utan att det registreras som beröring, vilket exemplifierades: Hjälmens rättas till, benen sätts på rätt plats, en hand i svanken påminner om den korrekta sittställningen. ”Vi kan krama varandra efter en vecka, det är en jätteskillnad. ... Ja, man gör ju det när man är med hästen, att ’Gud, vad du var duktig!’ (Illustrerar en lätt omfamning) Nästan lite grabbigt, och de tycker om det.” (IP1) Omvårdandet av hästen erbjuder mängder av fysisk beröring, och att klienterna i långa stunder kan absorberas av omhändertagandet och ryktandet är tämligen återkommande.

”Hästarna är jätteviktiga, för det är de som är beständiga.” (IP4) IPP redogjorde för att det finns en konstans med hästar som inte finns med människor: De är oföränderliga, och deras bemötande är alltid villkorslöst. De bryr sig föga om återfall, misslyckanden eller härkomst, och

inför dem är alla människor lika värda. Mitt i alla förändringar – världens, personalens och flickans egna – är hästen densamma och förutsägbar. Genom att ”vara i sekunden” och reagera på minsta förändring i närmiljön ses hästen som hjälp att hålla klienten kvar i nuet – hästen tycks bli en *förankring i tid och rum*. De vanligt förekommande dissociativa symtomen, som att klienten är okoncentrerad och frånvarande, lindras genom att de hästrelaterade aktiviteterna främjar uppmärksamhet och närvaro i situationen. Fokus förflyttas från det förflutna och fjärran till det nutida och omedelbara, där klienternas koncentration inte avbryts och där deras förmågor får tillfälle att visa sig. IPP redogjorde på olika sätt att klienterna kan ha svårt att förstå kedjor av konsekvenser och skeenden, men hästen ses som tämligen lättförstådd på det sättet att den konstant är ”i sekunden” och då den inte lever i det förflutna eller framtida.

Hästarna anses av IPP ha en starkt lugnande och avslappnande effekt, vilket illustreras av att det sällan blir högljutt i stallet och att samtal om betungande saker ofta hålls i hästarnas närhet. Enligt IPP har behandlingshem med hästar en mer rofylld grundstämning än behandlingshem utan. Hästarna tillskrivs även en allmänt ångestdämpande effekt. Vid kraftigare ångestattacker kan denna effekt användas genom att man lyfter upp den hyperventilerande klienten på hästryggen och låter lugnet från hästen spridas till henne.

Det händer att klienterna berättar om svåra saker för hästarna, och det är oftast hos hästen klienten söker tröst – en tröst som med vissa övertolkningar från klienten angående hästens intentioner och funktionsnivå tycks infinna sig. IP1 exemplifierar genom att citera en klient som berättade om ett tillfälle då hon satt i stallet hos sin häst och grät:

[Klienten sa:] ’Han stod där och åt hö, och så såg han att jag var ledsen, och då ville han ge mig lite hö så jag blev glad. ... Han tog lite hö och lade i mitt knä.’ Och så var det naturligtvis inte, men det [var hennes upplevelse.]

I materialet är återkommande att det bildas ett mycket starkt band, en *vikänsla*, mellan klienten och hennes häst, och hästen tillskrivs inte sällan fantastiska förmågor. IP3 redogjorde för betraktelsen att klienterna ofta har en väl utvecklad intuitiv förmåga, ett ”sjätte sinne” som hon uttryckte det. Hon menade att det sannolikt uppstått som följd av att de tidigare varit tvungna att genom subliminala signaler uppfatta faror, och att denna förmåga gör att de passar väl ihop med och förstår sensibla djur.

Den personliga utveckling och det lärande som ridningen och arbetet kring hästen ger upphov till, samt den utveckling som hästar som tränas går igenom, har enligt flera IPP stora möjligheter att bli överskådliga för klienten. Utvecklingen och lärandet sker i etapper – exempelvis måste hästen vänjas vid nya situationer stegvis, och klienten måste lära sig olika aspekter av ridningen innan det kan vara dags att hoppa över högre hinder. Detta skeende är av högst reell och gripbar karaktär sedan det är självupplevt, relevant och ”på riktigt.” Med tillgång till denna *överskådlighet* redogjorde IPP att skeenden i klientens liv påvisas för henne. Hästen tycks på detta sätt bli ett nära exempel som kan användas för att tydliggöra processer och öka klientens förståelse av sig själv i sitt eget liv. Det framkommer i materialet att klienten, med ökad förståelse för stegindelade processer, anses kunna justera ouppnåeligt höga krav på sig själv till mer adekvata nivåer. IPP höll även fram att det långsiktiga tänkandet gynnas av denna förståelse.

I hästrelaterade aktiviteter kan personalen även påvisa skeenden i den situation de utspelar sig. Eftersom hästen ger omedelbar och opartisk bekräftelse på förändringar, tydliggörs klientens handlingars effekter för henne, och även vad hon sänder ut – medvetet eller ej. Hennes förväntningar på hästen anses av IPP genom djurets sensibilitet bli självuppfyllande profetior, vilket kan åskådliggöras för henne. I förlängningen kan detta leda till större kontroll över den egna sinnestämningen, samt en förståelse för samspelet mellan klienten och hennes omgivning.

I arbetet med hästen får personalen möjlighet att visa hur man sörjer för ett annat levande väsen med allt vad det innebär, men även att visa klienten hur man betar sig som omhändertagen. Denna aspekt kan förbises då rollen som omhändertagen kan vara ny och okänd för klienterna, en roll vars itrådande måste få ske med viss tillvänjning.

Ett par IPP redogjorde för att med förståelsen om vad det innebär att sörja för ett annat levande väsen, och med effekterna av klientens kärleksfulla omvårdnad av hästen klart synliga för sig, kommer en viss insikt om vilken omvårdnad som fattats henne själv. Djurets uppenbara beroendeställning och utsatthet anses utgöra en tydlig parallell till hennes egen uppväxt, och den vanligen stora skuldbeläggelsen till varför livet gått snett kan minskas genom att ansvaret för detta, med ökad förståelse, sakta lyfts från henne.

