



Sveriges lantbruksuniversitet
Swedish University of Agricultural Sciences

Fakulteten för landskapsplanering,
trädgårds- och jordbruksvetenskap

Et psykoanalytisk undersøgelse af rekreative naturoplevelser

A psychoanalytic study of the recreational nature experience

Författare Sarah Lang Bohl Andersen



Självständigt arbete 15 hp
Natur, hälsa och trädgård, magisterprogram
Självständigt arbete vid LTJ-fakulteten, SLU
Alnarp 2013

En psykoanalytisk undersøgelse af rekreative naturoplevelser

A psychoanalytic study of the recreational nature experience

Sarah Lang Bohl Andersen

Handledare: Fredrika Mårtensson, SLU, Institutionen för arbetsvetenskap, ekonomi och miljöpsykologi

Bitr handledare: Elisabeth von Essen, SLU, Institutionen för arbetsvetenskap, ekonomi och miljöpsykologi

Examinator: Caroline Hägerhäll, SLU, Institutionen för arbetsvetenskap, ekonomi och miljöpsykologi

Omfattning: 15 hp

Nivå och fördjupning: A1E

Kurstitel: Landskapsarkitekturens miljöpsykologi - självständigt arbete

Kurskod: EX0602

Program/utbildning: Natur, hälsa och trädgård, magisterprogram

Ämne: Landskapsplanering

Utgivningsort: Alnarp

Utgivningsmånad och -år: juni 2013

Omslagsbild: Sarah Lang Bohl Andersen

Serienamn: Självständigt arbete vid LTJ-fakulteten, SLU

Elektronisk publicering: <http://stud.epsilon.slu.se>

Nyckelord: Being away, psychoanalysis, the death wish, the oceanic feeling, Alnarps Rehabilitation Garden.

SLU, Sveriges lantbruksuniversitet

Fakulteten för landskapsplanering, trädgårds- och jordbruksvetenskap

Institutionen för arbetsvetenskap, ekonomi och miljöpsykologi

Indhold

<i>Abstract</i>	<i>side 5</i>
<i>Keywords</i>	<i>side 5</i>
<i>Abstrakt</i>	<i>side 6</i>
<i>Forord</i>	<i>side 6</i>
<i>Baggrund</i>	<i>side 7</i>
<i>Syfte og frågeställningar</i>	<i>side 10</i>
<i>Teoretisk ramme</i>	<i>side 10</i>
Informationen udefra eller indefra	side 10
Kaplan & Kaplans being away	side 11
Freuds psykoanalyse	side 14
Dødsdriften og Nirvanaprincippet.....	side 14
Den oceaniske følelse.....	side 16
Searles om psykoanalyse og naturen	side 17
Regression som rekreation, infantil omnipotent being away?.....	side 17
<i>Metoder</i>	<i>side 19</i>
Materiale	side 20
Videnskabsteoretiske overvejelser	side 20
Kaskader og hermeneutiske principper.....	side 20
Psykoanalytisk fortolkning udelukker fænomenologisk metode.....	side 21
Mellem deduktion og induktion – abduktion.....	side 22
Procedure	side 22
Introspektion – mine egne beskrivelser af being away oplevelsen.....	side 22
Interview – dialogisk udvikling af being away beskrivelsen.....	side 23
Analyse og fortolkning	side 24
Sentisizing concept – at søge efter flere beskrivelser af being away.....	side 24
Teoretisk fortolkning – min mistanke om oplevelsens latente betydning.....	side 25
Metodediskussion	side 25

Resultat	side 27
Sentisizing concept for being away naturoplevelsen	
– på baggrund af introspektion og samtaleinterview.....	side 27
Naturens fred.....	side 27
Enhed med naturen.....	side 28
Analyse og fortolkning af interviewmaterialet	side 29
Naturens fred.....	side 29
Enhed med naturen.....	side 33
Diskussion	side 42
Legeteori viser sammenhæng mellem dødsdrift og oceanisk følelse	side 42
Psykoanalysen efter Freud	side 44
Diskussion med objektrelationsteori.....	side 44
Diskussion med Stern.....	side 45
Undersøgelsens plads i miljøpsykologi og miljøudvikling	side 48
Referencer	side 53

Abstract

The focus of this study is a certain recreational and therapeutic nature experience which is conceptualized by Kaplan & Kaplan as *being away*. Though Kaplan & Kaplan are influential in environmental psychology, this study aims at broadening and complicating their *being away* concept with psychoanalytic theory. With Freud's ideas of the death wish, the Nirvana principle and the oceanic feeling, it is attempted to reach a deeper understanding of *being away* as this is experienced by participants in the Alnarp Rehabilitation Garden. Thus descriptions of *being away* from interviews with the participants are analyzed and interpreted in the theoretic framework of both the Kaplans and Freud. The results suggest that the *being away* nature experience is not merely a question of a different cognitive content; the perception of fascinating stimuli, the information offered by the environment. Rather the experience is highly emotional involving unconscious yearnings, wishes and desires. It is then discussed whether Kaplan & Kaplan's emphasis on human information processing offers a thorough enough understanding of the therapeutic in nature.

Keywords

Being away, psychoanalysis, the death wish, the oceanic feeling, Alnarps Rehabilitation Garden.

Abstrakt

Denne undersøgelses genstand er en særlig rekreativ og terapeutisk naturoplevelse, der med Kaplan & Kaplans begreb hedder *being away*. Selvom Kaplan & Kaplan er indflydelsesrige i miljøpsykologien, er det denne undersøgelses syfte at problematisere, uddybe og komplicere deres *being away* begreb med psykoanalytisk teori. Med Freuds ideer om dødsdriften, Nirvanaprincippet og den oceaniske følelse, forsøges at nå en dybere forståelse af *being away*, som det opleves af deltagere i Alnarps Rehabiliteringsträdgård. Beskrivelser af *being away* fra interviews med deltagerne bliver således analyseret og tolket både i parret Kaplans' og Freuds teoretiske ramme. Resultaterne foreslår, at en *being away* naturoplevelse ikke blot er et spørgsmål om et andet kognitivt indhold; perception af fascinerende stimuli, informationen fra det naturlige miljø. Tværtimod er oplevelsen i høj grad følelsesmæssig og involverer ubevidste længsler, ønsker og drifter. Siden diskuteres, om Kaplan & Kaplans fokus på det informations-processerende menneske tilbyder en tilstrækkelig forståelse af naturens terapeutiske kraft.

Forord

Det er ikke så meget min professionelle baggrund, min bachelor i psykologi, som det er min personlige erfaring af naturen som terapeutisk, der har ledt mig til Alnarp for at forstå mere. For mig ender Natur, Hälsa och Trädgård programmet her med denne opgave, som har været en utrolig mulighed for at forsøge at forene nogle af de fænomener eller kræfter i verden, som fascinerer mig: Naturens helende kraft og de kræfter, der ifl. psykoanalysen lever i os mennesker. Jeg tror på, at naturen kan hjælpe os terapeutisk, og jeg tror også på psykoanalysens ideer om vores ubevidste indre liv. Her er mit spekulative bud på en syntese af natur og psykoanalyse i en undersøgelse af *being away* oplevelsen som et udtryk for Freuds dødsdrift, Nirvanaprincip og den oceaniske følelse.

Tak til min interviewperson for at dele dine oplevelser så åbent, det var et dejligt møde. Tak til Fredrika Mårtensson for engageret handledning, for lån af interviewmaterialet og fordi du troede på den oceaniske følelse fra begyndelsen. Og tak til Elisabeth von Essen for mere værdifuld handledning i sidste øjeblik.

Baggrund

Der er en oplevelse, som denne opgave giver mig mulighed for at undersøge. Det er oplevelsen af, at naturen besvarer længslen efter at komme væk fra betingelser og bekymringer. Oplevelsen af, at naturen tilbyder en anden beskyttet verden at søge ly i. Denne oplevelse er i mit eget liv noget af det mest terapeutiske; intuitivt søger jeg væk, ud til havet for eksempel, når jeg er i problemer. Og når jeg senere vender tilbage, har jeg ofte fundet fred og ro. Denne erfaring vækker min psykologi nysgerrighed, jeg får lyst til at finde ud af, hvori det terapeutiske i oplevelsen består.

Indtil nu har jeg bedst fundet beskrivelser af oplevelsen i sange og digte. Oplevelsen starter med en intuitiv længsel efter et andet sted, som jeg finder udtrykt i dette digt af Henrik Nordbrandt:

*Jeg drømmer stadig om det sted
også denne sætning
giver afkald på at beskrive*

*Jeg er meget tæt på
kan jeg ofte høre på mine ord*

*Og desuden se på naturen
hvor forårssolen og lyden af en bæk
netop nu
lægger beslag på alle mine sanser*

(’Forår i Katalonien’ Fra Drømmebroer, af Henrik Nordbrandt, 1998).

Oplevelsen forløses i en lettelse, som indtræder, idet man endelig *slipper væk, finder fred*. Idet man transcenderer sine betingelser og bekymringer og kommer ud på den anden side. En lettelse, jeg finder udtrykt i en sang, hvor Louis Armstrong og Bing Crosby har forladt kontoret og sat et skilt på deres dør, som blot siger *Gone fishin’* (Louis Armstrong & Bing Crosby ’Gone Fishin’’, fra: The Louis Armstrong Story, 2005).

Oplevelse kan være kraftfuld. Den kraft, hvormed naturen eller parken eller haven kan kalde på os, når vi har det svært, kan jeg ikke beskrive bedre end Stigsdotter & Grahn (2002) her gør:

“If you are at the bottom of the pyramid of mental power, the unconscious urge that takes you to the garden perhaps can be described precisely as a yearning. This yearning for a place where you can forget yourself and melt into the surroundings so that you become a rather insignificant part of something bigger...”

(Stigsdotter & Grahn, 2002, s. 67).

De skriver om en ubevidst længsel efter et sted, hvor vi kan glemme os selv, smelte sammen med omgivelserne og blive en lille del af noget større. Dette citat er helt centralt for oplevelsen af, at naturen besvarer længslen efter at komme væk: De beskriver både længslen efter at komme væk og den tilstand der venter, når det lykkes, sammensmeltningen. Men jeg ønsker ikke bare at undersøge min egen oplevelse, for jeg har en fornemmelse af, at den ikke er min alene. Stigsdotter & Grahn (2002) giver mig indtryk af, at der i oplevelsen er noget evigt menneskeligt, når de beskriver forbindelsen mellem menneske og have i myterne som persernes paradisia, de gamle grækernes arcadia eller livet efter døden i paradiset have. I myterne er haverne afgrænsede fra verden udenfor, sikre, lukkede rum, hvor man kan søge ly (ibid.). Derfor finder jeg Alnarp Rehabiliteringsträdgård som det rigtige sted at lede efter denne oplevelse. Jeg tænker, mennesker der her har gennemgået en helingsproces, kan have oplevet haven som en anden verden, hvor man kommer væk, søger ly, smelter sammen. Jeg mindes en forelæsning af Pálsdóttir, hvor hun viste et billede af det røde rækværk rundt om rehabiliteringsträdgården, som symboliserede, at herinde er der sikkert og trygt.

I den miljøpsykologiske litteratur har jeg fundet nogle passager, som nærmer sig en sådan oplevelse: Grahn (2005) besvarer med sine grundkarakterer *rofyldthed*, *vildhet*, *artrikedom* og *rymd* længslen efter at komme væk til et fredfyldt sted. Især den sidstnævnte karakter betoner oplevelsen af at komme ind i en anden verden. Ulrich (1999) skriver også, at en helende have giver oplevelsen af en midlertidig *escape*, altså flugt fra nogle betingelser. Det er imidlertid parret Kaplans *being away* begreb, som bedst beskriver, hvordan naturen besvarer længslen efter at komme væk. Kaplan & Kaplans (1989; 1998) *being away* er en dimension af den rekreative naturoplevelse, som jeg vil forfølge og uddybe i det efterfølgende teori afsnit. Her vil jeg blot nævne deres opmærksomhed på *det intuitive* i at ville slippe væk, når man er

under pres, samt på *forestillingens kraft* i rekreationen; at det i ligeså høj grad handler om at forestille sig, man er et andet sted, som om at være det (ibid.). Being away og særligt disse to opmærksomheder hos Kaplan & Kaplan, finder jeg interessante. Min fornemmelse af, at *being away* oplevelsen er central for rekreationen, bekræftes af Ivarsson & Hägerhäll (2008), der har undersøgt Kaplan & Kaplans rekreative dimensioner i to forskellige haver og fundet, at being away er den mest afgørende. De hentyder indirekte til forestillingens store kraft, når de skriver, at en have kan tilbyde en oplevelse af being away, selvom man ikke behøver rejse langt væk (ibid.).

Det er således being away oplevelsen, jeg ønsker at undersøge dybere. Det vil sige, at det blot er én dimension af den rekreative naturoplevelse, et lille hjørne af det store billede, jeg vil folde ud og fordybe. For selvom Kaplan & Kaplans begreb nærmer sig det, jeg ønsker at forstå, finder jeg begrebet utilstrækkeligt, det behøver fordybelse. Jeg synes ikke, Kaplan & Kaplans teori favner de kræfter, der antydes i Stigsdotter & Grahns (2002) citat ovenfor om den ubevidste længsel mod at smelte sammen med haven. Kaplan & Kaplan fremstilles af Adevi & Mårtensson (2013) som en kognitiv forklaring på, hvordan vi perciperer vores omverden og sorterer omverdenens information. En forklaring, der bygger på den funktionelle evolutionære logik, at den moderne verdens informationsboom har gjort det sværere at sortere, end det var for vores tidlige forfædre. Det er dette perceptionsfokus og den hyppige henvisning til forfædrene på savannen, jeg finder utilstrækkeligt. Som Adevi & Mårtensson (2013) skriver, er en have *mere* end fascinerende stimuli. Jeg vil gerne give et bud på, hvad dette *mere* kunne være. Jeg vil i troen på, at vi kan finde nye svar i gamle bøger, gå tilbage til Freuds psykoanalyse. Jeg har i nogle af Freuds ideer fundet ubevidste ønsker og drifter, som kunne tænkes at ligge under den bevidste being away oplevelse af, at naturen bevarer længslen efter at komme væk og smelte sammen med omgivelserne. Jeg ønsker at applicere Freuds teori i forhold til menneskers oplevelser i Alnarps Rehabiliteringsträdgård samt i forhold til Kaplan & Kaplans being away begreb. Det er derved min hensigt at fordybe og komplicere begrebet. Nødvendigheden i at måtte komplicere tingene udtrykkes i dette citat, hvor Freud med ideen om *det ubevidste* ikke har gjort det mere simpelt men derimod mere kompliceret at forstå mennesket.

"Hvad er da hensigten med denne komplicering? Ja, hensigten er at give et dækkende og praktisk anvendeligt billede af de kræfter, der regerer i det menneskelige subjekt..."

(Andkjær Olsen & Køppe, 1986, s. 314-315)

Syfte og frågestållningar

Mit syfte er at undersøge den rekreative being away oplevelse med teori fra Freuds psykoanalyse.

Mine frågestållningar er:

Hvordan beskrives den subjektive oplevelse af being away, og hvilke forestillinger og følelser er associeret til oplevelsen?

Hvordan kan beskrivelserne af oplevelsen begribes indenfor en psykoanalytisk teoriramme som et udtryk for ubevidste ønsker og drifter?

Hvordan kan den psykoanalytiske teori fordybe og komplicere Kaplan & Kaplans being away begreb?

Teoretisk ramme

Den teoretiske ramme for undersøgelsen er først og fremmest mødet mellem psykologparret Rachel & Stephen Kaplans teori (1989; 1998) om den rekreative being away oplevelse og dele af Sigmund Freuds psykoanalyse (1920; 1930), nemlig hans tanker om dødsdriften samt den oceaniske følelse. Til at gøre rede for dødsdriften benytter jeg også passager af Frankfurterskolefilosof Herbert Marcuse (1966). Til at udfolde implikationerne af den oceaniske følelse, som henviser til spædbarnets oplevelsesverden, vil jeg give stor plads til psykiateren Harold F. Searles (1960). Med afsæt i Freuds teori om spædbarnet udfolder han nemlig ideerne i forhold til den fysiske omverden, hvilket er relevant for at forstå being away som en rekreativ naturoplevelse.

