



# UiO : **Psykologisk institutt**

Det samfunnsvitenskapelige fakultet

## Forskningsglimt

Konkurranserytteren – hvem er det og hvordan står det på områder knyttet til psykisk velbefinnende?



# Forskningsteamet

- Bente Træen
- Espen Røysamb
- Ingela Lundin Kvalem
- Ane Cecilie Westerberg
- Mette Ono Njøten

# Formål med studien var å utforske konkurranserytteres:

1. opplevelse av positive følelser, selvbilde, mestringsopplevelse og tilfredshet med livet,
2. deltagelse i stall-aktiviteter, og hvor tilfredse er de med miljøet i stallen sin?
- 3. opplevelse av å kommunisere med hesten? Hvordan betrakter ryttere hesten de rir?

# Metode

- Online spørreskjema sendt med e-post til lisensierte ryttere 16 år eller eldre
- 662 ryttere svarte, svarprosent 12.4%
  - Frafall er et stort problem for generalisering
    - Ufullstendig register – vi vet ikke hvor mange som mottok spørreskjemaet
    - Spørreskjemaet var langt

Tabell 1. Sosiodemografiske karakteristika ved et utvalg lisensierte ryttere i Norge (prosent).

		<b>Alle ryttere</b>
<b>Kjønn</b>		
	Menn	5
	Kvinner	96
<b>Alder</b>		
	16-34 år	24
	35-40 år	26
	41-47 år	26
	48 + år	25
<b>Utdanningsnivå</b>		
	Ungdomsskole	4
	Videregående skole	29
	Universitetet/høyskolen	67
<b>Sivilstatus</b>		
	Singel, aldri vært i et forhold	3
	Singel, har vært i et forhold	17
	I et fast forhold, ikke samboer	7
	Lever med en partner (samboer/gift)	73
<b>Helseplager</b>		
	Ingen	63
	Somatiske	32
	Psykologiske	2
	Somatiske og psykologiske	3
<b>Syssetting</b>		
	Studere	3
	Arbeider	87
	Jobbsøker	1
	Sykefravær	2
	Trygd/pensjonist	4
	Fødselspermisjon	1
	Andre	3

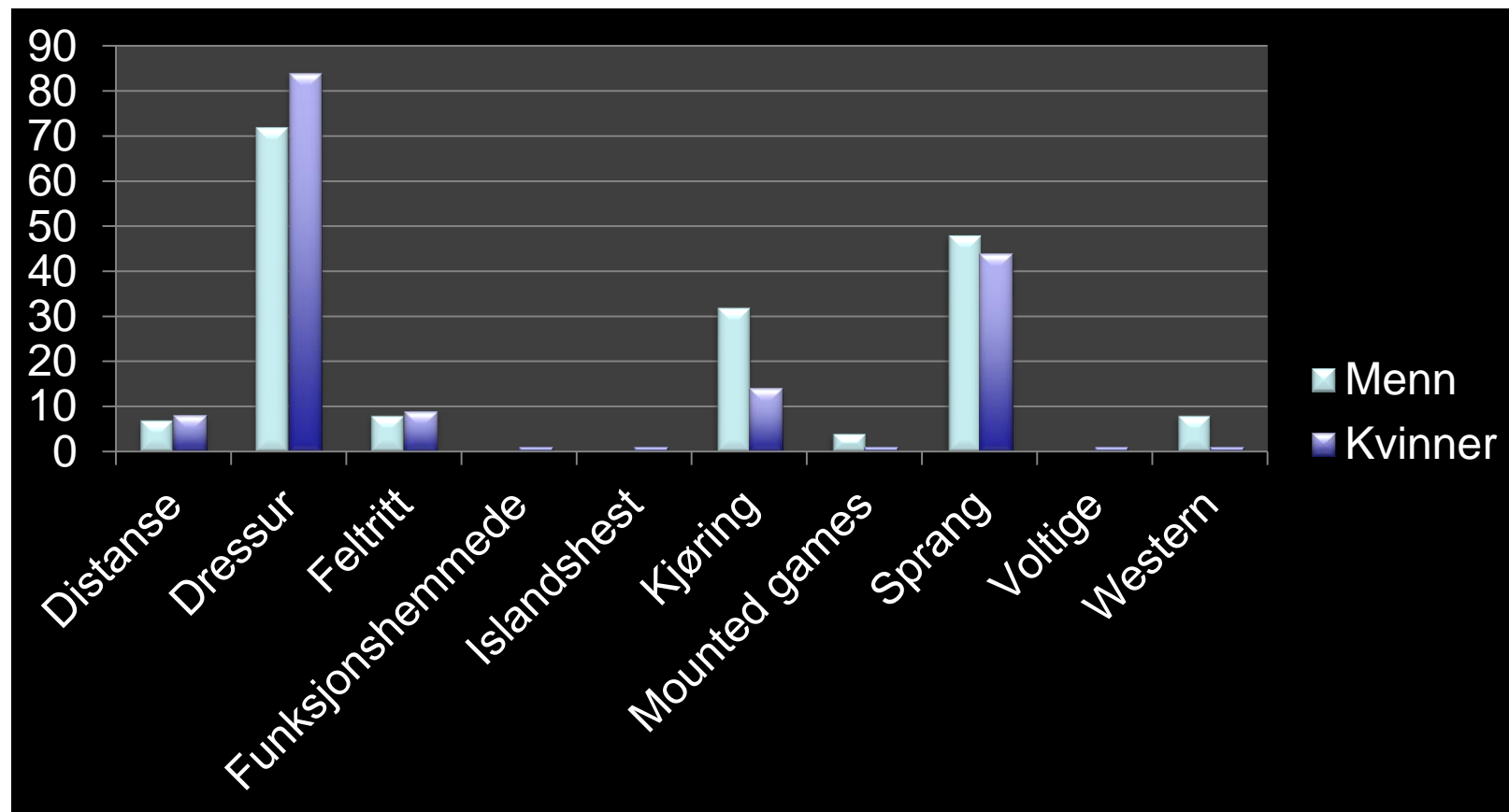
Tabell 2. *Karakteristika ved konkurranseryttere (prosent)*