Hästen ger enligt IPP upphov till talrika *metaforer* om livet utanför behandlingshemmet, en symbolik som genom klientens anknytning och nära förhållande till hästen tycks bli avdramatiserad och mindre hotande. Personalen kan härigenom komma åt att behandla ämnen som annars är för laddade för att dryfta på ett avslappnat sätt, som klientens vanligen förekommande ätstörningar och självskadebeteende.

Parallella processer, där ett skeende med hästen svarar mot klientens personliga situation, är återkommande. De förmågor hon utvecklar på hästryggen, blir tillämpbara i andra sammanhang i hennes liv.

[Klienten] hade inte förmåga att styra någonting själv, hon hade inte koll på vem som var [bra eller dålig för henne]. ... Hon fick en av våra absolut snällaste hästar. ... Hon red hyfsat, men hade ... inte kontroll. Så den här snälla hästen blev helt vidrig efter en period, den gick precis vart den ville med henne, så fort den inte hade lust så slängde den av henne, och vi har aldrig sett [den hästen bete sig så]. ... Han tog över hela situationen. Den här [klienten blev] rädd för hästen. Men det fanns ändå ett band [till hästen] ... I och med att [bandet] fanns, så kunde vi också jobba med att hon skulle ta tillbaka kontrollen. Så vi lärde henne stegvis hur hon skulle få tillbaka makten över hästen. Parallellt med det här så började hon klara av att ta sig härifrån till familjehemmet och till skolan, ... och att inte försvinna på vägen. (IP6)

### *Effekter av behandlingen*

*Kroppskännedom.* IPP beskrev klienterna som separerade från sina kroppar, att de har kraftigt nedsatt uppfattning om vad som finns nedanför halsen. Detta tycks särskilt gälla de klienter som blivit utsatta för sexuella övergrepp. I ridningen är kroppskommunikationen central och hästen svarar omedelbart på det ryttaren med hela sin kropp sänder ut. Härigenom byggs klientens kontakt med sin kropp upp, och separationen från den börjar bearbetas. Denna process är dock förenad med vissa risker; de symtomatiska äckelkänslorna för den egna kroppen kan bli än starkare med den ökade kontakten, och självskadebeteenden kan öka under en period. Processen till ökad kontakt kan uppenbarligen vara en svår omställning, men ses som vital då den främjar integritet, och motverkar att klienterna utsätts för nya övergrepp eller hamnar i nya övergreppslignande situationer.

*Kommunikativ anpassning.* IPP höll fram det viktiga i att man i kommunikationen med ett djur sätter sig in i hur ens signaler uppfattas av djuret, vilket är särskilt viktigt med så ytterst sensibla flyktdjur som hästar. Det som klienterna sänder till hästarna får de omedelbar bekräftelse på, utan censur eller sociala koder. Detta anses öka klienternas medvetenhet om vad de

sänder ut och hur de påverkar sin omgivning, och kommunikationen utvecklas till mer mottagarorienterad. Denna förståelse är ofta ett bristområde och med dess utveckling gynnas de sociala färdigheterna utanför stallet.

*Kontrollreglering och gränssättning.* IP6 berättade följande:

[En klient] hade väldigt stort kontrollbehov, och var anorektisk. ... [Hon] hade jättesvårt att släppa taget, för då blev hon gränslös, och visste inte hur hon skulle få tillbaka kontrollen, hon var jätterädd för det. ... När man hoppar högre måste man släppa efter på tyglarna, för att sedan ta tillbaka tyglarna i landningen. Annars rycker man hästen i munnen, för den sträcker på halsen. Så allt som händer i det där ögonblicket, när hon gör det där jättefina språnget, släpper efter på tyglarna, och känner att hon får tillbaka kontrollen efteråt... Man måste nästan rida för att fatta det. ... Alla klappade händerna, och alla var överlyckliga här, ... och tårarna rann på henne, av lättnad. Och så kunde jag gå fram till henne och berätta vad det var som hände. ... 'Nu släppte du på kontrollen, du släppte på tyglarna, du tog tillbaka dom i rätt ögonblick, precis som man ska, du har kontroll, det går att släppa efter...' Sen hände det mycket jättefort med henne. Men [denna händelse] var vändpunkten.

Klienternas svårigheter att anpassa nivån av kontroll är enligt IPP återkommande; kontrollen tenderar att vara total – om så över varje intagen kalori – eller ingen, med likgiltighet inför den egna säkerheten, men inte mycket mellan dessa motpoler. Men med den växande tilliten till hästen nyanseras denna uppfattning, då ridningen innebär ett reglerande av kontrollnivån. En justering av risktagandet redogjordes också för – klienterna som från början kan ta stora risker utan eftertanke, kan efter en tid, med ökad livslust, utveckla en närmast överdriven rädsla för allt som kan skada. "Sen är ju nästa steg att börja våga igen", (IP4) och när detta väl sker blir riskbenägenheten mer situationsadekvat.

Med så stora och kraftfulla djur som hästar är säkerhetsrelaterade frågor centrala, bland annat gränssättning. Att agera bestämt och sätta gränser är ofta bristområden hos klienterna, kanske främst hos de som blivit sexuellt utnyttjade. Likväl är dessa områden en förutsättning för att hästen inte ska ta över situationen. Tämliken återkommande i materialet är vikten av att man i interaktionen med hästen inte förlitar sig på ett inövat, tomt beteende, utan en äkta intention, för detta sägs hästen kunna uppfatta med tiden. "De bryr sig inte om vad du säger, ... men de känner vad du känner." (IP1) När flickorna lärt sig sätta gränser med hästarna kan arbetet med att få dem att applicera detta även i övriga livet ta vid. IP2 citerade sig själv i en konversation med en flicka: "Ja men du kan ju sätta gränser med hästen! Försök att göra den kopplingen, försök att få den känslan!" Även impulskontrollen utvecklas, kanske till viss del på grund av hästarnas allmänt lugnande inverkan, och med tiden ökar kontrollen över den egna sinnesstämningen. IPP redogjorde även för att tendenser till ökad kontroll över situationer kan skönjas, att klienterna i minskande utsträckning endast reagerar på sin omvärld utan att själva styra den.

