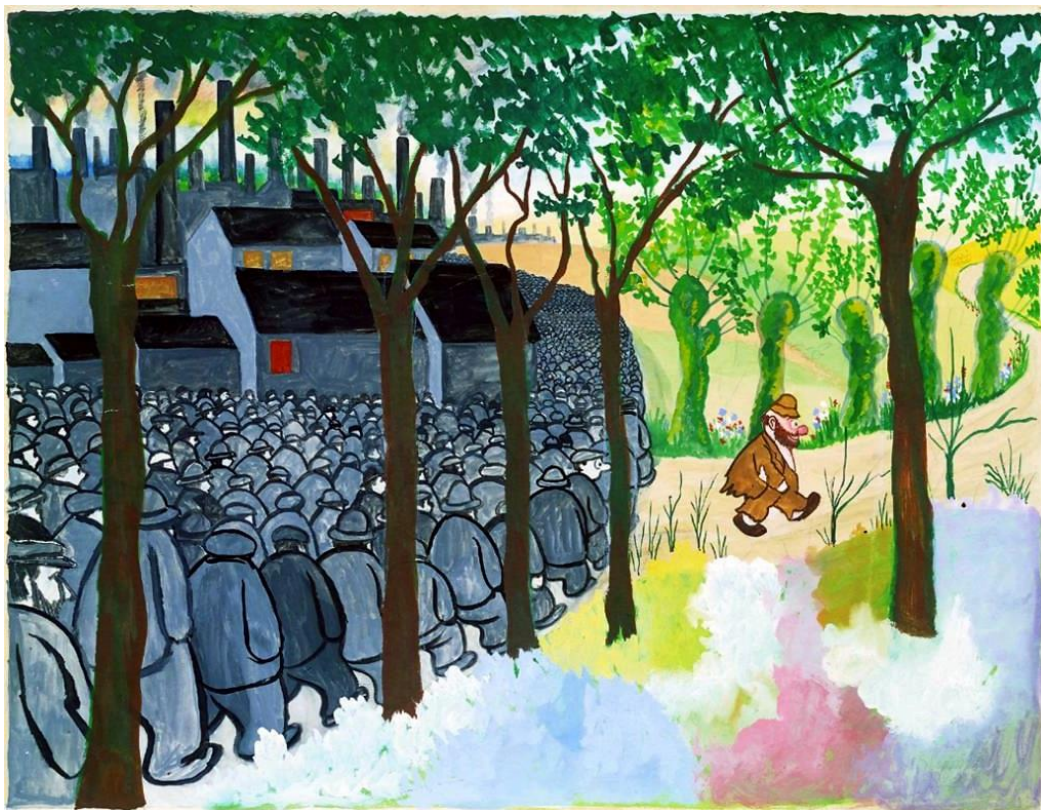


At være *i* naturen eller *af* naturen:

En analyse af det særlige ved unge i mistrivsel's naturmøder i perspektivet af Hartmut Rosas sociologi om accelerationssamfund og verdens forstummen.



Storm P. Tilbage til naturen (1945)

Institut for Kultur og Læring

Kandidatspeciale: Læring og forandringsprocesser

30 ECTS point

Aflevering: 15. december 2023

Vejleder: Margit Saltofte Nielsen

Af Janne Hofmeister

Abstract:

The discontent among the youth generation is increasing, and a significant portion of the youth is experiencing symptoms such as stress, loneliness, depression, or anxiety. Politicians, professionals, and researchers have recognized it as a societal problem and have initiated initiatives and studies to address the challenges. One area of research that has gained substantial support and positive results is the investigation of the effectiveness of nature-based methods in rehabilitating troubled youth. In Danish research, there has been a focus on nature as a joint activity in community-supporting activities centered around knowledge of nature and how to behave in it. However, an English team of researchers has found that the type of nature experiences that support well-being is more driven by the sense of being connected to nature (Lumber, Richardson, & Sheffield, 2017).

In this thesis, the aim has been to explore the unique potential of nature in working with young people experiencing distress by contributing a new perspective to research on nature-based methods based on Hartmut Rosa's sociology of acceleration in society, the feeling of alienation, and resonance experiences.

To address the research question, the analysis method has been developed based on social constructivist theory from Berger and Luckmann, as well as a theoretical foundation from Hartmut Rosa. The analysis aims to examine linguistic meaning formations in key institutions in the lives of young people and contribute a new theoretical perspective on young people's nature experiences in existing research.

Fundamental to the analysis is the understanding that humans are both *in* the world and *of* the world, and they depend on experiencing resonance from the world to avoid becoming estranged from their surroundings and to find life meaningful (Rosa, 2021).

The analysis indicates that the outcomes of young people's nature experiences are highly diverse and depend on the young person's starting point for being in nature. Although the analysis supports nature-connectedness through resonance experiences as the primary success factor for improved well-being after nature experiences, there is a tendency for nature experiences with a nature-education character to serve as a gateway to eventually perceiving nature experiences as supportive of well-being. The conclusion of the thesis is that resonance experiences in nature create a sense of nature-connectedness, and this is the unique potential of young people's nature experiences because it establishes a connection to the world.

Indholdsfortegnelse

1. Problemanalyse:	1
1.1 Projekt Meningsfulde Fællesskaber i Naturen	2
1.2 Naturen som trivsels og sundhedsunderstøttende miljø.....	3
1.3 Forforståelse og forskningsposition	4
1.4 Et perspektiv på mistrivsel: Acceleration i et ungdomsliv.....	5
1.5 Spiritualitet og åndelige behov fra et forskningssyn:	6
1.6 Specialets relevans – en ny forståelsesramme:.....	7
1.7 Problemformulering:	8
1.7.1 Undersøgelsesspørgsmål:.....	8
1.7.2 Begrebsafklaring:.....	9
2. Videnskabsteori	10
2.1 Centrale begreber om tilblivelsen af hverdagslivets virkelighed	11
3. Teori:.....	14
3.1 Fremmedgørelse og resonans	14
3.2 Resonans akser	16
Den Horisontale dimension;.....	16
Den Diagonale dimension.....	17
Den vertikale dimension;.....	18
3.3 Naturens stemme:	19
4. Metode:	22
4.1 Kvalitetskriterier i en socialkonstruktivistisk kontekst:	22
4.2 Litteratur søgning:	23
4.3 Udvælgelse af empirisk grundlag for analysen:.....	25
4.4 Analysemetode:.....	26
4.4.1 Analysemetode og metodiske overvejelser: Del 1	26
4.4.2 Analysemetode og metodiske overvejelser: Del 2	28
4.4.3 Beskrivelse af empiri til analysens del 2:	30
5. Analyse:	33
5.1 Del 1: Mistrivsel som institutionaliseret begreb	33
5.1.2 Mistrivsel som mediefelt og betydningsdannende institution:	36
5.2 Del 2: Natur til et godt liv – Natur som potentiel resonanssfære	38
5.2.1 Kvaliteter ved unges naturmøder som resonanspotentialer:	39
5.2.2 Natursociale metoders benspænd for resonansoplevelser i et accelerationssamfund.....	42

5.2.3 Resonansoplevelser i de tre akser	44
6. Diskussion:	46
6.1 Resonansoaser som et skridt på vejen	46
6.2 Fællesskabet som hellig gral eller hvad?:	47
6.3 Sprogligbetydningsdannelse og adgang til viden som forudsætning for forskning i unges naturmøder som resonanspotentialer:	49
7. Konklusion:	51
8. Artikel:	53
9. Referencer:	57

1. Problemanalyse:

”De unge er i en vis forstand at betragte som kanariefuglen i kulminen, der advarede minearbejderne om iltmangel” (Katznelson, Pless, & Görlich, 2022, s. 186).

Sådan skriver forskere fra CeFU i udgivelsen: Mistrivsel i lyset af tempo, præstation og psykologisering fra 2022. Mistrivsel i den danske ungdomsgeneration stiger og forskningsgruppen advokerer for at debatten om mistrivsel flyttes fra at være et særligt ungeproblem, til et generelt samfundsproblem (Katznelson, Pless, & Görlich, 2022, s. 186).

Udviklingen i unges mistrivsel ses bl.a. af tal fra Den nationale sundhedsprofil, som udføres hvert fjerde år og seneste er foretaget i 2021. I onlinedatabasen ses det hvordan mistrivsel blandt 16-24-årige særligt er steget frem mod 2021, hvor hele 27,8 % af de adspurgte scorer lavt på den mentale helbredsskala. Til sammenligning var det tal 12,8% i 2013 og 18,3% i 2017 (Den nationale Sundhedsprofil - mental helbred, 2023). I den tilhørende rapport som er udarbejdet på baggrund af tal fra databasen, lægges der vægt på, at spørgeskemaundersøgelsen for 2021 er foretaget under Covid 19 pandemien, hvorfor forskerne opfordrer til, at resultaterne af undersøgelsen tolkes med dette for øje (Jensen, et al., 2022, s. 10). Stigningen i unges mistrivsel ses dog allerede inden Covid19 pandemiens frembrud og er rapporteret i flere forskningssammenhænge de senere år. (Ottosen, et al., 2022) (Madsen, et al., 2023) (Andersen, Ladenburg, & Dyssegaard, 2020) (Jensen, et al., 2022) (Katznelson, Pless, & Görlich, 2022).

Dansk Ungdomsfællesråd (DUF) udsendte i August 2023 deres nyeste ungeanalyse, som blandt andet er baseret på en repræsentativ spørgeskemaundersøgelse for målgruppen 16-29 år med 1064 respondenter. Spørgeskemaundersøgelsen er lavet af Epinion i oktober og november 2022, hvor Covid19 restriktionerne havde været ophørt siden 31. januar samme år (Sundhedsministeriet, 2022). Da spørgsmålene ikke er direkte sammenlignelige med spørgsmålene i den Nationale sundhedsprofil, er det svært direkte at sammenligne graden af mistrivsel blandt unge efter covid 19, på samme grundlag som de tal jeg har præsenteret oven for. Ungeanalysen peger dog på at:

- 71 % af de unge svarer, at de er helt eller delvist enige i, at de ofte er glade.
- 31% af de unge er helt eller delvist enige i at de ofte føler sig ensomme.
- 51% er helt eller delvist enige i, at de er så pressede eller stressede at det er svært at slappe af.
- 57 % af de unge angiver at de har haft brug for hjælp eller støtte til at håndtere mistrivsel det senest år (Wulff, Matthiesen, & Blinkenberg, 2023).

Særligt læser jeg tydeligheden af fortsat mistrivsel i ungdomsgenerationen i det sidste af de 4 udsagn, hvor mere end halvdelen af de adspurgte har haft brug for hjælp til at håndtere mistrivsel det seneste år. På 8. semester undersøgte min studiegruppe og jeg hvordan naturen kan indtænkes i arbejdet med unge i mistrivsel. Det gav anledning til en række spørgsmål i mig, som jeg har valgt at undersøge nærmere i dette speciale. Da specialet bygger videre på en forståelse og viden jeg blandt andet har opnået gennem projektarbejdet på 8. semester, præsenteres relevante fund herunder.

1.1 Projekt Meningsfulde Fællesskaber i Naturen

I foråret 2022 skrev jeg 8. semesters projekt hvor min studiegruppe og jeg blev præsenteret for et nyt projekt hos de frivilliges hus i Aalborg, som har modtaget fondsmidler fra friluftsrådet. Projektet; *Meningsfulde Fællesskaber i Naturen* (MeFiN) har til formål at udvikle natursociale metoder til brug i frivillige organisationer, som arbejder med sårbare unge mennesker. Samtidigt at gøre det let tilgængeligt at komme i gang med at bruge naturen i arbejdet, ved at holde kurser for frivillige i de natursociale metoder, samt udbyde en grejbank, hvor man kan låne redskaber til alle aktiviteterne. På den baggrund undersøgte vi i mit 8. semester gruppe, resultaterne af eksisterende forskning i naturprojekter med samme målgruppe, for at få et klart indblik i hvilke didaktiske overvejelser der med fordel kunne danne grundlag for udviklingen af en række natursociale aktiviteter til projekt MeFiN.

To rapporter fra dansk forskning lå til grund for den del af vores analyse som undersøgte natursociale metoder. 'Hvad ved vi om arbejdet med udsatte unge i naturen' (Ejbye-Ernst N. , 2018) og 'Udvikling af indsatser for børn og unge i udsatte positioner i naturen med et narrativt og systemisk afsæt' (Seidler & Mortensen, 2018). Fælles for disse projekter er, at alle tre forskere har omfattende baggrund og erfaring med at arbejde med børn og unge i naturen (UCN viden: profiler: Niels Ejbye Ernst, 2023) (Linked In: Dorte Hagen Mortensen, 2023) (Linked In: Poul Hjulmann Seidler, 2023). Begge forskningsprojekter undersøgte desuden indsatser med unge i naturen fra et narrativt og systemisk afsæt.

Vores analyse pegede på fire centrale didaktiske overvejelser, på baggrund af analyser og observationer der gik igen i rapporterne.

1. At naturen danner rammerne for et fælles tredje, som kan føre til mestringsfølelse hos den enkelte mens, sociale fællesskaber kan udspringe herfra.
2. At naturens rum giver de unge øgede deltagelsesmuligheder, fordi der er færre skjulte sociale koder, sammenlignet med et klasselokale eller terapirum.

3. At aktiviteterne planlægges så de unge oplever følelsen af masser af tid og sammenhæng til deres øvrige liv.
4. At aktiviteterne faciliteres af en kompetent og tillidsfuld voksen der evner at stilladsere og spejle den enkelte i fællesskabet (Hofmeister, Agerbo, Kragelund, Meineche, & Jørgensen, 2022).

Begge projekter rapporterede gode resultater fra deres arbejde med de unge i naturen, men understregede at forskningsfeltet var i sin spæde start, at eksisterende forskning i området var svær at sammenligne og at feltet desuden virkede til at være i rivende udvikling (Ejbye-Ernst N. , 2018, s. 5).

1.2 Naturen som trivsels og sundhedsunderstøttende miljø

Forskningsfeltet i naturens positive effekt på menneskers trivsel og sundhed, oplever ganske vidst en rivende udvikling nu, men det er ikke nyt. I Danmark og resten af Norden er der forsket i hvordan aktiviteter i naturen kan virke trivselsunderstøttende på sårbare og udsatte unge i adskillige projekter siden 1980'erne. Her er der tale om forskning af mere samfundsaglig og humanistisk karakter. Altså hvordan mennesker oplever det at være i naturen og hvilken effekt har det på deres trivsel. Disse erfaringer er samlet i en kortlægning af området frem til 2017 ved navn: *Hvad ved vi om arbejdet med udsatte unge i naturen*, i forbindelse med førnævnte projekt støttet af Bikuben fonden (Ejbye-Ernst N. , 2018). Denne systematiske litteraturgennemgang var en del af det empiriske grundlag for udarbejdelsen af 8. semesters projektet, som har ligget til grund for en del af min forforståelse for det at arbejde med mistrivende unge i naturen.

Indenfor sundhedsforskning og den naturvidenskabelige forskningstradition, undersøges påvirkning af ophold i naturen på menneskers oplevelse af mental sundhed og målbare fysiske sundhed. Jeg har derfor samlet et udpluk af forskningen, som jeg mener kan give et repræsentativt indblik i området.

En gruppe engelske forskere fra Exeter Universitet undersøgte sammenhængen mellem nærhed og adgang til natur og menneskers oplevede sundhed. De fandt sammenhæng mellem ophold i naturen i minimum to timer om ugen og selvrapporteret oplevelse af generelt at have et bedre fysisk og psykisk helbred, samt en sammenhæng mellem hvor tæt på naturen vi bor og selvrapporteret oplevelse af sundhed (White, et al., 2019). Et lignende resultat er desuden fundet 14 år tidligere, hvor en gruppe forskere fra Center for Skov, Landskab og Planlægning på Københavns universitet fandt, at mennesker der bor tæt på grønne områder, oplever at være mindre stressede (Hansen, Nielsen, & Tvedt, 2005). Nyere dansk forskning fra KU konkluderer desuden at naturbaseret mindfulness har effekt på unge mennesker med stress, som oplevede

at få større ro, egenomsorg og oplevelsen af at være forbundet med fællesskabet og naturen. Et andet projekt i samme forskningsenhed undersøgte naturbaseret terapi i en terapihave for stresssygemeldte, rapporterede en signifikant stigning i deltagernes selvevaluerede helbredstilstand (Sidenius, 2017).

Forskning fra den positivistisk orienterede forskningstradition har desuden påvist hvordan ophold i naturen sænker stressrespons i kroppen, målt på lavere blodtryk og lavere blodgennemstrømning og aktivitet i amygdala, som styrer kroppens hormonelle stress respons (Sudimac, Sale, & Kühn, 2022) (Lederbogen, et al., 2022). I et canadisk studie har forskere desuden fundet sammenhæng menneskers interaktion med naturen og deres følelse af at være glade og i trivsel (well-being). De fandt desuden sammenhæng mellem ophold i naturen (exposure to nature) og mængden af observerede glade ansigtsudtryk (happy face expressions) (Zelenski & Nizbet, 2014).

1.3 For forståelse og forskningsposition

På baggrund af den indsigt jeg fik i emnet på 8. semesters undersøgelse af udsatte og sårbare unge i naturen, opstod der en undren i mig, som jeg vil beskrive i det kommende afsnit.

Jeg er uddannet med en bachelor i Idræt, hvilket har givet mig en grundlæggende forståelse for neurofysiologi og kroppens stress respons, hvorfor jeg teoretisk forstår den sammenhæng der er fundet mellem ophold i naturen og sænket stress respons. Desuden er jeg uddannet friluftvejleder og har undervist i friluft aktiviteter på blandt andet højskoler, hvorfor jeg har personlig erfaring med hvor vigtigt det er at være en kompetent og tillidsfuld voksen, hvordan naturaktiviteter som et fælles 3. er gode til at understøtte fællesskaber og mestringsfølelse, og hvordan naturen giver øgede deltagelsesmuligheder fordi det er et 'anderledes' rum. Jeg har også erfaring med at tid er et vigtigt aspekt i at opnå disse positive erfaringer i naturen og hvorfor det kan være vigtigt at skabe sammenhæng til deltagernes øvrige liv, så aktiviteten føles ekstra meningsfuld. Men de fællesnævner vi fandt i evalueringerne, gav mig en opfattelse af, at aktiviteterne i mange henseender kunne faciliteres i andre sammenhænge end naturen. Eksempelvis med musik eller idræt som fælles tredje, da det også er muligt at uddanne og anvende kompetente voksne samt facilitere gode rammer for at danne fællesskab og mestringsfølelse her. Disse aktiviteter kan desuden faciliteres i "anderledes" rum. Tilbage er den positive påvirkningen på det parasympatiske nervesystem, hvor der er fundet lignende resultater indenfor bl.a. musik (Feneberg, Stijovic, & Forbes PAG, 2023)

Så hvad er det der er særligt ved naturen, som efter min overbevisning, ikke står tydeligt frem i evalueringen af de natursociale projekter vi analyserede effekten af? Og er der overhovedet noget, som er særligt for rehabilitering af unge i mistrivsel i naturen?

Med en grundlæggende socialkonstruktivistisk overbevisning om at vi skaber virkeligheden i et samspil med hinanden, erkender jeg også at vi blot kan beskrive det vi har et sprog for. I marts 2023 blev jeg færdiguddannet reg. Naturterapeut, hvilket gav mig et nyt sprog for nogle af de oplevelser jeg har haft alene og sammen med andre i naturen. Både da jeg selv var højskoleelev, under egen terapi og supervisioner på terapeutuddannelsen og i mit virke som højskolelærer. Jeg landede i en grundlæggende overbevisning om, at vi er en del af naturen, at vi *er* natur og jeg oplevede at kunne sætte ord og begreber på den følelse jeg oplever alene og sammen med andre, når jeg er nærværende i naturen. En følelse af at være forbundet med noget større end mig selv, men alligevel også med en anden del af mig selv. Min hypotese er heraf at denne følelse af naturforbundethed, kan være svaret på hvad der er særligt ved at bruge naturen i trivselsunderstøttende arbejde med unge mennesker.

Mit eget nyfundne sprog for spiritualitet og naturforbundethed deler jeg til stadighed kun i sammenhæng, hvor jeg ved, at jeg er blandt andre med lignende overbevisning eller i trygge rum, hvor jeg ikke dømmes som en alternativ heksemutter der krammer træer. Man kan vel beskrive min selektive deling med, at jeg ligger under for en form for tabu omkring spirituel praksis og orientering i naturen. For at forstå hvordan naturen kan være en del af løsningen på trivselsudfordringen i ungdomsgenerationen, er jeg overbevist om, at jeg må kende til problemets rod. For hvorfor er der egentlig så mange unge mennesker der mistrives i dag?