---

<b>Rir ...</b>		
	Flere egne hester	31
	En egen hest	61
	Hest på fôr	7
	Rideskolehest	2
<b>År ridd</b>		
	2-15 år	22
	16-25 år	35
	26-51 år	43
<b>Deltagelse i konkurranser</b>		
	Aldri	5
	Sjelden	23
	Av og til	46
	Ofte	27
<b>Disiplin</b>		
	Hovedsakelig dressur	56
	Hovedsakelig eller bare sprang	44
<b>Nåværende konkurransenivå</b>		
	LC	12
	LB	25
	LA	33
	MB	19
	MA	8
	Grand Prix	3
<b>Ridd høyere klasser tidligere?</b>		
	Ja	37
	Nei	63
<b>Stallstørrelse</b>		
	< 5 hester	3
	5-10 hester	87
	11-20 hester	1
	21-50 hester	2
	> 50 hester	4

---

# Hvilke grener man rir



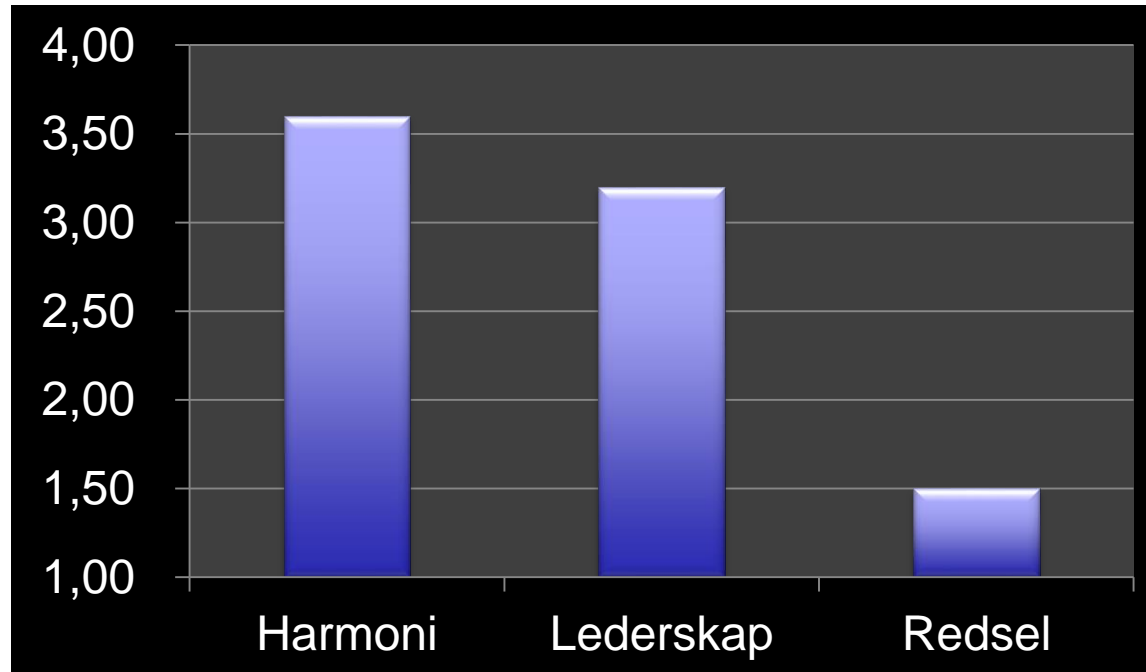
*Hvilke aktiviteter i og omkring stallen man deltar i, etter kjønn  
(prosent)*

