

Kan känslan för ridning läras med hjälp av feedback?

Ylva Larsson

Magisteruppsats i pedagogik, 15 hp
Höstterminen 2014
Pedagogiska institutionen, Umeå Universitet
Handledare Christina Wikström

Abstrakt

Ridsport har hög skadefrekvens, men med förbättrad känsla för ridning skulle fler ryttare klara sig från att falla av hästen, som är den vanligaste skadeorsaken. Syftet med denna studie är att undersöka om ryttare upplever att feedback från instruktör och häst påverkar deras utveckling av ryttarkänsla/känsla för ridning samt om det finns skillnader i detta avseende mellan professionella ryttare och hobbyryttare. Ryttarkänslan har definierats som förmågan att befinna sig över hästens tyngdpunkt, i samma tempo och färdriktning samt att i förväg kunna tolka hästens och sina egna signaler (Larsson, 2011). Studien har utgått från teorier om feedback i skolundervisning (Hattie & Timperley, 2007). Undersökningen har skett genom en webbenkät med 32 frågor, varav 18 formulerats utifrån teorier om feedback i undervisning, riktad till ryttare med Facebook-konto, tre hippologiska tidskrifters webbversioner samt hästföretagare i gruppmail. 587 personer svarade på enkäten, varav 114 som är eller varit professionella ryttare. Resultatet av studien visar att ryttarna anser att feedback fungerar för att utveckla känslan för ridning och även används i ridundervisningen. Samtidigt märks några avseenden där överensstämmelsen är mindre. En slutsats är att feedback från hästen är omedelbar och värdefull, men att effektiv instruktion och diskussion med instruktör/tränare är användbara för att finna lösningar. En annan slutsats är att professionella ryttare har lättare att tillägna sig känslan för ridning genom feedback.

Sökord: ridsport, feedback, lära, känsla, ryttare

Abstract

Horseback riding counts a high injury frequency, but with an enhanced feeling for riding, more riders would sustain less falls from the horse, which is the most prevalent cause of injury. The aim of this study is to investigate if horseback riders experience feedback from an instructor and horse to affect their development of feeling for riding, and if there are differences in this aspect between professionals and leisure riders. The feeling for riding has been defined as the ability to stay over the horse's center of gravity, in the same tempo and direction and to anticipate and interpret the horse's and one's own signals (Larsson, 2011). The study has proceeded from theories of feedback in school education (Hattie & Timperley, 2007). The survey has been carried out through a web-based questionnaire covering 32 questions, of which 18 were framed from theories of feedback in education, aimed towards riders with Facebook account, visitors at three horse focussed magazine websites and email to horse-business related persons. The questionnaire got 587 respondents, of which 114 are or have been professional riders. The result of the study shows that the riders find feedback to be functional in developing the feeling for riding and that it is also used in riding instruction. However, there are some aspects with lesser congruency. One conclusion is that feedback from the horse is immediate and valuable, but an effective instruction and interactive discussion with the instructor/trainer are applicable to find solutions. Another conclusion is that it is easier for professional riders to apply the feeling for riding through feedback.

Key words: equestrian sport, feedback, learn, feeling, rider

Innehållsförteckning

Introduktion.....	sidan 5
Syfte.....	sidan 6
Teori.....	sidan 7
Frågeställningar.....	sidan 13
Tidigare forskning.....	sidan 13
Metod.....	sidan 16
Försökspersoner.....	sidan 16
Instrument.....	sidan 18
Procedur.....	sidan 20
Forskningsetiska överväganden.....	sidan 23
Resultat.....	sidan 23
Analys.....	sidan 40
Diskussion.....	sidan 43
Urval.....	sidan 47
Vidare forskning.....	sidan 48
Slutsatser.....	sidan 48
Referenser.....	sidan 49
Bilaga I, Enkätformulär.....	sidan 53
Bilaga II, Fria kommentarer.....	sidan 62

Omkring en halv miljon svenskar rider i dag (Svenska Ridsportförbundet, 2014). Olyckorna inom ridsporten ökar i takt med att fler personer börjar rida. Efter fotboll och utförsåkning är ridning den idrott som har den högsta skadefrekvensen (Myn-digheten för samhällsskydd och beredskap [MSB], 2010b). Den vanligaste orsaken är fall från hästen (MSB, 2010a), trots att hantering av häst från marken även ingår i statistiken.

Missförstånd mellan häst och ryttare och skrämselreaktioner hos hästen är den typ av orsaker som resulterat i de allvarligare skadorna hos ryttare (Keeling & Ladewig, 2010). Att snabbt kunna uppfatta situationer och följa med i hästens rörelser kräver något mer än bara teoretiskt kunnande och teknik. Ryttaren behöver göra rätt utan att tänka efter, och helst veta vad som är på gång innan hästen utfört de mindre önskvärda momenten.

I kandidatuppsatsen Kan man lära ut en känsla? (Larsson, 2011) konstaterades att det går att lära ut känslan för ridning, men utfallet beror på såväl eleven som instruk-tören och hästen. Känslan, i denna studie benämnd ryttarkänsla, definierades som att befinna sig över hästens tyngdpunkt och tolka dess signaler. Denna studie baserades på erfarenheter från ridinstruktörer. Om och i vilken grad ryttaren/eleven själv anser att han eller hon kan ta till sig känslan är nästa steg i att pröva slutsatsen, och före-målet för denna studie. Feedback är en viktig komponent i traditionell skolundervisning och central i formativt lärande (en kontinuerlig process, där eleven får förståel-se för vad som ska läras, genom information om var eleven befinner sig i förhållande till målet samt återkoppling/feedback om hur eleven ska komma vidare mot målet, i motsats till summativ, där avsikten är att ta reda på vad eleven lärt sig (Skolverket, 2014)) och bör även ha relevans för ridundervisning. Eftersom inte minst hästen ger ryttaren omedelbar feedback är det värdet av sådan som kommer att undersökas. Ridundervisning utgår i dag inte från teorier om feedback, och är inte vetenskapligt prövad i det sammanhanget. Utan feedback från häst och instruktör, eller om rytta-ren inte uppfattar eller ignorerar denna skulle följderna kunna bli att ryttaren inte svänger när hästen svänger, inte förbereder sig för att hästen kan kasta sig åt sidan vid signaler från hästen om att den inte är mentalt bekväm med exempelvis en annal-kande skördetröska eller inte ber om förklaring vid missförstånd om vad instruktören menar. Samtliga beskrivna situationer kan leda till att ryttaren faller av hästen, och fall från hästen kan leda till fysisk skada. Som nämnts orsakas de allvarligare skador-

na av missförstånd mellan häst och ryttare eller skrämselreaktioner från hästen, vilka är bakgrunder till scenarierna ovan.

Att lära sig rida hästar handlar om att tillägna sig en kombination av teori, teknik och känsla (Danius, 2006). Känslan innebär här att göra rätt saker i rätt ögonblick, utan att behöva fundera över vad det är man gör. Om en ridlärare är involverad i läroprocessen får denne med andra ord uppgiften att lära ut både en abstrakt kognitiv upplevelse och ett sinnesintryck, som förmedlas kinestetiskt och inte är kognitivt kopplat. Detta utöver den teori och teknik som ingår i traditionell undervisning av en praktisk färdighet. Anledningen till den extra dimensionen är att ryttaren måste parera och dirigera en annan levande varelse, utan att själv vara i kontakt med marken.

Den abstrakta kognitiva upplevelsen kan vara en aha-upplevelse eller en åh, nej-upplevelse, eller något där emellan, det vill säga ett resultat som man behöver förhålla sig till med tanken, förutom med fysisk handling (Larsson, 2011).

Det kinestetiska sinnesintrycket som inte är kognitivt kopplat är främst den egna kroppens balans och följsamhet i förhållande till en annan levande kropp, som är den som har markkontakten. För att utförandet ska bli framgångsrikt behövs dessutom en form av betydelsebärande kommunikation mellan individerna.

För att minska olyckorna inom ridsporten genom ett ökat fokus på att lära känslan för ridning, som beskrivs i kandidatuppsatsen Kan man lära ut en känsla? (Larsson, 2011), vill denna studie pröva om feedback är användbar för att göra detta, samt om professionella ryttare och hobbyryttare tillgodogör sig sammanhangets förståelse av feedback på skilda sätt. Anledningen till att undersöka om betingelserna är olika för de två ryttarkategorierna är den traditionella föreställningen att alla vill rida som proffsen gör och få veta deras eventuella hemlighet.

Syfte

Syftet med denna studie är att undersöka om ryttare upplever att feedback är värdefull för att utveckla ryttarkänsla, samt om det finns några skillnader mellan professionella ryttare och hobbyryttare i den uppfattningen. Hypotesen är att det finns en skillnad mellan professionella och hobbyryttare, eftersom de förra har en sammantaget större erfarenhet av ridning. H_0 =ingen skillnad, H_1 =skillnad.

Teori

Teori och teknik kan innebära pedagogiska problem i sig, men den största utmaningen torde ligga i att lära in en känsla. Att diskutera den abstrakta kognitiva upplevelsen kan finstämt låta sig göras mellan lärare och elev, svårare är det med det kinestetiska sinnesintrycket som inte är kognitivt kopplat. Då detta är viktigt för ryttarens egen säkerhet, förutom att det ger ytterligare en dimension av ridkonsten, faller det inom kriterierna för att bilda kunskap om processerna som formar och förändrar människan i sociala, kulturella och historiska sammanhang, det vill säga definitionen av ämnet pedagogik vid Umeå universitets pedagogiska institution.

Det sociala sammanhanget hänförs till de områden där det anses värdefullt att vara en god ryttare, vilket oftast är ett trovärdighetskriterium inom ridsporten, och definitivt är det för en instruktör eller en blivande sådan. Det kulturella sammanhanget innebär att det bidrar till en allmän utveckling av ridkonsten och att kunna tillvarata och utveckla talangfulla hästar, vilket bland annat är en samhällsekonomiskt intressant aspekt för såväl sjukvårdskostnader i det förra fallet som för avel och uppfödning i det senare. Det historiska sammanhanget knyter till de band som upprätthålls med tidigare kunskapsbärare.

Feedback är en god hjälp när en motorisk praktisk färdighet lärs in (Orand et al, 2012). Feedback kan också förbättra elevers prestation på uppgiftsnivå men även på utförandenivå (se nedan om nivåer) (du Toit, 2012). Dessutom finns belägg för att förklarande feedback är mer användbar vid inlärnig än att bara säga att svaret var korrekt (Butler et al, 2013). Av dessa anledningar har det varit intressant att applicera feedback-teorier på inlärnig av känslan för ridning, i motsats till den summativa ansatsen.

Utbildningsforskaren John Hattie publicerade 2008 studien Visible learning/Synligt lärande, en forskningsöversikt med 80 miljoner elever om vad som är effektiv undervisning (Hattie, 2008). Hattie har utfört den mest omfattande analysen av ett större antal andra studier av undervisning (Skolinspektionen, 2010). Som en kuriositet utan vetenskaplig källa kan nämnas att Hattie poängterar att feedback lämpligen ska uppfattas som något man mottar i stället för något som ges (Visible learning, 2014), vilket stämmer väl med denna studies infallsvinkel att själv lära sig känslan för ridning.

Hatties teorier har inte varit utan kritik, men den har oftast handlat om att han inte i tillräcklig utsträckning tar hänsyn till faktorer som social bakgrund och fattigdom som påverkan för inläring (Snook et al, 2009), att han inte lägger tillräckligt stor vikt vid skolklassens storlek (Australian Education Union, 2014) eller att han populistiskt går hem alltför lätt hos politiker och massmedia, som agerar för stort på enkla förklaringar (Snook et al, 2010).

Den kritiken har föga bäring på applikationen i denna studie, dels 1) eftersom den undersöker en inlärningsaktivitet som är frivillig och där utövarna engageras såväl trots som tack vare sin bakgrund, dels 2) skolklassernas jämförelse här är privatlektioner med en elev samt ridgrupper, och dessa traditionellt alltid är mindre än skolklasser, på grund av de fysiska riskerna i utövningen samt ridbanans storlek och dels 3) politiker och massmedia inte hyser särskilt intresse för hur och om invånarna lär sig rida, i motsats till det allmänna intresset för den skattefinansierade skolundervisningen. Av dessa anledningar kan Hatties teorier om feedback påstås fungera för att undersöka om de används och har värde i ett ridundervisningssammanhang, inte effekten av teorierna inom den samhälleliga skolvärlden.

Kritiken innehåller också att Hatties teorier kan vara svåra att göra om till praktik i undervisningssituationen, därför att de är komplexa (Lloyd & Trangmar, 2012). Det kan å andra sidan sägas att teorier som inte innehåller element av komplexitet riskerar att inte vara ordentligt genomarbetade, och att undervisning som går ut på att eleven själv lär in en komplex färdighet som känslan för ridning är en grannlaga uppgift för såväl instruktör som elev.

I en artikel av Hattie och Timperley (Hattie & Timperley, 2007) är feedback i sammanhanget "information som tillhandahålls av en agent beträffande aspekter på ens prestation eller förståelse". Den ska besvara tre frågor: Vart är jag på väg? (Feed up), Hur går det för mig? (Feed back) samt Varthän ska jag närmast? (Feed forward). De tre frågorna kan ställas på fyra olika påverkansnivåer: Feedback om uppgiften/FT (Feedback about the task), Feedback om hur uppgiften utförs/FP (Feedback about the processing about the task), Feedback om självstyrning/FR (Feedback about self-regulation) samt Feedback ifråga om den egna personen/FS (Feedback about the self as a person).

De tre frågorna innebär i undervisningssituationen enligt Hattie i korthet:

Vart är jag på väg? – Klara mål, utmaningar, engagemang.

Hur går det för mig? – Information om framsteg och hur man fortsätter på den vägen.

Varthän ska jag närmast? – Uppnådda utmaningar, egen planering/self regulation, bättre flöde och automatisering, strategier och processer, djupare förståelse, information om vad som är förstått.

Översatt till en inlärningsituation på hästryggen ifråga om känsla torde det i fallet Vart? handla om att ha en plan och skapa tydlighet, att överträffa det man tidigare gjort samt koncentration och inlevelse. Ifråga om Hur? skulle det handla om uppföljning och ledning. Ifråga om Varthän? att öka svårighetsgraden, diskutera vad eleven tror, automatisering, diskutera hur eleven tänker uppnå framstegen och hur denne tror att uppgifter ska utföras (Hattie & Timperley, 2007). Alltså finns det ett samband mellan att utföra och att känna.

De fyra nivåerna delar Hattie in, utvärderar och använder enligt följande:

Feedback om uppgiften/FT – Ge strategier till problemens element. Kraftfullt vid felaktiga tolkningar. Ge ledtrådar för att söka och använda strategier.

Feedback om hur uppgiften utförs/FP – Information om relationerna mellan omgivningen och personens uppfattning. Skapar mening och förståelse, relationer, kognitiva processer för att gå vidare till svårare uppgifter. Kraftfullt vid felaktiga hypoteser, vid inriktning mot strategi och sökande.

Feedback om självstyrning/FR – Ger en skillnad mellan bidragande och utförande hjälpsökande (mellan att be om ledtrådar snarare än hjälp för att slippa jobba) samt engagemang, kontroll, självförtroende, självgående, självkontroll, självinriktning/egen inriktning, självdisciplin som leder till sökande, accepterande och förenande av feedback-informationen. Kraftfullt om ett förväntat svar är felaktigt.

Feedback ifråga om den egna personen/FS – Påverkan sker bara om den leder till förändringar i ansträngning, engagemang, känsla av effekt eller strategier för att förstå.

Översatt till inläring på hästryggen:

Feedback om uppgiften/FT – Bena ut ett problem, låta hästen visa när det går fel samt att ge nycklar till strategier.

Feedback om hur uppgiften utförs/FP – Upplysning om relationerna mellan rytta-

rens uppfattning och omgivningen. Att förstå lärprocessen, så man kan gå vidare. Testa på hästen och lär av felen.

Feedback om självstyrning/FR – Testa på hästen, utan att vara rädd att göra fel. Instrumentell hjälp/ledtrådar samt att bli självgående och känna själv.

Feedback om den egna personen/FS – Främst hjälp för den osäkre.

De fyra nivåerna av feedback i en uppsutten undervisningssituation ser ut att vara: Hästen ger svaren, inte bara när det känns rätt, utan ger tillfälle att lära av felen. Instruktören ger ledtrådar, så att eleven lär sig tänka själv.

När de tre frågorna kombineras med de fyra feedback-nivåerna prövar Hattie några olika undervisningsrelaterade områden för att se effekten; timing, positiv och negativ feedback, klassrumssituation samt bedömning.

Timing: Omedelbarhet är mer användbar ifråga om FT. Fördröjning mer användbar för FP. Mindre effektiv när det handlar om lätta uppgifter.

Positiv feedback: Fungerar i FT-sammanhang, men skillnad råder om det handlar om engagemang, talang eller prestation.

