



# Rekreation och rehabilitering i jordbrukets kulturmiljö

**Fakulteten för landskapsplanering, trädgårds- och jordbruksvetenskap**  
**Sveriges lantbruksuniversitet, Alnarp**

Matilda Björkqvist  
2011



## Sammanfattning

Det storskaliga och industrialiserade jordbruk som utvecklats under den senare hälften av nittonhundratalet har inneburit stora förändringar för odlingslandskapet. Den biologiska mångfalden har minskat kraftigt och kulturbärande landskapselement har hotats. Därför finns det nationella miljömålet *Ett rikt odlingslandskap* som syftar till att forma ett produktivt odlingslandskap som främjar växt- och djurliv, men som också är värdefullt för människan utifrån kulturhistoriska och estetiska aspekter.

Uppsatsen tar sin utgångspunkt i miljöpsykologiska teorier för att undersöka vilket värde jordbrukets kulturmiljö har för människans välbefinnande och hur den kan användas som rehabiliteringsverktyg. Företagare i Skåne som bedriver rehabilitering i gårdsmiljö har intervjuats för att ta reda på vilka förutsättningar som krävs för denna typ av verksamhet. Vidare har en fallstudie gjorts av kulturresevatet vid Norrbys museigård i Väte på Gotland där Gotlands Museum planerar att starta rehabiliteringsverksamhet under 2011.

Slutsatser som kunnat dras är att kulturlandskapet har ett högt rekreationsvärde som utgör ytterligare ett skäl till varför det är viktigt att skydda och bevara kulturmiljön, förutom värdet för kulturarv och biologisk mångfald. Rehabilitering i jordbrukets kulturmiljö kan vara en differentieringsmöjlighet för lantbruksföretagare och även en drivkraft till att skydda och vårda landskapet, vilket kan bidra till en positiv miljömålsutveckling. I ett småskaligt jordbruk där äldre metoder används finns många sysslor som är lämpliga att använda i rehabiliteringsverksamhet. För att skapa en god rehabiliteringsverksamhet i gårdsmiljö bör man ha i åtanke att deltagarnas vistelse på gården ska präglas av kravlöshet och aktiviteter ska anpassas efter individens behov, lust och ork. En småskalig verksamhet gör att deltagaren känner sig trygg och sedd. Enkla, meningsfulla aktiviteter gör att deltagaren får röra på kroppen och samtidigt får känna sig viktig och behövd. Att ta hand om djur är lugnande, stärker självförtroendet och flyttar fokus till någon annans behov. Miljön är viktig och bör vara lugnande och naturlig, och både ge deltagaren utrymme till att kunna dra sig undan och vara för sig själv och ge möjlighet till social kontakt.

## Summary

The large scale, industrial agriculture which has developed during the later part of the 20th century has meant a dramatic change in the agricultural landscape. Biodiversity has radically been reduced and cultural environments are under threat. Hence, the national environmental objective *A varied agricultural landscape* has been formed in Sweden. The purpose is to develop a productive agricultural landscape and, at the same time, preserve and strengthen biodiversity as well as cultural heritage assets and aesthetic values.

This thesis is aiming to explore the value of the cultural environment of agriculture in relation to human wellbeing and how it can be used in rehabilitation, and thus research in the field of environmental psychology has been studied. To find out what conditions are necessary to manage rehabilitation business in the agricultural environment, companies in rural Scania were interviewed. To further investigate the subject, a case study was done of the cultural park at the farm “Norrby” on Gotland, where the Museum of Gotland is planning to start rehabilitation business in 2011.

Conclusions from the study are that the cultural landscape has a high recreational value, which is one more reason to preserve it, in addition to biodiversity a cultural heritage assets. Rehabilitation in the cultural environment of agriculture could be a possibility for farmers to develop their companies. It could also be motivation to preserve and protect the landscape, which could contribute to achieving the environmental objective. On a small scale farm where old agricultural methods are used, there are many chores which are suitable to use as activities in rehabilitation. To create a good rehabilitation farm, the activities should be adjusted to fit the individual participant and his or her needs. A small scale business makes the participant feel seen and safe. Simple, but meaningful, activities give the participant physical exercise and makes him or her feel needed and important. To take care of animals is calming, strengthens self-confidence and moves focus to someone else’s needs. The environment is important and should be calming a natural, and give the participant space to both be able to draw back and be alone, and to get social contact.

## Förord

Tack till alla er som har hjälpt mig med inspiration, idéer och råd under mitt skrivande av den här uppsatsen! Ett särskilt tack till min handledare Charlott Gissén, för allt stöd under hela processen, och till Jenny Westfält på Gotlands Museum, för all hjälp med material och information. Jag vill även tacka de företagare som berättade så inspirerande om sina verksamheter.

Matilda Björkqvist

Alnarp, 2011-05-18

## Innehållsförteckning

1. Introduktion.....	8
1.1. Bakgrund.....	8
1.2. Syfte.....	9
1.3. Frågeställningar.....	9
2. Metod och material .....	10
2.1. Metod.....	10
2.2. Material.....	10
2.2.1. Rehabiliterings gårdar i Skåne .....	10
2.2.2. Norrbys i Väte.....	11
3. Litteraturstudie.....	12
3.1. Jordbrukets kulturmiljö.....	12
3.1.1 Miljömål.....	12
3.1.2 Multifunktionella odlingslandskap.....	13
3.1.3 Småskalighetens betydelse.....	14
3.2 Miljöpsykologi och grön rehabilitering.....	15
3.2.1 Trädgårdsterapi.....	15
3.2.2 Svenska kulturlandskap.....	16
3.3 Djur i vården.....	18
4. Rehabiliteringsgårdar i Skåne.....	20
4.1. Individuellt anpassade aktiviteter.....	20
4.2. Att använda djur.....	21
4.3. Miljöns påverkan.....	22
4.4. Betydelsen av småskalighet.....	23

5. Norrbys kulturresevat på Gotland.....	25
5.1. Länsstyrelsens miljömålsarbete.....	25
5.2. Kulturresevat.....	26
5.3. RASK på Norrbys.....	27
6. Diskussion.....	29
6.1. Vilken påverkan har det småskaliga jordbrukets kulturmiljö för människans välbefinnande?.....	29
6.2. Är jordbruket en lämplig plats för rehabilitering?.....	30
6.3. Hur kan kulturmiljön bevaras och samtidigt göras tillgänglig och mångfunktionell?.....	32
7. Slutsatser.....	34
Referenser.....	35
Tryckta källor.....	35
Elektroniska källor.....	36
Muntliga källor.....	37
Bilaga 1. Intervjuformulär.....	38

# 1. Introduktion

## 1.1 Bakgrund

I definitionen av det nationella miljökvalitetsmålet *Ett rikt odlingslandskap*, uttrycks att jordbruksmarkernas kulturmiljövärde och biologiska mångfald ska bevaras och stärkas. Några av delmålen är att skydda ängs- och betesmarker, småbiotoper, inhemska husdjursraser och kulturbärande landskapselement. Dessa delmål har inte uppnåtts inom tidsramen, utan ytterligare åtgärder krävs för att de ska vara möjliga att nå (Miljömålsportalen, 2011a). Det är mycket bekymmersamt då dessa delmål är viktiga för vårt kulturarv såväl som för den biologiska mångfalden, vilka båda kan vara oåterkalleliga när de en gång förlorats.

Enligt miljöbalken (SFS 1998:808) kap 7, 9 § kan kommuner eller länsstyrelser bilda kulturresevat för att skydda särskilt värdefulla kulturlandskap. På Gotland har ett sådant resevat bildats vid Norrbys gård i Väte i syfte att bevara kulturmiljön men även att sprida kunskap till allmänheten (Länsstyrelsen, Gotlands Län). Gården ägs idag av Gotlands Museum som planerar att starta upp rehabiliteringsverksamhet här under våren 2011. Projektet har man valt att kalla *RASK på Norrbys* där RASK står för Rekreation, Arbete, Sysselsättning och Kultur. (Westfält, J, pers. medd. 2011). Genom projektet skulle olika intressen kombineras, såsom kulturmiljövård, kunskapsspridning och främjande av människors hälsa.

Grön rehabilitering och trädgårdsterapi har blivit ett allt mer känt begrepp i Sverige under de senaste åren, mycket tack vare den forskning som bedrivits på Sveriges Lantbruksuniversitet i Alnarp och metoden för trädgårdsterapi som utvecklats där (Grahn och Ottosson, 2010). Både forskning och erfarenhet såväl som sunt förnuft säger oss att vi mår bra av att vistas ute i naturen, andas in frisk luft, vara fysiskt aktiva och ha kontakt med djur (Norling, 2002). Alla dessa delar kan representeras inom trädgårdsterapin, och finns även i en lantbruksmiljö. Här skulle den fysiska aktiviteten och kontakten med djuren möjligtvis bli ännu mer framträdande än i trädgårdsmiljön. Lantbrukets miljö är därför intressant ur rekreations- och rehabiliteringssynpunkt. Alnarps rehabiliteringsträdgård samarbetar med olika gårdar som tar emot deltagare för fortsatt rehabilitering och arbetsträning i gårdsmiljö efter att rehabiliteringstiden i Alnarp är slut (Welén-Andersson, L, pers. medd. 2011).



## 1.2 Syfte

Att undersöka jordbrukets kulturmiljös värde som rehabiliteringsverktyg och vilka förutsättningar som krävs för rehabilitering i gårdsmiljö.

