



Høgskulen på Vestlandet

Masteroppgave

PHA508-MOPPG-2022-VÅR-FLOWassign

Predefinert informasjon

Startdato:	02-05-2022 09:00	Termin:	2022 VÅR
Sluttdato:	16-05-2022 14:00	Vurderingsform:	Norsk 6-trinns skala (A-F)
Eksamensform:	Masteroppgave		
Flowkode:	203 PHA508 1 MOPPG 2022 VÅR		
Intern sensor:	(Anonymisert)		

Deltaker

Kandidatnr.:	408
--------------	-----

Informasjon fra deltaker

Antall ord *:	19809
---------------	-------

Egenerklæring *: Ja

Jeg bekrefter at jeg har Ja registrert oppgavetittelen på norsk og engelsk i StudentWeb og vet at denne vil stå på vitnemålet mitt *:

Jeg godkjenner avtalen om publisering av masteroppgaven min *

Ja

Er masteroppgaven skrevet som del av et større forskningsprosjekt ved HVL? *

Ja, Hesteassisterte aktiviteter for kvinner under soning

Er masteroppgaven skrevet ved bedrift/uirksomhet i næringsliv eller offentlig sektor? *

Nei



MASTEROPPGAVE

Hesteassisterte aktiviteter for kvinner i fengsel

-En kvalitativ utforskning av ulike aktørers erfaringer sett i et salutogent perspektiv

Equine assisted activities for imprisoned women

-A qualitative exploration of different agents experiences, seen in a salutogenic perspective

Line Nesson

Master i psykisk helse- og rusarbeid

Institutt for velferd og deltaking

Veiledere: Hege Almeland Hansen og Tobba T. Sudmann

Innleveringsdato: 16.05.2022

Antall ord: 19 809

Jeg bekrefter at arbeidet er selvstendig utarbeidet, og at referanser/kildehenvisninger til alle

kilder som er brukt i arbeidet er oppgitt, jf. Forskrift om studium og eksamen ved Høgskulen på Vestlandet, § 12-1.

Innhold

Forord	1
Sammendrag	2
Abstract	4
1.0 Innledning.....	6
1.1 Bakgrunn for valg av tema	6
1.2 Hensikt med studien	9
1.3 Problemstilling	10
1.4 Begrepsavklaring.....	10
1.5 Oppgavens oppbygging.....	11
2.0 Kontekst, kunnskapsstatus og tidligere forskning.....	13
2.1 Kriminalomsorgen og straffegjennomføring for kvinner i Norge	14
2.1.1 Kriminalomsorgen	14
2.1.2 Kvinner i fengsel	14
2.1.3 Aktivitetstilbud for kvinner i norske fengsler i dag	15
2.2 Hest og helse.....	17
2.2.1 Dyreassisterte intervensjoner	17
2.2.2 Hesteassisterte aktiviteter	18
2.2.3 Hest som aktivitet for innsatte.....	19
3.0 Teoretisk rammeverk	21
3.1 Salutogenese.....	21
3.2 Sense of coherence - SOC	22
3.3 Generelle motstandsressurser- GMR	24
4.0 Metode og design.....	25
4.1 Metode	25
4.2 Forskers for forståelse	25
4.3 Forskningsdesign- Individuelle intervjuer.....	26
4.4 Intervjuguide.....	27
4.5 Rekruttering av informanter	27
4.6 Presentasjon av informanter	29
4.7 Gjennomføring av intervjuer	29
4.8 Transkribering	30
4.9 Datalagring og godkjenninger	31
4.10 Etske problemstillinger	32
4.11 Analyse, Systematic text condensation	33

5.0 Resultater	38
5.1 Kontakten med hestene- å få senke skuldrene	38
5.2 En arena for å bygge relasjoner til mennesker	40
5.3 En arena for mestring og personlig utvikling.....	43
5.4 Påvirkning på livet i fengselet, og overføringsverdi til livet utenfor.....	45
6.0 Diskusjon	50
6.1 Resultatdiskusjon.....	50
6.4 Implikasjoner for forskning og praksis.....	64
6.5 Styrker og begrensninger ved studien.....	64
7.0 Avslutning.....	67
8.0 Referanser	68
9.0 Vedlegg	77
9.1 Vedlegg 1: Informasjons- og samtykkeskjema	77
9.2 Vedlegg 2: NSD-vurdering.....	81
9.3 Vedlegg 3: NSD Endringsmelding.....	84
9.4 Vedlegg 4: Intervjuguide.....	86
9.5 Vedlegg 5: Skjema, risikoanalyse	88

Forord

Arbeidet med denne oppgaven startet da jeg under min videreutdanning i psykisk helse- og rusarbeid fikk mulighet til å delta med denne masteroppgaven under Tobba Sudmann sitt pågående tilbud, hvor kvinner innsatt i Bergen fengsel deltar på hesteassisterte aktiviteter. Jeg hadde allerede en tanke om å skrive om hest og psykisk helse, og gjennom denne muligheten ble det en realitet. Det har vært en lærerik reise, hvor en hel del utfordringer har måtte blitt tatt tak i og ryddet unna. Dette har jeg har fått enestående hjelp til av mine veiledere, Hege Almeland Hansen og Tobba Sudmann. Jeg vil rette en stor takk til dere for at jeg fått delta i tilbudet med denne oppgaven, og for deres tid, gode råd og tålmodighet.

Jeg vil også takke mine informanter for et rikt datamateriale, gode forklaringer, eksempler og formuleringer som bidro til å gjøre analyseprosessen til en virkelig lærerik og inspirerende del av oppgaven. Takk for at dere deler raust og villig av deres unike kompetanse og erfaringer.

Takk til Bibliotekar Gunhild Austrheim ved HVL for kyndig hjelp til litteratursøk og utvelgelse av relevante artikler.

Å være en del av et studentmiljø har også tilført noe til prosessen jeg ikke ville vært foruten. Det å kunne drøfte, ventilere og le med dere, Laureine, Stine og Venke, har vært uvurderlig, og jeg er slett ikke sikker på om jeg hadde kommet i land uten dere. Tusen takk for at dere er dere, og for mye latter underveis.

Jeg vil takke mine kjære hjemme, Kristian, Tobias og Noah, for deres tålmodighet og overbærenhet med en til tider frustrert samboer og mamma.

Og helt til slutt vil jeg takke min gode, gamle Olly. Fjordhesten som i oppveksten lærte meg at samspillet mellom hest og menneske kan være noe helt unikt, og som skapte en nysgjerrighet, interesse og et vitebegjær som alltid vil bo i meg.

Straume, 16.mai.2022

Line Nesson

Sammendrag

Bakgrunn: I 2021 var det totalt 3325 innsatte i norske fengsler. 6 prosent av disse var kvinner. Det fremkommer i både studier og i rapporter fra kriminalomsorgen at kvinnene har mindre tid til, og færre tilbud om aktiviteter enn menn. Kvinner i fengsel har høyere forekomst av psykiske lidelser og helseutfordringer enn befolkningen generelt, og det er nedsatt krav om spesielt tilpassede aktiviteter for kvinner som soner. Ifølge rapporter og intervjuer innfris ikke dette per dags dato. I Bergen kretsfengsel har innsatte kvinner fått tilbud om å delta på hesteassisterte aktiviteter i regi av Høgskulen på Vestlandet og ideelle organisasjoner, to ganger i måneden. Denne oppgaven er tilknyttet det eksisterende tilbudet for kvinner i Bergen fengsel, og min masteroppgave er ment for å gi et innblikk i hvilke erfaringer tilbydere og deltakere har med denne aktiviteten, sett i et salutogent perspektiv. Hensikten med min studie er å få et innblikk i de ulike aktørenes erfaringer med tilbudet. Det er ønskelig at den skal danne grunnlag for videre forskning på, fremme diskusjon om tilbudet bør videreføres, og å utforske om tilbudet kan ha overføringsverdi til andre fengsler og institusjoner.

Metode: Det er gjort en kvalitativ hermeneutisk-fenomenologisk studie. Det empiriske grunnlaget er innhentet gjennom fem semistrukturerte individuelle intervjuer med ulike aktører. Herunder fire intervjuer med tilbydere av hesteassisterte aktiviteter for kvinner som soner, samt en tidligere deltaker på tilbudet, som nå er løslatt. Intervjuene er transkribert og analysert ved hjelp av Systematic Text Condensation (STC) som analysemetode.

Resultater: Gjennom den tverrgående analysen av de fem intervjuene, fremkom det 4 resultat kategorier som kan beskrive erfaringene informantene har med HAA for innsatte kvinner:

1. Kontakten med hestene- det å få senke skuldrene
2. En arena for å bygge relasjoner
3. En arena for mestring og personlig utvikling
4. Påvirkning på livet i fengselet, og overføringsverdi til livet utenfor

Konklusjon: Informantene beskriver erfaringer med at hesteassisterte aktiviteter for kvinner som soner samlet sett er en nyttig intervensjon, noe som kan brukes i argumentasjonen for å beholde, utvide eller videreføre tilbudet til andre institusjoner. Det blir også beskrevet at tilbakemeldingene fra kvinnene som har deltatt i all hovedsak er positive og at de ønsker å beholde tilbudet under sitt eget fengselsopphold, og for dem som kommer etter seg.

Nøkkelord: Hesteassisterte intervensjoner (HAI), hesteassisterte aktiviteter (HAA), kriminalomsorg, aktivitetstilbud for kvinner i fengsel, soningsforhold i kvinnefengsler, fenomenologisk-hermeneutisk, kvalitativ, individuelle intervju, salutogenese, systematisk tekstkondensering (STC).

Abstract

Background: In 2021, there were a total of 3325 inmates in Norwegian prisons. 6 percent of these were women. It appears in both studies and in reports from the prison service that women have less time, and fewer offers of activities than men. Women in prison have a higher incidence of mental disorders and health challenges than the general population, and there are reduced requirements for activities for women in prison. According to reports, and to interviews, this is not met per this day. In Bergen County Prison, women inmates have been offered to participate in horse-assisted activities under the auspices of the Western Norway University College of Applied Sciences, and non-profit organizations, twice a month. This thesis is subject to the existing offer for women in Bergen County prison, and my master's thesis is intended to provide an insight into the experiences providers and participants have with this activity, seen in a salutogenic perspective. The purpose of my study is to get an insight into the various agents' experiences with HAA. It is desirable to add to the the basis for further research on, and discussion about, whether the activities should be continued, and whether it has transfer value to other prisons and institutions.

Method: A phenomenological hermeneutic study has been performed. The empirical basis has been obtained through five semi-structured individual interviews. Including four interviews with providers of horse-assisted activities for women in prison, as well as a former participant in the activities, who has now been released. The interviews are transcribed and analyzed using Systematic Text Condensation (STC) as an analysis method.

Results: Through the cross-sectional analysis of the five interviews, 4 result categories were developed that can describe the informants' experiences with HAA for inmates:

1. The contact with the horses - an opportunity to lay down the guard
2. An arena for building relations to other people
3. An arena for mastery and personal development
4. Impact on life in prison, and transfer value to life outside

Conclusion: The informants describe that they experience horse-assisted activities for women in prison as a useful intervention. The findings can be used in the argumentation for

retaining, expanding and transferring value to other institutions. It is also described that the feedback from the women who have participated is mainly positive and that they want to keep the offer during their own stay in prison, and for those who come after them.

Keywords: Horse-assisted interventions (HAI), Horse-assisted activities (HAA), penal care, activities for women in prison, conditions of imprisonment in women's prisons, phenomenological-hermeneutic, qualitative, individual interview, Salutogenesis, systematic text condensation (STC).

1.0 Innledning

I norske fengsler i dag er ca. 6% av de innsatte kvinner (Kriminalomsorgen, 2019). Det er kjent at kvinner har færre aktivitetstilbud og mindre tilrettelegging for aktiviteter enn menn, til tross for at det er lovpålagt med egne aktivitetstilbud for kvinner som soner (Sivilombudsmannen, 2016). Hesteassisterte aktiviteter har vært utprøvd og benyttet som aktivitet og behandling i en rekke institusjoner, også i fengsler hvor bare menn soner (Bastøy fengsel, 2011). Undersøkelser viser at aktiviteter med hest fører til bedret fysisk og psykisk helse, bedre relasjoner til andre mennesker, bedret selvtillit og evne til å kommunisere, forbedret emosjonell regulering og bedre evne til å knytte bånd til medmennesker (Robinson-Edwards, Kewley, et.al. 2019). Dyr, herunder hester, kan regnes som salutogene og helsefremmende for mennesker (Tellnes 2007). I denne oppgaven undersøkes erfaringene til ulike aktører i et eksisterende tilbud med hesteassisterte aktiviteter for kvinner som soner. Antonovskys (1987) salutogene modell er brukt som teoretisk bakteppe.

1.1 Bakgrunn for valg av tema

I dette avsnittet presenteres bakgrunn for det pågående tilbudet for innsatte kvinner, og bakgrunn for min deltakelse med denne oppgaven.

I 2019 ble det startet opp aktivitetstilbud med hest for kvinner som soner i Bergen fengsel. Jeg fikk gjennom Høgskulen på Vestlandet mulighet til å gjøre mitt arbeid med masteroppgaven som en studie under dette pågående tilbudet. Jeg ønsket å skrive om dette emnet fordi jeg har interesse for hest personlig, og har drevet med hest på hobbybasis i mange år. De siste ti årene har jeg arbeidet som sykepleier innen psykisk helsevern, og hadde på forhånd kjennskap til hest som intervensjon, men ikke egen erfaring med dette. Da jeg fikk muligheten til å delta i dette tilbudet med min masteroppgave, ble det en mulighet for meg til å knytte min personlige interesse og mitt yrke som psykiatrisk sykepleier sammen.

Min studie er en kvalitativ undersøkelse med søkelys på hvilke erfaringer flere ulike involverte aktører både på tilbyder- og deltakersiden har med hest som aktivitet for innsatte kvinner. Det er ønskelig å få innsikt i hva de ulike aktørene mener hestene kan tilføre i kvinnene sin hverdag. Med aktører menes i denne oppgaven alle involverte parter i planlegging, tilrettelegging, gjennomføring og deltakelse.

Tilbudet er startet opp som et samarbeid mellom Høgskulen på Vestlandet og den ideelle stiftelsen Crux Kalfarhuset oppfølgingscenter. Oppfølgingscenteret arbeider primært inn mot mennesker som soner og har sonet i fengsel, og bidrar med å tilrettelegge for et liv uten rusmisbruk og kriminalitet (www.stiftelsencrux.no, u.å.). I løpet av prosessen har Wayback kommet til med frivillige, og med økonomiske midler. Wayback er også en ideell stiftelse som arbeider med innsattes tilbakeføring til samfunnet (www.wayback.no, u.å.). Tilbudet drives på en gård i Bergensområdet som stiller med medarbeidere, hester, utstyr og gårdens arealer til disposisjon.

Tilbudet er fremdeles pågående, og kvinneavdelingene tilbys per i dag hesteassisterte aktiviteter annenhver uke med en varighet på fem timer. Dette inkluderer transport, informasjon og planlegging, felles måltid, aktiviteter hest i stallen, stallarbeid og turridding eller riding i ridehall.

Deltakerne i aktivitetstilbudet er kvinner som soner på to ulike avdelinger i Bergen fengsel, på både avdelinger med høyt- og lavt sikkerhetsnivå. 18 kvinner soner til sammen på disse avdelingene (Kriminalomsorgen.no). Det har vært varierende hvor mange av kvinnene som har deltatt fra gang til gang, grunnet begrenset antall plasser, og forhold på innsiden av fengselet som tas i betraktning når plassene skal tildeles. Inntil seks kvinner kan delta hver gang, og fengselet er ansvarlig for utvelgelse av deltakere. Forutsetning for deltakelse er at kvinnene følger regler og interne retningslinjer i fengselet. Kriminalomsorgen kan inndra kvinnenes rett til permisjoner og mulighet for fremstilling ved for eksempel rus eller dårlig

oppførsel. Kvinnene følges av betjenter fra Bergen Fengsel som også har en deltakende rolle i tilbudet, hvor de bidrar med hestene på linje med de innsatte kvinnene.

Gjennomføring av tilbudet avhenger av forhold på gården hvor tilbudet holdes. Eksempler kan være tilstrekkelig antall tilgjengelige hester, utstyr og plass. Værforhold kan også ha innvirkning på gjennomføring av tilbudet. Et tilstrekkelig antall fengselsbetjenter, hestekyndige personer, og frivillige fra ideelle organisasjoner er også en forutsetning. Covid 19 har også lagt begrensninger på tilbudet i store deler av perioden, men det er nå tilbake i normal drift.

Kvinnene som deltar på tilbudet blir under straffegjennomføringen fratatt mulighet til alminnelige aktiviteter, og har begrensede muligheter for aktivitet og hobby utenfor og inne i fengselet. Forskning viser at aktiviteter med hest kan gi mange fordeler og kan gi mulighet til å få nye erfaringer, korrigere selvoppfatningen og styrke selvfølelsen (Modum bad, 2008). Med denne undersøkelsen er det ønskelig å fange opp de ulike aktørenes i beskrivelser av hvordan de opplever aktivitetstilbudet de tar del i. Hva består tilbudet av, hva gjør det for kvinnene, og hva er det egentlig som er spesielt med hesten i relasjon med mennesker? Det er en kompleks intervensjon, som innebærer mange sammensatte komponenter. Fokus i hesteassisterte aktiviteter er ikke på behandling, men på aktiviteter som kan ha positiv virkning på deltakernes helse og personlige utvikling (Smith- Osborne & Selby, 2010). Eksempler på dette kan være at det er en fysisk aktivitet som innebærer natur og friluftsliv. Det er en sosial arena som gir mulighet for fellesskap og samhold. Aktivitetene kan gi nye erfaringer, som igjen kan videreføres til livet etter fengsel, og kan være en mulighet for noe kvinnene kan ta med egne barn på etter soning. Det kan være relasjonsbyggende kvinnene imellom, men også i forhold til personell, egne barn og ikke minst mellom hesten og kvinnene (Regjeringen, 2018).

1.2 Hensikt med studien

Som beskrevet over viser studier og rapporter at aktivitetstilbudet for kvinner i norske fengsel per i dag ikke når de målene som er satt. Det viser også at hesteassisterte aktiviteter kan være nyttig for fysisk og psykisk helse, for mennesker generelt, for mennesker med psykiske lidelser, og også for innsatte i fengsel.

Med denne studien er det ønskelig å undersøke hvilke erfaringer de involverte partene i ulike roller har med hesteassisterte aktiviteter for innsatte, både på tilbyder- og mottakersiden. Informantene er intervjuet for å få innsikt i hva de observerer, og om de opplever tilbudet som nyttig for kvinner som soner personlig, i gruppe og i fengselshverdagen.

Hesteassisterte intervensjoner for kvinner som soner er et komplekst aktivitetstilbud, som nevnt med en rekke involverte aktører som står for ulike deler av planlegging, tilrettelegging og gjennomføring. De ulike aktørene fra henholdsvis Bergen Fengsel, Høgskulen på Vestlandet, Crux Kalfarhuset oppfølgingscenter, Wayback, og eier av gård og hester, har deltatt i planlegging og gjennomføring av aktivitetene som har pågått fra 2019 til som fremdeles pågår per dags dato. De stiller med ulik og sammensatt bakgrunn og kompetanse fra kriminalomsorgen, forskning og formidling, ettervern og hestefag. Herunder også erfaringskompetanse fra livet i fengsel.

Hesteassisterte aktiviteter kan være kostbart og ressurskrevende. Om prosjektet skal videreføres, og eventuelt overføres til andre fengsler eller instanser, er det nødvendig med grundig evaluering av, og systematisert forskning i argumentasjonen for dette. Denne studien kan sees på som et ledd i denne evalueringen.

Litteratursøk viser at det er lite eller ingen forskning rettet mot hesteassisterte aktiviteter for kvinner som soner. Hensikten med denne studien er å bidra til å dekke et kunnskapshull, ved

å utforske hva hesteassisterte aktiviteter kan bidra med i kvinners fengselshverdag. Dersom funnene tilsier det, er det ønskelig at studien skal kunne brukes i argumentasjonen for å beholde, videreføre, eller utvide det eksisterende tilbudet.

1.3 Problemstilling

Med grunnlag i det som er presentert under bakgrunn og hensikt, er problemstillingen min som følger:

Hvilke erfaringer har involverte aktører i med hesteassisterte aktiviteter for kvinner i fengsel?

1.4 Begrepsavklaring

Deltakere:

Med deltakere menes i denne sammenhengen innsatte kvinner som soner både på avdeling med høyt sikkerhetsnivå og avdeling med lavt sikkerhetsnivå i Bergen Fengsel. Min informant fra deltakersiden er tidligere innsatt, løslatt høsten 2021.

Tilbydere:

Med begrepet "tilbydere", menes i denne sammenhengen alle som er delaktig i, og ansvarlig for tilrettelegging, planlegging og gjennomføring av tilbudet slik det er i dag.