Ifråga om FR förmedlar positiv feedback engagemang gentemot målen, vilket leder till ökad motivation, det vill säga att eleven vill utföra uppgiften. För högpresterande elever leder det till att klara av negativ feedback bättre, för lågpresterande kan det antingen betyda att eleven engagerar sig mer eller undviker uppgifter som leder till misslyckanden.

Negativ feedback: FT-relaterat fungerar det kraftfullt korrigerande ifråga om nya färdigheter eller uppgifter, men är ganska oanvändbart om informationen inte presenteras väl.

För FR ökar negativ feedback motivationen i den mån det handlar om en uppgift som måste utföras. Lågpresterande elever reagerar snarare negativt, om feedbacken är knuten mer till förmåga än till ansträngning.

Ifråga om FS är negativ feedback mer effektiv än positiv feedback.

Klassrumssituation: Här är feedback mindre användbar än effektiv instruktion, om de tre frågorna Vart, Hur och Varthän närmast ställs. Klassrumsatmosfären är avgörande, det vill säga om det finns risk för eleven att misslyckas inför andra. Ifråga om FP och FR är klassrumssituationen kraftfull där atmosfären kan leda till vidare lärande. Viktigt är att inte ge mer feedback, utan hur den tas emot och om eleven söker feedback, kan tolka den till värdefulla inlärningsätt samt får tillfälle att själv stäl-

la sig de tre frågorna Vart, Hur och Varthän närmast. Det är inte lärarens ansvar att ge svaren på de tre frågorna.

Bedömning: För FT, FP och FR handlar det om att ge uppgifter som kommer att visa en skillnad mellan elevens nuvarande status och lärmålen, så att eleven blir mer engagerad i att lära sig. Motsatsen är den traditionella definitionen att lägga tonvikten på värdet av de uppnådda resultaten, i stället för att eleven ska drivas att göra "mer" eller "bättre" med svag feedback, som inte riktas mot de tre frågorna Vart, Hur och Varthän närmast. När det gäller bedömning är det viktigt att läraren söker feedback om sin egen undervisning. Detta kan ske genom att utforma aktiviteter och frågor som ger feedback om effektiviteten i undervisningen, så det blir tydligt hur man ska gå vidare.

Översatt till inlärningsituationen på hästryggen tolkar jag Hatties kombinationer av de tre frågorna och de fyra nivåerna enligt följande:

Timing: Feedback från hästen/FT. Utvärdera övningarna/FP.

Positiv feedback: Öka motivationen/FR. Klara av svårigheter//FR.

Negativ feedback: Feedback från hästen för att lära nytt/FT. Måste-elementet; göra för att man måste/FR. Mer effektiv än positiv feedback ifråga om FS; vad eleven kan göra genom ansträngning i stället för talang.

Klassrumssituation/undervisningssituation: Effektiv instruktion är effektivare än feedback, under förutsättning att de tre frågorna Vart, Hur och Varthän närmast ställs. Situationen inbegriper en lämplig häst och ostörd miljö/FP, FR. Eleven behöver kunna reflektera och tolka informationen från både ridlärare och häst samt lära sig ställa de tre frågorna Vart, Hur och Varthän närmast.

Bedömning: Svårighetsgraden behöver vara tillräckligt hög i övningarna, så att skillnad märks mellan nu och förut. Eleven får lära sig själv bedöma och finna sätt att gå vidare. Instruktörens eget sätt att se feedback om effektiviteten i sin undervisning.

Ställd mot Hatties teori om feedback ger hästen ryttaren svar, och då inte bara när det känns rätt, som poängteras i nämnda kandidatuppsats (Larsson 2011), utan skulle även kunna göra det i situationer där ryttaren kan lära sig av sina misstag, genom att pröva sig fram och göra det som är svårare. Hatties teori är, liksom i en klassrumssituation, applicerbar också ifråga om feedback från instruktören och elevens egen process. Instruktören ger ledtrådar så att eleven tänker själv samt ställer de tre

frågorna Vart, Hur och Varthän närmast om sin egen instruktion. Eleven lär sig göra en egen bedömning och söker finna ett samband mellan att utföra och känna och ställer samtidigt de tre nämnda frågorna. Se Figur 1.

Feedbackteorins grundsatser över- förda till inlä- ringssituation på hästryggen	Vart? Tydlighet Överträffa/förbättra Inlevelse	Hur? Uppföljning Ledning	Varthän närmast? Öka svårighetsgraden Diskutera hur
Feedback om uppgif- ten/FT Bena ut problem Låta hästen visa Nycklar till strategier	Feedback om pro- cessen/FP Ryttarens uppfattning och omgivningen Förstå läroprocessen Testa på hästen, lär av felen	Feedback om själv- styrning/FR Testa på hästen utan att vara rädd för att göra fel Ledtrådar att bli själv- gående och känna själv	Feedback om egna perso- nen/FS Framst hjälp för den osäkre
Timing Feedback från hästen/FT Utvärdera övning- arna/FP	Positiv feedback Öka motivatio- nen/FR Klara av svårig- heterna/FR	Negativ feedback Feedback från hästen för att lära nytt/FT Göra för att man måste/FR	Undervisnings situation Lämplig häst och ostörd miljö/FP och FR Reflektera och tolka informa- tion från instruk- tör och häst Ställa sig frå- gorna Vart, Hur, Varthän nu?
			Bedömning Svårighetsgrad så skillnad märks Eleven lär sig bedöma och gå vidare Instruktörens egen feedback om egen under- visning

Figur 1. Feedbackteorierna överförda till inläringssituation på hästryggen.

När ryttaren dels lär sig att registrera rörelserna hos hästen i sin egen kropp och dels att med hjälp av feedback ta till sig och utveckla känslan torde otvivelaktigt sannolikheten för att sitta kvar på hästryggen öka markant. På så sätt undviks svårare olyckor i samband med ridsport.

Med denna studie vill jag undersöka hur ryttare av två kategorier tillägnar sig känslan, och om de kan göra det. Den ena kategorin kan kallas hobbyryttare. Den andra kategorin kallar jag professionella. Dessa båda kategorier kommer sedan att jämföras, för att se om det råder någon skillnad i deras uppfattning om saken och i så fall vari skillnaden ligger.

Frågeställningar

Frågeställningarna att använda här är:

Upplever ryttaren en utvecklande läroprocess ifråga om känsla för ridning med hjälp av teorier om feedback? Detta är kärnan i studien; att finna nyckeln till att tillägna sig ryttarkänslan med hjälp av John Hatties teorier om feedback, som dessa praktiseras i skolundervisning, men nu tillämpade på den ridundervisning som respondenterna tar del av.

Är ryttaren observant på den feedback hästen och instruktören ger? Detta är frågan om att vara öppen för *informationen*, enligt Hatties teorier om feedback.

Är timing, positiv och negativ feedback värdefulla ifråga om att lära ut känsla? Teorierna om *timing, positiv och negativ feedback* enligt Hatties teorier om feedback prövas.

Vad betyder instruktionen, hästen och miljön för att lära känsla? Hatties teorier om *effektiv instruktion, återkopplingen* från hästen och en tillämpad *klassrumssituation* prövas.

Lär sig ryttaren bedöma känsla för att kunna utveckla den? Hatties feedbackteorier inom området *bedömning* prövas.

Skiljer sig hobbyryttare och professionella ryttare i de nämnda frågeställningarna? Här undersöks om det finns skillnader mellan dem som har ridning som yrke och dem som inte har det. H₀=ingen skillnad mellan grupperna, H₁=skillnad mellan grupperna.

Tidigare forskning

Tidigare studier i hur feedback kan relateras till känsla för ridning har inte stått att finna. En studie av Daniela Capova visar hur ryttare integrerar sambandet mellan att känna och utföra (Capova, 2012). Enligt denna använder professionella ryttare sin kropp som ett precisionsinstrument för att nå en bra kontakt med hästen, men noterar inte främst det fysiska utövandet i den egna kroppen, utan som en mottagare av hur hästen rör sig, och ger högsta prioritet åt hästens reaktioner. För dem är det känslan för rörelse som är huvudsaken i ridningen. "Däremot kan det antas att nybörjare uppnår sina rörelser ganska annorlunda. God kännedom om rörelsens struk-

tur i mindre framskridna inlärningsstadier är emellertid mycket viktiga för effektiva ridlektioner." (Capova, 2012)

Wulfs et al studie (Wulf et al, 2002) om att förbättra inläring av komplexa motoriska färdigheter inom idrott med hjälp av feedback inriktas mot två slags feedback; intern eller extern. Intern feedback är här relaterad till kroppsrörelser, extern till effekter av rörelserna. Försök med tennis- och fotbollsspelare visade att båda typerna av utövare blev mer träffsäkra om de fick effekter relaterad feedback i stället för rörelser relaterad. Studien handlar dock inte om strategierna för hur utövaren själv lär in känslan av en färdighet med hjälp av feedback.

Al-Abood et al har gjort en liknande studie av basketbollspelare, som dessutom fick se videofilm av momentet de skulle träna (Al-Abood et al, 2002). Studien gav stöd åt teorin om extern feedback, här med instruktion som gavs samtidigt som försökspersonerna såg utförandet. Denna studie handlar emellertid inte heller om hur utövaren lär in känslan med hjälp av feedback.

En studie som något mer liknar den föreliggande, i att nybörjare och rutinerade golfspelare jämförts ifråga om inläring respektive förbättring av en färdighet inom idrott, har gjorts av Wulf och Jiang. Denna (Wulf & Jiang, 2007) innebär att båda grupperna fick extern och intern feedback samtidigt som en kontrollgrupp inte fick någon instruktion. Extern feedback fungerade väl för de rutinerade spelarna, intern för nybörjarna, medan resultatet för kontrollgruppen liknade det för intern feedback. Även denna studie har låg användbarhet för att undersöka hur ryttare lär in känslan för ridning med feedback, inte minst som nybörjargruppen i golfstudien inte blir jämförbar med hobbyryttarna ifråga om färdighetsrutin.

Ridläraryrket, med som mest tre års högskolestudier (Svenska Ridsportförbundet, 2014), kan anses vara mer jämförbart med lärarens i den vanliga skolan än med en idrottstränare, varför teorier som skapats i skolvärlden torde vara applicerbara. Samtliga tre nämnda studier om intern och extern feedback ska emellertid beaktas.

Vid genomgång av forskning på området, inkluderat studier av balansträning vid neurologiska funktionsnedsättningar, som har element liknande ridningens optime-

rande av tyngdpunkt, har det varit svårt att finna något mer näraliggande den aktuella inläringssituationen.

Desto mer har det undersökts om feedback kan användas i formativ bedömning, det vill säga att underhand utvärdera undervisning och inläring i form av exempelvis diagnostiska prov. Ridsporten, som till absolut övervägande andel utövare är en fritidsaktivitet, har ingen agenda av betyg eller kurser och prov som ska godkännas eller inte godkännas. Dock är det en traditionell strävan hos ryttare som rider för instruktör eller tränare att utveckla en förfining och högre effektivitet i utövandet, såväl bland dem som tävlar och mäter sin förmåga med andra som bland dem som inte gör det. I förbättrad förmåga anses ryttarkänsla inkluderad, och med förbättrad förmåga ökar möjligheterna att undvika olyckor (Larsson, 2011).

Alison Rushton pekar på att bedömningskulturen går mot formativ bedömning, och att feedback är centralt i denna, inte minst för vad hon kallar en djupare inläring. Däremot ifrågasätter hon att paradigmskiftet verkligen ägt rum, eftersom majoriteten av litteraturen i hennes fält fortfarande handlar om betyg (Rushton, 2005).

Dylan Wiliam ser formativ bedömning mer som en process än som ett verktyg och vill aktivera eleverna till att äga sin egen inläring, med hjälp av bland annat feedback som för inläringen framåt (Wiliam, 2011). Tanken är att få eleverna att bättre förstå problem och lösningar och att själva bli aktiva i exempelvis diskussioner för att öka förståelsen. Han vill inte använda feedback som ett instrument för vad eleverna har med sig, utan för att föra lärandet framåt i ett nästa steg. Beröm och betyg ger sämre resultat än ingen feedback alls, medan feedback om hur uppgiften ska lösas föder tankeverksamhet i stället för en känslomässig reaktion, enligt Wiliam.

Den som bevittnar en ridlektion kan förvisso tycka att kommunikationen från instruktören/tränaren är kantad av beröm, men att denna snarare är bekräftande ifråga om resultat än ifråga om elevens egenvärde eller duktighet. Eftersom de allra flesta ryttarna – åtminstone de med egen häst, och många lektionsryttare på ridskola är ofta dessutom medryttare på privatägda hästar – inte tillbringar sin mesta tid i sadeln inför en instruktörs eller tränares granskande öga, utan tar sig fram på egen hand tillsammans med hästen de andra sex dagarna i veckan, eller vad för intervall

som överenskommits, kan det vara stor vits att generera egen tankeverksamhet för att föra känslan för ridning till ett högre plan. Den känslomässiga reaktionen behöver inte utebli, men skulle kunna vara i skepnad av ett förklarande aha.

Metod

Frågeställningarna i studien riktade sig till ryttare av alla kategorier, åldrar och utbildningsstadier. Det breda urvalet var gjort för att kunna diskutera den så kallade ryttarkänslan som isolerad enhet, oavsett vad för slags ridning och ryttare som avses. Dessutom ville studien få svar på om det finns en skillnad mellan hobbyryttare och professionella och vari den består. Av båda anledningarna har en traditionell enkät valts för att nå resultaten. Förhoppningen var att enkäten skulle besvaras av många personer, så att underlaget blev statistiskt gångbart för att kunna behandlas som vetenskapligt resultat. En enkät torde vara en bättre metod än intervju för att få svar från många personer, och eftersom det finns en specificerad teori att utgå från, går frågorna att göra specifika, varför fördelen med bredspektriga svar från öppna intervjufrågor försvinner. Webbenkäten antogs vara det enklaste och snabbaste sättet att göra datainsamlingsproceduren kort och smidig. Respondenterna tenderar att besvara den mer omedelbart än om ytterligare moment, som att leta upp en fungerande penna, lägga i kuvert och ta sig till en brevlåda, ska infogas.

Försökspersoner

Enkäten har gått ut publikt via självselektion, försökspersonerna har alltså inte i första hand valts ut, även om så också skett. Fördelen med självselektion är att nå en bred population, som är engagerad i ämnet och har reflekterat över det. Detta kan innebära att det företrädesvis är personer som är förtjusta att fylla i enkäter som svarat. Den risken är emellertid oundviklig, och det kan misstänkas att besväret enligt ovan med en riktad enkät, särskilt i pappersform, skulle gå ett tråkigt öde till mötes. I en enkel förlängning kan det tänkas att de professionella ryttarna skulle ha mindre tid för kontorsgöromål än hobbyryttarna, och för att bättre säkra professionellt deltagande har en grupp sådana uppmärksammats särskilt via såväl Facebook som mail.

Ryttarna har klassificerats i fem ålderskategorier: under 20 år, 20-30 år, 31-45 år, 46-60 år och över 60 år. Anledningen till att ryttarna över 60 år klumpats ihop i en

kategori är att den ridande populationen i det åldersspannet helt enkelt inte är så stor; ridskolorna var inte så talrika på 40- och 50-talen och Ridfrämjandet instiftades först 1948. Den yngsta kategorin innehåller en stor grupp ridande, men många av dem har sannolikt inte börjat fundera över sin ridning i teoretiska resonemang ännu, därför har denna grupp inte delats upp. 20-30-åringarna innehåller kategorin som gör uppehåll med ridningen när de försvinner till utbildningar och arbeten, varefter populationen fortsätter tunnas ut och klassificeringen satts över 15-årsperioder. Ingen könsfördelning är gjord, eftersom någon könsmässig betydelse för känslan för ridning knappast är relevant. Dessutom är andelen manliga ryttare markant mindre än andelen kvinnliga, varför eventuella slutsatser specifikt kring könstillhörighet sannolikt inte skulle blivit tillförlitliga.

Antalet år i sadeln har delats in i fyra kategorier; mindre än ett år, ett-tre år, fyra-tio år samt mer än tio år. Anledningen är att den som ridit i mindre än ett år fortfarande är nybörjare men kanske med intressanta reflektioner. Den som tillhör den andra kategorin känner sig lite mer hemma i sadeln och börjar kunna upptäcka hur han eller hon kan påverka hästen. Han man ridit i mer än fyra år börjar man bli mer rutinerad, men utvecklingen är individuell och kan gå olika snabbt, därav det större åldersspannet till tio år. Den sista kategorin får anses rutinerad, och här blir det främst andra kriterier som avgör hur rutinerad.

Deltagarna har fått svara på om de rider mer numera än förr. Detta för att placera dem i en utvecklingskurva, som för all del är subjektiv och kan upplevas som diffus, men meningen är att det är respondenternas uppfattning om huruvida deras ridande är mer eller mindre intensivt som är intressant. Eftersom ämnet för uppsatsen är känsla finns ingen anledning att göra exakta kvantifieringar i frågeställningarna. Något närmare kvantifiering kommer man i frågorna 4 och 5; om hur ofta man rider och hur ofta för instruktör, men det är också lättare för respondenten själv att ha en klar uppfattning om detta.