	Kjønn		Antall egne hester		
	Menn	Kvinner	Flere	En	Ingen
Høybæring	63	63	84	57	29
Fôring	58	76	94	67	60
Tar møkk	92	95	97	94	89
Pusser seletøy/sal	92	95	95	97	77
Utslipp og innslipp	83	83	96	79	60
Koste i stallen	71	87	96	85	67
Funksjonær på stevne	67	61	64	61	52
Kafédrift på stevne	8	29	28	27	37
Opprustning/vedlikehold av stall, paddock, ridehus, uteområder	79	66	84	61	37



# Følelser i samvær med hest

- «Harmoni»
- «Lederskap»
- «Å være redd»



# **Følelsen av lederskap var sterkere hos:**

- Ryttere i alderen 16-34 år (3,6) enn hos de 48+ år (3,0)
- Sprangryttere (3,3) enn dressurryttere (3,1)

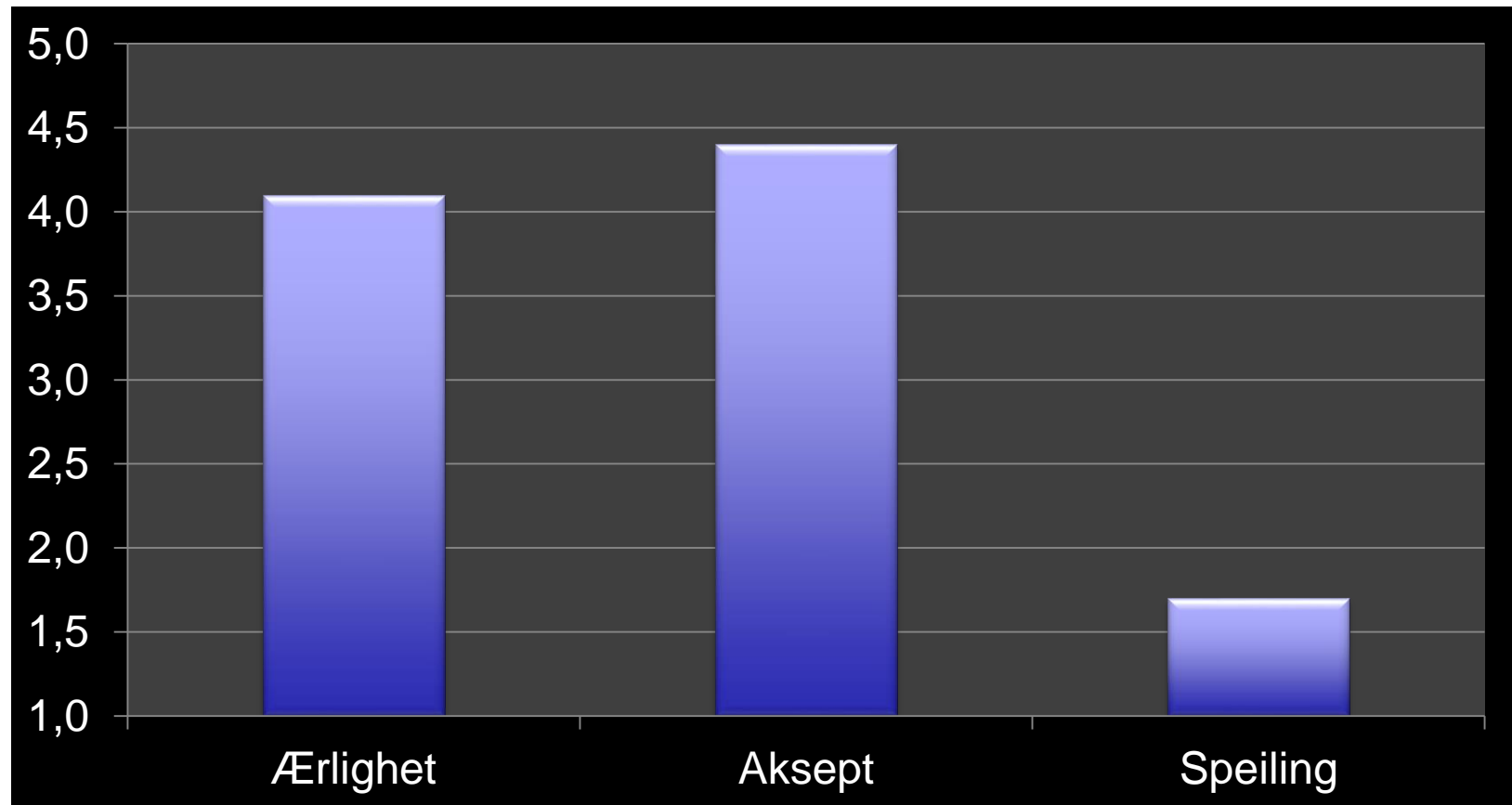
# **Følelsen av å være redd var sterkere hos:**

