

# Kulturarv som väg till psykisk hälsa

En undersökning av effekterna av K2:s  
och Jamtlis samarbete kring psykisk hälsa

Anna Hansen



## Innehåll

### Innehåll

|  |    |
|--|----|
| Innehåll .....   | 2  |
| K2:s och Jamtlis gemensamma verksamhet kring psykisk hälsa .....   | 3  |
| Inledning: ”Jamtli berikar K2 – det går inte ersätta med något annat” .....  | 3  |
| Det vetenskapliga sammanhanget .....   | 3  |
| Material och metod.....  | 6  |
| Verksamheten.....  | 9  |
| Effekten på deltagarna.....  | 10 |
| ”Man kommer på att man kan mer än man tror” – Kunskap och förståelse .....   | 10 |
| ”Att göra praktiska saker och känna sig behövd är jättepositivt” – Färdigheter.....  | 11 |
| ”Ingen ser ner på en ifall det brister” – Attityder och värderingar.....   | 11 |
| ”Man har känt sig gladare när man gått därifrån än man var innan” – Glädje, Inspiration och kreativitet.....   | 12 |
| ”Man bygger upp ett sug efter att göra saker och jobba genom att börja på ett sådant ställe och bygga upp succesivt” – Beteende och progression..... | 13 |
| Personalens syn på effekterna för deltagarna .....   | 14 |
| Effekten på personalen.....  | 15 |
| Utvecklingsmöjligheter .....   | 16 |
| Avslutande diskussion .....  | 16 |
| Källor och referenser .....  | 18 |
| Bilaga 1 Frågor.....   | 19 |

## K2:s och Jamtlis gemensamma verksamhet kring psykisk hälsa

### Inledning: "Jamtli berikar K2 – det går inte ersätta med något annat"

2009 initierade K2, Jämtlands läns landstings enhet för återhämtning och rehabilitering, ett samarbete med Jamtlis jordbrukssektion. Sedan dess har de besökt Jamtli en gång i veckan. Syftet har varit att erbjuda personer med psykisk ohälsa en miljö och upplevelse som hjälper dem i sin återhämtning. Deltagarna i K2:s verksamhet har olika former av psykisk ohälsa, det kan till exempel vara depression, ätstörningar, utmattningssymptom med mera. K2 är en enhet som arbetar mycket med djur och natur och som tror på en läkande kraft genom detta. Deltagarna kan dock välja bland en mängd aktiviteter utifrån hur de känner sig just den dagen, så som delta i idrotter, följa med på utflykter, pyssla, fika, sköta om huset, diskutera eller bara vara. Personalen på K2 fungerar som ett stöd för deltagarna och en av aktiviteterna de erbjuder är att besöka Jamtli. Jamtli är ett friluftsmuseum i Östersund som länge arbetat med att med kulturavet som grund skapa verksamhet som leder till social sammanhållning, utveckling och inkludering. Det har en mängd byggnader från olika tidsperioder och bedriver jordbruk som passar de olika miljöernas tidsålder. Man arbetar också aktivt med bevarandet av olika arter av djur och växter. Jordbrukssektionen består av fyra personer i personalen, kor, hästar, getter, får, höns, kaniner och en hel del växter. De som kommer från K2 deltar i jordbrukssektionens arbete under ett par timmar, men det finns inga krav på att ett visst arbete ska göras eller att man måste göra någonting speciellt. Det finns en stor flexibilitet och möjligheter till att anpassa aktiviteterna till individernas önskemål och behov.

Verksamheten startade på initiativ från K2 som tidigare hade haft verksamhet med hästar. De såg möjligheten att nyttja Jamtli och Jamtlis djur i sin verksamhet. Personalen på Jamtli såg detta som ett viktigt led i att vara till för alla. På det sättet började verksamheten utformas utifrån de befintliga resurserna och förutsättningarna. Inga extra resurser tillfördes, utan samarbetet tillkom genom anpassning av det man redan gjorde.

För att få ökad kunskap om verksamhetens betydelse genomfördes under hösten 2014 en undersökning. Studien genomfördes av The Nordic Centre of Heritage Learning and Creativity (NCK), som är ett forsknings- och utvecklingscentrum specialiserade på kulturarvs pedagogik. Det som stod i fokus var vilka effekter som uppnåddes genom verksamheten och vilken betydelse och påverkan den har på såväl deltagare som personal. Detta utgår från ett lärandeperspektiv, där vi ser lärande som en process som handlar om förändring och utveckling hos människor genom reflektion och tillägnandet av nya kunskaper, nya färdigheter, känslor, attityder med mera.

