



NATURVEJLEDNING OG MENNESKER I UDSATTE POSITIONER

Mange studier peger på en gavnlig effekt af naturaktiviteter i arbejdet med mennesker i udsatte positioner, fx psykisk syge, stressramte eller børn med særlige behov. Naturen udgør en fantastisk ramme for både at opdage og bruge nye kompetencer og for at skabe positive fællesskaber og sociale relationer. I naturen er der højt til loftet og plads til at være, som man er. Forløb i naturen kan medvirke til bl.a. øget trivsel og livskvalitet og stærkere sociale færdigheder. De danske naturvejledere har stor erfaring på området og kan hjælpe med at skræddersy forløb i naturen.³



NATURSOCIALT ARBEJDE

Natursocialt arbejde handler om at bruge naturen som ramme for fællesskab og aktiviteter, der kan styrke fx børn, unge og familiers psykosociale trivsel. Det natursociale arbejde kan bl.a. skabe positive og stærke fællesskaber og udvikle deltagernes erfaringer med fx tillid og omsorg.³

SOCIALT UDSATTE

Mennesker i udsatte positioner er en meget divers gruppe af borgere med sociale problemer eller risiko for at få det.⁷

Naturvejledere kan tilrettelægge målrettede aktiviteter baseret på de enkeltes behov og i tæt samarbejde med fagpersoner.

BØRN MED DIAGNOSER

VOLD SOFRE MISBRUGERE VETERANER
MENNESKER MED FUNKTIONSNEDSÆTTELSE KRONISK SYGE
FATTIGE BØRN OG FAMILIER FLYGTNINGE
ENSOMME ÆLDRE UNGE PÅ KANTEN
PSYKISK SYGE STRESS- OG DEPRESSIONSRAMTE
MENNESKER MED BOLIGSOCIALE PROBLEMER
KRÆFTPATIENTER **BØRN DER MISTRIVES**
MENNESKER MED ANDEN ETNISK BAGGRUND KRIMINELLE

NATUREN KAN BOOSTE SOCIALE INDSATSER

Internationale studier viser en positiv effekt ved at lade naturen indgå i arbejdet med borgere i udsatte positioner. Blandt de positive resultater er øget selvværd, livsglæde, tiltro til sig selv, forældre og behandlere, modstandsdygtighed, akademisk præstation, kognitiv ydeevne samt stærkere sociale færdigheder og reduceret stressniveau.^{1, 2, 3, 6}

I dag kommer børn kun halvt så meget ud, som deres bedsteforældre gjorde. Tendensen er større for børn, som er udsat for flere risikofaktorer, og derfor kan gevinsten ved det natursociale arbejde være endnu større for denne gruppe.³

NATUREN ER ET FRIRUM

Erfaringer viser, at naturen har en lang række positive funktioner i det sociale arbejde, fx:

- I naturen er der mulighed for aktiviteter og oplevelser, som ligger langt fra en udfordrende hverdag. Ved at opdage og bruge nye kompetencer, kan den enkelte se sig selv og omgivelserne i et nyt lys.¹

- Deltagere virker mere rolige og modtagelige overfor pædagogisk eller behandlingsmæssigt arbejde, når det foregår i naturen.¹

- Naturen fungerer som et nyt rum, hvilket skaber variation i det socialfaglige arbejde. Action-prægede aktiviteter kan kombineres med rolige aktiviteter, hvor der er mulighed for fordybelse og refleksion.¹

- Naturen er rummelig både fysisk og mentalt. I naturen må man larme og være vild, man kan trække sig - men stadig følge med i, hvad der sker.³

- Naturen udgør en positiv ramme for fællesskab og sociale relationer. Konfliktniveauet ændres og sociale færdigheder styrkes. Positive og stærke fællesskaber kan styrke den enkeltes resiliens.^{1, 3}

BRUG DIN NATURVEJLEDER

Naturvejledere kender de lokale naturområder og faciliteter og er eksperter i at skræddersy forløb i naturen. Samtidig er naturvejledere specialister i at samarbejde med andre fagpersoner omkring forløb i naturen, hvor de forskellige fagligheder kommer i spil. Gennem sjove, trygge og inkluderende aktiviteter kan naturvejledere udvikle deltagernes erfaringer med tillid, omsorg, samarbejde, grænsesætning og impuls kontrol og skabe positive oplevelser og historier, der giver nye perspektiver på fortid, nutid og fremtid.³

Mange steder i landet afvikler naturvejledere allerede forløb i samarbejde med socialfaglige medarbejdere. Fx:

- Den Korte Snor (Københavns Kommune) for unge på kanten til kriminalitet.
- Red Barnets natursociale indsats for børn, unge og familier i udsatte positioner.
- Frisk i Naturen (Frederikshavn) for psykisk sårbare.
- Vildmænd (Svendborg Kommune) for mænd der har været ramt af en livskrise, fx stress, depression, kræft, overvægt, mv.

Kontakt naturvejlederforeningen eller din lokale naturvejleder, som vil kunne hjælpe dig videre mod et samarbejde med en naturvejleder. Her vil du også kunne få mere viden om de mange muligheder, naturen kan bidrage med i arbejdet med mennesker i udsatte positioner.

Kilder: (1) Ejby-Ernst et al., 2018, *Inddragelse af naturen i arbejdet med børn og unge i udsatte positioner*; (2) Ejby-Ernst et al., 2018, *Hvad ved vi om arbejdet med udsatte unge i naturen*; (3) Skytte et al., 2019, *Ud i Naturen – Ind i Fællesskabet*; (4) *Naturvejleder*, 2017, nr. 3; (5) www.natur-vejleder.dk; (6) Erik Holm Sørensen, *Frisk i Naturen*; (7) www.socialministeriet.dk

10 MINDRE ULIKHED

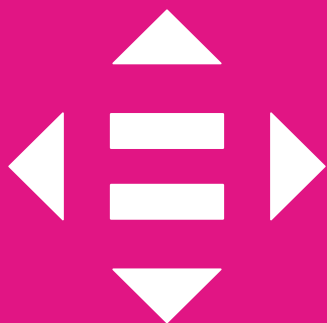


Foto: Simon Høgsberg

NATURVEJLEDERFORENINGEN

KONTAKT

Formand@natur-vejleder.dk

FØLG OS PÅ FACEBOOK

[facebook.com/
NaturvejledningDanmark](https://facebook.com/NaturvejledningDanmark)

FIND DIN LOKALE NATURVEJLEDER

www.natur-vejleder.dk



Friluftsrådet

Støttet med udlodningsmidler til friluftsliv