Disse er per nå Høgskulen på Vestlandet, Crux Kalfaret oppfølgingscenter, Wayback, eiere av aktuell gård og hester, ansatte ved Bergen Fengsel, samt andre frivillige som deltar under gjennomføringen av aktivitetene på gården.

Aktører:

Med aktører menes i denne oppgaven både tilbydere og deltakere.

Dyreassisterte intervensjoner:

Paraplybetegnelsen dyreassisterte Intervensjoner (DAI) dekker begrepene Dyreassistert terapi (DAT), dyreassistert pedagogikk (DAP) og dyreassisterte aktiviteter (DAA). Herunder hesteassistert terapi (HAT), hesteassistert psykoterapi (HAPt), hesteassistert pedagogikk (HAP) og hesteassisterte aktiviteter (HAA).

Hesteassisterte aktiviteter:

I denne oppgaven vil begrepene hesteassisterte aktiviteter (HAA), aktiviteter med hest og hesteaktiviteter brukes om hverandre. DAT og HAT er betegnelser på målrettede intervensjoner som må tilfredsstille ulike kriterier. Hesteassisterte aktiviteter (HAA) er mer generell og en mindre strukturert form for tilbud enn psykoterapi og terapi. Det er en aktivitet som kan ha en terapeutisk effekt (Regjeringen, 2018).

De deler av oppgaven som omhandler aktivitetstilbudet for kvinner i Bergen fengsel, brukes ikke "terapeut/terapi" som begrep. Terapeut vil brukes i oppgaven der gjøres som en naturlig følge av tidligere forskning der hesteassistert terapi (HAT) eller dyreassistert terapi (DAT) er brukt tidligere.

Intervensjon og aktivitet vil brukes om hverandre gjennom oppgaven. Også her da intervensjon er brukt i tidligere forskning og hvor det er en naturlig følge av brukte begreper. I tittel og metodekapittel brukes hesteassisterte aktiviteter (HAA) som begrep.

1.5 Oppgavens oppbygging

Innholdet i kapittel 2 gir bakgrunnskunnskap og forskningsstatus som er relevant for studiens problemstilling. Informasjon om kriminalomsorgen spesielt, og kvinner under soning spesielt, er knyttet opp mot forskningsstatus for å kontekstualisere og belyse rammene for oppgavens utvalg av litteratur. Forskningsstatus er bygget opp for å gi et bilde

av hvilke liknende tilbud og prosjekter som har vært utprøvd og forsket på tidligere. Det er brukt et utvalg artikler som vurderes som relevant opp mot min problemstilling, som er ment for å bidra til å dekke et kunnskapshull, da jeg ikke finner forskning rettet mot kvinner som innsatt spesielt.

I kapittel 3 presenteres salutogenese som er studiens teoretiske bakteppe, med Sense of Coherence (SOC) og mestringsressurser som underkapitler. I kapittel 4 redegjøres det for metode og fremgangsmåte, og resultatene etter den tverrgående analysen presenteres samlet i kapittel 5. I kapittel 6 diskuteres funnene samlet, sett i lys av forskningsstatus, og salutogenese som teoretisk grunnlag. Implikasjoner for forskning og studiens styrker og begrensninger diskuteres avslutningsvis i kapittel 6.

2.0 Kontekst, kunnskapsstatus og tidligere forskning

I dette kapittelet presenteres informasjon om kriminalomsorgen i Norge og om dyreassisterte intervensjoner, sammen med tidligere forskning. Hensikten med å presentere dette samlet er å gi et tydeligere bilde av kontekst for forskning, og å belyse kunnskapshull.

Empiriske data er forskerens kilde til å gi svar på spørsmålene som følger av problemstillingen (Malterud, 2011, s.57). Når en gjør utvelgelse av kunnskapskilder, kreves det i all forskning utvalgsstrategier hvor materialet man velger inneholder data om fenomenet vi vil utforske, samt grunnlag for overveielse av kunnskapens gyldighet. I kvalitative studier har man en induktiv strategi, hvor et siktemål for overførbarhet er at funnene kan gi innsikt i en annen sammenheng enn den studien er gjennomført (Malterud, 2011, s. 57-58). Videre skriver hun at utvalget av kunnskapskilder skal settes sammen slik at det inneholder et rikt og variert materiale om det man ønsker å si noe om når studien er gjennomført. I utvalget av kilder til denne studien ble det tatt hensyn til om innholdet i artiklene var tett opp mot mitt tema og den kunnskapsstatus som var ønskelig å belyse. Det ble hovedsakelig innhentet artikler av nyere dato, fortrinnsvis utgitt innen de ti siste årene. Noen av kildene mine er eldre, men ansees som relevante og gyldige. Funksjonen «sited by» var et nyttig hjelpemiddel både for å finne forskning av nyere dato, og fordi artikler som er sitert ofte av andre forskere kan ansees for å ha høyere ekstern validitet (Jacobsen, 2018, s.236-238).

I utvelgelsen av artikler til denne oppgaven, var fokuset å finne forskning som lå så tett opp mot min problemstilling som mulig. Da det ikke ble funnet litteratur om hesteassisterte aktiviteter for kvinner i fengsel spesielt, ble det aktuelt å velge ut liknende problemstillinger med for eksempel hest for menn som målgruppe, og med kvinner som målgruppe- men med andre intervensjonsdyr enn hest.

Det er gjort søk i Psycinfo, Oria, Idunn, og Google Scholar. Søknadsprosessen er gjennomført med bistand fra bibliotekar Gunhild Austrheim ved Høgskulen på Vestlandet. Det er brukt

engelske søkeord som Equine assisted therapy, Imprisoned women, Animal assisted therapy, Long term prison, Incarcerated, women inmates, prison animals, og norske søkeord som: Dyreassistert terapi, dyreassistert intervensjon, hesteassistert intervensjon/terapi/aktiviteter, kvinner i fengsel.

2.1 Kriminalomsorgen og straffegjennomføring for kvinner i Norge

2.1.1 Kriminalomsorgen

Kriminalomsorgen er en norsk statlig etat underlagt justis- og beredskapsdepartementet i Norge, som har ansvar for gjennomføring av varetektsfengsling og straffereaksjoner. Straffegjennomføring skal skje på en måte som motvirker ytterligere straffbare handlinger, og som bidrar til trygghet i samfunnet. Norske fengsler har i dag to sikkerhetsnivåer; Høyt sikkerhetsnivå og lavt sikkerhetsnivå. I høysikkerhetsfengsler foregår soning av straff bak murer og låste dører og kallet lukket fengsel. Soning på avdeling med lavt sikkerhetsnivå foregår i mer åpne omgivelser uten murer og kalles åpen soning (Kriminalomsorgen, 2021).

I straffegjennomføringsloven §11 er det krav om at kriminalomsorgen skal legge til rette for at innsatte skal ha et aktivitetstilbud på dagtid (straffegjennomføringsloven, 2021, §11). Det vektlegges at den enkelte lovbryster skal utføre egeninnsats for å endre sitt kriminelle handlingsmønster. Det norske systemet for straffegjennomføring er basert på humanistiske prinsipper, og det skal tilrettelegges for den enkelte innsattes rehabiliteringsprosess (Kriminalomsorgen, 2022). Under rehabilitering skal de innsatte i størst mulig grad forberedes på et liv etter fengsel uten tilbakefall til kriminalitet. Å gi innsatte et meningsfylt aktivitets- eller arbeidstilbud kan bidra til å øke deres sosiale kapital. Sosial kapital er et begrep som omhandler forhold som sosiale nettverk, sosial støtte og sosiale bånd (Schieffloe, 2015, s.91-92).

2.1.2 Kvinner i fengsel

Kvinner i norske fengsler står som nevnt til enhver tid for om lag 6% av de innsatte, eller mellom 200 og 300 innsatte (Kriminalomsorgen, 2019, SSB, 2020). Menn og kvinner har ulik

biologi og ulike behov, og i Kriminalomsorgen sin Strategi for kvinner i varetekt og straffegjennomføring (2020, s. 2) er det satt som delmål at kvinner skal gjennomføre fengselsopphold i egne fengsler eller i fengselsavdelinger tilrettelagt for kvinner. Videre står det at tilbudet innad på avdelingene skal tilrettelegges for kvinner:

“Domfelte kvinner skal tilbys et like allsidig, omfattende og tilrettelagt innholdstilbud som menn. Overgrepserfaringer, helsesituasjon, herunder eventuell graviditet, familiesituasjon, sosialt nettverk, stigma, kulturell bakgrunn og type kriminalitet er svært ofte en del av utfordringene for kvinnelige domfelte. Innholdet i straffegjennomføringen må ta hensyn til dette” (Kriminalomsorgen 2017-2020. s 4).

I Bergen fengsel soner både menn og kvinner. Det er totalt 220 plasser hvorav 18 av dem er fordelt på egne enheter for kvinner, på henholdsvis avdelinger med høyt og lavt sikkerhetsnivå (Kriminalomsorgen.no, u.å.).

I en norsk studie blant 316 innsatte (100 kvinner, 216 menn) fremkom det at kvinner i større grad enn mannlige sliter med angst, depresjon og selvmordstanker (Amundsen, 2012). I perioden 2011-2013 ble det i Helse Sør-Øst gjennomført en kartlegging av psykiske lidelser blant menn og kvinner under soning som viser til at 92% av alle innsatte har én eller flere psykiske lidelser (Cramer, 2014). Denne undersøkelsen viser til at kvinnene er de vanligste lidelsene angst, selvskading, suicidalatferd, spiseforstyrrelser, personlighetsforstyrrelser og ADHD. En del av dem har tidligere vært utsatt for overgrep eller andre traumatiserende erfaringer (Amundsen, 2010), og norske fengsler rapporterer om stadig økning i andelen kvinner med traumer etter vold og overgrep (Aanstad, Solli, et.al. 2020). Mange er også rusavhengige og i tillegg er en stor andel av kvinnene mødre, og kjenner på tapsfølelse over å ikke ha omsorg for egne barn (Sivilombudsmannen, 2016, s.41). Forskning viser også at kvinner utsettes for større grad av stigmatisering enn menn når de begår kriminelle handlinger, og opplever større grad av skam og skyldfølelse (Meld. St. 37, 2007-2008, s.62).

2.1.3 Aktivitetstilbud for kvinner i norske fengsler i dag

I Norske fengsler er kvinner som nevnt en minoritet med de totalt mellom 200 og 300 som er under soning til enhver tid (SSB, 2020). Kvinner har andre helseutfordringer enn menn,

knyttet til biologi, reproduksjons- og hormonsykdommer, i tillegg til at mange av kvinnene sliter med dårlig selvbilde og et problematisk forhold til egen kropp og helse. Mange av kvinnene opplever tilleggsbelastninger under soning, da mange tidligere er utsatt for overgrep (Kriminalomsorgen, 2020), og mange innsatte menn soner dom for sedelighetssaker. I 2020 sonet 653 av 3533 innsatte menn for seksuallovbrudd (SSB, 2022).

Det er anbefalt at kvinnene skal ha tilgang på psykisk helsehjelp, og egne aktivitetstilbud (Kriminalomsorgen, 2015). I Strategi for kvinner i varetekt og under straffegjennomføring (Kriminalomsorgen, 2017-2020) sier tiltak 3.6 i strategien; "Det bør være kjønns spesifikke grupper i program som gjennomføres som en del av straffegjennomføring i samfunnet. Dersom enheten unntaksvis velger å plassere kvinner i en mansgruppe, bør det være mer enn én kvinne i gruppen."

I temarapporten «Likeverdige forhold for kvinner og menn under kriminalomsorgens ansvar» (2015) fremkommer det at det ikke er gjort kartlegging av egne fritidstilbud for kvinnene. I intervjuene fremkommer det at flertallet av kvinnene ønsket soning i egne kvinnefengsler. De beskriver en opplevelse av at fengslene er tilrettelagt for menn og at kvinnene er nedprioritert. Rapporten viser også at arbeidstilbudet og mulighetene for fysisk aktivitet er dårligere for kvinnene enn for menn. De manglende aktivitetstilbudene for kvinner i ikke-kjønnsdelte fengsler er dagsaktuelt. I NRKs nettavis var det våren 2022 en artikkel hvor innsatte kvinner forteller om manglende aktivitetstilbud, at de opplever at menn prioriteres, og tilbudet kvinnene hadde om å sy ble lagt ned grunnet mangel på ressurser. Kvinnene er redde for trakassering og seksualisering fra menn, og unngår å møte opp på tilbud for begge kjønn (Bawan, 2022).

Hellebust m.fl. (2021) konkluderer i rapporten "Lengst inne i fengselet- kvinnelige innsatte med behov for helsehjelp" også med at innsatte bør i større grad få tilgang/mulighet til fysisk aktivitet. Deres funn viser mulighetene for fysisk aktivitet for kvinner som soner på høysikkerhetsavdelinger er begrenset, og at både innsatte, helsepersonell og betjenter de

har intervjuet etterspør flere muligheter. Det begrunnes med at fysisk aktivitet vil bedre fysisk og psykisk helse, og at det er et viktig søvnhygienisk tiltak.

I en rapport fra JURK (juridisk rådgivning for kvinner, 2017), som omhandlet kvinners erfaringer med å sone i fengsel, fremkom det at det var flere som var misfornøyd enn fornøyd med aktivitetstilbudene. Tilbudene de fikk var ofte begrenset til håndarbeidsaktiviteter som strikking og systue. Mange av kvinnene ga uttrykk for at de ønsket å være mer utendørs og i fysisk aktivitet (JURK, 2017, s.45). I rapporten fremkommer det også at sivilombudsmannen etter å ha besøkt åtte fengsler der kvinner sonet, konkluderte med at muligheten for fysisk trening og utetid var langt dårligere for kvinner enn for menn.

Nødvendigheten av spesielt tilpassede aktivitetstilbud, er også forankret i Bangkokreglene, som er FNs regler for behandling av kvinnelige innsatte og ikke-frihetsberøvende tiltak for kvinnelige lovbrøyttere. I regel 42 står det: «*Women prisoners shall have access to a balanced and comprehensive programme of activities which take account of gender-appropriate needs*» (Referert i Sivilombudsmannen, 2016).

Tilpassede aktiviteter kan være nyttig for å gi kvinnene nye, gode erfaringer, livsmestring og håp. Studier viser at dyr kan positiv innvirkning på menneskers fysiske og psykiske helse (Johnson, Odendaal, & Meadows, 2002), og hesteassisterte aktiviteter kan være et eksempel på en slik tilpasset aktivitet.

2.2 Hest og helse

2.2.1 Dyreassisterte intervensjoner

Dyreassisterte intervensjoner kan beskrives som systematiske tiltak hvor dyr anvendes for å endre menneskers livsforhold til det bedre (Regjeringen, 2018, s.65), og dyr, fugler og planter kan regnes som salutogene og helsefremmende for mennesker (Tellnes 2007). Dyr

kan bidra til å bedre fysisk og psykisk helse, og å forebygge ensomhet, og dermed være en katalysator for å øke menneskers sosiale kapital (Thorød i Berget, 2018).

Både fysisk, psykisk og sosial kan dyr bidra til at mennesker fungerer bedre enn de ville gjort uten dyr og allerede i Darwins tid ble det jobbet med å se på fellestrekk fremfor ulikheter mellom dyr og mennesker (Berget & Braastad i Berget, 2018, s.53). Forskning på dyreassisterte intervensjoner fokuserer i hovedsak på fem hovedområder; 1. fysiologiske og stressdempende effekter av interaksjoner med dyr, 2. interaksjoner med dyr for å fremme selvfølelse, mestring og mestringstiltro, 2. dyr som sosial støtte og katalysator for å fremme kommunikasjon mellom mennesker, 4.interaksjon med dyr for å redusere psykiske lidelser, og 5. interaksjon med dyr for å fremme omsorgsevne og empati (Berget & Braastad i Berget, 2018, s.54).

2.2.2 Hesteassisterte aktiviteter

Hesteassisterte aktiviteter kan gi mulighet for utvikling, læring, rekreasjon og forebygging av atferdsproblemer (Kreuger & Serpell, 2010). Fokuset i hesteassisterte aktiviteter er ikke på terapi og behandling, men på positiv påvirkning på menneskers helse og personlige utvikling, ifølge Smith-Osborne & Selby (2010).

Hest i helsefremmende arbeid er ikke et nytt fenomen. Allerede i 1988 ble hest akseptert som hjelpemiddel i behandling av cerebral parese (Bertoti,1988). Det foreligger en rekke studier som bekrefter at hesten har nytteverdi i behandling og rehabilitering av fysiske helseplager. I nyere tid blir det stadig mer akseptert at hesten kan være en viktig samarbeidspartner i arbeidet også med psykiske helseplager.

Kontakt med hest kan gi en beviselig beroligende effekt. En studie fra 2014 viste at barn som deltok i aktiviteter med hest fikk et målbart lavere nivå av stresshormonet kortisol (Pendry et. al., 2014). Hesteassisterte aktiviteter kan fungere som en brobygger til menneskelig relasjon og kommunikasjon, og kan gi mestringsopplevelser gjennom utvikling av tillit og samarbeid (Trotter et. al., 2008). Det har vist seg å ha innvirkning på livskvalitet, selvtillit og

sosialt samspill med andre mennesker (Ewing et. al, 2007, Kaiser et. al, 2006; Trotter, et. al, 2008) og kan gi en opplevelse av tilhørighet og mestring. Hesten kan ansees som en direkte aktør i helsefremmende arbeid, og det kan argumenteres for at hesten er nyttig og viktig i et folkehelseperspektiv (Regjeringen, 2018, s.68). En oversiktsstudie fra 2019 viste at mennesker i relasjon med hester kan tilegne seg og utvikle ferdigheter og egenskaper som er overførbare til andre arenaer i livet; forbedret selvtillit, selvfølelse, selvinnsikt og tro på egen mestringsevne (Stern & Chur-Hansen, 2019, s. 371).

2.2.3 Hest som aktivitet for innsatte

Forskning viser til gode resultater med hesteassisterte aktiviteter generelt. Mange av studiene jeg finner er rettet mot mennesker med posttraumatisk stresslidelse (PTSD) og krigsveteraner (Arnon, Shay m.fl. 2020, Lannik B., Krenek N., 2016), og i rehabiliteringsarbeid for rusavhengige. I søkeprosessen fremkommer det at det er gjort forskning på hesteassisterte aktiviteter i fengsel rettet mot menn og ungdom, mindre med innsatte kvinner som målgruppe. I en amerikansk undersøkelse fra 2019, rettet mot mannlige innsatte, viste funnene at hest hadde en positiv innvirkning på deltakernes mentale helse, bedret selvtillit og evne til å kommunisere, forbedret emosjonell regulering og bedre evne til å knytte bånd til medmennesker (Robinson-Edwards, Kewley, et.al., 2019).

I en dansk undersøkelse fra 2017, var innsatte kvinner i fokus, men med hund som intervensjon i stedet for hest. Funnene fra denne anser jeg likevel for å være nyttige og relevante, og vil antakelig ha en viss overføringsverdi, da både hest og hund er dyreassistert intervensjon, og dermed har en del fellestrekk. I denne undersøkelsen fremkom det at kvinnene søkte dyrene når de følte på ting som var vanskelig å snakke med mennesker om. De opplevde også fengselet som mindre fremmedgjørende, og de sosiale båndene mellom kvinnene ble bedre. Generelt bedret det sosiale klimaet i fengselet seg (Minke, 2017).

I en annen amerikansk undersøkelse, hvor både hest, hund, katt og kanin ble benyttet, viste at ungdom med atferdsproblemer og utagerende atferd fikk økt grad av empati og bedret

sosial kontakt, men derimot økt grad av internaliserte vansker (Seivert, Cano, et.al., 2018). En mulig forklaring på dette kunne være at ungdommene ble mer i kontakt med egne følelser gjennom kontakten med dyrene.

Det har også vært gjennomført prosjekter med hest for innsatte i fengsel i Norge tidligere. Bastøy fengsel er et human-økologisk fengsel hvor de innsatte driver med jord- og landbruk. Det er et lavsikkerhetsfengsel med en kapasitet på 115 innsatte, det kun menn soner. I 2010-2011 ble bruk av hest i fengsel undersøkt i studien "Hest og helse på Bastøy". Undersøkelsen hadde fokus på bruk av hest i fengselet, og dens påvirkning i arbeid med videreutvikling, endring og rehabilitering for de innsatte. I funnene fremkom det at aktivitetene med hest hadde stor verdi for de innsatte. De innsatte oppga å føle seg sterkere psykisk, fikk økt selvtillit, mindre utrygghet og angst. De fikk også en økt kompetanse på et felt de ikke hadde erfaringer med fra tidligere. Det fremkom at de fikk en økt bevissthet rundt egne holdninger, og bedret sine forutsetninger for å samhandle bedre med andre (Bastøy fengsel, 2011). Konklusjonen i undersøkelsen var at disse funnene kan ha stor overføringsverdi til andre fengsel og institusjoner.