### Det vetenskapliga sammanhanget

NCK:s utgångspunkt var att verksamheten handlar om lärande i vid bemärkelse. Det är emellertid viktigt att undersöka vilka andra perspektiv som finns och vilka andra angreppssätt och infallsvinklar man kan ha. Därför genomfördes en översiktlig studie av tidigare forskning på liknande områden. Det som varit utgångspunkten är att titta på forskning som handlar om kulturarv och hälsa, då museer är kluturarvsplatser, och Jamtli som ett friluftsmuseum har rikligt kulturarv i form av byggnader, landskap, odlingar, föremål med mera.

Det finns en hel del diskussioner kring kulturens påverkan på hälsa inom medicinska vetenskaper. Det finns emellertid få studier av *kulturarv* och hälsa, utan det man fokuserar på när man pratar om kultur är framför allt kulturformer som dans, bildkonst och musik och i viss mån teater eller

litteratur.<sup>1</sup> Ewa Bojner Horwitz har till exempel i sitt arbete med ”kulturpaletten” undersökt hur kvinnor med utmattning påverkas då de under 12 veckor får ta del av kulturaktiviteter som dans, film, konst och teater. Hon har kunnat visa att upplevelserna har positiva effekter för hälsan – jämfört med en kontrollgrupp. Hon påpekar dock att det viktiga är att hitta aktiviteter som man tycker om och att en mix av olika typer av kulturella aktiviteter fungerar bäst.<sup>2</sup> Ett annat exempel är Töres Theorell som visat att körsång sänker puls och blodtryck och gör oss lugna.<sup>3</sup> Det dessa forskare i stor utsträckning studerar är förändringar i olika områden i hjärnan eller förändringar i hormonnivåer som kan urskiljas då en person ägnar sig åt olika aktiviteter.

I Storbritannien diskuteras kultur och hälsa på en politisk nivå. Departementet för hälsa och det brittiska kulturrådet har gemensamt skapat ett prospekt för att arbeta med kultur i vården. Man anser detta viktigt då man menar att kultur i vården leder till att förkorta vårdtider, förbättra välbefinnandet för patienterna, öka kvaliteten på patienternas omgivning och ger en bättre kommunikation mellan patienter och personal. Man för också fram att det blir en bättre arbetsmiljö för personalen då man arbetar med detta.<sup>4</sup> Emellertid är inte kulturarv inkluderat i detta, utan det handlar om konst, teater, musik och liknande kulturformer. Även i Sverige har man initiativ kring kultur i vården i flera olika landsting/regioner, men det stora flertalet talar inte om kulturarv.

Det finns således väldigt lite tidigare forskning att relatera till när vi rör oss inom kulturarvssektorn. Även om man kan hävda att kulturarv är en del av kultursektorn och därmed också borde ge positiva effekter, eftersom musik, dans och teater gör det, så finns det väldigt få empiriska studier och belägg för kulturarvets effekter. Just den verksamhet som undersöks i den här studien handlar emellertid både om kulturarv och om natur och djur. Inom det senare finns det mer forskning att titta på.

När det gäller djur så finns studier som visar att de har en positiv hälsoeffekt. Ingemar Norling undersöker i en studie djurs effekter på äldre människor. Han menar att människor har en medfödd instinkt att tycka om djur och att ”djur har en unik kompetens att påverka människor i svåra situationer”.<sup>5</sup> Dessa slutsatser kring djurs påverkan kan vara viktiga att ta med sig in i denna undersökning. Norling refererar också tidigare forskning som visat på att det har stor effekt att föra in naturupplevelser i vården genom att komma ut, genom konst, genom att kunna se ut på naturen eller liknande, framför allt är detta viktigt i förebyggande vård och egenvård. Då personer under längre tid kommit i kontakt med naturupplevelser har man sett effekter som förändrat blodtryck, kortare vårdtid och en minskning av smärtstillande medicin. Intressant är att även konst med naturmotiv ger dessa effekter – om än svagare – men att abstrakt konst inte ger någon effekt.<sup>6</sup> I en annan rapport, ”rekreation och hälsa”, lyfter Ingemar fram de sociala sammanhangen och den sociala förmågan som viktig för att få ett välmående.<sup>7</sup> Norling menar också det är kombinationen av psykisk, social och fysisk stimulans som är det bästa – och att samvaron med djur ofta leder till detta, t.ex. promenad med hund som ger fysisk aktivitet och tillfällen till möten med andra. Han menar dock, utan någon diskussion eller referenser, att djur- och naturupplevelser ger en bredare stimulans än kultur, så som museum och utställningar, som Norling menar enbart ger psykisk stimulans.<sup>8</sup> Forskningsrapporten *Bättre hälsa hos äldre* menar tvärt emot detta att deltagande i kulturella aktiviteter (definierat som bio, konstutställningar, teater

---

<sup>1</sup> Se exempelvis sidan ”den kulturella hjärnan” som refererar till flera forskningsrapporter inom dessa områden.

