

UNIVERSITETET FOR MILJØ- OG BIOVITENSKAP



Forord

Vi føler oss heldige som har hatt mulighet til å skrive masteroppgave om noe av det som står vårt hjerte nærmest. Interessen rundt hesten og gården har for oss begge vært tilstede fra tidlig barndom, og tidsbruken vi har anvendt på denne hobbyen har vært enorm. Selv om vi ikke bruker like mye tid på denne interessen som før, er vi fremdeles såkalte "hestejenter".

Da vi fikk høre om forskningsprosjektet som alt var i gang, var vi ikke sene med å ta kontakt for å "sikre" oss en plass i dette spennende temaet, som for begge har vært i tankene siden vi startet masteren i Folkehelsevitenskap på universitetet for miljø- og biovitenskap (UMB). I utgangspunktet var vi ikke innstilt på at vi skulle skrive sammen med noen andre, men er i dag takknemlige for at vi sammen har kunne drevet denne masteroppgaven fremover. Vi har vært i perioden, "hvem er du", til perioden, "vi blir kjent", til nå å sitte igjen med et godt vennskap og mange gode opplevelser. Det at vi har vært to studenter, med en bachelorutdanning i sykepleie og vernepleie, gjennom hele masterprosessen har gitt oss et godt grunnlag til faglige diskusjoner og praktiske gjennomføringer.

Gjennom hele masterprosessen har vi hatt et nettverk av personer som har gjort arbeidet til en god og lærerik opplevelse. Vi ønsker å takke vår hovedveileder Bente Berget for å ha guidet oss gjennom hele prosessen og alltid gitt oss et håp om at vi skulle klare å komme i havn. Som førstegangs "forskere" har bruk av metode vært både frustrerende og uforståelig til tider, men takket være vår biveileder Marc Esser-Noethlichs sin fantastiske hjelp fikk vi til slutt opplevelse av å mestre metoden, kvalitativ forskning, både teoretisk og praktisk. Videre vil vi takke biveileder Hilde Hauge for at hun tok oss inn i "varmen" og ga oss mulighet til å få være en del av hennes prosjekt, samt store mengder med teoretiske innspill og veiledning. Siden innsamlingen av datamateriale har ført til flere reiser rundt omkring i Norge, ønsker vi å sende en stor takk til Helse UMB som har gitt prosjektet vårt økonomisk støtte på veien.

Ikke minst vil vi takke alle våre informanter i oppgaven. Uten dere ville ikke masteroppgaven vært et resultat i dag. Samtidig vil vi også takke gårdseierne for den vennlige mottakelsen og engasjementet for å gi oss mulighet til å gjennomføre disse intervjuene med ungdommene.

Ås, 11. Mai 2011

Stine Jeanett Flatekval

Ina Birgitte Berge

Sammendrag

Gården har lenge vært brukt som arena for rekreasjon og aktivitet og det blir stadig mer fokus på gårdens effekter på menneskers helse og velvære. Gården inneholder et mangfold av aktiviteter og arbeidsoppgaver hvor mennesker har kontakt med dyr og natur.

Ungdomstiden handler om en utviklingsfase hvor ungdommen blir påvirket fra både indre og ytre faktorer. Hvordan ungdom mestrer denne utviklingsfasen har stor betydning for helsen senere i livet da det er i denne perioden man legger grunnlaget for helsen i det voksne liv. Det er derfor viktig å fokusere på positiv helseatferd i ungdomsårene og bidra til helsefremmende og forebyggende tiltak for å unngå uhelse i den voksne befolkningen.

Stadig flere unge vokser opp i byer og færre får derfor oppleve samspillet mellom mennesket og natur. Naturen har også vist seg å ha positiv effekt på menneskers helse og velvære og det er en voksende interesse for bruk av natur innenfor miljøpsykologien. Naturens egenskaper ved å stimulere og fremme sansene vil kunne føre til aktivisering av hele mennesket og derved styrke menneskers opplevelse, utvikling og læring.

Mange mennesker får positive opplevelser, både psykisk, fysisk og sosialt, når de er i kontakt med natur og dyr. Aktiv kontakt med dyr gjør at mennesker holder seg friskere, blir raskere frisk fra sykdommer og har en generelt bedre livsstil. Hesten har vist seg å ha restituerende, reparerende og terapeutiske egenskaper, og samhandling med hest kan skape mestringsopplevelse, økt selvfølelse og selvtillit og bedre livssituasjonen hos ungdom.

Denne oppgaven baserer sin undersøkelse på et kvalitativt semistrukturert forskningsintervju. Informanter var 10 ungdommer i alderen 13 til 16 år, som allerede var med i et doktorgradsprosjekt der de skulle delta i intervensjon med hest på gård i en fem måneders periode. Det ble utarbeidet en intervjuguide som et hjelpemiddel for datainnsamlingen. Undersøkelsen har en hovedproblemstilling og tre mer spesifikke underproblemstillinger.

Følgende problemstillinger ble reist;

Hovedproblemstilling;

“Hvilke miljøfaktorer synes å være av betydning for ungdom som har deltatt i et tiltak med hest på gård?”

Underproblemstillinger;

“Hvilken betydning har hestene og de andre gårdsdyrene for ungdommens opplevelse av å være på gården?”

“Hvilken betydning har det at gården ligger i naturomgivelser?”

“Hvordan opplever ungdommene sanseinntrykkene på gården?”

Resultatene viste at miljøfaktorene som vi på forhånd hadde forutsett som mulige betydningsfulle faktorer, som gjøremålene, hestene, de andre dyrene, naturomgivelsene, gården og sanseopplevelser, var av betydning for ungdommenes opplevelse av å være på gården. Uforutsette faktorer, som omhandlet redsel ungdommene følte, ønske om å tilegne seg kunnskap, omsorg for dyr og menneskene på gården som da utgjorde det sosiale miljøet, kom frem som viktige faktorer for den fulle opplevelsen. Ut i fra dette så vi at ytre og indre faktorer henger sammen og påvirker hverandre.

Åtte informanter sa at hestene var en av de viktigste miljøfaktorene på gården. De andre dyrene var også viktige for de fleste til tross for at det generelt var lite samhandling med disse. Syv informanter sa at de ville vært interessert i å komme til gården dersom det ikke var noen hester der, men under betingelser av at det var andre interessante dyr på gården.

Naturomgivelsene viste seg å være viktig ved riding. Informantene mente at naturen ga større muligheter og frihet til å velge rideveier, samt at naturopplevelsen i seg selv var av positiv betydning. Tre informanter oppgav at naturomgivelsene kunne være skremmende ved ridning, da de følte at de hadde mindre kontroll ved at det ikke var et inngjerdet område. Ellers ble naturomgivelsene stort sett beskrevet som koselige og beroligende.

Sanseopplevelsene som ga størst inntrykk på informantene var luktene på gården. Seks av informantene assosierte disse luktene med noe positivt og koselig. Fire informanter syntes ikke luktene på gården var gode, men de ga inntrykk av at dette var naturlig på en gård og at det var greit. Det ble satt pris på naturlyder og stillhet, men noen negative opplevelse av gjennomkjørende trafikk ble nevnt. Det å føle hadde en betydning ved at de var i fysisk kontakt med hesten. Den estetiske opplevelsen informantene hadde var blant annet rettet mot hvordan gården var organisert i forhold til rutiner. Få var opptatt av hvordan gården i seg selv så ut.

Abstract

The farm has long been a venue for recreation and activity and there is growing interest in the farm's effects on human health and wellbeing. The farm offers a variety of activities and work tasks that bring people in contact with animals and nature.

Youth is a period during which youngsters are affected by both internal and external factors. How young people master this development phase has great significance for health later in life, as it is during this time one lays the foundation for health in adult life. It is therefore important to focus on positive health behavior in adolescence and facilitate health promotion and preventive measures in order to avoid poor health in the adult population.

More and more young people grow up in cities and fewer will therefore experience the interaction between human and nature. Nature has also been shown to have a positive effect on human health and wellness and there is a growing interest in the use of nature within the field of environmental psychology. Nature's properties to stimulate and promote the senses could lead to activation of the whole person and thereby strengthen the human experience, development and learning.

Many people have positive experiences, mentally, physically as well as socially, when in contact with nature and animals. Active contact with animals makes people stay healthier, recover faster from diseases and have an overall better lifestyle. Horses have been shown to have restorative, healing and therapeutic properties, and interaction with horses can generate mastery experiences, better self-esteem and confidence and improve the living situation for young people.

This study bases its investigation on a qualitative semi-structured research interview. Informants were 10 youngsters aged 13 to 16 years, who were already in a doctoral project in which they would participate in an intervention with horses on a farm for a five month period. There was prepared an interview guide as a tool for data collection. The survey had a main question, and three secondary questions.

The following issues were raised;

Main questions:

"What environmental factors seem to be of importance for youngsters who have participated in a project with horses on the farm?"

Secondary questions;

"What is the significance of the horses and other farm animals for the young people's experience of being on the farm?"

"What is the impact of the farm being located in natural surroundings?"

"How do young people experience sense impressions on the farm?"

The results showed that environmental factors that we had previously predicted as potential significant factors, such as work tasks, horses, the other animals, scenery, the farm and sense impressions, were of importance to the young people's experience of being on the farm. Unforeseen factors, such as the young people's fear, desire to learn, caring for animals and humans on the farm which then constituted the social environment, emerged as important factors for the full experience. From this we concluded that the external and internal factors are interrelated and affect one another.

Eight participants said that the horses were one of the most important environmental factors on the farm. Other animals were also important for most, despite the fact that there was generally little interaction with them. Seven respondents said that they would be interested in coming to the farm even if there were no horses there, but under condition that there were other interesting animals on the farm.

Natural environment proved to be important when riding. The informants were of the opinion that nature gave greater opportunities and freedom to choose riding roads, and that the experience of nature itself was positive. Three informants stated that natural environment could be daunting when riding, as they felt they had less control because there was a fenced in area. Otherwise, the natural environment was generally described as nice and calming.

Sensory experiences that gave the greatest impression on the informants were the smells of the farm. Six of the respondents associate these smells with something positive and nice. Four respondents did not think the smells of the farm were good, but gave the impression

that this was a natural on a farm and that it was okay. Nature sounds and silence were appreciated, but traffic sounds was mentioned as a negative. Feelings had an impact in that they were in physical contact with horses. The aesthetic experience respondents had were partly connected to how the farm was organized, in terms of procedures. Few people were concerned about what the farm itself looked like.

Innhold

1.0 Innledning	1
1.1 Bakgrunn for valg av tema	2
1.2 Problemstilling	3
1.3 Avgrensning og begrepsavklaring	3
2.0 Teori	7
2.1 Helseperspektiv	7
2.2 Ungdom	8
2.3 Relasjon mellom dyr og mennesker	14
2.4 Hesten	16
2.5 Sanser	23
2.6 Natur og omgivelser	24
3.0 Metode	32
3.1 Intervju som metode	32
3.2 Utarbeidelse av intervjuguide	32
3.3 Gjennomføring av intervju	33
3.4 Rekruttering og utvalg av informanter	36
3.5 Etikk	39
3.6 Transkribering og analysering	40
4.0 Analyse og resultater	41
4.1 Gården	42
4.2 Sanseinntrykk	43
4.3 Gjøre mål	44
4.4 Det sosiale miljøet	46
4.5 Gårdsdyr	47
4.6 Hesten	48
4.7 Omgivelser	51
4.8 Størst betydning	52

4.9 En spesiell opplevelse	53
4.10 Oppsummering av resultater	54
5.0 Diskusjon	56
5.1 Diskusjon av metoden	56
5.2 Diskusjon av resultatene	65
6.0 Videre forskning	79
7.0 Avslutning	80

Litteraturliste

Vedlegg 1: Intervjuguide

Vedlegg 2: Informasjonsskriv og samtykkeerklæring

Vedlegg 3: REK-søknad

Vedlegg 4: REK-godkjenning

1.0 Innledning

Det å være på gård kan i følge Krogh (2000) gi ungdom en god oppvekst, da gården kan skape positive effekter på menneskers helse og velvære. Fokuset på gården som arena har den siste tiden fått mye oppmerksomhet (Berg & Woundenberg, 2005). Flere tiltak der naturen og gården står i fokus har skapt interesse, som blant annet gjennom tiltakene Grønn Omsorg, Inn på tunet og Gården som pedagogisk ressurs (Berget & Braastad, 2008).

Ungdomstiden handler om å gå fra barndommens avhengighet og uansvarlighet, til voksenlivets uavhengighet og ansvarlighet, noe som kan føre til en turbulent periode (Fryjordet, 2002; Frønes, 2007). Ungdomstiden er en utviklingsfase der det forekommer påvirkninger av både ytre og indre faktorer (Fauske & Øia, 2003). Hvordan ungdom mestrer denne overgangen vil ha stor betydning for helsen senere i livet, da ungdomsårenes levevaner legger grunnlaget for helsen, både fysisk og psykisk, i det voksne liv (Fryjordet, 2002; Frønes, 2007). For å begrense uhelse vises det derfor til at man må fokusere på positiv helseatferd i ungdomsårene, altså må man tidlig sette inn helsefremmende og forebyggende tiltak for å forebygge sykdom i den voksne befolkningen (Fryjordet, 2002).

Dyr har alltid hatt en viktig rolle for menneskers velvære (Serpell, 2006, 2010). Det er vist at mennesker som har aktiv kontakt med dyr holder seg friskere, blir raskere friske fra sykdommer og har en helsefremmende livsstil (Norling, 2001a). Mennesker har i lang tid sett hestens restituerende, reparerende og terapeutiske egenskaper, som har positive effekter på menneskers helse både fysisk, psykisk og sosialt (Olsvik & Skålholt, 2008). Hestene yter et verdifullt bidrag ovenfor unge ved at samhandlingen kan føre til blant annet mestringsopplevelse, økt selvfølelse og selvtillit, mindre stress og bedret livssituasjon (Gjærum, Grøholt & Sommerschild, 1998; Nettverks- og utredningsprosjektet, 2000; Olsvik & Skålholt, 2008; ECON, 2009).

Samhandling med dyr handler ofte om naturbaserte tiltak (Serpell, 2006, 2010). Stadig flere unge vokser opp i byer, og færre får derfor ikke oppleve samspillet mellom mennesket og natur, samt omgivelser på gård (Holmboe-Ottesen & Tellnes, 2005). Naturen har langt tilbake i tid vist positive helseeffekter på menneskers helse og velvære (Folkehelseinstituttet, 2009), og det er fortsatt en voksende interesse for natur innenfor miljøpsykologi (Berget &

Braastad, 2008). Dokumentert kunnskap bekrefter at mennesker opplever positive effekter, både fysisk, psykisk og sosialt, om de får være i kontakt med natur og dyr (Nilsson, Baines & Konijnendijk, 2007). Dette visers gjennom blant annet biofilhypotesen, og miljøpsykologene Kaplan og Kaplan (1995, 1989) og Ulrich (1993). Naturens effekt på mennesket vil stimulere og fremme bruken av sanser, noe som vil aktivisere hele mennesket (Abraham, 2005), og er en viktig kilde til opplevelse, utvikling og læring (Edlev, 2008).

1.1 Bakgrunn for valg av tema

Vår erfaring med hester har helt siden vi var i barnealder vært knyttet til gård som arena. Hesten og gården har gitt oss mange positive opplevelser og erfaringer som har gjort at vi har utviklet oss til de vi er i dag. Vi har stilt oss undrende til hvor stor betydning gården og naturen hadde for opplevelsen i samhandling med hesten da vi var yngre. Når vi i dag setter oss på hesteryggen har det stor betydning om aktiviteten foregår på en gård og i natur eller ikke. Av den grunn ønsker vi blant annet å se på om gården, med alle sine miljøfaktorer, har betydning for ungdommenes opplevelser, eller om det kun er hestene som er av betydning.

I en rapport fra Meistad & Nyland (2005) vises det til at gården som arena representerer et mangfold av varierte tiltak, der for eksempel kontakt med dyr og natur har en terapeutisk effekt som kan skape en opplevelse av blant annet mestring og utvikling. Det er liten forskning gjort omkring menneske-dyr og menneske-hest relasjoner, men i den siste tiden har dette fått økt interesse. Det meste av forskningen som per i dag er gjort innenfor interaksjonen dyr og mennesker er samlet i tre bøker av Auberg H. Fine (2000, 2006, 2010). Mesteparten av det som er dokumentert av dyrs effekter på menneskers helse og velvære, både fysisk, psykisk og sosialt er riktignok innenfor menneskers samhandling med såkalte selskapsdyr, som hund og katt (Berget & Braastad, 2008). Videre sier de at i senere forskning har husdyr, som for eksempel hest, også vist seg å ha effekter på menneskers helse og velvære.

De ovenfor nevnte fakta og våre erfaringer med hester, natur og gård har inspirert oss til vårt valg av tema for masteroppgaven. Her ønsker vi å få frem de unges opplevelse av å være på gård, samt få frem de miljøfaktorene som ungdommene selv er opptatt av i dette miljøet, og som skaper betydning for hele opplevelsen. Studien vi ville gjennomføre var en kvalitativ studie der vi ønsket å få frem hvilken betydning samhandling med hest, med gården og naturen som arena, har for ungdoms fulle opplevelse.

Ut i fra dette har vi kommet frem til en hovedproblemstilling og tre mer spesifikke underproblemstillinger.

1.2 Problemstilling

På bakgrunn av det ovennevnte lyder følgende hovedproblemstilling i oppgaven slik;

“Hvilke miljøfaktorer synes å være av betydning for ungdom som har deltatt i et tiltak med hest på gård?”

Hovedproblemstillingen dekker et stort område og vi har derfor valgt tre underproblemstillinger som spesifiserer hvilke miljøfaktorer vi spesielt er interessert i å få kunnskap om i forhold til ungdommenes opplevelse. Underproblemstillingen i oppgaven lyder slik;

- *“Hvilken betydning har hestene og de andre gårdsdyrene for ungdommens opplevelse av å være på gården?”*
- *“Hvilken betydning har det at gården ligger i naturomgivelser?”*
- *“Hvordan opplever ungdommene sanseinntrykkene på gården?”*

1.3 Avgrensning og begrepsavklaring

De fleste undersøkelser som er gjort omkring relasjonen mellom mennesker og hester, omhandler ofte mennesker med spesielle behov og da innenfor terapier med utgangspunkt i stallen som arena. Vi ønsket derfor å se på et område som det er gjort svært lite undersøkelser rundt. Dette området er gården som arena og ungdom som ikke anses å ha noen spesielle behov og som er i samhandling med hest. Vi var interessert i å se våre problemstillinger i lys av hvilke miljøfaktorer som på og rundt en gård kunne ha for betydning for ungdom, og ikke bare ungdom i samhandling med hest. Dette for å få frem den totale opplevelsen. Vi ønsket også å se våre problemstillinger i lys av et miljøpsykologisk perspektiv og i et folkehelseperspektiv. Vi vil derfor definere og utdype begrepene miljøfaktorer, miljøpsykologisk perspektiv og folkehelseperspektiv.

Miljøfaktorer

Med begrepet miljøfaktor mener vi miljøfaktorer som er på gården. De miljøfaktorene som vi på forhånd så som trolig betydningsfulle i en gårdsammenheng og som vi har hatt fokus på er; sanseinntrykk i form av lukter, lyder og syn, omgivelsene på og rundt gården, naturomgivelser, ulike gjøremål på gården, gårdsdyrene og hestene. Andre faktorer som

kom frem underveis i intervjuene var fokuset ungdommene hadde på det sosiale ved gården, ønsket om å tilegne seg kunnskap og ferdigheter, omsorg for dyrene og menneskene og redsel for hestene. Som vi ser er faktorene som kom frem underveis i intervjuene sammensatt av indre og ytre faktorer, som påvirker hverandre. Indre faktorer handler om personen selv, altså det som er på innsiden som ved redsel, kunnskap, motivasjon eller behovet for å være sosial og vise omsorg (Grendstad, 1990). Ytre faktorer sier han er utenfor personen, det vil si utenfor kroppen som ved alle de nevnte fysiske miljøfaktorene.

Miljøpsykologisk perspektiv

Miljøpsykologi handler i hovedsak om å studere hvordan mennesker opplever omgivelsene og hvordan omgivelsene påvirker menneskene (Küller, 2005). Miljøpsykologi kan i følge Strumse (2007) defineres som studiet av handlinger/interaksjoner som involverer flere parter eller ting som påvirker hverandre, da mellom individer og deres fysiske omgivelser. Definisjonen av begrepet retter seg mot menneskers atferd og miljøet de omgir seg i, og viser også til at det fysiske miljøet alltid oppleves i en sosial sammenheng (Berget & Braastad, 2008).

Miljøpsykologisk forskning kan foregå på tre ulike nivåer. Dette handler om tolkning av sanseinntrykk, tankeprosesser og informasjonsbehandling og individets filtrering og strukturering av opplevelsen av miljøet (Berget & Braastad, 2008). Küller (2005) påpeker at miljøpsykologisk forskning søker å gi kunnskap om hvordan miljøet i sin helhet påvirker mennesker.

Folkehelseperspektiv

Den mest kjente definisjonen på helse er WHO's sin konstitusjon fra 1948 (sitert av Øverby, Torstveit & Høigaard, 2011, s. 12), og lyder slik; "Helse er en tilstand av fullstendig fysisk, psykisk og sosial velbefinnende og ikke bare fravær av sykdom eller lyte". Denne definisjonen var ment for at oppmerksomheten rundt begrepet helse skulle vendes mot de sammenhengende årsakene som bidrar til sykdommers utvikling og fordeling i befolkningen (Pellmer & Wramner, 2007). Definisjonen bør i følge Mæland (2010) forstås som en idealbeskrivelse av helse.

De senere årenes definisjoner på helse og folkehelse har bidratt til at helsedefinisjonene handler mer om en prosess, og ikke bare en statisk sykdom (Pellmer & Wramner, 2007).

Særlig sier de at det er viktig at folkehelseperspektivet de senere årene har fokusert på å betrakte helse som en ressurs for individet og samhandling, istedenfor å se helse som et mål å etterstrebe. Begrepet folkehelse ble brukt allerede på 1900-tallet og beskrives som menneskers fysiske og psykiske helse og den allmenne helsetilstanden i et land (Pellmer & Wramner, 2007). Videre sier de at i de senere årene har folkehelse blitt beskrevet som sykdom, død, livsstil og helserisikoer i ulike befolkninger, og at man kort kan si at folkehelse betyr helse og uhelse.

Begrepet folkehelsearbeid innebærer i følge Helsedirektoratet (2010, s. 20) “...samfunnets totale innsats for å opprettholde, bedre og fremme befolkningens helse gjennom å svekke faktorer som medfører helserisiko, og styrke faktorer som bidrar til bedre helse”.

Folkehelsearbeidet kan beskrives som to komponenter: forebyggende og helsefremmende arbeid (Pellmer & Wramner, 2007; Helsedirektoratet, 2010). Folkehelsearbeidet må derfor fokusere på både hva som gjør mennesker syke, men også hva som holder mennesker friske. Ikke bare innenfor arbeid i helsesektoren, men på mange ulike samfunnsarenaer (Pellmer & Wramner, 2007). De sier videre at folkehelsearbeid handler om å styrke verdier som gir individet eller gruppen mulighet for ansvar, delaktighet, solidaritet, mestring og kontroll over sin egen livssituasjon.

Helsefremmende og forebyggende arbeid sees i dag som de to grunnleggende delene av det moderne folkehelsearbeidet (Pellmer & Wramner, 2007). De er likevel er to forskjellige deler av folkehelsearbeidet da helsefremmende arbeid innebærer at man fremmer menneskers positive krefter og muligheter, samt støtter de i en helsefremmende retning, mens forebyggende arbeid handler om å utestenge, forhindre eller redusere at skade og uhelse forekommer (Pellmer & Wramner, 2007; Mæland, 2010; Øverby et al., 2011).

Begrepet helsefremmende arbeid er utsprunget i Verdens helseorganisasjon (WHO) sitt dokument, Ottawa Charter on Health Promotion, fra 1986, og defineres slik;

“Helsefremmende arbeid er den prosessen som gir mennesker mulighet å øke kontrollen over sin egen helse og bedre den. For å nå en tilstand av fullstendig fysisk, psykisk og sosial velbefinnende, må individet eller gruppen kunne identifisere sine mål og bli klar over dem, tilfredsstille sine behov og forandre eller mestre sitt miljø. Helse skal derfor sees som en ressurs i hverdagen og ikke som et mål i tilværelsen” (egen oversettelse) (Pellmer &

Wramner, 2007, s. 20). Helsefremmende arbeid bygger derfor på en ide om positiv helse i kontrast til uhelse (Pellmer & Wramner, 2007).

Forebyggende arbeid har som mål å redusere risikoen og fjerne faktorer som kan føre til at problemer oppstår, slik at helsen blir en positiv ressurs i hverdagslivet (Glavin & Erdal, 2007; Mæland, 2010). I følge Helland & Øia (2002), Glavin & Erdal (2007) og Helsedirektoratet (2010) er det vanlig å skille mellom primær-, sekundær- og tertiær forebygging. De viser til at primær forebygging er tiltak som rettes mot alle og som settes inn tidlig for å fremme velferd og utvikling og hindre at problemer, skader eller uønskede tilstander oppstår. Sekundær forebygging handler om og indentifisere sykdom eller risiko på et tidlig stadium for deretter sette inn tiltak for å hindre videre utvikling og/eller hindre tilbakefall. Tertiær forebygging retter seg mot de som alt har en sykdom eller skade og har som hensikt å prøve å reparere eller hindre forverring og sikre best mulig liv med den helsesvikten som allerede er oppstått.

2.0 Teori

I dagens norske samfunn er bønder en minoritetsgruppe og i følge SSB (2010) har antall gårdsbruk blitt redusert fra 70.700 i 1999 til 46.300 i 2010. I følge Berget & Braastad (2008) har gården og gårdsarbeid lenge vært brukt som rekreasjon og aktivitet, spesielt innen psykiatrien. Gårdsbruket vurderes i følge Krogh (2000) som en mulighet til å realisere det gode liv, gi gode oppvekstvilkår for barn og unge og skape en nærhet til natur, husdyr og selve livsprosessen. Slik sett er gården stedet der mennesker og natur møtes. I rapporten, "Du må så før du høster", vises det til at gården inneholder et mangfold av tiltak der gården skaper terapeutiske effekter ved at mennesker kan ha kontakt med dyr og natur, noe som kan føre til mestringsopplevelser og utvikling av individet (Meistad & Nyland, 2005).

I følge Krogh (2007) er det flest menn som driver med gårdsbruk, mens konene på gården i større grad er knyttet til skole- og helsevesen. Videre sier han at det nå er flere og flere kvinner i landbruket, noe han sier kan være årsaken til økt fokus på gårdens bidrag til menneskers helse og velvære. Det er mange gårder som har inngått et samarbeid med for eksempel barnehager, skoler, fritidshjem og fritidsorganisasjoner. Hensikten er å gi barn og unge mulighet til å oppleve naturen, da igjennom arbeid og opplevelser på gården, som for eksempel ved dyrestell og ridning.

2.1 Helseperspektiv

Fra barn til ungdom viser Den norske lægeforeningen (2001) og Fryjordet (2002) til at de unges livsstil er upåklagelig. De viser til sunn ungdom, der få røyker, få benytter alkohol, mange spiser riktig og har et tilfredsstillende fysisk aktivitetsnivå. Derimot viser de til at ved utgangen av ungdomsårene er situasjonen en helt annen. Mange er blitt røykere, noen bruker alkohol og tyr også til andre rusmidler, matvanene er forverret og det er mange som har blitt svært inaktive.

Selv om ungdom allment regnes som de friskeste menneskene i samfunnet, er det likevel noen forhold som fører til bekymring (Fryjordet, 2002). Risikofaktorer for ungdom kan handle om atferd som skader individet selv, som dårlig kosthold- og mosjonsvaner, alkoholbruk, røyking og stoffbruk, eller andre ting som mobbing, tyveri, vold og annen antisosial atferd (Den norske lægeforeningen, 2001; Fryjordet, 2002). Livsstil og atferd påvirkes gjennom familien, på skolen, i fritiden, kort sagt på alle arenaer rundt ungdommen (Aarø & Klepp 2009).

Som nevnt legges grunnlaget for helsen og helseatferden, i følge Fryjordet (2002), i ungdomsårene. Han sier videre at denne perioden vil ha stor betydning for individet i voksen alder. Han påpeker at siden denne atferden i ungdomsårene har så stor betydning for det voksne livet kan man redusere problembelastningen i den voksne befolkningen om man forebygger negativ atferd i ungdomsårene. Videre sier han at ungdomstiden er en viktig og sårbar alder og at det derfor er store muligheter for forebygging og helsefremming.

Helsefremmende arbeid rundt ungdom handler i følge Klepp, Thuen & Wilhelmsen (1995) om å øke ungdommenes kontroll og mestring av forhold som virker inn på deres overskudd av livsglede og energi, og mulighetene til å løse oppgavene de stilles overfor. De sier videre at grunnen til at helsefremmende arbeid rettet mot ungdom er så viktig, handler om fire hovedgrunner. For det første vil ungdommens kunnskap om helse gi en lettere forståelse av egen helse og hvordan man bedre kan kontrollere den i voksenlivet. Den andre grunnen er at positiv helse gir økt mestringsevne og overskudd av livsglede og energi i ungdomsårene, og at den derfor er en viktig grunnmur for fremtidig helse. Den tredje grunnen retter seg mot at flere helsetrusler, som nevnt over, rammer ungdommer sterkest. Den siste grunnen handler om at det i ungdomsårene opparbeides helsevaner som man tar med seg videre i livet og det må derfor bli tatt tak i tidlig. Alt dette viser til at et effektiv helsefremmende arbeid vil være nyttig både i ungdomsårene, men også i det voksne livet.

Forebyggende arbeid handler, i følge Helland & Øia (2002), om å hindre utvikling av problemer. De påpeker også at det er enklere og mer gunstig å forebygge enn å reparere. Videre sier de at forebygging rettet mot ungdom forutsetter god planlegging, helseperspektiv og tid. Videre sier de at flertallet av ungdom har ressurser til å skape sin egen fritid og sosiale omgivelser rettet mot deres egne interesser, og at flertallet av ungdommen ikke kjenner seg igjen i problemorienterte beskrivelser av ungdomskulturen. De sier at man kort og upresist retter forebyggende arbeid mot oppvekstsituasjonen, der man på best mulig måte skal gjøre oppveksten så god, variert og trygg som mulig.

2.2 Ungdom

“Ungdom blir den de er, ut i fra sine opplevelser og erfaringer på sosialiseringarenaer”, sier Aagre (2003, s. 58). Rotters (1966) (sitert av Bandura, 1997, s. 19) overbevisning i forhold til menneskers atferd er rettet mot at vi velger handling ut i fra utfallet vi forventer av denne. Rotter mener at vår atferd både påvirkes av forventninger om at resultatet er bestemt av vår

handling, eller av eksterne kilder som er utenfor vår kontroll. Bandura (1997) viser til at mennesker som tror at egen atferd medfører et visst resultat, ofte er mer aktive enn de som tror at resultater avhenger av en ytre kraft, eksempelvis at resultatet er forutbestemt av skjebnen. Denne overbevisningen avhenger i stor grad av tidligere erfaring i forhold til forventinger til en viss atferd og utfallet dette gir. Videre mener han at vår tro på om utfall styres av egen atferd eller ikke, enten kan resultere i en demoraliserende eller styrkende holdning. Dette avhenger av troen vedkommende har angående de ressurser som kreves for å kunne oppnå ønsket utfall. De som føler at de mangler evner til å oppnå ønsket resultat, opplever i liten grad følelse av mestring og kan føle seg unyttige.

Sosial kognitiv teori beskrevet av Bandura (1997) hevder at menneskers atferd er delvis styrt av sosiale reaksjoner. Positive reaksjoner kan i denne sammenheng omfatte blant annet interesse for og godkjenning av det man gjør. Sosiale reaksjoner som kan oppfattes som negativt kan være respons som tyder på at noen er uinteressert, sosial avvisning eller sanksjoner. Videre sier han at oppfattelse av menneskers tendens til å bedømme seg selv og at tilfredshet i forhold til egne prestasjoner er viktig. Vi evaluerer oss selv med bakgrunn i stolthet, egenverd, bedømmelse og egen mestring. Han mener også at belønning fra andre for noe man har gjort kan ha en selvforsterkende effekt, som for eksempel å gi ros for at noen skal gjenta eller opprettholde en type atferd eller handling. I forhold til dette sier han at en form for belønning også kan forekomme som fravær av negativ respons.

