

Sluttrapport til Helse & Rehabilitering

0079

Hestekrefter hjelper



Prosjektet er støttet av ExtraStiftelsen Helse og Rehabilitering med Extra-midler, gjennom støtteorganisasjonen Hest og Helse. ExtraStiftelsen består av 28 landsomfattende helse- og rehabiliteringsorganisasjoner som eier og fordeler overskuddet fra Extraspillet. Overskuddet går til frivillige organisasjoners helseprosjekter

FORORD

Prosjektet *Hestekrefter hjelper* er et samarbeid mellom Mona I. Thelle, prosjektleder, psykologspesialist v/ avd. for traumebehandling og interpersonlig terapi, Modum Bad, Marianne Klouman, medforfatter, psykologspesialist v/ Akershus universitetssykehus HF, Enhet for gruppeterapi Lillestrøm og Therese Myrås, medforfatter, hesteansvarlig, medlem av HST-teamet v/ avd. for traumebehandling og interpersonlig terapi, Modum Bad. Prosjektet har hatt en varighet på to år. Prosjektleder har vært frikjøpt 50 %, hesteansvarlig i 20 %, mens Marianne Klouman har deltatt i tillegg til full stilling. Hensikten med prosjektet har vært å skrive en manual som kan være veiledende for kliniske terapeuter som jobber med traumepasienter og andre relevante pasientgrupper.

Det er med stor takknemlighet til tidligere forskningsleder ved Modum Bad, Leigh McCullough, at denne manualen skrives. Uten hennes iver, glødende interesse og oppriktige medfølelser for all terapi som kan gjøre livet lettere for mennesker som lider, hadde ikke dette prosjektet kommet i gang. Hennes uventede sykdom og død opplevdes sterkt og tapet av hennes oppmuntring og karisma savnes dypt!

Prosjektteamet har gjennom skriveperioden vært deltagere i en faggruppe ”for bruk av hest i psykososialt arbeid” i regi av Hest og Helse. Samtalegruppen er åpen og består av fagfolk fra flere fagmiljøer fra alle kanter av landet. Gruppen er opptatt av å definere og begrepsavklare de forskjellige måtene å bruke hesten på innenfor fagområdene helse og terapi. Her har vi bidradd underveis og også hentet mange impulser og nyttig informasjon til prosjektet.

Vi har mange å takke: Internasjonalt kjente traumeforskere og terapeuter, som Bessel van der Kolk, Ph.D., The Trauma Center, JRI, Boston, USA, Janina Fisher, Ph.D., Trauma Center, JRI, Boston, USA, Leigh Shambo, MSW, LMHC, Human-Equine Alliances For Learning, WA, USA, N.J. Nijenhuis, Ph.D., Mental Health Care Drenthe, Assen, Netherlands, og Suzette Boon, Department of Psychiatry, Free University of Amsterdam, Netherlands. Alle har vist stor interesse for prosjektet.

Prosjektet kunne heller ikke blitt skrevet uten finansiell støtte fra organisasjonene EstraStiftelsen Helse og Rehabilitering og støtteorganisasjon Hest og Helse, Modum Bads direktør Ole Johan Sandvand og klinikkjef Tron Svagård med deres personlig interesse og støtte, og med skrivekorrektur fra Margareth Helgeland og Inger Eggen.

Vår største takk går til alle de pasienter som har tatt imot hestetilbudet gjennom mange år, for deres samarbeidsvilje og uvurderlige tilbakemeldinger.

Sist og ikke minst takker vi våre fantastiske medterapeuter, - hestene!

SAMMENDRAG

Hesterelatert traumebehandling (HRT) er nært knyttet til en teoretisk traumeforståelse utviklet av verdenskjente, internasjonale traumeforskere. Disse har, sammen med andre fremtredende traumebehandlere og formidlere, stått på skuldrene til Freuds kollega Pierre Janet, som i motsetning til Freud alltid beholdt tilliten til sine pasienter og trodde på deres fortellinger om omsorgssvikt, vold og seksuelle overgrep.

Denne manualen sier noe om at HRT er en terapeutisk tilnæringsform som benytter en erfaringsbasert metode der hestene, sammen med en kvalifisert psykoterapeut og en hestespesialist, søker å skape en ikke-truende arena for pasienters helingsprosess. Vi

underviser ikke i ridning, men tror at pasientene i samhandling med hestene skal få et lavere angstnivå som gir tilstrekkelig rom til å lære seg nye mestringsstrategier og motivasjon til å lære seg selv å kjenne og få tillit til egen livskraft.