- Ryttere som konkurrerte i lavere klasser (1,6) enn ryttere i medium og høyere nivå (1,4)
- Dressurryttere (1,6) enn sprangryttere (1,4)

# Forestillinger om rytter-hest interaksjon

- «Ærlighet»
- «Aksept»
- «Speiling»

# Forestillinger om rytter-hest



## Forestillingene varierte etter alder

- De yngste (4,3) opplevde større grad av ***ærlighet*** enn de eldste (4,0)
- De yngste (4,5) opplevde større grad av ***ærlighet*** enn de eldste (4,2)

# Når har en hest personlighet?

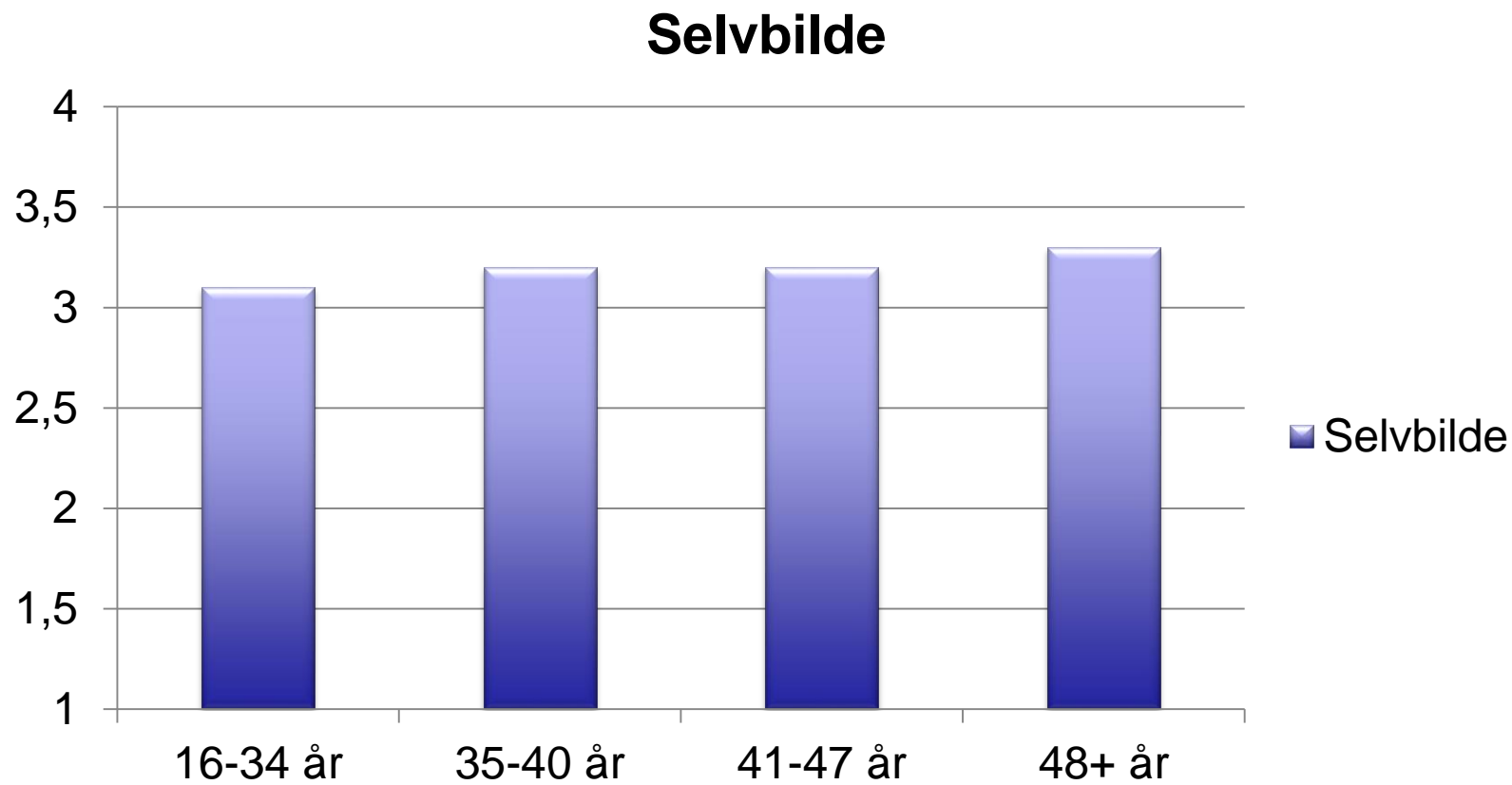
- 2 dimensjoner av forestillinger om når en hest har personlighet – relatert til
  - «Selvstendighet» (yngste mer enig enn eldste)
  - «Lydighet»