Indledningsvis vil jeg kort gøre rede for en grundlæggende forskel på parret Kaplans og Freuds måde at anskue menneskets indre og ydre verden og forholdet mellem disse.

Informationen udefra eller indefra

I kapitlet *some human characteristics* beskriver Kaplan & Kaplan (1998) *information* som det, der virkelig driver vores verden. Psykologisk slår de indirekte deres perspektiv fast. De er interesserede i de kognitive funktioner og ser mennesket primært som 'informations-

processerende': For at overleve må mennesker i alle tider modtage, evaluere, udvælge og hævne information fra den ydre verden omkring os. Dette kan være udmattende mental aktivitet for moderne mennesker, vi bombarderes med information i forhold til vores forfædre, de tidlige mennesker (ibid.).

Freud skriver også om menneskets forhold til den ydre omverden. Han placerer bevidstheden, som det mentale system, der ligger på grænsen mellem den ydre og den indre verden, men som primært er rettet mod informationer fra den ydre. Freud (1920) ser imidlertid ikke bevidsthedens processer som de psykologisk mest afgørende. Hans psykoanalyse undersøger de ubevidste processer i mennesket og viser, at vi ikke kun modtager information fra den ydre omverden, men også fra vores eget indre dyb af drifter (ibid.). Freud ser ikke de menneskelige reaktioner på den ydre verdens information som egentlig aktive. Mennesket er først aktivt, idet det reagerer på baggrund af sit indre og ubevidste driftsliv (Andkjær Olsen & Køppe, 1986). Det vil sige, for at bruge Kaplans ord, at den information, der *virkelig driver vores verden frem* ifl. Freud, ikke kommer fra den ydre omverden, men fra menneskets eget indre. De fornemmelser af lyst og ulyst, der indefra driftslivet når frem til bevidstheden, kalder Freud: "*...det dunklaste och mest otillgängliga av själslivets områden.*" (Freud, [1920] 2003, s. 258). Det er disse dunkle og utilgængelige dele af mennesket, som vil komme frem og komplicere Kaplan & Kaplans being away begreb, når jeg med min fortolkning forsøger at tildele det informations-processerende menneske et ubevidste.

Kaplan & Kaplans being away

Being away begrebet udgør sammen med begreberne *extent*, *fascination* og *compatibility* dimensionerne i den rekreative naturoplevelse (Kaplan & Kaplan, 1989). Som jeg vil redegøre for straks, finder jeg being away uløseligt knyttet til extent, mens fascination og compatibility ikke synes ligeså interessante for min undersøgelse. I min redegørelse skal vi se, hvordan being away og extent rummer fantasilivet; det imaginære, ønsker og drømme, som Kaplan & Kaplan (1989; 1998) lader slippe ind i teksten i løsrevne, forbudte sætninger, de altid skynder sig at finde en kognitiv forklaring på. Det er imidlertid disse Kaplan & Kaplans forbudte opmærksomheder, som jeg vil forfølge og forklare psykoanalytisk. Når Kaplan & Kaplan (1989) beskriver fascination og compatibility, er stilen mere funktionel og konkret, og fantasilivet slipper ikke ind her: Fascination-dimensionen fokuserer på den konkrete perception; om der er fascinerende stimuli, som kan processeres med den ufrivillige opmærksomhed. Compatibility-dimensionen fokuserer på den konkrete aktivitet; om den

kognition som styrer vores aktivitet stemmer overens med miljøets fordringer, således at aktiviteten og miljøet bliver kompatible (ibid.). Jeg kunne godt have analyseret min empiri i lyset af fascination og compatibility begreberne. Men jeg synes, der ligger en kvalitativ forskel i måden Kaplan & Kaplan beskriver being away og extent overfor fascination og compatibility, og jeg vil derfor tillade mig ikke at behandle fascination og compatibility mere i denne undersøgelse.

I min redegørelse for *being away* og *extent* oplevelsen, vil jeg forsøge at trække frem, hvordan der i Kaplan & Kaplans kognitions- eller perceptionspsykologiske teori igen og igen findes sprækker og åbninger for noget *mere*. Hvordan de veksler mellem at anerkende og afvise menneskets intuition og fantasiliv. Jeg synes ikke, de er konsistente i deres konklusioner, men jeg synes netop alle deres åbninger mod imaginære verdener er interessante at forfølge. Blot er det som om, Kaplan & Kaplan ikke selv vil stå ved denne anden side af deres teori.

Kaplan & Kaplan (1989) har en opmærksomhed på det intuitive i at komme væk, når man er under pres: At rekreation bliver ensbetydende med *escape*, altså flugt, at mennesker kan have stor trang til at ville slippe væk fra det hele og finde hvile. Men Kaplan & Kaplan ønsker at præcisere being away begrebet, så det bliver mere teoretisk og mindre intuitivt og vagt. De definerer being away, som at man ligger sit arbejde til side, tager en hvilepause fra at forfølge sine mål eller tager en pause fra mentalt arbejde af en hver art (ibid.). De erstatter altså den intuitive trang til at flygte med hvilepauser fra hverdagslivets mentale arbejdsopgaver. Det intuitive præciseres til det kognitive i en bevægelse, som forsimples forklaringen på længslen efter escape. Kognitionspsykologisk beskriver Kaplan & Kaplan being away med ordene:

"Psychologically, being away implies involving oneself in cognitive content different from the usual."

(Kaplan & Kaplan, 1989, s. 189)

Det 'psykologiske' betyder for Kaplan & Kaplan, det bevidste kognitive indhold. Naturen giver således oplevelsen af being away, fordi den ikke længere er moderne menneskers kognitive hverdagsindhold. Naturoplevelser er perceptionen af *noget andet*. Dette andet behøver imidlertid ikke at være langt væk; blot ved at gå ud i haven, kan man føle, at man er kommet væk fra sin verden af krav (ibid.). Her lader Kaplan & Kaplan deres

perceptionsfokus glide over en opmærksomhed på forestillingens store kraft. Det kognitive being away indhold kan nemlig være forestillet og ikke nødvendigvis perciperet. Man kan opleve being away, når man kommer væk fysisk eller blot ved at forestille sig, man kommer væk. At se ud af et vindue og drømme sig væk til en anden verden er også en rekreativ being away oplevelse (Kaplan & Kaplan, 1998).

Being away oplevelsen forudsætter imidlertid et element af *extent*, altså omfang. Extent oplevelsen er sammensat af to oplevelser; oplevelsen af *connectedness*, altså forbundethed, og oplevelsen af *scope*, altså udstrækning eller vidder. Det er både oplevelsen af, at verdens vidder er forbundne, men også at mennesket føler sig forbundet med de større kræfter i naturen. Denne beskrivelse af extent som en diffus fornemmelse af store kræfter og forbundne vidder, afløses af en kognitionspsykologisk forklaring: De perciperede elementer synes at udgøre delene af et større hele, således at man kan bygge et mentalt kort (ibid.). Den funktionelle forklaring, hvori mennesket primært er informationsprocesserende, afløses igen af en opmærksomhed på menneskets fantasiliv: Extent giver ofte oplevelsen af at være i *en helt anden verden*, og vi behøver ikke enorme vidder, før vi forestiller os denne anden verden. En japansk have kan være en hel lille verden på et småt sted (ibid.). Ens egen have kan opleves som store imaginære vidder. Endelig kan man finde en anden verden i fantasien i en god bog. Forestillingen kan således transcendere perceptionen! (Kaplan & Kaplan, 1998). I denne andenverdensoplevelse, kan man fornemme hele verdens vidder, som om verden giver et løfte om, at den forsætter stor og sammenhængende derude på den anden side af grænserne for perception (Kaplan & Kaplan, 1989).

I passager som den ovenstående tillader Kaplan & Kaplan deres teori at åbne op for fantasilivet, ønsker og drømme. Derfor overrasker det mig, at de andre steder kan være så afvisende, som når de nævner ældre studier i, hvad der motiverede mennesker til rekreation i vildmarksmiljøer: Resultaterne var *puzzling*, forvirrende, ifl. Kaplan & Kaplan (1989). Kunne det virkelig passe, at mennesker var motiveret ud i vildmarken af ønsker om *escape*, *power* og *affiliation*? Altså flugt, magt og 'kærlig kontakt'. Disse studier blev *heldigvis*, ifl. Kaplan & Kaplan, genanalyseret. Nu fandt man, at *escape* ikke længere var den primære motivation. I stedet var det uden undtagelse et spørgsmål om at 'opleve naturen' og 'nyde de naturlige omgivelser' (ibid.). Denne passage fremhæver jeg for at vise et sted i teorien, hvor Kaplan & Kaplan bestemt ikke er åbne for, at mennesker skulle kunne være motiverede af irrationelle imaginære verdener.

Hvilket igen strider imod deres konklusion, hvor de vender tilbage til det intuitive, når de skriver, at naturoplevelser føles ægte både konkret og intuitivt. De skriver, naturen besvarer intuitionen om, hvordan tingene burde være, hvordan tingene virkelig er under kulturens og civilisationens overflade. I naturen mærker vi et behov for ro og forbundethed, og vi kan opleve den spirituelle følelse af at være 'et' med omgivelserne (Kaplan & Kaplan, 1989).

Jeg vil i denne model samle Kaplan & Kaplans interessante being away opmærksomheder. Siden vil jeg bygge på modellen med empiri samt den psykoanalytiske teori.



Freuds Psykoanalyse

Nu vil jeg redegøre for de ideer i Freuds psykoanalyse, jeg har fundet relevante til at fordybe Kaplan & Kaplans begreb og forstå being away oplevelsen.

Dødsdriften og Nirvanaprincippet

Da Freud (1920) foreslår sit nye begreb *dødsdriften*, har han en fornemmelse af, at han har opdaget noget hidtil ubemærket men universelt og oprindeligt ved drifterne: nemlig deres *konservative natur*.

Inden har han opereret med seksualdrifter og jegdrifter, som stræber mod at opnå lyst og undgå ulyst, og som følger to principper, lystprincippet og realitetsprincippet. Lystprincippet regulerer seksualdrifternes primitive primærprocesser, og søger den hurtigste vej til lystopfyldelse uden tanke på konsekvenserne. Men realitetsprincippet sætter en stopper for

lystprincippet ved at regulere jegdrifternes sekundærprocesser, som hæmmer og udskyder den direkte vej til lyst, indtil der er en måde at opnå lyst, som er acceptabel ude i omverdenen (Andkjær Olsen & Køppe, 1986). Man kan forstå disse drifters indbyrdes strid som en følelse-fornuft dualisme, hele tiden kæmper jegdrifter og seksualdrifter videre i os for opretholdelse af jeg'et og af arten, indtil Freud (1920) foreslår dødsdriften. Dødsdriftens konservative natur stræber ikke mod lyst, forandring, spænding og udvikling, men mod regression til en tidligere tilstand, mod fred. Den stræber mod at vende tilbage til en oprindelig tilstand af ligevægt, som organismen aldrig har ønsket at forlade. En tilstand fra før den ydre verdens forandringer forårsagede spændinger i organismen og nødsagede den til at udvikle sig (ibid.). Denne konservative natur ser Freud som noget oprindeligt ved alle drifter, der arbejder dybt og tavst og ubevidst i os. Han indfører *Nirvanaprincippet* som det princip, dødsdriften følger, et mere oprindeligt princip end lystprincippet arbejde for opnåelse af lyst, derfor titlen *Hinsides Lystprincippet* eller *Bortom Lustprincippet* (1920). Nirvanaprincippet arbejder hen imod en ophævelse af al spænding, en opnåelse af fuldkommen ligevægt. I Freuds ræsonnement bliver dette et arbejde hen imod en tilbagevenden til det livløse uorganiske, til den ikke-levende tilstand, der var før den levende. Målet for det levende bliver således den totale afspænding i døden (ibid.). Det er denne dødsdriftens stræben tilbage mod afspænding og ligevægt, jeg finder interessant for min undersøgelse. Når Freud i *Kulturens Byrde* (1930) funderer videre over, at dødsdriften også indebærer den aggression, mennesker retter udad mod verden eller indad som selvdestruktion, bliver jeg i tvivl, om det er forkert at forfølge dødsdriftssporet. I den redaktionelle indledning til *Bortom Lustprincippet* i Freudsamlingen 'Metapsykologi' (2003) betones også dødsdriftens tvetydighed, idet den både favner selvdestruktivitets opsøgning af smerte og spænding, og samtidig Nirvanaprincippet stræben efter den endelige afspænding. Jeg vil derfor i min undersøgelse tilslutte mig pointeringen af tvetydigheden og primært fokusere på driftens ene side; en stræben efter afspænding, ligevægt og tilbagevenden til en tidligere tilstand. Marcuse (1966) beskriver i *Eros og Civilisationen* dødsdriften på en måde som er interessant for min undersøgelse, som i dette citat:

"Det kunne tyde på, at fremskridtet vedbliver at være forpligtet over for en regressiv tendens i driftsstrukturen (det vil til syvende og sidst sige over for dødsdriften), at civilisationens vækst modvirkes af en vedholdende (om end fortrængt) trang til at falde til hvile i en endelig tilfredsstillelse (...) Menneskets søgen efter frigørelsen overskygges af dets søgen efter Nirvana."

(Marcuse 1966, s. 107).

Marcuse knytter her dødsdriften til civilisationens udvikling. Han insisterer på, at se trangen til regression som en ubevidst protest mod fremmedgørelse, slid, præstationspres. Der er inderst inde i organismen en kraft, som ikke vil frigøres og individualiseres, men blot finde fred (ibid.). Med andre ord kan Nirvanaprincippet ses som et modsvar på samfundets krav til individet. Marcuse forestiller sig, at fødslen udløser det første udtryk for dødsdriften; trangen til at vende tilbage til livmoderens Nirvana, en regression hinsides livet selv (ibid.).

Den oceaniske følelse

Den anden af Freuds ideer, jeg vil arbejde med som teoretisk ramme, er *den oceaniske følelse*.

I *Kulturens Byrde* (1930) skriver Freud om et brev fra sin ven, hvori venen beder Freud forklare en *oceanisk følelse*, venen oplever; en fornemmelse af noget ubegrænset, af evigheden. Freud mener, den oceaniske følelse må være udtryk for de kræfter, de religiøse systemer fortærer, og han vil bestemt ikke forholde sig religiøst til sin vens følelse, men til de psykiske processer bag det forestillingsindhold, der er associeret til den. Dette forestillingsindhold, en følelse af at være fuldkommen forbundet med omverdenen, af samhørighed med *Altet*, knytter Freud til spædbarnets oplevelsesverden (ibid.). Han beskriver spædbarnet som en, der endnu ikke sætter grænser mellem sit jeg og omverdenen eller ved, at de fornemmelser, det oplever, kommer fra omverdenen og ikke fra det selv. Udviklingen er således en løsrivelse af jeg'et fra *den samlede fornemmelsesmasse*. Den voksne jeg-følelse, som opleves afgrænset fra omverdenen, er kun en rest af spædbarnets jeg-følelse, som oplevedes i intim sammensmeltet forbundethed med hele omverdenen, hvilket dette citat pointerer:

"Oprindelig indeholder Jeg'et det hele, senere skiller det en omverden ud af sig."

(Freud, 1930, s. 19).

Freud forestiller sig, at spædbarnets primære jeg-følelse er bevaret i psyken som et slags modstand mod den voksnes klare jeg-grænser. Han tolker således den oceaniske følelses forestillingsindhold som et udtryk for den primære jeg-følelse. Han foreslår, at den oceaniske følelse udtrykker et ønske om at genoprette denne tilstand (ibid.).

Searles om psykoanalyse og naturen

Dette ønske om at genoprette spædbarnets forbundethed med omverden, har Searles teoretiseret videre over i forhold til naturen, som jeg nu vil redegøre for:

Regression som rekreation, infantil omnipotent being away?

