

## RÆSONNERINGSMODEL FOR HESTEASSISTEREDE INTERVENTIONER – ET ANALYSEREDSKAB: NÅR HESTE ASSISTERER FAGPROFESSIONELLE I BEHANDLINGSFORLØB

Af Anne Hove<sup>1</sup>, Anneli Juul Simonsen<sup>2</sup> & Lise Lotte Helm<sup>3</sup>

*Hesteassisterede interventioner anvendes i stigende grad med formålet at fremme menneskers fysiske, psykiske og sociale trivsel, udvikling, recovery og rehabilitering. I denne artikel beskrives og argumenteres for en ræsonneringsmodel som analytisk redskab til anvendelse i praksis i forbindelse med hesteassisterede interventioner, hvor det kan være vanskeligt at overskue kompleksiteten i den interaktion og kommunikation, der foregår i samspillet mellem deltager, hest og fagprofessionelle i en given kontekst. Modellen bygger på praksiserfaringer gennem en årrække primært i socialpsykiatrisk regi, hvor vi har udviklet modellen for at fremme målrettet og fagligt kvalificeret indsats, samt i forbindelse med dokumentation og kvalitetssikring. Forfatternes systemteoretiske afsæt kombineret med psykodynamisk og socialpædagogisk forståelsesramme gør modellen anvendelig i en lang række sammenhænge, hvor der arbejdes med hesteassisteret intervention. Artiklen afsluttes med en case, der illustrerer, hvorledes modellen kan anvendes i praksis.*

**Nøgleord:** rideterapi, dyreassisteret intervention, socialpsykiatri, socialpædagogik.

**Keywords:** horse-riding-therapy, animal-assisted intervention, social psychiatry, social pedagogy.

- 
- 1 Anne Hove, sygeplejerske og psykoterapeut, ledende rideterapeut på det pædagogisk/miljøterapeutiske dag- og døgntilbud Holmstrupgård samt udvikler og underviser i Hesteassisteret praksis på VIA University College, e-mail: annho@social.rm.dk.
  - 2 Anneli Juul Simonsen, fysioterapeut, cand.ling.merc. i kommunikation, udvikler og underviser på diplommodul Hesteassisteret praksis på VIA University College samt indehaver af firmaet Natur og Ridesans, e-mail: anneli@naturogridesans.dk.
  - 3 Lise Lotte Helm, ph.d. i pædagogisk psykologi, kunst- og psykoterapeut samt forsknings- og udviklingsmedarbejder på Holmstrupgård, e-mail: liselotte.helm@social.rm.dk.

## 1. Indledning

Hesteassisterede interventioner (fra nu: HAI) bliver i stigende omfang benyttet som rehabiliterende indsatser for mennesker med udfordringer for at fremme fysisk, psykisk og socialt velvære (Fine, 2015). Der er på internationalt plan øget interesse for HAI (Stern & Chu-hansen, 2019). Blandt andet i Danmark, Norge og Sverige er det i tiltagende grad blevet populært at anvende heste i behandling af forskellige typer af psykiske lidelser, fx depression, angst og PTSD. Forskning vedr. anvendelsen af HAI er stadig begrænset, men flere studier viser positive resultater af behandlingen og tyder på, at HAI har en god effekt for en række forskellige målgrupper (Gilling, Moskowitz & Spindler, 2014).

Gilling og kolleger konkluderer bl.a., at brug af HAI kan bidrage med motivation, deltagelse og fastholdelse i forløb, relationsdannelse både i forhold til fagprofessionelle (fra nu: fp.) og evt. andre deltagere i interventionen, til forbedret kropsbevidsthed og sanseintegration samt evt. øget empati og selvtillid. HAI kan virke beroligende og hjælpe deltageren med at bearbejde følelsesmæssige blokeringer og traumer, der kan have indflydelse på vedkommendes selvopfattelse og identitet.

Vi betragter HAI som en meget meningsfuld og virksom indsats i socialpædagogisk og socialpsykiatrisk sammenhæng, men også som meget kompleks med tre aktører, der påvirker hinanden, og som påvirkes af omgivelserne. Dette kan gøre det til en vanskelig opgave for fp. at sikre en målrettet og fagligt højt kvalificeret indsats, hvilket er baggrunden for den ræsonneringsmodel, der her skal præsenteres.

Formålet med modellen er at bidrage med et analytisk værktøj, der kan medvirke til at sikre kvaliteten i HAI, således at denne tilrettelægges ud fra grundige refleksioner og valg baseret på velfunderet viden. Ræsonneringsmodellen kan hjælpe fp. med at få øje på, hvad der sker i det komplekse samspil mellem hest, deltager, fp. og omgivelser, og dermed danne grundlag for tilrettelæggelse af den optimale intervention i den konkrete kontekst. Vi har i vores praksis savnet en sådan model i dansksproget litteratur, som har et praksisnært udgangspunkt, der kan hjælpe til overskuelighed og nuancering ved en systematiseret analyse og gennemgang af modellen. Modellen er udviklet med baggrund i forskellig forskning i kombination med journaloptegnelser og ustrukturerede logbogsnotater fra HAI gennem 20 år praktiseret i kombination med øvrig behandling.

Deltagerne er blevet tilbudt HAI som supplement til anden behandling. De har primært været børn, unge og voksne med psykiske og/eller udviklingsmæssige udfordringer, herunder spiseforstyrrelser, sanseforstyrrelser, OCD, Tourettes syndrom, skizofreni, personlighedsforstyrrelse, depression, angst, autisme og ADHD. Fællestræk på tværs af diagnoser har været, at deltagerne har været udfordret i forhold til emotionelle, relationelle, kommunikative, kropslige aspekter, identitet og/eller selvværd.

I forbindelse med HAI tages der udgangspunkt i udfordringerne, hvilket betyder, at alle vores hesteassisterede indsatser er individuelt tilrettelagt i samarbejde med deltagerne. Dette sker dog samtidig med, at der *ikke* sættes fokus på deltagernes diagnoser, men på deres ressourcer, hvilke udfordringer de er motiverede for at arbejde med, og hvad der kan skabe trivsel, udvikling og mening (Antonovsky, 2000, kap. 2), bl.a. i forhold til rehabilitering.

Teoretisk er modellen inspireret fra flere sider, og vi har tilladt os forholdsvis eklektisk at inddrage begreber baseret på, hvad der umiddelbart har givet mening i forhold til den konkrete praksis, der er forankret i en miljøterapeutisk, psykodynamisk forståelsesramme (Hart & Schwartz, 2008; Schjødt & Heinskou, 2007; Stern, 2000).

IAHAIO Hvidbog vedr. *Dyreassisteret intervention og retningslinjer for velfærd for de involverede dyr* (2018) udgør en af artiklens vigtigste fagteoretiske referencer. Den er udarbejdet af International Association of Human-Animal Interaction Organizations, der har som formål at fremme forståelse og anvendelse af dyreassisterede interventioner til forbedring af menneskers sundhed og trivsel. Hvidbogen er en omfattende guide med retningslinjer og bedste praksis i forhold til at arbejde med dyreassisterede interventioner (AAI) i forskellige miljøer.

## 2. Typer af dyreassisterede interventioner

IAHAIO Hvidbog (2018) redegør for en række forskellige indsatstyper, der bl.a. kan tjene som inspiration for fp., når det skal vurderes, hvilken type hesteassisteret intervention der udbydes. I hvidbogen vægtes betydningen af ækvivalensen mellem fp.'s kvalifikationer og kompetencer og den valgte interventionsform, hvilket understreger ambitionerne om såvel kvalitet som etisk forsvarlighed.