Det er ikke lett å aldersfeste hva ungdomstid er. Dette på grunnlag av at det man før så som klare trekk ved ungdomstiden ikke lenger er like tydelige. Som for eksempel at ungdommen avsluttet skolegangen, gikk inn i arbeidslivet, etablerte seg i bolig og ekteskap, i dag ikke kun gjøres som en avslutning av ungdomsårene, men også gjøres hos godt voksne mennesker (Heggen, Myklebust & Øia, 2001; Øia & Fauske, 2010). Ungdom og ungdomsfasen er hele tiden er i endring (Heggen et al., 2001) og det vil til en hver tid skje både historiske og vitenskapelige endringer som vil sette preg på hva som er den allmenne oppfatningen om ungdom (Aagre, 2003). Likevel kan man beskrive ungdomstiden som en periode fra 11 og 20 år, med en inndeling i en tidlig periode fra 11-14 år, en midtperiode fra 15-17 år og en sen periode fra 18-20 år (Fryjordet, 2002).

Fryjordet (2002) og Frønes (2007) beskriver ungdomstiden som en periode der man går fra barndommen med sin avhengighet og uansvarlighet, til voksenlivet med sin uavhengighet og ansvarlighet. Det å gå fra ungdomstiden sees som en aktiv periode for selvdanning (Frønes, 2007). Utviklingen fra ung til voksen handler i følge Helland & Øia (2002) om å utvikle seg til å bli en deltaker i samfunnet og bli et selvstendig individ. De sier at gjennom å delta i samfunnet lærer ungdommen å forholde seg til krav og forventninger som stilles, skape kommunikasjon og evne til å forstå og beherske språk og koder som de voksne benytter. Heggen et al. (2001) og Helland & Øia (2002) viser videre til at denne deltakelsen fører til at ungdom opplever og skaper mestring tilhørighet, verdier, holdninger og identitet. Hvordan ungdommen mestrer denne overgangen fra ung til voksen vil få betydning for deres fysiske og psykiske helse videre i livet (Fryjordet, 2002; Frønes, 2007).

I følge Fryjordet (2002) og Frønes (2007) er ungdomstiden hverken kort eller smertefri, men heller en periode som kan være kontrastfylt og turbulent da det skjer store forandringer knyttet til både ytre og indre faktorer. Disse forandringene kan være i forhold til puberteten, utdanning, partnerskap, venner, seksualitet og ungdomskulturell orientering (Strandbu & Bakken, 2009). Det er mange bekymringer som dukker opp når det snakkes om ungdom, og begreper som problemer, protest, uro og normbrudd assosieres gjerne til ungdom (Aagre, 2003). Samtidig kan ungdomstiden sees som en positiv periode der man tester grenser, markerer avstand, frigjør seg og skaper selvstendighet (Strandbu & Bakken, 2009; Fauske & Øia, 2003).

2.2.1 Ungdom - fritid og aktiviteter

Om man vil forstå ungdommens personlige utvikling og sosiale tilpasning i overgangen fra barn til voksen, er det viktig å ha nok kunnskap om ungdommenes fritid (Fauske & Øia, 2003; Øia & Fauske, 2010). I følge Agree (2003) kan man dele opp fritiden i to deler, den organiserte fritiden, som omhandler foreningsliv, klubber og lag og den frie fritiden som omfatter blant annet samvær med venner og engasjement i, aviser, tv, film, konserter og café. Han påpeker at det er den frie fritiden som ungdom bruker mest tid på. Fauske & Øia (2003) og Øia & Fauske (2010) viser til at fritiden ofte tilbringes sammen med andre jevnaldrende og at dette påvirker ungdommens opplevelse, identitetsdannelse, handlingsmuligheter, sosiale forbindelser og læringssituasjoner, som til sammen, i følge Agree (2003) skaper et helhetsinntrykk.

Fritidsaktiviteter kan være mange og kan defineres som noe ungdommen gjør for sin egen del (Fauske & Øia, 2003; Heggen & Øia, 2005). I forhold til fritidsaktiviteter kan man i følge Nilsen & Rudberg (1989) (sitert av Fauske & Øia, 2003, s. 175) se et sentralt skille mellom ønske og oppnåelse ved fritidsaktiviteter når det gjelder kjønn. Dette sier de handler om at jenter søker intimitet, relasjoner og aktiviteter der de kan få bekreftet vennskap. Gutter er i større grad fokusert på selve aktiviteten for å lære eller rett og slett for å trene.

I følge Rossow (2003) er to av tre ungdommer i ungdomskolen med i en eller flere organisasjoner der idrettslag er den største aktiviteten. I følge Fauske & Øia (2003) oppgir to av tre av ungdommer i aldersgruppen 14 til 16 år at de er aktive i en eller annen form for idrett. For gutter som var aktive viser de til at fotball, basketball og kampsport er mest populært, mens hos jentene viste resultatene, fotball, håndball og riding. Årsaken til at mange blir mindre aktive i løpet av ungdomsårene er nettopp fordi de slutter i idrettslagene sier Rossow (2003).

Ved by og bygd sees det forskjeller i aktivitetsnivået, ved at ungdom i byene, sammenlignet med ungdom på bygda, er mindre ute på egenhånd sammen med andre jevnaldrende (Fauske og Øia, 2003; Øia & Fauske, 2010). Dette sier de kan handle om at farene i byene kan oppleves som mer foruroligende og kan føre til at foresatte tilstreber mer kontroll over ungdommen. Videre peker de på at fritidsaktiviteter øker, men dreier seg mer om lite fysisk krevende aktiviteter som foregår innendørs. Dette kan gjøre at ungdom ikke klarer å finne seg helt til rette når de utfører aktiviteter ute i naturomgivelser (Breivik, 2001). Fauske & Øia (2003) påpeker at økende urbanisering er en av årsakene til utviklingen, ved at det har blitt færre natur- og grøntområder i nærmiljøet som kan danne grunnlag for trygg fysisk utfoldelse. De påpeker også, som nevnt tidligere, at utviklingen til innendørsaktiviteter tar mye av tiden og oppmerksomheten vekk fra andre mer fysiske utendørs fritidsaktiviteter. Denne utviklingen av mindre fysisk aktivitet og redusert bruk av naturomgivelser, ser de på som nye utfordringer som kan føre til uheldige helsemessige konsekvenser på lengre sikt.

I følge Sosial og helsedirektoratet (2000) (sitert av Helsedirektoratet, 2005, s.10) er det en sammenheng mellom og fysisk aktivitet og helse. Fysisk aktivitet på en regelmessig basis vil beskytte mot blant annet hjerte- og karsykdommer, diabetes type 2, fedme og enkelte kreftformer (Larsen & Parlenvi, 1984). Videre påpeker de at fysisk aktivitet også er med på å

forebygge muskel- og skjelettlidelser, påvirke humøret, redusere stress, gi energi, bedre forholdet til egen kropp, samtidig som det kan være sosialt. De påpeker også at fysisk aktivitet i tillegg til å ha en sykdomsforebyggende effekt også gir glede, livsutfoldelse og positive opplevelser av mestring.

2.2.2 Ungdom og relasjoner

Ungdom inngår i ulike sosiale forbindelser som gir større eller mindre grad av støtte, anerkjennelse og utfoldelsesmuligheter (Aagre, 2003). Det å tilbringe tid sammen med venner er svært viktig i ungdomsårene. Dette gir trygghet, skaper stimulans både kognitiv og emosjonelt, og skaper en viktig sosial forankring i samfunnet. Dette gjelder enten det handler om å være sammen uten å gjøre noe eller om det er en aktivitet som foregår (Aagre, 2003; Hegna, 2005). I følge Solvoll (2002) (sitert av Fodnes & Steigen, 2009, s. 23) har mennesker behov for å gi og motta omsorg, og oppleve den tryggheten man kan få gjennom sosial støtte fra andre.

I følge Øia & Bakken (2002), Rossow (2003) og Hegna (2005) har ungdom ofte flere vennemønstre. De sier at det vanligste er å være sammen med en eller to faste, nære venner, men at noen opplever vennskapet som et nettverk eller en gjeng som består av få eller mange venner som de veksler på å være sammen med. Videre sier de at ikke alle har denne eller disse tilknytningene og at det å være sammen med en venn eller venner er noe som skjer sjeldent eller ved en tilfeldighet. Øia & Bakken (2002) mener at jenter i større grad har sosial tilhørighet i grupper, mens gutter ofte holder seg til en eller to, noe de mener kan skyldes at jenter er flinkere rent sosialt.

For mange ungdommer kan sosiale relasjoner med jevnaldrende oppleves som vanskelig (Mathisen, Kjeldsen, Skipstein, Karevold, Torgersen & Helgeland, 2007). Dette sier de viser seg gjennom opplysninger da hver tredje 14-15 åring synes det kan være vanskelig å skaffe seg venner. Selv om det vanlige, som nevnt over, er å ha en eller to nære venner, oppgir hver sjette ungdom i undersøkelsen til Mathisen et al. (2007) at de ikke har noen venner som er spesielt nære.

En stor del av fritidens sosiale samhold forekommer på skolen. Dette skyldes at unge i dagens samfunn tilbringer mer tid på skolen enn noen gang, og dermed preges ungdomstidens sosiale aktiviteter i stor grad av fremtidsrettede aktiviteter (Godø, 2005).

Mye tyder på at de fritidsaktiviteter som ungdom selv velger ikke alltid handler om hva de gjør, men hvem de utfører det sammen med (Hegna, 2005). Videre sier hun at dette samværet ikke bare handler om å ha det morsomt, men bidrar også til læring og utvikling. Hun uttrykker videre at samvær med venner gir den enkelte læring i å omgås andre, forstå og tolke signaler, og oppfatte kulturelle tegn og koder som fører til at ungdommen utvikler egen identitet og sosial identitet.

2.2.3 Ungdom og helse

Som sagt har mestringen i overgangen mellom barndom og det voksne liv stor betydning for livet videre (Fryjordet, 2002). Til tross for at Legeforeningen viser til at den allmenne oppfattelsen av at ungdom flest er sunne og friske, konstateres det ofte at ungdomsårene legger grunnlaget for helsen senere i livet, og at de levevaner som ungdommene utvikler får konsekvenser for både den fysiske og psykiske helsen.

I følge Mathiesen et al. (2007) sin studie viste det seg at 90 prosent av ungdommene i undersøkelsen hadde hatt fysiske symptomer som vondt i hodet, magen, ryggen, armer og ben i løpet av det siste året. Ungdommens oppfattelse av egen helse viste at tre av fire ungdommer opplevde at helsen deres var god eller svært god, 19 prosent sa den var grei, mens fem prosent følte helsen deres var ikke god eller direkte dårlig. Videre kunne Mathiesen vise til at cirka hver fjerde ungdom de siste to ukene hadde opplevd psykiske symptomer som tristhet, ensomhet, lav selvfølelse, trøtthet og uro. Videre fant de ut at mellom 10 og 20 prosent av ungdommene hadde perioder hvor de var lite glade, følte seg ensomme og lite verdt, mens mellom 30 til 40 prosent av ungdommene ofte var redde for å bli kritisert, avvist eller å dumme seg ut foran andre.

Ungdoms helseatferd kan påvirkes av mange faktorer og Aarø & Klepp (2009) deler faktorene inn i fire områder. Den første handler om personfaktorer, som bygger på ungdommens oppfatninger, holdninger, personlighet og mestringsforventninger. Den andre handler om sosial kontekst, altså den påvirkningen ungdommene utsettes for fra andre mennesker, og omhandler meningsklima, sosial støtte, sosialt stress, sosiale normer og sosiale roller. Det tredje området retter seg mot fysisk og organisatorisk kontekst i forhold til det fysiske miljøet ungdommen er i, og har stor betydning for ungdommens mulighet til å være fysisk aktiv. Det siste området er samfunnsforholdene og omhandler faktorer som det

er vanskelig for ungdommer å styre, men som har stor betydning for ungdommens fysiske, organisatoriske og sosiale muligheter.

Siden helseatferden forandrer seg i løpet av ungdomstiden, og har en så stor betydning for helseatferden i voksenlivet, vil man kunne begrense mye uhelse om man fokuserer på positiv helseatferd i ungdomsårene og setter tidlig helsefremming og forebygging i fokus, da dette kan føre til at store problemer unngås (Fryjordet, 2002).

2.2.4 Ungdom og natur

Det er i følge Fjørtoft & Reiten (2003) en allmenn forståelse av at det å være ute i naturen har en positiv effekt på ungdoms personlighet, sosial utvikling, livskvalitet og på deres fysiske og psykiske helse. Berget (1997) (sitert av Fjørtoft & Reiten, 2003, s. 49-50) har i sin hovedfagsoppgave, "Flate steinar er til å sitje på", fokus på hvordan friluftsliv kan være med på å gi en alternativ undervisningsform for elever med psykisk utviklingshemming i grunnskolen. Undersøkelsen viste at disse elevene opplevde mestring, bedring av motorikk, og en frihetsopplevelse som ville kunne bidra til gi dem et mer meningsfylt liv. Videre påpekes det at friluftsliv med naturomgivelser som alternativ læringsarena kan tas i bruk uansett funksjonsnivå og vil derfor kunne brukes på en positiv måte også for elever uten spesielle behov.

Når man ser ungdommens bruk av friluftsliv i naturomgivelser tyder det i følge Fjørtoft & Reiten (2003) på at ungdommen mer er ute etter fart og spenning og ikke det tradisjonelle friluftslivet. De viser til at det er mestringen, opplevelsen, utfordringen og spenningen som står i fokus når ungdom velger sine friluftaktiviteter. Det vises videre til at det ved flere friluftaktiviteter viser seg at naturopplevelsen er en del av motivet.

2.3 Relasjon mellom dyr og mennesker

Ved et historisk tilbakeblikk kan man se at dyr alltid har hatt en viktig rolle i det menneskelige samfunnet og som en terapeutisk funksjon ved menneskers velvære (Serpell, 2006, 2010). Florence Nightingale (1860) (sitert av Serpell, 2006, s. 13) skrev på 1880-tallet at små dyr ofte kunne være fremragende selskap for syke, spesielt for de som led av langvarig sykdom, men også for mennesker med mentale lidelser. Serpell (2006) påpeker at som følge av teorier utviklet på denne tiden ble det akseptert å ha kjæledyr på mentale institusjoner grunnet deres sosialiserende og lindrende egenskaper, samt evnen til å skape

ansvarsfølelse hos pasientene. I følge Berget & Braastad (2008) brukes dyr i dag som en del av aktivitetstilbudet ved flere psykiatriske institusjoner i Europa.

En studie utført av Bente Berget (2006) bekrefter nettopp denne positive effekten av interaksjon med dyr på mentale lidelser, men da ved bruk av sau og storfe i landbruket. Effekten av studien viste blant annet at psykisk syke fikk økt mestringsopplevelse og hadde en lavere grad av symptomer på angst seks måneder etter en avsluttet intervensjon som varte i tre måneder. Det er stadig flere forskningsrapporter som viser dyrs positive effekt på menneskers helse, men det meste av forskning er gjort med hund og katt (Berget & Braastad, 2008). Forfatterne sier at frem til nå har forskningen hatt fokus på fysiologiske effekter av interaksjon med dyr for å fremme selvfølelse, omsorgsevne, bidra til sosial støtte, og som katalysator for å bedre evnen til kommunikasjon mellom mennesker.

De fleste relasjoner mellom mennesker og dyr er basert på domestiserte dyr, altså en prosess der dyr gjennomgår en forandring for å tilpasse seg mennesket og menneskets miljø (Bokkers, 2006). Det sies videre at i det menneskelige samfunnet har de domestiserte dyrene mange funksjoner, for eksempel i form av sport, produksjon av mat og klær, underholdning, jakt, sosial status og støtte, samt forskning. En annen måte man bruker dyr på er i form av behandling innenfor Animal-assisted therapy (AAT), som er en målorientert intervensjon der et dyr som oppfyller gitte kriterier, integreres som en del av behandlingsprosessen. Animal-assisted activity (AAA), er aktiviteter som ikke inneholder noen organisert eller regelmessig behandling, men har som mål å gi motivasjon, rekreasjon og økt livskvalitet (Kruger & Serpell, 2006, 2010).

Forholdet mennesker kan få til sine kjæledyr, er kanskje ikke tilsvarende likt et forhold de kan ha med andre mennesker, men det kan uten tvil sammenliknes, mener McNicholas & Collis (2006). Videre viser de til at mange vil beskrive sitt dyr som en god venn og et familiemedlem. Relasjonen kan være emosjonell ved at dyreeiere føler affeksjon fra dyret og opplever å bli mindre ensomme. Ensomhet kan også begrenses med tilfeldige kontakter som skapes gjennom felles interesse for dyr og kan føre til sosiale nettverk og elementer av sosial støtte.

Å ha kontakt med dyr kan også bidra til at vi fungerer bedre sosialt enn hva vi ville ha ville ha gjort dersom vi ikke hadde denne kontakten (Berget & Braastad, 2008). McNicholas & Collis

(2006) viser som nevnt til at dyret alene også kan være en viktig sosial støtte. De sier at i situasjoner der man opplever kritiske situasjoner i livet, som for eksempel å miste en nær person eller få en alvorlig diagnose, kan et kjæledyr være en svært viktig støtte. De påpeker også at for mennesker som mangler sosial støtte fra andre personer, kan støtten fra et dyr være svært betydningsfullt. Årsaker til dette sier de at kan handle om at følelsene er for vonde eller intense til at man klarer å åpne seg for andre, eller at man ikke ønsker å belaste andre med sine problemer.

Norling (2001a) viser til at personer med aktiv kontakt med kjæledyr holder seg friskere, blir raskere friske fra sykdommer og har en livsstil som er mer helsefremmende. Videre vises det til at samvær med dyr tilhører naturbaserte aktiviteter og miljøer og kan derfor også føre til en mer aktiv og sunn livsstil. Eiere av kjæledyr har samlet sett mindre sjans for å få hjerteinfarkt og større sjanse for å overleve dersom de får det (Friedmann & Thomas, 1995). Generell helse blant kjæledyreiere er vist ved reduksjon i småplager som hodepine, forkjølelse, søvnløshet (Serpell, 1991) (sitert Berget & Braastad, 2008, s. 48).

Interaksjon med dyr viser altså til å kunne ha en positiv virkning på mange områder, da det å være i kontakt med dyr kan berøre flere elementer innen helse, og slik sett danne en positiv sirkel (Norling, 2001b). Elementene handler også om de positive påvirkningene av menneskers livsstil i form av fysiske, psykiske, sosiale, fysiologiske og ikke minst økonomiske områder.

2.4 Hesten

I Norge fantes det i 2009 omtrent 65.000 hester (ECON, 2009), og trolig har halvparten av befolkningen vært i kontakt med hest gjennom ridning, turistaktivitet og spill (Nettverks- og utredningsprosjektet, 2000). Historisk sett har hesten gått fra å være et arbeidsredskap og hatt størst betydning innen primærnæringene (jordbruk og skogbruk) mens hesten brukes nå mer som hobby og kosedyr i ferie og fritid, og skaper opplevelser og underholdning (Koren & Træen, 2003; ECON, 2000).

Mange mennesker er redde for hester og enda flere har stor respekt for hesten (Larsen, 2006). Denne frykten eller respekten vil oppstå når mennesker møter hesten som er et stort og maskulint dyr og som er overlegne menneskers styrke (Jacobsen & Sandberg, 2007). I følge Lavender (2006) lærer hester tidlig "heste-grenser". Han viser til at hesten lærer dette i

løpet av de første to timene etter fødsel, mens mennesker bruker omtrent seks år på å lære sine egne grenser. Personlig kan han ikke huske en eneste gang han opplevde at hesten gikk over sine "heste-grenser". Det eneste hesten gjør er å ta vare på seg selv, og dette har vært i forhold til opplevelser der hesten har kastet ham av, bitt, sparket, tråkket på eller dyttet ham. Det å stille hesten, altså en "bakkeaktivitet", kan være en måte å bli kjent med hesten og dens grenser, samtidig som du kan bli kjent med dine egne grenser, legger han til.

I Nettverks- og utredningsprosjektet (2000) står det at hesten yter et verdifullt bidrag ovenfor barn og unge ved at den skaper følelse av mestring og det å klare å ta ansvar. Opplevelse av mestring henger sammen med selvfølelse ved at følelsen av å mestre noe kan styrke individets selvtillit (Gjærum et al., 1998). Samhandling med hesten vil også kreve at mennesker utvikler egenskaper som verbal og non-verbal kommunikasjon, kreativitet, problemløsning, lederegenskaper, teamarbeid, selvsikkerhet, ansvar, holdninger og integritet (Iannuzzi & Rowan, 1991) (sitert av Rothe, Vega, Torres, Soler & Pazos, 2005, s. 4). Samhandlingen vil også kunne føre til at mennesker tankemåte, følelser og atferd endrer seg på en positiv måte (MISHRM, 2005).

Hesten er et dyr som har mange ulike egenskaper og blir derfor brukt på mange forskjellige måter (ECON, 2000). Dette er blant annet i forhold til rekreasjon, helse, turisme og konkurranse (ECON, 2009). Å benytte hesten som helsearbeider ved ridning som fysisk/medisinsk og psykisk behandling er meget beskjedent dokumentert i følge utvalget i Nettverks- og utredningsprosjektet (2000). Utvalget viser til at det i 2000 var registrert 55 fysioterapeuter som brukte hest i sin behandling, 90 ridesentre som hadde tilbud for funksjonshemmede, og omtrent 35 institusjoner innenfor barnevern, psykiatri og rusmiddelomsorgen som har ridning som behandlingstilbud.

Når vi tar i bruk andre for å få hjelp til å løse problemer både av fysisk, psykisk og sosial art, kan disse "andre" være mennesker eller de kan være hester (Lavender, 2006). Han sier videre at kontakten mennesker får med en hest er virkelig og sann, og derfor er manipulasjon, flørt og sjarm på en hest bortkastet, slik man kanskje vil prøve ved menneskelig kontakt. Han beskriver hesten som et nyttig dyr innen det terapeutiske miljøet. Grunnlaget for dette er at hesten er i tilstanden "her og nå". Dette sier han gir den

egenskapen av å kunne “dra” mennesker fra fortiden og fremtiden til å være i en tilstand av “her og nå”.

2.4.1 Hesten som “medisin”

Mennesker har brukt hesten som en form for terapeut i mange hundre år og observert hestens restituerende, reparerende og terapeutiske egenskaper (Olsvik & Skåholdt, 2008). Trætteberg (2006) indikerer at det er mange som gir æren til Hippokrates (460-377 f.kr) av å være den første til å se hestens terapeutiske effekt, der han antyder at ridning er medisin for kropp og sjel. Den positive effekten hesten har på menneskers fysiske helse er i dagens samfunn godt dokumentert for en rekke funksjonshemninger (Olsvik & Skåholdt, 2008). Ridning gir blant annet en god fysisk treningseffekt (Traeen & Wang, 2006). De best dokumenterte effektene av ridning er styrking av menneskers kroppsholdning, muskel og balanseevne ved hjelp av hestens bevegelse (Fitzpatrick & Tebay, 1998; Trætteberg, 2006; ECON, 2009).

Det er mange områder som hesten blir brukt i forhold til helserelaterte områder. I Norge er dette, i følge rapporten (ECON, 2009), i forhold til blant annet psykisk helsevern, psykiske og fysiske funksjonshemninger, rehabilitering av rusmisbrukere, spesial- og sosialpedagogiske tiltak for barn og ungdom og innenfor Grønn Omsorg og Inn På TUNET tiltak (IPT) hvor målgruppene kan være blant annet de som er nevnt ovenfor.

Utvalget i Nettverks- og utredningsprosjektet (2000) viser til at det synes å være økt interesse for hesten som helsearbeider. Denne behandlingen med hesten som verktøy kan foregå blant annet ved institusjoner, private rideskoler eller ved andre hestesenter. Utvalget påpeker også at det vil være samfunnsmessig lønnsomt for helsesektoren i Norge å benytte hesten som “medisin”. Uansett behandling påpeker ECON-rapporten (2009) at det må være fokus på en lystbetont mestringsopplevelse.

Hestens funksjon når det gjelder effekter på menneskers psykiske helse er mer uklar (Wallgren, 2003) (sitert av Olsvik & Skåholdt, 2008 s. 10). I følge Berget (2006), Berget & Braastad (2008) og ECON, (2009) har det vist seg at hesten har gitt positive resultater på menneskers psykiske helse, men effekten er ikke i like stor grad dokumentert som den fysiske effekten.

ECON (2009) har beskrevet hesten som "helsehesten". Med dette mener de hestens egenskaper som helsefremmende. Dette er innenfor et bredt spekter, men innenfor noen områder de beskriver er egenskapene knyttet til ridning og hesten som venn. Den relasjonen mennesker har med hesten beskrives ofte av rytterne selv som et partnerskap bemerker Wipper (2000) (sitert av Traeen & Wang, 2006, s. 439), og bygger derfor på sosiale relasjoner.

I Norge er det gjort lite forskning omkring temaet hest og helse (Olsvik & Skåholdt, 2008). I nettverks- og utredningsprosjektet (2000) presiseres det likevel at hesten kan bli svært verdifull innenfor helse og omsorgsarbeidet i vårt moderne samfunn og hesten er derfor en betydelig verdiskapning i samfunnet. Den frivillige landsdekkende organisasjonen Hest og Helse (2011) ble etablert i 1971, og har som mål å være den norske hovedorganisasjonen i arbeidet for bruk av hest i helsesammenheng. Det påpekes at et av formålene er å fremme bruk av hest i helsesammenheng og aktivt bidra til optimal kvalitet i bruk av hest i arbeidet med å bedre fysisk, psykisk og sosial helse.

Internasjonalt anvendes mange ulike begreper og definisjoner på former for aktivitet og hvilke aktiviteter som tilbys med hest (Fitzpatrick & Tebay, 1998). Det er vanskelig å skille mellom de ulike begrepene, samt at flere begrep er det samme men har ulike navn og blir brukt uheldig om hverandre. Noen sentrale begreper er Equine-facilitated psykoterapy (EFP), Equine-assisted psychotherapy (EAP), Equine-assisted therapy (EAT), Equine-assisted learning (EAL), terapiridning, og hippoterapi.

Equine-facilitated psykoterapy (EFP) er en eksperimentell psykoterapi som omhandler interaksjon med hesten som guide (Rothe et al., 2005; Kruger & Serpell, 2006, 2010; Schlote, 2009). I EFP opptrer hesten som et "speil" for menneskers indre opplevelse, og hesten vil derfor gjennomskue maskerte følelser eller emosjonelle tilstander (Lavender, 2006). Opplevelsen mennesker får gjennom EFP handler ikke kun om ridning, en stor del av EFP foregår fra bakkenivå (Kruger & Serpell, 2006, 2010).

Equine-assisted psychotherapy (EAP) omtales av noen som EFP (Bakkland, 2008). Trætteberg (2006, s. 17) beskriver EAP som "bruk av hest som partner i terapeutisk og pedagogisk arbeid, der hensikten er å bedre livskvaliteten hos barn og voksne som har spesielle behov". EAP kan brukes ved både fysiske, psykiske og kognitive problemer (Trætteberg, 2006).

Equine-assisted therapy (EAT) omtales av Håkanson (2008) og The Pegasus Project (2005) som bruk av hest som en partner i et terapeutisk- og pedagogisk arbeid. Hensikten sier de er å forbedre livskvaliteten til mennesker med spesielle behov for å overvinne problemer av fysisk, psykisk og sosial art. Det er ikke ridningen som er det viktigste i EAT, men bruken av ridning som et redskap i den terapeutiske prosessen, der det oppnås positive effekter ved motoriske, nevrologiske, psykomotoriske, pedagogiske, kognitive, psykologiske og relasjonelle områder.

Equine-assisted learning (EAL) fokuserer på for eksempel ungdomsleir, skoler, kvinnegrupper og enkeltpersoner, samt også teambygging, stressreduksjon, oppmerksomhet, intuisjon og kreativitet (Kachelmeier, 2008). Videre sier hun at EAL har som mål å fremme personlige følelser og atferd uten å klinisk tolke disse følelsene eller atferden, samt se på menneskers selv-vekst og relasjonsbygging, uten å fokusere spesifikt på terapeutiske mål.

I Norge beskrives terapiridning som en behandling der en spesialutdannet fysioterapeut driver behandlingen og at denne formen for behandling må være rekvirert av en lege (Trætteberg, 2006). Terapiridning handler om rideferdigheter der rytteren eller terapeuten styrer og påvirker hesten og bruken av sal er vanlig (Champagne, 2007). Denne formen for ridning er nyttig for blant annet balanse, kroppsholdning og koordinasjon (Håkanson, 2008).

Hippoterapi skiller seg fra terapiridning på flere områder, ved blant annet at metoden benytter seg av hestens bevegelse kun i gangen skritt, samt at sal ikke benyttes (Trætteberg, 2006). Bruk av hestens bevegelse skal blant annet fremme balanse, koordinasjon, kroppsholdning og øke kognitive ferdigheter (Kruger & Serpell, 2006, 2010). Målene med hippoterapi handler også om å gi økt selvtillit og bedre livskvalitet (Fitzpatrick & Tebay, 1998).

Til tross for at riding og det å være i kontakt med hest kan gi en rekke helsegevinster, er det også en risiko i forbindelse med samhandling med hest.

Med tanke på konsekvensutfall er riding i følge Ball, Ball, Mulloy, Datta & Kirkpatrick (2009) ansett som farligere enn å kjøre motorsykkel, kjøre ski, spille fotball, rugby og rally. Årsaken til at skadene kan bli så omfattende fordi at rytterens hode befinner seg opptil tre meter over bakken ved riding, og at hesten kan ha en maksimalfart på 65-75 kilometer i timen.

Kraften i et spark fra hesten kan være av en kraft som tilsvarer nesten et tonn og det er ikke uvanlig at hesten i seg selv veier rundt 500 kg, i tillegg til at den er mindre forutsigbar enn både motorsykler og biler påpeker de.

I en studie utført av Jagodzinski og De Muri (2005) er det kartlagt skadeforekomst i forhold til barn og unge opptil 15 år i samhandling med hest. Studien viser til at det i 2002 ble rapportert 134000 skader hos barn og unge under 15 år i USA, som følge av kontakt med hest. I første omgang mener de at den økende interesse for riding først og fremst er positivt da dette medfører en mulighet til å lære å ta ansvar og ha respekt for dyr. De mest alvorlige skadene de så i studien var i tilfeller der rytteren ble kastet av hesten, ofte i kombinasjon med at de blir hengende etter eller klemt av hesten og i tilfeller fra "bakkeaktiviteter" der hesten sparket. Dødelige skader skyldes oftest hodeskader viser studien. For å forebygge hesterelaterte skader er det stort fokus på bruk av hjelm både under riding og ved annen samhandling med hest. Videre viser studien at det er viktig å forsikre seg om at personens ferdigheter er i samsvar med hestens egenskaper, samt at det alltid er en voksen som holder oppsyn med interaksjonen, slik at helsereelaterte skader kan reduseres.

2.4.2 Relasjon mellom hest og mennesker

Det er store forskjeller mellom hvordan relasjonen menneske og hest forekommer. Dette kan som nevnt forekomme som rekreasjon, i helsesammenheng, konkurranse, hobby, kosedyr, ferie, fritid, opplevelse eller underholdning (ECON, 2000, 2009; Koren & Træen, 2003).

Innenfor behandling av menneskers fysiske og psykiske plager har hesten blitt brukt i mange år, men det er først nå i de siste årene at hesten som behandlingsform har skapt stor interesse (ECON, 2000). I en studie av Vidrine, Smith-Owen & Faulkner (2002), kom det også frem at samhandling med en hest kunne skape opplevelsen av å ha en venn. Studien viser til at hesten kan gi ubetinget positiv respons, ved at den ikke er egosentrisk eller fordømmende. Som ved at hesten ikke bryr seg om hvordan mennesket kler seg eller ser ut. På bakgrunn av denne funksjonen som venn kan hesten bidra til å utvikle omsorgsansvar (Wang, 1988) (sitert av Koren & Træen, 2003, s. 4, Berget, 2006). I følge Olsvik & Skålholt (2008) handler mye av interaksjonen om "empowerment", altså å gi støtte og styrke til individet for å påvirke sin egen livssituasjon.

