



# Det rekreativa vattnet

## – en studie av attraktionsvärde

---

*Recreational water – a study on aesthetic value*

Simon Pihl

Självständigt arbete i Landskapsarkitektur • 15 hp  
Sveriges lantbruksuniversitet, SLU  
Fakulteten för landskapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsnaturvetenskap  
Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning  
Landskapsarkitekturprogrammet  
Alnarp, 2022



# Det rekreativa vattnet – en studie av attraktionsvärde

*Recreational water – a study on aesthetic value*

Simon Pihl

**Handledare:** Gunilla Lindholm, SLU Alnarp, Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

**Examinator:** Åsa Klintborg Ahlklo, SLU Alnarp, Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

**Omfattning:**

**Nivå och fördjupning:** 15 hp

**Kurstitel:** G2E

**Kurskod:** Självständigt arbete i Landskapsarkitektur, G2E

**Program/utbildning:** EX0845

**Kursansvarig inst.:** Landskapsarkitektprogrammet  
Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

**Utgivningsort:**

**Utgivningsår:** Alnarp

**Omslagsbild:** 2022

**Serietitel:**

**Delnummer i serien:**

**ISSN:**

**Nyckelord:**

**Rekreation, Vatten, Landskapsarkitektur**

**Sveriges lantbruksuniversitet**

Fakulteten för landskapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsnaturvetenskap

Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

## Publicering och arkivering

Godkända självständiga arbeten (examensarbeten) vid SLU publiceras elektroniskt. Som student äger du upphovsrätten till ditt arbete och behöver godkänna publiceringen. Om du kryssar i **JA**, så kommer fulltexten (pdf-filen) och metadata bli synliga och sökbara på internet. Om du kryssar i **NEJ**, kommer endast metadata och sammanfattning bli synliga och sökbara. Fulltexten kommer dock i samband med att dokumentet laddas upp arkiveras digitalt.

Om ni är fler än en person som skrivit arbetet så gäller krysset för alla författare, ni behöver alltså vara överens. Läs om SLU:s publiceringsavtal här:

<https://www.slu.se/site/bibliotek/publicera-och-analysera/registrera-och-publicera/avtal-for-publicering/>.

JA, jag/vi ger härmed min/vår tillåtelse till att föreliggande arbete publiceras enligt SLU:s avtal om överlåtelse av rätt att publicera verk.

NEJ, jag/vi ger inte min/vår tillåtelse att publicera fulltexten av föreliggande arbete. Arbetet laddas dock upp för arkivering och metadata och sammanfattning blir synliga och sökbara.

## Sammanfattning

Denna uppsats undersöker attraktionsvärdet hos det rekreativa vattnet. Uppsatsen redogör för de hälsomässiga effekter som det rekreativa vattnet har på oss samt vilka viktiga attraktionsvärden som detta vatten besitter. Uppsatsen undersöker också hur dessa attraktionsvärden beskrivs inom den naturvetenskapliga litteraturen samt hur de, genom fri tolkning, kan påträffas och exemplifieras även inom skönlitteraturen.

*Nyckelord:* vatten, rekreation, miljöpsykologi

## Abstract

This essay examines the aesthetic value of recreational water. The essay describes the health effects of recreational water and what important aesthetic values this water possesses. The essay also examines how these aesthetic values are described in the scientific literature and how they, through free interpretation, can be found and exemplified also in fiction.

*Keywords:* water, recreation, environmental psychology

# Innehållsförteckning

<b>1. Bakgrund .....</b>	<b>9</b>
1.1. Definition .....	9
1.2. Vatten som attraktionsvärde.....	9
1.3. Syfte.....	11
1.4. Frågeställningar.....	11
1.5. Avgränsningar.....	11
<b>2. Det rekreativa vattnet .....</b>	<b>13</b>
2.1. Vatten och välbefinnande .....	13
2.1.1. Mental och fysisk hälsa .....	13
2.1.2. Fysisk aktivitet .....	14
2.1.3. Samlingsplats och naturanknytning.....	14
2.1.4. Stress.....	14
<b>3. Metod och material.....</b>	<b>16</b>
3.1. Begränsningar och möjligheter.....	16
<b>4. Analys och diskussion .....</b>	<b>17</b>
4.1. Vattnets attraktionsvärde – inom landskapsanknuten forskning .....	17
4.1.1. Vattenkvalité .....	18
4.1.2. Upplevd hög biodiversitet.....	19
4.1.3. Vattnets ljud.....	20
4.1.4. Vattnets färg och klarhet.....	20
4.1.5. Vattnets kontext.....	22
4.1.6. Vattnets rörelse.....	23
4.1.7. Platsanknytning .....	24
<b>5. Slutord .....</b>	<b>26</b>
5.1. Metodkritik.....	28
<b>Referenser .....</b>	<b>29</b>
<b>Tack.....</b>	<b>32</b>





# 1. Bakgrund

## 1.1. Definition

Med vattnets *attraktionsvärde* åsyftas i denna uppsats de egenskaper som det rekreativa vattnet manifesterar och som gör det särskilt attraktivt för besökaren.

## 1.2. Vatten som attraktionsvärde

Attraktionsvärdet hos ett vatten kan vara svår att värdera. Det är inte sällan så att jag har uttryckt min förkärlek för gässen som pryder de vågor som dundrar in mot västkustens kalla höstklippor. Ibland möts jag av ett unisont medhåll, men andra gånger raka motsatsen. Motiveringen är ofta att detta fenomen upplevs som något skrämmande. Ibland får jag istället till motbud den spegelblanka sjön på en sommardag. Denna fascination för den stilla och reflekterande vattenytan visar sig inte vara helt sällsynt. Det finns, enligt stadsplanerare Jack Nasar, till och med belägg för att den reflekterande ytan på vatten anses för att vara mer attraktiv än den reflekterande yta som uppstår på glas (Nasar et al.,2004). Men att utvärdera vad som kan klassas som attraktiva värden hos ett vatten varierar inte enbart mellan privatpersoner. Det är även en väsentlig skillnad beroende på vilket profession som du tillfrågar. De estetiska värdena som kan tillskrivas ett vatten är inte helt givna. I en rapport från Havs- och vattenmyndigheten skriver miljöanalytiker i en av tabellerna att *grunden för bedömning av de estetiska värden* kan innehålla förekomsten av plankton eller vilka ljusförhållanden som råder i vattnet (Bergek, 2017, sid 82.). Under kategorin *hydromorfologiska kvalitetsfaktorer*, i samma rapport, nämns den hydrologiska regimen som ytterligare ett sådant estetiskt värde. Den hydrologiska regimen beskriver hur vattenståndet förändras i en sjö eller i ett vattendrag. Till havs påverkas detta av tidvatten och strömmar och kallas då istället för den hydrografiska regimen. Som ekosystemtjänst betraktat kan vatten även bedömas utifrån sina rekreativkvaliteter. Dessa kvaliteter kan handla om förekomsten av bottenfauna, växtplankton och fisk eller miljöfaktorer såsom förekomst av miljögifter, försurning eller förhöjd vattentemperatur (Bergek, 2017,