Searles (1960) skriver sig ind i den psykoanalytiske teori om spædbarnet, der i sine første måneder i de korte vågne perioder oplever sig selv og omverdenen som ét, ikke skelner, om fornemmelser kommer indefra barnet selv eller ude fra omverdenen og ej heller skelner mellem levende og døde ting. Searles betoner, hvad han synes, andre teoretikere glemmer; at spædbarnet ikke blot oplever sig forbundet med moren og morens bryst, men også med sit ikke-menneskelige miljø, med træerne, skyerne, stjerner og landskaber (ibid.). Dog synes jeg, at Freud med begreber, nævnt ovenfor, som *Altet* og *den samlede fornemmelsesmasse* favner det ikke-menneskelige miljø, som Searles efterlyser.

Searles (1960) mener, der er en angst forbundet med at miste dette *infantile omnipotente verdensselv*. Med andre ord, er der en angst forbundet med at miste denne tilstand af at være hele verden. Searles finder menneskets position i forhold til sit naturlige miljø konfliktfyldt, præget af universel eksistentiel ensomhed; vi længes kort sagt efter at blive ét med den natur, vi har forladt. Searles citerer Fromm, som kalder mennesket *universets freak*, fordi vi på én gang tilhører og transcenderer naturen, klemt mellem ønsket om frihed og ønsket om at vende tilbage til naturens – eller livmoderens – sikkerhed (ibid.). Searles mener, ligesom Freud, at selvom vi i vores bevidste oplevelse lærer at afgrænse os fra vores omverden, lever oplevelsen af enhed med omverdenen videre i os ubevidst. Når han refererer til primitive stammer, som gnider sig op af stenen for at få dens styrke eller holder om træerne for at få deres modstandskraft, ser Searles det som farverig dokumentation for de psykoanalytiske begreber (ibid.). I sit arbejde med psykotiske patienter har Searles set regressioner til spædbarnets primære, infantile og omnipotente jeg, således at patienterne i deres bevidste oplevelser ikke satte grænser mellem deres jeg og deres omverden. Her viser Searles, hvordan enhedsoplevelsen lever i os ubevidst og kan nå bevidstheden igen. Og selvom de psykotiske oplevelser er skræmmende, selvom Searles mener, mennesker bør udvikle et modent følelsesmæssigt forhold til naturen *uden* tab af jeg-grænser, da betoner han, at de infantile omnipotente enhedsoplevelser med omverdenen kan have en vigtig helende funktion i voksne menneskers liv! I kriser præget af stress, frustrationer, sorg eller angst kan regression til spædbarnets oplevelsesverden være lindrende øjeblikke:

“We may find restitution following such crises by undergoing transitory regression to very early ego states in which we re-establish contact with the world around us through feeling, initially, wholly at one with it, as we once felt in infancy.”

(Searles, 1960, s.107).

Det kan ifl. Searles være et vendepunkt i krisen at vende tilbage til spædbarnets oplevelse af enhed med omverdenen (ibid.). Med andre ord taler Searles om en rekreativ regression.

Metoder

Jeg undersøger en naturoplevelse, jeg kender fra mig selv. Men det er ikke mit syfte blot at forstå min egen oplevelse. Jeg tror, det er en oplevelse, vi mennesker deler, og jeg tror, der er et terapeutisk potentiale i oplevelsen. Derfor er jeg interesseret i at finde udtryk for samme oplevelse hos andre, og jeg vil forsøge at udforme undersøgelsen som en bevægelse fra min oplevelse videre til andres oplevelser af samme being away karakter. Undersøgelsens bevægelse strækker sig ud mellem begyndelsen, som er indsamlingen af beskrivelser af being away oplevelsen, og slutningen, som er den teoretiske fortolkning af beskrivelserne. Kvale (1997) skriver, at hvad der er væsentligt for en undersøgelse, afhænger af dens formål og teoretiske baggrund. Det betyder, at den psykoanalytiske teori ikke er ideer, som først introduceres i undersøgelsens slutning, fortolkningen. Psykoanalysen er en teoretisk baggrund, der usynligt er med hele vejen, og derfor indsamler jeg i undersøgelsens forskellige trin beskrivelser af de forestillinger og følelser, der er associeret til being away oplevelsen, så jeg får et rigt oplevelsesmateriale at fortolke til slut.

Her følger en kort præsentation af de metoder, der benyttes i undersøgelsen:

Introspektion. Med mig selv, undersøgeren, som undersøgelsens genstand, vil jeg lave de indledende beskrivelser af being away oplevelsen som et afsæt for den videre undersøgelse.

Interview. Jeg udfører et samtaleinterview med en interviewperson, for at hendes beskrivelser af being away oplevelsen skal udvikle introspektionens beskrivelser.

Sentisizing concept. Jeg former et sentisizing concept ud af syntesen af beskrivelserne fra introspektion og interview. Med dette sentisizing concept søger jeg i et interviewmateriale på yderligere tre personer efter flere beskrivelser af being away oplevelsen.

Teoretisk fortolkning. Jeg læser interviewpersonernes beskrivelser imod udvalgt psykoanalytisk teori som fortolkningskontekst. Jeg leder efter latente betydninger i being away oplevelserne og læser dem altså med en *mistankens hermeneutik*.

Herefter følger en præsentation af mit materiale og siden mine videnskabsteoretiske overvejelser. Derefter vil jeg igen vende tilbage til de enkelte metoder og uddybe min

procedure, hvordan jeg udfører metoderne til indsamling af empiri, samt hvordan jeg analyserer og fortolker empirien.

Materiale

Min empiri består af beskrivelser samlet fra forskellige interviewpersoner samt min egen introspektion. Alle mine interviewpersoner har deltaget i rehabiliteringsprogrammet i Alnarps Rehabiliteringsträdgård. Det har været mit ønske at undersøge oplevelser fra mennesker, som har fået hjælp fra naturen på et svært tidspunkt i livet, og det er mit håb, at de har oplevet en slags being away i Alnarp.

Min første interviewperson, som jeg selv udfører interviewet med, er en kvinde på 50+ år.

De andre tre interviewpersoner kender jeg kun fra et transskriberet interviewmateriale.

Interviewene blev udført af Ossiansson (2004) i 2003. Her blev fem interviewpersoner valgt ud af 48 deltagere i rehabiliteringsträdgården som et *convenience sample*, der passede godt til formålet (Adevi & Mårtensson, 2013). Ud af de fem personer har jeg valgt tre som mit eget *intensity sample*, da jeg hos disse tre fandt de mest interessante oplevelsesbeskrivelser til min fortolkning. Samme interviewmateriale er blevet analyseret i et studie af Adevi & Mårtensson (2013), og jeg har i min undersøgelse givet interviewpersonerne de samme anonyme betegnelser som i denne artikel, da dette giver mulighed for jævnførelse. Mit sample består af: Interviewperson A, kvinde, ukendt alder; C, mand på 50+ år; D, kvinde på 30+ år.

Videnskabsteoretiske overvejelser

Kaskader og hermeneutiske principper

Jeg oplever mine metoder som en undersøgelse i mange trin eller kaskader. Undersøgelsen bevæger sig gennem empiri fra introspektion henover et – og så flere interviews. Undervejs skal de enkelte dele opsummeres og samles, inden undersøgelsen kan bevæge sig videre. I de mange trin finder hele tiden synteses sted; mine beskrivelser møder den første interviewpersons beskrivelser og en syntese af vores beskrivelser forsætter videre i undersøgelsen. Vores fælles syntesebeskrivelser møder de andre interviewpersoners beskrivelser for at indgå i syntese med dem. Denne nye syntese møder så Kaplan & Kaplans teori, og syntesen af beskrivelser i syntese med Kaplan & Kaplan møder til sidst den psykoanalytiske teori og fortolkningen, som venter for enden af undersøgelsen. Det er kaskaderne. Som vandfald, empiri og teori falder udover for at møde et nyt vandfald og falde

ud over det. Hele tiden bliver en smule af indholdet tilbage, mens syntesen af indholdet flyder videre og falder udover et vandfald på ny. I fortolkningen for bunden af vandfaldene gælder det hermeneutiske princip, at jeg tildeler *teksten autonomi* (Kvale, 1997). Det vil sige, at det ikke er væsentligt, hvilke teorier interviewpersonerne måtte have om deres oplevelser, men derimod er deres ord interessante, deres beskrivelser af oplevelsen får en autonom betydning i fortolkningen (ibid.). Derfor indsamler jeg beskrivelser af, *hvad* de oplever, og *ikke hvorfor* de mon oplever sådan, for det ønsker jeg at give et teoretisk bud på. Med en psykoanalytisk fortolkning søger jeg jo efter latente betydninger, interviewpersonerne ikke er sig bevidste, og fortolkningen bliver således en *mistankens hermeneutik*. Men samtidig løsriver jeg de autonome beskrivelser fra personer og samler beskrivelserne i temaer på tværs af personer. Derfor laver jeg ikke en klassisk psykoanalyse af en hel person, men nærmere en mistænkelig hermeneutisk fortolkning af beskrivelser som autonom tekst, med det formål at nye betydninger af being away oplevelsen vil vise sig. Min undersøgelse tilslutter sig således det hermeneutiske princip, at enhver fortolkning rummer fornyelse (Kvale, 1997).

Psykoanalytisk fortolkning udelukker fænomenologisk metode

Da mit syfte er psykoanalytisk, har sentisizing concept metoden (Bryman, 2008) været en stor hjælp til at fokusere i empirien og huske, hvor jeg er på vej hen. Huske, at jeg ikke bare samler beskrivelser af en oplevelse, men at jeg også ønsker at fortolke beskrivelserne ud fra psykoanalytisk teori. Og netop sentisizing concept (midlet) og psykoanalysen (målet) er to store argumenter for, at jeg ikke har valgt en fænomenologisk metode i forhold til mine interviews, hvilket ellers er oplagt, når man undersøger menneskers oplevelsesverden. I fænomenologisk metode forsøger man at beskrive oplevelsens intentionalitet, men denne fænomenologiske beskrivelse er i skarp kontrast til fortolkning, betoner Giorgi (2008), da fortolkning er et forsøg på at forklare oplevelsens intentionalitet på baggrund af en teori. Og det er jo netop er mit syfte at forklare oplevelsens latente intentionalitet på baggrund af psykoanalytisk teori. Derfor må det være klart, at jeg på forhånd er for farvet til at benytte mig af fænomenologisk metode. Jeg har i undersøgelsen ikke sat mig selv og min forforståelse i parentes, som man må for at beskrive oplevelsens filosofiske essenser eller psykologiske strukturer (ibid.). Jeg har tværtimod benyttet min egen og min første interviewpersons being away oplevelse som sentisizing concept til at søge rundt i de andre interviewpersoners oplevelser efter særlige beskrivelser. Denne styrede sortering af empirien hører ikke hjemme i fænomenologisk metode, hvor målet blot er at beskrive det givne, som det er.

Mellem deduktion og induktion – abduktion

Med et syfte som både er teoretisk, den psykoanalytiske fortolkning, men samtidig empirisk, indsamling af beskrivelser af oplevelsen, gør jeg mig overvejelser, om man kan kalde undersøgelsen deduktiv eller induktiv. Med andre ord, er min undersøgelse primært induktiv, empiristyret og teorigenererende?, eller er den mere deduktiv, teoristyret og hypotesetestende (Langemar, 2008). Den synes induktiv, idet empirien er uundværligt materiale for resultatet, empirien genererer ikke ny teori, men aktualiserer gammel teori, udfordrer det. På den anden side kan undersøgelsen synes deduktiv, idet den teoretiske fortolkning hele tiden ligger som rejsens endemål, psykoanalysen tolker det latente indhold frem, og teorien får det sidste ord. Empiri og teori er tæt knyttede i undersøgelsen, sammenfiltrede faktisk, og den psykoanalytiske mistankens hermeneutik understreger jo, at her er tale en fortolkning, hvori beskrivelserne fra empirien hele tiden tolkes i forhold til teorien. Derfor giver det mening at anvende begrebet *abduktion* om en undersøgelse som min, som er vekselvis induktiv og deduktiv (Langemar, 2008), som ligger på midten af et kontinuum med helt åbne empiristyrede undersøgelser i den ene ende og helt teoristyrede hypotesetestende undersøgelser i den anden ende (ibid.). Jeg synes, det mistænkeligt fortolkende syfte giver min undersøgelse en sådan både-og abduktiv karakter.

Procedure

Introspektion – mine egne beskrivelser af being away oplevelsen

Undersøgelsens første beskrivelser bør være mine egne: Den being away oplevelse, jeg ønsker at undersøge psykoanalytisk, har jo sit udgangspunkt i min egen erfaring og ikke i Kaplan & Kaplans begreb. Deres begreb er en teoretisk beskrivelse af rekreative oplevelser lig min, og hvis jeg udgår fra Kaplan & Kaplans beskrivelse af being away, er det jo ikke min oplevelse, jeg undersøger. I tvivl om, hvordan min oplevelse skulle kunne høre hjemme i en videnskabelig undersøgelse, lader jeg mig inspirere af Johan Ottosons (2007) introspektive undersøgelser af sine naturoplevelser. Ottosson beskriver introspektion som at observere sig selv. En undersøgelse, hvor undersøgeren selv er undersøgelsens genstand, hvor formålet med metoden er at beskrive og tolke en oplevelse. Introspektionen kan give et detaljeret billede af et fænomen, men metoden siger ikke noget om, hvor generelt fænomenet er (ibid.). Ligesom Ottosson er interesseret i sine oplevelsers generaliserbarhed, er jeg interesseret i, om andre deler den rekreative oplevelse af being away, som jeg beskriver den. Min introspektive beskrivelse skal altså ses som et udgangspunkt, et afsæt for undersøgelsens næste trin, hvor

andre personers oplevelser vil blive inddraget. Ifl. Ottosson (2007) kræver den introspektive beskrivelse både, at man er tæt nok på oplevelsen til at kunne huske den, men også at man er langt nok fra til at kunne finde de rette ord. Jeg oplever i min beskrivelse, at jeg både kan komme for tæt på oplevelsen, hvor alt bliver følelser og stemninger i stedet for ord, men også at jeg kan komme for langt fra oplevelsen, hvor jeg begynder at beskrive den med de teoretiske begreber, jeg har tilegnet mig.

Interview – dialogisk udvikling af being away beskrivelsen

Det kvalitative forskningsinterview har til formål ”...at indsamle beskrivelser af den interviewedes livsverden med henblik på at fortolke betydningen af de beskrevne fænomener.” (Kvale, 1997, s. 19). Dette citat siger tydeligt, hvorfor interviewmetoden er relevant for min undersøgelse, jeg ønsker netop at samle beskrivelser af oplevelser til senere fortolkning. Ovenpå min egen introspektive beskrivelse af being away oplevelsen, udfører jeg et samtaleinterview med en kvinde, som har været deltager i Alnarps Rehabiliteringsträdgård. Det skal ses om dialogisk undersøgelse af oplevelsen med det formål at udvikle beskrivelsen, således at den ikke hviler på min oplevelse alene. I interviewets begyndelse er det vigtigt at forklare interviewpersonen denne hensigt (Kvale, 1997), og jeg indleder med at fortælle, hvilket fænomen jeg undersøger. Jeg fortæller om being away, som jeg oplever det. Jeg nævner ikke det engelske begreb *being away* eller Kaplan & Kaplan. Jeg prøver at beskrive min egen oplevelse og siger, at jeg gerne vil høre, om hun har haft lignende oplevelser. Jeg forklarer, at jeg håber, vi begge to kan fortælle om vores naturoplevelser og hjælpe hinanden med at beskrive en oplevelse, der måske er fælles for os. Jeg siger, jeg håber, det kan blive mere en samtale end en udspørgning af hende. Derved søger jeg at udjævne den magtsymmetri, der ifl. Kvale (1997) oftest kendetegner forskningsinterviewet; hvor jeg som interviewer leder min naive interviewperson. I stedet forsøger jeg at nærme mig en filosofisk diskurs, hvor min forsøgsperson og jeg er ligemænd, så fænomenet vokser frem i vores fælles undersøgelse (ibid.). Jeg synes, vores dialogiske form har øje for den *mellemmenneskelige situation*, et kvalitativt forskningsinterview er. Dynamikkerne mellem os, den gensidige påvirkning, der i et mere traditionelt og magtasymmetrisk interview kan forekomme skjult og ubevidst, har vi fra begyndelsen lagt frem (ibid.).