Prosjektet er basert på litteraturgjennomgang, samtale med andre norske og internasjonale terapeuter innen hesterelatert psykoterapi og erfaringer gjennom flere år med stabiliserende traumebehandling og hestesentrert psykoterapi (HSP) på Modum Bad (MB). Dette har munnet ut i en manualisert versjon av denne ikke-verbale terapiformen.

Det har vært viktig for oss å understreke at manualen ikke er en lærebok om hester, traumer eller terapi. Den er ment som en veiviser, en idébank for godkjente terapeuter og erfarne hestefolk som sammen ønsker å vise skadde og sårede mennesker en mulig vei frem mot bedre helse og større livskvalitet.

INNHOLDSFORTEGNELSE

Kapittel I TRAUMEFORSTÅELSE

Hva er et traume?
Normalreaksjoner på traumer
Toleransevidu
PTSD
Kompleks PTSD
Ordløst og kroppslig

Kapittel II TRAUMEBEHANDLING OG FASEMODELLEN

Fasemodellen
Stabiliserende behandling
Psyko-edukasjon
Ferdighetstrening
Relasjoners betydning for sunn sosial tilpasning
Tilknytningsskader
Viktigheten av gode rammer

Kapittel III HESTERELATERT TRAUMEBEHANDLING

Hesterelatert traumebehandling (HRT) – en ikke-verbal terapiform
Noen retningslinjer for HRT (hesterelatert traumebehandling)
Passer HRT for alle?

Kapittel IV HESTENS POTENSIAL SOM MEDARBEIDER I STABILISERENDE TRAUMEBEHANDLING

HRT som metode
Opplæring i hesteforståelse – en nødvendig plattform
Samspill mellom hestens egenskaper og stabiliserende ferdigheter
Grunnleggende kunnskap om hesten
Byttedyr og flokkdyr
Sanser og kommunikasjon
Ulike nivåer av kommunikasjon
Hestespråkets grunnregler

Kapittel V HESTERELATERT ARBEID I PRAKSIS

Systematisk opplæring/Begrensning og dosering
Hestekvalifikasjoner hos terapeuten
Terapikvalifikasjoner hos hestespesialisten
Terapeutrollen
Noen retningslinjer for HRT
Hesten – assistent eller fasilitator
Hestens velferd
Terapeutrollen

Kapittel VI KURATIVE FAKTORER

Helheten
Distanse og identifikasjon
Lengsel og drømmer
Fellesskap og mening

Kapittel VII PASIENTER FORTELLER

Pasientfortelling I: OM Å FÅ FOTFESTE HOS HESTEN
Pasientfortelling II: RIDETERAPIEN
*Pasientfortelling III: MIN ERFARING MED HESTESENTRERT PSYKO-
TERAPI PÅ MODUM BAD*

Kapittel VIII PRAKTISKE ØVELSER

Grad av tilstedeværelse
Grad av relasjonelle ferdigheter
Hvor mye forkunnskap/teori fordrer øvelsen
Øvelser knyttet til sansning
Øvelser knyttet til grunning
Øvelser knyttet til grenser
Øvelser knyttet til kontakt og nærhet

Kapittel IX OPPSUMMERING

Referanser

Anbefalt litteratur

Beskrivelse av innholdet: Manualen er delt inn i ni kapitler som igjen er delt inn i avsnitt. Kapittel I gir en beskrivelse av traumers innvirkning på kropp, sinn og relasjoner. En definisjon av traumbegrepet beskrives i avsn. 1. Deretter følger i avsn. 2 en kort beskrivelse av normalreaksjoner på traumer og om hva dette kan føre til for den utsatte. Avsn. 3 viser en skisse av optimal aktivering for nylæring, for så å definere forskjellen på det vi kaller en enkel PTSD-lidelse og den mer komplekse formen i avsn. 4 og 5). Avsn. 6 viser at traumeoverlevende uttrykker sine plager hovedsakelig gjennom kropp og sanser.