# Favoritthestens personlighet

- «Sosial»
- «Nervøs»
- Ingen sammenheng mellom egen personlighet og favoritthestens personlighet

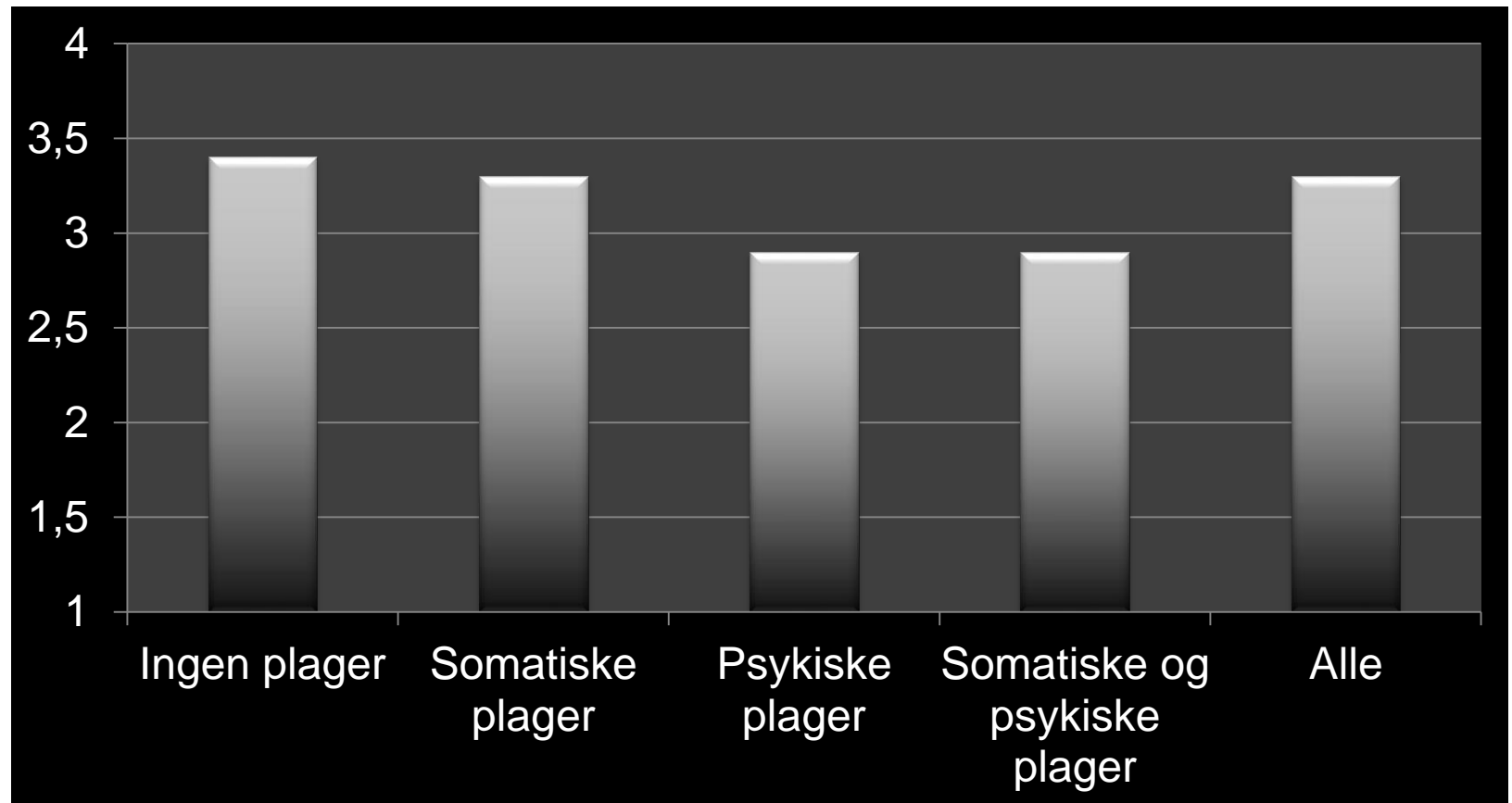
# Rytterens selvbilde, etter alder