Da interviewpersonen helst ikke vil have lyden indspillet, foretager jeg et skrivende interview, hvor der i vores samtale er tid til, at jeg noterer oplevelser og skriver ordrette citater fra hende. Trods vores aldersforskel og forskellige baggrunde, bliver interviewet hurtigt et møde mellem fælles erfaringer. Vi kender begge til uroen og længslen efter at

komme væk. Vi har begge søgt ly i skønlitteraturen eller i ønsket om at være indianer. Vores fælles undersøgelse går let, bølger frem og tilbage med den begejstring, der kendetegner mødet mellem to, som har oplevet det samme.

Analyse og fortolkning

Sentisizing concept – at søge efter flere beskrivelser af being away

Da jeg blot har mine notater som dokumentation, foretager jeg kort efter en analyse af interviewet for endnu at have situationen i erindring. Jeg læser og erindrer interviewets forløb for at få fornemmelse for helheden. Formålet med interviewet er jo at udvikle beskrivelsen af being away oplevelsen, således at interviewpersonens berettede beskrivelser uddyber mine introspektive. Ved at lave en syntese af introspektionens og interviewets beskrivelser, får jeg et fælles oplevet fænomen. Af dette fænomen udvikler jeg et redskab til at sortere empiri videre i undersøgelsen, så jeg kan samle de rette beskrivelser til den senere fortolkning. Man kan sige, at jeg her former being away oplevelsens *sentisizing concept* ud af interviewpersonens og mine beskrivelser (Bryman, 2008). Dette sentisizing concept skal ikke forstås som et afsluttet og lukket begreb, men tværtimod som et udkast åbent for uddybning, nuancering og nedbrydning i andre beskrivelsesformer. Det skal give mig et billede af, hvad det er, jeg leder efter. Det skal guide mig videre i empirien, rette mit blik mod de beskrivelser, hvori fænomenet, jeg ønsker at undersøge, udfolder sig (ibid.). Jeg formulerer being away oplevelsens sentisizing concept sådan, at det demonstrerer en parallelitet i interviewpersonens og mine oplevelser, og det viser sig, at introspektionens mere generelle beskrivelser facetteres af interviewets mere specifikke episodebeskrivelser.

I analysen af vores beskrivelser giver det mening at nedbryde being away oplevelsen i to trin, som det vil fremgå af resultatet senere. Oplevelsen består derfor af to for oplevelsen karakteristiske delbeskrivelser med temaer, jeg vil kalde, *naturens fred* og *enhed med naturen*. Nedbrydelsen i de to delbeskrivelser kan ses som en tematisk analyse, hvor temaerne er induktive, fordi jeg har fundet dem i empirien og ikke teorien (Langemar, 2008). Undersøgelsens being away sentisizing concept kommer altså til at bestå af de to temaer.

Da er jeg klar til at dykke ned i interviewmaterialet på tre andre personer, som også har været deltagere i Alnarps Rehabiliteringsträdgård. Jeg læser materialet igennem flere gange for at få fornemmelse for helheden. Med mit sentisizing concept, søger jeg i materialet efter beskrivelser af de to temaer, naturens fred og enhed med naturen, som er karakteristiske for

being away oplevelsen. I dette arbejde nedbrydes beskrivelsen af being away i flere og flere nuancer og detaljer, som dog er udtryk for det samme fænomen, så min samling af beskrivelser til fortolkningen vokser. Efter at have fundet de relevante beskrivelser i materialet, forsøger jeg at læse dem ud fra Kaplan & Kaplans teoriramme. Derefter fordyber og komplicerer jeg being away oplevelse og begreb med den psykoanalytiske teori.

Teoretisk fortolkning – min mistanke om oplevelsens latente betydning

De beskrivelser af being away, som fremhæves i analysen, udtrykker interviewpersonernes egne forståelser af deres oplevelser. I fortolkningen kan jeg spørge mig selv, om jeg er interesseret i beskrivelsernes manifeste eller latente indhold (Kvale, 1997). Svaret på dette spørgsmål er allerede givet i mit syfte, i og med at dette har et psykoanalytisk perspektiv: Jeg er interesseret i oplevelsens latente indhold, jeg er interesseret i, hvilke ubevidste processer, som kunne tænkes at ligge under interviewpersonernes og min eksplicite bevidste oplevelse. For at overskride oplevelsernes manifeste indhold, må jeg anlægge en distance til det i form af en teoretisk holdning (ibid.). Dette kan være problematisk i forhold til min egen introspektion samt samtaleinterviewet, hvor min egen følelsesmæssige oplevelse også medvirkede. Derfor koncentrerer jeg fortolkningen primært på det transskriberede interviewmateriale; overfor disse tre personer har jeg ikke selv siddet i interviewsituationens mellem menneskelige gensidige påvirkning. Hér er min distance i form af en teoretisk holdning uproblematisk. Jeg kan anvende min teoretiske forståelse som fortolkningskontekst og læse interviewpersonernes beskrivelser med et særligt begrebsapparat. Idet mit begrebsapparat er hentet i psykoanalysen, kan man sige, at min distance til indholdet er kritisk, at jeg i fortolkningen udfører en mistankens hermeneutik overfor det, mine interviewpersoner og jeg beskriver: Jeg har hele tiden min teoretiske mistanke om, at det vi siger, vi oplever, egentligt betyder noget andet; egentligt er udtryk for ubevidste kræfter i psyken (ibid.). Det er disse kræfter jeg med fortolkningen ønsker at blotlægge. Derfor læser jeg beskrivelserne af being away oplevelsen, samt Kaplan & Kaplans begreb, op imod en kontekst af de psykoanalytiske ideer fra Freud (1920, 1930) og Searles (1960), som jeg i mine litteraturstudier har fundet relevante for undersøgelsen.

Metodediskussion

Det har været min hensigt, at der er en naturlig bevægelse i forløbet af metoder. Det er ikke blanding af metoder som for eksempel triangulering til at belyse fænomenet fra forskellige

sider. Det er metoder i en på hinanden følgende linje af trin; hvorfor man ved at problematisere et enkelt af trinnene, kan komme til at problematisere hele undersøgelsen. Der er mange steder, hvorfra man kan begynde problematiseringen, fra begyndelsen, *introspektionen* for eksempel: Jeg frygter, at min egen oplevelse skal fylde for meget. Det er vigtigt, at det også er en undersøgelse af andres oplevelse, men at beskrivelsen af oplevelsen ikke begrænser sig til Kaplan & Kaplans begreb. Derfor ideen med, at det interview jeg selv udfører, skal fungere som en formulering af fænomenet, så jeg ikke formulerer det alene. Det er en tilfældighed, at min interviewperson og jeg har så lignende erfaringer, at det går som en leg at formulere et fælles fænomen og *sentisizing concept*. Eller også er det ikke en tilfældighed, for jeg finder jo lignende erfaringer i interviewmaterialet, idet jeg søger. Kan det tænkes, at en introspektion bliver afsæt til at formulere en nogenlunde generel erfaring? Det håber jeg for undersøgelsens relevans.

Selvom mit *interview* forløber så godt, går det ikke helt, som jeg har planlagt. Jeg havde troet, vi skulle tale om Alnarps Rehabiliteringsträdgård, men vi kommer mere til at tale om naturoplevelser i hele interviewpersonens liv. Jeg havde forberedt at spørge til grænserne for Alnarps Rehabiliteringsträdgård og rejsen til og fra, for at undersøge haven som en anden verden, et beskyttet rum at rejse bort til og søge ly i. Men denne rejsen og krydsen grænser genkender interviewpersonen ikke, så min forberedelse falder til jorden, og interviewpersonen får i virkeligheden lov at styre samtalen, om end jeg tilstræber en filosofisk samtale, hvor vi er ligemænd. Spørgsmålet om den daglige rejse til og fra Alnarp, kan jeg til gengæld genåbne, idet jeg dykker ned i interviewmaterialet, hvor de andre interviewpersoner beskriver rejsen til Alnarp som rejsen til en beskyttet anden verden. Til mit materiale af interviewpersoner kan man stille spørgsmålet, om materialet primært er personerne eller deres ord. Det materiale jeg arbejder med, består af alle de beskrivelser, der nærmer sig oplevelsen af being away. Det synes at være beskrivelserne selv, mere end personerne som beskriver, der er mit materiale til analyse og fortolkning. Hvordan jeg har *fortolket* dette materiale kan selvfølgelig problematiseres uendeligt, hvis man er uenig i de Freuds ideer, fortolkningen hviler på. Men selv uden teorien, har jeg samlet et stykke empiri, beskrivelser fra min første interviewperson, de tre andre interviewpersoner og jeg selv, som nærmer sig en fælles oplevelse. Vi kan kalde den being away, en oceanisk følelse eller noget tredje, Måske er det vigtigste, at vi alle beskriver noget nær den samme terapeutiske naturoplevelse og at dette kalder på at blive forstået.

Resultat

Sentisizing concept for being away naturoplevelsen

– på baggrund af introspektion og samtaleinterview

Undersøgelsens sentisizing concept består af essensen af den første interviewpersonens og min being away oplevelse. Fælles for vore oplevelser er først forestillingen om *naturens fred*: Naturen, der bærer, beskytter og omslutter. Naturen som et sted, vi kan komme væk, finde fred og ro og en anden rytme. Siden, når vi oplever at være kommet væk, at være i fred, oplever vi begge muligheden for *enhed med naturen*: Følelsen af at kunne komme ud af os selv og blive et med omgivelserne i lykkelige øjeblikke.

Beskrivelserne fra introspektion og interview præsenteres her sammen, så vores oplevelsers samklang træder frem. Interviewpersonens beskrivelser fremstiller jeg som de udsnit af vores samtale, de er.

Naturens fred

Det jeg i denne undersøgelse kalder *naturens fred*, kan forstås som første trin i being away oplevelsen. For mig begynder oplevelsen med en uro, en spænding. En længsel efter at komme væk, et ønske om at finde et sted, hvor der er fred og ro. Det er altid et spørgsmål om sted. Om at den fysiske omverden kan besvare længslen efter ro indeni, hvis jeg finder det rigtige sted. Roen kan findes ved at kigge på træerne og himlen udenfor vinduet, men endnu bedre ved at gå ud mellem træerne, i haven, i parken eller ved at søge ud i skoven, ud til havet. Derude oplever jeg at være kommet væk fra bekymringer og uro. Som at have gennembrudt et skjold eller overtrådt en grænse ind i en helt anden verden. I den nye verden er jeg beskyttet af træerne eller vandet, som holder den gamle verden væk. At få lov at gå her alene, er roen. Jeg vil bare gå og gå længere ind i den her anden verden, som tilbyder mig et refugium.

Min interviewperson foreslår, at oplevelsen begynder med en sorg, som vælder frem og et behov for trøst. For eksempel efter en kropsbehandling i Alnarps Rehabiliteringsträdgård, hvor hun går ud i haven alene med sorgen og mærker, hvordan naturen så bærer og beskytter hende: "*Den var omsluttande... tryk. Gav tröst,*" siger hun. Hun fortæller, at den første dag i trädgården bliver deltagerne bedt om at gå ud og vælge sig et sted, som er deres eget. Hun stopper ved en brændestabel og ser op, at der er en fuglerede i træet over hende. Ikke et

fuglehus, pointerer hun, men en rede fuglene selv havde bygget. Hun former fugleredens runde rum med hænderne. Hun fortæller, at hun altid vender tilbage til dét sted. *"Jeg tänker, det er något med det omsluttande,"* siger hun, og former igen fuglereden med sine hænder.

Når jeg i naturen oplever, at jeg er sluppet væk og kommet til en anden verden, mærker jeg et stort 'ah', en lettelse. En følelse af endelig at slappe af, en forestilling om endelig at have fundet fred et sted. Som om den ro, der findes i omgivelserne, breder sig indeni.

Da jeg i interviewet fortæller interviewpersonen, at jeg oplever, naturen sådan besvarer længslen efter at komme væk fra bekymringer til et sted, hvor der er fred, kommer hun til at tænke på en oplevelse af at være helt alene i en fjällstuga langt ude på fjeldet. Hun forklarer, hvordan man først sidder og undrer sig over, hvad man gør der. *"Sedan blir det tyst, ljungt, en annan rytm,"* siger hun. *"Så tyst. Tystnaden gör mig ödmjuk."*

Jeg beder hende uddybe det med en anden rytme, og hun beskriver, at man over tid bliver en del af naturens rytme. At kroppen begynder at følge de rytmer, der allerede er i omverdenen.

Enhed med naturen

Det jeg i denne undersøgelse kalder *enhed med naturen*, kan forstås som andet trin i being away oplevelsen. Det er beskrivelsen af en tilstand, som bliver mulig i naturens anden verden, når længslen efter at komme væk er blevet besvaret. Når lettelsen er indtruffet og en anden rytme breder sig. Da oplever jeg, at en anden slags væren bliver mulig, en væren i ét med omgivelserne: Synet af ænderne eller nogle blade, som er frosset fast i isen, kan komme så tæt på, at jeg nærmest er ænderne, bladene og isen. Fænomenerne omkring mig kommer helt ind i mig, eller jeg kommer helt ud af mig selv og ind i fænomenerne. I denne oplevelse gennembrydes de bekymringer, der har været holdt i bevidstheden som i et akvarium. Jeg oplever at komme ud på den anden side af forhindringer og bekymringer og bare være midt i alt det mellem træerne under himlen. Jeg fyldes af stor glæde.

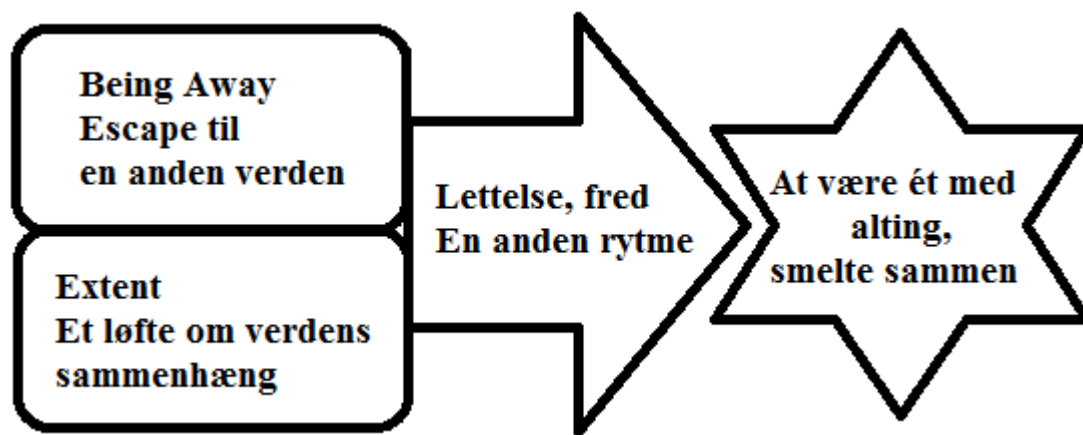
Min interviewperson har lignende oplevelser, hun siger: *"Låt mig berättä om min starkaste naturupplevelse."* Hun begynder fortællingen om en vandretur i ungdommen i vildmarken mod nord. Hun beskriver en birkeskov i efterårsfarver, køligheden og den blå himmel.

Hvordan hun var gået ned til en bæk for at børste tænder, da hun pluselig oplevede, at at forsvinde ud af sig selv og være ét med alting:

"Jag var överallt," gentager hun flere gange. *"Jag var överallt. Jag var ett med allt. Jeg blev en del av allt."* Denne oplevelse var forbundet med en stærk lykkefølelse. Hun kender også oplevelsen fra at lave havearbejde. På én gang at *"...försvinna och smelta sammen med*

omgivningen.” Hun ønsker ikke, at oplevelsen tolkes som religiøs, ”... *men vi har samma puls som allt*,” slutter hun.