Min oppsummering av forskning på feltet viser at det er gjort forskning på hest som intervensjon og aktivitetstilbud for innsatte menn og ungdom, men ikke kvinner. Det finnes også forskning på dyreassisterte aktiviteter og terapi for kvinner som soner, men da ikke med hest som intervensjonsdyr. Jeg lykkes ikke med å finne artikler eller forskning som belyser hesteassisterte aktiviteter for kvinner som soner, her er altså et kunnskapshull jeg ønsker å bidra til å dekke med denne studien.

3.0 Teoretisk rammeverk

I dette kapitlet presenteres salutogenese som teoretisk modell, og de sentrale Begrepene Sense of coherence (SOC) og generelle motstandsressurser (GMR) i egne underkapitler.

3.1 Salutogenese

I denne oppgaven vil jeg forankre min teori i Aron Antonovskys salutogene modell, da hesteassisterte aktiviteter kan sees på som en helsefremmende faktor som løfter menneskers egenskaper, og hvor man vektlegger ressurser som er positive for helsen (Berget & Braastad, 2018, s.58).

Teorien om salutogenese gir en beskrivelse av hvordan mestring via dens hovedbegrep «sense of coherence»-SOC, kan skapes (Antonovsky, 1987). Antonovskys salutogenese ble utviklet som en motvekt til patogenese (Langeland, 2014). Der patogenese er basert på at sykdom er forårsaket av en faktor, som bakterier, psykososiale, kjemiske eller annet, retter salutogenese oppmerksomheten mot helseenden i kontinuumet. Altså; hva fremmer helse (Antonovsky, 2018, s.30-31). I følge Antonovsky kunne helse forstås som et kontinuum på en akse mellom absolutt sykdom (dis-ease) og fullstendig sunnhet (ease) (Tellnes, 2007). Det tradisjonelle synet på helse var å undersøke eller forske på mennesker som rapporterte dårlig helse, og lete etter faktorer som kunne forklare hvorfor den var dårlig. Antonovsky fokuserte på hvilke faktorer som bidrar til at noen mennesker opprettholder og utvikler bedre helse enn andre, til tross for ulike utfordringer (Langeland, 2014, s. 11). Inspirasjonen for utviklingen av den salutogene modellen, kom da Antonovsky intervjuet kvinner som hadde overlevd opphold i konsentrasjonsleir under andre verdenskrig. Han oppdaget at en tredjedel av disse kvinnene rapporterte god mental helse. Han fikk interesse for denne gruppen, og fant at disse kvinnene hadde i høyere grad enn de som rapporterte dårlig mental helse en høyere opplevelse av sammenheng. Han stilte spørsmålet «What explains movement towards the health pole of the ease/dis-ease continuum?» Altså søkte han det motsatte av hva som skaper sykdom. Svarene han fant, viste at hvordan mennesker opplever sin virkelighet i form av begripelighet, håndterbarhet og mening, som til sammen utgjør SOC,

bidrar til mestring, helse og velvære. Disse funnene danner grunnlaget for Sense of coherence (SOC) som begrep (Langeland, 2014, s.12).

3.2 Sense of coherence - SOC

“Sense of coherence” (SOC) er et sentralt begrep i den salutogene modellen, og kan oversettes til mennesket sin opplevelse av sammenheng (OAS). SOC er ifølge Antonovsky grunnleggende for at enkelte mennesker beveger seg mot helseenden av kontinuumet, til tross for sine belastninger (Langeland, 2014, s.12). Antonovsky beskriver SOC slik: *The sense of coherence is a global orientation that expresses the extent to which one has a pervasive enduring though dynamic feeling of confidence that the stimuli deriving from one`s internal and external environment in the course of living are structured, predictable, and explicable; the resources are available to one to meet the demands posed by these stimuli; and these demands are challenges, worthy of investment and engagement* (Antonovsky, 1987, s. 19).

Begrepet handler om menneskets opplevelse av at tilværelsen er forståelig, håndterbar og meningsfull. Med dette menes det at man opplever tilværelsen forståelig og forutsigbar, at man har ressurser til å håndtere de utfordringer som oppstår, og at det er områder i livet som betyr noe, og oppleves meningsfulle følelsesmessig og ikke bare kognitivt (Berget & Braastad i Berget, 2018, s. 58). Langeland (2018, s.198) beskriver OAS som å ha en følelse av eller tillit til at påvirkning fra indre eller ytre omgivelser er forståelig og gir mening.

Eksempler på dette kan være det å føle på tilhørighet til et miljø eller et sosialt nettverk. Opplevelse av sammenheng kan også være det å føle på forutsigbarhet i sitt sosiale nettverk. Om en opplever at mennesker i omgivelsene opptrer pålitelig og forutsigbart, kan en også lære noe om at man selv påvirker sine omgivelser. Kravene i samfunnet man er en del av må tilpasses de ferdigheter man har. For store krav kan lede til opplevelse av utilstrekkelighet og kan få en til å ville gi opp, men for lite krav fører til at en ikke får utnyttet ressursene sine (Walseth & Malterud, 2004, s. 65).

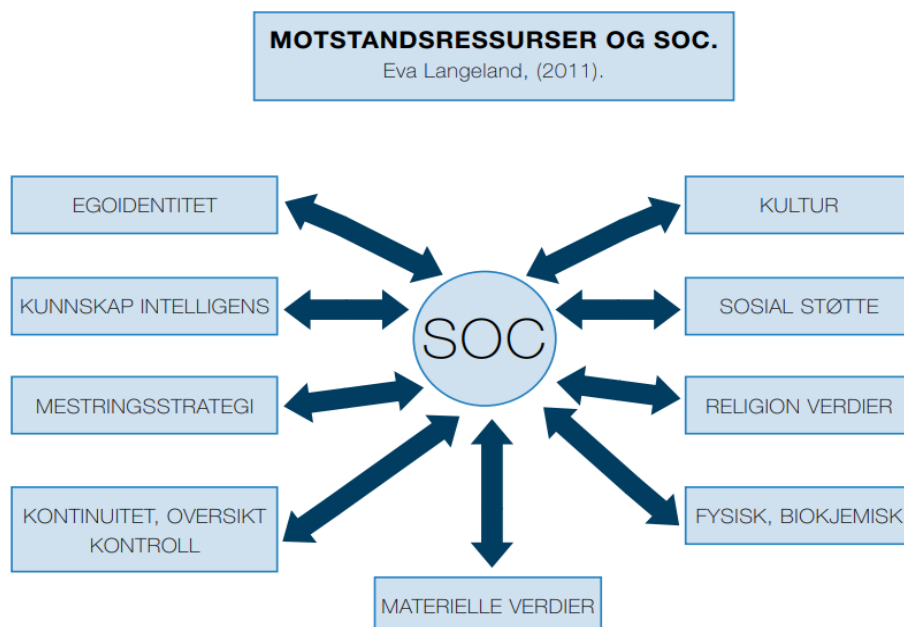
I psykisk helsearbeid kan man arbeide med en salutogen tilnærming med OAS som målsetting (Langeland, 2014, s. 29). Hesteassisterte aktiviteter kan være en arena hvor man kan øke sin OAS, eller opplevelse av sammenheng. Aktivitetene innebærer en viss grad av forutsigbarhet, og er enkle å tilpasse etter nivå (Langeland i Berget, 2018, s.123-127). De som har lite erfaring kan få mye hjelp og tilpasning for å mestre på sitt nivå, de som har mer erfaring eller er mer fremoverlente, kan få mestring gjennom å hjelpe andre og vise hva de kan.

En kan si at salutogenese retter fokus mot mennesker sin evne til tilpasning i stressende omgivelser (Langeland & Vaardal, 2014, s. 46-47). Det er lett å anta at kvinner som soner i fengsel lever under stressende omgivelser, og tilpasning er nødvendig for å kunne håndtere dagliglivet i fengselet. Det å ha ressurser er en forutsetning for å SOC. Man kan si at det ikke er tilstrekkelig med individuelt fokus for å håndtere psykiske vansker, en må med en salutogen tankegang rette oppmerksomheten mot å bygge motstandsressurser, som også handler om omgivelser og ytre påvirkning (Langeland, 2012, s.12-13).

3.3 Generelle motstandsressurser- GMR

Motstandsressurser er et annet sentralt begrep i den salutogene modellen som sier noe om nettopp det å ha ressurser til å møte de kravene en blir gitt, som igjen bidrar til å føle på mestring. Mennesker som opplever å ha høyere grad av personlige og kollektive mestringsressurser, opplever også å ha bedre SOC og oppgir høyere grad av helse (Langeland, 2012, s. 12).

Antonovsky identifiserte følgende mestringsressurser; Kultur, Sosial støtte, Religion og verdier, Fysiske og biokjemiske ressurser, Materielle verdier, Kontinuitet oversikt og kontroll, Mestringsstrategier, kunnskap og intelligens og egoidentitet. Han hevdet at grad av sosial støtte og egoidentitet var spesielt viktige mestringsressurser. Han formulerte følgende definisjon for å identifisere mestringsressurser: «Enhver karakteristikk av personen, gruppen, eller omgivelsene som kan fremme effektiv mestring av spenning» (Langeland, 2012, s.12-13). Figuren under er ment for å vise samspillet mellom de identifiserte mestringsressurser, og samspillet mellom den og menneskers opplevelse av sammenheng i tilværelsen.



(Figur 2: Det gjensidige samspillet mellom Generelle Motstandsressurser (GMR) og Sense of Coherence (SOC) (Langeland, 2011).

4.0 Metode og design

4.1 Metode

Min oppgave er en kvalitativ studie basert på hermeneutisk-fenomenologiske vitenskapsteoretiske prinsipper. Når en arbeider kvalitativt jobber man ofte induktivt, ved å gå fra empiri til teori (Jacobsen, 2018, s.29). I kvalitativ metode er målet å beskrive, øke forståelse for, og å forklare fenomener. Man har fokus på mangfold, nyanser og subjektive erfaringer. Der det er gjort lite forskning fra tidligere, kan kvalitative metoder være egnet til å undersøke fenomener, og å utvikle ny forståelse av menneskers egne erfaringer, opplevelser, forventninger, motiver og holdninger (Malterud, 2017, s.30). Kvalitative metoder gir rom for fleksibilitet, og for å justere studiens fremgangsmåte underveis ut fra hvilke funn som fremkommer (Polit & Beck, 2017, s.463). I denne oppgaven kan kvalitativ metode være egnet for å oppnå økt forståelse av hva de ulike aktørene erfarer at hest og hesteassisterte aktiviteter gjør for kvinnene som soner i fengsel.

Det er benyttet et hermeneutisk-fenomenologisk design som bygger på teori om erfaring og fortolkning (Malterud, 2017, s.30). Fenomenologi er en erfaringsorientert tradisjon med fokus på individets kunnskap og erfaring. I fenomenologien hevder man at menneskers opplevelse av verden er formet av erfaringer og sosial kontekst.

Hermeneutikk er å bruke livserfaringer i forståelse av sosial, kulturell eller politisk kontekst (Polit & Beck, 2017, s.465). Ifølge Brinkmann & Kvale (2015, s.59) er hensikten med hermeneutisk fortolkning å oppnå en gyldig forståelse av hva som er meningen i en tekst. Hensikten med å bruke fenomenologisk-hermeneutisk design kan forstås som å utforske og fortolke menneskers erfaringer, og ikke bare beskrive dem (Polit & Beck, 2017, s. 486).

4.2 Forskers forforståelse

Forforståelse er den oppfatning man har gjort seg før man starter arbeidet (Wifstad, 2018, s.128). I min prosess var jeg avhengig av å være bevisst min forforståelse og mine antakelser

om hvilke funn jeg ville forvente å finne. Egen forforståelse består av faglige perspektiver, hypoteser og teoretiske referanserammer, og når man bringer dette inn i et forskningsprosjekt, påvirker det måten man leser og tolker data på (Malterud, 2017, s.45).

Tema for studien er kvinner under soning som deltar på hesteaktiviteter. Jeg har drevet med hest siden jeg selv var barn, og for meg var det viktig i intervjuer og analyse å legge til side mine egne erfaringer og tolkninger. Med mye erfaring med hest, kan noe sees på som selvfølgeligheter underveis i intervjuet. Her måtte jeg være bevisst på at informantene og jeg har ulikt kunnskapsnivå i utgangspunktet, og ha fokus på hva erfaringene de har gjør med dem på det nivået de er. Når en gjennomfører et kvalitativt intervju er et krav til forsker om å utøve refleksivitet ved å kjenne igjen egen påvirkning, og hvilken betydning dette kan ha for datainnsamling og analyse (Malterud, 2017, s.69).

Med over ti års erfaring med pasienter i psykisk helsevern, var det også viktig for meg å reflektere over at mange innsatte kvinner har helseutfordringer, men ikke er regnet som pasienter. Jeg måtte ha oppe en bevissthet rundt at det kvinnene kanskje har diagnoser og utfordringer jeg kunne kjenne igjen, men i denne studien er ikke dette fokus, og jeg måtte minne meg selv på å tenke på hest som en helsefremmende faktor med et salutogent perspektiv; "Hva gjør folk friske?" Ved å ha fokus på dette økte jeg min bevissthet rundt at mine egne erfaringer muligens kan påvirke og skape de tolkningene jeg kom frem til i mine funn og analyse. Ifølge Polit & Beck (2017, s.164) kan en slik selvbevissthet øke kvaliteten på studien.

4.3 Forskningsdesign- Individuelle intervjuer

Det er gjennomført fem semistrukturerte individuelle intervjuer. I et kvalitativt forskningsintervju søker man forståelse av fenomener sett fra intervjupersonens side (Kvale & Brinkmann, 2015, s.20). Det åpne individuelle intervju er å foretrekke når 1) relativt få enheter undersøkes, 2) Når vi er interessert i hva det enkelte individ sier, og 3) når vi er interessert i hvordan den enkelte fortolker og legger mening i et spesielt fenomen (Jacobsen, 2018, s. 146-147). I denne studien er det ønskelig med å oppnå forståelse av de ulike

aktørens opplevelse, forståelse og fortolkning av hesteaktiviteter som fenomen, og det var dermed et passende design. Tradisjonelt sett har intervjuer vært forbundet med ansikt-til-ansikt-møter, men med moderne kanaler er det vanlig også med telefon, epost og gjennom kommunikasjonskanaler som Zoom og Teams. Mine intervjuer er gjennomført på ulike måter etter informantenes ønske, innenfor rammene som er mulig både praktisk og utfra forskningsdesignets begrensninger. Et av intervjuene ble gjennomført da det var innført restriksjoner grunnet covid-19, og det var derfor ikke mulighet for å gjennomføre fysisk. De andre intervjuene ble gjennomført fysisk, per telefon og via Zoom. Intervjuer gjennomført på telefon og Zoom kan være utfordrende da avstanden og mangel på fysisk tilstedeværelse kan virke svakere i etablering av tillit og åpenhet (Jacobsen, 2018, s. 148).

4.4 Intervjuguide

Det kvalitative intervjuet kan ha ulike grader av strukturering og åpenhet. Jeg brukte en tematisk intervjuguide, som på forhånd var utarbeidet av prosjektleder. Jeg tilpasset denne til mitt formål og mine informanter med noen mindre endringer. Det kan argumenteres for at strukturering av intervjuer er en form for lukking av datainnsamlingen, og at undersøkeren styrer intervjuet bort fra den kvalitative metodens ideal. Det er derfor viktig å beholde en bevissthet rundt hvor mye man ønsker å styre samtalen, men det er også viktig å ta i betraktning at en for stor grad av åpenhet kan gjøre intervjuet uoversiktlig. Det kan da også være utfordrende å sikre at man har dekket de temaene man skal innom (Jacobsen, 2018, s. 150). Min intervjuguide har lav strukturingsgrad og en tematisk oppbygging. Denne var et nyttig hjelpemiddel underveis for å sikre at vi i løpet av samtalene var innom de aktuelle temaene. Jeg opplevde med samtlige informanter å få gode samtaler med naturlig flyt, med intervjuguiden som en sjekklister. Se videre fremgang i punkt 4.7 Gjennomføring av intervjuer.

4.5 Rekruttering av informanter

Med fenomenologisk tilnærming arbeider man som regel med et lite utvalg, ofte under 10 personer. Alle deltakerne må ha erfaring med fenomenet som undersøkes og være i stand til

å uttrykke disse erfaringene. (Polit og Beck, 2017, s. 499). Det er et strategisk utvalg av informanter, fordi de er alle aktører i det pågående tilbudet jeg vil undersøke erfaringer med. I et strategisk utvalg prioriteres informasjonssterke deltakere som best mulig kan bidra til å belyse problemstillingen (Malterud, 2012, s. 42). Det er også et bekvemmelighetsutvalg, da det er disse informantene som var mulig for meg å intervju. Målsettingen med disse denne sammensetningen av de ulike aktører i hesteassisterte aktiviteter, er at materialet i størst mulig grad skal belyse problemstillingen (Malterud, 2017, s.58).

Opprinnelig var det planlagt å gjennomføre en studie med kvinner innsatt på langtidsdom, som også hadde deltatt på hesteaktiviteter, som informanter. Det oppsto underveis i prosessen utfordringer, da jeg som student mistet tilgangen på å intervju kvinner under soning, grunnet endringer sentralt ved Kriminalomsorgen region Vest.

Det ble da sendt endringsmelding til NDS angående min studie og intervjuer, hvor denne da utvidet til å dekke også kvinner som nå var løslatt, men som tidligere har deltatt på aktivitetene under soning. Denne ble godkjent (vedlegg 3) og mitt neste steg var da å samle en ny gruppe informanter.

Jeg gjør oppmerksom på at i endringsmelding og godkjenning fra NSD (vedlegg 3), fremkommer det at deres godkjenning legger til grunn at nødvendige godkjenninger fra kriminalomsorgen foreligger. Denne presiseringen vil da være gjeldende for kvinner som soner. Det vil i min oppgave ikke være relevant med godkjenning fra kriminalomsorgen, da mine informanter ble rekruttert utenfor kriminalomsorgens ansvarsområde.

Det viste seg å ikke være en enkel oppgave å rekruttere løslatte kvinner, fordi det for det første var en gruppe bestående av svært få kvinner, som både hadde deltatt på prosjektet i perioden, og som var løslatt på det gjeldende tidspunktet. Det var også vanskelig å få kontakt med disse kvinnene, noe som også måtte vurderes om var etisk riktig. Det kan

ansees som rimelig å anta at det for noen av kvinnene er ønskelig å ta avstand fra prosjekter som handler om deres fengselshverdag etter løslatelse.

Det ble derfor gjort endringer i problemstilling og forskningsspørsmål, slik at det også innbefattet informanter fra tilbydersiden, og noe som vil gi funn med flere perspektiver og erfaringer, men mindre dybdefokus på egen opplevelse fra deltakere.

4.6 Presentasjon av informanter

Herunder presenteres de fem informantene i min studie, alle informantene er myndig (alder 40-65 år) og samtykkekompetente. Alle informantene har deltatt under aktivitetene med en aktiv rolle.

Informant 1: Kvinne, Tidligere innsatt i Bergen fengsel. Løslatt høsten 2021. Deltok på HAA under sitt soningsforhold.

Informant 2: Mann, Eier av gården hvor aktivitetene holdes, ansvarlig for drift og dyr.

Informant 3: Kvinne, Ansvarlig og initiativtaker fra CRUX Kalfaret oppfølgingscenter.

Informant 4: Kvinne, Representant fra den ideelle stiftelsen Wayback. Tidligere innsatt og nå ansatt. Har på deltatt i prosjektet som tilrettelegger.

Informant 5: Kvinne, Fengselsbetjent i Bergen Fengsel. Deltatt i aktivitetstilbudet og erfaren med hest.

4.7 Gjennomføring av intervjuer

Intervjuene ble gjennomført i størst mulig grad tilpasset informantenes beileilighet og ønsker. Intervjuene ble tatt opp med diktafon som ikke er nettverkstilknyttet, og senere overført til passordbeskyttet enhet hvor de ble fortløpende transkribert og anonymisert. Lydfilene ble deretter umiddelbart slettet.

Intervjuene ble utført på ulike måter. To av dem fysisk, to av dem via zoom- grunnet restriksjoner for menneskemøter grunnet covid.19. Et intervju ble gjennomføring per telefon etter ønske fra informanten.

Intervjuene starter med en presentasjon av meg selv og prosjektet, hvorpå den tematiske intervjuguiden ble benyttet som en veileder under samtalen. Hvert av intervjuene varte ca. 60 minutter. Informantene ble underveis i intervjuene gjort oppmerksom på hvis vi beveget oss utover tema, og hvis noe ikke skulle tas med i transkripsjonen. De ble også innledningsvis i intervjuet gjort oppmerksom på at de selv kunne stoppe opp og si fra hvis samtalen kom inn på tema de ikke ønsket å siteres på. Dette var aktuelt noen ganger, og var nyttig når jeg skulle transkribere intervjuene.

Jeg var gjennom intervjuene bevisst på å ha en ikke-vitende holdning (Anderson og Goolishan i Gergen og McNamee, 1992, s. 26), og å lene meg tilbake la samtalen flyte fritt. Underveis tok gjorde jeg noen oppsummeringer for å sikre at jeg hadde forstått informant riktig, og for å holde oversikt over temaene i intervjuguiden.

