

Naturen spirer i de socialfaglige indsatser



”

Naturen er en stående invitation til at komme ud af hovedet, væk fra de mange bekymringstanker og ned i kroppen. Naturen stiller ingen krav, men inspirerer til, at du er til stede her og nu.

Peder Esmann, socialkonsulent, BOAS Jægerspris

Naturterapi vinder frem som aldrig før, og i BOAS Jægerspris er det noget, som bidrager til stressreduktion og afklaring hos sårbare unge

Af Peter Borberg, mag.art. & journalist

Rug bark mod hænderne. Vindens lette rusk i håret. Duften af nyslået græs. Det kolde gys efter et vinterbad.

Brugen af naturen har gjort sit indtog i mange af de socialfaglige indsatser i Den Sociale Udviklingsfond. For eksempel hos BOAS Jægerspris, der er et bosted for unge og voksne med autisme og svære sanseforstyrrelser.

– Flere og flere har fået øjnene op for, hvad naturen har at tilbyde som et modsvar til en samfundskultur, hvor tingene til tider går meget stærkt. Og særligt i forhold til vores målgruppe, som kæmper med forskellige sanseforstyrrelser, er der evidens for, at naturen – med dens ro og sanselighed – kan gøre en forskel, siger Peder Esmann, socialkonsulent, BOAS Jægerspris, der er placeret med skov, dyr og store køkkenhaver lige udenfor døren.

Natur på recept

Han er en af de medarbejdere i det nordsjællandske autismitilbud, som arbejder målrettet med naturen i den socialfaglige praksis. En anden er Søren Haaning Nielsen, nattevagt og naturterapeut.

– I lande som Canada, Japan og Sverige kan sårbare mennesker i dag få naturen på recept i form af ophold i eksempelvis terapihaver eller andre terapirum i naturen. Det giver ro til nervesystemet, hvilket er en væsentlig forudsætning for, at man kan komme til at arbejde udviklende med det sårbare menneske. Og det fortæller noget om, hvad det er for et potentiale, som naturen indeholder, hvis ellers vi er åbne for at forfølge det, siger Søren Haaning Nielsen.

Peder Esmann supplerer:

– Naturen er en stående invitation til at komme ud af hovedet, væk fra de mange bekymringstanker og ned i kroppen. Naturen stiller ingen krav, men inspirerer til, at du er til stede her og nu.

Den kolde forløsning

Det kan Carsten Klinke, der er aktivitetsmedarbejder i BOAS Jægerspris, tale med om. Han har introduceret et par unge til vinterbadning, hvilket har været en øjenåbner på flere måder.

– Jeg har en ung, som er meget plaget af tunge tanker om natten, og som mærker en forløsende og afstressende effekt efter en tur i det kolde vand. Omvendt har jeg også haft en ung, som intet kunne mærke efter en vinterbadning. Det var en vigtig afklarende viden i forhold til den samlede indsats, fordi den unge grundlæggende havde vanskeligt ved at mærke sig selv, fortæller Carsten Klinke.

Glødende samtaler

Samtidig lyder det samstemmende fra de tre medarbejdere, at lysten til at gøre brug af naturen skal komme fra de unge selv.

– Det handler om på en nænsom måde at introducere de unge til den natur, som de aldrig rigtig har færdedes i. Naturen skal afmystificeres, men faktisk skal der ikke så meget til, førend de mærker effekten, siger Søren Haaning Nielsen, hvilket får Carsten Klinke til at nævne, hvordan shelterture med samtaler ved et bål har fået flere unge til at åbne sig på en ganske særlig måde.

– Selve det at blive placeret foran et bål, hvor man er sammen om at fodre bålet med brænde, gør noget helt særligt ved samtalen, og vi oplever, at de unge mærker et trygt frirum til at sætte ord på tunge og sårbare emner, som de ellers ikke fortæller om, siger Carsten Klinke.

Peder Esmann er ikke tvivl om, at naturen vil finde endnu mere rodfæste:

– Vi oplever, at flere af de unge, som har taget del i vores naturaktiviteter, fortæller det til de andre unge, og det får interessen til at brede sig. Og vi har sågar eksempler på, at der er unge, som på eget initiativ tager deres liggeunderlag og lægger sig i naturen for at mærke roen.