For at opsummere: Denne undersøgelses being away oplevelse følger altså et forløb fra en spænding; uro eller sorg, et behov for fred og trøst, mod en lettelse; endelig at slappe af og mærke en anden rytme. Derefter kan lykkelige øjeblikke af enhed med omgivelserne opstå. Dette sentisizing concept på baggrund af introspektion og interview vil jeg bygge på modellen af Kaplan & Kaplans being away begreb:



Analyse og fortolkning af interviewmaterialet

Undersøgelsens næste trin, analysen og fortolkningen af interviewmaterialet, er også struktureret efter disse temaer eller trin i oplevelsen; naturens fred og enhed med naturen. Her vil interviewpersonernes beskrivelser fremstilles i samklang med både Kaplan & Kaplan og den psykoanalytiske teori. Jeg har valgt at fremstille mange direkte citater, da jeg finder interviewpersonernes valg af ord vigtige for at forstå deres oplevelse, deres forestillingsverden og for at kunne fortolke den.

Naturens fred

De tre interviewpersoner beskriver på forskellige måder et ønske om at finde fred fra mennesker. Jeg læser i disse beskrivelser en spænding og en længsel efter at komme væk hos interviewpersonerne:

”Orkade inte med människor. Och där är ju då naturen. Den kan man jo umgå med. Och den kräver ingenting av en. Men det gör ju människor...” (interviewperson A).

”Det vart, vart bara för mycket, det var som att man bara vill göra så [gör en avvärande rörelse mot huvudet] så bara ”så, tyst!”” (interviewperson D).

Interviewperson C förklarar, hvordan han stadig har behov for at undvige mennesker:

”Då kollar jag in var dom människorna är, så går jag till ett helt annat ställe, för jag behöver fortfarande vara mycket i fred.” (interviewperson C).

Disse beskrivelser synes jeg, Kaplan & Kaplan (1989) favner med deres opmærksomhed på, hvordan det pressede menneske intuitivt søger at slippe væk og finde et sted med fred og ro. Hvor Kaplan & Kaplan (ibid.) ønsker at præcisere den intuitive *escape*, flugt, til en kognitiv hvilepause, ønsker jeg at forstå den intuitive flugt som et udtryk for dødsdriften; som Nirvanaprincippets arbejde mod at ophæve al spænding, så dødsdriften opnår sin regression til en tidligere tilstand (Freud 1920). I empirien viser spændingen sig i interviewpersonerne beskrivelser af at behøve ro i hovedet, ikke orke mennesker, undvige dem. I Marcuses ræsonnement (1966) har disse mennesker været under så stort arbejdspress i civilisationen, at deres ubevidste søgen efter Nirvana, deres inderste ønske om at finde hvile, begynder at vise sig, begynder at stritte imod de krav, deres liv stiller. De vil bare finde ro.

Interviewpersonerne beskriver, hvordan de i Alnarp finder ro:

”Men det var som en, vad ska man säga, på engelska heter det ”sanctuary”..... emm, det var som en fristad nästan. (...) det var ett ställe där man..... bara kunde släppa allting.” (interviewperson D).

”Så det måsta varit under den tiden det började lossna..... Ja, all förbättring började under den här tiden.” (interviewperson A).

”... då, då behövde jag inte låtsas att jag mådde bra, och då kunde kroppen slappna av och bara..... liksom, läka på bäst den ville. För annars la jag mycket energi bara hålla ihop...” (interviewperson D).

Denne ro, denne ophævnning af spændingen, viser sig i deres beskrivelser af Alnarp: Her er et fristed uden krav, hvor de ikke behøver bruge kræfter på at holde sig selv sammen. Her kan de slappe af, slippe alting, her begynder det at løsne sig. Valget af ord er interessant og viser de bevidste forestillinger, der er associeret til oplevelsen. Jeg foreslår, at dødsdriftens ubevidste processer ligger bag forestillingerne om at det *slapper*, *slipper* og *løsner* i dem, for dødsdriften drives ikke fremad mod udvikling men tilbage mod en oprindelig tilstand af ligevægt, hvor al spænding ophæves (Freud, 1920).

Dødsdriftsræsonnementet kan udvikles med dette citat fra Interviewperson A, om hvordan arbejdet har undertrykt haven i hendes liv:

"Och sen..... har ju det här trädgårdsinteresseset som i och för sig tror jag, alltid har legat latent hos mig, men jag har aldrig haft tid. Det har liksom vaknat till liv (...) i mitt yrkesliv har ju den varit liksom ganska tillbakatryckt." (interviewperson A).

Bemærk, hvordan hun vælger ordene, det *løsner* sig, hun ånder *lettere*:

"att den lossnade på något sätt, att den fick utlopp och... (...) Eee... jag mådde bra, jag andades lättare, mycket lättare..."

Interviewperson A beskriver haven som en fristelse:

"Em..... men, alltså, jag tror att det har legat väldigt djupt. (...) när jag var ung så sa jag alltid "jag vill bli trädgårdsarkitekt". Men sen blev det inte så, utan det blev ekonom istället. Så det har funnits där, men, och det har väl alltid utövat någon lockelse..." (interviewperson A).

Kaplan & Kaplan (1989) skriver, at naturen besvarer intuitionen om, hvordan tingene virkelig er under kulturens og civilisationens overflade. Er det dét, interviewperson A oplever, når haven som latent fristelse vågner til live? Dét hendes arbejdsliv altid har undertrykt, som først *løsner sig*, idet hun udbrændt af arbejde ankommer til Alnarp. Hvad er det i så fald, Kaplan & Kaplan finder der under civilisationens overflade? Det svarer de ikke på. De uddyber ikke, hvad der sker psykologisk, når naturen besvarer intuitionen. En måde at forstå det, er at tolke havens undertrykte fristelse som en ubevidst protest mod præstationspresset i interviewperson A's arbejdsliv i civilisationen, som Marcuse (1966) foreslår. Under det travle job som økonom ligger haven og kalder på hende, som et trygt refugium hvor hun kan søge ly, som et udtryk for Nirvanaprincippets arbejde hen imod ligevægt dybt i os under civilisationens krav om udvikling (ibid.); som et Nirvana.

Interviewpersonerne beskriver også, hvordan de har lært at finde ro ved at følge naturens rytme:

”Det var en del för mig att upptäcka att – ta det lugnt nu..... Och just tidsperspektivet är viktigt med trädgård, att den går inte att skynda på... Det går att stressa frem til planteringsstillfället som jag sa, och sen... får man lugnt sitta där och venta.”

(interviewperson C.)

Jag kan tycka att det går skönt långsamt (...) Ja, trädgården hjälper ju till att (...) att se att, att världen går lite långsamt va. (...) Man ser det här långsamma, regelbundna återkommandet liksom, naturens gång, så. Det går inte att påskynda. Och det är ju himla skönt egentligen. Det är ju jätteskönt. Så den upp, den bromsar ju upp en, ja.

(interviewperson A).

Naturen giver ro ved at bremse dem op, fordi dens rytme er så skønt langsom og ikke kan skyndes på. Jeg vil her minde om min første interviewpersons beskrivelse af, hvordan hendes krop begynder at følge pulsen og rytmen i naturen omkring fjällstugan. Det interessante ved disse resultater er, at naturen sådan synes at besvare dødsdriften: Når interviewpersonerne orker allermindst og slet ikke mennesker, orker de den rytmiske natur, som besvarer deres længsel efter at komme væk. Kan jeg tolke dette som, at naturen med sin langsomme regelmæssighed hjælper mennesker til at løsne op, slappe af, slippe alting og ophæve deres indre spænding; således at naturen besvarer dødsdriftens konservative trang til hvile og ligevægt? I så fald er en del af den rekreative being away oplevelse medieret af dødsdriftens tavse terapeutiske arbejde dybt i os. Kan man foreslå et terapeutisk forhold mellem menneske og miljø, hvor det naturlige miljø tilbyder det Nirvana, dødsdriften ønsker at finde tilbage til? (Freud 1920).

Sådan vil jeg forsøge at bygge videre på modellen med fortolkningen af interviewpersonernes beskrivelser i taleboblen som et udtryk for dødsdrift og Nirvanaprincip:



Kaplan & Kaplan (1989) skriver, at naturen får os til at mærke behovet for ro og forbundethed. De uddyber det ikke, men jeg vil tilføje, at naturen får os til at mærke dødsdriftens behov for ro. Jeg vil vende tilbage til dødsdriftens sammenhæng med den oceaniske følelse, som også er sammenhængen mellem ro og forbundethed. Men først vil jeg behandle den oceaniske følelse for sig selv.

Enhed med naturen

Min første interviewperson og jeg beskrev enhedsoplevelser i naturen med naturen, som når en anden slags væren bliver mulig, en væren i ét med omgivelserne, så man kommer ud af sig selv og ind i fænomenerne. Min interviewpersons beskrivelse af sin stærkeste naturoplevelse, hvor hun var overalt, i et med alt, en del af alt, er ikke ulig Freuds vens beskrivelse af sin oceaniske følelse; fornemmelsen af ubegrænset evighed, følelsen af at være fuldkommen forbundet med omverdenen, af samhørighed med *Altet* (Freud, 1930). Min første interviewperson beskriver, hvordan hun kan forsvinde og smelte sammen med omgivelserne, når hun laver havearbejde, præcis som Stigsdotter & Grahn (2002) beskriver haven, vi længes efter; et sted vi kan glemme os selv, smelte sammen med omgivelserne og blive en lille del af noget større.

Jeg søger efter den slags beskrivelser i interviewmaterialet. Jeg finder, de tre andre interviewpersoner beskriver forskellige episoder i Alnarps Rehabiliteringsträdgård, som ligner oplevelser af enhed med naturen:

”... det var ju väldigt mysigt också att sitta och äta det brödet som man hade bakat och kryddat med kryddorna härifrån (...) att njuta av stunden och... alltså, konsumera det man hade varit med och satt frön och sen så blev det något av det och sen använde man den här kryddan i brödet och, alltså, äta bröd tillsammans är ju nästan lite symbolisk innebörd i!”
(interviewperson A).

Denne oplevelse af at blive en del af krydderurtens eller naturens større sammenhæng fra det lille frø til brødet bagt på urterne, kalder interviewperson A en nydelsesfuld og symbolsk stund. Hun henviser nok til den sidste nadver i Kristendommen, hvor der finder en symbolsk sammensmeltning af brød og legeme sted. Men hendes forestillingsindhold kan også tolkes som en oplevelse af enhed mellem hende, brødet, de andre og haven; en følelse af samhørighed med *Altet* (Freud, 1930). Kaplan & Kaplan (1989) ville måske beskrive det som menneskets oplevelse af forbundethed med naturens større kræfter, men hvori består de kræfter? Og hvori består den oplevelse? Et bud er at tolke det som et udtryk for spædbarnets primære jeg-følelse og et ønske om at genoprette denne tilstand (Freud, 1930). Denne fortolkning udvikles i interviewperson C's beskrivelser:

”En trädgård ger alltid harmoni. Om man någon dag känner att själen vill gå klädd i en säck, då kanske man går in i en granskog. Då passar humöret för det och..... nästa dag kanske livet känns ljusare, då kanske man är..... i en bokskog som är ljus och skir grönska.”
(interviewperson C).

I disse harmonier mellem humør og have, beskriver han: *”... så var trädgården som balsam ibland som jag berättade när jag hade varit hos psykoterapeuten och var fruktansvärt ledsen, så kändes det mycket bättre när jag hade gått i den del av trädgården som jag ville just då.”*
(interviewperson C).

Når interviewperson C beskriver, hvordan han opnår harmoni mellem sit humør og haven, hvordan haven føles som balsam, da lyder det som beskrivelsen af en oceanisk følelse af blød forbundethed, en, som Searles (1960) skriver, spædbarnets oplevelse af enhed med

landskabet og himlen. Interviewperson C får det bedre efter sine oceaniske oplevelser. Det gør interviewperson D også, hun vender mange gange tilbage til oplevelsen af at sidde eller gå mellem væksterne og træerne, dufte og mærke dem, og få det bedre. Helst alene:

”Jag tyckte i regel det var lättare att gå ut och gå själv än med många. För då kunde man koncentrera sig på..... ja, på lukter och på färger och så, men om man gick fler då skulle man ju, då pratade man hela tiden. Så det..... det var inte jag så där jättförtjust i. Utan, snarare i så fall att gå själv eller sitta och bara..... ja, känna på, känna på naturen den dan. Fåglar och ja, allt vad det var där ute...” (interviewperson D).

Hun prøver at finde ord for, hvordan hun får det bedre blandt væksterne: *”Ja, det lugnade ner..... rätt mycket (...) Mmm, det är som att när jag andas, när jag andas in..... så att säga, lukter och liksom känner att det finns växtlighet, man känner ju oftast, för det är lite fuktigt runt växter..... så, så mår jag i regel alltid bra, även om jag inte mår bra innan så är det som att jag, jag blir lite lugnare, jag (...) ja, jag blir lite glad av det. Jag tycker det, ja det är någonting som är, det är härligt. Faktiskt Så att det ger, ja, ro och någon slags glädje, inte så att man skratter och så men, altså, ja...”* (interviewperson D).

Den ro og glæde interviewperson D føler omgivet af duftende fugtige vækster, er det blot effekten af de fascinerende stimuli? Eller giver hendes væren mellem væksterne hende det, Kaplan & Kaplan (1989) kalder *den spirituelle følelse af at være et med omgivelserne*? Hvad denne ide betyder, udfolder Kaplan & Kaplan heller ikke. Men hvis hendes oplevelse af at være helt tæt på vækstligheden og fuglene, at føle naturen den dag, ikke skal tolkes religiøst, da foreslår jeg at den er et ønske om at genoprette spædbarnets primære jeg's oplevelse af forbundethed med hele omverdenen (Freud, 1930). For det primære jeg er ikke udslettet eller erstattet af jeg'ets videre udvikling, det lever i os ubevidst (ibid.). Ifl. Searles (1960) er en regression til dette jeg ikke utænkelig. Han foreslår, at regressionen til spædbarnets sammensmeltede oplevelsesverden kan være lindrende for voksne mennesker i krise, ligesom interviewpersonerne beskriver, at de får det bedre og føler glæde og ro i disse oplevelser. Med Freud (1930) kan det altså foreslås, at interviewperson D ovenfor beskriver et ønske om at genoprette spædbarnets sammensmeltede tilstand. Mens Searles (1960) går skridtet længere og foreslår, at hun faktisk sidder mellem væksterne midt i en rekreativ regression til denne tilstand.

Interviewpersonerne beskriver også enheden med haven i Alnarp, som om træerne og væksterne beskytter dem, behøver dem, lytter til dem og byder dem velkommen:

"...det kändas så stort så jag hade lite svårt att ta mig bort, längst bort. Det var liksom bara stor yta med massa växter på, uppfattade jag det som. Så där var jag väldigt sällan, utan jag var vid träden. Jeg tror det var, det kändes lite mer ombonat." (interviewperson D).

Interviewperson D vil helst have træerne omkring sig. 'Ombonat' betyder på dansk lun, tæt, hyggelig, indpakket, vel forvaret. Det er et ord, som ikke bare henviser til en tæt skov, men til et trygt sted. Ligesom min første interviewperson beskrev fuglereden og den omsluttende natur, som bar hende. Og ligesom interviewperson C beskriver haven som en tryk favn:

"... för som jag sa innan, en trädgård är också en trygghet. Det är som en stor famn." (interviewperson C).

Han uddyber relationen til haven og træerne:

"Att, den tar hand om en, känner jag det som. Där kunde jag gå och prata med träden (...) Och så lyssnade dom, kände jag det som. Dom, omfamnade mig när jag var i trädgården. Det var..... ett slags stöd jag kände av alla träden, för det, allt i en trädgård är ju liv..... Och det livet stod på min sida, så kände jag Och det var en underbar känsla..." (interviewperson C).