Mitt inntrykk var at alle informantene synes det var greit å bli intervjuet, de utviste entusiasme over temaet og samtlige ga uttrykk for å være glade for å kunne bidra.

En av informantene ønsket transkripsjonen til gjennomlesing før jeg kunne starte analyse. Denne ble gjennomlest og sendt i retur uten vesentlige endringer.

4.8 Transkribering

Intervjuene ble transkribert i sin helhet. I følge Malterud (2017, s. 77) handler transkribering i den kvalitative forskningsprosessen også om å organisere datamaterialet og klargjøre det for analyse. All transkripsjon har foregått manuelt. De fem intervjuene ble transkribert fortløpende etter de var gjennomført høst 2021/vinter 2022. Totalt 46 sider.

Underveis i transkripsjonsprosessen oppdaget jeg at jeg ved noen anledninger hadde ledet samtalen mer enn jeg trodde. Der jeg selv mener det var tvil om jeg hadde stilt for ledende

spørsmål, valgte jeg å kutte enkelte elementer fra transkripsjonen. Jeg gjorde samtidig en vurdering på om jeg ville miste verdifull informasjon- men jeg konkluderte med at å kutte disse elementene ikke ville frata informantene viktig formidling.

4.9 Datalagring og godkjenninger

Når sensitive data skal samles og organiseres på pc, smarttelefon eller kamera, må prosjektet meldes til NSD som er personvernombud ifølge REK sine retningslinjer (Salbu, 2014). Dette prosjektet var forhåndsgodkjent av NSD og mitt masterarbeid krevde av den grunn ikke egen søknad.

Innledningsvis i mitt arbeid foreslå det også godkjenning fra kriminalomsorgen for forskning med innsatte kvinners deltakelse på hesteassisterte aktiviteter som formål. Denne ble trukket underveis i prosessen, uavhengig av min deltakelse, og jeg mistet dermed tilgang på innsatte kvinner som informanter. Dette gjorde at jeg måtte endre problemstilling og kontakte tidligere innsatte for å få informanter fra deltakersiden. Det ble sendt endringsmelding til NSD og ny godkjenning ble gitt. Se vedlegg 4, og øvrig beskrivelse under punkt 5.4 Rekruttering av informanter.

Intervjuene ble tatt opp med diktafon, overført til passordbeskyttet pc og behandlet etter HVLs retningslinjer for datalagring på egen enhet. Lydfilene ble slettet umiddelbart etter transkribering. Intervjuene ble anonymisert og avpersonifisert fortløpende under transkripsjon.

Skjema for samtykke er også på plass. (Vedlegg 1). Dette inneholder informasjon om:

- Studiens formål
- Deltakernes anonymitet
- Hvordan sensitive data lagres og oppbevares
- Taushetsplikt
- Hva det innebærer å delta i undersøkelsen.

Godkjenninger er vedlagt oppgaven. Datoene for disse samsvarer ikke med tidsforløpet, da prosjektet i første omgang var godkjent frem til 01.06.20. Disse er imidlertid prolongert ut 2022, se Vedlegg 3, endringsmelding NSD.

4.10 Etiske problemstillinger

Gjennom hele prosjektet har det blitt tatt forskningsetiske hensyn. Informantene er innledningsvis informert om prosjektets formål og hva opplysningene skal brukes til. Informasjonsskriv og samtykkeskjema er medbrakt til gjennomlesing ved fysiske intervjuer, og signert av informantene. Det er blitt informert om opptak av intervjuer, og hvordan disse skal oppbevares og slettes etter transkribering. Informantene har fått tilbud om gjennomlesing av transkripsjon, noe en av informantene ønsket. Denne ble sendt til gjennomlesing og returnert uten vesentlige endringer.

I enhver studie er det viktig at det fremkommer tydelig at all deltagelse er frivillig, og at å trekke seg ikke vil medføre noen konsekvenser for deltakerne (Polit & Beck, 2017, s. 143-144). Informantene i dette prosjektet er informert både skriftlig og muntlig om at de kan trekke seg fra studien i løpet av forskningsperioden.

I denne studien ble det som nevnt ikke mulig å intervjuene kvinnene som selv deltok, da tillatelsen fra Kriminalomsorgen ble trukket. I Helsinkideklarasjonen, som er et eksempel på forskningsetiske retningslinjer, som brukes aktivt over hele verden, er det et eget avsnitt om forskning på sårbare grupper. Hensynet til sårbare grupper skal stå sterkt, men det åpnes likevel opp for forskning på individer som har særlig krav på beskyttelse. Årsak til dette er at mangel på relevant kunnskap kan utsette den for risiko i seg selv (Førde, 2014). Forskning på fanger er uthevet i deklarasjonen, og det står som følger; «Forskning på fanger eller på personer som er avhengig av forskeren, stiller det informerte og frivillige samtykket på strekk.» Ifølge Kriminalomsorgen (2022. u.å) skal fengselsstraff være berøvelse eller innskrenkning av frihet, ikke tap av andre grunnleggende menneskerettigheter. Innsatte har rett til helsetjenester, stemmerett ved valg og har sosiale og økonomiske rettigheter. Ved å stanse forskning på innsatte, kan man frata allmennheten kunnskap om innsattes erfaringer og meninger. I dette tilfellet er det rimelig å stille spørsmål ved om Kriminalomsorgens valg om å trekke tilbake forskningstillatelsen er en nødvendighet for å skjerme og beskytte de

innsatte kvinnene. Eller om det er å frata kvinnene borgerrettigheter, sin egen stemme og mulighet til å uttale seg om et aktivitetstilbud de selv har tatt del i, og burde ha rett til å uttale seg om.

Da tillatelsen til å intervju kvinnene bortfalt, ble det som nevnt rekruttert et nytt utvalg bestående av tilbydere og tilretteleggere av aktivitetene. Å dem kan være nyttig, og kan frembringe mye godt materiale, men det må tas hensyn til at observasjoner og gjengivelser av kvinnenes opplevelser må ansees som annenhåndsinformasjon. Gjennom analyseprosessen var det viktig for meg å ha en tanke om å gjenfortelle kvinnene opplevelser og erfaringer slik de ble beskrevet av informantene, og ikke som førstehåndsinformasjon. Informanten som selv hadde deltatt på tilbudet kunne bidra med førstehåndsinformasjon- og erfaringer. I analyseprosessen er disse flettet sammen for å utfylle hverandre.

4.11 Analyse, Systematic text condensation

Som analysemetode er det brukt systematic text condensation (STC). STC er en beskrivende tilnærming som kan brukes for å presentere deltakerne og funnene på en måte som om de ville sagt det selv. Malterud (2018, s.92) skriver at "analysen skal presenteres slik at andre senere kan følge den veien vi har gått anerkjenne vår systematikk underveis, og forstå våre tolkninger og konklusjoner."

Det er en metode som tar hensyn til samspill mellom mennesker, refleksivitet, gjennomførbarhet og skal være transparent. Altså at det i den skriftlige fremstillingen av gjennomført studie er lett for leseren å følge forskerens prosess (Thornquist, 2018, s. 245). Man sorterer og kategoriserer materialet etter meningsinnhold.

Analysen ved systematisk tekstkondensering foregår i en firetrinnsprosess:

1. Gjennomlesing av alt materiale og danne helhetsinntrykk
2. Finne meningsbærende enheter. sortere i foreløpige kodegrupper og subgrupper
3. Kondensering/koding
4. Oppsummering/resultatkategorier (Malterud, 2012, s.796-800).

Den systematiske gjennomgangen som ble gjort av innsamlede data, ledet gjennom de fire stegene fra syv, til fem og til slutt til fire resultatkategorier. Alle transkriberte intervjuer er analysert tverrgående og plassert i samme skjema for kategorisering.

I steg 1 ble alle intervjuer først gjennomlest i sin helhet. Deretter ble de igjen lest, hvor meningsbærende enheter samtidig ble markert og koder ble markert i marginen.

I steg 2 ble de meningsbærende enhetene klippet ut og sortert i tverrgående kolonneskjema under foreløpige kategorier. Jeg startet først med syv tentative overskrifter.

«Relasjoner, mestring, Trening/friluft, Å være med dyr, Å komme seg ut, Motivasjon for et bedre liv, og utfordringer». Underveis i arbeidet ble det naturlig å slå sammen flere av kategoriene, og reduserte til seks foreløpige kategorier.

Kodegruppe 1 Relasjoner

Kodegruppe 2 Mestring

Kodegruppe 3 Trening og fysisk aktivitet

Kodegruppe 4 å være med hestene

Kodegruppe 5 En god dag utenfor murene

Kodegruppe 6 Motivasjon for et bedre liv etter soning

I steg 3 ble de meningsbærende enhetene delt i subgrupper. Også disse sortert i tverrgående skjema som innbefattet alle informanter i gruppen. Hvert sitat/meningsbærende enhet ble markert med nummer som indikerer hvilken informant som har gitt informasjonen. Dette for å forenkle arbeidet i steg fire hvor resultatkategoriene skal valideres ved å gå tilbake til steg

2 for å sammenligne og rekontekstualisere for å sikre at man gjengir informasjon på en gyldig måte, uten å tilkjenne eller frata informantene mening. I arbeidet med å fordele i subgrupper beveget jeg meg frem og tilbake mellom steg to og tre, og flyttet meningsbærende enheter både mellom foreløpige kodegrupper og subgrupper etter hvordan enhetene fordelte seg i gruppene. Antall kodegrupper ble redusert igjen, og da jeg gikk i gang med å utarbeide kondensater satt jeg med fire kodegrupper:

Kodegruppe 1: Relasjoner

Fem subgrupper

Subgruppe 1: Relasjon til hverandre

Subgruppe 2: Relasjon til ansatte og medarbeidere

Subgruppe 3: Relasjon til egne barn og andre

Subgruppe 4: Å bygge relasjon til mennesket gjennom hesten

Subgruppe 5: Å måtte tilpasse seg

Kodegruppe 2: Mestring

To subgrupper

Subgruppe 1: Å mestre et stort dyr- å få være «den som kan»

Subgruppe 2: Å bli trygg på seg selv

Kodegruppe 3: Å komme utenfor murene, påvirkning på livet innenfor murene

Tre subgrupper:

Subgruppe 1- Å gjøre noe annet. Å ha en god dag og få lov til å glemme

Subgruppe 2- dagene etterpå. Påvirkning på livet innenfor murene

Subgruppe 3- Motivasjon for et bedre liv utenfor murene

Kodegruppe 4- Å være med hestene

3 Subgrupper

Subgruppe 1: Kontakt og nærhet

Subgruppe 2: Tillit- begge veier

Subgruppe 3: Å få glemme

Deretter ble det utarbeidet kondensater, som er tekstnære sammendrag av hver subgruppe i «jeg»-form. Kondensatene er en helhetlig tekst som skal gjengi essensen i intervjuene (Malterud, 2012, s.79). Eksempel under på kondensat fra Kodegruppe 1: Relasjoner, subgruppe 2, Relasjon til ansatte og medarbeidere

- *De ansatte er stort sett veldig positive til å være med, for de ser jo at dette er en fin måte å være sammen med de innsatte på. Inne er det jo sånn at noen er i uniform og noen er uten, og det er jo ingen tvil om hvem som har nøkler og kan åpne dører- ja hvem som styrer da. På gården går vi sivilt, og det gjør noe med relasjonen. Det blir en annen maktbalanse. Det gir jo dem en mulighet til å se oss også, som privatpersoner. Som likepersoner. Været er det samme om man er innsatt eller betjent- og vi har hatt mye forskjellig vær. Den opplevelsen av å være ute å gjøre de samme tingene på den samme måten, det gjør noe med forholdet. Jeg merker når jeg går og leier dem, at praten går lettere enn det den gjør over bordet inne. Vi får en felles opplevelse, får flere ting å snakke om- og å tenke på. Vi får opplevelser vi tar med oss inn. Det er noe felles. Det er liksom «vårt». Og det å være en gruppe, en hel gjeng. Det gjør noe med alle som er med. Man trenger på en måte ikke å være innsatt eller ansatt. Det å være sammen i noe som gjør at skillelinjene mellom man er betalt er ikke blir mindre.*

Det ble også valgt et «gullsitat» til hver subgruppe. Et gullsitat er direkte gjengitt sitat fra informant som er relevant og understreker konteksten i subgruppene. Eksempel under:

- *På gården går vi sivil, og det gjør noe med relasjonen. Det blir en annen maktbalanse. Det gir jo dem en mulighet til å se oss også, som privatpersoner. Som likepersoner. Været er det samme om man er innsatt eller betjent- og vi har hatt mye forskjellig vær.*

Etter å ha bearbeidet materialet satt jeg igjen med fire resultat kategorier. Disse er plassert i en rekkefølge hvor avsnittene kan knyttes sammen til en mer helhetlig tekst med en meningsfull flyt. Problemstillingen i oppgaven er; Hvilke erfaringer har involverte aktører i med hesteassisterte aktiviteter for kvinner i fengsel? For å i størst mulig grad gjenspeile de meningsbærende enheter i titlene på resultat kategoriene, ble disse endret og tilpasset for å være mest mulig tekstnære og beskrivende.

Resultat kategorier:

Resultat kategori 1: Kontakten med hestene- å få senke skuldrene

Resultat kategori 2: En arena for mestring og personlig utvikling

Resultat kategori 3: En arena for å bygge relasjoner

Resultat kategori 4: Påvirkning på livet i fengselet, og overføringsverdi til livet utenfor

5.0 Resultater

Som beskrevet i avsnitt 5.12 ledet analyseprosessen til fire resultat kategorier som presenteres under i avsnittene 1: Kontakten med hestene- å få senke skuldrene, 2: En arena for mestring og personlig utvikling, 3: En arena for å bygge relasjoner og fire 4: Påvirkning på livet i fengselet, og overføringsverdi til livet utenfor. Under presenteres hver av resultat kategoriene i hvert sitt kapittel. I kapittel 6 diskuteres disse på tvers av hverandre.

5.1 Kontakten med hestene- å få senke skuldrene

«Å være med dyrene» er en setning som gjentar seg en rekke ganger i den tverrgående analysen. Den komplekse intervensjonen som hesteaktiviteter er, innebærer jo nettopp denne «x-faktoren», som er hesten i seg selv. Den tilfører ifølge en av informantene et element som vanskelig kan gjenskapes på andre arenaer.

Hesten er et stort dyr, og et potensielt farlig dyr. Det er også et varmt, mykt dyr som er godt å ta på og kose med. De puster rolig, de har en litt høyere kroppstemperatur enn mennesker som gjør at de oppleves som varme og gode. Når man møter en vennlig hest, eller oppnår å samarbeid med en med sky hest, så får man en følelse av tillit, og av at dyrene velger å stole på deg. Det beskrives at noen av kvinnene for eksempel er vant med hund, og at det da i noen tilfeller krever arbeid fra tilbyderne med å lære opp kvinnene i å håndtere hest som har en helt ulik atferd sammenlignet med hund eller andre mindre dyr.

«Det er noe med den størrelsen», sier en av informantene. Kvinnene må lære seg å «tune» seg inn på hesten, for å oppnå tillit og samarbeid. De må lære hvordan man hilser på den, tilnærmer seg. Er kvinnene brå kan det skremme hesten, og tillit som tar lang tid å bygge opp- brytes fort ned. De må lære at hesten må akseptere at de kommer inn i hjemmet dens, og la dem få lov å være der inne og stelle den. De kjenner på nærhet, tillit, trygghet. Det beskrives at den rolige pusten fra hestene er veldig overførbar til kvinnene, og de som kan være voldsomme eller hektisk får en annen ro i samvær med hestene. Noen er også redde

når de kommer, men det observeres at de fleste etter hvert slapper av når de får kontakt med hesten de er sammen med.

-Og det å kunne stå inne i boksen sammen med en hest som tar mulen bort på deg- og vil ha mere av din kontakt, det er det mange som... da kan de bli stående lenge. De har kanskje ikke noen interesse av å ri, men bare det å være der og kjenne på den... kontakten.

«Å få lov å glemme» er noe som gjentar seg i den tverrgående analysen og som nevnes av flere informanter. Det beskrives at kvinnene har mange bekymringer og problemer de bruker mye tid på å gruble over i fengselshverdagen. I stallen ser det ut til at de får en pause fra dette. De får en anledning til å være i øyeblikket, og «forsvinne» sammen med hestene. Roen fra hestene er overførbart til kvinnene, og det beskrives som «at de går ned et nivå». De får en pause fra sine hverdagsbekymringer, og har en rolig stund, fri fra «livets mas». Noen av kvinnene prater og er aktive gjennom dagen, noen ønsker heller å bruke lang tid på å være for seg selv, sammen med hesten, og finne roen slik alene. Uttrykk som gjentar seg er «å få glemme», «å få en pause», «at det slipper taket», «å få leve i øyeblikket». En av informantene beskriver at hun selv opplever det som terapi, og håper og tror at de fleste av kvinnene kjenner på det samme.

- For meg er det litt terapi. Det roer meg, det å stå å stelle hesten. Helt sånn rolig og, ja. alle problemer forsvant liksom- akkurat i den stunden det holdt på.

Når det gjelder å tilpasse seg de sosiale normer rundt andre mennesker, har kvinnene ulik bakgrunn og erfaring. Noen av kvinnene har vanskelig for å bygge relasjoner. En del av dem kommer fra harde miljøer. Mye rus, noen har levd gatelangs. Mange av dem har opplevd tillitsbrudd og har et «tøft ytre» i møte med omverdenen. Det kan være utfordrende å ta imot beskjeder, og å bli fortalt noe. Det oppleves likevel fra tilbydernes side at kvinnene stort sett forholder seg til de reglene som blir gitt, og at gården er en god plass å være rent sikkerhetsmessig. I arbeidet med å tilpasse seg mennesker og bygge relasjoner fremkommer det at hesten kan ha en helt spesiell rolle.

En av informantene forteller at hesten er et fluktdyr. De ansatte og medhjelpere bruker tid på å lære kvinnene å forstå tankegangen til hesten, hvordan den oppfører seg annerledes enn for eksempel en hund. Dyr er ærlige, de er ikke «trollete» og bryr seg ikke om hvem du er eller hva du har gjort før. Den forlanger bare å bli behandlet rettferdig. Det blir brukt tid på å bevisstgjøre kvinnene på hvordan man gjør ting i stallen og rundt hesten- og hvordan regulere seg selv. En person som tar mye plass og lager mye lyd, kan skremme hesten inn i en krok. I en slik situasjon må kvinnene lære å dempe seg, både verbalt og kroppsspråket- så vil de se hesten vil komme.

Andre som er mer passive, må lære å ta sin plass for å kunne samarbeide med en mer dominerende hest. Altså kan reguleringsarbeidet i relasjonen med hesten gå begge veier, avhengig av hvem man er, og hvordan man er. Å jobbe med hest er tillitsarbeid, slik det også er med mennesker. Noen hester er mer vår, og blir utrygge når mennesker braser inn til den. Da kan det sammenliknes med oss selv, at vi som mennesker heller ikke ville likt at noen kom rett inn uten å banke på eller hilse. Det er en bevisstgjøring som kan ha stor overføringsverdi til relasjons- og tillitsarbeid med mennesker. Kvinnene lærer at jo mer aktivt lyttende og sensitiv man er inn mot hesten, jo mer får man ut av samspeillet.

- Og hvis man klarer å omformulere det til relasjonen med sine nære omgivelser, så har man jo lært noe.. veldig avanserte greier. Det med å være lyttende og sensitiv. «Hvor er vi hen, vi to?». det er utrolig nyttig lærdom når man skal håndtere livet.

5.2 En arena for å bygge relasjoner til mennesker

I intervjuene er et av begrepene og temaene som gjentar seg oftest, relasjoner. Det er da snakk om relasjoner kvinnene mellom, relasjon mellom kvinnene og ansatte/medhjelpere, relasjon mellom kvinnene og egne barn. Det nevnes hvordan hesten kan brukes som et bindeledd i relasjonsbygging til mennesker, og hvordan kvinnene må tilpasse seg- og på den måten lettere kan bygge relasjoner ved å endre egen atferd.

Noen av kvinnene har en relasjon til hverandre fra tidligere, andre kjenner hverandre ikke så godt. De bor på forskjellige boenheter i fengselet. Noen «ute», på avdeling med lavt

sikkerhetsnivå, hvor de bor i hybelhus og har noe mer frihet. Andre «inne» på avdeling med høyt sikkerhetsnivå, hvor de soner i egen kvinneavdeling med egne celler. En av informantene formidler at dette noen ganger kan by på utfordringer, hvis kontakten mellom kvinnene fra avdelinger med henholdsvis lavt og høyt sikkerhetsnivå høy er for sterk. Kvinnene fra de ulike avdelingene soner vanligvis separat fra hverandre, men deltar felles på hesteaktivitetene på gården. Når bare kvinner fra avdeling for lavsikkerhet er samlet, er vanligvis stemningen god, disse har en relasjon til hverandre fra tidligere og «har sin plass». Andre ganger når det er kvinner fra begge avdelinger er det noe mer utfordringer, da disse må finne ut av det med hverandre.