Kapittel II konsentrerer seg om traumebehandling og fasemodellen. Avsn. 1 beskriver fasemodellen mer generelt, mens den stabiliserende første fasen blir noe mer inngående vektlagt i avsn. 2. Avsn. 3 understreker betydningen av solid kunnskap i traumeforståelse og behandling for så vel terapeut som hestespesialist. At evnen til å være oppmerksomt tilstede er en forutsetning for å mestre det mest nødvendige i dagliglivet, blir fokusert i avsn. 4. Avsn. 5 handler om relasjoners betydning for barns utvikling, og avsn. 6 viser hvordan mangel på

struktur og gode rammer i oppveksten kan føre til en grunnleggende uttrykkighet. At gode rammer er viktige for gode oppvekstvilkår, beskrives i avsn. 7.

I kapittel III understreker vi at HRT er opplevelsese- og erfaringsbasert. Den er kroppslig og sanselig først og fremst (avsn. 1). Videre setter vi søkelyset på viktigheten av grundig evaluering av hver enkelt pasient for at HRT skal være en potent del av god traumebehandling (avsn. 2). I avsn. 3 vurderer vi om HRT passer for alle.

Kapittel IV tar utgangspunkt i antagelsen om hestens potensial som medarbeider i behandlingsteamet. Metoden forutsetter at pasientene får en forståelse av hestens vesen og egenskaper (avsn. 1, at samspillet mellom disse egenskapene og pasientenes stabiliserende ferdigheter er nødvendig for terapeutisk effekt (avsn. 2), men er avhengig av at pasienten får en tilpasset kunnskap om hvordan hesterelatert arbeid fungerer i praksis (avsn. 3). Dette innebærer kunnskap om hesten som bytte- og flokkdyr (avsn. 4), om sanser (avsn. 5) og kommunikasjonsmåter (avsn. 6 og 7). Kapitlet avsluttes med å konkludere med viktigheten av at teamet er sanselig tilstede og viser et tydelig kroppsspråk som hesten kan forholde seg til, (avsn. 8).

Kapittel V forklarer praksis av metoden, hva vi må forholde oss til og hva vi må passe på. Avsn. 1 fremhever viktigheten av begrensnig og dosering, mens terapeutens hestekunnskap blir omtalt i avsn. 2, på samme måte som hestespesialisten må være godt skolert i terapeutisk behandling generelt og traumeforståelse og behandling spesielt (avsn. 3). Hestens plass i det terapeutiske team beskrives i avsn. 4, før avsnittet om hestevelferd blir drøftet i avsn. 5. Avslutningsvis blir terapeutrollen karakterisert både som utfordrende, lettelse og mulighet, (avsn. 6).

Kapittel VI omhandler de kurative faktorer i HRT. Mulige forklaringer på at hesten på en forunderlig måte viser oss "at det umulige faktisk ser ut til å være mulig" beskrives med begreper som helhet (avsn. 1), distanse og identifikasjon (avsn. 2), hestens symbolske funksjon (avsn. 3) og tilhørighet som grunnlag for meningsdannelse (avsn. 4).

I kapittel VII lar vi tre tidligere pasienter ved Modum Bad komme til orde og fortelle om hva terapien med hestene betød for dem under deres tre-måneders opphold på henholdsvis Angst og Traume-avdelingene. De har kalt sine innlegg for henholdsvis: Om å få forreste hos hesten (avsn. 1), Rideterapien (avsn. 2) og Min erfaring med hestesentrert psykoterapi på Modum Bad (avsn. 3).

Kapittel VIII inneholder et sett av relevante øvelser for denne pasientpopulasjonen. De beskriver følgende kvaliteter som det terapeutiske teamet må sikre for at øvelsene skal kunne ha terapeutisk effekt; grad av tilstedeværelse (avsn. 1), grad av relasjonelle ferdigheter (avsn. 2) og tilstrekkelig grad av forkunnskap/teori som øvelsene fordrer (avsn. 3). Øvelsene er knyttet til fire overordnede områder som sansning (avsn. 4), grunning (avsn. 5), grenser (avsn. 6) og kontakt og nærhet (avsn. 7).

Til slutt i kapittel IV gir vi en kort oppsummering, med påfølgende lister over referanser og relevant litteratur

KAP. 1. BAKGRUNN FOR PROSJEKTET/MÅLSETTING

Modum Bad (MB) har gjennom flere år utviklet et spesialisert behandlingstilbud til voksne mennesker som sliter med mangfoldige problemer og invalidiserende plager etter grov

omsorgssvikt, som også involverer fysiske, psykiske og/eller seksuelle overgrep. Fra 2001/02 har Hestesentrert psykoterapi (HSP) vært en integrert del av dette tilbudet. Tilbakemeldinger fra pasienter som har deltatt, har vært svært positiv.