1.4 Et perspektiv på mistrivsel: Acceleration i et ungdomsliv

Den tyske sociolog Hartmut Rosa beskriver den generelle mistrivsel i det moderne samfund med acceleration. En grundlæggende forståelsesramme for hans sociologi er at han ser mennesket som både *i verden og af verden*. Mennesker er subjekter der erfarer objekter i verden og i det forhold skabes og skaber vi vores identitet. (Rosa, Det ukontrollerbare, 2018, s. 11) Han argumenterer for, at verden i sig selv er blevet et aggressionspunkt for mennesket, i takt med det 21. århundredes øgede digitalisering og en politisk-økonomisk orientering mod vækst og optimering (Rosa, Det ukontrollerbare, 2018, s. 12). Det betyder for det enkelt menneske, at alt hvad vi ser i verden, bliver genstand for et behov for at beherske, erobre, kontrollere og gøre nyttigt. Behovet hos den enkelte er drevet af en generel samfundsfrygt for en ringere levestandard eller et samfundskollaps, fordi det moderne samfund er dynamisk stabiliseret. Innovation, vækst og acceleration er således en forudsætning for at forhindre samfundet fra et kollaps og skaber en kollektiv angst som motiverer den enkelte til at deltage i vækstspillet (Rosa, Det ukontrollerbare, 2018, s. 14). Han mener dog ikke at en sådan angst kan være eneste motivation i et dynamisk stabiliseret samfund og beskriver derfor hvordan mennesket også motiveres af det Rosa kalder en *positiv kraft*. Denne

beskriver Rosa som "*håbet om at kunne udvide rækkevidden i verden*" (Rosa, Det ukontrollerbare, 2018, s. 15). Han beskriver hvordan der i den moderne selvforståelse er udviklet en grundlæggende forestilling om at nøglen til det gode liv ligger i at udvide rækkevidden af vores verden. Ved at skabe en god økonomi så man kan opleve andre lande og kulturer. Ved at placere os i verden, så vores muligheder for at opleve og lære er allestedsværende, så nye dele af verden opleves som åbne for os (Rosa, Det ukontrollerbare, 2018, s. 16). Med den forståelse, er vi ifølge Rosa strukturelt motiveret udefra gennem frygt og kulturelt motiveret indefra gennem en positiv drivkraft om at *udvide vores horisont*, til at gøre verden til et aggressionspunkt (Rosa, Det ukontrollerbare, 2018, s. 17). Dynamikken mellem samfund og menneske beskriver Rosa billedligt med at vi som mennesker altid bevæger os på vej op ad en rulletrappe (verden og samfund) som kører nedad. Uanset hvad vi gør, så oplever vi aldrig at det er nok og vi når aldrig op for enden af platformen, hvor vi kan holde en pause. For verden står aldrig stille og frygten er allestedsværende. Så hvor får de unge en pause fra frygten for at sakke bagud, ende uden sikkerhedsnet eller indskrænke deres mulighed for at udvide rækkevidden i deres verden? Hvordan skabes der rum for øget trivsel hos ungdomsgenerationen i et moderne accelerationssamfund? Hartmut Rosa argumenterer for at oplevelsen af resonans med natur, kultur, religion og kunst kan give mennesket en følelse af mening i tilværelsen og forbundethed til verden. Dette uddyber jeg i teorien i kapitel 3(s. 18).

Herunder beskrives ny forskning der har påvist at spiritualitet og åndelige behov, måske ikke er så fremmede for os i samfundet, som jeg indimellem kan opleve det. Jeg inddrager denne forskning for at underbygge specialets relevans.

1.5 Spiritualitet og åndelige behov fra et forskningssyn:

Sundhedsvidenskabelige forskere fra SDU har i 2021 udført den hid til mest omfangsrige undersøgelse af åndelige og eksistentielle behov, i et forsøg på at nedbryde tabu omkring disse og udbrede viden om åndelige behov i sundhedssektoren, så det kan anerkendes som en del af sundhedsfaglig behandling (Stripp, Wehberg, Büssing, Koenig, & Balboni, 2023, s. 1).

Undersøgelsen er foretaget som en spørgeundersøgelse af mere end 26.000 besvarelser fra en tilfældig udvalgt gruppe af voksne danskere. 81.9% af danskerne tilkendegav at de indenfor de sidste 30 dage havde oplevet mindst ét stærkt eller meget stærkt åndeligt behov. Åndelige behov er i spørgeskemaet defineret som: Religiøse behov, hvor man bekender sig til en trosretning eller en gud. Eksistentielle behov for tilgivelse eller at opleve en højere mening med livet. Behovet for indre fred ved at søge mod naturens skønhed eller tale med nogen om frygt og bekymringer og slutteligt generative behov for at viderebringe

livserfaring, eller give noget af sig selv til andre (Stripp, Wehberg, Büssing, Koenig, & Balboni, 2023, s. 3). 68,7% af de danskere der angav minimum et stærkt åndeligt behov indenfor de sidste 30 dage, angav behovet for indre ro, som følelsen af naturforbundethed efter min erfaring kan understøtte. Forskerne fandt desuden en sammenhæng mellem dårligere selv vurderet helbred, lavere livstilfredshed og reduceret trivsel på den ene side og større åndelige behov på den anden side (Stripp, Wehberg, Büssing, Koenig, & Balboni, 2023, s. 10).

1.6 Specialets relevans – en ny forståelsesramme:

Min baggrund som naturterapeut og underviser i naturen har givet anledning til en undren over et ufyldstgørende indblik i de potentialer der fremhæves ved naturen i forskning i natursociale metoder. Naturterapi er en forholdsvis ny genre indenfor psykoterapi og behandling af mistrivsel i forskellige udgaver. Terapiformen handler i høj grad om at forbinde sig med naturen på en bevidst og omsorgsfuld måde. Ved hjælp af sansesystemet kommunikerer og interagerer vi med naturen og kan i den sammenhæng både opleve og mærke den ydre natur, men også os selv fordi vi er natur (Camacho, Rimpler, & Ehlers, 2020). Naturforbundethed er altså en central del af målet med terapien, hvorfor det heraf ikke er ligegyldigt hvordan vi møder naturen.

Terapiformen kan for mange mennesker opfattes som alternativ, fordi vi i nutidens Danmark ikke har en stærk tradition for naturdannelse og naturforbundethed, som en del af vores opdragelse. Går vi bare tre generationer tilbage i tiden, ses et markant fald i hvor længe og hvor ofte børn opholder sig i naturen. I dag opholder hvert 3. barn mellem to og 15 år sig i naturen en enkelt gang om ugen eller mindre (Hansen N.-C. L., 2019). Mickey Gjerris lektor i bioetik ved Københavns universitet og Cecilie Rubow antropolog og forsker i naturetik i Skandinavien, udgav i 2018 en bog om naturens sprog, med det formål at skabe alternative historier om vores *forhold* til naturen. Altså hvad den fortæller os, fremfor at vi fortæller om hvordan vi kan bruge den til *noget* (Gjerris & Rubow, 2018). De spørger i introduktionen, hvad der ville ske: ”*Hvis vi tog alvorligt, at naturen og vores sprog for den nødvendigvis må udfolde sig anderledes, end der er plads til i dag, hvis vi skal leve med og ikke kun af naturen?*” (Gjerris & Rubow, 2018, s. 8) og inviterer herefter 20 folk med forskellige baggrunde til, at fortælle om oplevelser i naturen fra et personligt og professionelt perspektiv. Bogen giver et godt indtryk af den dobbelthed der ligger i, med Hartmut Rosas forståelse af accelerationssamfund, at leve i et samfund hvor naturen er blevet et aggressionspunkt som udnyttes og kontrolleres, men samtidig at opleve betydningsfulde naturmøder, hvor naturen *taler* til os. I bogens intro bemærker Gjerris og Rubow afslutningsvist: ”*Derfor er det tid til at lytte til, hvad naturen siger... og for at*

høre må vi etablere et sprog, der giver vores erfaringer gyldighed og tyngde i det fælles rum” (Gjerris & Rubow, 2018, s. 9).

Dette litterære bidrag understøtter min hypotese om, at der i samfundet men også i den nuværende samfundsfaglige og humanistisk forankrede forskning om naturens potentiale i arbejde med unge i mistrivsel, analyseres og tolkes på baggrund af en verdensopfattelse hvor værdien af og viden om naturforbundethed ikke er givet og hvor der ikke umiddelbart findes et sprog for det. I specialet har jeg således til hensigt at bidrage med et nyt analytisk perspektiv af eksisterende forskning på området, for at se om mit forskersyn og min verdensforståelse i samspil med Hartmut Rosas sociologi om verden, kan producere supplerende viden om det særlige ved at arbejde med unge i mistrivsel i naturen.

1.7 Problemformulering:

På baggrund af ovenstående problemanalyse og argumentationsrække formulerer jeg følgende problemformulering som baggrund for dette speciale.

Hvad er særligt ved unges møder med naturen i trivselsforbedrende aktiviteter for unge i mistrivsel, set i lyset af Hartmut Rosas teori om naturen som mulig resonanssfære i et accelerationssamfund?

1.7.1 Undersøgelsesspørgsmål:

For at besvare projektets problemformulering nuanceret, har jeg formuleret fire undersøgelsesspørgsmål, som hver har til formål at undersøge en del af den undren jeg fremstiller i problemformuleringen, på baggrund af min forskerposition. Spørgsmålene virker desuden strukturerende for specialets opbygning og analysemetode.

- *Hvad er kendetegnende ved Rosas’ begreb om resonansoplevelser i naturen, som modsvar til følelsen af fremmedgørelse i et accelerationssamfund?*
- *Hvordan kan Hartmut Rosas teoretiske univers perspektivere unges mistrivsel i det moderne samfund?*
- *Hvilke oplevelser har de unge med naturmøder og hvordan beskriver de at det påvirker deres trivsel?*
- *I hvilken forstand kan disse naturmøder opfylde det potentiale Rosa beskriver at naturen har som mulig resonanssfære?*

1.7.2 Begrebsafklaring:

Da jeg videnskabsteoretisk er funderet i Berger og Luckmanns socialkonstruktivistiske forståelse af viden, som "*... alt, hvad der i samfundet går for at være viden.*" (Berger & Luckmann, 1966, s. 52), er følgende begrebsafklaring af beskeden karakter. Specialets formål er i forlængelse heraf ikke at definere en sand måde at opleve verden på, men at forstå fænomener fra mangeartede perspektiver, for i sidste ende at kunne svare på projektets problemformulering.

Naturen: Naturen som begreb, fænomen og entitet defineres ikke af den simple grund, at vi som mennesker oplever naturen forskelligt og at jeg i dette speciale ikke har til hensigt at vurdere hvad der er *rigtig* eller *forkert* natur. Jeg inddrager desuden forskning om naturen, som bidrager med forskellige begrebslige tolkninger af naturen, for at give et bredt perspektiv på hvad natur er og kan være for forskellige mennesker og forskningsretninger. Hartmut Rosa afholder sig desuden, i samme stil, fra at dømme hvad natur er, hvorfor der heller ikke følger nogen begrebsafklaring af natur i det teoretiske kapitel i specialet. I stedet vil jeg opfordre dig som læser til, at undersøge hvad du synes natur er?

Unge: Unge afgrænses til at være mellem 14-35 år jævnfør den sekundære empiri der er udvalgt som grundlag for analysen i specialet (Sørensen & Nielsen, Natur til et godt liv - Unges fortællinger om deres møder med naturen, 2022, s. 6-7). Desuden anvendes begrebet '*unge*' i en del af mine inkluderede kilder, uden særlig definition af en aldersgrænse. Det værende sig særligt i udtalelser fra mediefladen i Danmark, hvorfor det ikke er uddybet nærmere i den forbindelse.

Mistrivsel: Fænomenet defineres ikke yderligere her, da det opleves forskelligt for de unge mennesker der føler sig i mistrivsel. Det er således ikke specialets formål at definere hvad mistrivsel er, da oplevet mistrivsel vurderes som værende lige så reel som andre definitionsforståelser. I analysens første del undersøges det hvilke sproglige betydningsdannelser om mistrivsel der findes i samfundet, som kan påvirke de unges forståelse af fænomenet, men også deres egen følelse af at være i mistrivsel.

Den sparsomme begrebsafklaring understreger at det videnskabsteoretiske ståsted er centralt i resten af specialets argumentationsrække, hvorfor det præsenteres i det kommende kapitel.

2. Videnskabsteori

I specialet undersøger jeg problemformuleringen og dennes kontekst på baggrund af en gren af socialkonstruktivistisk tænkning, som er inspireret af både fænomenologi og marxisme. Nærmere bestemt anvendes Peter L. Berger og Thomas Luckmanns videnskabssociologiske teori, som de præsenterede i afhandlingen fra 1966, der på dansk er oversat til: Den sociale konstruktion af virkeligheden. Traditionelt set beskæftigede videnssociologien sig med hvordan viden skabes i et samfund og var i høj grad rettet mod at beskrive hvordan forskningen producerede viden. Berger og Luckmann genfortolkede forskningsgenren, så den fik et socialkonstruktivistisk udgangspunkt, hvilket uddybes i det kommende afsnit.

En af de særlige grundlæggende forståelsesrammer i deres teori, hvori inspirationen fra marxismen er tydelig, er en dialektisk forståelse af at mennesket er et socialt produkt, men at samfundet også er et menneskeligt produkt (Berger & Luckmann, 1966, s. 99). Mens Karl Marx anså den materialistiske verden og samfundets væren som primær i det dialektiske forhold mellem individ og samfund, anskuer Berger og Luckmann dialektikken som noget der sker på én gang, altså uden en hierarkisk orden (Berger & Luckmann, 1966, s. 169). Desuden ses deres inspiration fra Husserls og Schuts fænomenologi i deres måde at beskrive samfundet som en subjektiv realitet. Dette ses af den måde de anskuer den menneskelige intentionalitet som konstituerende for hvordan kropslig adfærd skaber en selvstændig virkelighed, som er andet og mere end en materialistisk virkelighed (Berger & Luckmann, 1966, s. 22). Denne subjektive realitet af samfundet hos den enkelte, understreger deres genfortolkning af videnssociologiens primære formål. De omdefinerer dennes opgave ved at udelukke erkendelsesteoretiske og metodologiske spørgsmål fra deres forskningsdisciplin. Det er således ikke videnssociologiens formål at vurdere gyldigheden af den metode eller viden der produceres, men at bidrage til empirisk forskning. Sagt på en anden måde beskæftiger Berger og Luckmann's teori "*... sig med alt, hvad der i samfundet går for at være viden.*" (Berger & Luckmann, 1966, s. 52). I den forstand udfordrer de også den empiriske disciplins åndshistoriske fokus, som de kritiserer for i primær grad at fokusere på teoretisk tænkning. De søger således at producere viden om den 'gængse viden', hvori de betydningsmønstre ligger, som ethvert samfund eksisterer på baggrund af (Berger & Luckmann, 1966, s. 53). Dette indbefatter også ideer og teorier produceret af en begrænset gruppe af højtuddannede mennesker, men i særdeleshed hvad folk ved, der er virkelighed i deres daglige tilværelser og det som Berger og Luckmann kalder hverdagslivets virkelighed.

Heri ligger et spændingsfelt som kan være modsigende i forhold til dette speciales formål. At skabe ny viden med afsæt i egen praksiserfaring men også teoretisk baggrund i Hartmut Rosa. I denne sammenhæng er det vigtigt at forstå hvordan Berger og Luckmann anvender teorier i deres videnssociologi. Teorier anskuer de som sociale fænomener, der kan forklare det empiriske fænomen de opdager i deres forskning.

Således anser de ikke teori som et middel til at gøre deres forskning gyldig eller sand, men som en måde at forklare et fænomen i en specifik kontekst, hvor teorien kan forklare fænomenet i en sammenhængende form (Berger & Luckmann, 1966, s. 218). Min praksiserfaring bliver således et billede på 'folks oplevelse af virkelighed', som jeg yderligere vil undersøge hos unge i mistrivsel i udvalgt empiri i analysen. Mens valget af Hartmut Rosas teori bruges til at forklare naturen som trivselsunderstøttende miljø fra et andet perspektiv, end det narrative natursociale perspektiv der som tidligere beskrevet er herskende i eksisterende forskning i feltet. Jeg søger således ikke at beskrive nogen entydig sandhed i specialet, da min forståelse af virkeligheden er, at den kun er sand for den enkelte i dennes kontekst af tid og sted. Herunder vil jeg derfor uddybe Berger og Luckmanns centrale begreber om tilblivelsen af samfundet som en subjektiv realitet, som har afgørende betydning for hvordan den enkelte, både forsker og menige samfundsborger oplever hverdagslivets virkelighed.

2.1 Centrale begreber om tilblivelsen af hverdagslivets virkelighed

"Hverdagslivet melder sig som en virkelighed, der allerede i udgangspunktet er menneskeligt fortolket og subjektivt meningsfuldt som en sammenhængende verden" (Berger & Luckmann, 1966, s. 57).

Denne fortolkning fører til det som Berger og Luckmann kalder objektiveringen af de subjektive processer som giver den enkelte oplevelsen af en fælles verden og samfund. Altså den del af vores væren i verden som vi tager for givet og som allerede før vi blev født var objektiveret til selvfølgeligheder. F.eks. at jeg skal gå i skole når jeg er barn eller at jeg bruger bestik til at spise aftensmad med ligesom mine forældre gør. Hverdagslivets virkelighed er altså den verden som deles med andre 'her' og 'nu' (Berger & Luckmann, 1966, s. 61) og er den del af min verden som jeg tager for givet. Objektiveringerne i hverdagslivets virkelighed opretholdes primært gennem betydningsdannelse via det sprog som deles med ens medmennesker (Berger & Luckmann, 1966, s. 75). En del af denne betydningsdannelse kalder forskerduoen for den 'sociale orden', der eksisterer som et produkt af menneskelig aktivitet og som har det iboende formål at skabe stabile omgivelser. Den menneskelige aktivitet reproduceres over tid gennem vanedannelse og en særlig vigtig fordel ved dette er, at det begrænser menneskets muligheder, hvilket frigør individet fra "byrden af alle de mange beslutninger" (Berger & Luckmann, 1966, s. 91). Det giver menneskets aktivitet en retningsbestemmelse, som frigør energi til at træffe velovervejede og nytænkende beslutninger i situationer hvor det er nødvendigt. Når disse vaner reproduceres i sociale grupper over tid, opstår begrebet *institutioner* og bliver i samme omgang selvfølgelige i individets hverdags virkelighed. Det medfører desuden social kontrol i den kontekst hvor institutionen er en selvfølgelighed, hvilket bidrager til social orden. Institutionerne opleves af den enkelte som en ydre virkelighed og kan i nogle tilfælde føre til

tingsliggørelse, hvor institutioner opleves som noget ikke menneskeskabt, som fx et stjernebillede på himlen (Berger & Luckmann, 1966, s. 127). Her bliver den dialektiske forståelse tydelig, da mennesket paradoksalt nok selv producerer den verden, som de samtidigt oplever som noget andet end et menneskeligt produkt (Berger & Luckmann, 1966, s. 99). Da institutionerne medfører social kontrol, bliver mennesket også et socialt produkt af den *internalisering* af objektive hændelser, som sker gennem *socialisering*.

Denne proces beskrives gennem to typer af socialisering og i sidste ende grundlæggende for hvordan vi former os som individer. Den *primære socialisering* foregår i barndommen af de betydningsfulde andre, ofte barnets forældre. Internaliseringen i denne fase foregår ved at barnet adapterer den verden som de betydningsfulde andre lever i. Fordi barnet internaliserer denne verden som den eneste mulige verden, bliver denne mere grundlæggende i individets selvopfattelse, end de verdener der internaliseres gennem den sekundære socialisering senere i livet (Berger & Luckmann, 1966, s. 175). En del af denne tidlige internalisering i barndommen, er den sproglige betydningsdannelse som er grundlæggende for vores videre socialisering (Berger & Luckmann, 1966, s. 173). Sproget og verden udvider sig sideløbende, på baggrund af den sociale fordeling af viden vi har til rådighed gennem vores betydningsfulde andre. Afhængigt af hvordan vi vokser op, internaliseres selvfølgeligheder og viden forskelligt, sådan at vi alle kommer i besiddelse af forskellig viden og skaber forskellige subjektive realiteter (Berger & Luckmann, 1966, s. 84). Den sekundære socialisering sker når vi møder institutioner med dertilhørende specialviden, roller, skemaer og normer og sproglige betydninger. Eksempelvis når vi starter i skole eller vælger vores uddannelse. Disse institutioner præsenterer sig som sub-verdener som tilbyder os mere specifikke identificeringer af vores rolle i samfundet og hvordan vi handler på baggrund af disse selvforståelser (Berger & Luckmann, 1966, s. 180).

Den sekundære socialisering tilbyder så at sige internaliserings muligheder, men en egentlig internalisering er ikke givet som det gør sig gældende med den primære socialisering. Sekundær socialiserings påvirkning på individets selvopfattelse afhænger således af, om den enkelte er motiveret for at internalisere det som opleves (Berger & Luckmann, 1966, s. 184). I tillæg til den virkelighed vi tager for givet i hverdagslivet, beskrives det hvordan vi som individer også er bevidste om, at der findes andre virkeligheder, som ikke er som vores egen. Eksempelvis at de i Asien bruger spisepinde, når de spiser aftensmad eller at piger i Afrika ikke går i skole som en selvfølge. Vi har altså gennem sekundær socialisering lært om andre verdener – sub verdener, men ikke internaliseret dette som en del af vores verden og identitet. "*Sammenlignet med hverdagslivets virkelighed fremstår andre virkeligheder som begrænsende betydninger midt i den altoverskyggende virkelighed...*" (Berger & Luckmann, 1966, s. 63). Bevidstheden vil så at sige altid

orienterer sig tilbage til hverdagslivets virkelighed, som i høj grad er et produkt af primær socialisering. Berger og Luckmann beskriver skiftet i bevidsthed mellem disse virkeligheder som en ekskursion, hvis skiftet er uproblematisk for individet. Som hvis vi går i teateret eller besøger religiøse rum på charterferier, hvor vi uproblematisk kan vende tilbage til hverdagslivets virkelighed når ferien er slut. Oplever vi til gengæld at vores viden og forståelse af hverdagslivets virkelighed ikke kan løse et problem, er vi i højere grad tilbøjelig til at internalisere det som vi møder som løsning gennem sekundær socialisering (Berger & Luckmann, 1966, s. 82).