Två frågor berör instruktörens kompetens och erfarenhet. Här har frågats efter de officiella svenska utbildningarna, som ordnas av Svenska Ridsportförbundet och i de högre kompetenserna tillsammans med Sveriges Lantbruksuniversitet och är indelade i tre nivåer för ridlärare och tre nivåer för tränare, oavsett disciplin, samt instruktörens/tränarens aktiva år i yrket.

Avslutningsvis frågas om försökspersonerna rider professionellt. Detta är intressant ur aspekten att ha det tidigare nämnda jämförelsematerialet med hobbyryttaren. Som

professionell avses här en person som rider i sitt huvudsakliga förvärvsarbete. För att inte missa några tidigare professionella ryttare har svaren kompletterats med alternativen att det var ganska nyligen respektive längesen. Ånyo blir det ointressant med distinkta tidsperioder; eftersom det är känslan som undersöks får svaren ges mot bakgrund av respondentens egen uppfattning om sin egen "ringrostighet".

För att få en uppfattning om hur mycket ryttarna funderar över frågor kring undervisning i allmänhet och feedback i synnerhet (utan att fördens skull känna till Hatties teorier) ställdes slutligen frågan om de tyckt att enkäten varit svår att besvara.

Alla respondenter har kunnat lämna anonyma svar, de har även informerats i missivbrevet om att deras deltagande är anonymt. Däremot har åtskilliga som svarat över Facebook offentliggjort att de har svarat på enkäten.

Instrument

En elektronisk enkät som distribueras över Internet har valts som undersökningsmetod (Bilaga I), eftersom en sådan når många personer. En webbenkät är vidare enkel att besvara och torde få fler respondenter än en som hanteras med papper och porto. Programvaran är SurveyAndReport och varianten publik enkät har valts, till skillnad från respondentenkät. Den senare har visserligen bättre kontroll på vilka som fått enkäten, vilka som svarat och att de inte svarat mer än en gång, men fördelarna övervägde för den publika enkäten, som kan nå många fler. Att någon av respondenterna skulle sätta sig med besväret att besvara enkäten mer än en gång ansågs som en kalkylerad risk, som inte var så stor att den skulle inverka negativt på reliabiliteten i studien. Testpersonerna som utsågs att svara på enkäten innan den lades ut publikt ansåg också att den inte var helt enkel att besvara, vilket talar ytterligare för att den inte blir dubbelbesvarad. Mot den bakgrunden valdes programvarans alternativ för fritt besvarande från samma dator framför alternativet att enkäten är tillgänglig först en timma senare. Uppsatsförfattaren vet att många familjer med dator på jobbet och häst i stallet ofta har endast en dator hemma, och att det senare alternativet skulle kunna bli ett hinder om exempelvis mor och dotter i en sådan familj skulle vilja besvara enkäten efter varandra. Alternativt att det skulle upplevas besvärligt att ta fram länken med enkäten och att man i stället skickar en laptop mellan varandra.

Åtta frågor inriktades på att klassificera respondenterna, de frågorna är beskrivna

under Försökspersoner här ovan. 23 frågor handlade om känslan för ridning och den avslutande frågan gällde om enkäten varit svår att besvara eller ej. Slutligen har respondenterna kunnat lämna egna kommentarer. Fler öppna frågor än så har inte använts, eftersom de dels kan ge en svårbegriplig innebörd och dels är svåra att hantera i ett stort svarsmaterial. Hela enkäten inklusive missivbrev har disponerats på en enda elektronisk sida, för att ge den översikt som kan uppmuntra respondenten att hellre svara än låta det bli en senare uppgift som inte blir av (Trost, 2012).

I de fall respondenten ska gradera sitt svar har fyra alternativ givits, detta för att få respondenten att ta ställning och inte avge en bekvämlighetsåsiikt i mitten av skalan. Medvetet har också skalan lite-mycket vänts mellan bakgrundsfrågorna om respondenten som person och dennes synpunkter om känsla, med tanke på att den första frågan statistiskt ofta får flest kryss, om respondenten är osäker (Trost, 2012).

Av de 23 rörde fem frågor definitionen av känslan för ridning – position över hästens tyngdpunkt, behålla positionen när hästen byter tempo eller färdriktning samt att tolka hästens och sina egna signaler från hästryggen (Larsson, 2011) – och resterande frågor var knutna till teorin om feedback i inläringen.

Feedback-teorins första fråga Vart är jag på väg? utgör bakgrund för de första två frågorna om en utvecklande läroprocess ifråga om känsla; 14 och 15 Har du en bild av hur du vill att din känsla för ridning ska vara? respektive Tycker du att du lätt kan plocka fram den känslan själv när du rider?

Feedback-teorins andra fråga Hur går det för mig? återfinns i fråga 16 Tycker du att du kan analysera vad som ger dig den känslan?

Feedback-teorins tredje fråga Varthän ska jag närmast? går igen i frågorna 17 och 18 Tycker du att det är lättare att få ökad känsla om du ökar svårighetsgraden i din ridning? respektive Kan du diskutera med din instruktör/tränare om hur du ska få bättre känsla?

Feedback om uppgiften/FT undersöks i frågorna 19 och 20, Tycker du att du kan testa din känsla när hästen visar att du gjort fel? respektive Tycker du att du får användbara ledtrådar av din instruktör/tränare för att själv kunna finna känslan?

Feedback om hur uppgiften utförs/FP blir så nära förknippade med frågorna 19 och 20, att hänsyftning sker i analysen efter resultatinsamlingen.

Feedback om självreglering/FR återkommer i frågorna 21 och 22, tycker du att du kan använda ledtrådar från instruktören/tränaren utan att vara rädd för att göra fel?

respektive Tycker du att du kan använda feedback från hästen utan att vara rädd för att göra fel?

Feedback om den egna personen/FS är bakgrunden till fråga 23 Tycker du att du behöver få bekräftat vad du redan behärskar ifråga om känsla i ridningen?

Kombinationen av feedback-teorins tre frågor och fyra nivåer ger, som nämnts, parametrarna timing, positiv feedback, negativ feedback, klassrumssituation samt bedömning.

Timing går igen i fråga 24 Tycker du att du omedelbart observerar feedbacken från hästen? Positiv feedback ryms i fråga 25 Tycker du att du får ökad motivation att klara av svårigheter med ökad känsla? Negativ feedback i frågorna 26 och 27 Tycker du att en svår häst ger dig bättre känsla? respektive Tycker du att mer ridning/ fler hästar att rida/ fler timmar i sadeln ger bättre känsla? Klassrumssituationen återspeglas i frågorna 28, 29 och 30 Tycker du att effektiv och interaktiv instruktion ger bättre känsla? Tycker du att en häst som är lämplig för din nuvarande nivå ger bättre känsla? respektive Tycker du att en ostörd miljö hjälper till att ge dig bättre känsla? Bedömning representeras av fråga 31 Tycker du att du lär dig bedöma känsla och kan gå vidare för att utveckla den?

Procedur

Den elektroniska enkäten inleddes med ett missivbrev (Bilaga I) för dem som kunde känna sig vilsna med anledningen till enkäten, där den aktuella feedback-teorin redovisades kort. Här förklarades också att författaren gjort en kandidatuppsats över om det går att lära ut känslan för ridning, som fått sin fortsättning i denna magisteruppsats. Dessutom redogjordes för definitionen av känsla för ridning, enligt nyss nämnda kandidatuppsats. Respondenterna förbereddes på att enkäten skulle ta en stund att fylla i, men upplystes samtidigt om att någon liknande undersökning inte gjorts tidigare, varför deras svar kunde vara en viktig insats för ridundervisningen, och på så sätt motivera till ett värde i besvarandet som skulle kunna komma respondenten till fördel (Dahmström, 2011). Avslutningsvis lämnades författarens mobiltelefonnummer och epostadress.

För att utröna vad ordet feedback betydde för en oförberedd allmänhet lades frågan om hur ordet feedback definieras ut på Facebook. Samtliga som svarade ville placera

ordet och dess synonymer i dåtid, varför det betonades i missivbrevet att feedback även kan ha sin riktning mot framtiden.

Enkäten skickades först till fyra försökspersoner med vana vid såväl akademiskt arbete, statistiska undersökningar samt, i varierande grad, ridning. Två av försökspersonerna svarade. De hade varsitt mindre påpekande, och ändringar gjordes i enlighet med dessa.

Enkäten presenterades på författarens Facebook-status, och skickades specifikt till de av författarens Facebook-vänner som var svensktalande ryttare. Dessutom sändes länken med epost till de periodiska publikationerna Ridsports, Hästmagazinet och Hippias webbtidningar, varav de två förstnämnda lade ut den samma dag. Första dagen svarade 300 personer på enkäten. Efter en vecka hade ungefär 500 svar avgivits, och enkäten lades ånyo ut på författarens Facebook-status samt skickades specifikt till professionella ryttare, dels via Facebook, dels via epost. Detta eftersom en del av studien innebär att jämföra professionella ryttares syn på känsla för ridning med hobbyryttarnas. Hjälpa med ytterligare spridning skedde genom en person som i sitt jobb har ett stort hippologiskt kontaktnät, och sände ut enkäten via epost till 300 personer, främst hästföretagare. Enkäten stängdes efter tre veckor, dagen innan hade den 580 svar och lades ut på författarens Facebook-profil för tredje gången.

Svaren på respondenternas åldrar och de feedback-relaterade frågorna jämfördes mellan de professionella ryttarna och de med ridning som hobby genom Pearsons chi-två-test. Den innebär att de absoluta observationerna jämförs med de förväntade, som om noll-hypotesen skulle vara den riktiga (i stället för arbetshypotesen), det vill säga att de professionella ryttarna och hobbyryttarna har samma upplevelse av att lära in känslan för ridning, i stället för att det skulle finnas en skillnad mellan grupperna. Hypotesen har formulerats: H_0 =ingen skillnad, H_1 =skillnad. Om noll-hypotesen inte stämmer finns det en skillnad, och via chi-två-tabeller (Snedecor & Cochran, 1978) går det att avgöra hur signifikant den skillnaden är. Skulle chi-två-summan understiga ett visst kritiskt värde kan inte nollhypotesen förkastas, och det råder därmed ingen skillnad (Körner & Wahlgren, 2006).

Signifikansnivåerna delas in i enstjärnig/5-procentig, tvåstjärnig/1-procentig och trestjärnig/0,1-procentig, där en lägre siffra ger högre sannolikhet. Nivåerna kan ock-

så uttryckas: $p < 0,05$, $p < 0,01$ respektive $p < 0,001$. Om sannolikheten är lägre än signifikansnivån är stödet för arbetshypotesen starkare (Eliasson, 2013). Det innebär omvänt att sannolikheten är minst 95 procent, 99 procent respektive 99,9 procent. För att uppnå statistisk säkerhet bör ingen av variablerna ha mycket få svar, en risk som ökar ju färre svar som samlats in. Högst 20 procent av de förväntade frekvenserna får understiga 5 (Eliasson, 2013). Båda svagheterna motverkas här genom att antalet svar är förhållandevis stort – 114 professionella respondenter och 473 hobbyryttare – samt att de endast haft fyra svarsalternativ att välja mellan, varför frekvenserna inte når under 25 procent. Ett rimligt överslag får avgöra om en variabel har så få svar att den inte är statistiskt pålitlig.

De professionella ryttarnas svar har utsetts som observation och hobbyryttarnas som förväntade svar. Valet kunde likaväl ha utfallit tvärtom, eftersom det är skillnaderna som ska undersökas, men viss logik ligger i att den största populationen står för de förväntade svaren. Variablerna har beräknats med miniräknare i brist på statistiska program för dator, då uppsatsen gjorts genom distansstudier och det sålunda inte funnits tillgång till licensbelagd mjukvara.

Chi-två-värdet beräknas genom att observationens frekvens subtraheras med den förväntade frekvensen, resultatet kvadreras och summan delas med den förväntade frekvensen. Frekvenserna har fastställts med variabelns procentuella andel av sin population, för att kunna göra likvärdiga jämförelser mellan professionella och hobbyryttare. Procenttalen har avrundats till närmaste heltal, om de inte varit under 1. Blir chi-två-värdet noll finns inga skillnader, ju större skillnaderna blir, däremot, desto större är chi-två-värdet. Att dra slutsatser av alltför höga chi-två-värden kan dock ge varningsflagg för antingen ovanliga svar eller ovanliga respondenter (Snedecor & Cochran, 1978). Av denna anledning har en intervallindelning av chi-två-värdena gjorts, för att ge överblick av fördelningen. Intervallen har indelats efter chi-två-tabellens rad för tre frihetsgrader, eftersom frågorna som berör känslan för ridning i enkäten haft fyra alternativ (Körner & Wahlgren, 2006). Lägre värden har i viss mån slagits samman, då de inte uppnår signifikansnivå, och således inte är intressanta för resultatet var för sig. I några fall har respondenterna kunnat välja mellan fem svar, men det femte har då varit en nominalvariabel för dem som inte rider för instruktör/tränare, och har alltså inte gällt känslan för ridning.

Anledningen till varför även respondenternas åldrar jämförts efter signifikanta skillnader är att fråga sig om eventuella faktiska skillnader kan spela in mellan populationerna utöver att lära in känslan för ridning.

Forskningsetiska överväganden

I missivbrevet upplyses om att deltagandet i studien är anonymt. Eftersom det rör sig om en publik enkät, utan möjlighet att skicka riktade påminnelser, kan inte heller författaren få en uppfattning om vilka som svarat. Åtskilliga personer har dock spontant meddelat att de gjort det.

Vidare var enkätens spridning av den naturen att det var helt frivilligt att besvara den samt att uppgifterna som lämnats av enskilda personer inte kan användas gentemot dem i kommersiella eller andra, icke-vetenskapliga syften. Genom att uppfylla dessa fyra krav på information, samtycke, konfidentialitet och nyttjande som Vetenskapsrådet ställer (Vetenskapsrådet, 2013) anses studien ha tagit gängse forskningsetiska hänsyn.

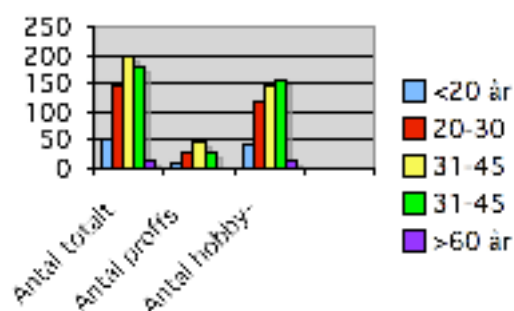
Resultat

Totalt svarade 587 personer på enkäten. Merparten var mellan 31 och 45 år, nästan lika många var mellan 46 och 60 år, 20-30-åringarna var tredje största gruppen, medan resterande åldrar nedåt och uppåt hade färre svarande. De professionella respondenterna (N=114) hade tydlig övervikt i spannet 31-45 år, men skillnaden mellan dessa och hobbyryttarna (N=473) nådde ej statistisk signifikans ($\chi^2=3,13$; $p>0,05$) (Tabell 1 och Figur 2).

Siffrorna i antal respondenter och procent samt χ^2 -värde redovisas i tabellerna som hör till respektive fråga och tas därför inte upp genomgående även i texten i detalj (Ekengren & Hinnfors, 2012).

Tabell 1. Din ålder (Fråga 1)

	Antal totalt	Procent totalt	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby-	Chi-två- värde
<20 år	50	8,5	9	8	41	9	0,11
20-30	144	24,5	28	25	116	25	0
31-45	196	33,4	48	42	148	32	3,13
31-45	181	30,8	27	24	154	33	2,45
>60 år	16	2,7	2	2	14	3	0,33



Figur 2. Svar på Fråga 1 Din ålder.

Till de professionella ryttarna räknas här även dem med professionell bakgrund som inte längre har ridning som yrke i dag (Tabell 2 och 9). Totalt utgjorde ryttarna med professionell bakgrund 19,4 procent.

Försökspersonerna

Nästan alla respondenterna hade ridit i mer än tio år (90,1 procent), och ryttarna hade i en grov sammanfattning varken ökat eller minskat sitt ridande över tiden (Tabell 2 och 3).

