



Sveriges lantbruksuniversitet
Swedish University of Agricultural Sciences

Fakulteten för landskapsarkitektur,
trädgårds- och växtproduktionsvetenskap

Odling för asylsökande; potentiella möjligheter för en förbättrad hälsa och social miljö på asylboenden

Gardening for asylum seekers; potential possibilities for an
improved health and social environment in asylum centres

- *Louise Thornander*



Odling för asylsökande; potentiella möjligheter för en förbättrad hälsa och social miljö på asylboenden

Gardening for asylum seekers; potential possibilities for an improved health and social environment in asylum centres

Louise Thornander

Handledare: Helena Karlén, SLU, Institutionen för biosystem och teknologi

Btr handledare: Sven-Axel Svensson, projektledare, volontär

Examinator: Peter Lundqvist, SLU, Institutionen för arbetsvetenskap, ekonomi och miljöpsykologi

Omfattning: 15 hp

Nivå och fördjupning: G2E

Kurstitel: Kandidatarbete i trädgårdsvetenskap

Kurskod: EX0495

Program/utbildning: Trädgårdsingenjör: odling – kandidatprogram

Utgivningsort: Alnarp

Utgivningsår: 2016

Omslagsbild: Sven-Axel Svensson

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

Nyckelord: *odling, hortikultur, trädgårdsterapi, asylsökande, flyktingar, asylboende, hälsa, social miljö*

Förord

Jag vill tacka mina handledare Helena Karlén och Acke Svensson för ert stöd och engagemang under arbetets gång, samt tacka för många intressanta diskussioner och konstruktiv kritik. Jag vill också tacka personal och boende på Stockeboda för ert vänliga bemötande under mina besök – så mycket glädje och positiv energi trots en situation som jag tror att jag själv aldrig hade klarat av.

Sammanfattning

Asylsökande är en mycket utsatt grupp i dagens samhälle som i stor utsträckning lever med en försämrad hälsa och bristande social miljö. För att vända den negativa utvecklingen av deras situation behöver lämpliga åtgärder implementeras i samhället. Odling är en aktivitet som är välkänd för att ha en positiv inverkan på både hälsa och social miljö, särskilt för marginaliserade grupper i samhället. Denna studies mål är därför att undersöka vilka möjligheter och utmaningar för påverkan på hälsa och social miljö som kan tänkas finnas för odling med asylsökande. Studien är kvalitativ och består av både en litteraturstudie och en fallstudie, där fallstudien har genomförts genom deltagande observation.

Studien fann flera tänkbara möjligheter för asylsökande med ett antal huvudteman identifierade, vilka för hälsan är: ökat mentalt välbefinnande, förbättrad fysisk hälsa, minskad stress och positiv självuppfattning. För den sociala miljön identifierades samhällsengagemang och -organisering, social inkludering och socialt nätverk. Utmaningar och negativa effekter av olika karaktär hittades också, men sammanställdes inte i teman på grund av bristande underlag i studierna.

Slutsatsen är att det finns en potential för odlingsprojekt att förbättra asylsökandes hälsa och sociala miljö, ifall de rätta förutsättningarna ges. Utmaningar och negativa effekter behöver undersökas mer i framtida studier för få en mer representativ bild av dessa aspekter.

Abstract

Asylum seekers are a very vulnerable group in today's society, which to a great extent is suffering from impaired health and a disadvantageous social environment. In order to reverse the negative development of their situation, appropriate interventions have to be implemented in the society. Therefore, the aim of this study is to explore the opportunities and challenges of the impact on health and social environment that may be available in gardening with asylum seekers. It is a qualitative study, which consists of both a literature review and a case study, where participant observation has been used for the case study.

The study found several possible options for asylum seekers with a number of key themes identified, of which the health aspects are: increased mental well-being, improved physical health, reduced stress and a positive self image. For the social environment, three main categories were identified: community engagement and organisation, social inclusion and social networks. Challenges and negative effects of different nature was also found in the study, but wasn't categorised into major themes due to lacking research material.

The conclusion is that gardening activities have the potential to improve the health and social environment of asylum seekers, if the right conditions are provided. Challenges and negative effects need to be examined further in future studies in order to obtain a more representative picture of these aspects.

Definitioner

Asyl

”Ett uppehållstillstånd som en utländsk medborgare kan få för att den räknas som flykting enligt Sveriges lag och flyktingkonventionen, också kallad Genèvekonventionen.” (Migrationsverket, 2015a).

Asylsökande

”En utländsk medborgare som begärt skydd, en ansökan som prövas av Migrationsverket och/eller migrationsdomstol.” (Migrationsverket, 2015a). Med andra ord har en asylsökande ingen flyktingstatus, men ansöker om att få det bekräftat.

Asylboende eller anläggningsboende

”Det boende som Migrationsverket erbjuder asylsökande under väntetiden för beslut om asyl.” (Migrationsverket, 2015a). Kan bestå av egen lägenhet eller större anläggning.

Flykting

”Utländsk medborgare som har ansökt om asyl och fått uppehållstillstånd i Sverige av flyktingskäl”, se Genève-konventionen. (Migrationsverket, 2015a). En flykting kan alltså bara definieras som det om denne har fått sin status prövad, vilket kan ske både efter och innan flykt.

Flyktingkonventionen eller Genèvekonventionen

”FN:s flyktingkonvention från 1951 angående flyktingars rättsliga ställning. Det innebär att Sverige ska pröva varje asylansökan och ge de människor asyl, som är flyktingar enligt konventionen. [...]. Enligt konventionen är flyktingar personer som har välgrundade skäl att vara rädda för förföljelse på grund av:

- etnicitet
- nationalitet
- religiös eller politisk uppfattning
- kön
- sexuell läggning eller
- tillhörighet till viss samhällsgrupp

Förföljelsen kan komma från hemlandets myndigheter, men det kan också vara så att myndigheterna inte kan ge trygghet mot förföljelse från enskilda personer.”
(Migrationsverket, 2015a).

Trädgårdsterapi

- Helande trädgårdar

”Therapeutic horticulture is the process by which individuals may develop well-being using plants and horticulture. This is achieved by active or passive involvement” (Growth Point, citerad i Aldridge och Sempik, 2002).

- Odlingsterapi

”Horticultural therapy is the use of plants by a trained professional as a medium through which certain clinically defined goals may be met” (Growth Point, citerad i Aldridge och Sempik, 2002).

Innehållsförteckning

Förord

Sammanfattning

Abstract

Definitioner

1. Introduktion	1
1.1. Bakgrund	1
1.2. Mål och syfte	4
1.3. Frågeställningar	5
1.4. Avgränsningar	5
2. Material och metod	5
3. Resultat	6
3.1. Litteraturstudie	6
3.1.1. Erfarenheter från odlingsprojekt för asylsökande och flyktingar	6
3.1.2. Erfarenheter från odling med andra målgrupper	9
3.2. Fallstudie	12
3.2.1. Stockeboda asylboende	12
3.2.2. Planering och förberedelser	13
3.2.3. Uppstartsfas av odlingen	16
3.2.4. Möjligheter och utmaningar i relation till litteraturen	17
4. Diskussion	19
5. Slutsats	23
Litteraturförteckning	25

Tabell 1

Tabell 2

1. Introduktion

1.1. Bakgrund

Trädgård och odling som helande medel

Naturens och trädgårdens helande förmåga har dokumenterats av människor sedan länge. De tidigaste exemplen är över 2000 år gamla och kommer från det antika Egypten där människor med psykisk ohälsa rekommenderades promenader i palatsets trädgårdar (Simson och Straus, 1997). Gröna miljöer som en helande funktion återfinns vidare genom den mänskliga historien i det persiska riket, det romerska riket, under medeltiden och ända fram till modern tid (Johansson och Küller, 2005). Sedan 1800-talet har de terapeutiska egenskaperna dokumenterats mer utförligt på olika institutioner och har riktat sig mot både mental och fysisk rehabilitering (Simson och Straus, 1997).

Idag är trädgård och odling ett erkänt medel för att förbättra människors välbefinnande och forskning inom området benämns oftast under begreppet trädgårdsterapi (horticultural therapy) (Sempik et al., 2005a). Från 1900-talet och framåt har många olika teorier och metoder utvecklats kring hur natur och trädgård kan användas terapeutiskt och ämnet engagerar flera olika vetenskapliga discipliner och yrkesområden (Johansson och Küller, 2005; Stigsdotter och Grahn, 2002). Bland de olika vetenskapsgrenar som är involverade i forskningen finns landskapsarkitektur, hortikultur, arbetsmiljövetenskap, miljöpsykologi och beteendevetenskap (Stigsdotter et al., 2011).

Enligt Stigsdotter et al. (2011) och Johansson och Küller (2005) kan begreppet trädgårdsterapi delas upp i två huvudsakliga koncept, vilka av Johansson och Küller (2005) på svenska definieras som helande trädgårdar och odlingsterapi. Helande trädgårdar handlar om hur designen av gröna miljöer påverkar människor, både i passiv och aktiv deltagandeform, utan närvaron av en terapeutisk plan (Johansson och Küller, 2005; Stigsdotter et al., 2011). Begreppet odlingsterapi innefattar, precis som helande trädgårdar, den planerade gröna miljön, men är även sammankopplat med terapeutiska åtgärder. Inom odlingsterapin anses de positiva effekterna på hälsan framförallt komma från de specifika aktiviteterna i miljön, snarare än från miljön i sig.

Litteratur inom trädgårdsterapi nämner många olika fördelar med odling som aktivitet (Annerstedt and Währborg, 2011; Sempik et al., 2005b). Framförallt observeras många positiva effekter på den psykiska och fysiska hälsan, och den

sociala miljön. Odling har kunnat användas terapeutiskt för ett brett spektra av sjukdomar, från schizofreni till hjärtsvikt. Det har även en funktion i att stärka det allmänna välbefinnandet hos människor, med aspekter såsom självkänsla, stress och emotionellt välbefinnande.

