

TENK AT JEG KAN FÅ RI! HESTEASSISTERTE AKTIVITETER FOR UNGDOM OG VOKSNE MED RUSRELATERTE PROBLEMER

Tobba Therkildsen Sudmann¹ & Rita Agdal¹

I artikkelen diskuteres på hvilke måter deltakelse i hesteassisterte aktiviteter (HAA) kan bidra til økt deltakelse på andre arenaer som familie, fritid, skole eller arbeid. Det empiriske materiale er fra et avsluttet HAA-prosjekt for ungdom med rusproblemer og pågående HAA-prosjekt til voksne i aktiv rus. Reanalysene av det tidligere materialet brukes for å utfordre kunnskapsstatus på feltet og det nye materialet.

Ungdommene deltok via velferdsetatens kvalifiseringsprogrammer mot skole/arbeid. De voksne er selvrekruert til aktiviteten. HAA fører til nye selvpresentasjoner og gode kroppslige erfaringer. Deltakerne får tilgang til flere sosiale arenaer ved å bruke ferdigheter fra HAA. De forventer at HAA-ansvarlige har en legitimt autorativ posisjon, og hestene tillegges mytiske egenskaper. HAA-arenaene har aktuelle og potensielle muligheter for opplevelse av fellesskap, og til å stimulere deltakelse og endringsprosesser. Artikkelen diskuterer om det er hestene, aktivitetene, fellesskapene, hestemyter, fysisk aktivitet eller kontakt med natur som har størst forklaringskraft – hver for seg eller i kombinasjoner. Forslag til videre forskning fremmes.

Nøkkelord: grønn omsorg, recovery, rusbehandling

1. Hesteassisterte aktiviteter på gård

I denne artikkelen diskuteres på hvilke måter deltakelse i hesteassisterte aktiviteter på gård for ungdom og voksne med psykiske helseplager og rusproblemer kan bidra til økt sosial deltakelse på andre arenaer. Det er ingen entydig bruk av begreper for å beskrive aktiviteter med hest. Vi velger å bruke hesteassisterte aktiviteter (HAA) som generisk term. De fleste deltakerne hadde en marginal tilknytning til normativt forventende sosiale arenaer som familieliv, fritid, skole eller arbeid ved prosjektene

¹ Tobba Therkildsen Sudmann er (ride)fysioterapeut (mNFF) og har PhD i medisinsk sosiologi. Sudmann er førsteamanuensis og faglig ansvarlig for mastergradsprogrammet i samfunnsarbeid, Institutt for sosialfag og vernepleie, Høgskolen i Bergen, Norge. Email: tsu@hib.no. Rita Agdal er førsteamanuensis samme sted. Agdal er sosianlantropolog (PhD) og har forsket på helbredelses- og orienteringsprosesser. Email: riag@hib.no

oppstart. Den ene gården hadde et tilbud til ungdom i arbeidspraksis som nå er avsluttet, mens den andre gården har et pågående tilbud til voksne i aktiv rus. Materialet fra ungdomsprosjektet blir re-analysert i lys av det pågående prosjektet med de voksne i aktiv rus, og det pågående prosjektet utfordres av tidligere funn. Gjenbruk av empirisk materiale i et nytt prosjekt er en metodisk og analytisk strategi som bidrar til å få fram nye sider ved fenomenet som studeres – både teoretisk og empirisk (Alveson & Kärreman, 2011).

Inn På Tunet (IPT) er merkebetegnelse for godkjente, tilrettelagte og kvalitetssikrede velferdstjenester på gårdsbruk i Norge. Tjenestene skal gi mestring, utvikling og trivsel. Aktiviteten i tjenestetilbudet er knyttet opp til gården, livet og arbeidet der. De viktigste brukerne av IPT tilbud er barn og unge, mennesker med rusproblemer, mennesker med kognitive eller fysiske funksjonsnedsettelse, og eldre (med kognitiv svikt). Det empiriske materialet som diskuteres i denne artikkelen er produsert på IPT-gårder. Antallet gårder som tilbyr velferdstjenester øker gradvis i Norge og resten av Europa (Haubenhofner, Elings, Hassink & Hine, 2010). I handlingsplanperioden for *Inn På Tunet* 2013-2017 skal det spesielt arbeides for å videreutvikle tilbud innfor områdene kognitiv svikt, pedagogiske tilbud, og psykisk helse (inkludert rusproblemer) og arbeid (Kommunal- og regionaldepartementet & Landbruks- og matdepartementet, 2013).

Gårdslivet bidrar til fysisk aktivitet, sosial kontakt og fellesskap mellom deltakere og gårdbrukere og frivillige, og kan gi deltakerne nye erfaringer med samhandling og bruk av egne ressurser, nye ferdigheter, og nye arenaer for arbeid eller fritid (Barton, Griffin & Pretty, 2012; Conradson, 2005; Hartig, Mitchell, De Vries & Frumkin, 2014; Sudmann & Henriksbø, 2011). Felles for studier av velferdstjenester på gård og av menneskers erfaringer med dyr og natur er at fenomenet som studeres er komplekst, og at det vanskelig å skille ulike påvirkninger fra hverandre. Kontakt med natur, fysisk aktivitet og deltagelse i sosiale fellesskap er sentralt i tidligere studier, men hva som skal til for at en samling mennesker kan utgjøre et inkluderende sosialt fellesskap er lite diskutert. Vi har ikke funnet HAA-studier som diskuterer på hvilke måter deltakerne kan bidra til hverandres endringsprosesser, eller hvilke kollektive ressurser som kan mobiliseres i de situerte fellesskapene.

Følelse av fellesskap oppstår ikke av seg selv når en samler et utvalg mennesker med problemer på en gård. Sosial deltakelse forutsetter samhandling og noe meningsfylt å samhandle om. Artikkelen fokus vil være på velferdstjenester på gård som bruker hesteassisterte aktiviteter som omdreiningspunkt, og på hvilke måter dette kan bidra til at deltakerne blir del av den sosiale praksisen på stedet, og ser håp og muligheter for tilgang til flere normativt forventende sosiale arenaer.