Afhængigt af vores primære socialisering kan denne internalisering af nye begrænsede betydninger foregå mere eller mindre gnidningsfrit idet Berger og Luckmann forklarer hvordan det almindelige sprog vi har tilgængeligt til at beskrive hverdagslivet, anvendes til at beskrive og objektivisere de nye begrænsede betydninger. I denne proces kan der ske en forvrængning af subverdenens begrænsede betydning. Det kan opleves som om at det er svært at sætte ord på de erfaringer man har gjort i subverdenen, hvorfor den mister sin gyldighed i hverdagslivets virkelighed, selvom den oplevedes som meningsfuld eller gyldig da man tog 'ekskursionen' (Berger & Luckmann, 1966, s. 64). Berger og Luckmann eksemplificerer dette gennem beskrivelser af møder med videnskab, religion og æstetik og denne sammenligning trækker tråde tilbage til den hypotese jeg fremlagde tidligere, om et potentielt videns hul eller manglende begrebsverden om naturforbundethed og spiritualitet i mødet med naturen, blandt ungdomsforskere der har undersøgt naturens potentiale i arbejdet med unge i mistrivsel. Jeg vurderer således, at det er vigtigt at forstå forskernes hverdags virkelighed og erfaring med begrænsede betydningsområder indenfor deres forskning. Dette uddyber jeg i kapitel 4 Metode(s. 33), hvor jeg beskriver specialets analysemodel.

Herunder beskrives specialets teoretiske baggrund, da selv samme analysemodel er udviklet på baggrund af en forståelse af både Berger og Luckmanns videnssociologi, men også den tyske sociolog Hartmut Rosas teori om accelerationssamfund, fremmedgørelse og resonans.

3. Teori:

I dette kapitel fortsætter jeg den begyndende redegørelse for Hartmut Rosas sociologi om forholdet til verden. I problemanalysen beskrev jeg hvordan hans begreb acceleration kan bidrage med et perspektiv på det pres mange unge mennesker oplever i dag, som følge af et dynamisk stabiliseret samfund og en underliggende angst som delvis motivation for individets handlinger. Herunder fortsætter jeg redegørelsen for centrale begreber i sociologien og redegør desuden for Rosas argumentation for naturens stemme som resonans svar.

Teorien anvendes i specialets analyse og har en central rolle i forsøget på, at bidrage med et nyt perspektiv på hvad det særlige ved unges naturmøder er.

3.1 Fremmedgørelse og resonans

Ifølge Hartmut Rosa manifesterer acceleration sig på forskellige måder i det moderne samfund. Han identificerer tre former for acceleration: teknologisk acceleration, acceleration af social forandring og acceleration af livets tempo. Teknologisk acceleration refererer til den konstante udvikling af nye teknologier og kommunikationsmidler, hvilket skaber et pres for at holde trit med de seneste fremskridt. Desuden giver det den enkelte mulighed for at udrette flere ting på kortere tid. Han beskriver altså hvordan teknologisk acceleration har stor indvirkning på individets og samfundets opfattelse af tid (Rosa, 2014, s. 22). Acceleration af social forandring peger på den øgede hastighed, hvormed samfundsændringer sker, hvilket skaber en følelse af konstant forandring og usikkerhed for den enkelte. Eksempler kan være skiftende vennegrupper eller familierelationer, skift i mode, sprog og tendenser som kan give en følelsen af at høre til og forventninger fra samfundet til job og uddannelse (Rosa, 2014, s. 23) Endelig refererer acceleration af livets tempo til det øgede pres for at udføre flere opgaver på kortere tid og en konstant jagt efter effektivitet. Fremfor at effektivisere handlinger, så der er tid til pauser, udfyldes disse med flere handlinger, som giver en accelereret opfattelse af livets tempo, og dermed følelsen af ikke at kunne følge med (Rosa, 2018, s. 28).

Disse former for acceleration kan føre til en dyb følelse af fremmedgørelse over for os selv, vores medmennesker, samfundet, vores følelser og krop, vores ejendele og naturen eller verden i sin helhed, ja sådan set alt det der er en del af vores liv. Det defineres i Rosas sociologi som en "relationsløs relation", en mangel på følelsen af at være forbundet med sine omgivelser (Rosa, 2021, s. 215). Det kan komme til udtryk hos den enkelte som "en følelse af 'ikke rigtig at ønske at gøre, hvad man gør', selvom man for så vidt handler efter egen fri vilje." (Rosa, 2018, s. 102). For at forstå begrebet fremmedgørelse i hele sin

komplekse udlægning, introducerer Rosa begrebet resonans. Det er en form for verdensforhold hvori subjekt og verden gensidigt berører og simultant transformerer hinanden (Rosa, 2021, s. 208). Resonans er en slags gensvar fra vores omgivelser hvor vi oplever at modsvaret har sin egen stemme (Rosa, 2021, s. 203). Vi har brug for at opleve resonans, for ikke at blive opslugt af en overdøvende følelse af fremmedgørelse, men et element af fremmedgørelsen er også en forudsætning for at kunne opleve resonans, hvorfor der eksisterer et dialektisk forhold mellem de to begreber (Rosa, 2021, s. 216).

Rosa beskriver fire kendetegn, som altid er til stede ved oplevelsen af resonans fra verden. For at forstå begrebet "verden" i forbindelse med Rosas beskrivelse af resonans, må det forstås at han beskriver subjekt og verden som enheder der først opstår i en gensidig relation og forbundethed (Rosa, 2018, s. 31). Ligesom Berger og Luckmann, forstår han altså verden og individ som dialektisk afhængige og skabt af hinanden. Han understreger her hvorfor resonans bliver essensen i alle tænkelige verdensrelationer. Dermed bliver den konstituerende for menneskets psyke, socialitet og kropslighed, herunder handlinger (Rosa, 2018, s. 32). Denne redegørelse trækker forståelsesmæssige sammenfald til Berger og Luckmanns begreb om internalisering gennem socialisering, der også former os som individer og også er afgørende for vores måde at være i verden på. I denne forstand kan man forstå resonansforholdet mellem individ og verden og deraf også følelsen af fremmedgørelse, som en del af et menneskes socialisering og oplevelse af hverdagslivets virkelighed. Jeg har illustreret de fire kendetegn ved resonansforholdet mellem individ og verden i modellen nedenfor.



Figur a: De fire kendetegn ved resonans. Frit udført efter beskrivelse i "Det ukontrollerbare" af Hartmut Rosa, 2018, s. 31-37

For at der kan opstå resonans mellem individ og verden; mennesker, dyr, kunst, samfund, natur, ting, sprog osv., må disse fire forhold altså være opfyldt i mødet. Vi skal føle os bevæget af noget, kaldet på af noget eller nogen som vækker vores interesse. Deraf må vi opleve selvvirkksomhed; at vi giver et gensvar til det som bevæger os. Vi kan få hjertebanken eller 'gåsehud', opleve en følelse i kroppen som forbinder os til resonanspunktet. For det tredje må vi gennem resonanserfaringen opleve en form for forvandling af selvet og verden, eller den måde vi oplever verden på. Det som Berger og Luckmann ville kalde hverdagslivets virkelighed. Forvandlingen kan opleves som skelsættende og livsomvæltende eller blot være en ændring i stemning og humør. Slutteligt må det forstås, at resonans ikke kan fremtvinges eller kontrolleres.

Rosa beskriver desuden en mekanisme hvor jagten på resonanspunkter kan forhindre selv samme i at opstå. Ligesom hvis man inderligt ønsker at sove, men ikke kan falde i søvn. Denne ukontrollerbare forudsætning for resonans betyder også, at vi ikke kan planlægge os til en given transformation i resonansoplevelsen. For den kan jo ikke planlægges i første omgang og hvis vi forsøger at kontrollere den, udebliver den. Derfor er der også et naturligt spændingsforhold mellem accelerationssamfundets behov for at beherske eller optimere og individets oplevelser af resonans, hvorfor følelsen af fremmedgørelse dominerer og ifølge Rosa bibringer forskellige psykologiske diagnoser (Rosa, 2018, s. 36).

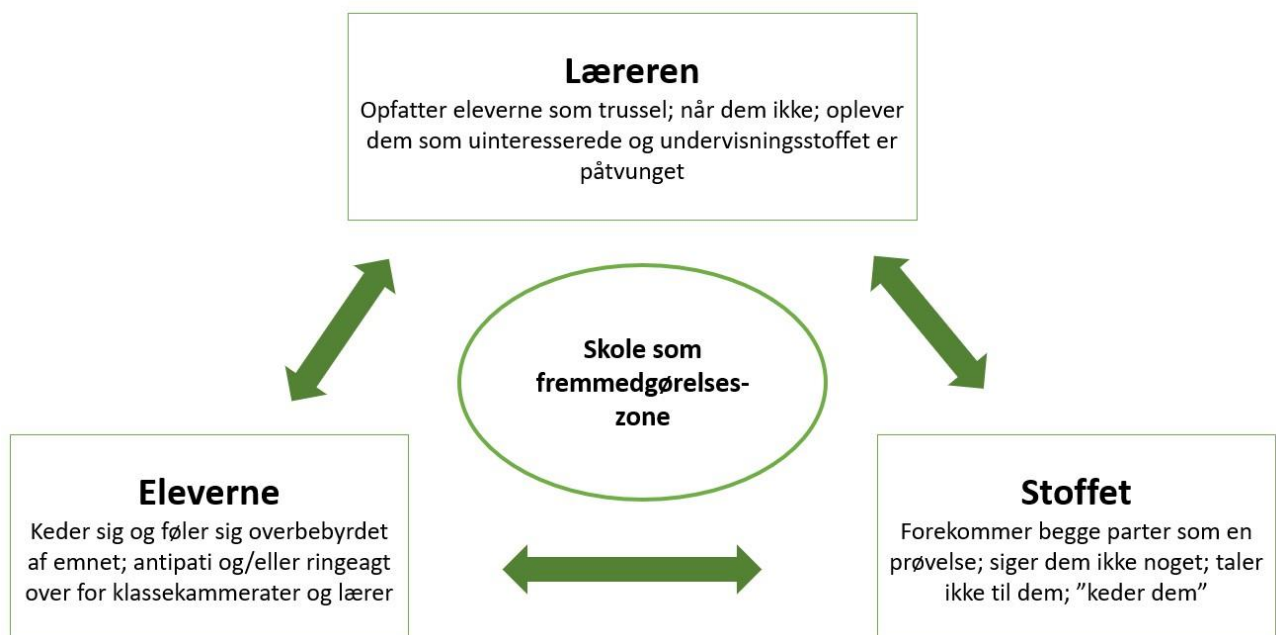
3.2 Resonans akser

Som beskrevet ovenfor kan mennesket opleve resonans med alt hvad der kan opleves at '*have en stemme med gensvar*'. For at beskrive forskelle i resonansrelationen mellem forskellige resonanssfærer, deler Rosa disse ind i tre dimensioner.

Den Horisontale dimension; som omfatter sociale relationer til andre mennesker hvor der kan opstå resonans. Altså i venskaber, intime relationer, familieband og politiske relationer (Rosa, 2021, s. 226). Herunder argumenterer Rosa for, at det er vigtigt at adskille anerkendelse i disse forhold fra resonans oplevelser. Det er altid en specifik hændelse mellem to eller flere subjekter og kan derfor ikke være en generel følelse af anerkendelse eller eksempelvis '*at føle sig elsket*' (Rosa, 2021, s. 228). Han beskriver dog anerkendelse som fordrende for resonansoplevelser og mangel på anerkendelse som en grundlæggende katalysator for fremmedgørelseserfaring. De to begreber er altså centrale i den horisontale dimension, men skal ikke forstås som dækkende for hinanden (Rosa, 2021, s. 229). Rosa beskriver at individets angst for '*stadigt mindre*' og deraf forsøg på at kontrollere, optimere og udvide rækkevidden af

verden, kan virke forhindrende ift. at opleve resonans i denne dimension, fordi tid og oplevelser med sociale relationer nedprioriteres til fordel for den diagonale dimension, hvor arbejde og skole befinder sig.

Den Diagonale dimension; som udgør objektrelationer, altså resonansrelationer med ting som rører noget i os. Eksempeltvis arvestykker, der frembringer minder på godt og ondt, materiale som bearbejdes gennem håndværk og 'taler til os', mad der giver os en særlig følelse eller en sportsgren som tilbyder os resonanssfærer. Rosa beskriver hvordan resonanskvaliteten til ting, formes af den måde vi oplever dem som integreret i verden på og denne integration finder især sted igennem arbejde og uddannelse (Rosa, 2021, s. 268). Som når bagerleven får en særlig oplevelse med at ælte dej, der transformerer både dejen og eleven, eller hvis vi lærer et nyt sprog gennem tekstbearbejdning, som udvider rækkevidden af verden og ændrer både sprogets materialitet og den lærende elevs verdenssyn eller syn på sig selv (Rosa, 2021, s. 270). I den diagonale dimension opstår fremmedgørelsen når tingene forstummer, som følge af at objekterne bliver til et aggressionspunkt. Rosa eksemplificerer det i en fremmedgørelsestrekanth som illustrerer 'den mislykkede time' i undervisningssammenhænge, men det kan i samme stil opstå på arbejdspladser eller med objektrelationer.



Figur b. Efter figur i Resonans af Hartmut Rosa (2021) s. 229.

I en sådan situation står lærer, elev og stof i et forhold til hinanden på baggrund af ligegyldig, afvisende eller måske endda fjendtlig adfærd. Det resulterer i en følelse af fremmedgørelse fra elevens synspunkt, til læreren, stoffet og måske det at gå i skole. Internaliseres følelser af *'at være en dårlig lærer'* eller *'at være en uintelligent elev'*, kan oplevelsen af en fremmedgørelsestrekanter i den diagonale dimension også få betydning for muligheden for at opleve resonans i den horisontale dimension, da det påvirker subjektets forhold til verden (Rosa, 2021, s. 280). Hartmut Rosa beskriver hvordan uddannelse som resonanssfære og verdenstilpasning, det som Berger og Luckmann kalder sekundær socialisering, forudsætter *"at elevens egen stemme kan ytres og høres – og det kan den ikke, når undervisningen kun sigter mod rigtige og forkerte svar, mod effektivitet og optimering"* (Rosa, 2021, s. 284). Rosa beskriver altså hvordan accelerationssamfundet og verden som aggressionspunkt gør vilkårene for at opleve resonans gennem arbejde og skole i den diagonale dimension dårligere og kan have konsekvenser for resonansoplevelser i den horisontale akse. Derfor synes en sidste vigtig resonanssfære, i den diagonale akse, at få større betydning i det moderne samfund; nemlig sport og konsum (Rosa, 2021, s. 287). Resonanspotentialer i denne sfære opstår i oplevelsen af kroppen som en *'levende ting'* der kan respondere på fysisk aktivitet, indtag af mad eller erhvervelse af materielle ting, som frembringer en følelse eller taler til os på anden vis. Hartmut Rosa beskriver det som en svarrelation mellem ånd og krop og særligt resonans gennem sport kan fordre sociale resonansfællesskaber i den horisontale akse i tillæg (Rosa, 2021, s. 289).

Natursociale metoder, som de er evalueret i ungdomsforskningen frem til år 2021, vil i mange tilfælde falde under den diagonale akse, med afstikkere til den horisontale akse, hvis det lykkes at etablere fordrende fællesskaber i deltagergruppen. Dette speciale har til hensigt at undersøge det særlige ved naturmøder for unge i mistrivsel, med særligt fokus på en teoretisk forståelse af det som Hartmut Rosa kalder den vertikale dimension. Da resonansoplevelser eller fremmedgørelsesoplevelser i én akse, ofte kan influere muligheden for selv samme i andre akser, har jeg herover redegjort for de andre to akser i tillæg.

Den vertikale dimension; omfatter forholdet til livet eller verden som helhed. Den del af verden der rækker ud over individet og på sin vis får sin egen stemme der kan give gensvar (Rosa, 2021, s. 226). Det centrale i den vertikale dimension er, at der opleves en markant forbindelse mellem individets indre verden og den ydre verden på tværs af fortid, nutid og fremtid. Det sker på en måde hvor den indre verden er lige så momentant virkelig, som gårsdagens verden eller drømme og forventninger til morgendagens verden og at disse er dialogisk forbundet med hinanden (Rosa, 2021, s. 351).

Før det moderne samfunds frembrud fyldte religion og religiøse ritualer som bøn og nadver mere i individets dagligdag. I takt med at samfundet er blevet mere oplyst og vi i flere historiske begivenheder har oplevet at religion i sig selv bliver et aggressionspunkt, der kan lede til en følelse af fremmedgørelse, er den praktiserende religions udbredelse i den vestlige verden blevet mindre (Rosa, 2021, s. 308). Der opstår subverdener af troende samfund af alternativ karakter, som i stedet for de herskende religioner bliver resonanssfærer der hører under den vertikale dimension, men som ofte også kan have karakter af andre dimensioner. Der kan opstå resonanspotentialer i yogaklasser eller under meditations workshops, som i den sammenhæng også kan få karakter af den horisontale dimension. Eller i animismen hvor ting kan tillægges en sjæl under ritualer, hvilket også kan skabe resonans i den diagonale dimension. Men er disse flygtige praksisser egentlige resonansrum, eller fungerer de som selvopsøgte og kontrollerbare de accelerations-lommer, der forsøger at gøre det ud for egentlige resonansoplevelser, så vi kan holde vores liv ud i det moderne accelerationssamfund? Rosa beskriver disse subkulturer og alternative praksisser som et udtryk for, at den eksistentielle resonanstrang i mennesket ikke er blevet mindre, hvorfor man i det senmoderne samfund har institutionaliseret andre resonanssfærer, som kan opfylde behovet uden at have karakter af en subverden. Rosa nævner her: *Historien, Kunsten og Naturen* (Rosa, 2021, s. 309).

Herunder vil jeg særligt redegøre for naturen som potentiel resonanssfære og Hartmut Rosas natursyn, da det er mest relevant for specialet, hvorfor *Kunsten og Historien* som resonanssfærer ikke uddybes yderligere.

3.3 Naturens stemme:

Hvordan lyder den? Hvor kommer den fra? Og hvordan blev natur til en samlet enhed i bestemt ental? Naturen. Naturens stemme.

En grundlæggende præmis for at opleve resonans i naturen er, at individet oplever at naturen siger os noget og i den forstand får en stemme. Ved at bjergets tinder fortæller os noget, at havets bølger bliver et symbol på jorden og naturens åndedrag eller at naturkatastrofer bliver et udtryk for, at naturen straffer mennesket for udnyttelsen af jordens ressourcer. Rosa beskriver hvordan fænomenet '*naturens stemme*' er et produkt af den kultur og det accelerationssamfund, hvor mennesket ser sig selv som centrum af verden og desuden underlægger naturens rytmer og ressourcer dets kontrol. Hvor nat bliver til dag ved hjælp af kunstigt lys, hvor vi bor i huse, så vi er sikret mode elementernes rasen og hvor vi uanset årstid kan regne med at finde en citron i køledisken. Et forhold hvor naturen tingsliggøres og kan opfattes for noget udenfor os selv. Et os og den (Rosa, 2021, s. 311). At naturen overhovedet kan siges at have en stemme,

forudsætter ifølge Rosa: *"at menneske og natur kan opfattes som lukkede entiteter, der hver især taler hver deres sprog og derfor også potentielt modsiger hinanden. Derudover forudsætter den, at mennesker kan bearbejde, behandle og erfare naturen i de stumme, tingsliggende forholds modus."* (Rosa, 2021, s. 311).

Fænomenet *'Naturens stemme'* bliver i denne forståelse en moderne opfindelse, affødt af det senmoderne menneskes opfattelse af, at vi blot er *i* verden fremfor også *af* verden, som jo ellers er en grundlæggende forståelse i Rosas teori om forholdet til verden. Det er i dette dialektiske forhold at vi skal forstå hvordan naturen på en og samme tid kan opfattes som materiale udenfor os selv uden stemme men samtidigt, ifølge Rosa, måske endda er den mest centrale resonanssfære i det moderne samfund (Rosa, 2021, s. 311).

Det kan lyde hult når han samtidigt beskriver hvordan et af de store problemer i det moderne samfund er, at vi blot erfarer os selv som *i* verden. Dette uddyber han ved at beskrive hvordan individualismen og verden som aggressionspunkt har bevirket: *"Naturen har ikke længere noget at sige os, fordi vi selv kan bestemme, hvordan vi vil være, og hvordan den skal være; vores egen og den ydre natur viser sig ikke længere som givet, men som lavet"* (Rosa, 2021, s. 316). Når naturen ikke har noget at sige os, forstummer den og vi mister evnen til at bearbejde, behandle og erfare naturen i den form som vi har tingsliggjort gennem et dynamisk stabiliseret samfund. Vi mister således evnen til at stille os åbne for resonanserfaringer i naturen og opsøger den med et formål om at beherske den eller nyde dens skønhed, på planlagte rejser eller aktiviteter. I den forstand bliver naturen i højere grad en vare der kan købes på safarirejsen, bjergbestigningsforsøget eller Mtb turen på en søndag. Naturen bliver til det Rosa betegner som en resonanssoase, hvor resonanserfaringen bliver ensidig eller helt udebliver, fordi de kontrollerede rammer gør, at naturen mister sin svar-evne (Rosa, 2021, s. 320). Måske fordi vi som samfund har en grundlæggende kulturel historisk fortælling om, at vi må ud i naturen for at finde vores egen indre natur, eller at naturen har noget at sige os, opsøger vi den på trods af manglende resonanserfaringer.