## 1.3 Frågeställningar

1. Vilken påverkan har det småskaliga jordbrukets kulturmiljö för människans välbefinnande?
2. Är jordbruket en lämplig plats för rehabilitering?
3. Hur kan kulturmiljön bevaras och samtidigt göras tillgänglig och mångfunktionell?

## 2. Metod och material

### 2.1 Metod

För att besvara frågeställningarna har litteratur och aktuell forskning inom området grön rehabilitering studerats. För att få en djupare inblick i hur detta kan appliceras på lantbruksmiljön har intervjuer genomförts med fyra olika företag som bedriver rehabilitering i gårdsmiljö i samarbete med Alnarps rehabiliteringsträdgård. Detta för att koppla teorierna till praktiska exempel och genom detta kunna undersöka frågeställning nr 2, angående lantbruket som plats för rehabilitering. Intervjuerna gjordes per telefon med semistrukturerade, öppna frågor som underlag (se bilaga 1). Detta för att ge stort utrymme åt respondenterna att fritt berätta om sina respektive verksamheter.

Den tredje frågeställningen utreddes genom en fallstudie av Länsmuseet på Gotlands projekt *RASK på Norrbys* och Länsstyrelsen på Gotlands arbete med miljömål och kulturresevat. Fallstudien utfördes genom kontakt med Gotlands Museum och inläsning av material från Länsstyrelsen i Gotlands län.

### 2.2 Material

#### 2.2.1 Rehabiliteringsgårdar i Skåne

De fyra skånska företagare som intervjuades var Agneta Jonzon (Fårmors Rehab), Lis-Lott Andersson (Humlamaden), Monica Lagnetoft (Nevisgården), samt Berit Nyman (HB Aditus). Nedan följer en kort presentation av de fyra företagen.

#### *Fårmors Rehab*

På sitt lantbruk i Veberöd, Lunds kommun, bedriver Agneta Jonzon rehabiliteringsverksamhet för personer med utmattningssyndrom, långvarig smärta och depressioner. På gården, som omfattar 100 ha mark, finns ca 200 tackor av rasen gutefår. Rehabiliteringsverksamheten startade 2008 som ett projekt i samarbete med LRF, Region Skåne och vårdcentralen i Skurup. Förutom patienter från vårdcentralen, tags nu även deltagare från Alnarps rehabiliteringsträdgård emot på gården. Deltagare från vårdcentralen är på gården en till fyra dagar i veckan, beroende på individens behov, under tolv veckor. Deltagare från Alnarp är där tre dagar i veckan under en fyraveckorsperiod. Tre deltagare tags emot åt gången. (Jonzon, pers. medd. 2011)

### *Humlamaden*

På Stall Humlamaden i Veberöd, Lunds kommun, arbetar man med hästens kommunikativa egenskaper som hjälpmedel i rehabiliteringen. I företaget finns tre delar: ridskola för barn med och utan funktionsnedsättning, hästunderställd terapi för barn och ungdomar med psykiska svårigheter och rehabilitering för vuxna med långtidssjukskrivning. Fem deltagare tags emot åt gången. (Andersson, pers. medd., 2011)

### *Nevisgården*

På Nevisgården i Löberöd, Eslövs kommun, vill man erbjuda en meningsfull sysselsättning för människor som behöver komma igång för att möta arbetslivet framöver. Både deltagare som behöver rehabilitering efter en fysisk sjukdom och deltagare med utmattningssyndrom tas emot. På gården finns tre hästar och en hund som är viktiga verktyg i rehabiliteringen. Högst sex deltagare är på gården samtidigt. (Lagnetoft, pers. medd., 2011)

### *HB Aditus*

Verksamheten äger rum i en trädgård vid en gammal skola i Lyngby, Genarp, Lunds kommun, där deltagare från bland annat Alnarps rehabiliteringsträdgård får möjlighet till arbetsträning och vidare rehabilitering. Det finns också en ateljé i den gamla skolan där deltagarna kan uttrycka sig på olika kreativa sätt. Man använder också skolans lokaler för bland annat matlagning och bakning. Fem deltagare tags emot samtidigt. (Nyman, pers. medd., 2011)

### *2.2.1 Norrbys i Väte, Gotland*

Norrbys gård ligger ca två mil söder om Visby i Väte socken. Gården är bevarad som den var under den första hälften av 1900-talet och blev kulturresevat 2002 (Länsstyrelsen, Gotlands Län). Ägare till gården är Gotlands Museum, som håller den levande och öppen för allmänheten, genom t ex utställningar, visningar och caféverksamhet (Gotlands Museum). Till gården hör 17 ha åkermark, varav 1,3 ha brukas som slåttermark, 8,4 ha skog, 1,7 ha glest trädbevuxen mark samt 1,4 ha kvarndamm med vall (Länsstyrelsen, Gotlands Län, 2002).

### 3. Litteraturstudie

#### 3.1 Jordbrukets kulturmiljö

##### 3.1.1 Miljömål

Det storskaliga och industrialiserade jordbruk som utvecklats under den senare hälften av nittonhundratalet har inneburit stora förändringar för odlingslandskapet. Den biologiska mångfalden har minskat dramatiskt då viktiga småbiotoper försvinner och jordbrukstekniker som tidigare gynnat olika arter ersatts med effektivare och modernare metoder (Flygare och Isacson, 2003). Arealen av landskapstyper som ängsmark och naturbetesmark, som rymmer en betydande artrikedom, har minskat betydligt. Det nationella miljömålet *Ett rikt odlingslandskap* omfattar delmålen *Ängs- och betesmarker*, *Småbiotoper i odlingslandskapet*, *Kulturbärande landskapselement*, *Växtgenetiska resurser och inhemska husdjursraser*, *Åtgärdsprogram för hotade arter* samt *Kulturhistoriskt värdefulla ekonomibyggnader* (Miljömålportalen, 2011a). Målet syftar alltså till att forma ett produktivt odlingslandskap som både främjar växt- och djurliv samt är värdefullt för människan utifrån kulturhistoriska och estetiska aspekter.

Delmålet *Ängs- och betesmarker* innebär att arealen hävdad ängs- och betesmark skulle bevaras och utökas med 5000 respektive 13000 ha till 2010. Målet har inte nåtts (Miljömålportalen, 2011b). Med *Småbiotoper i odlingslandskapet* menas t ex åkerholmar och småvatten, och senast 2005 skulle en strategi för hur antalet småbiotoper kan öka i odlingslandskapet ha utvecklats. Målet nåddes delvis 2005 men fler åtgärder krävs för att nå målet i sin helhet (Miljömålportalen, 2011c). Åkerholmar räknas också till *Kulturbärande landskapselement*, dit även odlingsrösen, stenmurar och gärdesgårdar hör. Målet var att andelen kulturbärande landskapselement skulle öka med 70 % till 2010. Målet nåddes inte (Miljömålportalen, 2011d). Inte heller delmålet *Växtgenetiska resurser och inhemska husdjursraser* nåddes i sin helhet inom tidsramen 2010. Den del av målet som handlade om att bygga ut det nationella programmet för växtgenetiska resurser nåddes, dock finns ännu inte tillräckligt många individer för att långsiktigt säkra husdjursrasernas framtid (Miljömålportalen, 2011e). Däremot har delmålen *Åtgärdsprogram för hotade arter* (Miljömålportalen, 2009) och *Kulturhistoriskt värdefulla ekonomibyggnader* nåtts inom tidsramen som var satt till 2006 respektive 2005 för dessa mål (Miljömålportalen, 2011f).

Ett sätt att arbeta med miljömålet är att från statlig nivå betala ut miljöersättning till lantbrukare för att t ex bevara och sköta värdefulla marktyper såsom slåtterängar och naturbetesmarker. Dessa ersättningar är ofta en viktig inkomstkälla för lantbrukare bredvid förtjänsten av den ordinarie produktionen. En lantbrukare kan få miljöersättning för följande:

- Betesmarker och slåtterängar
- Vallodling
- Miljöskyddsåtgärder
- Certifierad ekologisk produktion eller kretsloppsinriktad produktion
- Skötsel av våtmarker
- Natur- och kulturmiljöer i odlingslandskapet
- Skyddszoner
- Minskat kväveläckage
- Hotade husdjursraser

(Jordbruksverket, 2010)

Miljöersättningarna är förutom en viktig motivation till att åtgärder utförs som behövs för att nå miljömålet också ett bra sätt att kunna hålla statistik över utvecklingen av de olika delmålen. Det är dock viktigt att komma ihåg att det finns marker som sköts utan miljöersättning. Att majoriteten av delmålen ännu inte uppnåtts beror delvis på problematik kring utbetalning av dessa stöd. 2008 kom nya regler för vilka ängs- och betesmarker som var berättigade till miljöersättning, vilket gjorde att arealen som sköts med miljöersättning minskade (Miljömålsportalen, 2011g). För betesmark gäller nu att maximalt 60 träd får finnas per ha (Jordbruksverket, 2011), vilket gör att många betesmarker inte längre är stödberättigade. Låga ersättningsnivåer och rädsla för att inte klara att följa regelverket kan vara två anledningar till att inte fler kulturbärande landskapselement sköts med miljöersättning för natur- och kulturmiljöer (Miljömålsportalen, 2011d).