<sup>2</sup> Ringmar (2013)

<sup>3</sup> Ringmar (2014)

<sup>4</sup> A prospectus for arts and health, s. 9-11.

<sup>5</sup> Norling (2002), s. 13

<sup>6</sup> Norling (2002), s. 14 f.

<sup>7</sup> Norling (2001), s. 17.

<sup>8</sup> Norling (2002), s. 17.

och konserter) har ”klart bättre hälsa” än dem som inte deltar. De påpekar dock att de som deltar i kulturaktiviteter ofta har högre utbildningsnivå och att det kan vara så att de som har sämre hälsa inte deltar i kulturaktiviteter på grund av hälsan; det kan vara svårt att avgöra vad som är orsak och verkan hos äldre.<sup>9</sup>

Det som ligger närmast den verksamhet som bedrivs i samarbete mellan Jamtli och K2 är ”Grön omsorg”. Det finns en del skrivet kring detta. I LRF:s definition handlar det om att gårdar erbjuder upplevelse av natur, djur, fysisk aktivitet och ibland arbetsuppgifter för ”Barn och unga, människor med missbruksproblem, äldre, människor med funktionshinder, anhörigvårdare”.<sup>10</sup> Jordbruksverket skriver att de har sett goda resultat av verksamhet med grön omsorg. Bland annat tar man upp att det erbjuds meningsfulla arbetsuppgifter och att det är en social träning. De går emellertid inte djupare in på forskningen bakom detta.<sup>11</sup> I en del fall är det jordbrukare som har detta som en syssla parallell till sitt vanliga jordbruk, i andra fall är det gårdar som helt och hållet är inriktade på denna verksamhet. Den forskning som gjorts på området visar att tilltron till förmågan att klara sig själv och hantera olika situationer ökade hos dem som deltagit i grön omsorg – inte under tiden, men vid uppföljningen sex månader senare.<sup>12</sup>

Det som är tydligt är att när det gäller forskningen kring kultur och hälsa är att det finns olika inriktningar och fokus beroende på den vetenskapliga ämnesbakgrunden. Det finns således medicinskt inriktad forskning som ser på fysiska förändringar vid kulturupplevelser och den psykiskt inriktade forskningen som ser på hur sinnesstämning och sociala sammanhang förändras. Dessa båda inriktningar är emellertid ganska ense om slutsatserna vilka är att aktiviteter som stimulerar trevliga upplevelser, social samvaro och att man kommer till en miljö som är lugn, trygg och kravlös är faktorer som bidrar till ett ökat välbefinnande och därmed till bättre hälsa och att kulturupplevelser ofta är denna typ av upplevelser.

Ofta ligger den psykologiska och den pedagogiska forskningen ganska nära varandra. Båda inriktningarna är intresserade av människors förändring och utveckling, även om de använder olika terminologi för att beskriva detta. Ser vi därför till de pedagogiska teorierna finns det många olika teorier att ansluta sig till eller förkasta. Målet med verksamheten är att deltagarna ska öka sitt välbefinnande. Detta betyder att de måste ta reda på och värdera vad som gör att de mår bättre. Pedagogen och sociologen Jack Mezirow menar att lärandet baseras på erfarenheter och upplevelser. En viktig del i hur man uppfattar världen är att se kausalsamband (orsak-verkan), men det kanske intressantare är det Mezirow kallar för ”meaning perspectives” eller meningsperspektiv. Med detta avses att man baserat på erfarenheter har skapat förmågan att göra värderingar, socialisera och sortera; helt enkelt att skapa mening av omvärlden. Detta leder till vanor och förväntningar kring hur saker fungerar och är. Lärande är en process som skapar ny eller förnyad tolkning av en händelse, en omvärdering av hur världen omkring oss fungerar.<sup>13</sup> För den verksamhet som undersöks här handlar det i hög utsträckning om att skapa ny eller förnyad tolkning av sin situation, att bryta mönster och vanor eller att skapa mönster och vanor som gör att det sker en förändring i deltagarnas välbefinnande. Målet är att skapa processer som gör att deltagarna mår bättre, det vill säga att skapa ett lärande som förändrar dem. Mezirow skriver också om ”psychic distortions” där han hävdar, baserat på psykiatern Roger Goulds forskning, att olika man kan ha lärt sig ”fel” så att man saknar förmåga att göra vissa saker eller förväntar sig andra reaktioner och resultat av det man gör. Detta kan skapa stor press och stress,

---

<sup>9</sup> Berleen (2003), s. 46.

<sup>10</sup> LRF (2010), s. 5.

<sup>11</sup> Jordbruksverket 2014

<sup>12</sup> Berget, Ekeberg och Braastad (2008), chapter ”discussion”.