sid 82.). Därtill kan andra mätbara faktorer såsom häckande fåglar i närheten av vattnet, strandnära byggande, artrikedom och badvattenkvalité göra ett vatten mer attraktivt. Detta är uppmätbara och naturvetenskapligt grundade aspekter vilka skulle kunna vara indikationer på ett attraktivt vatten. Utöver dessa uppmätbara värden och våra egna individuella uppfattningar av vad som gör ett specifikt vatten särskilt attraktivt, så existerar det rekreativa vattnet i en kulturell kontext. Vi lever och omger oss med vatten i våra städer och har en lång tradition av detta. I denna uppsats kommer den miljöpsykologiska litteraturen att ligga till grund för att identifiera vilka attraktionsvärden som är särskilt betydelsefulla hos det rekreativa vattnet. Jag anser att dessa är nödvändiga att identifiera och att det är viktigt att studera vilka aspekter hos de rekreativa vatten som tilltalar besökaren. Historiskt har stadens vatten tyglats. Det har funnits i form av raka och vinkelräta kanaler, geometriska uppsamlingssjöar eller forslats bort i slussar. Vattnet har tuktats till fontäner eller samlats i konstgjorda stilla sjöar i parker. I takt med att vi har blivit bättre på att rena vårt vatten så har även regnvattnet tagit samma väg, först faller det på gator och torg, för att sedan rinna ner i brunnar och transporteras till reningsverk eller ut i hav och sjöar. Jag anser att vi på detta vis har gömt och glömt vattnets olika former och egenskaper. Det porlande och forsande vattnet eller vattnet som meandrar är exempel på fenomen som sällan återfinns i våra städer. I jakten på att komma åt det rekreativa vattnets fulla potential så anser jag att ett viktigt steg är att studera vad vi anser för att vara vattnets viktiga attraktionsvärden. Detta går att göra i den miljöpsykologiska litteraturen samtidigt som skönlitteraturen kan användas för att illustrera hur vi kan beskriva dessa attraktionsvärden. Vatten omskrivs i skönlitteraturen, det diktas om vatten, i sångtexter besjunger vi vattnet och det finns ett språk för hur vi i vårt samhälle beskriver vattnet. Vattnets olika kvalitéer värderas och tillskrivs olika dygder och känslor. Karin Boye låter, i sin dikt *källvatten*, det klara och färglösa vattnet representera rättvisa:

Bara vatten är rättvisan,  
just inget att nå  
alltför nära, svår att älska,  
kärvt dryck att få.

Herre, ge mig rättvisa,  
ge min själ dess art!  
Herre, ge mig vatten,  
färglöst och klart!  
(Boye, 1924)

### 1.3. Syfte

Min avsikt med denna uppsats är att undersöka om det går att finna gemensamma attraktionsvärden för det rekreativa vattnet. Genom att studera den naturvetenskapliga litteraturen så kan viktiga attraktionsvärden för vatten identifieras. Dessa fynd kan sedan illustreras med skönlitterära exempel. Detta blir en möjlighet att undersöka om naturvetenskapliga fynd och skönlitterära illustrationer kan fungera komplementärt. Skönlitteraturen kan visa sig tydliggöra aspekter som naturvetenskapen inte kan. För att undersöka detta så kommer jag att utföra en litteraturstudie av naturvetenskapen på området. Syftet med uppsatsen är att bidra till förståelsen av det rekreativa vattnets attraktionsvärden och därmed till kunskap för gestaltning med vatten inom landskapsarkitekturen. Samtidigt kan uppsatsen också utgöra underlag för vidare forskning på området.

### 1.4. Frågeställningar

Vilka hälsofrämjande effekter har det rekreativa vattnet?

Frågeställningarna i denna uppsats är hur den naturvetenskapliga litteraturen beskriver vattnets attraktionsvärden?

Vilka aspekter av vattnet i landskapet finns belägg för att vi tilltalas av?

### 1.5. Avgränsningar

Uppsatsen kommer att avgränsa sig till att studera sammanställda review-artiklar på området. Utifrån dessa så kommer ett antal attraktionsvärden att väljas ut. Dessa attraktionsvärden kommer att studeras även inom skönlitteraturen. Urvalet av skönlitteratur begränsas till ett antal författare. Dessa författare ska vara av blandad ålder och kön och aktiva under olika perioder. Urvalet och avgränsningen av dessa kommer att göras i samråd med bibliotekspersonal.



## 2. Det rekreativa vattnet

### 2.1. Vatten och välbefinnande

Då jag är uppvuxen vid havet, i närheten av säsongsoversvämmade strandängar, så finns ett stort intresse av vattnets olika karaktärer, landskapet i vilket det ligger och vilka värden dessa medför. Ett gemensamt namn för att beskriva ett sådant område är svårt att finna. Som liknelse finns paraplybegreppet *grönområde* för beskriva grönytor - oavsett om dessa är en park, en gröning eller en skog. Grönområden, eller *green spaces* på engelska, är ett vanligt begrepp som förekommer inom forskningsvärlden, men som också används i folkmun för att beskriva ett område som är företrädevis grönt. Huruvida detta generaliserande begrepp är till gagn för utvecklingen, bevarandet eller diversiteten av områden med växtlighet lämnar jag vara osagt. Vad som däremot kan konstateras är att begreppet *grönområden* har letat sig ut till allmänheten, vilket därmed kan ha gjort oss mer uppmärksamma på förekomsten av växtlighet i vår vardag. För att åstadkomma en liknande effekt av synliggörande och för att enklare göra mig förstådd, väljer jag att använda uttrycket *blåområden*. *Blåområden* beskriver områden som har gemensamt att de alla utgörs av någon typ av vattenkropp. Exempel på blåområden kan vara sjöar, vattendrag, åar, hav eller vattenfall. Blåområden, eller *blue spaces* på engelska, skulle kunna inbegripa den grön-blå infrastruktur i städerna, men det kan också handla om mer rurala områden.