Hvis vi vil forsøge at forstå disse oplevelser ud fra Kaplan & Kaplans being away, kan vi tage udgangspunkt i diskussionen om, hvad der motiverer mennesker ud i vildmarken (Kaplan & Kaplan, 1989). Når interviewpersonerne beskriver, at træerne omfavner, lytter og støtter, er det da bare et udtryk for 'at opleve naturen', som Kaplan & Kaplan (1989) vil konkludere? Eller må vi anerkende noget *mere* i oplevelsen; må vi gå tilbage til de konklusioner, Kaplan & Kaplan afviser?, at der i oplevelsen findes en forestilling om *magt*, når interviewperson C beskriver den vidunderlige følelse af at 'have livet på sin side'. Eller en forestilling om *kærlig kontakt*, når interviewperson D søger væk ind mellem træerne for at være 'ombonat'. Hvis vi vil blive indenfor Kaplan & Kaplans teoriramme, må disse fortolkninger afvises. Vi må nøjes med den pragmatiske konklusion, at interviewpersonerne 'nyder de naturlige omgivelser'. Men bemærk da, hvordan interviewperson A beskriver haven med kærlige følelser:

"... det er ju en väldigt vänlig atmosfär. Väldigt..... väldigt vänlig, och... hänsynsfull (...) alltså det är ju en härlig miljö att vistas i, den är ju, den är ju mjuk och den är velkomnande och den är vacker och den är färgrik. Och den, ja den är..... den är... välkomnande på något sätt. Här... alltså, ta för dig!..... på något sätt." (interviewperson A).

Haven er venlig og hensynsfuld, og to gange bruger hun ordet *velkommende* om haven. Dette uddybes i betydningen af, at haven byder på sig selv, den er: "...generös och tillåtande så att säga. Den ställer inga krav på dig alls utan, den bara bjuder på sig själv så att säga. Och så vackert." (interviewperson A).

Hun bruger ord som smuk og farverig, der peger på haven som stimuli, der kan perciperes. Men hun tematiserer frem for alt havens trøst som noget gavmildt, med ord som hensynsfuld, velkommende og generøs. Adjektiver som er følelsesmæssige og ikke blot beskriver nye stimuli, fascination, et andet kognitivt indhold. Her er tale om noget *mere*. Men hvor interviewperson A oplever, at haven byder på sig selv, oplever interviewperson C, at haven behøver ham:

"Den är, det är liv. Som lever och frodas och man kan hjälpa det på vägen, genom att vattna och... Och så bliver man behövd av växterna, det är nog också en viktig del, att "Oj! Det är någon som behöver mig där" (...) växterna behövde mig, dom behövde ha vatten, dom behövde planteras och så. Ja, man kände sig behövd." (interviewperson C).

Alle disse oplevelser kan forstås, hvis vi igen tager fat i diskussionen om, hvad der motiverer mennesker ud i vildmarken (Kaplan & Kaplan, 1989). Kaplan & Kaplan afviser som sagt, at vi skulle være motiverede af forbudte ønsker om *escape*, *power* og *affiliation*, men interviewpersonernes beskrivelser i lyset af Freud og Searles tyder alligevel på det: Searles (1960) ser dokumentation for psykoanalysen, når primitive stammer holder om træerne for at få træernes styrke. Ikke ulig interviewpersonernes beskrivelser af træer, der lytter, støtter, beskytter. De beskriver haven som et sted, der behøver dem, et sted der tillader alt, et sted hvor livet er på deres side. Det lyder meget vel som ønsker om flugt til en anden verden, hvor de opnår både magt og kærlig kontakt.

Disse ønsker uddyber faktisk forståelsen af den oceaniske følelse eller spædbarnets primære jeg-følelse: Searles (1960) kalder dette tidlige jeg for et *infantilt omnipotent verdensselv*, og heri ligger ikke blot, at jeg'et oplever enhed med sin omverden, men også at jeg'et derved er

almægtig i sin (om)verden, fordi verden og jeg'et jo er ét, fordi jeg'et er hele verden. I enheden med naturen opleves således både flugten til en anden verden, den kærlige kontakt eller forbundetheden med verden, samt *magten* i verden. En being away oplevelse beskrevet som oceaniske følelser rummer denne primære jeg-følelse, dette infantile omnipotente verdensselv, og dét skulle altså være en rekreativ oplevelse! Denne oplevelse viser sig i Kaplan & Kaplans (1989) teori, når de beskriver extent som en del af being away: Den imaginære oplevelse af vidder, som er forbundne, klinger af en oceanisk følelse, særligt når de skriver, at oplevelsen rummer løftet om, at verdenen af forbundne vidder forsætter på den anden side af perceptionens grænser (ibid.). Dette lyder som Freuds (1930) beskrivelse af den oceaniske følelse som en *fornemmelse af ubegrænset evighed*. Og denne being away oplevelse af extent kan altså forstås som et udtryk for spædbarnets oplevelsesverden, det primære jeg. I løftet om at verden forsætter (Kaplan & Kaplan, 1989) eller i fornemmelsen af ubegrænset evighed (Freud, 1930) viser sig, at det primære jeg er omnipotent (Searles, 1960): Her er en almægtig sikkerhed om, at verden forsætter derude, for verden og jeg hænger jo sammen.

Dette ræsonnement får konsekvenser for forståelsen af det rekreative eller terapeutiske i being away oplevelsen. Er being away oplevelsen af at komme ind i en anden verden en indre rejse tilbage til spædbarnets verden? Lad os se på, hvordan interviewpersonerne oplever rejsen til og fra Alnarp, til og fra den anden verden, som Rehabiliteringsträdgården er. Nogle morgener længes de efter at komme derhen; den intuitive trang til slippe væk ifl. Kaplan & Kaplan (1989):

"Och det var för att jag kände sån glädje på morgnarna när jag skulle til Alnarp, tror jag, så sov jag gott. Jag längtade riktigt dit varje morgon." (interviewperson C).

Andre morgener orker de det næsten ikke:

"Och jag vet en dag när jag åkte dit, jag mådde fruktansvärt dåligt, jag hade sån ångest (...) mådde illa till och med, rent fysisk. Och, nej, jag bestämde mig, jag skulle fram i alla fall. Men så hade jag bestämt mig att det blit nog så att jag bara går dit och säger hej och så måste jag åka hem igen för jag mådde så dåligt. Men jag kom dit, och då kändes det som en stor famn bara när jag såg dom. (...) Och så grät jag och så, när jag gick därifrån tre timmar senare så mådde jag bättre. (...) Och det är väl för att jag fick lov att vara mig själv i

trädgården. Jag kunne gå till mina träd och stå och gråta och prata med dom... ”

(interviewperson C).

Han beskriver, hvordan han sårbar og dårlig ankommer til en stor favn. Her får han lov at være sig selv, tale og græde med træerne for så at have det bedre, når dagen er slut, og han igen forlader denne anden verden. Interviewperson D har lignende oplevelser af dage, hvor hun ikke orker Alnarp, men alligevel finder ro, når hun er kommet derhen:

”... men sen vissa dar var det ju så, att om man var väldigt uppriven när man kom eller, det var ju vissa dar när man ”ah, nej jag orkar inte åka dit, sitta där och, ah, bara fika med dom där människorna”, då så var det ju..... när man väl kom dit så, så gav det någon slags ro att vara där..... För man kunde gå ut och gå eller man kunde..... man kunde gå för sig själv...” (interviewperson D)

De får det begge to bedre af at gå ud i haven alene. Her finder noget rekreativt eller terapeutisk sted. Hvis vi forsøger at forstå det med Kaplan & Kaplans being away begreb, kan vi analysere beskrivelserne på to niveauer: Vi kan forstå det som noget perceptuelt *andet*. At havens stimuli giver interviewpersonerne et andet kognitivt indhold end deres hverdagsmiljø, og derfor oplevelsen af being away. Eller vi kan forstå det som noget imaginært *andet*. Den ro interviewpersonerne finder, når de ankommer til Alnarp, medieres ikke blot af perception men også af deres fantasiliv, af forestillingen om at være i en helt anden verden (Kaplan & Kaplan, 1989). Denne imaginære anden verden kan som sagt fortolkes ud fra Freud som en spædbarneverden, og ifl. Searles (1960) som en regression tilbage til spædbarnets verden. Regressionen er terapeutisk eller rekreativ, fordi mennesker her genetablerer den kontakt, den følelse af enhed med omverdenen, vi følte som spædbørn og siden har længtes tilbage imod i vores voksenliv. Regressionen kan ligefrem være krisens vendepunkt (ibid.), og måske er det, hvad vi ser hos interviewperson D, som en dag er klar til at rejse fra Alnarp for sidste gang:

”Så det kändes som att det var rätt tid..... Och vilket jag då inte trodde när jag började, för då tänkte man att ”jag kommer aldrig kunne lämna det här och jag kommer aldrig att kunna känna si eller så” och så, faktisk gör man det. Att ”nu, nu mår jag så bra att... nu ved jag att nu ska jag gå hem”. Så att, ja, det hade hjälpt, det hjälpte mig.” (interviewperson D).

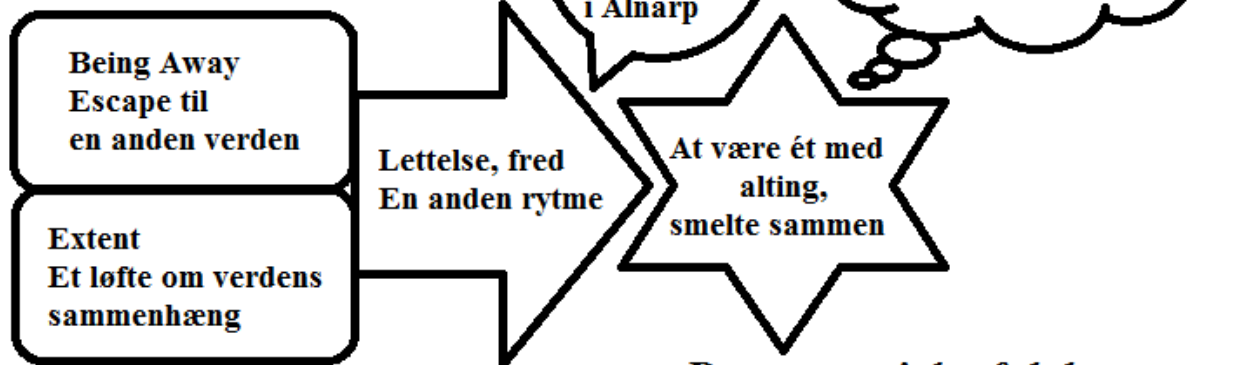
Interviewperson C har også forladt Alnarp, men han er stadig sygemeldt, lydfølsom og skrøbelig. Nu drømmer han om en fremtid som haveterapeut, og man kan forsigtigt foreslå, at der i denne drøm ligger et ubevidst ønske om igen at vende tilbage til den oceaniske følelse i Alnarp, at genoprette den primære jeg-følelse af almægtig enhed med omverdenen.

Interviewperson A og D synes at have ført de rekreative being away oplevelser fra Alnarp ind i deres liv efter Alnarp, de har så at sige taget den oceaniske følelse med sig: Interviewperson A går en runde i sin have, som det første når hun vågner, og det første når hun kommer hjem fra arbejde. Interviewperson D har skabt sig et lille rum af vækster på balkonen, hvor hun kan sidde og finde sin ro. Balkonen er et eksempel på, at vi ikke behøver enorme vidder, før vi forestiller os, vi er i en anden verden (Kaplan & Kaplan, 1998). Kaplan & Kaplan uddyber ikke, hvad de mener med, at *forestillingen kan transcendere perceptionen* i being away oplevelsen (ibid.), men her er, hvad jeg foreslår, der sker i Alnarp, i haven og på balkonen: Naturen medierer, at en regression finder sted og afføder en imaginær forestilling om at være fuldkommen forbundet med omverdenen, landskabet, Altet. Denne oplevelse af enhed med naturen transcenderer grænserne i miljøet og giver en *fornemmelse af ubegrænset evighed* (Freud, 1930), og sådanne øjeblikke er rekreative og terapeutiske.

Kaplan & Kaplan (1989) skriver, at naturen får os til at mærke behovet for ro og forbundethed. De uddyber det ikke, men jeg vil tilføje, at naturen får os til at mærke længslen efter spædbarnets forbundethed med omverdenen. Tidligere skrev jeg, at naturen fik os til at mærke dødsdriftens behov for ro. I diskussionen nedenfor vil jeg undersøge, om der er en teoretisk sammenhæng mellem behovet for ro og forbundethed, mellem dødsdriften og den oceaniske følelse i being away oplevelsen.

Men først vil jeg bygge modellen færdig med denne sidste del af fortolkningen. Nu rummer modellen hele undersøgelsens ræsonnement fra Kaplan & Kaplans teori over interviewpersonernes beskrivelser til den psykoanalytiske fortolkning og de Freuds ideer, som ligger som undersøgelsens baggrund og endemål. Her er interviewpersonernes beskrivelser i en luftig tænkebobbelt for at illustrere den oceaniske følelses imaginære forestilling om at være hele verden.

*Dødsdriften og
Nirvanaprincippet*



*Den oceaniske følelse
- et infantilt omnipotent
verdensselv*

Diskussion

I min diskussion vil jeg først forsøge at finde en teoretisk sammenhæng mellem dødsdriften og den oceaniske følelse ved at perspektivere til teori om børns leg. Siden vil jeg diskutere, hvorfor det er relevant at vælge Freud selv som repræsentant for psykoanalysen, når denne har videreudviklet sig meget siden Freud. Til sidst vil jeg diskutere og problematisere relevansen af undersøgelsens slutsatser både på det praktiske og det teoretiske niveau.

Legeteori viser sammenhæng mellem dødsdrift og oceanisk følelse

Jeg har foreslået at den afspænding og ligevægt dødsdriften fremkalder, giver muligheden for at opleve oceaniske følelser. Og ved at læse interviewpersonernes beskrivelser mange gange, får jeg den tanke, at der må være en sammenhæng mellem disse to teoretiske ideer, at interviewpersonernes oplevelser ofte lyder på en gang oceaniske og rofyldte. Når interviewperson D for eksempel blot vil sidde i et rum fugtigt af vækster og føle naturen, lyder det oceanisk, mens den ro som breder sig i hende og hendes åndedræt lyder som Nirvanaprincippets bevægelse mod hvile. Haven i Alnarp tillader altså disse ubevidste kræfter at bryde frem. Men kan jeg begrunde en sammenhæng mellem dem teoretisk? Kan jeg foreslå, at den oprindelige tilstand af ligevægt, som dødsdriften ønsker at vende tilbage til, faktisk er den sammensmeltede oceaniske spædbarnetilstand? Denne tanke kan henvise til Marcuse (1966), når han beskriver fødslen som det første udtryk for dødsdriften, og ser livet i livmoderen som et oceanisk Nirvana, hvor barnet og hele dets omverden hænger sammen. Man kan heraf udlede spørgsmålet; når Searles' (1960) beskriver mennesket som universets freak med et ønske om at vende tilbage til naturens eller livmoderens sikkerhed, er dette ønske da i virkeligheden drevet af Nirvanaprincippet? På den anden side bliver syntese-ræsonnementet her mere og mere spekulativt på dødsdriftens bekostning. Jeg vil hellere brede mit blik ud og inddrage teori om barnets leg. For legen kan hjælpe os med at forstå, hvordan den rekreative being away oplevelse er en tilstand, hvor bevidstheden åbnes op mod ubevidste ønsker og drifter. Jeg vil foreslå, at det mere er denne bevidsthedens åbning mod det ubevidste, der muliggør, at både dødsdriften og den oceaniske følelse er i spil.

