

## Analys av ridterapiverksamhet

### INLEDNING

Jag har valt att studera en verksamhet som heter Ridterapi Novalis i Järna utanför Stockholm och som drivs av sjukgymnast Johanna Pechmann. Johanna arbetar framförallt med hippoterapi vilket ofta beskrivs som den del av ridterapin som innefattar sjukgymnastisk behandling till häst och där målsättningar sätts upp i samråd med patienten. Dessa kan innefatta övergripande mål som till exempel normaliserad tonus, förbättrad balans eller ökad styrka men även specifika mål uppsatta tillsammans med patienten och/eller dess nätverk (1). Hon använder sig också en del av läkepedagogisk ridning som innebär ridning med framförallt sociala målsättningar. Jag var med Johanna under två halvdagar för att ta del av hennes verksamhet. Hon lät mig också få en kroppslig upplevelse av den sorts ridterapi hon bedriver genom att ge mig en uppsutten lektion. Johanna har gått en vidareutbildning i ridterapi i Schweiz där hon sedan arbetade som hippoterapeut i två år. I Sverige har Johanna arbetat med ridterapi sedan 2001 och hon arbetar idag heltid med ca 30 patienter i veckan (2). Patienterna remitteras bland annat från olika antroposofiska verksamheter samt från barnhabilitering. Många patienter går till Johanna i privat regi och bekostar då behandlingen själva. Johanna har fyra hästar som används i ridterapin. Hästarna har olika storlek och temperament för att ridterapin ska kunna anpassas efter varje patients individuella behov. Flocken består av en nordsvensk valack som också klarar vikten av en bakomryttare, ett lipizzanersto, ett baskjirsto som är särskilt lämplig för personer med allergier samt en haflingervalack. Alla hästarna utbildas fortlöpande i Natural Horsemanship enligt Linda och Pat Parellis metod (3). Hästarna går på lösdrift i flock med tillgång till ligghall och kuperad hage.

### METODIK

Patienterna får skiftlig information om ridterapin innan behandlingen påbörjas. De får också fylla i och returnera ett formulär med frågor om bland annat diagnos, vikt och deras målsättning med ridterapin. På formuläret finns också en fråga som lyder: *Har du en hästdröm? Hur ser den ut?* Johanna använder sig av dessa drömbilder i behandlingen genom att till exempel matcha en häst som passar patientens drömbild. Johanna samarbetar gärna med patientens ordinarie sjukgymnast eller läkare för att optimera målsättningar och behandling. Ibland är det istället en förälder, lärare eller annan närstående som har viktig information om personens utveckling och behov. Patienten får också en skriftlig dokumentation av resultatet av behandlingen efter avslutad behandlingsomgång. Ridterapin bedrivs i skogen/naturen såväl som på ridbana utifrån målsättningarna. Patienten kliver upp på hästen från ramp. Johanna använder sig inte av medhjälpare utan eventuella medföljare är antingen passiva följeslagare eller väntar vid stallet. För de patienter där det behövs agerar Johanna bakomryttare. Patienterna har alltid hjälm och det är frivilligt att använda säkerhetsväst som i så fall tillhandahålls av patienten själv. Hästarna är utrustade med repgrimmor med rep av varierande längd. Utifrån målsättning används antingen en sorts bomlös barbackasadel i fårskinn eller en westernsadel. Tack vare hästarnas olika raser och kvaliteter kan Johanna välja den häst som är bäst lämpad för varje patient och behandlingstillfälle. Hästarna väljs utifrån till exempel steglängd och hur aktiverande steg den har, rytm, storlek, temperament etc. Hästarnas olika typ och färg är också användbart för att kunna möta personens egna preferenser och för att till exempel kunna använda sig av sagor eller arketyppiska bilder i behandlingen. Behandlingen genomförs oftast i skritt men även trav används och i enstaka fall också galopp.

### RESULTAT

De resultat som patienterna får varierar utifrån de individuella målsättningar som sätts upp för respektive patient. De flesta patienterna får utöver de sjukgymnastiska målsättningarna också ett förbättrat självförtroende. Patienterna får med sig en skriftlig dokumentering med de olika målsättningarna och resultatet av behandlingarna efter avslutad behandlingsomgång.