Utöver påverkan på ett individuellt plan, har trädgårdsterapi visat sig ha positiv påverkan på grupp- och samhällsnivå genom en förbättrad social miljö. Social horticulture är ett begrepp inom trädgårdsterapin som behandlar just dessa värden mer, och en typisk sådan miljö brukar vara stadsodlingar eller gemenskapsodlingar, så kallade community gardens (American Horticultural Therapy Association, 2012). Ett snarlikt begrepp är Social Therapeutic Horticulture, STH, som är ett nyligen utvecklat koncept för trädgårdsrelaterade aktiviteter som främjar hälsa och välbefinnande hos utsatta grupper i samhället (Sempik et al., 2005b)

Många positiva egenskaper framhålls med trädgårdsterapi, men kritik har framförts på bristande kvalitet på studier inom området från en av de senare litteratursammanställningarna av Sempik et al. (2003). Framförallt har metoderna varit bristande, vilka har saknat bland annat objektivitet och kontrollgrupper i studierna. Det har även saknats regelbundna litteratursammanställningar av studier och därmed efterlyste Sempik et al. (2003) både en högre kvalitet och fler synteser i kommande forskning.

Inom trädgårdsterapin ryms idag många olika målgrupper, där de allra flesta kommer från marginaliserade grupper i samhället (Sempik och Aldridge, 2006). Exempel på målgrupper är: personer med psykisk ohälsa, inlärningssvårigheter, fysiska funktionsvariationer, missbruk, arbetslösa, hemlösa, äldre människor, och synskadade. I undersökningar av trädgårdsterapi-projekt i England, som gjordes av Naidoo et al. (2001) och Sempik och Aldridge (2006), visade det sig att etniska minoriteter var grovt underrepresenterade, trots att de är i stort behov av denna typ av projekt. Den absolut minsta målgruppen var flyktingar och asylsökande, vilken utgjorde 9 av 836 trädgårdsterapiprojekt (Sempik och Aldridge, 2006).

Asylsökandes situation i världen och Sverige

Naturkatastrofer, väpnade konflikter och ekonomiska kriser sker ständigt runt om i världen och tvingar människor på flykt. FN:s flyktingorgan, UNHCR (2015), rapporterade i slutet av 2015 att antalet flyktingar i världen uppskattades vara runt 60

miljoner. Så många människor har inte varit på flykt sedan andra världskriget. Enligt UNHCR är det pågående kriget i Syrien en stor bidragande faktor till ökningen.

Silove D et al. (2000) beskriver i sin studie en ökande oro i Väst över en okontrollerad migration till Europa, Nordamerika och Australien. Detta har lett till att den västerländska politiken har ändrat riktning från en humanistisk linje till att vara alltmer avskräckande för människor att söka skydd. I många länder har restriktiva åtgärder införts såsom försvårade processer för asylsökande, temporära uppehållstillstånd och isolering i förvar. I flera länder begränsas också möjligheten till jobb, utbildning, att hyra/äga en bostad samt i vissa fall grundläggande sjukvård.

En litteraturgenomgång av asylsökandes hälsa i västländer av Ryan et al. (2009) fann att asylsökande i hög grad lider av depression, ångest och posttraumatiskt stressyndrom (PTSD). Den psykiska ohälsan beror på påfrestningar och trauman från både före, under och efter migration. Författarna framhåller också att många studier visar på att asylsökande i större utsträckning lider av mental ohälsa än flyktingar. Enligt Ryan et al. (2009), är den troliga orsaken till det de multipla stressfaktorer som asylsökande utsätts för vid ankomst till ett nytt land, i kombination med väldigt begränsade resurser för att hantera sin situation.

Utöver exemplen ovan, identifierar studien även stressfaktorer såsom: separation från familjen, rädsla för utvisning, tvingad arbetslöshet, diskriminering, meningslöshet, ekonomisk stress, ifrågasättande av traumatiska upplevelser och upplevd isolering. Denna situation skiljer sig från flyktingarnas då de redan har fått en laglig status som flykting, eller redan har fått uppehållstillstånd i landet, och därmed utsätts för färre stressfaktorer samt har fler resurser till godo. Därmed kan asylsökande anses vara en mer utsatt och marginaliserad grupp i jämförelse med flyktingar.

I Sverige är situationen liknande den i andra västländer. Enligt Migrationsverket (2016a) tog Sverige 2015 emot 162 877 asylsökande, vilket var en 50 % ökning från 2014. Den stora ökningen av flyktingar och ett europeiskt system som inte är byggt för att hantera det (Alfred, 2015), har gjort att väntetiden för en asylutredning, från det att en ansökan görs, idag beräknas ta upp till 2 år (Migrationsverket, 2016). Under väntetiden för beslut om asyl ansvarar migrationsverket för att ordna boende till de asylsökande och ekonomiskt bidrag som ska täcka kostnader för mat, transport och andra personliga utgifter såsom exempelvis sjukvård (Migrationsverket, 2013).

Så som i många andra västländer, har en person som söker asyl i Sverige och saknar identitetshandlingar inte rätt till varken personnummer, jobb eller utbildning om den är över 18 år (Migrationsverket, 2016b; Skolverket, 2015). Detta gör att asylsökande på flera sätt blir mycket begränsade att engagera sig i samhället tills de har fått uppehållstillstånd, vilket motverkar deras integration i samhället (Alfred, 2015). Dessutom visar Hallas et al. (2007) i sin studie att den psykiska ohälsan hos asylsökande ökar markant ju längre tid de måste vänta i ett asylboende.

Socialstyrelsen (2015) och Studieförbundet (2016) skriver också om hur detta resulterar i att många saknar sysselsättning och meningsfullhet i tillvaron. Språk och kultur är ett annat hinder som gör att asylsökande exkluderas från samhället. Detta ger upphov till frustration, oro och stress hos många asylsökande då det är ytterligare faktorer som motverkar deras integration i samhället.

Flyktingar är däremot ingenting nytt i historien. Människor som har varit på flykt och sökt asyl i andra länder har framställts i skrift det senaste mileniet (Craig, 2010). Människor har sökt skydd från samma saker som idag: konflikter, naturkatastrofer och förtyck. Trots denna långa erfarenhet, saknas system i samhället för att klara av dessa händelser (Alfred, 2015). Vi kan förvänta oss att nya kriser kommer att uppstå även i framtiden, där människor tvingas på flykt. Därför bör det utformas metoder och beredskaper för hur människor kan tas emot, tas om hand och integreras, istället för att uppfinna hjulet på nytt varje gång.

Trädgårdsterapin har visat sig ha en stor potential för att på ett lyckat sätt ta hand om marginaliserade grupper i samhället. Sett till att det idag finns cirka 8000 asylboenden i Sverige (Bouvin, 2015), finns det en stor målgrupp som kan ha användning av det. Det finns dock få studier som tar upp möjligheterna med det, och ännu färre som undersöker specifika fall där asylsökande deltar i odlingsprojekt. Därför skulle ett arbete om ämnet kunna fylla en lucka inom området.

1.2. Mål och syfte

Målet med detta arbete är att redogöra för vilka effekter som odling kan ha för asylsökandes hälsa och sociala miljö, att dokumentera uppstartsfasen av ett odlingsprojekt på ett asylboende, samt att undersöka vilka utmaningar och möjligheter som blivit synliggjorda under processen.

Syftet med studien är att bidra med lärdomar till framtida odlingsprojekt för asylboenden i Sverige och att åskådliggöra de sociala värden som hortikultur kan ha för asylsökande som marginaliserad samhällsgrupp.

1.3. Frågeställningar

Vilka möjligheter har odling att påverka asylsökandes hälsa och sociala miljö på asylboenden i Sverige?

Hur kan ett odlingsprojekt på ett asylboende genomföras i praktiken från planering till plantuppdragning och vilka lärdomar kan dras från det?

1.4. Avgränsningar

Litteraturstudien är avgränsad till olika former av odlingsprojekt som berör flyktingar, asylsökande eller målgrupper med liknande attribut. Den är också geografiskt avgränsad till att behandla studier baserade på erfarenheter i Västländer. Fallstudien är geografiskt avgränsad till Stockeboda asylboende samt i tid avgränsad till att behandla planerings- och uppstartsfas av odlingsprojektet.

2. Material och metod

Studien är en kvalitativ studie som består av två delar, en litteraturstudie och en fallstudie. Litteraturstudien är en genomgång av för arbetet lämpliga, dokumenterade projekt, studier och litteraturgenomgångar i ämnet. Litteratur samlades genom att använda sökdatabaserna Primo, Web of Science och Google Scholar samt genom att leta i referenslistor i studier inom området. Sökord som användes var ”horticultural therapy”, ”therapeutic horticulture”, ”garden*”, ”refugees” och ”asylum-seekers”.

Urvalet av relevanta artiklar gjordes efter kriterierna att studien hade:

- Odling som huvudsaklig aktivitet och undersökte påverkan på hälsa och social miljö i någon form.
- Flyktingar eller asylsökande som målgrupp alternativt en tillämplig målgrupp med liknande symptom/situation.
- En västerländsk kultur som geografisk utgångspunkt.

- Publicerats senare än 2000 (efter litteratursammanställningen av Sempik et al.) för att få med de senaste studierna och litteratursammanställningarna inom området.

Fallstudien utfördes genom deltagande observation på platsen och med ostrukturerade intervjuer av projektledarna för att kunna hämta information som inte var möjlig genom observation. Asylboendet besöktes vid fyra tillfällen och data samlades genom anteckningar och ljudupptagning.

Totalt 10 studier hittades som stämde in på kriterierna, varav en valdes bort för att den anseddes ha för låg kvalitet. Tre av studierna hade specifikt flyktingar som målgrupp, med en liten andel asylsökande i två av dem. De sex resterande studierna hade en målgrupp som inte specifikt bestod av asylsökande, men som ansågs ha relevanta egenskaper att dra erfarenheter av. Tre av studierna undersökte människor med mental ohälsa, framförallt ångest och depression, vilka är samma symptom som asylsökande ofta har. Två av dessa var litteratursammanställningar av totalt 14 studier. De arbeten i litteratursammanställningarna som inte motsvarade kriterierna uteslöts.