Det fremkommer i intervjuene at kvinnene påvirker hverandre. Dagsform styrer, og dersom flere ikke vil reise- ender det noen ganger med at ingen drar. Imidlertid forteller samtlige informanter at når kvinnene først kommer til gården er stemningen stort sett god. Det er tydelig at de har et ønske om å ivareta hverandre, og de som kan mest hjelper de som kan mindre. En av informantene sier at det er overraskende hvor fort de blir venninner.

- Jeg ser jo det, hvordan de kommer her en og en, men drar sammen som en gruppe. Jeg tror det samspillet som skjer på gården åpner nye luker innenfor dørene.

Et eksempel som blir nevnt, er fremmedspråklige som ikke forstår all informasjon som blir gitt i samlinger og i stallen. Da hjelper de andre dem med å forstå. De viser omsorg for hverandre, og de ansatte ser mye positivt sosialt samspill. Kvinnene soner sammen til vanlig, men utenfor fengselet, sammen med hestene får de en ny måte å være sammen på, de får felles opplevelser og en annen synergi.

Informanten fra deltakersiden beskriver det som at stemningen endrer seg blant de innsatte og de ansatte denne dagen. Kvinnene bor sammen med hverandre mot sin vilje, og hadde gjerne ikke valgt å omgås om de ikke ble tvunget til det. Det er konflikter dem imellom, men på disse dagene forteller hun at dette legges til side, og de er opptatte av å hjelpe hverandre.

-Det blir mer en vi-følelse. Det har noe med at det er dyr der, og du får en helt annen kjemi med dem, og så smitter det over på fellesskapet også.

Hesteaktivitetene er også en arena for å bygge relasjon mellom de kvinnene og de ansatte fra fengselet. Fengselsbetjentene er positive til å være med, for de har erfart og sett at det er en fin måte å være sammen med de innsatte på. En av faktorene som nevnes er uniform. Inne i fengselet er de ansatte uniformerte og bærer nøkler. Dette tydeliggjør maktforholdet. På gården er de ansatte sivilt kledd, og maktbalansen endres. Det gir kvinnene en mulighet til å bli kjent med de ansatte som likepersoner. Praten blir annerledes, de får en felles opplevelse- og mer å snakke om både utenfor og på innsiden av fengselet. Det er opplevelser som blir tatt med inn. Dette gjør noe med felleskapet og gruppesamholdet, skillelinjene mellom innsatt og ansatt blir mindre på en måte som oppleves positivt for tilbyderne.

- På gården går vi sivilt, og det gjør noe med relasjonen. Det blir en annen maktbalanse. Det gir jo dem en mulighet til å se oss også, som privatpersoner. Som likepersoner. Været er det samme om man er innsatt eller betjent- og vi har hatt mye forskjellig vær.

Relasjon til egne barn er også et tema som fremkommer flere ganger i den tverrgående analysen. En del av kvinnene har begrenset kontakt eller ingen kontakt med sine barn. For dem som har kontakt med sine barn kan hest være en potensiell felles interesse. Ifølge flere av informantene, er dette et tema som kommer opp i samtaler. Når kvinnene blir trygge på hest, er det en aktivitet flere av dem sier de ønsker å gjøre med barna. De får bilder som de ønsker å sende til barna sine, og de får noe å fortelle om på telefon og når de møtes. Det ble fortalt om kvinner som hadde barn som drev med hest, men selv ikke hadde noen erfaring. Etter å ha deltatt på aktivitetene på gården ble det snakk om å kunne gjøre drive med hest sammen med barna, og at kvinnene har lært noe nytt de kan vise og lære videre til sine barn.

-Hun hadde en datter som drev med hest, da. Selv hadde hun aldri ridd, så for henne var det veldig stas å sende et bilde til datteren av henne selv på hesteryggen. Og, ja, så snakket vi litt om de om det kunne være noe de kunne gjøre sammen

5.3 En arena for mestring og personlig utvikling

Mestring er det begrepet ved siden av relasjon som gjentar seg oftest i den tverrgående analysen, hos samtlige av informantene individuelt sett. I denne sammenhengen innbefatter det mestring gjennom læring, gjennom det å få være den som lærer andre noe, det å bli trygg i seg selv, å våge å gjøre noe man ikke trodde man turte, og det å håndtere et stort dyr.

Noen av kvinnene har hatt store mestringsopplevelser i stallen og på hesteryggen. Som det fremkom i resultatkategori 2 under relasjoner, er hesten et fluktdyr man må forholde seg til på en spesiell måte for å kunne oppnå tillit og samarbeid. Med noen hester er dette enkelt da de kan være «avsensitiviserte» av å møte mye ulike mennesker. Derfor kan man kanskje si at de mer usikre hestene er de som kan gi størst mestringsopplevelser. Flere informanter kommer inn på erfaringer med den samme hesten, som var mer usikker og redd og trakk seg unna. Det ble beskrevet som nærmest prestisje, å være den som klarte å få denne hesten til å komme frem å hilse. Det ble et stort fokus på å ta hensyn til denne hesten, de som fikk det til ble opptatt av å lære de andre sin fremgangsmåte. Dette ble et tema for samtale ikke bare i stallen, men også tilbake i fengselet og de neste dagene.

Det oppleves fra tilbyderne at de som mestrer blir stolte og får et ønske om å tilrettelegge for at andre skal oppnå det samme, og å videreformidle den tryggheten de har oppnådd. Det gir en god følelse når et så stort dyr velger å gi sin tillit og samarbeid. Det blir beskrevet som en fantastisk mestringsopplevelse.

-Jeg har absolutt opplevd, at de er veldig omsorgsfulle overfor hverandre. Og de som kanskje er litt mer trygg på hest, de er flink til å, ja, legge til rette for at de andre jentene også da skal mestre det.

Deltakerne er på ulikt nivå når det kommer til erfaring og omgang med hest. Noen av dem har kanskje egen hest og har drevet med hest. Andre har aldri møtt en på nært hold. De har derfor svært ulike forutsetninger for hva de forventer, ønsker å få ut av tilbudet og hvilken opplæring og tilrettelegging de trenger.

Tilbyderne er derfor opptatt av individuell tilrettelegging og tilpasning for å kunne gi de ulike kvinnene mestringsopplevelser på sitt nivå. Noen av dem ønsker å galoppere og «ta seg ut», noe som ansees som viktig for å unngå at de ser på det som for lite utfordrende og ikke ønsker å delta videre. For disse kvinnene er kanskje den største mestringsopplevelsen å få være den som hjelper andre. I noen tilfeller også personell fra fengselet, hvor vi igjen ser en sunn endring i maktbalanse som gjør kvinnene trygge i seg selv og som bedrer relasjon mellom innsatt og ansatt.

Funnene viser at for noen av kvinnene med lite erfaring oppleves hest og riding som spennende og skummelt. Noen av dem har fått positive opplevelser etter å ha vært nervøse og spente på forhånd, men opplever mestring som gjør at selvtillit, selvbevissthet og trygghet i seg selv øker, når de våger å nærme seg, og til og med våger å sitte oppå et slikt stort dyr.

Noen av dem har hatt negative opplevelser, hvor de har falt av eller blitt redde av andre årsaker. Det har da skjedd at de har uteblitt de neste gangene. Det har ifølge flere informanter vært episoder med fall og spark, noe som ikke er uventet når man drifter et aktivitetstilbud med levende dyr. Dette er kartlagt i et skjema for risikovurdering (vedlegg 7), hvor det også redegjøres for tiltak for å unngå slike episoder, og hvilke tiltak som iverksettes ved hendelser. I situasjoner som dette er det viktig å ha ettersamtaler og planlegge godt for å få en bedre mestringsopplevelse neste gang. Det fremkommer at for noen av kvinnene kan hendelser som dette kan være en læringssituasjon i seg selv, da de får økt forståelse for hvorfor beskjeder blir gitt som de er gitt, og det inngår i arbeidet med å lære å tilpasse seg.

Tilbyderne er opptatt av å sette sammen rett hest og rett rytter ut fra erfaring og personlighet, da det har vist seg at dårlig samarbeid mellom hest og rytter gir dårlige mestringsopplevelser, og kanskje til og med tapsopplevelser. Det blir nevnt eksempler fra flere informanter, på at noen kvinner som har trukket seg unna etter en dårlig opplevelse,

får en god opplevelse når de våger å komme tilbake, «back on the horse». En kvinne som hadde en dårlig opplevelse, kom tilbake og ble en ressursperson for de andre etter hvert som hun ble tryggere. På et avslutningsshow fikk hun være den som leide fengselsdirektøren rundt på hesteryggen. Selv ridde hun baklengs og hun sto på hesteryggen. En informant beskrev det som at «hun danset på hesteryggen».

- *Og det var helt fantastisk. Og jeg tenker, at hvis hun har gjort dette her tre dager før hun løslates, så bærer hun det jo med seg. Ja, bærer det med seg, med en stolthet og trygghet når hun skal ut å møte verden. Det er bare positivt altså.*

Noe som gjentas flere ganger fra samtlige informanter er overføringsverdien til livet etterpå. Har man lært å håndtere et digert dyr man ikke trodde man skulle våge å nærme seg, gir det en mestringsopplevelse som kan videreføres til livet etterpå, med eller uten hest. Ved å få disse opplevelsene, blir kvinnene mer trygge i seg selv, og lærer at de kan gå utenfor komfortsonen sin og mestre ting de ikke hadde tro på at de kunne klare.

- *De kommer tilbake etter å ha vært i stallen, på tur i naturen, ute og ridd, og så sier de sånn: «DET store dyret, JEG klarte å mestre å håndtere dette store dyret. Og når jeg klarer det, så kan jeg klare mange andre ting her i livet»*

5.4 Påvirkning på livet i fengselet, og overføringsverdi til livet utenfor

I intervjuene kommer det frem at for mange av kvinnene handler dagen med hesteaktiviteter også om det å komme seg ut fra fengselet. Informantene fra tilbydersiden vektlegger dette og har interesse for å gi kvinnene et meningsfullt opplegg. Kvinnene har mindre tilbud om fritidsaktiviteter i fengselet enn menn, så for noen av dem kan det å delta være interessant for å få en annerledes dag.

Kvinnene soner på to ulike enheter, som igjen er fordelt i to grupper. Det er varierende oppmøte fra disse gruppene. De påvirker hverandre, og det å forplikte seg til avtaler kan være en utfordring for noen, noe som ikke er uvanlig innenfor psykiatri/rus-feltet. Det kreves motivering fra de ansattes side, og oppmøtet er ofte bedre de mandagene når ansatte med stor interesse for aktiviteten er på jobb, og kan motivere og forberede dem gjennom helgen.

Kvinnene har ulik erfaring med og interesse for hest. Noen vegrer seg kanskje for å ri, og ønsker heller å tilbringe dagen på kjøkkenet sammen med miljøpersonell enn i stallen. For dem kan kanskje det å ha en annerledes dag viktigere enn å være med hest. På dager hvor tilbudet av ulike årsaker utgår, kommer det ifølge tilbyderne alltid spørsmål om å heller finne på noe annet, for det å komme seg ut er et viktig element på disse mandagene.

Informanten fra tilbydersiden vektlegger dette i enda større grad enn tilbyderne. Det fremkommer at det er en generell misnøye blant kvinnene i fengselet med at det er tilrettelagt for langt mer aktivitet for menn som soner. Hun formidler at mennene har tilgang på mer undervisning, livsmestringskurs og at kvinnene opplever at «det virker nesten som at er man færre skal man ha det verre». Det er et tema som blir snakket mye om og som bidrar til å gjøre tilbudet om hesteaktiviteter viktig for kvinnene i fengselshverdagen.

- *Så for mange er det kanskje det å komme seg ut, som er det viktigste. Bare det der å komme seg ut, drikke kaffe, få frisk luft, ja, å få se noe annet enn de oransje dørene da.*

Det fremkommer at de involverte på tilbydersiden ser tydelige eksempler på hvordan humøret og dagen endrer seg for kvinnene når de først kommer til gården. Noe som bekreftes også av informanten fra deltakersiden. De fleste er stort sett positive til både det å komme seg ut, og til å være med hestene, men det beskrives situasjoner hvor noen av kvinnene har møtt på gården, umotivert og i dårlig humør, grunnet for eksempel avslag på permisjoner og konflikter kvinnene mellom. Det observeres at noe skjer i løpet av den tiden de tilbringer sammen med hestene. De kommer tilbake etter å ha ridd og humøret har endret seg. En av informantene beskriver det «som om de ikke klarer å stå imot». At de kunne tenkt seg å demonstrere og være lite samarbeidsvillig da det er fengselsbetjenter til stede, men at de gir etter for den positive opplevelsen.

I intervjuene samlet sett fremkommer det at hesteaktivitetene innebærer en rekke ulike elementer som bidrar til å gjøre det til en god opplevelse. Relasjonen og samværet med hverandre, kos og nærhet med hest, mestring i stall og på hesteryggen, trening og fysisk aktivitet, og det å være ute i naturen i all slags vær, er noe som nevnes. Tilbyderne er opptatt av å bruke naturen og terrenget for å kjenne på bevegelser, på det å bli båret i opp- og nedoverbakker, i ulendt terreng for å få bruke kroppen og også kjenne på endring i egen kropp. Informantene forteller hvordan hesten sine bevegelser gjør at kvinnene bruker sin egen kropp på en annen måte med et annerledes bevegelsesmønster, noe som kan gi en fysisk og terapeutisk positiv effekt.

Det er også en enighet informantene imellom om at det er en endring i stemningen ved starten og slutten på dagen. Om morgenen og i bilen på veien til gården er det ofte mye prat og forventninger, noen gleder seg, noen er spente, noen gruer seg kanskje. På veien hjem er det en dempet stemning. Kvinnene snakker om at de er slitne på en god måte, at det skal bli godt å legge seg ned og slappe av og at de har en god følelse i kroppen. Fysiske effekter nevnes også. Noen av kvinnene forteller om mindre ryggproblemer, og flere om bedret søvn. Mange av kvinnene sliter med søvnvansker og forstyrret døgnrytme. De ansatte i fengselet og informanten fra deltakersiden forteller om en merkbar effekt på søvnen etter disse aktivitetene.

Følelsen etter å ha vært på gården, er noe som varer i dager etter aktiviteten, ifølge informantene på tilbydersiden. Informanten fra deltakersiden bekrefter dette, og forteller at den fysiske effekten varer i to-tre dager for henne. Kvinnene får minner og en felles opplevelse å snakke om sammen. Det blir snakket om hva som har skjedd i dagene etter, og når neste gang nærmer seg blir det snakk om forventningene de har til neste gang. Noen av dem får bilder de henger på veggene, og sender til barn hjemme eller snakker med dem på telefon om det.

- *Den følelsen etter vi har vært på gården, den tror jeg henger i en stund.*

En av utfordringene som ifølge en av informantene på tilbydersiden må tas tak i er at det har vært episoder med innførsel av rusmidler. Det kan være avtaler mellom kvinnene på de ulike avdelingene, eller avtaler med andre utenfor fengselet. Det er et sikkerhetsaspekt en av informantene nevner som viktig å være oppmerksom på, og å ha fokus på videre.

Dette bekreftes av informant fra deltakersiden, som oppgir at det er stort forbruk av rusmidler i fengselet, og at det er et stadig tema blant kvinnene hvordan det skal skaffes rusmidler. Både hos deltaker- og tilbydersiden fremkommer det også at hesteaktivitetene kan være en motiverende faktor for å holde seg rusfri inne i fengselet. Det er nulltoleranse for deltakelse på aktiviteter utenfor fengselet ved rus. Tester de innsatte positivt, får de en karantenetid på 3 måneder hvor de mister muligheten for å delta på aktiviteter eller ta permisjoner. Risikoen for å bli utestengt fra tilbudet kan for noen av kvinnene virke som «en gulrot».

- *Det er jo sånn at enkelte må oppføre seg i etterkant. De må ta seg sammen, for det kan stanses at de får være med ut. De har jo alt å tape.*

Miljøarbeidet rundt hesteaktivitetene handler ifølge en av informantene om å være til stede i folk sin hverdag og møte dem der de er. Å være en veileder i en prosess hvor de kan lære noe om seg selv som de kan ta med videre i livet utenfor fengselet.

Opplevelser som dette er viktig for å få verktøy til å ivareta egen psykiske og fysiske helse. Det trenger ikke handle om hest, men å komme seg ut, bevege seg og møte andre mennesker. Gruppeaktiviteter som ikke nødvendigvis krever så mye fagfolk, men det å tilrettelegge for å være sammen. Mange av kvinnene har en historie med mye rus, hvor de har tilført kroppen falske stimuli lenge. Når de skal velge et rusfritt liv handler det om å finne nye aktiviteter for å frembringe naturlige endorfiner, lyst og velvære. Det er godt kjent i fagmiljøene at fysisk aktivitet er viktig. Hvis man får denne fysiske aktiviteten sammen med hestene, som også har denne kompleksiteten, disse elementene med nærhet, kos, varme,

vennskap, fysisk trening, natur og så videre, så kan det potensielt være en nøkkel for noen for å igjen kjenne på glede og tilfredshet i et liv uten rus.

En utfordring kan være at den tilretteleggingen for å delta som kvinnene møter i fengselet, ikke vil være den samme på utsiden. Det krever ressurser å møte opp, avtale og følge opp, og det er også en dyr hobby om man skal finansiere det selv. Ideelle organisasjoner som driver med ettervern, i dette tilfellet Wayback, er positive til å være med på å tilrettelegge for å kunne fortsette med hest etter løslatelse, men det innebærer at kvinnene må ha tatt et valg om å leve et liv uten rus og kriminelle handlinger.

- Miljøarbeidet i dette handler jo om å være til stede i folk sin hverdag, møte dem der de er. Å få være en ressurs og en veileder slik at de kan få snudd noen steiner og lært noe om seg selv.

6.0 Diskusjon

I dette kapitlet er resultatgruppene diskutert under egne under-overskrifter. Det er likevel ønskelig at det hele leses i sammenheng da resultatgruppene er tett knyttet opp mot hverandre og tidvis diskuteres på tvers av kategoriene.

6.1 Resultatdiskusjon

De fire resultatkategoriene, henholdsvis 1. Kontakten med hestene, 2. En arena for å bygge relasjoner, 3. En arena for mestring og 4. Overføringsverdi til livet utenfor fengselet, gir samlet et bilde på erfaringene de ulike aktørene har. Funnene er fordelt i disse fire hovedkategoriene for å systematisere dem etter meningsinnhold. Videre består hver kategori av mange ulike elementer. Disse elementene viser kompleksiteten i hesteassisterte aktiviteter for kvinner i fengsel. Det ser imidlertid ut til å være en sammenheng mellom alle de fire kategoriene, og elementene hver av dem består av. Mestring, trygghet, relasjonsbygging, og nærvær med dyr er alle komponenter som kan bidra til en helhetlig opplevelse av en bedre hverdag, og dermed bedre soningsforhold. Aktivitetene ser også ut til å kunne være et bidrag inn i Kriminalomsorgens prinsipp som å tilrettelegge for de innsattes personlige rehabiliteringsprosesser, som igjen handler om å bygge opp et liv utenfor fengselet uten kriminell atferd (Kriminalomsorgen, 2022).

For meg som psykisk helsearbeider er det interessant å se hvordan informantene beskriver så mange ulike komponenter i hesteaktivitetene, som kan se ut til å ha helsefremmende potensiale. Når man arbeider med en salutogen forankring har man fokus på nettopp dette med å identifisere elementer som kan bidra til at mennesker opplever at deres tilværelse er meningsfull. Altså at man arbeider med SOC som en målsetting av den salutogene tilnærmingen (Langeland, 2014). Funnene i de fire resultatkategoriene viser at hesteassisterte aktiviteter kan bidra til en opplevelse av en meningsfylt og givende dag, som også forplanter seg til hverdagslivet inne i fengselet, og til livet etter soning. Hestene kan sees på om pålitelige, ærlige og forutsigbare (Kreuger, et.al. 2011), og kravene som stilles til deltakerne fra tilbydere er enkle å tilpasse etter nivå. De som har lite erfaring kan få mye

hjelp og tilpasning for å mestre på sitt nivå, de som har mer erfaring eller er mer fremoverlente, kan få oppleve mestring gjennom å hjelpe andre og vise hva de kan.

Kontakten med hestene, det å få senke skuldrene

I første resultatkategori, «Kontakten med hestene, det å få senke skuldrene», er det hesten som er i fokus. Hva er det med dette dyret som gjør møtene mellom hest og menneske så interessante? Samtlige informanter beskriver at kvinnene som deltar, og også dem som følger dem, får en ro når de går inn i stallen. De bruker uttrykk som “å få puste”, “å få en pause”, “å få senke skuldrene” og flere ganger “å få være til stede i øyeblikket”. Antonovsky beskriver at mennesker som i hans studier oppga høy grad av SOC, hadde livsområder som ga mening for dem og som de engasjerte seg følelsesmessig i (2012, s.41). Sammen med hestene, kan kvinnene oppleve å kjenne på det å være til stede i øyeblikket med hele seg selv og sitt følelsesmessige engasjement, og kanskje klare å legge til side grubling og bekymringer de kjenner på i fengselshverdagen. Altså kan man hevde at mennesker kan få en opplevelse av sammenheng når de omgås og kommuniserer med hester.