#### 2.1.1. Mental och fysisk hälsa

Vad som kan konstateras är att grönområden är ett betydligt mer beforskat område än blåområden. Vad gäller grönområden så finns ett flertal korrelationsstudier som studerar närhet till grönområden och människors hälsa och välbefinnande. Att det finns en tydlig positiv korrelation mellan närheten till grönområden och människors hälsa och välbefinnande har visats på i många studier. Huruvida en liknande korrelation finns med avseende på blåområden är dock inte lika beforskat. Det finns trots detta ett flertal studier som har undersökt och visat på ett samband. På Irland fann en grupp forskare inom miljöekonomi att de som bodde närmre än två kilometer från ett kusten var signifikant mer tillfreds än de som bodde fem

kilometer eller längre bort från kusten (Brereton et al., 2008, sid. 286-296). Sambandet mellan närheten till kusten och upplevd generell hälsa har påvisats i flera studier och sambandet mellan mental hälsa och närheten till blåområden likaså. I en nordamerikansk studie utförd av hälsogeografer, som undersökte närheten till sötvattenområden och korrelationen mellan denna och intervjupersonernas upplevda mentala hälsa (Pearson et al. 2019), fann de att närheten till särskilt stora sötvatten gav en positiv effekt på den mentala hälsan, med avseende på ångest och oro.

### 2.1.2. Fysisk aktivitet

I en systematisk översikt utförd av miljöepidemiologer av 35 studier inom området *blåområden och hälsa* har även positiva korrelationen påvisats mellan närheten till ett blåområde och ökad fysisk aktivitet. (Gascón et al., 2017, sid. 1207-122). Vanligtvis används blåområden, eller områden i nära anslutning till dessa, till fysisk aktivitet av olika slag.

### 2.1.3. Samlingsplats och naturanknytning

Det finns även ett flertal studier som har observerat ett samband mellan blåområden och samlingsplatsen. Blåområden verkar ofta fungera som samlingsplatser. Blåområdena har också en funktion i att återkoppla oss till naturen. Vistelse i blåområden verkar också, enligt miljöpsykolog Wyles, ha effekten att de får oss att starkare anknyta till naturen (Wyles 2019, s. 111-143). *Nature connectedness*, eller naturanknytning är, för grönområden, ett beforskat område. En faktor som gör detta forskningsområde svårkvantifierbart är att förutsättningarna kan skilja sig åt. Somliga upplever en starkare anknytning till naturen, medan andra istället har en naturanknytning som varierar beroende på kontext. Forskning på upplevd naturanknytning till specifikt blåområden är annars sparsam och fler studier inom detta område kunde vara till stor nytta.

### 2.1.4. Stress

När det kommer till forskning på sambandet mellan blåområden och upplevt reducerade stressnivåer så finns belägg även för detta. Studier har bland annat bedrivits med hjälp av applikationer på mobiltelefonen, där deltagarna har uppmanats att rapportera sitt upplevda mående och samtidigt geolokalisera vart de befinner sig vid stunden för detta. I denna studie, utförd av miljöekonomerna, visade det sig att ett ökat välmående rapporterades av besökare i gröna och blå miljöer jämfört med hårdgjorda miljöer. Störst rapporterat förbättrat välmående uppgavs från besökaren av blåområden i kust- och marinregioner, medan besök i blåområden såsom mindre sjöar i inlandet gav ett rapporterat ökat välmående i samma nivåer

som i grönområdet, såsom skog och hedmark (MacKerron, 2013, s. 992-1000).

Men vad kan ligga till grund för alla dessa exempel på positiva korrelationer mellan blåområden och välbefinnande? Vilka attraktionsvärden verkar vara av särskild vikt när det kommer till blåområden?

### 3. Metod och material

Mitt huvudsakliga material för denna uppsats har varit naturvetenskapliga artiklar, skönlitteraturen och lyrik. Detta material har samlats in från databaser och bibliotek. Min bearbetning av detta material består av en sammanställning och en kartläggning. Metodiken för uppsatsen har varit att söka efter det rekreativa vattnets attraktionsvärden i den miljöpsykologiska litteraturen. Denna sökning har gjorts med hjälp av nyckelord såsom *bluespace*, *urban waterscape*, *recreation* och *health*. Ett urval av dessa attraktionsvärden har gjorts och dessa har sedan illustrerats med hjälp av skönlitteraturen. När det gäller materialet av lyrik och skönlitteratur så har även här ett urval gjorts. Detta urval har gjort av personalen på Stadsbiblioteket i Malmö efter direktiv om att välja ut en nyanserat uppsättning av naturskildrande, och i synnerhet vattenschildrande, svenska författare med olika bakgrund, kön och genre. Då vatten är ett flitigt använt litterärt element, som ofta får fungera som både subjekt, objekt, metafor och symbol inom litteraturen så handlar inte det texter om vatten alltid om vatten utan är omskrivningar för något annat. Detta försöker jag att ha i beaktning och sättet på vilket jag använder skönlitteraturen i denna uppsats är genom fri tolkning och som illustrationer för ett ämne, i likhet med en bild som visar på ett koncept.

#### 3.1. Begränsningar och möjligheter

Den litteraturstudie av naturvetenskapliga forskning som genomförts har till stor del tagit avstamp från ett flertal review-artiklar, som analyserat och summerat en stor mängd forskning på området. I detta arbete så har originalkällan alltid kontrollerats, men samtidigt innebär materialet i en review-artikel redan en summering av området som den utreder. Review-artikeln summerar och avgränsar och detta bör läsaren ha i åtanke. När det gäller materialet av lyrik och skönlitteratur så har ett urval gjorts. Detta urval har gjort av personalen på Stadsbiblioteket i Malmö efter direktiv om att välja ut ett nyanserat urval av naturschildrande, och i synnerhet vattenschildrande, svenska författare med olika bakgrund, kön och genre. Men precis som i alla urvalsprocesser så går vissa aspekter och värdefulla synvinklar förlorade. Därtill bör också tilläggas att jag gör en fri tolkning av skönlitteraturen.



