



**Sveriges lantbruksuniversitet**  
**Fakulteten för Veterinärmedicin och husdjursvetenskap**  
**Hippologenheten**

**Seminariekurs i hästens biologi, 5 hp**

**2017**

**Hästerapi som habilitering för barn med diagnosen  
autisms**

*Elinor Artursson*

**Strömsholm**

**HANDLEDARE:**

*Sanne Nilimaa, Strömsholm*

---

Seminariekurs i hästens biologi (HO0084) är en obligatorisk del i hippologutbildningen och syftar till att ge de studerande grundläggande träning i att självständigt och på ett vetenskapligt sätt kunna analysera och relatera olika värden, samt redogöra för uppgift skriftligt och muntligt. Föreliggande arbete är således ett studentarbete på A-nivå och dess innehåll, resultat och slutsatser bör bedömas mot denna bakgrund.

# INNEHÅLL

|  |   |
|--|---|
| REFERAT .....                                  | 2 |
| INLEDNING .....                                | 2 |
| Problem .....                                  | 3 |
| Syfte .....                                    | 3 |
| Frågeställning .....                           | 3 |
| TEORIAVSNITT .....                             | 3 |
| Autism .....                                   | 3 |
| Hästerapi .....                                | 3 |
| LITTERATURSTUDIE .....                         | 4 |
| Hästerapins påverkan på kommunikation .....    | 4 |
| Hästerapins påverkan på problembeteenden ..... | 5 |
| DISKUSSION .....                               | 6 |
| Kommunikation.....                             | 6 |
| Problembeteende .....                          | 7 |
| Slutsats .....                                 | 8 |
| REFERENSER.....                                | 8 |
| Litteratur.....                                | 8 |

## REFERAT

Hästerterapi är en terapiform som är känd sedan århundraden tillbaka. Terapiformen används för såväl psykiska som fysiska diagnoser. Hästerterapi som terapiform för barn med diagnosen autism är ett relativt outforskat område. Syftet med studien var att ta reda på hur barn med autism påverkas av hästerterapi. I studien användes kommunikation och problembeteende som bedömningsområden. Studiens frågeställning var hur hästerterapi påverkar barn med autism med fokus på kommunikation och problembeteende. För att svara på studiens frågeställning användes fem stycken vetenskapliga artiklar i ämnet.

Studierna i de vetenskapliga artiklarna visade på varierande resultat gällande hästerterapiens effekt på autistiska barns kommunikationsförmåga. En av studierna visade på att en förändring observerades på barnens förmåga till kommunikation i samband med hästerterapi. Barnens emotionella och sociala förmåga visade på förbättring efter att de deltagit i hästerterapi. Förmågan att visa respons på kontaktförsök visade på en positiv förändring. En annan av studierna visade inte någon förbättring på kommunikationen hos barn med autism kopplat till hästerterapi. Hästerterapiens inverkan på kommunikationen hos barn med diagnosen autism ansågs liten till obefintlig. Studierna om hästerterapiens påverkan på problembeteende hos barn med diagnosen autism visade på en liknande variation av resultat. Ett par av studierna visade på positiva förändringar för hästerterapi som terapiform för problembeteende hos barn med diagnosen autism. Barnen upplevdes som lugnare med färre utbrott och föräldrarna till barnen upplevde sitt barn som tryggare i nya situationer. Andra studier visade inte på någon skillnad i problembeteende kopplat till hästerterapi, barnens problembeteende ansågs oförändrat.

Slutsatsen av studien visade att hästerterapi kan leda till en förbättring i kommunikation hos barn med diagnosen autism. Hästerterapi kan bidra till en positiv förändring på problembeteende hos barn med diagnosen autism.

*Nyckelord:* barn, kommunikation, problembeteende

## INLEDNING

Hästerterapi är sedan länge en känd terapiform i den europeiska historien och har använts av terapeuter i behandling av diagnoser som påverkat såväl psyket som fysiken (Burch 1995; Lanning et al. 2014).