2. Presentasjon av prosjektene og metodisk tilnærming

HAA-prosjektene var på to gårder ca. 50 minutter utenfor en norsk by. Begge gårdene har stall med rundt 20 hester og utendørs ridebane, og den ene har ridehall. Begge gårder har mange bygninger, ulike husdyr, samt åpen varmestue med toalett og kjøkken. Alle bøndene har lang erfaring med vanskeligstilt ungdom og velferdstjenester på rusfeltet. Begge steder har ridefysioterapi og hesteassisterte aktiviteter for personer med nedsatt funksjon, besøk fra barnehager og skoler, og mange andre besøkende. Det er flere personer i arbeidspraksis, varig tilrettelagt arbeid, eller arbeid i skjernet virksomhet begge steder. Begge gårder har fast undervisning i hestefag, den ene har fast sosialpedagogisk undervisning. De som er til stede deltar i det daglige livet og arbeidsfellesskapet på gårdene. Begge forfattere har deltatt i ulike prosjekter på begge gårder. Deltakerne i HAA-prosjektene er rekruttert på to ulike måter og var der på ulike vilkår. Ungdommene med praksisplass kom til hestegården etter langvarig kontakt med arbeids- og velferdsforvaltningen (NAV). De voksne deltakerne i HAA-prosjektet er selvrekruttert via et åpent aktivitetstilbud gjennom bymisjonens værested for personer i aktiv rus.

2.1. Grønt arbeid – praksisplass på gård

Grønt arbeid er gårdsarbeid der målsetting er arbeidstrening, rehabilitering eller varig tilrettelagt arbeid. Grønt arbeid tilbys gjennom arbeids- og velferdsforvaltningen (NAV), som et av flere tiltak i Nasjonal strategiplan for psykisk helse (Arbeids- og inkluderingsdepartementet, 2007). Praksisplass innebærer at NAV oppretter en arbeidsavtale for å gi deltakeren arbeidserfaring, sosial trening, bedre psykisk og fysisk helse, og for å avklare behov for varig stønad. Praksisplasser er mye brukt som del av kvalifiseringsprogrammer mot videre utdanning eller arbeid for ungdom eller voksne som enten ikke har kommet inn på arbeidsmarkedet eller er falt ut av arbeidsmarkedet. Praksisplasser etableres i ordinære virksomheter, herunder gårdsbruk, og arbeidsgiver ytes driftstilskudd etter faste standardsatser pr. måned pr. deltaker (1.400 NOK) forutsatt at opplæringsplan er godkjent av NAV. Arbeidsgiver mottar vanligvis ikke veiledning. Deltagere får økonomisk støtte fra NAV, men ikke ordinær lønn. NAV kan stille krav om deltakelse for å kvalifisere til ytelsene, og redusere ytelser om deltakelsen ikke er fullverdig. Det kan avtales korte arbeidsdager eller færre enn fem arbeidsdager pr. uke. Praksisplass kan vare i inntil ett år for personer som har vanskeligheter med å komme inn på arbeidsmarkedet eller beholde arbeidet. Personer med nedsatt arbeidsevne kan ha praksisplass i inntil tre år.

Det avsluttede HAA-prosjektet for ungdom var del av et paraplyprosjekt (Høgskolen i Hedmark, 2010-14) som skulle vurdere om grønt arbeid kan fremme recovery. Tre ungdommer var på gården i prosjektperioden. De hadde individuelt tilpassede avtaler. I august 2011 hadde mann 19 år avtale om

fire dager i uken, og tre måneder senere hadde han vært der i to år og fikk varig tilrettelagt arbeid ved gården. I januar 2012 hadde kvinne 17 år avtale om tre dager i uken i fire måneder, og gikk tilbake til videregående utdanning med planer om utdanning på hestefeltet. I september 2011 hadde kvinnen 20 år avtale om tre dager i uken og i juni 2012 gikk hun videre til praksisplass innen pleie- og omsorg. De tre ungdommene hadde alle opplevd sosial utestengning i grunnskolen og hadde en forhistorie med selvskading.

Arbeidsdagen startet med at de ble hentet på avtalt sted, i samme minibuss som deltakerne på dagaktivitetstilbudet til hjemmeboende personer med kognitiv svikt på samme gård. De unge deltok i samtaler i bussen, og bisto de som trengte hjelp. Fremme på gården begynte dagen med felles morgenmat, der oppgaver for dagen ble fordelt etter bøndenes observasjon av dagsform og ferdigheter, samt den enkeltes interesser. Formiddagen gikk vanligvis med til stallarbeid, leing av hest ved terapiridning og forefallende arbeid. Noen dager ble det tid til egen ridning etter stallarbeidet. Dagen ble avsluttet med felles varmt måltid før transport hjem i minibussen.

I recovery-studien av grønt arbeid ble det funnet at deltagerne gradvis økte sin selvfølelse og fant motivasjon til utdanning og arbeid. Sentralt var opplevelse av støtte fra arbeidslederen og lederens evne til å skape en god stemning. Opplevelse av mestring av ulike oppgaver var vesentlig, og de opplevde at natur og dyr ga trøst og trygge situasjoner. Studien viste at ungdom som manglet tillit til mennesker, kunne bygge opp en positiv selvfølelse via grønt arbeid (Kogstad, Agdal & Hopfenbeck, 2014). De tre unge på hestegården kommenterte at de var ulike og ikke ville hatt noe med hverandre å gjøre i andre sammenhenger. Selv om de holdt noe avstand til hverandre oppsto det et fellesskap rundt opplevelse av hestene, som skilte seg fra samarbeidet om arbeidsoppgavene. De hadde lange samtaler om hest, hestehold, og personlige erfaringer med hest og ridning. I tillegg poengterte de at rammene var viktige. Gårdbrukerne ga regler for sikkerhet, fordeling av arbeidsoppgaver og synliggjorde muligheter og forventninger om ulike former for deltagelse.

Fellesskapet på gården er situert, det er bundet av tid, sted og oppgaver, og felles interesser. Det tar tid å oppdage felles interesser, og felles interesser kan vokse ut av felles arbeidsoppgaver. I recovery-studien ble hest nevnt som spesielt meningsfullt av dem som hadde kontakt med hest. Hestens betydning for at deltakerne kan få være til stede, gjøre noe sammen og endre seg i løpet av prosessen var sentralt for ungdommene på gården. For disse ungdommene varer endringen ved etter at hesten er borte, dvs. når praksisplassen er avsluttet. Sosial deltagelse forutsetter en orientering utover seg selv, og dyr kan bidra til styrking av denne formen for sosialitet (Long & Moore, 2013). Ungdommenes egne fortellinger om betydningen av de situerte fellesskap rundt hesten som venn, arbeidskamerat, terapeut og mytisk skapning gir et analytisk perspektiv på hvilke typer fellesskap som kan skapes i det nye HAA-prosjektet for voksne, og på hvilke måter dette kan føre

til endringer som varer ved når hestene ikke er der. Det samme gjør ungdommenes understreking av rammenes betydning for opplevelse av trygghet, mestring, fellesskapsdannelse og personlig endring.