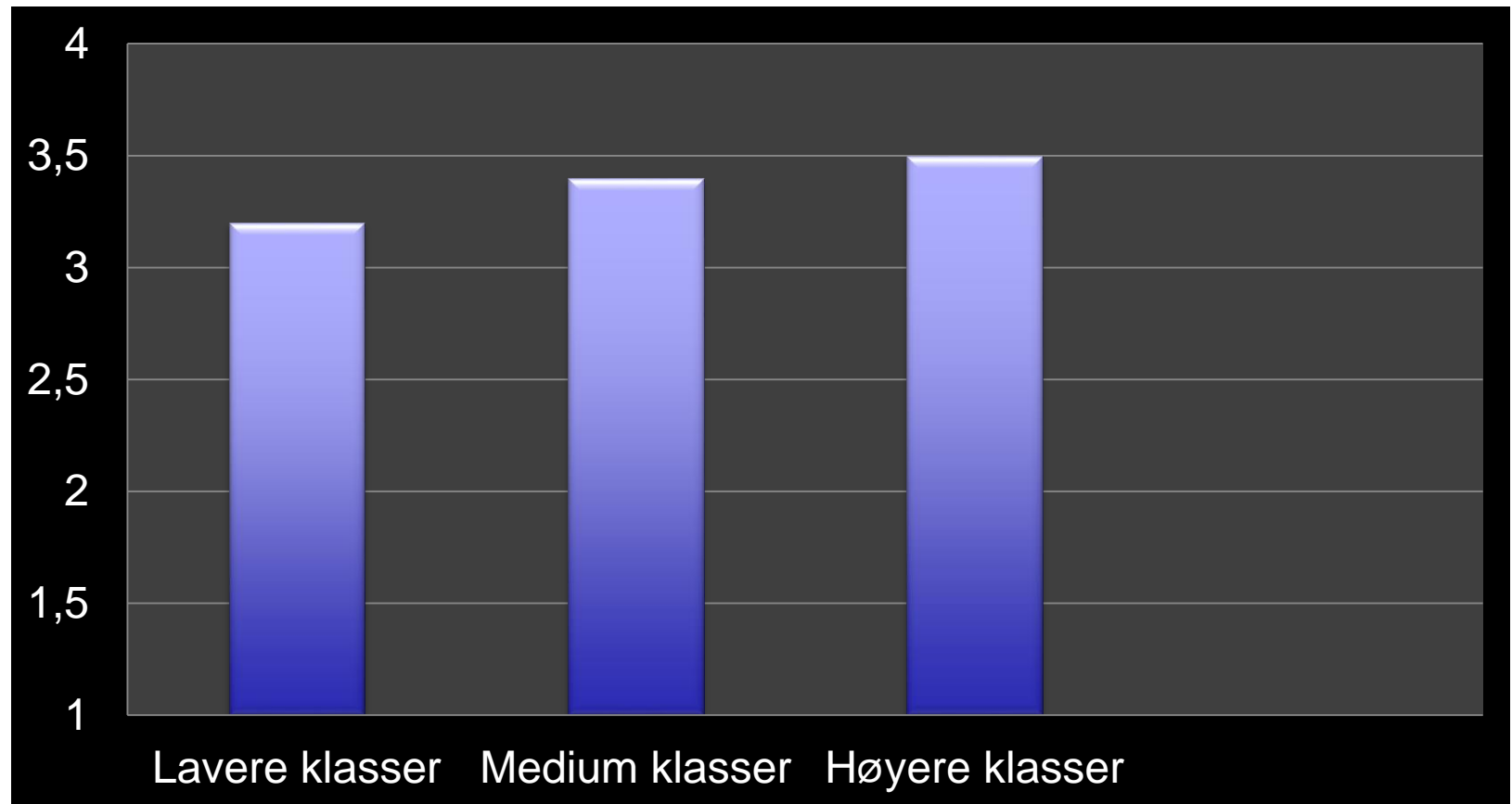
# Selvbilde varierer med

- Helseplager
  - Ingen plager 3,3
  - Både somatiske og psykologiske plager 2,5
- Konkurransenivå
  - Lavere/medium klasser 3,2
  - Høyere klasser 3,3

