



Anstalten Ringsjön

Att skapa rörelse i en begränsad utomhusmiljö

Prison Ringsjön

To create movement in a restricted outdoor environment

Beatrice Enström & Alice Schönig

Självständigt arbete • 15 hp

Sveriges lantbruksuniversitet, SLU

Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

Trädgårdsingenjör Design

Alnarp 2024



Anstalten Ringsjön. Att skapa rörelse i en begränsad utomhusmiljö.

Beatrice Enström & Alice Schönig

Handledare: Anna María Pálsdóttir, Sveriges lantbruksuniversitet, institutionen för människa och samhälle

Bitr. handledare: Karin Schedin, landskapsarkitekt

Examinator: Kamil Chojnowski, Sveriges lantbruksuniversitet, Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

Omfattning: 15 hp

Nivå och fördjupning: Grundnivå, G2E

Kurstitel: Självständigt arbete i Landskapsarkitektur

Kurskod: EX0847

Program/utbildning: Trädgårdsingenjör Design

Kursansvarig inst.: Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

Utgivningsort: Alnarp

Utgivningsår: 2024

Upphovsrätt: Alla bilder används med upphovspersonens tillstånd.

Nyckelord: Anstalt, Landskapsarkitektur, Biofil design, Restaurativa miljöer, Rehabilitering, Naturunderstödd Rehabilitering, Hälsoträdgård

Sveriges lantbruksuniversitet

Fakulteten för landskapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsvetenskap.
Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning.

Tack till

Vår handledare Anna María Pálsdóttir som stöttat och väglett oss genom arbetet.

Personalen på anstalten Ringsjön; Camilla, Robert och Håkan, som engagerat ställt upp med sin tid och möjliggjort att ett flertal platsbesök kunnat genomföras samt svarat på alla våra frågor.

Boende på anstalten som tagit sig tid att besvara våra enkätfrågor och på så vis bidragit med värdefull input till arbetet med gestaltningen.

Respektive familjer och vänner som haft tålamod och visat ett kärleksfullt engagemang under arbetets gång. Det hade varit svårt utan er!

Sammanfattning

Den psykosociala- samt fysiska miljö en människa befinner sig i är avgörande för dennes hälsotillstånd. En stressande utomhusmiljö utgör dålig grogrund för återhämtning och utveckling. Detta är ett utbrett bekymmer inom slutenvård, samt anstalters ute- och inomhusmiljöer där säkerhetsnormer och resursbegränsningar inverkar negativt på de restaurativa egenskaperna. Avsaknad av stödjande utomhusmiljöer medför svårigheter för de intagna att bygga förtroende, kunna reflektera och lära. Arbetet är en fallstudie som utgår från en verklig plats; Anstalten Ringsjön. Studien baseras på intervjuer, en enkätstudie, samt litteraturstudier bestående av teorier och forskning inom miljöpsykologi, trädgårdsterapi samt studier som gjorts på anstalter kopplat till utomhusmiljö. Intervjuerna och enkätsvaren har bidragit till ökad förståelse för den specifika platsens utformning, förutsättningar och funktion. Vidare pekar studien på att positiva förändringar i utemiljön genom biofil design innebär möjligheter inom den öppna anstalten. Eftersom miljön i sig kan utgöra en stressfaktor finns ett behov av stressreducering hos klienterna. Restaurativa element är förenligt med miljöns säkerhetskrav och kriminalvårdens syfte att rehabilitera klienterna för minskad återfallsrisk är beroende av stressreducering. Detta eftersom klienternas mottaglighet för rehabilitering på så vis skulle öka. Det insamlade materialet har slutligen resulterat i ett gestaltungsförslag.

Nyckelord: Anstalt, landskapsarkitektur, biofil design, restaurativa miljöer, rehabilitering, Naturunderstödd Rehabilitering

Abstract

The psychosocial and physical environment a person finds themselves in is crucial for their state of health. An outdoor environment that's stressful is a poor foundation for recovery and development. This is a widespread concern in inpatient care, and in prisons outdoor and indoor environments, where safety standards and limitations regarding resources, results in a negative impact on the restorative properties. A lack of supportive environments makes it difficult for the inmates to build trust, be able to reflect and by extension heal. This thesis is a case study based on a real place and case; Prison Ringsjön. The study is based on interviews, survey studies, and literature studies consisting of theories and scientific research in environmental psychology, garden therapy, and studies on prisons in relation to the outdoor environment. The interviews and survey responses have contributed to an increased understanding of the specific location's design, conditions and function. Furthermore, the studies indicate that positive changes in the outdoor environment through biophilic design results in opportunities within an open institution. Since the prison environment can implicate stress, the inmates are in need of stress reducing environments. Restorative elements are compatible with the safety requirements of/within the environment, and the correctional service's aim to rehabilitate inmates to reduce the risk of recidivism is dependent on stress reduction. This is because the clients' receptivity to rehabilitation would increase in this way. The collected material has resulted in a design proposal that applies to prison Ringsjön.

Keywords: Prison, landscape architecture, biophilic design, restorative environments, rehabilitation, nature-based rehabilitation, health garden.

Innehållsförteckning

1. Inledning.....	11
2. Mål och syfte.....	13
2.1 Målgruppen.....	13
2.2 Frågeställningar.....	13
2.3 Avgränsningar.....	13
3. Bakgrund.....	14
3.1 Människa och natur.....	14
3.2 Historiska nedslag - Trädgårdens läkande kraft.....	15
3.3 Läsbarhet och förståelse för omgivningen	16
Stråk.....	17
Gränser.....	17
Distrikt.....	17
Knutpunkter.....	18
Landmärken.....	18
3.4 Biophilic design - Med naturen som förebild.....	18
Non-Visual Connection with Nature: Icke-visuell kontakt med naturen.....	19
Non-Rhythmic Sensory Stimuli: Icke-rytmiska sensoriska stimuli	19
Presence of Water: Förekomst av vatten.....	19
Connection with Natural Systems: Koppling till naturliga system.....	20
Biomorphic Forms & Patterns: Biomorfa former & mönster.....	20
Material Connection with Nature: Natural analogues.....	21
Prospect: Överblickbarhet	21
Refuge: Tillflykt.....	21

4. Miljöpsykologiska teorier.....	23
4.1 Behovspyramiden & betydelsespelrummet.....	23
4.2 De viktigaste faktorerna i en naturlig miljö.....	25
4.3 Attention Restoration Theory (ART).....	26
4.4 Trädgårdens roll på anstalter.....	27
4.5 Master gardening Program i Storbritannien & Skottland.....	28
5. Metod.....	29
5.1 Evidensbaserad design (EBD).....	29
5.2 Intervjuer.....	31
5.3 Enkät.....	31
5.4 Platsanalys.....	32
5.5 Gestaltningsarbete.....	32
6. Resultat.....	33
6.1 Tre platsbesök.....	34
Platsanalys.....	34
Intervjuer.....	38
Säkerhetsaspekter.....	39
Inventering och inmätning.....	39
6.2 Enkät.....	40
Natur & vatten.....	41
Fler gångstråk.....	42
Sittplatser: Gemensamma & enskilda.....	43
Rökrutor.....	44
Belysning.....	44
Ren miljö.....	44
Fysisk aktivitet/lek.....	44
6.3 Gestaltningsförslaget.....	46
Helhet.....	49
Gångstråken.....	50
Sittplatser: Gemensamma & enskilda.....	52

Rumsbildande element, skydd & markmaterial.....	53
Vegetation.....	54
Odlingar & planteringsytor.....	55
Vattenelement.....	55
Rökrutan.....	56
Sopstationen.....	56
7. Diskussion.....	57
7.1 Hur kan utomhusmiljön på Anstalten Ringsjön utformas för att verka restorativt samt främja målgruppens hälsa och välbefinnande?	57
7.2 Vilka säkerhetsaspekter i relation till utformningen av Anstalten Ringsjön finns att ta hänsyn till?.....	58
7.3 Metoddiskussion.....	58
Enkäten.....	58
Intervjuer.....	59
Evidensbaserad design.....	59
8. Slutsats.....	60
Referenser.....	61
Bilagor.....	64

Figurförteckning

Figur 1. Behovspyramiden. Beroende på hur bra eller dåligt en individ mår, klarar individen av mer eller mindre stimuli i en miljö. (Bild från Svensk miljöpsykologi 2005). Sida 24.

Figur 2. Evidensbaserad metodmodell för evidens-baserad design, steg 1–4. (Illustration av Enström & Schönig 2024, inspirerat av Gramkow 2021). Sida 29.

Figur 3. Tidslinje av platsbesöken i turordning inklusive enkätutskick. (Illustration av Enström & Schönig 2024). Sida 30.

Figur 4. Tidslinje över stora händelser i projektarbetet; från projektstart till färdigt gestaltningsförslag. Platsbesök med intervjuer, inmätning, analys, dokumentation och enkätutskick/insamling. Utkast av gestaltningsförslag, feedback från anstalten och sedan slutligt gestaltningsförslag. (Illustration av Enström & Schönig 2024). Sida 33.

Figur 5. Karta över anstalten Ringsjön som visar Rönneå, hus A-D, aktivitetshuset, slottet och besökshuset. (Flygfoto av lantmäteriet 2024. Bearbetning av flygfoto A. Schönig 2024). Sida 34.

Figur 6. Aktuellt område av anstalten Ringsjön. (Flygfoto från Lantmäteriet 2024. Bearbetning av flygfoto Schönig 2024). Sida 35.

Figur 7. Utökat område av anstalten Ringsjön. (Flygfoto från Lantmäteriet 2024. Bearbetning av flygfoto Schönig 2024). Sida 35.

Figur 8. Platsanalys av ljus- och skuggförhållanden. Blått innebär skugga, rosa innebär halvsugga och gult innebär soligt. (Illustration skapad av Enström & Schönig 2024). Sida 36.

Figur 9. Nulägesplan som visar alla befintliga delar av platsen. (Illustration av Enström & Schönig 2024). Sida 37.

Figur 10. Personalens önskemål och tankar kring hur området kan utvecklas. (Skapad av Robert Dapcevski 2024). Sida 38.

Figur 11. Inventering av växter som finns på anstalten Ringsjön idag. Växterna är sorterade i respektive kategori för att särskilja växternas egenskaper. (Lista skapad av Enström & Schönig 2024). Sida 40.

Figur 12. Packat cirkeldiagram som visar en sammanställning av alla svar som berörde olika naturelement. Storleken på cirkeln speglas av hur många som har nämnt ämnet. (Skapat av Enström & Schönig 2024). Sida 41.

Figur 13. Cirkeldiagrammet visar en sammanställning av alla ämnen, i relation till vad som anses vara viktigt för att förbättra utomhusmiljön på anstalten Ringsjön, som uppkommit i svaren från enkäten. (Skapat av Enström & Schönig 2024). Sida 42.

Figur 14. Cirkeldiagram av alla som nämnt promenader och/ eller gångstråken. (Skapat av Enström & Schönig 2024). Sida 43.

Figur 15. Cirkeldiagram som visar hur många som nämnt behovet av sittplatser på anstalten Ringsjön i enkäten. Bortfall innefattar antalet som inte nämnt sittplatser alls i något av svaren i enkäten. (Skapat av Enström & Schönig 2024). Sida 43.

Figur 16. Cirkeldiagrammet till vänster visar hur många som nämner behovet av utförande av utomhusaktiviteter som inte innefattar promenader som aktivitet. Cirkeldiagrammet till höger visar på vilka aktiviteter som de syftar på, av de som nämner utomhusaktiviteter (Skapat av Enström & Schönig 2024). Sida 45

Figur 17. Cirkeldiagrammet visar en sammanställning av alla svaren på fråga 3: Hur ofta vistas du utomhus på eget initiativ? (Skapat av Enström & Schönig 2024). Sida 45.

Figur 18. Stapeldiagram av alla svaren på fråga 5 i enkäten. (Skapat av Enström & Schönig 2024). Sida 46.

Figur 19. Teknisk ritning av gestaltningsförslaget – Vegetation (Illustration av Enström & Schönig 2024). Sida 47.

Figur 20. Teknisk ritning av gestaltningsförslaget – Hårdgjorda ytor & byggnation. (Illustration av Enström & Schönig 2024). Sida 48.

Figur 21. Illustration med text som visar de olika uppdelningarna/distrikten av platsen. Skogsträdgården längst upp, Apelträdgården vid hus D, Rörelserummet vid hus C, Örtagården vid hus B och Köksträdgården vid hus A. (Illustration av Schönig 2024). Sida 50.

Figur 22. Sliten och lagad huvudgång av asfalt mellan hus B och C. (Foto av Robert Dapceviski 2024). Sida 51.

Figur 23. Promenadstråk av hårdpackat grus. (Foto av Robert Dapceviski 2024). Sida 51.

Figur 24. Befintlig sittplats för en person, gjord av lastpallar med inramande spalje av armeringsjärn (Foto av Robert Dapceviski 2024). Sida 52.

Figur 25. Befintliga sittplatser gjorda av lastpallar till vänster av växthusen vid hus C. (Foto av Robert Dapceviski 2024). Sida 52.

Figur 26. Illustration av områdets sittplatser. Befintliga sittplatser är markerade med blå cirkel, nykomna sittplatser är markerade med röd cirkel. (Illustration skapad av Enström & Schönig 2024). Sida 53.

Figur 27. Uteplats och frilandsodling vid hus D, omgärdat av Rododendronhäck. (Foto av Robert Dapceviski 2024). Sida 54.

Figur 28. Ny rökruta med sittplatser invändigt och utvändigt. (Illustration skapad av Enström 2024). Sida 55.

1. Inledning

Inom miljöpsykologisk forskning studeras olika typer av utomhusmiljöer och hur faktorer på olika sätt inverkar på människans psykiska och fysiska hälsa (Kaplan 1989; Grahn 1995). Perceived sensory dimensions (PSD) grundar sig i 8 grundläggande sensoriska upplevelsedimensioner i utemiljöer som människan dras till; naturlig, kulturell, sammanhängande, varierad, skyddad, öppen, rofylld samt social (Stoltz 2019). Attention Restoration Theory (ART) förklarar hur naturliga miljöer fungerar restorativt medan urbana landskap ger motsatt effekt. Oftast tänker vi på platser som vi vistas på av fri vilja men det förekommer också platser där människor befinner sig under tvång. Sådana miljöer kan vara slutna vårdinrättningar, behandlingshem och i viss mån grundskola, LSS-boende samt äldreboenden. Flertalet teorier utgår från studier gjorda i miljöer där människor vistas av fri vilja, men hur påverkas människans behov när hon tvingas infinna sig i en sluten miljö? Aspekter som upplevd kontroll och avskildhet blir av allt större betydelse (Janssens et al. 2006).

I arbetet undersöker vi miljöpsykologisk forskning och hur olika faktorer i utemiljöer påverkar människan på ett övergripande plan, men också mer specifikt hur individer som avtjänar straff på anstalt relaterar och påverkas av deras utemiljö.

I takt med ökad oro för brottsligheten i samhället (Brottsförebyggande Rådet, 2023) hårdnar tongångarna i politiken och allt större fokus läggs på längre och hårdare straff. Under rubriken "Följande är på gång" på Regeringens webbplats (2023) finns tio punkter där lite fokus läggs på brottsförebyggande, hälsofrämjande och rehabiliterande åtgärder. Regeringen vill bland annat "avskaffa dagens straffrabatter och straffa återfall mycket hårdare" (Moderaterna u.å.) i syfte att avskräcka. Parallellt med retoriken om hårdare straff, handlar Kriminalvårdens rapport från 2022 att straffskärpningarnas effekter på brottsligheten är relativt låg. Kriminalvården har som mål att genom kvalitativa strategier minska riskerna för återfall i brott efter att straffet är avtjänat. För att nå detta behöver insatserna som görs vara anpassade efter varje individs behov, riskbedömning och mottaglighet för insatserna (Kriminalvården 2021).

Insatserna består bland annat av utbildning, arbete, behandlingsprogram och samtal enligt den evidensbaserade samtalsmetoden Krimstics. Kriminalvården beskriver att förutsättningarna för dessa insatser är beroende av medarbetarnas kompetens,

samt en säker och trygg miljö (Kriminalvården 2021). Forskning och vetenskapliga studier gällande kriminalvården är i stor utsträckning internationella och främst inriktade på män (Kriminalvården 2021:6). Trots att kvinnor enbart utgör 7% av de intagna på anstalt menar Kriminalvården att det finns ett stort hålrum att fylla i den svenska kriminalvården gällande målgruppen (Kriminalvården u.å.).

Det är vanligt bland kriminalvårdens klienter att de upplever både fysisk och psykisk ohälsa. Att vara frihetsberövad innebär också ytterligare psykisk påfrestning som kan leda till självskadande handlingar. Restriktioner är något som alla klienter utsätts för mer eller mindre, och till följd kan det resultera i psykiska besvär (Kriminalvården 2022). Det finns bristande information kring kvinnors behov av utformning av miljöer och det behövs mer information om vad som gynnar kvinnors hälsa och välmående på anstalter (Jabbari 2023).

Arbetet är en fallstudie av anstalten Ringsjön som är en av totalt 46 anstalter i Sverige. Anstalten Ringsjön är belägen i mellersta Skåne och tillhör säkerhetsklass 3 vilket innebär att det är en öppen anstalt där direkta rymningshinder saknas (Kriminalvården u.å.). Anstalten är uteslutande för kvinnor från 18 år och uppåt, varpå mammor med barn förekommer. De 40 anstaltsplatser som finns idag planeras bli 90 i närtid, vilket kommer att medföra förändringar av bland annat delar av utomhusmiljön, som på sikt ska ta form¹.

Genom att ha tagit del av miljöpsykologiska teorier, internationell forskning och gjort intervjuer med personal och enkätutskick till klienterna kan en större förståelse uppnås för vilka faktorer som kan gynna den valda målgruppens välmående och livskvalitet i relation till utomhusmiljö på anstalten. Utifrån evidensbaserade faktorer har vi arbetat med att utforma ett gestaltungsförslag som kan bidra till att öka trivselsn och välmåendet hos de intagna på anstalten Ringsjön.

¹ Information från platsbesök på anstalten Ringsjön där intervju med personalen skett.

2. Mål och syfte

Syftet med arbetet är att utifrån miljöpsykologiska teorier och internationell forskning samt insamlad data rörande målgruppen, ta fram ett gestaltungsförslag för anstalten Ringsjöns utemiljö. Detta dels för att användningen och funktionen ska korrelera med expanderingen av organisationen då fler än dubbelt så många platser ska tillkomma. Och dels för att utforska kopplingen mellan utomhusmiljöns design och människans hälsa.

2.1 Målgruppen

Målgruppen som arbetet behandlar är frihetsberövade kvinnor på en specifik anstalt; Anstalten Ringsjön. Åldersgruppen sträcker sig från myndighetsålder och uppåt. Klienterna avtjänar straff allt från 14 dagar upp till några år och brotten är av varierande allvarsgrad.

2.2 Frågeställningar

Hur kan utomhusmiljön på Anstalten Ringsjön utformas för att verka restorativt samt främja målgruppens hälsa och välbefinnande?

Vilka säkerhetsaspekter i relation till utformningen av Anstalten Ringsjön finns att ta hänsyn till?

2.3 Avgränsningar

För att öka urvalet av litteratur kan vi inte begränsa oss enbart till den forskning, och de studier som gjorts på kvinnor. Intervallet måste breddas genom generella sökningar på människan i olika utemiljöer. För att nå målgruppen kvinnor, har flera intervjuer med personal på anstalten skett samt enkätutskick till målgruppen som rör frågor kring deras utemiljön. Därigenom går det att dra paralleller och jämförelser med de litterära studierna som i regel gjorts och görs på män.