## 3. Hesteassisteret intervention, HAI

### 3.1 Definition

Jf. IAHAIO's Hvidbog (2018) kan vi definere HAI som en målrettet og struktureret intervention, der bevidst inkluderer heste i sundheds-, rehabiliterings-, undervisnings- og omsorgsydelser. Rammerne for interventionen sættes af en kompetent fp. med viden om de involverede deltagers udfordringer og viden om hestene, herunder kendskab til hestens behov og signaler.

### 3.2 Argumenter for at anvende heste i dyreassisteret intervention

Vi vil i nedenstående argumentere for fordelene ved netop at anvende heste i den dyreassisterede intervention.

Heste er til stede i nuet. Når deltagere interagerer med heste, kan de også selv lære at være mere nærværende. Det kan hjælpe dem med at slippe tanker fra fortiden, der kan være dominerende for psykisk sårbare, udsatte eller traumatiserede mennesker (Helm, 2020; Kristensen, 2020) og evt. angst i forhold til fremtiden.

Heste er meget følsomme over for kropssprog og stemninger og kan reagere på selv små ændringer i en persons kropsholdning og bevægelser (Merkies, McKechnie & Zakrajsek, 2018). Dette betyder, at heste kan fungere som en form for spejl, der reflekterer deltagernes adfærd. Hvis en deltager er nervøs eller usikker, og hesten reagerer på dette, kan det hjælpe deltageren med at blive mere opmærksom på egne følelser og adfærd.

Heste kan være rolige og tålmodige dyr, som det kan virke beroligende og afslappende at være sammen med, og som generelt kan have positiv effekt på bl.a. en række psykosociale problemer blandt unge (Fuller-Lovins, Kanamori, Myers & Cornelius-White, 2023).

Heste lever normalt i flok, og de har en kompleks social struktur, hvor de kommunikerer og interagerer med hinanden på forskellige måder. Når en deltager arbejder med heste, kan han/hun lære om hestens sociale adfærd, og hvordan den interagerer med andre heste i flokken, hvilket kan hjælpe deltageren med at udvikle egne sociale færdigheder (ibid.).

Heste dømmer ikke mennesker, men har dog forventninger baseret på tidligere erfaringer.

Deltageren kan være sig selv omkring hesten uden frygt for kritik eller fordømmelse.

Heste er store og kraftfulde dyr, hvilket betyder, at arbejdet med dem kræver en vis grad af mod, tillid og kontrol. Dette kan være en udfordring for nogle mennesker, men hvis de lærer at samarbejde med hesten og tage kontrol over situationen, kan det øge deres selvtillid (Wanneberg, 2014).

Relationen til hesten kan af deltageren opleves som mere oprigtig end i forhold til fp., idet hesten ikke 'får løn' for at tilbyde sin kontakt.

Vi finder således heste yderst velegnede til dyreassisterede interventioner, hvor de kan medvirke til læringsmæssig oplevelse, terapi og udvikling for deltagerne.

### 3.3 Udbytte af HAI

Jf. ovenstående har vi i vores praksis kunnet konstatere en lang række positive effekter af HAI. Heraf er nogle underbygget af allerede eksisterende forskning, Wanneberg (2014), mens andre er nogle, vi kunne ønske blev yderligere undersøgt og dokumenteret.

Forskning tyder på, at inddragelse af hesten i behandlingsarbejdet kan bidrage til *motivation*, *deltagelse* og *fastholdelse* af deltagere i behandlingsforløb, hvilket alle er vigtige og tæt forbundne elementer i forhold til behandling af mennesker med psykiske udfordringer (Kern-Godal et al., 2015).

*Motivation* refererer til den drivkraft eller den indre styrke, der får en deltager til at engagere sig i behandlingen. Uden motivation kan det være svært for en person at tage det første skridt til at indgå i behandlingen. *Deltagelse* henviser til den grad, hvormed en person engagerer sig i behandlingen. Jo mere en person involverer sig, desto større er sandsynligheden for, at behandlingen bliver effektiv. *Fastholdelse* henviser til evnen til at fortsætte med behandlingen over tid. Det kan være svært at opretholde motivation og engagement i en behandling over en længere periode, især hvis der opstår udfordringer undervejs. Det er derfor vigtigt at identificere metoder og interventioner, som kan hjælpe med at øge motivationen, deltagelsen og fastholdelsen i behandlingen. HAI kan være en effektiv løsning, bl.a. fordi samværet med hesten for mange mennesker i sig selv kan være en kilde til motivation (Kern-Godal et al., 2015).

Der refereres på det pædagogiske og socialpsykiatriske felt ofte til *et fælles tredje*, og det er dokumenteret, at der på det relationelle område er gode potentialer at hente gennem deltageres og professionelles møder omkring fælles interesseområder (Helm, 2022; Lihme, 2015, 1988). At have hesten som *et fælles tredje* og at dele denne passion er med til at skabe en god relation og et mere ligeværdigt forhold mellem fp. og deltager.

En god relation, der bygger på tillid, åbenhed og forståelse mellem deltager og fp., er en af de vigtigste faktorer i enhver form for intervention. Den hjælper med at øge motivationen og engagementet i interventionen, og deltageren vil føle sig mere tryk og åben i alliancen med den professionelle i forhold til arbejdet mod at opnå behandlingsmålene.

Via HAI kan deltagerne opleve følelsen af tilhørsforhold og få lettere ved at opbygge stærkere relationer til andre mennesker. Dette kan medvirke til at styrke deres identitet, evt. også som en del af et større fællesskab (Wanneberg, 2014).

HAI kan give deltageren oplevelser af *flow*, forstået som en optimaloplevelse og positiv 'selvforglemmelse' (Csikszentmihalyi, 1991). Hestene kan bidrage til at skabe følelsen af samhørighed og tillid. Dette og engagementet i det fælles tredje kan bidrage til oplevelsen af 'fælles-flow' og synergieffekt. Gennem HAI kan der således etableres gode relationer mellem deltager og fp. samt øvrige deltagere, hvilket i sig selv kan være et vigtigt element i forhold til *fastholdelse* i interventionen (Hansen, 2018) og på længere sigt medvirke til øget social tryk og udvikling (Andersen, 2006).

*Selvtillid/self-efficacy* refererer til en persons tro på egne evner til at udføre en bestemt opgave eller nå et bestemt mål (Bandura, 1997). Deltagerne kan gennem HAI lære at håndtere og interagere med hestene på en positiv måde. Vi oplever, at HAI kan øge deltagerens selvtillid, fx gennem deltagerens succes i interaktion med hesten, hvilket i bedste fald overføres til deltagerens tro på egne evner i andre af livets områder. Dette er imidlertid ikke tilstrækkeligt videnskabeligt underbygget (Fuller-Lovins et al., 2023).



HAI kan hjælpe deltageren med at opdage og udvikle nye sider af sig selv, men det kan i forlængelse af ovenstående diskuteres, hvorvidt HAI kan bidrage til en ny, positiv *identitetsopfattelse* (Fine, 2015, p. 150; Fuller-Lovins et al., 2023; Wanneberg, 2014).

HAI kan bidrage til at forbedre *kropsbevidsthed og sanseintegration* hos deltagerne (Freund, Brown & Buff, 2011).