I min gennemlæsning af Hartmut Rosas sociologi undres jeg over, hvordan han kan kalde naturen for den måske primære resonanssfære i det senmoderne samfund og samtidigt stille sig så kritisk overfor menneskets evne til at placere sig selv i resonansmuligheder med naturen. Men måske er det netop fordi, at fortællingen om den levende natur vidner om, at naturen kulturelt er tænkt eller ønsket som resonanssfære (Rosa, 2021, s. 318). Udfordringen er således hvordan det moderne menneske genfinder evnen til at *'bearbejde, behandle og erfare'* naturen, så de to entiteter igen stilles i resonans forhold til hinanden. Det helt store problem peger Rosa på i dette citat: *"Resonansrelationen til naturen etablerer sig ikke gennem kognitive læreprocesser og rationelle indsigter, men er resultatet af praktisk-aktive og emotionelle betydningsfulde erfaringer"* (Rosa, 2021, s. 315). Det som er kendetegnende ved at ville kontrollere og optimere udbyttet af naturen og jorden, hvilket accelerationssamfundet er dynamisk

stabiliseret omkring, er netop kognitive læreprocesser og rationelle indsigter som vi kender det fra naturvidenskab, produktion og politik. Her peger Rosa på at det der mangler for at kunne forbinde sig med naturen *”er den aktive tilpasning til naturen som man kan iagttage den hos børn, men også i ikke-europæiske kulturers naturforhold”* (Rosa, 2021, s. 322).

Disse to citater i ovenstående afsnit trækker tråde til beskrivelsen af naturforbundethed gennem sansning og bevidst omsorgsfuld interaktion med naturen, som jeg beskrev som et af de primære terapeutiske greb indenfor naturterapi i problemanalysen (s.9). Centralt for forståelsen af naturen som den måske vigtigste løsning på mistrivselsproblematikken i samfundet hos Hartmut Rosa er således, at vi er nødt til at ændre vores forhold til naturen og udforske nye måder at interagerer med den på. Dette understøtter specialets relevans, da det kiler sig ind i et forskningsfelt der undersøger hvordan naturforbundethed kan højne menneskers trivsel.

I næste kapitel redegør jeg for specialets metodiske overvejelser, med det formål at overskueliggøre og argumentere for de valg der ligger til grund for udarbejdelsen af specialet, så arbejdet synes gennemskueligt for dig som læser.

4. Metode:

I specialet har jeg udarbejdet problemformuleringen med udgangspunkt i deduktiv metode, fordi jeg har en betydelig forudgående viden om emnet og at der deraf er opstået en initierende undren, jeg har sat mig for at undersøge. Som beskrevet i problemfeltet (s. 10), har jeg en hypotese om, at den nuværende forskning i dette speciales emne, kan være præget af en form for tabu, omkring naturforbundethed og spiritualitet fra ledende institutioner i samfundet, eller at forskernes viden og sproglige betydningsdannelse ikke understøtter at undersøge denne del af naturens potentielle indvirkning på unge i mistrivsel. Derfor har jeg søgt efter et teoretisk anerkendt begrebsapparat, som kan understøtte min forforståelse og undersøgelse af eksisterende forskning på området således, at jeg med min forskerposition kan analysere udvalgt forskning med en anden virkelighedsforståelse. Jeg anvender således Hartmut Rosas sociologi om forholdet til verden, *”til at nå en dybere indsigt via et højere abstraktionsniveau og bedre kompleksitetshåndtering end det ellers ville være muligt”* (Andreasen, et al., 2017, s. 108). Med min socialkonstruktivistiske forskerposition anerkender jeg således også, at den viden jeg producerer i specialet, ikke søger at beskrive nogen universel virkelighed, men at bidrage med ny og velreflekteret viden på baggrund af eksisterende teori og empiri (Andreasen, et al., 2017, s. 115).

4.1 Kvalitetskriterier i en socialkonstruktivistisk kontekst:

Med specialets tydelige videnskabsteoretiske position i Berger og Luckmanns gren af socialkonstruktivismen, er det ikke aktuelt at diskutere validitet og generaliserbarhed, da hverdagslivets virkelighed er virkelig for den enkelte. Jeg finder det derimod vigtigt at højne undersøgelsens kvalitet ved nøje at beskrive mine refleksioner over de forskningsmæssige valg, der ligger til grund for udformningen af specialet. I socialkonstruktivistiske undersøgelser taler man således i højere grad om kvalitetskriterier som er kontekstafhængige for det enkelte projekt, hvorfor grundige beskrivelser af processer og refleksioner er nødvendige (Justesen & Mik-Meyer, 2010, s. 49).

I dette speciale har jeg fokuseret på at højne specialets kvalitet gennem en række tiltag. Allerførst har jeg i den indledende litteratursøgning og i specialets problemfelt undersøgt, i hvilken udstrækning specialets emne bidrager med et relevant og interessant nyt perspektiv på en defineret problemstilling (Justesen & Mik-Meyer, 2010, s. 49). Dette uddybde jeg i problemfeltet på (s. 9) Jeg beskriver min forskerposition i problemfeltet (s. 6) og forskerne bag den inkluderede empiri her i metoden (s. 33), for i diskussionen at kunne undersøge hvilken betydning dette har haft på specialets undersøgelse og det perspektiv som frembringes på baggrund af problemformuleringen. Jeg forsøger således at opretholde en høj grad af

refleksivitet gennem alle specialets kapitler, da denne positionering ikke kan undgå at have effekt på specialets fund (Justesen & Mik-Meyer, 2010, s. 50)

Desuden har jeg arbejdet for en tydelig gennemsigtighed i begrundelsen for valg af Hartmut Rosa som teoretisk baggrund for specialet, hvilket jeg har beskrevet i Kapitel 3 (s. 16) og desuden undersøgt i analysens første del (kap s. 36). For at sikre gennemsigtighed i litteratursøgningsprocessen og udvælgelse af den empiri der ligger til grund for dette speciales analyse, har dette emne fået et selvstændigt afsnit i specialets metodeafsnit herunder (kapitel 4.2, s. 25). Det samme gør sig gældende for analysemetoden som er udviklet med inspiration fra traditionerne for fænomenologisk analyse og diskurs analyse, på baggrund af specialets problemformulering og teoretiske afsæt. Dette valg uddyber jeg i afsnit kapitel 4.4 (s. 28). Begrundelsen for at beskrive og argumenterer for de valg der ligger til grund for specialet, i de kapitler og afsnit hvor de har gjort sig gældende er, at argumentationen er frisk i hukommelsen for dig som læser. På denne måde kan du, efter min overbevisning, bedre vurdere hvorvidt mine overvejelser synes rimelige for dig, i den kontekst af specialet de er truffet (Justesen & Mik-Meyer, 2010, s. 49).

Fremsøgningen og udvælgelsen af det empiriske grundlag for specialet beskrives i det følgende afsnit. Herefter beskriver jeg analysemetoden for det udvalgte empiri og hvilken effekt denne forskningsmetode kan have på specialets resultater.

4.2 Litteratur søgning:

På 8. semester foretog jeg og min studiegruppe en litteratursøgning med høj mætningsgrad i krydsreferencer (Hofmeister, Agerbo, Kragelund, Meineche, & Jørgensen, 2022), der bl.a. byggede på en systematisk søgning af litteratur, om arbejdet med udsatte unge i naturen, fra projekt Natur til et godt liv (Ejbye-Ernst N. , 2018). Derfor har jeg et grundigt overblik over den eksisterende forskning på området for natursociale metoder frem til år 2021. I den indledende litteratursøgning til specialet skabte jeg derfor et overblik over hvilke udgivelser der var publiceret om aktiviteter i naturen for unge i mistrivsel, siden jeg afleverede projektet på 8. semester. Jeg orienterede mig på de forskningscentre og forskningsprojekters hjemmesider, som jeg kendte fra tidligere. Herunder bl.a. Center for Ungdomsforskning, Projekt Natur til et godt liv og Videnscenter for velfærd. Herunder orienterede jeg mig desuden i de nyeste rapporter om mistrivlsen blandt ungdommen fra offentlige instanser og selvstændige forskningsenheder. Jeg besluttede mig herefter for at indlede en kædesøgning i noget af den nye empiri. Helt konkret anvendte jeg CEFU's nyeste udgivelse om projektet Natur til et godt liv, som er udgivet i 2022, efter afleveringsfristen for 8. semesters projektet. Rapporten er i sig selv relevant for dette speciale, da forskerne sådanset har haft til formål at undersøge samme område som 8. semesters projektet, men med en anden metode og nyere

indsamlet empiri. Denne rapport er derfor udvalgt som en del af det empiriske grundlag for min analyse og vil blive behandlet dybdegående senere i specialet. Ad denne vej i kædesøgningen blev jeg dog særligt ledt til referencer, som jeg i forvejen havde stiftet bekendtskab med. Altså til forskere med et særligt fokus på natursociale metoder, beskrevet med en narrativ forståelsesramme i sociale kontekster. En verdensforståelse og et begrebsapparat, som jeg i mit problemfelt formulerer som potentielt ufyldstgørende for naturens potentiale i arbejde med unge i mistrivsel. Således mødtes jeg af det som Reinecker og Jørgensen beskriver som en svaghed ved kædesøgningsmetoden. Altså at man kan komme til at savne alternative forståelser til den tekst man startede kæden med (Reinecker, Jørgensen, & Skov, 2012, s. 148).

For at åbne litteratursøgningen op igen, indledte jeg en bevidst tilfældig søgning på Primo, som er Aalborg universitetsbiblioteks søgemaskine. Denne metode foreslår Reinecker et al. som en måde at bryde enslydende kædesøgninger på (2012, s. 150). Min hensigt var at blive inspireret og få et overordnet overblik over forskning i naturens potentialer ifht de udfordringer der opleves af ungdomsgenerationen i dag, men med et andet fokus end natursociale metoder. Jeg anvendte fx søgeord som: Sårbare unge og natur, naturterapi til unge, stress og natur, naturforbundethed og inspireret af Rosa; åndelighed i naturen, spiritualitet i naturen. Alle søgeord oversatte jeg desuden til engelsk, for at få et internationalt udsyn i min litteratursøgning. Efterhånden som litteratursøgningen skred frem fik den igen mere karakter af kædesøgning, hvor en rapportes litteraturliste ledte til de næste rapporter og så fremdeles. Kædesøgningen baserede jeg på udvalgte tekster, som jeg fandt af god kvalitet og desuden relevante til at udvide det empiriske grundlag for en anden forståelsesramme af min problemformulering. Teksterne udvalgte jeg på baggrund af hvor ofte jeg så dem citeret i andre tekster og hvilke forskere og institutter der havde udgivet dem, mens det var et kriterie, at de skulle være fagfælle bedømt (Reinecker, Jørgensen, & Skov, 2012, s. 149). Formålet med denne indledende læsning var at orientere mig om hvad der i forskningen allerede var undersøgt og i hvilken udstrækning jeg kunne bidrage med at undersøge et videnshul i specialet (Reinecker, Jørgensen, & Skov, 2012, s. 144).

I kædesøgningen fandt jeg både tekster fra den naturvidenskabelige og positivistiske forskningsretning og den sundhedsfaglig og psykologiske forskningsretning, som bidrog med en anden forståelse af mistrivselssproblematikken, samt hvordan og hvorfor naturen kan hjælpe mennesker med at opnå større trivsel. Med min brede uddannelsesbaggrund, kunne jeg genkende og anerkende mange af de videnskabelige artiklers argumentation. Jeg har således vurderet at det giver en mere helstøbt forståelse af min forskerposition at inkludere en bred forståelse af naturens potentiale, hvorfor jeg har beskrevet forskningen fra flere videnskabelige traditioner i problemfeltet som en del af specialets state of the art. Litteratursøgningen til

problemfeltet betragtes ikke som en fuldstændig oversigt over naturens positive effekter på øget trivsel hos unge, men som en multifacetteret indføring i eksisterende forskning på området, for et større perspektiv end det jeg fik på 8. semester.

Til udvælgelsen af det empiriske grundlag for specialets analyse har jeg dog afgrænset litteratursøgningen til samfundsvidenskaberne og det humanistiske felt, i tråd med forskningstraditionerne indenfor kandidaten i Læring og Forandringsprocesser, som dette speciale tilhører. Dette uddybes i følgende afsnit.

4.3 Udvalgelse af empirisk grundlag for analysen:

I udvælgelsen af sekundær empiri til analysen har jeg søgt nyere forskningsrapporter om den stigende mistrivsel blandt unge og indenfor natur som rum for rehabilitering for samme målgruppe. Grunden til at jeg blot har inkluderet nyere forskning, findes i at mistrivselssproblematikken i ungdomsgenerationen har skiftet karakter over det seneste årti, som jeg har beskrevet i problemfeltet. For at kunne undersøge hvorvidt naturen som potentiel resonanssfære kan være det særlige ved aktiviteter i naturen for målgruppen, er jeg som beskrevet i det videnskabsteoretiske afsnit, nødt til at kende til de institutioner og den socialisering, som de unge oplever har dannet baggrund for mistrivsel i deres hverdagsliv. Derfor er det vigtigt at den udvalgte empiri bygger på interviews og interaktion med unge i et tidssvarende billede, så de udfordringer og behov de giver udtryk for, også er tidssvarende til de problemer som unge i mistrivsel oplever i det samfund de lever i, i dag.

Desuden har jeg fokuseret på at udvælge empiri, som kunne bidrage med forskellige vinkler til problemstillingen, ved at sikre at empiriindsamling og analyse er udført af forskellige forskere og toneangivere som er til stede i de unges hverdagsliv. Denne overvejelse er vigtig i relation til min forståelse af hverdagslivets sprog som konstruerende for den virkelighed vi alle sammen oplever. Det værende sig både forskere, medier, politikere og unge i mistrivsel som agerer informanter eller udtaler sig, i den empiri analysen er bygget på.

Herunder følger en beskrivelse af metodeovervejelser bag specialets analyse, hvilket også inkluderer en beskrivelse af udvælgelsesprocessen af sekundær empiri til analysens 2. del.

4.4 Analysemetode:

Analysemetoden er udviklet på baggrund af problemformuleringen og specialets videnskabsteoretiske forankring i Berger og Luckmanns socialkonstruktivistiske videnssociologi. På baggrund af forskerduoen dialektiske forståelse af at "Samfundet er et menneskeligt produkt. Samfundet er en objektiv virkelighed. Mennesket er et socialt produkt." (Berger & Luckmann, 1966, s. 79), finder jeg det relevant at todele min analyse, for at finde ud af hvordan samfundet som menneskeskabt objektiv virkelighed påvirker mennesket som et socialt produkt skabt af samfundet. I den forstand afhænger menneskers måde at handle på, herunder hvordan mistrivsel kan komme til udtryk i et ungdomsliv, af dets deltagelse i sociale sammenhænge(samfund). Derfor vil analysen deles i to, hvor første del handler om hvordan forskellige objektiverede institutioner i samfundet bidrager til den sproglige betydningsdannelse af begrebet og fænomenet mistrivsel. I anden del af analysen analyseres udvalgt empiri med fokus på hvordan de unge beskriver deres oplevelse af at mistrives, hvilket yderligere bidrager til deres subjektive realitet af hverdagslivets virkelighed. I begge dele af analysen anvendes udvalgte dele af Hartmut Rosas teori som jeg har redegjort for i kapitel (s. 16), for at beskrive unges oplevelse af mistrivsel og deres deltagelse i sociale sammenhænges påvirkning på denne mistrivsel. Herunder analyseres den udvalgte empiri også, for at bidrage med et nyt perspektiv på, hvordan naturen som resonanssfære kan bidrage til trivselsforbedrende aktiviteter for unge i mistrivsel.

Herunder beskrives analysemetoden i detaljer, for de to dele af analysen. Under anden del beskrives desuden hvordan jeg har udvalgt empirien som analyseres, mens de bidragende forskeres position beskrives, for at skabe gennemsigtighed i udvælgelsesprocessen og have for øje hvilket forskningsmæssigt perspektiv de bidrager med.

4.4.1 Analysemetode og metodiske overvejelser: Del 1

Analysens første del er inspireret af kritisk diskursanalyse. Jeg har udarbejdet analysemodellen med baggrund i Berger og Luckmanns teoretiske begreber, da kritisk diskursanalyse som sådan ikke er en analysemodel, men nærmere en praksis man kan forme sin analyse omkring (Järvinen & Mik-Meyer, 2017, s. 323). Formålet med denne del af analysen, er at undersøge hvilken diskurs om mistrivsel, de unge er præget af i samfundet ved at svare på undersøgelsesspørgsmål nummer to:

Hvordan kan Hartmut Rosas teoretiske univers perspektivere unges mistrivsel i det moderne samfund?

Kritisk diskursanalyse er primært kendetegnet ved at fokusere på sociale problemer og desuden *forklare* diskursstrukturen fremfor blot at *beskrive* dem (Järvinen & Mik-Meyer, 2017, s. 322). Desuden fokuserer kritisk diskursanalyse på: *”hvordan diskursstrukturer interagerer, bekræfter, legitimerer, reproducerer eller udfordrer magt-misbrugs(dominans) relationer i samfundet.”* (Järvinen & Mik-Meyer, 2017, s. 322). Dette er samstemmende for analysetilgangen i denne del af analysen, hvilket jeg uddyber herunder.

Regeringen er en af de stærkeste institutioner i det moderne samfund i Danmark, som vi som mennesker tager for givet som lovgivende magt i samfundet. De bidrager til og kontrollerer den sociale orden vi har indrettet vores samfund efter og accepterer som en objektiveret del af vores hverdags virkelighed. Derfor finder jeg det relevant at undersøge hvordan regeringen definerer og desuden arbejder med mistrivsel, da politikernes sproglige og kropslige handlinger er konstituerende for den sproglige betydningsdannelse der skabes omkring begrebet og fænomenet mistrivsel i Danmark. På den måde er politikerne med til at socialisere ungdomsgenerationen til deres forståelse af mistrivsel, som det kommer til udtryk i deres hverdagsliv. Herunder bidrager forskningen med at undersøge udviklingen i den mistrivsel som ser ud til at stige markant, hvorfor denne del af samfundet også analyseres, med det fokus at fastlægge hvordan de bidrager til den sproglige betydningsdannelse af mistrivsel hos regeringen men også blandt den brede befolkning. Regeringen og forskernes sproglige betydningsdannelse, får endnu større betydning for de unge fordi den teknologiske acceleration er så fremskreden i det moderne samfund, at de unge konstant er i nærheden af en kanal, hvor denne betydning kan udbredes. Derfor inkluderes mediernes fremstilling af unge i mistrivsel i første del af analysen. Jeg vurderer således at herskende og diskursivt magtfulde institutioner som regeringen og dennes politikere samt mediefladen i Danmark, er et vigtigt undersøgelsesfelt i analysen, til at forstå hvilke sociale betingelser de unge medkonstitueres af, i den sekundære socialisering af dem som mennesker.

Herunder bygger analysen på dokumenter, rapporter, artikler og udsendelser fra relevante og tidsaktuelle kilder, der kan være med til at kaste lys på den sproglige betydningsdannelse af mistrivsel blandt unge, som de udvalgte centrale institutioner er med skabere af.

Mens inspiration fra kritisk diskursanalyse samt Berger og Luckmanns videnskabsteori ligger til grund for metodiske overvejelser bag første del af analysen, anvendes Hartmut Rosas teori til at analysere hvilken effekt de udvalgte institutioners samfundsmæssige funktion og diskurs kan have på de unges oplevelse af mistrivsel og deres mulighed for at komme i trivsel igen. I analysen sammenholdes centrale begreber om de tre accelerationsformer: teknologisk acceleration, acceleration af social forandring og acceleration af livets tempo, samt fremmedgørelse og resonans med effekterne af den sproglige betydningsdannelse som

institutionerne bidrager med. Hensigten er at teorien kan være med til at skabe en sammenhængende forståelse for de udfordringer unge i mistrivsel oplever som konsekvens af at vokse op i et accelerationssamfund, som i en socialkonstruktivistisk forståelsesramme er med til at konstruere dem som mennesker.

4.4.2 Analysemetode og metodiske overvejelser: Del 2

I analysens anden del har jeg foretaget en dokumentanalyse af en ny forskningsrapport: *Natur til et godt liv – Unges fortællinger om deres møder med naturen* (Sørensen & Nielsen, *Natur til et godt liv - Unges fortællinger om deres møder med naturen*, 2022), der i lighed med mit 8. semesters projekt har undersøgt unges møder med naturen, med det formål at udvikle en række didaktiske anbefalinger og opmærksomhedspunkter for den videre udvikling af det faglige område der kaldes natursociale metoder.

Således får denne del af analysen karakter af en dokumentanalyse, hvori empirien analyseres på baggrund af deduktiv metode med udgangspunkt i teoretiske begreber. Jeg har således nedbrudt forskningsrapporten i mindre dele og kodet ud fra det Tanggaard og Brinkmann kalder; "specifikke handlinger, begivenheder, aktiviteter, strategier, betydninger, normer, symboler, deltagelsesniveauer, relationer, betingelser, konsekvenser, situationer, men også såkaldt refleksive koder, der handler om forskerens rolle i processen" (Tanggaard & Brinkmann, 2015, s. 47).

I denne del af analysen søger jeg svar på undersøgelsesspørgsmål nummer tre:

Hvilke oplevelser har de unge med naturmøder og hvordan beskriver de at det påvirker deres trivsel?

Rent praktisk har jeg gennemlæst rapporten og markeret centrale fund og citater fra de unge med forskellige farvekoder. Jeg har opdelt kodningen af de unges møder med naturen i to farver for at få et overblik over hvad der går igen i Sørensen og Nielsens analyse og det som vi på 8. semester fandt centralt i udarbejdelsen af fremtidige sociale metoder og hvad der er nye fund. Det ved de unges naturmøder som var sammenfaldende for de to undersøgelser, markerede jeg med blå. Det som adskilte sig, markerede jeg med grønt. Det er interessant i den sammenhæng af notere sig, at der var en overvejende del af disse analyser som havde forståelsesmæssige sammenfald med Rosas centrale begreber. Jeg har præsenteret begreber og mulige koder i et skema herunder. Disse sammenfald noterede jeg i marginen af rapporten.