3. Bakgrund

Följande avsnitt kommer att behandla kopplingen mellan människa och natur, hur naturen påverkar människans psykiska och fysiska hälsa samt vilka faktorer i utemiljön som verkar restorativt.

3.1 Människa och natur

Naturen har alltid spelat en betydande roll för människan. Bland djur och andra levande organismer lärde vi oss att identifiera miljön utifrån tillgång till vatten och föda. Avläsning genom ett områdes överblickbarhet och skydd från faror har varit särskilt viktigt genom människans historia (Ulrich et al., 1991). På de platser där dessa behov kunde tillgodoses, gavs också utrymme för återhämtning och tid till aktiviteter som var koncentrationskrävande. Våra föregångare vistades huvudsakligen i savannliknande miljöer med egenskaper som öppenhet, överblickbarhet, frodig vegetation och stillsamt rinnande vatten (Ulrich 1999). Att återhämtning än idag sker effektivare i naturliga miljöer och att koncentrationen ökar efter en tids vistelse i naturen samt att den kognitiva utvecklingen påverkas positivt är en tes som stöds av vetenskapliga studier (Folkhälsomyndigheten 2024). Ökad språklig kompetens, långtidsminne, kreativitet och problemlösning är andra exempel på positiva effekter (Ulrich 1993).

Den amerikanska biologen Edward O. Wilson (1984) nämner tre nyckel-/karaktärsdrag som återfinns i den tidiga människans omgivning, som förklarar varför människan idag fortfarande dras till samma typ av miljöer. Det första karaktärsdraget innefattar savannen i sig själv som erbjöd en stor mängd djur- och växtföda, men också öppen sikt för att kunna upptäcka andra djur och faror (hot/rivaler) på långt avstånd. Det andra karaktärsdraget var ett visst mått av höjdskillnader i landskapet (topografisk variation). Genom att befinna sig på klippor, kullar eller åsar kunde faror upptäckas på ett ännu större avstånd, medan överhäng och grottor fungerade som naturliga skydd om nätterna. Under längre vandringar var utspridda trädsamlingar av stor vikt, både som tillflykt och skydd av dricksvatten. Det tredje och sista karaktärsdraget var vattendrag; där fisk, blötdjur

och olika sorters ätbara växter kunde ge föda till dåtidens människor. Eftersom få naturliga fiender till människan kunde korsa djupt vatten, blev kustlinjerna naturliga försvarsområden (Wilson 1984).

Wilson (1984) menar på att närhelst som dessa tre nyckel-/ karaktärsdragen förekommer på en plats tycks människan av fri vilja dras dit. Öppna platser med inslag av träd och buskar i kombination med utsikt över vatten har än idag en dragningskraft och är eftersträvansvärda platser att leva på. Denna världsomspännande dragningskraft är inte längre påtvingad av ett hårt jägar- och samlarsamhälle, utan har till stor del övergått i mer estetiska normer, samt inspiration till konst och landskapsarkitektur. De som utövar störst grad av frihet i sina val; de som besitter ett ekonomiskt kapital och därmed också makt, tenderar att bosätta sig på högländ ovanför sjöar, floder eller havsstränder. Det som är biologiskt rotat i oss och som inneburit överlevnad hänger med in i vår moderna tid och är fortfarande något som vi eftersträvar och mår bra av (Wilson 1984).

3.2 Historiska nedslag - Trädgårdens läkande kraft

Trädgården är sedan länge förknippad med hälsa och välgång, den som lyckades med sin odling kunde leva gott på den skörd mödan gav. Att avkastningen till stor del berodde på gynnsamt väder stärkte människans tro till gudarna och om dessa tolkades rätt kunde ett gott liv vänta. Redan i den allra äldsta av våra litterära verk Gilgamesheposet från omkring 2000 f.v.t framgår att kung Gilgamesh uppsökte trädgården Dilmun - Gudarnas trädgård, för att hämta "kraft, styrka och uppnå evigt liv". Hippokrates (460–370 f.v.t), läkekonstens fader, hävdade redan under antiken att naturen hade en läkande kraft. I sitt arbete med patienter använde han trädgården som rum för rehabilitering, vård och läkning likt en nutida trädgårdsterapeut (Grahn 2010:50). Under medeltiden tog spa-kulturen fart och spreds över Europa, där naturen och vattnet i synnerhet spelade en huvudroll. Under 1400–1500-talet byggdes spa-retreater för lindring, på natursköna platser. Idag kan det låta innovativt att få promenader och skogsbad på recept men faktum är att redan under 1700-talet ordinerades naturpromenader i rehabiliterande syfte (Grahn 2010). Odling som metod kopplat till psykisk sjukdom i terapeutiskt syfte började användas under 1800-talet och under slutet av seklet användes den rena luften i naturen som medicin för behandling av tuberkulos-sjuka patienter (Marcus, Barnes 1999). Vid psykiatriska kliniker anlades frilandsodlingar och växthus, ofta blev sjukhusen helt självförsörjande med hjälp av dessa (Grahn 2010). Under 1900-talet tog den vita vården över, då ny kunskap om naturen som smittkälla till bakterier, virus och sjukdomar kom till kännedom. Detta i kombination med en motreaktion på i vissa fall utnyttjande av patienters arbetskraft i rehabilitering blev slutpunkt

(inskränkande) för en lång historia av naturbaserad rehabilitering, åtminstone för en tid fram (Grahn 2010).

Idag är rehabiliterande åtgärder kopplat till natur åter aktuell. I bland annat Skåne län erbjuds en form av vård kallad naturunderstödd rehabilitering på landsbygden; NUR. Denna insats ges till den som söker vård för sjukskrivning till följd av utmattningssyndrom, lättare till medelsvår depression, paniksyndrom eller ångest (Wissler & Pálsdóttir 2021). Samma form av vård kallas i Västra Götalands län för grön rehabilitering, och i den insatsen ingår ett multidisciplinärt team som kan bestå av en fysioterapeut, arbetsterapeut, psykolog och trädgårdsmästare, alternativt en biolog eller naturguide (Sahlin 2014). Rehabiliteringen ges i en för ändamålet speciellt utformad trädgård eller utvald naturmiljö som understödjer målgruppens rehabiliterande processer genom olika terapeutiska aktiviteter (Västra Götalandsregionen 2023). Fler exempel och former av naturunderstödd terapi finns, likväl återstår tomma luckor att fylla inom sjukvården, kriminalvården, behandlingshem och andra institutioner i samhället (Janssens. J. 2006).

Läkande trädgårdar dvs. hälsoträdgårdar syftar på trädgårdar som stöttar och bidrar med en terapeutisk effekt gällande tre huvudsakliga områden: 1) Reducera fysiska symtom eller medvetenheten av symtomen, 2) Stressreducering och 3) Ökat välmående (Marcus & Barnes 1999). Den läkande effekten som en trädgård/utemiljö kan bidra med är att miljön är anpassad utefter behoven som finns. Det kan vara designelement som uppmuntrar oss att vilja gå ut, vilja vara sociala eller ensamma, delta i aktiviteter, vara i solen/skuggan mm. Marcus och Barnes (1999) menar att det inte räcker med att det finns en utomhusmiljö som innehåller växter och blommor som är fin att titta på, om den inte är tilltalande samt anpassad efter människorna som finns på platsen och som ska använda sig av platsen. Marcus & Barnes (1999) studier visar att alla miljöer som nämns som läkande, innefattar begreppet natur där samtliga deltagare nämnt naturliga faktorer som växter, vatten, djur, himlen, stenar och blommor. Även mer specifikt som ljudet av vatten eller vinden som susar genom vegetationen. Deltagarna har även nämnt utsikter från en säker och skyddad plats.

3.3 Läsbarhet & förståelse för omgivningen

Bakom utformningen av en utemiljö finns vissa principer och grundläggande byggstenar som behöver tas i beaktande för att miljön ska fungera utifrån form, funktion och konstruktion. För att må bra i en miljö behöver vi förstå den och för att kunna förstå den behöver den vara läsbar. Lynch (1960) definierar bildbarhet och läsbarhet som ett, visuellt uppfattat, sammanhängande mönster av

igenkännbara symboler. Dessa grundläggande symboler utgörs av: stråk, gränser, distrikt, knutpunkter och landmärken. Nedan beskrivs dessa.

Stråk

Stråk är de förbindelser som betraktaren vanligtvis, stundom eller potentiellt rör sig genom. Dessa förbindelser kan vara gator, passager eller gångvägar. Stråken är det dominerande elementet i människans uppfattning av rumslighet (Lynch 1960). En sträcka på 500 meter som är rak, oskyddad och enformig upplevs ofta väldigt lång och uttröttande, medan en sträcka på samma distans kan upplevas kort om den delas in i etapper (Gehl 1971). Genom etapper kan vi skapa mystik som till stor del bygger på idén om att människan har två grundläggande behov kopplat till dess omgivning: att förstå och att utforska. Genom att utforska kan vi också lära oss att förstå (Kaplan 1989). Människan tenderar att vilja ta genvägar om slutdestinationen kan bevittnas från platsen där vi befinner oss. Det är endast när stora föremål, farliga hinder som en trafikerad gata eller direkta hinder som ett staket, som får oss att motvilligt följa huvudleden till slutdestinationen. Det är därmed av vikt att designa gångar där slutdestinationen inte finns i ens direkta synfält på håll. Om en sträcka är för kort för att kunna skapa blockader i synfältet, är det bättre att designa sträckan så kort som möjligt (Gehl 1971). Från en studie som tittar på hur patienter från hälsoträdgården i Alnarp och hur de rörde sig i hälsoträdgården, visade det sig att många gick promenader utan ett specifikt mål i sikte (Tenngart Ivarsson 2011), och vidare bör en stig gärna utformas så att den har en tydlig början och slut och inte leder till en återvändsgränd (Bengtsson et al. 2014).

Gränser

Gränser är linjära element eller avbrott i kontinuiteten, som separerar olika områden men också ger en anvisning om vilka områden som är relaterade till varandra. En buske, en mur eller ett markmaterial kan utgöra en sådan gräns (Lynch 1960).

Distrikt

Ett distrikt definieras av yttre gränser och homogena egenskaper inom området. Det kan röra sig om bland annat likheter i material, former, byggnadstyper, vegetation eller topografi. Distriktet blir lätt identifierat om det tydligt skiljer sig från den omgivande miljön (Lynch 1960).

Knutpunkter

Knutpunkter är där olika vägar korsas eller en stig sträcker sig ut från en annan väg. Om knutpunkterna besitter olika karaktärer kan en knutpunkt fungera som ett delmål man vill ta sig till och bli en mötesplats (Bengtsson et al. 2014).

Landmärken

Ett landmärke utgörs av en tydlig punkt som går att orientera sig efter. Landmärken utgörs av byggnader, konst, skyltar, berg med mera. Ett landmärke bör synas på håll; flaggstång, lusthus eller en tydlig entré som underlättar orienteringen på platsen. Det kan också finnas i mindre skala längs med gångvägar för att skapa fascination och bygga engagemang längs med vägen (Lynch 1960; Bengtsson et al. 2014).

3.4 Biophilic Design - Med naturen som förebild

Tillsammans har miljöstrategen Bill Browning och arkitekterna Rick Cook, Bob Fox och Chris Gavin grundat konsultföretaget Terrapin Bright Green som startade 2006. Terrapin Bright Green konsulter har format en designmodell baserad på bland annat E. O. Wilsons teori om biofil design. Terrapin BG (2014) hävdar att människan har under de senaste 20 000 åren odlat sina egna grödor och genom olika aktiviteter har landskapet formats. Under 250 år har moderna städer vuxit fram och statistik visar att inom de kommande decennierna förväntas så många som 70% av världens befolkning bo i urbana miljöer. Parallellt med en sådan ökning krävs att design av landskap ska sträva efter att länka samman relationen mellan människa och natur genom en naturlig landskapsarkitektur och design (Terrapin BG 2014).

Det främsta målet med biofil design är att skapa naturlikanade miljöer där det råder harmoni mellan byggd miljö och naturen runtomkring. Designen har även visat sig bidra till minskad stress, ökad kreativitet, förbättrat mående samt gett upphov till en påskyndad läkningsprocess. Terrapin BG (2014) menar på att när världen fortsätter att urbaniseras blir de biofila egenskaperna allt viktigare. Teoretiker, forskare och designers har arbetat i årtionden för att definiera de aspekter av naturen som har störst positiv inverkan på den byggda miljön. "14 Patterns of Biophilic Design" formulerar relationen mellan naturen, mänsklig biologi och utformningen av den byggda miljön för att vi ska kunna dra nytta av de positiva effekter som naturen har på människans hälsa. "Biophilia in Context" studerar utvecklingen av biofil design inom arkitektur, planering och presenterar ett ramverk för att sammanfoga den mänskliga biologiska vetenskapen och naturen. Nedan redovisas

de mest tillämpningsbara punkterna i förhållande till gestaltungsprojektet för detta arbete, baserat på en personlig tolkning och uppfattning av vad som är viktigt och tillämpningsbart för gestaltningen av anstalten Ringsjön.

Non-Visual Connection with Nature: Icke-visuell kontakt med naturen

Icke-visuell kontakt med naturen rör de auditiva, haptiska, lukt- och smaksinne som framkallar en medveten och positiv koppling till naturen, och dess levande system och naturliga processer. Icke-visuella intryck kan naturligt skapas genom att tillföra doftande örter och blommor, skapa miljöer som främjar djurliv och ger livsrum för insekter och andra arter. Inslag av vatten skapar ljudrum, vid regn, blåst och annat väder kan olika typer av material eller vegetation bidra till olika typer av ljud, ljus eller vindförhållanden och varma kontra kalla ytor (Terrapin BG 2014).

Non-Rhythmic Sensory Stimuli: Icke-rytmiska sensoriska stimuli

Icke-rytmiska sensoriska stimuli handlar om förutsägbarhet i utomhusmiljön. Det omfattar slumpmässiga och tillfälliga stimuli i naturen kan analyseras statistiskt men inte alltid förutsägas exakt (på så vis är de ej rytmiska). När vi befinner oss i naturen upplever vi ständigt influenser av icke-rytmiska sensoriska stimuli; det kan handla om fågelkvitter, vind i bladverk eller en svag doft av något som uppstått i värmen av solens strålar. Våra byggda miljöer är ofta förutsägbara områden som många gånger saknar de egenskaper som behövs för att stödja icke-rytmiska sensoriska stimuli och saknar plats för oförutsägbara händelser eller tillfälligheter. Exempelvis kommer en doft som konstant är närvarande inte uppfattas med tiden eftersom hjärnan vänjer sig, medan en doft som bara träder fram med hjälp av vinden fånga ens uppmärksamhet varje gång den framträder (Terrapin BG 2014).

Presence of Water: Förekomst av vatten

Miljöer med tillgång till vatten har alltid gynnat människan eftersom vattnet i sig är livsviktigt. Platser som erbjuder vatten bidrar till återhämtning efter jakt och en känsla av välbefinnande (Wilson 1984). Att återhämtning än idag sker effektivare i vissa naturliga miljöer än i andra är ett arv från våra förfäder (Kaplan 1989). Förekomst av vatten stärker också upplevelsen av en plats både genom syn, hörsel och direktkontakt och stimulerar på så vis alla våra sinnen.

Från en studie där personer med upplevd stress, ångest eller depression fick svara på vilka miljöer och egenskaper i en utemiljö som fick dem att må bättre svarade mer än hälften just vatten (bland andra element som fågelsång, frisk luft, doft) (Marcus, Barnes 1999). Målet med Presence of Water-mönstret är att dra nytta av vattnets multisensoriska egenskaper. Detta för att förbättra upplevelsen av en plats på ett sätt som är lugnande och kontemplativt, förbättrar måendet samt ger återhämtning från kognitiv trötthet. För att optimera effekterna av detta mönster ska en multisensorisk vattenupplevelse prioriteras för att uppnå det mest fördelaktiga resultatet. Naturligt fluktuerande vattenrörelser framför förutsägbara rörelser eller stillastående vattenytor. Vattnelement med hög aktivitet och volym kan skapa obehag och minska den akustiska kvaliteten på en plats. Inslag av vatten kan dock vara resurs- och energikrävande och bör av den anledningen användas sparsamt, särskilt i klimat med liten tillgång till vatten. Genom att skugga vattnet minimeras den exponerade vattenytan och därmed också vattenförlusten genom avdunstning (Terrapin BG 2014).

Connection with Natural Systems: Koppling till naturliga system

En plats med en god anknytning till naturliga system ger en större helhetskänsla och skapar en medvetenhet om säsongsvariationer och livscyklar. Känslan är ofta avkopplande, nostalgisk, djupgående, ibland upplysande och ofta efterlängtat (Grahn 2010). Naturligt förekommande finner vi dessa mönster i bland annat årstidsväxlingar, klimat- och väderskiftningar och hydrologi. Men också i himlavalvets och stjärnornas position, djurens beteende, pollinering, tillväxt, åldrande och nedbrytningsprocesser. Det går också att konstruera mönster genom att exempelvis skapa livsmiljöer för olika arter genom fågelholkar, insekshotell, täta buskage, blommande växtlighet och död ved. Andra exempel på konstruerade naturliga system kan vara ett synligt dagvattensystem med säsongsbetonad lagring av regnvatten eller genom att använda naturmaterial som sten, koppar, brons eller trä som har patina och vittnar om historia och ålder (Terrapin BG 2014).

Biomorphic Forms & Patterns: Biomorfa former & mönster

Biomorfa former och mönster tar avstamp ur naturens organiska uttryck, i naturen finns i regel inga skarpa avbrott utan mer successiva, mjuka övergångar. Dessa former upplevs generellt intressanta och behagliga, ibland fångslande, kontemplativa eller till och med absorberande (Terrapin BG 2014). Biomorfa former är applicerbara på olika slags konstruktioner av exempelvis växthus och pergola, fasadmaterial, möbler, gångstigar och broar.

Material Connection with Nature: Natural analogues

Denna punkt avser kroppens fysiologiska reaktioner när vi kommer i kontakt med naturliga element. Rubriken "Material Connection with Nature" har som syfte att utforska egenskaperna och kvantiteterna hos naturliga material som är optimala för att framkalla positiva kognitiva eller fysiologiska känslor. Studier som gjorts av Lichtenfeld (2012) på hur färg påverkar människans kognition, visar att den gröna färgen gynnar en individs kreativitet samt välmående. Enligt Terrapin (2014) föredrar människor dessutom en variation i färg, material och textur framför en större mängd av enbart ett material eller en färg. Därtill föredrar människan äkta, naturmaterial framför konstruerade syntetiska material. Genom dessa resultat kan det konstateras att designers bör använda sig av varierande naturmaterial och färger för att uppnå en restorativ effekt.

Prospect: Överblickbarhet

En plats med utsikt och överblickbarhet föredras av människan då de upplevs trygga och säkra. Öppna miljöer inger en känsla av upplevd kontroll i de situationer då en är ensam eller befinner sig i en främmande miljö (Kaplan 1989, Stoltz 2019, Terrapin 2014). För att uppnå känslan av kontroll och trygghet är en sträcka på minst 30 meter fri sikt (Herzog & Bryce 2007 se Terrapin 2014). Miljöer med överblickbarhet, ska vara omfångsrika och bidra med information för att kunna avgöra vilka tillgångar samt faror som finns på platsen. När en plats har en tillräcklig vidd, kan rumsliga egenskaper förstärkas av att ta bort visuella barriärer. Genom lägre höjder på de element som skapar väggar i ett rum bibehålls samtidigt sikten på en plats (Terrapin 2014).