*Att erfaras värde.* I omvårdnaden av hästarna blir klienterna behövda och betydelsefulla – på "riktigt", som IPP:a ofta uttrycker det – av någon som det dessutom finns ett starkt, nära band till. Att försöka motivera klienterna med hänvisningar till att alla har ett jobb att sköta, eller med hänvisning till deras egen vinnings eller utvecklings skull, tycks falla platt. Men orden "din häst behöver dig" tycks nå längre. Ofta verkar detta vara något som saknats klienterna, denna upplevelse av att ha en avgörande betydelse för någon annan. Hästen kan här erbjuda ett sätt att praktiskt påvisa värdet av klienternas kärlek och omvårdnad, inte minst när den hämningslöst

och omedelbart sänder tillbaka signaler om njutning. Klienterna och deras hästar finner i detta fall tillfredsställelse i samma aktivitet, men på olika plan.

Med tilldelandet av en egen häst ger man klienterna ett stort ansvar, och visar tilltro till deras förmåga. Detta förtroende flyr de inte från; det är återkommande att de snarare lever upp till det. Med vägledning får de praktiskt erfara att de klarar saker. Föreställningar om oduglighet som är svårbehandlade med retorik eller resonerande kan behandlas genom ett praktiskt tillvägagångssätt. Flera IPP redogjorde för att klienterna ofta blir förvånade över vad och hur snabbt de lär sig, både praktiskt och teoretiskt, och med uppnåendet av uppsatta delmål får de tillfälle att erfara stolthet. Denna begynnande känsla av duglighet och självsäkerhet som härav kommer sprids, i bästa fall, sakteliga till övriga livet.

*Separationen från hästen.* Klientens separation från sin häst vid vistelsens slut kan vara svår, och ett par IPP menar att den separationen oftast är svårare än den från personalen. Tanken att hästen ska tillfalla någon annan, nyligen inflyttad klient, verkar upplevas som obehaglig. Dock erbjuds en professionell hjälp för detta sorgearbete, vilket i många fall kan innebära klientens första sunda separation. Härav antas även denna avslutande del kunna fungera förberedande för de sorgearbeten som hör till livet.

IPP hävdade att det starka bandet mellan klienten och hennes häst finns kvar långt efter vistelsens slut. Utflyttade flickor uppmärksammar ofta hästarnas födelsedagar, och vid kontakt med personalen hälsar man ofta till hästarna. Även hos de klienter som haft en avig inställning till sina hästar visar sig de varmaste känslor i efterhand.

Jag tror inte de separerar ifrån hästen riktigt, den tar man med sig som något gott. Man förstår att den ska jobba åt någon ny [klient], och det är smärtsamt, man vill inte veta vem som ska ha den, men i hjärtat så är den alltid 'min häst.' Det där är någonting [svårförstått] som tjejer håller på med, första förälskelsen, första hästen finns ju alltid där, [det finns ju] romaner i hyllmetrar om det temat. ... Man har en vän för livet. Den finns här (visar mot hjärtat). (IP1)

### *Enkätundersökningen*

*Vad klienten får av hästen.* Av sin häst upplever klienten att hon får kravlös kärlek, utan förbehåll eller krav på motprestationer. Hästen lugnar och är en ständig källa till trygghet och kärlek. Hästen kan "trösta likt ingen annan", (respondent 1 (R1)) och hos den kan klienten när som helst gråta ut och söka stöd. "[Hästen] blev en vän, ett stöd, en lycka som jag kunde 'rymma' till när allt annat var 'pyton.'" (R4) Klienten får ett skäl till att känna sig behövd, värdefull och duglig då hennes omvårdnad är av stor betydelse. Hästen ger även möjlighet till en flykt från det hemska i tillvaron, till något helande, lustfyllt och avkopplande. "Man tänkte inte på sina problem, man hade något att göra som man verkligen älskade." (R3)

En häst dömer en inte, ser inte ner på en och har inga förutfattade meningar. De inger respekt, lugn, trygghet, mod och [erbjuder] en tyst förståelse. Hästen ger en självkänslan ... tillbaka bara av att man känner att man gör något bra. ... Jag kunde gråta, skrika, gorma eller bara vara tyst och tjurig, och ändå stog han kvar med sina kloka ögon och sin lugna trygghet. Han slutade inte älska mig oavsett. (R1)

*Vad klienten får ge till hästen.* Klienten upplever att hon fort blir väldigt viktig för sin häst. Hon fungerar som dess stöd, som tar hand om, och ibland skämmer bort. "[Hästen] skadade sig allvarligt ... så den behövde massa pyssel och gos." (R3) R1 skrev:

Man lägger ned sin själ i att se till att hästen har det bra och får det som den behöver. ...  
Man känner sig behövd!! ... Han visste att jag var där för honom och det gjorde honom lugn. ... Och jag tog honom i försvar när andra sa att han var ful eller skrattade åt honom.

Klienten kan, genom den nära relationen, läsa av om något är fel med hästen. I hästen får klienten någon att lägga all sin kärlek på, och hon erfar att hon hjälper den att växa och utvecklas. "Det var jag som lärde honom att bli en häst igen. Han var väldigt ledsen från början, men sedan blev han glad." (R2) Det råder enighet i materialet om den stora betydelse klienterna upplever sig ha haft för sina hästar: "[Hästen] skulle [avlivas] på grund av att han inte var snäll. ... Jag gav honom en chans på nytt att visa vilken fin och generös häst han var, och jag fick så mycket tillbaka." R4

*Relationen till hästen.* Likheter mellan klienten och hästen anfördes också: "Vi ville så mycket men hela tiden var det saker som krånglade. Vi ville alla alltid väl, men så kom det problem." (R3) R2 redogjorde för att hon och hästen "förstod varandra, och hade svårt att visa känslor", och R4 skrev att både hon och hennes häst var som "vilsna, fula ankungar." R1 skrev:

Direkt när jag såg honom så visste jag att han var annorlunda. Han hade [ett fel] (R nämner ett kosmetiskt fel som på grund av konfidentialitetsskäl inte skrivs ut) ... och därför ville ingen annan ha honom. Han var en outsider precis som jag. Så det var kärlek vid första ögonkastet. ☺ ... Vi var vingklippta och ensamma. Vi tydde oss till varandra. ... [Jag kände igen] att vara annorlunda och utanför, men att ändå ha så mycket kärlek att ge.