Tabell 2. Hur många år har du ridit? (Fråga 2)

	Antal total	Procent total	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby-
<1 år	3	0,5	0	0	3	0,5
1-3 år	2	0,3	0	0	2	0,3
4-10 år	53	9,0	5	4,4	48	10,1
>10 år	529	90,1	109	95,6	420	88,7

Tabell 3. Rider du mer för närvarande än du gjort tidigare? (Fråga 3)

	Antal <u>total</u>	Procent <u>total</u>	Antal <u>proffs</u>	Procent <u>proffs</u>	Antal <u>hobby-</u>	Procent <u>hobby-</u>
Nej	78	13,3	11	9,6	67	14,1
Jag red mer förr	123	21,0	33	28,9	90	19,0
Min ridning har varierat	174	29,6	34	29,8	140	29,6
Ja, ngt mer	110	18,7	20	17,5	90	19,0
Ja, definitivt	102	17,4	16	14,0	86	18,2

De flesta red några gånger i veckan, näst mest förekommande var ryttare som red en gång om dagen (Tabell 4). Noterbart var att den klassiska bilden av lektionsryttaren som endast rider sin enda lektion i veckan bara representerades av 7,3 procent, vilket verifierar antagandet ovan att ofta vara medryttare på en privathäst. Nästan en femtedel red flera hästar om dagen, vilket gällde både professionella och hobbyryttare, eftersom de (i dag) professionella utgjorde 8,3 procent av respondenterna.

Tabell 4. Hur ofta har du ridit under en normalperiod det senaste året? (Fråga 4)

	Antal <u>total</u>	Procent <u>total</u>	Antal <u>proffs</u>	Procent <u>proffs</u>	Antal <u>hobby-</u>	Procent <u>hobby-</u>
<1 gång/v	54	9,2	10	8,8	44	9,3
1 gång/v	43	7,3	3	2,6	40	8,5
Några ggr/v	232	39,5	33	28,9	199	42,1
1 gång/dag	152	25,9	23	20,2	129	27,3
Flera hästar/dag	108	18,1	45	39,5	63	13,3

De flesta red för instruktör eller tränare 2-4 gånger i månaden (Tabell 5). Mindre än en gång i månaden gällde för en femtedel, cirka en gång i månaden eller flera gånger i veckan för färre än så och inte alls för 9,7 procent. De professionella red i någon grad oftare för instruktör eller tränare, annars liknade deras svar de övriga respondenternas.

Tabell 5. Hur ofta rider du för instruktör/tränare? (Fråga 5)

	Antal <u>total</u>	Procent <u>total</u>	Antal <u>proffs</u>	Procent <u>proffs</u>	Antal <u>hobby-</u>	Procent <u>hobby-</u>
Inte alls	57	9,7	16	14,0	41	8,7
<1 gg/mån	126	21,5	22	19,3	104	22,0
C:a 1 gg/mån	86	14,7	21	18,4	65	13,7
2-4 ggr/mån	235	40,0	34	29,8	201	42,5
Flera ggr/v	83	14,1	21	18,4	62	13,1

Tränarens eller instruktörens kompetensnivå (Tabell 6) innebar Svenska Ridsportförbundets behörigheter C-tränare eller B-tränare för hälften av respondenterna och 13,8 procent red för för A-tränare, som är den högsta nivån. Färre red för ridlärare; 16 procent totalt, de flesta för ridlärare med Svenska Ridsportförbundets (även den internationellt överenskomna) behörighet Level 3, något färre för Level 2 och minst för Level 1, den lägsta nivån. Så många som ungefär en femtedel red för någon som inte hade formell utbildning. De professionella anlidade främst A-tränare, men här fanns också en andel som red för instruktör utan formell utbildning. De allra flesta red för en instruktör eller tränare med många år i yrket (Tabell 7). I det första fallet där enkätfrågorna berört förhållandet mellan respondent och instruktör svarade även de som inte red för instruktör med formell utbildning på frågan, vilket inte upprepades vid de andra frågorna av den karaktären. Dock var skillnaderna mellan grupperna så liten här att den var långtifrån signifikant, och det fåtal ryttare som inte svarade skulle inte kunna ändra utfallet.

Nedan visas även förekomsten av professionella ryttare, vilken nämndes inledningsvis i kapitlet, men redovisas här i enkätens frågeordningsföljd (Tabell 8).

Tabell 6. Instruktörens/tränarens utbildning (Fråga 6)

	<u>Antal</u> <u>total</u>	<u>Procent</u> <u>total</u>	<u>Antal</u> <u>proffs</u>	<u>Procent</u> <u>proffs</u>	<u>Antal</u> <u>hobby-</u>	<u>Procent</u> <u>hobby-</u>
Ingen formell	112	19,1	17	14,9	95	20,1
Level 1	12	2,0	1	0,9	11	2,3
Level 2	33	5,6	7	6,1	26	5,5
Level 3	49	8,3	8	7,0	41	8,7
C-tränare	145	24,7	16	14,0	129	27,2
B-tränare	155	26,4	26	22,8	129	27,2
A-tränare	81	13,1	39	34,2	42	8,9

Tabell 7. Instruktörens/tränarens aktiva år i yrket (Fråga 7)

	<u>Antal</u> <u>total</u>	<u>Procent</u> <u>total</u>	<u>Antal</u> <u>proffs</u>	<u>Procent</u> <u>proffs</u>	<u>Antal</u> <u>hobby-</u>	<u>Procent</u> <u>hobby-</u>
<2 år	26	4,4	4	3,5	22	4,7
3-5 år	34	5,8	7	6,1	27	5,7
6-10 år	86	14,7	6	5,3	80	16,9
11-25 år	223	38,0	45	39,5	178	37,6
>25 år	218	37,1	52	45,6	166	35,1

Tabell 8. Rider du professionellt? (fråga 8)

	Antal <u>total</u>	Procent <u>total</u>	Antal <u>proffs</u>	Procent <u>proffs</u>	Antal <u>hobby-</u>	Procent <u>hobby-</u>
Nej	473	80,6	0	0	473	80,6
Har gjort för längesen	50	8,5	50	43,9	0	0
Har gjort tills rätt nyligen	15	2,6	15	13,2	0	0
Ja	49	8,3	49	43,0	0	0

Definitionen av känsla

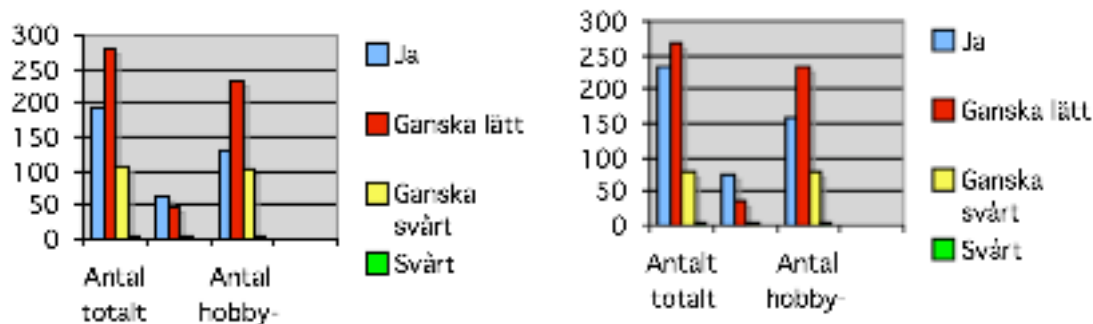
Definitionen av känslan för ridning (Larsson, 2011) fann de allra flesta vara ganska lätt eller lätt att identifiera och applicera såväl ifråga om att finna och behålla en position över hästens tyngdpunkt (Tabell 9 & Figur 3) som att behålla positionen när hästen byter tempo (Tabell 10 & Figur 4) eller färdriktning (90,8 procent för alla ryttarna, 96,5 procent för de professionella) (Tabell 11 & Figur 5) samt att tolka hästens signaler från hästryggen (92,0 respektive 97,4 procent) (Tabell 12 & Figur 6).

Tabell 9. Tycker du att det är lätt att finna och behålla en position över hästens tyngdpunkt? (Fråga 9)

	Antal <u>total</u>	Procent <u>total</u>	Antal <u>proffs</u>	Procent <u>proffs</u>	Antal <u>hobby-</u>	Procent <u>hobby-</u>	Chi-två- <u>värde</u>
Ja	195	33,2	63	56	132	28	28***
Ganska lätt	281	47,9	49	43	232	49	0,73
Ganska svårt	106	18,1	2	2	104	22	18***
Svårt	5	0,9	0	0	5	1	1

Tabell 10. Tycker du att det är lätt att följa hästens tempo? (Fråga 10)

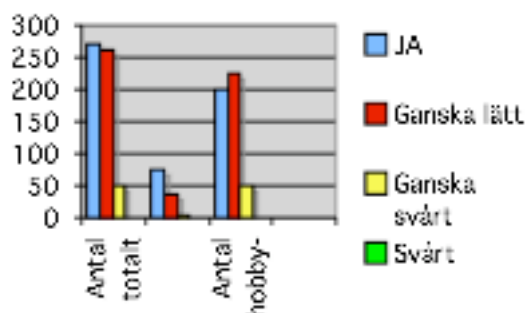
	Antal <u>total</u>	Procent <u>total</u>	Antal <u>proffs</u>	Procent <u>proffs</u>	Antal <u>hobby-</u>	Procent <u>hobby-</u>	Chi-två- <u>värde</u>
Ja	233	39,7	75	66	158	33	33***
Ganska lätt	270	46,0	36	32	234	49	5,90
Ganska svårt	80	13,6	3	3	77	16	10,56*
Svårt	4	0,7	0	0	4	0,8	0,8



Figur 3 t v och Figur 4 t h. Ryttarnas uppfattning om att finna och behålla en position över hästens tyngdpunkt respektive följa med i hästens tempo. Den lilla kategorin staplar motsvarar proffsryttarnas svar.

Tabell 11. Tycker du att det är lätt att följa med i hästens färdriktning? (Fråga 11)

	Antal total	Procent total	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby-	Chi-två- värde
Ja	272	46,3	74	65	198	42	12,60**
Ganska lätt	261	44,5	36	32	225	48	5,33
Ganska svårt	52	8,9	3	3	49	10	4,90
Svårt	2	0,3	1	0,9	1	0,2	2,45



Figur 5. Ryttarnas uppfattning om att följa med i hästens färdriktning, om den exempelvis skyggar. Den lilla kategorin staplar motsvarar proffsryttarnas svar.

Tabell 12. Tycker du att det är lätt att tolka hästens signaler från hästryggen? (Fråga 12)

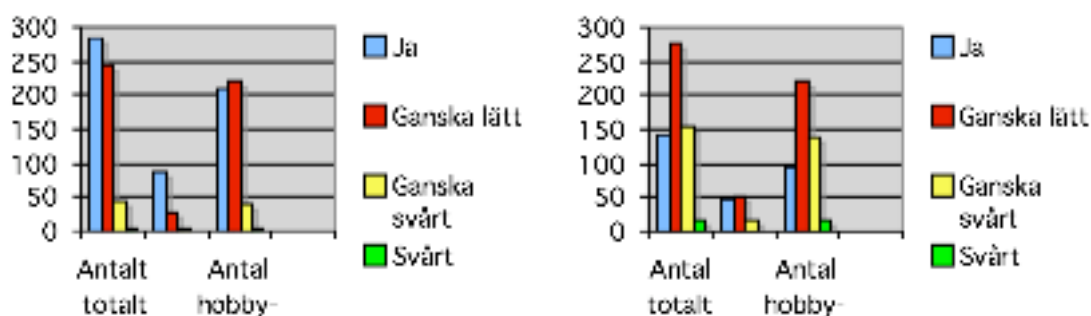
	Antal total	Procent total	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby	Chi-två- värde
Ja	294	50,1	85	75	209	44	22***
Ganska lätt	246	41,9	26	23	220	47	12**
Ganska svårt	43	7,3	3	3	40	8	3,1
Svårt	4	0,7	0	0	4	0,8	0,8

Att tolka den egna kroppens signaler, det vill säga ha ett mått av kroppsmedvetenhet, ansågs lite svårare (Tabell 13 & Figur 7). Grupperna skilde sig dock markant ifråga om hur lätt det är.-Trestjärnig signifikansskillnad ($p < 0,001$) noterades mellan proffs

och hobbyryttare ifråga om att finna och behålla positionen över hästens tyngdpunkt (Tabell 9), att följa hästens tempo (Tabell 10), att tolka hästens signaler från hästryggen (Tabell 12) samt att tolka den egna kroppens signaler från hästryggen (Tabell 13). Tvåstjärnig signifikansskillnad ($p < 0,01$) märktes ifråga om att följa med i hästens färdriktning (Tabell 11).

Tabell 13. Tycker du att det är lätt att tolka din egen kroppens signaler på hästryggen? (Fråga 13)

	Antal total	Procent total	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby-	Chi-två- värde
Ja	141	24,0	46	40	95	20	20***
Ganska lätt	275	46,8	52	46	223	47	0,02
Ganska svårt	155	26,4	15	13	140	30	9,6*
Svårt	16	2,7	1	0,9	15	3	1,47



Figur 6 tv och Figur 7 th. De professionellas tolkning av hästens signaler respektive sin egen kroppsmedvetenhet. Den lilla kategorin staplar motsvarar proffsryttarnas svar.

Feedback-teorins frågor

Syftet med denna studie är att se om feedback används i ridundervisningen och om denna är värdefull för att utveckla ryttarkänsla samt om det finns några skillnader mellan hobbyryttare och professionella. Feedback-teorins första fråga Vart är jag på väg? utgör bakgrund till de första två frågorna om en utvecklande läroprocess ifråga om känsla. Frågan "Har du en bild av hur du vill att din känsla för ridning ska vara?" besvarades med ett tydligt ja av båda grupperna (62,4 procent) (Tabell 14), följt av att få den bilden rätt ofta. Ingen signifikant skillnad noterades mellan proffs och hobbyryttare, även om såväl klart ja som att få bilden rätt sällan nästan nådde enstjärnig signifikans ($p < 0,05$) (Tabell 14). På frågan om det går att plocka fram känslan när man rider blev svaren övervägande positiva, särskilt de professionellas svar (Tabell

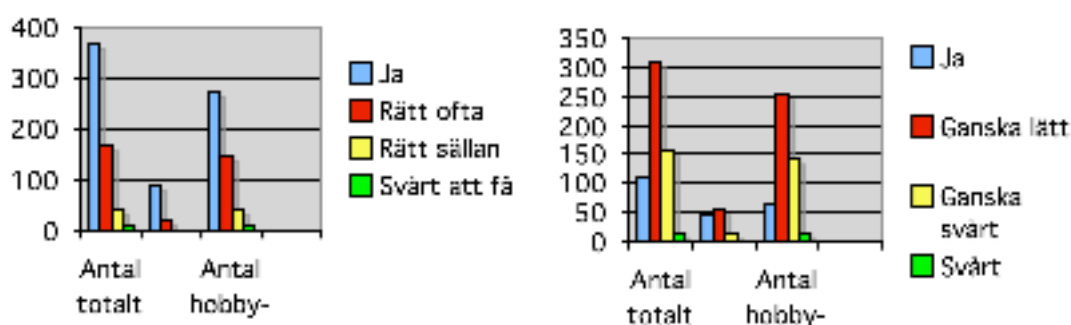
15). Trestjärnig signifikans ($p < 0,001$) uppnåddes mellan proffs och hobbyryttare ifråga om ett klart ja, enstjärnig ($p < 0,05$) för att det är ganska svårt (Tabell 15).

Tabell 14. Har du en bild/förnimmelse av hur du vill att din känsla för ridning ska vara? (Fråga 14)

	Antal total	Procent total	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby-	Chi-två- värde
Ja	366	62,4	90	79	276	58	7,6
Rätt ofta	168	28,6	23	20	145	31	3,9
Rätt sällan	44	7,5	1	0,9	43	9	7,29
Svårt att få	9	1,5	0	0	9	2	2

Tabell 15. Tycker du att du lätt kan plocka fram den känslan själv när du rider? (Fråga 15)

	Antal total	Procent total	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby-	Chi-två- värde
Ja	110	18,7	44	39	66	14	44,64***
Ganska lätt	307	52,3	54	47	252	53	0,68
Ganska svårt	157	26,7	16	14	141	30	8,53*
Svårt	13	2,2	0	0	13	3	3

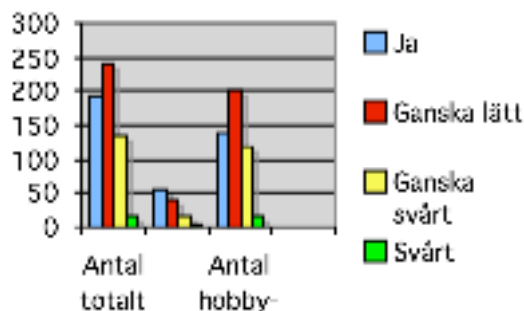


Figur 8 tv och Figur 9 th. Ryttarnas åsikter om att få en bild av känslan respektive att själv kunna ta fram den. Den lilla kategorin staplar motsvarar proffsryttarnas svar.

Feedback-teorins andra fråga Hur går det för mig? återspeglas i "Tycker du att du kan analysera vad som ger dig den känslan?" och återigen blev svaren övervägande positiva, dock tyckte en dryg fjärdedel av hobbyryttarna att det var ganska svårt eller svårt. De professionella var även här mindre tveksamma och mer entydigt positiva, enstjärnig signifikans ($p < 0,05$) för klart ja (Tabell 16).