Forsberg (2007) har i sin studie: "Att utveckla handlingskraft- Om flickors identitetsskapande processer i stallen", skrevet om jenter og hest på en rideskole i Sverige. I denne oppgaven nevner hun hvordan jentene viste omsorg for hestene på rideskolen. De var opptatt av kjærlighet til hesten, noe som blant annet viste seg gjennom at de var veldig opptatt av hva som burde gjøres og hva som ikke ble sett på som så bra, i forhold til å sørge for at hesten hadde det bra. Det å være flittig og grundig i forhold til stell av hesten var noe som ble sett på som bra i stallmiljøet. De viste også omsorg for hestene gjennom å tenke på hva som var viktig i forhold til hvordan hestene burde brukes, eksempelvis i forhold til og ikke presse hesten for hardt ved riding. Videre tenkte de også på sikkerhet for å unngå at hesten skulle bli skadet, dette nevnes ved et eksempel der en av jentene var bekymret for at hesten skulle kunne skade seg ved å henge fast i en spiker eller liknende.

I tidsskriftet, "Jenter og hest - Stallen som arena for sosialisering og mestring" (Koren & Træen, 2003), beskrives hesten som et stort, muskuløst og et potensielt farlig dyr, som man må kommunisere med for å kunne beherske og mestre. McCormick & McCormick (1997) beskriver opplevelsen man skaper med en hest kan være som et ekko eller et stort speil som reflekterer vår egen atferd. Det sies at siden vi samhandler med hesten på en så fysisk måte, og som sagt siden den reflekterer vår atferd, må vi kommunisere med den både verbalt og non-verbalt. Vi må være kroppsbevisste.

Hesten beskrives av Irwin (2001) som et byttedyr og på grunn av dette har hesten gjennom tidene utviklet evnen til å lese og reagere på kroppsspråk, slik at den eventuelt kan flykte når truede situasjoner oppstår. Hesten har med dette blitt en mester i å lese subtile endringer i kroppsspråk, intensjon, følelser og energi (MISHRM, 2005). Den vil derfor i følge Irwin (2001) gi mennesker tilbakemeldinger ved å reagere naturlig på sine instinkter, som ved å reagere positivt på tydelige beskjeder, men trekke seg vekk og ønske å flykte, om beskjedene er uklare.

I studien av Vidrine et al. (2002), viste det seg at barna som var med i undersøkelsen viste emosjonelle følelser når de snakket om berøringen av hesten. Dette mente forskerne var en sterk indikator på empati, spesielt siden mange av barna hadde en historie med antisosial og asosial atferd. Owen-Smith (2000) (sitert av Vidrine et al., 2002, s. 16) påpekte i sin kvalitative studie at barna i hennes studie virket å oppleve en kvalitativ forskjell på

menneske-hest interaksjonen i forhold til den samhandlingen de hadde med andre mennesker. Barns samspill med hesten kan på mange plan gi læring som blant annet forståelse av sitt eget og andres kroppsspråk, ta beslutninger, utvikle evnen til innlevelse, respekt og ansvar, motorisk trening, utprøving av grenser og egne ferdigheter (Sørensen, 1999).

Fodnes & Steigen (2009) ser også dette samspillet mellom hest og menneske som et verktøy for menneskelig sosial kompetanse. I deres undersøkelse fant de ut at ungdom som var i aktivitet med hest hadde lettere for å ta kontakt med nye mennesker, dette gjaldt også utenfor hestesenteret ungdommene var på. De påpeker også at ved hjelp av hestens direkte respons på ungdom positive eller negative atferd vil ungdom bli mer bevisst på hvordan deres atferd påvirker andre rundt dem.

2.5 Sanser

Menneskers sanseapparat er evolusjonært sett et resultat av menneskers lange forhistoriske eksistens i naturen (Edlev, 2008). Menneskers utvikling av sanser begynner allerede i fosterlivet og er derfor alt til stede når man blir født (Edlev, 2008; Osnes, Skaug & Kaarby, 2010). I følge Edlev (2008) er utviklingen av sansene avhengig av hvordan de stimuleres gjennom oppveksten. Han påpeker at om mennesket får muligheten til å få erfaringer gjennom naturen vil sansene kunne utvikles bedre, og evnen til oppmerksomhet vil styrkes. Videre sier han at dess flere sanselige erfaringer et menneske har, desto bedre grunnlag har man til å utvikle ferdigheter, forstå sammenhenger og orientere seg. Videre nevner han også at sansene er en viktig kilde til opplevelse, utvikling og læring.

Menneskers kropp og hjerne får næring og utvikles i kraft av sanseintrykk, og naturen med sin mangfoldige variasjon gir mange inntrykk og utfordringer Edlev (2008). Våre sanser kan derfor skape så sterke naturerfaringer at en enkel lukt eller lyd i naturomgivelser vil etterlate så sterkt inntrykk at hele opplevelsen fester seg i erindringen. Abram (2005) påpeker at en fullverdig opplevelse ikke kan erverves uten en fysisk tilstedeværelse der man mottar sanseintrykk fra omgivelsene man er i. Ut i fra dette peker han på at naturomgivelser som oppleves gjennom for eksempel en tv skjerm ikke kan gi denne fullstendige opplevelsen da man fysiske ikke er tilstede, og gir derfor ingen mulighet til fullstendig sansing. Han sier at menneskers sanser ligger til grunn for den opplevelsen man vil få i en gitt situasjon og sier videre at det å være i naturomgivelser vil stimulere og fremme bruken av sanser. Det å være

i kontakt med naturelementer vil derfor aktivisere hele mennesket utrykker han. Schenk (2007) viser til at naturlige settinger er "gullgruver" av dufter, farger, former, lyder, lukter og smaker, og at det er her mennesker best kan trene opp og oppleve sansene sine. Videre påpeker hun at utviklingen av et sunt menneske er avhengig av at mennesket får utviklet sansene.

2.6 Natur og omgivelser

William Wordsworth (sitert av Lavender, 2006, s. 23) bemerker at livsprosessen mellom barn og voksen ikke kun går fra barndom til voksen alder, men fra barndom, til natur, til voksen alder. Han mener at uten å fordype seg i naturen ville mennesker forbli et barn for resten av livet, dette fordi prosessen i naturen leder vei til ny erfaring. Lavender (2006) sier at de som har brukt tid i intervensjon med hest allerede har mesteparten av dette aspektet fullført, da hesten i følge Nettverks- og utredningsprosjektet (2000) bidrar til trivsel gjennom blant annet naturopplevelser. Lavender (2006) påpeker at mennesker som har vokst opp på landet eller i landlige områder ofte bemerker hvor takknemlige de er for all den livsvisdom og mysterier som naturen har gitt dem.

I følge Holmboe-Ottesen & Tellnes (2005) vokser stadig flere ungdommer opp i byer og tettsteder, og færre får derfor oppleve samspillet mellom menneske og omgivelser på gård. Videre påpeker de at grøntområder i nabolag er blitt mindre og dette påvirker derfor muligheter for lek og fysisk aktivitet. I følge Folkehelseinstituttet (2009) befinner den viktigste naturen seg i byer og tettsteder. På grunnlag av den enorme urbaniseringen, der flere og flere mennesker bor i storbyer, er det viktig at det finnes grøntområder og hager. Det er også viktig at det finnes muligheter for å oppsøke skog- og markområder, jordbruksområder og strandsoner i nærheten av storbyene.

Man kan langt tilbake i tid se tegn på menneskers forståelse for de positive helseeffekter natur og vakre omgivelser kan ha på menneskers helse og velvære (Folkehelseinstituttet, 2009), og det er en voksende interesse innenfor miljøpsykologi (Berget & Braastad, 2008). Mye dokumentert kunnskap bekrefter at menneskers helse og velvære, både fysisk, psykisk eller sosialt, påvirkes positivt om de får være i kontakt med natur, dyr og planter (Waaseth, 2006; Nilsson et al., 2007). Naturbaserte tiltak med vekt på salutogene effekter kan bidra til positiv helse ved å sikre at mennesker har kontakt med naturen i hverdagen og at naturen skal være en godt integrert funksjon i helsevesenets tilnærminger (Nilsson et al., 2007).

Begrepet salutogenese kom frem ved en teoretisk modell av sosiologen Aaron Antonovsky (2004), der han var opptatt av prosessen som fremmer og opprettholder menneskers helse, fremfor patogenese, som har fokus på sykdom. Folkehelseinstituttet (2009) viser blant annet til at mennesker reagerer emosjonelt forskjellig på natur- og bylandskap. Naturomgivelser sies her blant annet å redusere stress, påvirke immunforsvaret, gi nytt mentalt overskudd, gi positive mestringsopplevelser, styrket selvbilde, samt redusere angst og depresjon.

For barn og unge kan det å være ute i naturomgivelser stimulere den motoriske utviklingen, sansene, språk og begreper, det følelsesmessige og det sosiale (Egeland & Hoff, 1998).

Fjørtoft & Reiten (2003) påpeker at ungdom synes selve naturopplevelsen i seg selv er viktig. Louv (2009) sier at om barn og unge ikke får denne tilgangen til naturomgivelser kan det være årsaken til forekomst av tilstander som fedme, oppmerksomhetslidelser og depresjon.

I følge Grinde & Patil (2009) og Waaseth (2007) har mennesket arvet tilbøyelighet til å knyttes til naturen i form av følelsesmessige responser som fasinasjon, inspirasjon og følelsen av tilhørighet i møte med naturen. Dette mener de har sitt utgangspunkt i biofilihypotesen. Kellert (1993) sier at biofilihypotesen slår fast at menneskers avhengighet av naturen strekker seg langt utover spørsmålene om materiell og fysisk avhengighet, men handler også om den menneskelige trangten til det estetiske, intellektuelle, kognitive og åndelige. Begrepet biofili handler om menneskers indre og følelsesmessige trang til felleskap med andre levende organismer (Wilson, 1993; Waaseth, 2007), og Kellert & Wilson (1992) (sitert av Sempik, Hine & Wilcox, 2010, s. 71). Den konkluderer med at hypotesen handler om noe som er biologisk iboende i oss mennesker, en del av menneskers evolusjonære arv og knyttet til menneskets genetiske tilpasningsevne og overlevelsessevne.

I følge Grinde og Patil (2009) er det ønskelig å vise til at kontakt med natur hjelper til at man blir raskere frisk og forebygger plager, slike at dette kan bli en del av en evidensbasert medisinsk behandling. De viser videre til at planter og natur kan gi positive endringer for det kognitive og emosjonelle, noe som igjen kan være positivt for menneskers helse og velvære. De mener at når det blir fravær av naturlige elementer i byomgivelser, kan dette føre til økning av psykiske lidelser.

Kaplan og Kaplan (1989) og Ulrich (1993) sine teorier omkring naturens rekreasjonsvirkning på menneskers helse, er en utvidelse av biofilibegrepet. Dette ved at den følelsesmessige

biologiske tiltrekningen også gjelder naturelementer som ikke er levende, som steiner og vann (Waaseth, 2006).

Miljøpsykologene Kaplan & Kaplan (1989) skiller mellom to typer oppmerksomhet i teorien Attention Restoration Theory (ART). Den anstrengende oppmerksomhet sier de vi bruker til å planlegge, beslutte, huske og fokusere på ting i hverdagen, noe som krever mye energi av oss, og som er knyttet opp i mot by-omgivelser. Denne formen for anstrengelse påpeker Edlev (2008) er styrt av vilje og med en bevisst hensikt, og i følge Folkehelseinstituttet (2009) krever dette mye årvåkenhet og konsentrasjon. Den andre typen er ikke anstrengende oppmerksomhet, og er knyttet til naturen der det ikke behov for fokus eller anstrengelse for å opprettholde oppmerksomheten (Kaplan & Kaplan, 1989). Her trenger man i følge Edlev (2008) ikke å tenke over hvorfor eller hvordan man retter oppmerksomheten, og det kreves ingen krefter som kan føre til at man blir tappet for energi. Kaplan & Kaplan (1989) og Kaplan (1995) viser til fire kjennetegn som kan lede til restorative opplevelser i naturen. De fire kjennetegnene handler om å være borte, fasinasjon, omfang og kompatibilitet og de viser videre til at man i naturen kan være tilstede i nuet og motta stimulerende synsinntrykk.

Ulrich (1993) påpeker også at naturen er nyttig for mennesker og at flere endringer i det urbane miljøet er gjort for at mennesker skal holde kontakt med naturen. Ulrich (1993) viser også til at det i de siste 20 årene har vært flere studier som har fokusert på påvirkning av mennesker emosjonelle side, både ved de naturlige og de urbane omgivelsene.

I en studie av Ulrich (1983) (sitert av Health Council of the Netherlands, 2004, s. 40-41), viser han hvilken påvirkning synet av natur har fra et sykehusvindu på rekreasjon etter en operasjon. Utfallet av forskningen viste at de pasientene som hadde utsikt til grøntområder oppholdt seg i gjennomsnitt en dag mindre på sykehuset, de brukte færre og svakere smertestillende medikamenter og personalet på sykehuset kom med færre negative bemerkninger, enn den gruppen som hadde utsikt mot en murvegg.

I en annen studie av Ulrich (1979) (sitert av Ulrich, 1993, s. 102-103) viste det seg at studenter som opplevde mildt stress rundt eksamen hadde god nytte av å se naturelementer. Dette gjorde at elevene holdt fokuset lengre, var mer effektive og opplevde en psykologisk positiv reduksjon av negative følelser, som frykt og angst. Studien til Ulrich et al. (1991) (sitert av Ulrich, 1993, s 103-104) viste også til positive effekter av naturelementer.

Resultatene som kom frem i denne studien viste at rekreasjon av stress var mye raskere ved eksponering for naturelementer enn urbane elementer. Videre viste studien at naturelementer ga størst opplevelse av positive emosjonelle følelser og lavere opplevelse av frykt og angst.

Laumann (2004) viser til at teoriene til Ulrich (1993) og Kaplan & Kaplan (1989) forklarer restorative og stressreducerende effekter av naturlige omgivelser fra evolusjonære synspunkter. Dette vises i tre studier utført av Laumann, Gärling & Stormark (2001, 2003) og Laumann (2004).

Studien til Laumann, Gärling & Stormark (2001) ble gjort med mål om å utvikle et måleinstrument der man kunne se restorative effekter av komponenter i ulike omgivelser. Deltakerne rangerte sine opplevelser av å forestille seg by eller urbane omgivelser. De rangerte også opplevelsen de fikk av å se en film av omgivelsene. Resultatene viste at restorative effekter av naturomgivelser skåret høyere enn byomgivelsene på rangeringsskalaen.

I Laumann, Gärling & Stormark (2003) sin studie var ønsket å se sammenhengen mellom hjertefrekvens og eksponering av byomgivelser og naturomgivelser. Undersøkelsen viste at de som så film med natur hadde en lavere hjertefrekvens enn de som så video med by.

Studien fra Laumann (2004) utforsket den restorative effekten av natur i forhold til mental utmattelse og stress. Konklusjonen var at naturomgivelser bidrar til restitusjon ved mentalt krevende oppgaver i større grad enn urbane omgivelser.

2.6.1 Natur og helse

Bruk av naturen for å fremme menneskers helse har lenge vært brukt innenfor fengsler, sykehus, klostre og kirker i form av forskjellige utendørs terapeutiske områder (Sempik et al., 2010). Man kan definere fem måter naturen kan utøve en gunstig effekt på helsen (Health Council of the Netherlands, 2004; Berg & Woudenberg, 2005). Dette er; mindre stress og mental utmattelse, fysisk trening, sosial kontakt, utvikling for barn og personlig utvikling for voksne.

Naturens effekt på mindre stress og mental utmattelse handler om at naturen kan ha en positiv innvirkning på mennesker ved å "roe nervene" og at en liten "dose" natur kan påvirke

folks psykiske velvære (Health Council of the Netherlands, 2004). Om mennesker ikke klarer å håndtere stress kan dette få alvorlige konsekvenser for kroppen og føre til sykdom. I følge Berg & Woudenberg (2005) har kontakt med naturen vist seg å gi positive effekter på menneskers humør, konsentrasjon, selvdisiplin og psykisk helse som er viktige elementer for å oppnå mindre stress og mental utmattelse.

Den fysiske treningen mennesker får av å være i naturen sees også som viktig i forhold til å holde helsen ved like og minske faren for sykdommer (Health Council of the Netherlands, 2004; Berg & Woudenberg, 2005). De sier videre at denne fysiske treningen som naturen er med på å skape har en positiv effekt på mange helsedeterminanter som for eksempel kroppsvekt, insulinfølsomhet og beintetthet, men kan også skape lavere risiko for å utvikle en rekke kroniske sykdommer som blant annet diabetes, depresjon eller hjertesykdom. I det moderne, urbane samfunnet vi nå lever i er muligheten for å utøve fysisk trening blitt mindre på grunn av at det er færre attraktive og trygge områder man kan drive med fysisk trening (Health Council of the Netherlands, 2004).

I følge (Health Council of the Netherlands, 2004) kan den sosiale helsen fremmes ved bruk av grønne områder hvor det er mulig å utføre felles aktiviteter som for eksempel gåturer, sykkelturer og hagevedlikehold. Forskning viser at de som har mer sosial kontakt med andre føler seg friskere, har lavere risiko for å utvikle hjerte- og lungesykdommer og lever generelt lengre (Health Council of the Netherlands, 2004; Berkman et al., 2004 (sitert av Berg & Woudenberg, 2005, s. 179)). I tillegg viser de til at sosial kontakt kan hjelpe til å redusere usunn livsstil.

Naturens effekter på barns utvikling er svært viktig i dagens samfunn da unge blir mer og mer inaktive og aktivitetsnivået har blitt halvert i mengde og timer de siste 20 årene (Health Council of the Netherlands, 2004). Barns sjeldne bruk av naturen mener de kan henge sammen med urbaniseringen og at mange steder derfor blir mindre preget av naturomgivelser der barn kan leke fritt og trygt. Health Council of the Netherlands (2004) og Berg & Woudenberg (2005) påpeker at barns utvikling har stor påvirkning på hvordan deres fysiske, psykiske og sosiale tilstand vil være når de blir voksne, og at om denne utviklingen ikke skjer kan det føre til fedme, depresjon og oppmerksomhetslidelse (Louv, 2009).

Personlig utvikling og trivsel for voksne handler om å “finne mening” i hverdagen. (Health Council of the Netherlands, 2004). De viser til at dagens samfunn er i stor grad er rettet mot suksess og karrierejag og mange føler at de alltid er i tidsklemma. De sier videre at ved å komme seg ut i naturen kan man se alt i et større perspektiv og derfra finne “meningen med livet”, noe som i følge Berg & Woundenberg (2005) er viktig for fysisk, psykisk og sosialt velvære.

Flere tiltak, i form av “grønne” aktiviteter som retter seg mot naturen som en arena for menneskers helse, har den siste tiden dukket opp i helsesektoren, dette med tanke på den “helbredende” effekten (Health Council of the Netherlands, 2004; Berg & Woundenberg, 2005). Slike tiltak kan blant annet være Grønn omsorg, Inn på tunet (IPT) og Gården som pedagogisk ressurs (GSPR).

Begrepet Grønn omsorg er i Norge det eldste og kanskje mest brukte begrepet, og benyttes spesielt innen helse og omsorgstjenesten (Berget & Braastad, 2008). Videre sier de at begrepet IPT ble laget og tatt i bruk på grunn av at begrepet Grønn omsorg ikke var like egnet til alle områder, da dette ikke kun omfatter helse og omsorgstjenesten. De sier det vanskelig å skille mellom disse to begrepene, da de brukes om hverandre i ulike settinger, samtidig som flere andre begrep inngår. GSPR sier de er et slikt begrep som ligger inn under IPT-begrepet.

Internasjonalt brukes begrepet Green care for en rekke andre begreper som også benyttes i Norge (Berget & Braastad, 2008). Green care favner blant annet terapeutisk hagebruk, dyreassistert terapi, gårdsintervensjoner, tilrettelagt fysiske intervensjoner, ulike former for terapi og pedagogisk læring i naturomgivelser (Sempik et al., 2010). Begrepet Green care favner derfor de norske begrepene Grønn omsorg, IPT og GSPR (Haugan, Nyland, Fjeldavli, Meistad & Braastad, 2006). Green care tiltak kan kombinere gårdens ressurser med samfunnets behov for alternative arenaer, og at slike gårder gir mennesker mulighet for aktiviteter og opplevelse i naturbaserte omgivelser. De sier videre at aktiviteter på gård gir muligheter for læring gjennom praktisk arbeid og at dette er basert på individets motivasjon og ressurser.

Gården benyttes av mange forskjellige aktører blant annet barnehager, skoler, psykiatri, demensomsorgen, mennesker på arbeidstrening eller uføretrygdede (Haugan et al., 2006).

Tjenestene har som hensikt å skape en nytteeffekt både for bonden, samfunnet og brukeren. I følge Sempik et al. (2010) er det viktig å presisere at Green care er en intervensjon som skal inneholde aktivitet, som igjen skal være med på å fremme menneskers helse, både fysisk, psykisk og sosialt, og vil derfor ikke kun omfatte passiv opplevelse av naturen.

Man kan se tanken om Green care så langt tilbake som til 1300 tallet og at allerede så tidlig forstod menneskene effekten naturomgivelser kunne ha på menneskers helse (Sempik et al., 2010). I følge Haugan et al. (2006) ser det ut til at Green Care tiltak har gitt positive resultater og er voksende ved at man i 2002 kunne se at 500 gårder ga slike tilbud, mens det i 2004 var cirka 600 gårder.

Gårdens elementer gir muligheter til menneskers opplevelse av mestringfølelse, omsorg, læring, aktivitet og tilhørighet (Olsen, 2006). Dette mangfoldet av tilbud til barn, unge og voksne med ulike behov har tilrettelegging og fleksibilitet i fokus.

IPT ble utviklet og tatt i bruk som et begrep av "Nasjonalt prosjekt for Inn på tunet" i 2001 med undertittelen "Gården som ressurs for opplærings-, helse og sosialsektor" (Landbruk og matdepartementet, 2007; Stokke & Rye, 2007; Berget & Braastad, 2008). IPT er tilrettelagte tilbud på gård og er rettet mot både enkeltmennesker og grupper i alle aldre. Stokke & Rye (2007) viser til at IPT har som målsetting å bidra til helsefremming, utvikling og trivsel hos mennesker, med aktiviteter som omhandler gårdens og bondens resurser. Aktivitetene kan være mange, som blant annet stell av dyr og planter, drift av skog og pleie av kulturlandskapet eller vedlikehold av maskiner, men også snekring, husflid og baking (Stokke & Rye, 2007; Berget & Braastad, 2008). Det viktige er at gården skal fremme menneskers opplevelse av mestring og læring gjennom praktiske og sansefylte opplevelser (Stokke & Rye, 2007).

I følge Berget & Braastad (2008) inngår GSPR i IPT-begrepet. GSPR oppstod som et resultat av at man så skolelevers mangelfulle kunnskaper omkring jordbruk og bærekraftig samfunnsutvikling, som resulterte i prosjektet "Levende skule" (1996-2000) og som deretter ble videreført til betegnelsen GSPR. De sier videre at disse tiltakene bygger på at skoleelevenes læring skal skje gjennom arbeidsoppgaver de får i landbruket og deres refleksjon omkring dette. De påpeker også at slike aktiviteter blant annet handler om dyrehold og produksjon av varer og tjenester. Slike aktiviteter kan gi opplevelser, ferdigheter

og erfaringer som igjen kan fremme elevenes mestringsopplevelse i form av for eksempel følelsen av å være til nytte, kroppslige ferdigheter, yrkeskyndighet, samarbeid og utholdenhet. Gården representerer i følge Jolly & Krogh (2007) en pedagogisk ressurs som bidrar til å skape en følelse av sammenheng og identitet og læring gjennom direkte ervervede erfaringer fra gårdslivet.

Som man ser er forskningen og kunnskapen omkring menneskers opplevelse av naturomgivelsenes effekt på helsen godt dokumentert, men kunnskapen om hvilke faktorer i omgivelsene som gir en spesifikk effekt er mangelfull (Hägerhäll, 2005).

3.0 Metode

3.1 Intervju som metode

For på best mulig måte kunne besvare problemstillingene våre valgte vi å gjennomføre et kvalitativt, semistrukturert forskningsintervju. Metoden baserer seg på et fenomenologisk perspektiv, som handler om at intervjueren ønsker å få frem informantens opplevelse, samt refleksjonen som informanten gjør rundt dette (Kvale & Brinkmann, 2009). Hensikten med metoden er å få frem informantens meninger, holdninger og erfaringer omkring det aktuelle temaet. Man kan kort si at man er ute etter informantens livsverden (Kvale, 1997). I et semistrukturert intervju vil informanten få relativt åpne spørsmål som gir mulighet til å gå i dybden på områder der informanten har mye å fortelle og dette kan derfor også resultere i at man kommer inn på temaer man i utgangspunktet ikke hadde forutsett på forhånd (Tjora, 2010).

3.1.1 Hvorfor kvalitativ metode?

Metode er valgt med utgangspunktet i problemstillingens ordlyd. Problemstillingen, med de underproblemstillinger vår masteroppgave har, er spørsmål som viser hva undersøkelsen ønsker å besvare (Johannessen, Tufte & Kristoffersen, 2004).

Videre ble kvalitativ metode også valgt fordi at doktorgradsprosjektet, som vår oppgave er en del av, i hovedsak er basert på kvantitativ forskning. For å supplere de kvantitative dataene ble en kvalitativ metode i form av et semistrukturert intervju valgt, da vi så dette som den best egnede metoden for vår undersøkelse. Med intervju kan deltakerne få utdype, med deres egne ord, opplevelsen ved intervusjonen og man kan få, som nevnt, en dypere innsikt i deres livsverden på gården med tanke på de ulike miljøfaktorene.

3.2 Utarbeidelse av intervjuguide

I følge Kvale & Brinkmann (2009) er en intervjuguide et hjelpemiddel i et kvalitativt forskningsintervju. Intervjuguiden vil være et hjelpemiddel som skal utformes på bakgrunn av intervjuobjekter som sees som nyttige for oppgaven, og problemstillingenes ordlyd (Launsø & Reiper, 2005) og inneholde en oversikt over emner som skal dekkes, forslag til spørsmål som skal stilles, samt at spørsmålene må være alderstilpasset (Kvale & Brinkmann, 2009).

I samsvar med Tjora (2010) kan et semistrukturert forskningsintervju utformes på mange forskjellige måter, men har oftest en tre-fase regel. Dette sier han handler om oppvarmingsspørsmål, refleksjonsspørsmål og avrundningsspørsmål og omhandler ulike typer spørsmål som gir ulik grad av forventet refleksjon fra informantene.

Intervjuguiden som er utarbeidet følger i grove trekk de tre nevnte fasene. Intervjuet er bygd opp mot problemstillingene som delvis ble utarbeidet i en prosjektskisse som ble gjort i forkant av selve masteroppgaveprosessen. For å få frem hensiktsmessige data fra intervjuobjektene er det viktig at spørsmålene i intervjuguiden dekker problemstillingens ordlyd.

Intervjuguiden (vedlegg 1) er videre delt inn i hovedspørsmål (spørsmål med tall), delspørsmål (spørsmål med et rund-punkt) og støttespørsmål (spørsmål med strek-punkt).

Intervjuguiden er delt opp i åtte temaer, i følgende rekkefølge; bakgrunnsinformasjon, gården, omgivelser, gjøremål, gårdsdyr, hest, avrundningsspørsmål og avslutningsspørsmål. Denne oppdelingen er gjort for at det skulle være lettere for både intervjuer og informantene å holde orden på spørsmålene, som også Tjora (2010) legger vekt på.

3.3 Gjennomføring av intervju

Intervjuprosessen startet med at vi begge gjorde flere pilotundersøkelser en periode før selve intervjuet, for å prøve ut hvordan intervjuet fungerte. Da hadde vi fokus på spørsmålenes ordlyd, for å finne den mest hensiktsmessige rekkefølgen å stille spørsmålene på, samt tidsbruken på det totale intervjuet. Vi ville også finne ut om det var spørsmål vi burde legge til eller spørsmål som ikke trengte å være med i forhold til å få svar på problemstillingen.

Det var på forhånd bestemt, sammen med informantene og gårdseierne, hvilken dag og klokkeslett vi skulle komme for å foreta intervjuene. Intervjuene foregikk samme dag som informantene hadde intervjuene med hest.

Det er viktig å legge til rette for en rolig og avslappet stemning rundt intervjusituasjonen og for at informantene skal føle trygghet, kan det ofte være hensiktsmessig å knytte selve intervjusituasjonen til informantenes kjente omgivelser (Tjora, 2010). Gjennomføringen av våre intervju ble derfor gjort på gårdene informantene tilhørte. Alle intervjuene ble gjort i et

varmt rom, enten i stallen eller huset på gården. Intervjuet ble gjennomført når informantene var halvveis i prosjektet, cirka 10 uker ut i intervensjonen, slik at de fleste var kjent på gården og hadde fått oppleve de ulike miljøfaktorene som var tilstede. Da det var cirka tre timer kjøring hver vei til gårdene. Dette gjorde at vi fikk god tid til å forberede oss ytterligere til intervjusituasjonen.

Intervjuet hadde en tidsramme på cirka 30 minutter. Dette ble valgt med hensyn til hvor lenge vi tenkte informantene kunne klare å holde fokus og konsentrasjon om temaet i en slik situasjon. Tidsrammen var kun veiledende og intervjuenes lengde kunne tilpasses hver enkel informant i forhold til hvor mye informanten ønsket å fortelle oss.

Siden vi var to masterstudenter hadde vi på forhånd bestemt hvem som skulle være intervjuer og hvem som skulle være "sekretær" gjennom hele intervjuprosessen. Valget av at en skulle være intervjuer i alle intervjuene vi skulle ha, var på grunnlag av at intervjuprosessen skulle bli så lik som mulig og at intervjueren da ville bli god på å intervju, siden dette var en ny situasjon for oss begge. Intervjueren tok ordet og gjennomførte intervjuet, mens "sekretæren" skrev notater og holdt oversikt over at alle temaene ble berørt underveis.

Som en hovedregel brukes det i intervjuer en eller annen form for lydopptaker (Tjora, 2010). Det ble derfor benyttet båndopptaker for siden å kunne transkribere intervjuene nøyaktig og for å få et godt utgangspunkt for analyseprosessen. I følge Rubin & Rubin (2005) vil det å benytte båndopptaker gjøre det enklere å konsentrere seg om intervjusituasjonen, og dermed få mer nøyaktig informasjon å arbeide med. Videre sier de at notater underveis vil gjøre at man får med seg de viktigste hovedpoengene i informantens svar, og at vi da sitter igjen med notater i tilfelle båndopptakeren skulle svikte. Dette var viktig da det var informantenes egne ord vi ønsket å få tak i.

I følge Johannessen et al. (2004) er det viktig å skape en trygg setting for informanten i intervjusituasjonen, derfor var vi bevisste på hvor vi satt i rommet. Intervjueren plasserte seg ved siden av informanten når hun intervjuet, og "sekretæren" plasserte seg i bakgrunnen. Med dette håpet vi at informanten ville føle det som en trygg situasjon, der man ikke skapte en følelse av forhør eller konfrontasjonsituasjon, spesielt siden vi var to personer (Johannessen et al., 2004).

I innledningsfasen startet vi med å fortelle litt om oss selv, utdannelsen vår og hva vi ønsket å få kunnskap om i forhold til vår masteroppgave. Vi fortalte kort om hensikten med intervjuet og forberedte informanten på hvilke områder vi kom til å berøre i løpet av intervjuet. Det ble presisert at intervjuet ikke hadde noen fasitsvar og at vi bare ønsket å få frem deres beskrivelser og tanker knyttet til hvordan de selv opplevde å være på gården. Det ble igjen informert om at dette var et frivillig intervju og at de derfor kunne trekke seg når som helst uten å måtte begrunne dette. Det ble også presisert hvorfor vi benyttet oss av båndopptaker og hensikten med dette. Vi forklarte at den ville bli avslått etter intervjuet slik at vi kunne snakke fritt om intervjusituasjonen og kunne svare på eventuelle spørsmål som informanten måtte ha.