Teoretisk begreb fra Hartmut Rosa	Mulige koder i hverdagssproget
Accelerationsformer og dynamisk stabiliseret samfund	Oplevelse af travlhed, stress, ikke at kunne følge med, at skulle forholde sig til nye ting
Angsten for stadig mindre og behovet for at kontrollere og udnytte.	Et indre eller ydre præstationspres, at skulle leve op til noget, at føle sig nødsaget til at få gode karakterer, behov for kontrol,
Fremmedgørelse + verdens forstummen	Følelsen af meningsløshed, ligegyldighed, ensomhed, at en aktivitet 'ikke siger mig noget'
Resonans oplevelser eller potentialer	Når naturmødet: forandrer både den unge og naturen(eller den unges oplevelse af naturen), Når man føler <i>noget</i> . <i>Både glæde og irritation (som eksempler)</i> følelsen af at 'være lille', at noget giver mening. Oplevelser af at naturen siger en noget, taler til en. Fx naturens skønhed, naturfænomener som får betydning af noget osv. Oplevelser med naturmøder som opstår spontant og uden forventning.
Oaser	Pause fra hverdagen, stilhed, ro, aktivitet,
Resonans akser: vertikal, diagonal, horisontal	Socialt liv, familie, venner, samfund, skole, objekter, arbejde, natur, kunst, religion, historie.

Figur c: Kodningstabel: Hartmut Rosa begreber og eksempler på koder i hverdagssproget

Desuden har jeg haft særligt analytisk fokus på de citater forskerne har udvalgt som eksemplariske, fordi det er den del af empirien der i mindst grad har være udsat for forskernes analyse og dermed deres tilgængelige viden, sproglige betydningsdannelse og forskermæssige socialisering. Jeg stillede mig selv følgende spørgsmål i analysen af udvalgte citater:

Hvad siger de unge helt konkret i de citater forskerne har udvalgt?

Hvordan kan indholdet forklares med baggrund i teori af Hartmut Rosa?

Hvordan analyserer forskerne disse udsagn?

Da rapporten er et udtryk for en kondensering og tematisering af forskernes store feltarbejde, er min mulighed for at foretage en analyse også påvirket heraf. De har i forvejen sorteret og udvalgt eksemplariske

citater fra deres interaktion med de unge, hvilket har stor betydning for hvilken empiri jeg har adgang til gennem deres rapport. Jeg har i den sammenhæng været ekstra opmærksom på hvordan de beskriver de unge og de unges naturmøder i deres forskning. Disse tekstnære observationer har jeg markeret med gul. De anvendes primært i det redegørende afsnit om rapporten, som følger herunder på s. 33, men også i nogen grad i analysen. Formålet med dette er at fremskrive den sproglige betydningsdannelse forskerne besidder som kan relatere sig til naturforbundethed og Hartmut Rosas resonansbegreb.

Alle disse delanalyser fra bearbejdningen af empirien i anden del af analysen sammenskrives til overordnede formuleringer, som kan undersøge nye sammenhænge og modsætningsforhold i empirien i relation til den teoretiske ramme for specialet (Tanggaard & Brinkmann, 2015, s. 48).

Med udgangspunkt i Berger og Luckmanns grundlæggende dialektiske overbevisning om at vi som mennesker skaber samfundet og at samfundet også skaber os, finder jeg det vigtigt at undersøge forskernes position og forsøge at beskrive hvilke institutioner og hvilken sekundær socialisering de er påvirket af. Dette er relevant fordi der kan være vaner, tabuer og selvfølgeligheder impliceret i at tilhøre bestemte forskertraditioner, hvilket afspejler sig i forskernes sproglige betydningsdannelse, tilgængelige viden og verdenssyn, som alle er påvirket af deres subjektive realitet af virkeligheden. Dette har uundgåelig effekt på den viden de producerer gennem deres forskning, hvilket i socialkonstruktivismen anses som et grundvilkår fremfor et bias (Justesen & Mik-Meyer, 2010, s. 50).

4.4.3 Beskrivelse af empiri til analysens del 2:

Forskningsrapporten *Natur til et godt liv – Unges fortællinger om deres møder med naturen* udgivet i 2022 er udvalgt som empiri til anden del af analysen. Den er udarbejdet af Niels Ulrik Sørensen og Anne Mette W. Nielsen som forsker ved Center for Ungdomsforskning (CeFU) på Aalborg universitet.

Niels Ulrik Sørensen er uddannet cand. Scient. Soc. i historie og internationale udviklingsstudier og har en Ph.d. i Ungdomsforskning. Han arbejder som Souschef i CeFU og forsker primært i grænsebrydninger og overgange i ungdomslivet og disses påvirkning på de unges identitetsdannelse og mulighed for at blive inkluderet i ungdomslivet (Sørensen, 2023). Han har ikke tidligere udgivet forskning om unge i mistrivsel møder med naturen og er krediteret for 144 publikationer på AAU's forskningsportal (Aalborg universitets forskningsportal: Niels Ulrik Sørensen, 2023). Anne Mette W. Nielsen er uddannet Cand. Mag. i Litteraturhistorie og har en Ph.d i Moderne Kultur. Hun forsker primært i unges deltagelsesmuligheder i bl.a uddannelse, kunst, kultur, idræt, aktivisme ol. De senere år har hun særligt forsket i den gruppe af unge CeFU kalder '*unge på kanten af samfundet*', som inkluderer unge i mistrivsel (Nielsen, 2023). Hun har ikke

tidligere udgivet forskning om unges naturmøder og er krediteret for 29 publikationer på Aalborg universitets forskningsportal. Jeg hæfter mig ved, at en del af disse publikationer omhandler kunstens potentiale ifht. trivsel og inklusion bland unge og voksne (Aalborg Universitets forskningsportal: Anne Mette W. Nielsen, 2023), da Hartmut Rosa, som beskrevet i teorien (s. 19), angiver kunsten som en af de potentielle resonanssfærer i den horisontale akse, hvor også naturen hører til.

Rapporten er udarbejdet i samarbejde med Natur til et godt liv-laboratoriet, som ligger i Svanninge bakker og er startet af Bikubenfonden, som også ejer området. På deres officielle hjemmeside beskriver de sig som en privat erhvervsdrivende fond, der arbejder for at udvikle og kvalificere to forskellige områder i samfundet med et stort fokus på bæredygtighed. De to områder beskrives som nyudvikling af muligheder for unge mellem 13 og 30 år på kanten af samfundet og aktuel scene- og billedkunst. Foreningens kapital stammer fra dens ejerandel af BG Bank (Om Bikubenfonden, 2023).

Sørensen og Nielsen beskriver projektets undersøgelse således: *”... med afsæt i unges egne perspektiver, at tegne konturerne af det natursociale område som et samlet felt og på den baggrund at identificere nogle væsentlige natursociale principper for den videre udvikling af feltet.”* (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 2).

Forskerne har formuleret følgende fire forskningsspørgsmål som grundlag for undersøgelsen:

Hvad kendetegner de unges møder med naturen i de natursociale indsatser?

Hvilket udbytte oplever de unge af møderne med natur i indsatserne?

Hvilke principper kan på den baggrund guide den videre udvikling af det natursociale felt?
(Sørensen & Nielsen, 2022, s. 4).

Deres centrale fokus i forskningen er de unges egne fortællinger om mødet med naturen, hvorfor empirien primært er indsamlet gennem interviews med unge deltagere på fire forskellige natursociale projekter under Natur til et godt liv-laboratoriet, som forskerne har fulgt i en periode på 3 år fra 2019-2021 (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 6). Deltagerne er både mænd og kvinder i alderen 14-35 år, som alle oplever mistrivsel på forskellig vis og i forskellig grad. Indsatserne har både været i gruppe-regi og som en til en indsats mellem ung og ungdomskonsulent. Herunder ses beskrivelser af de fire indsatser fra forskningsprojektet.

TUBA TUBA (Terapi og rådgivning for Unge, der er Børn af Alkohol- og stofmisbrugere) har siden 1997 arbejdet med at hjælpe børn og unge, der er vokset op i en familie med alkohol- eller stofmisbrug. Organisationen har afdelinger i hele Danmark. I undersøgelsen indgår en enkelt afdeling med et gruppeterapiforløb, hvor en gruppe unge kvinder mødes en gang hver anden uge, og to gange om året tilbydes at deltage i en tur til Svanninge Bjerger med overnatning. De deltagende unge er mellem 23-35 år.	Multi Multi er et socialpædagogisk tilbud, som udsatte unge og deres familier kan blive visiteret til i Skive. De unge er kendetegnet ved forskellige former for mistrivsel (cutting, isolering, misbrug, udadreagerende adfærd etc.), og tilbuddet omfatter en bred vifte relationsopbyggende aktiviteter, der skal understøtte de unges hverdag og udvikling. I undersøgelsen indgår unge, der over en længere periode er tilknyttet en ungdomskonsulent, som de laver aktiviteter med alene eller i mindre grupper med særlig fokus på aktiviteter i naturen (gåture, kanoture, overnatninger i naturen etc.). De deltagende unge er mellem 14-21 år.	Vantinge Heldagsskolen Vantinge retter sig mod børn og unge med sociale og følelsesmæssige vanskeligheder. Målgruppen omfatter børn og unge med diagnoser som ADHD og Asperger, men også med oplevelser af eksklusion fra fællesskaber og omsorgsvigt, vold, misbrug og psykisk sygdom i familien. Skolen har fire afdelinger: indskoling, mellemtrin, overbygning og friluftsklasse. I undersøgelsen indgår elever fra overbygningen, der er i Svanninge Bjerger fast en dag om ugen med base i en overdækket camp. Her laver de fortrinsvist aktiviteter med afsæt i bål, madlavning, shelterbygning o.l. De deltagende unge er mellem 14-16 år.	Ung Slagelse Ung Slagelse er et ungdomsskoletilbud, der består af flere spor. I undersøgelsen følger vi ungdomsskolens heltidsundervisning, der består af et specialskoletilbud rettet mod elever på overbygningen. Der er tale om mindre skoleenheder, hvor eleverne undervises individuelt og i små grupper på forskellige niveauer og ofte på tværs af fag. Vi følger elever, der er del af Eventen, hvor ekskursioner og lejrture med natur som omdrejningspunkt indgår. De deltagende unge er mellem 15-18 år.
---	---	---	--

Figur d: : Beskrivelse af de fire indsatser forskningsprojektet har fulgt mellem år 2019 og 2021. Direkte kopieret fra forskningsrapporten: (Sørensen & Nielsen, *Natur til et godt liv - Unges fortællinger om deres møder med naturen*, 2022, s. 6-7)

Fælles for de fire indsatser er, at naturmøderne fungerer som det forskerne kalder et indstik i et samlet længerevarende forløb. Det kan både være som en ugentlig dag i naturen eller mere enkeltstående begivenheder i naturen, men ofte i et mix i løbet af et forløb (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 7).

Dataindsamlingen er foregået løbende over de tre år og er sket i tre forskellige faser. Først er der afholdt livshistorie interviews med seks unge fra de sociale indsatser. I anden fase har forskerne lavet ni observationer af heldagsaktiviteter samt 20 semistrukturerede interviews, primært med de unge men også med fagprofessionelle. I sidste og tredje fase har forskerne geninterviewet syv af de unge deltagere et år efter fase to (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 9).

Sørensen og Nielsen understreger i beskrivelsen af projektets formål, at de ønsker at *”...de forståelser og oplevelser af at være i naturen, som unge på kanten formulerer og giver udtryk for, kommer på dagsordenen og tages seriøst i det videre arbejde med at tegne konturerne af et natursocialt felt i Danmark”* (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 10).

Herover har jeg tegnet de overordnede linjer for forskningsprojektets tilblivelse og de aktører der har været en del af arbejdet, for at få et indblik i hvilke interesser og sproglige betydningsdannelser der kan være på spil. I analysens anden del analyserer jeg forskningsrapporten med teoretisk ankring i Hartmut Rosas sociologi om forholdet til verden, som jeg har redegjort for i kapitel 3 (s. 16).

5. Analyse:

5.1 Del 1: Mistrivsel som institutionaliseret begreb

En af de styrende institutioner i Danmark, som påvirker diskursen og forskningen om unge i mistrivsel er sundhedsstyrelsen. Sundhedsstyrelsen arbejder ikke med en decideret begrebslig definition af trivsel og mistrivsel, men lægger sig op ad WHO's definition af mental sundhed som *"en tilstand af velbefindende, hvor individet kan udfolde sine evner, håndtere dagligdags udfordringer og stress samt indgå i fællesskaber med andre mennesker."* (Sundhedsstyrelsen, Fremme af mental sundhed, 2022). Denne definition bruges desuden hos flere toneangivende forskningsprojekter, der undersøger børn og unges trivsel i Danmark. (Madsen, et al., 2023) (Katznelson, Pless, & Görlich, 2022) (Andersen, Ladenburg, & Dyssegaard, 2020).

I rapporten; Børn og unges sundhed og trivsel, forbinder sundhedsstyrelsen desuden god mental sundhed og trivsel, idet de beskriver hvordan: *"God mental sundhed, der også ofte refereres til som trivsel, er et vigtigt fundament for børn og unge"*, (Sundhedsstyrelsen, 2019, s. 16). Sundhedsstyrelsen uddyber desuden hvordan deres definition af mental sundhed rummer to dimensioner. Oplevelsesdimensionen som handler om at opleve at have det godt, at være overvejende glad og i godt humør, samt at være tilfreds med livet. Og funktionsdimensionen der handler om at kunne klare daglige gøremål, så som at handle ind og lave mad, gå i skole eller på arbejde og at indgå i fællesskaber samt at håndtere udfordringer i hverdagen (Sundhedsstyrelsen, 2022).

Mental sundhed ansues altså som en paraply benævnelse der rummer både en oplevelsesdimension og en funktionsdimension af trivsel. Da specialet centrerer sig om unges mistrivsel vil dette begreb forstås som mangel på de nævnte oplevelser og funktioner i de to dimensioner. Eksempelvis oplevelsen af ikke at have det godt, at være i overvejende dårligt humør samt ikke at være tilfreds med sit liv. Denne beskrivelse trækker sammenligningspunkter til Hartmut Rosas begreb om fremmedgørelse, som han beskriver som oplevelsen af ikke rigtigt at ønske at gøre det man gør. Dette med en underlæggende generel forståelse af at de fleste mennesker ønsker at have det godt, være i godt humør og at være tilfreds med sit liv. Funktionsdimensionen af mistrivsel forstås som en manglende evne til at kunne klare dagens gøremål, ikke at kunne gå i skole eller på arbejde eller deltage i fællesskaber og ikke at kunne håndtere udfordringer i hverdagen. Her argumenterer jeg med baggrund i Rosas begrebsapparat for, at mennesker i mistrivsel oplever ikke at kunne stille sig i resonansforhold til sociale relationer i den horisontale akse og objektrelationer på arbejde eller i skole i den diagonale akse. Den funktionsmæssige oplevelse af ikke at kunne håndtere udfordringer i hverdagen, kan siges at være et udtryk for den stigende udbrændthed i

samfundet, som Rosa mener er et produkt af accelerationssamfundet og dertilhørende angst for stadigt mindre.

Her finder jeg det dog vigtigt at pointere, at forskerne som adapterer dette mistrivselssyn, argumenterer for at et ungdomsliv i trivsel godt kan indeholde perioder med for eksempel dårligt humør eller mindre engagement i fællesskaber, uden at den unge oplever decideret mistrivsel eller bliver påvirket på funktionsdimensionen. Dette ses bl.a. hos Katznelson et al. som argumenterer for at sundhedsstyrelsens definition i denne sammenhæng læses med fokus på formuleringen at *være overvejende glad og i godt humør*, hvilket levner plads til de periodiske svære følelser i et ungdomsliv som fx kærestesorg og tristhed (2022, s. 35). Dette korrelerer med Rosas dialektiske forståelse af at resonansoplevelser er momentære og desuden er afhængige af en eller anden form for fremmedgørelse, for at opstå. Rosa ville i den forstand på samme vis argumentere for at et ungdomsliv i trivsel indeholder både lette og svære følelser, da det vigtigste er at føle sig forbundet til verden gennem resonansoplevelser.

Institutioner som regeringen og dens politikere og det samfund vi ser os selv som en del af i vores hverdagslivs virkelighed er således med til at konstituerer den sproglige betydningsdannelse bag begrebet mistrivsel. Definitionen af mistrivsel, som flere toneangivende forskere adaptere, er således med til at institutionalisere og objektivisere mistrivsel som en institution udenfor mennesket. Som et vilkår vi tager for givet som nærværende i samfundet og et begreb de unge møder i deres subjektive realitet af virkeligheden. Enten som en eksternaliseret institution de oplever venner og familie døje med. Eller en internaliseret del af deres identitet, hvor de selv oplever at mistrives i en eller anden grad hvor symptomerne på mistrivsel bliver en del af dem de er.

5.1.1 Mistrivsel som forskningsfelt og sproglig betydningsdannende institution.

I forskningsfeltet i de unges stigende mistrivsel, ses stor variation når forskerne vurderer og analysere hvad der ligger til grund for den stigende mistrivsel. I den sundhedsfaglige og primært kvantitativt funderede forskning angives, udover faktorer under klassisk udsathed, også dårligere søvn, overvægt og større skærmforbrug som evidensbaserede sammenhænge til den stigende mistrivsel (Andersen, Ladenburg, & Dyssegaard, 2020) (Ottosen, et al., 2022). Disse faktorer kan i kontekst af Rosas teoretiske baggrund tolkes som et afledt symptom på et accelerationssamfund, hvor den teknologiske acceleration har muliggjort et større skærmforbrug, som både kan føre til en inaktiv livsstil og dårligere søvn. Samtidigt kan acceleration af livets tempo opleves som knaphed i tid og deraf følelsen af ikke at have tid til at bevæge sig eller spise sund og nærende mad, mens det kan være svært at falde i søvn, hvis man føler at der er for få timer i døgnnet og man ikke kan følge med, uanset hvor hårdt man prøver.

Indenfor nyere sociologisk forskning og ungdomsforskning knyttes den stigende mistrivsel blandt unge nu også til en række strukturelle og kulturelle forandringer i samfundet, som rækker udover klassisk udsathed. At skulle leve op til at have et perfekt liv på sociale medier og i sociale fællesskaber, øget præstationskultur drevet af fremdriftsreformer og øget testfokus i uddannelse, øget fokus på egne følelser og psykologiske diagnoser, samt en generel acceleration i det moderne samfund fremhæves som baggrunde for mistrivsel blandt ungdomsgenerationen (Madsen, et al., 2023) (Katznelson, Pless, & Görlich, 2022) (Ottosen, et al., 2022). Her er der, som jeg også pointerede under sundhedsstyrelsens definition af mistrivsel, eksempler på at mulige resonanssfærer i både den vertikale og diagonale resonansakse bliver kilde til at mistrivlsen opstår. Hvis de unge oplever sociale fællesskaber som et pres for at skulle være perfekt, mister den sociale relation sit resonanspotentiale, fordi de unge forsøger at kontrollere deres image. Fremdriftsreformer og øget testfokus kan aktivere de unges angst '*for stadig mindre*' og give dem følelsen af altid at skulle optimere deres faglige kunnen for ikke at sakke bagud i samfundet og misse chancen for et godt liv. I den forstand mister den diagonale akse også sit resonanspotentiale ifht skolegang og uddannelse. Sociale relationer og uddannelse bliver aggressionspunkter i sig selv, og de følelser og den selvvirksomhed der skabes i mødet med andre mennesker og sekundært socialiserende institutioner, får en negativ klang af ikke at være tilstrækkelig.

Ofte omtales trivsels-problematikken, i forskningen, som enormt komplekst og Center for Ungdomsforskning peger på, at det i dag er en langt bredere gruppe af unge som oplever mistrivsel end tidligere (Katznelson, Pless, & Görlich, 2022, s. 11). Der er sket et skred fra at forskningen på området primært har tilskrevet klassisk udsathed hos børn og unge af socialt ringere kår mistrivselsproblematikkerne, til at der nu tales om *ny udsathed*. Dette betyder at forandringerne i de unges mistrivsel ses på tværs af en langt bredere ungegruppe og er drevet af sociologiske fænomener, hvis betydning fortsat skal undersøges i forskningen (Katznelson, Pless, & Görlich, 2022).

Eksemplerne fra ungdomsforskningen overfor, er i perspektiv at Rosas sociologi et plausibelt eksempel på, på hvorfor denne tendens ses i samfundet. De herskende institutioner som mennesket er præget af i ungdomslivet, gennem sekundær socialisering drives af den diskurs, som Hartmut Rosa argumenterer for, fylder i samfundet om at skulle optimere, udnytte og forbedre alle livsvilkår for ikke at måtte nøjes og få et dårligere liv. Det er således ikke blot dine sociale kår der er med til at bestemme hvorvidt du må nøjes, men også din evne til at følge med et dynamisk stabiliseret samfund. I denne sammenhæng er det desuden relevant at pointere, at de unge som mistrives pga. klassisk udsathed, er dobbeltpåvirkede af nutidens sekundære socialisering og den socialisering deres forældre eller alternative betydningsfulde andre tillige

har været igennem som klassisk udsatte. På denne måde kan denne gruppe unges primære socialisering også kan være påvirket af sproglig betydningsdannelse af mistrivsel.

Den sproglige betydningsdannelse i det moderne samfund, er udover forskere og i særdeleshed politikere også drevet af mediefladen i Danmark, takket være den teknologiske acceleration. Derfor fortsættes første del af analysen med en analyse af hvilke sproglige betydningsdannelser om mistrivsel, der aktuelt ses i mediebilledet.