Tabell 16. Tycker du att du kan analysera vad som ger dig den känslan? (Fråga 16)

	<u>Antal</u> <u>total</u>	<u>Procent</u> <u>total</u>	<u>Antal</u> <u>proffs</u>	<u>Procent</u> <u>proffs</u>	<u>Antal</u> <u>hobby-</u>	<u>Procent</u> <u>hobby-</u>	<u>Chi-två-</u> <u>värde</u>
Ja	195	33,2	55	48	140	30	10,8*
Ganska lätt	241	41,1	41	36	200	42	0,86
Ganska svårt	134	22,8	16	14	118	25	4,84
Svårt	17	2,9	2	2	15	3	0,33



Figur 10. Ryttarnas uppfattning om att analysera känslan. Den lilla kategorin staplar motsvarar proffsryttarnas svar.

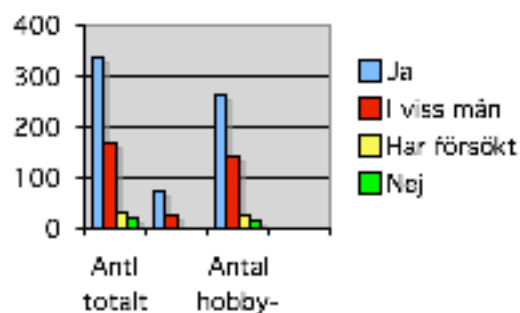
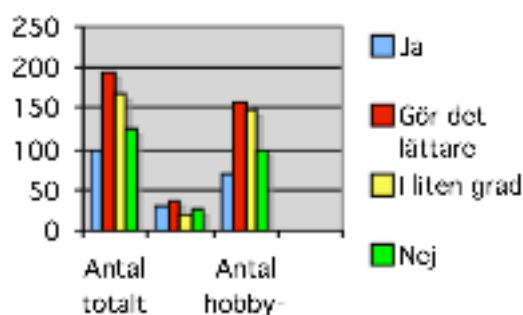
Feedback-teorins tredje fråga Varthän ska jag närmast? sökte sina svar i frågorna "Tycker du att det är lättare att få ökad känsla om du ökar svårighetsgraden i din ridning?" och "Kan du diskutera med din instruktör/tränare om hur du ska få bättre känsla?". Den första av de frågorna fick ett blandat mottagande, som gav i stort sett lika många positiva som negativa svar. Här svarade hobbyryttarna i något högre grad nekande (52 procent av gruppens svar). Enstjärnig signifikans ($p < 0,05$) för klart ja (Tabell 17). Den andra frågan besvarade nästan alla respondenterna jakande, och det rådde knappast någon skillnad mellan ryttargrupperna (Tabell 18).

Tabell 17. Tycker du att det är lättare att få ökad känsla om du ökar svårighetsgraden i din ridning? (Gör svårare övningar) (Fråga 17)

	<u>Antal</u> <u>total</u>	<u>Procent</u> <u>total</u>	<u>Antal</u> <u>proffs</u>	<u>Procent</u> <u>proffs</u>	<u>Antal</u> <u>hobby-</u>	<u>Procent</u> <u>hobby-</u>	<u>Chi-två-</u> <u>värde</u>
Ja	99	16,9	30	26	69	15	8,06*
Det gör det lite lättare	194	33,0	37	32	157	33	0,03
I ganska liten grad	168	28,8	21	18	147	31	5,45
Nej	126	21,5	26	23	100	21	0,19

Tabell 18. Kan du diskutera med din instruktör/tränare om hur du ska få bättre känsla? (Fråga 18)

	Antal <u>total</u>	Procent <u>total</u>	Antal <u>proffs</u>	Procent <u>proffs</u>	Antal <u>hobby-</u>	Procent <u>hobby-</u>	Chi-två- <u>värde</u>
Ja	335	57,1	74	65	261	55	1,8
I viss mån	169	28,8	28	25	141	30	0,83
Vi har gjort en del försök	30	5,1	2	2	28	6	2,66
Nej	19	3,2	2	2	17	4	1
Rider ej för instr	34	5,8	8	7	26	5	ej beräknat



Figur 11 t v och Figur 12 t h. Ryttarnas syn på att öka svårighetsgraden respektive diskutera strategier med sin tränare/instruktör. Den lilla kategorin staplar motsvarar proffsryttarnas svar.

Feedback om uppgiften och processen

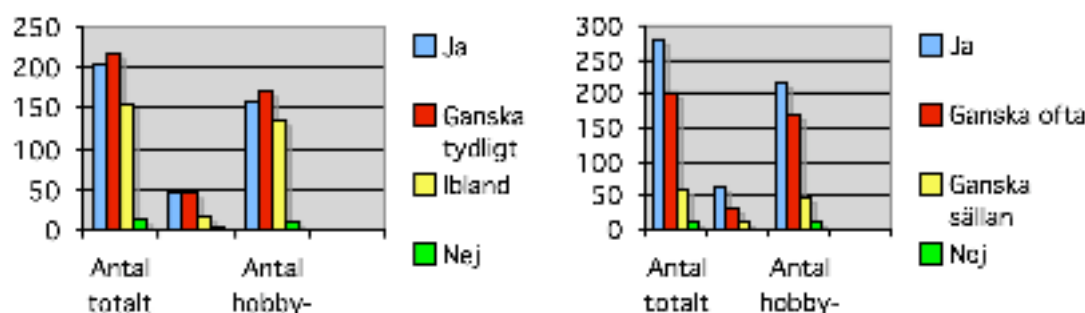
Feedback om uppgiften/FT och feedback om hur uppgiften utförs/FP undersöktes i frågorna "Tycker du att du kan testa din känsla när hästen visar att du gjort fel?" och "Tycker du att du får användbara ledtrådar av din instruktör/tränare för att själv kunna finna känslan?". En betydande majoritet svarade ja eller att det stod ganska tydligt klart för dem på den första av frågorna, men mer än en fjärdedel var tveksamma. Det sistnämnda gällde främst hobbyryttarna (Tabell 19). Den andra frågan fick ett överväldigande ja eller ganska ofta till svar. Bland de professionella svarade mer än hälften med ett entydigt ja, men skillnaden mellan grupperna var mycket liten (Tabell 20).

Tabell 19. Tycker du att du kan testa din känsla när hästen visar att du gjort fel? (Ger det dig en idé om hur du kunde gjort i stället?) (Fråga 19)

	Antal <u>total</u>	Procent <u>total</u>	Antal <u>proffs</u>	Procent <u>proffs</u>	Antal <u>hobby-</u>	Procent <u>hobby-</u>	Chi-två- <u>värde</u>
Ja	204	34,8	47	41	157	33	1,94
Ganska tydligt	217	37,0	47	41	170	36	0,69
Ibland	153	26,1	17	15	136	29	6,76
Nej	13	2,2	3	3	10	2	0,5

Tabell 20. Tycker du att du får användbara ledtrådar av din instruktör/tränare för att själv kunna finna känslan? (Fråga 20)

	Antal total	Procent total	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby-	Chi-två- värde
Ja	280	47,7	62	54	218	46	1,39
Ganska ofta	201	34,2	31	27	170	36	2,25
Ganska sällan	60	10,2	11	10	49	10	0
Nej	11	1,9	1	0,9	10	2	0,6
Rider ej för instr	35	6,0	9	8	26	5	ej beräknat



Figur 13 t v och Figur 14 t h. Ryttarnas åsikter om att testa när hästen visar att man gjort fel respektive ledtrådar från instruktör/tränare. Den lilla kategorin staplar motsvarar proffsryttarnas svar.

Feedback om självreglering

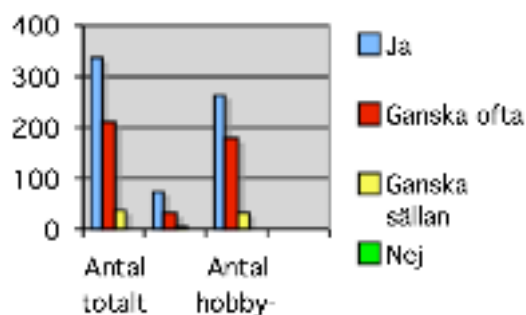
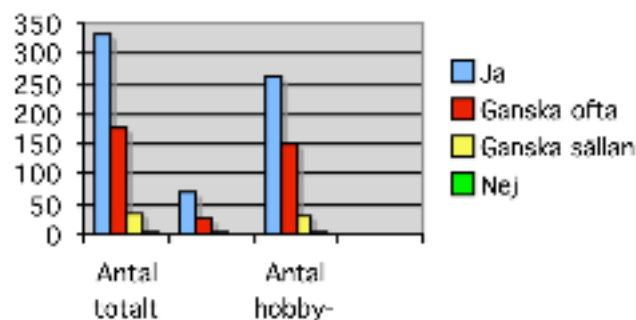
Feedback om självreglering/FR återkommer i frågorna "Tycker du att du kan använda ledtrådar från instruktören/tränaren utan att vara rädd för att göra fel?" respektive "Tycker du att du kan använda feedback från hästen utan att vara rädd för att göra fel?". Fler än hälften gav ett klart ja och ytterligare en tredjedel svarade ganska ofta på den första frågan. Den andra blev ändå mer övertygande positiv. Detsamma gällde de professionella, med accentuering mot entydigt ja-svar. Skillnaden mellan grupperna även här mycket låg (Tabell 21 respektive Tabell 22).

Tabell 21. Tycker du att du kan använda ledtrådar från instruktören/tränaren utan att vara rädd för att göra fel? (Tycker du att det känns OK att bara testa förutsättningslöst, för att se hur resultatet blir och komma vidare?) (Fråga 21)

	Antal total	Procent total	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby-	Chi-två- värde
Ja	332	56,6	72	63	260	55	1,16
Ganska ofta	179	30,5	28	25	151	32	1,53
Ganska sällan	34	5,8	5	4	29	6	0,67
Nej	6	1,0	0	0	6	1	1
Rider ej för instr	36	6,1	9	8	27	6	ej beräknat

Tabell 22. Tycker du att du kan använda feedback från hästen utan att vara rädd för att göra fel? (Som i Fråga 13 fast från hästen i stället för instruktören/tränaren.) (Fråga 22)

	Antal total	Procent total	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby-	Chi-två-värde	
Ja	339	57,8	76	67	263	56	2,16	
Ganska ofta	212	36,1	32	32	28	180	38	2,63
Ganska sällan	36	6,1	6	6	5	30	6	0,17
Nej	0	0	0	0	0	0	0	



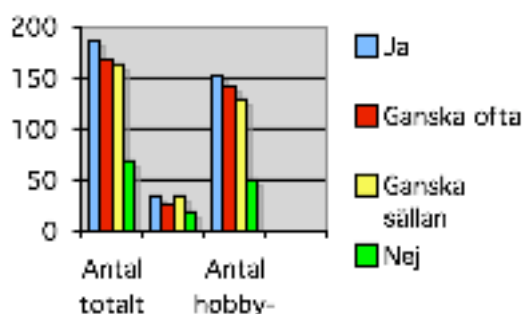
Figur 15 t v och Figur 16 t h. Ryttarnas uppfattning om att pröva förutsättningslöst med feedback från instruktören respektive hästen. Den lilla kategorin staplar motsvarar proffsryttarnas svar.

Feedback om egna personen

Feedback om den egna personen/FS återspeglades i frågan "Tycker du att du behöver få bekräftat vad du redan behärskar ifråga om känsla i ridningen?" och här blev svaren visserligen i majoritet för ett ja eller ganska ofta, men en stor andel hade motsatt uppfattning. Detta gällde i än högre grad de professionella, men jakandet övervägde något. Mycket liten skillnad mellan grupperna (Tabell 23).

Tabell 23. Tycker du att du behöver få bekräftat vad du redan behärskar ifråga om känsla i ridningen? (Fråga 23)

	Antal total	Procent total	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby-	Chi-två- värde
Ja	188	32,0	35	31	153	32	0,31
Ganska ofta	169	28,8	27	24	142	30	1,2
Ganska sällan	162	27,6	34	30	128	27	0,33
Nej	68	11,6	18	16	50	11	2,27



Figur 17. Ryttarnas uppfattning om att vilja få bekräftat vad de redan behärskar. Den lilla kategorin staplar motsvarar proffsryttarnas svar.

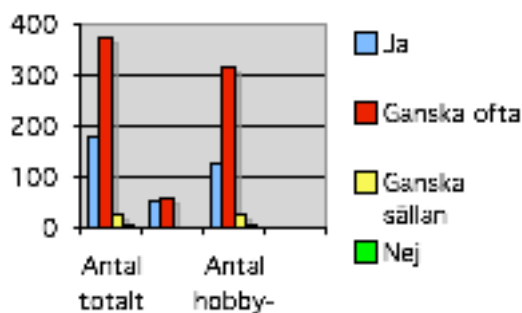
Feedback-teorins kombinationer

Kombinationen av feedback-teorins tre frågor och fyra nivåer ger, som redan påpekats, faktorerna timing, positiv feedback, negativ feedback, klassrumssituation samt bedömning.

Timing återfinns i "Tycker du att du omedelbart observerar feedbacken från hästen?". Bara en mycket liten del av respondenterna svarade nekande eller att det hände sällan. Ingen av de professionella svarade nekande. De tycktes ha betydligt lättare för den observationen; här märktes trestjärnig signifikans ($p < 0,001$) i det rent jakande svaret (Tabell 24).

Tabell 24. Tycker du att du omedelbart observerar feedbacken från hästen? (Fråga 24)

	Antal total	Procent total	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby-	Chi-två- värde
Ja	179	30,5	54	47	125	26	16,96***
Ganska ofta	376	64,1	60	53	316	67	2,92
Ganska sällan	28	4,8	0	0	28	6	6
Nej	4	0,7	0	0	4	0,8	0,8



Figur 18. Ryttarnas syn på att snabbt observera feedback från hästen. Den lilla kategorin staplar motsvarar proffsryttarnas svar.

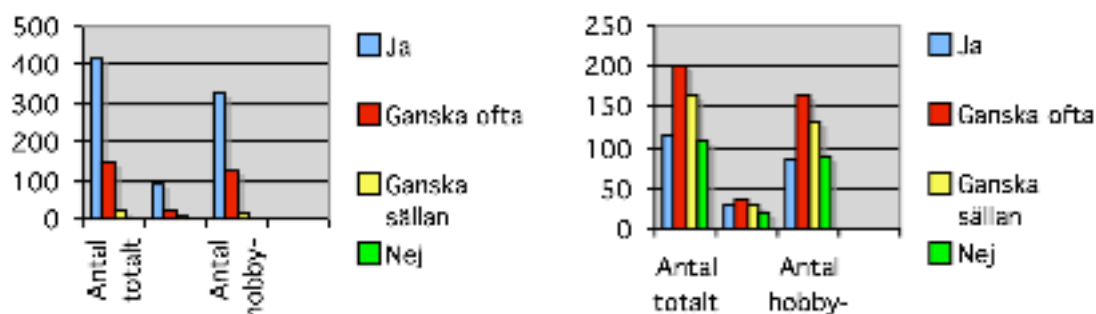
Positiv feedback ryms i frågan "Tycker du att du får ökad motivation att klara av svårigheter med ökad känsla?", och här blev det positiva gensvaret överväldigande stort (95,9 procent). Samma resultat gällde de professionella, med accentuering av rent positiva svar (96,5 procent). Mycket liten skillnad mellan grupperna (Tabell 25). Negativ feedback med ett måste-element finns inom frågorna "Tycker du att en svår häst ger dig bättre känsla?" respektive "Tycker du att mer ridning/ fler hästar att rida/ fler timmar i sadeln ger bättre känsla?". Den första besvarades med minimal övervikt jakande och nekande (för de professionella något mer jakande), på den andra gavs nästan inga nekande svar. Den första av frågorna hade mycket liten skillnad mellan grupperna, den andra nästan ingen alls (Tabell 26 respektive Tabell 27).

Tabell 25. Tycker du att du får ökad motivation att klara av svårigheter med ökad känsla? (Blir det lättare att ta hand om svårigheter som förr kändes motiga?) (Fråga 25)

	Antal total	Procent total	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby-	Chi-två- värde
Ja	415	70,7	88	77	327	69	0,93
Ganska ofta	148	25,2	22	19	126	27	2,37
Ganska sällan	21	3,6	4	4	17	4	0
Nej	3	0,5	0	0	3	0,6	0,6

Tabell 26. Tycker du att en svår häst ger dig bättre känsla? (Blir påtvingat fokus positivt och utvecklande, eller bara jobbigt och osäkert?) (Fråga 26)

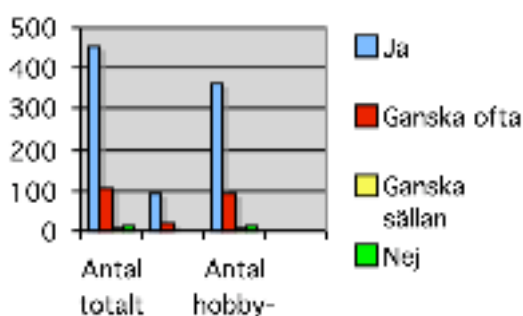
	Antal total	Procent total	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby-	Chi-två- värde
Ja	114	19,4	28	25	86	18	2,72
Ganska ofta	202	34,4	37	32	165	35	0,26
Ganska sällan	163	27,8	30	26	133	28	0,14
Nej	108	18,4	19	17	89	19	0,21



Figur 19 t v och Figur 20 t h. Ryttarnas syn på att få ökad motivation respektive om en svår häst ger bättre känsla. Den lilla kategorin staplar motsvarar proffsryttarnas svar.