Refuge: Tillflykt

I relation till utsikt behövs även tillflykt, för att platsen ska kännas trygg. Utsikt och tillflykt bidrar båda till en känsla av trygghet på en plats. En miljö som innefattar möjlighet till både utsikt och tillflykt bidrar med skydd, vila och återhämtning (Stígsdóttir et al. 2018). Det behöver även vara en plats för sig, i relation till omgivande miljöer (Grahm 1995, Stoltz 2019, Terrapin 2014). En plats där vi kan uppnå tillflykt, både visuellt, men även rumsligt, har en restorativ egenskap som sänker blodtrycket och hjärtfrekvensen. Utöver de fysiologiska fördelarna, har faktorn av tillflykt visat på psykiska fördelar som minskad irritation, trötthet och upplevd sårbarhet samt fördelar som ökad koncentrationsförmåga, uppmärksamhet

och uppfattning av säkerhet (Grahn & Stigsdotter 2010; Wang & Taylor 2006; Petherick 2000; Ulrich et al. 1993 se Terrapin 2014). De rumsliga attribut som tillflykt innefattar kan variera från lite skydd som en bänk med hög rygg, till ett delvis skyddat rum som ett vindskydd eller lusthus. I utomhusmiljön kan ett exempel på en tillflyktsplats finnas under trädkronor i miljöer där ytan är större, men det kan också vara en öppen yta i mindre skala som är omgärdad av vegetation som utgör väggar eller tak (Dee 2001; Terrapin 2014). Det huvudsakliga målet med att skapa ytor som tillfredsställer behovet av tillflykt är att ge utrymme och möjlighet för att skapa skyddande miljöer som stödjer återhämtning. Genom att hämma den visuella tillgängligheten av platsen, skydda från ovan och i ryggen (gärna från tre sidor) kan en känsla av skydd skapas. Detta betyder dock inte att platsen ska vara helt isolerad från omgivande miljö eftersom det i sig kan skapa otrygghet. För att en tillflyktsplats ska vara optimal krävs visuell eller auditiv information för att kunna bilda sig en uppfattning av situationen på platsen. Forskning från rehabträdgårdar visar på att patienter känner sig trygga när de är omgärdade av vegetation men samtidigt har en visuell eller auditiv överblick för att se eller höra om någon är på väg mot dem (Stígsdóttir et al. 2018). Tillflykt kan uttryckas på olika sätt när det kommer till designen av det, och bör utgå från kontexten av platsen. Exempel på olika syften av tillflykt i design: skydd från väder, fara eller rum för vila och återhämtning, reflektion och meditation (Terrapin 2014).

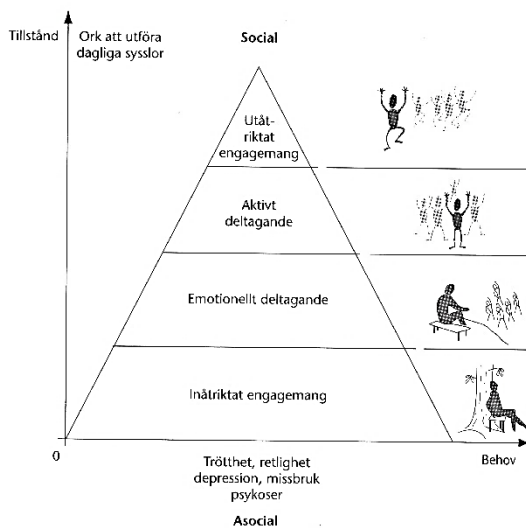
Ofta är en skyddad plats avsides och av mindre rumslig skala dit du kan gå för att gömma dig (Stoltz 2019). De populäraste platserna att stanna vid när vi pratar om offentliga platser är längst med kanterna. Här har vi skydd i ryggen men samtidigt överblick till andra sidan (alla riktningar förutom bak). En annan populär plats att stanna på är vid övergången från en plats till en annan där det ges sikt åt båda håll (Gehl 1971; Stígsdóttir et al. 2018). I boken "The Hidden Dimensions" beskriver Edward T. Hall människans dragning till att vilja placera sig i kanten av skogen, stranden eller vid en fasad. Detta hjälper oss att hålla avstånd till andra, både individuellt men också som grupp där gruppen hålls separerad från andra. Vid kanterna minskar exponering; exempelvis för fara eller att vara i vägen för andra. Denna effekt kan uppnås genom att befinna sig i den skyddande skuggan av en trädkrona (Gehl 1971).

4. Miljöpsykologiska teorier

Detta avsnitt behandlar teorier om restaurativa och stödjande miljöer och däri de mest bidragande och framträdande elementen. Ordet restaurativ kommer från engelskans restoration som står för olika återhämtningsprocesser för att förnya, eller återupprätta resurser och förmågor som försvagats (Hartig, 2005). Restaurativa miljöer beskriver följaktligen miljöer som främjar människans återhämtningsprocesser från stress, trauman eller andra psykiska eller fysiska tillstånd. Restaurativa miljöer syftar till naturliga och återhämtande platser, ofta med en komplex artsammansättning, variation i färg och form och där flera eller alla sinnen berörs. En sådan miljö kan vara skapad av människan men ändå uppfattas som naturlig, då den efterliknar naturens egna mönster, färger och dynamik (Kaplan 1989).

4.1 Behovspyramiden & betydelsespelrummet

Behovspyramiden beskriver en individs engagemang beroende av hennes psykiska ork och kapacitet. Detta i relation till hur mycket stimuli som finns i en miljö och mycket en person klarar av att bearbeta (Stigsdotter et al. 2011). Behovspyramiden är uppdelad i fyra kategorier; 1) inåtriktat engagemang, 2) emotionellt deltagande, 3) aktivt deltagande och 4) utåtriktat engagemang (se figur 1). En persons psykiska tillstånd korrelerar med behovet av en mer eller mindre restaurativ miljö. Om personen mår dåligt kommer hon att befinna sig lägre ner i behovspyramiden, till skillnad från om hennes psykiska tillstånd är stabilt. När personen befinner sig högre upp i pyramiden minskar behovet (Stigsdotter et al. 2001). Längst ner i behovspyramiden har personen ett stort behov av att vara ensam och en miljö som är kravlös. Det innebär att miljön är enkel att vistas i och förstå, och intrycken även är tydliga och positiva. Aktivitetsnivån är låg och ska kunna utövas på egen hand ostört, som exempelvis att gå en promenad eller plocka bär.



Figur 1. Behovspyramiden. Beroende på hur bra eller dåligt en individ mår, klarar individen av mer eller mindre stimuli i en miljö. (Bild från Svensk miljöpsykologi 2005).

Personer som befinner sig längst ner i behovspyramiden, upplever psykisk stress eller ångest, och har behov av att kunna sortera tankar och intryck som den redan är påverkad av. Behovet av “inåtriktat engagemang” innebär att miljön inte ska tillföra nya intryck och stimuli som är för tunga för personen att bearbeta. I nästa nivå av pyramiden, “emotionellt deltagande”, finns något mer mental ork för intryck och stimuli men fortfarande på en nivå där energin inte räcker till för att aktivt kunna delta socialt. På denna nivå menar Grahn (2005) att hagar och ängsmarker med betesdjur är miljöer som kan stötta personer som befinner sig på den nivån. Inom den “aktivt deltagande” nivån har personen kommit ytterligare ett steg och har förmåga till att delta aktivt och kreativt, men på ett sätt där den inte behöver förhålla sig till prestationer eller förväntningar. Personer på denna nivå mår bra av att delta i sociala aktiviteter med utvalda personer som den känner sig trygg med. En trädgård eller en miljö med djur som inte kräver alltför mycket skötsel, motsvarar vad en person på denna nivå klarar av. Efter detta steg befinner personen sig högst upp i pyramiden i det “utåtriktade engagemanget” och klarar av nya miljöer, stimuli och sociala interaktioner (Grahn 2005).

Ytterligare ett begrepp här är människans betydelsespelrum som utgår från att människan har sig själv som utgångspunkt, med sina egna personliga åsikter om vad som är viktigt och vad som är stödjande i en miljö. Från uppväxten och med sig i resten av livet byggs betydelsespelrummet upp och formas på vägen beroende på vad vi går igenom i livet. Den grundar sig i alla ens kroppsliga, sensoriska och känslomässiga upplevelser samt tankar och reflektioner. Det innebär att det som finns i vår fysiska miljö kommer vi i olika grad kunna relatera till och identifiera

oss i. Miljöer från barndomen är särskilt knutna till den egna identiteten (Grahn et al 2010; Adevi & Grahn 2011).

4.2 De viktigaste faktorerna i en naturlig miljö

Nedan följer en sammanställning av vad en ”naturlig miljö” innefattar samt vilka faktorer i utomhusmiljön som anses vara restaurativa och är mest föredragna av människan.

Naturmiljöer är rika på inslag som för människan är biologiskt betingade att uppfattas som fascinerande (Svensk miljöpsykologi sida 271). Att uppleva natur och naturliga miljöer behöver inte nödvändigtvis betyda att aktivt vara i kontakt med den utan kan bara vara att observera den (Kaplan 1989). En sådan plats beskrivs som orörd, där naturen fått styra själv utan mänsklig påverkan (Grahn 1995, Stoltz 2019). Vegetation och vatten är naturliga element som ger viktiga överlevnadssignaler och framkallar positiva känslor (Svensk miljöpsykologi sida 274). Enligt miljöpsykologiska studier är de platser som utgörs av friare natur att föredra framför de miljöer som har påverkats av mänsklig hand. Dessa kan upplevas kontrollerade och ibland inkräktande (Kaplan 1989). Detta betyder dock inte att en naturlig miljö måste vara skapad av naturen alene, ofta kan den mänskliga handen skapa miljöer som påminner om naturens egen karaktär. Detta genom en växtkomposition som efterliknar naturliga växtsamhällen, samt varierande topografi och växtskikt. Den ska innehålla tillräckligt med information för att vi ska uppfatta om alla de livsviktiga faktorerna för överlevnad finns på platsen. Vi vill gärna veta var vi säkert kan ta oss fram men också vad som förväntas dyka upp på platsen. Om det finns skydd, sikt, vatten och tillgång till föda (Kaplan 1989; Grahn 1995). Kvasiexperimentella studier tyder på att naturmiljöer bidrar till minskad stress, mer positiv emotionell funktion och ökad koncentrations- och återhämtningsförmåga. Återhämtningen bidrar till minskad trötthet, sorg, ilska och aggression. Samt ökad mental kapacitet, engagemang, uppmärksamhet och välbefinnande (Pálsdóttir 2014; Terrapin 2014).

De fyra mest föredragna karaktärerna i en miljö är den rofyllda, den naturliga, den sammanhängande och den skyddande. Dessa fyra miljömässiga karaktärer besitter restaurativa egenskaper och är därmed av större preferens, särskilt för personer som mår sämre. Människor dras till dessa upplevelsedimensioner eller karaktärer i miljön, i olika stor grad beroende på statusen av ens välmående (Stoltz 2019; Grahn 1995; Stigsdotter 2011). En sammanhållen karaktär innefattar återkommande inslag som skapar ordning och därigenom förståelse. Kaplan (1989) beskriver en sammanhållen karaktär som en plats där repetition och ett tydligt mönster i utformningen förekommer. Exempelvis genom återkommande växtslag, material

eller texturer. Den sammanhållna karaktären har restorativa egenskaper likt naturliga miljöer som upplevs ostörda och opåverkade (Stoltz 2019).

Den rofyllda kvaliteten är ytterligare en viktig restorativ faktor som ger tid och rum för egna tankar och inre processer. En sådan miljö kännetecknas av stillhet, tystnad och en avsaknad av andra människor och påtvingad social interaktion. Auditiva eller visuella störningar såsom skräp, ogräs, folksamlingar eller lekplatser ska inte heller finnas (Stoltz 2019; Grahn 1995).

Enligt Grahn (1995) föredrar små barn ofta mindre och skyddade utrymmen, såsom buskage och täta planteringar. Dessa miljöer får gärna bestå av fruktträd och bärbuskar. Som tidigare nämnts så innebär även skyddade miljöer en möjlighet till utblick och upplevd kontroll av platsen.

4.3 Attention Restoration Theory (ART)

Attention Restoration Theory (ART) bygger på ett arbete gjort av Kaplan och Kaplan 1989. Denna teori beskriver hur återhämtningsförmågan hos en mentalt utmattad individ sker mer effektivt i naturliga miljöer än i urbana. Genom att vistas i eller bara se natur kan en individ återfå de begränsade resurser som gått förlorad till följd av riktad uppmärksamhet. Det viljestyrda systemet kallas riktad uppmärksamhet och används för att sortera information, prioritera, planera och slutligen agera. Bearbetningsprocessen är krävande då den riktade uppmärksamheten är en begränsad resurs (Grahn 2010). Det icke-viljestyrda systemet kallar Kaplan (1989) för "fascination". Fascination utgörs av den uppmärksamhet som spontant fångas av vår omgivning. Det finns två olika typer av fascination: "hard fascination" och "soft fascination".

Fascination av naturen är den faktor som visat sig ha starkast påverkan för känslan av tillfredsställelse och är på så vis miljöpsykologiskt fördelaktig. Fascination uppstår vid ljudet av vatten, vinden som blåser genom trädkronorna, en blommas morfologiska uppbyggnad, olika texturer och nyanser i bladen. Utan ansträngning skapas ett fokus för det vi upplever och en lugnande känsla uppstår som stöttar och återställer förlorad energi (Kaplan 1989).

Restorativa miljöer bidrar med att minska stress och öka effektiviteten hos en individ. Genom ett förbättrat mående blir koncentrationsförmågan bättre, produktiviteten högre och på så vis ges större chans att nå uppsatta mål. För att en miljö ska kunna ge dessa restorativa effekter krävs en miljö som inte påminner om den vardag som orsakar stressen (Kaplan 1989). Platser som utgörs av många

människor, höga temperaturer och högt ljud är faktorer som är direkt kopplade till aggression och våld eftersom människan blir mentalt trött av den typen av stimuli (Stigsdotter 2011), varpå restaurativa miljöer och naturmiljöer har en god effekt på mental trötthet. Tröttheten beror på att hjärnan tvingats vara i ett tillstånd där mycket energi gått åt för att hålla fokus på konkreta uppgifter. Alltså genom den riktade uppmärksamheten som är en begränsad resurs (Kaplan 1989). Mental trötthet är inte detsamma som stress. Kaplan (1989) redogör för skillnaden och att stress beror på förväntningar som byggs upp inför olika moment och situationer som uppfattas som farliga eller hotfulla.

Ytterligare två begrepp inom ART är “Being away” (Kaplan 1989) och “temporary escape” (Marcus & Barnes 1999). Båda begreppen innebär en distansering från allt som innebär press och stress i vardagen. En plats kan ge känslan av att komma bort även om den inte geografiskt är långt borta från exempelvis vårt hem. Temporary escape kan handla om sjukhuspatienter som upplever förlorad kontroll, men där trädgården ger utrymme för att bearbeta tankar och känslor. Genom trädgården kan patienten få en nödvändig verklighetsflykt från situationen den befinner sig i (Marcus & Barnes 1999).

4.4 Trädgårdens roll på anstalter

I Storbritannien kallas den typ av vård där trädgårdsarbete och utomhusaktiviteter skrivs ut på recept för “Social prescribing” och fungerar som en alternativmedicin. I studier som gjorts på patienter har det visat att trädgårdsarbete och odling ger ett ökat välmående både fysiskt och psykiskt (Sustainable Food Trust 2020). I fängelsemiljöer i Storbritannien har detta visat sig kunna bidra till minskat självskadebeteende och suicidförsök hos de intagna. Att utföra aktiviteter i utomhusmiljön främjar återanpassning till samhället, det vill säga minskar risken för återfall i kriminalitet. Genom att delta i sociala aktiviteter kan självförtroendet byggas upp och en samhörighet skapas (House of Commons 2017).

Människor som sitter i fängelse lider större risk att drabbas av mental ohälsa. En studie gjord i Storbritannien visar att 12% av de intagna männen och 28% av kvinnorna har olika typer av självskadebeteenden, vilket är en påfallande skillnad mellan könen (House of Commons 2017). Anstaltens kontrollerande funktion försämrar internernas möjlighet att hantera och få hjälp med sin mentala hälsa eftersom vistelsetiden till stor del utgörs av övervakning, tvång och dagligt arbete (House of Commons 2017).

4.5 Master Gardening Program i Storbritannien & Skottland

Master Gardening Program (MGP) är i grunden en mentormodell för att uppnå gemenskap inom hortikultur där volontärer bidrar med att sprida kunskap och information inom hortikultur till andra kretsar; i detta fall anstalter (Prison Service Journal 2016).

MGP används både i Storbritannien och Skottland där trädgårdsarbete och odling ska vara tillgängligt för de intagna, med syfte att bidra till ökat välmående. Njutning, känsla av frihet, samt lugn är effekter som de intagna med missbruksproblem vittnar om. Detta till följd av en känsla av kontakt med naturen oavsett årstid. De intagna får genom trädgårdsarbetet möjlighet att reflektera över sitt förflutna och situationer de befunnit sig i. Att få plocka frukt, bär och grönsaker som de själva odlat, från frö till frukt är tillfredsställande och meningsskapande (Schmutz 2014).

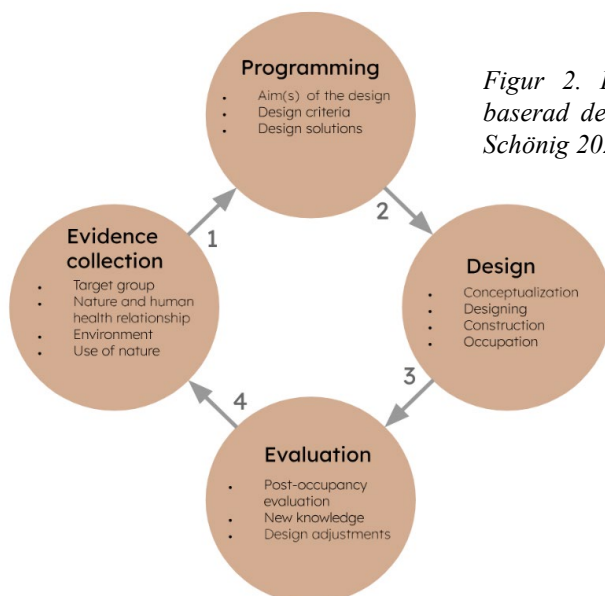
Studier som gjorts i Storbritannien visar på bättre sömn, ökad energinivå och högre uppskattad friskhet hos de intagna. Som resultat av ett förändrat beteende där de intagna börjat träna och i vissa fall slutat röka. Det förbättrade mentala tillståndet har bidragit till att deltagarna upplever ett större syfte som skapar mål och mening. Dessutom framkallar deltagandet i programmen en vilja och engagemang att vidareutveckla utemiljön och trädgården (Schmutz 2014). Genom att låta de intagna vara delaktiga i processer har relationer, inte bara interner emellan, utan också till personal skapat ett positivt samarbete. Förtroendet har medfört att internernas önskemål gällande deras utemiljö tagits på allvar och kunnat förverkligas. Liknande exempel går att finna i Skottland där interner varit med och byggt upp anstalters utemiljöer. Engagemanget har visat sig bidra till ett ökat intresse för växter, komposition, färg och doft. Vilket bidragit till önskemål om att plantera växter som har personlig koppling till en individ eller som väcker minnen om viktiga personer utanför anstalten (Coventry University 2015).