### DISKUSSION

Eftersom jag själv är sjukgymnast så kan jag förstå och känna igen Johannas sjukgymnastiska målsättningar och de resultat som ridterapibehandlingarna ger och har därför valt att inte fokusera på detta utan snarare på

hur behandlingarna och förarbetet med hästarna genomförs. Att patienterna får ett förbättrat självförtroende kan jag sätta i relation till det sätt som Johanna har valt att arbeta med häst och patient på. Johannas samspel med sina hästar gör att hon kan meddela sig med dem på ett för patienten osynligt sätt. Under behandlingstillfällena kan hon därför vid behov förstärka de signaler som patienten ger till hästen för att när så önskas också få en förstärkt reaktion från hästen. Detta gör att patienterna får snabb och tydlig feedback på vad de ger för signaler oavsett om dessa är motoriska eller auditiva vilket säkert är en bidragande orsak till det förbättrade självförtroendet. Johanna har valt att träna upp sina hästar enligt Natural Horsemanship bland annat för att med sitt kroppsspråk eller sin röst kunna påverka hästens rörelser, riktning, takt och tempo även på visst avstånd från hästen. Johanna arbetar så att hon som terapeut påverkar *hästen* vilket i sin tur ger en effekt på *patienten*. Att hon kan göra detta också utan att ta i vare sig häst eller patient är för mig ett ypperligt exempel på ridterapiangeln. På samma sätt avläser hon *hästen* under ridterapibehandlingen för att se vad som pågår med *patienten* – utöver det hon själv kan se genom att direkt observera *patienten*. För att uppnå några som helst resultat av ridterapi är *hästens* aktiva medverkan självklar, som en part i processen och i ridterapiangeln, vilket jag av utrymmesbrist inte går in mer på här. Johanna har valt att arbeta utan hästledare eller andra medhjälpare vilket är en avvägd säkerhetsrisk. Johanna är under behandlingen fokuserad både på hästen och på patienten. Hon arbetar också ibland på replängds avstånd från häst och patient vilket gör att det går att ifrågasätta om hon verkligen hinner agera för att ”säkra” patienten om något oförutsett inträffar. Johanna har tidigare provat att ha hästledare med vid behandlingarna men har valt att inte använda sig av detta på grund av att det stör processen för mycket om jag tolkat henne rätt. Genom att hon själv kommunicerar så mycket med sina hästar för att få önskad effekt kan jag förstå att en hästledare kan bli något som är i vägen för den direkta kommunikationen med hästen. Hon har istället tagit hänsyn till säkerheten för patienten genom att ha välutbildade hästar till vilka hon har en tydlig flockledarposition samt att hon vid behov agerar som bakomryttare. Den grundläggande träningen av hästarna görs vid tillfällena då patienter inte närvarar men hästarna får också kontinuerlig träning i samband med ridterapitillfällena eftersom kommunikationen vid dessa tillfällen bygger på samma principer som under de separata träningstillfällena. Detta gör att hästarna inte blir uttråkade av uppgiften då den hela tiden kräver att hästen är alert på sin ledare och jag uppfattar att hästarna trivs under behandlingstillfällena. Jag har under de senaste åren varit i kontakt med till exempel handikappridning på flera olika ställen. De flesta av dem uppvisar dessvärre brister i säkerheten i varierande grad. Johanna har både ett högt säkerhetstänkande och en hög etik för sina hästar. Hästarna är mycket välutbildade och hon känner sina hästar väl och kan därför läsa av även mycket små signaler från dem. Vid ett behandlingstillfälle i skogen stannade hon hästen innan något anmärkningsvärt inträffat därför att hon läst av i hästen att något var på gång. En liten stund senare kliver ett rådjur fram genom buskarna och hästen andas in och söker genast kontakt med Johanna som står kvar som trygg flockledare. Denna händelse hade lätt kunnat bli en säkerhetsfråga om hon inte känt hästen så väl eller om hästen inte var trygg med henne som ledare. För mig är detta ett bevis på att den grundliga och ständigt pågående träningen hästarna genomgår möjliggör en verksamhet med hög säkerhet. Vid en kritisk granskning av verksamheten så går det att ha synpunkter på den utrustning som Johanna använder i samband med behandling. Jag kan medge att då jag tidigare sett bilder från verksamheten och sett att hästarna har repgrimmor och grimskäft istället för tränsså blev jag skeptisk – går det att hantera en häst i den utrustningen vid oväntade händelser så att det är säkert för patienten? Efter att ha sett hur mycket tid Johanna tillbringar med sina hästar och med att kontinuerligt utbilda dem är jag benägen att tänka annorlunda. Johanna har som sagt själv ett högt säkerhetstänk enligt mottot att verksamheten blir säkrare om kontakten med hästarna bygger på ledarskap och inte på utrustningen. Att hästarna är utrustade med fårskinnsadel vid behandlingarna är bra i terapeutiskt syfte för patientens kontakt med hästen och för överförandet av rörelseimpulser. Vid tillfällena då stigbyglar behöver användas i behandlingen använder Johanna sig istället av en westernsadel för att skona hästens rygg och avlasta tornutskotten. Mina besök hos Johanna har sammanfattningsvis varit både inspirerande och lärorika.

## REFERENSER

1. Arbin, Charlotte von. 1994. *Hippoterapi*. Färentuna Kikkuli
2. Ridterapi Novalis. 2008. <http://www.ridterapi-novalis.se/#mig> (access:2008.07.26)
3. Parelli. 2008. <http://www.parelli.com/content.faces?groupType=PARELLIINFO>(access: 2008-09-05)