# Opplevelse av mestring



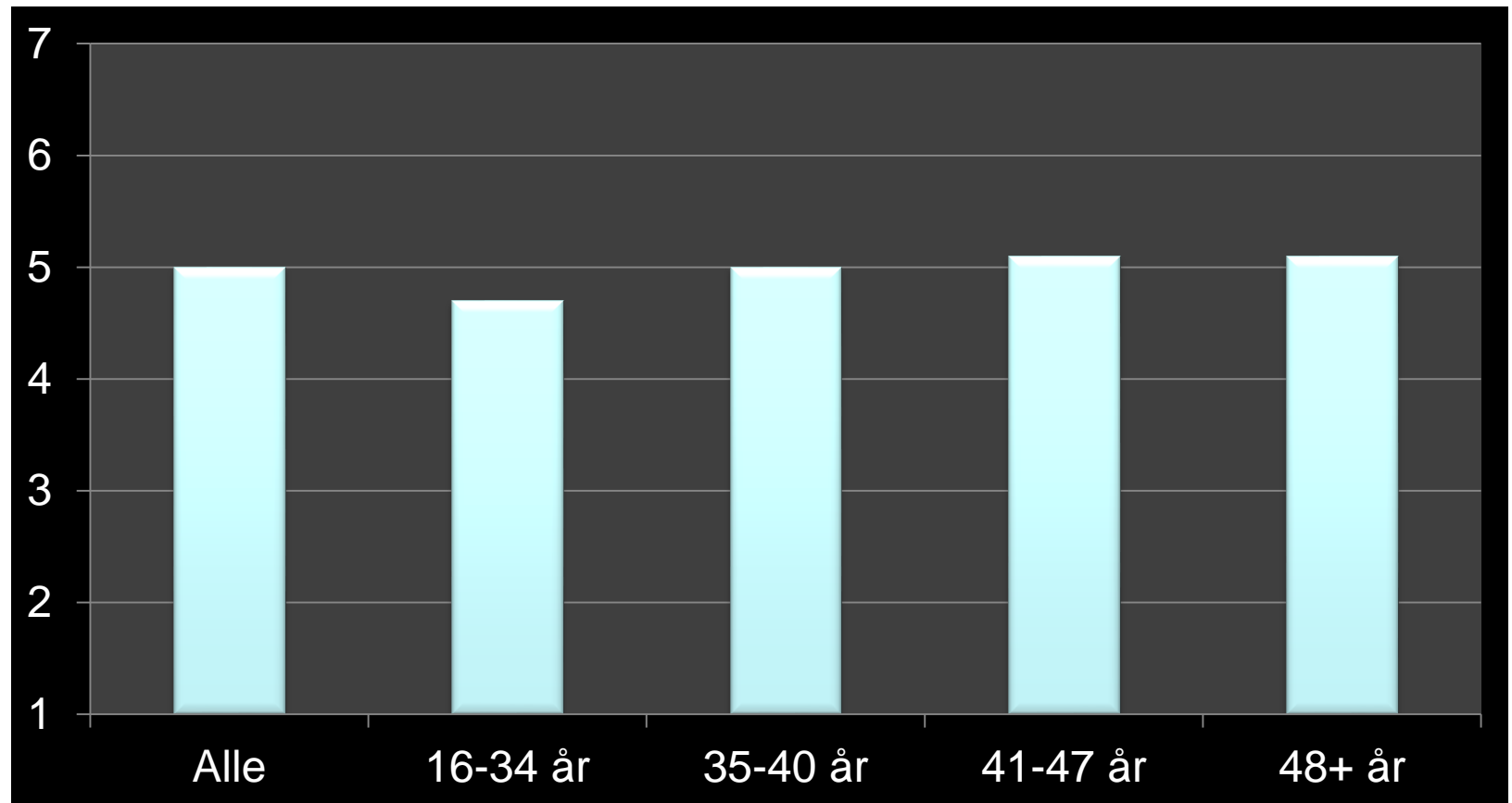
# Mestringsopplevelse etter konkurransenivå



*Hva predikerer mestringsopplevelse blant norske konkurranseryttere?*

Variabler	Mestringsopplevelse			
	$R_{xy}$	$\beta$	$R^2$	$\Delta R^2$
<b>Step 1 Rytterens personlighet</b>			37%	
Ekstraversjon	.3***			
Vennlighet	.1*			
Planmessighet	.2***	.2***		
Følelsmessig sårbarhet	-.6***	-.4***		
Åpenhet	.3***	.2***		
<b>Step 2</b>			40%	3%***
Alder				
Utdanningsnivå	.2***	.1***		
Helsestatus	-.3***	-.1*		
<b>Step 3</b>			42%	2%*
Konkurransenivå	.2***	.1*		
Hesteeierstatus				
År ridd	.1*			
Disiplin				
<b>Step 4 <u>Hestens personlighet</u></b>			42	0.5%
Sosial	.1*			
Nervøs				
<b>Step 5 <u>Forestillinger og følelser</u></b>			44%	2%*
Ærlighet				
Aksept				
Speiling	-.1*			
Harmoni	.2***	.1***		
Lederskap				
Redd	-.1*			

