



I skoven er vi alle lige – naturen som social løftestang

Af Iben Haugaard, Public Relations, Bikubenfonden

Hvordan kan naturen bruges i arbejdet med socialt udsatte grupper, og hvilken effekt har det? Det er Bikubenfonden i gang med at undersøge. Gennem det natursociale fyrtårnsprogram *Natur til et godt liv* tilbyder fonden særlige camps, retreats og oplevelsesture for socialt udsatte børn og unge i fondens naturområde i Svanninge Bjerge på Sydfoyn. Programmet bliver evalueret af Rådgivende Sociologer, der her halvvejs i forløbet kan pege på positive tilbagemeldinger.

Mørkegrønne granvægge så langt øjet rækker, duften af muld og en afdæmpet akustik opfordrer til hvisken og listen, lige indtil man står i skovbrynet, vinden rammer ansigtet, og lyden af fuglefløjt og summende bier trænger sig på. Naturen kalder på vores sanser, og hvis vi er trygge ved at være i den, kan vi bruge den til at finde ro, mærke os selv og hente styrke til hverdagens strabadser. Forskning viser, at ophold i naturen har en positiv effekt på mennesker (<http://naturstyrelsen.dk/media/nst/Attachments/HftetFriluftsliv1.pdf>). Blandt andet kan naturen virke fremmende for fysisk aktivitet, motorik, sociale kompetencer, læring og koncentration samt bearbejdelse af stress og kriser. Med det for øje har Bikubenfonden investeret 7 mio. kroner i programmet *Natur til et godt liv*, der siden juni 2014 har tilbudt unikke naturoplevelser for socialt udsatte børn og unge. Målet er blandt andet at skaffe ny viden om naturens indvirkning på udsatte grupper.



Naturen som ramme for det sociale løft

Natur til et godt liv er rodfastet i et grundlag af viden, netværk og kompetencer, som Bikubenfonden har oparbejdet over en årrække inden for det sociale område. Programmet løftes i samarbejde med partnerne Børnehjælpsdagen, Red Barnet, Askovfonden og TUBA, og formålet er at give særligt sårbare børn og unge empowerment – dvs. støtte dem i at finde styrke og tro på, at de rummer potentialet til at udvikle sig og

skabe det liv og den fremtid, de selv ønsker. Programmet tilbyder alternative arenaer til skolen og institutionen. Her kan børnene og de unge få succesoplevelser og anerkendelse, som kan give dem indsigt i deres egne styrker og dermed nye perspektiver på livet.

På camps og oplevelsesture er der et særligt fokus på forskellighed. Det skal være muligt at deltage på forskellige niveauer, så der er plads til at være frem for at præstere, og her er naturen ifølge Bikubenfondens skovfoged og naturformidler Susanne Frederiksen et godt udgangspunkt: *"I den nordiske friluftsfilosofi betragter vi naturen som et kravløst rum. Den kræver ikke, at vi skal tolke noget af den, at vi skal bruge den på en bestemt måde, eller at vi skal præstere noget særligt i den. Naturen kan vi bare være i, og dens elementer kan bruges på mange forskellige måder. I naturen kan man være sig selv og have en stille stund. Men man kan også være sammen med andre på lige fod og i en ramme, der er større end os selv",* siger hun.

Netop det forhold, at naturen stiller deltagerne lige, betyder ifølge Susanne Frederiksen, at det er en god ramme for arbejdet med udsatte børn og unge: *"Samvær med udgangspunkt i naturen kan være med til at skabe nye relationer. Dels i form af nye venskaber mellem de børn og unge, der deltager, men også i form af ændrede opfattelser i eksisterende relationer. Og ikke mindst den enkeltes opfattelse af sig selv. Når vi åbner os og oplever nye sider af os selv, er det med til at styrke kernen. Vi ser også ofte, at de pædagoger eller omsorgspersoner, der er med på turene, opdager styrker og kompetencer, som de ikke ser i børnenes vante omgivelser. De får nye opfattelser af børnene, og børnene får nogle positive aha-oplevelser om sig selv",* siger hun.

Smag på skovsyren og lyt til stilheden

Bikubenfonden har i programmets etableringsperiode fra juni 2014 til juni 2015 arrangeret 26 oplevelsesture, der varer en enkelt dag, samt 38 camps, der strækker sig over flere dage i Svanninge Bjerge. Størstedelen af campdeltagerne er anbragte børn og unge mellem 6-15 år, som eksempelvis får mulighed for at smage på naturens spisekammer, kigge nærmere på skovens insekter og dyr, lave mad over bål eller sove under åben himmel.

Det er det tidligere skovløberhus 'Knagelbjerg-hus', der er udgangspunktet for camps og oplevelsesture i Svanninge Bjerge. Huset er indrettet med moderne faciliteter og overnatningsmuligheder for op til 30 personer, og lige i nærheden er der opført en bålhytte, som danner ramme om mange af de aktiviteter, der arrangeres. Ud over de fysiske rammer stiller Bikubenfonden også en naturformidler til rådighed i forbindelse med hver enkelt gruppes ophold.