Ett starkt band med speciella karaktärsdrag bildas mellan klienten och hennes häst. Hon upplever att de förstår och ställer upp för varandra, och att hästen känner hennes osvikliga lojalitet, engagemang och kärlek. De delar lycka och sorg, och hästen anförtros svåra saker. Det är med stora ord som känslorna för hästen beskrivs. R1 skrev: "Min häst var min värld just då", och R2 skrev: "Ibland kunde jag känna att vi var själsfränder. ... Han var ledsen precis som jag, och behövde någon att växa och bli stark med." R4 skrev:

[Hästen var] en oslipad diamant som blommade ut, precis som jag, till en självsäker individ. ... [Hästen] var min vän i vått och torrt, och jag hans. ... Jag var hans enda riktiga vän, som såg att han inte var så svår under den hårda ytan han bar.

*Effekter av behandlingen.* Med omvårdnaden av hästen stärks klientens självkänsla, och hon börjar tro på sig själv. Hon växer och mognar i uppgiften, och lär sig ta ansvar. "En [motiverande] spark där bak!" (R4) R1 skrev att hon lärde sig "känna empati igen", och hon "lärde sig bita ihop och kämpa vidare." Även förmågan att dela med sig av sina tankar och känslor utvecklas; hästen hjälper klienten att öppna upp. R2 redogör för att hon lärde sig älska och "stressa av." Hästen motiverar klienten inom olika områden, dels till att lära sig mer om hästar, men också om sig själv. "[Jag] blev motiverad att få ett bra liv med djur omkring [mig]." (R2)

*Fördelarna med hästar.* Hästen har inga förutfattade meningar, och dömer inte på förhand. Med den kan klienten vara sig själv, och hon vågar i större utsträckning visa hästen de känslor



som är svårare att visa människor. Hästen ser inte ned på någon, den baktalar ingen, och den ”käftar inte tillbaka eller påpekar dina eventuella fel och brister.” (R1) R2 skriver att hästar är ”stora, fina och lojala djur som aldrig sviker eller hugger en i ryggen.” Hästen tycks uppfattas som att den står över de mänskliga beteenden som sårar och skadar. Oavsett hur klienten känner sig så är hästen lugn och trygg, och den upplevs alltid lyssna. Sysslorna kring hästen ger dessutom möjlighet till att lägga undan de egna problemen, och ägna sig åt annat.

*Separationen och minnena.* Som enda möjlig nackdel nämns separationen från hästen: ”Man kanske blev för beroende av varandra.” (R1) Men hästens stora betydelse för klienten finns kvar långt efter vistelsens slut, och tanken på den fortsätter att fungera som en motiverande kraft. R1 skriver: ”Tanken på min häst gjorde att jag orkade kämpa vidare”. Minnena väcker starka känslor – främst glädje, kärlek, värme och ömhet, men även saknad, sorg och ledsamhet. Respondenternas avslutande meningar belyser känslornas kvarvarande:

”[Min häst] betydde allt och gör det fortfarande.” (R3) ”Visste jag nu var han fanns så skulle jag köpa tillbaka honom, då han alltid finns i mina tankar. Om ni bara visste vad den hästen hjälpte mig och betydde för mig.” (R4) ”[Jag] saknar honom enormt mycket ibland, trots att det har gått [ca 15] år sedan jag flyttade därifrån och trots att han är [avlivad]. Men han lever kvar i mitt hjärta och mina tankar.” (R1) ”Alla minnen är välbevarade i mitt hjärta. Ingen kommer någonsin ta hans plats där, och jag kommer aldrig att glömma.” (R2)

## Diskussion

### *Delundersökningarnas resultat relaterade till varandra*

Jämförelsen nedan bör tolkas med viss försiktighet, då den intervjuade personalens målgrupper skiljer sig något från den målgrupp som de enkätintervjuade klienterna tillhör.

Av naturliga skäl redogör intervjupersonerna (IPP) (personalen) mer teoretiskt och behandlingsinriktat än respondenterna (RR) (klienterna), som berättar utifrån egna upplevelser av själva behandlingen. I IPP:s och RR:s redogörelser råder enighet om hästens lugnande inverkan och den känsla av trygghet som hästen sprider omkring sig, såväl som att klienterna får lättare att öppna sig genom hästarna. Den villkorlösa acceptans som hästarna erbjuder är central i bägge delundersökningarna. De likheter som RR rapporterar mellan sig och sina hästar överensstämmer till stor del med IPP:s redogörelser om identifikatoriska processer. Dessa sker på olika nivåer, men betoning i RR:s redogörelser är på upplevda paralleller i livssituationer. Enighet råder om hästarnas allmänna, starkt positiva inverkan på verksamheten som helhet, och att klienterna i omvårdnaden av hästarna upplever ett värde. Den vikänsla som uppstår mellan klienterna och deras hästar beskrivs som stark från båda perspektiven, men med störst betoning av RR. Några egentliga skillnader kan inte påvisas i materialet, dock ger RR mer emfas åt att i hästen få någon att älska och bli behövd av – vilket hos IPP ingalunda förbises, men ges inte riktigt lika central betydelse.

### *Konklusion*

Hästar kan uppenbarligen fungera som kraftfulla terapeutiska verktyg, om de används av kompetent personal. Hästar tillåts komma igenom klientens försvar, de ”släpps in” och