2.2. Aktivitetstilbud i regi av Værestedet Stuen

Værestedet Stuen drives av kirkens bymisjon og tilbyr et fristed fra gaten og fra systemene, der utsatte mennesker kan skape nye relasjoner. Arbeidsmetoden bygger på at alle mennesker er mer enn det du ser, at alle har ressurser som kan mobiliseres, og at alle kan ta små skritt for å endre sine livssituasjoner – når de er klare (Kaltoft, Korff, Steen Olsen & Svendsen, 2009). Stuen tilbyr dagaktiviteter til folk i aktiv rus. Stuen er åpen alle hverdager i normalarbeidstiden. Det er frivillig å komme dit og få en prat, litt mat, lese avisen, få hjelp til å forholde seg til “systemet”, eller delta i aktiviteter. Gjennom årene har Stuen tilbudt ulike aktiviteter etter initiativ fra gjestene og fra de ansatte. Aktivitetene annonseres på tavle på veggen, og Stuen stenger når det er organisert aktivitet. Det er så vidt vi vet første gang ridning er etablert som et fast tilbud til personer i aktiv rus.

Samlet har 20 deltakere (3 kvinner), 4 ansatte (3 kvinner) fra Stuen, 7 frivillige (6 kvinner), forfatterne og bonden deltatt. Antallet ryttere varierte fra 2-8, som oftest 4-5. Det er alltid med 2 ansatte fra Stuen. En deltaker (1 svaksynt mann) har vært med alle 10 ganger, noen få har vært med 1 gang, de fleste har vært med 3 eller flere ganger. Det blir brukt fra 4-8 hester om gangen. På det meste har vi vært 15 personer og 8 hester involvert. Forfatter TS har vært med å utvikle prosjektet fra ide til gjennomføring, og har deltatt hver gang. Bonden har vært med 9 av 10 ganger, og forfatter RA har vært med 3 ganger. Deltakerne var ute av byen i 4-8 timer, som regel rundt 5 timer inkludert transport med Stuens bil eller våre privatbiler. De ansatte hadde ingen erfaring med hest fra tidligere.

TS forberedte hester og utstyr før deltakerne kom. Etter litt tid til å hilse på folk og dyr, spiste vi Stuens medbrakte frokostkurv, oftest under åpen himmel. Hestene ble fordelt, og alle var med på stell og oppsaling. Aktivitetene har hatt en progresjon, slik at deltagerne får tilbud om å lære mer om stell og oppsaling for hver gang. Den pedagogiske tilnærmingen baseres seg på mesterlæreprinsipper (Kvale, Nielsen, Bureid & Jensen, 1999), med færrest mulig gruppebeskjeder til fordel for små praktiske demonstrasjoner og håndledet hjelp til 1-3 personer om gangen. Enkel rideinstruksjon med øvelser bidrar til kommunikasjon med hesten og avspenning og balanse i salen. Hestene kan snuble og falle om rytterens balanse er for dårlig. Tilsynelatende enkle oppgaver som start og stopp krever avansert koordinasjon i egen kropp og kommunikasjon med hesten. Øvelser gjøres på bane før vi går på tur, mens vi er på tur, og på banen etter tur. Aktiviteter til hest var hovedsakelig i skritt. Trav og korte galopper ble tilbudt noen få. Alle hadde leier ved hesten de første gangene og fikk lære grunnleggende ferdigheter som start og stopp av hesten og tøyletak. Forfatter TS har hovedansvar for øvelser og in-

struksjon. Ridning og kjøring var på skogsveier i kulturlandskap, i kupert terreng. De som ikke vil ri satt i åpen eller lukket vogn, avhengig av været. Etter ridningen var det rydding, prat og kaffe ved bålet eller i varmestuen.

Vilkåret for å kunne sitte til hest er at rytteren er noenlunde nykter, spiser frokost, at de har sko (ikke barbeint), passende klær og hjelm. Vi minte alle på dette. Beskyttende ridevest var frivillig. Om det var tvil om sikkerhet avgjorde TS/bonden hva som var forsvarlig i den aktuelle situasjon. Detaljkoordinering mellom Stuen og hestegården ble gjort når transporten var i gang, ettersom forhåndspåmelding var vanskelig å få til. Interessen for tilbudet har vært stor og mange skriver seg på lister, men husker ikke å møte opp til riktig tidspunkt. Det er derfor nødvendig at noen er på gården og finner fram utstyr til 5-10 hester på kort varsel.

De som er på gården håndhilser på alle som kommer. Dette er alminnelig gjestfrihet og det gir en første observasjon i forhold til om deltakerne kan sitte til hest eller må kjøre vogn. Deltakeres ganglag og orientering i omgivelsene blir observert for å få informasjon og bevegelighet, balanse, rus eller funksjonsnedsettelse. Fordeling av riktig hest til riktig person med tanke på vekt, høyde og lynne hos både rytter og hest skjer etter denne innledende observasjon. Samtalen under frokosten gir mer informasjon om det samme; oppmerksomhet, initiativ, respons, hørsel, syn, samspill og motspill mellom personer, eventuell påvirkning/rus eller ukontrollert oppstemthet (mani). Deltakerne blir tilsvarende observert under ridningen slik at vi kan bytte om; en rytter kan gå over i vogn, og en fra vognen kan få ri. Deltakerens observasjoner og kommentar av hverandre – og bilder og filmer – viser oss hvordan det midlertidige fellesskapet og nye relasjoner etableres og vedlikeholdes på gården. Det gir en anledning til å vise interesse og omsorg for hverandre gjennom kommentarer, fleip og små berøringer. På samme vis observeres hvordan uenighet håndteres, og hvordan konflikter kan være produktive i ønsket eller uønsket retning. Vi griper inn om noen tar frem rusmidler på gården. Tobakksrøking er tillatt i god avstand fra hestene. Det empiriske materialet er basert på 10 dager med hesteassisterte aktiviteter over 15 måneder (ikke i perioder med skoleferier).