5.1.2 Mistrivsel som mediefelt og betydningsdannende institution:

I August 2023 udsendte regeringen en pressemeddelelse om, at de havde nedsat en trivselskommission af forskellige repræsentanter indenfor uddannelsessystemet, børne og ungdomsforskning, foreningslivet og andre relevante aktører. Regeringen har udvalgt fire centrale områder, som kommissionen skal undersøge: Fællesskaber og relationer, tidlig indsats og forebyggelse, livsmod og robusthed samt det gode digitale liv (Undervisningsministeriet, 2023). Kommissionen skal løbende udbrede anbefalinger på baggrund af deres undersøgelse, der skal være afsluttet inden udgangen af 2024. Målgruppen for kommissionens undersøgelser er børn og unge mellem 0-25 år. Regeringen anerkender ifølge undervisningsminister Mattias Tesfaye med kommissionen, at mistrivsel er en stigende udfordring blandt børn og unge i Danmark (Undervisningsministeriet, 2023). Udvælgelsen af de fire centrale temaer, kan i sig selv være med til at forme den sproglige betydningsdannelse i samfundet og kommer således også til at være afgørende for hvilken viden politikerne vil være i besiddelse af, når kommissionens arbejde er slut.

I kølvandet af regeringens pressemeddelelse bragte Berlingske d. 16. August 2023 et opråb fra 19 rektorer på gymnasier og tilsvarende ungdomsuddannelser, under overskriften: *“De unge er blevet kanonføde i konkurrencestatens testregime”* (Stokholm, et al., 2023). De beskriver hvordan de oplever stigende mistrivsel blandt deres elever og må håndtere alvorlige psykiske udfordringer som påvirker de unges trivsel og mulighed for at færdiggøre uddannelsen. Rektorerne argumenterer for hvordan en række fremdriftsreformer har gjort, at *“børn og unge måles, vejes, testes og parathedsvurderes fra vugge til voksenlivet – det påvirker dem selvfølgelig”* (Stokholm, et al., 2023). Samme dag udkom Tv2 med dokumentaren *Presset Ungdom*, som i to programmer undersøger hvorfor så mange unge, knækker mentalt (Tv2, 2023).

Den sproglige betydningsdanneles som kan opstå i kølvandet på en sådan medieflade, kan bidrage til øget fokus på egne følelser og psykologisering hos de unge. Hartmut Rosa har ingen direkte teoretiske begreber der umiddelbart kan forklare disse øgede fokus, uden at tolke mere end jeg kan forsvare. En forsigtig

tolkning kunne være, at den mistrivsel den unge oplever også bliver et aggressionspunkt, som den unge forsøger at kontrollere og beherske gennem diagnoser og behandling. Dermed bliver følelseslivet rationaliseret og kontrolleret, hvilket vil skabe dårlige resonanspotentialer i alle akser i den unges liv. Berger og Luckmanns teoretiske baggrund kan imidlertid kaste lys over en socialiseringsproces, hvor en eksternaliseret institution som *'mistrivsel i ungdomsgenerationen'* internaliseres og gøres til en del af den unges identitet. Dette sker i et forsøg på at skabe mening med den subjektive realitet af virkeligheden, den unge oplever. Hvor diagnoser og følelsesliv bliver en måde at forklare for sig selv, hvorfor det kan være svært at leve op til de forventninger som samfundets institutioner har objektiviseret som selvfølgeligheder i hverdagslivet virkelighed.

Den generelle acceleration i det moderne samfund, som også fremhæves i forskningen (Katznelson, Pless, & Görlich, 2022), kan være udtryk for alle tre accelerationsformer hos Rosa. Social acceleration stiller krav til de unge om at skulle tilpasse sig skiftende vennegrupper, sociale trends og familieforhold eller ændringer i samfundsstrukturen. Det er blandt andet også denne type acceleration, rektorerne på en række erhvervsskoler fremhæver presser de unge (Stokholm, et al., 2023). Teknologisk acceleration giver de unge mulighed for at klare det hele på den halve tid, mens angsten for *'stadigt mindre'* eller ønsket om at udvide rækkevidden af verden, kan føre til en følelse af at skulle optimere alle områder af livet for at kunne følge med. Den ekstra portion tid de står med, pga. teknologisk acceleration bliver således et ekstra pres om ikke at spilde tiden. Det hænger nøje sammen med at den teknologiske acceleration konstant hæver barren for hvad vi kan opnå og de unge konfronteres, blandt andet i medierne, med alt det de andre unge opnår eller det regeringen og samfundet forventer, og presser på for at gennemføre med reformer. Dermed oplever de unge en generel acceleration af livets tempo, hvilket øger presset for at kontrollere og beherske mange aspekter af deres liv og på den vis opstår den perfekte storm, som kan være rigtig svær at bryde ud af, fordi den sproglige betydningsdannelse i samfundet puster til angsten for *'stadig mindre'*.

Hartmut Rosas sociologi om forholdet til verden, kan altså bidrage med en sammenhængende forståelse for hvorfor unge i det moderne samfund oplever stigende mistrivsel. Herunder vil jeg analysere eksisterende forskning om unges møder med naturen i lyset af selv samme teori, for at bidrage med et nyt perspektiv på det helt særlige ved unge i mistrivsels naturmøder.

5.2 Del 2: Natur til et godt liv – Natur som potentiel resonanssfære

I rapporten *Natur til et godt liv: Unges fortællinger om deres møder med naturen* (Sørensen & Nielsen, 2022), identificerer forskerne seks forskellige kvaliteter i de unges fortællinger om deres møde med naturen i de fire indsatser og inddeler desuden de unges udbytte af mødet med naturen i fire kategorier. Hver kvalitet og udbytte kategori er underbygget af citater som forskerne har udvalgt som værende repræsentative for spændvidden af de unges møder med naturen. Modellerne som forskerne præsenterer kvaliteterne og udbyttet i fremvises herunder for et samlet overblik, således at det er nemmere for dig som læser, at følge de overordnede konturer som tegnes i den efterfølgende analyse.



Figur e: model af seks kvaliteter ved unges møde med naturen, samt model over fire kategorier af udbytte ved unges naturmøder. Modeller fra (Sørensen & Nielsen, *Natur til et godt liv - Unges fortællinger om deres møder med naturen*, 2022, s. 17 og 31)

De udvalgte citater i forskningsrapporten tegner et bredt billede af de unges møder med naturen, hvilket Sørensen og Nielsen også fremhæver på baggrund af deres analyse (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 17). Denne observation korrelerer med specialets videnskabsteoretiske ståsted i Berger og Luckmanns socialkonstruktivistiske forståelse af menneskers subjektive realitet af virkeligheden. Herunder følger en tekstsner analyse af de unges citater fra forskningsrapporten med udgangspunkt i Hartmut Rosas teori om forholdet til verden. Analysen er opdelt i underafsnit på baggrund af de analytiske sammenfald jeg har observeret i kondenseringsarbejdet af rapporten.

5.2.1 Kvaliteter ved unges naturmøder som resonanspotentialer:

Under kvaliteten '*åbne sanser*' bruger forskerne fra CeFU følgende citat til at eksemplificere hvordan de unges møder med naturen kan åbne sanserne og give et positivt aftryk i de unge:

"Det giver en indre ro indeni mig, fordi det var så fredeligt, så bliver det sådan helt behageligt. Jeg fik sådan en god, behagelig følelse i kroppen. Fordi det var bare... Det var bare fedt at kunne se så langt. Og det var bare sådan stille og fuglene de sang lidt. Jeg fik det bare sådan dejligt i kroppen. Det er sådan lidt et frirum for mig at komme ud i naturen og slappe af." - Ung M 16 år. (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 18)

Den unge beskriver hvordan fuglene sang lidt. Dette kan være et udtryk for det Rosa kalder bevægethed eller at naturen '*siger en noget*', hvor fuglenes sang bliver et udtryk for den fredelighed han oplever når han kommer ud i naturen. Han beskriver hvordan han får en behagelig og dejlig følelse i kroppen som kan være et udtryk for selvvirksomhed, altså en respons i ham selv på oplevelsen. Den dejlige følelse i kroppen kan også være et udtryk for en form for forvandling i den unge mand. Og det faktum at han ikke kan kontrollere hvornår naturen er fredelig eller hvornår fuglene synger giver et element af noget ukontrollerbart i situationen. I citatet kan der altså findes eksempler på alle fire kendetegn der er fundamentale for en resonansoplevelse. Den unge beskriver også hvordan han oplever naturen som et frirum hvor han kan slappe af. I et perspektiv af teori fra Rosa kan det både være et udtryk for at der har været en reel resonansoplevelse i naturen for den unge, men det kan også have karakter af, at naturen i denne sammenhæng kan have fungeret som det Rosa kalder en oase i et accelereret ungdomsliv. I de situationer hvor resonanspotentialer blot bliver ved potentialet og får karakter af en oase, argumenterer Rosa for at denne form for naturmøder kan blive en modspiller for os, fordi vi så forsøger at planlægge os til flere oaselignende oplevelser der giver en pause fra en accelereret hverdag, hvilket besværliggør det ukontrollerbare element som resonansoplevelser kræver for at opstå.

CeFU's forskere beskriver i deres analyse af kategorien '*åbne sanser*' desuden at hovedparten af de unge i undersøgelsen gav udtryk for at deres sanser vækkedes under møderne med naturen. Disse sansemøder beskrives som værende årsag til at "*omgivelserne træder frem for dem (de unge red.) med en kraft og tydelighed, der kan virke overraskende og rykke dem ud af deres vante kropslige og mentale tilstand.*" (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 18). Denne analyse kan være endnu et udtryk for, at naturen har kunnet bidrage med resonansoplevelser i indsatserne, da '*kraften og tydeligheden i omgivelserne*' kan være et udtryk for det ukontrollerbare element i naturen samt bevægethed, mens det at de bliver rykket ud af deres '*vante kropslige og mentale tilstand*' kan anses for at de unge oplever selvvirksomhed og forvandling i form af kropslige og mentale reaktioner, som kan efterlade dem selv og deres forhold eller oplevelse af

naturen forvandlet. Under beskrivelsen af kvaliteten 'de store spørgsmål' fortæller en ung kvinde på 17 år følgende om hendes naturmøde:

Jeg kan specielt blive meget nervøs over de ting, der hele tiden sker i mit liv, og så være ked af, at det ikke er godt nok, og at jeg ikke gør tingene godt nok. Det synes jeg natur hjælper på, fordi jeg føler mig mindre på en god måde. På en måde får natur mig til at føle mig irrelevant, lidt ligegyldig på en rolig måde, men jeg synes også den får mig til at føle mig mere selvstændig, fordi jeg ligesom også indser, at ting kan gøre ting. Der sker noget hele tiden, og jeg kan også gøre ting. Jeg er et menneske, og jeg kan gøre en forskel og sådan noget. - Ung K 17 år (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 28).

I dette citat kan kvindens udsagn om 'ikke at gøre tingene godt nok', tolkes som et symptom på det Rosa kalder et dynamisk stabiliseret samfund, hvor man rent billedligt aldrig når toppen af en omvendt rulletrappe, men fortsætter med at forsøge at leve op til samfundets rivende udvikling pga. frygten for ikke at kunne få et godt liv, hvis man sakker bagud. Kvinden beskriver hvordan naturen får hende til at føle sig 'irrelevant og ligegyldig på en rolig måde', hvilket kan være et udtryk for selvvirksomhed og bevægethed, mens hun beskriver at der '*hele tiden sker noget*', som kan være et billede på det ukontrollerbare element ved naturen. Slutteligt beskriver hun hvordan naturmødet har fået hende til at forstå at hun er et menneske der også kan '*få ting til at ske*', hvilket jeg tolker som et udtryk for en transformation af kvindens syn på hende selv og verden. Her er således eksempler på alle fire af Rosas kendetegn ved resonans i citatet.

Sørensen og Nielsen beskriver desuden hvordan de unges naturmøder ofte giver anledning til at stille '*de store spørgsmål*' om eksistens og livet generelt og at disse spørgsmål oftest dukker op i forbindelse med særlige oplevelser i naturen, som ikke er rammesat i de natursociale indsatser. Dette peger på at kvaliteten '*de store spørgsmål*' kan rumme et særligt potentiale som resonanssfære i de unges møde med naturen.

I forskernes beskrivelse af udbyttet de kalder 'at lære noget nyt', beskriver en kvinde hendes udbytte af at deltage i en natursocial indsats således:

Jeg har taget ekstremt meget fra det her projekt med videre. Altså jeg er jo begyndt at vandre med min kæreste. Under corona valgte vi at tage ud og købe alt det der grej, man skal have til vandreture, så tog vi til Sverige. Så sov vi ude i... fuldstændig oppe i noget bjergværk, så var vi ude at vandre hver dag. Der var fuldstændig øde. Jeg har aldrig oplevet noget, der var så mørkt og så stille, som der var der. Så vi bruger det også i dag, og fortsætter med at bruge det. Min kæreste elsker det, men det er mig der har trukket det ind, at det var en god måde at komme ud. Så det er noget, jeg bruger i min hverdag. Ung K 20 år (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 33).

I citatet kan det ikke udledes hvorvidt kvinden har haft resonansoplevelser i naturen, men det vigtige i dette citat er i stedet at kvinden nu har fået troen på egne evner til at begive sig ud i naturen med sin kæreste. Endda til steder, som i højere grad har undsluppet det moderne samfunds behov for kontrol og udnyttelse, som de svenske fjelde kan være et udtryk for. Her kan der altså være tale om, at kvinden gennem de natursociale indsatser har fået evnerne til at '*bearbejde, behandle og erfare*' naturen som Rosa angiver som en forudsætning for at vi som mennesker kan opleve resonans i naturen. Naturen er i den forstand blevet en del af kvindens hverdag, på en måde hvor der er potentiale for at opleve resonans.

Forskerne fremhæver hvordan de unge særligt fremhæver det at 'lære noget nyt' i forbindelse med kvaliteten de kalder for 'det vi bare gør' og hvordan dette udbytte skaber nye bevægelser mod naturen i de unges liv (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 33).

Der er altså flere eksempler i rapportens citater, hvoraf de unges møde med naturen kan fortolkes som værende af resonans karakter. Fælles for dem er, at de særligt finder sted i forbindelse med de kvaliteter som forskerne kalder for '*åbne sanser*' og '*de store spørgsmål*', hvilket både kommer til udtryk i de udvalgte citater, men også i forskernes analyse af kvaliteterne.

5.2.2 Natursociale metoders benspænd for resonansoplevelser i et accelerationssamfund

I forskningsrapporten er der også flere eksempler på unges møder med naturen, som ikke udfolder sig til resonansoplevelser. Disse citater analyseres i det kommende afsnit, for at undersøge hvilke benspænd der kan være i natursociale indsatsers organisering og desuden de unges egen evne til at opleve resonans i naturen.

Kontrol og den mistede evne til at 'bearbejde, behandle og erfare' naturen:

Forskerne beskriver en af kvaliteterne ved unges naturmøder som *'det vi bar gør'* ved at ritualer, rutiner og regler kan være med til at gøre adgangen til naturen nemmere for de unge, så de føler sig trygge i mødet med naturen. Dette tydeliggøres af følgende citat, som forskerne har valgt til at understøtte deres argument:

"De var meget gode til at sige "Nå, men så laver vi øvelser her, og i aften spiser vi pizza". Der var styr på det, kunne man mærke.... Interviewer: *Så I kunne egentlig bare følge med?* Ja, så vi bare kunne slappe af og følge med i hvad, de sagde, vi skulle. - Ung K 25 år (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 20).

I denne sammenhæng kan man med Rosas teoretiske baggrund argumentere for, at denne grad af kontrol i planlægningen af de natursociale indsatser kan fratage naturen sit resonanspotentiale og i stedet skabe rammerne for naturen som oase, hvor deltagerne kan *'slappe af'*. Forskerne fremsætter desuden selv argumentet om, at man med repetitionen af de samme praksisser kan risikere, at de opleves som meningsløse for de unge hvilket kan skabe en *"... orienteringsløshed og ligegyldighed under de unges møde med naturen"* (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 20). Når de unge gang på gang bringes ud i naturen, uden at opleve resonans, men i stedet oplever en form for meningsløshed med de planlagte aktiviteter, kan der ske det som Rosa beskriver ved at *'naturen mister sin stemme'* og dermed ikke kan sige os noget længere. I den forstand mister vi evnen til at bearbejde, behandle og erfare naturen så den i stedet forstummes.

En anden reaktion på et naturmøde som ikke virker til at resonere i den unge, beskrives i dette citat under kvaliteten *'åbne sanser'*:

At vi skal herud og så bare være i skoven, synes jeg er lidt kedeligt. Jeg kan ikke lide at være i skoven. Åh, de lortemyg der. Interviewer: *Hvorfor kan du ikke lide at være i skoven?* Alle de krybdyr, der bare kravler på en, det synes jeg er ubehageligt, det synes jeg er ulækkert. Jeg kan ikke lide krybdyr. Jeg kan ikke fordrage krybdyr og insekter og alt det der. Ung M 14 år (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 18).

Her er der ingen tvivl om at naturen frembringer en form for selvvirkksomhed i den unge, som beskriver nogle stærke følelser af ikke at kunne lide at være i skoven eller fordrage krybdyr. Krybdyrene i naturen

virker til at blive et symbol på noget der bliver et aggressionspunkt for den unge mand og han er således ikke i stand til at placere sig selv i et resonansforhold til naturen. Her er der ikke tale om at indsatserne fjerner resonanspotentialet gennem en meget struktureret aktivitetsplan, men i højere grad den unges evne og i særdeleshed lyst til at *'bearbejde, behandle og erfare naturen'*. Forskerne beskriver i deres analyse at denne frastødende eller negative følelse opstod hos flere unge i de natursociale indsatser, men argumenterer også for at det stadig kan være en kvalitet at opleve negative følelser i naturen, så længe det er meningsfuldt for den unge (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 19). Dette samstemmer med Rosas beskrivelse af at de følelser og reaktioner naturen vækker i os under resonansoplevelser ikke behøver at have en positiv karakter, så længe den transformerer både os og naturen i mødet.

Påtvunget 'fællesskab':

Et af målene med natursociale metoder er at skabe veje ind i fællesskaber og øgede deltagelsesmuligheder for de unge som oplever mistrivsel (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 22). Forskerne beskriver hvordan deltagernes oplevelser med samvær og fællesskab i indsatserne har haft forskellige karakter og indvirkning på deres oplevelser af naturmøderne. Men hvordan kan dette fokus på fællesskab påvirke de unges resonansoplevelser i naturen i den horisontale akse, hvor Rosa placere resonansoplevelser med og i naturen? I et citat fra afsnittet om kvaliteten *'sammen'* beskriver en ung kvinde fællesskabet sådan her:

Jamen, det der med naturgruppen, det er nok det der med, at man skal være fælles eller fællesskabet, eller hvad man skal kalde det. Så der kan jeg ikke rigtig sådan bare lukke mig inde og bare gå... Eller hygge mig for mig selv. Det er sådan lidt, du skal, du kan ikke bare sidde med telefonen foran dig. Det ville også være lidt ubehøvlet, hvor det sådan... man er fælles med andre unge." - Ung K 17 år (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 22).

I citatet giver kvinden udtryk for, at det ikke er muligt at trække sig fra fællesskabet og at der i stedet bliver et pres for at deltage, fordi hun ellers vil være ubehøvlet. Her oplever hun et pres for at skulle leve op til noget, som kan minde om det pres mange unge oplever i form af social acceleration i det moderne samfund, der tegnede sig i første del af analysen. Det kan give en følelse af fremmedgørelse overfor de andre unge og det resonanspotentialer der kunne have ligget i fællesskabet som et resonanspotentialer på den vertikale akse.

Under udbyttet 'finde ro' beskriver en kvinde hendes naturmøde og udbyttet heraf med disse ord:

Når jeg kommer ud i naturen, så føler jeg, at ting er lidt mere simple på en god måde. Altså hvis du forstår. Det er sådan, at nogle gange kan ting bare føles så vigtige og så skræmmende i livet, men jeg føler ligesom, at natur kan sætte lidt ro på det. Jeg føler, at natur får en til at tænke på sig selv som bare et menneske. Jeg føler, at det giver lidt mere ro end bare hele tiden at tænke, hvem er jeg, hvor er jeg henne i mit liv, hvad sker der rundt omkring mig. Til ligesom at tænke på, jeg er et menneske, der har en natur, det er livet, det er bare sådan, som det fungerer. Man indser, at man eksisterer. - Ung K 17 år.

Allerførst sætter kvinden ord på hvordan ting i livet kan føles skræmmende, hvilket med Rosas begrebslige forståelse kan være et udtryk for *angsten* der driver de unge til at præstere for ikke at få et dårligt liv, hvor de må nøjes og opnå færre muligheder i livet end andre mennesker. Derfor får naturmødet karakter af noget fredfyldt og giver hende oplevelsen af '*at være et menneske der har en natur*', hvilket trækker forståelsesmæssige sammenhænge til Rosas argument for at vi som mennesker både er i naturen og af naturen. Når kvinden oplever at '*have en natur*' kan det være et udtryk for en oplevelse af at føle sig som en del af naturen. Når jeg bringer dette citat på banen under denne del af analysen, er det fordi jeg forstår resonansoplevelser i naturen som en form for fællesskab *med* naturen. Og kan denne form for fællesskab også legitimeres som en kvalitet ved natursociale metoder, fremfor blot fællesskabet med andre unge? Det perspektiv vil jeg behandle yderligere i specialets diskussion (s. 50).