Positiva erfarenheter från MGP har gett ringar på vattnet och bidragit till ett ökat engagemang genom andra program där de intagna kommit att arbeta mer aktivt med återhämtningsprocesser. Samarbetet mellan intagna och personal har bidragit till ökad empati och större öppenhet hos internerna gentemot varandra och personal (Coventry University 2015). Gemenskap och socialt stöttande miljöer kan kopplas samman med välmåendet, där forskning visar på att personer som blir stöttade i högre utsträckning är mindre stressade och har bättre hälsostatus än de som är mer isolerade (Marcus, Barnes 1999).

5. Metod

5.1 Evidensbaserad design (EBD)

Evidensbaserad design (EBD) är en vetenskaplig arbetsmetod utvecklad av Roger S. Ulrich (2008). Metoden betonar vikten av kunskap från olika håll för att dra paralleller mellan fysisk miljö och människans hälsa, främst i vårdsammanhang. I metoden tas noga avvägda beslut, baserat på evidens, praxis och kontext. Tillgången till respektive kunskapsgrund kan variera och därmed se olika ut. Evidensbaserad hälsodesign inom landskapsarkitektur (EBHDL) kan appliceras till all design som rör hälsa. EBHDL innefattar en designprocess som utgår från fyra huvudsakliga ämnen: 1) Målgruppen och information kring målgruppen, 2) bevis för naturens positiva inverkan på människans hälsa, 3) platsen som designen är tänkt att appliceras på, och slutligen, 3) hur användning av naturen kan inkorporeras och främja målgruppens hälsa till den tänkta miljön. Dessa ämnen har direkt koppling till de fyra stegen i EBHDL-modellen (Gramkow et.al 2021). Det är dock viktigt att processen av denna modell inte upphör vid sista steget eftersom designen behöver utvärderas av användarna och målgruppen. Det är det som kallas för "Post Occupancy Evaluation" (POE), som utvärderar hur väl designen uppfyller kraven och målgruppens behov (Stigsdotter 2015). Det är därför värdefullt att resurser bör läggas på fortsatt utvärdering (POE) och Stigsdotter (2015) menar på att det ska beaktas för all design för hälsa.

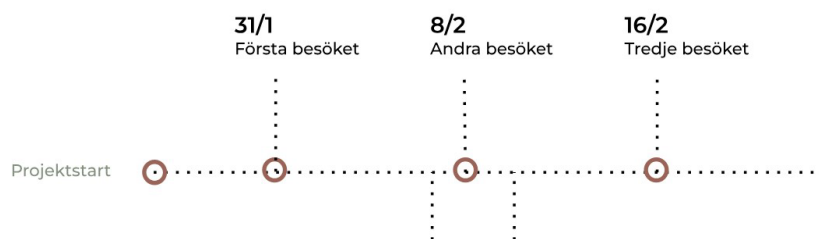


Figur 2. Evidensbaserad metodmodell för evidensbaserad design, steg 1–4. (Illustration av Enström & Schönig 2024, inspirerat av Gramkow 2021).

1. Insamling av bevis (evidence collection) i relation till målgruppen och människans hälsa kopplat till natur. I detta steg ingår vetenskapliga artiklar som är granskade och godkända för publikation men även rapporter och

arbetsdokument. Samt bevis genom intervjuer med personer kopplat till målgruppen eller experter inom området som behandlar målgruppen. När det kommer till bevis för miljön kan dessa fås genom platsanalyser och i bästa fall, med involvering från både användarna och experterna samt i kombination av förordningar och lagstiftning.

2. När bevisen har samlats in kommer nästa steg; Programmering (programming), består av tre huvudsakliga faktorer: Mål med designen, designkriterier och designlösning. Mål med design innebär identifiering av vilka hälsoeffekter som designen ska påverka. Designkriterier utmärks av bevisen som är översatta till kriterier. Designkriterier utgörs av bevisen som är översatta till kriterier. Kriterierna utgörs alltså av de svar som framförts av målgruppen och litteraturen; önskemålen från målgruppen samt resultat från miljöpsykologisk forskning blir designkriterierna. Designlösningar beskriver hur designkriterierna ska uppnås. Målet med steg två (programmering) är att vägleda designprocessen till nästa steg: "Design".
3. Design utgörs av fyra delar varav första delen är a. "konceptualisering" som innebär en övergripande bild av funktion, struktur och form av designkriterierna. Detta kan tas i uttryck genom schematiska ritningar, skisser och beskrivningar i text. Härnäst kommer b. 'design'; c. 'Konstruktion'; och d. 'Syssetsättning', vilket är när målgruppen börjar använda platsen.
4. Steg fyra är 'utvärdering' (evaluation) som omfattar tre delar: a. 'Post-Occupancy Evaluation' (POE), som undersöker hur vidare designen möter målen som presenteras i steg två (programmering); b. Ny kunskap om resultaten och erfarenheterna utifrån POE, som avgör vad som är applicerbart som nytt bevis i framtida projekt; och c. Designjusteringar, som även detta refereras till ny kunskap genom POE och kan användas som en grund för beslut i vilka justeringar i designen som behövs. Härifrån sluter sig cirkeln och processen utgår på nytt från första punkten: insamling av bevis.



Figur 3. Tidslinje av platsbesöken i turordning inklusive enkätutskick. (Illustration av Enström & Schönig 2024).

5.2 Intervjuer

Intervjuer har genomförts enligt semistrukturerad metod med personal på anstalten Ringsjön. Detta för att skapa en tydligare bild av målgruppen, vilka önskemål och behov som finns, samt vilka säkerhetsaspekter som finns att ta hänsyn till. Utformningen av enkäten till internerna har gjorts utifrån etiska säkerhetsaspekter och rådande sekretessavtal. Kommunikation och information från platsbesöken som inte är relevant för arbetet kommer inte att lyftas fram i det färdiga arbetet.

Val av intervjupersoner har gjorts i syfte att inkludera olika erfarenheter och perspektiv och på så vis få en mer grundlig platsspecifik information om användarnas upplevelse av platsens fysiska egenskaper. Sammanlagt har tre personer med olika roller i personalgruppen blivit intervjuade muntligt.

Vid första platsbesöket intervjuades Camilla Nilsson; TF Kriminalvårdsinspektör (chef) och ansvarig för omorganiseringen av anstalten, samt Robert Dapcevski; vakthavande befäl och byggsamordnare för omorganiseringen av anstalten. Vid det andra besöket intervjuades Håkan; ansvarig för utomhusmiljön och odlingen på anstalten och vid det tredje och sista besöket genomfördes återigen en semistrukturerad intervju med Robert.

Vid första besöket (31/1) på anstalten utfördes en öppen intervju med anstaltens chef, Camilla och en medarbetare, Robert där en introduktion och information om organisationen och platsen gavs. Vid andra besöket (8/2) utfördes en öppen intervju med Håkan, ansvarig för utomhusmiljön, där information angående klienternas tillgång till aktiviteter kopplat till utomhusmiljön framgick samt hur och vem som sköter odlingarna. Vid det tredje och sista besöket (16/2) kompletterades information som saknades genom en öppen intervju med Robert.

Materialet och informationen har behandlats genom reflexiv- och tematisk analys.

5.3 Enkät

Genom postala enkäter har en undersökning rörande målgruppens perspektiv genomförts. Denna metod är lämplig att använda sig av eftersom den sekretess som rör interaktionen med de boende på anstalten är begränsad. Respondenten kan uppleva en anonym pappersenkät som den mest integritetsskyddande intervjumetoden (Attityd 2020). För att få ett tillförlitligt resultat är det avgörande att enkätens utformning är lätt att förstå säger Mats². Det innebär att antalet frågor bör hållas i mindre antal alternativt ge svarsalternativ vid större antal frågor för att underlätta för respondenten. Enkäten består av sju frågor med avseende att ta reda på hur de boende upplever sin utemiljö på anstalten Ringsjön, i vilken utsträckning de använder den, samt vill kunna använda sig den framåt (se bilaga 1. Enkätfrågor). Utformningen av enkäten till internerna har gjorts utifrån etiska säkerhetsaspekter och rådande sekretessavtal.

² Mats Gyllin, forskare inom växtekologi och miljöpsykologi, SLU, föreläsning, 2024-01-15.

Enkäten skickades ut mellan det andra och tredje platsbesöket till samtliga interner på anstalten (cirka 40 personer vid tillfället) för att nå så många som möjligt. Svarstiden bestod av 11 dagar och genom resultaten från enkäten kan således hypoteser stärkas och fokus riktas mot de delar i utemiljön som är centrala punkter för omgestaltningen och utvecklingen av anstalten. Den insamlade datan analyseras genom tematisk analys.

5.4 Platsanalys

Platsanalys med observation, dokumentation, samt snabba skisser utfördes vid besöken för att skapa en större förståelse för platsen och dess förutsättningar. Detta för att ge ett så verklighetsförankrat gestaltungsförslag som möjligt. Platsanalys utfördes huvudsakligen vid det första av totalt tre platsbesök. Dokumentation av platsen har gjorts i form av minnesanteckningar, skissarbete och fotografering, enligt avtal och gällande regelverk. Fotograferingen på platsen har gjorts vid två separata tillfällen, båda gånger med mobiltelefon. Fotografierna som godkänts har sedan kunnat fungera som stöd i gestaltungsarbetet för att bättre minnas platsen, material, övergångar, nivåskillnader, vegetation, hur olika byggnationer och vegetation förhåller sig till varannat. Fotografierna har även användas som underlag och stöd i skissarbetet.

Inmätning av befintlig byggnation, vegetation och höjder genomfördes till grund för underlag och vidare för att kunna framställa en nulägesplan. Inmätning av befintliga föremål underlättar vid avgörande av vilka utrymmen som finns tillgängliga för nya material, saker och växter. Det är även ett sätt för att kunna avgöra vad som går att förändra för egna idéer; exempelvis växter/planteringar, promenadstråk, odling osv. Inmätning av odlingsytor, höjder och uteplatser skedde med måttband, stegning och laseravståndsmätare.

Skissarbetet har fungerat som redskap vid platsbesöken för att dokumentera befintliga objekt och egenskaper. Det har även underlättat för att testa idéer och tankar gällande rumslighet, rörelsemönster samt kunna få överblick av gestaltningens helhet. I skissarbetet analyseras och dokumenteras olika faktorer som rörelsemönster, ljusförhållanden, markförhållanden, ljud, rumslighet (öppet/slutet), och en uppfattning av platsens karaktär. Analys av olika faktorer är viktigt för att avgöra vilka platser på området som lämpar sig för olika idéer gällande designen. Är en plats solig och öppen behövs frågan ställas om vilka för och nackdelar som kan finnas. Skall den öppna platsen behållas, förstärkas eller omformas för att bli mer skyddad. Beslut tas sedan i förhållande till platsens befintliga karaktär och faktorer, i kombination med målgruppens önskemål. Genom detta tar designprocessen ett steg vidare för att komma närmare ett slutgiltigt förslag (Dee 2001,; Stigsdotter 2015).

5.5 Gestaltungsarbete

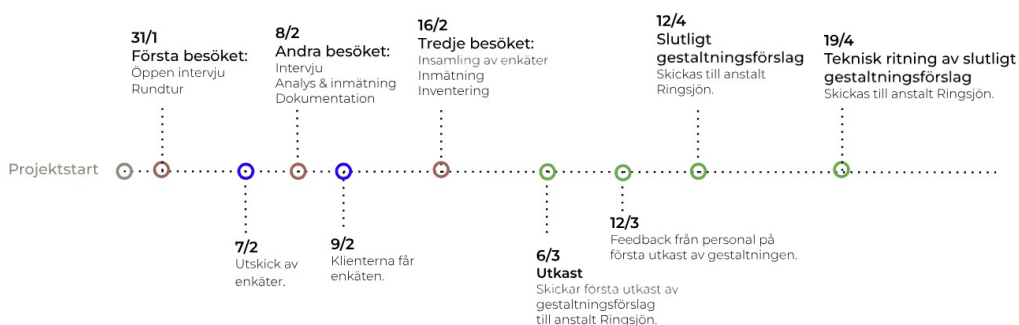
Gestaltungsförslaget bygger på en reflexiv och tematisk analys av litteraturstudier, intervjuer, enkät och platsbesök för att skapa ett grundat gestaltungsförslag till Anstalten Ringsjöns utomhusmiljö. Eftersom gestaltungsförslaget detaljnivå

avgörs av det kartunderlag som finns tillgängligt av platsen, kommer detaljnivån hållas på en översiktlig nivå. Bristfällig tillgång till underlag som visar planritning med byggnation, höjdsättning och befintlig vegetation gör att egen inmätning av platsens relevanta delar har gjorts för att avgöra vilka ytor som är lämpliga att bearbeta. Bristfälligt underlag över platsen leder till omarbetning av de befintliga underlag som finns att tillgå från Lantmäteriet och Eslövs kommun. En ny detaljritning måste utgå från de planbeskrivningar som kommunen presenterar (Riksdagen 2010). I relation till riksdagens direktiv innebär det att gränslinjer, befintliga byggnader och viss vegetation ska finnas med, och utifrån den grunden kan ytterligare egna prioriteringar ritas in. Relevanta delar som bör finnas med i underlaget innefattar befintliga gångar, byggnationer, gränser och framträdande vegetation (träd, buskar och odlingsmark).

Genom informationen som samlats in från målgruppen och personalen på anstalten, i kombination med litteraturstudien av miljöpsykologiska teorier, samt det reflexiva analyserna från platsbesöken och bearbetning av underlag som tagits fram, så baseras gestaltungsförslaget på dessa parametrar (se figur). Ett första utskick av gestaltungsförslaget skickas ut till personalen på anstalten Ringsjön där de har möjlighet att bekräfta och ge feedback på förslaget, som sedan bearbetas, och avgör det slutgiltiga gestaltungsförslaget. På grund av tidsförhållandena inom kursen är det de stora dragen som identifieras som kommer att utformas och presenteras. Nedan presenteras en tidslinje (figur) som visar från projektstart till slutlig gestaltning.

6. Resultat

Nedan kommer de resultat som arbetet lett fram till att presenteras i ordningen; platsbesök, platsanalys, intervjuer, inventering & inmätning, enkät och slutligen gestaltungsförslag. Figuren (se figur 4) förklarar i vilken ordning respektive moment genomfördes för att ge en övergripande uppfattning hur projektet har genomförts. Det huvudsakliga händelserna utgörs av platsbesöken, enkäten, utkast av gestaltungsförslaget och slutligt gestaltungsförslag.



Figur 4. Tidslinje över stora händelser i projektarbetet; från projektstart till färdigt gestaltungsförslag. Platsbesök med intervjuer, inmätning, analys, dokumentation och enkätutskick/insamling. Utkast av gestaltungsförslag, feedback från anstalten och sedan slutligt gestaltungsförslag. (Illustration av Enström & Schönig 2024).

6.1 Tre platsbesök

Under arbetet har tre platsbesök vid anstalten Ringsjön genomförts med jämna mellanrum (se figur 3 & 4). Vid tillfällena har semistrukturerade, samt öppna intervjuer med personal genomförts (se bilaga 2 för intervjuguide). Vid besöken har även platsanalys, inventering och inmätning av vegetation, samt inmätning av byggnation genomförts.

Platsanalys



Figur 5. Karta över anstalten Ringsjön som visar Rönnå, hus A-D, aktivitetshuset, slottet och besökshuset. (Flygfoto av lantmäteriet (2024), bearbetning av flygfoto A. Schönig (2024))

Anstalten Ringsjön består av 4 hus (A-D), slottet där både interna och personal planeras att bo i, aktivitetshuset där de arbetar, studerar och tränar, och besökshuset där besök från anhöriga sker (se figur 5). Idag utgörs anstalten Ringsjöns område ungefär hälften av hela ytan och omgärdas av staket. De boende får enbart lov att röra sig inom den avgränsade ytan och enbart korsa vägen till aktivitetshuset på den markerade sträckan (se figur 6).



Befintlig gräns utgörs av staket

Befintlig väg till aktivitetshuset

*Figur 6. Aktuellt område av anstalten Ringsjön.
(Flygfoto från Lantmäteriet 2024. Bearbetning av
flygfoto Schönig 2024)*

Expanderingen av anstalten Ringsjön innebär fler platser samt ett utökat område att kunna röra sig på. I samband med expanderingen kommer även en ny väg att ersätta den befintliga vägen till aktivitetshuset (se figur 7). Det nya området väster om slottet har en mer naturlig parkkaraktär och inger en känsla av avskildhet och lugn. Här finns stor potential att uppfylla olika krav för en restaurativ miljö som ska tas tillvara på.



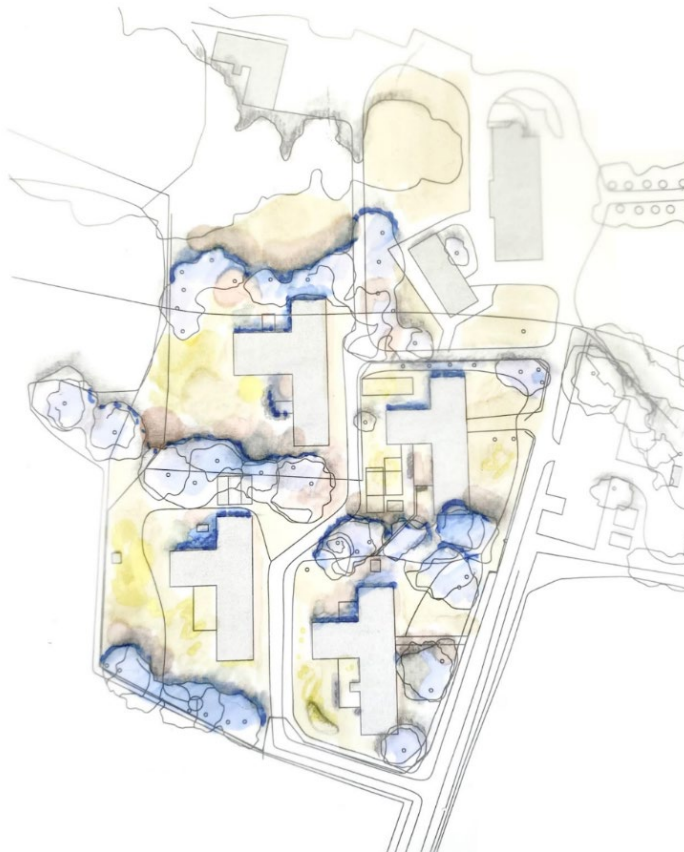
Ny väg till aktivitetshuset

*Figur 7. Utökat område av anstalten Ringsjön.
(Flygfoto från Lantmäteriet 2024. Bearbetning av
flygfoto Schönig 2024).*

Boendena saknar till viss mån karaktär och rumsbildande element. Området upplevs delvis kalt och växternas placering samt planteringar känns ibland

oplanerade. Gångarna tar abruptt slut på vissa platser och tappar därmed lite sin funktion. Det finns en avsaknad av fungerande och tillgängliga sittplatser, enskilda och gemensamma. Det finns inslag av fruktträd och bärbuskar, men utformningen av dessa ytor känns stundom oplanerade, kantigt utformade eller felplacerade.