Vi har gjennom årene savnet en manualisert form for tilbudet. Rotasjon i personalgruppen økte behovet for nedskrevne retningslinjer og detaljert beskrivelse av ideologi, behandlingsfokus og praktisk utførelse av terapien. En manual vil også være en forutsetning for å kunne operasjonalisere behandlingen og standardisere den slik at den kan bli brukt av forskjellige terapeuter, og også med andre relevante pasientgrupper både på MB og andre steder. Den vil også kunne danne grunnlag for å måle behandlingsintegritet- og effekt og være en forutsetning for forskning på metoden.

I løpet av arbeidet med manualen ble det tidlig klart for prosjektleder at dette ville kreve samarbeid med ytterlige ekspertise på feltet. Vi fikk derfor knyttet til oss psykolog- og traumespesialist Marianne Klouman, som også er en erfaren og kyndig hesteperson. Dette samarbeidet har ført til at Helse og Rehabilitering for årene 2013/14 har gitt henne og hennes medarbeidere finansiell støtte til delvis frikjøp av sine stillinger til et prosjekt som skal prøve ut de øvelser som vi har utviklet for manualen. Den endelige publiseringen av manualen vil derfor utsettes til også dette prosjektet avsluttes. Øvelsene i manualen blir følgelig noe annerledes enn beskrevet i prosjektsøknaden, der øvelsene skulle ha sitt utgangspunkt i uketemaer pasientene ved MB arbeider med i løpet av deres behandlingsperiode, og til hvert område de sliter med ifølge definisjonen av kompleks posttraumatisk stresslidelse. Øvelser for MB er blitt utarbeidet, utprøvd og nedskrevet parallelt og brukes internt. Øvelser i manualen har et noe bredere fokus og samles under områdene sansing, grunning, grenser, og kontakt og nærhet. Vi har også valgt å bruke betegnelsen Hesterelatert traumeterapi (HRT) i manualen og la hestesentrert psykoterapi (HSP) være MB's stedegen betegnelse på terapien.

Forøvrig har prosjektet forløpt som planlagt.

KAP. 2. PROSJEKTGJENNOMFØRING/METODE

Prosjektleder har koordinert teamsamarbeidet og innkalt til diskusjons- og skrivemøter når nødvendig. Innimellom har ideer blitt lansert og konklusjoner vedtatt via e-post og på telefon. Utgangspunkt for gjennomføring av prosjektet har vært ideelt fordi MB har alle nødvendige ressurser på stedet. MB har erfaring med hester som medarbeidere gjennom mange år, utstyr og fasiliteter som er på stedet og praktisk hjelp til lay-out, bildemateriale og endelig publisering av manualen blir utført ved MB.

Manualen for øvrig er blitt skrevet i tråd med internasjonale standarder for manualskriving. Den inneholder tydelig beskrivelse av funksjon, behov og mål for behandlingen. Den vil være et godt redskap for brukerne. Den er anvendelig, lettlest men også grundig nok. For å ta i bruk denne type virkningsfulle terapeutiske metode forutsettes det allikevel at de som ønsker å utføre en slik terapi, blir kurset i metoden. Det vil derfor også utarbeides relevante kursopplegg som kan bli en del av Hest og Helses kursportofølje.

KAP. 3. RESULTATER OG RESULTATVURDERING

Prosjektet har resultert i en manual som beskrevet ovenfor. Den vil bli publisert i bokform når øvelsene som beskrevet i den foreliggende manualen er blitt utprøvd og eventuelle endringer er kvalitetssikret. Underveis har arbeidet med prosjektet blitt konkretisert i flere

undervisninger og seminarer, både i Norge og utlandet. Det har bidradd til å gjøre terapiformen bedre kjent. Det har også ført til en langt større forståelse for viktigheten av ikke-verbale terapiformer generelt, og hesterelatert terapi spesielt.

Noe av undervisnings- og seminarmateriale blir oversendt som vedlegg til sluttrapporten.