<sup>13</sup> Mezirow (1990), s. 2-4.

men kan gå över eller mildras genom att man lär in nya vanor och förväntningar. Pedagogens, eller utbildarens, roll i detta är att visa på förväntningar, vanor och tolkningar av olika händelser.<sup>14</sup>

## Material och metod

Undersökningen omfattar intervjuer med 11 deltagare i verksamheten och två personal vid K2 och tre personal vid Jamtli. Dessutom har deltagarna och personalen från K2 vid fem tillfällen då de besökt Jamtli fått svara på en kort fråga om upplevelserna vid just det tillfället. Detta har kompletterats med observationer av verksamheten vid fem tillfällen. Det har betonats att all medverkan varit frivillig. I diskussionerna nedan kommer deltagare och personal att omtalas som informanter.

Utgångspunkten för studiens metod och frågeställningar har dels varit den tidigare forskningen (som angivits i avsnittet bakgrund), dels det kulturarvpedagogiska ramverket. Det är ett lämpligt ramverk för att strukturera och diskutera effekterna av verksamheten, både för individen och för samhället och därmed göra en kvalitativ analys. Det kulturarvpedagogiska ramverket har tagits fram av NCK och ser på olika typer av lärande-effekter och kompetensutveckling för individen, men drar också resultaten till en samhällelig nivå. Utgångspunkten är att lärande är någonting som leder till förändring hos människor. Det är livslångt och livsvitt, det vill säga det pågår ständigt genom hela livet och också i alla möjliga sammanhang och situationer. Det kan dock finnas vissa situationer där lärandet är mer gynnsamt och mer uttalat.

## Lärande

I formella lärandesituationer är lärandet i fokus och deltagarnas prestationer eller förmåga att lära sig bedöms, till exempel genom prov. Det finns en plan för lärandet och vad som ska uppnås. Skolor är till exempel institutioner för formellt lärande. I det icke-formella lärandet finns en vilja och tanke om att lära, men man mäter inte lärandet i examen eller betyg. Här kan det handla om att lyssna på ett föredrag eller att använda en app i telefonen för att lära sig ett nytt språk på egen hand. Sedan finns det informella lärandet som sker mer obemärkt och där lärandet inte alltid är planerat eller i fokus. Det kan exempelvis handla om att se en utställning på ett museum där man lär sig något fast man inte gick dit av det skälet. Alla typer av lärande påverkar dock individerna och får dem att utvecklas och det påverkar också och påverkas av samhället. För individerna är lärandet en kreativ process som leder till förändring och påverkar personens identitet.<sup>15</sup> Lärande handlar om att engagera sig aktivt, att bli berörd och involverad. Lärandet ser olika ut för alla eftersom det handlar om vilken förförståelse och vilka erfarenheter varje person har. Vi relaterar alltid intryck och nya saker vi stöter på till det vi redan vet.

Hur man lär sig varierar mellan olika personer. Howard Gardner är kanske den mest kända av dem som utvecklat olika teorier kring att olika personer är olika bra på olika saker och därmed har lättare eller svårare att lära sig beroende på hur processen för lärandet är upplagd. Gardner menar att en intelligens är förmågan att hantera information, men att det också inbegriper att kunna dra slutsatser, tro, problemlösning och känslor.<sup>16</sup> Gardner identifierade ursprungligen sju intelligenser: Lingvistisk, Musikalisk, Visuell/Spatial, Kroppslig/Kinestetisk, Social, Självkännedom, Logisk-matematisk och har senare lagt till Naturintelligens och Existentiell intelligens.<sup>17</sup> Om man utgår från detta som pedagog (teorin utvecklades som en psykologisk teori utifrån forskning om hjärnan och genetik) betyder det att det upplägg eller aktiviteter man genomför bör vara varierade i sin form för att i möjligaste mån stimulera olika typer av

---

<sup>14</sup> Mezirow (1990), s. 16 f.

<sup>15</sup> Kelly (2011) s. 2

<sup>16</sup> Gardner (2006), s. 9.

<sup>17</sup> Gardner (2006), s. 11-27.

intelligenser och tillgodose många olika personer. Formen för de aktiviteter som studeras i denna undersökning kan därför betraktas ur detta perspektiv för att se om de är mer tilltalande för vissa personer än för andra. Detta är därför också ett perspektiv som kommer att användas i analysen, även om det är underordnat det kulturarvs pedagogiska ramverket.

I denna undersökning definieras lärande brett. Det handlar inte bara om faktakunskaper. Det handlar om utveckling och förvärv av färdigheter, förståelse, värderingar, idéer, sammanhang, känslor och kreativitet.<sup>18</sup> Det handlar alltså om individens hela utveckling. Lärandet är en process som ständigt pågår i individens interaktion med omgivningen och andra människor. Lärandet relaterar också alltid till tidigare erfarenheter samt förväntningar om hur samhället och samspelet i samhället fungerar baserat på förståelser av samband. En förutsättning för lärandeprocessen är reflektion i relation till sina erfarenheter. Samtidigt är lärande också något som sker på en kollektiv eller en samhälls nivå, genom att många människor utvecklas och delar samma erfarenheter.