Carlsson (2018) beskriver i sin artikkel om hesteassistert sosialt arbeid for mennesker som selvskader, at unge mennesker som deltok på hesteassisterte aktiviteter fikk en større mestringstro, og at deres indre kritiske stemme stilnet når de var sammen med hester, som var ikke-dømmende overfor dem. Når deres indre kritiske stemme stilnet, opplevde ungdommene at det ble lettere å få tillit til andre. Hun kalte dette “moment of silence”, og dette kan sammenliknes med Antonovskys SOC. Funnene i Carlsons studie samsvarer med funnene i min studie. Deltakerne opplever ro og pusterom sammen med dyrene.

Tilstedeværelse i øyeblikket hjelper mennesker til å ha det bedre med seg selv, og man ser i resultatdelen at for noen av kvinnene er dette det viktigste. Det å få lov å “forsvinne” sammen med hesten og bare eksistere.

For kvinnene med sine utfordringer fra innsiden av fengselet, kan disse møtene med hestene gi dem nødvendige avbrekk for å kjenne på ro, tilstedeværelse, og fri fra hverdagen innenfor

murene. Langeland (i Berget, 2018, s.122-123) skriver at hesteaktiviteter innebærer elementer som kan gi økt motivasjon og entusiasme. Det å møte hesten, som venter på deg, uavhengig av hvem du er eller dagsform, virker beroligende og trygt for mange. Dette bekreftes både av informantene som tilrettelegger for aktivitetene, og av deltakeren som tidligere har vært innsatt. Hesten har et enkelt språk gjennom sitt kroppsspråk, og kan gi mennesker en følelse av at den er der for dem. Den er et flokkdyr, og mennesker er ikke nødvendigvis det viktigste for den, men den viser at den er knyttet til oss gjennom sine naturlige atferd og behov for flokktilhørighet (Langeland i Berget et al., 2018 s.122). Altså innebærer relasjon mellom hest og menneske en interaksjon med betydning og utbytte for begge parter.

Forskning har vist at hester er svært oppmerksomme på sine omgivelser, og derfor oppfatter og reagerer den raskt på selv et minimum av stimuli (Berget et al., 2018; Fine & Goveia, 2019). Flere studier har også vist at hester har evne til å forstå menneskers signaler (Proops, Walton & McComb, 2010), og hesten selv har et rikt kroppsspråk med et bredt repertoar av signaler og kroppsholdninger, som for eksempel hvordan den plasserer ørene og hodet (McGreevy, 2006). Hesteassisterte aktiviteter kan med andre ord være en mulig arena for å trene på kommunikative ferdigheter. Hesteassistert psykoterapi er en terapiform som kan brukes i behandling av psykiske lidelser, hvor man jobber med kommunikasjon for å endre atferdsmønstre. Hesteassisterte aktiviteter skiller seg fra hesteassistert psykoterapi ved at det er mindre strukturert og ikke stiller samme krav til kvalifikasjoner hos de ansatte, men man ser likevel fellestrekk i måten man må kommunisere med hesten på for å oppnå samarbeid. En av informantene beskriver hvordan hesten blir brukt aktivt i arbeidet med å hjelpe kvinnene å forstå hvordan deres atferd påvirker andre. Ved hjelp av hesten kan man øke kvinnenes mentaliseringsevne.

Mentalisering er å forstå hva som skjer i sosiale samspill og å forstå uskrevede regler, og er avgjørende for vår sosiale kompetanse (Skårderud & Sommerfelt, 2018, s.59). Når et menneske øker sin forståelse av egen rolle i sosiale samspill og relasjoner, kan man hevde at man samtidig kan øke OAS, ved føle tilhørighet i et felleskap. Det kan knyttes til Antonovskys

GMR, til begge de to områdene han hevdet var spesielt viktige, «egoidentitet» og «sosial støtte» (Langeland, 2012). Ved å lære å forstå hvordan en må møte hestens behov for å oppnå samarbeid, og hvordan menneskets atferd påvirker hestens respons, øker man selvbevissthet og forståelse av hvordan en selv fremtrer. Hesten kan være en brobygger til relasjoner til andre mennesker, da den med sitt utvetydige og ærlige kroppsspråk vil gi en direkte respons på hvordan den selv blir behandlet (Kreuger, Flauger, Farmer & Maros, 2011, s. 189-190). Som en av informantene beskriver i resultatkategori 1, «Det er en bevisstgjøring som kan ha stor overføringsverdi til relasjons- og tillitsarbeid med mennesker. Kvinnene lærer at jo mer aktivt lyttende man er inn mot hesten, jo mer får man ut av samspillet.»

Grensesetting og personlige grenser kan også være utfordrende spesielt for mennesker som har vært utsatt for overgrep og andre traumer (Borg & Topor, 2014). Andelen blant kvinner i fengsel som har vært utsatt for overgrep er høyere enn i samfunnet ellers (Amundsen, 2012). Det blir forklart fra informantene hvordan kvinner som har et unnvikende kroppsspråk må lære å ta sin plass for å oppnå samarbeid med en dominerende hest, og hvordan dem med en mer voldsom tilnærming må justere seg for å ikke skremme en nervøs hest. Dette kan forstås ved et nærmere innblikk i hvordan hestens kroppsspråk fungerer. I kommunikasjon mellom mennesker har man ulike faktorer, som kroppsspråk og verbalt språk. Disse samsvarer ikke nødvendigvis, og man kan si en ting, mens kroppsspråket viser noe annet. Hesten med sin primitive kommunikasjon kan man si er "ærlige" og forlanger bare å bli behandlet rettferdig i form av kroppsspråk. Den gir en direkte respons på emosjonelle følelser (Kreuger, et.al. 2011), og kan derfor gi mennesket en følelse av å bli sett, forstått og akseptert som en er. Denne nonverbale kommunikasjonen kan brukes målrettet i arbeidet med å endre menneskelig atferd (Lysell, 2011; Bachi, Terkel & Teichmann, 2012), slik som også informantene i denne studien beskriver.

Antonovsky (2005) omtaler i SOC tilstedeværelse i øyeblikket. En kan si at mennesker kan oppleve økt tilstedeværelse i det de holder på med, når de kommuniserer med hester. Denne opplevelsen av sammenheng, som kan hjelpe en til å være mer til stede i øyeblikket, virker å være noe som hjelper mennesker til å ha det bedre med seg selv.

En arena for å bygge relasjoner til mennesker

Langeland (i Berget, et.al., 2018) beskriver hesten som et sosialt dyr, med en flokktilhørighet. Hun hevder at den ikke nødvendigvis er opptatt av mennesket i seg selv, men av å ha tilhørighet til et felleskap. Hestens kommunikasjonsferdigheter skiller seg fra menneskelig kommunikasjon, som kan være preget av blandede signaler- hvor for eksempel kroppsspråk ikke harmonerer med hva som blir sagt. Denne inkongruensen mellom verbal og nonverbal menneskelig kommunikasjon kan gjøre det utfordrende for mennesker å kommunisere med hverandre. Mennesker tolker også kroppslige uttrykk, tonefall, blikk og holdninger ulikt. Det forekommer også varierende grad av tillit til andre mennesker og det muntlige språket (Borge & Almvik, 2014).

Informantene formidler at de innsatte kvinnene har varierende grad av tillit til sine omgivelser og medmennesker. Mange av dem kommer fra harde miljøer hvor de har blitt utsatt for tillitsbrudd og svik. Som det fremkommer i Sivilombudsmannens rapport fra 2020 har også mange innsatte kvinner blitt utsatt for overgrep. Det å ta i bruk hester som aktivitetstilbud kan gi kvinnene en arena hvor de får en direkte respons på sitt emosjonelle språk, og de kan få oppleve at hesten ser forbi forsvarsmekanismer kvinnene kan ta tillagt seg for å skjule egen usikkerhet. Dette kan være en årsak til at kvinnene får en ro sammen med hesten, og at de føler seg sett og akseptert (Langeland, i Berget et al., 2018, s. 126). Videre kan denne treningen i å kommunisere ærlig og direkte virke som en brobygger til menneskelig kommunikasjon.

I funnene viser det seg at informantene som er ansatt i fengselet, og informantene som har deltatt på tilbudet oppgir liknende erfaringer om bedre relasjoner mellom ansatte og innsatte gjennom hesteaktivitetene. De oppgir begge å få felles minner, opplevelser og samtaletema, og at maktbalansen endrer seg på en arena uten uniformer hvor de opptrer i større grad som likepersoner. Disse erfaringene støttes også av de andre informantene som observerer dette samspillet.

Micro-affirmations er et begrep som kan oversettes til noe slikt som "mikrobekreftelser" og som handler om små handlinger fagpersoner gjør og som kanskje går ut over, eller strekker seg lengre, enn det som er normalen, med formål om å møte og bekrefte klienter (Topor, A., von Greiff, N., & Skogens, L. 2021). Forskning viser at mange klienter opplever å få tillit til, og opplever en genuin interesse fra helsepersonellets side gjennom dette. Slike micro-affirmations kan være relasjonsbyggende mellom personell og klienter. Som nevnt viser funnene i denne oppgaven at både de ansatte og de innsatte har en opplevelse av at hesteaktivitetene gir dem en felles erfaring og felles minner. Informantene beskriver at det å ha disse felles opplevelsene, uten uniformer, og hvor de kan hjelpe hverandre på tvers av roller, gjør at de får et tettere samhold, bedre relasjon og en annen stemning også inne i fengselet. Gjennom hesteaktivitetene og relasjonene mellom kvinnene og de ansatte, kan en se eksempler på slike micro-affirmations. Dette kan igjen bidra til SOC, gjennom det å føle tilhørighet i et miljø eller en sosial setting Langeland (2018, s.198), og ved å få bekreftelser gjennom handling underveis i aktivitetene. Slike sosiale bekreftelser kan igjen sees i lys av Antonovskys generelle motstandsressurser (Langeland, 2011 s.11-12).

Mestring og personlig utvikling

Mestring er et begrep som har ulike betydninger avhengig av teoretisk utgangspunkt, men som samlet sett dreier seg om hvordan mennesker håndterer oppgaver og utfordringer man møter i løpet av livet. Det kan dreie seg om å håndtere konkrete oppgaver som krever mestring og ferdigheter, eller å håndtere utfordringer ved for eksempel akutt eller vedvarende stress (Svartdal, 2022). Mestringstrategier oppgis også som en av Antonovskys GMR (Langeland, 2012).

Funnene i denne oppgaven viser at mestringsopplevelsene kan deles i ulike kategorier. Mestring gjennom det å lære noe nytt, mestring gjennom å hjelpe andre til å lære noe nytt, og dermed også jobbe med relasjonsbygging, og mestring i form av det å få tro på seg selv gjennom å våge å gjøre noe man ikke hadde trodd man skulle våge. Altså ser man både mestring av konkrete oppgaver som krever ferdigheter, som å sale opp og stelle hesten, utvise rideferdigheter og andre konkrete oppgaver i stall og med hest. Det å ta fatt på nye

oppgaver man ikke har forkunnskaper om eller erfaring med at man mestrer, kan oppleves stressende. Stress kan ifølge Antonovsky være sykdomsfremkallende eller mestringsgivende, avhengig av type stress og hvilket teoretisk utgangspunkt en har. I et salutogent perspektiv finner Antonovsky at «en høy grad av stressfaktorer i kombinasjon med høy grad av sosial støtte er helsebringende» (Antonovsky, 1987, s.32). Kvinnene kan oppleve mestring i form av å håndtere stress ved å tilnærme seg en hest som kan beskrives som stor og skummel, i et sosialt felleskap hvor de opplever støtte av hverandre og av medarbeiderne i tilbudet. Og ved å våge å håndtere, og til og med sette seg opp på hesten, kan de oppleve å få ny læring gjennom å lære å styre og samarbeide med dette dyret. Videre ser man at mestringsopplevelsen forplanter seg til neste ledd hvor kvinnene som har økt sin egen kompetanse, får mulighet til å være den som lærer sine ferdigheter videre.

Forskning viser at bedring av psykiske helseplager ofte avhenger av mestring, som kan oppnås ved å ha konkrete oppgaver og gjøremål, heller enn å snakke om hva man burde gjøre (Regjeringen, 2022). Dette bekrefter samtlige informanter, både at de observerer, og at kvinnene uttrykker mestringsglede når de mestrer noe nytt med hesten, eller får bidra til at de andre kvinnene mestrer. Kvinnene virker stolte når de får være den som hjelper. For noen av dem er det en helt ny opplevelse. Mange kvinner i fengsel kommer ifølge informantene fra miljøer preget av lite tillit og svikefulle relasjoner, og slike opplevelser kan man anta at kan være svært verdifulle for dem å ta med videre i livet etter soning.

Med tilgjengelige ressurser, altså å bli møtt med krav som er tilpasset nivået man er på, vil kravene kunne oppleves engasjerende og meningsfulle (Langeland & Vaardal, 2014, s.49). Møtes kvinnene på denne måten i stallen sammen med mennesker og hester, vil dette kunne bidra til opplevelse av sammenheng (OAS) i fengselshverdagen, og være en meningsfull aktivitet som kan bidra til å håndtere livet i og utenfor fengselet på en bedre måte.

Det å mestre oppgaver og utfordringer i samspill med andre, kan altså sees på i et salutogent perspektiv, og kan bidra til å fremme SOC (Antonovsky, 2005). Mestring oppnås gjennom å øke sin kunnskap, endre sin egoidentitet og få, og gi sosial støtte. Altså kan man si at mestringsbegrepet i seg selv kan sees i lys av mange av de identifiserte GMR.

Hesteaktivitetene kan argumenteres for å være et helsefremmende element i kvinnenes egen rehabiliteringsprosess, som igjen samsvarer med Kriminalomsorgens (2022) mål å tilby de innsatte tilrettelagte aktiviteter, som kan bidra til et liv uten kriminalitet etter løslatelse.

Funnene viser en overveiende andel positive opplevelser og erfaringer, men det er også viktig å ta i betraktning at noen av også kvinnene kan oppleve aktivitetene som krevende, vanskelige eller meningsløse for dem.

I funnene fremkommer det gjennom informantene at noen av kvinnene opplever tilbudet "for enkelt". Noen kunne ha en forventning om rideopplæring på et annet nivå enn det de møtte. Langeland (i berget, 2018, s.128) skriver at det i planlegging og tilrettelegging av aktiviteter er viktig å ha en bevissthet om hva man ønsker å oppnå med tilbudet. Man må være tydelig overfor dem som skal motta tilbudet, slik at de har realistiske forventninger og opplever at tilbudet er i samsvar med deres behov.

Det kan være et moment å ta i betraktning, om de kvinnene som ble skuffet over hvordan aktivitetene ble gjennomført, var godt nok informert på forhånd om hva tilbudet faktisk innebærer, og hva formålet er. Dette kan igjen knyttes til SOC. Om kvinnene opplever at tilbudet ikke oppleves meningsfullt for dem, bidrar det kanskje heller ikke til opplevelse av sammenheng, som kan være helsefremmende for dem i livet under og etter soning. I følge Antonovsky (2012, s.41) oppga mennesker i gruppen hans med sterk OAS å ha livsområder som var viktige for dem, og som ga mening i både kognitiv og følelsesmessig forstand. De oppfattet at de hadde aktiviteter og utfordringer som var verdt å engasjere seg i. Menneskene i gruppen med svak OAS, ga sjelden uttrykk for at noe var viktig for dem. Her

kan man dra paralleller til kvinnene, opplever de ikke at tilbudet er meningsfullt for dem, har de kanskje heller ikke noen helsemessig positiv effekt.

Et bedre liv under og etter soning.

Funnene i denne studien peker mot at kvinnene gjennom deltakelse i hesteassisterte aktiviteter, kan få økt sine muligheter for et liv uten kriminalitet, fordi de styrker sine GMR, og kanskje spesielt med fokus på området som omhandler sosial støtte.

Sosial støtte kan sees i sammenheng med sosial kapital. Det er et begrep som omhandler forhold som sosiale nettverk, sosial støtte og sosiale bånd (Schiefløe, 2015, s.91-92). En teori innenfor sosial kapital er at kapital har tre hovedformer, økonomisk kapital, kulturell kapital og sosial kapital (Schiefløe, 2015, s.93). Det kan argumenteres for at mange kvinner som soner i fengsel kan ha en begrenset tilgang til sosial kapital og de ressursene som følger med. Aktivitetene med hester kan bidra til å styrke kvinnenenes sosiale kapital, i form av å bygge relasjoner, nettverk og ved å få økt selvtillit og trygghet gjennom å mestre en ny aktivitet.

I funnene fremkommer det at mange av kvinnene har utfordringer med å følge opp avtaler og tilbud. En årsak kan være at de ikke har trening i det. To av informantene forteller at noen av dem har hatt en livsførelse hvor det er mer vanlig enn uvanlig for dem å ikke holde avtaler og å møte opp. Innad i fengselet er det enklere for dem å følge opp avtaler, fordi de blir motivert, hentet og hjulpet i gang av ansatte og frivillige. Men det fremkommer at selv i fengselet kan det være utfordrende for noen av kvinnene å møte opp, til tross for at det kan ha blitt brukt flere dager på å forberede dem. Som en av informantene sier; "dagsformen avgjør".

Det å få trening i å holde avtaler og ha oppmøter i fengselet, kan være nyttig i rehabiliteringsprosessen, hvor de ansatte får øving i å ta ansvar for et liv uten kriminalitet etter soning. Men for andre må man kanskje ta i betraktning om for mange krav og

forventninger til oppmøter kan være så vanskelig for dem å følge opp, at de velger å unngå oppmøter. Ifølge en studie som omhandler betydning av kjæledyr, kan det oppleves vanskelig for mennesker med psykiske helseutfordringer å ha ansvar for dyr. Det kan virke tyngende å følge opp ansvar for, og gjøremål med et annet individ (Brooks, Rushton, Walker, Lovell & Rogers, 2016).

Med andre ord kan det være en hårfin balanse mellom å stille krav som kan motivere til en bedre livsførsel, og det at kravene kan bli overveldende for kvinnene, slik at det blir en negativ mestringsopplevelse.

Et annet element som fremkommer i resultatkategori 4, er fysisk aktivitet og friluft. Det er allmenn kjent at det å være fysisk aktiv kan ha en positiv innvirkning på menneskers opplevelse av velvære og god psykisk helse. Dette er det mange og omfattende årsaker til, jeg vil i dette avsnittet nevne noen av dem.

Aktivitetene med hestene foregår i et utemiljø, hvor deltakerne utsettes for all slags værforhold. De er fysisk aktive med stallarbeid, og i bevegelse på hesteryggen. De får kjenne på det å være kalde og slitne, og flere av informantene beskriver at kvinnene forteller om en «god følelse i kroppen» etter å ha vært ute på aktivitetene. De vil gå hjem og legge seg, og det er gjentagende at de sover godt, og at de som sliter med fysiske utfordringer som ryggproblemer kjenner på bedring i flere dager etter aktivitetene.

Det å sitte på en hest, gjenskaper de samme bevegelsene i bekken og hofteparti som ved normal gange. Dette kan gi positiv virkning på ryggrad og muskulatur (Trættemberg, 2006). Samtidig fører arbeidsoppgaver med hest til aktiv deltakelse, kontra tilbaketrukket passiv form som man kanskje kan se på andre arealer (Sudmann & Agdal, 2014). Når disse elementene som handler om fysisk helse, utføres i et gårdsmiljø, kan kvinnene kan oppleve rekreasjon og natur i tillegg (Flatekval & Berge, 2010). Man kan man argumentere for at hesteaktiviteter et helhetlig tilbud hvor fysisk og psykisk helse sees i sammenheng, og hvor hesten er en x-faktor.

Tilbudet innebærer muligheter for samvær og kos med dyr, mestringsopplevelser, bedre relasjoner til andre innsatte og ansatte, en mulighet for aktivitet med egen familie og barn. Videre også fysisk trening, naturopplevelser og friluftsliv. Det kan for noen av kvinnene innebære trening i å delta i tilbud og holde avtaler, det kan danne grunnlag for egen utvikling og som et ledd i å tilrettelegge for et liv uten kriminalitet etter løslatelse. Hesteaktivitetene kan være et bidrag i Kriminalomsorgens tilbud tilrettelagt for kvinner, der forskning per i dag viser at kvinner er nedprioritert og at aktivitetstilbudene i norske fengsler i dag er tilrettelagt for menn.

Utfordringer ved bruk av hesteassisterte aktiviteter

I dette avsnittet tar jeg for meg noen av utfordringene hesteassisterte aktiviteter for innsatte kvinner kan innebære. Disse på tvers av resultatkategoriene.