2.3. Feltarbeid – observerende deltakelse, intervjuer og fokusgruppe

Vi har gjort eksplorative antropologiske feltarbeid gjennom henholdsvis 15 og 24 måneder på hver vår gård. TS har vært på gården som har tilbud om hestedager til personer i aktiv rus sammen med Stuen, og har vært på gården som har tilbud om praksisplass for ungdom med psykiske og rusrelaterte problemer. Vi har deltatt i det praktiske arbeidet med hestene i stall, ridebane og luftegårder, deltatt i prat og kaffe før, under og etter hesteaktivitetene, samt deltatt i hestekjøring og ridning. Feltsamtaler og individuelle/gruppebaserte samtaler er utført fortløpende de dagene vi var på gårdene, samt på Stuen i løpet av prosjektåret. Samtalene har vært stående, gående, ridende, sittende, ute og inne. Diskusjoner mellom deltakerne i bilene tilhører det empiriske

materialet på samme vis som små uformelle og tilfeldige treff og samtaler i byen. Mange av byens vanskeligstilte kjenner oss igjen, og vi blir introdusert til dem som ikke har vært med på ridedagene. Feltarbeid er å bruke alle sanser, og bruke egne opplevelser og erfaringer som redskap og som data (Aase & Fossåskaaret, 2014; Garcia, Eisenberg, Frerich, Lechner & Lust, 2012). Som forskere har vi hatt ulike posisjoner i feltet. TS er ridefysioterapeut, og har kledd seg i rideklær, hatt med relevant utstyr, og er kjent i hestemiljøet på begge gårdene, uavhengig av prosjektene. RA har hatt posisjonen som undrende ignorant med tanke på hest og ridning. Hun mottok opplæring fra deltagerne i ungdomsprosjektet, som noen ganger lurte henne til sin underholdning. Motsatt, var TS posisjonert som en ekspert som deltagerne kunne spørre om instruksjon og hjelp med hesten, eller spørre om kroppslige plager og utfordringer. Alle deltakere i hesteprojektene, inkludert ansatte og frivillige, vet at vi også er forskere, og alle har samtykket til deltakelse.

2.4. Empirisk materiale som kritisk dialogpartner

Det empiriske grunnlaget for denne artikkelen er basert på samhandlingsdata (gjøre noe sammen, snakke sammen, oppleve noe sammen) og sanse-data (syn, hørsel, lukt, følelse og smak). Det meste av materialet er produsert i bevegelse – gående, ridende, kjørende i bil eller vogn, eller gjennom en aktivitet. Uformelle mini-fokusgrupper (Toner, 2009) er holdt i bil eller i hestevogn, og formelle mini-fokusgrupper er holdt med de ansatte på Stuen og med bøndene. Forskernes egne opplevelser av det som skjer – aktiviteter, mat, vær, samhandling, observasjoner – er brukt for å stimulere samtaler, samt til å stadig stille spørsmål til fenomenet vi studerer: Hva er det som foregår her? Hva betyr kjønn og alder? Hva betyr samtaler og stillhet? Hvilken betydning har hestene og aktivitetene? Hvilken betydning har bøndene eller forskerne? Hva betyr sted, vær og vind? Hva er det som skaper trivsel eller mistrivsel? Hvilke type fellesskap oppstår?

Særlig fruktbare utsagn er brukt som kritisk dialogpartner for begge prosjekter (Alvesson, 2011; Alvesson & Kärreman, 2011). Fra en deltaker: “Tenk at jeg kan få ri!”. Fra en ansatt: “Så gjør de noe annet de timene”. Fra en deltaker: “Vi lærer jo noe nytt hver gang!”. Fra en deltaker: “Det er viktig at de ansvarlige bestemmer”. Fra en ansatt: “Jeg ser det er viktig at du (leder) er her”. Fra en deltaker: “Kan vi komme her som privatpersoner?”. Fra en deltaker: “Kan jeg komme tilbake med barna mine?”. Fra en deltaker: “I natt kommer jeg til å sove godt!”. Fra en ansatt: “Nye personer kommer fram”. Slike utsagn brukes for å studere det samlede materiale på langs og på tvers for å undersøke om, og på hvilke måter, HAA kan bidra til at deltakerne får tilgang til de sosiale arenaene de ønsker.

2.5. Forskerrollene

Foreliggende prosjekter er grunnet i en vitenskapstradisjon som ser mennesket som alltid allerede sosialt, og sosialt liv som situert. Det betyr at alt og

alle som er til stede eller i nærheten av et sosialt fenomen under utforskning, samtidig bidrar til å skape det som studeres. Dette gjør ikke materialet mindre interessant, det er tvert om ett premiss for samfunnsvitenskapelige studier. Kunnskapsbidrag fra forskningsprosjekter som har dette utgangspunktet kan bidra til utvikling av ny praksis eller nye behandlingsmetoder, og til utvikling av nye forskningsspørsmål som må besvares med andre typer design. Våre roller som tilretteleggere, medhjelpere og forskere har vært åpne. Forfatter TS sin kompetanse som ridefysioterapeut er aktivt brukt i planlegging av aktiviteter, og gjør at hennes observasjoner av deltakerne får en annen karakter enn forfatter RA sine observasjoner, som ikke har en profesjonstilknypning til feltet. Vi anser dette som en styrke både for deltakerne og for oss. Vårt metodiske opplegg anerkjenner forskernes erfaringer på lik linje med deltakernes, men pålegger oss å strebe mot kritisk distanse for å utfordre tidligere kunnskap. Vi utfordrer hverandre og materialet med spørsmål om hesteassisterte aktiviteter kan virke mot sin hensikt, om TS sin profesjonsbakgrunn er en ressurs eller ulempe for prosjektet, om RA sitt tidligere prosjekt kommer i veien for det nye eller bidrar til videreutvikling, og så videre.

3. Diskusjon – overraskelser og oppdagelser

Gjennomgangen av kunnskapsstatus på feltet hesteassisterte intervensjoner og aktiviteter viser at mange argumenterer for at det er noe spesielt med naturen, med dyrene og stedene, eller at det er den fysiske aktiviteten og den sosiale samhandlingen som har størst forklaringskraft. Flere peker på at det er samvariasjonen av disse faktorene som skaper mulighet for endring, bedret helse og styrket selv. Innen de psykologiske disiplinene er HAA oftest individuelle tiltak, mens det i fysioterapi oftest er gruppebasert. Felles er at begge typer tiltak er kortvarige, 1-2 timer pr gang, og at arenaen er avgrenset fra andre aktiviteter. Våre prosjekter innbefatter til dels omfattende tidsbruk med hesteaktiviteter, på arenaer der det samtidig foregår mye annet, og på gårder det kan være svært mange mennesker og dyr. Det empiriske materialet vårt vil her bli brukt til å rette fokus mot det vi ser er undertematisert i det meste som er publisert på feltet: fellesskapsdannelsens kollektive mulighetsrom, selvpresentasjoner og kroppens sentralitet.