Lärande påverkas av trender, politik och policies som styr vad olika institutioner som erbjuder lärande väljer att lyfta fram och fokusera på. De upplevelser som individerna har genom lärandet påverkar i sin tur samhället genom att de på olika sätt kan ta del i samhället. För att fånga det komplexa i lärandet utgår det kulturarvs pedagogiska ramverket ifrån tre olika nivåer: en politisk nivå med policies som påverkar vem och vad lärandet handlar om, en individnivå som handlar om vad lärandesituationen får för effekt på individerna och en samhälls nivå som beskriver hur lärandeupplevelserna påverkar samhället.

### **Nyckelkompetenser**

När det gäller den politiska nivån så handlar det om det ramverk inom vilket lärandet äger rum och de förutsättningar som finns. Det finns olika strukturer på olika politiska nivåer, men något som varit mycket inflytelserikt de senaste åren, och som också i olika former har påverkat styrdokument på nationella och regionala nivåer är EU:s nyckelkompetenser. Det är dessa vi utgår ifrån i det kulturarvs pedagogiska ramverket. De skapades 2006 och är kompetenser som alla individer behöver för att klara sig i samhället. Nyckelkompetenser har också definierats av bland annat OECD och UNESCO och även om formuleringarna är olika så handlar de alla om kunskaper och färdigheter som individer behöver för att klara sig i dagens samhälle.<sup>19</sup> Nyckelkompetenserna är följande:

1. kommunikation på modersmålet
2. kommunikation på främmande språk
3. matematiskt kunnande och grundläggande vetenskaplig och teknisk kompetens
4. digital kompetens
5. lära att lära
6. social och medborgerlig kompetens
7. initiativförmåga och företagaranda
8. kulturell medvetenhet och kulturella uttrycksformer

Eftersom det handlar om kompetenser är det något som hela tiden utvecklas och som aldrig blir riktigt klart. Lärandet är ständigt pågående process genom hela livet. Kompetenserna är också situationsberoende och man behöver och lär sig att utveckla olika kompetenser på olika sätt vid olika tillfällen.

---

<sup>18</sup> Inspiring learnings definition av lärande

<sup>19</sup> Se utförligare diskussion om nyckelkompetenser i Hansen (2014), s. 9ff

### **Individuella effektmål för lärande**

För individens lärande kan man också se på lärandet utifrån andra kategorier. För att tydliggöra vilket lärande som sker på kulturarvsinstitutioner skapades i Storbritannien på 1990-talet olika kategorier som ett verktyg att strukturera hur man såg på och talade om lärandet. Detta blev ”The Generic Learning Outcomes”. De består av fem olika aspekter av lärande som man tittar på.



*Figur 1: The Generic Learning Outcomes*

Generic Learning Outcomes (GLO) fokuserar på effekterna av lärande. Det är ett subjektivt sätt att bedöma vilket lärande som sker genom att det i stor utsträckning bygger på individernas egen uppfattning av vad hon eller han har fått ut av en lärandeupplevelse. Kategorierna överlappar varandra delvis, det finns inga helt klara gränser mellan dem, men de ger ändå en mycket användbar struktur för hur man kan se på lärande. De förutsätter emellertid att man har en syn på lärande som är mycket bred. Om man, som vi ska göra i denna undersökning, sorterar in deltagarnas/informanternas beskrivningar av vad de upplevt i dessa kategorier får man fram en bra överblick vilken typ av lärande som försiggår och vilka effekter man lyckas uppnå.

### **Samhällseffekter**

Eftersom alla individer tillsammans utgör ett samhälle så får effekterna på individerna samhälleliga effekter. Man kan också ha samhällsnyttan som mål i olika program och aktiviteter som syftar till lärande. I samband med att GLO utvecklades i Storbritannien utvecklades också kategorier för att undersöka lärandet på en samhällelig nivå; ”The Generic Social Outcomes” (GSO). Medan GLO beskriver lärandet på individnivå beskriver GSO lärandet på en samhällelig nivå och vilken effekt samhälleliga lärandeaktiviteter kan ha. Inom detta finns tre viktiga kategorier, som ses som nödvändiga för att skapa trygga och goda samhällen.