De sista tre studierna redogjorde för erfarenheter för en blandad målgrupp, där deltagarna bestod av marginaliserade samhällsgrupper i form av etniska minoriteter vars andel varierade mellan ungefär 25-79 %. Då dessa studier framförallt undersöker odlingens påverkan på den sociala miljön och inte på individens specifika situation, samt till stor del innefattar marginaliserade grupper liknande asylsökandes, ansågs de vara av värde för detta arbete.

3. Resultat

3.1. Litteraturstudie

3.1.2. Erfarenheter från odlingsprojekt för asylsökande och flyktingar

Hälsa

Den vetenskapliga litteraturen kring odlingsprojekt för flyktingar och asylsökande som målgrupp är väldigt begränsad, då det inte är ett särskilt utforskat område ännu. Några exempel med enbart asylsökande som målgrupp finns inte överhuvudtaget. Tre studier hittades som beskrev stads-/gemenskapsodling med flyktingar bosatta i västerländska samhällen. I dessa studier är en del av deltagarna asylsökande.

I alla studierna återfinns flera positiva effekter från odlingen på flyktingarnas hälsa, framförallt den psykiska hälsan. Bishop och Purcell (2013) identifierar odlandet som en meningsfull aktivitet för flyktingarna, vilket är en viktig förutsättning för att förbättra människors välmående och psykiska hälsa (Creek och Lougher, 2011). Enligt Bishop och Purcell (2013) består meningsfullheten i att få producera sin egen mat, ta hand om sina växter och att ha en fritidsaktivitet som ger en glädje, vilket också Harris et al. (2014) bekräftar i sin studie.

I båda studierna är odlandet även en betydelsefull länk till att minnas sitt tidigare liv, såsom att ha odlat tidigare och att minnas ett annorlunda väder och klimat. För deltagare som hade odlat tidigare, gav projektet dem mer självförtroende och känsla av att ha ett syfte när de kunde bidra med egna kunskaper och färdigheter som värdesattes högt (Harris et al., 2014). Att få äga och sköta sin egen mark anses också vara en viktig faktor för upplevelsen av meningsfullhet, eftersom det får många att känna sig som lagliga och fullvärdiga medborgare.

I Bishop och Purcells (2013) studie fann man att flyktingar upplevde ett ökat lugn och välmående av att delta i projektet. Odlandet tog tillfälligt bort stress och oro kring många av de vanliga problem som flyktingar och asylsökande möts av dagligen. En minskad stress över ens ekonomiska situation upplevdes också i studien av Eggert et al. (2015), genom ett minskat behov av att handla i och med tillskott på mat från odlingen.

Tillskottet från den egna odlingen gjorde också att flyktingarnas intag av grönsaker ökade, vilket visar på en positiv aspekt för den fysiska hälsan. Både Harris et al. (2014) och Eggert et al. (2015) rapporterade även att deltagarnas fysiska aktivitet hade ökat. Odlingen öppnade också möjligheten för att odla och äta mer kulturellt relevanta grönsaker och kryddor som flyktingarna inte har haft tillgång till i mataffärer. När maten kunde anpassas kulturellt upplevdes kosten som mer meningsfull och flyktingarnas känsla av kontroll över sina liv ökade (Eggert et al. 2015).

Social miljö

Utöver de positiva effekterna på flyktingarnas hälsa, visade alla studierna på positiva följder för den sociala miljön (Bishop och Purcell, 2013; Eggert et al., 2015; Harris et al., 2014). Framförallt upplevde deltagarna en ökad känsla av att tillhöra ett sammanhang (Bishop och Purcell, 2013; Harris et al., 2014). Enligt Bishop och

Purcell (2013), gav själva odlingen som aktivitet goda förutsättningar för en gynnsam social interaktion, vilket ledde till en socialt inkluderande grupp. En förutsättning var att odling i stor utsträckning är en fysisk aktivitet som inte kräver verbal interaktion. Det öppnade upp för andra möjligheter att kunna kommunicera och delta för flyktingar som var osäkra på språket.

I båda studierna av Bishop och Purcell (2013) och Harris et al. (2014) värdesattes möjligheten att finna nya bekantskaper och vänner högt av flyktingarna. Harris et al. (2014) fann dessutom att deltagarna skapade nya kontakter både innanför och utanför projektet med människor som också hade odling som ett intresse. Flyktingarna i Bishop och Purcells (2013) studie uppskattade den stora diversiteten i gruppen. Den stora blandningen av etnicitet, ålder och kultur skapade goda grunder för att både få dela med sig och själv få ta del av nya kunskaper och erfarenheter.

Att odla grönsaker tillsammans byggde upp en ömsesidig förståelse hos flyktingarna om att samarbete och tillit krävdes för att alla skulle kunna nå sina mål (Bishop och Purcell, 2013; Harris et al., 2014). Detta ansågs vara en grundläggande faktor för skapandet av samhörigheten och inkluderingen i grupperna. I studien av Eggert et al. (2015) fanns ett tydligt exempel på detta där flyktingarna hade hjälpt varandra med bevattning och ogräsrensning i sina grannars odlingar, utan att grannen hade vetat om det.

I studierna fann man också ett ökat samhälleligt engagemang och ett visst främjande av flyktingarnas integrering i samhället (Bishop och Purcell, 2013; Eggert et al., 2015; Harris et al., 2014). I Bishop och Purcells (2013) studie stöttade projektledarna flyktingarna med att gå med i andra projekt, kurser eller liknande, utanför den befintliga gruppen. Harris et al. (2014) beskriver hur flyktingarna upplevde en starkare anknytning till sitt nya land genom att få ta hand om en fysisk plats, utöva en familjär aktivitet och en känna tillhörighet.

Baserat på de efterforskningar som har gjorts av detta arbetes författare, finns det i Sverige idag några få odlingsprojekt för asylsökande och flyktingar. Alla har startat detta år och därför saknas både dokumentation och erfarenheter att ta del av från projekten. Utöver projektet på Stockebodas asylboende, finns odlingsprojekt på två andra asylboenden och ett som är för asylsökande men som genomförs i ett koloniträdgårdsområde (Ermerud 2016-04-12; Hasselberg 2016-04-14). Det som kan sägas om projekten i detta stadiet, är att de alla har startats med målet att skapa

sysselsättning och meningsfullhet för de asylsökande. Det finns även ett trädgårdsterapiprojekt som är ämnat specifikt för flyktingar i Alnarps rehabiliteringsträdgård, vilket det bedrivs forskning kring. Inget material har dock publicerats om detta än.

3.1.2. Erfarenheter från odling med andra målgrupper

Hälsa

I alla studierna förutom en, fann man någon typ av positiv påverkan på den mentala hälsan. Det mentala välbefinnandet bestod av många olika aspekter, men några större teman kunde identifieras i litteraturen. Reducerad stress och ett ökat lugn hos deltagarna återfanns i flera studier (Clatworthy et al., 2013; Wakefield et al., 2007; York och Wiseman, 2012). En ökad självkänsla och skapandet av en ny, positiv identitet var en annan aspekt som bekräftades av deltagare i flera studier (Clatworthy et al., 2013; Diamant och Waterhouse, 2010; Wakefield et al., 2007; York och Wiseman, 2012).

Enligt York och Wiseman (2012) grundade det sig den positiva identiteten i odlingsaktiviteternas karaktär som motverkade känsla av stigmatisering och fick deltagarna att känna att de gjorde något vanligt. Både York och Wiseman (2012) och Wakefield et al. (2007) lyfter vikten av att få ny kunskap och nya färdigheter för en ökad självkänsla. Färdigheterna var dessutom av en karaktär som kunde användas utanför odlingsprojektet och som ansågs ge yrkesmässiga fördelar (Clatworthy et al., 2013). Däremot lyftes risken för ett minskat självförtroende om deltagare misslyckades upprepade gånger, utan att ha ett bra stöd från en kompetent terapeut (Jonasson et al. citerad i York och Wiseman, 2012).

I olika stor utsträckning beskrevs andra fördelar för den mentala hälsan, såsom återhämtad förmåga till uppmärksamhet (Clatworthy et al., 2013), känsla av att höra till ett sammanhang (Diamant och Waterhouse, 2010; Teig et al., 2009), minskade symptom av ångest och depression Clatworthy et al. (2013), utbyte av olika kulturer (Teig et al., 2009; Wakefield et al., 2007), upplevelse av spirituella värden (Clatworthy et al., 2013; York och Wiseman, 2012) och känsla av ömsesidig förståelse och tillit (Teig et al., 2009; Wakefield et al., 2007). Den psykiska hälsan påverkades också av faktorer på grupp-nivå, men dessa faktorer kommer att tas upp under den sociala miljön istället.

Flera studier visade också indikationer på en effekt på den fysiska hälsan. Deltagare rapporterade om att ha ökat sin fysiska aktivitet och kondition (Clatworthy et al., 2013; Wakefield et al., 2007; York och Wiseman, 2012) och att ha ökat sitt intag av mer hälsosam mat samt upplevt en förbättrad tillgänglighet till mat i allmänhet (Teig et al., 2009; Wakefield et al., 2007).

I motsats till de positiva aspekterna beskrev Wakefield et al. (2007) i sin studie att många odlare upplevde oro över tillgången till marken, vilket även Armstrong (2000) bekräftar. Inga av trädgårdarna ägdes av odlarna själva, vilket ledde till osäkerhet kring om de kunde räkna med att få behålla dem i framtiden (Wakefield et al., 2007). Oron grundade sig också i ett upplevt byråkratiskt motstånd, där odlarna kände att olika beslutsfattare negligerade deras projekt. En del kände också oro över att deras jord kunde vara kontaminerad, eftersom att den var i stadsmiljö och inte hade blivit undersökt. Ytterligare en källa till stress var bristen på resurser till odlingen, framförallt finansiella. Även detta skapade osäkerhet kring framtida förväntningar på tillgång till odlingsplatsen. Clatworthy et al. (2013) belyste att det fanns en frånvaro av analys av negativa effekter i många studier.

Social miljö

I alla studier fann man positiva effekter på den sociala miljön. Detta är av stor betydelse då den sociala miljön i stor utsträckning påverkar den mentala hälsan hos individer (Kawachi och Berkman, 2001). Större teman som identifierades i studierna var: Social inkludering, samhälleligt deltagande och organisering samt skapande av sociala nätverk.