### *3.1.2 Multifunktionella landskap*

Haaland et al (2011) har undersökt hur man kan designa multifunktionella jordbrukslandskap som inte bara rymmer värden för produktion av livsmedel och energi, utan även andra, mjuka värden, såsom biologisk mångfald, kulturarv, rekreation och estetik, som ju ligger i linje med miljömålet *Ett rikt odlingslandskap* (se s 12). Forskningsgruppen utvecklade fyra olika planer

för en gård i Skåne där vart och ett av de mjuka värdena prioriterades i varsin plan. Sedan integrerades planerna till ett färdigt förslag för hur gården kunde planeras så multifunktionellt som möjligt. Att integrera planerna var ingen lätt uppgift då värden och intressen konkurrerar med varandra. Det som var värt att bevara ur ett kulturellt eller estetiskt perspektiv var exempelvis inte alltid det bästa ur rekreationssynpunkt eller för att gynna biologisk mångfald. Lantbrukarens intressen för produktionen ställdes också i vissa frågor mot landskapsvärden (Haaland et al, 2011).

Ett intressant exempel på försök att integrera rekreativsmöjligheter och ökad biologisk mångfald i jordbrukslandskapet är de så kallade *beträdorna* som bland annat finns i Tottarp utanför Staffanstorp. En beträda är en markremsa i kanten av en brukad åker som läggs i träda och som är möjlig för allmänheten att använda som promenad- eller ridstråk. Detta för att tillgängliggöra landskapet och främja folkhälsan genom att öka möjligheten till motion. Skyddszoner längs med vattendrag, som förhindrar övergödning från åkermarken, skulle också kunna användas som beträdor. Tanken med beträdorna är att de också ska kunna fungera som gröna korridorer och på sätt gynna den biologiska mångfalden, dock finns för lite kunskap i dagsläget för att säga om det fungerar eller inte. (Gyllin et al, 2008).

### *3.1.3 Småskalighetens betydelse*

I en studie av Anna Fritz har fyra lantbrukare som försörjer sig på småskaliga (under 20 ha åkermark) och ekologiska jordbruk intervjuats. Enligt Fritz upplever sig lantbrukarna ha en mycket hög livskvalitet, trots begränsad ekonomisk inkomst. Självförsörjning och hushållning med resurser är centrala begrepp hos dessa lantbrukare och äldre jordbruksmetoder används på gårdarna. Hos två av de tillfrågade lantbrukarna används till största delen hästar i jordbruket, istället för traktorer. Lantbrukarna känner stor frihet, då arbete och fritid vävs samman, och tycker att arbetet känns meningsfullt då de producerar livsmedel utan negativa miljökonsekvenser (Fritz, 2010).

## **3.2 Miljöpsykologi och grön rehabilitering**

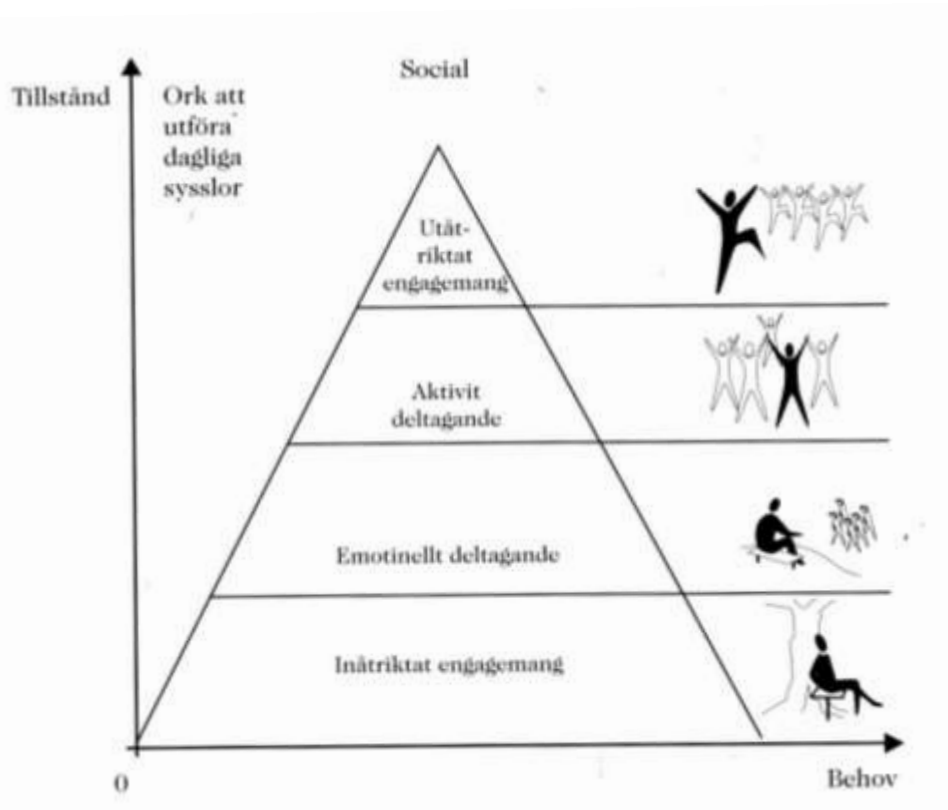
### *3.2.1 Trädgårdsterapi*

Trädgårdsterapi och grön rehabilitering är begrepp som är på frammarsch i Sverige och även andra delar av Europa. Till grund för mycket av forskningen ligger en studie av Ulrich (1983) som visar att patienter på ett sjukhus i Pennsylvania, USA, som hade utsikt över ett grönområde tillfrisknade fortare än patienter som låg i rum med fönster som vätte åt en tegelvägg. Denna upptäckt säger oss att naturen har en direkt inverkan på vår fysiska hälsa.

I Alnarp har man anlagt en rehabiliteringsträdgård och här bedrivs en betydande forskning inom området. Under de år som verksamheten bedrivits har man sett goda resultat av behandlingen som pågår under tolv veckor. Det finns flera fördelar med trädgårdsterapi: dels får deltagarna vistas i en hälsosam, grön miljö med frisk luft och solsken och får även viss motion av trädgårdsarbetet; dels rymmer naturen och växterna symboliska värden som är användbara i det terapeutiska arbetet (Grahn och Ottosson, 2010). En symbol kan vara den späda plantan som behöver planteras om för att få tillräcklig plats att kunna utveckla starka rötter och växa som den ska. Detta skulle kunna liknas vid deltagaren med utmattningssyndrom som behöver ett miljöombyte för att kunna återhämta sig och hämta kraft för att på nytt kunna möta vardagens utmaningar.

Arbetet i trädgården ger också en känsla av att uträtta något meningsfullt och att vara behövd, något som är viktigt för de deltagare som varit sjukskrivna eller arbetslösa under en längre tid. I ett projekt i England där man använder sig av koloniträdgårdar för att rehabilitera flyktingar och tortyroffer blir denna aspekt tydlig. Deltagarna får varsin kolonilott att bruka och själva bestämma över. De kan t ex välja att odla grönsaker och på så sätt bidra till familjens försörjning, vilket är viktigt för deltagarnas självkänsla och läkande (Linden och Grut, 2002).

Grahn (2005) har utvecklat en modell i form av en pyramid som beskriver människans känslighet för omvärlden i förhållande till den psyksiska kraften. Den visar att människan är som känsligast för intryck då hon har som minst psykisk kraft, vilket illustreras genom den nedersta nivån av pyramiden. I detta tillstånd klarar människan endast av enkla intryck och mycket enkla relationer, om ens några alls. Personen söker sig till kravlösa miljöer, t ex klippor eller platser som går i en dov färgskala. Ju högre upp i pyramiden personen kommer desto fler intryck och mer komplicerade relationer klarar hon av.



Figur 1. Grahns behovspyramid  
(Källa: Grahn, 2010)

Grahn har också genom sin forskning tagit fram åtta karaktärer, eller dimensioner, som människan upplever som positiva i en terapeutisk trädgård. Dessa karaktärer är: *Rofylld*, *Natur*, *Artrik*, *Rymd*, *Öppning*, *Skydd*, *Social* och *Kultur*. Med *Rofylld* menas att miljön är lugn och tyst, eller att bara naturliga ljud av t ex vatten och fåglar hörs, samt att inga störande element finns där som t ex högljudda människor eller skräp. *Natur* innebär att miljön ger intrycket av att vara vild och opåverkad av människan. *Artrik* innebär att det finns flera olika arter av växter och djur. *Rymd* kan t ex vara en bokskog, en miljö som utgör en helhet och en känsla av att komma in i en annan värld finns. *Öppning* och *Skydd* innebär miljöer som erbjuder utsikt och överblick respektive en trygg tillflyktsort. *Social* står för en miljö som fungerar som en mötesplats för sociala kontakter. *Kultur* innebär någonting som är präglad av människans påverkan, t ex en staty, en stenmur, och som ger en möjlighet till fascination över människans arbete genom historien. (Grahn, 2010)

### 3.2.2 Svenska kulturlandskap

Inom miljöpsykologin har man länge konstaterat att naturen är av stor betydelse för både vår fysiska och psykiska hälsa. Den så kallade prospect-refuge-teorin som utvecklades av Jay Appleton säger oss att människan trivs allra bäst i ett landskap som rymmer både utsikt framåt,



men också en skyddad tillflyktsort i ryggen. En sådan miljö skulle vara gynnsam för människans överlevnad och preferens för den typen av landskap har därför genom evolutionen utvecklats hos människan (Appleton, 1975, citerad i Hägerhäll, 2005). Denna teori kan jämföras med Grahns två karaktärer *Öppning* och *Skydd* som beskrivits ovan. Det ideala landskapet för människan beskrivs ofta som det halvöppna savannlandskapet, varifrån mänskligheten har sitt ursprung. Hägerhäll (2000) menar att det svenska kulturlandskapet liknar detta ideala landskap till stor del. I det omväxlande landskapet med halvöppna betesmarker, ängar och skogar hittar man platser som kan erbjuda både utsikt och tillflyktsort, vilket enligt prospect-refuge-teorin alltså är positivt för människans välbefinnande.