# Tilfredshet med livet

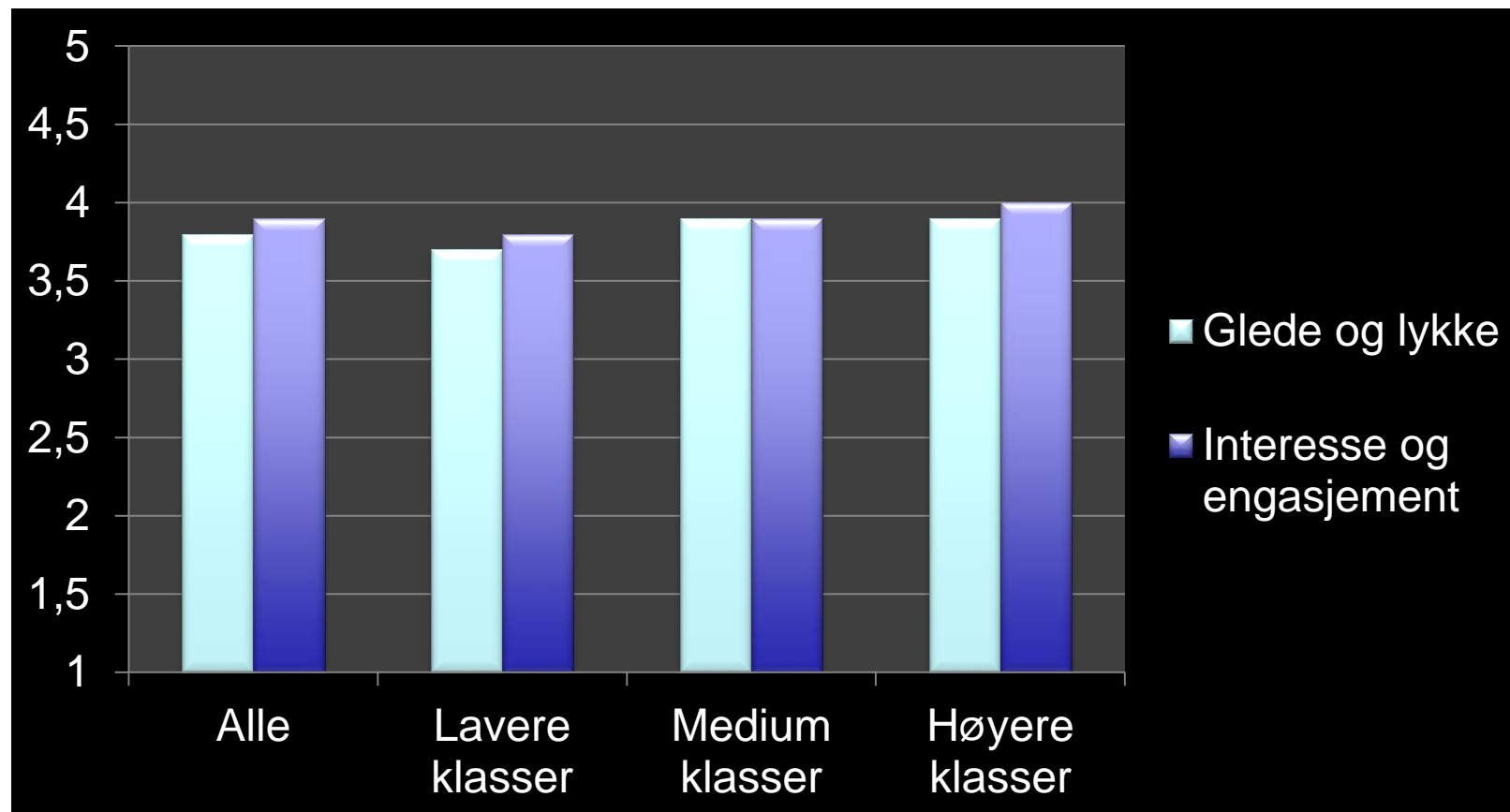


# Tilfredshet med livet varierte etter:

- **Helsetilstand**
  - Ryttere uten helseplager var mer tilfreds med livet enn ryttere med somatiske og psykiske plager (5,2 versus 3,5)
- **Hesteeierstatus**
  - Ryttere som eide flere egne hester var mer tilfreds med livet enn de som ikke hadde egen hest (5,1 versus 4,8)



# Positive følelser i livet



# «Glede og lykke» varierte etter **DISIPLIN & HELSESTATUS**

Ryttere som hovedsakelig drev med sprang skåret noe høyere enn de som hovedsakelig drev med dressur (3,9 versus 3,8)

Ryttere uten helseplager skåret høyere enn ryttere med psykiske plager (3,9 versus 3,2)

# «Interesse og engasjement» varierte etter HESTEEIERSTATUS

Ryttere som eide flere egne hester skåret høyere på interesse og engasjement dimensjonen enn de som hadde en eller ingen egen hest (4,0 versus 3,8)

# Konklusjoner

- Høy på tilfredshet med livet, positive følelser, mestringsopplevelse og selvbilde
- Høyest mestringsopplevelse hadde ryttere
  - Som personlighetsmessig var
    - bevisste og systematiske,
    - åpne for nye erfaringer og innspill,
    - ikke nevrotiske, og
  - Som kjente harmoni med hester
  - Som konkurrerte i høyere klasser i livet