*Øget kropsbevidsthed:* Kropsbevidstheden er ofte reduceret hos mennesker med psykiske udfordringer, udviklingsforstyrrelser eller nedsat trivsel. Dette kan eksempelvis skyldes medicin, tankemylder, dissociation, ulyst eller ubevidst modstand mod at mærke kropslige fornemmelser eller sanseforstyrrelser. Interaktion med heste kan hjælpe deltagerne med at blive mere bevidste om deres krop og kropsfornemmelser. Hesten, der kommunikerer gennem kropssprog, motiverer deltageren til at mærke sine egne kropslige fornemmelser for derved at kunne få en bedre kontakt i kommunikationen med hestene og udvikle sig, evt. som rytter. Heste er meget følsomme over for kropssprog og kan reagere på selv de mindste bevægelser og ændringer i kropsholdning. Dette kan hjælpe deltagerne med at forstå, hvordan deres egen krop reagerer på forskellige situationer og stimuli. I tilfælde af at deltageren eksempelvis bliver bange eller forskrækket, kan der arbejdes aktivt med åndedrættet, for således at påvirke hesten til mere ro eller mere energi. Dermed videregives også en kropslig erfaring om, at man kan regulere egen arousal ved hjælp af bevidst vejrtrækning.

*Forbedret balance og koordination:* HAI kan hjælpe med at forbedre deltagerens balance og koordination. Når man arbejder med heste, kræver det ofte, at man skal bevæge sig og koordinere bevægelserne i overensstemmelse med hesten. Dette kan hjælpe med at styrke musklerne og forbedre balance og koordination.

*Øget sensorisk integration:* HAI kan hjælpe med at forbedre sensorisk integration, hvilket er evnen til at integrere og bearbejde information fra forskellige sanser. Når man arbejder med heste, skal man være opmærksom på hestens kropssprog og reaktioner, hvilket kræver en integreret tilgang til sanseindtryk. Dette kan hjælpe deltageren med at forbedre sin evne til at integrere sensorisk information og reagere på forskellige stimuli.

*Empati:* HAI giver mulighed for i samværet med hesten at danne relation og derigennem træne indføling i hesten. Samværet og relationen med hesten giver mulighed for at se, føle, møde og øve sig i at forstå og kommunikere med et andet væsen, ligesom der er mulighed for at blive set, følt og mødt af hesten. Dette er baseret på hestens frivillige interaktioner med os.

*Mentalisering* refererer til evnen til at forstå andres og ens egen mentale tilstand (Allen, Fonagy & Bateman, 2008). HAI kan muligvis øge en deltagers evne til at mentalisere, bl.a. via observation af hestens adfærd og reaktioner og ved at opnå en forståelse for, hvad hesten signalerer, og hvordan den responderer på deltageren eller fp. Dette kan således hjælpe deltagerne med se sig selv 'udefra' og andre 'indefra'.

Ifølge bl.a. biofili-hypotesen (Wilson, 1984) har mennesker en medfødt tendens til at søge forbindelse med naturen og andre levende væsner. Denne tilbøjelighed skyldes vores evolutionære historie, hvor mennesker har udviklet sig i tæt kontakt med naturen og andre dyr. Denne og andre teorier (bl.a. Fredens, 2018) tyder på, at vores biologiske og psykologiske trivsel afhænger af vores forbindelse med naturen og andre levende væsner. Nogle undersøgelser inden for dette område har fundet, at interaktion med dyr kan reducere stressniveauet og øge følelsen af velvære (Gilling et al., 2014).

Hestens 'væren i verden' kan ofte signalere en form for frihed og ubekymrethed, hvilket kan have en afsmittende effekt (Wilson, 1984).

Hesten kan fungere som en assistent for fp., der kan hjælpe deltageren med at identificere og udtrykke følelser, som han/hun måske ikke kan sætte ord på eller bearbejde på andre måder.

Samlet set vurderer vi derfor, at HAI kan hjælpe deltageren med at bearbejde svære følelser og traumer, forbedre kropsbevidsthed, balance og koordination, sensorisk integration og reducere angst og stress. HAI kan have en positiv effekt på deltageres selvopfattelse og identitet samt i forbindelse med opbygningen af stærkere relationer til andre mennesker og dyr (Wanneberg, 2014). Disse forbedringer kan have en positiv holistisk (Hummelvoll, 2008) indvirkning på deltagerens fysiske og mentale sundhed, trivsel og livskvalitet (Gilling et al., 2014; Stergiou et al., 2017).

#### **4. En integreret tilgang**

Vores erfaring er, at det største udbytte af terapi generelt opnås, når terapeuten arbejder tæt sammen med deltagernes øvrige netværk, herunder familie, venner og evt. andre behandlere (Lihme, 2015). Denne integrerede tilgang bidrager til at sikre, at nye færdigheder og erfaringer, hentet gennem HAI, integreres og fastholdes i deltagernes daglige liv.

#### **5. Komplexitetens udfordringer**

HAI, hvori indgår aktørerne: deltager, hest og fp., udgør et komplekst og foranderligt system pga. de mange forskellige og ukontrollerbare processer og faktorer, der påvirker interaktionen i og omkring systemet.

Hesten er et levende væsen med dens særlige karaktertræk, reaktioner og adfærd, der kan være svære at forudsige og kontrollere. Deltageren kan have forskellige behov, forudsætninger og forventninger, der kan påvirke hans/hendes interaktion med fp. og hesten, og fp. kan have forskellige tilgange, teoretisk baggrund og personlige egenskaber, som kan påvirke interaktionen med hesten og deltageren.

Vi har i forhold til modellen ikke lagt os fast på en bestemt metode, idet HAI er karakteriseret af mange forskellige måder at interagere og kommunikere med heste på.

Således vil interventionerne være foranderlige, og der kan opstå uforudsete situationer, som kræver hurtige beslutninger og handlinger fra fp.'s side. Eksempelvis kan vejret eller andre forstyrrelser i omgivelserne påvirke interaktionen mellem hesten, deltageren og fp. Deltagerne kan have uforudsete reaktioner eller følelser, som påvirker deres kommunikation med hesten osv.

På denne baggrund er det vigtigt, at fp. har god forståelse for, hvordan alle disse elementer og processer påvirker interventionen. Der er derfor behov for, at fp.er vidende, observant, reflekterende og i stand til at danne sig et overblik over, hvordan uforudsete situationer kan håndteres og evt. forebygges.

## 6. Introduktion til ræsonneringsmodellen

Set i lyset af de mange positive effekter, som HAI kan bidrage med, vurderer vi, at triaden hest, deltager og fp. er en yderst meningsfuld og givende konstellation i et komplekst samspil med omgivelserne; men for at kunne navigere i dette komplekse system og sikre succesfulde interventioner har vi fundet det nødvendigt at udvikle og anvende en ræsonneringsmodel<sup>4</sup>, vel vidende at modeller altid vil indebære en reduktion af 'virkeligheden'.

Ræsonneringsmodellen, figur 1, skal her forstås som en model, der kan hjælpe fp. med at få et systematisk overblik over, hvad der sker i det komplekse samspil mellem *hest*, *deltager*, *fagprofessionel* og *omgivelser*, for hermed at danne grundlag for tilrettelæggelse af den mest meningsfulde intervention i forhold til konteksten. Modellen kan danne baggrund for ræsonnementer over, hvordan problemstillinger i HAI kan tilgås, evalueres og justeres. Modellen er således en systematisk tilgang, der kan hjælpe med at identificere de forskellige faktorer, som spiller ind, og anskueliggøre, hvordan disse er processuelt forbundet. Dette kan give en mere grundig og helhedsorienteret forståelse af problemer og hjælpe med at identificere mulige løsninger. Modellen kan hjælpe med at organisere de mange faktorer, der skal overvejes i forbindelse med HAI, og den kan give en struktureret tilgang til at planlægge, evaluere og justere interventionen efter behov.