## 4. Analys och diskussion

### 4.1. Vattnets attraktionsvärde – inom landskapsanknuten forskning

Blåområden utgör ofta ett mötesplats i ett område. Likt vattenhållet på savannen så lockar det besökaren. Attraktionsvärdena kan vara många och olika och besökarnas upplevelser likaså. Välbesökta blåområden och grönområden likaså behöver inte uppfylla liknande kriterier. Attraktionsvärdena kan skilja sig åt och inte sällan finns dolda attraktionsvärden som, för den ovetande, lockar besökaren. Listan över attraktionsvärden går sannolikt att göra lång och attraktionsvärden kan i stundtals även upplevas som motsägelsefulla. En mångfald av kriterier såsom naturliga eller naturliknande karaktärsdrag, av människan skapade, harmoniska eller spännande och dramatiska miljöer, omväxlande eller repetitiva och lugnande. Attraktionsvärdena grundar sig många gånger även i en kulturell aspekt. För en förstagångsbesökare kan en plats tillsynes sakna konventionella och på ytan synliga attraktionsvärden. I sådana fall kan platsen vara välbesökt av den anledning att det finns historiska och kulturella förankringar till platsen. Vid skapandet av nya platser eller omstöpnigen av gamla platser kan denna förankring dock vara svårare att använda som förklaringsmodell till ett högt besöksantal. Ett högt besöksantal är inte heller en perfekt markör för att avgöra en plats attraktionsvärde. I vissa kontexter kan det till och med vara så att bristen på attraktiva grön- eller blåområden gör att de få som väl finns är flitigt besökta och tillsynes ansedda som attraktiva miljöer. Det är med andra ord inte helt lätt att dra raka streck mellan orsak och verkan i fallet med attraktiva blåområden. För att försöka att reda i detta så kan det vara hjälpsamt att se till vad den naturvetenskapliga litteraturen säger i ämnet. Går det att hitta minsta gemensamma nämnare? Med andra ord så har vi som utgångspunkt att anledningarna kan vara många och skilja sig åt i frågan om vad som är att klassa som ett attraktivt blåområde. Men kanske finns likväl flertalet gemensamma nämnare som går att hitta inom den naturvetenskapliga litteraturen. Härefter följer de attraktionsvärden för blåområden som jag har påträffat i min litteraturstudie av den naturvetenskapliga forskningen på området. Följande attraktionsvärden har

påträffats i flertalet studier och inom flera områden och kan således benämnas som gemensamma attraktionsvärden för blåområden.

#### 4.1.1. Vattenkvalité

Enligt Philip Landrigan, Professor i miljöhälsa, är detta attraktionsvärde aktuellt för blåområden i inlandet, men också i marina miljöer, (Landrigan et. al., 2018, sid. 462-512). Det handlar inte enbart om den rent *mätbara kvalitén* på vattnet utan också om den *upplevt höga kvalitén*. Detta betyder att ett vatten kan upplevas vara av hög kvalitet men efter mätningar till exempel innehålla giftiga och hälsofarliga ämnen. Detsamma gäller motsatsen, då ett vatten kan uppvisa goda mätvärden som indikerar ett hälsosamt och friskt vatten, men att det samtidigt döms ut av flera som ett vatten av låg kvalitet. Vattenkvalité tillhör därför ett av de attraktionsvärden som kan vara svårare att identifiera. Detta beror på att flertalet aspekter kan tolkas som om dessa är resultat av en hög vattenkvalité. Dessutom är detta attraktionsvärde också nära sammankopplat och överbryggande med många av de övriga attraktionsvärdena. Hög vattenkvalité och en hög klarhet i vattnet kan tillsynes verka som synonyma termer. I verkligheten så kan dessa aspekter dock vara väsensskilda. Ett exempel på detta skulle kunna vara en sjö som är förorenad, så att allt djur- och växtliv är dött. En sådan sjö kan ha en låg faktisk vattenkvalité men en hög klarhet i vattnet. Därför tål det också att återigen poängtera att dessa värden är i betraktarens ögon. Det attraktionsvärde som påträffas är ett upplevt värde. Vattenkvalitén upplevs, av betraktaren, som hög. För att illustrera hur en upplevt hög vattenkvalité kan gestaltas inom skönlitteraturen så har jag valt Karin Boyes *Vattnets barn*;

Kring vår vagga böljade mjuka som sjögräs  
genomskinliga vattenandar, ogripbara.  
Tidlöst lyckliga vilade vi i vindlöst djup.

Vem slet oss bort ur vårt hem?  
Som virvlande bubblor susade vi mot dagern,  
som glimmande silverfiskar gled vi i blygrått hav.  
Så stod vi med drypande hår på stranden en morgon  
i ett främmande land.

Aldrig hittar vi hem.  
Vi vandrar fram som i dröm.  
Våra fuktiga, dunkla ögon är skygga för solen.  
Våra svala och milda händer är skygga att handla.  
Våra flytande, vikande själar är skygga att älska.  
De slingrar sig som ormar för allt svidande hett...

Vi går som i dröm, vår värld är skum.  
Vårt fjärran svala leende är hälsning från vår faders rike,  
där portarna välver sig av glasgrönt vatten --  
portarna till evig vila. (Boye 1927, Vattnets barn)

Det genomskinliga vattnet signalerar vila och lugn och när vi rycks upp ur vår vila så virvlar bubblorna omkring oss. Vatten i rörelse får symbolisera förändring. Även vattnets glasgröna färg används i positiva ordalag i sista stycket av dikten. Denna dikt gör det också tydligt vilket symboliskt värde som vattnet har för oss. Vattnets egenskaper används för att beskriva en mänsklig existens. Våra språk för att beskriva naturen och för att beskriva människan korsbefruktar varandra. Det språk som vi använder för att beskriva mänskligt beteende eller mänskliga känslor används för att beskriva vattnet. Och det språk som vi använder för att beskriva ett vatten kan användas symboliskt för att beskriva människans existens, som i *vattnets barn*.

Vattenkvalitén eller bristen på vattenkvalité kan istället användas för att förmedla en mindre eftersträvansvärd känsla. I Sara Stridsbergs *Happy Sally* målas en dyster bild upp av en simmare som ger upp, precis innan målet. Känslan av att ge upp gestaltas med ett illaluktande och mörkt vatten, omgiven av ruttnande sjöväxter och tång.