Gemensamt för nästan alla studierna var den sociala inkluderingen där deltagarna upplevde gemenskap, inkludering och en känsla av att få tillhöra ett sammanhang. Enligt York och Wiseman (2012) fanns flera orsaker till upplevelsen av social inkludering, däribland en stöttande och accepterande grupp, känslan av att göra något ”större” som hade betydelse för samhället och den naturliga miljön i sig. I studien av Wakefield et al. (2007) upplevde deltagarna att det centrala i deras sammanhållning var att de delade allt: verktyg, mark, ideer och skörd. Tillit och ömsesidig förståelse var viktiga byggstenar för social inkludering i studien av Teig et al. (2009).

Samhällsengagemang och organisering var ett återkommande tema för studierna (Armstrong, 2000; Teig et al., 2009; Wakefield et al., 2007; York och

Wiseman, 2012). Ett av de vanligare exemplen var att odlingsprojekten verkade som en katalysator för deltagarna att uppmärksamma och försöka lösa andra samhällsfrågor (Armstrong, 2000; Teig et al., 2009; Wakefield et al., 2007). Det manifesterades i många olika slags aktiviteter såsom volontärarbete i frivilligorganisationer, grannsamverkan mot brott, donation av skörd till utsatta grupper och uppstädning och förskönande av utomhusmiljöer. En stark korrelation fanns också mellan samhällsengagemang och bostadsområden med låginkomsthushåll (Armstrong, 2000). I dessa områden var chansen fyra gånger större att odlingsprojekten skulle leda till att andra samhällsfrågor lyftes.

Samhällsorganiseringen stöttades, enligt Teig et al. (2009), av att trädgården är en plats där alla är på samma nivå, oavsett bakgrund, och att alla jobbar tillsammans mot ett gemensamt mål. Wakefield et al. (2007) beskriver också hur odlingen skapar en slags anknytning till samhället, en känsla stolthet och därmed en vilja att ta ansvar för det. Mer konkreta effekter av organiseringen bestod av utvecklade samarbeten mellan olika organisationer, vilket stärkte projektens inflytande att påverka samhället York och Wiseman (2012).

Ett socialt nätverk med många nya kontakter värdesattes av deltagarna i flera studier (Armstrong, 2000; Clatworthy et al., 2013; Teig et al., 2009; Wakefield et al., 2007). Trädgården sågs en plattform för kommunikation och interaktion med nya människor från andra kulturer och sammanhang (Wakefield et al., 2007). Enligt Teig et al. (2009) drogs många deltagare till trädgårdarna och stannade kvar i verksamheten just för att de erbjöd möjligheter till social interaktion. Odlingen representerade möjligheten till att knyta starka vänskapsband.

Även andra positiva aspekter beskrevs, dock inte lika frekvent som de som nämnts ovan. Ämnena berörde tillgång till en trygg miljö (Diamant och Waterhouse, 2010; Wakefield et al., 2007; York och Wiseman, 2012), demokratisk och jämställd värdegrund (York och Wiseman, 2012), och utbyte av skörd, kultur och erfarenheter (Teig et al., 2009; Wakefield et al., 2007; York och Wiseman, 2012).

I Armstrongs (2000) studie däremot, uppstod inte känslan av sammanhållning och gemenskap i de trädgårdar där deltagarna bodde långt bort från odlingsplatsen Clatworthy et al. framhöll också att graden av social inkludering varierade stort beroende på vilka kontakter och förbindelser som odlingsprojektet hade med det närliggande samhället. I studien av Teig et al. (2009) såg man också att en hög grad av inkludering och sammanhållning inom odlingsprojektet inte behövde innebära att

odlingen integrerade samhället. Olika händelser, såsom vandalism och stöld, hade lett till misstro på människor utanför odlingsområdena. För vissa deltagare kunde också den sociala inkluderingen upplevas som påtvingad och för mycket. Detta berodde på förväntningar om att man skulle delta och vara social i trädgårdarna, vilket vissa inte var intresserade av.

En annan problematik för den sociala miljön fanns i studien av Teig et al. (2009) där konflikter uppstod emellanåt. Ett exempel var då en trädgårdsmedlem stal skörd från en annan medlem. Konflikterna upplevdes dock inte av majoriteten som problematiska, för att deltagarna ansåg att de hade goda förutsättningar för att lösa dem och därmed också lära sig konflikthantering. Två studier belyste också att en del deltagare inte upplevde sina trädgårdar som trygga (Teig et al., 2009; Wakefield et al., 2007). Detta berodde främst på området runt om trädgården, vilken ibland kunde kännas otrygg exempelvis på kvällstid. Någon deltagare uttryckte däremot att det inte gick att lita på andra personer inom projektet (Teig et al., 2009).

3.2. Fallstudie

3.2.1. Stockeboda asylboende

Stockeboda asylboende består av 15 stugor, vilka i dagsläget ger rum åt 90 asylsökande personer (Larsson, 2016-04-07). Dessa utgör 18 familjer, varav cirka hälften är från Syrien och den andra hälften är från Afghanistan, bortsett från tre av familjerna som kommer ifrån Irak, Libanon och Kuwait. I genomsnitt består familjerna av två föräldrar och fem barn, vilket innebär att lite mer än hälften av de boende är barn. De asylsökande som är från Syrien kommer från en krigsbakgrund och de från Afghanistan har flytt från förtryck av taliban-regimen.

Asylboendet drivs av Stockeboda gård som ägs av en privatperson. Personalen på asylboendet består av en driftschef, en vaktmästare och en tolk som är på plats på deltid. På området finns även en konferensanläggning och en restaurang. Sysselsättningen i vardagen väldigt begränsad för de asylsökande eftersom det från Stockeboda gård är 1,8 km till närmaste busshållplats och cirka 10 km till de större orterna, vilket gör boendet till en väldigt isolerad plats.

Alla barn över 6 år går i skola, medan de vuxna oftast tillbringar större delen av sin tid på flyktingboendet med aktiviteter såsom barnpassning, matlagning, tvättning, tv-tittande och promenerande. Varje vecka ordnas olika aktiviteter på asylboendet. Tre gånger i veckan hålls språklektioner i svenska, och några timmar per vecka

består av barnverksamhet och ett språkcafé. Odlingsprojektet är tänkt som ett medel för att både bidra med en meningsfull aktivitet samt viss försörjning av mat åt de boende.

3.2.2. Planering och förberedelser

Initiativet till att starta en odling togs av asylboendets driftchef och en frivilligt engagerad person som bor i närheten av asylboendet. Syftet med projektet ansågs i första hand vara att skapa en meningsfull sysselsättning för de asylsökande. Utöver det ville man också bidra med grönsaker till de boende och främjande av integration. De båda ansvariga har viss erfarenhet och intresse av odling sedan tidigare, den frivillige har arbetat på Sveriges lantbruksuniversitet (SLU) i Alnarp inom trädgårdsteknik och driftchefen har sysslat med odling privat. De kommer fortsättningsvis i texten att nämnas som projektledarna och de asylsökande kommer att nämnas som deltagarna eller de boende.

Projektet påbörjades genom att undersöka om det fanns ett intresse för att odla hos de boende. Förfrågningen gjordes på ett icke-formellt sätt av projektledarna med översättningshjälp från boendets tolk. De fick intrycket av att de boende var generellt sett positivt inställda till idén, och beslutade därmed att gå vidare med den.

Nästa steg i arbetet togs genom att undersöka möjligheterna till ekonomiskt bidrag för projektet. Genom vuxenskolan söktes ett bidrag på 40 200 kr från fritidsförvaltningen på Simrishamns kommun, vilket beviljades relativt fort. Det möjliggjorde att projektet kunde startas igång tidigt och att osäkerhet kring en tillräcklig budget för odlingen minskade. En ansökan på cirka 250 000 kr gjordes också till Lantbruksakademien med Hushållningssällskapet Skåne som sökande, vars besked inte lämnades inom detta arbetes tidsomfång.

Därefter började själva odlingen planeras. Området har stor tillgång på ytor som skulle kunna sättas i bruk. I valet av plats resonerade projektledarna att de viktigaste kriterierna för odlingen var närhet till boendehuset och god ljusstillgång. Närheten till husen var viktig för att deltagarna skulle känna sig motiverade att ta sig till odlingen, samt för att vattenförsörjningen till marken enkelt kunde ordnas från ett närliggande hus. Jordmånen förutsattes vara liknande över hela området och övervägdes därför inte som ett kriterium. Platsen som valdes var en gräsyta nära intill husen och i möjligaste mån utan skugga från närliggande bokträd.

Vidare bestämdes det att odlingsytan skulle delas in i 18 stycken mindre lotter, alltså en lott per familj. Den totala ytan för odlingen bestämdes till 320 m², 40 m lång och 8 m bred. Det innebar att bredden blev 1,60 m och längden 8 m på vardera lott, det vill säga en total area på 14 m² och lite mer än en halvmeters avstånd mellan varje odlingsyta. Varje lott är därmed relativt sett ganska liten till ytan, storleken kan jämföras med ett mindre grönsaksland i en privat trädgård. Projektledarnas motiv för den valda storleken var att odlingen inte skulle bli för krävande, då många av de asylsökande aldrig har odlat tidigare, samt att storleken var anpassad till bredden på fräsen som användes.

Sedan påbörjades en planering för vilka resurser som behövde införskaffas till odlingen. Då jorden på platsen inte ansågs vara särskilt näringsrik, enligt projektledarna, skulle kompost behöva tillsättas för att förbättra jorden. En stor mängd kompostjord skänktes av kommunens renhållningsbolag, som ett led i en informationsinsats om källsortering. Trädgårdsredskap och -materiel som ansågs behövliga sammanställdes.

För att kunna bestämma inköp av fröer och plantor gjordes, i samband med arbetets intervjustudie, en förfrågning om vilka slags grödor som deltagarna var intresserade av att odla. De populäraste önskemålen var tomat, aubergine, zucchini, potatis, olika slags kryddor, melon, gurka, frukt och prydnadsblommor. Aubergine, gurka och melon valdes bort då de ansågs vara för krävande växter att odla eller för att det saknades resurser som behövdes för att kunna göra det. Många önskade också fruktträd, men nämnde samtidigt att de förstod att det skulle ta lång tid innan de ger en bra skörd. Då ekonomin var begränsad valdes fruktträd bort för den första säsongen.