Ræsonneringsmodellen lægger sig op ad IAHAIO's (2018) definitioner for, hvad man som fp. kan tilbyde af dyreassisterede interventioner. Formålet er at sikre overensstemmelse mellem faglighed, kompetencer, hesteassisteret tilbud og deltagers forventninger til, og udbytte af, interventionen. Modellen

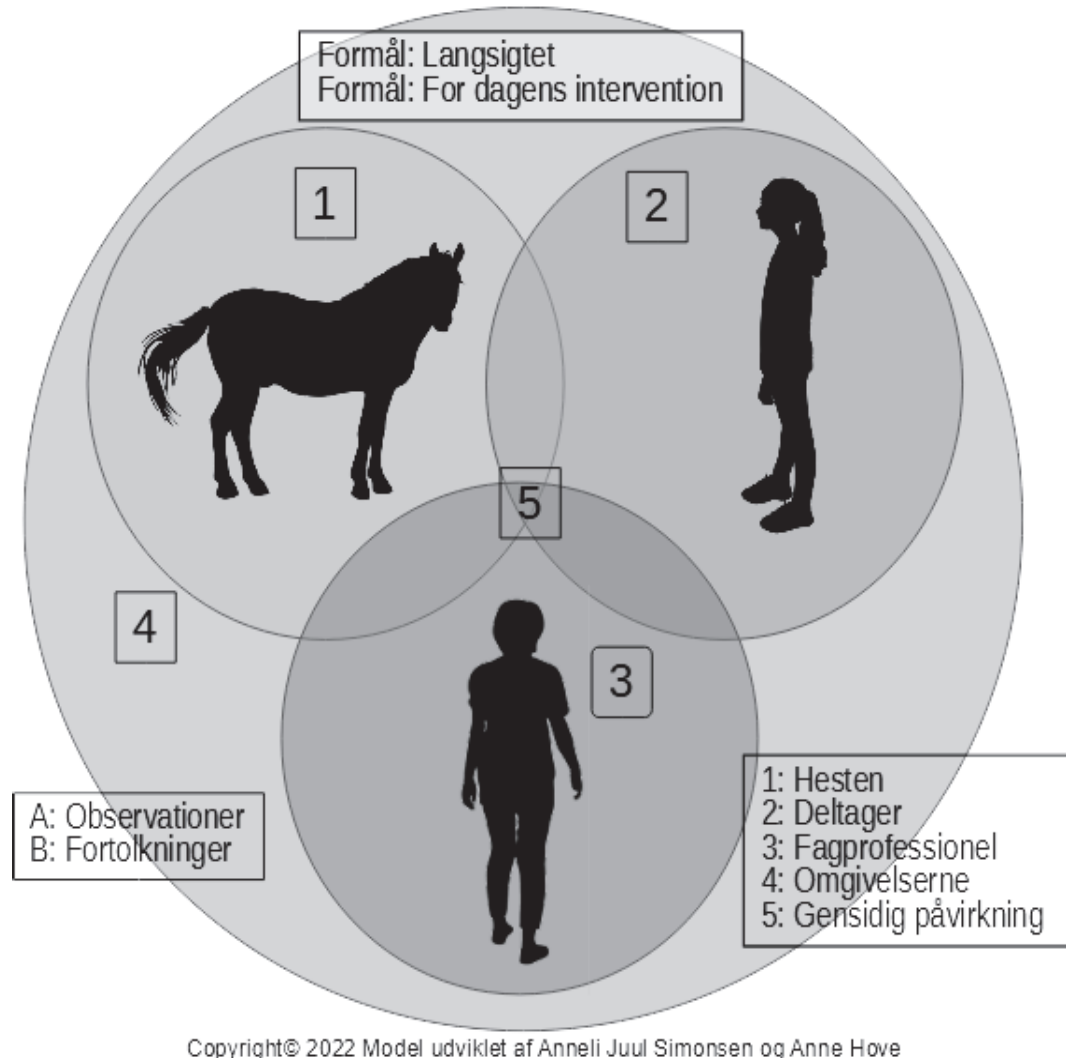
---

4 Anvendes ofte i forbindelse med fysioterapi.



kan være med til at sikre, at arbejdet med HAI gennemføres på et højt fagligt niveau og etisk forsvarligt, og den kan være et vigtigt redskab i forhold til at sikre en succesfuld og meningsfuld oplevelse for *alle* involverede parter.

## Ræsonneringsmodel for hesteassisterede interventioner



Figur 1. Ræsonneringsmodel for hesteassisterede interventioner. Kilde: Anneli Juul Simonsen og Anne Hove.

## 7. Gennemgang af ræsonneringsmodellen

I dette afsnit vil vi gennemgå modellen, men dog først redegøre for nogle af grundantagelserne bag denne. Den systemiske tilgang medfører, at vi som nævnt ser på interventionen i en større sammenhæng, hvor både deltagerens omgivelser og samfundet spiller en rolle, og vi arbejder således ikke ud fra en kausal logik eller standard. Det er som nævnt vigtigt at have fokus på samarbejde og interaktion/kommunikation mellem alle involverede parter, da HAI dermed får den største effekt.

Det er vigtigt, at interventionen tilpasses deltagerens behov, ressourcer og mål. Interventionen skal inkludere metoder til at evaluere, hvilken effekt interventionen har i forhold til den enkelte deltager og evt. en deltagergruppe.

Da hesten har en central rolle i interventionen, er det vigtigt, at hestens velfærd og trivsel løbende vurderes, og det må sikres, at hesten ikke udsættes for unødvendig stress eller belastning.

### **7.1 Interventionernes specifikke formål**

Ræsonneringsmodellen arbejder med en opdeling i *langsigtede* og *kortsigtede* formål.

*Det langsigtede formål* vil oftest danne fundamentet for HAI. Fp. kan sammen med deltager formulere et overordnet langsigtet formål med den HAI. Dette formål kan justeres så ofte det ønskes, men ved formuleringen bevidstgøres mulighederne ved interventionen for deltageren, således at en fokuseret indsats sikres. Derved bidrages også til deltagerens oplevelse af kontrol og tryghed, idet han/hun har givet tilsagn til at arbejde med fokusområdet for interventionen, og denne følelse af tryghed kan udgøre et fundament for udvikling (Bowlby, 2008; Csikszentmihalyi, 1991; Vygotskij i Brønsted et al., 2014).

*De kortsigtede formål:* Fp. og deltager kan ved hver enkelt intervention forventningsafstemme i forhold til, hvad formålet med dagens intervention er. Her bør fp. forholde sig til alle tre aktørers aktuelle tilstand, omgivelsernes muligheder og i samarbejde med deltageren tilrettelægge interventionen herefter. Dette formål skal give mening i forhold til det langsigtede formål. *Dagsformen* skal således vurderes og er afgørende for, om der skal arbejdes udviklende eller støttende i dagens HAI. Med *støttende intervention* mener vi: at hjælpe og støtte mennesket der, hvor vedkommende 'er' lige nu. Dette er i praksis ofte ved at hjælpe deltageren med at regulere et stresset nervesystem. Med *udviklende intervention* mener vi: at hjælpe et menneske til at arbejde fremadrettet med de valgte udfordringer (Bunkan, 2008).

Eksempler på *kortsigtede* formål: 1) *Støttende intervention*, der arbejder indirekte med det langsigtede mål: fx at gå tur med hesten og flette dens man i stalden. Deltageren fastholdes i forløbet, også på 'svære' dage, og forsøges mødt i dennes tilstand (mentalt og fysisk), således at hans/hendes grænser respekteres. Samtidig sker der en regulering og afstemning af nervesystemet, som bidrager til øget kropsbevidsthed og mental balance. 2) *Udviklende intervention*, der sigter direkte på det langsigtede mål: fx træning af balancen på hesteryg. Ved at træne balancen på hesteryg øges kropsbevidstheden. Formålet er hermed, at deltageren på sigt bedre vil kunne mærke egne behov og grænser, og at dette potentielt kan overføres til og integreres i deltagerens øvrige liv og hverdag.