5.2.3 Resonansoplevelser i de tre akser

I den sammenhæng vil jeg fremhæve forskellen på resonansoplevelser i den vertikale akse som netop handler om sociale relationer, den diagonale akse som handler om resonansoplevelser med objekter der ofte forekommer i uddannelses- og job regi og resonansoplevelser i den horisontale akse, hvori naturmødet ligger (se kapitel 3, s. 19 for uddybning af Rosas resonansakser).

I Sørensen og Nielsens analyse af kvaliteterne ved unges naturmøder, findes der nemlig kvaliteter jeg endnu ikke har berørt i min analyse af deres forskningsrapport. I beskrivelsen af kvaliteten: '*på opdagelse*' var følgende citat udvalgt af forskerne, som giver et billede af hvordan mulige resonansoplevelser i den horisontale akse kan skabe resonanspotentialer i andre akser:

Vi gik bare rundt sådan lidt og vidste ikke, hvad vi skulle lave, for vi have hugget noget brænde, og der var gang i bålet, og der var egentlig ikke andre ting, vi skulle gå i gang med. Så går vi bare lidt rundt. Og så lige pludselig møder vi nogen af de der steder, hvor der er en

rede. Vi vidste godt, der var noget derinde, men vi havde fået at vide, at der var en speciel slags egern, så vi måtte ikke, helst ikke, røre dem, fordi de var ved at uddø eller et eller andet. Men vi gik over og åbnede, og så så vi helt nyfødte fugleunger. Men de var begyndt at få vinger og sådan noget der. De var supersøde. Så gik vi bare lidt videre rundt, og så skulle man selvfølgelig rundt og kigge i de andre, om der var nogen, der var tomme. Det var de overhovedet ikke. De var allesammen fulde. - Ung M 14 år (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 24).

I citatet giver den unge mand udtryk for at et tilfældigt møde med nogle reder i skoven, som giver ham en oplevelse med nogle små søde fugleunger. Han oplever at han selv og naturen forandres i mødet, da han lærer noget nyt om naturen mens fugleungerne siger ham noget, da han beskriver dem som søde. Mødet giver ham lyst til at undersøge alle den andre reder, hvilket kan være et udtryk for selvvirkksomhed. Således er der eksempler på alle fire af Rosas kendetegn ved resonans. Her kan der dog være tale om en resonansoplevelse i den vertikale akse, som indeholder resonansoplevelser med objekter hvilket bla. ses i læringssituationer. Forskerne argumenterer for at disse opdagelsesrejser ofte opstår i uplanlagte pauser og at oplevede hvordan de unge i disse pauser formaterede og betydningsatte naturen (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 25), hvilket kan være et udtryk for det Rosa beskriver som evnen til at *'bearbejde, behandle og erfare' naturen*, hvilket er essentielt for at kunne forbinde sig til den gennem resonanserfaringer.

Op øvningen af denne evne ses også i beskrivelsen af kvaliteten som forskerne kalder *'food for thought'* hvor en ung beskriver naturmødet således:

Jamen, jeg synes det er sjovt at vide noget om naturen. Hvad er det, planterne lever af? De er faktisk næsten lige som mennesker. Vi får vitaminer fra solen, de får også vitaminer fra solen. De gror i solen, det gør vi også. Når vi får vitaminer, så bliver vores krop stærkere. Hvordan får vi vand? Fx hvis ikke vi har nogen drikkedunk, så låner jeg af din, hvis vi er ude i skoven. Det gør planterne også. De låner fra hinanden. - Ung M 16 år (Sørensen & Nielsen, 2022, s. 26).

Udover at den unge mand lærer noget nyt om naturen og dermed får en ny forståelse for hvordan naturen kan erfares, tolker jeg også hans sammenligning mellem processer i menneske og natur som et tegn på Rosas dialektiske forståelse af, at vi som mennesker både er *i* og *af* naturen. Han oplever naturen og menneskets relation til den på en anden måde, efter at have lært om skoven i den natursociale indsats.

I løbet af analysen er der opstået en række diskussionspunkter, som jeg mener kan bidrage til at tegne et nuanceret billede af det helt særlige ved naturen som ramme for at arbejde med unge i mistrivsel.

6. Diskussion:

I og med at vi mennesker, i en forståelsesramme af Berger og Luckmann, lever i subjektive realiteter af virkeligheden (kapitel 2, s. 12), opleves naturen heller ikke ens for alle. Ligesom det er tydeligt i analysen af de kvaliteter som Sørensen og Hansen fremhæver ved unges naturmøder, ikke opleves på samme vis af de unge som deltager i natursociale indsatser (2022). En af de sammenhænge der står tydeligt frem i analysen, er at de unges forudsætninger for den evne Rosa beskriver som at *'bearbejde, behandle og erfare'* naturen, er forskellige og har stor betydning for om de lykkes med at stille sig selv i resonansforhold med naturen. Men hvordan opøver man den evne, hvis naturdannelse eller oplevelser i naturen ikke har været en central del af ens barndom og opdragelse?

6.1 Resonansoaser som et skridt på vejen

Hartmut Rosa kritiserer menneskets brug af naturen som resonansoaser, da han mener at det kan gøre naturen stum for os at opleve den gennem planlagte oaser. Men kan det i virkeligheden også være et skridt på vejen mod naturforbundethed og i sidste ende resonansoplevelser? Opleves naturen som et aggressionspunkt for den unge, hvor angsten for stadigt mindre eller færre muligheder fylder i de unges naturmøder, kan kvaliteterne *'food for thought'* og *'det vi bare gør'* fungere som naturdannelse, der kan åbne naturen som resonanssfære for flere unge mennesker. Her bliver vigtigheden af en af de didaktiske overvejelser vi identificerede i 8. semesterprojektet tydelig. Navnlige at de natursociale metoder faciliteres af kompetente voksne (Hofmeister, Agerbo, Kragelund, Meineche, & Jørgensen, 2022). En kompetent facilitator kan planlægge progression i de unges naturmøder og facilitere møder som opøver evnen til at *'bearbejde, behandle og erfare'* naturen således, at de unge får en oplevelse af både at være i naturen, men også *af* naturen.

I problemanalysen beskrev jeg hvordan børn og unges naturdannelse er markant mindre i dag, sammenlignet med bare tre generationer tilbage i tiden. Nyere forskning om naturdannelse beskriver vigtigheden af at introducere og placere børn i naturen fra en tidlig alder, for at skabe bedre betingelser for deres fysiske og mentale sundhed samt trivsel (Ejbye-Ernst, et al., 2019) (Hartmeyer & Præstholm, 2021). Men er det så bare for sent for de unge som oplever mistrivsel i dag, eller kan noget af det særlige ved at facilitere naturmøder for unge i mistrivsel simpelthen være så enkelt, at det er mødet i sig selv, der kan være med til at gøre en forskel? For er det nogensinde for sent at finde en forbindelse til naturen og føle sig tryk i at færdes i den, hvis vi som Hartmut Rosa argumenterer for, er *af* naturen? Er det særlige ved naturmøderne, simpelthen at give de unge mulighed for at opleve denne naturdannelse og spejling af

selvet senere i livet, når de måske ikke var heldige at opnå dette i deres primære socialisering i barndommen, for at returnere til Berger og Luckmanns terminologi.

6.2 Fællesskabet som hellig gral eller hvad?:

Fællesskab er på sin vis blevet institutionaliseret i samfundet, som en universal løsning på de unges problemer, hvilket også skinner igennem indenfor den tidlige udvikling af natursociale metoder, hvor det næsten antydes i navnet (Seidler & Mortensen, 2018) (Ejbye-Ernst N. , 2018). I et tidsaktuelt forskningsprojekt under CeFU har en gruppe forskere i en mere nuanceret kontekst, undersøgt fællesskaber under arbejdstitlen: 'Når fællesskaber gør ondt' og udgivet en bog på baggrund af forskningen (Bruselius-Jensen, Sørensen, & Katznelson, 2023) Niels Ulrik Sørensen, som er en af forskerne bag rapporten der har dannet grundlag for anden del af analysen i dette speciale, er også en af forskerne bag det nye studie der nuancerer fællesskaber.

Sørensen og Nielsen udpeger i specialets udvalgte empiri en kvalitet ved unges naturmøder som de kalder '*sammen*' (2022, s. 22), men understreger at fællesskaber ikke entydigt giver de unge positive oplevelser under naturmøderne. I dette speciales analyse forklares samme tendens med teoretisk baggrund i Hartmut Rosa, som beskriver hvordan fællesskaber kan opleves som fremmedgørende, pga. manglende resonanserfaringer i fællesskaberne.

I den sammenhæng vil jeg pege på en anden form for fællesskab, som kunne være det helt særlige ved naturmøder som trivselsunderstøttende aktiviteter for unge i mistrivsel. Det fællesskab som vi oplever med naturen gennem bl.a. resonansoplevelser i den horisontale akse. Et fællesskab som jeg tidligere i problemanalysen har benævnt som naturforbundethed.

Tanken om naturforbundethed som en vigtig faktor for menneskers trivsel er ikke ny. I 1984 udgav biolog Edward O. Wilson værket *Biophilia*, hvori han argumenterede for menneskets instinktive behov for at forbinde sig med andre livsformer, som værende et evolutionært betinget behov (Wilson, 1984).

Argumentet har senere udviklet sig i forskellige forgreninger af biosociale teorier om menneskets forhold til naturen, som menes at have effekt på menneskets rolle i klima og biodiversitetskrisen. Måske derfor forskes der i høj grad i naturforbundethed indenfor forskellige forskningsretninger i disse år. På baggrund af en veldokumenteret sammenhæng mellem naturforbundethed (nature connectedness) og velvære (wellbeing), undersøgte en gruppe forskere fra England i 2017, hvordan vi som mennesker kan opnå en større grad af naturforbundethed (Lumber, Richardson, & Sheffield, 2017, s. 1). Undersøgelsen baserede sig på tre forskellige spørgeskemaundersøgelser, udarbejdet på baggrund af The Biophilia Hypothesis som er

en videreudvikling og teoretisering af Wilsons' Biophilia teori, i samarbejde med Stephen R. Kellert (Kellert & Wilson, 1993). I rapportens konklusion skriver forskerne således:

Activities that involved contact, meaning, emotion, compassion and beauty were found to be both indicators of, then pathways towards nature connectedness. There is a need to move beyond a superficial contact with nature or focussing exclusively on knowledge and identification, when fostering a relationship with nature (Lumber, Richardson, & Sheffield, 2017, s. 21).

Dette forskningsprojekt peger på aktiviteter som har begrebslige sammenfald med tre af de fire kendetegn som Hartmut Rosa beskriver skal være til stede under en resonansoplevelse. *Contact* og *beauty* kan være et udtryk for '*bevægethed*', altså det at lade sig kalde på eller blive påvirket af naturen. *Emotion* og *contact* kan være et udtryk for '*selvvirksomhed*' som kommer til udtryk gennem eget aktivt svar på naturens påvirkning, fx gennem en kropslig reaktion eller en følelse. *Meaning* og *compassion* kan være udtryk for forvandlingen af en selv og verden under resonansoplevelser. Tilbage er det sidste og fjerde kendetegn '*det ukontrollerbare*' hvilket naturen i sig selv leverer i alt det vi som mennesker ikke har kontrol over i naturen. Jeg ser desuden et interessant sammenfald mellem de kvaliteter ved unges naturmøder, som Sørensen og Nielsen (2022) fremhæver som værende ofte forekommende i deres forskning og de kvaliteter jeg i min analyse fandt flest resonanspotentialer ved i de unges citater. I denne argumentations perspektiv ser jeg flere sammenfald mellem resonans oplevelser og følelsen af naturforbundethed, hvorfor jeg argumenterer for at naturforbundethed som følelsen af fællesskab *med* naturen, kan være noget af det helt særlige ved at arbejde med unge i mistrivsel i naturen. I et perspektiv af Rosas teori bliveer dette fællesskab således også et fællesskab med en selv, hvis vi anerkender at vi både er *i* verden og *af* verden.

Det er desuden interessant at de kvaliteter jeg fandt færrest resonanspotentialer ved i de unges notater ('*food for thought*' og '*det vi bare gør*'), har indholdsmæssige sammenfald med det Lumber, Richardson, & Sheffield (2017) i ovenstående citat beskriver at vi skal væk fra, når vi søger at skabe forbindelse til naturen. Navnlige overfladisk kontakt med fokus på viden og identifikation. Men som jeg har argumenteret for i diskussionsafsnittet ovenfor, kan den del af naturdannelse som handler om kendskab til naturen og praktisk erfaring med at begå sig i naturen gøre naturen mere tilgængelig.

Wilson skriver i proglogen til Biophilia: *"To the degree that we come to understand other organisms, we will place a greater value on them, and on ourselves"* (Wilson, 1984, s. 2). Så måske handler det om at gøre op med en dualistisk forståelse af enten eller og omfavne at mange forskellige former for møder med naturen kan hjælpe os på vej til igen at føle en grundlæggende forbindelse til naturen. At der ikke findes noget rigtigt eller forkert møde, så længe vi opsøger forskelligartede møder med naturen, for at vi kan udforske den sproglige betydningsdannelse om naturen i vores samfund og igen blive i stand til at sætte os selv i resonansforhold med naturen.

6.3 Sproglig betydningsdannelse og adgang til viden som forudsætning for forskning i unges naturmøder som resonanspotentialer:

En central forståelse i forskningen i naturforbundethed og desuden Hartmut Rosas begreb om resonans er, at det kan være svært at sætte ord på forbindelsen og oplevelsen. Særligt hvis vi i barndommen ikke er socialiseret gennem sproglig betydningsdannelse til at tale om det med vores hverdagslivssprog. Og i endnu højere grad hvis *betydningsfulde andre* i vores opvækst ikke har givet os mulighed for eller vist os hvordan man kan interagere med naturen, for at få resonansoplevelser og føle os forbundet. For hvordan skal vi sætte ord på noget vi ikke har oplevet og hvordan skal vi beskrive en oplevelse vi ikke har et sprog for?

I specialets problemfelt fremsætter jeg i argumentationen for specialets relevans en hypotese om, at den del af ungdomsforskningen i natursociale metoder som jeg undersøgte i semesterprojektet på 8. semester, er potentielt ufyldstgørende for naturens potentiale i arbejdet med unge i naturen.

Det kan komme til udtryk på flere planer i forskningen. Et tænkt eksempel relateret til dette speciale kunne beskrives ved, at alle aktører i en forskningsmæssig sammenhæng handler kropsligt i sociale situationer, på baggrund af intentioner som ikke nødvendigvis er synlige i den samlede oplevelse af virkeligheden (Berger & Luckmann, 1966, s. 64). Den unge i mistrivsel kan agere og forklare om deres oplevelse i naturen, på baggrund af en overbevisning om at "være ærlig" eller at "sige det som jeg tror den voksne gerne vil høre", fordi de forsøger at beskrive begrænsede betydningsområders virkelighed(naturforbundethed), som forvrænges med deres hverdagsprog. Så selvom de kan opleve det, kan de unge have svært ved at sætte ord på det og hvis det lykkes for dem, kan forskerne forvrænge deres ord med spørgsmål eller tolkninger som passer til deres hverdagslivssprog. Hvis forskergruppen ikke deler en subjektiv realitet hvor viden om naturforbundethed er internaliseret som gyldig viden og erfaring og deraf har udviklet et sprog for dette begrænsede betydningsområde, vil de i deres analyse og fortolkning af empirien have svært ved at beskrive dette på en meningsfuld måde. På den måde kan oplevelser med resonansoplevelser eller naturforbundethed forvrænges og oversættes til andre fortolkninger.

I løbet af min analyseproces blev det hurtigt tydeligt for mig, at den nyeste rapport om natursociale metoder fra CeFU (Sørensen & Nielsen, 2022), indeholder et andet fokus på de dele af naturmøderne der handler om at forbinde sig med den og opleve resonans i disse møder, sammenlignet med de rapporter der lå til grund for vores analyse af området på 8. semester (Ejbye-Ernst N. , 2018) (Seidler & Mortensen, 2018) (Hofmeister, Agerbo, Kragelund, Meineche, & Jørgensen, 2022).

I den forbindelse har jeg observeret en anden sammenhæng under researchen af de forskere som har bidraget til den empiri, jeg har analyseret på 8. semester om natursociale metoder og den empiri jeg har analyseret i forbindelse med dette speciale. Som jeg beskrev i problemanalysen, har de tre forskere der har udarbejdet det empiriske grundlag for analysen på 8. semester betydelig erfaring med at arbejde med børn og unge i naturen og har desuden udgivet en lang række forskningsprojekter indenfor det natursociale og naturdidaktiske område. Poul Hjulmand Mortensen har en kandidatgrad i biologi fra Københavns universitet (Linked In: Poul Hjulmann Seidler, 2023), Dorthe Hagen Mortensen er uddannet pædagog med en kandidat i pædagogisk psykologi (Linked In: Dorte Hagen Mortensen, 2023) mens Niels Ejby Ernst har en kandidat i pædagogik og en Ph.d. i pædagogens naturformidling i naturbørnehaver (UCN viden: profiler: Niels Ejby Ernst, 2023). Faggrupper som i høj grad rummer viden om natur, fællesskab, læring og didaktik. Et felt hvor den sproglige betydningsdannelse og adgang til viden sandsynligvis har overvejende tyngde ifht. det at lære *i* og *om* naturen.

De to forskere som har udarbejdet den nyeste rapport om natursociale metoder, der anvendes som empirisk grundlag for analysen i dette speciale, har andre forskningsmæssige baggrunde som ikke har rødder i det natursociale felt. Niels Ulrik Sørensen og Anne Mette W. Nielsen er uddannet indenfor historie, litteraturhistorie samt moderne kultur og bevæger sig i et felt af ungdomsforskningen der undersøger unges deltagelsesmuligheder i ungdomslivet gennem bl.a kunst og kultur og på trods af identitetsmæssige stigma fra samfundet (Aalborg universitets forskningsportal: Niels Ulrik Sørensen, 2023) (Aalborg Universitets forskningsportal: Anne Mette W. Nielsen, 2023). De er altså socialiseret til deres sproglige betydningsdannelse og adgang til viden i et andet felt, hvor jeg ser sammenfald med de to resonanssfærer Hartmut Rosa beskriver på lige fod med naturen i den horisontale akse: Historie og Kunst. Jeg finder det således plausibelt at forskellene i forskergruppens baggrunde kan have været udslagsgivende, ift. at fremlyse kvaliteter ved naturmøder som rækker ud over de mere didaktiske og læringsfokuserede områder og ind i de mere oplevelsesorienterede områder, som kan skabe potentielle resonanssfærer og en oplevelse af naturforbundethed.

7. Konklusion:

På baggrund af specialets problemformulering: Hvad er særligt ved unges møder med naturen i trivselsforbedrende aktiviteter for unge i mistrivsel, set i lyset af Hartmut Rosas teori om naturen som mulig resonanssfære i et accelerationssamfund? konkluderes følgende.

Hartmut Rosas sociologi om forholdet til verden, giver et samfundsrelevant perspektiv på de sproglige betydningsdannelser og strukturer i samfundet, som kan have effekt på den stigende mistrivsel blandt ungdommen. Angsten for at have færre muligheder end andre og deraf at måtte nøjes i livet, driver de unge til at optimere, kontrollere og udnytte døgnets timer og andre ressourcer de har til rådighed i deres liv. Samtidigt stiller accelerationssamfundet krav om at de konstant skal tilpasse sig nye teknologier, krav og socialt omskiftelige forhold. De unge oplever en følelse af fremmedgørelse overfor deres omgivelser som kan komme til udtryk ved mistrivsel i forskellig form. Behovet for kontrol og optimering slukker for de potentielle resonanssfærer der findes omkring dem således, at verden forstummes og det kan blive svært at føle sig forbundet til noget og finde mening med de handlinger der styrer ens færd i verden.

Det særlige ved unges naturmøder er således muligheden for at opleve sig selv som forbundet til naturen og deraf sig selv, gennem resonansoplevelser. Naturens iboende kvaliteter ved de fire kendetegn Hartmut Rosa identificerer ved resonansoplevelser, fremhæves således som en særlig vigtig ting ved de unges naturmøder: Bevægethed, Selvvirksomhed, Forvandling og Det ukontrollerbare. Det er særligt uplanlagte møder og aktiviteter der inkluderer sanseindtryk der kan åbne potentielle resonanssfærer for de unge, hvor de mødes af livets store spørgsmål. I analysen ses en tendens til at de unge som føler sig tilpasse i naturen, oplever en ro, skønhed og spejling i mødet med naturen, som ændrer deres syn på dem selv og verden, samt giver dem fornemmelsen af at være 'lille' i mødet med naturen eller at opleve sig selv som 'en del af den', eller 'at have en natur'.

Der ses dog en tendens til at naturen kan opleves som et aggressionspunkt for nogle unge, hvilket slukker for resonanspotentialer i naturen. I den sammenhæng oplevede nogle unge, at de kvaliteter ved deres naturmøder som handler om at opnå kendskab til naturen og færdigheder i at begå sig i naturen, kan give de unge mod på at udforske naturen på længere sigt og endda på egen hånd. Så til trods for at denne type møder ifølge Hartmut Rosa har karakter af resonans oaser, som potentielt kan føre til en oplevelse af at naturen forstummes, argumenterer jeg for, at denne type af møde med naturen kan være en del af en naturdannelse, som giver dem evnerne til det Rosa kalder at '*bearbejde, behandle og erfare*' naturen, så de kan stille sig i resonansforhold med den.