Autism är en neuropsykiatrisk diagnos, där diagnostiseringen delas upp i två bedömningsområden. Bedömningsområdena är kommunikation och problembeteende. I bedömningsområdet kommunikation räknas begränsningar i socialt samspel, tal och tolkning av kroppsspråk in. I bedömningsområdet problembeteende räknas olika stereotypa beteenden in. För att diagnosen autism ska kunna fastställas ska barnet ha uppvisat beteenden inom båda bedömningsområdena före tre års ålder. I symptom för diagnosen autism återfinns bland annat svårigheter med att tala. Språkmelodin är ofta entonig och det saknas förståelse för de djupare meningarna i språket. Kommunikationen med andra försvåras inte bara av svårigheter med talet utan även av en svårighet med att tolka och förstå ansiktsuttryck, blickar och gester. Stereotypa beteenden som fungerar som lugnande är vanligt förekommande. Exempel på stereotypa beteenden kan vara komplicerade rörelser med händerna, vaggande med kroppen eller upprepade grimaser. (Lopata et al. 2007)

En person med diagnosen autism är i behov av en väl uppbyggd rutin i vardagen och förändringar i detta kan utlösa problembeteenden. En stallmiljö är uppbyggd kring struktur

och rutiner, något som är viktiga faktorer för en person med diagnosen autism. Hästterapi innebär således terapi i en miljö som redan är anpassad för en person med diagnosen autism. (Lopata et al. 2007; Ward et al. 2013)

Fallstudier visar på att hästterapi kan ha en positiv inverkan hos barn med autism, bland annat inom områden såsom kommunikation, förmåga till empati och respons på olika sinnesintryck (Ward et al. 2013).

## **Problem**

Hästterapi är sedan århundraden tillbaka en känd terapiform för såväl psykiska som fysiska diagnoser. Diagnosen autism är en funktionsnedsättning som det i dagsläget inte finns någon optimal terapiform för. Hästterapi som terapiform för barn med autism är ännu ett relativt outforskat område.

## **Syfte**

Syftet med studien är att ta reda på hur hästterapi påverkar barn med autism med fokus på bedömningsområdena kommunikation och problembeteende.

## **Frågeställning**

Hur påverkar hästterapi barn med autism med fokus på kommunikation?

Hur påverkar hästterapi barn med autism med fokus på problembeteende?

## **TEORIAVSNITT**

### **Autism**

För att ett barn ska få diagnosen autism behöver ett antal diagnoskriterier vara uppfyllda. Det finns ett flertal olika diagnosmanualer där diagnoskriterierna finns beskrivna. DSM-IV-TR är ett exempel på en diagnosmanual för autism. (Worley & Matson 2012)

Enligt en studie av Johansson (2011) har forskning ännu inte helt kunnat påvisa anamnesen för autism. En funktionsnedsättning i hjärnan tros påverka hur personen med diagnosen uppfattar, tolkar och bearbetar intryck från sin omvärld. Bland annat innebär detta en svårighet med att sätta sig in i andra människors tankar och känslor. Personer med diagnosen autism fokuserar på detaljer istället för att se helheter, något som gör att omvärlden kan bli svår att förstå. Studien visar på en teori att autism påverkar de funktioner som styrs av hjärnans främre del. Detta innebär att hjärnan får svårare att koppla och skicka signaler. En störning i hjärnans främre del innebär att personer med diagnosen autism har svårt att planera, styra sina impulser och koncentrera sig.

### **Hästterapi**

I en studie av Weber & Westmoquette (2010) förklaras begreppet hästterapi. Hästterapi innebär terapi med hästen som hjälpmedel. Hästterapi används både vid psykiska och fysiska

problem. Terapimetoden delas ofta in i tre olika delar, vilka kan användas separat eller läggas ihop i terapisesionen.

1) *Hippotherapy*- refererar till fysioterapeutiskt terapi där hästens rörelser används för att förbättra patientens neuromuskulära funktion.

2) *Horseback Riding Therapy*- rehabilitering, målet med denna typ av terapi kan vara att förbättra det fysiska, psykiska och/ eller den sociala förmågan hos patienten.

3) *Recreational Riding*- ridningen används som metod för att höja livskvalitén hos patienten genom fysisk och emotionell stimulans.

Hästerterapi används ofta som ett övergripande ord för dessa tre olika delar. Förutom ridning kan även andra stallysningar ingå, såsom visitering, sadling, och övrigt stallarbete.