I forbindelse med hver session må der (jf. modellens punkter) gøres overvejelser i forhold til:

1. *Deltager*: Hvordan har deltageren det? Dette kan vurderes ud fra almen tilstand, kropsholdning, vejrtrækning, hudens kulør, gennem dialog med deltageren (inkl. fokus på bl.a. stemmeleje) og information fra eksterne kilder såsom bosted, skole, forældre eller evt. journaler. Et agilt scoringsværktøj kan desuden være anvendeligt. For eksempel i form af et 'smiley-skema', der udfyldes af deltageren selv før/efter sessionen, baseret på dennes aktuelt oplevede humør og tilstand i sind og krop.
2. *Hesten*: Hvilke heste er til rådighed, og hvad er mulighederne med dem?
3. *Fagprofessionel*: Hvordan har fp. det? Er fp. i mental balance og besidder den ro og de kompetencer, det kræves for dagens intervention?
4. *Omgivelserne*: Her skal faktorer som bl.a. vejret og rammerne inddrages i overvejelserne for dagens intervention.

## 7.2 Hesten

Hesten (jf. modellens pkt. 1) udgør en betydelig del af interventionen, og fp. bør have et dybdegående kendskab til den specifikke hest. Fp. skal kende hestens styrker og svagheder og altid vælge terapihest på baggrund af overvejelser om, hvorledes netop denne hest er velegnet og vil trives med at bidrage til interventionen. Samtidig skal fp. være åben over for, at samspillet kan udvikle sig ganske anderledes end forventet.

Af faktorer, der kan tages i betragtning omkring hesten, uden at vi her forholder os til variationen af racer, kan bl.a. nævnes:

- *Hestens karaktertræk*: Har hesten et venligt, roligt og tålmodigt temperament, der kan bidrage til at skabe et positivt miljø? Besidder hesten evnen til at opbygge tillidsfulde relationer med deltagerne og medvirke til, at de får en positiv oplevelse?
- *Hestens forventninger*: Er hesten tillidsfuld og kan håndtere uforudsigelige situationer og uventede reaktioner fra deltagerne?
- *Hestens erfaringer*: Kan hesten tilpasse sig forskellige miljøer og situationer og være i stand til at arbejde under forskellige forhold?
- *Hestens træningsniveau*: Har hesten gennemgået grundig træning og er vant til at arbejde med mennesker med forskellige behov og evner?
- *Hestens kommunikation og brug af dæmpende signaler*: Hvilke signaler og respons udsender hesten, og hvordan kan hestens kommunikation forstås?
- *Hestens sundhed*: Er hesten fysisk sund, dvs. er den også i god fysisk form i forhold til at kunne tåle den fysiske belastning, der kan indgå i interventionen?

Det er vigtigt at bemærke, at de præcise krav til hesten varierer, afhængigt af den type af indsats, der ønskes, og de krav, der fordres af deltageren.

Hesten skal kunne bidrage til terapeutisk og relationelt arbejde, og det sker bedst, hvis man er i trivsel og balance. Det er under alle omstændigheder vigtigt at holde hestene sunde og veltilpasse. Det forudsættes, at hestens behov er dækket i form af pleje, foder, motion, plads, stimuli, social kontakt mv., og det er vigtigt at være opmærksom på og respektere, hvis hesten siger fra over for en given opgave, en bestemt deltager eller måske har brug for 'ferie'.

### **7.3 Deltager**

Det er deltageren (jf. modellens pkt. 2), der er omdrejningspunktet, og interventionen tager udgangspunkt i deltagerens behov, formål og udviklingspotentiale. I modellen tager vi for nemheds skyld udgangspunkt i en enkelt deltager, men i praksis kan der sagtens være flere deltagere, og interventionen bliver så tilrettelagt til en gruppe, hvori der opstår endnu flere interaktioner på kryds og tværs.

Deltageren kommer ligesom hest og fp. med egne erfaringer og personlighed, der bidrager til dynamikken i sessionen. Af faktorer, der kan tages i betragtning omkring deltageren, kan bl.a. nævnes:

Deltagerens:

- evne og erfaringer, bl.a. i forhold til at indgå i relationer med andre både mennesker og heste
- fysisk og psykisk konstitution
- personlighed
- værdier
- evt. uddannelsesbaggrund
- viden om egen tilstand/sygdom
- opfattelse af egen situation (erkendelse, accept, mestring, mentaliseringsevne, kontrol)
- forventning til interventionen og egen reaktion. Herunder følelsen af sikkerhed og tryghed.
- grad af motivation
- dynamisk vitalitet, dvs. oplevelsen af deltagerens kraft i bevægelser (Stern, 2010)
- evt. anden behandling: Indgår deltager i anden behandling, der kan følge op på den hesteassisterede intervention?

### **7.4 Fagprofessionel**

Det er fp. (jf. modellens pkt. 3), der tilrettelægger interventionens og sessionernes indhold, herunder hvilken rolle deltager og hest og fp. selv ønsker at have i interventionen. Vi forstår en fagprofessionel som en person, der har gennemgået formel uddannelse og træning inden for et bestemt fagområde, som besidder en høj grad af viden, færdigheder og ekspertise inden for dette felt og følger de her gældende standarder og retningslinjer.

Fp.'s rolle varierer afhængigt af faglig baggrund, kompetencer og erfaringer samt deltagerens problemstillinger. Det er fp.'s ansvar at sikre, at HAI forløber på en etisk og fagligt forsvarlig vis, hvorfor det, som nævnt, er vigtigt, at fp. har et indgående kendskab til hesten, deltagerens forudsætninger og egne kompetencer.

Tilrettelæggelsen skal ikke alene tilgodese deltagerens behov og udviklingspotentialer, hestens trivsel, men også fp.'s trivsel i sessionen. Fp. skal såvel undervejs som efterfølgende være i stand til at reflektere over og analysere, hvad der foregår. Fp. skal være i stand til at følge en tilrettelagt plan, men skal også kunne afvige fra denne, alt efter hvad der sker i den konkrete situation, og derudfra vurdere, hvad der ser ud til at være til størst gavn for deltager og hest.

Det er vigtigt, at fp. møder deltageren på en imødekommende, ligeværdig, venlig og ikke-dømmende måde, for at deltageren bliver tryk, føler sig accepteret og anerkendt. Herved kan dannes udgangspunkt for udvikling og deltagerens mod til selvrefleksion og forsøg på at opbygge nye erfaringer og narrativer. Den professionelle bør have respekt for deltagerens måde at se og være i verden på, forholde sig nysgerrigt, åbent og undersøgende til denne og med autentisk interesse i at forstå og lære deltageren bedre at kende (Hertz, 2017; Lang, 2008; Møhl, 2015; Schibbye, 2010).

Det er vigtigt, at fp. kender sine egne reaktionsmønstre og er vant til at analysere og forstå egne følelser for at kunne adskille dem fra deltagerens og kunne bruge sig selv i interventionen (Christensen & Jacobsen, 2018). Der kan være tilfælde, hvor fp. er presset fx fysisk eller mentalt, og dette bør ligeledes afspejle sig i, hvorledes dagens interventionen planlægges og udføres. Hvis fp. selv er ude af balance og har stærkt reduceret mentaliserings-evne, må vedkommende opsøge supervision eller evt. aflyse sessionen (Allen, Fonagy & Bateman, 2008; Gilling et al., 2014; Schødt & Heinskou, 2007).