Forskning visar också att människan föredrar miljöer som är naturliga framför miljöer som är påverkade av människan. Ängs- och betesmarker är problematiska i detta avseende. Trots att dessa marktyper är starkt präglade, och beroende, av människans brukande uppfattar många dem som naturliga. Det är också landskapstyper som är mycket omtyckta av människan (Hägerhäll, 2005). Den allmänna uppfattningen har länge varit att Europa till stor del var täckt av slutna skogar innan människan blev jordbrukare (Emanuelsson, 2009). Om slutna skog är den mest "naturliga" miljön i Europa, borde också européerna visa preferens för denna naturtyp enligt teorin som säger att människan föredrar naturliga miljöer framför människopräglade miljöer. Dock har det under de senaste decennierna framkommit teorier som motsäger ett helt skogtäckt Europa innan jordbruket. De säger istället att stora vilda betesdjur höll landskapet halvöppet, redan innan människan började påverka landskapet (Emanuelsson, 2009). Det skulle betyda att de halvöppna betesmarkerna är mer "naturliga" än vad man hittills trott.



Figur 2. Flera av de åtta karaktärerna kan hittas i denna betesmark vid Norrbys i Väte.  
(Foto: Matilda Björkqvist)

Att bevara historiska element i landskapet, såsom gärdesgårdar, fornlämningar och äldre ekonomibyggnader, har ett stort pedagogiskt och kulturellt värde. Dessa inslag vittnar om en svunnen tid och bär med sig kunskap om människans historia. De kan också ha ett särskilt värde för rekreation. Enligt en av Grahns åtta karaktärer *Kultur*, tilltalas människan av miljöer där hon får uppleva något av människans värderingar och arbete genom historien (Grahns, 2010). Även de andra karaktärerna (*Rofylld, Natur, Artrik, Rymd, Öppning, Skydd* och *Social*) kan man hitta i jordbrukets kulturmiljö, vilket pekar på att kulturmiljön borde vara värd att bevara, inte bara för historiska aspekter och biologisk mångfald utan också för människans välbefinnande och hälsa.

### 3.3 Djur i vården

Enligt Grahns behovspyramid klarar människan av fler intryck och mer komplicerade relationer ju mer psykisk kraft hon har. Någonstans på resan från den lägsta nivån i pyramiden där människan endast orkar engagera sig inåt, till den högsta nivån där hon återfått sin kraft att klara av ett utåtriktat engagemang, kan en relation till ett djur spela en stor roll. Relationen till djuret är enkel och kravlös i jämförelse med mänskliga relationer, och fungerar därmed som ett sorts mellansteg och en övning i att engagera sig utåt. (Grahns, 2005)

Norling (2002) menar att användning av djur i vården av äldre människor har flera positiva hälsoeffekter genom kedjeffekter. Djuren hjälper människan att hålla en aktiv livsstil och en positiv inställning till livet, vilket ger en ökad livskvalitet. Hunden stimulerar människan att promenera regelbundet vilket ger en bättre fysisk hälsa. De dagliga promenaderna kan betyda mycket för den äldre människans hälsa och generella välbefinnande då promenaderna också ger möjlighet till att träffa andra människor och komma ut i naturen (Norling, 2002), vilket i sig ger positiva hälsoeffekter (Ulrich, 1983). Hunden ger också en känsla av trygghet och skydd, vilket är viktigt för många, speciellt äldre kvinnor, för att våga komma ut och promenera (Norling, 2002). Men djuren har också mer direkta hälsoeffekter på människan. De har visat sig verka stressreducerande och fungera som ett socialt stöd för ensamma människor eller människor i krissituationer. Reduceringen av stress kan i sin tur leda till minskad risk för högt blodtryck och hjärt- och kärlsjukdomar (Norling, 2002).

Man skiljer på AAT (Animal Assisted Therapy), där djuret ingår i en behandling för att förbättra fysiska, psykiska och sociala funktioner, och AAA (Animal Assisted Activity) som avser att djuret stimulerar aktivering i egenvård eller på institution (Norling 2002). På en ranch i Texas använder man hästar i AAT för barn och ungdomar med olika psykiska svårigheter. Deltagarna som kommer till ranchen kan behöva hjälp med att bygga självförtroende, ändra ett beteende, förbättra inlärningsförmåga, gå igenom en sorg eller utveckla sociala förmågor. Chandler menar att hästar fungerar mycket bra i AAT då de hjälper ungdomarna att lära sig kommunicera, ta ansvar och lösa problem. Det är också utvecklande för deras självförtroende att gradvis lära sig att behärska de stora djuren. (Chandler, 2005)

## 4. Rehabiliteringsgårdar i Skåne

### 4.1 Individuellt anpassade aktiviteter

Hos alla de tillfrågade företagen får deltagarna vara med i de dagliga sysslorna på gårdarna. På Fårmons Rehab börjar man ofta dagen med qigong, följt av en fikastund. Ibland finns det så mycket att samtala om då att man behöver fortsätta samtalet under en promenad. Deltagarna deltar sedan i den dagliga verksamheten med djurskötseln. De känner av hur mycket de orkar, vågar och vill göra varje dag och kan på något sätt vara med i, antingen som observatörer eller som aktiva, i stort sett alla sysslor. Allt beroende på fysisk möjlighet, vad man vill och vågar. Det är viktigt att lära sig att man inte behöver bli klar på en gång och inte behöver vara jätteduktig varje dag. Det som inte hinns med idag kan man fortsätta med imorgon. De som är rädda för djuren i början får lära sig hur djuren fungerar och hur de ska bete sig runt dem, och oftast släpper rädslan efterhand. Det finns ingen el eller rinnande vatten i stallen, så en stor och viktig aktivitet är att bära vatten. Det är en enkel uppgift som deltagarna tycker mycket om. De får både motion och får göra något viktigt och meningsfullt för någon annan, men som samtidigt inte är för krävande. De möter varandra i arbetet med att gå fram och tillbaka med hinkar och hinner prata lite under arbetet. ”När kroppen kommer igång rör sig också hjärnan fortare” menar Agneta och berättar att mycket som man behöver prata om kommer upp under arbetet på gården. Deltagarna arbetar i ett lag på gården och alla behövs. Man blir sedd, uppmuntrad och uppskattad i arbetet och får känna sig viktig. (Jonzon, pers. medd. 2011)

Även på Humlamaden är det upp till varje deltagare vilken aktivitet hon eller han kommer att sysselsätta sig med under dagen. Dagen börjar med en samling och sedan är det dags för morgonsysslor såsom att mocka, ge hästarna vatten och att leda hästar till hagen. I början kanske man bara vill titta på och endast delta på ett socialt plan. Lis-Lott beskriver att deltagarnas egen drivkraft växer och ganska fort har många lärt sig att leda hästar. De som är rädda behöver inte vara nära hästarna om de inte vill det, utan kan sysselsätta sig med annat. Än så länge har dock alla deltagare kommit över sin rädsla så pass att de åtminstone har suttit på en häst innan de lämnat gården. De vardagliga sysslorna är viktiga i rehabiliteringen då deltagarna lär sig att känna efter och reflektera över sin arbetssituation. De lär sig att ta ansvar för att veta hur mycket de orkar med och kan göra på en dag, vilket är viktig kunskap i arbetslivet. (Andersson, pers. medd., 2011)

De går också ofta ut på promenader i naturen, antingen med eller utan hästar. De tar med sig liggunderlag och filter så att de kan stanna till i någon vacker omgivning, gärna vid en bäck eller damm. Alla tar med sig sitt eget fika och det är märkbart att ju längre fram i behandlingen deltagarna kommit desto bättre tar de hand om sig själva. Den första veckan tar de ofta bara med sig ett äpple, men längre fram har de med sig bredda mackor med sallad och olika pålägg. (Andersson, pers. medd., 2011)

På Nevisgården stimuleras både den fysiska och psykiska funktionen genom de dagliga sysslorna på gården. Deltagarna får sköta om och umgås med hästarna, mocka, måla byggnader, rensa trädgårdsland, så tomater, skörda bär, göra sylt, klippa gräs, sätta upp staket eller vad som behöver göras för dagen. Val av aktivitet beror på årstid och väder och individens fysiska förutsättningar, lust och ork. (Lagnetoft, pers. medd., 2011)

Deltagarna som kommer till HB Aditus deltar i sysslor som följer årets växlingar i trädgården. De sår, skördar, skolar om plantor, vattnar och rensar. Eftersom verksamheten är småskalig är det lätt att individanpassa aktiviteterna efter deltagarnas behov och förutsättningar. De kan göra det de känner lust till för dagen och som passar med vädret. Förutom arbetet i trädgården får deltagarna måla i ateljén, samt laga mat och baka. De tar också skogspromenader, både i grupp och för sig själva. Även om arbetet i trädgården är väldigt säsongsbetonat finns det aktiviteter hela året. Under våren finns växthuset att plantera och så i och under vintern är ateljén särskilt värdefull. (Nyman, pers. medd., 2011)

#### **4.2 Att använda djur**

De som använder djur i sin verksamhet är mycket positiva till detta och beskriver att deltagarna ofta blir lugna och glada bara de ser på djuren. Agneta tror inte att djurslag spelar någon större roll, men däremot är det viktigt att den som vill syssla med rehabilitering tycker om det hon eller han gör och har en god djurhållning. Att känna varje djur och kunna berätta om deras speciella historia och egenheter gör vistelsen på gården personlig och spännande. Deltagarna kan också flytta fokus från sig själva till djuren och deras behov, vilket gör att de kan vara närvarande i nuet på ett annat sätt. (Jonzon, pers. medd. 2011)