Enligt Weber & Westmoquette (2010) kan hästen bidra med en frihet som inte alltid finns då patienten lever med en funktionsnedsättning. Detta kan i sin tur leda till en känsla av ökad livskvalité. Patienten får även möjlighet att socialisera sig med instruktör, ryttare och hästar i en stimulerande miljö.

## LITTERATURSTUDIE

### Hästerterapiens påverkan på kommunikation

Som kommunikation räknas all form av eget initiativ från barnen att tala eller använda teckenspråk. I bedömningsområdet kommunikation räknas även barnens förmåga till respons på kommunikation. (Jenkins & DiGennaro Reed 2013)

I en studie av Jenkins & DiGennaro Reed (2013) deltog sju barn med diagnosen autism. Barnen var sex till fjorton år gamla. Studien bestod av en försöksgrupp som deltog i hästerterapi och en kontrollgrupp som inte deltog i någon hästerterapi. Data samlades in genom att barnen i försöksgruppen filmades i tio minuter vid olika stationer. Stationerna bestod av hästerterapi, fruktstund, lekstund och vistelse i hemmet. Barnen i kontrollgruppen filmades vid de stationer som inte innehöll hästerterapi. Totalt samlades 40 minuter film in per tillfälle för barnen i försöksgruppen och 30 min film per tillfälle för barnen i kontrollgruppen. Vid hästerterapi assisterades barnen av en instruktör, en ledare och två stycken sidförare. Resultatet i studien visar på en viss skillnad på barnens förmåga till att använda sig av sitt kroppsspråk. I övrigt kunde ingen skillnad på barnens förmåga till kommunikation kopplad till hästerterapi ses, varken under de aktiviteter man genomförde på ridcentret eller under hembesöken som gjordes. Föräldrar till vissa av barnen i studien rapporterade att de upplevde en skillnad i sitt barns tal. Då detta inte förekom under den tid data samlades in till studien togs inte föräldrarnas rapporter med i resultatet för studien, det ansågs dock värt att nämnas. Slutsatsen visade på att hästerterapi medför en liten till obefintlig förändring gällande autistiska barns förmåga till kommunikation.

I en annan studie av Lanning et al. (2014) deltog 25 barn med diagnosen autism i en tolv veckor lång studie. Barnen delades in i en försöksgrupp och en kontrollgrupp. Försöksgruppen deltog i hästerterapi. Barnen som ingick i kontrollgruppen deltog i terapi utan häst. Terapi som kontrollgruppen deltog i leddes av studenter som studerade psykologi. Data samlades in genom enkäter som de deltagande barnens föräldrar svarade på. Vid hästerterapi assisterades barnen av en instruktör, en ledare och två sidförare. Både kontrollgruppen och försöksgruppen deltog i en terapisesion i veckan där varje tillfälle varade i 60 minuter.

Terapisessionerna anpassades individuellt efter barnens behov vid såväl hästterapi som terapin som genomfördes utan häst. Efter avslutad hästterapi kunde en förbättring i barnens förmåga att visa respons på kontaktförsök ses. En utveckling gällande barnens auditiva och visuella förmåga kunde också ses. En förbättring kunde även ses på barnens emotionella och sociala förmåga. Resultatet från studien visade på en förbättring gällande barnens förmåga till kommunikation i samband med hästterapi. Slutsatsen av studien visade på att barn med autism som deltar i hästterapi har en hög sannolikhet att visa på förbättringar i kommunikation efter avslutad terapi.

## **Hästterapiens påverkan på problembeteenden**

Definitionen av problembeteenden innefattar allt olämpligt beteende till exempel aggressivitet, förstörelse av föremål, och stereotypa beteenden (Jenkins & DiGennaro Reed 2013).

I en studie av Jenkins & DiGennaro Reed (2013) deltog sju barn i hästterapi. Data samlades in genom att barnen i studien filmades under hästterapi och i hemmet. Utifrån de tio minuter långa filmsekvenserna som spelades in mättes hur frekvent barnen visade någon form av problembeteende. Utöver försöksgruppen ingick även en kontrollgrupp i studien. Resultatet från studien visade att det inte gick att se någon märkbar skillnad mellan försöksgruppen och kontrollgruppen. Slutsatsen av studien visade att hästterapi inte har någon påverkan på problembeteende hos barn med autism.