3.1. Kroppens sentralitet

Hesteassisterte intervensjoner og aktiviteter velges for at de skal bidra til en merkbar endring for deltakerne, enten dette gjelder tilgang til skole og arbeid, bedre hverdag eller helse. Våre studier indikerer at kroppen kan være en inngangsport for å forstå hvordan personlige omstillingsprosesser stimuleres på gårdsarenaene, og bidrar til å endre mulighetsbetingelsene for sosial deltakelse.

Samværet med hestene ga positive sans- og kroppsopplevelser. Deltagere opplevde at hestene ga varme og tillot nærhet, lot seg omfavne, klappe og kjæle med. Hestenes reagerte med å bevege ører, hale, øyne eller dyttet med mulen, og ungdommene tolket tegn fra hestene som om de sa hva de aksepterte og om de satt pris på klapping, stell, mat eller tur. De unge kvinnene snakket eksplisitt om at det kunne være en overføringsverdi fra kommunikasjon med hest til samhandling med folk, mens mange av deltakerne fra Stuen viste til at hester “er som unger” eller “er som andre dyr (mennesker)”, og at derfor skjønner vi hverandre. Mikrososiologiens og kroppssosiologiens far, Erving Goffman, hentet inspirasjon fra etologien da han introduserte sosial samhandling som sosiologiens hovedfelt. Samhandling forutsetter at vi avgir tegn og tolker andres tegn, og samarbeider om å gjøre hverandre troverdige (Goffman, 1959/1990). For Goffman var forståelsen av dyrenes tegn-kommunikasjon sentral for å forstå menneskenes mikrotegn og mikro-møter (Goffman, 1972). Deltagere i recovery-studien ga uttrykk for at det var godt å kunne kommunisere med dyr når de ikke orket mennesker.

I et kultur-fenomenologisk perspektiv på omstillings- og orienteringsprosesser er kroppen og dens innlærte vaner sentralt. Mennesket betraktes som alltid allerede kroppslig situert i en sosiokulturell kontekst, og selvet som en pågående orienteringsprosess, der individuelle fortolkninger er forankret i personlige og kulturelle rammer (Agdal, 2014; Csordas, 1994). Arenaer og situasjoner som oppleves som spesielle, som hesteassisterte aktiviteter og intervensjoner, rommer da et særlig endringspotensiale. Hvilken betydning den levde kroppen har for utbytte av hesteaktiviteter er lite utforsket. Tre skandinaviske studier utgjør et unntak (Davis, Maurstad & Cowles, 2013; Duesund & Skårderud, 2003; Håkanson, Möller, Lindström & Mattsson, 2009). Duesund og Skårderud (2003) fant at kvinner med anoreksi som ble tilbudt ridefysioterapi fokuserte så mye på ridning og kommunikasjon med hesten, at de glemte den anorektiske kroppen mens de red. Håkanson et al. (2009) sin studie av ridefysioterapi til pasienter med spiseforstyrrelser, angst og langvarige funksjonsproblemer, viste positivt utbytte av terapien med tanke på kroppsbevissthet, bedret funksjon og smertedemping. Skifte av kontekst og mulighet til å glemme kroppen var sentralt i begge studier; når en kan glemme kroppen, kan kroppsoppfattelsen endres. Davis et al. (2013) studerte friske ryttere og deres følelse av samhörighet og kontakt med egne hester. Også de trekker fram opplevelsen av dyp kroppslig og følelsesmessig kontakt med hestene, og betydningen av omgivelsene.

I våre studier så vi at hesteaktivitetene økte fokus på den ridende kroppen og erfaringen av dyr og natur, samtidig med at vanskelige livssituasjoner og kroppslig ubehag ble nedtonet. All endring forutsetter at det finnes et alternativ som er troverdig, og at det finnes ressurser å mobilisere i en selv og i de fellesskap en tilhører. Mange av de voksne deltakerne snakket om hvordan ulike rusmidler ble brukt for å dempe uro, ubehag og smerter. Det var derfor interessant at ubehaget som hesteaktivitetene ga – stølhet, stivhet, slitenhet,

blåmerker etter tunge løft – ble tolket som tegn på at kroppen virket normalt, at den styrket seg selv gjennom aktivitet og slike smerteerfaringer, og ikke trengte (selv)medisinering. Hesteaktivitetene kan bidra til å skape rom for å oppdage alternative tolkninger av kroppens signaler; at økt puls ikke er angst men normal reaksjon på aktivitet, at smerter er trøtte muskler og ikke kramper på grunn av manglende søvn. En hel dag ute av byen gir mange anledninger til å dele erfaringer og oppdage ressurser i seg selv og de andre. Ridning kan utfordre, forstyrre, utvide og endre kroppserfaringer, og gi rytterne nye erfaringer med egen kropp som kan brukes som fortolkningsbakgrunn for (re-)orienteringsprosesser. Kroppens sentralitet viser dermed til dens bidrag til samhandling og kommunikasjon, og til mulighetene for endret tolking av egne kroppslige erfaringer og rus-/selvmedisineringsbehov.

3.2. Nye selvpresentasjoner

For de tre ungdommene var det viktig at praksisplassene var arbeidsplasser og ikke en fritidsaktivitet eller en belønning. Ungdommene hjalp andre på gården, enten eldre i dagaktivitetstilbud eller besøkende, slik at de kunne utføre oppgaver på samme sted. De presenterte seg etterhvert som ressurser i miljøet, som bidro til at andre fikk gode dager. En av kvinnene påpekte den store kontrasten mellom å bli overvåket og kontrollert på ungdomshjemmet, mot å få oppleve tillit og ansvar på gården, og at arbeidet hennes var viktig for flere enn henne selv. I løpet av tiden på gården endret hun seg fra å være tilstede i en tilbaketrukket form til å bli aktivt deltakende og opptatt av å snakke om sine fremtidige muligheter. De to andre hadde tilsvarende positive utviklingsprosesser, der håp og muligheter for fremtiden vokste frem samtidig som de utviklet nye ferdigheter på gården. Ungdommene tilegnet seg nye måter å presentere seg selv på, og beveget seg fra rollen som legitim perifer deltaker til medlem i et praksisfellesskap (Kvale et al., 1999). Betydningen av å være viktig for andre er sentral for endringsprosessene. Slike erfaringer forutsetter tilgang til sosiale praksiser og fellesskap.