Figur 2: The Generic social outcomes

När det gäller *starkare och säkrare samhällen* handlar det om att stärka dialogen mellan grupper och att skapa samanhållning i samhället, att stödja mångfald och att uppmuntra familjeband och relationer mellan människor. *Stärkt civilsamhälle* handlar om olika föreningar och grupper i civilsamhället, men också om att skapa trygga offentliga platser där människor kan mötas på olika sätt och att svara mot lokalsamhällets behov. *Hälsa och välbefinnande* är den samhälleliga nivå som främst står i fokus i denna undersökning vilket handlar om kulturarvsinstitutionernas bidrag till psykisk och fysisk hälsa, att uppmuntra en hälsosam livsstil, att stödja vård och återhämtning och att stödja olika grupper till självständiga och positiva liv.

Alla dessa områden är delar där kulturarvsinstitutioner kan ha viktiga roller. Det kan göras både genom att påverka individer på olika sätt, men också genom samarbeten med andra samhällsinstitutioner och grupper. Genom att ställa frågor som knyter an till dessa tre aspekter och genom att kategorisera svaren utifrån dessa strukturer kan man sedan få fram slutsatser om effekterna av ett lärandeprogram på en samhällsnivå.

## Verksamheten

Varje vecka besöker K2 Jamtli under cirka två timmar. I förväg har de fått ett schema som visar vilken typ av aktivitet som är planerad för dagen, men det finns alltid utrymme för flexibilitet och ändringar om det finns speciella önskemål eller om vädret skulle passa bättre för någonting annat. Denna flexibilitet gäller också om något oväntat skulle dyka upp för Jamtlis personal så att aktiviteterna måste styras om. Personalen på K2 har lärt känna Jamtli och jordbruket där under de år som verksamheten pågått. Detta gör att båda personalgrupperna känner sig trygga med varandra och att K2:s personal kan göra vissa saker med deltagarna på egen hand om det skulle behövas. Att ha ett schema som i förväg talar om vad man kan förvänta sig som deltagare och vad personalen ska förbereda ser alla som någonting mycket positivt som ger struktur åt verksamheten.

Deltagarna deltar i arbete med saker som ändå ska göras. Det är saker som personalen annars skulle göra, eller saker som personalen inte hinner med, men som de gärna vill ha utförda. Detta gör att aktiviteterna inte är konstruerade uppgifter utan riktigt arbete som bidrar till Jamtlis verksamhet. Det är dock sådana uppgifter som inte måste bli gjorda just då K2 kommer dit, de kan göras en annan dag, vilket gör att det inte finns någon press att arbetet måste utföras av deltagarna.

De aktiviteter som deltagarna involveras in har oftast med djur och natur att göra. Eftersom Jamtli bedriver historiskt jordbruk görs en stor del av arbetet med äldre metoder, redskap och

tekniker. Detta gör också att jordbruket är småskaligt. Deltagarna deltar i att borsta kor, klippa bockarnas klövar, rykta hästarna, köra häst runt området, flytta djur mellan olika ställen på området, bära hö, ta upp potatis och mycket mer. Eftersom mycket av arbetet knyts till djur och natur och är av praktisk karaktär är det tydligt att naturintelligens är något som stimuleras i dessa aktiviteter. Det är dock också aktiverande för den kroppsliga intelligensen/kinestetisk intelligens, eftersom det handlar om fysiskt arbete och att kunna röra sig bland djur och förstå djurens rörelser och reaktioner. Även självkännedom och social intelligens är framträdande då det handlar om att deltagarna måste samarbeta, kompromissa och komma överens mellan sig och varje individ behöver öka sin självkännedom för att veta vad hon eller han tycker om att göra och mäktar med och så småningom klarar av och är duktig på. Det finns således en hel rad olika intelligenser som aktiveras och stimuleras i dessa aktiviteter. Eftersom dock andra intelligenser, så som musikalisk intelligens eller lingvistisk intelligens inte är lika framträdande och betonade kan man tänka sig att aktiviteterna inte i samma utsträckning tilltalar personer som föredrar dessa områden.

## Effekten på deltagarna

Det är tydligt att verksamheten har stor effekt på de flesta av deltagarna. Många av dem uttrycker att denna verksamhet varit en mycket viktig faktor i deras återhämtningsprocess. Endast en av de elva informanterna uppgav att verksamheten inte gjort någon skillnad. Men vad var det då för effekter som verksamheten hade? Det blir väldigt tydligt i informanternas svar att välbefinnande, glädje och lugn är bland det allra viktigaste. Även den sociala samvaron, att det är en aktivitet som lockar så mycket att man tar sig ut och övar sig på att vara bland folk är en effekt som är mycket markant. Ser man på de olika informanterna är det framträdande att det är lite olika saker de tar till sig. Även om de alla erbjuds samma aktivitet är effekterna olika för olika personer. Nedan beskrivs effekterna mer detaljerat utifrån det kulturarvspedagogiska ramverket.