Liknande resultat dokumenterades i en studie av Ward et al. (2013) genomförd med 21 barn med diagnosen autism. Barnen var sex till elva år gamla. Studien varade under 30 veckor. Hästterapi leddes av en instruktör och barnen assisterades av en ledare och två sidförare. Nivån på hästterapi anpassades efter varje barns behov. Terapisessionerna varade mellan 40-50 minuter per gång. Data samlades in genom enkätsvar från barnens lärare i skolan. Resultatet från studien visade en skillnad gällande det sammanlagda autismindexet, vilket innebar att barnen minskade sina drag av autism efter genomförd hästterapi. Barnens problembeteende som enskild komponent var inte bland de egenskaper som uppnådde en nämnvärd skillnad i studien. Slutsatsen från studien visade att hästterapi inte har någon påverkan på problembeteende hos barn med autism.

I Spanien genomfördes en studie av García-Gómez et al. (2014) med 16 barn i åldrarna sju till fjorton år. Barnen som alla var diagnostiserade med autism fördelades i en försöksgrupp och en kontrollgrupp. Kontrollgruppen deltog inte i någon terapi. Barnen i försöksgruppen red i grupper om fyra. Varje terapisession varade 45 minuter och genomfördes två gånger per vecka. I sessionerna ingick förberedelser inför ridning samt ridlektion. Barnen assisterades av en instruktör och hästterapi anpassades efter barnens individuella behov. Data samlades in genom att föräldrar och lärare till barnen fyllde i enkäter före och efter avslutad studie. Slutsatsen av studien visade på en förändring i barnens problembeteende. Barnen i försöksgruppen upplevdes som lugnare med färre raseriutbrott under och efter avslutad studie.

Data från en studie genomförd i USA av Lanning et al. (2014) visade att föräldrar till barn som genomgått hästterapi upplevde en positiv förändring på sitt barns beteende efter avslutad studie. Resultatet från studien visade på ett minskat problembeteende efter avslutad hästterapi. Resultatet visade även på att barnens självförtroende och självkänsla förbättrades av terapiformen. Slutsatsen från studien visade på att barnens beteende kan förbättras genom hästterapi.

I Iran genomfördes en studie av Ghorban et al. (2013) där sex barn deltog. Barnen var sex till tolv år gamla. Barnen deltog i två terapisesessioner i veckan under en månads tid. Utöver en instruktör assisterades barnen av sina föräldrar och lärare. Data samlades in genom enkäter till barnens föräldrar innan studien påbörjades och efter studien avslutades. Resultatet från studien visade på att barnen var tryggare i nya situationer efter att de deltagit i hästterapi. Barnen reagerade även lugnare på ny stimuli. Studiens slutsats visade att hästterapi kan ha en positiv inverkan på problembeteende hos barn med diagnosen autism.

## **DISKUSSION**

### **Kommunikation**

I studien av Jenkins & DiGennaro Reed (2013) visade resultatet att hästterapi gav en liten till obetydlig förändring i de autistiska barnens förmåga till kommunikation. I studien av Lannings et al. (2014) visade istället resultatet från studien att barn med autism som deltar i hästterapi har en hög sannolikhet att förbättra sin förmåga till kommunikation med hjälp av terapiformen. Gemensamt för de bägge studierna var att barnen delades in i en försöksgrupp och en kontrollgrupp. Försöksgruppen deltog i hästterapi under ledning av en instruktör och med assistans från en ledare och två sidförare. Barnen i kontrollgruppen deltog i terapi utan häst under studiens gång. I en jämförelse mellan studierna finns utöver likheter även skillnader i studiernas material och metod. Något som skiljer sig mellan studierna är antalet deltagande barn. I Jenkins & DiGennaro Reeds (2013) studie deltog sju barn och de upplevde ingen skillnad i kommunikation hos barnen med autism. I studien av Lanning et al. (2014) deltog 25 barn och studien visade på att hästterapi har en positiv inverkan på kommunikationen hos barn med autism. Skillnaden i antalet deltagande barn i studien kan ha påverkat resultatet. En studie med fler deltagare har ett bredare underlag. Antalet deltagande barn i studierna kan ha bidragit till de olika slutsatserna från studierna. Metoden som användes för att samla in data är också något som skiljer studierna åt. I Jenkins & DiGennaro Reeds (2013) studie samlades data in genom filminspelningar. Barnen filmades vid olika stationer. Försöksgruppen på fyra stationer och kontrollgruppen på tre då de barnen inte deltog i hästterapi. Totalt filmades barnen 40 minuter per terapitillfälle. Att använda filminspelning som metod för datainsamling innebär att varje sekvens kan ses flera gånger. Det ger en möjlighet att gå tillbaka och granska varje terapitillfälle i detalj. I Jenkins & DiGennaro Reeds (2013) studie filmades barnen 40 minuter, vilket innebär en begränsning av tid barnen observerades. Föräldrar i studien upplevde en förbättring i sitt barns tal under studiens gång, men eftersom barnen inte visade detta under filminspelningarna kunde det inte tas med i studiens resultat. Filminspelning som metod för insamling av data kan ha påverkat resultatet i studien. I studien av Lanning et al. (2014) uppmärksammades en positiv förändring i barnens kommunikation. Som metod för insamling av data användes enkäter. Enkäterna fylldes i av de deltagande barnens föräldrar. Svaren i enkäterna utgår från föräldrarnas bedömning av sitt barns utveckling i samband med hästterapi. Bedömningen kan till exempel ha påverkats av föräldrarnas inställning till hästterapi. Detta kan jämföras med datainsamling genom filminspelning där varje sekvens kan ses flera gånger, vilket kan minska risken för subjektiv bedömning.