Prosjektperioden har bidradd til mange nye erfaringer og gitt prosjektteamet viktige tilbakemeldinger. Slik har vi kunnet evaluere og justere prosjektet til å bli langt mer brukervennlig

KAP. 4. OPPSUMMERING/KONKLUSJON/VIDERE PLANER

Denne manualen forsøker å redegjøre for hvorfor vi kan tenke oss å invitere hesten inn som medarbeider i stabiliserende traumearbeid, og hvordan vi tenker oss at dette bør gjøres. Stabiliserende traumebehandling til mennesker som lider av senvirkninger etter alvorlig neglisjering og overgrep, har til hensikt å hjelpe pasientene med å fremme kunnskap og ferdigheter om egen lidelse. Disse skal bidra til å gi dem kontroll over automatiserte reaksjoner, øke tilstedeværelsen og dermed refleksjonsevnen, samt fremme relasjonelt mot og kompetanse.

Videre er det redegjort for hvilke egenskaper hesten har som gjør den spesielt egnet for dette arbeidet, og på hvilken måte hestens egenskaper kan tenkes å stimulere en naturlig stabiliserende prosess i pasientene. Videre er det drøftet hvilke forhold det er viktig å ta hensyn til under arbeidet for at pasientene skal tilbys en oversiktlig, trygg og endringsfremmende arena. Det antas å være avgjørende at det hesterelaterte arbeidet er systematisk, regulert og riktig dosert dersom det skal fremme stabiliserende ferdigheter hos den traumatiserte. Det antas å være spesielt viktig at terapeutene har god kunnskap og forståelse av traumeproblematikk og hest, og at kompetansen på kommunikasjon med hest er spesielt velutviklet.

På grunnlag av en sammenslutning av erfaringer referert i litteratur, fra dagens praksis ved norske behandlingssteder og forfatternes egne erfaringer, kan vi anta at det er verdt å undersøke følgende hypoteser videre på en systematisk måte:

- 1) Hesterelaterte øvelser motiverer til å forsøke trening på tilstedeværelse og regulering av automatiserte reaksjoner hos komplekst traumatiserte pasienter
- 2) Hesterelaterte øvelser motiverer til å forsøke et relasjonsskapende arbeid med tydelig kommunikasjon der grensesetting og invitasjon til nærhet er viktige komponenter

Det underlige med hesten er at den gir terapeutene fornyet håp om at det umulige er mulig. Det blir spennende å se om et samarbeid med hesten kan skape varig gode terapeutiske prosesser som fremmer vitalitet og minsker sekundær traumatisering hos terapeutene. Vi håper også at denne manualen og videre praksis av den vil kunne stimulere til fremtidig forskning på metoden.

REFERANSER/LITTERATUR

Allen, J. G., & Fonagy, P. (Eds.) (2006). *Handbook of mentalization-based treatment*. Chichester: John Wiley & Sons.

Allen, J. G., Fonagy, P., & Bateman, A. W. (2008). *Mentalizing in clinical practice*. Arlington: American Psychiatric Publishing.

Anstorp, T., Benum, K., og Jakobsen, M. (2007). *Dissosiasjon og relasjonstraumer. Integrering av det splittede jeg*. Universitetsforlaget

Bizub, A.J., Joy, A., & Davidson, L. (2003). "It's like being in another world": Demonstrating the benefits of therapeutic horseback riding for individuals with psychiatric disability. *Psychiatric Rehabilitation Journal, Vol. 26 (4); 377-385.*

Brande, S. (1995). Can equine psychotherapy be useful for trauma clients? *Behavior Research and Therapy, 31, 731-737.*

Burgon, H. (2003). Case studies of adults receiving horse-riding therapy. *Anthrozoös, 16(3), 263-276.*

Cloitre, M.; Cohen, L.; Han, H. & Edelman, R. (2001). Posttraumatic stress disorder and extent of trauma exposure as correlates of medical problems and perceived health among women with childhood abuse. *Women and Health, 34, 1-17.*

Courtois, C.A. (2004). Complex trauma, complex reactions: Assessment and treatment. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 41 (4), 412-425.*

Equine Assisted Growth and Learning Association (EAGALA) : *Fundamentals of EAGALA model practice (2006). Untraining manual. Supplement material to the EAGALA Equine Assisted Psychotherapy training and certification program (5th ed.).*

Ewing, C.A.; MacDonald, P.; Taylor, M.; Bowers, M.J. (2007). Equine-Facilitated Learning for Youths with Severe Emotional Disorders: A Quantitative and qualitative study. *Child Youth Care Forum, 36:57-72.*

Fischer, J. (2010) Foredrag i anledning videreutdanning innen Sensorimotor Psychotherapy ved Modum Bad, Vikersund.