Efter att deltagarnas önskemål hade klarlagts, gjordes en komplettering av lämpliga grödor för odlingen i samråd med författaren och projektledarna. Kriterierna för grödorna var att de skulle vara förhållandevis lättodlade och gärna komma från andra växtfamiljer än de som deltagarna redan hade önskat. Detta för att inte göra odlingen för komplicerad, samt för att skapa möjlighet för en gynnsam växtföljd. De grödor som ansågs passa var olika arter och sorter av: bönor/ärter, kål, lök, rotfrukter, sallat och pumpa.

För att ge deltagarna en grundläggande kunskap om odling, planerades föreläsningar och studiebesök för fortbildning in. Förslagen utformades genom en kombination av olika möjligheter som fanns till godo i närområdet, tillsammans med

vad som kunde antas ge nya, användbara kunskaper för deltagarna. Det beslutades att en föreläsning skulle hållas i grundläggande kunskaper för odling. Tre exkursioner bestämdes vara lämpliga, ett studiebesök på en fruktodling, ett besök på en exempelgård i samverkan med hushållningssällskapet och ett studiebesök på en växtodlingsgård. Till att börja med, bokades en rådgivare från hushållningssällskapet för att föreläsa på asylboendet om grunderna i odling av trädgårdsväxter. Två föreläsningar hölls med tolkhjälp där den ena översattes till dari och den andra till arabiska.

Föredragen tog upp vanliga grödor som odlas i Sverige och exempel på hur en del av dem odlas. Det stämde av vilka grödor som kändes igen och vilka grödor som var helt nya för de boende, däribland var vildväxande bär i skogen uppseendeväckande för många. Odlingssäsongen beskrevs för att skapa en förståelse för klimatet och väderförhållandena i Sverige. Växthusodling fick vara ett exempel på hur sommaren inte är tillräckligt varm i Sverige för vissa kulturer. De grundläggande egenskaperna hos mull och kompost togs upp och dess positiva effekter förklarades. Instruktioner förmedlades också till hur det skulle användas i odlingen.

Efter det framfördes mer praktisk odlingskunskap. Det berättades om olika metoder och material för sådd och plantupppdragning, såsom förkultivering och direktsådd, såbrätten och återvunna mjölkkartonger. Viktiga faktorer för vid sådd förklarades, exempelvis groningstemperatur, sådjup och utvecklingstid. Därefter beskrevs rad- och plantavstånd, olika typer av gödsel och hur de används, samt ogrärensning. Sedan redogjordes det för vad som är viktigt att tänka på vid bevattning och vilka vanliga problem som brukar uppstå. Sist av allt visades bilder på två olika täckmaterial, fiberduk och insektsnät, och deras användningsområde förklarades.

I slutet av båda föreläsningarna hölls en allmän frågestund med föreläsaren. Frågorna som ställdes berörde till största delen odlingstekniska aspekter, men i den ena gruppen fanns också många frågor kring andra användningsområden för marken, exempelvis tillåtelse att jaga. Många av funderingarna handlade om hur kompost och humus fungerar: ”Kan vatten spola bort humusen?”, ”Kan komposten bli för hård?”. Det var också flera frågor kring hur plast och fiberduk fungerar och ifall de skulle få tillgång till att använda det.

Ett stort intresse uttrycktes också för att odla aubergine, särskilt då det inte hade nämnts under föreläsningen, vilket fick många att undra varför. Föreläsaren förklarade att det är ett väldigt ogynnsamt klimat för aubergine i Sverige, men några få deltagare som hade odlat det tidigare sa att de gärna ville försöka sig på det ändå. En del frågor var av mer allmän karaktär kring projektet: ”Kommer vi att få hjälp att odla?”, ”Är man tvungen att odla?”, ”När ska vi börja odla?”. En av de boende uttryckte i slutet: ”Vi har lärt oss mycket här, vi har fått en grund att stå på.” med flera nickande instämningar.

3.2.4. Uppstartsfas av odlingen

När kompostjorden hade levererats till boendet beslutades det att gräsytan skulle brytas, vilket var i skiftet mars/april. Detta gjordes med en fräs som hade samma bredd som odlingslotterna, 1,6 m. Efter fräsningen instruerades de asylsökande muntligt till att rensa bort stenar ur jorden för att underlätta odlandet. Större bitar av grässvål sorterades också bort för att inte gräset skulle etablera sig igen. Det överflödiga gräset användes för att skapa en komposthög, vilket förklarades att det i framtiden skulle kunna bli ny jord. Engagemanget att rensa jorden på sin lott varierade, men majoriteten av de boende tog sig snabbt an uppgiften. Både barn och vuxna hjälpte till, trots att det rådde en viss brist på redskap till alla.

Efter att lotterna hade rensats var många av deltagarna ivriga att komma igång. Kompost lades därför ut på de flesta lotter tillsammans med sandblandad matjord och höns gödsel. Några stycken deltagare började sätta potatis i jorden direkt efter. Mycket skedde på eget initiativ, utan att projektledarna var särskilt medvetna om när och hur det hände.

Familjerna fick sedan tillgång till fröer, såbrätten och såjord för att kunna börja med plantuppdragning inomhus, samt material till att bygga plasttunnlar. Alla deltagarna valde dock att direktså på sina lotter, ingen plantuppdragning skedde inomhus eller i såbrätten. Vad som skulle odlas fick väljas fritt av familjerna, vilket uttrycktes i en stor variation av grödor mellan lotterna. Däremot var olika former av lök gemensamt för nästan alla odlingarna. Samtidigt som sådderna kom upp i bäddarna kom det även upp stora mängder av ogräs i form av något slags sädesslag. Detta förmodades bero på att höns gödseln som använts inte var tillräckligt brunnen. Vi den här tidpunkten var två lotter varken rensade från gräs eller jordförbättrade efter att fräsningen hade gjorts.

Inför sådden hade deltagarna valt att kratta ut nedsänkta odlingsbäddar, förutom i ett fall där de var upphöjda. Enligt en projektledare troddes anledningen till utformningen bero på att de asylsökande ville hålla kvar vatten i groparna, eftersom deras hemländers klimat har mycket torrare klimat och sämre vattentillgång. Över sina bäddar hade tre stycken familjer satt upp plasttunnlar och två familjer hade täckt sina lotter med fiberduk. Plasttunnlarna var egentligen av mindre storlek, men hade tejpat ihop till att bli bredare och längre, och därmed också färre i antal. Lotterna hade vattnats för hand fram till denna punkt och att det fanns en spridarplan för bevattning kändes inte till när projektledarna undrade om den hade använts.

För att deltagarna i fortsättningen skulle kunna få mer vägledning i odlandet, bjöds två extra volontärer in till att delta i projektet. Båda hade erfarenhet av odling sedan tidigare och bodde i närområdet. Det beslutades att vägledningen skulle ske tre gånger i veckan, ett tillfälle per volontär, och att den skulle schemaläggas för att göra det tydligt när volontärerna var tillgängliga. En gemensam dagbok kommer att användas för att dokumentera frågor som uppstår och vägledning som ges.

3.2.5. Möjligheter och utmaningar i relation till litteraturen

Möjligheter

Med fakta från litteraturstudien kan olika resonemang föras kring möjligheter och utmaningar för det som hittills har observerats i fallstudien. Till möjligheterna hör en potential att förbättra både hälsan och den sociala miljön. För hälsans del har projektet visat på vissa möjligheter för deltagarna att stärka sin självkänsla genom flera av de faktorer som studierna nämner.

Deltagarna har, som flera studier argumenterar för, anskaffat sig nya färdigheter och kunskap som kan stärka ens positiva identitet (Clatworthy et al., 2013; Diamant och Waterhouse, 2010; Wakefield et al., 2007; York och Wiseman, 2012). De som hade erfarenhet sedan tidigare fick förmedla den till andra, vilket kan verka stärkande på samma sätt. En annan faktor för självkänslan var deltagarnas frihet att styra mycket av projektet själva, vilket kan ge dem en känsla av självbestämmande och kontroll över sina liv.

Andra tänkbara positiva egenskaper för hälsan är den framtida potentialen för ett ökat intag av färska grönsaker samt fysisk aktivitet. En fördel är även att projektet är förlagt på landsbygden, vilket har gjort att oro över kontaminerad jord och luft inte har existerat. Vidare, verkade en potential finnas för förbättring av det emotionella

välbefinnandet, då majoriteten av deltagarna medverkade i projektet med glädje och engagemang. Till sist indikerar projektet yrkesmässiga möjligheter genom förvärvandet av färdigheter och yrkeslivskontakt, såsom Clatworthy et al. (2013) framhåller är viktigt för rehabilitering av utsatta grupper.

Sett till den sociala miljön, skapar odlingsprojektet förutsättningar för anknytning till samhället genom volontärer utifrån och studiebesök. Flera olika företag och organisationer har engagerats i projektet. Dessa saker anses av Clatworthy et al. (2013) och Diamant och Waterhouse (2010) vara en viktig förutsättning för social inkludering i samhället. Detta ger också möjligheter till skapandet av ett nytt socialt nätverk, tillsammans odlingsaktiviteternas potential till social interaktion som inte är verbal (Bishop och Purcell, 2013).

Utmaningar

Flertalet utmaningar för hälsa och social miljö har identifierats för odlingsprojektet. En viss antydning finns till beroende av ekonomiskt bidrag för genomförande av vissa planerade aktiviteter, vilket skulle kunna ge upphov till oro (Wakefield et al., 2007). Deltagarna är dock inte särskilt involverade i de diskussionerna och risken är därmed låg att de skulle uppleva någon stress eller oro över det.

Emellertid, verkade den sociala inkluderingen på gruppnivå inte vara fullständig då två familjer inte alls hade deltagit i odlingsaktiviteterna. Projektledarna visste inte exakt vilka som var frånvarande eller varför de inte deltog. Detta är problematiskt för projektet eftersom den sociala inkluderingen anses vara viktig både för den mentala hälsan och den sociala miljön (Diamant och Waterhouse, 2010). Däremot kan det inte förväntas att alla människor finner ett intresse i att odla, men just därför är det viktigt att skapa möjlighet för deltagarna att delta på sina egna villkor. Då kan man till exempel undvika den sociala pressen som uppstod i studien av Teig et al. (2009).