## Problembeteende

I studien av Jenkins & DiGennaro Reed (2013) framgår av slutsatsen att hästterapi inte gav någon förbättring av problembeteende hos barn med diagnosen autism. Slutsatsen i studien av Ward et al. (2013) visade inte heller på någon förbättring av problembeteende. Studierna genomfördes med olika metoder att samla in data. I Jenkins & DiGennaro Reeds (2013) studie användes filminspelning för insamlande av data. I studien av Ward et al. (2013) användes enkäter som fylldes i av barnens lärare i skolan. Trots olika metoder att samla in data kom studierna fram till samma slutsats. I Jenkins & DiGennaro Reeds (2013) studie deltog sju barn uppdelade i kontrollgrupp och försöksgrupp. Det kan konstateras att studien är liten med ett begränsat antal barn som deltog. I studien av Ward et al. (2013) deltog 21 barn. I studien fanns ingen kontrollgrupp av barn vilket kan ha påverkat resultatet av studien. Slutsatsen i tre av studierna visade på att hästterapi gav en positiv förändring på problembeteende hos barn med autism (Ghorban et al. 2013; Garcia-Gomez et al. 2014; Lanning et al. 2013). I studierna användes enkäter som metod för insamling av data. Enkäterna fylldes i av personer som kände barnen sedan tidigare, exempelvis lärare i skolan och barnens föräldrar. Resultatet kan ha påverkats av metodvalet. Närstående till barnen gör en subjektiv bedömning av barnets problembeteende och om en förändring skett. En likhet i studierna av Ghorban et al. (2013) och Garcia-Gomez et al. (2014) är att de deltagande barnen i studien deltog i ridterapi två gånger i veckan, något som kan ha påverkat resultatet i studierna. Två hästterapitillfällen i veckan innebar ett tätare intervall mellan terapitillfällena för de deltagande barnen. I studien av Lanning et al. (2013) deltog barnen i hästterapi en gång i veckan. Slutsatsen i studien visade dock på samma resultat som när barnen deltog i två tillfällen i veckan vilket kan visa på att mängden hästterapi inte har ett samband med förbättringen av problembeteende hos barn med diagnosen autism. Antalet deltagande barn skiljde sig åt mellan studierna. I studien av Lanning et al. (2013) deltog 25 barn, i studien av Garcia-Gomez et al. (2014) deltog 16 barn och i studien av Ghorban et al. (2013) deltog sex barn. Antalet deltagande barn tycks inte ha påverkat resultatet. Trots ett högre antal deltagande barn i studierna av Lanning et al. (2013) och Garcia-Gomez et al. (2014) kan studierna fortfarande anses vara begränsade. Ett större antal deltagande barn hade gett mer data att utgå från. En likhet mellan studien av Lanning et al. (2013) och studien av Garcia Gomez et al. (2014) är att hästterapi individanpassades efter varje barns behov. Att individanpassa i en studie kan utgöra en svårighet i att likvärdigt bedöma och jämföra deltagarnas förändring i problembeteende från studiens start till studiens slut vilket kan ha påverkat resultatet.