Bevegelsen fra legitim perifer deltakelse til erfaren utøver i et praksisfellesskap kan også observeres blant de voksne. Ny arena og ny aktivitet utfordret vante selvpresentasjoner og samhandlingsmønstre. De ansatte observerte at det ble andre samtaler, annet språk, og andre referansepunkter – som familie, fritid, venner og sosiale arenaer i framtiden. De som er blitt kjent på gården hjelper de andre. Rusmiljøene kjennetegnes av lav grad av gjensidig tillit, og i mange situasjoner er det kamp om knappe midler (penger, rus, omsettelige varer). Hesteaktivitetene forutsetter at man viser hverandre og hestene tillit. Deltakerne får tips fra de erfarne, og lærer av hverandre. Ungdommene oppdaget det samme, og kunne selv sette ord på dette: Å lære å stole på andre, og sette grenser for andre (hesten), har overføringsverdi fra hestene til alminnelige sosiale situasjoner.

Deltakerne fra Stuen var stort sett menn, og de var omgitt av mange kvinner på ridedagene. De flørtet åpenlyst, kommenterte, var hjelpsomme, og

uoppfordret tok de tunge løft, inkludert å løfte TS til hesteryggen. Berøringer på tvers av kjønn var sjelden og varsomme, som en klem ved dagens slutt. Denne type kjønned omgangsform er ikke alminnelig i rushverdagen for øvrig, og ble tydelig verdsatt. Det var mye latter blant Stuens deltakere. Latter tolkes her som et retorisk uttrykk for at situasjonene og samtalene er skjøre, og at vi hjelper hverandre med å dekke over pinlige kommentarer eller situasjoner (Billig, 2005; Sudmann, 2014). Å håndtere pinlighet og skjøre relasjoner er en avansert samhandlingskompetanse (Hancock & Garner, 2011). Sosialt reparasjonsarbeid med latter krever at man presenterer seg som og anerkjennes som kompetent sosial deltaker. Mengden latter, som retorisk uttrykk, har økt fra prosjektstart og framover, og antyder at deltakerne beveger seg fra perifer til mer sentral deltakelse i praksisfellesskapet. Betydningen av kjønn for fellesskapsdannelse og selvpresentasjoner er til nå ikke utforsket nærmere.

3.3. Hesteaktiviteter som sosial praksis og situert læring

Hesteassisterte aktiviteter foregår i en sammensatt kontekst, med relasjoner mellom hester, mellom mennesker, og mellom hester og mennesker (Arluke, 2010). De fleste mennesker med rusproblemer eller langvarige psykiske problemer har erfart stigmatisering og marginalisering, og redusert tilgang til sosiale arenaer (Thesen, 2001). Flere forskere har påpekt at hestemiljøer gir mulighet for nye identitetskonstruksjoner (Lundquist Wanneberg, 2014; Ojanen, 2012). Hestene tilbyr en her-og-nå-kontekst der det er lett å lykkes med de oppgaver man blir tildelt eller selv tar tak i (Arluke, 2010). Gårdslivet åpner for ulike posisjoner i pågående sosiale praksiser, fra legitim perifer deltaker til “mester” som lærer opp nye deltakere (Kvale et al., 1999).

Hestegårder, som er en annen type arena enn en rideskole eller stall for konkurransehester, preges først og fremst av alminnelige rutiner. Det er denne alminneligheten som holder potensialet for andre samhandlingsformer og skaper situasjoner for øyeblikksomsorg og engasjement i følge Skatvedt og Schou (Skatvedt & Schou, 2010; Sudmann, 2014) – som et smil, dele en kaffe, le av noe sammen, eller gi eller få en klem. Samhandlingen på gårdene var ikke friksjonsfri, men uenighet kunne være produktiv begge steder. Små gnisninger oppsto eksempelvis rundt tildeling av hester på begge gårder. Den ene av ungdommene snakket om det å være uenig med bonden om enkelte sider ved hesteholdet som en øvelse i å stå for sine meninger og tåle uenighet. Den mest “opphetede” diskusjonen blant de voksne gjaldt navnet på en blomst. I slike situasjoner engasjerte mange av deltagerne seg i forhandlinger og ulike former for sosialt reparasjonsarbeid (blant annet mye latter) for å dempe konflikter, noe de felles aktivitetene var avhengig av. Frank (2004) argumenter for at det er generøsitet og gjestfrihet som gjør tilheling og endring mulig. Skatvedt og Schou (2010) og Frank (2004) viser her at de aktuelle situasjoner rommer potensialer for utvikling og overføring til andre steder og tider.

Gjennom deltakelse i ulike sosiale fellesskap kan enkeltpersoner tilegne seg nye erfaringer og ferdigheter i selvpresentasjon, samhandling og kollektiv ressursmobilisering. For mennesker som har eller har gjennomlevd krevende livssituasjoner kan tilgang til kollektive ressurser være begrenset. HAA tilbyr en hverdagsarena som gir alle muligheter til styrking av eget selv – gjennom motspill og samspill med sted, personer og dyr. Konflikter og uenigheter er nødvendige og produktive på samme vis som konsensus og harmoni (Sudmann & Henriksbø, 2011).

3.4. Hesteassistert rusbehandling og overføringsverdi til andre arenaer

Ridedagene for de voksne skapte resonans på mange måter. De skapte andre samtaler på forhånd og i ettertid, der spesielle opplevelser ble gjenfortalt mange ganger: om magisk vintervær, den ansatte som ble redd, gitarspill på hesteryggen og hvem som løftet hvem opp på hesten. Samtalene skapte kontinuitet fra tidligere liv, gjennom prosjektperioden, til ønsker om å kunne ta arenaen i bruk på egenhånd i fremtiden. Noen sa: “Tenk at *jeg* kan få ri!” selv om de ikke deltok, og de som red sa “Det gjorde godt på mange plan.” Det å kunne si “nei takk” til tilbudet men vite om muligheten og at man kunne bli spurt på nytt, var viktig for andre. I denne sammenhengen kan det å spørre bli tolket som en positiv forventning om at den det gjelder har beslutningskompetanse, og å spørre på nytt er en hverdagslig samhandlingsform. Det er et tegn på å bli regnet med som en “av oss” om man blir spurt flere ganger. Som en av de ansatte sa: “Arbeidet her er langdistanseløp, endringer kan ta veldig mange år.”