Som regel begynder en camp med en lang gåtur i skoven bl.a. for at finde ro og for at opdage, at naturen er et trygt sted at være. På den indledende gåtur er der fokus på at bruge sanserne og lægge mærke til detaljerne: smage på skovsyre eller brombær, få øje på rådyret mellem træerne eller stålormen i græsset, dufte til grantræerne og lytte til fuglestemmerne eller til stilheden. Og det er ikke ligegyldigt, hvordan gruppen af deltagere bevæger sig sammen.

”Vi laver forskellige øvelser undervejs, f.eks. at sidde for sig selv eller vandre en strækning i ro med god afstand mellem hinanden. For mange kan en så simpel ting virke grænseoverskridende fordi man skal lukke sig om sig selv. Vi har alle et stort fokus på sociale relationer fra vi er helt små, og de udsatte børn og unge har et særligt stort fokus – ofte så stort, at de har svært ved at mærke sig selv og deres egen identitet. En anden øvelse/leg kan være at rulle hen ad græsset for simpelthen fysisk at mærke ’hvor stopper jeg og hvor er omverdenen’. Opholdet i naturen kan vække sanserne og styrke fornemmelsen af, hvordan det er, at være i sin egen krop”, fortæller Susanne Frederiksen, der ser en stor fordel i, at deltagerne bliver trygge ved naturen og opdager, hvad man kan bruge den til.

”Ønsket er bl.a. at vores børn og unge får øje på naturen som en trofast ven, og den styrke de kan hente her. Når forældrene svigter, eller pædagogerne skifter job, kan man stadig lade op, afreagere eller finde ro i naturen”, siger hun.



Ny viden om naturens indvirkning

Natur til et godt liv er en større satsning på et relativt nyt område, og det har været essentielt for Bikubefonden at kunne dokumentere, om indsatsen virker. For at sikre, at ny viden og erfaringer på området bliver opsamlet og videreformidlet, er Rådgivende Sociologer tilknyttet som ekstern evaluatør. Ved hjælp af interviews og spørgeskemaer undersøger de løbende deltagernes oplevelser af opholdet i naturen. Fokus for evalueringen er at undersøge, hvad et ophold i naturen betyder for den enkelte deltager, og undersøgelserne midtvejs i forløbet tyder på positive effekter af programmet.



Blandt andet peger midtvejsevalueringen på, at deltagerne har et stort udbytte af at være på tur, og naturen tilskrives stor betydning for den positive oplevelse. Deltagerne forklarer, at der i naturen er højt til loftet, ro til fordybelse og nærvær og plads til stimulering af nysgerrighed og kreativitet. Desuden fortæller flere deltagere, at naturen fungerer som 'et fælles tredje', hvor man har noget at være sammen om og hvor man lærer hinanden bedre at kende. Deltagerne fremhæver også, at de både lærer noget om naturen og om sig selv. Blandt andet siger en 13-årig pige i et interview: *"Jeg er mere modig end jeg troede. Jeg har fundet ud af, at jeg er bedre til flere ting end jeg troede"*.

Midtvejsevalueringen tyder også på, at der i løbet af en camp eller en oplevelsestur i Svanninge Bjerge sker en positiv udvikling på indikatorer for empowerment specielt for de svageste af deltagerne. En stor del oplever at prøve nye ting på campen og overvinde deres egne grænser. Desuden giver flere deltagere udtryk for, at opholdet i naturen gør det nemmere at lege med vennerne og indgå i nye relationer.

Den endelige evalueringsrapport forventes klar i foråret 2016, og her forventer Bikubenfonden at få nogle indikationer på de mere langsigtede effekter af opholdene i naturen.

Yderligere oplysninger

Læs mere om 'Natur til et godt liv' her: <http://www.svanningebjerge.dk/natur-til-et-godt-liv-1#prettyPhoto>

Eller find en lille film her: <http://youtu.be/dYFbcMgT2QA>

Kontakt Bikubenfonden:

- Iben Haugaard, *Public Relations*, ih@bikubenfonden.dk

Kontakt Svanninge Bjerge:

- Susanne Frederiksen, *Skovfoged og naturformidler*, sf@bikubenfonden.dk

Kontakt samarbejdsorganisationer:

- Red Barnet: Rasmus Dylø, *naturvejleder*, rad@redbarnet.dk
- TUBA: Malene Uhre Thomsen, *Regionsleder*, mth@tuba.dk
- Askovfonden: Annika Svensson, *Udviklingsdirektør*, asv@askovfonden.dk
- Børnehjælpsdagen: Rikke Engskov Enslev, *Program- og projektleder*, rj@bhd.dk