Hesteassisterte aktiviteter innebærer også utfordringer, og selv om funnene i studien er overveiende positive, fremkommer det også at noen av kvinnene har hatt uheldige opplevelser og blitt redde. Sikkerhetsmessig er det tatt forhåndsregler, og det er utarbeidet et risikovurderingsskjema som skal dekke mulige risikofaktorer for deltakere og hester. Men likevel må man ta i betraktning at det å omgås, og å drive med aktiviteter med hest vil likevel alltid innebære en viss risiko, da hesten er et levende individ med sine instinkter, følelser og reaksjoner. Samarbeid med dyr vil alltid innebære en viss uforutsigbarhet, da man aldri kan vite med sikkerhet hvordan et dyr vil reagere eller forholde seg til ulike situasjoner, selv når de har vært gjennom disse før (Berget et al., 2018, s. 43).

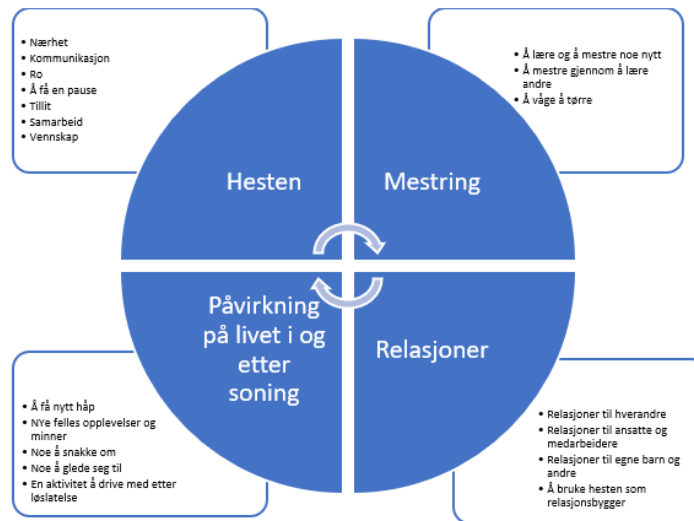
Samtlige informanter i denne studien var opptatt av deltakernes sikkerhet, og hadde en bevissthet rundt risikoen forbundet med bruk av hest. Flere av informantene kom inn på viktigheten av å sette sammen rett hest og rytter, for å bidra til gode mestringsopplevelser, og for å i størst mulig grad tilrettelegge for trygg gjennomføring av aktivitetene. For å oppnå en trygg relasjon mellom deltaker og hest, er hestens egenskaper viktige. En rolig hest kan gi følelse av beskyttelse og trygghet, men en reaktiv hest ha gjerne tydeligere atferdstrekk og kan virke skremmende på en utrygg rytter. Hestens egenskaper kan derfor ha betydning for

hele opplevelsen og utbyttet av aktivitetsdagene (Lysell, 2011). Hvilke medarbeidere som er til stede under aktivitetene, er også et viktig sikkerhetsmoment. Når en skal tilby hesteassisterte aktiviteter er det viktig at man tenker på helheten i tilbudet, og at de involverte skal ha kunnskap om både mennesker og dyr (Langeland i Berget, 2018, s.128). Det kan argumenteres for at det finnes andre aktivitetstilbud som innebærer mindre grad av risiko enn det hesteaktivitetene gjør. Likevel ser det ut til at samtlige informanter er begeistret for, og ønsker å videreføre dette tilbudet, selv med den grad av risiko det medfører. Kanskje er det slik at denne implementerte risikoen som alltid vil følge omgang med hest, i seg selv kan være en katalysator for mestringsopplevelser, så lenge forhåndsdefinerte sikkerhetsregler er ivaretatt på en god måte gjennom prosessen.

Et eksempel på dette kan være den nervøse hesten som ble nevnt av flere informanter i intervjuene. Opplevelsen med at denne hesten trakk seg tilbake og var vanskelig å få kontakt med, ble sett på som en positiv utfordring for kvinnene. Den ble snakket om både i og utenfor stallen, og kvinnene opplevde mestring når de klarte å oppnå kontakt og samarbeid med denne hesten. Dette ga videre utslag i at kvinnene ble ivrige i det å dele sine erfaringer med hverandre, og å hjelpe hverandre ved å oppnå det samme ved å videreformidle sin nyervervede kunnskap. Fortellingene om denne hesten kan støtte en slik påstand, om at de mer krevende utfordringene kan gi større mestringsopplevelser, så lenge det er gjort på en trygg måte, under oppsyn av hestekyndig personell.

Hesteassisterte aktiviteter og GMR

Figuren under er utformet og ment for å vise eksempler på de ulike elementene som fremkommer i hver resultatkategori, og for å illustrere hvordan resultatkategoriene kan være knyttet tett sammen og påvirker hverandre.



(figur 1, De fire resultatkategoriene, hvordan de henger sammen og påvirker hverandre).

I kapittel 3.3 ble Antonovskys (1987) mestringsressurser presentert, sammen med Langeland (2012) sin figur som viser det gjensidige samspillet mellom GMR og SOC. Det kan være interessant å se disse to figurene opp mot hverandre. Man ser de fire resultatkategoriene, og alle elementene de består av, kan ses i lys av en eller flere av de ulike kategoriene av motstandsressurser Antonovsky har definert (Langeland, 2012, s.12-13). Som nevnt identifiserte Antonovsky følgende mestringsressurser; Kultur, sosial støtte, religion og verdier, fysiske og biokjemiske ressurser, materielle verdier, kontinuitet, oversikt og kontroll, mestringsstrategier, kunnskap og intelligens og egoidentitet. Han hevdet at grad av sosial støtte og egoidentitet var spesielt viktige mestringsressurser (1987). Man kan si at mange av, om ikke alle, elementene hesteassisterte aktiviteter består av, kan sees i lys av ulike identifiserte mestringsressurser. Man kan dra paralleller spesielt til kategoriene «Kultur», «mestringsstrategier», «kontinuitet, oversikt, og kontroll», «fysiske og biokjemiske», «kunnskap, intelligens og egoidentitet» og kanskje aller mest fremtredende er «sosial støtte». Når man ser disse modellene i sammenheng, vil jeg med denne studien hevde at hesteassisterte aktiviteter kan ansees som helsefremmende i en salutogent perspektiv.

Funnene peker mot at hesteassisterte aktiviteter viser seg å være en kompleks intervensjon, hvor det stilles mange og ulike krav til kompetanse, sikkerhet, organisering og økonomi. Å være med hestene kan bidra til mange fordeler, og noen utfordringer for kvinnene. De fire resultatkategoriene viser at aktivitetene og samværet med hestene kan bidra til at kvinnene får ro og tilstedeværelse i øyeblikket og dermed en pause fra stress og utfordringer. Det kan bidra til økt evne til å bygge relasjoner til medmennesker, både i og utenfor fengselet, det kan øke tillitsforhold mellom ansatte og innsatte, da de er likepersoner under aktivitetene.

Informantene oppgir at kvinnene øker sin mestringsfølelse på flere nivåer, i form av å selv lære noe nytt og håndtere dyrene, og gjennom det å få hjelpe andre med å gjøre det samme. De får nye kunnskaper, fysisk aktivitet, naturopplevelser og håndfaste erfaringer som kan ha overføringsverdi til livet etter fengselet. Det kan være et ledd i en rehabiliteringsprosess hvor det skal tilrettelegges for at kvinnene skal ha som mål å løslates til et liv med mindre eller uten kriminell atferd (Kriminalomsorgen, 2022).

Det er imidlertid sikkerhetsutfordringer i form av innførsel av rusmidler, som bør være fokus på, og som bør utredes videre. Det er også behov for kontinuerlig oppfølging av sikkerhetstiltak når kvinnene og medarbeidere omgås hester. Det må også tas i betraktning om informasjonen kvinnene får om tilbudet er god nok, for å unngå urealistiske forventninger som kan bidra til skuffelser og negative mestringsopplevelser (Langeland i Berget, 2018, s.128).

Til tross for disse utfordringene, er helhetsinntrykket etter intervjuer av ulike aktører, at det er en populær aktivitet blant både innsatte og ansatte, som er ønskelig å beholde.

6.4 Implikasjoner for forskning og praksis

Oppsummert peker funnene i denne studien i retning av at hesteassisterte aktiviteter for kvinner som soner er en intervensjon som bør videreføres, og som er aktuelt å forske videre på.

Informantene samlet, oppgir positiv påvirkning og opplevelse på en rekke områder som fysisk og psykisk helse, mestring og læring, relasjonsarbeid, tilfredshet og motivasjon for et liv med mindre kriminell atferd. Funnene kan sees på som hypotesegenerende, og kan åpne for videre kvalitativ forskning, herunder intervjuer med kvinnene som deltar selv, for å oppnå videre innsikt deres egne opplevelser. Den kvalitative analysen vil også styrkes og underbygges av kvantitativ forskning for å vise statistisk effekt på eksempelvis søvn, fysisk bevegelse og styrke, opplevelse av livsglede og velvære, opplevelse av endring i relasjon til innsatte og ansatte.

Ytterligere forskning vil videre bidra til å øke bevissthet rundt kunnskapsbasert bruk av hest som aktivitet som kan ha helsefremmende innslag.

6.5 Styrker og begrensninger ved studien

En fremtredende svakhet ved denne studien er mangelen på informanter som faktisk soner og deltar på tilbudet. Begrensninger fra Kriminalomsorgens side, der jeg mistet tilgang til å intervju kvinner under soning, begrenset også et mulig bredt kvalitativt spekter med informasjon direkte fra dem som mottar intervensjonen.

Grunnet disse begrensningene, ble mye av informasjonen og erfaringer knyttet til kvinnenes utbytte og opplevelse hentet fra henholdsvis fire tilbydere, og kan dermed sees på som annenhåndsinformasjon, sammenliknet med om det hadde blitt gjennomført dybdeintervjuer med kvinnene selv. Imidlertid fikk jeg anledning til å intervju en kvinne som var tidligere innsatt og hadde deltatt på aktivitetene. Hennes informasjon bidrar til å styrke studiens validitet.

Et lite antall deltakere kan også sies å være en svakhet. Opprinnelig var det planlagt å gjennomføre en studie på 5-8 deltakere som hadde deltatt på tilbudet. Mitt utvalgt endte på 5 informanter. Til gjengjeld hadde alle informantene ulike roller og perspektiver i prosjektet.

De fire aktørene på tilbydersiden er alle deltakende i tilrettelegging av, og gjennomføring av tilbudet. Deres informasjon kan også være farget av egen entusiasme for tilbudet. Dette er momenter jeg gjennom hele prosessen måtte ta i betraktning.

I denne studien går jeg inn med flere ulike roller, jeg er utdannet psykiatrisk sykepleier, jeg har som privatperson hest som hobby, og i denne studien er jeg i rollen som forsker. Jeg har egen erfaring med og forståelse av hest som aktivitet, og erfaring med arbeid med mennesker. Dette er nærmere beskrevet i kapittel 4.2, hvor jeg redegjør for forskers forforståelse. Malterud (2017, s. 21) skriver at refleksivitet innebærer å ha en aktiv holdning hvor man erkjenner og vurderer betydningen av egne erfaringer og eget ståsted i forskningsprosessen. Jeg måtte være bevisst min og deltakernes felles forståelse av spørsmålene som ble stilt, og at ikke slike felles erfaringer skal skape nye spørsmål (Malterud, 2012, s. 132). Ved noen anledninger ble jeg oppmerksom på at dette skjedde, og valgte, som også beskrevet i kapittel 4.2 å kutte noen av disse elementene for å ikke la ledende spørsmål og samtale legge grunnlag for ugyldige funn. Dette tatt i betraktning vil jeg hevde er med å styrke validiteten i oppgaven, heller enn å se det som en svakhet å ha mistet noen avsnitt. I vurderingen kom jeg også frem til at å kutte disse avsnittene ikke ville frata informantene formidling av vesentlig verdi.

Videre i analyseprosessen er tolkning en sentral aktivitet. Som forsker skal jeg gjennomlese eget materiale, og se etter mønstre. De mønstrene man finner er avhengig av hvilke mønstre vi har evne til å gjenkjenne, noe som igjen er preget av vår forkunnskap og forforståelse (Malterud, 2018, s.43). Som forsker skal jeg ifølge Malterud (2018), ikke skal prøve å utslette seg selv, men arbeide aktivt med å gjøre meg kjent med egen rolle, overveie og redegjøre for egen innflytelse. Jeg vil hevde at jeg i alle ledd i prosessen etter beste evne har forsøkt å

være bevisst forforståelse og refleksivitet, og at det er gjort grep når jeg har oppdaget at jeg ubevisst har ledet i intervju- og analyseprosessen.

Informantene bidro i intervjuene med et rikholdig og velformulert materiale, gode eksempler og utfyllende informasjon, som ga meg fordeler ved at det var forholdsvis enkelt å transkribere og kategorisere i analyseprosessen.

Deltakerne hadde erfaring fra ulike deler av organiseringsarbeidet, og hadde alle ulike bakgrunn og utdanning. Selv med ulike bakgrunn, roller, utdanning, erfaring med hest og kvinner med soning var funnene i stor grad sammenfallende, og det var få motsigelser som var utfordrende for meg å arbeide med. Det at de ulike aktørene, fra både tilbyder- og deltakersiden, oppga så like erfaringer og observasjoner, kan ansees som en "gyldighets"bekreftelse" og det kan argumenteres for at de gir studien høyere ekstern validitet. Ekstern validitet handler om i hvilken grad funnene kan overføres utover den konteksten det er gjort undersøkelser i (Malterud, 2018, s.24).

Imidlertid kan dette det også være en hake ved dette. Hvis materialet er svært homogent, kan det være vanskelig å få frem nyanser i datamaterialet som kan åpne for nye spørsmål eller gi ny kunnskap (Malterud, s.59). Det hadde vært ønskelig med et strategisk utvalg med enda større bredde, da fortrinnsvis kvinnene som soner selv. Som tidligere beskrevet gjorde mangel på tillatelse fra Kriminalomsorgen dette til en umulig oppgave, og det har i stedet vært et gjennomgående fokus på å løfte bredde i erfaringer og observasjoner for å gi et mest mulig gyldig bilde på hva hesteaktiviteter bidrar med for kvinner i fengsel.

7.0 Avslutning

Målet med denne studien var å utforske erfaringene til ulike aktører involvert i hesteassisterte aktiviteter for kvinner som soner. I teorikapittelet redegjorde jeg for bruk av salutogenese som teoretisk bakteppe i denne oppgaven. Diskusjonen er skrevet i lys av denne, og man kan se en sammenheng mellom komponentene i hesteassisterte aktiviteter og Antonovskys identifiserte motstandsressurser (Langeland, 2011, s.12-13). Forskning viser at hest kan brukes i helsefremmende arbeid (Regjeringen, 2018), og funnene i denne studien bekrefter dette. Det kan argumenteres for at hest kan sees på som en helsefremmende aktivitet i et salutogent perspektiv med SOC som en målsetting.

Funnene i intervjuene viser at det er en overveiende positiv holdning blant aktørene, til å beholde og videreføre aktivitetene for kvinner som soner. Det kan sees på som en helsefremmende aktivitet med en kompleksitet som bidrar til å få ro i øyeblikket, å oppleve mestring, å bygge relasjoner og å få opplevelser og erfaringer som kan bidra til et bedre liv utenfor fengselet. Aktivitetene kan brukes i rehabiliteringsarbeid for innsatte, med et mål om et liv uten kriminell atferd. Hesteassisterte aktiviteter kan ansees som en nyttig og meningsfull aktivitet, og som et verdifullt tilskudd til et per i dag ikke tilstrekkelig aktivitetstilbud for kvinner i Norske fengsler.

«Det er noe med utsiden av en hest som gjør noe med innsiden av et menneske»

- Ukjent forfatter



Figur 2. *Chasse Chagrin*, 2020, av Cheval Ta Race. Bilde brukt med tillatelse fra Kunster.

8.0 Referanser

Aanstad, H., Solli, I. A., & Smith-Gahrson, M. T. Kritisk kriminalomsorg for kvinner. *Kritisk juss*, 51(01), 36-49. Hentet fra https://www-idunn-no.galanga.hvl.no/kritisk_juss/2020/01/kritisk_kriminalomsorg_for_kvinner

Amundsen, M.L. (2012). Kjønnforskjeller i psykisk helse i norske fengsler. *Nordisk Tidsskrift for Helseforskning*, 7(2), 3. Hentet fra <https://browzine.com/libraries/1463/journals/75180/issues/350609055?showArticleInContent=doi%3A10.7557%2F14.2223>

Amundsen, M. L. (2010). *Bak glemselens slør*. *Fontene forskning*, 1(10), 4-15.

Anderson, H., & Goolishian, H. (1992). The client is the expert: A not-knowing approach to therapy. *Therapy as social construction*, 25, 25-39.

Antonovsky, A., & Sjøbu, A. (2012). *Helsens mysterium: den salutogene modellen* (p. 224). Gyldendal akademisk.

Arnon, Shay, Fisher, Prudence W, Pickover, Alison, Lowell, Ari, Turner, J Blake, Hilburn, Anne, Jacob-McVey, Jody, Malajian, Bonnie E, Farber, Debra G, Hamilton, Jane F, Hamilton, Allan, Markowitz, John C, & Neria, Yuval. (2020). Equine-Assisted Therapy for Veterans with PTSD: Manual Development and Preliminary Findings. *Military Medicine*, 185(5-6), e557–e564. Hentet fra <https://doi.org/10.1093/milmed/usz444>

Bachi, K. (2013). Equine-facilitated prison-based programs within the context of prison-based animal programs: State of the science review. *Journal of Offender Rehabilitation*, 52(1), 46-74. <https://www-tandfonline-com.galanga.hvl.no/doi/full/10.1080/10509674.2012.734371>

Bawan, R. S. (2022, 3. mars) Mona er én av få kvinner som sitter i fengsel i Norge. NRK, Hentet fra <https://www.nrk.no/vestland/mona-53-er-en-av-fa-kvinnelige-innsatte-i-norske-fengsel-1.15860491>

Berget, B. et al. (2018). Antrozoologi : samspill mellom dyr og menneske. Oslo: Universitetsforl.

Bertoti, D. B. (1988). Effect of therapeutic horseback riding on posture in children with cerebral - palsy. *Physical Therapy*, 68(10), 1505-1512 Hentet fra <https://doi.org/10.1093/ptj/68.10.1505>

Borg, M. & Topor, A. (2014). *Virksomme relasjoner: om bedringsprosesser ved alvorlige psykiske lidelser*.

Borge, L. (2014). Helhetlig psykisk helsearbeid. I A. Almvik, & L. Borge (red.). Å sette farger på livet: Helhetlig psykisk helsearbeid, 31-44.

Brooks, H., Rushton, K., Walker, S., Lovell, K., & Rogers, A. (2016). Ontological security and connectivity provided by pets: a study in the self-management of the everyday lives of people diagnosed with a long-term mental health condition. *BMC psychiatry*, 16(1), 1-12. Hentet fra <https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-016-1111-3>

Carlsson, C. (2018). Equine-assisted social work counteracts self-stigmatisation in self-harming adolescents and facilitates a moment of silence. *Journal of Social Work Practice*, 32(1), 17-30. Hentet fra <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02650533.2016.1274883>

Cheval, T.R. (2020), *Chasse Chagrin*, Hentet fra <https://www.instagram.com/chevaltarace/>

Cramer, V. (2014). The prevalence of mental disorders among convicted inmates in Norwegian prisons. Southeastern Regional Health Authority: Oslo, Norway. Hentet fra https://sifer.no/wp-content/uploads/2019/08/Hel_oppdatert_Victoria_Cramer_rapport_engelsk.pdf

Fine, A. H. (Ed.). (2019). *Håndbok i dyreassisterte intervensjoner: faglig grunnlag og retningslinjer*. Fagbokforlaget.

Flatekval, S. J., & Berge, I. B. (2011). *Miljøfaktorers betydning for ungdoms opplevelser på gård. En kvalitativ undersøkelse med ungdom i interaksjon med hest* (Master's thesis, Norwegian University of Life Sciences, Ås).

Førde, R. (2014). *Helsinkideklarasjonen*, Hentet fra <https://www.forskningsetikk.no/ressurser/fbib/lover-retningslinjer/helsinkideklarasjonen/>

Green, B. L., Miranda, J., Daroowalla, A., & Siddique, J. (2005). Trauma exposure, mental health functioning, and program needs of women in jail. *Crime & Delinquency*, 51(1), 133-151. hentet fra <https://journals-sagepub-com.galanga.hvl.no/doi/pdf/10.1177/0011128704267477>

Hellebust, M., Smith, P. S., Lundeberg, I., & Skilbrei, M. L. Lengst inne i fengselet–Kvinnelige innsatte med behov for helsehjelp. (2021) Hentet fra https://www.lido.no/globalassets/ldo_2019/bilder-til-nye-nettsider/rapporter/lengst-inne-i-fengselet.pdf

Jacobsen. (2018). Hvordan gjennomføre undersøkelser?: innføring i samfunnsvitenskapelig metode (3. utg., p. 432). Cappelen Damm akademisk.

