

## Prosjekt Hestehvisking

### Sluttrapport

Bø kommune har begrenset fritids tilbud og det er økende rusmisbruk blant ungdommene, særlig blant jentene. Prosjektet "hestehvisking" på Bjørkengen Gård er basert på EAGALA (Equine Assisted Growth and Learning Association, [www.eagala.org](http://www.eagala.org)) teknikker, der fokus er på ungdommenes adferd og refleksjoner over dette samt øvelser i hestehåndtering, der ungdommene lærer å mestre hestene gjennom kunnskap og fokus i egen adferd. Det overordnede målet med prosjektet er å gi ungdommene selvtillit og følelse av mestring, erfaring av målrettet arbeid, lære å ta hensyn til andre samt tilby ett stimulerende, utfordrende og artig fritidsaktivitet.

I EAGALA øvelsene gjenspeiler hestene gruppens adferd. Dette gir en unik mulighet å ta opp viktige tema om eget og gruppens adferd. Ettersom hestene reagerer umiddelbart på endring i adferd gir bruk av denne teknikken og en bra mulighet å teste ut forskjellige strategier. Hestehåndtering er basert på våres evne å kommunisere med hestene på slik at vi får hesten å forstå våres intensjoner. Grunnleggende kunnskap om hestenes adferd, evne til å være konsentrert, oppmerksomhet på små signaler og bevissthet over eget adferd er nøkkelen til hestehåndtering.

Prosjektet på Bjørkengen Gård var første gangen EAGALA tilnærming og natural horsemanship ble brukt samtidig og resultatene følges dermed med stor interesse av hestemiljøet samt de som bruker EAGALA teknikker i ungdomsarbeid. Erfaringer av prosjektet kan videreføres i ett regionalt prosjekt der ungdommer fra andre kommuner enn Bø kan delta.

Prosjektet har blitt gjennomført av Tiu Similä (daglig leder, Bjørkengen Gård og utdannet hestehåndterer av EAGALA), Tor Harald Seljevoll (hestetrener med lang erfaring i ungdoms- og rusarbeid), Anders Svensson (kommuneoverlege, utdannet hestetapeut av EAGALA), Ida Puikkonen (praktikant på gården) samt Anna-Liisa Brantzeg Evensen (ridetrener).

### Gjennomføring:

Prosjektet ble gjennomført som 8 helgesamlinger der dagen startet med EAGALA øvelser og hestehåndtering om ettermiddagen. Det ble i tillegg arrangert to helgekurser i ridning med fokus i målrettet arbeid med hest. Ungdommene var ansvarlige for arrangement av ett juleshow på gården. Det var 8 -13 deltakere per samling og sammenlagt deltok 19 ungdommer i prosjektet.

**I EAGALA øvelsene** var fokus de to første samlingene å få gruppen til å fungere sammen. Det var mange uoverensstemmelse, utelukking av enkelte ungdommer, manglende samarbeidsvilje samt liten tillit til hverandre i begynnelsen av prosjektet. Disse temaene ble dermed i fokus; konflikter mellom ungdommene ble ikke tatt opp men vi diskuterte isteden hvordan hestene reagerte på dette. Hestene viste tydelig at ungdommene ikke var en gruppe og var dermed generelt lite samarbeidsvillige; når gruppen lærte å samarbeide fikk de "belønning" i form av samarbeidsvillige hester.

Etter de to første helgene var gruppen veldig mye mer samkjørt, ungdommene tryggere i seg selv og hadde ingen problemer med å si sine egne meninger samtidig som de var villige til å lytte til hverandre. Denne samhørigheten ble utfordret når to eldre ungdommer (18-19 år) deltok i noen av samlingene med klare henvisninger til at de "coole" var med på drikking i helgene. I øvelsene skapte

disse to splittelse og motivasjonsvansker og generell uro i gruppen. Dette gav utmerket grunnlag til å diskutere tema som selvbilde, selvtilit, forbilder og tilhørighet samt grunnene hvorfor ungdommer blir "rekruttert" til drikking og rusmisbruk. Dette var åpenbart et tema som opptar ungdommene og mange sliter med det de opplever som gruppepress samt en overbevisning om at de voksne egentlig ikke bryr seg.