### **”Man kommer på att man kan mer än man tror” – Kunskap och förståelse**

Inom kategorin kunskap och förståelse är fokus på vilka faktakunskaper individen tar till sig, men också på förståelsen av sammanhang och samband. Vilka kunskaper får de? Framför allt så handlar det om kunskap om djur. Även om en hel del handlar om praktisk hantering och samvaro med djur, det vill säga mer färdigheter, så påpekar ett flertal informanter att man också lärt sig en hel del teoretisk kunskap kring djur, till exempel om olika sjukdomar de kan drabbas av, hur länge de är dräktiga med mera. Vid de observationer som gjordes framkom att djur var något som diskuterades livligt och ofta mellan alla deltagarna och personal från såväl K2 som från Jamtli. I dessa diskussioner skedde ett stort utbyte av information – inte bara om Jamtlis djur utom också om andra djur man kände till och husdjur. Detta sätt att diskutera kunskapen och utbyta erfarenheter är ett tydligt sätt att utöka, befästa och testa sin kunskap och förståelse.

En viktig del i verksamheten är att deltagarna upptäcker att de kan klara av olika saker – till exempel så kan de efter att ha deltagit en tid i verksamheten svara på frågor från andra besökare till Jamtli. De upptäcker då att de har kunskaper som de kan dela med sig av – oavsett om det gäller att hitta på området, vad hästen heter eller vad det är för sorts get. Detta är naturligtvis något som stärker självkänslan, men det är också ett sätt att använda sin kunskap på och därmed befästa den. Att upptäcka att man har kunskap som man inte visste att man hade ses som mycket positivt av flera deltagare. På dessa sätt lär sig deltagarna att lära, det vill säga de får förståelse för den kunskap de har, de kan relatera sin kunskap till andras kunskap och erfarenheter och lär sig därmed om hur de kan utveckla sitt lärande.

Även om ingen av deltagarna explicit lyfter fram kunskap om historia eller äldre tider när de tillfrågas om sitt lärande förekommer många kommentarer i förbifarten som visar på att de tagit till sig en förståelse av äldre tider. En informant säger att ”det blir speciellt med en historisk miljö” och menar att det blir trevligt och lugnt med ett annat tempo. En annan nämner de fina husen som trevliga. Flera tar upp det småskaliga jordbruket och att det inte är en massa moderna maskiner, vilket tyder på att de har viss förståelse för att jordbruket, precis som byggnadssätt och kulturlandskap har förändrats över tid. Det är flera informanter som explicit talar om sin förståelse av hur årstidsväxlingarna påverkar jordbruket och vad som ska göras. Många nämner det småskaliga jordbruket som något som de nu ser som en förebild. Förståelsen har ökat kring djurhållning och matproduktion.

Översätter man detta till nyckelkompetensernas formuleringar kan man se att informanterna ger uttryck för ökad kompetens inom kategorin ”kulturell förståelse och medvetenhet”.

### **”Att göra praktiska saker och känna sig behövd är jättepositivt” – Färdigheter**

Färdigheter och förmågor handlar om praktiska saker. Att kunna utföra någonting, eller att veta hur man gör någonting. Detta är något som informanterna i mycket hög utsträckning ger uttryck för att de lär sig. En stor del av aktiviteterna innebär praktiskt arbete med djuren och jordbruk. Alla informanter uppger att de lärt sig praktiska saker av att vara på Jamtli. Framför allt handlar det om att sköta om djur – rykta, mjölka, köra häst, klippa bockens klövar, fånga in höns och mycket mer. Hur mycket de har utvecklat sin kompetens att ta hand om djur beror förstås på vilken kunskap de har sedan tidigare. En del deltagare har ingen erfarenhet alls av djur, andra är till och med utbildade inom djurvård. Det de har gemensamt är emellertid att de alla utifrån sin nivå kan utveckla nya färdigheter och förmågor.

Mer än hälften av informanterna betonar att det är viktigt att det de gör är ett riktigt arbete och inte aktiviteter någon hittat på för att sysselsätta dem, utan att deras insats är till hjälp. Att känna sig behövd är viktigt. Framför allt gäller detta de praktiska sysslorna. Alla informanter utom en menar att det arbete de utför är bra för Jamtli och att de underlättar personalens arbete genom att hjälpa till och göra sådant som personalen inte hinner med. Exempelvis så hinner personalen sköta hästarna så mycket som behövs, men de har inte tid med den extra omvårdnaden att kamma svansar och manar ordentligt med glansmedel och liknande. Under observationerna kunde noteras att deltagarna såg ut att känna stolthet över sitt arbete. De kunde tydligt se skillnad före och efter sina insatser, exempelvis då de putsade seldon. Det gjorde att de kunde känna glädje över sin insats. Just att känna sig behövd och att känna att man bidrar till något och att man klarar av att göra något förefaller vara viktigt för deltagarna och stärka deras självkänsla. De praktiska färdigheter som deltagarna har eller utvecklar, har därför stor betydelse för upplevelsen av aktiviteten. Det praktiska är grunden till annat lärande rörande glädje då självkänslan och stoltheten av att bidra blir uppenbar.