Frewin, K. & Gardiner, B. (2005). New age or old sage? A review of equine assisted psychotherapy. *The Australian Journal of Councelling Psychology, 6, pp13-17.*

Hallberg, Leif (2008) *Walking the way of the horse*. Universe, Inc. New York Blomington.

Hempfling, Klaus. (2010) *It's not I who seek the horse. The horse seeks me. The path to understanding the equine body language*. Cadmos, UK.

Herman, J. (1992/97). *Trauma and Recovery*. NY: Basic Books.

Hillman, J. (1977) *Re-visioning psychology*. Harper and Row Publishers, NY.

Hillman, J. (1993) On the image. *C.R.E.A.T.E: Journal of the creative and expressive arts therapies exchange, vol 3, 1-6.*

- Hogg, A. (2003) *The horse behavior handbook*. David & Charles.
- Irwin, C. (1998) *Horses don't lie. What horses teach us about our natural capacity for awareness, confidence, and trust*. Souvenir Press, London.
- Jacobsen, A.L. & Sandberg, G. (2007). *Virkosomme faktorer i terapi. En kvalitativ studie av terapeuters og pasienters opplevelse av en utradisjonell behandlingsmetode*. Institutt for psykologi, UiT: Hovedoppgave til graden Cand. Psychol.
- Johnson, CF (2004). Child sexual abuse. *Lancet*, 364:462-70.
- Kaiser, L., Spence, L.J. Lavergne, A.G., & Bosch, K.L. (2004). Can a week of therapeutic riding make a difference? A pilot study. *Anthrozoös*, 17, 63-72.
- Kern-Godal, A.L., Thelle, M.I., Myraas, T. (2009). *Psychotherapy with horses – the patients' perspective. Findings from a preliminary analysis of patients' exit evaluations*. Power point presentation at The 13th Congress for Therapeutic Riding, Münster, Tyskland.
- Kirby, M. (2010) Gestalt Equine Psychotherapy. *In Gestalt Journal of Australia and New Zealand, Vol 6 No 2 Pages 60-68*.
- Klouman, Marianne. (1995) *Sjelen i eksil. Symbolisering og traumatisering*. Hovedoppgave i psykologi ved Psykologisk Institutt, UiO, Norge.
- Klouman, Marianne (2007) Rapport fra delprosjekt "Hestefasilitert Psykoterapi" 2006 i prosjekt "VEKST" v/Ivar Dahl Blefjell Helseforetak.
- Kohanov, Linda (2001) *The tao of equus. A womans journey of healing and transformation through the way of the horse*. New World Libery. Novato, California.
- Kohanov, Linda (2003) *Riding between the worlds. Expanding our potential through the way of the horse*. New World Libery. Novato, California.
- Lentini, J.A. & Knox, M.S. (2008). A Qualitative and quantitative review of Equine Facilitated Psychotherapy (EFP) With children and adolescents. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation* 13(1), 17-30.
- Lysell, J. (2011) i Borge, Lisbet og Martinsen, Egil W. og Moe, Toril (red.) *Psykisk helsearbeid - mer enn medisiner og samtalerapi*. Fagbokforlaget.
- Mandrell, Patti J. (2006) *Introduction to equine assisted psychotherapy*. A comprehensive overview. USA.
- Mc. Cormick, A v R and Mc Cormick, M D (1997) *Horse sense and the human heart*. Health communications Inc. Deerfield Beach, Florida.
- Mc. Cormick, A v R and Mc Cormick, M D (2004) *Horses and the mystical path. The celtic way of expanding the human soul*. New World Libery. Novato, California.
- Mehlem, M. (2006). *Call of the wild – Psychotherapy with horse*. Paper presentation at the XII

International Congress of Therapeutic Riding, Germany.

Michalopoulos, I. (2008). Spesialistoppgave i klinisk voksenalderpsykologi, UiO. *Hest som fasilitator i den psykoterapeutiske prosess. Belyst av en kasuistikk.*

Midkiff, M. (2001) *She flies without wings. How horses touch a woman's soul.* Hodder&Stoughton.

Mossige, S.; Stefansen, K. (red.) Vold og overgrep mot barn og unge. En selvrapporтерingsstudie blant avgangselever i videregående skole. *NOVA rapport 20/07.*

Ogden, P., & Minton, K. (2000). Sensorimotor psychotherapy: One method for processing traumatic memory. *Traumatology, 6(3), 1-20.*

Ogden, P., Minton, K and Pain C. (2006) *Trauma and the body: A sensorimotor approach to psychotherapy.* New York. Norton.