Tabell 27. Tycker du att mer ridning/ fler hästar att rida/ fler timmar i sadeln ger bättre känsla? (Fråga 27)

	Antal total	Procent total	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby-	Chi-två- värde
Ja	457	77,9	94	82	363	77	0,32
Ganska ofta	107	18,2	18	16	89	19	0,47
Ganska sällan	7	1,2	1	0,9	6	1	0,01
Nej	16	2,7	1	0,9	15	3	1,47



Figur 21. Ryttarnas syn på om mer ridning ger bättre känsla. Den lilla kategorin staplar motsvarar proffsryttarnas svar.

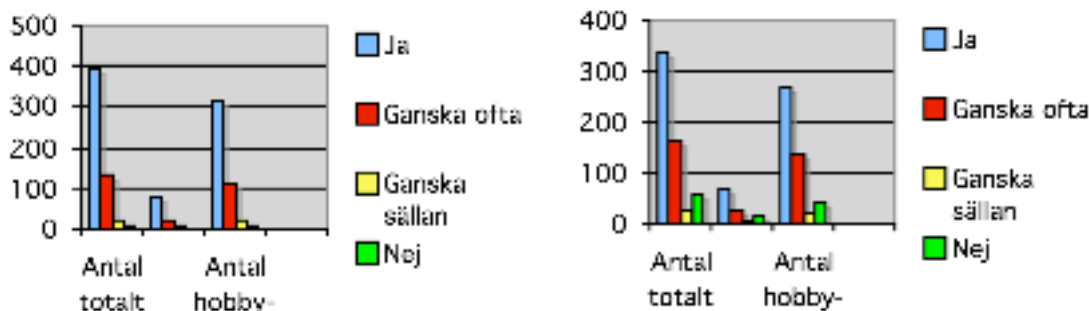
Klassrumssituationen återspeglas i frågorna "Tycker du att effektiv och interaktiv instruktion ger bättre känsla?", "Tycker du att en häst som är lämplig för din nuvarande nivå ger bättre känsla?" respektive "Tycker du att en ostörd miljö hjälper till att ge dig bättre känsla?". Här gavs mycket stort positivt gensvar på första och andra frågan (i än högre grad vad gällde de professionella), medan en fjärdedel var tveksamma eller nekande ifråga om den sista, något fler bland de professionella. Skillnaderna var mycket små mellan grupperna på alla tre frågorna (Tabell 28, Tabell 29 respektive Tabell 30).

Tabell 28. Tycker du att effektiv och interaktiv instruktion ger bättre känsla? (När instruktören/tränaren och du tillsammans kan bearbeta hur du ska gå vidare.) (Fråga 28)

	Antal <u>total</u>	Procent <u>total</u>	Antal <u>proffs</u>	Procent <u>proffs</u>	Antal <u>hobby-</u>	Procent <u>hobby-</u>	Chi-två- <u>värde</u>
Ja	394	67,1	81	71	313	66	0,38
Ganska ofta	134	22,8	19	17	115	24	2,04
Ganska sällan	23	3,9	5	4	18	4	0
Nej	5	0,9	1	0,9	4	0,8	0,01
Rider ej för instr	31	5,3	8	7	23	5	ej beräknat

Tabell 29. Tycker du att en häst som är lämplig för din nuvarande nivå ger bättre känsla? (Fråga 29)

	Antal <u>total</u>	Procent <u>total</u>	Antal <u>proffs</u>	Procent <u>proffs</u>	Antal <u>hobby-</u>	Procent <u>hobby-</u>	Chi-två- <u>värde</u>
Ja	338	57,6	68	60	270	57	0,16
Ganska ofta	165	28,1	26	23	139	29	1,24
Ganska sällan	27	4,6	5	4	22	5	0,2
Nej	57	9,7	15	13	42	9	1,78



Figur 22 t v och Figur 23 th. Ryttarnas syn på effektiv instruktion och häst som är lämplig för uppgiften. Den lilla kategorin staplar motsvarar proffsryttarnas svar.

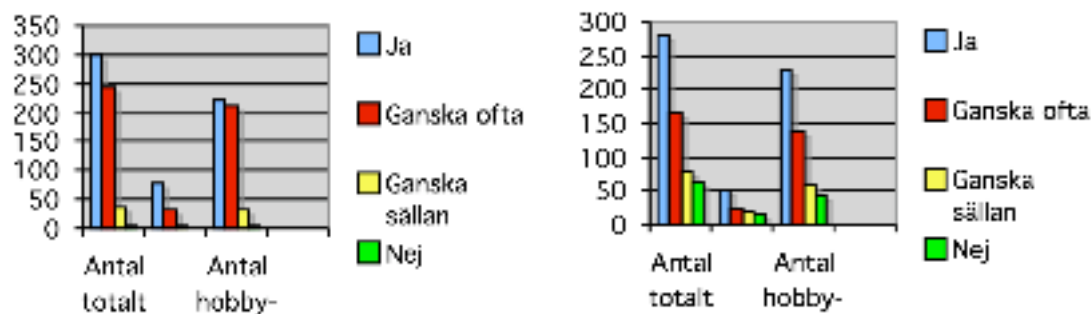
Tabell 30. Tycker du att en ostörd miljö hjälper till att ge bättre känsla? (Fråga 30)

	Antal <u>total</u>	Procent <u>total</u>	Antal <u>proffs</u>	Procent <u>proffs</u>	Antal <u>hobby-</u>	Procent <u>hobby-</u>	Chi-två- <u>värde</u>
Ja	281	47,9	52	46	229	48	0,08
Ganska ofta	164	27,9	25	22	139	29	1,69
Ganska sällan	80	13,6	20	18	60	13	1,92
Nej	62	10,6	17	15	45	10	2,5

Bedömning representeras av frågan "Tycker du att du lär dig bedöma känsla och kan gå vidare för att utveckla den?". Här var nekandet och tvekandet mycket lågt (7,3 procent), det rena jakandet högt bland de professionella (96,5 procent), och enstjärning signifikansskillnad ($p < 0,05$) noterades (Tabell 31).

*Tabell 31. Tycker du att du lär dig bedöma känsla och kan gå vidare för att utveckla den?
(Fråga 31)*

	Antal total	Procent total	Antal proffs	Procent proffs	Antal hobby-	Procent hobby-	Chi-två- värde
Ja	298	50,8	76	67	222	47	8,51*
Ganska ofta	246	41,9	34	30	212	45	5
Ganska sällan	37	6,3	4	4	33	7	1,29
Nej	6	1,0	0	0	6	1	1



Figur 24 t v och Figur 25 t h. Ryttarnas åsikter om en ostörd miljö respektive att lära sig bedöma känsla. Den lilla kategorin staplar motsvarar proffsryttarnas svar.

Sammantaget har befunnits signifikanta skillnader mellan proffs och hobbyryttare av graden $p < 0,001$ i följande sammanhang:

att finna och behålla positionen över hästens tyngdpunkt (Tabell 9)

att följa hästens tempo (Tabell 10)

att tolka hästens signaler från hästryggen (Tabell 12)

att tolka den egna kroppens signaler från hästryggen (Tabell 13)

att plocka fram känslan när man rider, klart ja (Tabell 15)

att omedelbart observera feedbacken från hästen, klart ja (Tabell 24)

av graden $p < 0,01$:

att följa med i hästens färdriktning (Tabell 11).

av graden $p < 0,05$:

att plocka fram känslan när man rider, ganska svårt (Tabell 15)

att analysera vad som ger känslan, klart ja (Tabell 16)

att öka svårighetsgraden, klart ja (Tabell 17)

Fria kommentarer

De flesta som svarade tyckte inte att frågorna var svåra att besvara (64,6 procent), dock ansåg ändå en betydande andel (35,4 procent) att frågorna varit svåra (Tabell 32).

Tabell 32. Tyckte du att frågorna var svåra att besvara? (Fråga 32)

	Antal <u>total</u>	Procent <u>total</u>	Antal <u>proffs</u>	Procent <u>proffs</u>	Antal <u>hobby-</u>	Procent <u>hobby-</u>	Chi-två- <u>värde</u>
Ja	202	35,4	34	30	168	37	1,32
Nej	369	64,6	78	70	291	63	0,78

Förhållandevis många fria kommentarer hade lämnats (Bilaga II). Några av dessa upplyste om en felaktighet i åldersspannen, vilket åtgärdades under första dagen enkäten låg ute. Respondenterna hade valt ett näraliggande åldersalternativ (meddelades författaren via Facebook). Kommentarer om frågorna handlade bland annat om att det borde ha gått att hoppa över frågor man inte kunde svara på, att känsla är dagsform och inte alltid densamma och att det hade varit bra med kommentarsfält på varje fråga, eller kompletterande, som att instruktören inte hade någon av de nämnda svenska nivåerna. Några kommentarer handlade om känslan, som att en instruktör inte kan förmedla den, men se när hästen gör rätt och informera ryttaren, att en bra tränare måste se till hela ekipagets balans och att alla inte kan rida på samma sätt samt att hästen förmedlar den bästa känslan.

Analys

De allra flesta respondenterna red för utbildad tränare eller instruktör. De professionella anlätade i högre grad dem med högre kompetens, och red oftare för tränare/instruktör. Betydligt fler av respondenterna red för tränare än för ridlärare, trots att de sistnämnda har längre utbildning (Svenska Ridsportförbundet, 2014). Detta tydde även på att en stor del av respondenterna inte red på ridskola, trots att enkäten varit lika tillgänglig för lektionsryttare som för privatryttare. Förhållandevis många red för instruktör utan formell utbildning, även om det framgick av de fria kommen-

tarerna att det förekom instruktörer/tränare med annan utbildning än från det svenska systemet.

Att uppfylla definitionen av känsla för ridning (Larsson, 2011) innebar inga större svårigheter för respondenterna, med undantag för den egna kroppsmedvetenheten, som innebar stor skillnad mellan professionella och hobbyryttare. Signifikant skillnad rådde på alla punkterna (1. finna och behålla positionen över hästens tyngdpunkt, 2. följa med i hästens tempo, 3. dito färdriktning, 4. tolka hästens signaler från hästryggen, 5. tolka den egna kroppens signaler från hästryggen); $H=1$. Däremot noterades inte detta som ett stort hinder, vilket går i linje med att respondenterna har lång riderfarenhet.

Lärprocessen i feedback-teorins fråga Vart är jag på väg? kunde respondenterna lätt staka ut i teorin, något lite svårare hade de i praktiken (enkätfrågorna "Har du en bild av hur du vill att din känsla för ridning ska vara?" samt att kunna plocka fram känslan när man rider). De professionella såg det som enkelt i båda fallen och skillnaden mellan grupperna var stor/trestjärnig/ $p<0,001$ ifråga om praktiken. Feedback-teorins andra fråga Hur går det för mig? (enkätfrågan "Tycker du att du kan analysera vad som ger dig den känslan?") gav samma resultat och signifikant skillnad, här enstjärnig/ $p<0,05$. Feedback-teorins tredje fråga Varthän ska jag närmast? (om att öka känslan om svårighetsgraden ökas samt diskutera med instruktören om hur ökad känsla uppnås) delades ungefär lika i positivt och negativt när det gällde att öka svårighetsgraden, mer nekande för hobbyryttarna och signifikant skillnad mellan grupperna ifråga om ett rakt ja. Ifråga om att kunna diskutera med instruktören/tränaren blev svaren nästan helt jakande.

Frågeställningen om ryttarna upplever en utvecklande lärprocess ifråga om känsla med hjälp av Hatties teorier om feedback kan således besvaras med att de gör det genom att det finns stöd för en utvecklande lärprocess tillsammans med en konstruktiv instruktör som diskuterar med eleven samt en tydlig plan och en bild av hur eleven tänkt att det ska vara. Signifikant skillnad mellan proffs och hobbyryttare noterades ifråga om att kunna plocka fram känslan man tänker sig på förhand när man sedan rider, att kunna analysera vad som ger känslan samt att öka känslan för ridning när svårighetsgraden ökas; $H=1$.

Feedback om uppgiften/FT och feedback om hur uppgiften utförs/FP ges när hästen visar att man gjort fel ansåg de allra flesta, i än högre grad de professionella, dock ingen signifikant skillnad. Samma sak gällde om ryttarna får användbara ledtrådar till känsla av instruktör/tränare. Därmed kan de sägas vara observanta på informationen från häst och instruktör.

Feedback om självreglering/FR fungerar väl med förutsättningslöst prövande av ledtrådar från instruktör/tränare och häst, utan att vara rädd för att göra fel, ändå mer för de professionella än för hobbyryttarna, men ingen signifikans. Feedback om den egna personen/FS ville de flesta ha, även de professionella, men särskilt i sistnämnda fallet bara en knapp majoritet.

Frågeställningen om ryttaren är observant på den feedback hästen och instruktören ger kan således besvaras positivt. Här noterades ingen signifikans mellan proffs och hobbyryttare; $H=0$.

Timing i att observera feedback från hästen ansåg nästan alla att de hade, men skillnaden var trestjärnigt signifikant/ $p<0,001$ mellan grupperna ifråga om ett entydigt ja-svar. Positiv feedback i form av att klara svårigheter med ökad känsla fick också mycket stort gensvar. Negativ feedback i form av en svår häst gav knapp positiv övervikt, något mer för de professionella, medan formen av mer ridning knappt gav några nekande svar. Alltså kan positiv feedback hävdas vara mer värdefull i ett ridinstruktionssammanhang än negativ feedback. Ingen signifikans rådde för någon av de tre punkterna.

Frågeställningen om timing samt positiv och negativ feedback är värdefulla för att lära ut känslan för ridning kan därmed konstateras ifråga om timing, ifråga om positiv feedback för att klara svårigheter och ifråga om negativ feedback vid mer ridning. I det sistnämnda fallet betyder "mer av något" emellertid inte en fördel enligt Hatties teorier. Negativ feedback vid svår häst gav inget entydigt gensvar hos ryttarna. Skillnad mellan grupperna proffs och hobbyryttare: Timing $H=1$. Positiv feedback $H=0$. Negativ feedback $H=0$.

Klassrumssituationen med effektiv instruktion, lämplig häst och ostörd miljö fick stort positivt stöd i de första två fallen, medan något fler var tveksamma till ostörd miljö, särskilt de professionella, som kan antas vara vana vid att samtidigt ha en arbetssituation med delad uppmärksamhet, ingen signifikans mellan grupperna. Där-

med kan effektiv instruktion och lämplig häst tolkas som betydelsefulla för att lära sig ryttarkänsla, medan ostörd miljö har något mindre betydelse.

Frågeställningen om instruktionens, hästens och miljöns roll för att lära känsla kan således sägas ha betydelse. Ingen signifikant skillnad mellan grupperna: $H=0$.

Den egna bedömningen av känsla och att kunna utveckla den ansåg sig de allra flesta klara av, speciellt bland de professionella ryttarna, enstjärnig signifikans/ $p<0,05$. Detta talar emot feedbackteorin om att öka svårighetsgraden, något som det fanns tveksamhet mot bland respondenterna, liksom att inte lägga tonvikten på att göra mer med svag feedback, vars motsats torde bli respondenternas övertygelse om att fler timmar i sadeln ger bättre ryttarkänsla. Detta skulle kunna förklaras med det i hippologiska sammanhang välkända axiomat att varje ny häst eller rentav varje ny ritt är en ny utmaning eller ny lärdom, vilket i så fall i sig höjer svårighetsgraden samt att det rör sig om en fysisk aktivitet där så kallad automatisering är värdefull (se vidare under Diskussion).

Frågeställningen om ryttaren lär sig bedöma känsla för att utveckla den besvaras därmed positivt. Signifikant skillnad mellan grupperna: $H=1$. Däremot råder viss diskrepans gentemot Hatties teorier ifråga om att öka svårighetsgraden och att rida mer.

Diskussion

Utfallet av enkäten visar att feedback till betydande del tycks vara en lämplig teori att applicera på lärprocessen ifråga om fenomenet känsla i ridundervisning. Främst och omedelbart ges feedback från hästen, därefter från instruktören. Enkätens respondenter ansåg feedbacken fungera övervägande väl med sina instruktörer/tränare, trots att dessa hade varierande utbildning; en fjärdedel red för C-tränare som har den kortaste utbildningen. De professionella ryttarna hade det lättare än hobbyryttarna att få känslan genom feedback.