Brist på fungerande kommunikation tycktes finnas i projektet vid flera tillfällen. Deltagarna verkade uppleva en osäkerhet kring om och hur projektet skulle genomföras, och när aktiviteter väl utfördes så gjordes de inte så som var instruerat. Den bristfälliga kommunikationen skulle kunna bero på tolkens förmåga att översätta, som vid vissa tillfällen upplevdes otillräcklig. Det föreföll också finnas en viss frånvaro av ledarskap i projektet när deltagarna var ovetande om väsentlig

information och saknade vägledning. Detta är en utmaning då ledarskapet, om än ett informellt sådant, antyds vara viktigt för att få kollektiva processer att fungera väl samt för att ha någon att vända sig till för stöd (Bishop och Purcell, 2013; Teig et al., 2009).

Att den som innehar ledarskapsrollen kan finnas som ett stöd i individers processer av att lyckas och misslyckas vid aktiviteter, har stor betydelse för hur deltagarna formar sin självkänsla (Jonasson et al, citerad i York och Wiseman, 2012). Om deltagarna inte ledsagas på ett bra sätt, finns det en risk att självkänslan kan försämrans när nya färdigheter försöker läras in. Detta är också tätt förknippat med utformandet av en trygg miljö, vilket är viktigt för både den mentala hälsan och hälsosamma sociala interaktioner (Diamant och Waterhouse, 2010). Vid studiens slut beslutades att extra volontärer skulle engageras i projektet. Detta skulle kunna förändra förutsättningarna för ett givande ledarskap till det bättre.

Utöver detta finns många andra aspekter som är viktiga för hälsan och den sociala miljön. Dessa är ännu inte möjliga att reflektera över i fallstudien, eftersom tillräckligt med underlag inte finns.

4. Diskussion

Resultatet i denna studie sammanställer och reflekterar över litteratur och verkliga fall som antingen direkt eller indirekt berör odling med asylsökande som målgrupp. Både litteraturstudien och fallstudien visar på olika aspekter där odling kan påverka hälsan och den sociala miljön, både negativt och positivt, och reflekterar över vilka förutsättningarna är för de olika utfallen. För att förtydliga resultatet och ge en bättre överblick gjordes en sammanställning av de olika studierna och deras huvudpunkter i en tabell (se bilaga 1). Möjligheter för hälsa och social miljö kategoriserades var för sig medan utmaningar sammanställdes under en och samma kategori eftersom de var få i antal.

Det är ett brett spektra av resultat som tas upp, varav många hör till samma ämne, men beskrivs på olika sätt. För att förtydliga sammanställningen ytterligare, sorterades gemensamma termer och synonymer in under mer övergripande teman. Därefter valdes de mest betydande temana ut efter hur frekvent de förekom, vilket sammanställdes i ytterligare en tabell (se bilaga 2). Målgrupperna med flyktingar och målgrupper utan flyktingar slogs samman för att ge en bättre helhetsbild. Utmaningar

uteslöts ur denna sammanställning eftersom att för få av dessa resultat upprepades i flera studier.

I sammanställningen i tabell 2 identifierades fyra huvudsakliga kategorier för hälsan: mentalt välbefinnande, varav positiv självuppfattning och minskad stress var så pass återkommande underkategorier att de lyftes fram som egna teman, samt fysisk hälsa. För den sociala miljön identifierades tre kategorier: ökat samhälleligt deltagande och organisering, främjande av social inkludering och ett utökat socialt nätverk.

Litteraturstudien

I sammanställningen av litteraturen sorterades de olika resultaten utefter ifall de påverkade hälsa eller social miljö. Eftersom dessa faktorer är tätt sammanlänkade var det ibland svårt att särskilja vad som hör till vilken kategori. Som exempel, kan en ökad känsla av samhörighet både stärka individens mentala hälsa och förbättra den sociala miljön. Ett utökat socialt nätverk har också en fördelaktig påverkan på båda kategorierna. I de flesta fallen har de överlappande ämnena tagits upp under den sociala miljön, med ett förtydligande om att den sociala miljön i stor utsträckning påverkar den mentala hälsan hos individen (Kawachi och Berkman, 2001).

Av litteraturstudien framstår de positiva aspekterna med odling vara fler än de negativa. Detta kan dock ifrågasättas eftersom majoriteten av studierna har tagit upp ytterst lite problem i både resultat och diskussion. Det är svårt att veta exakt vad det beror på, eftersom att det inte alltid framgår av metoden ifall både positiva och negativa aspekter har undersökts. Frånvaron av kritik och problematik i studier är något som även Clatworthy et al. (2013) framhåller. För framtida studier är det därför viktigt att även problematik utreds mer utförligt för att förtydliga att en realistisk bild är förmedlad.

De tre studierna som hade asylsökande som målgrupp hade alla en kvalitativ undersökningsmetod. Det tillät utförliga detaljer och en god förståelse för olika upplevelser och processer som kan uppstå inom ett odlingsprojekt med flyktingar som deltagare. Däremot fanns ingen kvantitativ data, vilket begränsade möjligheten att bedöma hur stor förändring som faktiskt ägt rum och ifall det fanns en signifikant skillnad. I jämförelse med studierna som inte hade asylsökande eller flyktingar som specifik målgrupp, fanns flera studier som hade använt en kvantitativ undersökningsmetod, och därmed kunde presentera ett tydligare resultat.

Hela litteraturstudien sammantaget bestod av många olika slags interventioner. Exempel fanns på gemenskapsodling, kolonilotter, särskilda trädgårdsterapi-program, skolträdgårdar och odling på lantbruk. Den stora variationen speglar hur det ser ut i praktiken för trädgårdsterapi idag, med många olika utövandeformer (American Horticultural Therapy Association, 2012). Även inom en och samma kategori av odling kan det variera mycket, vilket gör att det är svårt att dra några generella slutsatser kring hur potentialen skiljer sig mellan olika slags trädgårdar och utföranden.

Eftersom att de många utföranden av odlingsterapi varierar, är det viktigt att hitta ett annat sätt att kunna jämföra studier på. York och Wiseman (2012) efterlyser aktivitetsanalyser, vilket skulle kunna undersöka och förklara hur en viss aktivitet resulterar i en viss effekt. Detta skulle kunna tillföra en mycket djupare förståelse för trädgårdsterapi i sin helhet, kring exakt vad det är som fungerar och varför. Som det ser ut idag finns det flera olika generella teorier bakom de fenomen som förekommer, men få tydliga direktiv för hur idéerna ska tillämpas i praktiken (Stigsdotter och Grahn, 2002; York och Wiseman, 2012).

Fallstudien

I fallstudien diskuterades möjligheter och utmaningar med utgångspunkt ifrån de fakta som inhämtats från litteraturstudien. Fokus låg på framtida, tänkbara händelser eftersom den begränsade tidsramen gjorde att projektet inte hann fortskrida så långt att en djupgående analys var möjlig. Trots att studieunderlaget var begränsat, gick det att urskilja vissa tendenser i projektet. Det identifierades både möjligheter och utmaningar i utförandet. Möjligheterna bestod av skapandet av en positiv identitet, emotionellt välbefinnande, ökat självbestämmande, mer hälsosam kost, ökad fysisk aktivitet, social inkludering i samhället och utökat socialt nätverk. Utmaningarna var tydligare att urskilja i nutid och bestod av viss brist på social inkludering, bristfällig kommunikation och ledarskap, vilket i ett framtida perspektiv skulle kunna komma att motverka välfungerande sociala interaktioner, uppbyggande av självkänsla och en trygg miljö.

Från resultaten av fallstudien hade förmodligen många andra reflektioner kunnat göras kring hälsa och social miljö ifall fler studier hade använts som underlag. Exempelvis hade en reflektion kunnat göras kring om de olika fördelarna och nackdelarna med att ha individuella lotter istället för en gemensam odling. Dock

hade den kanske inte varit fullt relevant ifall studier med en helt annan typ av målgrupp hade använts.

Framtida utsikter

Den här studiens fokus har legat på de olika för- och nackdelar som odling skulle kunna ha för asylsökande. För att finna fler argument för att driva odlingsprojekt på asylboenden skulle en undersökning behöva göras kring hur potentialen ser ut på plats på asylboendena. Att få information om asylboenden i Sverige idag är däremot ganska svårt, då mycket verkar vara belagt med sekretess för att skydda de asylsökande. Det finns till exempel ingen statistik på hur många som bor i städer respektive landsbygd, lägenhet eller anläggningsboende. Detta hade annars kunnat ge en bild av hur asylboendenas tillgång till grönytor för odling ser ut.

Däremot finns det mer lättillgänglig information kring finansiella resurser, som är en viktig faktor för potentialen i ett odlingsprojekt. 2016 anslog regeringen i sin budget att 72 miljoner skulle gå till studieförbund i Sverige för verksamheter med asylsökande (Regeringskansliet, 2016). För att kunna få stöd ska verksamheten vara av en karaktär som jobbar för att stärka befintliga aktiviteter med asylsökande och arbeta för att de bedrivs i större skala, med mål om att deltagare ska lära sig mer svenska och mer om det svenska samhället. Ytterligare 25 miljoner skulle tilldelas folkhögskolor för verksamhet som ämnar stärka svenska-kunskaper eller stödja deltagande och integration i samhället för asylsökande. Samarbete mellan asylboenden och studieförbund eller folkhögskolor är alltså högst aktuellt för möjligheten att skapa goda ekonomiska förutsättningar för projekt med asylsökande.

För att bland fler aktörer och samhället i stort kunna motivera investeringar i odlingsprojekt, skulle analysverktyg som beräknar det ekonomiska värdet av en bra hälsa och social miljö kunna vara till nytta. Inför detta arbetet undersöktes möjligheten, men många metoder var väldigt tidskrävande och informationsintensiva och var inte rimliga att göra för detta arbete. För framtida forskning hade detta varit ett intressant ämne att undersöka, särskilt då trädgårdsterapi till stor del mäts kvalitativt och skulle kunna visa på nya perspektiv med en kvantitativ, ekonomisk värdering.