Af faktorer, der kan tages i betragtning omkring den fagprofessionelle, kan bl.a. nævnes:

#### Den fagprofessionelles

- erfaringer
- personlighed
- værdier
- uddannelsesbaggrund
- kompetencer
- hypoteser og forventninger
- kendskab til sig selv herunder egne grænser og reaktionsmønstre
- egen kropslige bevidsthed
- fysisk og psykisk sundhed
- rollen som professionel
- evne til at skelne egne følelser fra deltagerens



- evne til at bevare ro og nærvær
- timing: fornemmelse for, hvornår man skal lade tingene ske, og hvornår skal man bryde ind
- fokus på etikken for både hest, deltager og professionel
- muligheder for kollegial sparring og supervision.

### 7.5 Omgivelserne

Omgivelser (jf. modellens område 4) er alt det, der er og foregår uden om deltageren, hesten og fp., som kan få betydning i interventionen. Noget i omgivelserne kan kontrolleres af fp., og noget er ganske uden for kontrol. Fp.'s nærvær og opmærksomhed i forhold til omgivelserne er vigtigt, således at faktorer og forandringer aktivt kan inddrages i planlægning og gennemførelse af interventionen.

Af faktorer, der kan tages i betragtning vedr. de *nære omgivelser*, kan bl.a. nævnes:

- De tilgængelige rammer: Er der ridebane, ridehal, natur, skov, vand? Hvilket udstyr er tilgængeligt? Hvilket ved rammerne kan justeres/ændres, hvilket kan ikke?
- Udefrakommende påvirkninger/forstyrrelser: eksempelvis plastikposer, løse hunde, larmende børn, tilskuere, motorlarm mv.
- Vejret, hvis interventionen foregår udendørs.
- Muligheder for variation.
- Grad af fleksibilitet i forhold til omgivelserne: Hvis det, man har planlagt, ikke er muligt, hvilke alternativer er der så?
- Uforudsigelige hændelser.
- De øvrige deltagere i sessionen, hvis den foregår på hold.

*De fjerne omgivelser* definerer vi som andre eller andet, der på en eller anden måde har indflydelse på HAI. Det kan fx være en sagsbehandler, der afgør, hvor lang tid og hvor mange sessioner en bevilling rækker til, og som til en vis grad også kan have indflydelse.

De fjerne omgivelser dækker også over, hvad der måtte være af lovgivning eller krav om dokumentation, som på en eller anden måde kan få betydning for interventionen. Det kan være eksterne samarbejdspartnere, fx psykolog, lærer, pædagog, jobcenter, socialrådgivere, forældre eller andre nære pårørende, der har vigtige oplysninger om deltagerens øvrige liv.

Hvorvidt den læring, som deltageren tilegner sig gennem HAI, på sigt kan afspejle sig andre steder i deltagerens liv, er i høj grad afhængigt af vidensdeling og samarbejde mellem fp. og de eksterne samarbejdspartnere. Derfor er det vigtigt, at fp. tænker de øvrige aktører i deltagerens liv og hverdag ind i forhold til, hvordan de kan bidrage til at hjælpe deltageren med at overføre god erfaring fra HAI til at skabe udvikling i hverdagen (Thodberg & Christensen, 2014).

### 7.6 Gensidig påvirkning

Den gensidige påvirkning er 'essensen' af det særlige 'rum' (modellens pkt. 5), der opstår i samspillet/kommunikationen mellem hest, deltager, fagprofessionel og omgivelser.

Ofte opstår der i samspillet helt særlige momenter, hvor udfordringer bliver synlige, udvikling og erkendelse opstår, og læring finder sted (Stern, 2007), eller situationer, hvor der ikke sker noget. Det kan også være vigtigt at analysere, hvornår der sker noget, som ikke er gavnligt eller tilsigtet, fordi der i disse situationer også ligger mulighed for læring og justering.

## 8. Observationer og fortolkning

Vi definerer observationer (A) som det helt konkrete, fp. og deltager sanser, der sker i interventionen. Eksempelvis: at hesten går helt tæt på deltager, at hesten flytter vægten på benene, at deltageren sukker højlydt.

I en systemteoretisk forståelsesramme handler såvel verbal som nonverbal kommunikation i en given kontekst imidlertid også om bevidst eller ubevidst selektion af såvel informationer som meddelelsesform fra afsenders side, og modtagers bevidste eller ubevidste opfattelse, selektion og forståelse af kombinationen af information og meddelelsesform (Szatkowski, 2017). Observationer bliver således farvet af den, der observerer. Så uanset hvor objektiv man forsøger at være, sker der også en fortolkning i forhold til det, man lægger mærke til, og det, man ikke lægger mærke til. Denne præmis og forståelse bør i videst muligt omfang være bevidst og nærliggende i forbindelse med HAI.

Kommunikationen foregår hurtigt, ofte med små subtile signaler. Det er vigtigt, at fp. er trænet i også at identificere hestens kommunikation, og forskning på dette område er stadig begrænset. Den hollandske hesteekspert Draaisma har systematiseret hestes signaler på en konfliktrappe og identificeret beroligende signaler, overspringshandlinger og afstandtagende adfærd (Draaisma, 2018). Denne viden kan anvendes til at tilnærme sig, på hvilket trin hesten befinder sig. Dermed gives der mulighed for at tilpasse træning og håndtering af hesten med mindst mulig stress, samtidig med at man kan inddrage hestens signaler meningsfuldt.

Når fp. inddrager hesten i arbejdet samt aflæser og *fortolker* (B) hestens signaler, bør dette gøres på baggrund af solid faglig viden, erfaringsgrundlag og etiske fordringer. Fortolkning bør ske med ydmyghed, da denne er kontekstafhængig, og hestekommunikation kompliceret.

Hvis deltageren har ressourcerne til det, og det vurderes hensigtsmæssigt, kan han/hun inddrages i dialog om observationerne og fortolkningerne af disse. Det vigtigste er, at disse giver mening både i situationen og i forhold til de langsigtede mål, dvs. at den professionelle har blik for såvel deltagers

nærmeste udviklingszone og evt. diskontinuerte kvalitative spring (Stern, 2000; Vygotskij i Brønsted et al., 2014).

Ud fra observationerne kan der således formuleres en række bud på fortolkninger af det observerede. Disse fortolkninger kan formuleres og afprøves på forskellig vis i dialog/samarbejde med deltageren:

Nogle gange, når en hest er urolig, skyldes det, at vi er urolige. Skal vi prøve at berolige os selv med en åndedrætsøvelse og se, om det gør en forskel for ham?

Hesten trækker sig lidt tilbage fra dig, når du nærmer dig. Måske er det, fordi du er lidt for hurtig eller voldsom i dine signaler til den. Prøv at sænke tempoet lidt og være mere rolig, når du nærmer dig hesten. Så ser vi, om det gør en forskel.

Hesten begynder at spise græs i stedet for at fokusere på træningen. Måske er det, fordi du ikke er helt til stede i øjeblikket og tænker på andre ting. Prøv at fokusere mere på træningen og være mere opmærksom på hesten, og se så, om det hjælper ham med at fokusere bedre.

Eksemplerne viser, hvordan man kan tolke hestens adfærd og reaktioner i forhold til egen adfærd og følelser, og hvordan man kan ændre sin egen adfærd for at skabe en mere positiv interaktion med hesten.

Afhængigt af formålet med HAI kan der efterfølgende drages paralleller til deltagerens øvrige liv og udfordringer.

Det er hensigtsmæssigt, at sessionen afsluttes med en opfølgning af, hvordan interventionen er forløbet, og hvordan deltageren *nu* har det fysisk og psykisk.