På Humlamaden använder man hästen aktivt som rehabiliteringsredskap i den så kallade hästunderställda terapin. En övning som används är avslappning på hästryggen. Deltagarna får vila huvudet på hästens bakdel samtidigt som ledaren berättar om hästens betydelse i

människans historia och hästens insats för människan, som dragdjur, transportdjur, krigsdjur osv. Lis-Lott beskriver att deltagarna tankar kraft från hästarna och öppnar alla sinnen under avslappningen. Hormonet oxytocin frigörs i kroppen under övningen vilket ger en känsla av välbefinnande. I den hästunderställda terapin får inte deltagarna rida utan hästarna leds, detta för att deltagarna helt ska kunna slappna av och närvara med alla sinnen. Lis-Lott menar också att hästen kan visualisera den ångest som deltagarna ofta bär på med sitt beteende. Hästen visar tydligt med sitt kroppsspråk vad den vill och inte vill. (Andersson, pers. medd., 2011)

Lis-Lott menar att hästen är det bästa djuret att använda inom terapin, på grund av dess oerhört kommunikativa förmåga. Hästen är ett flocklevande flyktdjur och registrerar alla signaler som människan ger. För att kunna hantera hästar på ett säkert sätt måste hästarna ha accepterat människan som ledare. Det uppnås genom att vara tydlig i sitt kroppsspråk och att vara lugn, vänlig och konsekvent i hanteringen av hästen. När kontakt har uppstått mellan häst och människa och de kan bygga upp en relation som rymmer ömsesidig respekt, är hästar tillgivna och kärleksfulla djur och ger otroligt mycket tillbaka till människan. Att lära sig att hantera hästar på ett bra sätt är därför mycket utvecklande för både kroppsspråket och självkänslan. Det ansvar som kommer med att vara en ledare är också betydande för den personliga utvecklingen, särskilt för barn och ungdomar. De hästar som används i terapin måste dock vara mycket väluppfostrade och trygga för att inte skrämma deltagarna eller utsätta dem för farliga situationer som de inte klarar av. (Andersson, pers. medd., 2011)

### **4.3 Miljöns påverkan**

De tillfrågade företagen menar att miljön för rehabiliteringen är av stor betydelse. Till Färmors Rehab kommer ofta stadsmänniskor och de ser inga krav eller orosmoment på gården eftersom de inte känner till miljön. De ser inte på gården och på det som händer där på samma sätt som lantbrukaren, som kanske i första hand ser arbete, utan kan vara här och nu och njuta på ett annat sätt av sysslorna på gården. Deltagarna blir väldigt avslappnade under arbetet och fördämningar släpper som gör att de lättare kan prata om sina känslor. Agneta funderar på om det kanske fungerar så bra för att lantbruket ligger så djupt rotat i människan: ”Att samla mat, jaga, odla och hålla djur har vi ju gjort sedan urminnes tider!” (Jonzon, pers. medd. 2011)

Lis-Lott på Humlamaden tror att miljön har en enormt stor betydelse för hennes verksamhet. För att komma till gården följer man en väg som bara har skog på sidorna. Redan där, genom

den vilda naturen som omger gården, kommer lugnet till deltagarna. ”En trädgård är nog en väldigt bra plats för rehabilitering men det finns fler krav där än i den vilda naturen, utom för möjligtvis skogshuggaren!” funderar Lis-Lott. Stallmiljön är väldigt pedagogisk att använda i verksamheten. Den är enkel att förstå med enkla och tydliga regler. När man blir sjuk fokuserar man hela tiden på sig själv och i stallmiljön får man hjälp att fokusera på hästen och dess behov istället. I början av rehabiliteringen föredrar ofta deltagarna den lugna miljön i skogen där man kan vara för sig själv och få tyst och ro kring sig. Senare kan deltagarna söka sig till en mer händelserik och social miljö på gården, där barnen rör sig och där det finns mycket glädje och skratt. Mångfalden av olika miljötyper på gården är viktig menar Lis-Lott. (Andersson, pers. medd., 2011)

Även på Nevisgården är miljön av största vikt. Monica berättar att deltagarna blir lugna av att komma till dem. Personer med ångest beskriver lugnet som de känner i både sysslorna och miljön. Det är otroligt viktigt att inte stressa i arbetet då deltagarna är med. Det är klart att sysslor måste skötas och bli klara på gården men det är inte det som är det viktiga i verksamheten utan att deltagarna tillfrisknar. (Lagnetoft, pers. medd., 2011)

Det var de många kommentarerna om hur vackert och rofyllt det var hos Berit Nyman som gjorde att hon började fundera på att starta en verksamhet där. Den gamla skolan ligger i ett kuperat landskap med böljande kullar och fin utsikt. Berit tror dock att det allra viktigaste för valet av plats för rehabilitering i gårdsmiljö är att gården inte ligger för långt bort från målgruppen så att det blir ett för stort företag för deltagarna att ta sig dit. Många av deltagarna kommenterar att det är väldigt tyst och lugnt på gården och det är något som är viktigt. Här hörs ljud som man kan vänta sig på landet, men inget buller från motorvägar eller stadsmiljö finns här. Ibland kan ett flygplan flyga förbi, men det blir mer något att notera, något som händer, än något störande. Vilken miljö deltagarna föredrar beror på årstid, under våren väljer många att vistas i växthuset och under vintern är ateljén en viktig plats. (Nyman, pers. medd., 2011)

#### **4.4 Småskalighet**

Alla företagare poängterar vikten av småskalighet och den nära, familjära känslan. Agneta på Fårmors Rehab tycker det blir ett personligare möte på gården i jämförelse med den övriga vården. Man får vara coach, bästa vän och rådgivare. Det blir en relation mellan deltagare och ledare där det handlar om att både ge och ta. Som ledare kan man hjälpa till att vända på saker

och ting och se det från andra håll, vilket kan stimulera ett positivt tänkande. Agneta är nöjd med gården som den är och vill gärna fortsätta att hålla det lilla konceptet så att det är möjligt att verkligen ägna sig åt individen på ett personligt sätt och ge dem som kommer bästa möjliga rehabilitering. (Jonzon, pers. medd. 2011)

Lis-Lott på Humlamaden är själv sjuksköterska men upplever att gården fungerar mycket bättre än den vanliga vården. Hon berättar att psykologer som varit ute och besökt henne har sagt att det som händer med deltagarna under en dag hos henne kan ta upp till fem traditionella terapiesessioner att uppnå. Hon skulle gärna vilja utöka sin verksamhet och kunna ta emot fler deltagare, men tror att det saknas resurser i samhället för att erbjuda fler att komma. Hon vill inte ha större grupper, fem deltagare är lagom, men skulle vilja ha en till två grupper igång hela tiden. Hon skulle också vilja ha ett löpande intag, då hon upplever att deltagarna har mer att ge varandra då de är på olika stadier i rehabiliteringsprocessen. Hon skulle också vilja kunna erbjuda deltagarna all sjukgymnastisk träning på gården så att de slapp åka till flera olika ställen. Hon tror att processen hade gått fortare då. Hon skulle vilja ha ett hus med kök, inglasade uterum och en öppen brasa att värma sig i på vintrarna. Hon skulle också vilja ha en spaliknande avdelning med bad och ett litet gym för fysiologisk rehabilitering. (Andersson, pers. medd., 2011)

Monica på Nevisgården vill inte utöka grupperna utan vill fortsätta att ta emot max sex deltagare samtidigt. Hon tycker att det är viktigt att hålla ett familjärt koncept, vilket ligger i affärsidén och är något som deltagarna uppskattar. I den lilla gruppen är det lätt att individanpassa och vara flexibel. Här tränar man också alla funktioner, både som gruppdeltagare och individ. Hon skulle hellre utöka verksamheten genom att skaffa en gård till där man kan ha samma koncept. Andra utvecklingsmöjligheter för gården är att börja med handikappridning, bygga ett växthus och skaffa höns till gården. (Lagnetoft, pers. medd., 2011)

Berit på HB Aditus skulle vilja utöka verksamheten något, men ändå behålla lugnet i det småskaliga. Just nu är det mest hon som jobbar med verksamheten även om andra är engagerade och hon tycker att det skulle vara roligt att kunna ha fler anställda. Hon skulle också vilja ha en eldstad i ett uthus där man kunde få tak över huvudet och värma sig vintertid. Hon nämner också att samarbetet med andra trädgårdar och kontakten med Alnarp är viktig för utvecklingen. Forskningen gör att metoden tas mer på allvar. (Nyman, pers. medd., 2011)



## 5. Norrbys kulturresevat på Gotland

### 5.1 Länsstyrelsens miljömålsarbete

I Gotlands län har man fem delmål för att nå miljömålet *Ett rikt odlingslandskap*. De är:

- Ängs- och betesmark
- Småbiotoper i odlingslandskapet
- Kulturbärande landskapselement
- Genetiska resurser
- Kulturhistoriska ekonomibyggnader

Delmålet *Ängs- och betesmark* uppnåddes inte i länet till 2010. Arealen skulle öka från 300 ha till 400 ha ängsmark respektive från 22 500 ha till 25 000 ha betesmark. Målet har varit nära att uppnås, men de senaste åren har arealen ängs- och betesmark som hävdas med miljöersättning minskat (Miljömålsportalen, 2010). På Gotland finns en omfattande djurhållning av framförallt mjölkkor och får. Det är också ett av de hästtätaste länen i landet. Därför finns goda förutsättningar för att kunna hålla landskapet öppet genom bete. Det är också vanligt med växelbete mellan de olika djurslagen vilket är positivt för landskapsvården, då de betar på olika sätt. Ett särskilt ansvar finns på Gotland för alvarsmarkerna, strandängarna och skogsbetesmarkerna. Gotland har även störst areal bevarade ängsmarker i förhållande till sin storlek i landet. Ett viktigt landskapselement är här de hamlade träden, eller de klappade träden som de kallas på Gotland, som är av stor betydelse för ängsmarkernas artrikedom. Omkring hälften av Sveriges 800 000 hamlade träd finns på Gotland. Hembygdsföreningar och ideella föreningar är ofta engagerade i skötseln av de gotländska ängarna. Ett hot är dock att många ängshävdare börjar bli äldre och att det inte är lika självklart att hitta samma engagemang hos de yngre (Länsstyrelsen, Gotlands län, 2011a).