För att vidare motivera och underlätta uppstartande av odlingsprojekt för asylsökande skulle ett vägledande dokument för odling kunna tas fram. Detta skulle kunna rikta sig till både projektledare och deltagare, och tillhandahålla enkel

information på olika språk om grunderna i att driva ett odlingsprojekt. Genom informationsfoldrar kan också kontakt med olika tänkbara samarbetspartners förmedlas, vilket kan hjälpa till att understödja ett odlingsprojekt ytterligare.

Begränsningar

I detta arbete fanns begränsningar för utförandet, både i litteraturstudien och fallstudien. I litteraturstudien var studieunderlaget väldigt begränsat då odling med asylsökande är ett nästintill outforskat område. Därutöver är trädgårdsterapi en relativt ny vetenskapsgren med en ganska låg kvalitet på studieunderlaget fram tills på senare tid (Clatworthy et al., 2013; York och Wiseman, 2012). För att göra en så trovärdig studie som möjligt användes de absolut senaste studierna där flera hade tagit detta i särskild beaktning, vilket innebar ytterligare en minskning i utbudet av källor. Konsekvensen blev att det försvårade möjligheten att göra några större uttalanden om effekter i studien, utan vikten lades på potential och möjligheter.

Fallstudien i sin tur begränsades mycket av tidsomfånget, där kandidatkursens längd inte tillät att följa en hel odlingssäsong förlopp. Det innebar att projektet inte hann fortgå så långt att några större förändringsprocesser hann ske, varken på individuellt plan eller på gruppnivå. Det mest optimala för studien hade varit om det hade funnits möjlighet att göra intervjuer med deltagarna efter att en hel odlingsäsong hade genomförts. I sådant fall hade underlaget för reflektion kunnat bli bredare, nu fanns endast möjlighet till analys av framtida potentialer och utmaningar, och i viss mån nutida.

5. Slutsats

Den här studien belyser verkliga exempel och tänkbara möjligheter för odling att ha positiv påverkan på hälsa och social miljö för asylsökande. Den konstaterar att odling som aktivitet har potential att ge många fördelar för asylsökande, om de rätta förutsättningarna ges i utförandet. De olika positiva aspekter som har identifierats för hälsan är ett ökat mentalt välbefinnande, där de tydligaste aspekterna har varit minskad stress och främjande av en positiv självuppfattning, och en förbättrad fysisk hälsa genom ökad fysisk aktivitet och mer hälsosam kost. För den sociala miljön påfanns fördelar genom ett ökat samhälleligt deltagande och organisering, främjande av social inkludering och ett utökat socialt nätverk.

Olika teorier finns om vilka som är de rätta förutsättningarna, men direktiven är ofta otydliga då det råder brist på analyser av sambandet mellan vilken slags aktivitet som ger vilken slags effekt och varför. Ett antal utmaningar för att skapa bra förutsättningar har noterats: otillräckligt finansiellt bidrag, osäker tillgång till mark, brist på rätt kompetens, byråkratiskt motstånd, utebliven konflikthantering, social exkludering samt bristande kommunikation och ledarskap. Dessa ger dock inte en rättvisande bild av frågan, varken till mängd eller till karaktär, eftersom att väldigt få studier har undersökt negativa aspekter.

Arbetets sammanställning visar på att få studier har gjorts om odling med asylsökande och flyktingar som målgrupp, trots att de är en relevant målgrupp för aktiviteten. De arbeten som finns idag ger en introduktion till ämnet, men behöver undersökas mer och gärna med fler kvantitativa studier för att höja kvaliteten på underlaget. Flera studier har påpekat en generellt bristande kvalitet på forskning inom trädgårdsterapi, men uppmärksammandet har gjort att de senaste studierna inom området har förbättrat sina metoder för att få mer trovärdiga resultat.

Det finns fortfarande många oklara variabler kring exakt hur odling påverkar individ, grupp och samhälle, men denna studie visar på att det finns goda möjligheter för en positiv verkan för en marginaliserad grupp som asylsökande.

Litteraturförteckning

- Aldridge, J., Sempik, J., 2002. *Social and therapeutic horticulture: evidence and messages from research*.
- Alfred, C., 2015. What History Can Teach Us About The Worst Refugee Crisis Since WWII. *The Huffington Post*. Tillgänglig: http://www.huffingtonpost.com/entry/alexander-betts-refugees-wwii_us_55f30f7ce4b077ca094edaec [2016-04-22].
- American Horticultural Therapy Association, 2012. *American Horticultural Therapy Association Definitions and Positions*. Tillgänglig: <http://ahta.org/sites/default/files/DefinitionsandPositions.pdf> [2016-05-16].
- Annerstedt, M., Währborg, P., 2011. Nature-assisted therapy : Systematic review of controlled and observational studies. *Scandinavian Journal of Public Health*, 2011; 0: 1–18.
- Armstrong, D., 2000. A survey of community gardens in upstate New York: Implications for health promotion and community development. *Health & Place* 6, 319–327.
- Bishop, R., Purcell, E., 2013. The value of an allotment group for refugees. *British Journal of Occupational Therapy* 76, 264–269.
- Bouvin, E., 2015. *Skärpt uppmärksamhet kring asylboenden efter bränder*. Tillgänglig: DN. URL <http://www.dn.se/nyheter/sverige/skarpt-uppmarksamhet-kring-asylboenden-efter-brander/> [2016-04-26].
- Clatworthy, J., Hinds, J., Camic, P.M., 2013. Gardening as a mental health intervention: a review. *Mental Health Review Journal* 18, 214–225.
- Craig, T., 2010. *Mental Health of Refugees and Asylum Seekers*. OUP Oxford.
- Creek, J., Lougher, L., 2011. *Occupational Therapy and Mental Health*. Elsevier Health Sciences.
- Diamant, E., Waterhouse, A., 2010. Gardening and Belonging: Reflections on How Social and Therapeutic Horticulture May Facilitate Health, Wellbeing and Inclusion. *The British Journal of Occupational Therapy* 73, 84–88.
- Eggert, L.K., Blood-Siegfried, J., Champagne, M., Al-Jumaily, M., Biederman, D.J.,

2015. Coalition Building for Health: A Community Garden Pilot Project with Apartment Dwelling Refugees. *Journal of Community Health Nursing* 32, 141–150.
- Hallas, P., Hansen, A.R., Stæhr, M.A., Munk-Andersen, E., Jorgensen, H.L., 2007. Length of stay in asylum centres and mental health in asylum seekers: a retrospective study from Denmark. *BMC Public Health* 7, 288.
- Harris, N., Minniss, F.R., Somerset, S., 2014. Refugees Connecting with a New Country through Community Food Gardening. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 11, 9202–9216.
- Johansson, M., Küller, M., 2005. *Svensk miljöpsykologi*. Studentlitteratur, Lund.
- Kawachi, I., Berkman, L.F., 2001. Social ties and mental health. *Journal of Urban Health* 78, 458–467.
- Migrationsverket, 2016a. *Översikter och statistik från tidigare år*. Tillgänglig: <http://www.migrationsverket.se/Om-Migrationsverket/Statistik/Oversikter-och-statistik-fran-tidigare-ar.html> [2016-05-19].
- Migrationsverket, 2016b. *Arbeta under tiden som asylsökande*. Tillgänglig: <http://www.migrationsverket.se/Privatpersoner/Skydd-och-asyl-i-Sverige/Medan-du-vantar/Arbeta.html> [2016-05-19].
- Migrationsverket, 2015. *Ordförklaringar*. Tillgänglig: <http://www.migrationsverket.se/Om-Migrationsverket/Ordforklaringar.html> [2016-05-19].
- Migrationsverket, 2013. *Fakta om att söka asyl*. Tillgänglig: <http://www.migrationsverket.se/Andra-aktorer/Kommuner/Om-asylsokande/Fakta-om-att-soka-asyl.html> [2016-05-19].
- Naidoo, J., Jones, M., De Viggiani, N., Naidoo, J., Jones, M., De Viggiani, N., 2001. *Making our network more diverse: Black and minority ethnic groups involvement with gardening projects: Project report*. Tillgänglig: <http://eprints.uwe.ac.uk/563/> [2016-05-08].
- Regeringskansliet, R. och, 2016. *Satsningar i vårbudgeten för en effektivare etablering och minskad arbetslöshet*. Tillgänglig: <http://www.regeringen.se/pressmeddelanden/2016/04/satsningar-i->

varbudgeteten-for-en-effektivare-etablering-och-minskad-arbetsloshet/ [2016-05-17].

Ryan, D.A., Kelly, F.E., Kelly, B.D., 2009. Mental Health Among Persons Awaiting an Asylum Outcome in Western Countries. *International Journal of Mental Health* 38, 88–111.

Sempik, J., Aldridge, J., 2006. Care farms and care gardens: horticulture as therapy in the UK, in: HASSINK, J., DIJK, M.V. (Eds.), *FARMING FOR HEALTH*. Springer Netherlands, pp. 147–161.

Sempik, J., Aldridge, J., Becker, S., 2005a. In touch with the earth. *Mental Health Today* 23–26.

Sempik, J., Aldridge, J., Becker, S., 2005b. *Health, Well-being, and Social Inclusion: Therapeutic Horticulture in the UK*. Policy Press.

Sempik, J., Aldridge, J. and Becker, S., 2003. *Social and Therapeutic Horticulture: Evidence and Messages from Research (Thrive)*. The Geoffrey Udall Centre, Beech Hill, Reading, Berks and The Centre for Child and Family Research, University of Loughborough, Loughborough, Leics.

Silove D, Steel Z, Watters C, 2000. *Policies of deterrence and the mental health of asylum seekers*. *JAMA* 284, 604–611.

Simson, S., Straus, M., 1997. *Horticulture as Therapy: Principles and Practice*. CRC Press.

Skolverket, 2015. *Rätt till sfi*. Tillgänglig:

<http://www.skolverket.se/skolformer/vuxenutbildning/utbildning-i-svenska-for-invandrare/ratt-till-sfi-1.236681> [2016-05-19].