Johnson, R. A., Odendaal, J. S., & Meadows, R. L. (2002). Animal-assisted interventions research: Issues and answers. *Western Journal of Nursing Research*, 24(4), 422-440. Hentet fra <https://journals-sagepub-com.galanga.hvl.no/doi/abs/10.1177/01945902024004009>

Juridisk rådgiving for kvinner (2018). Kvinners erfaringer med å sone i norske fengsler våren 2017. Hentet fra: <https://foreninger.uio.no/jurk/publikasjoner/rapport-jurk-kvinnererfaringer-med-a-soner.pdf>

Krueger, K., Flauger, B., Farmer, K., & Maros, K. (2011). Horses (*Equus caballus*) use human local enhancement cues and adjust to human attention. *Animal cognition*, 14(2), 187-201. Hentet fra <https://link-springer-com.galanga.hvl.no/article/10.1007/s10071-010-0352-7>

Kriminalomsorgen, (2022), Arbeids- og aktivitetstilbud, Hentet fra: [Arbeids- og aktivitetstilbud - Kriminalomsorgen.no](https://www.kriminalomsorgen.no/Arbeids-og-aktivitetstilbud)

Kriminalomsorgen, (2015), Likeverdige forhold for kvinner og menn under kriminalomsorgens ansvar. Hentet fra <http://www.kriminalomsorgen.no/getfile.php/3239742.823.udsepacwxy/Rapport+-+Likeverdige+forhold+for+kvinner+og+menn.pdf>

Kriminalomsorgen, (Strategi for 2017) Strategi for kvinner i varetekt og straffegjennomføring 2017-2020. Hentet fra <https://www.kriminalomsorgen.no/kvinnefengsler.518722.no.html>

Langeland, E. (2012). Salutogenese som forståelsesramme i psykisk helsearbeid. *Helsefremmende sykepleie: I teori og praksis*, 195-216.

Langeland, E. (2014). Salutogenese og psykiske helseproblemer - en kunnskapsoppsummering. NAPHA.

Lanning, & Krenek, N. (2013). Examining effects of equine-assisted activities to help combat veterans improve quality of life. *Journal of Rehabilitation Research and Development*, 50(8), vii–xiii. Hentet fra <https://doi.org/10.1682/JRRD.2013.07.0159>

Malterud, Kirsti. (2012). Systematic text condensation: A strategy for qualitative analysis. *Scandinavian Journal of Public Health*, 40(8), 795–805. Hentet fra: <https://doi.org/10.1177/1403494812465030>

Malterud, K. (2017) Kvalitative forskningsmetoder for medisin og helsefag (4. utgave). Universitetsforlaget.

McGreevy, P. (2004). Equine behavior: a guide for veterinarians and equine scientists. Saunders, An Imprint of Elsevier Limited. Hentet fra <https://www.cabdirect.org/cabdirect/abstract/20053043845>

Meld. St. 37 (2007-2008). Straff som virker - mindre kriminalitet - tryggere samfunn. Justis og politidepartementet. Hentet fra: <https://www.regjeringen.no/contentassets/d064fb36995b4da8a23f858c38ddb5f5/no/pdfs/stm200720080037000dddpdfs.pdf>

Minke, Linda Kjaer. (2017). Normalization, Social Bonding, and Emotional Support- A Dog's Effect within a Prison Workshop for Women. *Anthrozoös*, 30(3), 387-395.
hentet fra: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/08927936.2017.1311065>

Modum Bad (2008). Hesten som terapeut. Nyhetsartikkel publisert 28/10/08, Hentet fra <https://www.modum-bad.no/hesten-som-terapeut/>

LDO (2017) Innsatt og utsatt - Rapport om soningsforholdene til utsatte grupper i fengsel, Likestillings- og diskrimineringsombudet: Hentet fra https://www.ldo.no/globalassets/brosjyrer-handbokerrapporter/rapporter_analyser/soningsrapport-web.pdf

Lysell. (2011). Bruk av hest i terapi. In *Psykisk helsearbeid - mer enn medisiner og samtaleterapi* (p. s.[162]–179.).

Pendry, P., Smith, A.N., Roeter, S.M. (2014) Randomized Trial Examines Effects of Equine Facilitated Learning on Adolescents' Basal Cortisol Levels, *Human-Animal Interaction Bulletin 2014*, Vol. 2, No. 1, 80-95 Hentet fra [onderzoek12.pdf \(keulseweg.nl\)](#)

Proops, Walton, M., & McComb, K. (2010). The use of human-given cues by domestic horses, *Equus caballus*, during an object choice task. *Animal Behaviour*, 79(6), 1205–1209. Hentet fra <https://doi.org/10.1016/j.anbehav.2010.02.015>

Regjeringen. (2018). Hesten som ressurs -en nasjonal veileder. Hentet fra: [https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/hesten-som-resurs---lokalnaringsutvikling2/id2601834/.](https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/hesten-som-resurs---lokalnaringsutvikling2/id2601834/)

Robinson-Edwards, Shona, Kewley, Stephanie, Riley, Laura, & Fisher, Dawn. (2019). Examining prisoner experience of an equine assisted psychotherapy. *Therapeutic Communities*, 40(3/4), 111-124. Hentet fra <https://www-emerald-com.galanga.hvl.no/insight/content/doi/10.1108/TC-01-2019-0001/full/pdf>

Salbu, A. K. (2014, 10 10). Regionale Komiteer for medisinsk og helsefaglig forskning (REK).

Schiefloe, P. M. (2015). *Sosiale landskap og sosial kapital: Nettverk og nettverksforskning*. Oslo: Universitetsforlaget.

Seivert, N. P., Cano, A., Casey, R. J., Johnson, A., & May, D. K. (2018). Animal assisted therapy for incarcerated youth: A randomized controlled trial. *Applied developmental science*, 22(2), 139-153. Hentet fra <https://www.tandfonline-com.galanga.hvl.no/doi/pdf/10.1080/10888691.2016.1234935?needAccess=tru>

Sivilombudsmannen, (2016), Temarapport, kvinner i fengsel, hentet fra https://www.sivilombudsmannen.no/wp-content/uploads/2017/05/Temarapport_Kvinner-i-fengsel.pdf

Smith-Osborne, A., & Selby, A. (2010). Implications of the literature on equine-assisted activities for use as a complementary intervention in social work practice with children and adolescents. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 27(4), 291-307. Hentet fra <https://link-springer-com.galanga.hvl.no/article/10.1007/s10560-010-0201-1>

Stern, C., & Chur-Hansen, A. (2019). An umbrella review of the evidence for equine-assisted interventions. *Australian Journal of Psychology*, 71(4), 361-374. Hentet fra: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1111/ajpy.12246>

Stiftelsen Crux (2022, 11. April) Crux Kalfarhuset oppfølgingscenter, hentet fra: <https://stiftelsen-crux.no/her-er-vi/crux-kalfarhuset-oppfolgingscenter>

Svartdal, Frode: mestring i Store norske leksikon på snl.no. Hentet 31. mars 2022 fra <https://snl.no/mestring>

SSB, Tabell 10530. Innsatte, etter fengslingstype, alder, kjønn, statistikkvariabel og år. Statistisk sentralbyrå. Hentet fra <https://www.ssb.no/statbank/table/10530/>

Straffegjennomføringsloven, (2002), Lov om straffegjennomføring av straff mv. (LOV-2001-05-18-21). Lovdata. Hentet fra: http://www.lovdato.no/dokument/NL/lov/2001-05-18-21#KAPITTEL_5

Sudmann, T. T., & Agdal, R. (2014). Tenk at jeg kan få ri! Hesteassisterte aktiviteter for ungdom og voksne med rusrelaterte problemer. *Psyke & Logos*, 35(2), 16-sider.

Tellnes, G. (2007). Salutogenese–hva er det. *Michael*, 4(2), 144-149. Hentet fra <https://www.michaeljournal.no/article/2007/05/Salutogenese-hva-er-det->

Thornquist, E. (2018). Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori: for helsefag (2. utg., p. 288). Fagbokforl.

Topor, A., von Greiff, N., & Skogens, L. (2021). Micro-affirmations and Recovery for Persons with Mental Health and Alcohol and Drug Problems: User and Professional Experience-Based Practice and Knowledge. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19(2), 374-385. Hentet fra:

<https://link.springer.com/article/10.1007/s11469-019-00063-8>

Trotter, K. S., Chandler, C.K., Goodwin-Bond, D., & Casey, J. (2008). A Comparative Study of the Efficacy of Group Equine Assisted Counseling With At-Risk Children and Adolescents. *Journal of Creativity in Mental Health*, 3(3), 254-284. doi: 10.1080/15401380802356880. Hentet fra [A Comparative Study of the Efficacy of Group Equine Assisted Counseling With At-Risk Children and Adolescents: Journal of Creativity in Mental Health: Vol 3, No 3 \(tandfonline.com\)](https://www.tandfonline.com)

Trætteberg. (2006). *Ridning som rehabilitering* (p. 305). Akilles.

Walseth, L. & Malterud, K. (2004). Salutogenese og empowerment i allmenmedisinsk perspektiv. Tidsskrift for den Norske Legeforening, 1. Hentet fra <https://tidsskriftet.no/2004/01/kronikk/salutogenese-og-empowerment-i-allmenmedisinsk-perspektiv>

Wayback. (2022, 11. April) <https://www.wayback.no/>

Wifstad, Å. (2018), Vitenskapsteori for Helsefagene. Oslo, Universitetsforlagene.

9.0 Vedlegg

9.1 Vedlegg 1: Informasjons- og samtykkeskjema



Høgskulen
på Vestlandet

Vil du delta i et forskningsprosjekt?

«Hesteaktiviteter på gård for kvinner som soner i fengsel»

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å evaluere tilrettelegging av og erfaringer med deltakelse i heste-prosjektet for kvinner som soner/har sonet i fengsel. Her får du informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Formålet med dette forskningsprosjektet er å samle og evaluere erfaringer med planlegging, deltakelse og gjennomføring av hesteaktivitetene. Vi ønsker å bruke disse erfaringene for å

- 1) vurdere om og eventuelt hvordan prosjektet kan videreføres,
- 2) planlegge følgeforskning ved eventuell

Dette er et forskningsprosjekt, ledet av professor Tobba Sudmann, som har vært hestefaglig og ansvarlig for prosjektet siden høsten 2019.

Det vi lærer av dette prosjektet skal brukes til å vurdere om, hvorfor og eventuelt hvordan, aktivitetene kan videreføres, og som grunnlag for studentprosjekter, vitenskapelige publikasjoner (artikler) og formidling (vitenskapelige og allmennerettet).

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Høgskulen på Vestlandet, HVL, er ansvarlig for forskningsprosjektet, ved professor Tobba T. Sudmann.

Crux Kalfarhuset oppfølgingssenter og stiftelsen ~~WayBack~~ er samarbeidspartner. Studenter vil være med som del av sine praksisstudier og/eller for å skrive bacheloroppgaver eller masteroppgaver.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Du får forespørsel om å delta i dette forskningsprosjektet siden du er med, har vært med på, eller har bidratt til hesteaktivitetene for kvinner som soner i fengsel.



Hva innebærer det for deg å delta?

Deltakelse innebærer og delta i individuelle intervjuer eller mini-gruppeintervju (to deltakere). Forsknings samtalen vil dreie seg om hvordan aktivitetene er organisert fram til nå din rolle i planlegging og gjennomføring, og tanker omkring hva som kan videreføres og hva som eventuelt bør endres. Alle erfaringer er av interesse for forskningsprosjektet.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle personidentifiserbare opplysninger om deg vil bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg slik vi har skrevet over. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

Dersom dere samtykke til det, vil vi gjerne ta samtalen opp via en digital opptaker. Lydfilene vil bli sikkert oppbevart, og ikke avspilt for andre formål enn transskripsjon. Filene vil slettes etter transskripsjon. Transskripsjonene er avidentifisert.

Prosjektet følger regler gitt i henhold til norsk lov, regler med Høgskulen på Vestlandet og regler som forvaltes av Personvernombudet, samt regler og krav som gjelder forskning i fengsel i Norge.

Prosjektet er godkjent av personvernombudet NSD (471628).

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Ingen opplysninger som kan identifisere deltakerne vil bli oppbevart. Datamaterialet skal avidentifiseres ved prosjektslutt.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- få slettet personopplysninger om deg,
- få utlevert en kopi av dine personopplysninger (dataportabilitet), og



Høgskulen
på Vestlandet

- å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Høgskulen på Vestlandet har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Høgskulen på Vestlandet ved masterstudent Line Nessan ved tlf. 9242 4155, eller epost line_nessan@msn.com.
- Høgskulen på Vestlandet ved professor Tobba Sudmann, telefon 9006 1469 eller epost tsu@hvl.no
- Vårt personvernombud: Trine Anniken Larsen, Høgskulen på Vestlandet, telefon +47 5558 7682 eller epost personvernombud@hvl.no
- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost (personverntjenester@nsd.no) eller telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Tobba Sudmann
Prosjektansvarlig
(Forsker/veileder)



Høgskulen
på Vestlandet

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet Hesteaktiviteter for kvinner som soner/har sonet i fengsel og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i gruppesamtale
- å delta i individuell samtale
- lydopptak av samtalen

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, 31.12.2022.

Signert av prosjektdeltaker, dato

Signert av prosjektleder, dato

Signert av masterstudent, Line Nesson, dato

Høgskulen på Vestlandet
Postboks 7030
5020 Bergen

Telefon: 55 58 58 00
E-post: post@hvl.no
www.hvl.no

9.2 Vedlegg 2: NSD-vurdering

Meldeskjema for behandling av personopplysninger

16/11/2020, 12:36



NSD sin vurdering

Prosjekttittel

Hesteassisterte aktiviteter for kvinner under soning

Referansenummer

471628

Registrert

27.11.2019 av Tobba Therkildsen Sudmann - Tobba.Therkildsen.Sudmann@hvl.no

Behandlingsansvarlig institusjon

Høgskulen på Vestlandet / Fakultet for helse- og sosialvitenskap / Institutt for helse og funksjon

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Tobba Sudmann, tsu@hvl.no, tlf: 90061469

Type prosjekt

Forskerprosjekt

Prosjektperiode

16.12.2019 - 30.06.2021

Status

03.06.2020 - Vurdert

Vurdering (2)

03.06.2020 - Vurdert

NSD har vurdert endringen registrert 03.06.2020.

Vi har nå registrert 30.06.2021 som ny sluttdato for forskningsperioden. Hele prosjektet er utsatt ett år på grunn av korona.

NSD forsetter at informasjonsskriv oppdateres med korrekt dato og at prosjektet innhenter relevante tillatelser før behandlingen av personopplysninger starter.

NSD vil følge opp ved ny planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til videre med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Kajsja Amundsen
Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

18.01.2020 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen vil være i samsvar med personvernlovgivningen, så fremt behandlingen gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet den 18.01.2020 med vedlegg, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD.

Prosjektet må søke kriminalomsorgen om godkjenning. Behandlingen kan ikke påbegynne før godkjenning fra kriminalomsorgen foreligger.

NSD sin vurdering viser kun til forskningen på evalueringen av aktiviteten. Behandlingen av personopplysninger for gjennomføringen av aktiviteten 'hesteaktiviteter for kvinner som soner i Bergen fengsel' er internt forankret.

MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde:

https://nsd.no/personvernombud/meld_prosjekt/meld_endringer.html

Du må vente på svar fra NSD før endringen gjennomføres.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle personopplysninger om straffedommer og lovovertrедelser og alminnelige personopplysninger frem til 01.06.2020.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 nr. 11 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse, som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være de registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 a), jf. art. 10, jf. personopplysningsloven § 11(2) a), jf. § 9 (2).

PERSONVERNPRINSIPPER

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen:

- om lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke viderebehandles til nye uforenlige formål

- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20).

NSD vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

Eventuell transkriptør er databehandler i prosjektet. NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene til bruk av databehandler, jf. art 28 og 29.

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må prosjektansvarlig følge interne retningslinjer/rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Kajsja Amundsen
Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

9.3 Vedlegg 3: NSD Endringsmelding

27.04.2022, 11:48

Meldeskjema for behandling av personopplysninger

NSD NORSK SENTER FOR FORSKNINGSDATA

Vurdering

Referansenummer

471628

Prosjekttittel

Hesteassisterte aktiviteter for kvinner under soning

Behandlingsansvarlig institusjon

Høgskulen på Vestlandet / Fakultet for helse- og sosialvitenskap / Institutt for helse og funksjon

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Tobba Sudmann, tsu@hvl.no, tlf: 90061469

Type prosjekt

Forskerprosjekt

Prosjektperiode

16.12.2019 - 31.12.2022

Vurdering (6)**24.11.2021 - Vurdert**

NSD har vurdert endringen registrert 23.11.2021. Det er ikke registrert noen endringer som påvirker vår vurdering.

ENDRING

Det er gjort mindre endringer i informasjonsskrivet til utvalg 2.

Vi vil følge opp ved ny planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til videre med prosjektet!

22.11.2021 - Vurdert

NSD har vurdert endringen registrert 19.11.2021

Det er lagt til et nytt utvalg 2: Tilretteleggere for hesteassisterte aktiviteter.

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig.

<https://meldeskjema.nsd.no/vurdering/5dceaab9-1c7c-4b19-94e5-825d5937b2b4>

1/4

27.04.2022, 11:48

Meldeskjema for behandling av personopplysninger

spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake. Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a.

NSD vurderer at informasjonen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13. NSD ber om at delen om personvernombud rettes opp før informasjonsskrivet sendes ut til deltagerne.

NSD sin vurdering legger til grunn at eventuelle nødvendige tillatelser fra fengsel og kriminalomsorgen er innhentet.

Vi vil følge opp ved ny planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til videre med prosjektet!

9.4 Vedlegg 4: Intervjuguide

Intervjuguide for prosjektet

«Hesteaktiviteter for kvinner som soner/har sonet i fengsel»

Samme intervjuguide brukes for gruppeintervju og individuelle intervjuer.

Intervjuguiden er tematisk – og skal følge en åpen struktur.

1. Rekruttering/deltakelse
Samtale omkring hvorfor de sa ja til å bli med
Forventninger til deltakelse
2. Erfaring med deltakelse, planlegging og påvirkningsmuligheter i forbindelse med dagens innhold
Morgenkaffe
Morgenprat
Dagens plan
Oppgaver og aktiviteter i stallen
Aktiviteter med hestene
Avslutning i stall
Opprydding
Lunsj
3. Erfaringer med hestene
Nærme seg hestene
Puss og stelle
Være i boksen
Kommunikasjon
Størrelse og varme
Hestens pust og rytme
4. Hesteaktivitetene
Sitte til hest
Bli båret
Ligge, sitte, stå – gjøre ulike «øvelser» med og på hest
Ridehus og rideveier utendørs
Leie hest
Leie hverandre
5. Hester som kompiser, treningskamerater eller terapeuter
6. Fordeling av ansvar og roller
7. Hestens påvirkning på livet inne i fengselet og livet utenfor fengselet
Forventninger før hestedagen
Etter hestedagen
Samtaler andre dager
Tilbakemeldinger fra ansatte/kvinner
Tilbakemeldinger fra familie og venner

8. Andre erfaringer?
Negative erfaringer?
Utfordringer?

9. Hvordan kan vi organisere tilbudet om vi får midler til å videreføre prosjektet?
Hva skal vi gjøre mer eller mindre av?
Nye ideer?
Frekvens?
Tidsbruk?
Transport?
Annet?
Innspill økonomi og ressursbruk?

9.5 Vedlegg 5: Skjema, risikoanalyse

	Mulig uønsket hendelse og årsaker	Konsekvenser	Eksisterende tiltak og forslag til nye tiltak
1	Skade av hest på bakken eller i stallen Skade ved fall fra hest Allergi	<ul style="list-style-type: none"> • Bitt, dytt • Skade (brudd, forstuvning, blåmerker) • Allergi 	<p>Rideskolehest som er vant til ulike personer og ulikt nivå av hestekunnskap</p> <p>Stell av hest skjer under veiledning</p> <p>Hesten bindes under stell i boks – eventuelt «bakkebindes» med høy</p> <p>Hestekyndig personell</p> <p>Opplæring</p> <p>Førstehjelp ved behov</p> <p>På hesten</p> <p>Bruk av sikkerhetshjelm, hansker, kraftige sko</p> <p>Ledsager i henhold til rytterens ferdigheter</p> <p>Rir kun på relativt mykt underlag – regulerer tempo til ferdigheter</p> <p>Holder avstand i stallen og i ridebanen og på tur</p> <p>Bruker eget tøy i stallen som skal vaskes etterpå</p> <p>Håndvask, eventuell sprit</p>
3	Coronasmitte under aktivitet - måltider	Coronasmitte	<p>Hold avstand i henhold til gjeldende regler og generelt smittevern</p> <p>Tilpasse antall personer i samme gruppe</p>

			<p>Tilpasse plassering i henhold til rommets størrelse</p> <p>Generelle smitteverns-regler</p> <p>Mest mulig utendørsaktiviteter</p>
--	--	--	--

Bergen 1 april 2021
Tobba T Sudmann
Prosjektleder