Inte heller delmålet *Småbiotoper i odlingslandskapet* nåddes inom tidsramen. Det saknas en form för miljöersättning för småbiotoper som skulle behövas för att skydda dessa landskapselement. Genom landsbygdsprogrammet har Gotlands län satsat mycket på att restaurera kulturbärande landskapselement som gärdesgårdar och stenmurar. Dock behövs ytterligare åtgärder för att nå delmålet *Kulturbärande landskapselement* (Miljömålsportalen, 2010). De närmare 50 000 fornlämningar som finns i länet är oerhört viktiga att bevara, både för det kulturhistoriska värdet, men också för Gotlands varumärke och tillväxt (Länsstyrelsen,

Gotlands län, 2011a). Dock finns en problematik kring detta delmål då många upplever att regelverket för ersättningar är alltför komplicerat (Miljömålsportalen, 2010).

Det isolerade läget på Gotland har gjort att det utvecklats flera inhemska husdjursraser, däribland gotlandsrusset, gutefåret, gotlandskaninen, gotlandshönan och gotlandsstövaren. Dessutom finns en stor andel av landets rödlistade arter på ön (Länsstyrelsen, Gotlands län, 2011). Det gör att Gotland har ett stort ansvar för de två nationella delmålen *Växtgenetiska resurser och inhemska husdjursraser* och *Åtgärdsprogram för hotade arter* vilka sammanfattas i det regionala delmålet *Genetiska resurser*. Ytterligare åtgärder krävs för att målet ska vara möjligt att nå (Miljömålsportalen, 2010). Målet *Kulturhistoriskt värdefulla ekonomibyggnader* uppnåddes däremot 2005 (Miljömålsportalen, 2010). Ekonomibyggnader som är särskilt värdefulla att bevara på Gotland är ag- och flistaksbyggnader, torkbastur, väder- och vattendrivna kvarnar och sågar samt mjölkbodrar (Länsstyrelsen, Gotlands län, 2011a).

## **5.2 Kulturresevat**

År 2002 bildades kulturresevatet Norrbys i Väte på Gotland enligt miljöbalken (SFS 1998:808) kap 7, 9 §. Gården ägdes av samma släkt från 1728 till 1995 då den tillföll Föreningen Gotlands Fornvänner (Länsstyrelsen, Gotlands Län, 2011b) som också är huvudman för Gotlands Museum (Gotlands Museum, 2011). Idag ägs alltså gården av Gotlands Museum genom Föreningen Gotlands Fornvänner. Syftet med gården är enligt resevatsbeslutet att:

*”Syftet med kulturresevatet är att bevara en för Gotland tidstypisk gårdsmiljö i ett kulturlandskap med prägel av första hälften av 1900-talet, där besökare skall kunna förstå förutsättningarna för en gårds markanvändning och självhushåll under denna tid.”*

(Länsstyrelsen, Gotlands län, 2002)

Det finns flera skäl till varför gården lämpade sig väl för att bli ett kulturresevat: dels är den typisk för en mellanstor gotländsk gård under den första hälften av 1900-talet, dels är den mycket välbevarad, både byggnader, interiörer och gårdens marker. På gården finns också en av de två fungerande vattenkvarnarna på ön (Länsstyrelsen, Gotlands län, 2002), vilken är särskild värdefull för delmålet *Kulturhistoriskt värdefulla ekonomibyggnader* i miljömålet *Ett*

*rikt odlingslandskap*. I det regionala delmålet omnämns vattenkvarnar som mycket angeläget att ta tillvara. Idag finns endast nio stycken kvar på ön, vilket i jämförelse med det tjugotal vattenkvarnar som inventerades 1971-1972 är en halvering under 30 år (Länsstyrelsen, Gotlands Län).



*Figur 3. Norrbys gård i Väte  
(Foto: Matilda Björkqvist)*



*Figur 4. Vattenkvarnen vid Norrbys  
(Foto: Matilda Björkqvist)*

Vidare är det särskilt intressant ur pedagogisk synpunkt att Gotlands Museum äger gården. Det gör att möjligheten att sprida kunskap och att kunna driva en verksamhet på gården som kommer allmänheten till gagn är god. Även den förra ägaren och dennes särskilda prägel på gården gör den intressant ur ett personhistoriskt perspektiv (Länsstyrelsen, Gotlands Län, 2002). Det finns också ett stort intresse i bygden att bevara gården och hembygdsföreningen har spelat en stor roll för att förmedla kunskap om hur gården drivits av tidigare ägare (Westfält, pers. medd., 2011).

### **5.3 RASK på Norrbys**

Under våren 2011 planeras ett projekt för att starta rehabiliteringsverksamhet på Norrbys gård. RASK står för: Rekreation, Arbete, Sysselsättning och Kultur och utgör hörnstenarna i den tilltänkta rehabiliteringsverksamheten. Syftet med RASK på Norrbys är att kunna bruka

gården och att använda de dagliga sysslorna och den rofyllda miljön på gården i vad man valt att kalla Kulturhistorisk rehabilitering. Tanken är att deltagarna ska kunna finna återhämtning och stimulans på gården genom en kombination av utevistelse, fysisk aktivitet, sysslor som utförs i lugn takt, kontakt med djur, mat lagad från grunden och utbildning. Exempel på sysslor på gården är att mjölka kor för hand eller med mjölkmaskin, utfodra djuren, baka och laga mat på vedspisen, hugga ved, trädgårdsarbete samt olika typer av hantverk. Genom sysslorna får deltagarna utbildning i kulturhistoria, men också nya kunskaper inom andra områden som djurskötsel, trädgård och hantverk. Målgruppen är långtidsarbetslösa människor med behov av arbetsträning samt människor som är i behov av rekreation och rehabilitering. Den senare kategorin kan röra sig från människor i behov av fysisk rehabilitering till människor med stressrelaterad ohälsa. Deltagarnas upplevelse av rehabiliteringen kommer att utvärderas genom enkäter, både i början och i slutet av vistelsen. (Westfält, per. medd., 2011)

Projektet är ett pilotprojekt där man vill utveckla kvalitativa metoder för rehabilitering i kulturhistorisk miljö. Ett mål är att projektet ska mynna ut i en verksamhet som kan ta emot deltagare året runt. Man vill också skapa ett nätverk med andra gårdar som vill starta likande rehabiliteringsverksamhet och även skapa samverkan med olika företag och föreningar som kan ha intresse av RASK på Norrbys. (Westfält, per. medd., 2011)

## 6. Diskussion

### 6.1 Vilken påverkan har det småskaliga jordbrukets kulturmiljö för människans välbefinnande?

Att bestämma vad som är värt att bevara i kulturlandskapet ur ett historiskt perspektiv är mycket problematiskt, av den enkla anledningen att historien inte är statisk utan hela tiden utvecklas. Även de avtryck som den moderna människan gör i landskapet är en del av historien. Skulle det då vara värt att bevara modern tids övergödda och pesticidbesprutade monokulturer som ett levande tidsdokument för kommande generationer? De flesta skulle säga att det naturligtvis inte är det. Vi måste sträva efter ett så hållbart brukande av resurser som möjligt och förutom kulturarv även väga in de andra mjuka värden som beskrivits ovan: biologisk mångfald, rekreation och estetik, när vi avgör hur landskapet ska utformas och vad som ska bevaras. Det landskap som man kanske först tänker på när man hör ”kulturlandskap” och ”kulturmiljö”, det som formats av äldre tiders lantbrukssystem, såsom slätterängar och naturbetesmarker, rymmer ju alla mjuka värden. Enligt Hägerhäll (2005) uppfattar vi dessa landskapstyper som naturliga och visar dessutom även preferens för dem, vilket kan ha evolutionära förklaringar då det liknar det savannlandskap som enligt vissa teorier är det ideala för människan (Hägerhäll, 2000). Kanske är också dessa öppna landskap också närmare den ”naturliga” naturen än vi tror, vilket Emanuelsson (2010) antyder. På dessa grunder är det äldre jordbrukets kulturlandskap värt att bevara utifrån ett spektrum av aspekter. Det rymmer estetiska, rekreativa och kulturhistoriska värden som är mycket värdefulla för människan. Dessutom finns här en biologisk mångfald som i en tid då arter utrotas i snabb takt är allt viktigare att beskydda.