Socialstyrelsen, 2015. *Psykisk ohälsa hos asylsökande och nyanlända migranter: ett kunskapsunderlag för primärvården*. Tillgänglig:
<https://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/19664/2015-1-19.pdf> [2016-05-09].

Stigsdotter, U., Grahn, P., 2002. What makes a garden a healing garden. *Journal of therapeutic Horticulture* 13, 60–69.

Stigsdotter, U.K., Palsdottir, A.M., Burls, A., Chermaz, A., Ferrini, F., Grahn, P.,

2011. Nature-Based Therapeutic Interventions, in: Nilsson, K., Sangster, M., Gallis, C., Hartig, T., Vries, S. de, Seeland, K., Schipperijn, J. (Eds.), *Forests, Trees and Human Health*. Springer Netherlands, pp. 309–342.

Studiefrämjandet (2016) *Väntan mellan förtyvulan och hopp*. Tillgänglig:

<http://www.studieframjandet.se/Cirkeln/Inspiration--kunskap/Tidigare-Gigs/-Asylboende-Astorp/> [2016-04-12].

Teig, E., Amulya, J., Bardwell, L., Buchenau, M., Marshall, J.A., Litt, J.S., 2009.

Collective efficacy in Denver, Colorado: Strengthening neighborhoods and health through community gardens. *Health & Place* 15, 1115–1122.

United Nations High Commissioner for Refugees (2015) *UNHCR Mid-Year Trends*

2015, Tillgänglig: <http://www.unhcr.org/56701b969.html> [2016-04-17].

Wakefield, S., Yeudall, F., Taron, C., Reynolds, J., Skinner, A., 2007. Growing

urban health: Community gardening in South-East Toronto. *Health Promot. Int.* 22, 92–101.

York, M., Wiseman, T., 2012. Gardening as an Occupation: A Critical Review. *The*

British Journal of Occupational Therapy 75, 76–84.

Muntliga källor

Mikaela Eriksson, Stockeboda gård 2016-04-07 - 2016-05-12

Per Hasselberg, Hushållningssällskapet Väst, 2016-04-14

Helene Ermerud, Studiefrämjandet Stockholms län, 2016-04-12

Bilaga 1

Tabell 1. Sammanställning av studieunderlag

Nr	Studier med flyktingar/asylsökande	Typ av trädgård	Möjligheter hälsa	Möjligheter social miljö	Utmaningar hälsa och social miljö
1	Bishop and Purcell (2013). <i>The value of an allotment group for refugees</i>	Koloni-trädgårdar	Meningsfull aktivitet, betydelsefull and målinriktad aktivitet, mentalt välbefinnande, länk till ett tidigare liv, fritidssyssla, ömsesidig förståelse/bemötande, tillit, framtidshopp.	Social inkludering, gynnsam social miljö, social interaktion, känsla av att tillhöra ett sammanhang, uppskattning av multikulturell grupp, stöd från projektledare, nytt socialt nätverk, uppmuntrande av samhällsengagemang genom projektledare.	
2	Eggert, L.K. et al. (2015). <i>Coalition Building for Health: A Community Garden Pilot Project with Apartment Dwelling Refugees</i>	Stadsodling/gemenskapsodling	Hobby och fritidssyssla, nya erfarenheter och färdigheter, hoppfullhet, kulturellt relevant kost, mindre ekonomisk stress, ökat intag av färska grönsaker.	Hjälpte varandra i trädgården utan någon visste om det, uppmuntrade indirekt människor i närområdet till odling, donation av skörd till andra, mindre skräp i området.	Odlingsytan för liten.
3	Harris et al. (2014). <i>Refugees Connecting with a New Country through Community Food Gardening.</i>	Stadsodling/gemenskapsodling	Innehav och skötsel av land, återanknytning till jordbruk, meningsfull och familjär aktivitet, kulturellt passande kost, byggande av tillit och ömsesidig förståelse/bemötande, välbefinnande, upplevas behövd, länk till tidigare liv, känsla av en rättfärdig medborgare, ökad matsäkerhet.	En ny anknytning till landet och samhället, sammanhang, gemenskap i gruppen, samhällsgemenskap, nya kontakter och ett nytt nätverk, social inkludering.	

Nr	Studier med andra målgrupper	Typ av trädgård	Möjligheter hälsa	Möjligheter social miljö	Utmaningar hälsa och social miljö
4	Armstrong, D. (2000). <i>A survey of community gardens in upstate New York: Implications for health promotion and community development</i>	Stadsodling/ gemenskaps- odling		Förbättrade sociala nätverk – särskilt för låginkomsttagare och minoriteter, ökat underhåll av den omgivande miljön, katalysator för engagemang i andra samhällsfrågor – 4 ggr större sannolikhet för låginkomsttagare, samhällsorganisering.	Sammanhållning misslyckades där deltagare bodde långt bort från trädgården.
5	Clatworthy et al. (2013). <i>Gardening as a mental health intervention: a review</i>	Olika typer	Minskade symtom av depression, ångest och stress. Förbättrade förutsättningar socialt, yrkesmässigt, emotionellt och spirituellt. Bättre självkänsla och uppmärksamhetsförmåga. Erhållande av nya kunskaper och färdigheter. Fördelar för den fysiska hälsan, förbättrad sömn.	Förbättrat socialt nätverk.	Social inkludering varierade beroende på ett projekts aktiva anknytning till samhället.
6	Diamant, E., Waterhouse, A. (2010). <i>Gardening and Belonging: Reflections on How Social and Therapeutic Horticulture May Facilitate Health, Wellbeing and Inclusion.</i>	Olika typer	Ökad självkänsla och ökat självförtroende.	Känsla av att höra till ett sammanhang, gemenskap, god social inkludering, tillhandahållande av en trygg och säker plats.	

Nr	Studier med andra målgrupper	Typ av trädgård	Möjligheter hälsa	Möjligheter social miljö	Utmaningar hälsa och social miljö
7	Teig et al. (2009). <i>Collective efficacy in Denver, Colorado: Strengthening neighbourhoods and health through community gardens</i>	Stadsodling/ gemenskaps- odling	Tillit och ömsesidighet, utbyte av kultur och erfarenheter, uppmuntrande av hälsosamma matvanor.	Nya kontakter och utökat socialt nätverk, gemensamt beslutsfattande, katalysator för samhällsengagemang, konflikthantering, höra till ett sammanhang, samhällsbyggande, värnande av varandra, buffer-effekt mot våld och kriminalitet.	Konflikter, press på deltagande, misstro mot utomstående motverkade inkludering av samhället, känsla av otrygg plats.
8	Wakefield et al. (2007). <i>Growing urban health: Community gardening in South-East Toronto</i>	Stadsodling/ gemenskaps- odling	Förbättrad mental hälsa, kulturellt anpassad kost, kostnadseffektiv, stresslindrande, utbyte av kunskap, erfarenheter och kultur, ömsesidig förståelse, utvecklande av nya färdigheter, självförtroende och självkänsla, självbestämmande, ökad livsmedelsförsörjning och intag av hälsosam kost, ökad fysisk aktivitet.	Social hälsa, sammanhållning i samhället, samhällsnätverk, socialt stöd, uppmärksammande av andra samhällsfrågor, anknytning till samhället, hjälper människor ut ur isolering.	Osäker tillgång till mark, byråkratiskt motstånd, oro över kontaminerad jord, behov av ekonomiskt bidrag, viss upplevelse av otrygg plats.
9	York, M., Wiseman, T. (2012). <i>Gardening as an Occupation: A Critical Review</i>	Olika typer	Ökat välbefinnande, upplevd meningsfullhet, reducerad stress, återhämtad uppmärksamhetsförmåga, makt över sitt eget liv, ökat lugn, spiritualitet, formande av en positiv roll och identitet, estetisk uppskattning, att uppnå ett mål, avstigmatiserande, nya färdigheter, självbestämmande, känsla av att åstadkomma något, förbättrad fysisk hälsa och kondition.	Social sammanhållning, främjad social inkludering, neutral plattform, demokratiserings- och jämställdhetsprocesser, samhällsdeltagande genom samarbetande organisationer, trygg och stödjande miljö, känsla av att vara medborgare, främjande av integrering av marginaliserade grupper.	

Bilaga 2

Tabell 2. Kategorisering och prioritering av resultat (referenser inom parentes; numrering hänvisas till Tabell 1)

Hälsa		Social miljö	
Mentalt välbefinnande (1, 2, 3, 5, 7, 8)	Fysisk hälsa (2, 3, 5, 7, 8, 9)	Samhällsengagemang och -organisering (1, 4, 7, 8, 9)	
Meningsfullhet, minskade symptom av ångest och depression, känsla av lugn, minskad stress, lindrande av stress, ökad tillit, ömsesidig förståelse, skapande av positiv identitet, uppskattning av estetik och natur, spirituella värden, ökad känsla av välbefinnande, framtidshopp, anknytning till ett tidigare liv.	Ökad rörelse i vardagen, upplevd förbättrad kondition, ökat intag av färska grönsaker, bättre tillgång till hälsosam mat, bättre sömn.	Uppmärksammande av andra samhällsfrågor, deltagande i, och kontakt med andra organisationer, olika typer av grannsamverkan, donering av skörd till frivilligorganisationer, volontärarbete, främjande av samarbete mellan olika organisationer.	
Minskad stress (1, 2, 5, 8, 9)	Positiv självuppfattning (3, 5, 6, 8, 9)	Social inkludering (1, 3, 5, 6, 8, 9)	Socialt nätverk (1, 3, 4, 5, 7, 8)
Stresslindrande, mindre stress över ekonomiska tillgångar, minskad stress, ökad känsla av lugn.	Ökad självkänsla, ökat självförtroende, skapande av en positiv roll, känsla av självbestämmande och kontroll över sitt liv, känsla av att vara en laglig medborgare, känna att man behövs, anskaffande av ny kunskap och förmåga, yrkeslivs-fördelar, avstigmatiserande.	Samhörighet, social inkludering, anknytning till samhället, känsla av att tillhöra ett sammanhang, får människor ut ur isolation, gemensamt intresse att dela med samhället, känsla av gemenskap.	Nya kontakter, utökat socialt nätverk.