Olsvik, V.M. (2008). *Presentasjon av resultatene av kartleggingen av bruk av hest i psykisk helsevern ved forsker. A sociological survey of EAP and related therapy in Norway.* Starum: Østlandsforskning.

Perry, Bruce D, Szalavitz, M. (2006) *The boy who was raised as a dog. And other stories from a child psychiatrist's notebook -- What traumatized children can teach us about loss, love, and healing.* Basic Books, NY.

Rashid, M. (1993) *Med tanke på hesten. Historier om løste problemer og nyttige erfaringer.* Lynne Publishing.

Rayment, J. C (2004) *The horse as co-therapist in facilitating adolescent attachments.*

Rees, Lucy (1984) *The horse's mind.* Stanley Paul og co ltd.

Schore, A. (2003). *Affect dysregulation and disorders of the self.* New York: W.W. Norton.

Selby, Alison (2009). *A systematic review of the effects of psychotherapy involving equines. Master of science in social work. The university of Texas at Arlington.*

Shambo, L. (2007). *Pilot Study: Is EFP effective in treatment of complex PTSD?* Paper presented at the NARHA National Conference in Anaheim, CA, USA.

Siegel, D. J. (1999) *The developing mind. Toward a neurobiology of interpersonal experience.* New York. Guilford.

Solomon, M. F. & Siegel, D. J. (2003) *Healing trauma: Attachment, mind, body and brain.* New York. Norton.

Steel, K., van der Hart, O. og Nijenhuis, E.R.S (2005) Phase oriented treatment of structural dissociation in complex traumatization. Overcoming traumarelated phobias. *Journal of Trauma and Dissociation, 6(3) 11-53.*

Swift, S. (1985/2005). *Centered Riding*. Trafalgar Square Pub., UK.

Thelle, M.I. & Myrås, T., Kern-Godal, A.L. (2009). *Integration of psychotherapy with horses with a structured intensive pPsychotherapy in-program for severe sexual abuse*. Paper presented at The 13th Congress for Therapeutic Riding, Münster, Tyskland.

Thelle, M.I. & Myrås, T., Klouman, M. (2012) Hestekrefter hjelper. Behandlingsmanual for terapeutisk bruk av hest med seksuelt traumatiserte pasienter. Prosjekt ved Modum Bad, Klinikken, Gordon Johnsens vei 1, 3370 VIKERSUND. Planlagt avsluttet 2012/2013.

van der Hart, O., Nijenhuis, R.S., Kathy Steele. (2006). *The Haunted Self*. NY/London: W.W.Norton & Company.

van der Kolk, B., (2003). The neurophysiology of childhood trauma and abuse. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 12: 293-317.

van der Kolk, B.A., McFarlane, A.C., Weisæth, L. (Eds.) (1996). *Traumatic Stress; the effects of overwhelming experience on mind, body and society*, NY/London: Guilford press.

Williams, M. (2003) *Learning their language. Intuitive communication with animals and nature*. New world library, Novato, California.

Wilson, C.C. & Barker, S.B. (2003). Challenges in designing human-animal interaction research. *American Behavioral Scientist*, 47 (16).

Winnicott, D. W. (1971) *Playing and reality*. Tavistock London.

Worms. Katie A. (2009) *Why horses? Why not horses! Equine facilitated therapy for mental health treatment*. A project based upon an independent investigation, submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Social Work. Smith College School for Social work, Northampton, MA 01063.

York, J. (2010) *Human-animal relationships as modulators of trauma effects in children: a developmental neurobiological perspective*. PhD diss, University of Tennessee.

York, J., Adams, C., and Coady, N. (2008). Therapeutic value of equine-human bonding in Recovery from trauma. *Anthrozoös*, 21(1), 17-30.

VEDLEGG

Hesten som terapeut, en presentasjon v/ Hest og Helses 40-års jubileum, Brunstad, 250212. februar 2012, v/ psykologspesialist Mona I. Thelle og hestespesialist Therese Myrås

”The Body Keeps the Score” – Development of A Treatment Manual for Horse Centered Psychotherapy with Adult Survivors of Child Sexual Abuse (CSA). Presentasjon på Athen,

Hesten som helsearbeider. Presentasjon v/ psykologspesialist Mona I. Thelle og Therese Myrås, Nordfjords fjordhestelag 25.06.12