Det moderna lantbruket är rationaliserat med hjälp av maskiner och effektiva system som gör att de många manuella sysslor som fanns på ett äldre lantbruk inte längre finns kvar. Sysselsättningen inom jordbrukssektorn minskade från 870 000 personer år 1951 till 174 000 personer år 2005. Den totala skörden av spannmål har under samma period dock ökat (SCB, 2007), vilket tydligt visar att det inte krävs en lika omfattande mänsklig arbetskraft i jordbruket idag. Detta kan man se som något positivt då det tyder på en effektiv utveckling, men gör också att ett mindre rationaliserat jordbruk skulle lämpa sig bättre för rehabiliteringsverksamhet. På småskaliga gårdar som brukas med hjälp av äldre tekniker finns många enkla arbetsuppgifter och mer arbetskraft krävs per producerad enhet. På ett sådant

jordbruk kan det alltså vara lättare att hitta aktiviteter till deltagare i rehabiliteringsverksamhet och även få tillfälle att arbeta tillsammans med andra människor på ett annat sätt än i moderna jordbruk.

## **6.2 Är jordbruket en lämplig plats för rehabilitering?**

Utifrån intervjuerna med de fyra olika företagen som bedriver rehabiliteringsverksamhet kan man se några tydliga trender. Alla poängterade småskalighet i verksamheten som en viktig faktor för ett bra resultat. Omkring fem deltagare är lagom att ta emot åt gången. Då kan den familjära känslan behållas och tillräckligt mycket tid kan ges åt varje deltagare för att ge en så bra kvalitet på rehabiliteringen som möjligt. Det är viktigt att varje deltagare får känna sig sedd och viktig och att rehabiliteringen blir individuellt anpassad och personlig.

Miljön är också viktig för verksamheten. Den bör vara tilltalande och verka lugnande på deltagarna utan för många störande inslag, som till exempel buller från motorvägar. Vilken miljö som föredras är individuellt och beror på sinnesstämning. I början av rehabiliteringsprocessen föredrar deltagarna oftare lugna miljöer där man kan dra sig undan och inte utsätts för en alltför krävande social kontakt. Ju längre deltagaren kommer i sin läkningsprocess desto aktivare och mer krävande sociala miljöer klarar hon eller han av. Detta stöder både prospect-refugeeteorin (se s 16-17) och av Grahns (2005) behovspyramid (se s 16) som säger att människan trivs där hon kan finna en tillflyktsort och att hon gärna drar sig undan till lugna och skyddade miljöer då hon har lite psykisk kraft och ork för att återhämta sig.

De sysslor som deltagarna får utföra får inte vara för svåra eller för tunga utan präglas av kravlöshet. Kravlöshet är ett av nyckelorden för att skapa en god miljö för rehabilitering. De enkla arbetsuppgifterna gör att deltagarna känner sig viktiga utan att känna betungande krav eller prestationsångest. Den enskilde deltagaren måste själv få känna efter vad hon eller han vill, kan och orkar med för dagen. Det är också ett viktigt steg i läkningsprocessen och vägen tillbaka till arbetslivet: att kunna sätta sina egna gränser för vad man orkar med. Deltagarna kan vara med i alla sysslor, med undantag för fysiska förhinder och allergier. Generellt utförs de sysslor som passar med väder och årstid, och vad deltagarna har lust till. Det är mycket viktigt att inte se deltagarna som arbetskraft utan att anpassa arbetet efter dem och deras behov. Därför måste viss kapacitet att klara av gårdens sysslor finnas även om inga deltagare arbetar där.

Den fysiska aktiviteten som sysslorna innebär, gör även att huvudet kommer igång vilket underlättar det terapeutiska samtalet. Många upplever att det är lättare att hitta orden då man rör på sig eller pysslar med något samtidigt. Precis som i trädgården, finns symboler och metaforer att reflektera kring i jordbruket. En sådan metafor kan vara grödorna på åkern eller i köksträdgården som bara gror och växer till en god skörd om de får tillräckligt med näring, vatten, ljus och utrymme. På en gård med djur finns också tillfälle att reflektera kring liv och död, vilket både kan vara smärtsamt och terapeutiskt för en deltagare som går igenom en sorg.

Djuren fyller även andra funktioner. De ger en möjlighet för deltagarna att flytta fokus från sig själva till någon annan och dess behov. Deltagarna växer också med uppgiften att ta hand om något levande och stärker sitt självförtroende genom att lära sig att hantera och sköta djuren. Rädslan för djuren som en del deltagare har med sig överkommer de oftast när de får umgås med djuren i en trygg miljö och får tydliga instruktioner för hur de ska bete sig runt dem.

Miljön på gården är kravlös för många stadsmänniskor eftersom de inte känner igen miljön och därför inte vet vilka hot som kan finnas där, vilket någon som är uppvuxen i miljön eller van vid den av någon annan anledning kanske gör. Fungerar då bara rehabilitering i gårdsmiljö för stadsmänniskor? Det hade troligtvis inte varit lämpligt för en lantbrukare att få rehabilitering i gårdsmiljö ordinerad för att återhämta sig från stressrelaterad ohälsa. Även om arbetsmomenten görs enklare och fria från stress i jämförelse med lantbrukarens ordinarie arbetsuppgifter skulle de likna dem alltför mycket och kanske upplevas som kravfyllda. Däremot skulle det förmodligen fungera bättre för en lantbrukare i behov av arbetsträning efter långtidsarbetslöshet. Skulle gårdsmiljön upplevas som stressande för en människa som känner till den men som inte arbetar med lantbruk själv? Det är omöjligt att förutsäga individens upplevelser, men för vissa är det möjligt att gårdsmiljön skulle symbolisera krav och stress. För andra kanske den väcker glada barndomsminnen och blir en desto mer värdefull och rekreativ miljö för den sakens skull.

Lämpar sig då vilken gård som helst för rehabiliteringsverksamhet? Nej, troligtvis inte. Allt beror på gårdens förutsättningar och skala, miljön, mängden arbetsuppgifter som deltagarna kan utföra, närhet till målgrupp och kommunens inställning. Det är inte självskrivet att jordbruket måste vara småskaligt, dock finns det bättre förutsättningar för meningsfulla aktiviteter på en lagom svårighetsnivå på en gård med många manuella sysslor. Själva

rehabiliteringsverksamheten bör däremot vara småskalig för att fungera bra, åtminstone i det avseendet att grupperna inte blir för stora. En av företagen i Skåne menade att det allra viktigaste för miljön på gården var att det fanns en närhet till staden och att det var lätt att ta sig dit. Närhet till en möjlig målgrupp, som kanske oftast finns i staden, är förstås en viktig faktor. En människa i behov av rehabilitering ska inte behöva lägga alltför mycket tid på själva resandet till platsen för behandlingen. Det underlättar förstås också om kommunen, vårdcentraler och försäkringskassa är positivt inställd till samarbete, vilket gör att målgruppen lättare kan nås.

### **6.3 Hur kan kulturmiljön bevaras och samtidigt göras tillgänglig och mångfunktionell?**

Även om kulturreseptatet Norrbys i Väte inte är en direkt åtgärd för att uppnå miljömålet *Ett rikt odlingslandskap* är det en indirekt effekt från beslutet att särskilt beskydda en kulturmiljö. Av skötselplanen för reservaten framgår bland annat att åkrarna som brukas ska ställas om till ekologisk odling och att det på åkrarna närmast gården ska odlas äldre grödor för demonstration och för att fungera som en genbank (Länsstyrelsen, Gotlands län, 2002), vilket påverkar delmålet *Växtgenetiska resurser och inhemska husdjursraser*. Man skulle kunna tänka sig att Norrbys i Väte även kunde fungera som en genbank även för de gotländska husdjursraserna. Dock finns den personhistoriska aspekten också med i reservatsbeslutet och gården ska alltså skötas på samma sätt som de tidigare ägarna gjorde i så stor utsträckning som möjligt. Val av husdjursraser påverkas alltså av hur de tidigare ägarnas djurhållning såg ut. Det finns också restriktioner för hur slåtter- och betesmarken ska skötas för att hålla landskapet öppet. Även kulturbärande element som klappade träd och gärdesgårdar ska bevaras, samt de kulturhistoriska ekonomibyggnaderna som finns på gården, inte minst vattenkvarnen (Länsstyrelsen, Gotlands län, 2002).

Att använda kulturlandskapet för rekreation och rehabilitering kan vara en möjlighet till differentiering för lantbrukare och därmed bidra till landsbygdsutveckling. Om kulturlandskapet påverkar människans hälsa positivt finns det här en god potential för att utveckla ekonomisk verksamhet som syftar till rekreation eller rehabilitering. Att driva en sådan verksamhet skulle kunna vara ett sätt, utöver miljöersättningar, för markägaren att få betalt för att sköta markerna och ännu en drivkraft till att landskapet hålls öppet och välskött. Att använda jordbrukets kulturmiljö för rehabiliteringsverksamhet skulle faktiskt på ett direkt sätt kunna gynna miljön, då äldre brukningssätt och manuella sysslor, som främjar biologisk mångfald, är lämpliga att använda som aktiviteter i rehabiliteringen.



Även för lantbrukare med annan typ av sidoverksamhet än rehabilitering, t ex gårdsbutik eller Bo på Lantgård, är vackra omgivningar något positivt då det skänker besökaren en rikare upplevelse. Att uppmuntra allmänhetens användning av marken för rekreation kan till och med vara ett sätt att marknadsföra sig och sina tjänster och skapa ett starkare varumärke. Multifunktionella landskap kan alltså rymma både sociala och ekonomiska värden såväl som miljövärden och kan därför vara en av nycklarna för en hållbar framtid i odlingslandskapet.

Lugnet på landsbygden torde vara tilldragande för den stressade stadsmänniskan och en god miljö för rehabilitering. I Norrbys fall kunde det även vara ett sätt att förlänga den annars så korta sommarsäsongen - eller för att gå ett steg längre, skapa en ny säsong. Lugnet som infinner sig på sensommaren, när turisterna lämnat ön, borde ses som en tillgång, då det gör den gotländska landsbygden än mer idealisk för rehabilitering.