I figur 8 framgår ljus- och skuggförhållanden på platsen där blått motsvarar skugga, rosa halvskugga och gult soligt.



Figur 8. Platsanalys av ljus- och skuggförhållanden. Blått innebär skugga, rosa innebär halvskugga och gult innebär soligt. (Illustration skapad av Enström & Schönig 2024).

Nedan presenteras en nulägesplan (se figur 9) som visar hur platsen ser ut idag och orientering av hus A-D. Nulägesplanen har tagits fram med hjälp av Eslöv kommuns kartfunktion, underlag som tillhandahållits från anstalten Ringsjön och egna inmätningar som sedan behandlats i CAD. Nulägesplanen har fungerat och varit behjälplig som underlag för gestaltningsförslaget.

Fast strandskydd

Flytande strandskydd

NULÄGESPLAN

Alice Schöning & Beatrice Enström



Hallonbuskar

Odlingssådor

Sopstation

Bod

Sittplats

Gungor

Utegymp

Bärbuskar

Träterrass

Parkering











Fågelbongunga

Aktivitetshus

0 25 50 M

SKALA 1:1000, A3

TECKENFÖRKLARING

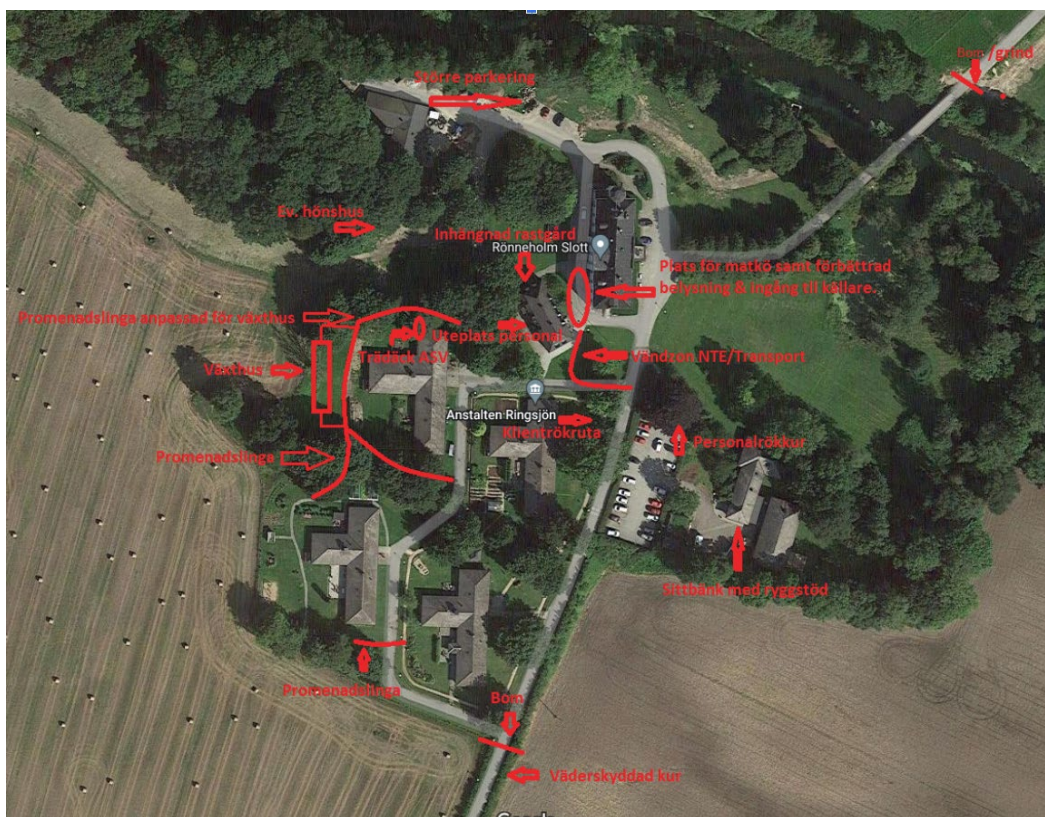
-  Träterrass
-  Betongplattor
-  Plantering / växtbädd för buskar
-  Frilandsodling
-  Gräs
-  Buske
-  Träd
-  VVS
-  Staket
-  Asfalt

Figur 9. Nulägesplan som visar alla befintliga delar av platsen.
(Illustration av Enström & Schöning 2024).

Intervjuer

Vid det första besöket (31/1) på anstalten hölls en semistrukturerad intervju med TF Kriminalvårdsinspektör Camilla Nilsson och Byggsamordnare Robert Dapcevski. Under samtalet gavs information områdets och projektets omfattning, planer gällande ombyggnation, vilka önskemål som finns i relation till nuvarande, samt framtida användningsområden av platsen. Fysiska avgränsningar, samt vilka säkerhetsaspekter som finns att ta hänsyn till. Camilla och Robert presenterade personalens tankar och idéer för att kunna möta framtida behov där anstaltens platser ska öka från 40 till omkring 90 platser.

Genom en enkel ritning framfördes personalens idéer och önskemål (se figur 10) där det mest centrala, samt lösa tankar och idéer lyftes fram. Ett nytt och större växthus inritat för att genom ökad produktion av grödor bli mer självförsörjande och på så vis matcha expansionen av anstalten. Placeringen var preliminär och alternativa förslag på placering utifrån sol och skugga efterfrågades.



Figur 10. Personalens önskemål och tankar kring hur området kan utvecklas. (Skapad av Robert Dapcevski 2024).

De befintliga gångstråken behövde förlängas utifrån anstaltens tillväxt. Även gångarnas funktion och tillgänglighet behövde ses över, baserat på att det uppstår vattensamlingar under vinterhalvåret.

Genom vidare intervjuer besvarades frågor om vem, varför och hur lång tid en person avtjänar straff på anstalten där det kan variera mellan 14 dagar upp till 2–3 år. Individerna kan tidigare ha suttit på anstalter med högre säkerhetsklass (1 & 2) men som slussas vidare för att långsamt återanpassas till livet utanför anstalten.

Det framkom också att kvinnor som har barn under 2 år, i nuläget bor i hus C men efter omorganiseringen kommer att bo i hus D. I hus D kommer troligen personer med särskilda behov också att bo, därmed krävs anpassning utifrån tillgänglighet.

Vid andra besöket (8/2) utfördes en öppen intervju med Håkan, ansvarig för utomhusmiljön, där information angående klienternas tillgång till aktiviteter kopplat till utomhusmiljön framgick samt hur och vem som sköter odlingarna. Håkan berättade också vad som odlas, vad som ska odlas. Vad de olika ytorna används till, vad som fungerar, vad som inte fungerar, sophantering, förrådsutrymmen och tillgänglighet.

Säkerhetsaspekter

Gestaltningen involverar olika säkerhetsaspekter där fysisk säkerhet för personal och intagna är grundläggande. Genom samtal med personalen framgår två centrala kriterier; att inte uppmuntra till att de boende klär av sig genom exempelvis liggande bänkar. Miljöer som kan fungera som potentiella gömställen ska helst undvikas och bör alltid övervägas då det är en resursfråga. Detta innebär att tät vegetation bör användas sparsamt eller undvikas då det innebär ett merarbete för personalen att leta efter förbjudna föremål. Tillika bör sikt finnas under träd, ovan häck eller genom buskage för att bibehålla överblickbarheten.

Inför andra besöket gavs tillstånd att fotografera utifrån rådande sekretessavtal. I bilderna får inga personer synas, bilderna får ej spridas och skall efter arbetets slutdatum raderas från alla enheter med undantag för vissa godkända bilder som presenteras i senare avsnitt.

Inventering och inmätning

Inför det andra platsbesöket förbereddes ett underlag utifrån lantmäteriets kartor där befintliga byggnader, gångar och staket markerades ut. Underlaget kunde sedan skrivas ut och användas som hjälpmedel för att markera ut de träd, buskar samt byggnation som var otydliga eller saknades på kartan. Vid det tredje platsbesöket genomfördes en kompletterande inventering och inmätning av vegetation som saknades i ritningen, entréer, utegym, gungor, värmebläktar, avlopp med mera. Det resulterade i nulägesplanen som vi sedan grundade gestaltungsförslaget kring (se figur 9).

I tabellen nedan (se figur 11) presenteras en växtinventering med de arter vi kunde identifiera utifrån årstid och tidsbegränsning, samt Håkans lista över de grödor som odlas 2023–2024.

Lignoser		Klättrande	
<i>Acer</i> - Lönn		<i>Hedera helix</i>	Murgröna
<i>Aesculus hippocastanum</i>	Hästkastanj	Vårblomster	
<i>Carpinus betulus</i>	Avenbok	<i>Eranthis hyemalis</i>	Vintergäck
<i>Fagus sylvatica</i>	Bok	<i>Ficaria verna</i>	Svalört
<i>Fagus sylvatica f. purpurea</i>	Blodbok	<i>Galanthus nivalis</i>	Snödroppe
<i>Magnolia</i>	Magnolia	Odling 2023/24	
<i>Malus</i>	Äpple	Majs	
<i>Prunus</i>	Körsbär	Solros	
<i>Quercus robur</i>	Skogsek	Bönor	
<i>Rhododendron</i>	Rhododendron	Morot	
<i>Ribes rubrum</i>	Vinbär	Potatis	
<i>Rosa</i>	Ros	Purjolök	
<i>Salix</i>	Pil	Vitlök	
<i>Taxus baccata</i>	Idegran	Gul lök	
<i>Thuja</i>	Tuja	Rödlök	
Perenner & örter		Pumpa	
<i>Carex / Miscanthus</i>	Prydnadsgräs	Mangold	
<i>Centaurea cyanus</i>	Blåklint	Squash	
<i>Heuchera</i>	Alunrot	Sallat	
<i>Iris Germanica-Gruppen</i>	Trädgårdsiris	Rädisor	
<i>Lavandula angustifolia</i>	Lavendel	Ängssyra	
<i>Paeonia</i>	Pion	Sockerärt	
<i>Petroselinum crispum</i>	Persilja	Vaxböna	
<i>Primula vulgaris</i>	Jordviva	Betor	
<i>Rubus idaeus</i>	Hallon	Paprika	
<i>Fragaria vesca</i>	Smultron	Chili	
<i>Fragaria × ananassa</i>	Jordgubbar	Tomater	
<i>Salvia</i>	Salvia	Gurka	
<i>Thymus</i>	Timjan		
<i>Vinca minor</i>	Vintergröna		

Figur 11. Inventering av växter som finns på anstalten Ringsjön idag. Växterna är sorterade i respektive kategori för att särskilja växternas egenskaper. (Lista skapad av Enström & Schönig 2024).

Information av vilka växter som finns där idag har skett genom egen förmåga och kunskap gällande att utläsa växter genom betraktelse. Av det som odlas erhöles information från utomhusansvarig Håkan på anstalten Ringsjön.

6.2 Enkät

Enkäten skickades ut i fysisk form till de 40 kvinnor som bor på anstalten idag (se bilaga 1 för enkätfrågor). Det var frivilligt att delta och av de 40 boende fick vi svar från 13 personer. Antalet svar behöver beaktas i resultatet där den sammanfattande slutsatsen av enkäten inte ger oss svar på hela målgruppens behov. Den ger oss svar på vilka behov som finns hos den svarande delen av målgruppen och ger ett underlag för vad som bör fokuseras på i gestaltningen av anstalten Ringsjöns utemiljö. Nedan kommer en sammanfattning av vad de svarande ansåg var viktigt och vad de önskar i sin utemiljö.

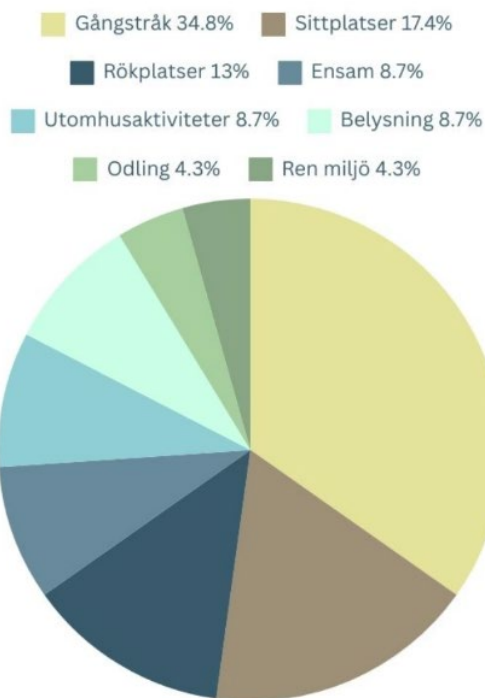


Figur 12. Packat cirkeldiagram som visar en sammanställning av alla svar som berörde olika naturelement. Storleken på cirkeln speglas av hur många som har nämnt ämnet. (Skapat av Enström & Schönig 2024)

Natur & vatten

Majoriteten ger svar som antyder att naturen är viktig för hur mycket de föredrar en plats. Naturen och träd var de mest framträdande faktorerna i en utomhusmiljö som målgruppen beskrev som viktiga (se figur 12). Skogen, havet, berg, vatten, träd, buskar och blommor tas upp i relation till vilka miljöer som är betydelsefulla för målgruppen, och vad som är viktigt i en utemiljö. Naturen som begrepp tas även upp av flera i målgruppen. Målgruppen kopplar naturen till inre lugn, trivsel, möjlighet till reflektion, härlig känsla och stillhet. Vatten nämns även i samband med naturen där vissa skriver att de vill kunna sitta nära vatten för att kunna reflektera, och att fontäner och djurliv är rogivande. En person skriver även att hon vill ha mer odling av bärbuskar som ska vara till för alla. Idag finns det inte tillräckligt många bärbuskar för att förse alla på boendet och det är inte tillåtet att gå och plocka för eget bruk. Detta gäller främst odlingsytorna som bland annat består av bärbuskar. Hennes svar kan tolkas som att hon vill att det ska finnas tillräckligt många bärbuskar så att det är möjligt att kunna plocka bär för personlig förtäring, och att det inte ska beröva andra på boendet från att smaka, utan det är fritt alla kunna gå och plocka.

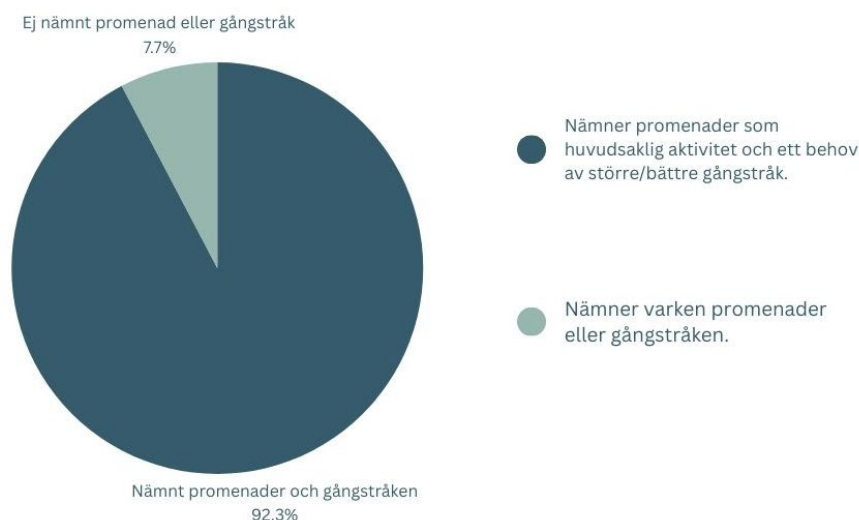
De huvudsakliga ämnena som togs upp i enkätsvaren berörde större och bättre gångstråk, möjlighet till fler sittplatser och fler rökrutor (se figur 13)



Figur 13. Cirkeldiagrammet visar en sammanställning av alla ämnen, i relation till vad som anses vara viktigt för att förbättra utomhusmiljön på anstalten Ringsjön, som uppkommit i svaren från enkäten. (Skapat av Enström & Schönig 2024)

Fler gångstråk

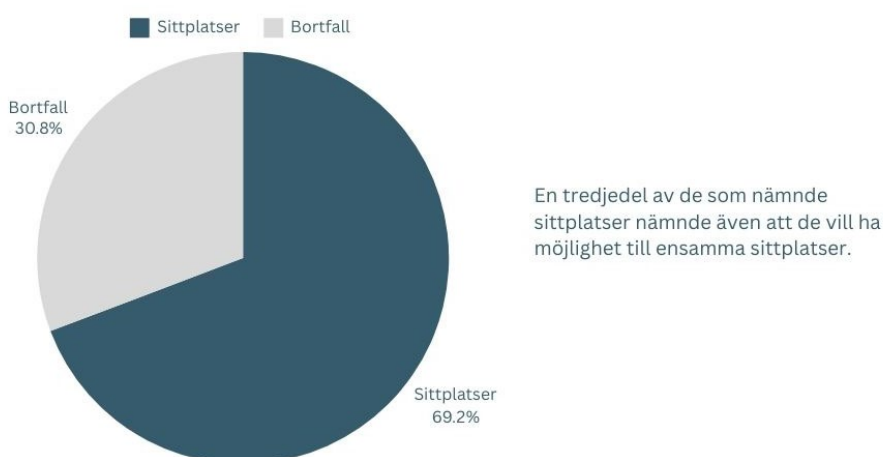
Möjlighet att promenera är något som är av betydelse för alla som svarade på enkäten. För majoriteten är promenader den aktivitet som flest föredrar samt utövar på eget initiativ. En del svarar att det är ett sätt för dem att koppla av på och få rensa tankarna. Många vill ha fler och längre promenadstråk. En del nämner i samband med promenadstråken att de önskar att underlaget i marken förbättrades och ändrades. Detta beror på att det lätt blir vattenansamling på många ställen i den nuvarande slingan vilket gör att vissa undviker att promenera över huvud taget om det regnar, eller har regnat, svarar en. Det nämns även att marken är söndrig på vissa ställen där asfalt finns, och att de önskar att ny asfalt ska läggas men även att det skulle kunna uppskatta varierande markmaterial.



Figur 14. Cirkeldiagram av alla som nämnt promenader och/ eller gångstråken. (Skapat av Enström & Schönig 2024).

Sittplatser: Gemensamma & enskilda

Majoriteten av målgruppen uttryckte att sittplatser är viktigt och är något som de önskar fanns mer av. Det var även flera som nämnde att de vill ha platser där de kan vara ensamma och få lugn och ro (se figur 15). Det skiljde sig var en sådan plats ska vara belägen, några uttryckte en önskan om att få sitta i solen, några föredrog skugga och en ville kunna vara nära vatten.



Figur 25. Cirkeldiagram som visar hur många som nämnt behovet av sittplatser på anstalten Ringsjön i enkäten. Bortfall innefattar antalet som inte nämnt sittplatser alls i något av svaren i enkäten. (Skapat av Enström & Schönig 2024).

Rökrutor

De boende får enbart röka i den befintliga rökrutan och ingen annanstans. Fem personer uttryckte önskemål om fler platser att röka på och fler rökrutor, alternativt att den befintliga rökrutan byggdes ut.

Rökrutan som finns på platsen är byggd i trä, snarlikt en pergola med golv tak och halva väggar som är otäta och genomsläppliga. Det gör att vinden passerar genom och vid regn och blåst blir det blött och utsatt. Rökrutan är även belägen vid kanten av hus B, där många stora träd står, vilket gör rökrutan till en mörk plats. Rökrutan fungerar som en social yta eftersom många personer vistas där samtidigt. Rökrutan kan även upplevas som en stressig plats för någon som befinner sig längre ner i behovspyramiden, på grund av att en sällan har tillgång till den helt själv. Baserat på svaren i enkäten var det 23% som nämnde att de vill ha möjlighet att få lugn och ro samt ett behov av avskildhet. Eftersom det idag enbart finns en rökruta tillfredsställs inte behovet av de olika aspekter som nämns.