Det særlige ved unges naturmøder konkluderes således til at være et bredt potentiale der spænder fra øget naturdannelse hos de unge til en følelse af forbundethed med naturen, som sætter deres væren i verden i perspektiv og stiller dem i potentielle resonansforhold til naturen. Det er dog vigtigt at udforske forskelligartede møder med naturen, for at undgå at alle møder får karakter af oaser, som ved mange gentagelser kan få naturen til at forstummes så resonanspotentialet forsvinder. Dette understreger vigtigheden i at unges møder med naturen faciliteres af kompetente voksne, som kan sørge for forskelligartede møder med naturen, tilpas progression i naturdannelsesprægede aktiviteter, men vigtigst af alt pauser i aktivitetsprogrammet, hvor resonanssfærerne kan opstå spontant mellem de unge og naturen.

8. Artikel:

Humanbeing eller human*doing*... Hvilken **natur** har du?

Af Janne Hofmeister

Jeg erkender blankt at jeg i mange år af mit liv primært har været det sidste eller rettere sagt *gjort* det sidste. Lige indtil, at jeg ikke kunne finde ud af at gøre det mere. Og måske har jeg været en af forløberne for den ungdomsgeneration som oplever massiv mistrivsel med symptomer som angst, stress, ensomhed, selvskade og depression. Hele 19 rektorer fra en række ungdomsskoler i Danmark har sågar udgivet et åbent brev i berlinske under overskriften

"De unge er blevet kanonføde i konkurrencestatens testregime"

(Stokholm, et al., 2023).

De ser mistrivlsen fra første parket hver dag og rektorerne mener ikke at de unge selv har skabt det monster. Men hvor kommer presset så fra?

Ikke sjældent indleder Statsministeren argumentationer med: "vi er nødt til at...": følge med den teknologiske udvikling, yde mere, arbejde mere, studere mere effektivt så vi kan bidrage på arbejdsmarkedet og løfte ældrebyrden. Optimere, kontrollere, effektivisere, planlægge, lære, yde, gøre. En samfundsdiskurs der ikke kun præger vores hverdag, men som også har fulgt med i vores måde at *forbruge* naturen på, hvilket vi med klimakrisen ser konsekvenserne af hver dag. Måske er klimakrisen ikke den eneste krise konkurrencestaten og samfundets behov for kontrol og erobring har pustet liv i.

Naturen under os:

Vi skal besejre naturen: i mediefladen ser vi Alene i Vildmarken og Robinson Ekspeditionen. Vi udlever selvrealiseringsmål og planlægger bjergbestigninger eller køber safarirejser. I weekenden tager vi på søndagsskovtur og følger anlagte stier gennem træerne, der står på lige linjer i plantager som engang blev anlagt af konger der ville bygge krigsskibe. Indimellem krydser vi et udbygget MBT-spor eller falder over en skrig-orange O-løbs post midt i alt det grønne. Konkurrence, selvrealisering, aktiv livsstil.

Men hvornår skal vi opleve mere, være mere, elske mere, tale mere sammen, sanse mere? Hvor i verden er der plads til at leve mere? Lade stå til og føle at tiden står stille bare et enkelt øjeblik...

"Hvorfor sitte inne når alt håp er ute?"

Runger det i mine ører, mens jeg drømmer mig nordpå til åbne vidder, der sletter min tidsfornemmelse og får mig til at tabe pusten over fjellets skønhed igen og igen. Et forsigtigt bud fra en naturterapeut (mig), er at vi har mulighed for igen at blive til humanbeings hvis vi genopdager vores relation til naturen. Lærer at *være* i naturen. At spejle os i den og opleve at vi selv har en natur. At vi faktisk er natur, hvis jeg kan få dig med på den præmis? Måske det føles lige anti-evolutionært nok for det senmoderne publikum, eller måske er der noget af det jeg beskriver som resonerer i dig?

Unges naturmøder:

Netop nu ruller programmet: *6 dage til Zen* over skærmen på dr1. Her har naturterapeuterne Simon Høgemark og Sigurd Hartvig inviteret 6 unge mennesker med til den bornholmske natur i 6 dage, for at koble helt ud af hverdagen og slukke mobilen. Fælles for de unge er at de på en eller anden måde mistrives og trænger til en pause fra deres hverdag. Et af de første spørgsmål naturterapeuterne stiller de unge handler om forbundethed. *"Hvad betyder det for jer?"*. En af de unge ved slet ikke hvad det betyder og nævner noget med alkohol, mens en anden nævner venner og familie. Jeg får tanken; at det samfund vi lever i måske slet ikke fordrer følelsen af forbundethed til noget? Har unge mennesker tid til at forbinde sig med verden, når de vokser op som kanonføde i en konkurrencestat?

Men hvad er naturforbundethed så? Hvis vi har en natur og hvis vi er natur? Hvad er natur så? Hvordan skal vi vide hvem vi selv er hvis vi ikke ved hvad naturen er? Lad os sige at vi genskaber kontakten til naturen som et rum hvor vi kan finde tilbage til en tilstand af ren *væren* frem for *gøren*. Hvor naturen er mere end en planlagt pause i en oase, der kan give os en lille portion ro, så vi kan løbe videre i vores hverdagsliv når vi kommer hjem. Hvad mon der ville ske med opbakningen til konkurrencestat og *"vi er nødt til"* diskursen?



For hvad er det egentlig vi er *nødt til* at gøre, for at hjælpe en hel ungdomsgeneration i trivsel igen?

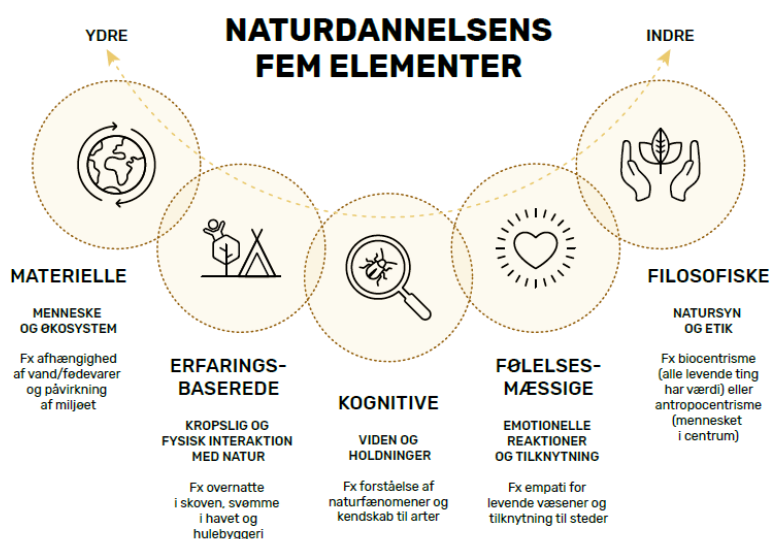
Unges vej til naturforbundethed

Inspirationen til denne artikel udspringer af min baggrund som naturterapeut og mit kandidatstudie på Aalborg Universitet. Jeg har i efteråret fordybet mig i et speciale om det helt særlige ved naturmøder i et

accelereret ungdomsliv. Det har gjort mig klogere på, at vi i samfundet har en bestemt måde at snakke om naturen på og er hurtige til at vurdere den rigtig eller forkert. Farlig, udfordrende eller fredfyldt. Og helst skal vi klassificere og kontrollere den, så der er sjældent plads til forskellige synspunkter eller ideen om at naturen godt kan være *det hele* på samme tid.

Et af de centrale fund i specialet er, at der nok ikke er nogen forkert måde at opleve naturmøder på, så længe man interagerer med naturen på forskellig vis. Det handler om at genfinde en måde at være med naturen på, hvor man tør bare at *være* uden at *gøre*. Undersøgelsen af unges naturmøder peger på, at vejen til disse møder er forskellig afhængigt af den unges udgangspunkt for at komme i naturen.

I mange år har friluftsrådet arbejdet for en stærkere naturdannelse blandt børn og unge i Danmark på baggrund af grundig forskning der viser, at børn og unge som kommer i naturen gennem deres opvækst, er mere robuste, bedre til at lærer og mindre syge end andre børn (Ejbye-Ernst, et al., 2019). Samtidigt har det vist sig at børn opholder sig betydeligt mindre i naturen i dag, sammenlignet med for bare tre generationer siden (Hansen N.-C. L., 2019). I 90'erne og 00'erne boomede naturbørnehaver og udeskole, hvor fokus var at lære om naturen og finde ud af at begå sig i den. Måske i højere grad værdier og færdigheder som kan kobles til en form for *gøren* end *væren*. En kvalitet som også i undersøgelsen af unges naturmøder mødte genklang hos nogle unge. For det er vigtigt at føle sig tryk nok til overhovedet at bevæge sig ud i naturen, uden at have en plan. Men nyere forskning peger på, at den egentlige effekt på menneskers trivsel opstår når vi sætter os i forbindelse med naturen, oplever dens skønhed påvirke krop og sind og lader os bevæge af den (Lumber, Richardson, & Sheffield, 2017). Måske derfor har sansning og naturforbundethed fået en større og mere naturlig plads i naturdannelsesbegrebet i dag.



I en ny dansk forskningsrapport har målet været at udfolde og begrebsliggøre naturdannelses forståelsen, på en videnskabelig funderet baggrund (Hartmeyer & Præstholt, 2021). Rapporten giver fagpersoner konkrete redskaber og forståelse for begrebets mangeartede facetter.

Modellen understøtter på fineste vis de mange forskellige kvaliteter jeg fandt ved unges naturmøder, men udtrykker særligt den udvikling der har været i forståelsen af hvilket potentiale naturen rummer i trivselsunderstøttende aktiviteter. En udvikling der har bevæget sig fra en naturvidenskabelig læringsfokuseret tilgang til også at rumme en mere æstetisk sansende tilgang til naturdannelse.

Klimakrise og mistrivsel

Naturen *er* det hele, den *kan* det hele hvis vi evner at skabe forbindelse til den og accepterer at det ikke kun er noget vi skal *bruge* i vores hverdag. Og måske er det i samme omgang lige præcis det der skal til, for at løse to af nutidens største kriser. For løsningen på klimakrisen ser nemlig ud til at være den samme. Følelsen af naturforbundethed og tendensen til at tage klimabevidste handlinger i ens liv, har nemlig også overbevisende evidens bag sig (Curl, Stanley, Brown, & O'Brien, 2022) (Zelenski & Nizbet, 2014).

Måske er det vigtige ikke mig og dig i det store billede. Og alligevel føler jeg mig mere levende end nogensinde, når jeg oplever mig selv gennem naturens store spejl. Og med den viden vil jeg gøre som Rasmus Ejernæs, biolog og debattør beskriver her:

"og så vil jeg tulle ud i haven på må og få. Jeg vil tage endnu et planløst bad i overfløddighedshornet.

Jeg vil føle mig overflødig. Og hjemme."

(Gjerris & Rubow, 2018)

Heldigvis med min lille datter i hånden, for hun er den bedste læremester jeg nogensinde har kendt udi kunsten *at være*. Hun *er* natur og det minder mig om, at naturdannelse ikke er en større videnskab, hvis vi bare placerer barnet i naturen, mens de stadig er det. Altså børn af naturen.



9. Referencer:

- Andersen, S. H., Ladenburg, J., & Dyssegaard, P. S. (2020). *Danskernes mentale sundhed*. København: Rockwool Fonden.
- Andreasen, K. E., Rasmussen, P., Rasmussen, A., Jensen, A. A., Ydesen, C., & Ravn, O. (2017). *At undersøge læring*. Samfundslitteratur.
- Berger, P. L., & Luckmann, T. (1966). *Den sociale Konstruktion af virkeligheden, En videnssociologisk afhandling*. København: Akademisk Forlag (2003 - dansk oversættelse).
- Bruselius-Jensen, M., Sørensen, N. U., & Katznelson, N. (2023). *Fællesskaber i ungdomslivet: Når de gør godt, og når de gør ondt*. Aalborg: Aalborg Universitetsforlag.
- Camacho, D. B., Rimpler, S., & Ehlers, R. S. (2020). *Grøn terapi - en bog om naturbaseret psykoterapi*. Odense: Hedwig.
- Curll, S., Stanley, S., Brown, P., & Obrien, L. (12. 05 2022). Nature Connectedness in the Climate Change Context: Implications for Climate Action and Mental Health. *Translational Issues in Psychological Science*, s. online issue.
- Ejbye-Ernst, N. (2018). *Hvad ved vi om arbejdet med udsatte unge i naturen*. København: Bikuben fonden.
- Ejbye-Ernst, N., Moss, B., Stokholm, D., Lassen, B., Præstholm, S., & Frøkjær, T. (2019). *Betydning af dagtilbudsarbejde med børn i naturen. En forskningsoversigt med fokus på nordisk litteratur undersøgt med sigte på danske forhold*. . København og Århus: Center for børn og natur/ VIA university College.
- Feneberg, A., Stijovic, A., & Forbes PAG, e. a. (10. 1 2023). Perceptions of Stress and Mood Associated With Listening to Music in Daily Life During the COVID-19 Lockdown. . *JAMA Netw Open*.
- Gjerris, M., & Rubow, C. (2018). *Naturens sprog*. Frederiksberg: Eksistensen.
- Hansen, K. B., Nielsen, T. S., & Tvedt, T. S. (2005). *Natur og grønne områder forebygger stress*. København: Center for Skov, Landskab og Planlægning Københavns universitet.
- Hansen, N.-C. L. (11. september 2019). *Kronik: Gode børneliv: Det er en katastrofe, at børn kommer mindre og mindre ud i naturen*. Hentet fra friluftsrådet.dk: <https://friluftsradet.dk/om-os/politisk-indflydelse/blog-om-friluftsliv/kronik-gode-boerneliv-er-katastrofe-boern-kommer>
- Hartmeyer, R., & Præstholm, S. (2021). *Børns naturdannelse: naturen i barnet - barnet i naturen*. København: Center for Børn og Natur, Københavns universitet .
- Hofmeister, J., Agerbo, J. B., Kragelund, K. S., Meineche, L. R., & Jørgensen, M. D. (2022). *En ny fortælling - Naturen som læringsrum for udsatte unge*. Aalborg: Aalborg Universitet.
- Jensen, H. A., Davidsen, M., Møller, S. R., Kragelund, K., Christensen, A. I., & Ekholm, O. (2022). *Danskernes sundhed – Den Nationale Sundhedsprofil 2021*. København: Sundhedsstyrelsen.
- Justesen, L., & Mik-Meyer, N. (2010). *Kvalitative metoder - i organisations og ledelsesstudier*. København: Hans Reitzels forlag.
- Järvinen, M., & Mik-Meyer, N. (2017). *Kvalitativ analyse - Syv traditioner*. København: Hans Reitzels forlag.

- Katznelson, N., Pless, M., & Görlich, A. (2022). *Mistrivsel i lyset af tempo, præstation og psykologisering*. Aalborg: Aalborg Universitetsforlag.
- Kellert, S. R., & Wilson, E. O. (1993). *The Biophilia Hypothesis*. Island Press.
- Lederbogen, F., Kirsch, P., Haddad, L., Streit, F., Tost, H., Schuch, P., . . . Meyer-Lindenberg, A. (11. juni 2022). City living and urban upbringing affect neural social stress processing in humans. *Nature*, s. 498-501.
- Linked In: Dorte Hagen Mortensen*. (07. 12 2023). Hentet fra Linked In: <https://www.linkedin.com/in/dorte-hagen-mortensen-86506377/?originalSubdomain=dk>
- Linked In: Poul Hjulmann Seidler*. (07. 12 2023). Hentet fra Linked In: <https://www.linkedin.com/in/poul-hjulmann-seidler/?originalSubdomain=dk>
- Lumber, R., Richardson, M., & Sheffield, D. (09. maj 2017). Beyond knowing nature: Contact, emotion, compassion, meaning, and beauty are pathways to nature connection. *PLoS ONE*, s. 1-24.
- Madsen, K., Román, J., Damsgaard, M., Holstein, B., Kristoffersen, M., Pedersen, T., . . . Toftager, M. (2023). *Skolebørnsundersøgelsen 2022*. København: Statens Institut for Folkesundhed, SDU.
- Nielsen, A. M. (02. 12 2023). *Forskere: Anne Mette W. Nielsen*. Hentet fra Center for Ungdomsforskning: <https://www.cefu.dk/emner/om-cefu/forskere/anne-mette-w-nielsen.aspx>
- Om Bikubenfonden*. (04. 12 2023). Hentet fra Bikubenfonden.dk: <https://www.bikubenfonden.dk/om-bikubenfonden>
- Ottosen, M., Andreasen, A., Dahl, K., Lausten, M., Rayce, S., & Tagomse, B. (2022). *Børn og unge i Danmark: Velfærd og trivsel 2022*. København: København: VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.
- Reinecker, L., Jørgensen, P. S., & Skov, S. (2012). *Den gode opgave*. Frederiksberg: Samfundslitteratur.
- Rosa, H. (2014). *Fremmedgørelse og Acceleration*. København: Gyldendal.
- Rosa, H. (2018). *Det ukontrollerbare*. Frederiksberg: Eksistensen.
- Rosa, H. (2021). *Resonans - En sociologi om forholdet til verden*. Frederiksberg: Eksistensen.
- SDU, S. i. (20. september 2023). *Den nationale Sundhedsprofil - mental helbred*. Hentet fra danskernessundhed.dk: https://proxy.danskernessundhed.dk/SASVisualAnalyticsViewer/VisualAnalyticsViewer_guest.jsp?reportName=Daarligt%20mentalt%20helbred&reportPath=/Produktion/Danskernes_Sundhed/
- Seidler, P. H., & Mortensen, D. H. (2018). *Udvikling af indsatser for børn og unge i udsatte positioner. I naturen med et narrativt og systemisk afsæt*. København: Hillerød Kommune og Københavns Universitet.
- Sidenius, U. (2017). *The Therapy Garden Nacadia®: The interplay between evidence-based health design in landscape architecture, nature-based therapy and the individual*. . København: Department of Geosciences and Natural Resource Management, Faculty of Science, University of Copenhagen.
- Stokholm, H., Kofoed, C., Lassen, J., Werngreen, K., Diemar, I., Larsen, T., . . . Clausen, A. (16. August 2023). *19 rektorer advarer de unge er blevet kanonfoede i konkurrencestatens*. Hentet fra Berlinske.dk:

<https://www.berlingske.dk/kommentarer/19-rektorer-advarer-de-unge-er-blevet-kanonfoede-i-konkurrencestatens?token=7c4cff3a81d54527a8f735c2f1283402.1694159470802&tracked&user=7c4cff3a81d54527a8f735c2f1283402&product=&status=true>

- Stripp, T. A., Wehberg, S., Büssing, A., Koenig, H. G., & Balboni, T. A. (12. Marts 2023). Spiritual needs in Denmark: a population-based cross-sectional survey linked to Danish national registers. *The Lancet*, s. 1-14 online.
- Sudimac, S., Sale, V., & Kühn, S. (05. september 2022). How nature nurtures: Amygdala activity decreases as the result of a one-hour walk in nature. . *Molecular Psychiatry*, s. 4446–4452.
- Sundhedsministeriet. (26. januar 2022). *Sundhedsministeriet - Nyheder*. Hentet fra sum.dk: <https://sum.dk/nyheder/2022/januar/alle-restriktioner-udloeber-31-januar>
- Sundhedsstyrelsen. (2019). *Børn og unges sundhed og trivsel*. København S: Sundhedsstyrelsen.
- Sundhedsstyrelsen. (6. december 2022). *Fremme af mental sundhed*. Hentet fra sst.dk: <https://www.sst.dk/da/viden/Forebyggelse/Mental-sundhed/Fremme-af-mental-sundhed>
- Sørensen, N. U. (02. 12 2023). *Forskere: Niels Ulrik Sørensen*. Hentet fra Center for Ungdomsforskning: <https://www.cefu.dk/emner/om-cefu/forskere/niels-ulrik-soerensen.aspx?show=publications#ProjectBrowser>
- Sørensen, N. U., & Nielsen, A. M. (2022). *Natur til et godt liv - Unges fortællinger om deres møder med naturen*. København: Center for Ungdomsforskning, Institut for Kultur og Læring, Aalborg Universitet.
- Tanggaard, L., & Brinkmann, S. (2015). *Kvalitative metoder - En grundbog*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Tv2. (16. August 2023). *Presset ungdom på tv 2*. Hentet fra www.play.tv2.dk: <https://play.tv2.dk/serie/presset-ungdom-tv2>
- UCN viden: profiler: Niels Ejby Ernst. (07. 12 2023). Hentet fra UCN Viden: <https://www.ucviden.dk/da/persons/niels-ejby-ernst>
- Undervisningsministeriet. (11. August 2023). *Børne og undervisningsministeriet - Nyheder*. Hentet fra uvm.dk: <https://www.uvm.dk/aktuelt/nyheder/uvm/2023/aug/230810-regeringen-nedsaetter-trivselskommissionen>
- White, M. p., Alcock, I., Grellier, J., Wheeler, B. W., Hartig, H., Warber, S. L., . . . Fleming, L. E. (13. Juni 2019). Spending at least 120 minutes a week in nature is associated with good health and wellbeing. *Scientific Reports*, s. 1-11.
- Wilson, E. O. (1984). *Biophilia*. Cambridge: Harvard University Press.
- Wulff, A. S., Matthiesen, S. M., & Blinkenberg, E. (2023). *DUF's Ungeanalyse 2023*. København: Dansk Ungdoms Fællesråd,.
- Zelenski, J. M., & Nizbet, E. (Januar 2014). Happiness and Feeling Connected: The Distinct Role of Nature Relatedness. *Environment and Behaviour*, s. 3-23.
- Aalborg Universitets forskningsportal: Anne Mette W. Nielsen. (02. 12 2023). Hentet fra Aau VBN: <https://vbn.aau.dk/da/persons/131792>

Aalborg universitets forskningsportal: Niels Ulrik Sørensen. (02. 12 2023). Hentet fra Aau VBN:
<https://vbn.aau.dk/da/persons/130104/publications/>