## 9. Eksempel på anvendelse af ræsonneringsmodellen

Nedenfor vil en case, der kunne have overskriften *Afspænding og mentalisering med hest*, illustrere, hvorledes ræsonneringsmodellen kan anvendes i praksis.

- *Det langsigtede formål med forløbet:* øget evne til selvrefleksion og benyttelse af hensigtsmæssige strategier frem for udadreagerende adfærd. Det langsigtede formål er udarbejdet i samarbejde med miljøterapeuter og psykolog på den afdeling, hvor deltager bor, deltager selv samt fp.
- *Formålet for dagens intervention:* Plan for interventionen er: afspænding. Formålet med sessionen er baseret på deltagers dagsform. Denne vurderes på baggrund af dagbogsnotater, samtale med kontakt-

pædagog, deltagers kropssprog og egen fortælling af, hvordan deltager har det. Der laves desuden en skriftlig scoring via afkrydsning på et smiley-skema, hvor deltager vurderer kropstilstand og humør.

- *Baggrundsinformation:* Rideterapi på den socialpsykiatriske døgninstitution Holmstrupgård.

### **Enetime på ridebanen**

Deltager fortæller indledningsvis, at hun har det svært for tiden. At hun tog en overdosis for et par dage siden og har været indlagt til observation på en somatisk afdeling. Hun fortæller endvidere, at hun været udadreagerende ved at smadre ting på afdelingen, hvor hun bor. Hun har desuden fået konstateret øget indhold af stresshormonet kortisol hos lægen, der siger, hun er stresset og skal skære ned på aktiviteter.

*Deltager:* kvinde, 18 år, der har svært ved at mærke sig selv, både fysiske fornemmelser som kulde og varme, men også følelser og meninger. Hun kan dog redegøre for, at hun føler sig stresset for tiden. Hun har diagnosen personlighedsforstyrrelse, er lavvægtig og optaget af anorektiske tanker omkring motion og forbrænding.

*Hest:* islænder, vallak, 14 år, en sensitiv og yderst samarbejdsvillig hest. Deltager og hest har lært hinanden at kende gennem flere måneder, og deltager er særligt glad for – og knyttet til – denne hest.

*Fagprofessionel:* fokuserer under øvelsen på egen grounding ('jordforbindelse') og vejrtrækning for at skabe en tryk base for hest og deltager.

*Omgivelser:* er rolige og ikke umiddelbart forstyrrende. Øvelsen foregår udendørs. Vejret: vindstille og let overskyet.

*Observation:* Interventionen består af en liggende, guidet afspænding på hesten. Deltager ligger omvendt på hesten. Hun ligger næsten helt stille i de syv minutter, hvor observationen finder sted. Hun ligger med venstre kind på hestens kryds og med armene ned langs hestens sider. Benene hænger ned på hver side af hesten bag ved hestens skulder. Fp. står ved hestens hoved og holder hesten rolig, mens den guidede afspænding finder sted. Hesten flytter på sine ben og justerer måden, hvorpå den står. Dette med små bevægelser og forskydninger i kroppen syv gange i løbet af tre minutter af observationen. Desuden slikker den sig om munden og tygger, hvilket ifølge Draaisma er dæmpende signaler.

*Bud på fortolkning:* I dialogen mellem fp. og deltager, hvor begge parter deler deres observationer, oplevelser og mulige fortolkninger af hestens oplevelser og signaler, fortæller deltager, at hun i dag har svært ved at trække vejret ned i maven, at hun har tankemylder og kropslig uro og føler sig rastløs. Hun plejer at kunne finde ro i afspændingen på hesten, men det lykkes ikke denne gang.

Da der altid er mange faktorer og processer i spil og således flere mulige fortolkninger af situationen, kan nedenstående spørgsmål evt. diskuteres:

Er det en ny øvelse? Finder hesten det ubehageligt, at deltager ligger sådan? Er det fysisk svært for hesten, der måske har nogle spændinger eller låsninger i sin krop?

Da hesten tidligere har klaret øvelsen uden kropslig uro og dæmpende signaler, vurderes det, at det nok rent fysisk ikke er et problem for ham, at deltager ligger på ham i afspændingen.

Kan hestens kropslige uro og dæmpende signaler skyldes, at den reagerer på, at deltager ikke har det godt? Mærker hesten evt. deltagers uro og stress, idet hun sandsynligvis har forhøjet puls, ikke slapper rigtigt af i kroppen og trækker vejret overfladisk?

I eksemplet bliver deltager opmærksom på, hvorledes hendes indre uro får betydning for hesten. Det aftales, at de kortvarigt prøver igen, og resten af sessionen arbejdes der videre med kropslig afspænding.

I starten ligger deltager og spænder alle muskler, og hesten står stille, men er anspændt og med spændte muskler. Efterhånden som deltager bliver instrueret i at slappe af, slapper hesten også af og pruster højtlydt, mens der arbejdes med deltagers vejtrækning. Da hesten slapper af, mærker deltager tydeligt, hvordan hesten bliver blød at ligge på, og hun oplever forskellen fra de hårde, spændte rygmuskler.

Deltager markerer igen på scoringsarket for kropstilstand og humør, der nu viser, at hendes humør er forbedret. Hun er overrasket over, hvordan hendes uro kan påvirke hesten og måske også andre individer. Det har hun aldrig tænkt på før. Hun synes, at det var rart, men også skræmmende at ligge så afslappet. Hun mærkede sin krop på en helt ny måde, fortæller hun.

Afslutningsvis fortæller deltager, at hun føler sig bedre tilpas. Hun har mere ro i kroppen og i hovedet. Desuden føler hun sig afledt fra negative tanker og mere i kontakt med sin krop. Arbejdet med nærværsøvelser og kropslige øvelser er svære for hende, og hun fortæller, at hun kun kan udføre dem sammen med en hest, ellers mister hun fokus med det samme. Det aftales at arbejde videre med afspænding og 'low arousal' (Brandstrup, 2020) i næste session. Denne plan kan afviges, hvis den indledende samtale næste gang giver anledning til det.

Vi tolker i sessionen, at hesten bliver påvirket af deltagers uro, og det efterfølgende arbejde med afslapning er meningsgivende for deltager og for fp. Hestens respons giver deltager et håndgribeligt og tydeligt fysisk billede af, hvordan hendes uro påvirker andre, hvilket er en ny erkendelse for hende.



Ligeledes mærker hun forskellen på spændte og afspændte muskler både på sig selv og gennem hesten.

Det er vigtigt at være meget opmærksom på hestens velfærd i en situation som ovenstående. Disse situationer må kun være kortvarige, og det kan være nødvendigt at ændre på interventionen, hvis det ikke er muligt at afspænde deltager og fx slippe hesten løs på ridebanen, således at den selv vælger, hvor tæt kontakten med deltager skal være.

## 10. Afslutning og anbefaling

Vi har gennem ovenstående forsøgt at beskrive og argumentere for en ræsonneringsmodel, som vi har udviklet og gennem en årrække haft stort udbytte af at anvende i forbindelse med HAI. Dette i forsøget på at indfange nogle betydningsbærende processer og opmærksomhedspunkter i det komplekse system, som samspillet mellem deltager, hest og fp. i en given kontekst omfatter.

Vi håber, at modellen kan være til inspiration og har en høj grad af overførbare. Vi ser det som vigtigt, at der arbejdes dynamisk med modellen, og at den løbende justeres i forhold til lokale forhold og erfaringer.

Generelt kan vi kun anbefale mere forskning på området, og selv har vi har ambitioner om en mere dybdegående kvalitativ og evt. kvantitativ undersøgelse og systematisk analyse af effekterne ved HAI og ræsonneringsmodellens anvendelighed.