Oppvarmingsspørsmålene handler om enkle og konkrete spørsmål som ikke krever mye refleksjon fra informanten (McCracken, 1988). I refleksjonsspørsmålene gikk vi så mer i dybden og hadde mer spesifikke spørsmål rettet mot å få svar på problemstillingen vår. Vi fokuserte først på hovedspørsmålene, for å se om det vi ønsket svar på kom frem av de mer åpne spørsmålene. I flere tilfeller fikk vi ikke tilstrekkelig informasjon og benyttet i disse situasjonene både delspørsmål og støttespørsmål gjennom intervjuet. Før avslutningsspørsmålene, da intervjuer følte at hun hadde stilt alle spørsmål, spurte intervjueren "sekretæren" om det var noe som var glemt. Eventuelle glemte eller for lite utdypende tema ble da tatt opp og mer inngående spørsmål rundt dette ble stilt til informanten.

Kvale og Brinkmann (2009) og Johannessen et al. (2004) beskriver fortetting og tolkning av meninger under intervjuet, der intervjueren sender sin oppfattelse av svar tilbake til informanten. Ved å benytte denne metoden ga vi informantene mulighet til å avkrefte eller bekrefte fortolkningen.

I avslutningsfasen ga vi en kort oppsummering av hovedpunktene som var kommet frem og hørte om det var noe informanten ønsket å legge til eller kommentere før vi avsluttet intervjuet. Deretter slo vi av båndopptakeren og rettet oss mot hvordan informanten opplevde selve intervjusituasjonen og ga informanten mulighet til å stille oss noen spørsmål.

Etter at intervjuprosessen var avsluttet, skrev vi ned et kort notat om de viktige punktene som kom frem i intervjuet. Vi skrev også notater om gården vi hadde vært på, i forhold til gårdens utseende og størrelse, miljøomgivelse, beliggenhet, stallen, hestene og de andre dyrene.

3.4 Rekruttering og utvalg av informanter

Informantene ble plukket ut med utgangspunkt i et doktorgradsprosjekt som har pågått fra 2008 og som skal avsluttes i 2012. Doktorgradsprosjektet med tittel: "Hestens effekt på ungdoms selvfølelse, mestringstro og sosiale kompetanse", av stipendiat Hilde Hauge, har fokus på å dokumentere hvilke effekter hesten har på "vanlige" ungdommer i forhold til denne tittelen. Forskningsprosjektet ønsker å sette søkelys på hvordan hesten bedre kan hjelpe ungdommene til å takle ulike problemer de vil oppleve gjennom ungdomstiden. Intervensjonen inneholder stell av hest, stallarbeid og ridning, altså et stort fokus på hesten og gjøremål rundt den.

Informantene i dette doktorgradsprosjektet vil ligge på mellom 80 til 100 ungdommer, der antall personer per gård skal være maksimalt tre ungdommer. Intervensjonen varer to timer per uke i fem måneder, slik at intervensjonen følger skolekalenderåret. Samtidig var de samme ungdommene med som kontrollgruppe i fem måneder etter at de hadde gjennomført intervensjonen. Gårdene (ulikt antall gårder per intervensjon), ble plukket ut slik at de er tilnærmet like. Dette vil si at det var tilnærmet likt antall hester, hestemateriell, og at kompetansen og interessen til gårdseierne for å delta i prosjektet var tilnærmet lik. Gården skulle ligge i nærhet av en ungdomsskole og ikke ha en omfattende gårdsdrift eller hestedrift.

Doktorgradsprosjektet bruker kvantitativ metode, med tre standardiserte spørreskjema som ungdommene skal besvare i løpet av det året de deltar. Det brukes også videoregistreringer av halvparten av ungdommene i begynnelsen og slutten av intervensjonen.

På bakgrunn av dette doktorgradsprosjektet har vi fått tilgang til å hente vårt materiale gjennom å kunne benytte deltakere og gårder som allerede er med i intervensjonen. Det er forskjell fra intervensjon til intervensjon, hvor mange gårder og informanter som er med per intervensjon, avhengig av hvor mange som ønsker å delta. Vi hadde vår innsamling av data høsten 2010. Antallet gårder bestod da i utgangspunktet av syv og det var 19 informanter

som ønsket å delta i doktorgradsprosjektet. Da vi begynte vår datainnsamling ble dette redusert til fem gårder og 12 informanter.

I informasjonsskrivet (Vedlegg 2), som vi sendte til alle ungdommene som høsten 2010 var med i doktorgradsprosjektet, skrev vi at vi i utgangspunktet ønsket åtte deltakere og at det ville bli utført en loddtrekning om det ble flere enn åtte ungdommer som ønsket å delta. Da flere enn åtte ungdommer var interessert bestemte vi oss for å ta med alle som ønsket å være med, da vi var to studenter slik at datamateriale med fordel kunne være større.

Rekrutteringsmetoden vi benyttet oss av var først å sende ut forespørsel med informasjonsskriv og samtykkeerklæring (Vedlegg 2), per post til informantene.

Informasjonsskrivet inneholdt informasjon omkring bakgrunnen og hensikten med vår oppgave, hva studien innebar, mulige fordeler og ulemper for informantene. Videre beskrivelse av hva informasjonen om informantene skulle brukes til, at det var frivillig deltakelse, retten informantene hadde til innsyn og sletting av opplysninger om dem. Vi informerte også om at deltakerne ville få tilsendt den ferdige oppgaven og derved få innsyn i utfallet av studien. Da informantene var mindreårige var det også krav om samtykke fra foresatte for å gjennomføre og anvende intervjuene.

Vi sendte ut to ulike informasjonsskriv, der det ene var en fargerik og kortere versjon for å fange ungdommenes oppmerksomhet, der vi presenterte oss selv, hensikten ved intervjuet og hvordan ungdommene kunne melde interesse for å kunne delta. Den andre var en lengre versjon, der mere utfyllende informasjon ble gitt angående vårt masterprosjekt. Siden våre mulige informanter var ungdom under 18 år, så vi det som viktig å imøtekomme både ungdommenes og foreldrenes behov for informasjon. Etter at dette var sendt ut ringte vi både foreldre og de gårdene vårt utvalg gjaldt, for å informere og forberede dem på hva som var sendt og ga dem generell informasjon om oss og vårt prosjekt. Vi ringte også gårdseierne også etter at vi hadde avtalt tidspunkt med informantene, for å forsikre oss om at det var i orden.

Siden vi ønsket å ta med alle som ville være med, foretok vi en ringerunde til alle ungdommene i tillegg til den skriftlige informasjon de hadde mottatt, ettersom vi til fristen av tilbakesending av samtykkene kun hadde fått inn syv samtykker. De som ble kontaktet per telefon var ungdommene som ikke hadde sendt inn samtykke. Resultatet av dette ble en

total rekruttering av 10 informanter. Av de to resterende var det en som ikke ønsket å delta og en som ikke var tilgjengelig på telefon.

Personen som var utilgjengelig per telefon, ønsket derimot å bli intervjuet da vi kom på gården, noe som ble utført. Vedkommende trakk seg før transkriberingen, og all informasjon fra informanten ble derfor slettet. Utvalget vi sto igjen med var dermed 10 informanter, både jenter og gutter i alderen 13-16 år, som var fordelt på de fem gårdene.

3.4.1 Gårdene

Gårdene var som sagt plukket ut med utgangspunkt i at avstanden mellom ungdommenes skole og gården ikke skulle være for stor. Det at det fantes kollektivtransport, eller andre måter å komme seg til gården på var også tilrettelagt. I alt var de 12 ungdommene fordelt på fem ulike gårder, som alle lå langt fra store byer.

Et fellestrekk ved gårdene var at de hadde en landlig beliggenhet, enkelte av informantene beskriver det som øde. Alle gårdene var preget av at det var skog, jorder og andre gårder og hus i nærheten. Det var variasjon i gårdenes beliggenhet i forhold til avstand fra by. En av informantene oppfattet omgivelsene som noe trafikkerte, i den forstand at det kunne kjøre biler forbi gården som kunne oppleves som støy.

Ingen av gårdene kan beskrives som veldig store, heller som små til middels store. Alle gårdene bestod av flere bygninger, som blant annet hovedhus, stall og låve. Alle gårdene hadde varmerom, samt et rom der de hadde plass til hesteutstyr. Bygningene på gårdene bestod av både eldre og nyere bygg. På gårdene var det tilbud til flere enn kun ungdommene i intervusjonen, derfor var det mange mennesker som var på gården i ulike tidsrom.

Stallene på gårdene var i forskjellige størrelser. Noen hadde store staller med bokser til mange hester, mens andre kun hadde få bokser og baserte dyreholdet på utegang på helårsbasis. Bruk av utstyr til hest var ulikt mellom de forskjellige gårdene. Noen gårder benyttet og hadde lite utstyr, og fokuserte heller på samhandling med hestene der rideferdigheter som krever bruk av eksempelvis sal og hodelag ikke var tilstede, mens andre gårder hadde større fokus på utstyr. Alle gårdene hadde utendørs ridebane, kun en gård hadde i tillegg et ridehus.

Alle gårdene hadde andre dyr i tillegg til hester på gården. Informantene nevnte i denne sammenheng hunder, katter, sauer, geiter, høner, kaniner og andre gnagere. Noen gårder hadde mange hester, rundt 22 hester, mens det minste antallet som ble nevnt av informantene var 12 hester. Hestene var i ulike størrelser og raser.

3.5 Etikk

Noe som er spesielt for den kvalitative metoden som er brukt er at vi kan komme veldig nær informantene vi intervjuer (Tjora, 2010). Det er derfor viktig at vi i vår undersøkelse har hatt fokus på de etiske problemstillingene som oppstår i kontakt med informantene, spesielt i forbindelse med datainnsamlingen (Johannessen et al., 2004). I forhold til vår oppgave der vi benyttet oss av samme informanter som i doktorgradsprosjektet, var en søknad om endringsmelding til Regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk (REK) (2010) påkrevd for at vi skulle få samlet inn nye data. Kun prosjektleder, som i vårt tilfelle var Professor dr. philos. Bjarne Braastad (UMB) kunne søke om endringsmelding.

Doktorgradsprosjektet var allerede godkjent av Regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk, Sør-Øst.

I søknaden (vedlegg 3) beskrev vi problemstillingen, formål med masterprosjektet, metode, materiale, samt informasjon om hvordan masteroppgaven er tilknyttet doktorgradsprosjektet. Informasjonsskriv og samtykkeerklæring (vedlegg 2) og intervjuguiden (vedlegg 1) ble sendt med søknaden til REK. Videre informerte vi om hvilke samarbeidspartnere, veiledere og institutt vi var tilknyttet. Søknaden ble godkjent 12/8-2010 (vedlegg 4).

De etiske aspektene er godt sikret gjennom de forskningsetiske prinsippene i Helsinkideklarasjonen (2008). Det vil si at alle våre innsamlede data har blitt behandlet konfidensielt og alle informanter anonymisert slik at det ikke vil være mulig å gjenkjenne informantene i oppgaven. Dette er blitt gjort ved at alle opplysninger ble behandlet uten fødselsnummer eller navn. Data som ble innsamlet i hvert intervju ble knyttet til en kode gjennom en navneliste som blir slettet etter at prosjektet er avsluttet. Derfor vil det ikke være mulig å spore tilbake hvem deltakerne var eller hvilken gård den enkelte har vært på. Prosjektet har ikke hentet inn sensitive opplysninger.

3.6 Transkribering og analysering

Å klargjøre materialet for analysering innebærer vanligvis at man transkriberer fra muntlig tale til skriftlig tekst (Johannessen et al., 2004). Under datainnsamlingen ble hvert intervju spilt inn som lydfile og ved transkriberingen ble lydfilene av intervjuene skrevet ned ordrett. Ferdig transkribering av intervjuene ga et produkt på cirka 90 sider. Etter at transkribering av alle intervjuene var gjennomført, utførte vi meningstolkning, meningsfortetting og meningskategorisering. I følge Kvale og Brinkmann (2009) handler dette om at vi utførte tolkning av tekstmaterialet, forkortet intervjupersonenes uttalelser og reduserte lange uttalelser i form av koder.

I følge Kvale & Brinkmann (2009) og Johannessen et al. (2004) er en del av bearbeidingen av materialet å eliminere de områder som var mindre relevant for besvarelsen av problemstillingen. Videre sier de at det er i analysen av intervjuene informantenes meninger utvikles. Dette ved at intervjupersonens egen forståelse av miljøfaktorene settes i fokus slik at nye perspektiver kan presenteres.

Det første steget i denne prosessen var å lese gjennom alle de transkriberte intervjuene for å få et helhetsinntrykk. Deretter ble hvert intervju lest med fokus på meningsinnholdet. Ulikt meningsinnhold ble inndelt i kategorier ut i fra de aktuelle temaene fra intervjuguiden, som var gården, hestene, de andre gårdsdyrene, naturomgivelsene og sansene. Disse kategoriene ble farget i ulike farger med markeringsspenn. De nye funnene ble delt inn i redsel, omsorg, det sosiale, kunnskap og omsorg og ble markert med andre farger. Vi laget en liste over hva de ulike fargene presenterte. Ved de nye funnene markerte vi med + eller - i margin ut i fra om de nye funnene var tilstedeværende hos hver enkelt informant. Deretter kodet vi relevante tema med stikkord i margin, samt at vi haket ut interessante sitater som kunne anvendes. Vi talte opp resultater i forhold til å se sammenhenger eller motstridende uttalelser og noterte hele veien for å ha et system over hvor mange og hvilke informanter som mente hva. Vi delte de ti informantene inn med ti bokstaver for å holde oversikt hvem som hadde sagt hva og for at informantene ikke skulle være gjenkjennelige i det ferdige resultatet. I analysen har vi valgt å gjengi sitater på bokmål for å øke graden av anonymitet.

4.0 Analyse og resultater

I analysen presenteres resultatene av hvilke miljøfaktorer informantene så på som mer eller mindre betydningsfulle på gården. Informantenes setningsoppbygging og uttrykk bærer preg av at de er i ungdomsårene. Enkelte av informantene hadde svært lite erfaring med hester og gård fra før, og var av den grunn ikke så godt kjent med de ulike begrepene som benyttes innenfor disse områdene. At noen av informantene kun hadde vært på gården tre ganger, kan også ha hatt betydning for svarene vi fikk, da disse ikke hadde mange opplevelser i forhold til miljøfaktorene. Intervjuene av informantene ga flere resultater og funn, der både likheter og ulikheter kom frem i analyseringen.

Vi oppdaget under intervjuprosessen at informanter la vekt på miljøfaktorer som ikke var med i intervjuguiden, men som ble nevnt i naturlige sammenhenger, som blant annet ved spørsmålet; "Hva er av størst betydning for deg på gården?". Dette medførte at vi tilpasset intervjuguiden noe med hensyn til faktorene som ble nevnt og tok med denne erfaringen til de neste informantene. Faktorer som vi ikke hadde tatt med i vår intervjuguide, men som kom frem underveis var blant annet det sosiale, som viste seg og ha stor betydning for opplevelsen av å være på gården. Videre var informantene i stor grad opptatt av å tilegne seg kunnskap. Selv oppgaver de ikke syntes var så spennende følte de var nyttige å lære. Redsel var en faktor som viste seg å medvirke til hvordan informanter opplevde blant annet samhandling med hestene, og det medførte behov for kontroll og fokus på trygghet og sikkerhet i ulike situasjoner. Omsorg for både mennesker og dyrene på gården var også viktig for flere av informantene. Dette var faktorer vi ikke hadde forutsett betydningen av og var derfor heller ikke med i den originale intervjuguiden.

Det ble foretatt en eliminering av områder som viste seg å være lite relevant i forhold til hvilke refleksjoner informantene gjorde seg i forbindelse med opplevelsen av å være på gården. Beskrivelsen av en vanlig dag på gården var det ene området som ble eliminert. Dette på grunnlag av at de fleste informantene kun ramset opp hvilke aktiviteter de gjorde på gården, men kom ikke nærmere inn på betydningen av disse. Det andre området som viste seg å ha liten betydning var ulike årstider, da det ikke hadde noen stor betydning og opptok de i liten grad om det var sommer, vår, vinter eller høst rent estetisk. De fokuserte mer på om det var varmt eller kaldt.

Vi ønsket å finne ut hva informantene anså som miljøfaktorer på gården og betydningen av disse opp mot hestenes rolle. Videre så vi det som interessant å undersøke hva informantene registrerte i forhold til sanseintrykk på gården og tankene de gjorde seg rundt disse. Opplevelser i forhold til at gården lå i naturomgivelser var også et tema vi valgte å inkludere, med tanke på at aktiviteter med hest på gård ofte kan være knyttet til natur.

4.1 Gården

For å få tak i hvilke miljøfaktorer som var av betydning ønsket vi at informantene skulle forestille seg hvordan det ville være å komme til en gård hvor det ikke var hester. Det å skulle komme til gården dersom hestene hypotetisk sett ikke var til stede, var noe syv av informantene kunne tenke seg å gjøre. Informant H ønsket kun å fortsette å være på en gård uten hester om det var betalt.

Det er tydelig at informantene hadde ulike forventninger til hvordan det skulle bli å delta i intervensjonen. Tre av informantene nevnte at de forventet å få ri. Det var også tre informanter som mente at intervensjonen så langt hadde vært bedre enn forventet på grunn av at de lærte mer om hest og gård enn man ville gjort på en rideskole.

I forhold til forventninger så vi at det sosiale også var viktig. Informant A håpet at ferdighetsnivået i forhold til hestekunnskaper var likt, slik at det ikke var noen av deltakerne som var mye bedre enn de andre. Ved spørsmål om det å være på gården så langt hadde svart til forventningene, bekreftet vedkommende at dette var tilfelle grunnet den positive opplevelsen av det sosiale, til tross for at det viste seg at informantene var på ulikt nivå. Fokuset i forhold til samholdet var ikke lenger det at alle skulle ha like ferdigheter, men at alle følte seg trygge i samhandling med hestene.

Informant A forventet også at det skulle bli gøy å være med i intervensjonen og at de skulle få drive med hestene hver gang, samt at rideopplæringen skulle foregå gradvis slik at utfordringene ikke ville bli for store til å begynne med. Informant F forventet å lære masse og bli tatt godt vare på. Informant H forventet å få ri veldig mye og at intervensjonen skulle finne sted i skoletiden så de kunne få fri for å være med. Informanten forventet også å bli kjent med hestene. Forventningene til denne informanten ble møtt, og ved hjelp av variasjon mellom de ulike hestene hadde informanten lært flere hester å kjenne og blitt mer oppmerksom på hestenes atferd.

4.2 Sanseinntrykk

4.2.1 Lukt

Området der informantene ble spurt om betydningen av sanseinntrykk gjennom lukt og hørsel, viste at informantene i størst grad ble påvirket av luktene på gården. Ved spørsmål om informantene forbandt luktene på gården med noe positivt eller negativt, resonnererte informant I seg frem til følgende assosiasjoner;

“Jeg vil si at det bikker mot positivt, selv om den kan være nøytralt får det meg til å tenke på hest, og da tenker jeg på kosing og da tenker jeg plutselig positivt.”

Totalt uttrykte halvparten av informantene at de hadde en positiv oppfattelse av luktene på gården. Dette ble basert på at luktene opplevdes som kjente, at høy luktet sommer og friskt og at hestene bare luktet godt og koselig. De øvrige meningene om disse sanseinntrykkene var at luktene ble forbundet med fjøs og møkk fra dyrene, men det var en felles forståelse av at man ikke kan forlange noe annet når man er på en gård, og at det er greit når man venner seg til det.

4.2.2 Lyder

Enkelte av informantene hadde ikke lagt merke til noen lyder i det hele tatt, mens andre hadde gjort seg noen observasjoner på dette området. Informant H sa at det var beroligende med lydene på gården, i motsetning til lydene på et byggefelt som gjorde at man fort blir sliten i hodet. Informant C oppfattet lydene fra dyrene i hovedsak som koselige, men at det kunne bli litt irriterende i lengden. Informant I opplevde at det var vanskelig å konsentrere seg om det ble for stille og at lydene var nødvendige for å holde fokus og ha kontroll på det man drev med. Naturlige lyder ble av informant E assosiert med noe positivt, herunder lyden fra skogsfugler.

4.2.3 Det estetiske

Informantene ble bedt om å beskrive hvordan gården så ut, men bemerkelsene de hadde gjort seg ved den var i liten grad rettet mot det estetiske ved gården. Informantene C og I assosierte beskrivelsen av gården med hvordan den var tilrettelagt i forhold til dyrenes velferd. Det viste seg også å være av betydning at det var orden på sakene, slik at det var enkelt å finne ting igjen. Organisering og rutiner i forhold til om gården var praktisk arrangert for at dyrene skulle ha det best mulig, var i fokus hos enkelte informanter. Begrepet rotete ble rettet mot mangel på rutiner, noe som kunne medføre at hesten ikke fikk dekket sine

behov. Organisering på gården ble omtalt av flere informanter som et forbedringsområde. I denne sammenheng siktet informant I til hvordan hestene ble fordelt på beitet og hvordan dette kunne utføres bedre for å unngå at hestene skadet hverandre.

At gården hverken var veldig rotete eller veldig ryddig ble av informant H tillagt en positiv mening, da det medførte at vedkommende fikk lyst til å gjøre noe på gården. Informant F uttrykte at man må se realistisk på hvordan det ser ut på gården;

“Altså, det er en stall så det er kanskje begrensa hvor reint man kan ha det. Men det er liksom litt sånn vi ser at den er brukt før, men det har jeg ingen problemer med.”

Andre informanter brukte beskrivelser som, ålreit, ser grei ut, ikke for stor, ikke for liten, gjennomsnittlig og midt på treet.

Kritikk som forekom i forhold til beskrivelse av gården bunnet ut i omsorg for hestene. Flere av informantene mente at det kunne vært flere bokser slik at alle hestene kunne stå inne når det var kaldt eller at stallen kunne hatt en større stallgang. Ved spørsmål om det var viktig for informanten at det så fint ut på gården svarte informant I;

“Litt skog må den jo ha og utstyr, men sånn utseende bryr jeg meg seriøst ikke om.”

Sanseinntrykk, i form av å føle, kom innunder informantenes opplevelser med hestene. Dette ved at det kun var i samhandling med hestene at det å føle gjennom å være i fysisk kontakt med noen/noe kom frem.

4.3 Gjøre mål

Gjøre mål og aktiviteter på gården var i stor grad preget av informantenes syn på kunnskap. Informantene A og J beskrev at å møkke bokser var en oppgave som var mindre morsom. Informant A fokuserte på at det var praktisk kunnskap man kunne få bruk for på et senere tidspunkt i livet;

“Skal du ha hest må du jo kunne det og, og jeg har veldig lyst på hest når jeg blir stor. Drømmer om gård og sånn og så det er jo liksom.. det bare følger med.”

Flere av informantene uttalte at det ikke var noe de mislikte å gjøre på gården og at alt man kunne gjøre med hest var gøy. Informant C nevnte at det å måtte gå langt var mindre artig enn andre gjøre mål. Av det informantene likte best å gjøre var ridning, kose med hestene, gå

i skogen med ponniene og være sammen med dyra favorisert. Gårdseieren var sentral i forhold til å vise informantene tillit med hensyn til oppgavene og aktivitetene som ble utført. Ansvar var et element flere satte pris på, da dette ga en mulighet til å bygge opp erfaring slik at de kunne mestre oppgaver selv etterhvert. Informant F oppgav dette;

“Eeh vi må jo børste hestene og sale på dem selv, også ser gårdseieren over og hjelper oss...”

Informant E nevnte at det var vanskelig at gårdseieren ble sint da gjøremål ikke ble utført slik det var ønskelig. Vedkommende vurderte å slutte i intervensjonen grunnet dette kort tid etter oppstart. Å tilegne seg kunnskap ble derfor viktig for å imøtekomme gårdseierens krav og ga en tilfredsstillende opplevelse i form av å få ros og ikke kritikk.

Selv om å møkke var et gjøremål som ble ansett som mindre morsom ble det også ansett som viktig, da det blant annet ga verdifull kunnskap om dyrehold. Informant I anså dette som en form for byttehandel der man var snill mot hestene for at de skulle være snille mot deg. På denne måten var gjøremålet en indirekte måte å stelle med hestene og at handlingen også ga en følelse av å få bedre kontakt med de. Informant E hadde lite fokus på selve gjøremålene og mente at det å gjøre dem sammen med vennene sine var det som hadde betydning. Informanten opplevde også at gjøremålene medførte at man ble sliten etter å ha vært på gården. Flere ønsket at det skulle være fint og rent der hesten skulle være for at den skulle ha det bra og anså derfor møkking som en viktig del av sitt ansvar på gården. Informant E uttrykte dette som en positiv oppgave som medførte mental rekreasjon fordi det var en fin måte å la tankene fly på.

Informant J sa at det de lærte av å utføre ulike gjøremål var det aller viktigste på gården. Informantene H og J uttrykte fordelene med å være flere ved at man lærte mye av hverandre og at dette medførte fremgang. Informant J fortalte om gleden ved å lære så mye på kort tid. Informant I satt pris på at andre informanter i stallen var behjelpelig med de oppgavene som kunne oppleves som skremmende. Informant H sa at det å gjøre rent i stallen og å fore hestene var nødvendig for at hesten skulle være fornøyd og dermed enklere å håndtere;

“... hvis hesten ikke har det bra, så kan den bli lei og da orker den ikke gjøre noe som helst og da setter seg totalt på bakbeina og da blir alt gæærnt liksom.”

Som en del av prosessen for å finne miljøfaktorene, var det relevant å få tak i hva informantene opplevde å få ut av de ulike gjøremålene. Det som går igjen er kunnskap om hestene og de andre dyra, som eksempelvis å fore eller å ta hestene ut og inn av stallen. Lære å ri og stelle med hest, som for eksempel å sale på hesten, ga informantene nyttig erfaring. Noen informanter nevnte glede, mens andre opplevde en lettelse ved man slapp å tenke så mye. Informant I opplevde at det å slippe å tenke var en følge av at man måtte være fokusert på det som skjedde i øyeblikket, altså konsentrere seg om en ting og ikke hverdagslige stressfaktorer. Informantene C og H av ga uttrykk for en følelse av mestring ved å håndtere hestene bedre etter hvert, samt å overvinne en frykt som tidligere var årsak til begrensninger i samhandling med hester. Situasjoner som tidligere fremkalte en følelse av redsel var nå overkommelig grunnet økt opplevelse av trygghet ved hestenes nærvær, tillit til hestene, mestring av gjøremålene og å bli mer selvstendig.

Informant I opplevde at gjøremål som å stelle hestene og å være i boksen sammen med dem, ga en trygghetsfølelse som førte til at informanten ble bedre kjent med hestene og dermed mindre redd for å ri. Ved å mestre gjøremål selv, opplevde informantene å bli tryggere på seg selv og på hestene. Å lære å utføre ulike gjøremål tilførte også informantene kunnskap som ble ansett som verdifulle i sosial sammenheng og informant I følte at dette gjorde det mulig å bidra mer i samtaler som omhandlet hest.

4.4 Det sosiale miljøet

Noen informanter uttrykte at det totale miljøet på gården var så annerledes fordi man fikk venner med samme interesse, til tross for at andre interesser ikke var like. Felles opplevelser så ut til å være medvirkende til at de knyttet bånd med de andre som var på gården.

Informant E meddelte at det sosiale var årsaken til deltakelsen i intervensjonen, da vedkommende anså seg selv som lite sosial og at tilbudet kunne bidra til å bedre vedkommende sin sosiale situasjon. Informant H sier;

“Det blir jo det at du får en nærhet og du knytter et bånd til de som er her. Felles interesser.”

Informant H sier videre;

“Det blir jo at du får et annet miljø i stallen, enn det du gjør ellers. Fordi du har hester du får nærhet med og du har, du får venner som har samme interesser, kanskje de ikke har andre interesser som ikke er like men. Også kan du lærer mye av dem, så kan de lære mye av deg også, og så kommer dere bare fremover.”

Kun informant F var lite påvirket av de andre informantene på gården og beskrev deres nærvær som mindre viktig, så lenge de ikke var slemme mot hverandre. Gårdseieren var av betydning for det sosiale for flere informanter.

4.5 Gårdsdyr

At det var andre dyr på gården enn hest var av betydning for de fleste informantene. Kun informant G mente at de andre dyrene ikke hadde noen betydning for opplevelsen.

Informant J hadde ikke registrert at det var andre dyr på gården. Nærværet av flere dyr viste seg gjennom de øvrige informantene å være en faktor som ga en følelse av å være på en ordentlig gård. Gårdsdyr av betydning for informantene var katt, kanin, høner, hund, gris og sau.

Syv av informantene svarte at de ville ha kommet til gården selv om det ikke var noen hester der. For enkelte var betingelsen for dette at det skulle være andre dyr av interesse på gården. Bekymringer rundt fraværet av hestene var i hovedsak at det ikke skulle bli nok å gjøre. Kun tre av informantene mente at det ville være helt uaktuelt å komme til gården dersom det ikke var noen hester der. Dyr som ikke ville vært attraktive nok til at enkelte av informantene ville brukt tid på gården var kanin, chinchilla og marsvin.

Dyr som var ønsket for å erstatte hestenes fravær var ulv, rev, katt, hund og hundevalper. Informant C begrunnet ønsket om å komme til gården, uavhengig av om det var hester der, med at gården var veldig koselig uansett. Informant E fortalte at kaninene beit og hundene hoppet og at informanten derfor ikke ønsket å ta kontakt med dem. Til tross for dette svarte vedkommende at disse dyrene var av betydning. Dette på grunn av at det var mer spennende med flere dyr enn kun hester på gården. På en gård der det var to informanter, svarer informant J at det ikke var andre dyr enn hest på gården, mens den andre informant I sa at kaninene og hundene var av betydning for opplevelsen av å være på gården. At det å

være på en gård førte til at man fikk ansvar og krevde at man måtte vise omsorg ble sagt av informant C med følgende ord;

“...man kan ikke bare ta hensyn til seg selv da, man må ta hensyn til dyr eller mennesker rundt seg og hvordan de har det da. For man merker det spesielt med dyr da, for de kan ikke snakke og fortelle det, man må liksom finne det ut selv.”

Informant J mente at det å lære var grunnen til at de var på gården. Informanten ønsket mest å lære det som hadde med hestene å gjøre, som hvordan man stelte de og møkket, men først og fremst å lære å ri. Vedkommende var den av informantene som hadde størst fokus på å bli flink og på å få lærerike utfordringer. Informant A forklarte ønsket om å tilegne seg kunnskap i forhold til fremtidige planer om å eie en gård og dyr. Informant C følte at det å sørge for at dyra på gården hadde det bra var et viktig ansvarsområde mens de var på gården og at vedkommende hatet å se dyr som ikke hadde det bra. Kun informant E visste sikker hvor mange hester det var på gården. Informant I og informant F kunne ikke anslå mer nøyaktig enn at det på gården var mellom 10 og 20 hester.

4.6 Hesten

Hestene viste seg å være en faktor som deltakerne kom tilbake til under alle kategoriene i intervjuguiden, også der hvor spørsmålene ikke omfattet hestene. Det var tydelig at dette var en sentral faktor, uavhengig av følelser i forhold til den. For noen var hestene det viktigste på gården fordi den var et spesielt dyr som de opplevde å få en spesiell kontakt med. Syv av informantene kom inn på dette med å ha en form for kontakt med hestene, enten det var på et fysisk eller emosjonelt nivå. Informant H uttrykker dette;

“Det er veldig koselig når liksom, en hest jeg har hatt en del ganger og når jeg stelte og sånn så sovna han. Det virka som at han sa at han hadde det veldig bra, så ut som han hadde det veldig bra, sa gårdseieren. Koselig.”

Informant H mente hestene hadde det bra på grunn av at de fikk alt de trengte og nok oppmerksomhet på gården. På spørsmål om informantene hadde foretrukket å ha en fast hest da de var på gården, svarte de fleste ja og begrunnet dette med at de ville blitt mer kjent med den og derfor følt seg tryggere på hesten. Det motsatte synet på dette var også presentert av informant B som ikke hadde noen favoritt og heller ønsket å få kontakt med

mange hester. Informant C uttrykte dette ved beskrivelsen av kontakten vedkommende hadde med en spesiell hest;

“...så vi passer egentlig, vi passer godt sammen, god kjemi tror jeg.”