I några avseenden stämde respondenternas uppfattningar inte med teorierna om feedback vid inläring. Eftersom enkäten hade jämnt antal svarsalternativ tvingades

respondenterna ta ställning, vilket gav klara svar för och emot, däremot kan nyanser ha missats med endast fyra alternativ. Å andra sidan ökade den statistiska säkerheten i förhållande till antalet respondenter.

Vad gäller skillnaden mellan professionella och hobbyryttare ser författaren att den valda metoden ger en tillförlitlig bild av respondenternas uppfattningar, även respondenternas numerär. Möjligen kan övervikten mot samtligas – även hobbyryttarnas – långa erfarenhet av ridning snedvrida resultatet, men dels har ryttare i olika åldrar och riderfarenhet haft möjlighet att svara (beroende på författarens mångfald bland facebookvänner samt de publika exponeringarna på större ridsporttidningars hemsidor), dels torde en längre erfarenhet ge en större förståelse och i sin tur initierade svar.

De tre frågorna Vart är jag på väg? Hur går det för mig? Varthän ska jag närmast? överensstämde väl med att lära in känslan för ridning, utom den sista, där tanken att utveckla läroprocessen med ökad svårighetsgrad bara stöddes av hälften av respondenterna, dock hade de professionella en klarare uppfattning om den möjliga nyttan med ökad svårighetsgrad. Detta skulle kunna bero på att ridning kan vara tillräckligt svårt utan extra tillagda svårigheter, att frågan varit oklar eller att hobbyryttare med lång erfarenhet tycker att de nått en hög svårighetsgrad redan, och ser formuleringen mer formell än innehållsmässig för det egna lärandet. Det skulle också kunna vara en effekt av att respondenterna inte reflekterat över denna möjlighet. Att öka svårighetsgraden kan dessutom betyda olika saker av det mindre önskvärda slaget, allt från en svår häst som för med sig uppenbara säkerhetsrisker till att utföra svårare ridmoment och riskera negativ mental eller fysisk utveckling hos hästen.

Feedback om den egna personen är lågt rankad som användbar i feedbackteorin. Att respondenterna – även de professionella – ändå tyckte den var värdefull skulle kunna bero på att det rör sig om en idrott där man tävlar, och att beröm utan särskild förklaring av vad som var bra är inbyggt i traditionen. Denna bygger också på militär grund, vilken ofta fått klä gestalt av att ta emot utan att ifrågasätta och leta mer fel än förtjänster, så det är trevligt att bara få veta att man var duktig för att man är det. Här kan frågan vara grumligt ställd och uppfattas som att ryttaren på grund av ridningens komplexitet kan vara osäker på om ett moment varit bra utfört och vilja få bekräftelse, mer ifråga om uppgiften än den egna kompetensen. Eftersom feedback även kommer från hästen kan frågan uppfattas som att ett upprepat bra resultat bekräftar vad man

redan behärskar, och att det kopplas till automatisering, som är en önskvärd effekt inom fysisk aktivitet.

Att göra mer av något framhålls inte heller som idealet av Hattie, helt i motsats till respondenterna. Här har emellertid teorin applicerats på en fysisk färdighet, som inte bara kan läras in kognitivt. Det idiomatiska uttrycket övning ger färdighet kan mycket väl tänkas ha bäring på att lära sig just en färdighet. Klassrumssituationen är heller inte helt överförbar från den vanliga skolan, där fler elever undervisas vid samma tillfälle och har mer uppmärksamhet på varandra än vid ridsport. Däremot har klassrummens elever ingen publik, i motsats till ryttare, som får vänja sig vid åskådare från ridstart.

Värdet av Hatties teorier om feedback i ridundervisningen kan sålunda ifrågasättas, eftersom inte alla komponenter helt överensstämmer. I krassa procent är det emellertid endast med 3 procent från ett ja som hobbyryttarna avvisar idén om att en ökad svårighetsgrad gör det lättare att finna känslan för ridning, samtidigt som proffsen mottar den positivt med 8 procent (Figur 26). När det gäller att ha hjälp av en svår häst uttrycker sig en visserligen helt knapp men ändå majoritet av båda grupperna positivt. Komponenten feedback om den egna personen/FS har 5 procents positiv majoritet bland proffsen, 12 procents bland hobbyryttarna, och kan hänföras till förklaringen ovan. Således återstår komponenten mer ridning ("att göra mer") som den enda rent motsägande.

Till fördel för att tillämpa Hatties teorier om feedback för att lära känslan för ridning talar att det inte finns någon särskild teori i bruk. Undervisningen sker i dag med hjälp av framarbetad praxis (Larsson, 2011), och kan ej bedömas summativt, varför formativt lärande torde vara en framkomlig väg. Ett klart exempel är protokollen som används vid dressyrtävlingar (Svenska Ridsportförbundet, 2014); här sker summativ poängbedömning och känslan för ridning återfinns ej bland bedömningsgrupperna. Vad som ytterligare talar för Hatties teorier om feedback i sammanhanget är att de till största delen kan appliceras på att själv lära känslan för ridning, inte minst som elevens övervägande ridtimmar sker utan instruktör och därmed behövs verktygen som feedbackteorierna ger, för att lära på egen hand tillsammans med hästen.

Feedbackteorins grundsatser överförda till inlärningsituation på hästryggen, med resultat i procent positiva svar			Vart? P H	Hur? P H	Varthän närmast? P H
			Få bild 99 89	Analysera 85 72	Öka svårighetsgraden 58 48
			Ta fram när rider 86 67		Diskutera hur 90 85
Feedback om uppgiften/FT *	P H	Feedback om processen/FP *	P H	Feedback om självstyrning/FR	P H
Låta hästen visa	82 69	Förstå läroprocessen	81 82	Ledtrådar och känna själv	88 87
Nycklar till strategier	81 82	Testa på hästen, lär av feilen	82 69	Testa på hästen och kunna göra fel	95 94
Timing	P H	Positiv feedback	P H	Negativ feedback	P H
Observerar feedback från hästen/FT (Utvärdera övningarna/FP)	100 93	Ökad motivation /FR att klara svårigheter/FR	96 96	Göra för att man måste/FR /svår häst	57 53
				Feedback från hästen för att lära nytt/FT/mer ridning	98 96
				Undervisnings-situation	P H
				Reflektera och tolka information /effektiv & interaktiv instruktion	88 90
				Lämplig häst och ostörd miljö /FP & FR	83 86 68 77
				Bedömning	P H
				Eleven lär sig bedöma och gå vidare	97 92

Figur 26. Respondenternas positiva svar (sammanslagna på den positiva skalan, exempelvis Ja och Ganska ofta) på frågor relaterade till feedbackteorins grundsatser. Kallare färg har markerats för fallande lägre värde.

I jämförelsen mellan hobbyryttare och professionella framgår inte primärt Capovas slutsats om den professionella ryttarkroppen som en kontakt och mottagare av hur hästen rör sig (Capova, 2012). En tolkning skulle emellertid kunna vara att den omedelbara feedbacken från hästen hör hemma här, och även om nästan alla respondenter tyckte sig observera den svarade de professionella med ett mer entydigt ja. Att plocka fram bilden av känslan för ridning, det vill säga att svara på feedback-teorins fråga Vart är jag på väg? i en utvecklande läroprocess var också lätt för de senare.

Effektrelaterad feedback som hos Wulf et al kan närmast appliceras på att testa utan att vara rädd för att göra fel, eftersom det inte handlar om att exakt förstå det man gör i kroppsrörelser, utan automatisera i första steget (Wulf et al, 2002). Feedback om uppgiften/FT och feedback om självreglering/FR passar in här, och som bilden av hur resultatet ska se ut svarar teorin på feedbackteorins fråga Vart är jag på väg? Re-

spondenterna tyckte att detta var lätt, men studien täcker bara en liten del av den feedback som Hattie tillhandahåller.

Samma sak gäller Al-Abood, som med kompletterande instruktion till videofilm (Al-Abood et al, 2002) för eleven närmare feedbackteorins fråga Varthän närmast? Även här landar man emellertid på bara ett litet avsnitt av feedbackteorin, och vi vet exempelvis inte hur effektiv och interaktiv instruktionen kan bli.

Jämförelsen mellan nybörjare och rutinerade i Wulf och Jiangs studie (Wulf & Jiang, 2007), som i övrigt liknar ovanstående studie av Wulf et al är inte överförbar på proffs och hobbyryttare, eftersom hobbyryttarna här har lång riderfarenhet. Den kan sägas ha samma uttryck som Wulfs et al studie ovan i relation till Hatties feedbackteori.

Att använda feedback som för inläringen framåt, utan att se bakåt låter bra i en momentan aktivitet som ridning. Feedback-teorins fråga Varthän ska jag närmast? visade att eleverna tycker det är utvecklande att diskutera med sin instruktör, men meningarna var delade om nyttan med att höja svårighetsgraden. Ryttaren får för det mesta ta hand om problem och lösningar själv, men gillar som sagt rakt beröm, även om sådant enligt Wiliam hamnar på minuskontot (Wiliam, 2011).

Urval

Att 587 personer svarade på enkäten får anses ge en relativt välfungerande statistik, eftersom Sverige som nämnts har en halv miljon ryttare, varav 150.000 är medlemmar i Svenska Ridsportförbundet, som är den största organisationen för ledarledd ridsport (Svenska Ridsportförbundet, 2014). Dock är 55 procent av dessa under 21 år, vilket inte återspeglades i försökspersonernas åldersstruktur. Mot den bakgrunden kan 19,4 procent professionella ryttare bättre spegla respondenternas åldersspann än den totala ridande populationen. Detta gäller sannolikt även att 90,1 procent hade mer än tio års riderfarenhet. Att så få verkar ha varit aktiva lektionsryttare på ridskola och/eller med mindre erfarenhet kan ha snedvridit resultatet, samtidigt som enkäten varit lika tillgänglig för alla, och anonymiteten borgat för att ingen ska ha behövt känna sig skylta med lägre kompetens. Sett ur frekvensperspektiv skulle lektionsryt-

tarna haft mer att säga, eftersom deras ridtid i högre grad är lärarledd än privatryttarnas.

Vidare forskning

Materialet är såpass omfattande att det skulle gå att använda till fler studier. Exempelvis skulle jämförelser kunna göras mellan elever till C-tränare och B-tränare, mellan elever som rider mer eller mindre ofta för tränare/instruktör, mellan ryttare som har mer eller mindre svårt för den egna kroppsmedvetenheten eller mellan ryttare som söker eller tycker det är mindre viktigt med egen bekräftelse i undervisningen. Studien skulle även kunna användas som bas för att testa nya sätt att utveckla ridundervisningen, särskilt med aspekter på de områden där överensstämmelse finns men inte är stor, såsom att öka svårighetsgraden och hur beröm ges. En studie skulle dessutom kunna riktas mot oerfarna ryttare, som inte var talrika i denna studie, om denna grups väg att finna känslan för ridning, vilket skulle tänkas förankra problematiken på en såpass tidig nivå att olycksfallsstatistikens kurvor blir mindre dramatiska.

Slutsatser

Utfallet från studiens enkätsvar visar att feedback både används och fungerar i såväl ridundervisning som vid träning på egen hand för att utveckla känslan för ridning. De fall där feedbackteorin inte överensstämmer helt med ridundervisning är när svårighetsgraden ökas för att förbättra inläringen, och ifråga om beröm för elevens egen bekräftelse, men främst när det handlar om att sitta fler timmar i sadeln.

Skillnader finns mellan hobbyryttare och professionella ifråga om att tillägna sig känsla för ridning med hjälp av feedback. De professionella ryttarna hade lättare att göra detta, men betonade än mer än hobbyryttarna att mer ridning ger bättre resultat.

En annan slutsats är att feedback från hästen är både omedelbar och värdefull, men att ledtrådarna från instruktören/tränaren är användbara för att finna lösningar. En ostörd miljö har betydelse för både hobbyryttare och proffs.

Referenser

Al-Abood, S. A., Bennett, S. J., Hernandez, F. M., Ashford, D. & Davids, K. (2002). Effect of verbal instructions and image size on visual search strategies in basketball free throw shooting. *Journal of Sports Sciences*, Vol 20 No 3, 271-278 (8).

Australian Education Union. (2014). *Class size, the research*. AEU Victorian Branch July 2014. URL http://www.aeuvic.asn.au/class_size_research_summary.pdf.

Butler, A. C., Godbole, N. & Marsh, E. J. (2013). Explanation of feedback is better than correct answer feedback for promoting transfer of learning. *Journal of Educational Psychology* 105(2), 290-298.

Dahmström, K. (2011). *Från datainsamling till rapport – att göra en statistisk undersökning*. Lund: Studentlitteratur.

Danius, L. (2006). *Vad är klassisk ridning? Litteratur- och intervjustudie*. Högskolan i Gävle, Institutionen för Pedagogik, didaktik och psykologi.

Danius, L. (2010). Learning to ride a horse – a study of concepts and thought styles in three textbooks from three centuries. In *Proceedings of the 6th International Equitation Science Conference ISES Sweden 2010* (pp. 36). University of Gävle, Department of Culture Studies and Educational Sciences, Gävle, Sweden.

Ekengren, A-M. & Hinnfors, J. (2012). *Uppsatshandbok – hur du lyckas med din uppsats*. Lund: Studentlitteratur.

Eliasson, A. (2013). *Kvantitativ metod från början*. Lund: Studentlitteratur.

Hattie, J. (2008). *Visible learning*. London: Routledge.

Hattie, J. & Timperley, H. (2007). The power of feedback. In *Review of Educational research 2007* 77(1), 81-112.

Keeling, L. J. & Ladewig, J. (2010). Optimal injury prevention for riders: Don't fall off the horse. In *Proceedings of the 6th International Equitation Science Conference ISES Sweden 2010* (pp. 35). Uppsala, Sweden.

Körner, S. & Wahlgren, L. (2006). *Statistisk dataanalys*. Lund: Studentlitteratur.

Larsson, Y. (2011). *Kan man lära ut en känsla?* Umeå Universitet, Pedagogiska institutionen, Umeå, Sverige.

Larsson, Y. & Wikström, C. (2012). The feeling for riding – can it be taught? In *Proceedings of the 8th International Equitation Science Conference ISES, Scotland 2012* (pp. 55). Edinburgh, Scotland, UK.

Lloyd, C. & Trangmar, R. (2012). Investigating the Implications of Hattie's (2012) Synthesis of Meta-Analyses for Teaching Higher Education in Further Education. *Tean Journal* 4(3) October (online) URL <http://bit.ly/YCbBmy>

Myndigheten för samhällsskydd och beredskap. (2010). *Olyckor med häst*. Karlstad: Statens Folkhälsoinstitut.

Myndigheten för samhällsskydd och beredskap. (2010). *Statistik och analys, Fysisk aktivitet och skador*. Karlstad: Statens Folkhälsoinstitut.

Orand, A., Ushiba, J., Tomita, Y. & Honda, S. (2012). The comparison of motor learning performance with or without feedback. *Somatosensory & Motor Research*, Vol 29(3), Sep, 2012. pp. 103-110.

Rushton, A. (2005). Formative assessment: a key to deep learning? *Medical Teacher*, Vol 27(6), Sep, 2005. pp. 509-513(5).

Skolinspektionen. (2010). *Framgång i undervisningen. En sammanställning av forskningsresultat som stöd för granskning på vetenskaplig grund i skolan*. Skolinspektionen Dnr 2010:1284.

Skolverket. (2014). URL <http://www.skolverket.se>

Snedecor, G. W. & Cochran, W. G. (1978). *Statistical methods*. Ames, IA, USA: The Iowa State University Press.

Snook, I., Clark, J., Harker, R., O'Neill, A-M. & O'Neill, J. (2009). Invisible learnings? A Commentary on John Hattie's Book – Visible Learning: A Synthesis of Over 800 Meta-analyses Relating to Achievement. *New Zealand Journal of Educational Studies*, Vol 44, No. 1, 2009: 93-105.

Snook, I., Clark, J., Harker, R., O'Neill, A-M. & O'Neill, J. (2010). A reply to John Hattie (online). *New Zealand Journal of Educational Studies*, Vol 45, No. 2, 2010: 93-98.

Svenska Ridsportförbundet. (2014). URL <http://www.ridsport.se>.

du Toit, E. (2012). Constructive feedback as a learning tool to enhance student's self-regulation and performance in higher education. *Perspectives in education*, v30 n2 p32-40 Jun 2012. 9pp.

Trost, J. (2012). *Enkätboken*. Lund: Studentlitteratur.

Vetenskapsrådet. (2013) URL <http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf>. Forsknings-etiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning.

Visible learning. (2014). URL <http://visible-learning.org>.

William, D. (2011). *Embedded formative assessment*. Bloomington, IN, USA: Solution Tree Press.