Belysning

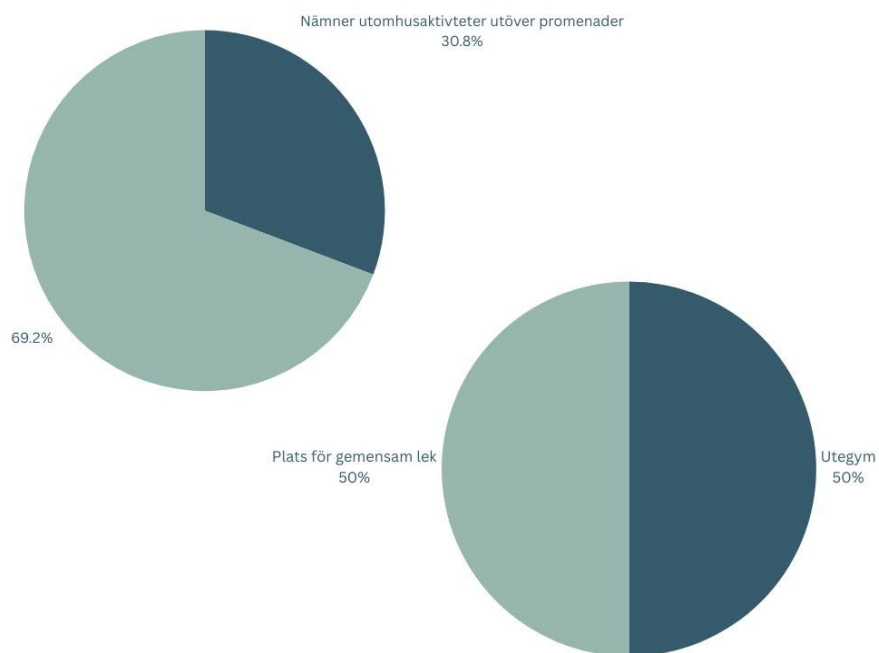
3 av 13 nämner att området innefattar mörka platser där bättre belysning skulle vara av vikt.

Ren miljö

Några av de som svarat på enkäten skriver att de önskar att det skulle vara renare och finnas fler soptunnor, bland annat vid rökrutan. Det gäller även den nuvarande sopstationen som idag är belägen mellan byggnaderna "A-D" (se figur 9) där sopstationen beskrivs som en "soptipp" där råttor och fåglar äter och på så vis inte upplevs som en trivsamt miljö. Det är med andra ord viktigt att de boende upplever att platsen är ren, strukturerad och mer städad.

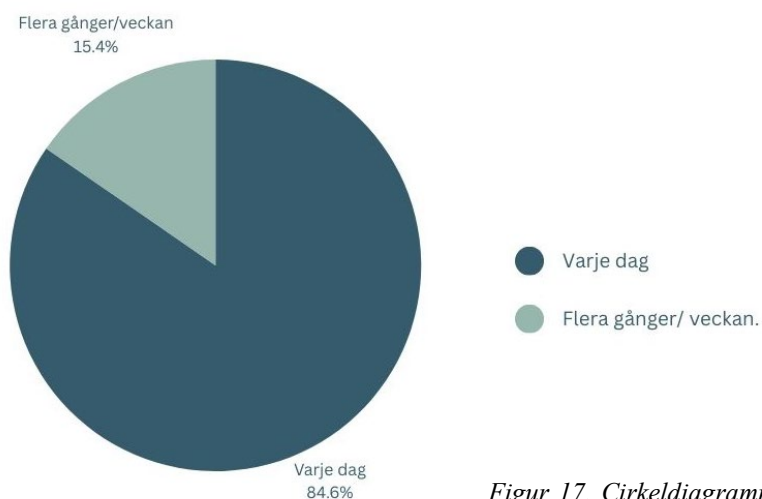
Fysisk aktivitet & lek

Utöver promenader som samtliga nämnt tar 4 av 13 upp ytterligare önskemål som är kopplat till träning och fysisk aktivitet. 2 nämner att de vill ha ett större utegym eller mer att göra i utegymmet. Utöver träning gällande utegymmet nämner 2 andra att de skulle vilja ha möjlighet till aktivitetsytor där exempelvis boule, kubb eller krocket kan spelas (se figur 16).

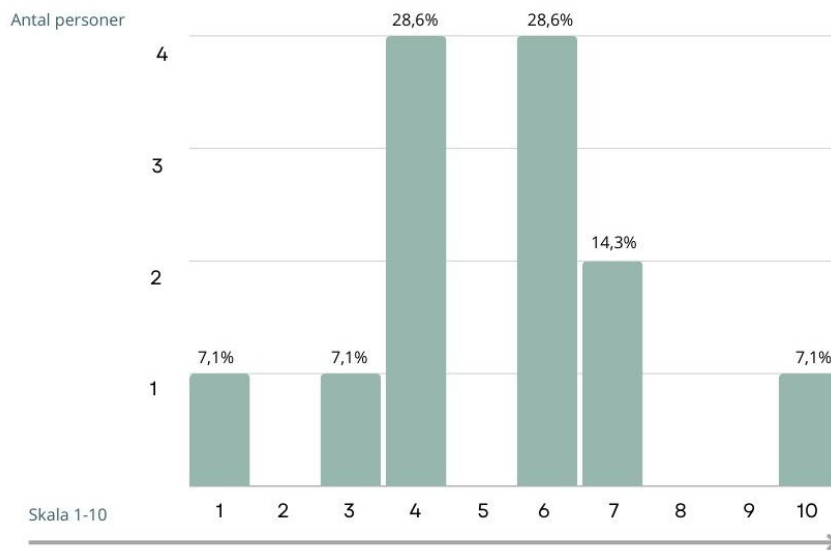


Figur 36. Cirkeldiagrammet till vänster visar hur många som nämner behovet av utförande av utomhusaktiviteter som inte innefattar promenader som aktivitet. Cirkeldiagrammet till höger visar på vilka aktiviteter som de syftar på, av de som nämner utomhusaktiviteter (Skapat av Enström & Schönig 2024).

Av de 13 personer som deltog i enkäten svarade 11 personer att de är ute varje dag och två svarade att de är ute flera gånger i veckan. Alla svarade ja på fråga 6 vilket ger oss ett resultat som bekräftar att utemiljön på anstalt Ringsjön är i behov av förändring och förbättring för att främja målgruppens välmående.



Figur 17. Cirkeldiagrammet visar en sammanställning av alla svaren på fråga 3: Hur ofta vistas du utomhus på eget initiativ? (Skapat av Enström & Schönig 2024).



Figur 18. Stapeldiagram av alla svaren på fråga 5 i enkäten. (Skapad av Enström & Schönig 2024).

På fråga 5 där målgruppen skulle svara på en skala 1-10 på hur de trivs i utemiljön på anstalt Ringsjön, svarade majoriteten att de trivs helt okej (se figur 18).

6.3 Gestaltningförslaget

Nedan presenteras det slutgiltiga gestaltningförslaget i form av tekniska ritningar (figur 19 & 20).

VEGETATION

Alice Schönig & Beatrice Enström



TECKENFÖRKLARING

- BARK
- BEF. BUSKE
- BEF. PLANTERING
- BEF. STAKET
- BEF. TRÄD
- DAMM
- ENTRÉ
- ENSKILD SITTPLATS
- GEMENSAM SITTPLATS
- GUNGA (SAND)
- HÅRDPACKAT GRUS
- LUSTHUS
- NY BUSKE
- NY HÄCK
- NY PLANTERING
- NYTT TRÄD
- NY RÖKRUTA
- RAMP
- PERGOLA
- SAND
- SINGEL

0 25 50 M

SKALA 1:1000, A3



ANMÄRKNINGAR ANG. NY VEGETATION

Växtförslagen täcker inte in för alla nya vegetativa ytor, utan är till för inspiration för vad som kan vara lämpligt och/eller passande för platsens karaktär och förutsättningar.

VÄXTFÖRSLAG

PERENNER

- P1 *Epimedium versicolor* 'Sulphureum'
- P2 *Eurybia divaricata*
- P3 *Galium odoratum*
- P4 *Helleborus* CVS

- Blekgul sockblomma
- Vit skogsaster
- Myskmadra
- Julros

P5 ÖRTER

Lavandula angustifolia

Lavendel

TRÄD

- T1 *Amelanchier lamarckii* FK Ultuna
- T2 *Magnolia kobus* CVS
- T3 *Malus, Pyrus, Prunus*
- T4 *Malus* 'Rubin'
- T5 *Prunus* (Sato-zakura-Gruppen) 'Kiku-shidare-zakura'
- T6 *Pyrus salicifolia* 'Pendula'

- Prakthäggmispel
- Japansk magnolia
- Äppleträd
- Purpurapel 'Rubin'
- Japanskt hängkörsbär 'Kiku-shidare-zakura'
- Silverpäron

HÄCK OCH BUSKAR

- B1 *Carpinus betulus*, alt. *Fagus sylvatica*
- B2 *Fargesia murelae* CVS

- Avenbok alt. Bok
- Bergbambu

KLÄTTRANDE

- K *Eurybia* *Lonicera henryi* 'Copper Beauty'
- Lonicera x brownii* 'Dropmore Scarlet'
- Lonicera caprifolium*

- Vintertry 'Copper Beauty'
- Eldkaprifol 'Dropmore Scarlet'
- Äkta kaprifol

Figur 19. Teknisk ritning av getsaltningförslaget - Vegetation (Illustration av Enström & Schönig 2024).

ANSTALTEN RINGSJÖN

Alice Schönig & Beatrice Enström



Stigar i täckbark

Bef. trädäck byggs ut

Bef. odlingslådor kan fungera som rumsavdelare här

Bef. fågelbogunga flyttas hit

Grus ersätter bef. asfalt

TECKENFÖRKLARING

- BARK
- BEF. BUSKE
- BEF. PLANTERING
- BEF. STAKET
- BEF. TRÄD
- DAMM
- ENTRÉ
- ENSKILD SITTPLOTS
- GEMENSAM SITTPLOTS
- GUNGA (SAND)
- HÅRDPACKAT GRUS
- LUSTHUS
- NY BUSKE
- NY HÄCK
- NY PLANTERING
- NYTT TRÄD
- NY RÖKRUTA
- RAMP
- PERGOLA
- SAND
- SINGEL

0 25 50 M

SKALA 1:1000, A3

ANMÄRKNINGAR

INGA TRÄD SKALL FÄLLAS TILL FÖLJD AV GESTALTNINGSFÖRSLAGET. INMÄTNINGEN AV BEFINTLIG VEGETATION ÄR GJORD MED UNGEFÄRLIGA MÅTT. OM EN GÅNGVÄG SKULLE HAMNA DÄR ETT TRÄD IDAG STÅR, SKALL VÄGEN JUSTERAS UTEFTER TRÄDET, INTE TVÄRTOM.

DAMMEN SKALL Fylla EN FUNKTION SOM DAGVATTENHANTERING OCH HAR PLACERATS PÅ EN PLATS SOM BESKRIVITS SOM VATTENSJUK. VATTENNIVÅN KAN VARIERA.

HÖJDEN PÅ NYA HÄCKAR OCH BUSKAGE BÖR EJ ÖVERSTIGA 1.5 METER AV TRYGGHETS- OCH SÄKERHETSASPEKTER, BÅDE VAD GÄLLER DE BOENDE OCH PERSONAL.

BEFINTLIGA FRILANDSODLINGAR OMFORMAS UTEFTER HÄLSOMÄSSIGA, ERGONOMISKA OCH ESTETISKA ASPEKTER. VI REKOMENDERAR UPPHÖJDA VÄXTBÄDDAR FÖR BÄTTRE ARBETSFÖRHÅLLANDEN.

GÅNGVÄGARNAS BREDD VARIERAR MELLAN 40-180 CM. ALLA NYA GÅNGVÄGAR UTGÖRS AV SAMMA GRUS SOM I DE BEFINTLIGA GÅNGARNA, MED UNDANTAG FRÅN DE MINDRE STIGARNA I NORDÖST RIKTNING.

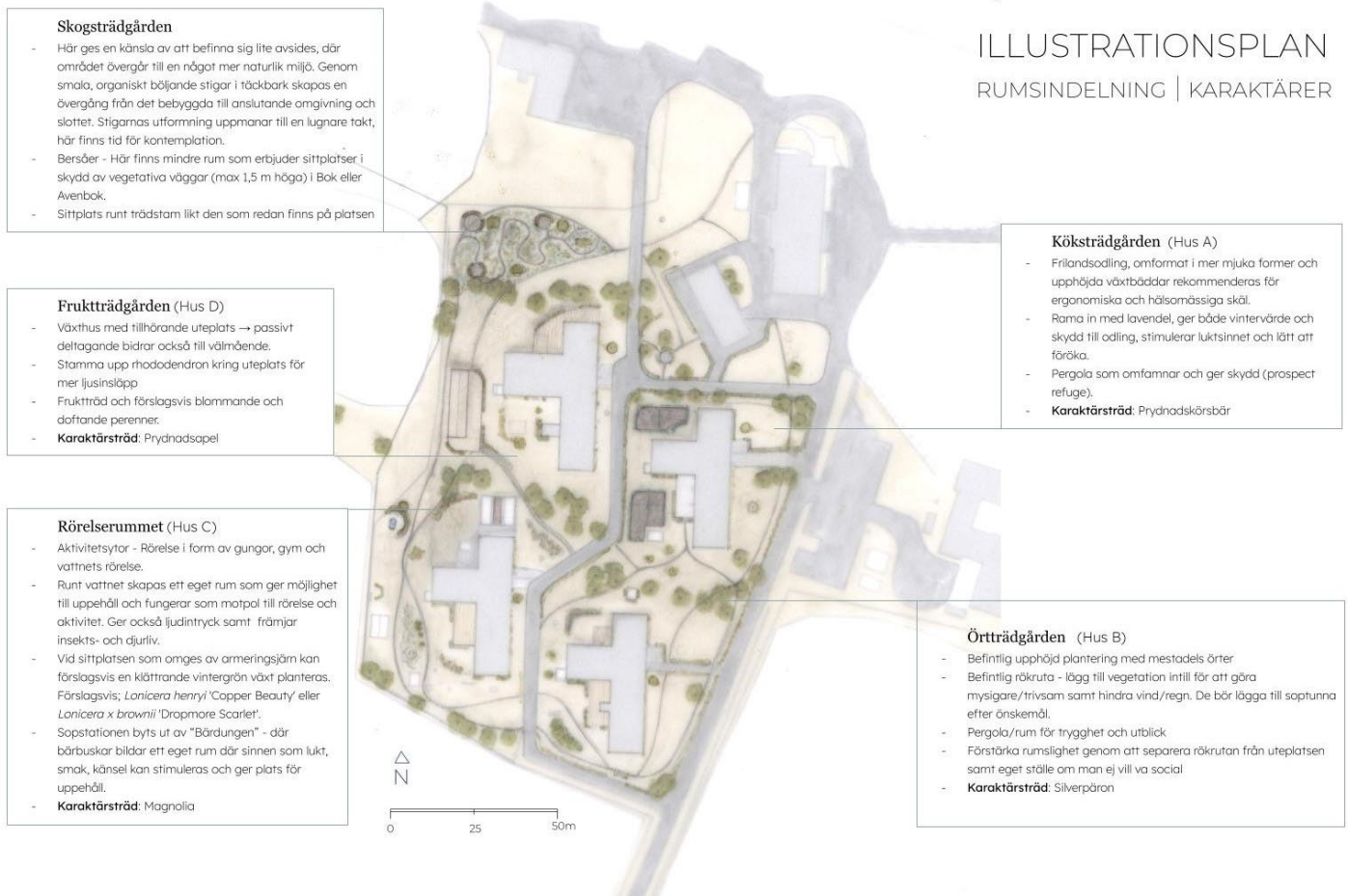
Figur 20. Teknisk ritning av gestaltningsförslaget - Hårdgjorda ytor & byggnation. (Illustration av Enström & Schönig 2024).

Helhet

Gångstråk, enskilda- och gemensamma platser, rumsbildande element, utformning av odlingsytor och placering av ett nytt växthus har varit fokuspunkter för gestaltningen. Mindre ändringar i befintlig och tillförsel av ny vegetation har gjorts för att bilda avgränsningar och skapa rumslighet. Områdets naturliga förutsättningar är grunden för gestaltningen, trädgården ska smälta in och inte sticka ut från omgivande miljö. Området skall vara överskådligt, både av säkerhetsskäl men också eftersom att det är en viktig faktor för trivsel att enkelt kunna orientera sig. Överblickbarhet bibehåller vi genom låga- till medelhöga häckar, samt växtval som inte har ett för kompakt växtsätt. Tillgänglighet har också varit en viktig aspekt i utformningen av platsen, där bredd på gångar och ramper tagits i beaktande. Genom att förlänga och bitvis omforma och flytta befintliga gångstråk ges större möjlighet till rörelse och variation i utomhusvistelsen. Gångarna är organiskt formade för att smälta in i omgivningen och skapa en mjuk och behaglig känsla för de som vistas här. Gångarna är indelade i huvudstråk och smalare, inofficiella stigar i täckbark. Genom de nya gångstråken vill vi knyta samman hela området och på så vis skapa en naturlig och sammanhängande rörelse. Mindre inramade rum ger utrymme för egentid eller samtal, medan öppna, oplanerade ytor kan bidra till spontana aktiviteter och utomhusaktiviteter utöver promenader.

För att de boende ska kunna skapa en personlig anknytning till huset de bor i, har vi valt att placera ett träd för varje hus och entré; ett unikt träd, som ger identitet åt varje boende. Det möjliggör för tydligare distrikt inom området, men skapar också landmärken som underlättar orienteringen och kan påverka målgruppens betydelsespelrum eftersom personlig anknytning kan skapas. Varje boende har namngetts utifrån olika karaktärsdrag för att på så vis skapa en variation av olika miljöer inom området som ger olika typer av stimulans (se figur 21).

ILLUSTRATIONSPLAN RUMSINDELNING | KARAKTÄRER



Figur 21. Illustration med text som visar de olika uppdelningarna/distrikten av platsen. Skogsträdgården längst upp, Apelträdgården vid hus D, Rörelserummet vid hus C, Örtträdgården vid hus B och Köksträdgården vid hus A. (Illustration av Schönig 2024).

Gångstråken

Från våra intervjuer och platsbesök har personalen berättat sina planer för den framtida utformningen av anstalten där större promenadstråk önskas. Ett utökat

promenadstråk samt med varierat underlag önskas från målgruppen baserat på deras svar på enkäten. Idag utgörs huvudgångarna av asfalt (se figur 22) och promenadstråken består av hårt packat grus (se figur 23), med undantag vid hus C där en bit av stråket är av asfalt. Från våra platsbesök och öppna intervjuer med personalen har vi fått reda på att den delen av slingan som finns idag, vid hus C, består av asfalt och har varit tänkt att underlätta för de kvinnor som har barn och barnvagnar. Den delen avslutas i en rund form mitt i gräsmattan vilket gör att många fortsätter gå vidare på gräset för att komma vidare. Detta har resulterat i att gräsmattan trampas upp och blivit lerig. Detta uttrycks som negativt i enkätsvaren. De mammor som har sina barn närvarande planeras dessutom flyttas till hus D varpå den asfalterade biten av stråket blir mindre relevant att behålla. Utifrån det framtida

området som även inkluderar hus D och slottet planerar vi därmed att promenadstråken bör sträcka sig och sammankoppla hela området där emellan. Genom att promenadstråken kommer bli en lång och sammanhängande slinga undviks även risken för att hamna i en återvändszon, och de boende kan lätt ta sig vidare. Stråken utformning har biomorfa former med vissa vegetativa inslag runt omkring för att skapa intresse samt skapa visuellt blockage. Promenadstråken kommer att fortsätta utgöras av det befintliga markmaterialet: packat grus, och de mindre gångarna uppe i skogsträdgården, kommer utgöras av täckbark, för att tillfredsställa behovet av varierande markmaterial men även känslan av det mer naturliga och lugna.