Socialantropolog Eli Åm beskriver en særlig legeoplevelse, hun kalder *den dybe leg*. Den viser sig, når flere børn leger og fantaserer sammen, og det er en selvforglemmende og meget lystfuld oplevelse. Som en rus, der adskiller sig markant fra hverdagens øvrige samspil. Det

er en dyb emotionel oplevelse, hvor børnene lader sig *blive grebet* af legen, de fortaber sig i legen i fuld hengivelse – og denne tilstand tolker Åm som et udtryk for Freuds *oceaniske følelse* (Åm, 1989). Åm forklarer den dybe leg og den oceaniske følelse som en *ekstase*. På græsk betyder *ekstasis* 'at være udenfor sig selv', en følelse af at kunne overskride sig sine egne grænser, som om noget udefra trænger ind i bevidstheden. Det som trænger ind, kommer imidlertid ikke udefra. Det som trænger ind i bevidstheden kommer fra menneskets eget ubevidste, for eksempel som minder fra dengang vi kom til verden, og ekstasen opstår i det øjeblik det ubevidste bryder ind i den bevidste oplevelse (ibid.). Denne Åms beskrivelse af den dybe leg kan bruges som forståelsesramme for den rekreative being away naturoplevelse. Det kunne tyde på, at børnene i legen og de voksne i naturen på samme måde lader sig *blive grebet*, overskrider egne grænser og fortaber sig i den oceaniske følelse. Ubevidste kræfter bryder ind i deres bevidste oplevelse, og Åm foreslår endda, at børnene i legen kommer i kontakt med deres dybeste dødsdrifter (ibid.), som jeg har foreslået, at de voksne gør. En interessant parallel mellem voksne og børn er den tilstand, som går forud for ekstasen eller den oceaniske følelse: Når børn leger og finder på sammen, er de spontane og fantasifulde. De er ifl. Åm (1989) i en særlig tilstand, hvor de *åbner sluserne* mod deres ubevidste for at finde fantasimateriale til legen. Denne tilstand af åbenhed er en *afspændt tilstand*, der muliggør øjeblikkene af ekstase, oceaniske følelser (ibid.). Det Åm her foreslår foregår i legen, har jeg foreslået foregår i den rekreative being away naturoplevelse: At der netop først findes en afspændt tilstand, hjulpet af dødsdriftens trang til ligevægt og afspænding, og siden en sammensmeltet oplevelse, den oceaniske følelse. Med Åms ord, foreslår jeg, at Nirvanaprincippet *åbner sluserne* for mine interviewpersoner, idet de slapper af og deres spænding løsner sig. Den teoretiske sammenhæng mellem dødsdriften og den oceaniske følelse viser sig således i lyset af Åms legeanalyse: Den ene, dødsdriften, bereder muligheden for den anden, den oceaniske følelse. Nirvanaprincippet åbner sluserne mod det ubevidste og muliggør den rekreative regression til spædbarnets oplevelsesverden. Dette kan være en måde at forstå, hvordan naturen får os til at mærke behovet for ro og forbundethed, som Kaplan & Kaplan (1989) skriver. Dette kan være et forslag til sammenhængen mellem de to. Ifl. Åm (1989) er børns grænser mellem bevidstheden og det ubevidste lettere at overskride, deres vej til oceaniske følelser er kortere end for voksne. Dette viser sig i, at den sociale fantasileg er rammen for, at børnene kan åbne sluserne og siden opleve ekstatiske oceaniske øjeblikke – i hinandens selskab. I min undersøgelse er rammen for disse oplevelser naturen og særligt ensomheden i naturen, i interviewpersonernes konkrete tilfælde; at være alene med træer og vækster i Alnarps Rehabiliteringsträdgård. Disse voksne må væk fra

andre mennesker, før deres bevidsthed åbner sig mod deres ubevidste. Det er altså ikke samme vej til den oceaniske følelse, de voksne og børnene følger, men jeg foreslår, at den tilstand de opnår, er den samme, involverer de samme ubevidste processer.

Denne parallel bliver kun tydeligere, hvis vi perspektiverer til børns udendørs leg i naturlige omgivelser: Udemiljøer tillader og tilbyder mere end indemiljøer den *vidlyftiga* leg (Mårtensson, 2013): Denne leg har en eventyrlig dimension, hvor miljøet bliver en stor verden at opdage og udforske, især hvis miljøet opleves som ”... *en del av ett landskap som fortsätter bort mot horisonten.*” (ibid. s. 3). Her mødes udendørs legen med Kaplan & Kaplans (1989) løfte om forbundne vidder på den anden side af perceptionens grænser, og de mødes således også med den oceaniske følelse som en fornemmelse af ubegrænset evighed (Freud, 1930). Med andre ord tilbyder udemiljøer mere end indemiljøer børn denne store, forbundne, oceaniske verden. Med andre ord bliver vejen til den oceaniske følelse kortere ude i naturen, hvorfor man skulle kunne foreslå, at naturen også tilbyder voksne dette rum for fantasien, selvom de ikke springer rundt men blot passivt oplever.

Med denne refleksion over paralleltilstande i leg og rekreative naturoplevelser, vil jeg vende mig mod Freud, på baggrund af hvis ideer alle mine refleksioner hviler. Jeg vil forsvare mit valg af Freuds oprindelige psykoanalyse som teoretisk ramme for undersøgelsen.

Psykoanalysen efter Freud

På Natur, Hälsa och Trädgård uddannelsen er Andersson & Olssons (1993) og Jordan (2009) den eneste litteratur med psykoanalytisk teori, som jeg har mødt. Jeg vil derfor ikke så meget diskutere, hvorfor jeg har valgt psykoanalyse til undersøgelsen, som hvorfor jeg har valgt Freud. Der er bestemt en åbning og måske et behov for, at miljøpsykologien taler med psykoanalysen, men hvorfor vælge Freuds oprindelige teori, når psykoanalysen siden har udviklet sig videre?

Diskussion med objektrelationsteori

Psykoanalysen efter Freud har forgrenet sig i forskellige konkurrerende skoledannelser, som tilsammen udgør den psykodynamiske psykologi. Alle har bevaret noget af Freuds teori, kasseret andet og tilføjet nyt (Andkjær Olsen & Køppe, 1996). En af de markante skoledannelser er objektrelationsteoretikerne, som igen indeholder forskellige skoler. Her

fokuseres særligt på, hvordan mennesker danner intrapsykiske relationer til de objekter, primært personer, vi i omverden har relationer til. Personligheden forstås som relationel, bestående af disse indre objektrelationer (ibid.). Jeg fremhæver objektrelationsteoretikerne, fordi Adevi & Mårtensson (2013) i deres artikel diskuterer de samme interviewpersoner, som jeg arbejder med, i forhold til objektrelationsteoretikeren Donald W. Winnicott. Adevi & Mårtensson foreslår, at Alnarps Rehabiliteringsträdgård for deltagerne kan fungere som *overgangsobjekt* (ibid.), der ifl. Winnicott er et objekt i barnets omverden, som tilskrives stor betydning, fordi det symboliserer en form for tryk zone, hvor barnet føler sig almægtig og kan tolerere, at moren ikke er til stede (Andkjær Olsen & Køppe, 1996). Tanken om haven i Alnarp som et sådan overgangsfænomen i deltagernes liv, måske de støttende træer som overgangsobjekter, der giver deltagerne trykke zoner at være i, indtil de er klar til at udvikle sig videre, er en spændende og relevant måde at tolke deltagernes beskrivelser. Men begrebet overgangsobjekt henviser til et andet alderstrin i barnets udvikling end det, jeg arbejder med i min undersøgelse. I Freuds udviklingspsykologi findes autoerotiske og narcissistiske udviklingstrin inden barnets objektorientering, og også Winnicott mener, at spædbarnets i sine første 0-6 måneder oplever sig som almægtig og sammensmeltet med sin mor – uden at ane, hvor absolut afhængig det er af morens omsorg (Andkjær Olsen & Køppe, 1996). Det er dette almægtige spædbarn, jeg arbejder med, når jeg arbejder med Freuds oceaniske følelse. Det er barnet, før det begynder at erkende sin afhængighed og får behov for overgangsobjekter, som Adevi & Mårtensson (2013) henviser til. At jeg arbejder med et så tidligt trin i barnets udvikling, skulle være argument for, at jeg ikke benytter mig af objektrelationsteoretikernes – eller tilknytningsteoretikernes – videreudvikling af psykoanalysen¹, men at jeg er forblevet i Freuds klassiske teoriramme. Jeg har i stedet fundet Searles (1960), som trods han skriver, efter psykoanalysen forgrenede sig i nye retninger, stadig skriver indenfor Freuds syn på spædbarnets tidligste udvikling.

Diskussion med Stern

Men når jeg nu har valgt netop spædbarnet og Freud, da kommer jeg ikke udenom en diskussion af den nyere empiriske spædbarnsforskning med Daniel N. Stern som pioner:

¹ Selvom tilknytningsteorien er på vej ind i miljøpsykologien med begrebet *place attachment* (Giuliani, 2003), det ville være spændende at tænke haven i Alnarp som en tryk base for deltagerne, en indre arbejdsmodel over en tryk tilknytningsfigur, da tilknytningsteorien også er relevant for voksenlivet (Mikulincer & Shaver, 2008).

Stern (1985) foreslår en anden udviklingsmodel end den klassiske psykoanalytiske stadiemodell; hvor nye udviklingsstadier erstatter tidligere, så disse falder bort og kun kan nå delvis gennem regression (ibid.), for eksempel en regression som den Searles (1960) beskriver, og som jeg har foreslået i min fortolkning. Stern foreslår i stedet en udviklingsmodel i 'lag', hvor der i udviklingen vokser nye *fornemmelser af selvet* ovenpå gamle, men hvor ingen tidligere fornemmelser af selv forsvinder. De tidlige selver lever i os i dynamisk samspil med de senere, og er således lettere tilgængelige for bevidstheden, kræver ikke regression ifl. Stern (1985). Desuden mener Stern, at spædbarnet allerede i to måneders alderen begynder at få en fornemmelse af sit eget selv som afgrænset fra andre mennesker og omverden (ibid.), og han afviser således den psykoanalytiske ide om, at barnet i den første lange periode af sit liv ikke skelner mellem sig selv, den anden og omverdenen. Med andre ord afviser Stern den oceaniske følelse som et udtryk for spædbarnets sammensmeltede verdensoplevelse, hvilket meget af min undersøgelse hviler på. Men ville mit ræsonnement kunne mødes med Stern, hvis jeg ser på, hvordan han forstår barnets to første måneder, hvor fornemmelsen af et selv endnu blot er *emergent* (ibid.), altså ved at komme frem? I livets to første måneder tegner Stern et billede af spædbarnet oplevelsesverden som præorganiseret, det vil sige, at de indtryk barnet får fra verden, endnu ikke er forbundne i associationer, men dog opleves meget stærkt. Spædbarnet perciperer verden amodalt, indtryk opleves som enheder af alle sansemodaliteterne. Spædbarnet oplever disse amodale repræsentationer som affekter, således at sansninger kan være glade eller vrede for eksempel. Og spædbarnet oplever vitalitetsaffekter; det vil sige dynamiske kvaliteter som stigende, faldende og eksploderende, både i sine egne vitale livsprocesser som at trække vejret, vågne og falde i søvn, og i omverdenen, for eksempel når dets mor løfter det op (ibid.). På den måde ser Stern spædbarnets oplevelse som global, en stor enhed af sansemodaliteter, affekter og dynamikker. Det lyder som en teori, jeg kunne have brugt til at forklare den *enhed med naturen*, jeg fandt i being away oplevelsen, særligt fordi Sterns tidligere fornemmelser af selv ikke kræver regressioner for at kunne findes frem i bevidstheden. Da kunne jeg have tolket interviewpersonernes beskrivelser af at finde ro omringet af træer eller vækster, som et udtryk for det emergente selvs enhedsoplevelse af omgivelsernes vitalitetsaffekter. Ligesom i øvrigt Andersson & Olsson (1993) foreslår, at vitalitetsaffekterne giver deres interviewpersoner oplevelsen af, at det fysiske miljø forstår dem. Skulle det have været mere relevant sådan at anvende Stern, som er nyere og har mere moderne empiri i ryggen end Freud? Måske, men med Sterns pragmatiske udgave af spædbarnet ville jeg ikke favne de ubevidste ønsker og forestillinger om almagt, som ligger i Freuds oceaniske følelse, og som jeg foreslår, viser sig i

interviewpersoners beskrivelser af for eksempel den alt tilladende, alt forstående have i Alnarp. Stern (1985) vil i øvrigt slet ikke acceptere, at den sammensmeltede oplevelse, voksne mennesker kan have, har rødder i spædbarnets oplevelsesverden. Ideen om en periode, hvor barnet ikke skelner mellem sig selv og den anden, er yderst tiltrækkende for os, mener Stern, men problematisk:

”Når disse stærke menneskelige følelser af en baggrundsforfølelse af velvære i forening med en anden lokaliseres til et bestemt tidspunkt i den levede tid, tilfredsstilles ønsket om en virkelig psykobiologisk kilde, som sådanne følelser har deres udspring i, og som man muligvis kan vende tilbage til.”

(Stern, 1985, s. 292).

Stern (1985) ser altså i de sammensmeltede oplevelser et stort men urealistisk ønske om, at disse oplevelser har en psykobiologisk kilde i spædbarnets udvikling. Mens Freud (1930) og Searles (1960) i de sammensmeltede oplevelser ser et stort ønske om at vende tilbage til spædbarnets sammensmeltede tilstand, netop fordi denne tilstand var en realitet i udviklingen. Stern forklarer ikke, hvor ønsket så kommer fra. Hvis jeg med undersøgelsen gerne vil forstå being away oplevelsens enhed med naturen som *mere* end det Kaplan & Kaplans (1989) kalder *den spirituelle følelse af at være et med omgivelserne*, da er det måske mere relevant at benytte Freud og Searles, som foreslår en kilde til ønsket og ikke Stern, som ikke gør. Stern kan afvise spædbarnets sammensmeltede periode og punktere min fortolkning, men han kan ikke give mig den psykoanalytiske fordybelse og komplicering af being away oplevelsen, som det er undersøgelsens syfte at finde. Desuden mener Stern selv, at spædbarnets oplevelser af mennesker og dets oplevelser af den fysiske omverden er to adskilte systemer, hvorfor teorien i hans egne øjne ikke synes overførbart på naturen, mens Freud i mine øjne favner naturen med begreberne *Altet* og *den samlede oplevelsesmasse*. Blot fordi Sterns teori om spædbarnet er nyere end Freuds, bliver den altså ikke automatisk mere relevant for undersøgelsens syfte. Searles (1960) betoner, at mange teoretikere glemmer spædbarnets forhold til dets ikke-menneskelige miljø, og selvom Stern skriver senere end også Searles, har Stern (1985) heller ikke udviklet dette perspektiv videre.

Faktisk bliver Searles som teoretiker et argument for også at inkludere Freud: Searles er allerede en reference i den svenske miljøpsykologi (se for eksempel, Grahn, 2005; Grahn & Bengtsson, 2005; Ottosson, 2007), så Freud bliver uvilkårligt relevant, idet Searles'

psykologiske overvejelser, hviler på Freuds psykoanalyse. De af Freuds ideer, jeg har tilladt mig at plukke ud som interessante for denne undersøgelse, har vist sig at være i samklang med Searles, der måske mere end nogen anden har appliceret psykoanalysen på naturen.

I lyset af denne argumentation for mit valg af teoretisk ramme for undersøgelsen, vil jeg diskutere, hvad denne undersøgelse betyder for dette miljøpsykologiske felt.

Undersøgelsens plads i miljøpsykologi og miljøudvikling

Jeg har foreslået, at hvis vi virkelig vil forstå den rekreative being away oplevelse, må vi fordybe Kaplan & Kaplans (1989) begreb med psykoanalytisk teori. Jeg har foreslået, at der i oplevelsen findes Freuds (1930) oceaniske følelse – og heri et ønske om at vende tilbage til spædbarnets tilstand af enhed med omverdenen. Ja måske denne oceaniske enhed kan tænkes at nås i being away oplevelsen via regression, som Searles (1960) skriver. Jeg foreslår således, at being away oplevelsen kan forstås som en rekreativ regression. Jeg foreslår også, at being away oplevelsens længsel efter at komme væk, flugten ind i en anden verden, kan være et udtryk for dødsdriften og Nirvanaprincippets trang til at vende tilbage til en tilstand af ligevægt, afspænding og fred (Freud, 1920). Det kan tænkes, at der er en sammenhæng, således at dødsdriftens ophævelse af indre spænding tillader os at åbne bevidstheden for oceaniske øjeblikke. Being away oplevelsen kan tænkes at bestå af to trin, først naturens fred, afspændingen, og siden enhed med naturen, sammensmeltningen. Det er sådan, jeg har svaret på de spørgsmål, der begyndte min undersøgelse; det er derfor, naturen besvarer længslen efter at komme væk og tilbyder en anden verden at søge ly i, det er being away; som Kaplan & Kaplan begriber det, men fordybet med ideer fra Freud.