accepteras av klienten. Acceptansen sprider sig sedan till andra människor i miljön kring hästen, vilket underlättar och förkortar anknytningsprocessen. Personalen får möjlighet att dels visa sig omhändertagande inför klienten, vilket ingjuter förtroende, och dels att genom hästarna visa hur man blir omhändertagen – vilket inte är en självklarhet för alla att känna till. Hästarna kan användas för att lära känna och förstå klienten och se hennes farhågor, talanger och förväntningar genom att klienten på ett naturligt och okonstlat sätt kan exponeras för och iakttagas i den mångfald av situationer som arbetet kring hästen innebär. På hästen kan klienten projicera delar av sig själv och därmed avslöja delar av sitt inre, och genom hästen kan klientens styrkor visa sig. Genom den växande förståelsen för hästen, dess utveckling och dess behov, får klienten något reellt att relatera sitt eget liv till, och kategoriska indelningar i svart eller vitt kan därmed börja luckras upp och nyanseras. Det som klienten lär sig med hästen, såsom kontrollreglering, tilltro till sig själv, och ökad impuls kontroll, är ofta tillämpligt på andra plan i klientens liv – ridningen och relaterade aktiviteter blir i mångt och mycket den plattform var färdigheter utvecklas för att användas i världen utanför. Hästen är ständigt i nuet, och kräver närvaro i stunden av sin skötare. Detta, och att hästen ger omedelbar bekräftelse på förändringar, förankrar klienten i det nuvarande – en egenskap som särskilt kommer till användning i behandling av klienter med dissociativa symtom. Hästen kan bli klientens oföränderliga klippa i tillvaron, en osviklig förtrogen som alltid erbjuder en tröst som kanske inte går att mottaga från någon annan, och inte sällan anförtros hästen svåra saker. Då hästen varken manipulerar eller har dolda avsikter uppfattas den som lojal och ädel; den ”står över” de mänskliga beteenden som sårar och skadar. Kärleken som klienten känner från hästen är villkorslös och ickedömande; hästen är densamma oavsett klientens bakgrund, missbruk, betyg eller antal vänner. I hästen får även klienten någon att älska, och hon får se denna individ hämningslöst njuta av hennes omvårdnad. Klientens kärlek blir värdefull, och hon får uppleva och erfara ett genuint värde och att vara behövd. Hästen erbjuder klienten en mening i tillvaron som fungerar motiverande. Känslorna för hästen finns kvar hos klienten långt efter den potentiellt mycket smärtsamma separationen. Hästen fortsätter att vara betydelsefull och kan, trots sin fysiska frånvaro, fortsätta att skänka vardagen mening.

En avromantiserad, objektiv förståelse av hästen möjliggör användandet av den som terapeutiskt verktyg, och hästens sensibilitet måste motsvaras av personalens förståelse och hästkunskap så att de signaler som hästen sänder ut uppfattas. Likaväl som andra instrument eller verktyg kräver kompetens gör hästen det. Det som återstår utan denna kompetens är aktiviteter på en icketerapeutisk nivå, som rekreationsridning, regelbundna rutiner, närhet till natur och hästens lugnande inverkan. Dessa ting har måhända stora värden i sig, men själva terapin bygger på mer målinriktade och aktiva interventioner.

## *Validitet*

*Intervjuundersökningen.* Ett hot mot validiteten är att man genom urvalet av IPP endast får tag i personer som är övertygade om förträffligheten med den aktuella behandlingsformen. Detta skulle kunna medföra en systematisk felkälla, då subjektiva föreställningar kommer med i och påverkar resultatet i en och samma riktning. Hur stor denna risk är är omöjligt att avgöra, dock känner författaren att den motverkas starkt av IPP:s sakliga berättande.

Författarens egen mognadsprocess och lärande är en annan faktor att ta hänsyn till vad beträffar datainsamlingen, då intervjuerna tenderade att förändras från mer strukturerade och beroende av intervjuguiden till mer uppföljande och induktiva. Möjligen tilläts fördjupningar mer i de sista intervjuerna än i de första. Dock var överlappningen mellan IPP:s redogörelser så stor, att marginella avvikelser från rutinen mot slutet kanske mer breddar förståelsen mer än

hotar validiteten. Graden av mättnad i materialet bedöms som hög; ser man till de mest centrala delarna av intervjudata är överlappningen i det närmaste total.

*Enkätundersökningen.* Att endast fyra enkäter besvarades inbjuder givetvis till försiktighet vad beträffar slutsatser grundade på resultatet – dock är överlappningen mellan enkätsvaren stor. Det finns även risk för systematisk ensidighet i materialet, då samtliga enkätpersoner redogör för stor uppskattning vad beträffar ledarskapet på det aktuella behandlingshemmet, likaväl som de starka känslorna för hästarna. Skulle enkätpersonerna ha lika varma känslor för sina hästar om de inte var lika nöjda med ledarskapet? Som i fallet med andra studier på området så är djurets effekt svår att isolera från övriga komponenter i behandlingen.

En viss mättnad kan påstås vara uppnådd i detta material, på grund av överlappning och enighet rörande de centrala delarna. Men sannolikt skulle intervjuer – och fler än fyra – behövas för att erhålla en rättvisande helhetsbild av fenomenet. Enkätundersökningsresultatet bör betraktas som preliminära – mer än att något slås fast, så anges en riktning.

### *Återkoppling till tidigare forskning*

De evolutionärpsykologiska tankebanor som mynnat ut i biofilhypotesen (Kellert & Wilson, 1993) kan kanske förklara mycket av det ”bra mående” som sprider sig kring hästarna bland klienter och personal, och det allmänmänniska i kontakten med djur och natur som föreslås kan förklara det breda spektrum av patienter/klienter som kan nås med djurassisterad terapi (DAT). Biofilhypotesen inbjuder till nya perspektiv på ohälsa och behandling, dock är terapiformen som här undersöktes inte huvudsakligen uppbyggd kring de passiva mekanismer som biofilhypotesen föreslår kan användas för att öka välbefinnande och hälsa. Dyliga mekanismer får kanske främst betraktas som något som tillkommer den *aktiva* behandlingen. Därmed bör de inte försakas eller bortses från – möjligen kan dessa konstanta fördelar ha en stor inverkan över tid. Och möjligen kan en förståelse för vad djuren historiskt har betytt för vår art krympa det kulturella avståndet till att använda djur i vård och socialt arbete.

På behandlingshemmet där fyra intervjuer genomfördes användes hästarna som en slags direktmedicinering vid klienters akuta ångestattacker, inte sällan nattetid. Den hyperventilerande och frånvarande flickan lyfts upp på hästryggen, liggandes framstupa till en början, varvid hästens lugn börjar sprida sig. Detta visar enighet med vad Cole et al. (2007) och Friedmann et al. (2007) har visat, att djurs lugnande inverkan kan användas kliniskt. IPP menade att denna teknik var mer effektiv än att med en plastpåse för flickans mun och näsa återställa syre/koldioxidbalansen. Denna lugnande och pulssänkande inverkan, som här illustreras i ett något extremt exempel, är sannolikt densamma som ligger till grund för de kardiovaskulära hälsofördelarna som djur ger upphov till (Brodie & Biley, 1999; Cole et al., 2007; Friedmann & Thomas, 1998; Friedmann & Tsai, 2006; Rowan & Beck, 1994; Virués-Ortega & Buéla-Casal, 2006).