Rusbehandling er et sammensatt felt, og intervensjoner med hest er med nødvendighet komplekse rent materielt, sosialt og kulturelt. Hesteassisterte intervensjoner på gård må involvere endring av kontekst for klienter/pasienter. Det vil være andre personer som ellers ikke er i rusbehandlingsfeltet, den institusjonelle pasient/klientrollen er mindre relevant, og det vil være natur og dyr på andre måter enn en institusjonell behandlingskontekst. Ikke minst, så er hesteassisterte aktiviteter i den form vi har beskrevet svært ulikt individuell samtaleterapi eller farmakologisk behandling. Mange studier viser at slike sammensatte rike miljøer kan stimulere til at flere opplever trivsel og styrking av eget selv (Fisher, 2008; Hassink, Elings, Zweekhorst, van den Nieuwenhuizen & Smit, 2010; Maas, Van Dillen, Verheij & Groenewegen, 2009). Den kollektive dimensjonen er en nødvendig betingelse for erfaringsutveksling, læring, utvikling av kritisk bevissthet og personlige endringsprosesser (Bracht, Kingsbury & Rissel, 1999; Sudmann & Henriksbø, 2011). Forskning på personlige omstillingsprosesser eller recovery viser at sentrale dimensjoner er opplevelse av sammenheng, håp og optimisme for fremtiden, identitet, mening i livet og empowerment (Csordas, 1994; Leamy, Bird, Le Boutillier, Williams & Slade, 2011; Slade, Williams, Bird, Leamy & Le Boutillier, 2012). Velferdstjenester på gård og sosial samhandling gir individuell og kollektiv empowerment, og nærer håp. Gjennom samhandling

og dialog kan kritisk bevissthet og håp vokse fram, og nye ressurser mobiliseres (Bracht et al., 1999; Hassink et al., 2010; Kaltoft et al., 2009; Sudmann & Henriksbø, 2011).

4. Konklusjon

I denne artikkelen har vi presentert to hypotese generende samfunnsvitenskapelige studier. Vi har diskutert på hvilke måter hesteassisterte aktiviteter (HAA) på gård for personer med rusrelaterte problemer kan påvirke og endre mulighetsbetingelsene for sosial deltakelse på arenaer der de har hatt redusert tilgang; som familie, fritid, skole og arbeid. Reanalyse av de arbeidsrettete HAA viste at ungdommene skapte et situert fellesskap rundt hestene som bidro til utvikling av nye selvpresentasjoner og samhandlingspraksiser. Vi har beskrevet hvordan aktiviteter med hest skaper praksisfellesskap, som er mer enn arbeidsfellesskap. Fellesskapet rundt hestene motiverte til å utvikle nye ferdigheter, og muligheter til å hjelpe andre, og framstå som ressurser i gårdsmiljøet, noe som ga selvstyrking, håp og mot til å planlegge framtiden. De pågående HAA for voksne i aktiv rus, legger til rette for nye fellesskap, nye kroppslige erfaringer og mulighet for kollektiv ressursmobilisering. De voksne deltakerne presenterer seg annerledes for oss og hverandre på gården enn i byen, og viser omsorg og interesse for hverandres læring og trivsel.

Analyse av det samlede empiriske materialet viser betydningen av situerte fellesskap, selvpresentasjoner og kroppens sentralitet ved hesteassisterte aktiviteter. Noen sentrale betingelser for at deltakerne skal erfare aktivitetene som meningsfulle og nødvendige er at deltakerne blir vist tillit, har progresjon i læring, og at ledere viser gjestfrihet og har en legitim autorativ posisjon. Tilgang til denne type praksisfellesskap åpner for personlig endring: "Når den enkelte kan merke, at dagen i dag er en lille bitte smule bedre end i går, så er man på vej videre" (Kaltoft et al., 2009, p. 92).

Hestegårdene åpner noen kollektive mulighetsrom som er vanskelig tilgjengelig andre steder. Deltakerne får anledning til å presentere seg selv på andre måter, inngå i andre typer relasjoner, og erfare egen kropp på uvante måter. Gårdene tar for gitt at alle hjelper til og hjelper hverandre, og at alle samarbeider for å gjøre hverandre gode. Aktiviteter med og rundt hest er forebyggende sunnhetsarbeid, både fysisk og sosialt, og stimulerer personlige endringsprosesser. Gården blir et sted for her-og-nå orientering, men samtidig en sted der deltakerne reflekterer over tid, og skaper kontinuitet fra fortid til framtid.

Heller enn å beskrive individuelle recoveryprosesser, peker vi på hvordan hesteaktiviteter gir mulighet til å bevege seg fra en posisjon der man bare er tilstede, til en posisjon der man deltar i en praksis, og endrer seg i løpet av prosessene. De som deltar bidrar til hverandres endringsbetingelser, og bru-

ker hverandres ressurser til å videreutvikle egen deltakerkompetanse og sosialitet, samt utvikle interesse og omsorg for hverandre. Disse ferdighetene og erfaringene kan tas i bruk på andre sosiale arenaer. Den kollektive dimensjonen skaper betingelser for individuelle recoveryprosesser, der de kollektive dimensjonene er mer enn et resultat av individuelle recoveryprosesser. Nye teoretiske innfallsvinkler til sosialitet og praksisfellesskap kan gi verdifulle bidrag til rusbehandling.

Videre samfunnsvitenskapelig forskning bør utforske på hvilke måter de ulike iscenesettelsene av kjønn bidrar til fellesskapsdannelsen, og mer konkret hvordan bruk av rusmidler påvirkes av deltakelse i HAA-prosjekter. Det er videre interessant å prøve ut mer systematiske og validerte kroppssøkelser med tanke på endringer i smerter, bevegelighet, respirasjon og spenningsnivå (Kvåle, Skouen & Ljunggren, 2005).