Bjørkengen Gård hadde en ung kvinne, Ida Puikkonen, som praktikant april 2009 – april 2010. Ettersom Ida var ett flott forbilde for ungdommene, engasjerte vi henne i mai – august i gården som en del av ungdomssatsningen.

**I hestehåndtering** fikk ungdommene grunnleggende kunnskap om hestens adferd. I de praktiske øvelsene fikk hver ungdom sin "egen" hest å arbeide med. Alle øvelsene var basert på fire viktige tema; 1) at hesten hadde forutsetning å gjennomføre øvelsen 2) at ungdommene klarte å ha hestens oppmerksomhet 3) at ungdommene klarte å formidle sine intensjoner 4) at ungdommene var klar over sine holdninger underveis.

Ungdommene var usikre i begynnelsen og mest opptatt om hva andre skulle synes, om man gjorde rett eller feil og generelt lite fokusert i oppgavene. Så fort ungdommene klarte å konsentrere seg og være oppmerksom på sitt eget og sin hests adferd, ble det stor fremgang.

De viktige temaene under øvelsene var:

- hvordan man reagerer når man er usikker eller ikke får ting til (sinne, vold, frustrasjon, passivitet, oppgitthet), hvordan man kan takle disse og finne løsninger.
- hvordan man er med hverandre i en læringssituasjon (mobbing, toleranse av at vi gjør ting forskjellig, konkurranse etc).
- egne styrker og svakheter
- hvordan man kan få ting til gjennom refleksjoner (istedenfor å tenke at "hesten er en idiot" tenke om man kanskje ikke har forklart ting på rett måte, eller om hesten ikke er i stand til å gjøre det man ønsker)
- hvordan man klarer å nå sine mål gjennom å være tålmodig, rettferdig mot hesten og målbevisst

**Ridning;** som ett ledd i prosjektet fikk de ungdommene som ønsket det å delta i ett ridekurs med en trener på landslagsnivå (Anna-Liisa Brantzeg Evensen). Anna-Liisa var klar over ungdomsprosjektets målsetninger og hadde stor fokus på betydning av målrettet arbeid.

### **Oppsummering:**

Bruk av EAGALA teknikker og kunnskap om hestens adferd samt ridning viste seg å være en bra måte å arbeide med en ungdomsgruppe. Gjennom arbeid med hestene kom viktige tema opp; sjalusi, sinne, mobbing, arroganse, ensomhet, usikkerhet, vennskap, lederskap etc. Disse gav grunnlag til mange diskusjoner og refleksjoner og under øvelsene testing av hvordan man kan endre på ting gjennom å endre sin egen adferd. Ungdommene lærte mye om sine egne styrker og svakheter og hvordan man kan få ting til gjennom tålmodighet, målbevissthet og konsentrasjon.

Generelt sett opplevde vi at når ungdommene innså at vi (og hestene!) var både interessert og tok dem på største alvor, så fikk vi ett visst innsyn i deres hverdag. Prosjektets overordnet mål var å

forebygge rusmisbruk blant ungdommene. Våres erfaring forteller at for å få dette til er det viktig å hjelpe ungdommene til å få positiv selvbygge, tilby gode rollemodeller og ikke minst ha voksne i nærmiljøet som bryr seg og tar tid til å engasjere seg i det ungdommene gjør i fritiden.

Gruppearbeid med hest var en utmerket tilnærming ettersom den gav mulighet for mange refleksjoner over eget og andres adferd. Planen er til å utvide prosjektet på Bjørkengen Gård sammen med ungdommene som deltok i 2010 til ett regionalt prosjekt. Resultatene fra prosjektet viser at denne tilnærmingen kan brukes både i enkeltsamlinger eller i ett mer langsiktig prosjekt med flere samlinger.

Erfaringene fra prosjektet publiseres i tidsskriftet for EAGALA.