Denna undersöknings resultat överensstämmer med studier genomförda på fångelser (Bair 2003; Fournier et al., 2007; Moneymaker & Strimple 1991; Strimple 2003; Turner 2007), där man med DAT kommit åt diverse bristområden hos klienterna, såsom sociala färdigheter, kommunikativa färdigheter, och tålmod. Det kan spontant tyckas som en omväg att höja personers sociala färdigheter med hjälp av djur då målet rimligen är att bli bättre i kontakten med andra människor, men via anpassningen till djurets perceptioner och funktionsnivå tycks inlevelseförmågan och självmedvetenheten öka markant. Mer än en omväg kan det ses som en ytterlighet; kommunikationen med djuret kommer definitivt att misslyckas om den inte är anpassad, och

denna anpassning måste ske av människan. Djurs omedelbara bekräftelse tydliggör när kommunikationen inte är anpassad, såväl som när den är det.

Forsling (2001, s. 103) har visat att känslorna för hästen kvarstår åratals efter avslutad behandling och att hästen inte tar övergångsobjektets (Winnicott, 1953) sista steg in i glömska, vilket denna studie tycks bekräfta – efter än längre tid. Frågan är hur mycket forskning som behövs för att bevisa det som ”hästmänniskor” redan tycks veta: Att känslorna för hästar, kanske särskilt för den första hästen, finns kvar länge efter separation – om inte för resten av livet.

Möjligen kan man med introduktionen av en häst få klienten att i viss mån behandla sig själv, genom att omvårdnanden av hästen indirekt blir omvårdnad av henne själv. Maslow (1987, p. 58) skriver: ”Two people who love each other will react to each other’s needs indiscriminately. Indeed the other’s need *is* one’s own need.” Härav erbjuds möjligen ett sätt att behandla även den mest uppgivna och svårmotiverade klient; måhända motiveras hon inte av att ta hand om sig själv, men väl om sin älskade häst – och når därigenom en viss tillfredsställelse själv. Maslow (1987, p. 21) menar även att behoven av att ge och få kärlek är lika stora, och möjligen är detta – att få *ge* kärlek, och se någon ta emot den – ett förbisett behov. I RR:s redogörelser är upplevelsen av att älska någon lika central som att känna sig älskad.

Frankl (1984) håller känslan av meningsfullhet som central för överlevnad vid svåra förhållanden, vilket även Forsling (2001, s. 104) resonerar kring. Att kunna se mening i sin tillvaro och sitt lidande, om än i det lilla, hjälper individen att inte förfalla och ge upp. Frankl menar att det ”existentiella vakuumet”, meningslösheten, måste motverkas för att ge individen livskraft. I denna kontext erbjuder hästen klienten hjälp att uthärda sina prövningar och att kämpa vidare, genom att skänka en upplevd mening. Att lämna meningslösheten är det stora steget, mer än att finna den mest grandiosa meningen. Detta rimmar väl med RR:s redogörelser, där hästen återkommande beskrivs som just klienternas ”allt” och liknande. Sedan kan ju diskuteras det sunda i att se ett djur som så centralt, men då bör det även sättas i relation till den tomhet som djuret ersatt.

### *Uppslag för framtida forskning*

Att känslorna för hästarna tycks finnas kvar lång tid efter avslutad behandling inbjuder till ytterligare kartläggning av fenomenet. Erbjuds i hästen en trygg bas, som står sig över tid, och även efter hästens död? Detta skulle potentiellt ha implikationer för behandlingsarbete.

För ytterligare förståelse, trovärdighet för och erkännande av DAT bör olika djurarter isoleras och undersökas i behandling av olika diagnoser och tillstånd, på patienter/klienter av bägge könen. Häri kan en svårighet av moment 22-karaktär ligga – det uppstår sannolikt ingen uppsjö av behandlingshem med djurassisterade behandlingsmetoder förrän en bredare acceptans uppnåtts, och därigenom blir ämnet svårforskat, vilket förhindrar just acceptans. Möjligen är potentialen för DAT störst i kriminalvården, och det bör undersökas vilka förutsättningar som finns för detta i Sverige. Användning av djur som terapeutiska verktyg i olika kulturella kontexter bör även undersökas.

En frågeställning som bör undersökas är varför somliga klienter – i denna undersökning uteslutande de som utsatts för sexuella övergrepp – stympar sig i underlivet i samband med ett avståndstagande från hästen efter anknytningsperioden. Är det för att känslor kommer fram genom hästen som är svåra och smärtsamma att hantera, och genom att skada underlivet så utesluter man ridning? Är det på grund av den ökade kontakten med kroppen, och det äckel som finns inför den? Intervjuperson 1 hävdade att ”det är ett sätt att få bort behandlingen.” Oavsett orsak, så inbjuds till försiktighet vid användandet av hästen som terapeutiskt verktyg och ut-

forskandet av det, och behovet av ytterligare förståelse och kartläggning av behandlingsformen belyses.

### *Slutdiskussion*

Då detta inte är en jämförelsestudie är det varken lämpligt eller möjligt att dra slutsatser om huruvida djurassisterade behandlingsmetoder är mer effektiva än andra. Dock finns i hästen ett terapeutiskt verktyg som rätt använt kan ge stora bidrag till behandlingen. Detta verktyg utesluter inte heller andra mer konventionella behandlingsmetoder, utan skulle kunna fungera som en optimering av redan etablerade tekniker – vilket det i mångt och mycket gör på de behandlingshem där intervjuer genomförts. Vidare kan man, kanske något ovetenskapligt, fråga sig vilka terapiformer som kan ge klienter ett upplevt ”allt” – som tycks leva kvar och ha effekt år efter år efter avslutad behandling – samt en påtaglig upplevelse av att vara genuint behövd och värdefull.