Wulf, G., McConnel, N., Gärtner, M. & Schwarz, A. (2002). Enhancing the learning of sport skills through external-focus feedback. *Journal of Motor Behavior*, Vol 34, No 2, 2002: 171-182.

Wulf, G. & Jiang, S. (2007). An External Focus of Attention Enhances Golf Shot Accuracy in Beginners and Experts. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, Vol 78, No 4, pp 384-389.

Bilaga I

Enkätformulär

Känsla för ridning

Jag håller på med en magisteruppsats i pedagogik på distans vid Umeå Universitet. Den handlar om hur man lär sig känslan för ridning genom feedback från instruktör/tränare och häst samt förstås om det är möjligt att göra det.

Feedback är en aktuellt diskuterad företeelse inom vanlig skolundervisning. Den brukar definieras i tre delar: feed up, feed back och feed forward.

Feed up innebär här att klargöra målet, feed back att få återkoppling på sitt arbete och feed forward att utifrån bedömningen av var man står i dag få hjälp att utvecklas vidare.

Förutom att få feedback från läraren – i vårt fall även hästen – handlar feedback-teorin också om den feedback man ger sig själv i avseenden som att kunna styra och bedöma sin utveckling i lärandet.

För två år sedan gjorde jag en fil kand-uppsats kring frågan om man kan lära ut känslan för ridning. Definitionen av känsla för ridning som jag kom fram till var att befinna sig över hästens tyngdpunkt, i samma tempo och färdriktning samt kunna tolka både hästens och sina egna signaler. Definitionens delar kommer tillbaka i den här enkäten.

Enkäten tar en liten stund att fylla i, men jag hoppas att du vill göra det i alla fall. Ingen har undersökt det här området tidigare, så du kan göra en viktig insats för ridundervisningen!

Spridningen av enkäten sker via Facebook och epost. Du får gärna sprida den vidare – och svara så snart du kan. Svaren är förstås anonyma.

Vänliga hälsningar,

Ylva Larsson

Värnamo

070-308 10 24, ylvaset@netscape.net



1. Din ålder

- ☐ Under 20 år
- ☐ 20-30 år
- ☐ 31-45 år
- ☐ 46-60 år
- ☐ Över 60 år

2. Hur många år har du ridit?

- ☐ Mindre än 1 år
- ☐ 1-3 år
- ☐ 4-10 år
- ☐ Mer än 10 år

3. Rider du mer för närvarande än du gjort tidigare?

- ☐ Nej
- ☐ Jag red mer förr
- ☐ Min ridning har varierat över åren
- ☐ Ja, något mer
- ☐ Ja, definitivt

4. Hur ofta har du ridit under en normalperiod det senaste året?

- ☐ Mindre än 1 gg/vecka
- ☐ En gg/vecka
- ☐ Några ggr/vecka
- ☐ 1 gg/dag
- ☐ Flera hästar om dagen

5. Hur ofta rider du för instruktör/tränare?

- ☐ Inte alls
- ☐ Mindre än 1 gg/månad
- ☐ Cirka 1 gg/månad
- ☐ 2-4 ggr/månad
- ☐ Flera ggr/vecka

6. Instruktörens/tränarens utbildning (Om du rider för mer än en, välj den som du tycker influerar dig mest. Om denne har mer än en utbildning, välj den du tycker bäst passar för ert gemensamma upplägg)

- ☐ Ingen formell utbildning

- ☐ Level 1
- ☐ Level 2
- ☐ Level 3
- ☐ C-tränare
- ☐ B-tränare
- ☐ A-tränare

7. Instruktorers/tränarens aktiva år i yrket

- ☐ Mindre än 2 år
- ☐ 3-5 år
- ☐ 6-10 år
- ☐ 11-25 år
- ☐ Mer än 25 år

8. Rider du professionellt?

- ☐ Nej
- ☐ Har gjort för längesen
- ☐ Har gjort tills ganska nyligen
- ☐ Ja

9. Tycker du att det är lätt att finna och behålla en position över hästens tyngdpunkt?

- ☐ Ja
- ☐ Ganska lätt
- ☐ Ganska svårt
- ☐ Svårt

10. Tycker du att det är lätt att följa hästens tempo? (Behålla din position när hästen byter tempo)

- ☐ Ja
- ☐ Ganska lätt
- ☐ Ganska svårt

☐ Svårt

11. Tycker du att det är lätt att följa med i hästens färdriktning?
(Exempelvis i sidled, om hästen skyggar)

- ☐ Ja
- ☐ Ganska lätt
- ☐ Ganska svårt
- ☐ Svårt

12. Tycker du att det är lätt att tolka hästens signaler från hästryggen?

- ☐ Ja
- ☐ Ganska lätt
- ☐ Ganska svårt
- ☐ Svårt

13. Tycker du att det är lätt att tolka din egen kropps signaler på hästryggen? (Att ha kroppsmedvetenhet och att avläsa effekten av ditt handlande)

- ☐ Ja
- ☐ Ganska lätt
- ☐ Ganska svårt
- ☐ Svårt

14. Har du en bild/förnimmelse av hur du vill att din känsla för ridning ska vara?

- ☐ Ja
- ☐ Jag får den rätt ofta
- ☐ Jag får den rätt sällan
- ☐ Jag har svårt att få en sådan bild

15. Tycker du att du lätt kan plocka fram den känslan själv när du

rider?

- ☐ Ja
- ☐ Ganska lätt
- ☐ Ganska svårt
- ☐ Svårt

16. Tycker du att du kan analysera vad som ger dig den känslan?

- ☐ Ja
- ☐ Ganska lätt
- ☐ Ganska svårt
- ☐ Svårt

17. Tycker du att det blir lättare att få ökad känsla om du ökar svårighetsgraden i din ridning? (Gör svårare övningar)

- ☐ Ja
- ☐ Det gör det lite lättare
- ☐ I ganska liten grad
- ☐ Nej

18. Kan du diskutera med din instruktör/tränare om hur du ska få bättre känsla?

- ☐ Ja
- ☐ I viss mån
- ☐ Vi har gjort en del försök
- ☐ Nej
- ☐ Rider inte för instruktör/tränare

19. Tycker du att du kan testa din känsla när hästen visar att du gjort fel? (Ger det dig en idé om hur du kunde gjort i stället?)

- ☐ Ja
- ☐ Ganska tydligt
- ☐ Ibland

☐ Nej

20. Tycker du att du får användbara ledtrådar av din instruktör/tränare för att själv kunna finna känslan?

- ☐ Ja
☐ Ganska ofta
☐ Ganska sällan
☐ Nej
☐ Rider inte för instruktör/tränare

21. Tycker du att du kan använda ledtrådar från instruktören/tränaren utan att vara rädd för att göra fel? (Tycker du att det känns OK att bara testa förutsättningslöst, för att se hur resultatet blir och komma vidare?)

- ☐ Ja
☐ Ganska ofta
☐ Ganska sällan
☐ Nej
☐ Rider inte för instruktör/tränare

22. Tycker du att du kan använda feedback från hästen utan att vara rädd för att göra fel? (Som i Fråga 13 fast från hästen i stället för instruktören/tränaren)

- ☐ Ja
☐ Ganska ofta
☐ Ganska sällan
☐ Nej

23. Tycker du att du behöver få bekräftat vad du redan behärskar ifråga om känsla i ridningen?

- ☐ Ja
☐ Ganska ofta
☐ Ganska sällan
☐ Nej

24. Tycker du att du omedelbart observerar feedbacken från hästen?

- ☐ Ja
- ☐ Ganska ofta
- ☐ Ganska sällan
- ☐ Nej

25. Tycker du att du får ökad motivation att klara av svårigheter med ökad känsla? (Blir det lättare att ta hand om svårigheter som förr kändes motiga?)

- ☐ Ja
- ☐ Ganska ofta
- ☐ Ganska sällan
- ☐ Nej

26. Tycker du att en svår häst ger dig bättre känsla? (Blir påtvingat fokus positivt och utvecklande eller bara jobbigt och osäkert?)

- ☐ Ja
- ☐ Ganska ofta
- ☐ Ganska sällan
- ☐ Nej

27. Tycker du att mer ridning/fler hästar att rida/fler timmar i sadeln ger bättre känsla?

- ☐ Ja
- ☐ Ganska ofta
- ☐ Ganska sällan
- ☐ Nej

28. Tycker du att effektiv och interaktiv instruktion ger bättre känsla? (När instruktören/tränaren och du tillsammans kan bearbeta hur du ska gå vidare)

- ☐ Ja
- ☐ Ganska ofta
- ☐ Ganska sällan
- ☐ Nej
- ☐ Rider inte för instruktör/tränare

29. Tycker du att en häst som är lämplig för din nuvarande nivå ger bättre känsla?

- ☐ Ja
- ☐ Ganska ofta
- ☐ Ganska sällan
- ☐ Nej

30. Tycker du att en ostörd miljö hjälper till att ge dig bättre känsla?

- ☐ Ja
- ☐ Ganska ofta
- ☐ Ganska sällan
- ☐ Nej

31. Tycker du att du lär dig bedöma känsla och kan gå vidare för att utveckla den?

- ☐ Ja
- ☐ Ganska ofta
- ☐ Ganska sällan
- ☐ Nej

32. Tack för att du svarade på enkäten!

Tyckte du att frågorna var svåra att besvara?

Om du har ytterligare kommentarer, skriv dem gärna i fältet nedan.

- ☐ Ja
- ☐ Nej

Kommentar

Bilaga II

Fria kommentarer

i enkät till alla respondenter

Kommentar
Jag tror att känsla är svårt att "lära in", det kanske går till viss del genom fokus på position etc. Men känsla är inte mekaniskt utan bottnar i lyhördhet, självkännedom, kroppsmedvetenhet och framför allt sinnlig öppenhet för hästen och samarbetet :)
Saknade min ålderskategori 40-46 :)
En del frågor var vaga, svårtolkade och tvetydiga. Ibland hade jag behövt ett "vet inte"-alternativ. Tack för att du lyfter en viktig fråga i din uppsats!
Har egen häst o rider mest honom. Alla frågor inte relevanta med min utgångspunkt.
Hade velat ha ett kommentarsfält på iaf en del av frågorna där svarsalternativen inte riktigt passade in (på mej då ;-))
Känslor är svårt!!
Väldigt bra initiativ! Hoppas på att få se ett färdigt resultat sen.
Tycker att man till viss del kan lära sig känslan för ridning, då det till viss del handlar om rutin och erfarenhet. Det handlar i slutändan om hur snabbt man kan lära sig.
Saknade dock mitt ålderskolumn...40-46 år.
Kanske bör ändra svars alternativen, inte ha samma alternativ på samtliga frågor!
Bra enkät! Frågorna var lite kluriga eftersom att det kan variera mycket från dag till dag (hästens och min form framför allt). Om jag inte kan lösa ett "problem" t.ex. en stelhet på det sätt jag brukar så kan jag ibland "köra fast" ett par varv, mest för att jag tänker "såhär brukar det ju funka!". Efter det kan jag dock ofta komma på något nytt sätt att försöka lösa problemet och förbättra känslan :)
Frågorna var inte särskilt svåra, dock var svarsalternativen på tränarens utbildningsnivå och är i yrket svåra att välja mellan då det inte fanns ett alternativ för oss som inte rider för tränare.
Tack för intressant enkät! Jag tyckte att vissa frågor blev svåra att besvara. Ibland hade man velat svara "vet inte" :) För mig blir det också svårt då mina fysiska problem är det som ställer till det vid ridningen men jag tror även att det ökar behovet av att kunna rida på känsla för min del.
En instruktör kan inte förmedla en känsla. Däremot kan denne se när hästen gör rätt och informera ryttaren om detta så att ryttaren i sin tur lär sig hur det ska kännas. /Ninna, Hippologen ridlärare 02-04
Ridsporten är meritokratisk, på så vis att det ibland är lite svårt att bolla sin "känsla" med tränare som formellt sett har mycket högre meriter att bedöma förbättringsåtgärder inom ridning. En bra tränare måste se till hela ekipagets balans. Alla hoppryttare kan inte rida på samma sätt, t.ex. avseende sitsen, för att uppnå optimala resultat.
Hade varit intressant med frågor riktade till instruktörer också, jag har börjat arbeta med att undervisa, utan annan utbildning än min är som unghästutbildare och dressyrelev, och finner tt jag ganska ofta kan hjälpa mina elever finna känslan.
Klurigt man får tänka efter och läsa fler gånger!
Enkäten känns väldigt anpassad för de som rider aktivt idag och inte om man har lagt den delen på hyllan sedan länge. Kanske skulle ha en liten annan utformning om du ville ta bort de resultaten som irrelevanta.
Du har missat en ålderskategori/ skrivit fel. Ålder 41-45 finns inte med;) jag satte mig i den äldre kategorin då du förmodligen skrivit fel på 46.
Du har missat en ålderskategori/ skrivit fel. Ålder 41-45 finns inte med;) jag satte mig i den äldre kategorin då du förmodligen skrivit fel på 46.

20 (164)

Fria kommentarer

från professionella ryttare

Kommentar

En instruktör kan inte förmedla en känsla. Däremot kan denne se när hästen gör rätt och informera ryttaren om detta så att ryttaren i sin tur lär sig hur det ska kännas.

/Ninna, Hippologen ridlärare 02-04

Ridsporten är meritokratisk, på så vis att det ibland är lite svårt att bolla sin "känsla" med tränare som formellt sett har mycket högre meriter att bedöma förbättringsåtgärder inom ridning. En bra tränare måste se till hela ekipagens balans. Alla hoppryttare kan inte rida på samma sätt, t.ex. avseende sitsen, för att uppnå optimala resultat.

Hade varit intressant med frågor riktade till instruktörer också, jag har börjat arbeta med att undervisa, utan annan utbildning än min är som unghästutbildare och dressyrelev, och finner tt jag ganska ofta kan hjälpa mina elever finna känslan.

Eftersom jag till och från ridit väldigt många hastar, olika utbildningsnivåer - eller inte alls, var det svar att svara på frågorna baserat på en förutsättning.

Rider professionellt vet jag inte men har det som yrke.

Det var svårt med alternativ. Ridning är inte så svartvitt!

"There is no other so close secret than the relation between rider and horse"

Emellanåt lite knepiga att besvara!

Japp mininstruktörs utbildningsnivå, hon är ridlärare för Islandshäst. Så högt utbildad som man kan vara i vår värld. Hon utbildar tex instruktörer och tränar ryttare på SM-nivå.

Googla på Conrad Schumacher som är den enda som undervisar i känsla! En av hans metoder är att göra övningar där han vet vad hästen gör o därmed förmedlar till ryttaren att det är rätt när timingen genom avspändhet o input i rätt moment ges! Ex - avbrott galopp - skritt; avbrott när öron , inre fram höjs= timing av hjälper och känsla infinner sig när det går så lätt tack vare avspändhet i axlar = blir mjuk i handled!mmm

Väldigt roligt att något sådant görs! :)

Hej, intressant ämne!

För svarens validitet är det ofta bättre att tillåta att respondenten hoppar över frågor eller får chansen att svara 'vet ej'. Tex blev jag tvungen att bara svara "vad som helst" på fråga 17, 26, 29 och 31 för att jag inte riktigt förstod frågan eller hittade ett svar som passade mig.

Bättre är alltså att tillåta "internal missing" för att kvaliteten på svaren skall bli bättre.

Är själv instruktör och tror att det absolut viktigaste är att ha en välutbildad häst att öva sin känsla på. Alltför många rider gröna hästar eller "projekt" utan att själv ha kunskapen. Felridna hästar ger felaktig känsla! Tror också att det är viktigt som instruktör att kolla att ryttaren själv förstår instruktionen och fråga om den känner skillnaden när man t.ex. gjort en ändring. Ibland känner de inte själva det man har sagt och då kanske man måste ändra eller vara ännu tydligare.

Några få tränare tex Annica Westerberg är väldigt konkret och teknisk i sina instruktioner och ger tydliga instruktioner om vad som är bra och dåligt, letar inte endast efter känslan, utan mycket teknik.

Tom blick och öppen mun. Det är därför många av de bästa ryttarna i världen i hoppning jag träffat faktiskt också ofta är rätt dumma (snälla men lite korkade). Tänk inte för mycket, bara agera....

En känsla kan vara så svår att definiera. Och den känslan kan variera beroende på övning. Så i vissa lägen är det svårt att svara "rätt". En bra instruktör är nödvändig, men vad som är en bra instruktör varierar ju också från person till person. En bra häst är den bästa läraren. Men att lära sig "känsla" är såååå svårt!

en del frågor gör att man inte kan svara helt rätt.

Ibland svårt att hitta ett passande alternativ.. Om jag menar ibland, är det då ganska ofta eller ganska sällan?... tex..

mkt handlar om dagsform, tid o ta sig tid.

Rider för en instruktör som är utbildad av Philippe Karl och vi fokuserar på känsla ,lätthet och balans, underbart utvecklande för både häst och människa.