Figur 22. Sliten och lagad huvudgång av asfalt mellan hus B och C. (Robert Dapcevski 2024)



Figur 23. Promenadstråk av hårdpackat grus. (Robert Dapcevski 2024)

Sittplatser: Gemensamma & enskilda

I nuläget saknar delar av anstaltens område sittplatser och ett flertal sittplatser är hopsnickrade av lastpallar i ett samarbete mellan personal och de boende (se figur 24 & 25). Dessa initiativ är värdefulla, men kan inte utnyttjas av alla. Baserat på personalens önskemål och målgruppens svar från enkäten framgick ett behov av fler sittplatser; ensamma som gemensamma. Därför har ett antal olika typer av sittplatser placerats ut (se figur 26) på avvägda platser med variation och olika funktion. En del av sittplatserna består av endast en bänk, några platser med två bänkar bredvid varandra, en del med både bord och bänkar ihop där personer kan sitta mittemot varandra. Det finns även sittplatser byggda runt trädstammar likt den som redan finns på platsen, med skydd under trädkronan. Variationen av de olika sittplatserna har avseende att skapa en variation av mindre sociala till mer sociala platser. Men de är också valda utifrån platsens utsikt då det är av vikt för klienterna att inte enbart se sin boendemiljö, utan också får utblick över omgivande natur.



Figur 24. Befintlig sittplats för en person, gjord av lastpallar med inramande spalje av armeringsjärn (Robert Dapcevski 2024).



Figur 25. Befintliga sittplatser gjorda av lastpallar till vänster av växthusen vid hus C. (Robert Dapcevski 2024).



Figur 26. Illustration av områdets sittplatser. Befintliga sittplatser är markerade med blå cirkel, nykomna sittplatser är markerade med röd cirkel. (Illustration skapad av Enström & Schönig 2024).

Rumsbildande element, skydd & markmaterial

Ett rum utgörs av golv, väggar och tak. Vi har tillfört vegetation som rumsbildande element för att skapa läsbarheten i miljön och göra det lättare att förstå vad platsen ska användas till. En eller flera buskar kan fungera som vägg och rumsavdelare och skapar tillflyktsplatser eftersom dessa platser ger skydd i ryggen och bidrar till en tryggare känsla. På samma sätt bildar trädkronan ett tak som ger skydd från regn eller solens starka strålar. Golvet utgörs av den lägsta vegetationen; fältskiktet, som kan bestå av gräs, äng, lägre perenner, örter eller annan typ av vegetation. Vi har valt att behålla gräsmattan som utgör helheten av platsens golv och nya gångstråk är tänkt att gå i hand med de befintliga gångstråken av hårdpackat grus. Avstickande slingriga stigar i skogsträdgården är i täckbark för att dels ge variation av markmaterial, dels skapa en starkare koppling till ytterligare ett naturmaterial som också samstämmer med miljö och omgivning. I anslutning till gångstråken i

skogsträdgården har vi gestaltat bersåer med sittplatser för att skapa rum som är mer avskilda och kan fungera tillflyktsplatser.

Ytterligare tillflyktsplatser som ger skydd och vila är den nya rökrutan, ett nytt lusthus vid hus A och pergolan som är placerad längst ner av gångstråket vid hus B (se figur 20).

Vegetationen

I samspel med befintliga träd, buskar och lägre vegetation, ska den nya växtligheten integreras och den karaktär som redan finns på platsen ska tas i beaktning. Likaså ska det historiska värde som platsen besitter med långt tillbakagående anor från medeltiden, vägas in i valet av växter. De element som stärker det terapeutiska värdet i en trädgård, såsom stora träd, täta buskage och pergolor står i kontrast till säkerheten. Vegetation som innebär ett merarbete för personalen har därför använts sparsamt. Täta buskage har undvikits och för att skapa skydd och rumslighet har formklippt bok, eller förslag på andra växtslag getts. En del av de vegetativa ytorna har markerats ut utan specifika växtförslag (se figur 19).

Överblickbarhet är centralt för de boende och personalens trygghet. Därmed har avskildhet vägts gentemot trygghet. Den inplanerade vegetationen ska inte blockera sikten eller försvåra läsbarheten vilket innebär att sikt ska finnas antingen genom, under eller ovan växtmaterialet vilket resulterat i att ingen vegetation ska överstiga 1,5 meter i höjd.

Fruktträd och bärbuskar rekommenderas och föreslås på utvalda platser i gestaltningen. Dessa är dels placerade i anslutning till hus D där mammor med barn under två år planeras att bo eftersom barns favoritplatser har enligt forskningsstudier visat sig vara fruktträdgården. Önskemål om bärbuskar framgick i enkätsvaren och därför har ett område med bärbuskar planerats in i gestaltningsförslaget, denna plats kallar vi "bärdungen" och ersätter platsen där sopstationen ligger idag.



Figur 27. Uteplats och frilandsodling vid hus D, omgärdat av Rododendronhäck. (Foto av Robert Dapcevski 2024).

För att förbättra miljön vid det nya boendet, hus D, där bland annat mammor med barn ska bo, bör den befintliga rododendronbusken stannas upp eftersom den i nuläget täpper till insynen och blockerar de intagnas utsikt från boendet. Även ljusinsläppet i bostaden försämras under hela året eftersom busken är vintergrön och tät (se figur 27).

Odlingar och planteringsytor

Växthusen och redskapsförrådet är enbart tillgängliga för förtroendevalda interner, likaså skötselarbetet. Odling är en viktig aktivitet som främjar vårt välmående, inte enbart för de som aktivt arbetar med det, utan även för passiva åskådare. Att uppleva natur och naturliga miljöer sker genom både aktivt deltagande och åskådning. Det innebär att även om det inte är alla på anstalten som har blivit tilldelade uppgiften att ta hand om växthus och odling så kommer övriga som bor på anstalten kunna ta del av det genom observation, och på så sätt påverkas positivt. Utöver odlingen av mat och kryddor ger även annat trädgårdsarbete samma typ av njutning; både för utförare och åskådare. Trädgården är något som kan formas och kontrolleras vilket är en viktig faktor i relation till internernas situation som de inte har direkt kontroll över. För att främja och förbättra förutsättningarna för trädgårdsarbetet rekommenderas upphöjda växtbäddar för mer ergonomisk hållbarhet. I relation till det nya växthusets placering har ytterligare rumslighet skapats med hjälp av odlingslådor och sittplats.

Frilandsodlingen vid hus A har även formats om och ramats in med lavendel som tillför stimulering av sinnen och ger även ett vintervärde under vinterhalvåret då inget odlas (se figur 19).

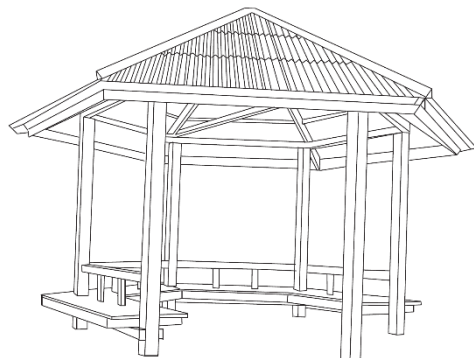
Vattenelement

Vatten är en viktig faktor för människans välmående enligt forskning och bekräftas av enkätsvaren från målgruppen. Vatten besitter flera egenskaper som verkar välgörande genom att lugna samt uppmana till kontemplation, förbättrat mående och ger återhämtning från kognitiv trötthet. Eftersom de boende på anstalten inte har tillåtelse att gå ner till Rönneå är det viktigt att målgruppens behov eller önskan om vatteninslag. Genom att placera en damm där marken redan är vattensjuk kan denna naturliga känsla uppnås (se figur 20). Intill dammen ska vegetation i form av buskar bidra till att rama in och skapa rumslighet och avskildhet i rörelserummet som annars består av mycket olika aktiviteter. Ett nytt träd ska även placeras intill dammen för att ge skugga och tak över huvudet som på så vis förstärker rumskänslan. Skuggan från trädkronan bidrar också till att minimera avdunstningen vilket är viktigt eftersom dammen inte kommer vara särskilt djup av säkerhetsskäl; Dammen ska inte uppmuntra de boende att bada i den.

Rökrutan

Eftersom antalet personer som röker är okänt, kan det inte antas att alla röker. Antalet som röker kommer även att variera och förändras utefter nya interner. Därmed kommer enbart en ny rökruta att gestaltas. Den nya rökrutans utformning ska vara byggd som ett lusthus (se figur 28) med sittplatser på både in- och utsidan för att ge valmöjligheter till målgruppen. Runtomkring omfattas platsen av låg häck för att förstärka rumsligheten eftersom platsen är öppen och stor. Genom att lägga till en ny rökruta som är större än den befintliga kommer vi närmre målgruppens behov av fler rökrutor som inte upplevs lika trångt och ickefungerande. Genom våra observationer från platsbesöken verkar rökrutan agera som samlingsplats för de boende då många vistades i den för att samtala och umgås. Baserat på det kan vi konstatera att även för de som är högre upp i behovspyramiden är det inte tillräckligt med yta för att trivas fullt ut. Fler rökrutor gör att de boende dels kan sprida ut sig, och behöver inte stå och trängas, och dels ökar trivseln genom att känna sig skyddad från vind och regn. Rökrutan som plats är extra kritisk för de som befinner sig längre ner i behovspyramiden och blir stressade av att det är många människor på en och samma plats.

Genom att addera vegetation och fler sittplatser i anslutning till den nya rökrutan ges möjlighet att sitta utanför med utblick utåt och därmed slippa vara direkt i kontakt med de andra vilket ibland kan upplevas krävande för den som befinner sig lägre ned i behovspyramiden. Den nya rökrutan är mer centralt placerad utifrån platsens framtida expanderingsplan, mellan boendena och slottet. Det innebär att den är mer tillgänglig för de som kommer att bo på slottet.



Figur 28. Ny rökruta med sittplatser invändigt och utvändigt. (Illustration skapad av Enström 2024).

Sopstationen

För närvarande befinner sig sopstationen centralt mellan de tre befintliga boendena. Ytan är underdimensionerad och avfallet hamnar därför utanför soptunnorna. Detta ger ett tråkigt och skräpigt intryck, rent visuellt, men också en oangenäm lukt till följd av hanteringen av soporna. Vid första utkastet som skickades till personalen på anstalten den 6/3 gavs ett förslag där sopstationen flyttades från nuvarande plats till en något mindre visuellt central punkt med hänsyn till de boendes klagomål (se bilaga 3). Vid responsen gavs ett motförslag där platsen som föreslagits som ny sopstation istället skulle bli den nya rökrutan, och sopstationen förflyttades ännu längre bort från boendet, vid slottets nordöstra hörn (se figur 20).

7. Diskussion

I följande avsnitt kommer arbetets syfte, mål och tillvägagångssätt att diskuteras med utgångspunkt i projektets två frågeställningar. Därefter följer en metoddiskussion där för- och nackdelar vägs utifrån vald metod, evidensbaserad design samt enkätens utformning och slutligen intervjuernas utformning.

7.1 Hur kan utomhusmiljön på Anstalten Ringsjön utformas för att verka restorativt samt främja målgruppens hälsa och välbefinnande?

Forskning och miljöpsykologiska teorier ger svar på vilka egenskaper som upplevs restorativa i en utomhusmiljö. Många av dessa studier är kopplade till individer som valt att vistas på en plats eller ingår i ett studieprojekt. I vårt projekts fall handlar det om en grupp individer som befinner sig på en plats under tvång. Att vistas i en sådan miljö innebär stor psykisk påfrestning. Vi kan anta att behovet av en välfungerande miljö med restorativa egenskaper blir extra viktig för dem som befinner sig på en begränsad yta under tvång. En fri människa kan välja i vilka miljöer som den vill vistas i, till skillnad från de fall där människor avtjänar ett straff, tvångsvårdas eller vårdas på sjukhus. En sammanhållen miljö kräver i viss mån också komplexitet och mystik för att platsen inte ska bli förutsägbar och ostimulerande. Det är därför särskilt viktigt för vår målgrupp som vistas i samma begränsade miljö varje dag. Vi har behövt göra avvägningar mellan stimulerande inslag och lugna, oplanerade ytor. Öppna och oplanerade ytor är viktiga eftersom att de som bor på anstalten ska känna att de kan ta egna initiativ till olika aktiviteter. Dessutom kan stimulans och händelser ge upphov till stress. Därför har dessa olika aspekter vägts för att på så vis skapa balans och varierade utrymmen.

Vi har valt att dela in området i olika rum. Detta har vi gjort för att skapa eller stärka befintliga karaktärsdrag och på så vis skapa variation och för att bryta känslan av att befinna sig på en institution. Tidsbegränsningen har dock inneburit att vi inte kunnat lägga så mycket fokus på detta som vi hade önskat och rummen blir av den anledningen inte lika framträdande.

Mycket av det som är betydande för att kunna uppnå en restorativ miljö rör vegetation och dess karaktär som på olika vis stimulerar sinnen. Eftersom vi inte hunnit göra en utförlig vegetationsplan kan vi inte säkerställa att ett genomtänkt och omsorgsfullt växtval görs. Växter med doft eller textur hade med fördel använts för att skapa sensorisk stimulans. Örträdgårdens karaktär hade stärkts genom exempelvis mer salvia, timjan, oregano eller andra aromatiska örter. Likaså gäller för de andra rummen där rörelserummet kunde ha växter som skapar rörelse i vinden, klättrande eller som på andra sätt stärker rörelsen i rummet genom riktningar och så vidare. Köksträdgården har fokus på ätbara växter och där hade vi

kunnat arbeta vidare med odlingsytorna och växtslag som till exempel stimulerar smaksinnet.

I motsats till det vi tidigare nämnt, angående växtvalets betydande roll för stimulans och välmående, hade vårt arbete underlättats genom att helt bortse från växtval. Istället kunde vi med hjälp av karaktärer skapat symboler som sedan kunnat markeras ut i gestaltningen. Exempelvis; genomsläpplig, träd med sikt under, buske med sikt över. Ytterligare platsbesök hade behövts för att på så vis kunna testa våra idéer och känna in de gångar, rumsligheter och sittplatser vi planerat in i gestaltningen.

7.2 Vilka säkerhetsaspekter i relation till utformningen av Anstalten Ringsjön finns att ta hänsyn till?

Genom intervjuer som gjorts med personal på anstalten har företrädesvis två tongivande säkerhetsaspekter framförts: Att inte uppmuntra de boende att klä av sig genom att planera in exempelvis liggande bänkar eller andra ytor som signalerar att "här ska det solas", samt att miljöer som riskerar att bli potentiella gömställen helst ska undvikas. Tillika bör sikt finnas under träd, ovan häck eller genom buskage för att bibehålla överblickbarhet och därmed också trygghet för personal och de boende.

Arbetsprocessen har hela tiden inneburit en avvägning mellan att skapa variation i rumslighet och samtidigt inte riskera att skapa riskfyllda miljöer. Det vill säga att väga den restaurativa nyttan gentemot säkerheten. I vilka lägen ska det ena eller det andra prioriteras? Restaurativa fördelar vägs mot ett merarbete för personalen. Rumsskapande element ställs mot nödvändigheten att bibehålla öppenhet, sikt och överblickbarhet. Därför har vi med varsamhet valt ut de platser där vi anser det nödvändigt att tillföra vegetation som ger väggar och tak åt ett rum.

I studier som behandlar frågor om utomhusmiljö på anstalter är säkerheten avgörande för vad som är möjligt att realisera. Mot våra förväntningar har säkerhetsaspekterna varit färre än vi väntat oss och många möjligheter finns att skapa restaurativa miljöer på öppna anstalter.

7.3 Metoddiskussion

Enkäten

Genom enkätfrågorna ville vi ta reda på vad som för målgruppen är viktigt i utomhusmiljön på anstalten, vad som saknas och vad som kan förbättras. Samt hur och i vilken utsträckning de använder och vistas i utomhusmiljön. Enkätfrågorna besvarades med gott resultat då majoriteten av frågorna kunde besvaras av målgruppen på ett sätt där det framstår att målgruppen har förstått frågan. Undantag för detta berör fråga ett, där vi ville nå målgruppens betydelsespelrum för att förstå vilka faktorer målgruppen har en personlig koppling till. Det hade varit gynnsamt för att kunna skapa en miljö som gör att platsen känns mer personlig och relaterbar

för målgruppen och därmed mer trivsamt. Här formulerades inte frågan tillräckligt tydligt eftersom ett flertal missuppfattade och svarade på vad de tycker om i naturen snarare än vilka personliga kopplingar de har till mer specifika faktorer i naturen. I fråga två var syftet att ta reda på vad som är viktigt i en utomhusmiljö allmänt, och majoriteten svarade vad som är viktigt i utomhusmiljön på anstalten. Där nämnde många rökrutan exempelvis. Fördelen med att skicka ut en enkät är att många svar på kort tid kan insamlas, men eftersom missförstånd uppstod hos respondenterna hade det kunnat vara fördelaktigt att hålla kvalitativa intervjuer istället, eller också, eftersom följdfrågor hade kunnat ställas från båda håll, samt förtydligande av frågorna från vårt håll.

Vi hade föredragit en kombination av både enkätutskick och semistrukturerade intervjuer. Eftersom inte alla som bor på anstalten svarade gör det också att gestaltungsförslaget blir vinklat, med risken att gestaltungsförslaget inte är tilltalande, och anpassat för alla. Det hade varit fördelaktigt att testat enkätfrågorna innan de skickades ut för att få svar på om frågorna är tillräckligt tydliga. Något som också hade varit intressant att ta reda på är hur statusen på målgruppens hälsa och psykiska välmående ser ut. Eftersom det är viktigt att en gestaltning bör innehålla olika platser som är olika mycket stimulerande i relation till behovspyramiden och ens välmående, hade information om målgruppens välmående kunnat anpassas ytterligare.

Intervjuer

Genom öppna intervjuer kunde vi naturligt föra samtal och diskussion med personalen på anstalt Ringsjön om platsen och platsens förutsättningar. Vid alla tillfällen då vi hade öppna intervjuer hade vi några frågor förberedda, men det uppstod frågor i efterhand och under gestaltungsprocessen. Det resulterade i att frågor ställdes genom mail, vilket bidrog till att processen stannade upp temporärt i väntan på svar. I detta fall anser vi att valet av öppna intervjuer som metod var mest lämplig för att kontinuerligt kunna ställa frågor som uppstod under gestaltungsprocessen.