Din första sommar i havet. 1983. Love Ellen. När du ger dig. Plötsligt är vattnet mörkt och illaluktande. Det är ruttnande sjöväxter och tång omkring dig. Ett tecken på att målet är nära, sandbotten syns redan genom vattnet, ändå ger du dig. (Stridsberg 2004, s.21-22)

#### 4.1.2. Upplevd hög biodiversitet

Upplevelsen av ett blåområde med en hög biodiversitet betyder alltså inte att området nödvändigtvis har en mätbart högre biodiversitet. Det skulle till exempel kunna röra sig om en klassning eller märkning av ett blåområde. Att blåområdet, eller att ett större naturområde vari blåområdet ingår, klassas som särskilt skyddsvärt eller att det tillskrivs hög status med avseende på naturmiljö och biodiversitet (Wyles et. al., 2019, sid. 111-143). Det går förstås att resonera kring vad som ligger till grund för denna upplevelse av hög biodiversitet. Det kan bottna i att platsen har blivit högt värderad av sakkunniga, likt de effekter som kan uppnås inom en rad andra områden, såsom vid förhöjd prissättningen av en vara eller genom goda omdömen och lovtal av en restaurang. Likt tidigare resonemang om de *kulturella förankringar* som kan finnas till en specifik plats, så kan denna

samhälleliga klassificeringen av ett blåområde leda till att en platsen uppvärderas i vårt kollektiva medvetande.

Ett annat, möjligen än mer intuitivt, attraktionsvärde är *den sensuella perceptionen* av ett blåområde. Den sensuella perceptionen kan vidare delas upp i en rad undergrupperade attraktionsvärden, där vattnets *ljud, färg, klarhet, rörelse* och *kontext* hör till de av forskningen vanligt studerade.

#### 4.1.3. Vattnets ljud

Vattnets ljud kan påverka oss på olika vis. Det kan handla om det stilla och lugna vattnet som kan mana till stillsamhet, eftertanke och som kan ge oss en möjlighet att hämta andan. Enligt socialpsykologisk forskning kan det också röra sig om det energirika vattnet i strömmar eller forsar som kan få oss att häpna, förundras, inspireras eller bli påmind om naturens kraft (White et. al., 2010, sid. 482-493). En lugn och stilla sjö låter inte så mycket. Men ett uteblivet ljud släcker inte ut andra ljud, och kanske hörs fågelsång och surrande insekter desto tydligare på en sådan plats. Vattnets ljud är flertaliga och dessa tillskrivs mycket symbolik. Ett forsande vatten från smältsnö kan vara ett tecken på att våren är på intåg och ett skummande och dånande hav kan betyda att höstens stormande har satt igång. Inte sällan kan också vattnet beskrivas med hjälp av mänskliga attribut såsom Kerstin Ekman gör i detta utdrag;

Han linkade ut och fann att blad och gräs var överdragna med fukthinnor. Åvattnet sjöng och han tog det över ansiktet och lät det rinna. Han lyckades krångla sig ner till den doftande mossmarken där smörbollarna ännu blommade och närma munnen till vattnet som dansade iväg och virvlade kring stenarnas skallar. (Ekman 1993, s.127)

Ekman beskriver åvattnet som sjunger och mossmarkens vatten som dansar. Ljudet av ett vatten i rörelse kan vara både skrämmande och rogivande. Det kan komma plötsligt eller vara kontinuerligt.

#### 4.1.4. Vattnets färg och klarhet

När det kommer till vattnets färg så finns studier, utförda av socialpsykologer, som exempelvis visar att blått vatten är mer uppskattat än gult vatten (Smith et. al., 1995, sid. 40). I tillägg till detta så associerad olika färgen på vattnet med olika karaktärsdrag; blått vatten associeras med lugn medan vitt skummande vatten istället signalerar styrka. Dessutom finns, som tidigare diskuterat, en preferens för den stilla och reflekterande vattenytan. Den reflekterande ytan på vatten anses som

sagt för att vara mer attraktiv än den reflekterande yta som uppstår på ett glas (Nasar et al.,2004). Vattnets färg och vattnets klarhet är signifikanta markörer för upplevd vattenkvalité och karaktären hos dessa är också direkt korrelerade till förekomst av rekreativ vattenbaserad aktivitet. Detta attraktionsvärde är också vanligt förekommande inom skönlitteraturen och en egenskap som författaren ofta beskriver detaljerat är vattnets färg eller klarhet. Troligt beror detta på att vattnets färg är ett av de attraktionsvärden som kan drabba betraktaren även på långa avstånd eller då denna passerar vattnet hastigt. Då vattnets naturliga karaktär i att det ofta agerar som en spegel utav himlen gör också att vattnets färg inte enbart består av dess egna färg, så som den hade sett ut vore vattnet upphällt i ett genomsiktigt glas. Vattnets färg är också en av de aspekter som kan göra att det uppfattas som rent och inbjudande eller ohälsosamt och farligt. Detta attraktionsvärde är också nära förknippat med vattnets klarhet. Ett vatten kan vara klart och genomsiktigt eller grumligt och dyigt.

En mörk sjö med överhängande träd är för mig både en himmelens och en tidernas spegel. Här hände mycket. Om himmelen nedsteg med mildhet så uppstod vassen och näckrosen. (Martinson 1994, *Avskedsord till en sjö*)

Den mörka sjön beskrivs av Martinson som en spegel, som speglar både himlen men också vassen och näckrosorna i sjön. Himlens reflektion av ljus och vilka ljusfenomen som detta kan resultera i går att läsa om i *Nils Holgerssons underbara resa genom Sverige*;

Det tycktes finnas något i luften eller i vattnet, som höll kvar solljuset, också sedan solen hade sjunkit ner bakom åsarna. Strimmor av guld lekte på de blanka, mörka vattenytorna, och över marken dallrade ett ljust, blekrött skimmer, varur gulvita björkar, klarröda aspar och rödgula rönningar stucko upp. (Lagerlöf 1906, s. 642)

Att ett vatten är klart kan uppfattas som ett friskhetstecken. Klart vatten dricker vi och klart vatten är ofta att betrakta som rent vatten. Klart vatten kan också skänka trygghet i att vi ser vad som finns under ytan. Men att se vad som finns under ytan behöver inte nödvändigtvis fylla oss av lugn och ro.