Og hvor fører det så hen, at fordybe Kaplan & Kaplans being away begreb med ubevidste ønsker og drifter? Det medfører, at kilden til det terapeutiske eller rekreative i being away oplevelsen placeres i mennesket selv, i menneskets eget indre. Men disse indre længsler, ønsker, drifter; processer fremkaldes og forstærkes jo af den fysiske omverden, i dette tilfælde af Alnarps Rehabiliteringsträdgård. Det er med andre ord naturens fredfyldte information, som fremkalder den oceaniske følelse, og vi lander igen ved den grundlæggende forskel på parret Kaplans og Freuds syn på menneske og omverden: Ifl. Kaplan & Kaplan (1998) er det den ydre verdens information, der virkelig driver vores verden frem, og being away oplevelsen er derfor frem for alt et skift i sceneri, et andet sted med andre stimuli, ny information udefra. Mens Freud ser 'informationen indefra', det ubevidste driftsliv, som det,

der virkelig driver vores verden (Andkjær Olsen & Køppe, 1986), og being away oplevelsen ifl. Freud, som jeg foreslår den, består altså af forløsende processer indefra, for eksempel at ønsket om at blive spædbarn eller trangen til at finde fred forløses, opfyldes. Og her finder der et møde sted mellem de to positioner! Her taler informationen udefra omverdenen med informationen indefra menneskets dyb, fordi det netop er omverdenens, trädgårdens, udefrakommende stimuli, der besvarer indefra kommende ønsker, længsler, drifter, og da opstår det terapeutiske. Med andre ord, forsøger jeg ikke at afvise, at den ydre verdens information driver mennesket frem, men jeg uddyber og komplicerer dette synspunkt ved at insistere på drivende kræfter indeni i mennesket selv. Ved at komplicere Kaplan & Kaplans informationsprocesserende menneske, viser sig også begrænsningerne for en teori baseret på så simpelt og maskinelt et menneske. Disse begrænsninger viser sig gang på gang i Kaplan & Kaplans (1989; 1998) egen tekst som de sprækker, hvor det spirituelle næsten får lov at slippe ind. I hvert fald slipper fantasien ind i teorien, og her er Freud klar til at fortolke fantasierne.

Og hvilken betydning har denne komplicering af det informationsprocesserende menneske så for miljøudvikling? Måske betyder det ikke så meget for landskabsarkitektens konkrete design proces af for eksempel rehabiliteringsträdgårder, som tilbyder being away oplevelser. Men det betyder noget for personalet i haven, det betyder noget for terapeuterne at forstå, hvori de terapeutiske being away oplevelser i haven består, samt hvilken form for terapi som bør bistå disse oplevelser. Det betyder noget for, hvordan vi vælger at forklare den rehabilitering, som finder sted og i så fald, hvordan vi forklarer naturens betydning for vores heling og velbefindende. Hvis vi anskuer mennesket som et væsen, der udelukkende modtager, evaluerer, udvælger og hæmmer information fra omverdenen, da forsimples vi også naturens væsen. Da ser vi, at det primært informationsprocesserende menneske kan blive udmattet af et for stort bombardement af information. Men at blød, fascinerende information som naturens til gengæld kan hjælpe mennesket at hvile og genvinde sin informationsprocesserende kapacitet. Er naturen andet end en form for fascinerende medicin i et sådant ræsonnement? Naturen som noget, man indtager. Og hvor anderledes bliver forståelsen af naturens væsen ikke, hvis vi i stedet ser den som en anden verden, der rummer og forløser menneskets forbudte, fortrængte længsler, ønsker og drifter. Da er naturen ikke medicin. Da er den et terapeutisk rum, der bærer, trøster, favner, beroliger, lytter, tillader og byder på sig selv, som interviewpersonerne i denne undersøgelse oplevede. Det er altså synet på mennesket, der farver synet på naturens betydning og definerer det miljøpsykologiske forhold mellem menneske og miljø: Hvis mennesket anskues for maskinelt, for perceptions-

eller kognitionspsykologisk, bliver naturen en samling helende stimuli, en medicin. Det er afgørende, om vi nøjes med Kaplan & Kaplans kognitive konklusioner, eller om vi forsøger at udforske sprækkerne i deres tekst, intuitionerne mellem linjerne. Hvis mennesket anskues psykoanalytisk, bliver naturen *mere* end summen af stimuli, som Adevi & Mårtensson (2013) efterlyser. Hvis mennesket anskues psykoanalytisk, har vi en teoretisk forståelsesramme, der kan forklare, hvad Grahn & Stigsdotter (2002) mener med, at mennesket i haven længes efter at glemme sig selv og smelte sammen med omgivelserne. Da bliver naturen den anden verden, der tillader mennesket being away oplevelser, som griber ned i det dybeste ubevidste fantasiliv. Måske er denne forståelse alligevel relevant i landskabsarkitekternes design proces? At åbne blikket for natur som mere end stimuli, der skal fascinere den ikke rettede opmærksomhed. At planere et miljø, som kan omfavne og lytte til sine brugere for eksempel, eller et miljø, som besvarer dødsdriften, et Nirvana. At blive bevidst om, at miljøet taler med menneskets ubevidste, kan måske åbne for nye spørgsmål om design, kan man tænke sig platsanalyser i lyset af psykoanalyse? I hvert fald kan det give en øget forståelse af, at den rekreative naturoplevelse er knyttet til menneskets dybere følelsesliv og ikke kun til dets koncentration, kognition og perception af information.

Forsøget på at koble undersøgelsen til det praktiske bliver tydeligere, hvis vi stiger op på det teoretiske niveau, den teori som trods alt betinger praksis. Her finder man i litteratur, som giver et overblik over miljøpsykologi, rekreative miljøer, trädgårdsterapi eller landskabsoplevelser, at Kaplan & Kaplan gang på gang er en primær reference (se for eksempel, Stigsdotter & Grahn, 2002; Gärling, 2005; Grahn, 2005; Hartig, 2005; Hägerhäll, 2005; Küller, 2005). Kaplan & Kaplan er et hovednavn i den miljøpsykologiske kanon. Det betyder, at deres kognitive informationsprocesserende perceptionsperspektiv er noget af det første, noget af det største og noget af det eneste, studerende, kommende praktikere, indenfor dette felt møder. Dét i sig selv er det måske største argument for at forsøge at problematisere, komplicere og fordybe Kaplan & Kaplans teori. En undersøgelse af, om det som tages for givet, er forklaring nok.

Men giver det mening at benytte en anden kanonisk figur som Freud til denne undersøgelse? Og hvor meget vægt har min spekulative being away fortolkning med håndplukkede ideer fra Freud, kan man overhovedet jonglere med psykoanalysen, som jeg har gjort? Kan man udskille aggressionen af dødsdriften, som jeg har gjort? Kan man tale om den oceaniske følelse og det primære jeg uden at komme ind på hele narcissismeteorien? Med andre ord, har den her undersøgelse nogen som helst relevans for praksis?

Det tror jeg. Det tror jeg, fordi der er stemmer i det miljøpsykologiske felt, som savner undersøgelser af menneskets følelsesmæssige forhold til naturen, som ønsker at åbne op for andre videnskabelige traditioner, som efterspørger dynamikkerne mellem menneske og miljø: Ifl. Guiliani (2003) har det taget lang tid før interessen for de mere følelsesmæssige bånd mellem menneske og miljø brød frem i miljøpsykologien. Det følelsesmæssige blev set som sekundært og mindre vigtigt end det kognitive og adfærdsmæssige forhold mellem menneske og miljø. Det tog over tyve år før tilknytningsteorien, som Guiliani benytter som grund for *place attachment*, blev inkluderet i miljøpsykologisk forskning.

Morgan (2010) savner en systematisk teori om begrebet *place* som den subjektive oplevelse af menneskelig eksistens i verden, og han forsøger også at adaptere tilknytningsteoriens følelsesmæssige bånd til *place*. Men Morgan finder for mange forskningstraditioner med uforenelig epistemologi i feltet, og opfordrer forskere til at turde se grænserne for deres paradigme og åbne sig for alternative paradigmer.

Adevi & Mårtensson (2013) konkluderer, at en terapeutisk have er så meget *mere* end naturens fascinerende stimuli. De opfordrer til, at fremtidige undersøgelser retter sig mod det følelsesmæssigt helende bånd, som kan opstå mellem person og *place*: At dynamikkerne i dette bånd undersøges dybere for at forstå betydningen af haven som en for deltagerne helt særlig anden verden.

Og det har jeg gjort. Ligesom Andersson & Olsson (1993) engang foreslog at, det fysiske miljø kan fungere som Kohuts støttende selvobjekt, der tilbyder forståelse for selvets behov, og ligesom Jordan (2009) foreslår, at det moderne menneske er i Kleins paranoide skizoide position i forhold til naturen, har jeg benyttet psykoanalyse i forhold til miljøpsykologi, og foreslået Freuds dødsdrift og den oceaniske følelse i being away oplevelsen. For at give et bud på, hvori det *mere* end fascinerende stimuli består. Det er nye svar i gamle bøger og små skridt hen imod at åbne et felt op, som har været domineret af perception, kognition, og adfærdsstudier. Åbne op for forståelsen af de dybere følelsesmæssige og endda ubevidste dynamikker indeni mennesket i terapi i naturen. Det gør det rekreative og terapeutiske ved naturen mindre stimulus-respons-agtig og mere kompliceret. Igen vil jeg henvise til, hvorfor Freud i første omgang komplicerede tingene. For ”...at give et dækkende og praktisk anvendeligt billede af de kræfter, der regerer i det menneskelige subjekt...” (Andkjær Olsen & Køppe, 1986, s. 314-315). Jeg er ikke i tvivl om, at der er kræfter i mennesket, som Kaplan & Kaplan overser med deres kognitive perspektiv. Men er jeg i tvivl om, om det er de rigtige psykoanalytiske ideer, jeg har kredset om i min undersøgelse. Jeg er bare startet i et lille hjørne af både Kaplan & Kaplans teori og psykoanalysen. Men psykoanalysen er en stor

teoretisk verden, og der er et hav af begreber og skoledannelser, som skulle kunne anvendes i forståelsen af forholdet mellem menneske og miljø. På den måde kan min undersøgelse ses som en opfordring til at tolke videre og komplicere det, som tages for givet.

Referencer

- Adevi, A. A. & Mårtensson, F. (2013) Stress rehabilitation through garden therapy: The garden as a place in the recovery from stress. *Urban Forestry & Urban Garden*
- Andersson, T. & Olsson, E. (1993) Mellan människor och rum. Stockholm: Bygghörsningsrådet.
- Andkjær Olsen, O. & Køppe, S. (1986) Freuds Psykoanalyse. København: Gyldendal.
- Andkjær Olsen, O. & Køppe, S. (1996) Psykoanalysen efter Freud. København: Gyldendal.
- Bryman, A. (2008) Social Research Methods. Oxford University Press.
- Freud, S. (1920) *Bortom lustprincipen*. I: Warren, B., Crafoord, C. & Sjögren, L. (red.) (2003) Samlade skrifter av Sigmund Freud. IX Metapsykologi. Stockholm: Bokförlaget Natur och Kultur.
- Freud, S. (1930) Kulturens byrde. Dansk udgave (1966). København: Hans Reitzels Forlag.
- Giorgi, A. (2009) The Descriptive Phenomenological Method in Psychology – A modified Husserlian Approach. Pennsylvania: Duquesne University Press.
- Giuliani, M. V. (2003) Theory of Attachment and Place Attachment. I: Bonnes, M., Lee, T. & Bonaiuto, M. (red.) Psychological Theories For Environmental Issues. Hampshire: Ashgate.
- Grahn, P. (2005) Om trädgårdsterapi och terapeutiska trädgårdar. I: Johansson, M. & Küller, M. (red.) *Svensk Miljöpsykologi*. Lund: Studentlitteratur.
- Grahn, P. & Bengtsson, A. (2005) Lagstifta om utevistelse för alla! Låt våra gamla komma utomhus när de önskar! I: G. Blücher & G. Graninger (Eds.), *Den omvända ålderspyramiden*. Stiftelsen Vadstena Forum: Vadstena.

Gärling, T. (2005) Svensk miljöpsykologi i ett internationellt perspektiv: Historik, nuläge och framtiden. I: Johansson, M. & Küller, M. (red.) *Svensk Miljöpsykologi*. Lund: Studentlitteratur.

Hartig, T. (2005) Teorier om restorative miljöer – förr, nu och i framtiden. I: Johansson, M. & Küller, M. (red.) *Svensk Miljöpsykologi*. Lund: Studentlitteratur.

Hägerhäll, C. M. (2005) Naturen i landskapsupplevelsen och landskapsupplevelsens natur. I: Johansson, M. & Küller, M. (red.) *Svensk Miljöpsykologi*. Lund: Studentlitteratur.

Ivarsson, C. T. & Hägerhäll, C. M. (2008) The perceived restorativeness of gardens – Assessing the restorativeness of a mixed built and natural scene type. *Urban Forestry & Urban Greening* 7. pp 107-108

Jordan, M. (2009) Nature and self – an ambivalent attachment. *Ecopsychology*. 1(1), 26-31.

Kaplan, R. & Kaplan, S. (1989) *The Experience of Nature – a psychological perspective*. New York: Cambridge University Press.

Kaplan R., Kaplan, S. & Ryan, R. L. (1998) *With People in Mind*. Washington: Island Press.

Kvale, S. (1997) *Interview*. København: Hans Reitzels Forlag.

Küller, R. (2005) Miljöpsykologins uppkomst och utveckling i Sverige. I: Johansson, M. & Küller, M. (red.) *Svensk Miljöpsykologi*. Lund: Studentlitteratur.

Langemar, P. (2008) *Kvalitativ Forskningsmetod i psykologi – at låta en värld öppna sig*. Stockholm: Liber AB.

Marcuse, H. (1966) *Eros og Civilisationen*. Haslev: Gyldendal

Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2008) *Adult Attachment and Affect Regulation*. I: Cassidy, J. & Shaver, P. R. (red) *Handbook of Attachment*. New York: The Guilford Press.

Morgan, P. (2010) Towards a developmental theory of place attachment. *Journal of Environmental Psychology* 30 ss 11-22.

Mårtensson, F. (2013) Vägledande miljödimensioner för barns utomhuslek. *Socialmedicinsk Tidsskrift nr 4*. (IN PRESS)

Norbrandt, H. (1998) *Drømmebroer*. København: Gyldendal.

Ossiansson, C. (2004) Hur kan rehabiliteringsträdgården hjälpa patienter med utmattningssyndrom? *Examensarbete, termin 10, Läkarutbildningen, Lunds Universitet*.

Ottosson, J. (2007) *The importance of Nature in Coping*. Doctoral thesis no 2007:115. Faculty of Landscape planning, Horticulture and Agricultural science.

Searles, H. F. (1960) *The Nonhuman Environment In Normal Development and in Schizophrenia*. New York: International Universities Press, inc.

Stern (1985) *Spædbarnets interpersonelle verden*. København: Hans Reitzels Forlag.

Stigsdotter, U. & Grahn, P. (2002) What Makes a Garden a Healing Garden? *Journal of Therapeutic Horticulture* Vol 13, pp 60-69.

Ulrich, R. (1999) Effects of Gardens on Health Outcomes: Theory and Research. I: Cooper Marcus & Barnes, M. (eds.) *Healing Gardens, Therapeutic Benefits and Design Recommendations*. New York: John Wiley & Sons.

Åm, E. (1989) *Leken – ur barnets perspektiv*. Borås: Natur och Kultur.

Musik

Armstrong, L. & Crosby, B. *Gone Fishin' . The Louis Armstrong Story* (2005).