Utrygghet og redsel i samhandling med hestene ble beskrevet som vesentlige faktorer, som i stor grad påvirket informantenes opplevelse av å være på gården. Åtte av informantene viste til situasjoner der de hadde opplevd en form for redsel i samhandling med hestene. Kontroll, trygghet og sikkerhet ble nevnt av tre av informantene. Opplevelser som ble forbundet med kontroll ble i størst grad knyttet til riding. Noen var engstelige for at hestene kunne finne på noe uforutsigbart som å løpe eller hoppe. Andre hadde erfaring med å ha falt av hesten eller å ha blitt tråkket på og som skapte redsel for at noe liknende skulle gjenta seg.

Informant E var svært opptatt av det gårdseieren hadde sagt om sikkerhet i forhold til å forhindre at noen ble skadet. Rutiner som å ha på hjelm mens de salet opp hestene og alltid gå foran dem inn eller ut av stallen, for ikke å bli klemt mellom hesten og noe annet, ble nevnt som viktig i denne sammenhengen. Informant F fortalte at frykten for hestene var med på å motivere vedkommende til å bli med på intervensjonen, da målet var å bli mindre redd for hester og å lære å ri. Informantenes opplevelse av utrygghet ble beskrevet i forhold til riding og stell av hestene og under informantenes fortellinger om en spesiell opplevelse de hadde hatt på gården.

Det at de fleste ikke hadde tilegnet seg et vokabular som dekket ulike kroppsdelene på hestene, hesteraser, gangarter eller utstyr, tilsa ikke at deltakerne manglet interesse for kunnskap. Å ha kunnskap om hestene, riding og om hvordan det å håndtere ulike situasjoner, syntes å være svært viktig for flere av informantene. Spesielt for de som ga uttrykk for å være utrygge eller redde i samhandling med hestene. Informant C meddelte skepsis i forhold til alle dyr noe vedkommende ønsket å forandre;

“Jeg håper jo at jeg eeh, jeg håper og tror at jeg kommer til å lære å mestre hester og andre dyr bedre....”

Redsel for hestene handlet om at de var store og noen så for seg situasjoner med hestene som kunne oppleves som skremmende. Å bli bitt, sparket, tråkket på, klemt eller å oppleve

brå og uforutsette bevegelser fra hesten, var eksempler som ble nevnt i denne sammenhengen.

4.6.1 Riding

Noen mente at det å få ri var det absolutt viktigste de gjorde på gården. Informant G mente ridning tilførte nye opplevelser nesten hver gang. Informant J la vekt på at ridning var god trening for hele kroppen. Informant A hadde en formening om at det var litt kjedelig å bruke tid på noe annet i stallen enn å ri. Noen beskrev at de likte at ridningen var spennende og syntes derfor at rolige hester fort kunne blitt litt kjedelige. Flere uttrykte redsel i forhold til det å ri ut i fra ulike situasjoner som muligens kunne oppstå. Dette kunne være å krasje i trær, å skli med hesten, falle av eller at hesten skulle hoppe eller skvette. Flere av informantene syntes at det å ri barbak (uten sal) var skummelt. Informant H og I mente at egen oppførsel ble speilet i hestens reaksjoner. Informant H uttrykte;

“Du lærer litt mer når du føler ting, så påvirker det hesten også. Hvis du blir redd blir hesten litt redd også. Så det går litt sånn to sider.”

4.6.2 Stell

Flere informanter beskrev at de opplevde at de fikk best kontakt med hestene ved å kose og stelle med dem, og mente at dette var det viktigste å oppnå i intervensjonen. Informant E opplevde det som like fint å leie hestene på tur i skogen som å ri, mens informant F fortalte at det å stelle hestene førte til bedre kontakt og nærhet med dem, enn ved ridning. Flere av informantene sa at det hadde vært aktuelt å komme på gården selv om de ikke fikk ri, fordi det å være i nærheten av hestene var tilstrekkelig for å ha en positiv opplevelse. Flere likte best å stelle hesten, da dette var mindre skummelt enn å ri. Det var likevel potensielle situasjoner ved stell som var skremmende for noen av informantene. Å skrape høvene på bakbeinene til hestene var et av områdene som flere av informantene så på som skummelt. Redselen var knyttet til frykt for å bli sparket eller å bli tråkket på. For de fleste informantene var det viktig å ha kontakt med hestene hver gang de var på gården. Enkelte av informantene fortalte at kontakt med hestene medførte en følelse av nærhet.

Informant E opplevde at å få være med på stell av sår på hestene, var like positivt og spennende som å ri. Informantene F og I forklarte at redselen oppstod i samhandling med hestene om de ikke stod i ro. Informant I forklarte at det kunne oppleves som skremmende om hestene beveget på hodet når vedkommende kom inn i boksen, og begrunnet dette med

at det tok tid å bli trygg på dem. Ved spørsmålet om informantene kunne tenke seg å komme på gården uten å få ri, svarte halvparten av informantene at det var noe de kunne tenke seg. Informant F mente at det var viktigere å få stelle hestene enn å få ri, og ga uttrykk for at det hadde vært positivt og ikke ri hver gang de kom på gården. Vedkommende mente at dersom de ikke skulle ri, kunne de ha brukt den tiden til bare å kose og stelle med hestene. Vedkommende tilføyde at dersom de ikke hadde fått hatt denne fysiske kontakten med hestene, ville det ha vært uaktuelt å komme til gården.

4.6.3 Omsorg for hesten

I flere av kategoriene var hestenes velvære av stor interesse. Alt fra at hestene burde prioriteres før andre oppgaver, til bekymring for om hestene ble kalde når de stod ute. Informant I var redd for at man kunne skade hestene ved å gjøre noe feil. Å forebygge skader og å unngå at hestene kunne skade hverandre på beitet var av bekymring for informant I. Flere informanter mente at det var svært viktig at boksene var rene slik at hesten hadde det bra.

Hestenes velvære var imidlertid kun et tema vi tok opp en gang under intervjuet, der vi spurte informantene hvordan de trodde hestene hadde det på gården. Under de andre kategoriene var dette et område som opptok informantene uten at dette inngikk i ordlyden i spørsmålet som ble stilt. Eksempler på dette var informant I som like gjerne kunne jobbet i stallen for hestene, som å ha direkte kontakt med dem. Dette fordi det ga informanten en tilfredsstillelse å vite at hestene fikk det bra når de kom inn.

4.7 Omgivelser

Samtlige informanter uttrykte at natur spilte en positiv rolle i forhold til stallens og gårdens omgivelser. Informant A beskrev at det positive med gårdens omgivelser var at det ikke var i et byggefelt der man kanskje ville hatt mange tilskuere. Videre mente vedkommende at gårdens beliggenhet ga gode muligheter til å ri på tur.

Informant E opplevde det som mer naturlig å ri i naturen. På grunne av støy ville ikke vedkommende gått til en stall som ikke lå i skogen. Informanten mente det hadde vært rart om gården ikke lå i naturen og at det ikke ville vært det samme om gårdens beliggenhet var i et byggefelt. Tre av informantene opplevde det som skumlere å ri i skogen enn på banen, da aktiviteten ble oppfattet som mer kontrollert på en inngjerdet bane. Det at gårdseieren

kunne følge med om det skulle skje noe, når de red på banen, ga en trygghetsfølelse for flere av informantene. Informant H opplevde i motsetning til disse at det å ri i naturen ga en frihetsfølelse. Flere informanter oppfattet at naturen hadde en beroligende effekt. Av informantene som mente at det var best å ri i naturen, ble fordelene forklart med at det var store valgmuligheter og utfordrende terreng. Informant C uttrykker det positive med å være i naturen på følgende måte;

“...å være i naturen med hesten og sånn....det er liksom en veldig beroligende effekt da på en måte.”

Naturen var også å foretrekke for informantene som la vekt på at det var finere å ri i skogen, og at banen ble kjedelig i lengden. Informantene G og I sa at gården gjerne kunne ha vært plassert i et byggefelt så lenge det fortsatt var hyggelig og at de fortsatt fikk ri i skogen. Av informantene bodde fire i landlige omgivelser selv.

4.8 Størst betydning

Informantene fikk mulighet til å si hva de likte best og hva som hadde størst betydning. Det ble derfor spurt om hva som betydde mest for hele opplevelsen av å være på gården. Dette spørsmålet ble stilt for få tak i hvilke miljøfaktorer som var viktigst totalt sett. Under presenteres resultatene av informantenes uttalelser om hva som var av størst betydning. Dette er ikke skrevet direkte sitater, men meningsfortettinger. Dette for å få tak i kjernen av innholdet i informantenes uttalelser.

- Informant A: Hestene, gårdseieren og de andre ungdommene.
- Informant B: Kontakt med hestene.
- Informant C: Det sosiale og det å være med dyrene generelt.
- Informant D: Opplevelsene, naturen og det å være sammen med dyrene.
- Informant E: Det sosiale i form av å ha felles opplevelse med de fra skolen og hestene.
- Informant F: Dyrene og det man lærer i samhandling med hestene.
- Informant G: Det å ri og ha det artig med medelever på gården.
- Informant H: Båndet mellom meg og hestene.

- Informant I: Den følelsen jeg får ut av alt og av det jeg nettopp har gjort. Av å ha møkka en boks, å le av noe morsomt hestene har gjort eller noe gårdseieren har sagt.

- Informant J: Riding og det å lære hvordan man kan bruke hestene.

Av disse uttalelsene kan vi se at det sosiale var en faktor som fire av informantene vektla som en del av det viktigste for den totale opplevelsen av å være på gården. To nevnte gårdseieren, mens åtte informanter nevnte hestene som en del av det viktigste, der kun to spesifiserte at dette omfattet riding. Det var kun en informant som mente at kunnskap var det viktigste, mens tre informanter mente at det å bruke tid sammen med dyrene generelt var det mest betydningsfulle ved å være på gården.

Å skulle tilbringe tid på en gård i fremtiden var noe syv av informantene kunne tenke seg etter at intervusjonen var avsluttet. Ved spørsmål angående ønske om å drive med hester, meddelte ni av informantene et ønske om å fortsette med dette.

4.9 En spesiell opplevelse

Informantene ble under intervjuet spurt om de kunne fortelle om en spesiell opplevelse de hadde hatt på gården. Seks av informantene knyttet den spesielle opplevelsen til noe de hadde oppfattet som skummelt. Halvparten av disse assosierte allikevel opplevelsen med noe positivt. Informant B beskrev opplevelsen som lærerik, for selv om vedkommende opplevde at å miste kontrollen var skummelt, ble opplevelsen beskrevet som positiv ved at vedkommende fikk hjelp til å håndtere situasjonen, og at det gikk bra å gjenvinne kontrollen. Informant B beskriver situasjonen slik;

“...en av de gangene vi red ute i skogen, også liksom at du mistet liksom kontrollen. Også red en av de andre bak meg, og så sa hun hvordan jeg skulle gjøre det. Også liksom, det var liksom at jeg hørte på hvordan hun sa at jeg skulle gjøre det da, og da funka det fordi hun red foran meg og liksom at hesten min skulle følge etter hennes...”

Informant E fortalte om en situasjon der salen gled rundt slik at vedkommende falt av hesten. Til tross for at det var en skummel opplevelse der informanten fortalte om en risiko for å bli tråkket på, var ikke dette beskrevet som noe som skapte en reell frykt. Informanten var overbevist om at dersom hesten hadde ønsket å skade vedkommende, ville den gjort det

for lenge siden. Informant F ble veldig redd da hesten skvatt, men mente at det var en positiv erfaring da dette ga kunnskap som kunne benyttes neste gang en slik situasjon kunne oppstå.

Informant G beskrev en opplevelse av å ri uten sal som en blanding av ekkelt, skummelt og artig på samme tid. Informantene H og I av informantene opplevde å bli nervøse og fortalte begge om en følelse av at de overførte redselen til hesten. Det positive elementet i begge opplevelse oppsto gjennom å oppdage den tette kontakten med hesten. Informant H gjenga følelsen fra situasjonen som resulterte i at da informanten klarte å roe seg ned, ble også hesten roligere;

“Da merket jeg egentlig hvor knytta du kan bli til en hest, uten at du egentlig kjenner han så veldig godt.”

I seks av tilfellene fant den minneverdige opplevelsen sted i naturomgivelsene. Informant C beskrev en tur i skogen der de leide ponniene og ble dermed også kjent med naturen. Informant D syntes at det og bare, være i naturen, utgjorde den spesielle opplevelsen i seg selv.

4.10 Oppsummering av resultater

Funn ved analysen ga oss innsikt i hva som var av betydning for informantenes opplevelse av å være på gården og hvorfor dette var betydningsfullt. Svarene vi fikk viste variasjon i forhold til de ulike informantenes opplevelser og oppfatninger av miljøfaktorene. Faktorer som det sosiale, omsorgen for dyrene, samt det å tilegne seg kunnskap viste seg å være viktig. Dette er faktorer som påvirket sentrale oppgaver og aktiviteter som informantene tok del i på gården. Redsel gikk igjen i alle kategoriene, da enkelte forbandt de fleste gjøremål som potensielt farlig eller skummelt. Dette så ikke ut til å ha vært av så stor betydning at informantene ikke ønsket å komme til gården. Tvert i mot kunne det virke som om dette ble sett på som en utfordring som kunne øke kunnskap og erfaring for å kunne mestre aktuelle situasjoner som kunne oppstå.

Informantene hadde ulike meninger rundt betydningen av hestenes tilstedeværelse på gården. For enkelte av informantene kan det tyde på at flere andre miljøfaktorer var like viktige som nærværet av hestene. Dette på grunn av at flere av informantene ville ønsket å komme på gården dersom det ikke var noen hester der.

Naturopplevelsen spilte også en varierende rolle. De fleste syntes det var fint og koselig i skogen, men flere informantene hadde assosiasjoner til noe utrygt og en følelse av lite kontroll ved ridningen. Samtlige informanter hadde en positiv assosiasjon til omgivelsene rundt gården. Flere av informantene ville ikke ha tilbragt tid på en gård som ikke lå i naturomgivelser. Flere fortalte om en spesiell opplevelse der naturelementet var av betydning for fortellingen.

Seks av informantene ga inntrykk av at lukten på gården ga positive assosiasjoner eller at det rett og slett luktet godt. Av de resterende mente to av informantene at det luktet vondt, mens to hverken hadde positiv eller negativ oppfattelse av denne faktoren. Det estetiske syntes ikke å være av stor betydning for opplevelsen, og ble ofte knyttet til gårdens organisering. Informantenes svar på opplevelsen av lyder på gården viste at noen satt pris på at det var stille. Andre likte dyr og naturlyder, mens noen hadde en opplevelse av at lyder fra trafikk ved gården var negativt eller at lydene fra dyrene ikke kun var av positiv betydning.

5.0 Diskusjon

5.1 Diskusjon av metoden

Siden hensikten og fokuset i problemstillingene våre rettet seg mot å få tak i informantenes opplevelser av miljøfaktorene på gården, samt meninger, holdninger og erfaringer rundt dette (Kvale, 1997; Kvale & Brinkmann, 2009), valgte vi å benytte et kvalitativt semistrukturert forskningsintervju som metode. Det var problemstillingenes ordlyd som i hovedsak bestemte hvilken metode vi burde benytte i undersøkelsen (Johannessen et al., 2004). Metoden ble også valgt i forhold til at doktorgradsprosjektet informantene var en del av hadde sitt hovedfokus på kvantitativ metode, og det var derfor ønskelig å studere informantene ut i fra et kvalitativt perspektiv der vi fikk mer dybde i deres opplevelser.

I intervjuet hadde vi relativt åpne spørsmål, som førte til at nye temaer, som vi i utgangspunktet ikke hadde forutsett på forhånd, dukket opp (Tjora, 2010). Dette handler om at metoden ga informantene mulighet til fortelle alt de tenkte på og formulere seg med egne ord, uten noen begrensning i form av et spørreskjema der alternativene er gitt på forhånd. Hadde vi valgt en kvantitativ metode ville det kanskje kunne skaffet oss mer datamateriale å jobbe med, men innsamlingen av data ville vært preget av strukturering og lite fleksibilitet, samt at utarbeidelsen av spørreskjema ikke kunne endres i etterkant (Johannessen et al., 2004). I vår prosess hadde vi god nytte av å ha mulighet til endring og tilpassing av intervjuguiden underveis. Dette spesielt med tanke på at temaet for undersøkelsen er lite forsket på, og at det derfor er krevende å finne de "riktige" spørsmålene. Ved bruk av kvantitativ metode ville vi ikke fått frem de nye og uventede faktorene, ved at disse ikke ville vært i vårt fokus og da heller ikke i våre svaralternativer.

På bakgrunn av hele prosessen vi har vært igjennom ser vi at bruken av en annen kvalitativ metode, observasjon, kunne vært et alternativ i vår undersøkelse. Dette på grunnlag av at vi også har oppholdt oss på gårdene ved at vi hjalp doktorgradsprosjektet med filming av intervensjonen. Her opplevde vi å se flere faktorer som, ved bruk av observasjon som metode, kunne ha gitt oss tilgang på informasjon som vi ikke fikk frem i intervjuene. Ved observasjon kunne vi ha fått en enda større dybde og bredde, samt flere dimensjoner ved den sosiale virksomheten, påpeker Johannessen et al. (2004). Observasjon er en tids- og ressurskrevende metode (Johannessen et al., 2004), og i vår masterprosess så vi ikke denne metoden som den beste metoden, med tanke på begrensninger i forhold til

masteroppgavens- og intervensjonens omfang. Vi ser likevel at observasjon som metode som kan være nyttig og ta i bruk i en videre forskning på dette temaet.

I forhold til oppgavens problemstillinger ser vi en mulig endring vi kunne ha gjort. Dette ved å operere med en mer spesifikk hovedproblemstilling. Siden denne problemstillingen omfavnet et stort område, som man blant annet kan se ut i fra de noe uventete faktorene som kom frem i intervjuene, gjorde at vi fikk en utfordring ved at problemstillingen ga et stort og varierende datamateriale å jobbe med. Vi følte imidlertid at ved å spesifisere med tre underproblemstillinger fikk vi system i oppgaven. Samtidig gjorde dette at nye områder kom frem og som sagt er positivt i forhold til at temaet er lite forsket på og at man på forhånd visste lite om området. At våre problemstillinger ga mye datamateriale, og dermed også mange faktorer, ser vi på som positivt. Dette ved at våre funn kan gi innsikt i hvilke områder det kan være viktig å forske videre på innenfor dette temaet.

5.1.1 Intervjuguiden

Kvaliteten på det originale intervjuet er avgjørende for resten av prosessen i undersøkelsen (Kvale & Brinkmann, 2009). Vi utarbeidet en intervjuguide (vedlegg 1) som et hjelpemiddel til å innsamle vesentlig data for å kunne besvare problemstillingene på best mulig måte (Kvale & Brinkmann, 2009). Vi valgte å lage intervjuguiden etter det Tjora (2010) kaller en tre-fase regel, med oppvarming-, refleksjon- og avrundningsspørsmål. Vi delte så spørsmålene inn i hovedspørsmål, delspørsmål og støttespørsmål. Oppdelingen ble gjort på grunnlag at det skulle bli lettere for både oss og informanten å holde orden på spørsmålene (Tjora, 2010). Ved våre hovedspørsmål ønsket vi å stille så åpne spørsmål som mulig for å få tak i hvilke områder som var viktig for informantene. Delspørsmål og støttespørsmål hadde vi som sikkerhet om vi ikke fikk tak i det vi egentlig ønsket i de åpne spørsmålene.

På grunn av at temaet for vår undersøkelse er lite forsket på og at vi begge var ferske i bruken av intervju som metode ønsket vi å ha en intervjuguide som var forutbestemt og mer eller mindre følge denne. Intervjusituasjonen varierer fra situasjon til situasjon og det er forskeren som bestemmer om man skal holde seg strengt til guiden eller være åpen for forandringer underveis i hvert enkelt intervju (Kvale & Brinkmann, 2009). Endring var noe vi gjorde underveis, da vi så at noen spørsmål ikke var vesentlig for undersøkelsen, og at det sosiale, redsel for hestene, kunnskap og omsorg for dyrene og menneskene var noe som var

i større fokus hos informantene. Vi oppdaget også raskt at rekkefølgen av spørsmålene ble påvirket av svarene vi fikk, og rekkefølgen ble derfor tilpasset hver enkel informant for å få en mer naturlig samtale. Ut i fra dette så vi at intervjuguiden inneholdt spørsmål som ikke var så relevante for å besvare problemstillingene og at andre relevante områder ikke var med i den originale intervjuguiden. Siden vi har benyttet en kvalitativ metode er dette noe vi har hatt mulighet til å justere underveis.

5.1.2 Intervjuprosessen

I følge Kvale og Brinkmann (2009) er det ved å intervjuer man tilegner seg intervjueregenskaper, og for å bli en godt kvalifisert intervjuer trengs det omfattende trening. Siden intervju som metode var noe vi var lite kjent med i praksis, var det viktig at vi hadde flere pilotundersøkelser på forhånd. I pilotundersøkelsene prøvde vi så langt det var mulig å få tak i ungdommer i samme alder som informantene, og som også var hesteinteresserte. Dette var ikke lett å gjennomføre. Ingen av oss kjente noen i denne settingen, og vi kunne ikke intervjuer hvem som helst i og med at de måtte være under 18 år. Vi fikk derfor en svakere forståelse av hvor gode spørsmålene og dens rekkefølge var, men vi fikk erfaring med intervju som metode og intervjuing av ungdom.

At vi hadde øvd oss på intervjusituasjoner på forhånd gjorde at vi ikke var usikre på hvordan intervjuprosessen foregikk og at vi var forberedt på at vi kunne få svært varierte svar. Dette kom til nytte ved at vi kunne komme med relevante oppfølgingsspørsmål for å få tak i hva informantene egentlig formidlet. Vi erfarte at de siste intervjuene ble bedre enn de første. Dette på grunn av at vi da hadde mer erfaring og dermed fikk en bedre flyt i samtalen, og at den følte mer naturlig. Det er viktig med kunnskap om undersøkelsestemaet for å kunne stille gode oppfølgingsspørsmål (Kvale & Brinkmann, 2009), og vi ser det derfor som gunstig at vi begge har stor erfaring med både hester og gård igjennom ungdomstiden.

Samspeillet mellom intervjuer og intervjuerperson er preget av mange etiske områder (Kvale & Brinkmann (2009), samtidig at man kommer veldig nær informantene (Tjora, 2010). Derfor har vi hele veien gjennom prosessen hatt fokus på de etiske retningslinjene beskrevet i metodekapitlet. Et kvalitativt dybdeintervju er i utgangspunktet asymmetrisk, uten at intervjueren utøver makt med overlegg (Kvale & Brinkmann, 2009). Dette forklares med at et intervju ikke er en hverdagslig samtale, og at det er intervjueren som styrer temaet og strukturen. I og med at vi var to personer i tillegg til informanten i intervjusituasjonen, så vi

det som viktig å fordele roller, der en intervjuet og en den andre fungerte som “sekretær”. Dette så vi som positivt ved at vi lærte våre roller godt, som at intervjueren hadde mulighet til å bli bedre på å intervjuer og “sekretæren” god på å holde styr på intervjuguiden. At det var en “sekretær” som holdt oversikt over at alle områdene i guiden ble dekket, og ga informasjon til intervjueren på de områder som manglet eller måtte utdypes, ser vi som en styrk i forhold til reliabilitet.

På en annen side kan det at vi var to stykker ha medført at informantene følte enda sterkere på maktforskjellene. Siden det er både intervjueren og intervjuede som produserer kunnskap om emnet i følge Kvale & Brinkmann (2009), er trygghet en viktig faktor for å få frem riktig informasjon. For å skape en bedre balanse av maktforholdene i situasjonen valgte vi bevisst disse rollefordelingene. Dette for at informanten kun skulle ha intervjueren å forholde seg til. Plasseringen var derfor slik at intervjuer og informant skulle sitte ved siden av hverandre og at “sekretæren” skulle sitte lengre vekk i bakgrunnen. Dette følte vi begrenset maktforholdene og vi erfarte at informantene faktisk ble litt overrasket over plasseringen. Vi opplevde også at det var positivt at intervjuene foregikk på gården. Her var det informantene som var kjent. De kunne derfor gjøre oss kjent med stedet og vise vei til hvor vi kunne gjennomføre intervjuet, noe som vi også ser kan ha utjevnet maktforholdet.

Tiden vi brukte på hvert intervju ble tilpasset individuelt. Dette mener vi ikke ga noen vesentlige forskjeller, da alle fikk den tiden de trengte. Enkelte av informantene hadde kun vært på gården tre ganger. Dette kan være en svakhet i vår oppgave med tanke på at disse informantene hadde svært lite erfaring, og av den grunn var de muligens mindre reflektert angående hvilken betydning miljøfaktorene hadde for dem.

Siden vi benyttet kvalitativ metode kunne vi tilpasse intervjuene etter informantens nivå med tanke på modenhet og evne til å formulere seg presist. Dette gikk i retning av de som hadde lange svar og mistet fokus, ble forsøkt styrt i “riktig retning” ved at vi stilte tydeligere spørsmål for å begrense uvesentlig informasjon i forhold til våre problemstillinger. I tilfeller der informanten var lite tydelige, sto fast eller ikke visste hva de skulle svare, tok vi i bruk del- og støttespørsmål for å få dem i gang igjen. I tilfeller der informanten ikke forstod spørsmålet måtte vi tilpasse spørsmålenes ordlyd. Generelt sett var dette ikke noe problem, men var noe vi gjorde i enkelte intervjuer.

Ved at vi tilpasset intervjuguiden etter hver enkel informant kan muligens ha ført til at ikke alle spørsmål ble stilt nøyaktig likt til alle informantene, og at noen av spørsmålene i et intervju ikke ble en naturlig del av samtalen i et annet. Dette kan da sees i forhold til de uventede ytre og indre faktorene som vi på forhånd ikke hadde sett som viktig for informantene i denne sammenhengen. Det er i følge Kvale & Brinkmann (2009) godt dokumentert at selv en liten ordforandring i utspørringen ved et intervju kan påvirke svaret man får. Forfatterne påpeker også og at ledende spørsmål i mange situasjoner kan være en nødvendig del av intervjuprosessen, som når informanten snakker helt uten om temaet, ikke forstår spørsmålet eller sitter fast.

Det krevde noe trening å kunne tåle stillheten og la informantene få mulighet til å tenke seg om før vi kom med del- og støttespørsmål der det kanskje ikke var nødvendig. Kvale & Brinkmann (2009) sier at det kan være vanskelig for uerfarne intervjuere å gi denne lengden på pausen og skape følsom lytting. Vi ser i ettertid at noen svar kanskje kunne ha blitt mer oppriktige eller originale om de ikke hadde fått forslag som kunne forstås som fasitsvar. Dette handler om at yngre mennesker lett kan bli påvirket av intervjuerens forslag og ledende spørsmål, noe vi så ved at enkelte av eksemplene vi ga ble nøyaktig de svarene vi fikk. Likevel er det ingen grunn til å tro at informantene ønsket å villed oss eller bevisst svare usant.

5.1.3 Rekrutteringen og utvalget

Mange av premissene for vår studie var allerede gitt med tanke på at informantene og gårdene vi skulle forholde oss til, allerede var rekruttert til en pågående intervensjon. At vi i utgangspunktet hadde syv gårder og 19 ungdommer så vi som et godt utvalg. Da vi startet vår rekruttering var det syv ungdommer som hadde trukket seg og det var derfor kun fem gårder igjen. Det hadde vært ønskelig og hatt det opprinnelige utvalget slik at vi hadde hatt flere informanter å spille på, men dette var ikke noe vi kunne styre. Vår endelige svarprosent var god med tanke på at 10 av 12 informanter ble rekruttert og målet vårt i utgangspunktet var åtte informanter.

Vi sendte ut et informasjonsskriv med samtykkeerklæring (Vedlegg 2) til alle ungdommene som var med i intervensjonen. Siden ungdommene var under 18 år måtte samtykkeerklæringen også ha foreldrenes underskrift. På grunn av dette hadde

informasjonsskrivet en kortere del av informasjon rettet mot ungdommene og en mer omfattende del rettet mot foreldrene. Delen rettet til ungdommene utformet vi med å fargelegge, legge til bilder og øke skrifttype for å fange deres oppmerksomhet, mens delen rettet til foreldrene inneholdt mye informasjon om hensikten med vår undersøkelse. Vi så at dette var en god metode, da vi ved innlevering av samtykker ofte fikk med delen rettet mot ungdommene. Vi så også at informantene visste lite om undersøkelsen vår utover det som hadde stått på delen rettet mot dem. Dette på grunnlag av at informantene, etter intervjuet, spurte mange spørsmål omkring det som stod på delen rettet mot foreldrene.

At vi på forhånd personlig kontaktet foreldrene anser vi som en viktig del av rekrutteringen, med tanke på at de kanskje ble mer positivt innstilt på vår undersøkelse og kunne påvirke ungdommen slik at de ønsket å være med. Det samme gjelder ved at vi snakket med gårdseierne og fortalt hvorfor vi ønsket å komme til gården og å utføre intervjuene. De fleste gårdseierne stilte seg positivt til dette og kan kanskje også ha påvirket ungdommene til å ønske å være med. For å øke sannsynligheten for at ungdommene ønsket å stille opp kunne en liten form for belønning eller kompensasjon for tiden de brukte på deltakelse i intervjuet vært gunstig. Ideen om å beskrive intervjusituasjonen som en hyggelig stund der noe godt ble servert, lot seg ikke gjennomføre da vi ble klar over at dette måtte vært beskrevet i REK-søknaden (Vedlegg 3), noe som var for sent. Dette medførte imidlertid ingen problemer i forhold til rekrutteringen og vi ser det ikke som sannsynlig at dette ville vært avgjørende for den ene ungdommen som ikke ønsket å være med. Informanten som trakk seg i ettertid hadde allerede deltatt i intervjuet og var av den grunn heller ikke påvirket av dette.

Etter å ha mottatt samtykkeerklæring fra syv ungdommer og vurdert dette antallet som for lite, med tanke på at vi var to studenter og burde hatt et større datamateriale, valgte vi å ringe alle som skulle delta i intervusjonen for å se om noen flere egentlig ønsket å være med. Det viste seg at alle, utenom en, ønsket å bli intervjuet. Vi ser derfor tydelig at denne rekrutteringsmetoden var viktig for å sikre oss flere informanter. Årsaken til at så mange ønsket å være med til tross for at de ikke hadde svart på forespørselen er at de regnet det som for sent etter det var gått to uker, noe som var vår svarfrist. Det er mulig at svarfristen skulle vært lenger for å få flere informanter, men likevel er det ikke sikkert at de, ved å få lengre tid, hadde levert samtykke i tide. Vi ser derfor en mulig måte å samle informanter på kunne være å bruke gårdseieren mer aktivt med innsamling av samtykker. Allikevel kan det å

sende dette per post være en for umoderne måte, da flesteparten av ungdom nå forholder seg til teknologiverdenen.

I følge Johannessen et al. (2004) er det ikke gitt hvor mange intervjuobjekter man bør ha i en intervjuundersøkelse, og det er ikke lett å se hvor mange intervjuobjekter undersøkelsen trenger. De påpeker at mange forskere besvarer dette med at, når intervjuene ikke lenger tilfører ny informasjon og dermed har oppnådd ett metningspunkt, er det nok informanter. Et metningspunkt var noe vi opplevde da vi i de siste intervjuene ikke opplevde å få noen spesiell ny informasjon. Antallet ungdommer vi har anvendt i studien kan derimot ikke betegnes som representativt for populasjonen generelt, men kan ses som representativt for ungdommene som deltok i intervjuingen i denne perioden.

5.1.4 Analyseringen

I følge Kvale & Brinkmann (2009) utvikles det i analysen meningen av intervjuene. Dette ved at intervjupersonens mening bringes i fokus og at nye perspektiver kommer frem. Vårt innsamlede datamateriale var ganske omfattende, med 90 sider transkripsjon, og det var derfor en utfordring å bearbeide det. Det var nødvendig å redusere datamaterialet vårt for å gjøre det mer håndterbart. Vi laget derfor, etter å ha lest hele materialet, ulike kategorier og koder. Disse hjalp oss til å strukturere og sammenfatte materiale som var det mest vesentlige for vår oppgave. I denne prosessen var det viktig at vi ikke forandret den opprinnelige meningen. Gjennom en slikt systematisk bearbeidelse ble det mulig å få en oversikt over materialet. Dette gjorde at viktige aspekter, i forhold til våre problemstillinger, kom tydeligere frem. Samtidig prøvde vi å være åpne for nye meninger og perspektiver fra informantene, siden dette er til en stor fordel med den kvalitative tilnærmingen vi valgte.