Vattnet är alltid klarare senare på året. Gröna strimmor av sjögräs rör sig med vågorna. Efter en tid blir vattnet mörkare och mörkare. Det går inte att se botten. Svart. Det blåser utåt. (Fagerholm, M., Johnson, M. 2012, s. 77)

#### 4.1.5. Vattnets kontext

Vattnets kontext spelar en viktig roll då vattnet eller blåområdet uppfattas olika beroende på kontexten i vilket det är placerat. Det behöver alltså inte vara avhängigt vattnets utseende, utan snarare vilket sammanhang som omger vattnet. Vattnet finns i en kontext. Denna kontext är, som så mycket annat i vår omgivning, på en skala mellan naturligt orörd och av människan skapad. Det är främst vatten som är belägna i en naturlig kontext som anses för att vara mer visuellt tilltalade. Naturlighet eller *naturalness* kan sägas bero på mängden av mänskligt inflytande. Det mänskliga inflytandet kulturlandskapet så har det mänskliga inflytandet påverkat artsammansättningar, strukturer och ekologiska processer (Dengler et. al., 2008, sid 516-527). Detta kan i praktiken betyda att både en av människan orörd plats och en plats som har formats av människan kan uppfattas som naturliga. Det som avgör huruvida ett område anses för att vara naturligt eller inte har därför snarare att göra med om vissa signifikanta karaktärsdrag, som förknippas med naturlighet, finns representerade på platsen. Dessa karaktärsdrag är det som ger vattnet sin kontext. Vattnets kontext är alltså den miljö i vilken vattnet är belägen. Vad som finns i närheten av vattnet och hur denna miljö interagerar med vattnet har betydelse. Kanske förstärks också betydelsen av vattnets kontext av det skäl att vatten ofta agerar som en spegel av sin omgivning, vilket är ett av vattnets vanligt återkommande karaktärsdrag inom skönlitteraturen

Jag brukade tänka mig sjön som ett enormt öga, det enda som syntes av en ännu enormare underjordisk varelse. Den vackra, fasansfulla jättinnan Hyrrokkin som en dag skulle resa sig och förvåna oss alla, förvränga perspektivet, skaka av sig skogar, fabriker, rådjur, villor och sädesfält som rasade ner i kratern där hennes kropp legat, medan hon bara vandrade vidare. (Swärd 2021, s.73)

I detta utdrag så gestaltas sjön som vore den ögat på en jättinna som speglar allt i sin omgivning. Den omgivande skogen, fabriker och rådjuren påverkar vår uppfattning av vilka egenskaper vattnet kan tänkas besitta. Det framstår nästan som om sjön förstärker omkringliggande miljöer och vise versa. Om omgivningen runt sjön är kal och öppen så framstår sjön annorlunda än om den omgärdas av en tät och mörk skog.

#### 4.1.6. Vattnets rörelse

Vattnets rörelse är ytterligare ett attraktionsvärde med betydelse. I betraktandet av floder så finns forskning, utförd av landskapsplanerare, som pekar på att vi anser mindre floder blir mer attraktiva om det finns ett kraftigare flöde i dessa (Pflüger et. al., 2010, sid 68-78). Författarna till denna studie menar också att studiedeltagarna hade en dålig förmåga att bedöma den faktiska hastigheten eller flödesmängden vilket skulle indikera att det är det upplevda flödesmängden och rörelsen av floden som är av vikt. Ett vatten i rörelse kan väcka flera associationer. De verb, som används för att beskriva ett vattens rörelse, användas också för att beskriva mycket annat som inte är ett vatten. Ett vatten kan exempelvis forsa, strömma, rinna, porla eller brusa. Dessa ord avslöjar något om rörelsens hastighet och riktning. Vattnets rörelse är något som många gånger antingen är livgivande eller förödande. Ett regn efter en lång torka eller översvämningar som skapar stor skada. Att vi förundras över vattnets rörelse gestaltas i Gösta Berlings saga från 1919;

Ofta är han också i vresigt lynne, han kan skumma vit av vrede och vråka omkull segelbåtar, men han kan också ligga i drömmande lugn och avspegla himlen. (Lagerlöf 1919, s. 32)

Ytterligare ett exempel på hur vattnets rörelse illustreras i lyriken kommer från Erik Axel Karlfeldts dikt *Vårlåt* från 1898;

Forsen kring stenarna sprutar mjölkvitt vatten,  
porsen och enarna skänka ut sitt mjöd.  
Vad vårt land är vänt och ljust,  
hur dess hundra sjöar glänsa  
liksom ögon dem kärleken tjust!  
(Karlfeldt 1898, *Vårlåt*)

Men vattnets rörelse behöver inte alltid vara så dramatisk för att väcka känslor hos betraktaren. Det stilla och porlande vattnet i en bäck beskrivs av Fröding på följande vis;

I dalens lugna famn en stilla bäck sig rör  
i gröna mossan fram bland sköna blommors släkt  
och ifrån trädens valv man fågelsånger hör  
och bladen böja sig för små zefyrers fläkt.  
(Fröding 1891, Corydon till chloe)

#### 4.1.7. Platsanknytning

En del blåområden är också förknippade med starka känslor och symbolism på ett sätt som är svårare att uppnå i helt orörda miljöer. Denna känslomässiga koppling eller kulturella förankring beskrivs av landskapsarkitekt och stadsplanerare Whalley som *sense of place*, eller platsanknytning (Whalley 1988, sid. 145 – 162). En specifik platsanknytning kan skapas på flera sätt. Det kan exempelvis röra sig om en plats som har haft en tydlig funktion som samlingsplats. Det kan också handla om att platsen har spelat en historiskt viktig roll eller att den på annat vis har blivit laddad med ett känslomässigt värde. Att från grunden gestalta sådana områden är svårt och inte alltid eftersträvansvärt. Ibland finns avsikten att en plats, med tiden, ska bli en plats till vilken folk anknyter och känner en känslomässig koppling till. Medan det i andra fall inte är det primära målet vid gestaltningen. Svårigheten med att gestalta för att åstadkomma en platsanknytning kan också avslöja komplexiteten vid gestaltning av blåområden.

Ett blåområde kan upplevas väsentligt olika beroende på vilka värden som vi tillskriver det. Det kan ha starka kulturella värden för en stor grupp människor eller personliga värden för en eller några få individer. För att illustrera platsanknytning som attraktionsvärde kan vi läsa i Selma Lagerlöfs *Nils Holgerssons underbara resa genom Sverige* hur bilden av en sjön Vättern tecknas;

...den stora sjön Vättern, som låg isfri och skinande klar och lyste, som om den inte vore fylld med vatten, utan med blått ljus. Det var just Vättern, som gjorde det så vackert att se mot norr, därför att det såg ut, som om ett blått skimmer hade stigit upp från sjön och brett ut sig också över land. (Lagerlöf 1906, s. 206)

Ett annat illustration av platsanknytningen som attraktionsvärde gestaltas såhär i Läseboken för folkskolan från 1868;

Der ligger Siljan. Dalarners öga, med Sollerön till ögonsten, spegelklar emellan mörka höjder, upplyst af väl hundra eldar från bergen i Leksand till bergen i Elfdalen. (*Läsebok för folkskolan 1868*, s. 126)

Platsanknytning har en tydlig geografisk förankring och kan variera i skala. För det mindre blåområdet så kan platsanknytningen vara avgörande för om detta blir välbesökt och omtyckt. Av de attraktionsvärden som har identifierats i denna text så verkar platsanknytningen spela en avgörande roll. Kanske är det så att övriga attraktionsvärden gör det möjligt för besökaren att uppleva en starkare platsanknytning.