Serpell (2005) resonerar att det kulturella arvet efter de monoteistiska religionerna, och den antropocentrism som därtill hör, har försvårat vetenskaplig acceptans, och därmed statliga satsningar och vetenskaplig uppmärksamhet. Detta kanske illustreras av den svårighet att bli publicerade som möter forskare i ämnet (Katcher & Beck, 2006). Dock skriver Serpell (2005): “With the gradual demise of this old-fashioned and prejudiced mindset, it is hoped that we can return to a more holistic and open-minded view of the potential contribution of animals to human well-being.” En dylik öppenhet kombinerad med evidensbaserad vetenskap har kanske börjat gry: De senaste decennierna har den vetenskapliga uppmärksamheten för ämnet sakteliga ökat, och kanske är ett bredare erkännande inte alltför fjärran. Samhällets missuppfattning att det rör sig om något romantiskt och ”flummigt”, mer än något strikt vetenskapligt som andra behandlingsformer, kan möjligen minska genom denna ökande uppmärksamhet.

Med viss naturlighet avslutas denna rapport med ett citat: ”Jag tror att människan kan lära sig av hästen. Att ord inte alltid är nödvändiga, och att ha ett öppet sinne.” (Respondent 1)

### Referenser

- Bair, R. (2003, April 1). Healing inmates' hearts and spirits with man's best friend. *Corrections Today Magazine*, pp. 122-142.
- Banks, M. R., & Banks, W. A. (2005). The effects of group and individual animal-assisted therapy on loneliness in residents of long-term care facilities. *Anthrozoös*, 18, 396-408.
- Barak, Y., Savorai, O., Mavashev, S., & Beni, A. (2001). Animal-assisted therapy for elderly schizophrenic patients. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, 9, 439-442.
- Barker, S. B., & Dawson, K. S. (1998). The effects of animal-assisted therapy on anxiety ratings of hospitalized psychiatric patients. *Psychiatric Services*, 49, 797-801.
- Barker, S. B., Knisely, J. S., McCain, N. L., & Best, A. M. (2005). Measuring stress and immune response in healthcare professionals following interaction with a therapy dog: A pilot study. *Psychological Reports*, 96, 713-729.
- Barker, S. B., Pandurangi, A. K., & Best, A. M. (2003). Effects of animal-assisted therapy on patients' anxiety, fear, and depression before ECT. *The Journal of ECT*, 19, 38-44.
- Batson, K., McCabe, B., Baun, M. M., & Wilson, C. (1998). The effects of a therapy dog on socialization and physiological indicators of stress in persons diagnosed with Alzheimer's

- disease. In C. C. Wilson & D. C. Turner (Eds.), *Companion animals in human health* (pp. 203-215). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Beck, A., & Katcher, A. (1996). *Between pets and people. The importance of animal companionship* (Rev. ed.). West Lafayette, IN: Purdue University Press.
- Bizub, A. L., Joy, A., & Davidson, L. (2003). "It's like being in another world": Demonstrating the benefits of therapeutic horseback riding for individuals with psychiatric disability. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 26, 377-384.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Brown, S.-E., & Katcher, A. H. (1997). The contribution of attachment to pets and attachment to nature to dissociation and absorption. *Dissociation*, 10, 125-129.
- Brown, S.-E., & Katcher, A. H. (2001). Pet attachment and dissociation. *Society and Animals*, 9, 25-42.
- Brodie, S. J. & Biley, F. C. (1999). An exploration of potential benefits of pet-facilitated therapy. *Journal of Clinical Nursing*, 8, 329-337.
- Budiansky, S. (2000). *The truth about dogs*. New York: Penguin Books.
- Burgon, H. (2003). Case studies of adults receiving horse-riding therapy. *Anthrozoös*, 16, 263-276.
- Cole, K. M., Gawlinski, A., Steers, N., & Kotlerman, J. (2007). Animal-assisted therapy in patients hospitalized with heart failure. *American Journal of Critical Care*, 16, 575-585.
- Corson, S. A., Corson, E. O'L., Gwynne, P. H., & Arnold, L. E. (1977). Pet dogs as nonverbal communication links in hospital psychiatry. *Comprehensive Psychiatry*, 18, 61-72.
- Edwards, N. E., & Beck, A. M. (2002). Animal-assisted therapy and nutrition in Alzheimer's disease. *Western Journal of Nursing Research*, 24, 697-712.
- Forsling, S. (2001). *Flickan och hästen. Bilder från ett hem för särskild tillsyn* (Rapport nr 2/2001). Statens Institutionsstyrelse.
- Fournier, A. K., Geller, E. S., & Fortney, E. V. (2007). Human-animal interaction in a prison setting: Impact on criminal behavior, treatment progress, and social skills. *Behavior and Social Issues*, 16, 89-105.
- Frankl, V. E. (1984). *Livet måste ha mening* (M. Edgardh, övers.; 3:e uppl.). Stockholm: Natur och Kultur. (Originalarbete publicerat 1959)
- Friedmann, E. (1995). The role of pets in enhancing human well-being: Physiological effects. In I. Robinson (Ed.), *The Waltham book of human-animal interactions: Benefits and responsibilities of pet ownership* (pp. 33-53). Oxford: Pergamon Press.
- Friedmann, E., Katcher, A. H., Lynch, J. J., & Thomas, S. A. (1980). Animal companions and one-year survival of patients after discharge from a coronary care unit. *Public Health Reports*, 95, 307-312.
- Friedmann, E., & Thomas, S. A. (1998). Pet ownership, social support, and one-year survival after acute myocardial infarction in the cardiac arrhythmia suppression trial (CAST). In C. C. Wilson & D. C. Turner (Eds.), *Companion animals in human health* (pp. 187-201). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Friedmann, E., Thomas, S. A., Cook, L. K., Tsai, C.-C., & Picot, S. J. (2007). A friendly dog as potential moderator of cardiovascular response to speech in older hypertensives. *Anthrozoös*, 20, 51-63.
- Friedmann, E., & Tsai, C.-C. (2006). The human/animal bond: Health and wellness. In A. H. Fine (Ed.), *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice* (2nd ed.; pp. 95-117). San Diego, CA: Academic Press.