Vi er klar over at det finnes mange metoder for analysering. Valget av måten vi analyserte på med meningstolkning, meningsfortetting og meningskategorisering, medførte at vi fikk oversikt, logikk og system i vårt datamateriale.

5.1.5 Pålitelighet og troverdighet

Objektivitet er en forutsetning for pålitelighet og troverdighet av funnene våre. Fra et teoretisk standpunkt handler objektivitet om å henvise til pålitelig kunnskap som er etterprøvd og kontrollert (Kvale & Brinkmann, 2009). Objektivitet blir ofte definert som forskerens uavhengighet i forhold til resultatene sine. Objektivitetsbegrepet i kvalitativ

forskning dreier seg om å være bevisst om sin mer eller mindre subjektive rolle som forsker (Esser-Noethlichs, 2011). På liknede måte blir det ofte framhevet at resultatene i en kvalitativ tilnærming ikke kan generaliseres. På grunn av usikkerheten og stort sett induktive (der man går fra teori til empiri) fremgangsmåter innebærer kvalitative forskningsresultater større usikkerhet (Esser-Noethlichs, 2011). For å tydeliggjøre bevisstheten om denne usikkerheten foretrekker man i kvalitativ metode begrepet overførbarhet, fremfor generalisering (Johannessen et al., 2004). Hvis funnene indikerer noen generelle faktorer og er i tråd med en teori kan det være rimelig å anta at resultatene ikke er et enkelttilfelle, men kanskje er overførbar til andre individer eller grupper. Dette må etterprøves i videreførende forskning.

Kvale og Brinkmann (2009) antyder også at kunnskap produsert av intervjuer ikke trenger å være subjektiv, men at dette er stikk i strid med den alminnelige oppfatningen. I prinsippet kan intervjuer være objektive, men det må sees i forhold til flere sentrale betydninger av objektivitet. Selv om vår objektivitet ikke kan bekreftes har vi under prosessen prøvd og ikke la oss påvirke av personlige meninger eller følelser. Dette innebar at vi både var bevisste den forforståelsen vi var i besittelse av og hadde mange diskusjoner for å vurdere hvordan dette kunne påvirke oppgavens resultater. Vi valgte å se vår forforståelse på området som en styrke ved at vi har forutsetninger til å forstå informantenes opplevelse i samhandling med hest og det å være på gård. I følge Kvale & Brinkmann (2009) bør man tilstrebe objektivitet om subjektivitet. Det kan ses på som en påvirkende faktor for våre resultater at vi begge har mye erfaring og mange positive holdninger i forhold til både gård og hest. Noe som medførte at vi hadde noen antagelser om hva som kunne være av betydning for ungdommene. Disse var til en viss grad i overensstemmelse med informantenes opplevelse, men nye funn visste seg å være av større betydning enn vi antok.

I følge Guba & Lincoln (1985, 1989) (sitert av Johannessen et al., 2004, s. 194) bruker man blant annet begrepene pålitelighet for reliabilitet og troverdighet for validitet. Dette har vi også valgt å gjøre for å tydeliggjøre vår kvalitative tilnærming. Pålitelighet og troverdighet må i følge Kvale og Brinkmann (2009) sees i sammenheng med store deler av prosessen.

Pålitelighet handler om nøyaktighet ved innsamling av datamaterialet (Kvale & Brinkmann, 2009). En utfordring i intervjusituasjonen har vært informantenes tolkning av våre spørsmål.

Enkelte informanter tolket innholdet i spørsmålet på en annen måte enn det vi i utgangspunktet ønsket at de skulle tolke det som. I disse tilfellene forsøkte vi å stille spørsmålene på nytt, med en annen ordlyd. Samtidig anvendte vi delspørsmål og støttespørsmål som hjelpemiddel for at informantene skulle forstå hva vi ønsket å få svar på. Et eksempel er der en informant tolket meningsinnholdet i spørsmålet, "hvordan ser gården ut" i henhold til hvordan gården var organisert og ikke det estetiske ved den som i utgangspunktet var det vi ønsket å få svar på. Ved at informantene gjorde egne tolkninger ved noen av spørsmålene, førte til verdifull informasjon som vi ellers ikke ville ha fått dersom denne misforståelsen ikke hadde oppstått. At vi anvendte våre støtte- og hjelpespørsmål i de tilfellene der det var noen tvil om informantene hadde forstått oss riktig, kan styrke resultatenes troverdighet, da vi ble mer sikre på at de svarte på det vi ønsket å vite.

Troverdighet henger sammen med i hvilken grad våre funn på en riktig måte representerer virkeligheten og reflekterer formålet med undersøkelsen (Johannessen et al., 2004). Vi var gjennom intervjuprosessen opptatt av å få bekreftet hva informantene egentlig mente med deres besvarelse av de ulike spørsmålene. Vi hadde på forhånd forklart informantene at det ikke fantes noen riktige svar på våre spørsmål, men at vi var ute etter informantenes egne ord på deres opplevelser av miljøfaktorene på gården. Enkelte av informantene virket lette å lede. Dette kunne vi se da informanten grep etter det første og beste eksempelet (hjelpespørsmålet) vi stilte, noe som tydet på at informanten selv kanskje ikke hadde noen avklart mening om dette. Noen av informantene virket usikre på sine meninger, og alle besvarelsene kan derfor ikke ses på som absolutt overbevisende, grunnet det at informanten svarte noe motstridende ved spørsmål som omfattet samme tema. Et eksempel er en informant som svarte at det var viktig å få stelle hestene hver gang informanten var på gården. Ved oppfølgingsspørsmålet om hvorfor dette var viktig, ga vedkommende uttrykk for at de godt kunne droppet å stelle innimellom, men at det var noe de måtte gjøre før de fikk ri. Dette var noe vi prøvde å få en klarhet i, ved at vi i slike situasjoner gjentok det informanten hadde sagt, samt at vi kort oppsummerte holdepunktene som hadde kommet frem i intervjuet. Ut i fra dette fikk bekreftet eller avkreftet at dette var det informanten hadde ønsket å formidle.

En stor fordel med oppgavens pålitelighet og troverdighet var at vi var to studenter som kunne supplere hverandre og dermed styrke datamateriale vi satt igjen med.

5.2 Diskusjon av resultatene

Som nevnt i analysen fant vi ut at ungdommene var opptatt av de miljøfaktorene som vi på forhånd hadde forutsett. Dette var områder som gården, gjøremålene, gårdsdyrene, hestene, naturomgivelsene og sanseopplevelsene. Videre viste det seg at faktorer som i større grad bunnet i en indre kilde var av større betydning for ungdommene enn det vi hadde regnet med. Dette handlet om redsel informantene følte i ulike situasjoner, ønsket om å tilegne seg kunnskap, omsorg for både dyrene og menneskene på gården og det sosiale miljøet. Vi så at dette var faktorer som hang sammen og påvirket hverandre.

En stor andel av informantene beskrev at de opplevde frykt i samhandling med dyrene, spesielt i forhold til samhandling med hestene. Det overrasket oss at denne faktoren var så omfattende, på grunn av at intervensjonen var frivillig og at vi derfor ikke regnet med at noen som var engstelige for dyr eller hester ønsket å delta.

Omsorg er en egenskap som er knyttet til et naturlig behov for å gi og motta omsorg. Omsorg er også en faktor man kan tilegnes og kan muligens ha blitt påvirket gjennom menneskene på gården sin respons eller holdninger til dette. Informantene viste de omsorg for både dyr og mennesker på gården. Informantene var svært motivert i forhold til å lære og å få erfaring med gjøremålene på gården. Informantene virket selv svært motivert for å lære, men i hvilken grad dette handlet om oppmuntring fra de andre på gården, er usikkert med tanke på at dette ikke var noe vi hadde direkte fokus på under intervjuet. At det sosiale var en faktor som viste seg å være svært viktig for informantene, var også noe overraskende med tanke på at det kun var to til tre ungdommer på hver gård i tillegg til gårdseieren. Vi anser disse faktorene som indre faktorer ved at de omhandlet informantenes følelser og egenskaper. Eksempelvis ses redsel som en faktor der hestens atferd kan forsterke eller redusere redselen som allerede var iboende hos informanten. Alle disse faktorene kom frem som resultat av spørsmålene i intervjuguiden, uten at vi direkte spurte om dem. Tjora (2010) påpeker i forhold til dette at man i semistrukturerte intervjuer kan få mye informasjon, ved at man kan gå i dybden, at man ender opp med temaer man på forhånd ikke hadde forutsett.

I det følgende vil vi se våre funn med utgangspunkt i et miljøpsykologisk- og folkehelseperspektiv.

5.2.1 Sanser

Edlev (2008) viser til at jo flere sanselige erfaringer mennesker opplever, jo bedre grunnlag har de i forhold til å utvikle ferdigheter, oppfattelse av sammenhenger og å orientere seg. Schenk (2007) mener at man best kan trene opp sine sanser i naturlige settinger og at utviklingen av et sunt menneske er avhengig av at sansene blir utviklet. I følge Abram (2005) kan en fullverdig opplevelse ikke erverves uten en fysisk tilstedeværelse der man mottar sanseintrykk fra omgivelsene man er i.

Den sansen informantene hadde mest bevisst forhold til var lukt og det de assosierte ved den. Flere ga inntrykk av at luktene på gården ga positive assosiasjoner ved at det luktet godt og at de minnet om sommer. En av informantene forbandt luktene på gården med lukter som var kjente for vedkommende. Noen mente også at det luktet vondt, men at det bare var sånn det luktet på gård og at man ble vant til det. Edlev (2008) mener at en enkel lukt kan skape så sterkt inntrykk at en hel opplevelse kan feste seg til dette minne. Dette så vi tydelig hos en av informantene som beskrev en tankerekke som oppsto ved eksponering for luktene i stallen. Sitatet tilsier at det ikke var sanseopplevelsen å lukte i seg selv som hadde betydning, men at det var det som ble assosiert med den som ga det positive minnet;

“Jeg vil si at det bikker mot positivt, selv om den kan være nøytral får det meg til å tenke på hest, og da tenker jeg på kosing og da tenker jeg plutselig positivt.”

Med bakgrunn i Edlev (2008) sitt synspunkt angående utvikling av sansene, vil informantene antageligvis få med seg verdifulle erfaringer i form av sanseopplevelsene fra gården og dens naturomgivelser. Dette på grunn av at dette er kilder til sanseintrykk som er annerledes enn de man opplever i andre omgivelser.

Forholdet informantene hadde til lyder på gården viste seg også å være av ulik oppfattelse. Støy på gården i form av forbipasserende trafikk ble nevnt som negativt av en informant. Stillhet ble i positiv forstand sammenliknet med lydene på et byggefelt, der støyen på byggefeltet medførte at informanten ble sliten i hodet. En informant mente at det også kunne bli for stille, noe som medførte til at fravær av lyder kunne gi problemer med å holde fokus på oppgaver som ble utført. Ellers ble positive sanseopplevelser her omtalt som naturlyder og dyrelyder.

I intervjuet spurte vi ikke direkte om sanseopplevelsen som inngår i det å føle. Dette kom inn som en naturlig del av informantenes beskrivelse ved stell av hestene. Betydningen av å føle gjennom fysisk kontakt med hestene, i form av å klappe, børste og kose med dem, var svært viktig for informantene. Berget & Braastad (2008) nevner i denne sammenhengen at en av fordelene med husdyr er at de er gode å ta på. En av informantene uttrykte denne sanseopplevelsen gjennom å føle på hesten;

“Det er veldig koselig når liksom, en hest jeg har hatt en del ganger og når jeg stelte og sånn så sovna han. Det virka som at han sa at han hadde det veldig bra, så ut som han hadde det veldig bra, sa gårdseieren. Koselig.”

Omsorg viste seg å være en bakenforliggende faktor ved synsopplevelsene informantene gjorde, ved at de ble koblet til dyrenes velferd. Det viste seg å være av betydning at det var orden på sakene, slik at det var enkelt å finne igjen utstyr. Et av spørsmålene vi anvendte i forhold til hvordan gården så ut baserte seg på om informantene opplevde at det var rotete på gården. Dette ble av en informant ikke knyttet opp mot noe estetisk, men heller knyttet til at organiseringen og rutinene hadde forbedringspotensialer med tanke på at hestene skulle ha det best mulig. Ved å spørre enda mer konkret om det var av betydning for vedkommende om det så fint ut på gården fikk vi svaret;

“Litt skog må den jo ha og utstyr, men sånn utseende bryr jeg meg seriøst ikke om.”

En informant hadde en formening om at gården var middels rotete. Dette syntes informantene var positivt i forhold til motivasjon til å gjøre noe på gården. En annen så ut til å tenke realistisk i forhold til bruksområdet og mente at det ikke var plagsomt at det ikke var så rent;

“Altså, det er en stall så det er kanskje begrensa hvor reint man kan ha det i. Men det er liksom litt sånn vi ser at den er brukt før, men det har jeg ingen problemer med.”

Til tross for at det rent estetiske ved gården så ut til å være av liten betydning for informantene hadde de sine formeninger om det praktiske ved gården, som da krevde at de benyttet synet og reflekterte over det de registrerte. Dette medfører at sanseopplevelsen antageligvis er med på å utvikle det totale sanseapparatet og utviklingen av et sunt menneske slik Edlev (2008) og Schenk (2009) beskriver ovenfor.

5.2.2 Gjøremålene

Hegna (2005) hevder at aktiviteter som utføres av ungdom velges blant annet på bakgrunn av hvem de gjøres sammen med, fremfor hva som blir gjort. På gården kom dette synspunktet frem ved at det var viktigere at gjøremålene ble utført sammen med noen, enn hva som skulle gjøres. Informantene var opptatt av å ha det artig sammen på gården. Det å få hjelp av hverandre med gjøremål, som for enkelte ble ansett som vanskelig, ble satt pris på. Ungdoms fritid, som brukes blant annet på å være sosiale, er nødvendig for at ungdom skal utvikle seg og skape identitet (Edlev, 2008). Informantene pekte på det sosiale som noe av det viktigste ved å være på gården. Dette gjenspeilet seg i informantenes uttalelser om et fellesskap og opplevelsen av å knytte bånd gjennom å dele opplevelser. Det var kun en informant som ikke brydde seg om det sosiale på gården.

I følge Aagre (2003) og Edlev (2008) har sosialiseringsarenaen, lærings situasjoner, opplevelser og erfaringer stor påvirkning på hvordan ungdom utvikler identitet. Ut i fra dette perspektivet vil tiden informantene tilbragte på gården kunne bidra til å forme identiteten de utvikler i denne alderen. Fryjordet (2002) og Frønes (2007) viser til at overgangen fra ung til voksen vil få betydning for deres fysiske og psykiske helse videre i livet. Fauske & Øia (2003) og Øia & Fauske (2010) viser til at ungdoms fritidsaktiviteter øker, men at det i denne perioden omfatter lite fysiske aktiviteter og at de i stor grad pågår innendørs. Informantene fortalte at de ble slitne etter å ha vært på gården. Dette kan skyldes at de muligens hadde et lavt aktivitetsnivå, slik det beskrives ovenfor, og at de fysiske oppgavene på gården derfor kunne være en utfordring med tanke på at dette var uvante oppgaver for de fleste.

Tiltakene Grønn omsorg, IPT og GPSR handler alle om å benytte gården som arena. Dette med fokus på at gården skal fremme menneskers opplevelse av mestring og læring gjennom praktiske og sansefylte opplevelser (Stokke & Rye, 2007). Direkte erfaringer fra gårdslivet kan gi opplevelser, ferdigheter og erfaringer som igjen kan fremme ungdoms følelse av identitet- og mestingsopplevelse i form av for eksempel følelsen av å være til nytte, kroppslige ferdigheter, kunnskap og samarbeid (Jolly & Krogh, 2007; Berget & Braastad, 2008). Dette kan ses i likhet med intervensjonen der informantene opplevde at å utføre gjøremål, som for eksempel å møkke ut av en boks, ga en tilfredsstillende følelse ved å være nyttig. Møkking ble av en informant beskrevet som en fin aktivitet der informanten kunne "la tankene fly".

Kaplan & Kaplan (1989) og Kaplan (1995) viser til at vi bruker to former oppmerksomhet. Den ene måten oppmerksomhet handler om å planlegge, beslutte, huske og fokusere på ting i hverdagen, noe som krever mye energi av oss, og forekommer i byomgivelser. Den andre måten er knyttet til naturen der det ikke er behov for fokus eller anstrengelse for å opprettholde oppmerksomheten. Det var tydelig at en av informantene opplevde at gjøremålet ikke krevde noen form for anstrengende oppmerksomhet, da vedkommende kunne la tankene fly i denne settingen. Foruten det positive ved å være nyttig, opplevde også flere informanter at det var positivt å kunne bidra med noe som medvirket til at hestene hadde det bra. For eksempel det å møkke ut av boksen.

5.2.3 Omsorgen og det sosiale miljøet

I følge Solvoll (2002) (sitert av Fodnes & Steigen, 2009, s. 23) har alle mennesker et behov for både å gi og motta omsorg. Forfatteren påpeker at tryggheten man kan få gjennom sosial støtte fra andre er vesentlig.

Forsberg (2007) viser i sin studie hvordan jentene viste omsorg for hestene på rideskolen. De var opptatt av kjærlighet til hestene og viste omsorg blant annet gjennom at hestene ikke måtte bli presset for hardt ved riding. Sikkerhet for å unngå at hesten skulle bli skadet var også viktig. Dette nevnes ved et eksempel der en av jentene var bekymret for at hesten skulle skade seg ved å henge fast i en spiker eller liknende. Informantene i intervusjonen var opptatt, i likhet med jentene i studien, av skadeforebygging. Dette blant annet ved hvordan man kunne unngå at hestene skadet hverandre ut i fra hvordan de var inndelt på beitet. Andre meninger angående hestenes velferd angikk at stallen var for liten, og at det da var for få bokser, noe som medførte at ikke alle hestene kunne stå inne samtidig. Dette hadde betydning i forhold til, som en av informantene var svært opptatt av, at hestene ikke skulle fryse når de stod ute, og derfor ønsket at alle hestene skulle få plass i stallen. Videre var det fokus på at hestene skulle få det de trengte først og at andre gjøremål kunne vente.

At flere av informantene satt stor pris på den sosiale opplevelsen av å være på gården og var glade for samhandlingen, samt de felles opplevelsene de hadde med de andre ungdommene, tyder på at det sosiale miljøet kan ha hatt en positiv påvirkning. Å være en del av det sosiale inngikk i flere tilfeller. Informantene beskrev i forhold til dette at det var viktig å vise og motta omsorg også for de andre ungdommene og ikke bare dyrene. En informant

beskrev det sosiale miljøet som bedre enn forventet, på bakgrunn av at alle informantene følte seg trygge i samhandling med hestene. Dette tyder på at de viste omsorg og empati for hverandre og ønsket at alle deltakerne på gården skulle ha det bra. Det sosiale ble også ansett som positivt, utover det at man får venner, i form av å kunne utvikle seg sammen ved å utveksle kunnskap og ferdigheter;

“Det blir jo at du får et annet miljø i stallen enn det du gjør ellers. Fordi du har hester du får nærhet med og du har, du får venner som har samme interesser, kanskje de ikke har andre interesser som ikke er like men. Også kan du lære mye av dem, så kan de lære mye av deg også, og så kommer dere bare fremover.”

5.2.4 Kunnskapen

I resultatene så vi at det sosiale hang nært sammen med kunnskap. Dette ved at informantene ble oppmuntret av både de andre ungdommene og gårdseieren til å gjøre oppgaver og dermed erverve seg kunnskap. Informantene ønsket å være flinke og uttrykte at det sosiale miljøet var en fordel da de kunne hjelpe og lære av hverandre.

Det informantene hjalp hverandre med var blant annet hjelp til ting de syntes var vanskelig eller skummelt i samhandling med hestene, eller andre oppgaver de ikke visste hvordan de skulle utføre. Dette ved blant annet å sale på hestene eller til å skrape høvene. Ved hjelp av det sosiale miljøet kunne de få bekreftet om de hadde gjort ting riktig eller ikke, da det var flere ungdommer og gårdseieren tilstede. To av informantene uttrykket fordelene med det sosiale miljøet på denne måten;

“...en av de gangene vi red ute i skogen, også liksom at du mistet liksom kontrollen. Også red en av de andre bak meg, og så sa hun hvordan jeg skulle gjøre det. Også liksom, det var liksom at jeg hørte på hvordan hun sa at jeg skulle gjøre det, og da funka det fordi hun red foran meg og liksom at hesten min skulle følge etter hennes....”

“Eeh vi må jo børste hestene og sale på dem selv, også ser gårdeieren over og hjelper oss...”

Bandura (1997) hevder at menneskers atferd til dels er styrt av sosiale reaksjoner. På grunnlag av at de fleste informantene hadde lite erfaring med gårdsaktiviteter, krevde dette

at de hørte på hvordan gårdseieren sa at gjøremålene skulle utføres. I følge Bandura (1997) ønsker mennesker å oppnå positive reaksjoner som interesse og godkjennelse. Dette uttrykte informantene at de fikk ved gårdseieren eller de andre ungdommenes erkjennelse. Videre sier han at mennesker tilstreber å unngå negative reaksjoner og tilpasser ofte atferden deretter. Dette var fremtredende i tilfellet der en av informantene opplevde negativ respons fra gårdseieren i begynnelsen av intervensjonen, grunnet at gjøremål ble utført på en måte som ikke var overens med gårdseiers meninger. Vedkommende fortalte at situasjonen bedret seg etter at informantene tilpasset sin oppførsel etter gårdseierens ønske, med resultat av at negativ tilbakemelding i form av "kjeft" uteble. Dette var avgjørende for at informanten ikke avsluttet sin deltakelse i intervensjonen.

Noen av informantene satte pris på å få utføre oppgaver selv, da dette ga bedre erfaring i forhold til mestring. Enkelte informanter verdsatte å lære noe for å kunne delta i samtaler. Dette kan vi se i sammenheng med at man må ha noe kunnskap om et tema for å ha noe relevant å bidra med i en diskusjon. Utfallet av å lære om hester og å få erfaring på dette området er altså i denne konteksten å bli inkludert i et fellesskap.

Stolthet i forhold til egen prestasjon var tydelig på områder der informantene selv opplevde fremgang og mestringsfølelse, noe som viser til Banduras (1997) oppfattelse av menneskers tendens til å bedømme seg selv, og at tilfredshet i forhold til egne prestasjoner er viktig. Bandura mener også at belønning fra andre, for noe man har gjort, kan ha en selvforsterkende effekt. Dette ved for eksempel at gårdseieren ga ros for at informantene skulle gjenta handlinger eller opprettholde en type atferd.

En av informantene uttrykte at fordelen med å drive med hest på gården var på grunn av at man lærte så mye mer der enn på en rideskole. På den ene siden er kunnskap en ytre miljøfaktor i form av at gårdseierne ønsket at ungdommene skulle lære noe mens de var på gården. På den andre siden var det en indre faktor, da flere av informantene var opptatt av å lære for å mestre oppgaver, som noen så som en nytteverdi ved å tilegne seg informasjon og erfaring. Kunnskap ble i denne sammenheng ansett som verdifullt ved fremtidige planer som å anskaffe en egen gård eller eie en hest når de ble eldre.

5.2.5 Gårdsdyrene

Å anvende dyr i en form for behandling er i hovedsak knyttet til mennesker med spesielle

behov. Dyreassisterte intervensjoner AAT og AAA er tiltak som retter seg mot behandling der dyr integreres som en del av behandlingen (Kruger & Serpell, 2006, 2010). Hesten i behandling er også rettet mot mennesker med spesielle behov. Her er det snakk om blant annet tiltak som EFP, EAP, EAT, EAL, terapiridning og hippotherapy (Fitzpatrick & Tebay, 1998; The Pegasus Project, 2005; Trætteberg, 2006; Kruger & Serpell, 2006, 2010; Håkanson, 2008; Kachelmeier, 2008). I intervensjonen på gården har informantene deltatt i dyreassisterte intervensjoner. Ut i fra informantenes opplevelser av å være i samhandling med gårdsdyrene, ser vi at det kan ha hatt ulike positive effekter for personer (ungdommer) som ikke har behov som anses som spesielle.

Informantene hadde generelt lite kontakt og oppgaver med andre gårdsdyr enn hestene. Dette hang antageligvis sammen med at intervensjonen i hovedsak handlet om stell og ridning, noe som ga begrensninger både i forhold til at det ikke var lagt opp til mye aktiviteter med andre gårdsdyr, og at det på de fleste gårdene var noe begrenset i forhold til hvor mange dyr de hadde utenom hester. Til tross for dette, var dyrene av betydning i form av at de bidro til at det ble en "ordentlig" gård og at de var koselig og spennende. Motpolen til denne oppfattelsen kom tydelig frem ved ett tilfelle der fokuset på hestene og det å utvikle ferdigheter i forhold til ridning var så stor at vedkommende ikke engang hadde registrert at det fantes andre dyr på gården.

I følge Frønes (2007) og Fryjordet (2002) handler det å gå fra barn til voksen om å utvikle uavhengighet og ansvarlighet. Det er mulig at det å tilbringe tid på gården, der det å måtte håndtere utfordringer og lære å ta ansvar, kan være med på å bedre ungdommenes forutsetninger for å takle overgangen fra ung til voksen. Dette kan være viktig med tanke på oppfatningen av at denne overgangen vil få betydning for både fysisk og psykisk helse videre i livet.

De fleste av informantene satt pris på å bli vist tillit og gitt ansvar på gården. Andre så viktigheten av å få ansvar slik at de kunne bygge opp erfaring for å kunne mestre ulike oppgaver. En informant anså det som sitt ansvarsområde å sørge for at dyrene hadde det bra under den tiden vedkommende var på gården. Vedkommende påpekte også viktigheten av å ta hensyn til de andre menneskene. På den måten viste vedkommende omsorg for både dyrene og menneskene, og som nevnt før, er dette noe som er iboende hos alle mennesker i

følge Solvoll (2002) (sitert av Fodnes & Steigen, 2009, s. 23). En informant viste ansvarsfølelse ved forståelsen av at man må ha kjennskap til dyrene for å kunne ivareta deres behov;

“...man kan ikke bare ta hensyn til seg selv da, man må ta hensyn til dyr eller mennesker rundt seg og hvordan de har det da. For man merker det spesielt med dyr da, for de kan ikke snakke og fortelle det, man må liksom finne det ut selv.”

Videre kom det frem at gleden ved å være sammen med dyrene var en av de positive elementene ved å være på gården. Dette er derfor resultater som viser til at en slik intervensjon kan fungere som et hjelpemiddel for ungdom som opplever å være ensomme eller triste. McNicholas & Collis (2006) mener at dyr kan være en viktig sosial støtte i seg selv, da det kan være lettere å søke støtte og åpne seg for et dyr, samt at man ikke trenger å engste seg for reaksjoner og ubehagelige situasjoner.

I følge Serpell (2006, 2010) kan dyr være en katalysator som kan bidra til at man møter mennesker og danner seg et sosialt nettverk. Berget & Braastad (2008) mener at vi kan fungere bedre sosialt dersom vi har kontakt med et dyr. I intervensjonen ser vi at interessen for dyr eller det å være på gård kan ha fungert som en sosial katalysator med tanke på tiden de var på gården. Ved at de møttes og utførte felles interesser vil kanskje kunne medføre at de holder kontakt utenom intervensjonen. Til tross for at de fleste informantene var bekjente i form av å være medelever, var det ikke slik at de nødvendigvis var venner eller hadde noen form for sosial omgang på fritiden. En informant uttalte;

“Det blir jo det at du får en nærhet og du knytter et bånd til de som er her. Felles interesser.”

Dette tyder på at å være på gården med ungdommer i relativt lik aldersgruppe kan ha en positiv funksjon på det sosiale. Dette med tanke på at felles opplevelser ga en følelse av nært vennskap. En studie utført av Mathiesen et al. (2007) viste i motsetning til dette at mange opplever at det er vanskelig å skape relasjoner med jevnaldrende og har problemer med å skaffe seg venner. En av informantene beskrev at motivasjonen for å delta i intervensjonen var et håp om at ungdommene på gården skulle sosialiseres. Vedkommende var ikke tilfreds med den daværende sosiale situasjonen og håpet at det å være med i

intervensjonen kunne bidra med å forbedre dette. Dette, med tanke på Fodnes & Steigen (2009) sin undersøkelse, sees som mulig. Deres resultater viser til at ungdom opplever at det er lettere å få kontakt med andre mennesker ved at hesten hjelper de til å utvikle sosial kompetanse.

ECON (2009) og Wang (1988) (siteret av Koren & Træen s. 4, 2003) mener at hesten kan ses på som en god venn. Dette understøttes av Vidrine et al. (2002) som mener at hesten ikke er fordømmende eller egosentrisk og at den ikke bryr seg om utseende eller popularitet. En av informantene uttrykte sin relasjon til den hesten informantene hadde mest kontakt med ved utsagnet;

“Da merket jeg egentlig hvor knytta du kan bli til en hest, uten at du egentlig kjenner han så veldig godt.”

En annen informant opplevde hestens nærvær som en venn på følgende måte;

“...så vi egentlig, vi passer godt sammen, god kjemi tror jeg.”

I studien til Mathiesen et al. (2007) fant de ut at mange ungdommer opplever psykiske symptomer som tristhet, ensomhet og lav selvfølelse, og at mange var redde for å bli kritisert, avvist eller å dumme seg ut. Til tross for at dette ikke kommer frem i våre funn, ei heller var inkludert i problemstillingene, kan man ikke se bort i fra at dette også kan være en motivasjon for noen ved å ønske å delta i intervensjon med hest.

5.2.6 Hestene

Åtte av informantene uttrykte at hestene var det aller viktigste på gården. Dette motstrider det faktum at sju av informantene ville kommet til gården selv om det ikke fantes noen hester der. Dette kan muligens tolkes som at de andre miljøfaktorene var viktige, men at nærværet av hestene hadde stor betydning i informantenes daværende situasjon. Dette kan muligens sees ut i fra at de var på gården for å være i intervensjon med hest. På en annen side var det tre informant som så det som uaktuelt å være på gården om det ikke fantes noen hester der. Av en informant ville dette bli sett på som arbeid og vedkommende ville i en slik situasjon bare deltatt mot betaling. For denne personen er det tydelig at ingenting var like viktig som hestene.

Informantene var generelt lite interessert i hvor mange hester det var på gården eller hvilken rase de var. Kun en informant visste hvor mange hester det var på gården. To av informantene kunne ikke anslå mer nøyaktig enn at det var mellom 10 til 20 hester. Det er mulig at ungdommene ikke var så opptatt av hvilken rase hestene var fordi de ikke hadde så mye erfaring med heste fra før. Refleksjonene enkelte av informantene gjorde seg i forhold til hestene var mer knyttet til kontakten de fikk med dem. Dette vises tydelig ved en av informantenes uttalelse hvor vedkommende hevdet at båndet mellom hestene og informanten var det viktigste for den totale opplevelsen av å være på gården.

McCormick & McCormick (1997) beskriver at kontakten man skaper med en hest kan ses som et speil hvor man kan reflektere egen atferd. Flere av informantene opplevde at deres følelser og handlinger ble speilet i form av hestens reaksjoner. Hestens væremåte forsterket på denne måten informantenes atferd og medførte at de oppnådde en større grad av kontakt med hesten. En av informantene beskriver denne speilingen ved uttalelsen;

“Du lærer litt mer når du føler ting, så påvirker det hesten også. Hvis du blir redd blir hesten litt redd også. Så det går litt sånn to sider.”