## 5. Slutord

Min avsikt med denna uppsats har varit att undersöka om det går att finna gemensamma attraktionsvärden för blåområden eller det rekreativa vattnet. Genom att studera naturvetenskaplig litteratur och illustrera fynden i skönlitteraturen så har jag studerat det rekreativa vattnets attraktionsvärden. Dessutom har uppsatsen sökt att undersöka om naturvetenskapliga fynd och skönlitteratur kan fungera som komplement till varandra. De frågor som ställts har varit;

*Vilka hälsofrämjande effekter har det rekreativa vattnet?*

*Frågeställningarna i denna uppsats är hur den naturvetenskapliga litteraturen beskriver vattnets attraktionsvärden?*

*Vilka aspekter av vattnet i landskapet finns belägg för att vi tilltalas av?*

De attraktionsvärden som uppsatsen lyckades identifiera som viktiga för ett blåområde var;

*Vattenkvalité*

*Upplevd hög biodiversitet*

*Vattnets ljud*

*Vattnets färg och klarhet*

*Vattnets kontext*

*Platsanknytningen till vattnet*

*Vattnets rörelse*

Det rekreativa vattnets attraktionsvärden kan definieras på olika vis. Ur ett strikt naturvetenskaplig perspektiv så kategoriseras attraktionsvärden i tydligare fack. Detta gör dem dels enklare men också svårare att studera. Enklare eftersom att de är distinkta och bestämda, såsom *vattnets färg* eller *vattnets ljud*. Men också svårare då många av attraktionsvärden går in i varandra. Det är inte alltid helt lätt att avgöra om ett värde såsom *vattnets klarhet* i själva verket är en underkategori till *vattenkvalité* eller om de är separata kategorier med ett flertal liknande karaktärsdrag.

När det kommer till de än mer svårdefinierbara attraktionsvärdena såsom exempelvis *platsanknytning* så kommer skönlitteraturen väl till pass för att förklara

vad dessa handlar om och skönlitteraturen blir i detta fall ett tydligt komplement till övriga uppgifter. Jag håller *platsanknytning* som avgörande för huruvida ett blåområde blir uppskattat eller inte. För att besökaren av ett blåområde ska kunna knyta an till platsen så behöver vattnet ha tydliga attraktionsvärden. Denna uppsats har varit ett försök till att börja nysta i vilka dessa attraktionsvärden kan tänkas vara. Men för att ytterligare ta reda på vad som styr platsanknytning till en specifik plats skulle mer forskning på detta område behövas. Samtidigt behövs fler studier kring det rekreativa vattnets attraktionsvärden. I denna uppsats har skönlitteraturen fungerat väl för att gestalta de mer svårbeskrivliga attraktionsvärdena. Miljöpsykologiska studier kan bjuda på svårigheter i att illustrera mer komplexa och mångfasetterade attraktionsvärden. Om vi avser att studera vilka faktorer som gör att en stor del av besökare känner en stark platsanknytning till ett blåområde så kan skönlitteraturen fungera komplementärt för att visa och tydliggöra detta.

En utmaning vid karaktäriseringen av attraktionsvärden är att kategorierna är svåra att smalna av. Som exempel kan nämnas attraktionsvärden såsom *vattnets färg* och *vattnets rörelse*. Dessa attraktionsvärden har inneboende, tillsynes motsägelsefulla, definitioner. Det finns i uppsatsen inte en eller en uppsättning med angivna färger som gör att ett blåområde upplevs som särskilt attraktivt. När det kommer till vattnets rörelse så finns inte heller en tydligt definierad rörelse som är mer eftersträvansvärd än en annan. Stilla vatten kan i vissa fall upplevas som attraktivt medan ett forsande vatten med mycket rörelse andra gånger är det som besökaren blir mest berörd av. Kategoriseringen av attraktionsvärdena bör därför inte läsas i jakten på ett definitivt svar. Att vattnets färg anges som ett attraktionsvärde kan exempelvis betyda att vi i vissa sammanhang upplever det turkosa och klara vattnet som attraktivt medan vi i andra sammanhang istället tilltalas av det vita skummande vattnet. Det kan också handla om en fascination för att attraktionsvärdet har den inneboende karaktären i att det är föränderligt. Ett vatten i rörelse kan ena stunden stå helt stilla i en damm för att sedan strömma ner i ett vattenfall.

Vad som också tål att poängteras är att attraktionsvärdena för blåområden varierar beroende på vem som tillfrågas. Vi använder helt enkelt blåområden olika. Detta kan vara klokt att tänka på vid anläggningen av ett blåområde. De attraktionsvärden som har studerats i denna uppsats kan säkerligen vara mer eller mindre användbara beroende på vilket blåområde som ska anläggas. En aspekt som denna uppsats inte tog upp är det rekreativa värdena i vattnet. Vattensport och lek är populärt och engagerar många besökare. I dessa fall skulle attraktionsvärdena kunna vara bra fiskevatten, en skyddande arkipelag för seglare eller enkelt åtkomst till vattnet för badgäster. Vad som också bör tilläggas är att de naturvetenskapliga studierna, som resultaten grundar sig på i denna uppsats, är utförda i medel- till höginkomstländer, huvudsakligen i Europa, Nordamerika och Oceanen. Det hade därför varit intressant

att i framtida studier också inkludera andra länder för att se om resultaten varierar. Hur stor del av det, som vi i västvärlden uppfattar som attraktivt, som är kulturellt betingat hade kunnat studeras ytterligare. Vidare studier skulle då kunna undersöka specifika länder och regioner. Det hade varit intressant att studera det rekreativa vattnets attraktionsvärden och att samtidigt försöka illustrera dessa med hjälp av skönlitteraturen. Därigenom hoppas jag kunna ha bidragit till kunskapsläget vad gäller blåområdets attraktionsvärden. Denna uppsats kan dessutom fungera som underlag för framtida gestaltning med vatten inom landskapsarkitekturen samtidigt som den också kan utgöra underlag för vidare forskning inom området.