## 7. Slutsatser

Slutsatser som kan dras från denna studie är att:

- Kulturlandskapet har ett högt rekreationsvärde som utgör ytterligare ett skäl till varför det är viktigt att skydda och bevara det, förutom värdet för kulturarv och biologisk mångfald.
- Rehabilitering i jordbrukets kulturmiljö kan vara en differentieringsmöjlighet för lantbruksföretagare och även en drivkraft till att skydda och vårda landskapet, vilket kan bidra till en positiv miljömålsutveckling.
- I ett småskaligt jordbruk där äldre metoder används finns många sysslor som är lämpliga att använda i rehabiliteringsverksamhet.
- Några nyckelbegrepp för rehabilitering i gårdsmiljö är:
  - Kravlöshet och anpassning efter individens behov, lust och ork.
  - Småskalighet, som gör att deltagaren känner sig trygg och sedd.
  - Enkla, meningsfulla aktiviteter som gör att deltagaren får röra på kroppen och känna sig viktig och behövd.
  - Att ta hand om djur är lugnande, stärker självförtroendet och flyttar fokus till någon annans behov.
  - En lugnande, naturskön miljö, som både ger deltagaren utrymme till att dra sig undan och vara för sig själv och möjlighet till social kontakt.

## Referenser

### Tryckta källor

Appleton, J. (1975) *The experience of landscape*. London, Wiley. Citerad i: Hägerhäll, C. M. (2005) *Naturen i landskapsupplevelsen och landskapsupplevelsen natur*. I: Johansson, M. och Küller, M. (red.) *Svensk miljöpsykologi*. 209-226. Lund. Studentlitteratur.

Chandler, C. K. (2005) *Animal Assisted Therapy in Counseling*. London, Routledge

Emanuelsson, U. (2009) *Europeiska kulturlandskap*. Stockholm, Formas.

Flygare, I. A., Isacson, M. (2003). Jordbruket i välfärdssamhället: 1945-2000. I: *Det svenska jordbrukets historia*. Band 5. Örebro, Natur och Kultur/LTs Förlag.

Fritz, A. (2010) *Konsten att försörja sig på ett småskaligt ekologiskt lantbruk: En kvalitativ intervjustudie med fokus på en uthållig livsmedelsproduktion och bevarande av ekosystemtjänster*. Självständigt arbete vid LTJ- fakulteten. Alnarp. Sveriges Lantbruksuniversitet.

Grahn, P. och Ottosson, Å. (2010). *Trädgårdsterapi: Alnarpsmetoden – Att ta hjälp av naturen vid stress och utmattning*. Stockholm. Bonnier Existens.

Grahn, P. (2005) *Om trädgårdsterapi och terapeutiska trädgårdar*. I: Johansson, M. och Küller, M. (red.) *Svensk miljöpsykologi*. 245-262 Lund. Studentlitteratur.

Grahn, P. (2010) *Därför mår vi bra i natur och trädgård*. I: Grahn, P. och Ottosson, Å. *Trädgårdsterapi: Alnarpsmetoden – Att ta hjälp av naturen vid stress och utmattning*. 49-68. Stockholm. Bonnier Existens.

Gyllin, M; Haaland, C; Larsson, A; Peterson, A. (2008). *Beträdor och andra grönstråk – Om Landskapets åtkomlighet i fullåkersbygden*. Gröna fakta 2: 2008.

Haaland, C.; Fry, G.; Peterson, A. (2011) *Designing Farmland for Multifunctionality*. Routledge, Landscape Research, vol. 36, nr. 1, 41–62

Hägerhäll, C. M. (2000) *Clustering predictors of landscape preference in the traditional Swedish cultural landscape*. Journal of Environmental Psychology 20, 83-90.

Hägerhäll, C. M. (2005) *Naturen i landskapsupplevelsen och landskapsupplevelsen natur*. I: Johansson, M. och Küller, M. (red.) *Svensk miljöpsykologi*. 209-226. Lund. Studentlitteratur.

Jordbruksverket (2010) *Nyheter och översikt 2010 – stöd till landsbygden*.

Linden, S. och Grut, J. (2002) *Healing Fields*. London, Frances Lincoln.

Länsstyrelsen, Gotlands Län (2002) *Bildande av kulturresevatet Norrbys i Väte, Väte socken, Gotlands län*.

Norling, I. (2002). *Djur i vården*. Göteborg. Sektionen för vårdforskning, Sahlgrenska universitetssjukhuset.

SCB, Jordbruksverket, Naturvårdsverket och LRF (2007) *Hållbarhet i svenskt jordbruk 2007*.

Ulrich, R. S. (1983) *View from a window may influence recovery from surgery*. Science, New Series, vol 224, nr 4647, 420-421.

### Elektroniska källor

Gotlands Museum (2011) *Om Gotlands Museum*. [online] Tillgänglig: <http://www.gotlandsmuseum.se/?p=436> [2011-05-18]

Jordbruksverket (2011) *Villkor för miljöersättningen för betesmarker och slåtterängar*. [online] (2011-03-03) Tillgänglig: <http://www.jordbruksverket.se/amnesomraden/stod/miljoersattningar/betesmarkerochslatterangar/villkor.4.45fb0f14120a3316ad780001756.html> [2011-05-18]

Länsstyrelsen, Gotlands län (2011a) *Ett rikt odlingslandskap*. [online] <http://www.lansstyrelsen.se/gotland/SiteCollectionDocuments/Sv/miljo-och-klimat/miljomal/ett-rikt-odlingslandskap/laget-idag/odlingslandskap.pdf> [2011-05-18]

Länsstyrelsen, Gotlands län (2011b) *Kulturresevat Norrbys*. [online] Tillgänglig: <http://www.lansstyrelsen.se/gotland/Sv/samhallsplanering-och-kulturmiljo/kulturresevat/Pages/index.aspx> [2011-05-18]

Miljömålsportalen (2009) *Åtgärdsprogram för hotade arter (2006)*. [online] (2009-03-30) Tillgänglig: <http://www.miljomal.se/13-Ett-rikt-odlingslandskap/Delmal/Atgardsprogram-for-hotade-arter-2006/> [2011-05-18]

Miljömålsportalen (2011a) *13. Ett rikt odlingslandskap*. [online] (2011-03-30) Tillgänglig: <http://www.miljomal.se/13-Ett-rikt-odlingslandskap/> [2011-05-18]

Miljömålsportalen (2011b) *Ängs- och betesmarker (2010)*. [online] (2011-04-01) Tillgänglig: <http://www.miljomal.se/13-Ett-rikt-odlingslandskap/Delmal/Angs--och-betesmarker-2010/> [2011-05-18]

Miljömålsportalen (2011c) *Småbiotoper (delvis 2005)*. [online] (2011-04-01) Tillgänglig: <http://www.miljomal.se/13-Ett-rikt-odlingslandskap/Delmal/Smabiotoper-delvis-2005/> [2011-05-18]

Miljömålsportalen (2011d) *Kulturbärande landskapselement (2010)*. [online] (2011-04-01) Tillgänglig: <http://www.miljomal.se/13-Ett-rikt-odlingslandskap/Delmal/Kulturbärande-landskapselement-2010/> [2011-05-18]

Miljömålsportalen (2011e) *Växtgenetiska resurser och inhemska husdjursraser (2010)*. [online] (2011-04-01) Tillgänglig: <http://www.miljomal.se/13-Ett-rikt-odlingslandskap/Delmal/Vaxtgenetiska-resurser-och-inhemska-husdjursraser-2010/> [2011-05-18]

Miljömålsportalen (2011f) *Kulturhistoriska ekonomibyggnader (2005)*. [online] (2011-04-01) Tillgänglig: <http://www.miljomal.se/13-Ett-rikt-odlingslandskap/Delmal/Kulturhistoriskt-vardefulla-ekonomibyggnader-2005/> [2011-05-18]

Miljömålsportalen (2011g) *Fördjupning - Betesmarker*. [online] (2011-04-01) Tillgänglig: <http://www.miljomal.se/Systemsidor/Indikator sida/Fordjupning/?iid=30&pl=1&t=Lan&l=SE> [2011-05-18]

Miljömålsportalen (2010) *När vi Gotlands läns miljömål?* [online] (2010-12-20) Tillgänglig: <http://www.miljomal.se/Systemsidor/Regionala-miljomal1/?eqo=13&t=Lan&l=9> [2011-05-18]

## **Muntliga Källor**

Welén-Andersson, Lena, föreläsning i kursen Introduktionskurs i Trädgårdsterapi, Alnarp (2011-02-09)

Westfält, Jenny, avdelningschef Utställningar och pedagogik och biträdande museichef, Gotlands Museum (2011-04-29)

### *Intervjurespondenter*

Andersson, Lis-Lott Humlamaden, intervju (2011-05-03)

Jonzon, Agneta, Fårmors Rehab, intervju (2011-04-28)

Lagnetoft, Monica, Nevisgården, intervju (2011-05-04)

Nyman, Berit, HB Aditus, intervju (2011-05-03)

## Bilaga 1

### **Intervjuformulär**

- Vill du berätta för mig om din verksamhet?
- Vad får deltagarna göra på gården?
- Finns det några aktiviteter som fungerar extra bra?
- Finns det något de inte kan göra/fungerar dåligt?
- Vilken roll tror du att miljö på gården spelar?
- Finns det någon miljö som deltagarna föredrar?
- Finns det något du skulle vilja utveckla eller förändra?