5.2.7 Redsel

I følge Larsen (2006) er det ikke uvanlig at mennesker opplever en følelse av respekt eller redsel i møte med hester. Dette samsvarer med våre funn der flere av informantene opplevde redsel i varierende grad i samhandling med hestene. Redsel for hesten handlet for noen av informantene om at den var stor og for andre om potensielle farer forbundet med den. I følge Jagodzinski & De Muri (2005) forekommer det mange alvorlige ulykker i forbindelse med samhandling med hester. Flere av informantene påpekte at gårdseieren hadde fokus på sikkerhet og spesielt ved bruk av hjelm i samhandling med hestene. Dette påpeker også Jagodzinski & De Muri (2005) at er viktig for å forebygge hesterelaterte skader. De fleste informantene var selv også svært opptatt av sikkerhet, dette på grunn av redsel for at skremmende situasjoner kunne oppstå.

Ball et al. (2009) viser til at ulykker ved riding kan være svært alvorlig med tanke på at rytterens hode befinner seg høyt over bakken, hestens tyngde og fordi hester kan være relativt uforutsigbare. Flere uttrykte redsel i forhold til det å ri ut i fra ulike situasjoner som muligens kunne oppstå. Dette kunne være å krasje i trær, å skli med hesten, falle av eller at

hesten skulle hoppe eller skvette. Flere av informantene syntes at det å ri barbak (uten sal) var skummelt.

Jagodzinski & De Muri (2005) påpeker at samhandling med hest på bakkenivå også kan gi alvorlige konsekvenser. På bakkenivå handlet dette om at informantene var redde for å bli sparket, klemt mellom hesten og veggen, bitt eller tråkket på. De fleste av informantene ønsket at de hadde hatt en fast hest på gården. Flere sa at de følte seg tryggere både under riding og stell av hestene når de hadde hatt samme hest flere ganger.

Lavender (2006) mener at hestene har grenser som gjør at den handler instinktivt for ivareta seg selv. Den begrensede erfaringen medførte at informantene ikke hadde så gode forutsetninger til å kunne lese hestene og deres grenser. Lavender (2006) mener at å håndtere hestene på bakkenivå er en måte å bli kjent med hestene og deres grenser, samt å bli kjent med egne grenser. Å bli kjent med hestene gjennom stell og kos ble av mange ansett som en bedre måte å skape kontakt med hestene på enn gjennom riding. En av informantene opplevde i denne sammenheng å bli bedre kjent med seg selv gjennom å lære hestene å kjenne.

At så mange opplevde denne usikkerheten og frykten for hestene kom noe overraskende på oss siden intervensjonen var frivillig og at de kunne trekke seg når som helst. Det som gikk igjen i forhold til disse følelsene var et ønske om å overkomme redselen. Blant annet så det å tilegne seg kunnskap og utfordre seg selv i situasjoner som var skremmende ut til å skyldes et ønske om å mestre interaksjonen bedre. Kunnskap kan i denne situasjonen ses på både som en ytre og indre faktor, da informantene selv virket veldig motivert til å lære, men at de også ble påvirket av de andre menneskene på gården.

Enkelte av informantene mente at de bare måtte bli vant til å gjøre det som var skummelt, og dermed få erfaring med hvordan de kunne håndtere liknende situasjoner senere.

Lavender (2006) viser til egen erfaring der han er overbevist om at hester aldri hadde skadet han bevisst, men kun har hatt intensjon om å beskytte seg selv. Flere informanter hadde en grunnleggende tillit til hesten og var overbevist om at det de var engstelige for ikke kom til å skje og at hestene ikke hadde noe ønske om å skade dem. Informantene beskrev hestene som spesielle dyr, som de fikk en nær kontakt med. Muligens kan dette ha vært en av

årsakene som medvirket til at det var verdt å være med intervensjonen, til tross for at noen situasjoner skapte redsel.

Videre snakket informantene om gleden ved fremgangen knyttet til hva de turte nå sammenliknet med de første gangene de kom til gården. ECON (2009) påpeker at fokus på en lystbetont mestringsfølelse ved hest som medisin, uansett om det er i form av fysisk, psykisk eller sosiale intervensjoner er viktig. Følelsen av å mestre situasjoner og å utfordre seg selv i samhandling med hesten så ut til være årsaken til at informantene som var engstelige fortsatte å komme til gården. Det lå en tydelig stolthet ved av å ha mestret noe og følt fremgang med noe de var redde for. I forhold til dette sier Olsen (2006) at gårdens elementer gir muligheter til blant annet læring og følelse av mestring, slik vi fikk bekreftet av informantene.

I tillegg til økt mestringsfølelse, slik noen informanter meddelte, er riding en aktivitet som styrker muskler, balanse og kroppsholdning (Fitzpatrick & Tebay, 1998; Trætteberg, 2006; ECON, 2009). Balansetrening under riding ble ansett som en øvelse som blant annet var utfordrende og gøy. En informant var også opptatt av at riding var en aktivitet som ga god trening for hele kroppen. I følge Larsen & Parlevini (1984) har regelmessig fysisk aktivitet forebyggende effekt på helsetrusler som kreft, fedme, muskel- og skjelettlidelser og hjerte- og karsykdommer. Andre helsegevinster forfatterne nevner som følge av aktivitet er at det reduserer stress, gir økt energi, glede og positive mestringsfølelse. Informantene på gården var i stor grad også opptatt av gleden de opplevde ved riding.

I ungdomstiden kan helseatferden forandre seg og få konsekvenser for helsen i voksenlivet, og det er derfor viktig å ha fokus på positiv helseatferd i denne fasen for å unngå uhelse (Fryjordet, 2002). Vi har ved overnevnte tilfeller knyttet mulige helseeffekter som kan forekomme ved å være i aktivitet med hest. Riding er derfor en del av en positiv helseatferd som kan være gunstig for ungdommene å fortsette med. Ni av informantene ønsket å fortsette med hest etter at intervensjonen var ferdig, og det er derfor grunn til å tro at dette kan ha en forebyggende effekt mot helsetrusler, og at effekten av å fortsette med hest og riding som aktivitet, kan ha en helsefremmende funksjon.

5.2.8 Naturomgivelser

Den fysiske aktiviteten personer kan få ved å befinne seg i naturen anses som viktig for å

vedlikeholde helsen og redusere risikoen for sykdommer (Health Council of the Netherlands, 2004). De fleste informantene knyttet naturomgivelser rundt gården til aktivitet med hestene, ved å ri eller gå tur med hestene i skogen. En av beskrivelsene av å være i naturen var at det ga en følelse av frihet. Noen mente at gårdens beliggenhet ikke var så viktig, så lenge det fortsatt var mulig å ri i skogen. Naturen oppfattes i samsvar med Laumann, Gärling & Stormark (2003) sine studier som stressreducerende, og en informant uttrykte dette;

“...å være i naturen med hesten og sånn....det er liksom en veldig beroligende effekt da på en måte.”

Samtidig ga naturomgivelsene for noen også assosiasjoner til noe utrygt. På en annen side kan ikke informantenes redsel anses å ha direkte sammenheng med naturen alene, da dette først og fremst omfattet ridningen i naturen. Omgivelsene i naturen var skremmende fordi det var store åpne områder der enkelte informanter fikk en følelse av mangel på kontroll over hestens atferd. Ridebanen ble foretrukket av de som var engstelige da det var et lukket område der informantene følte at gårdseieren hadde kontroll over hva som foregikk.

Enkelte var av motsatt oppfatning og ga uttrykk for at ridning kun på ridebanen ville blitt kjedelig sammenliknet med skogen. Strandbu & Bakken (2009) påpeker at noe av det positive ved naturlige omgivelser er at den påvirker utviklingen av koordinasjon og motorikk. Ridning gir i følge Traeen og Wang (2006) en god fysisk treningseffekt, noe som ble nevnt av informantene, spesielt ved ridning i skogen. Dette var i form av at rideturene ble mer utfordrende enn å ri på banen. Flere informanter sa at naturen kunne by på hindringer og ulendt terreng som krevde at de fulgte med og at de var i stand til å svinge unna trær og andre naturelementer på smale stier eller i bratte bakker.

I følge Fryjordet (2002) og Frønes (2007) er ungdomstiden en gunstig periode for å innføre gode helsevaner. Health Council of the Netherlands (2004) viser til at man i naturen kan finne “meningen med livet” i hverdagen, og at det er viktig med slike aktiviteter som en motpol til hverdagens stress og mas. At informantene i intervensjonen er i en alder der man legger vaner kan det å få positive erfaringer med å tilbringe tid i natur være et hjelpemiddel ved stress i fremtiden. Naturomgivelsene ble omtalt som betydningsfullt ved opplevelse av å få ri og leie hestene på tur i skogen og slik bli bedre kjent med de gjennom denne utendørsaktiviteten.

6.0 Videre forskning

Vår undersøkelse har vist at det er mange miljøfaktorer på gård som har betydning for ungdoms fulle opplevelse i intervensjon med hest. Vi ser at vår undersøkelse omhandler et stort område der faktorene hang sammen og påvirker hverandre. Dette skaper derfor et mangfold av miljøfaktorer og miljøfaktorenes påvirkning på indre faktorer. Undersøkelsen var en del av et større doktorgradsprosjekt. Da metoder som kvalitativ forskning ved filming og kvantitativ forskning ved spørreskjema er anvendte metoder i prosjektet, og våre data omfatter kvalitative intervjuer, gir dette til sammen en stor mengde datamateriale. Med dette store datamaterialet vil helheten være et godt grunnlag for videre forskning.

Interessante områder for videre forskning, i forhold til vår undersøkelse, vil være å ta for seg noen av de faktorene som kom frem i undersøkelsen og gå dypere inn på disse. Det kan også være interessant å utføre direkte observasjon, da vi ved filming av intervensjonen så flere faktorer som var tilstede, men som informantene ikke nevnte i intervjuene. Siden våre informanter var fra tettsteder, ser vi det også som interessant å kunne se på storbyungdoms opplevelser av miljøfaktorer på gård.

Vi håper denne undersøkelsen kan være til nytte for andre, og et utgangspunkt i videre forskning, der man kan se nærmere på de faktorene som stod i fokus for ungdommenes opplevelser på gård.

7.0 Avslutning

I undersøkelsen har vi hatt fokus på ungdoms opplevelser av miljøfaktorer på gård. Gjennom intervjuene har vi fått innblikk i hvilke områder informantene så som viktige faktorer, både ytre og indre, for deres fulle opplevelse av å være på gården og i interaksjon med hestene.

Som vi har sett er det flere miljøfaktorer som har påvirket informantenes opplevelse av være på gården. Det kan tyde på at informantenes møte med gården og håndtering av de utfordringene dette innebar, samt naturopplevelsene i seg selv, kan ha hatt en positiv påvirkning. Dette kan muligens sees i forhold til utvikling av identitet, sosial kompetanse, sanseutvikling, fysisk og psykiske helse og derav livskvalitet som helhet.

Det sosiale miljøet på gården var et av de viktigste funnene i undersøkelsen, og vi så her hvordan forventet utfall av en handling, påvirket informantenes interaksjon med dyrene og menneskene på gården. Hestene og de andre gårdsdyrene bidro til at informantene fikk øvelse i å ta ansvar og vise omsorg. I tillegg opplevde flere at å tilegne seg ferdigheter ved riding og annen samhandling med hestene, fikk de økt mestringsfølelse ved å ha bedre kontroll over redsel, muligheter for å utfordre seg selv, tilegne seg kunnskap og oppleve fremgang.

Ut i fra våre funn og teorier på dette feltet kan det være mulig at noen av disse faktorene kan ha en helsefremmende og forbyggende effekt for informantene.

Totalt sett så vi at informantenes opplevelser bygde på positive opplevelser og kan ha bidratt til at informantene har utviklet seg på flere områder.

Litteraturliste

- Aagre, W. (2003). *Ungdomskunnskap: hverdagslivet kulturelle former*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Aarø, L. E. & Klepp, K. (2009). Helse-relatert atferd og livsstil i kontekst. I: K. Klepp & L. E. Aarø (red.), *Ungdom, livsstil og helsefremmende arbeid* (s. 19-42). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Abram, D. (2005). *Sansenes magi: å se mer enn du ser: persepsjon og språk i en mer-enn-menneskelig verden*. Oslo: Flux Forlag.
- Antonovsky, A. (2004). *Helbredets mysterium* (3. utg.). København: Hans Reitzels Forlag.
- Ball, J. E., Ball, C. G., Mulloy, R. H., Datta, I. & Kirkpatrick, A. W. (2009). "Ten years of major equestrian injury: are we addressing functional outcomes?" [Online]. *Journal of Trauma Management & Outcomes*. 19; 3:2.
- Bakkland, Å. (2008). *Menneskers selvoppfatning og aktivitet med hest*. Masteroppgave i pedagogikk. Oslo: Universitetet i Oslo.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy. The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Berget, B. (2006). *Animal-assisted therapy: effects on persons with psychiatric disorders working with farm animals*. Doctor of philosophy. Aas: Department of Animal and Aquacultural Sciences.
- Berget, B. & Braastad, B. O. (2008). *Kunnskapsstatus og forskningsbehov for inn på tunet*. Ås: Institutt for husdyr- og akvakulturvitenskap, Universitetet for miljø- og biovitenskap.
- Berg, M. & Woundenberg, F. (2005). Nature and Health: The Influence of Nature on Social, Psychological and Physical Well-being. I: C. Gallis (ed.), *1st European COST E39 Conference. Forests, Trees, and Human Health and Well-being* (pp. 175-185). Hellas: Thessaloniki. Siokis – Medical & Scientific Publishers.
- Bokkers, A. M. (2006). Effects of Interaction between Humans and domesticated animals. I: J. Hassink, & M. van Dijk, *Farming for Health*. (pp.31-41) [Online]. Netherlands: Springer.
- Brevik, G. (2001). *Sug i magen og livskvalitet*. Oslo: Tiden.
- Champagne, D. (2007). *Therapeutic riding and hippotherapy – Related yet still different*. Hentet 2. februar 2011 fra CanTRA Caller: <http://www.cantra.ca/documents/CallerWinter2007.pdf>
- Den norske lægeforening (2001). *Forskning og fagutvikling i forebyggende helsearbeid blant barn og unge: rapport fra arbeidsgruppe oppnevnt av Folkehelse, Norges forskningsråd, Statens helsetilsyn og Forprosjekt for oppretting av Forsknings- og*

utviklingscenter for helsestasjons- og skolehelsetjenesten: etter initiativ fra Den norske lægeforening: avgitt til Legeforeningen 15.02.2001. Oslo: Legeforeningen.

ECON (2000). *Fremtid for den norske hesten?* (Econ-rapport nr. 5/2000). Oslo: ECON Senter for økonomisk analyse.

ECON (2009). *Hest i Norge.* (Econ-rapport nr. 2009-001). Oslo: Econ Pöyry.

Edlev, L. T. (2008). *Natur og miljø i pædagogisk arbejde* (2. utg.). Danmark: Munkgaard Danmark.

Egeland, S. & Hoff, S. A. (1998). *Barns utemiljø – Veileder om offentlige krav og retningslinjer* (2.utg.). Oslo: Kommuneforlaget.

Esser-Noethlichs, M. (2011). *Prøveforelesning: Discuss the strengths and weaknesses of quantitative approaches to the topic inter cultural understanding, 4.4.2011, Norges Idrettshøgskole.* Hentet 8. mai 2011 fra:
http://www.nih.no/templates/Page_9652.aspx

Fauske, H. & Øia, T. (2003). *Oppvekst i Norge.* Oslo: Abstrakt Forlag.

Fitzpatrick, J. C. & Tebay, J. M. (1998). Hippotherapy and therapeutic riding. I: C. C. Wilson & D. C. Turner (ed.), *Companion animals in human health.* London: Sage.

Fjørtoft, I. & Reiten, T. (2003). *Barn og unges relasjoner til natur og friluftsliv. En kunnskapsoversikt.* (HIT-skrift nr. 10). Telemark: Friluftslivets fellesorganisasjon.

Fodnes, M. & Steigen, A. M. (2009). *Ungdoms opplevelse av aktivitet med hest. En kartleggingsundersøkelse blant ungdom mellom 13 og 18 år.* Masteroppgave i Folkehelsevitenskap. Ås: Universitetet for miljø- og biovitenskap (UMB).

Folkehelseinstituttet (2009). *C.2 Friluftsliv og naturkontakt.* Hentet 24. februar 2011 fra:
http://www.fhi.no/eway/default.aspx?pid=233&trg=MainLeft_6039&MainArea_566_1=6039:0:15,4514:1:0:0:::0:0&MainLeft_6039=6041:70177::1:6043:2:::0:0

Forsberg, L. (2007). *Att utveckla handlingskraft: Om flickors identitetskapande processer.* Doktorgradsavhandling. Luleå: Luleå tekniska universitet.

Friedmann, E & Thomas, S. A. (1995). *Pet Ownership, Social Support, and One-year Survival after Acute Myocardial Infarction in the Cardiac Arrhythmia Suppression Trial (CAST)* [Online]. *American Journal of Cardiology*, 76: 1213-1217.

Fryjordet, J. (red.) (2002). *Mot i brystet, stål i ben og armer. En statusrapport om helse, helsefremmende arbeid og helsetjenester for ungdom.* Oslo: Den Norske Lægeforening.

Frønes, I. (2007). *Moderne barndom* (2. utg.). Oslo: Cappelen Akademisk Forlag.

- Gjærum, B., Grøholt, B. & Sommerschild, H. (red.) (1998). *Mestring som mulighet I møte med barn, ungdom og foreldre*. Oslo: Tano Aschehoug.
- Glavin, K. & Erdal, B. (2007). *Tverrfaglig samarbeid i praksis- til beste for barn og unge i kommune-Norge*. Oslo: Kommuneforlaget.
- Godø, I. H. (2005). *Når det å velge er viktigst – om ungdom, framtidorientering og en lokal kontekst*. Hovedoppgave i pedagogikk. Oslo: Universitetet i Oslo.
- Grendstad, N. M. (1990). *Hva styrer min atferd. Litt hverdagspsykologi* (3. Utg.) [Online]. Oslo: Didakta Norsk Forlag.
- Grinde, B. & Patil, G. G. (2009). Biophilia: Does Visual Contact with Nature Impact on Health and Well-Being? [Online]. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 6, 2332-2343.
- Haugan, L., Nyland, R., Fjeldavli, E., Meistad, T. & Braastad, B. O. (2006). Green care in Norway: farms as a resource for the educational, health and social sector. I: J. Hassink & M. Van Dijk, *Farming for health: Green-care farming across Europe and the United States of America* (pp. 109-126). Dordrecht: Springer.
- Hägerhäll, C. M. (2005). Naturen I landskapsupplevelsen och landskapsupplevelsens natur. I: M. Johansson & M. Küller (red.), *Svensk miljöpsykologi* (s. 209-224). Sverige, Lund: Studentlitteratur.
- Health Council of the Netherlands (2004). *Nature and Health. The influence of nature on social, psychological and physical well-being*. Health Council of the Netherlands. Hentet 3. mars 2011 fra:
<http://www.gezondheidsraad.nl/sites/default/files/Nature%20and%20health.pdf>
- Heggen, K., Myklebust, J. O. & Øia, T (red.) (2001). *Ungdom: I spenninga mellom det lokale og det globale*. Oslo: Det Norske Samlaget.
- Heggen, K. & Øia, T. (2005). *Ungdom i endring: mestring og marginalisering*. Oslo: Abstrakt forlag.
- Hegna, K. (2005). *“Likestillingsprosjektets” barn. Endringer i kjønnsforskjeller blant ungdom fra 1992 til 2002* (NOVA Rapport 21/05). Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- Helland, H. & Øia, T. (2002). *Forebyggende ungdomsarbeid*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Helsedirektoratet (2005). *Handlingsplan for fysisk aktivitet 2005-2009*. Oslo: Helsedirektoratet.
- Helsedirektoratet (2010). *Folkehelsearbeidet- veien til god helse for alle*. Oslo: Helsedirektoratet.
- Helsinkideklarasjonen (2008). *Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects*. Hentet 24. januar 2011 fra:
<http://www.wma.net/en/30publications/10policies/b3/index.html>

- Hest og Helse (2011). *Landsdekkende medlemsorganisasjon - HEST OG HELSE*. Hentet 2. februar 2011 fra Helse og Hest:
http://www.hestoghelse.no/index.php?option=com_content&task=view&id=15&Itemid=56
- Holmboe-Ottesen, G. & Tellnes, G. (2005). Urbanisation and public health challenges in Europe. I: G. Tellnes (ed.), *Urbanisation and Health. New Challenges in Health Promotion and Prevention* (pp. 15-26). Oslo: Unipubforlag – Oslo Academic Press.
- Håkanson, M. (2008). *Equine Assisted Therapy in Physiotherapy*. Gothenburg: Institute of Medicine at Sahlgrenska Academy, University of Gothenburg.
- Irwin, C. (2001). *Horses Don't Lie: What Horses Teach Us About Our Natural Capacity for Awareness, Confidence, Courage, and Trust*. New York: Marlowe Company.
- Jacobsen, A. L. & Sandberg, G. (2007). *Virksomme faktorer i terapi. En kvalitativ studie av terapeuters og pasienters opplevelse av en utradisjonell behandlingsmetode*. Hovedoppgave til graden Cand. Psychol. Tromsø: Universitetet i Tromsø.
- Jagodzinski, T. & De Muri, G. P. (2005) *Horse-related Injuries in Children: A Review* [Online]. Wisconsin Medical Journal. Vol. 104 (2).
- Johannessen, A., Tufte, P. A. & Kristoffersen, L. (2004). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (2. utg.). Oslo: Abstrakt forlag.
- Jolly, L. & Krogh, E. (2007). The Farm as a Pedagogical Resource – Health and Learning from Farm Activities for School Children in Norway. I: C. Gallis (ed.), *1st European COST Action 866 conference. Green care in Agriculture: Health effects, Economics and Policies* (pp. 235-250). Australia: Vienna. University Studio Press.
- Kachelmeier, P. A. (2008). *Starting an Equine-Assisted Program: An Investigative Study into the Creation of an Equine Assisted Psychotherapy or Learning Business* [Online]. Master of arts. Arizona: Prescott College.
- Kaplan, R. og Kaplan, S. (1989). *The experience of nature: a psychological perspective*. Ann Arbor, Mich.: Ulrich's Bookstore.
- Kaplan, S. (1995). *The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework* [Online]. Journal of Environmental Psychology, 15: 169-182.
- Kellert, S. R. (1993). The Biological Basis for Human Values of Nature. I: S. R. Kellert & E. O. Wilson, *The Biophilia Hypothesis* (pp. 31-41). Washington, D. C, California: Island Press.
- Klepp, K., Thuen, F. & Wilhelmsen, B. U (red.) (1995). *Ungdom for helse. Fra teori til praksis i helsefremmende arbeid med ungdom*. Oslo: Kommuneforlaget.
- Koren, E. & Træen, B. (2003). *Jenter og hest-Stallen som arena for sosialisering og mestring* [Online]. Tidsskrift for ungdomsforskning 3(2): 3–26.

- Krogh, E. (2000). Det er den draumen – gården som livsstilsprosjekt. I: D. J. Lønning (red.), *Bønder i soloppgang?* (s. 34-51). Buskerud: Boksmia forlag.
- Krogh, E. (2007). Hvilket utbytte har samfunnet av gård-skolesamarbeid? I: L. Jolly (red.), K. Parow, S. S. Sandberg, E. Krogh, A. Grutle & S. Borge, *Gården som pedagogisk ressurs. Et veiledningshefte for bønder og lærere* (s. 27-30). Hentet 30. mars 2011 fra: http://levendelaering.umb.no/pdf_documents/Veiledningshefte/GardenSomPedagogiskResurs.pdf
- Kruger, K. A. & Serpell, J. A. (2006). Animal-Assisted Interventions in Mental Health: Definitions and Theoretical Foundations. I: A. H. Fine (ed.), *Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice* (2nd ed.)(pp. 21-38). San Diego, California: Academic Press.
- Kruger, K. A. & Serpell, J. A. (2010). Animal-assisted interventions in mental health: definitions and theoretical foundations. I: A. H. Fine (ed.), *Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice* (3rd ed.)(pp. 33-48). San Diego, California: Academic Press.
- Küller, R. (2005). Miljøpsykologins oppkomst og utvekling i Sverige. I: M. Johansson & M. Küller (red.), *Svensk miljøpsykologi* (s. 209-224). Sverige, Lund: Studentlitteratur.
- Kvale, S. (1997). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju* (2. utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Landbruks- og Matdepartementet (2007). *Handlingsplan for Inn på tunet*. Hentet 28. februar 2011 fra: [http://www.innovasjon Norge.no/Landbruk fs/Inn%20paa%20tunet/Handlingsplan%20for%20Inn%20p%C3%A5%20tunet.pdf](http://www.innovasjon Norge.no/Landbruk/fs/Inn%20paa%20tunet/Handlingsplan%20for%20Inn%20p%C3%A5%20tunet.pdf)
- Larsen, C. (2006). *Ridning som idrett og rekreasjon. En studie av kvinnelige ryttere*. Hovedoppgave til Cand. Psychol. Graden. Institutt for psykologi: Universitetet i Tromsø, Norge.
- Larsen, S. & Parlenvi, S. (1984). *Børns liv og læsning– om at gribe og begribe sin verden*. København: Gyldendals pædagogiske bibliotek.
- Laumann, K., Gärling, T. & Stormark, M. K. (2001). *Rating scale measures of restorative components of environments* [Online]. *Journal of Environmental Psychology*, 21, 31-44.
- Laumann, K., Gärling, T. & Stormark, M. K. (2003). *Selective attention and heart rate responses to natural and urban environment* [Online]. *Journal of Environmental Psychology*, 23, 125-134.

- Laumann, K. (2004). *Restorative and stress-reducing effects of natural environments: experiential, behavioural and cardiovascular indices*. Bergen: Research Centre for Health Promotion, Faculty of Psychology, University of Bergen.
- Launsø, L. & Rieper, O. (2005). *Forskning om og med mennesker: forskningstyper og forskningsmetoder i samfunnsforskning*. København: Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck.
- Lavender, D. (2006). *Equine-utilised psychotherapy. [Dance With Those that Run With Laughter]*. London: Mrunalini Press Limited.
- Louv, R. (2009). *Last child in the woods: saving our children from nature-deficit disorder*. London: Atlantic Books.
- Mathiesen, K. S., Kjeldsen, A., Skipstein, A., Karevold, E., Torgersen, L. & Helgeland, H. (2007). *Trivsel og oppvekst – barndom og ungdomstid* (Rapport 2007:5). Oslo: Nasjonalt folkehelseinstitutt.
- McCormick, A. V. & McCormick, M. D. (1997). *Horse sense and the human heart: what horses can teach us about trust, bonding, creativity and spirituality*. Deerfield Beach, Fla.: Health Communications.
- McCracken, G. D. (1988). *The long interview*. Newbury Park, California: Sage.
- McNicholas, J. & Collis, G. M. (2006) Animals as Social Supports: Insights for Understanding Animal Assisted Therapy. In: A. H. Fine (ed.), *Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice* (2nd ed.)(pp.49-73). San Diego, California: Academic Press.
- Meistad, T. & Nyland, R. (2005). *Du må så før du høster – om arbeidsmarkedstiltak på gård for mennesker med psykiske lidelser* (Rapport nr2/05). Trondheim: Senter for bygdeforskning.
- MISHRM (2005) *State Conference: Building Effective Relationships through Equine Assisted Learning*. Hentet 17. Februar 2011 fra:
<http://www.myklc.com/Documents/MISHRMStateConferencehandout.pdf>
- Mæland, J. G. (2010). *Forebyggende helsearbeid. Folkehelsearbeid i teori og praksis* (3. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Nettverks- og utredningsprosjektet (2000). *Næringspolitikk for hest – Innstilling fra næringspolitisk utvalg*. Lena: Norsk Hestesenter.
- Nilsson, K., Baines, C. & Konijnendijk, C. C. (2007). *COST Strategic Workshop. Health and the Natural Outdoors* (Final Report 19-21 April). Larnaca: Cyprus.
- Norling, I. (2001a) *Rekreation och psykisk hälsa. Dokumentation och analys av forskning om hur rekreationens inriktning och kvalitet kan förbättra psykisk hälsa och behandlingen av psykisk ohälsa*. Göteborg: Sektionen för vårdforskning, Sahlgrenska Universitetssjukhuset.

- Norling, I. (2001b). *Rekration och psykisk hälsa. Om hur rekreatioen kan förbättra psykisk hälsa och behandlingen av psykisk ohälsa* (Sammenfattning av en forskningsrapport). Göteborg: Sektionen för vårdforskning, Sahlgrenska Universitetssjukhuset.
- Olsen, E. J. (2006). *Grønn Omsorg. Gården som ressurs for opplæring, omsorg og arbeidstrening* [Online]. Alta: Nordlysbyen Alta.
- Olsvik, V. M. & Skålholt, A. (2008). *Bruk av hest i psykisk helsevern. En kartlegging av virksomheter og aktiviteter på området*. (ØF-notat nr. 04/2008). Lillehammer: Østlandsforskning.
- Osnes, H., Skaug, H. N. & Kaarby, K. M. E. (2010). *Kropp, bevegelse og helse i barnehagen*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Pellmer, K. & Wramner, B. (2007). *Grundläggande folkhälsovetenskap*. Stockholm: Liber.
- Regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk (2010). *Rutiner for prosjektendring*. Hentet 24. januar 2011 fra:
http://helseforskning.etikkom.no/ikbViewer/page/reglerogrutiner/endringograpport?p_di=35021&lan=2
- Rossow, I. (2003). *Ungdommen nå til dags – tall fra "Ung i Norge 2002"*. *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 1(3):89-97.
- Rothe, E. Q., Vega, B. J., Torres, R. M., Soler, S.M.C & Pazos, R. M. M. (2005). *From kids and horses: Equine facilitated psychotherapy for children*. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, vol. 5, nr. 002, 373-383.
- Rubin, H. J. & Rubin, I. (2005). *Qualitative interviewing: the art of hearing data*. Thousand Oaks, California: Sage.
- Schenk, I. (2007). Education for Sustainable Development – Investin in the Future. I: C. Gallis (ed.), *1st European COST Action 866 conference. Green care in Agriculture: Health effects, Economics and Policies* (pp. 25-32). Australia: Vienna. University Studio Press.
- Schlote, S. M. (2009). *Animal-assisted therapy and equine-assisted therapy/learning in Canada: Surveying the current state of the field, its practitioners, and its practices* [Online]. Bachelor of Arts, The University of Western Ontario, 2002, Master of Arts, in Counselling Psychology in the Faculty of Education. Canada: University of Victoria.
- Sempik, J., Hine, R. & Wilcox, D. (eds.) (2010). *Green Care: A Conceptual Framework, A Report of the Working Group on the Health Benefits of Green Care, COST 866, Green Care in Agriculture* (Center for Child and Family Research). Loughborough: Loughborough University.
- Serpell, J. A. (2006) Animal-Assisted Intervention in 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, California: Academic Press.

- Serpell, J. A. (2010) Animal-Assisted Intervention in Historical Perspective. In: A. H. Fine (ed.), *Handbook on Animal-Assisted Therapy. Theoretical Foundations and Guidelines for Practice* (3rd ed.)(pp.17-32). San Diego, California: Academic Press.
- SSB (2010). *24 000 færre jordbruksbedrifter sidan 1999*. Oslo: Statistisk Sentralbyrå.
- Stokke, K. & Rye, S. K. P. (2007). *Inn på tunet. Nasjonal og regional organisering. Gårdsbrukerens økonomi og erfaring* (Notat 2007-8). Oslo: Norsk institutt for landbruksøkonomisk forskning.
- Strandbu, Å. & Bakken, A. (2009). Ungdomstid – identitet, kvalifisering og endring. I: R. Hjermand & K. Haanes (red.), *Barn* (s. 76-83). Oslo: Universitetsforlaget.
- Strumse, E. (2007). *Psykologiske perspektiver på forholdet mellom menneske og natur* [Online]. Tidsskrift for Norsk Psykologforening, Vol. 44(8): 988-990.
- Sørensen, L. E. (1999). *Hesten som pædagogisk redskab*. Faaborg: Zosma.
- Traeen, B. & Wang, C. E. (2006). *Perceived Gender Attribution, Self-Esteem, and General Self-Efficacy in Female Horseback Riders. Norway: Department of Psychology, University of Tromsø, Norway. Vol. 25, nr 10, 439-444.*
- The Pegasus Project (2005). *Examples of Good Practice in Equine Assisted Therapy*. Hampshire: George Mann Publications.
- Trætteberg, E. (2006). *Ridning som rehabilitering*. Oslo: Akilles.
- Tjora, A. (2010). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Ulrich, R. S. (1993). Biophilia, Biophobia, and Natural Landscapes. I: S. R. Kellert & E. O. Wilson, *The Biophilia Hypothesis* (pp. 31-41). Washington, D. C, California: Island Press.
- Vidrine, M., Smith-Owen, P. & Faulkner, P. (2002). *Equine-facilitated group psychotherapy: applications for therapeutic vaulting* [Online]. Issues in Mental Health Nursing, 23: 587–603.
- Waaseth, G. (2006). *Virkning av grøntområder på menneskers helse og trivsel. –En litteraturgjennomgang* [Online]. Bioforsk FOKUS, Vol.1(6).
- Wilson, E. O. (1993). Biophilia and the Conservation Ethic. I: S. R. Kellert & E. O. Wilson, *The Biophilia Hypothesis* (pp. 31-41). Washington, D. C, California: Island Press.
- Øia, T. & Bakken, A. (2002). *Nye tall om ungdom. Midt i tenårene – noen tall fra UNGdata* [Online]. Tidsskrift for ungdomsforskning. 2002, 2(1):75-82.
- Øia, T & Fauske, H. (2010). *Oppvekst i Norge* (2. utg.). Oslo: Abstrakt forlag.