Evidensbaserad design

Modellen har funkat bra för designprocessen för att nå ett resultat som berättar vilka faktorer som är viktigast för anstalten Ringsjön och dess boende. Vi har följt stegen i EBD-modellen varpå vi avslutade arbetet i det sista steget (steg 4), där feedback från personalen på anstalten Ringsjön togs emot och ändringar gjordes. Feedbacken som vi fick från personalen påverkade valet av var det nya växthuset placerades, där vi valde att följa deras önskemål. Vi anser dock att det hade varit mer gynnsamt för de boende att placera växthuset på ett ställe som inte skymmer utsikten från boendet. Detta visar på betydelsen av att fortsätta utvärdera gestaltungsningen av platsen efter anläggning, eftersom det viktigaste är att de som använder sig av platsen vet vad som känns bäst. Dock hade det varit fördelaktigt om önskemålet kom från de boende snarare än personalen eftersom gestaltungsförslaget är till för att främja välmåendet hos dem.

Det var en svår avvägning i avgörandet kring hur mycket i gestaltungsförslaget som ska baseras på miljöpsykologiska teorier och forskning kontra personalens perspektiv och målgruppens behov. Eftersom målet med arbetet är att skapa en restorativ miljö för målgruppen bör processen av EBD inte upphöra.

8. Slutsats

Att institutioner som fängelser kommer att bli fler och växa i antal platser, inom en överskådlig framtid, är något vi måste räkna med. Det pågår just nu en upprustning och nybyggnation av svenska anstalter. Till år 2033 planerar Kriminalvården en dubbling av antalet häktesplatser och en fyrdubbling av antalet anstaltsplatser (Kriminalvården 2023). Anstalten Ringsjön utgör inget undantag med sin planerade expanderings från 40 platser till omkring 90 platser. I takt med en sådan utveckling behöver utformningen av anstaltens inne- och utemiljöer anpassas för att fungera bättre och motsvara de nya förutsättningarna. En ökning riskerar annars att innebära en negativ påverkan på upprätthållandet av kvaliteten för de intagna, då denna är beroende av tid och resurser som finns på platsen, personalens engagemang och möjligheter som finns.

Anstalten Ringsjön är en av Sveriges sex kvinnofängelser. Kvinnor som sitter i fängelse utgör en relativt liten grupp som varken är särskilt studerad eller prioriterad. Kanske beror detta dels på att kvinnor i sig utgör en mindre del av de intagna, med sina 6–7% av de som idag avtjänar ett straff. Men att målgruppen är förhållandevis liten är inte det samma som att målgruppen är ointressant. Tvärtom, stärker det argumenten för att lyfta fram gruppen i framtida forskning. Eftersom få studier gjorts rörande kvinnor på anstalt, så tänker vi att det finns ett viktigt tomrum att fylla. Med vårt arbete hoppas vi kunna bidra med en liten pusselbit inom ämnet.

Att vara frihetsberövad innebär ett stort ingrepp i en människas liv och borde i sig utgöra straff nog. Friheten frånges och möjligheten att kommunicera med närstående inskränks helt eller delvis. Den begränsade miljön som den intagne vistas i kan istället för att innebära ytterligare straff, snarare verka rehabiliterande. Utemiljön har potential att verka främjande för individens välmående och utveckling. Det går inte att enbart genom landskapsarkitektur lösa de bakomliggande faktorer och sociala problem som leder till att en individ begår brott. Däremot är vi överens om att livskvaliteten kan förbättras med hjälp av god landskapsarkitektur, baserat på den forskning som finns på ämnet miljöpsykologi.

Genom arbetet hoppas vi kunna bidra till diskussionen om utemiljöns betydelse på anstalter och andra vårdinrättningar där människor vistas under tvång. Vi tror att små förändringar i utemiljön, genom utformning, funktion och estetik kan bidra till att minska stress hos en individ samt främja positivt mående och på så vis verka rehabiliterande och läkande.

Referenser

- Axelsson, J., Eriksson, L & Grip, L (2022) Kort om att förebygga våldsbejakande extremism i kriminalvård. (ISBN: 978-91-89067-13-4). Kriminalvården. <https://www.kriminalvarden.se/globalassets/publikationer/forskningsrapporter/kort-om-att-forebygga-valdsbejakande-extremism-i-kriminalvard.pdf>
- Bengtsson, A., Grahn, P., Lavesson, L., Oher, N. & Åshage, A. (2018). Evidensbaserad design av utomhusmiljö i vårdssammanhang. (ISBN 978-91-576-8956-6 7). Sveriges lantbruksuniversitet. https://pub.epsilon.slu.se/15686/11/bengtsson_a_et_al_181008.pdf
- Brottsförebyggande rådet (2023). Ökad oro över brottsligheten i samhället. <https://bra.se/om-bra/nytt-fran-bra/arkiv/press/2023-10-11-okad-oro-over-brottsligheten-i-samhallet.html> [2024-01-24]
- Brown, G., Bos, E., Brady, G., Kneafsey, M., Glynn, M (2015) A summary report of an Evaluation of the Master Gardener Programme at HMP Rye Hill: An Horticultural Intervention with Substance Misusing Offenders. Coventry: Coventry University. https://gardenorganic-assets.s3.eu-west-2.amazonaws.com/documents/Final-summary-report-HMP-Rye-Hill_2.pdf
- Dee, C. (2001). Form and Fabric in Landscape Architecture.
- Folkhälsomyndigheten (2024) Friluftsliv för bättre folkhälsa. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/friluftsliv/friluftsliv-for-battre-folkhalsa/> [2024-05-14]
- Folkhälsomyndigheten (2024). Statistik om suicid. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/suicidprevention/statistik-om-suicid/> [2024-05-14]
- Grahn, P & Ottosson, Åsa. (2010). Trädgårdsterapi: Att ta hjälp av naturen vid stress och utmattning. Bokförlaget Bonnier Existens.
- Hartig, T. (2005). Svensk miljöpsykologi (2005). Upplaga 1:2. Studentlitteratur AB.
- House of Commons (2017). Mental health in prisons. (Eighth Report of Session 2017–19). UK Parliament. <https://publications.parliament.uk/pa/cm201719/cmselect/cmpublic/400/400.pdf>
- Janssens, J. & Laike, T. (2006). Rum för återanpassning. (2/06)
- Justitiedepartementet (2023). Samarbetspartiernas stora reform av straffrätten – skärpta straff för att stärka brottsoffer och skydda samhället. <https://www.regeringen.se/pressmeddelanden/2023/07/samarbetspartiernas-stora-reform-av-straffratten--skarpta-straff-for-att-starka-brottsoffer-och-skydda-samhallet/> [2024-01-24]

- Jabbari, S. (2023) The impacts of biophilic design on women's well-being in the built environment. <https://ttu-ir.tdl.org/server/api/core/bitstreams/40f25961-5880-4e0b-b8e0-ebdaca86cf3e/content>
- Kaplan, R. & Kaplan, S. (1989) *The experience of nature : a psychological perspective*. Cambridge: Cambridge Univ. Pr.
- Kriminalvården. (2021). Kort om straffskärpningar. <https://www.kriminalvarden.se/globalassets/publikationer/forskningsrapporter/kort-om-straffskarpningar.pdf> [2024-02-28]
- Kriminalvården (2021). Kriminalvårdens strategi för forskning. Kriminalvården. (KV 2021- 3780) https://www.kriminalvarden.se/globalassets/forskning_statistik/kriminalvardens-strategi-for-forskning.pdf
- Kriminalvården (u.å.) 123 Frågor. https://www.kriminalvarden.se/om-kriminalvarden/123-fragor/?mtm_campaign=puff-startsida&mtm_kwd=123-fragor#faq13294 [2024-01-22]
- Kriminalvården (u.å.). Anstalten Ringsjön. <https://www.kriminalvarden.se/kontakt/hitta-till-oss/verksamhet/anstalt/ringsjon/> [2024-01-27][2023-01-16]
- Kriminalvården (2022). Kriminalvård och statistik 2022. https://www.kriminalvarden.se/globalassets/forskning_statistik/kos-2022-kriminalvard-och-statistik.pdf [2024-05-14]
- Kriminalvården (u.å.) Säkerhetsklass. <https://www.kriminalvarden.se/fangelse-frivard-och-hakte/fangelse/sakerhetsklass/> [2024-05-14]
- Kriminalvården. (2023). Kriminalvårdens kapacitetsrapport 2024-2033. https://www.kriminalvarden.se/globalassets/om_oss/regeringsuppdrag/kriminalvardens-kapacitetsrapport-2024-2033.pdf [2024-05-11]
- Lynch, K. (1960). *The image of the city*.
- Moderaterna (u.å.) Skärpta straff. <https://moderaterna.se/var-politik/straff/> [2024-01-23]
- Pálsdóttir, A. M., Persson, D., Persson, B. & Grahn, P. (2014). The Journey of Recovery and Empowerment Embraced by Nature — Clients' Perspectives on Nature-Based Rehabilitation in Relation to the Role of the Natural Environment. Special issue: Health benefits of nature, *International Journal of Environmental Research and Public Health* 11(7):7094-71155.
- Sahlin, E. (2014). *To stress the importance of nature : nature-based therapy for the rehabilitation and prevention of stress-related disorders*. Diss. Sveriges lantbruksuniversitet. <https://res.slu.se/id/publ/62592>
- Schmutz, U., Lennartsson, M., Williams, S., Devereaux, M., & Davies, G. (2014). The benefits of gardening and food growing for health and wellbeing. *Upplaga 1, Garden organic and Sustain*.
- Statens institutionsstyrelse SiS. <https://www.stat-inst.se/contentassets/7115120b8cfd4cc59837e0d6337cdab4/rum-for-ateranpassning-den-fysiska-miljons-betydelse-inom-ungdomsvarden-en-miljopsykologisk-oversikt.pdf> [2024-03-15]
- Stigsdotter, AUK & Nilsson, KSB 2011, *Research ideas on how to plan and design natural environments based on evidence-based health design and validated*

- guidelines in order to maximise the potential health benefits for all. in ELCA research workshop: green city Europe - for a better life in European cities. European Landscape Contractors Association (ELCA), pp. 33-37, Green City Europe ELCA Research Workshop in Brussels, May 5, 2011, Brussels, 05/05/2011. https://staticcuris.ku.dk/portal/files/37941106/ELCA_Broschuere_ve_rkleinert_1.pdf
- Stigsdotter, U.K., Palsdóttir, A.M., Burls, A., Chermaz, A., Ferrini, F., Grahn, P. (2011). Nature-Based Therapeutic Interventions. In: Nilsson, K., et al. Forests, Trees and Human Health. Springer, Dordrecht. https://doi.org/10.1007/978-90-481-9806-1_11
- Stoltz, J. (2019). Perceived Sensory Dimensions A Human-Centered Approach to Environmental Planning and Design. Dissertations in Physical Geography No. 3. Stockholms universitet. Universitetsservice US-AB. <https://slu-se.instructure.com/courses/9385/files/1077067?wrap=1>
- Sustainable food trust (2020). Growing health and wellbeing in British prisons. <https://sustainablefoodtrust.org/news-views/growing-health-and-wellbeing-in-british-prisons/> [2024-04-23]
- Terrapin Bright Green. (2014). 14 Patterns of Biophilic Design. <https://www.terrabinbrightgreen.com/reports/14-patterns> [2024-04-16]
- Riksdagen (2010) Plan- och bygglag (2010:900). https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/plan--och-bygglag-2010900_sfs-2010-900/#K6 [2024-04-16]
- Västra Götalandsregionen. (2023). Grön rehabilitering. <https://www.vgregion.se/ov/ism/isms-forskning/stressrelaterad-ohalsa/diagnos-och-behandling/gron-rehabilitering/> [2024-
- Wilson, E.O. (1984). Biophilia. Harvard University press.
- Wissler, K. & Pálsdóttir, A.M. (2021). Alnarps rehabiliteringsträdgård som forskningsarena. Grunderna för nytt rehabiliteringskoncept implementerat inom hälso- och sjukvården i Skåne. [LTV-fakultetens faktablad]. Sveriges lantbruksuniversitet. <https://res.slu.se/id/publ/128952> [2024-05-21]

Bilaga 1. Enkätfrågor

Enkät till målgruppen

1. Beskriv en utomhusmiljö som betytt något särskilt för dig, kanske format dig som person eller varit viktig på något annat sätt. Hur ser den platsen ut? (Ex: vad som finns på platsen; är det soligt/skuggigt, öppet/sluten mm.) Vilken känsla ger platsen?
2. Vad är viktigt för dig i en utomhusmiljö? Utveckla gärna varför.
3. Hur ofta vistas du utomhus på eget initiativ här på anstalten? Exempelvis för att göra en aktivitet; promenera, sitta i solen mm. (att gå mellan byggnaderna räknas inte som eget initiativ) Markera endast ett alternativ.

Varje dag	Flera dagar/veckan	Sällan	Aldrig
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Vilka aktiviteter i utemiljön föredrar du att delta i?
5. Hur trivs du i din utomhusmiljö här på anstalten på en skala 1-10?
1 = trivs inte alls och 10 = trivs jättebra.

Markera endast ett alternativ.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. Skulle en förbättring, eller en positiv förändring, av utomhusmiljön innebära en kvalitetsskillnad för dig under din vistelsetid på anstalten?

Ja	Nej
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Vilken förbättring eller positiv förändring skulle det kunna vara?

Bilaga 2. Intervjuguide

Frågor som ställdes på första platsbesöket:

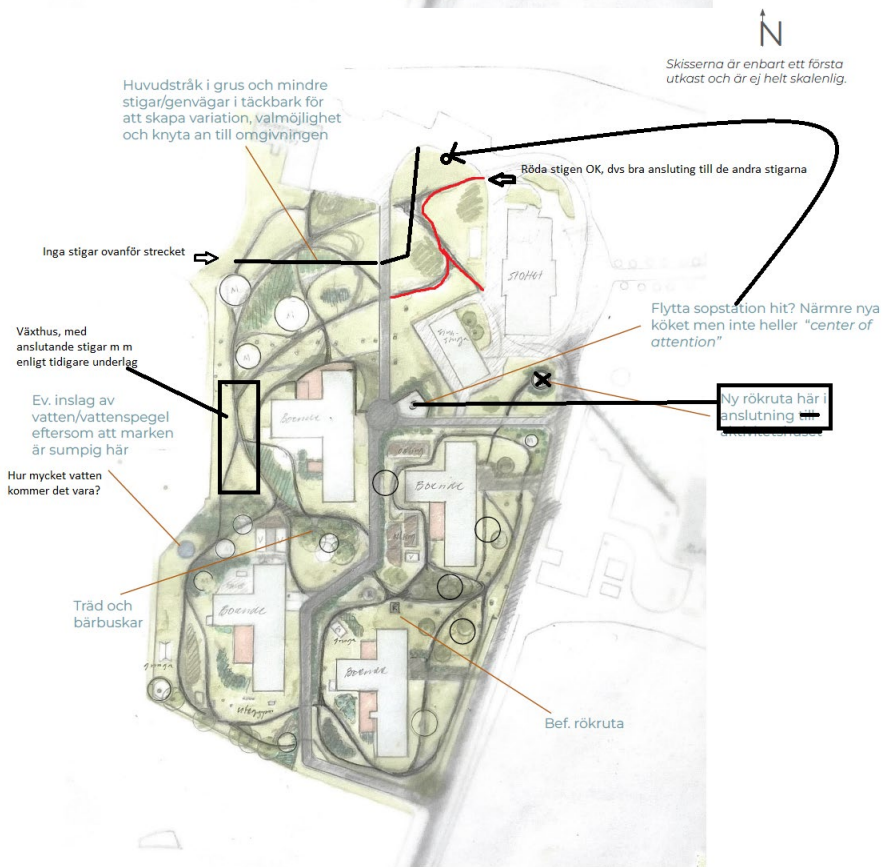
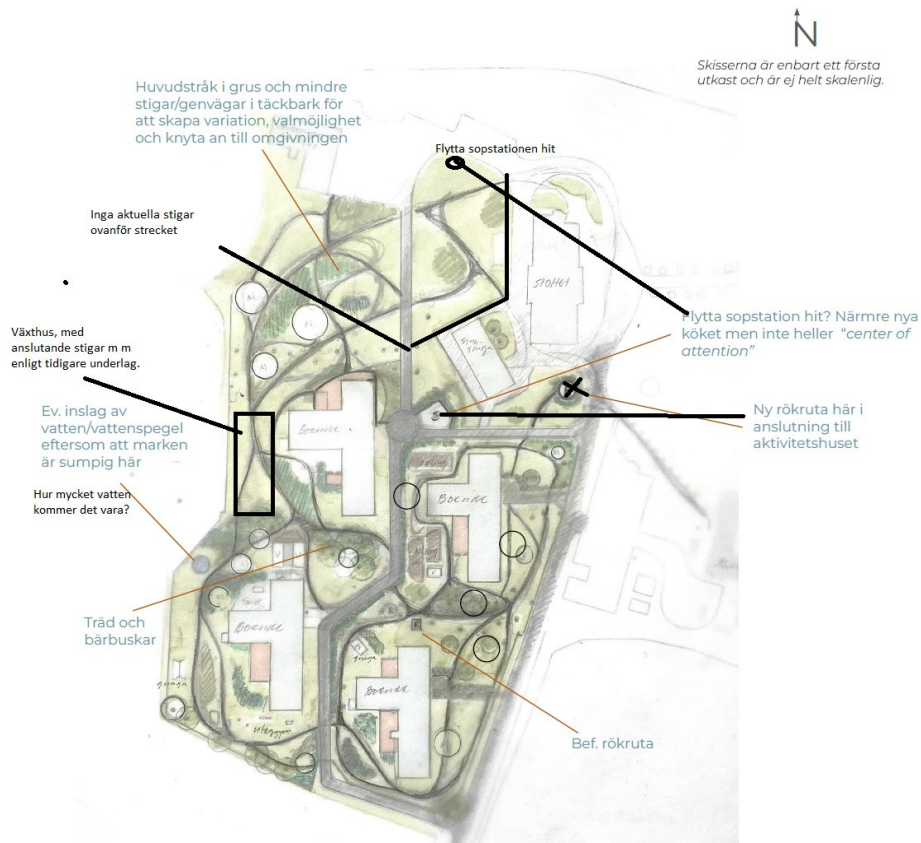
- Vilket område berörs av den planerade expansionen?
- Finns underlag (tekniska ritningar) av platsen att tillgå?
- Vilka önskemål kring utemiljön finns?
- Vilka säkerhetsaspekter bör vi ta hänsyn till?
- Vilka möjligheter har vi för vidare intervjuer, enkätutskick och platsbesök?
- Behöver vi ha med barnperspektivet?
- Hur används utemiljön idag? Vilka aktiviteter utförs?
- Får alla vistas i växthusen när som helst, på egen hand, utan personal?

Frågor som ställdes vid andra platsbesöket:

- Vart går strandskyddet?
- Vad brukar odlas i växthusen och odlingarna på friland?
- Hålls aktiviteter kopplat till odlingen?
- Allmänna frågor om olika växtslag och planteringar

Bilaga 3. Feedback på utkast från anstalten

Svart text är feedback från personalen på anstalten Ringsjön och blå text är våra förklarande texter. Första bilden visar den första feedbacken på det första utkastet. Den andra bilden visar ytterligare feedback och förtydligande från personalen på anstalten Ringsjön efter att frågor ställts rörande gränser och promenadstråk.



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. Även om du inte publicerar fulltexten kommer den arkiveras digitalt. Om fler än en person har skrivit arbetet gäller krysset för samtliga författare. Du hittar en länk till SLU:s publiceringsavtal på den här sidan:

- <https://libanswers.slu.se/sv/faq/228316>.

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.