## 5.1. Metodkritik

Metodikerna för denna uppsats har varit att utgå ifrån review-artiklar. Dessa artiklar är redan summeringar som författarna har gjort av andra artiklar. Detta ger att materialet redan har sorterats och att ett urval redan har skett. För att få ytterligare bredd på uppsatsen kunde fler metodologiska metoder ha använts i tillägg. Detta skulle kunna röra sig om djuplodande intervjuer eller teckningsstudier av utvalda blåområden. En utmaning med litteraturstudier av blåområden är att mängden litteratur är relativt begränsat. Mer forskning skulle behövas på blåområden och specifikt vad som gör att vi känner en starkare platsanknytning till vissa blåområden framför andra.

## Referenser

- Bergek, Sara, et al. "Ekosystemtjänster från svenska sjöar och vattendrag: Identifiering och bedömning av tillstånd." (2017).
- Boye, K. (1924). *Källvattnet [Elektronisk resurs] : gömda land*. Stockholm: Bonnier. Available at: <https://www.karinboye.se/verk/dikter/dikter/kallvattnet.shtml> [2022-03-05]
- Boye, K. (1927). *Vattnets barn [Elektronisk resurs] : härdarna*. Stockholm: Bonnier. Available at: <https://www.karinboye.se/verk/dikter/diktsamling-hardarna.shtml> [2022-03-04]
- Brereton, F., Clinch, J.P., Ferreira, S. "Happiness, geography and the environment." *Ecological Economics*, 65 (2) (2008), sid. 386-396
- Dengler, J., Chytrý, M., Ewald, J. *Encyclopedia of Ecology (Second Edition) Volume 3, 2008, Sid. 516-527*
- Ekman, K. (1993). *Händelser vid vatten*. Stockholm: Bonnier.
- Ekman, K. (2011): *Händelser vid vattnet*. Stockholm. Bonnier.
- Fagerholm, M., Johnson, M. (2012). *Havet: fyra lyriska essäer*. Stockholm. Bonnier.
- Fröding, G. (1891). *Corydon till chloe [Elektronisk resurs] : gitarr och dragharmonika*. Stockholm: Bonnier. Available at: <http://runeberg.org/dragharm/> [2022-03-04]
- Fröding, G. (1894). *Atlantis [Elektronisk resurs] : nya dikter*. Stockholm: Bonnier. Available at: <http://runeberg.org/gfnyadik/38.html> [2022-03-05]

- Gascón, M., Zijlema, W., Vert, C., White, M.P., Nieuwenhuijsen, M.J.  
 ”Blue spaces, human health and well-being: a systematic review.”  
 International Journal of Hygiene and Environmental Health (2017),  
 sid. 1207-1221
- Karlfeldt, E. A. (1898). *Vårlåt [Elektronisk resurs] : fridolins visor och andra dikter*. Stockholm: Bonnier. Available at:  
[http://runeberg.org/fridvisa/2\\_3\\_01.html](http://runeberg.org/fridvisa/2_3_01.html)  
 [2022-03-02]
- Karlfeldt, E. A. (1895-1934). *Fiskarvisa [Elektronisk resurs] : vildmark- och kärleksvisor*. Stockholm: Bonnier. Available at:  
<http://runeberg.org/eakdikt/0039.html>  
 [2022-03-01]
- Lagerlöf, S. (1906). *Nils Holgerssons underbara resa genom Sverige*. Stockholm. Bonnier.
- Lagerlöf, S. (1919). *Gösta Berlings saga*. Stockholm. Bonnier.
- Landrigan, P.J., Fuller, R., Acosta, N.J., Adeyi, O., Arnold, R., Baldé, A.B., Bertollini, R., Bose-O'Reilly, S., Boufford, J.I., Breyse, P.N, Chiles, T.  
 ”The Lancet Commission on pollution and health.” *Lancet*, 391 (2018),  
 sid. 462-512
- Läsebok för folkskolan* (Första upplagan). Faks.-utg. /efterord: Lars Furuland.  
 (1979 (1868)). Stockholm. Gidlund.
- MacKerron, G., Mourato, S. ”Happiness is greater in natural environments.”  
*Global Environmental Change*, 23 (5) (2013), sid. 992-1000
- Martinson, H. (1994). *Avskedsord till en sjö [Elektronisk resurs] : skillingtrycket och vildgåsresan*. Blekinge: Vekerum. Available at:  
<http://harrymartinsonitiden.blogspot.com/2019/05/harry-martinson-avskedsord-till-en-sjo.html> [2022-03-02]
- Nasar, Jack L. & Minhui, L. (2004). ”Landscape mirror: the attractiveness of reflecting water.” *Landscape and Urban Planning* 66.4 (2004), sid 233-238.

- Pearson, A.L, Shortridge, A., Delamater, P.L., Horton, T.H., Dahlin, K., Rzotkiewicz, A, *et al.* "Effects of freshwater blue spaces may be beneficial for mental health: a first, ecological study in the North American Great Lakes region". Public Library of Science One, 14 (8) (2019), Artikel e0221977
- Pflüger, Y., Rackham, A., Larned, S.  
 "The aesthetic value of river flows: an assessment of flow preferences for large and small rivers". Landscape Urban Planning., 96 (2010), sid. 68-78
- Smith, D.G., Croker, G.F., McFarlane, K. "Human perception of water appearance – 1. Clarity and colour for bathing and aesthetics". New Zealand Journal of Marine and Freshwater Research, 29 (1995), sid. 29-43
- Stridsberg, S. (2004). *Happy Sally*. Stockholm: Bonnier.
- Swärd, A. (2021). *Till sista andetaget*. Stockholm. Bonnier.
- Södergran, E. (1994 (1916)). *Det underliga havet, [Elektronisk resurs] : dikter*. Stockholm: Wahlström och Widstrand. Available at:  
[http://runeberg.org/sodrgran/01\\_37.html](http://runeberg.org/sodrgran/01_37.html)  
 [2022-03-01]
- Whalley, M. "Water in the landscape". Landscape and Urban Planning, 16 (1988), sid. 145-162
- White, M., Smith, A., Humphryes, K., Pahl, S., Snelling, D., Depledge, M.  
 "Blue space: the importance of water for preference, affect, and restorativeness ratings of natural and built scenes". Journal of Environmental Psychology, 30 (2010), sid. 482-493
- Wyles, K., White, M.P., Hattam, C., Pahl, S., Austin, M. "Nature connectedness and well-being from recent nature visits: the role of environment type and quality." Environment and Behavior, 51 (2) (2019), sid. 111-143

# Tack

Jag vill rikta ett stort tack till min handledare Gunilla Lindholm för värdefull handledning och vägledning.