Vid en generalisering av svaren i studiens två frågeställningar kan en gemensam nämnare ses för de studier där en positiv förändring på barnens kommunikation och problembeteende observerats. Den gemensamma nämnaren är att data samlades in genom att barnens föräldrar besvarade enkäter. Enkätsvaren kan ha påverkats av subjektiva åsikter hos föräldrarna. Det finns en möjlighet att föräldrarna i studierna själva var positiva till hästterapi och svarade på enkäterna därefter. I Jenkins och DiGennaro Reeds (2013) studie kunde ingen förbättring gällande varken kommunikation eller problembeteende ses. Data till studien samlades in med hjälp av filminspelning. En filminspelning kan innebära en objektivare bedömning, vilket kan ha gett resultatet att ingen förbättring observerades.

Vid fortsatta studier av hur ridterapi påverkar barn med diagnosen autism hade det varit intressant att se studier med fler deltagare. Det hade även varit intressant att se studier som pågick över längre tid än ovan nämnda studier. Fler deltagare och studier över längre tid skulle öka möjligheten att generalisera resultatet. Önskvärt hade också varit en studie där data



samlades in både genom filminspelning och genom enkätsvar. Detta för att få in både en objektiv och en känslomässig aspekt i resultatet.

## Slutsats

Slutsatsen av studien visar att hästterapi kan leda till en förbättring i kommunikation hos barn med diagnosen autism. Hästterapi kan bidra till en positiv förändring på problembeteende hos barn med diagnosen autism.

## REFERENSER

### Litteratur

Burch, M.R. (1995). *Volunteering with your pet: How to get started in AAT with any kind of pet*. New York: Howell House.

García-Gómez, A., López Risco, M., Carlos Rubio, J.C., Guerrero, E. & García Peña, I.M. (2014). Effects of a Program of Adapted Therapeutic Horse-riding in a Group of Autism Spectrum Disorder Children. *Electronic Journal of research in Educational Psychology*, vol. 32, ss. 107-128.

Ghorban, H., Dehnavi Sedigheh, R., Marzieh, G. & Yaghoob, G. (2013). Effectiveness of Therapeutic Horseback Riding on Social Skills of Children with Autism Spectrum Disorder in Shiraz, Iran. *Journal of Education and Learning*, vol. 2, ss. 79-84.

Jenkins, S.R. & DiGennaro Reed, F.D. (2013). An experimental analysis of the effects of therapeutic horseback riding on the behavior of children with autism. *Research in Autism Spectrum Disorders*, vol. 7, ss. 721-740.

Johansson, A. (2011). *Elever med autismspektrum störning*. Umeå universitet. Barn- och ungdomspsykiatri (Självständigt arbete för kandidatexamen VT 2011)

Lanning B.A., Matyastik Baier, M.E., Ivey-Hatz, J., Krenek, N. & Tubbs, J.D. (2014). Effects of Equine assisted Activities on Autism Spectrum Disorder. *Journal of Developmental Disorders*, vol. 44, ss. 1897-1907.

Lopata, C., Thomeer, M.L., Volker, M.A., Nida, R.E. & Lee, G. (2007). Effectiveness of a Manualized Summer Social Treatment Program for High-Functioning Children with Autism Spectrum Disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, vol. 8, ss. 890-904.

Ward, S.C., Whalon, K., Rusnak, K., Wendell, K. & Paschall, N. (2013). The Association Between Therapeutic Horseback Riding and the Social Communication and Sensory Reactions of Children with Autism. *Journal of Autism and Developmental Disorder*, vol. 43, ss. 2190-2198.

Weber, Y. & Westmoquette, K. (2010). *Equine- Assisted Therapy as a Treatment Method for Children with Autism Spectrum Disorders – a qualitative study*. Karolinska institutet. Grundutbildning i sjukgymnastik (Examensarbete grundnivå VT 2010)

Worley, J.A. & Matson, J.L. (2012). Comparing Symptoms of Autism Spectrum Disorders using the current DSM- IV- TR Diagnostic Criteria and the Proposed DSM-V Diagnostic Criteria. *Research in Autism Spectrum Disorders*, vol. 6, ss. 965-970.