- Granger, B. P., Kogan, L., Fitchett, J., & Helmer, K. (1998). A human-animal intervention team approach to animal assisted therapy. *Anthrozoös, 11*, 172-176.
- Hanselman, J. L. (2001). Coping skills interventions with adolescents in anger management using animals in therapy. *Journal of Child and Adolescent Group Therapy, 11*, 159-195.
- Harlow, H. F. (1958). The nature of love. *American Psychologist, 13*, 673-685.
- Kahn, H. K. (1997). Developmental psychology and the biophilia hypothesis: Children's affiliation with nature. *Developmental Review, 17*, 1-61.
- Kanamori, M., Suzuki, M., Yamamoto, K., Kanda, M., Matsui, Y., Kojima, E., et al. (2001). A day care program and evaluation of animal-assisted therapy (AAT) for the elderly with senile dementia. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias, 16*, 234-239.
- Katcher, A. H., & Beck, A. M. (1987). Health and caring for living things. *Anthrozoös, 3*, 175-183.
- Katcher, A. H., & Beck, A. M. (2006). New and old perspectives on the therapeutic effects of animals and nature. In A. H. Fine (Ed.), *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice* (2nd ed.; pp. 39-48). San Diego, CA: Academic Press.
- Katcher, A. H., & Wilkins, G. (1993). Dialogue with animals: Its nature and culture. In S. Kellert & E. O. Wilson (Eds.), *The biophilia hypothesis* (pp. 173-197). Washington DC: Island Press.
- Keil, C. P. (1998). Loneliness, stress, and human-animal attachment among older adults. In C. C. Wilson & D. C. Turner (Eds.), *Companion animals in human health* (pp. 123-134). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Kellert, S. R. (1993) Introduction. In S. R. Kellert & E. O. Wilson (Eds.). *The biophilia hypothesis* (pp. 20-27). Washington, DC: Island Press.
- Kellert, S. R., & Wilson, E. O. (Eds.) (1993). *The biophilia hypothesis*. Washington, DC: Island Press.
- Kruger, K. A., & Serpell, J. A. (2006). Animal-assisted interventions in mental health: Definitions and theoretical foundations. In A. H. Fine (Ed.), *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice* (2nd ed.; pp. 21-38). San Diego, CA: Academic Press.
- Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Stockholm: Studentlitteratur.
- Levinson, B. M. (1965). Pet psychotherapy: Use of household pets in the treatment of behavior disorder in childhood. *Psychological Reports, 17*, 695-698.
- Levinson, B. M. (1984). Human/companion animal therapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy, 14*, 131-144.
- Levinson, B. M., & Mallon, G. P. (1997). *Pet-oriented child psychotherapy*. Springfield, IL: Charles C. Thomas. (Original work published 1969)
- Lynch, J. J., Thomas, S. A., Long, J. M., Malinow, K. M., Chickadonz, G., & Katcher, H. A. (1980). Human speech and blood pressure. *Journal of Nervous and Mental Disease, 168*, 526-534.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review, 50*, 370-397.
- Maslow, A. H. (1987). *Motivation and personality* (3:rd ed.). New York: Harper Collins. (Original work published 1954)
- Marr, C. A., French, L., Thompson, D., Drum, L., Greening, G., Mormon, J., et al. (2000). Animal-assisted therapy in psychiatric rehabilitation. *Anthrozoös, 13*, 43-47.
- McNicholas, J., & Collis, G. M. (1998). Could Type A (coronary prone) personality explain the association between pet ownership and health? In C. C. Wilson & D. C. Turner (Eds.), *Companion animals in human health* (pp. 173-185). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Melson, G. F. (2001). *Why the wild things are: Animals in the lives of children*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

- Moneymaker, J. M., & Strimple, E. O. (1991). Animals and inmates: A sharing companionship behind bars. *Journal of Offender Rehabilitation, 16*, 133-152.
- Rollin, B. E. (2006). Foreword. In A. H. Fine (Ed.), *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice* (2nd ed.; pp. xi-xii). San Diego, CA: Academic Press.
- Rowan, A. N., & Beck, A. M. (1994). The health benefits of human-animal interactions. *Anthrozoös, 7*, 85-89.
- Serpell, J. A. (2005). Animals and religion: Towards a unifying theory. In de Jong, F. & van den Bos, R. (Eds.), *The human-animal relationship* (pp. 9-22). Assen, Netherlands: Royal Van Gorcum.
- Serpell, J. A. (2006). Animal-assisted interventions in a historical perspective. In A. H. Fine (Ed.), *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice* (2nd ed.; pp. 3-20). San Diego, CA: Academic Press.
- Strimple, E. O. (2003). A history of prison inmate-animal interaction programs. *The American Behavioral Scientist, 47*, 70-78.
- Turner, W. G. (2007). The experiences of offenders in a prison canine program. *Federal Probation: A Journal of Correctional Philosophy and Practice, 71*, 38-43.
- Triebenbacher, S. L. (1998). Pets as transitional objects: Their role in children's development. *Psychological Reports, 82*, 191-200.
- Ulrich, R. S. (1984). View through a window may influence recovery from surgery. *Science, 224*, 420-421.
- Ulrich, R. S. (1993). Biophilia, biophobia, and natural landscapes. In S. R. Kellert & E. O. Wilson (Eds.), *The biophilia hypothesis* (pp. 73-137). Washington, DC: Island Press.
- Virués-Ortega, J., & Buela-Casal, G. (2006). Psychophysiological effects of human-animal interaction. *The Journal of Nervous and Mental Disease, 194*, 52-57.
- Wilson, C. C. (1998). A conceptual framework for human-animal interaction research: The challenge revisited. In C. C. Wilson & D. C. Turner (Eds.), *Companion animals in human health* (pp. 61-89). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Wilson, E. O. (1993). Biophilia and the conservation ethic. In S. R. Kellert & E. O. Wilson (Eds.), *The biophilia hypothesis* (pp. 31-41). Washington, DC: Island Press.
- Winnicott, D. W. (1953). Transitional objects and transitional phenomena. *The International Journal of Psycho-Analysis, 34*, 89-97.