Øverby, N. C., Torstveit, M. K. & Høigaard, R. (2011). Hva er folkehelse og folkehelsearbeid?
I: N. C. Øverby, M. K. Torstveit & R. Høigaard (red.), *Folkehelsearbeid* (s. 11-22).
Kristiansand: Høyskoleforlaget – Norwegian Academic Press.

Intervju

Bakgrunnsinformasjon

- 1) Hvor gammel er du?
- 2) Hvor mange ganger har du vært på gården til nå?
- 3) Kommer/bor du i naturomgivelser eller by omgivelser?
- 4) Hvilken erfaring har du med gård fra før?
- 5) Hvilken erfaring har du med hest fra før?
- 6) Hvilken erfaring har du med husdyr?
- 7) Hvilken erfaring har du med gårdsdyr fra tidligere?
- 8) Hvor mange dager har du hittil vært på gården?

Gården

- 9) Kan du beskrive en vanlig dag for deg på gården?
- 10) Kan du med dine egne ord beskrive gården?
 - Hva er det du ser når du går rundt på gården?
 - Stor/liten
 - Fint/stygt
 - Ryddig/Rotete
 - Rent/møkkete
 - Hus
 - Stall
 - Gårdsplass
 - Dyr
 - Gårdsredskaper
 - Jorder
 - Enger
 - Skogen rundt
 - Slette
 - Hva betyr mest for deg på gården?
 - Hvorfor betyr dette mest for deg?
 - Hvilke lukter forbinder du med gården?
 - Hvordan opplever du disse luktene?
 - Gode/vonde lukter
 - Kjente/fremmede lukter
 - Sterke/svake lukter
 - Hvilke lyder hører du på gården

Vedlegg 1

- Hvordan opplever du disse lydene?
 - Rolig/bråkete
 - Høye/lave
 - Kjøreredskaper
 - Dyrelyder
 - Mennesker

Omgivelser

8) Kan du beskrive omgivelsene rundt gården?

- Skog
- Jorde
- Eng
- Fjell
- Vann
- Trær/planter
- Blomster
- Skogsdyr
- Fugler
- Frukter/bær/sopp
- Hvordan opplever de ulike omgivelsene?
 - I form av syn
 - I form av lukt
 - I form av hørsel

9) Hvordan bruker dere omgivelsene rundt gården?

- Hva av dette synes du spesielt er betydningsfullt for deg å gjøre?

10) Nå er du her på gården både på høsten og vinteren. Er det en av disse årstidene du liker bedre enn den andre i forhold til oppholdet på gården?

- Hva er det som er så bra med denne/disse årstidene i forhold til gården som arena?

Gjøremål

11) Hvilke oppgaver har du på gården?

- Med dyrene
- På gården
- I omgivelsene
- Hva synes du at du får ut av disse gjøremålene?
 - Glede
 - Erfaring
 - Kunnskap
 - Opplevelser
- Hvilke oppgaver er det du har eget ansvar for?
 - Hvordan opplever du å ha ansvar for noe på gården?
- Hva er det du liker best å gjøre på gården?

Vedlegg 1

- Hvorfor?
- Hva liker du minst å gjøre på gården?
 - Hvorfor?

Gårdsdyr

12) Hvilke dyr finnes på gården?

13) Hvilken kontakt har du med de forskjellige dyrene?

- Foring/mating
- Måking
- Stell/kos
- Hvilken type kontakt liker du best?
 - Hvorfor?
- Hvor mye har du kontakt med de forskjellige dyrene?
- Er det noen grunn til at du har mer kontakt med noen av dyrene enn andre?
 - Fordi jeg må
 - Fordi jeg liker dem
 - Fordi jeg forer dem
 - Fordi jeg steller dem
- Er det noen dyr som betyr mer for deg å tilbringe tid sammen med?
- Hvorfor har dette størst betydning?

Hest

14) Kan du fortelle meg litt om hestene på gården?

- Hvor mange hester er det på gården?
- Vet du hva slags rase hestene er?
- Små/store
- Er de ute/inne?

15) Kan du fortelle meg litt om hesten/hestene du er i kontakt med på gården?

- Har du en fast hest på gården?
- Har du din egen hest, eller deler du denne hesten med noen andre?
- Er det viktig for deg å ha din egen hest?
- Steller eller rir?
- Kan du fortelle noe om hvordan hestene her har det?

16) Hvor viktig er det for deg å være i kontakt med hesten hver gang du er på gården?

- På hvilke områder er dette viktig?
 - Er stell viktig
 - Er riding viktig
 - Er foring viktig
 - Er måking viktig

17) Hvilken type riding gjør du og hva liker du best?

Vedlegg 1

- Skritt
- Trav
- Galopp
- Sprang
- Dressur
- Hvor liker du best å ri?
 - Inne/ute
 - Bane/skogen
- Hvorfor liker du best å ri her?

Avrundings spørsmål

18) Fortell meg om hva som har hatt størst betydning for din opplevelse på gården?

- Hesten
- Menneskene
- Gården
- Omgivelsene
- Læring
- Opplevelser
- Erfaring
- På hvilken måte har dette hatt betydning for deg?

19) Kan du fortelle meg om en spesiell opplevelse du husker godt fra oppholdet på gården?

20) Var hest noe du ønsket å drive med før du fikk dette tilbudet?

- Hvorfor ønsket du det?
- Hvorfor ønsket du det ikke?

21) Var gård noe du ønsket å oppleve før du fikk dette tilbudet?

- Hvorfor ønsket du det?
- Hvorfor ønsket du det ikke?

22) Er hest noe du ønsker å fortsette med?

- Hvorfor ønsket du det?
- Hvorfor ønsker du ikke det?

23) Ønsker du å fortsette å tilbringe tid på gård dersom det ikke er noen hest der?

- Hvorfor ønsker du det?
- Hvorfor ønsker du ikke det?

Avslutningsspørsmål

24) Er det noe mer du ønsker å tilføye? Er det noe mer du vil snakke om? Er det noe du føler jeg har glemt?

25) Er det noe du ønsker å spørre om før vi avslutter?

Har du lyst til å fortelle oss hva du opplever på gården?



Vi er to studenter som ønsker å skrive vår masteroppgave om deg og dine opplevelser på gården. Du har tidligere sagt ja til å være med på hovedprosjektet, *Hestens effekt på ungdoms selvfølelse, mestringstro og sosiale kompetanse*. Likevel må vi sende deg en ny forespørsel om du har lyst til å være med på et intervju.

Vi vil stille deg noen spørsmål om hvordan du synes det er å være på gården. Vi vil høre om dine opplevelser med DINE ord. Det er ingen fasit på spørsmål vi stiller deg. Hvor lenge intervjuet varer er avhengig av hva du vil fortelle. Intervjuet vil foregå på gården du er på og alt du forteller vil være anonymt.

-Om du vil bli med skriver du og dine foreldre under på samtykkeerklæringen bakerst og sender konvolutten som det er frimerke på innen to uker etter du får dette.

På forhånd tusen takk for hjelpen! Med vennlig hilsen Ina og Stine.

Er det noe du lurer på ta kontakt med:

Ina Berge

Tlf 90 28 62 64

Inab.berge@hotmail.com

Ønsker du å vite mer kan du lese vedlagt informasjon.

Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet

”Miljøfaktorers betydning for ungdoms opplevelse av aktivitet med hest på gård”

Har du lyst til å fortelle oss hva du opplever på gården?

Bakgrunn og hensikt

Vi er to masterstudenter ved Universitetet for miljø- og biovitenskap (UMB) på Ås som ønsker å skrive vår masteroppgave i Folkehelsevitenskap om dine naturopplevelser på den gården du er på som deltaker i forskningsprosjektet *Hestens effekt på ungdoms selyfølelse, mestringstro og sosiale kompetanse*. I forbindelse med dette ønsker vi å stille deg noen spørsmål en dag du er på gården, slik at vi kan få høre om dine erfaringer rundt det å være på en gård med hest og hvordan dette oppleves. Dette inngår som et av delmålene i det prosjektet du er med på. Du har tidligere fått et informasjonsskriv om hovedprosjektet da du samtykket til å delta i dette. Likevel må vi nå sende deg en ny forespørsel om du er villig til å delta i et intervju med oss.

Hva innebærer studien?

Vi ønsker at du skal fortelle oss om de ulike naturopplevelsene du har hatt på gården, både i forhold til miljøfaktorer og hesten, og med dine egne ord. Som bakgrunn for intervjuet har vi med en egen liste med spørsmål. I intervjuet vil vi både bruke båndopptaker og notere litt underveis, så vi kan huske det du har sagt. Lengden på intervjuet er avhengig av hvor mye du ønsker å fortelle oss, men vi regner med ca. en halv time. Intervjuet vil foregå på den gården du er på og vi vil sammen med deg finne en dato for intervjuet. Intervjuene gjennomføres høsten 2010 og vi skal ha med åtte av de deltakerne som har tilbud med hest denne høsten. Skulle vi få for mange deltakere, må vi foreta loddrekning blant dem som melder seg. Prosjektet er tilrådd av Regional komité for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk.

Mulige fordeler og ulemper

Under dette intervjuet har du mulighet til å utdype dine synspunkter på noen av de spørsmålene du får i spørreskjemaet som du skal fylle ut. Dette vil ikke gi andre ulemper enn at du må sette av en halv time etter en av ridetimen. Vi avtaler et tidspunkt som passer for både deg og oss.

Hva skjer med informasjonen om deg?

Informasjonen som registreres om deg skal kun brukes slik som beskrevet i hensikten med studien. Alle opplysningene vil bli behandlet uten navn og fødselsnummer eller andre direkte gjenkjennerende opplysninger. En kode knytter deg til dine opplysninger gjennom en

Vedlegg 2

navneliste. Denne koden slettes etter at prosjektet er avsluttet. UMB ved adm.dir. Siri Margrethe Løksa er øverste ansvarlige for at dataene blir behandlet forsvarlig.

Det er kun autorisert personell knyttet til prosjektet som har adgang til navnelisten og som kan finne tilbake til deg. Vi har taushetsplikt og er utdannet som hhv. sykepleier og vernepleier. Det vil ikke være mulig å identifisere deg i resultatene av studien når disse publiseres, da intet navn vil stå i masteroppgaven eller evt. en vitenskapelig artikkel. Teksten vil bli utformet slik at lesere ikke vil kunne forstå hvilken gård du har vært på og hvem som kan ha svart.

Frivillig deltakelse

Det er frivillig å delta i studien. Du kan når som helst og uten å oppgi noen grunn trekke ditt samtykke til å delta i studien. Dette vil ikke få konsekvenser for ditt videre tilbud på gården. Dersom du ønsker å delta, undertegner du samtykkeerklæringen på siste side. Dersom du senere ønsker å trekke deg eller har spørsmål til studien, kan du kontakte en av våre veiledere, stipendiat Hilde Hauge, tlf. 92244939.

Retten til innsyn og sletting av opplysninger om deg og sletting av prøver

Hvis du sier ja til å delta i studien, har du rett til å få innsyn i hvilke opplysninger som er registrert om deg. Du har videre rett til å få korrigert eventuelle feil i de opplysningene vi har registrert. Dersom du trekker deg fra studien, kan du kreve å få slettet innsamlede opplysninger, med mindre opplysningene allerede er inngått i analyser eller brukt i vitenskapelige publikasjoner.

Finansiering

Studien er finansiert gjennom forskningsmidler fra Norsk hestesenter, Starum og fra Universitetet for miljø- og biovitenskap, Ås.

Informasjon om utfallet av studien

Deltakerne har rett til å få informasjon om resultatene, og de vil få tilsendt en kopi av masteroppgaven.

Vi håper du vil bli med på intervjuet for å hjelpe oss med å få informasjon til masteroppgaven vår. Vi tror dette kan bli en positiv og lærerik opplevelse for deg.

Hvis du kan delta i intervjuet, så må du fylle ut vedlagte samtykkeerklæring og sende den i posten i vedlagte, frankerte svarkonvolutt innen to uker.

Er det noe du lurer på, ta kontakt med oss!
På forhånd tusen takk for hjelpen! :)

Med vennlig hilsen
Ina Berge og Stine Flatekval

Vedlegg 2

Vi kan kontaktes på telefon eller mail:

Ina Berge
Mastergradstudent

UMB
Tlf 90 28 62 64
Inab.berge@hotmail.com

Stine Flatekval
Mastergradstudent

UMB
Tlf 95 29 97 43
stine0204@hotmail.com

Faglig ansvarlig for prosjektet: forsker Bente Berget (tlf. 93423402) og stipendiat Hilde Hauge (tlf. 92244939), mens professor Bjarne O. Braastad (tlf. 41908693) er prosjektleder. Alle er tilsatt ved Universitetet for miljø- og biovitenskap, Institutt for husdyr- og akvakulturvitenskap, Boks 5003, 1432 Ås.

Samtykke til deltakelse i studien

Jeg er villig til å delta i studien ”Miljøfaktorers betydning for ungdoms opplevelse av aktivitet med hest på gård”

Deltaker:

.....

Dato	Signatur	Navn med blokkbokstaver
------	----------	-------------------------

.....

Telefon	Epost
---------	-------

Forelder/foresatt:

.....

Dato	Signatur	Navn med blokkbokstaver
------	----------	-------------------------

.....

Telefon	Epost
---------	-------

Masterstudenter:

Vi bekrefter å ha gitt informasjon om studien

Dato	Signaturer
------	------------

Sendes i vedlagte, frankerte svarikonvolutt innen to uker etter at du har fått skrivet tilsendt.

Miljøfaktorerers betydning for ungdoms opplevelse av aktivitet med hest på gård

Mastergradsoppgave for Stine Flatekval og Ina Berge, tilknyttet delmål 4 i forskningsprosjektet "Hestens effekt på ungdoms selvfølelse, mestringstro og sosiale kompetanse" (REK Sør-øst A, 6.2009.376)

Prosjektet har følgende særtrekk

I det eksisterende forskningsprosjektet "Hestens effekt på ungdoms selvfølelse, mestringstro og sosiale kompetanse" (en justert prosjektittel ifht. gammel tittel som REK bruker i sin korrespondanse) er det ønskelig å dokumentere ungdommers opplevelse av og oppfatninger rundt ulike miljøfaktorer ved gården og stallen der de er deltaker i tilbud om stell og ridning av hest. Problemstillingen utgjør delmål 4 i prosjektet. Spørreskjemaet i prosjektet inneholder noen spørsmål rundt dette med svaralternativer på en Likert skala. For å få en dypere innsikt i opplevelsen av miljøfaktorer rundt ridetilbud, er det ønskelig å få mer utdypende svar. Dette gjennomføres som en masteroppgave med 30 studiepoeng som skal utarbeides av to studenter ved masterstudiet i Folkehelsevitenskap – Natur og miljø, helse og livskvalitet ved Universitetet for miljø- og biovitenskap (UMB) i studieåret 2010/2011. Studiet er et samarbeid med Høgskolen i Oslo. Studentene har bakgrunn som hhv. sykepleier og vernepleier. Undersøkelsen foretas som en kvalitativ semistrukturert intervjuundersøkelse en dag midt i intervensjonsperioden som ungdommene er på gården. Resultatene fra masteroppgaven vil kunne gi et innblikk i hvordan utbytte av andre miljøfaktorer på gården oppleves av ungdommene som er med i prosjektet, og på hvilken måte dette har mening for den enkelte. Dette gir en ny dimensjon til delmål 4 i hovedprosjektet. Erfaring fra et annet pågående prosjekt innen grønn omsorg med samme prosjektleder viser at en kombinasjon av kvalitative og kvantitative studier gir kunnskap som hver av dem alene ikke gir.

Bakgrunn for masteroppgaven – sett fra studentenes side

Bakgrunnen for valg av tema for masteroppgaven kom frem med bakgrunn i masterstudentenes interesser og erfaringer omkring det å være på en gård. De har begge fra ung alder drevet med hest, og det å være på en gård har hatt en stor betydning for dem i forhold til å drive med denne interessen. Derfor fanget prosjektet Hilde Hauge er i gang med umiddelbart deres oppmerksomhet. De ønsker å få mer kunnskap og innsikt i ungdommers opplevelse av det å være på en gård.

Teoribakgrunn

Stadig flere ungdommer vokser opp i byer, som en del av urbaniseringen, og får dermed færre erfaringer med ulike miljøfaktorer på en gård. Byene blir stadig mer befolket og skaper mindre mulighet og plass til grøntområder som skog, trær og gressplener (Tellnes, 2005). Lewis (1996) hevder at det er tungtveiende grunner til vår kjærlighet til naturen. Denne opplevelsen er uavhengig av om det er potteplanter, hager, jorder eller skog vi omgir oss med (Lewis, 1996). Miljøpsykologene Kaplan og Kaplan (1989) skiller mellom to typer oppmerksomhet. Den ene formen for oppmerksomhet er knyttet til konsentrasjon om et emne. Denne formen for oppmerksomhet er anstrengende. Den andre varianten for oppmerksomhet skjer eksempelvis når

Vedlegg 3

noe spennende foregår. Dette kan være i sammenhenger der vi befinner oss i naturmiljøer, der konsentrasjonen ofte varer lengre. I naturmiljøer er det ikke nødvendig å sortere våre omgivelser men snarere skanne dem. Dette krever mindre energi og gjør at vår oppmerksomhet ikke blir begrenset (Kaplan og Kaplan 1989). I ungdommenes opplevelse av aktiviteten med hest kan denne påvirkes av andre faktorer i gårdsmiljøet. Det er viktig å få frem hvordan ungdommene opplever dette for å gi det totale bildet av aktiviteten.

Antonovsky (2004) hevder i sin teori "Sense of coherence" at oppgaver mennesker erfarer skal oppleves som meningsbærende og ha et formål for at de skal gi en høy opplevelse av sammenheng. Begrepene forståelig, håndterbart og meningsfullt er kjernekomponenter i teorien om opplevelse av sammenheng. Forståelighet ses i forhold til om man oppfatter de stimuli man konfronteres med som kognitivt forståelige. Håndterbarhet beskrives ut ifra hvilke tilgjengelige ressurser man har for å klare de utfordringer og krav man blir stilt overfor. For at noe skal ha mening skal utfordringene være verdt å engasjere seg i og miljøet ligge til rette for det. Det er flere faktorer som kan påvirke opplevelsen av en aktivitet.

Grønn omsorg handler om å bruke gården som en ressurs for opplæring, omsorg og arbeidstrening. Det er i dag ca. 800 tilbud til ulike brukergrupper av barn og voksne med ulike behov (Berget og Braastad, 2008). Doktorgradsprosjektet har fokus på hesten i en gårdssammenheng der flere faktorer enn hesten alene spiller inn. Det er derfor viktig i denne sammenhengen å se på faktorene på gården slik at den totale opplevelsen kommer frem.

Miljøfaktorer ved gården kan forstås som:

- Størrelsen på gården (antall hester og annen aktivitet) og hvordan det ser ut på gården
- Andre dyr
- Hestens atferd mot ungdommen (lett å håndtere eller sint og ugrei)
- Hvor ridningen foregår (på bane/i skogen)
- Hvordan tiden på hestesenteret fordeler seg på ridning, stell og stallarbeid
- Hvordan hestene holdes:
 - o Utegang
 - o Oppstalling
 - o Sosiale interaksjoner hestene imellom

Formål og problemstilling

Masteroppgavens formål er å få et innblikk i hvordan ungdom i alderen 13-15 år opplever ulike miljøfaktorer på en gård, og hvilken betydning de har for dem for den totale opplevelsen av aktivitet med hest. Med miljøfaktorer menes i denne sammenheng den enkelte ungdoms oppfattelse og opplevelse av miljøet (jfr. listen ovenfor) og naturomgivelsene. Naturomgivelsene som vi ønsker å fokusere på er det rent estetiske ved gården eller naturen.

Med begrepet betydning menes opplevelse av sammenheng ut i fra om det å være på gården oppleves som håndterlig, forståelig og har mening, dette i tråd med Antonovsky sin teori (Antonovsky, 2004).

Masteroppgaven vil benytte seg av semistrukturert intervju som metode for å få frem ungdommenes egen beskrivelse av hvordan de opplever naturomgivelsene på gården.

Vedlegg 3

Problemstillingen for masteroppgaven er:

Hvilke miljøfaktorer på gården synes å være av betydning for ungdom i alderen 13-15 år som har tilbud innen stell og ridning av hest, herunder både det rent estetiske ved gården og naturen og interaksjon med dyrene de er i kontakt med?

Materiale og metode

Det vil bli sendt ut en ny forespørsel om deltakelse med samtykkeerklæring til de 19 ungdommene som allerede er trukket ut til å være med i prosjektet høsten 2010. Det vil være frivillig for ungdommene å delta på intervjuet og de kan når som helst trekke seg. Det vil ikke samles inn noen form for personopplysninger eller sensitive opplysninger og alle data vil bli behandlet anonymt. Et dokument er utarbeidet for dette formålet (vedlegg 2). Masteroppgaven skal ta for seg ungdommenes opplevelse av naturmiljøet på gården. Grunnen til valg av intervju som metode er at det kan gi større forståelse for ungdommenes opplevelse av aktiviteten med hest på en gård enn spørreskjemaet alene kan gi.

I "det kvalitative forskningsintervju" av Kvale og Brinkmann (2009), sies det at "*intervju som metode er godt egnet for å få tak i menneskers forståelse av betydningene i sin egen livsverden, beskrive deres opplevelser og selvforståelse, samt avklare og utdype deres perspektiver på livsverden*" (Kvale og Brinkmann 2009: 132).

Intervjuform

Det vil bli benyttet semistrukturert kvalitativt intervju. Bruk av båndopptaker gir en mulighet til å bedre kunne transkribere tale til tekst og derfra gi et godt utgangspunkt for analyseprosessen. Intervjuet er tenkt å ha en varighet på ca 30 minutter, dette med hensyn til ungdommers evne til hvor lenge de kan holde fokus/konsentrasjon i en slik situasjon.

Utvalg av informanter

Utvalget av informanter til masteroppgaven vil omfatte ungdommer på de ulike gårdene, som alle er deltakere i hovedprosjektet. Antall intervjupersoner vil begrenses til åtte. Det er vanlig at det i kvalitative studier brukes 10 til 15 intervjuobjekter, men det er vist ved nyere intervjuundersøkelser at det ofte er en fordel å ha et mindre antall intervjuobjekter, og i stedet bruke mer tid på å forberede og analysere intervjuene (Kvale og Brinkmann, 2009).

Et eget informasjonsskriv med samtykkeerklæring vil bli sendt med post hjem til ungdommene som deltar i hovedprosjektet høsten 2010 (N=19), og det vil gjøres et tilfeldig utvalg (trekning) blant de som samtykker til å delta i intervjuet om flere enn åtte melder seg. Gårdeier vil bli informert om hvem som skal delta på intervju etter at samtykket er klart.

Intervjuet

Intervjuet vil gjennomføres på gården med én og én ungdom i tilknytning til deres ukentlige besøk, enten før eller etter selve aktiviteten. Dette vil avtales med den enkelte og gårdeier på forhånd. Intervjuet vil forekomme når ungdommene er halvveis i prosjektdeltakelsen (etter ca. 10 uker), slik at de er kjent på gården og har fått oppleve de ulike miljøfaktorene som kan finnes på en gård. Siden det i et kvalitativt forskningsintervju produseres kunnskap sosialt, altså gjennom samhandling mellom intervjuer og intervjupersoner, er det viktig med åpenhet, trygghet og en følelse av en felles forståelse (Kvale og Brinkmann, 2009). Intervjuguiden foreligger som vedlegg 3.

Vedlegg 3

Innledningen:

Studentene vil før intervjuet starte med å fortelle litt om seg selv og informere kort om masteroppgaven. Deretter vil de informere om hvorfor de ønsker dette intervjuet, samt forberede dem litt på temaer som vil komme som spørsmål i intervjuet. De vil opplyse om at det ikke finnes noen fasitsvar, og at vi bare ønsker å høre om deres opplevelse med dere egne ord.

Avslutningen:

På slutten av intervjuet vil studentene kort oppsummere noen av hovedpunktene som kom frem i intervjuprosessen. Da kan også informantene komme med kommentarer eller andre innspill rundt de temaer som er tatt opp underveis i intervjuet. Etter at intervjuet er avsluttet og båndopptakeren er slått av, vil studentene bruke litt tid til å snakke med ungdommen om hvordan intervjusituasjonen føltes, og om det er noen spørsmål eller noe som de lurer på rundt intervjusituasjonen.

Masterstudentenes kompetanse

Stine Flatekval, UMB

Stine Flatekval er i gang med en mastergrad i Folkehelsevitenskap – Natur og miljø, helse og livskvalitet ved UMB, et studium som gis i samarbeid med Høgskolen i Oslo, der kurs i kvalitativ metode inngår. Flatekval er utdannet vernepleier ved HiST (Høgskolen i Sør-Trøndelag). Hun har tidligere jobbet innenfor sykehjem, demensavdeling, hjemmesykepleie, akutt psykiatrisk avdeling, psykisk utviklingshemmede og jobber i dag innenfor psykisk helsevern. Hennes erfaring med hest er at hun tidligere har jobbet både frivillig og lønnet (kort periode) på gård med travhester i omtrent ti år. Hun driver fortsatt med hest, men nå kun på hobbybasis.

Ina Berge, UMB

Ina Berge er i gang med samme mastergrad i Folkehelsevitenskap – Natur og miljø, helse og livskvalitet ved UMB. Berge er utdannet sykepleier og har erfaring fra hjemmesykepleie og fra arbeid i interesseorganisasjonen for kvinner med spiseforstyrrelser. Hun har ridd på ulike rideskoler og driver fortsatt med hest. Berge har også hatt egen hest på gården som hun er vokst opp på, og har mye erfaring med andre dyr derfra.

Veiledere

Hovedveileder ved UMB: Forsker dr. Bente Berget, UMB/IHA.

Bente Berget har doktorgrad innen temaet dyr-mennskeinteraksjoner, med vekt på effekter av kontakt og arbeid med husdyr i landbruket for mennesker med psykiske lidelser (Berget, 2006). Hun har bred kompetanse innenfor temaer knyttet til Grønn omsorg, og har tidligere veiledet masterstudenter innenfor denne tematikken. Berget er også biveileder for stipendiat Hilde Hauge i hovedprosjektet.

Biveileder: Stipendiat Hilde Hauge, UMB/IHA

Hilde Hauge har en mastergrad innen husdyrvitenskap og er nå stipendiat ved UMB/IHA. Hauge er utdannet rideinstruktør og har erfaring med bruk av hest i terapeutisk sammenheng. Hun har arrangert en rekke kurs for barn og unge i samhandling med hest. Hauge har i løpet av sitt

Vedlegg 3

masterstudium utarbeidet en oppgave angående forskning og behov for ny forskning i forhold til bruk av hest. Dette i forbindelse med menneskers helse både på fysisk og psykisk plan.

Biveileder: Marc Esser-Noethlich, HiO/LUI

Marc Esser-Noethlich er fast tilsatt som førstelektor, seksjon for idrett og kroppsøving, LUI, ved Høgskolen i Oslo (HiO). Han er doktorgradsstipendiat ved Norges idrettshøgskole, og har pedagogikk og fysikk ved Universitetet i Köln, Tyskland, samt hovedfag innenfor idrettsvitenskap. Esser-Noethlich har fra perioden 1996 til 2002 vært vitenskapelig assistent (i ulike perioder) ved Idrettshøgskolen, Köln i Tyskland, da innenfor idrettsfysiologi og idrettsdidaktikk og forskningsmetode. I denne perioden har han også vært vitenskapelig assistent ved Norges Idrettshøgskole i Oslo. Esser-Noethlich underviser innenfor lærerutdanningen, bachelor i idrett, friluftsliv og helse, master i idrettsdidaktikk og master i folkehelse. For tiden holder han på med en doktorgradshandling om utvikling av et måleinstrument som skal måle ”sensitivitet i forhold til fremmedhet”. Han er veileder innen kvalitativ metode for studentene.

Referanser

Antonovsky, A. (2004). *Helbredets mysterium*. København: Hans Reitzels forlag.

Berget, B. (2006). *Animal-assisted therapy: effects on persons with psychiatric disorders working with farm animals*. PhD thesis 2006: 20, Norwegian University of Life Sciences, Ås.

Berget, B. og Braastad, B. O. (2008). *Kunnskapsstatus og forskningsbehov for Inn på tunet. Rapport til Norges forskningsråd*. Helse UMB, Universitetet for miljø- og biovitenskap, Ås.

Fryjordet, J. (2002). *Mot i brystet, stål i ben og armer?: en statusrapport om helse, helsefremmende arbeid og helsetjenester for ungdom*. : Foreningen.

Grahn, P. og Ottosson, Å. (2010). *Trädgårdsterapi*. Bokforlaget Bonnier eksistens.

Kaplan, R. og Kaplan, S. (1989). *The experience of nature: a psychological perspective*. Cambridge: Cambridge University Press.

Lewis, C. A. (1996). *The meaning of plants in our life. Green nature. Human Nature*. Urbana Champaign, Illinois: University of Illinois.

Kvale, S. og Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.

Tellnes, G. (2005). *Urbanisation and Health. New challenges in Health Promotion and Prevention*. Oslo: Unipub forlag Oslo Academic Press.



UNIVERSITETET I OSLO
DET MEDISINSKE FAKULTET

Professor Bjarne Braastad
Institutt for husdyr- og akvakulturvitenskap
Universitetet for miljø- og biovitenskap
Pb. 5003
1432 Ås

**Regional komité for medisinsk og helsefaglig
forskningsetikk Sør-Øst A (REK Sør-Øst A)**
Postboks 1130 Blindern
NO-0318 Oslo

Telefon: 22 84 46 66

Telefaks: 22 85 05 90

E-post: jorgen.hardang@medisin.uio.no

Nettadresse: www.etikkom.no

Dato: 12.8.2010

Deres ref.:

Vår ref.: 2009/1586

S-09126a Hestens effekt på ungdoms mestringsfølelse og sosiale kompetanse [6.2009.376]

Vi viser til skjema for prosjektendring datert 28.7.2010 med følgende vedlegg: intervjuguide for masteroppgave, informasjonsskriv med samtykkeerklæring og protokoll.

Det planlegges å gjennomføre en masteroppgave av to studenter i tillegg til det opplegget som tidligere er godkjent.

Vedtak:

Komiteen godkjenner at prosjektet videreføres i samsvar med det som framgår av søknaden om prosjektendring og i samsvar med de bestemmelser som følger av helseforskningsloven med forskrifter.

Forskningsprosjektets data skal oppbevares forsvarlig, se personopplysningsforskriften kapittel 2, og Helsedirektoratets veileder for «Personvern og informasjonssikkerhet i forskningsprosjekter innenfor helse- og omsorgssektoren». Personidentifiserbare data slettes straks det ikke lenger er behov for dem og senest ved prosjektets avslutning.

Prosjektet skal sende sluttmelding, se helseforskningsloven § 12, senest 6 måneder etter at prosjektet er avsluttet.

Med vennlig hilsen

Gunnar Nicolaysen (sign.)
Professor
Leder

Jørgen Hardang
Jørgen Hardang
Komitésekretær