## REFERENCER

- Allen, J. G., Fonagy, P. & Bateman, A. W. (2008). *Mentalizing in Clinical Practice*. Psychiatric Publishing, Inc.
- Andersen, F. Ø. (2006). *Flow og fordybelse. Virkelystens og det gode livs psykologi*. Hans Reitzels Forlag.
- Antonovsky, A. (2000). *Helbredets mysterium*. Hans Reitzels Forlag.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman and Company.
- Bowlby, J. (2008). Tilknytning, tilknytningsmønstre og organisering af tilknytningserfaringer. I S. Hart & R. Hart, *Fra interaktion til relation*. Hans Reitzels Forlag.
- Brandstrup, M. (2020). *Metoder og tilgange: Low arousal* [Audio podcast]. <https://sl.dk/fag-og-viden/arkiv/2020/11/podcast-low-arousal/>
- Brønsted, L. B., Mottelson, M., Jørgensen, C. & Muschinsky, L. J. (red.) (2014). *Ny Pædagogisk opslagsbog* (s. 261 og 278-280). Gyldendal.
- Bunkan, B. H. (2008). *Kropp, respirasjon og kroppsbilde: teori og helsefremmende behandling* (4. udgave). Gyldendal Akademisk.
- Christensen, B. M. & Jacobsen, M. N. (2018). *Med mig selv som redskab – om at være professionel med følelser*. Frydenlund.
- Csikszentmihalyi, M. (1991). *Flow, Optimaloplevelsens psykologi*. Munksgaard.
- Draaisma, R. (2018). *Language Signs and calming signals of horses – Recognition and application*. Taylor & Francis Group.

- Fine, A. (red.). (2015). *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for animal-assisted interventions* (4. udgave). Elsevier/Academic Press.
- Fredens, K. (2018). *Læring med kroppen forrest*. Hans Reitzels Forlag.
- Freund, L. S., Brown, O. J. & Buff, P. R. (2011). Equine-assisted activities and therapy for individuals with physical and developmental disabilities: an overview of research findings and the types of research currently being conducted. <https://www.semantic-scholar.org/paper/Equine-assisted-activities-and-therapy-for-with-and-Freund-Brown/6c42a3fa4b22646c6a70bc6e211a929127443051>
- Fuller-Lovins, S., Kanamori, Y., Myers, C. E. & Cornelius-White, J. H. D. (2023). The effectiveness of equine-assisted mental health interventions for youth: A meta-analysis of controlled studies. *Adolescent Research Review* 8(4), 495-506. <https://doi.org/10.1007/s40894-023-00209-9>
- Gilling, S., Moskowitz, A. & Spindler, H. (2014). Studier af hesteassisteret psykoterapi til voksne: Et systematisk review. *Psyke & Logos* 35(2), 52-68. <https://doi.org/10.7146/pl.v35i2.22361>
- Hansen, T. (2018). Dyreassisteret rehabilitering. I: C. Glintborg (red.), *Rehabiliteringspsykologi – en introduktion til teori og praksis* (s. 153-173). Aarhus Universitetsforlag.
- Hart, S. & Schwartz, R. (2008). *Fra interaktion til relation*. Hans Reitzels Forlag.
- Helm, L. L. (2020). Organisatorisk brugerinddragelse på en socialpsykiatrisk døgninstitution: Et dramaturgisk inspireret aktionsforskningsprojekt. Ph.d.-afhandling, DPU, Aarhus Universitet. <https://doi.org/10.7146/aul.383>
- Helm, L. L. (2022). DiS-3, Didaktik i interne skoler. <https://www.holmstrupgaard.rm.dk/globalassets/socialomradet/overflytning/holmstrupgaard/billeder/skole-og-afdelinger/fokus/dis-3-rapport-slutudg-efter-korrektur-med-forord-25.-januar.pdf>
- Hertz, S. (2017). *Børn og unge, psykiatri og samfund*. Akademisk Forlag.
- Hummelvoll, J. K. (2018). *Helt – ikke stykkevis og delt* (4. udgave). Hans Reitzels Forlag.
- IAHAIO HVIDBOG (2014, opdateret 2018). <https://iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2021/09/iahaio-white-paper-danish.pdf>
- Kern-Godal, A., Arnevik, E., Walderhaug, E. & Ravndal, E. (2015). Substance use disorder treatment retention and completion: a prospective study of horse-assisted therapy (HAT) for young adults. *Addiction Science & Clinical Practice* 10(1), 2-12. <https://doi.org/10.1186/s13722-015-0043-4>
- Kristensen, O. S. (2020). At foregribe det ukendte – en metasyntese af tidligere anbragte unges fortællinger midt i transitionen. *Psyke & Logos* 41(1), 142-158. <https://doi.org/10.7146/pl.v41i1.121511>
- Lang, P. (2008). Opfyldelse af drømme i komplekse situationer. *Kognition & Pædagogik* 18(68), 28-38.
- Lihme, B. (1988). *Socialpædagogik for børn og unge: et debatoplæg med særligt henblik på døgninstitutionen*. SocPol.
- Lihme, B. (red.) (2015). *Det sociales betydning for mennesker med sindslidelse*. Akademisk Forlag.
- Merkies, K., McKechnie, M. J. & Zakrajsek, E. (2018). Behavioural and physiological responses of therapy horses to mentally traumatized humans. *Applied Animal Behaviour Science* 205, 61-67.
- Møhl, B. (2015). *Selvskade – psykologi og behandling*. Gyldendal/Hans Reitzels Forlag.
- Schibbye, A.-L. L. (2010). *Relationer. Et dialektisk perspektiv på eksistentiel og psykodynamisk psykoterapi*. Akademisk Forlag.
- Schjødt T. & Heinskou, T. (red.) (2007). *Miljøterapi på et dynamisk grundlag*. Hans Reitzels Forlag.
- Stergiou, A., Tzoufi, M., Ntzani, E., Varvarousis, D., Beris, A. & Ploumis, A. (2017). Therapeutic Effects of Horseback Riding Interventions: A Systematic Review and

- Meta-analysis. *American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation* 96(10), 717-725. <https://doi.org/10.1097/PHM.0000000000000726>
- Stern, C. & Chur-Hansen, A. (2019). An umbrella review of the evidence for equine-assisted interventions. *Australian Journal of Psychology* 71(4), 361-374. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12246>
- Stern, D.N. (2000). *Spædbarnets interpersonelle verden*. Hans Reitzels Forlag.
- Stern, D.N. (2007). *Det Nuværende Øjeblik*. Hans Reitzels Forlag.
- Stern, D.N. (2010). *Vitalitetsformer*. Hans Reitzels Forlag.
- Szatkowski, J. (2017). Manifesto for a wide-range theory of dramaturgy. *Peripeti, Tidsskrift for dramaturgiske studier* 26, 10-28. [https://www.peripeti.dk/pdf/peripeti\\_26\\_2017.pdf](https://www.peripeti.dk/pdf/peripeti_26_2017.pdf)
- Thodberg, K. & Christensen J. (2014). Anvendelse af dyr som terapeutisk redskab – Teorier, eksisterende undersøgelser og hvordan forskningsfeltet kommer videre. *Psyke & Logos* 35(2), 35-51. <https://doi.org/10.7146/pl.v35i2.22360>
- Wanneberg, P. L. (2014). Disability, Riding, and Identity: A Qualitative Study on the Influence of Riding on the Identity Construction of People with Disabilities. *International Journal of Disability, Development and Education* 61(1), 67-79. <https://doi.org/10.1080/1034912X.2014.878543>
- Wilson, E. O. [1984] (2003). *Biophilia* (12. udgave). Harvard University Press.