REFERENCER

- Aase, T. H., & Fossåskaret, E. (2014). *Skapte virkeligheter: Om produksjon og tolkning av kvalitative data* (2nd ed.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Agdal, R. (2014). *Energy healing for cancer patients in a pragmatic trial. An anthropological study of healing as self-processes* (PhD dissertation). Institute of Public Health, University of Southern Denmark.
- Alvesson, M. (2011). *Interpreting interviews*. London: Sage.
- Alvesson, M., & Kärreman, D. (2011). *Qualitative research and theory development. Mystery as method*. London: Sage.
- Arbeids- og inkluderingsdepartementet. (2007). *Nasjonal strategiplan for arbeid og psykisk helse: strategiplan 2007-2012*. Oslo: Departementenes Servicesenter.
- Arluke, A. (2010). Animal-assisted activity as a social experience. In A. H. Fine (Ed.), *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice* (3rd ed., pp. 401-420). New York: Elsevier.
- Barton, J., Griffin, M., & Pretty, J. (2012). Exercise-, nature- and socially interactive-based initiatives improve mood and self-esteem in the clinical population. *Perspectives in Public Health*, 132(2), 89-96.
- Billig, M. (2005). *Laughter and ridicule. Towards a social critique of humour*. London: Sage.
- Bracht, N. F., Kingsbury, L., & Rissel, C. (1999). A five-stage community organization model for health promotion. Empowerment and partnership strategies. In N. F. Bracht (Ed.), *Health promotion at the community level: New advances* (pp. 83-117). Thousand Oaks, California: Sage Publications.
- Conradson, D. (2005). Landscape, care and the relational self: Therapeutic encounters in rural England. *Health & Place*, 11(4), 337-348.
- Csordas, T. J. (Ed.). (1994). *Embodiment and experience: The existential ground of culture and self* (Vol. 2). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Davis, D., Maurstad, A., & Cowles, S. (2013). "Riding up forested mountain sides, in wide open spaces, and with walls": Developing an ecology of horse-human relationships. *Humanimalia – A journal of Human/Animal Interface*, 4(2 Spring). Hentet fra: http://www.depauw.edu/humanimalia/issue_08/pdfs/davis_et_al.pdf

- Duesund, L., & Skårderud, F. (2003). Use the body and forget the body: Treating anorexia nervosa with adapted physical activity. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 8(1), 53-72.
- Fisher, P. (2008). Wellbeing and empowerment: The importance of recognition. *Sociology of Health & Illness*, 30(4), 583-598.
- Frank, A. W. (2004). *The renewal of generosity: Illness, medicine, and how to live*. Chicago: University of Chicago Press.
- Garcia, C. M., Eisenberg, M. E., Frerich, E. A., Lechner, K. E., & Lust, K. (2012). Conducting go-along interviews to understand context and promote health. *Qualitative Health Research*, 22(10), 1395-1403.
- Goffman, E. (1959/1990). *The presentation of self in everyday life*. London: Penguin.
- Goffman, E. (1972). *Encounters. Two studies in the sociology of interaction*. Harmondsworth: Penguin.
- Håkanson, M., Möller, M., Lindström, I., & Mattsson, B. (2009). The horse as the healer – A study of riding in patients with back pain. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 13(1), 43-52.
- Hancock, B. H., & Garner, R. (2011). Towards a philosophy of containment: Reading Goffman in the 21st century. *The American Sociologist*, 42(4), 316-340. doi: 10.1007/s12108-011-9132-3
- Hartig, T., Mitchell, R., De Vries, S., & Frumkin, H. (2014). Nature and health. *Annual Review of Public Health*, 35, 207-228. doi: 10.1146/annurev-publhealth-032013-182443
- Hassink, J., Elings, M., Zweekhorst, M., van den Nieuwenhuizen, N., & Smit, A. (2010). Care farms in the Netherlands: Attractive empowerment-oriented and strengths-based practices in the community. *Health & Place*, 16(3), 423-430. doi: 10.1016/j.healthplace.2009.10.016
- Haubenhofner, D. K., Elings, M., Hassink, J., & Hine, R. E. (2010). The development of green care in Western European countries. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 6(2), 106-111.
- Høgskolen i Hedmark. (2010-14). *ROGCS – Recovery Oriented Green Care Services*. Hentet fra <http://www.hihm.no/prosjektsider/rogcs/rogcs> august 2014.
- Kaltoft, C., Korff, U., Steen Olsen, S., & Svendsen, S. (Eds.). (2009). *De små skridts metode*. Fredericia: Landsforeningen af VæreSteder.
- Kogstad, R. E., Agdal, R., & Hopfenbeck, M. S. (2014). Narratives of natural recovery: Youth experience of social inclusion through Green Care. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 11(6), 6052-6068. doi: 10.3390/ijerph110606052#sthash.2bAS9TKi.dpuf
- Kommunal- og regionaldepartementet, & Landbruks- og matdepartementet. (2013). *Handlingsplan Inn på tunet 2013-2017*. Oslo: Departementenes Servicesenter.
- Kvåle, A., Skouen, J. S., & Ljunggren, A. E. (2005). Sensitivity to change and responsiveness of the Global Physiotherapy Examination (GPE-52) in patients with long-lasting musculoskeletal pain. *Physical Therapy*, 85(8), 712-726.
- Kvale, S., Nielsen, K., Bureid, G., & Jensen, K. (1999). *Mesterlære: Læring som sosial praksis*. Oslo: Ad Notam Gyldendal.
- Leamy, M., Bird, V., Le Boutillier, C., Williams, J., & Slade, M. (2011). Conceptual framework for personal recovery in mental health: Systematic review and narrative synthesis. *The British Journal of Psychiatry*, 199(6), 445-452.
- Long, N. J., & Moore, H. L. (2013). *Sociality: New directions*. New York: Berghahn.
- Lundquist Wanneberg, P. (2014). Disability, riding, and identity: A qualitative study on the influence of riding on the identity construction of people with disabilities. *International Journal of Disability, Development and Education*, 61(1), 67-79.

- Maas, J., Van Dillen, S. M. E., Verheij, R. A., & Groenewegen, P. P. (2009). Social contacts as a possible mechanism behind the relation between green space and health. *Health & Place, 15*(2), 586-595.
- Ojanen, K. (2012). "You became someone". Social hierarchies in girls' communities at riding stables. *Young, 20*(2), 137-156.
- Skatvedt, A., & Schou, K. C. (2010). The potential of the commonplace: A sociological study of emotions, identity and therapeutic change. *Public Health Research in Norway: Selected Topics, 38*(Suppl. 5), 81-87.
- Slade, M., Williams, J., Bird, V., Leamy, M., & Le Boutillier, C. (2012). Recovery grows up. *Journal of Mental Health, 21*(2), 99-103.
- Sudmann, T. T. (2014). Latter, omsorg og engasjement. In H. Alvsvåg, O. Førland, & F. F. Jacobsen (Eds.), *Rom for omsorg?* (pp. 163-178). Bergen: Fagbokforlaget.
- Sudmann, T. T., & Henriksbø, K. (2011). Kollektiv handling skaper endring. *Fontene* (12), 50-56.
- Thesen, J. (2001). Being a psychiatric patient in the community – Reclassified as the stigmatized "other". *Scandinavian Journal of Public Health, 29*(4), 248-255.
- Toner, J. (2009). Small is not too small. Reflections concerning the validity of very small focus groups (VSFGs). *Qualitative Social Work, 8*(2), 179-192.