### **”Ingen ser ner på en ifall det brister” – Attityder och värderingar**

När det gäller attityder och värderingar ger verksamheten effekter på flera plan. En majoritet av informanterna menar att det är en god stämning i gruppen och att de lär sig samarbeta och kompromissa – men också att våga ta för sig om man vill prova någonting. Informanterna är i olika stadier av sin återhämtning och har olika behov. Nästan alla informanter beskriver hur de själva eller någon annan mår bättre genom att gråta hos något av djuren. Andra att de ibland behöver gå undan från gruppen för att det blir för mycket. Att alla deltagarnas olika behov och

hur man mår accepteras av övriga deltagare påverkar naturligtvis attityden och värderingarna hos dem alla. Framför allt verkar det som om självkänslan stärks hos den som har behov av att gråta, gå undan eller göra något annat, genom att dennes behov accepteras. ”Det är ingen som tycker och tänker” uttrycker en informant det. Deltagarna lär sig att deras känslor och behov tillåts och accepteras. För att återknyta till Gardner så är det i hög grad social intelligens som övas och används av deltagarna här. De har och övar sin förståelse för andra och hur de ska förhålla sig till dem. Likaså berör detta direkt nyckelkompetensen kring social och medborgerlig kompetens då deltagarna tränas i att samspela med andra.

Just en förändring i attityden till sig själv är en effekt som uppstår hos flera av informanterna. När de lärt sig mycket om djuren så framträder känslan av att vara kompetent, att kunna besvara besökarens frågor, att till och med personalen ibland frågar för att deltagarna kan mer om en viss sak. Det ger större tilltro till att man kan klara saker och att man blir mer trygg i sig själv. Det sker en utveckling av den intelligens som Gardner kallar självkänedom. Detta har redan blivit tydligt när det gäller kunskap och förmågor, att se att man klarar av olika saker ger ökad självkänedom och självkänsla. Man kan också återknyta till Mezirows idéer om att som vuxen lära om när det gäller förväntningar och vanor. Deltagarna lär sig att de kan klara av saker och börjar allt mer förvänta sig att de kan olika saker. Det sker en förskjutning i värderingarna av sig själv, en transformation genom lärandet.

En informant framhåller att hon lärt sig hur man måste bete sig kring djuren, att man måste vara bestämd och visa vad man vill. Detta har lett till att informanten har lättare att ha en bestämd attityd även i andra sammanhang. Det är alltså både en fysisk förmåga som hon lärt sig, hur hon ska röra sig och bete sig kring djuren, som också påverkar hennes attityd i andra sammanhang. Även om nyckelkompetenserna beskriver kommunikation på modersmål och på främmande språk som viktiga så handlar detta också mycket om kommunikation om man ser kommunikation som interaktionen och inte bara orden. Informanten kan kommunicera med djuren och tar med sig denna icke-verbala kommunikation i andra sammanhang.

I förhållande till jordbruk sker också en del attitydförändringar. Två av informanterna tar speciellt upp småskaligheten i jordbruket som en viktig förändring i deras attityd. Man har fått förståelse för att småskalighet är svårt, men har också fått uppfattningen eller stärkts i sin uppfattning att småskaligt jordbruk är mycket bättre för både djur och människor.

Flera informanter tar också upp att verksamheten förändrar attityder hos Jamtlis personal eller hos besökare när det gäller fördomar kring psykisk ohälsa. Flera av informanterna tror att genom att de är på Jamtli och visar att de inte är farliga eller konstiga så minskar folks fördomar om psykisk ohälsa.

### **”Man har känt sig gladare när man gått därifrån än man var innan” – Glädje, Inspiration och kreativitet**

Alla informanter ger upprepade gånger exempel på att glädje och inspiration är viktiga inslag i deras upplevelse. Detta är utan tvivel den kategori som starkast lyfts fram av informanterna som betydelsefull. Flera av dem säger att jamtli-besöket är ”glädjepunkten på veckan” eller det ”ger glädje i vardagen”. För samtliga informanter är miljön viktig och alla betonar också lugnet i miljön och att det har positiv inverkan på dem. En informant menar att just att man inte får ha mobiltelefon där på sommaren (för att inte störa den historiska illusionen) bidrar till lugn. En annan säger att ”man hade en annan lunk” och menar att man kommer in i ett tempo som man

hade under agrarsamhället då man deltar i verksamheten. Det påpekas också att man slipper stressmoment som mobiltelefoner, facebook m.m. Att det är ett annat tempo lyfts fram av ett flertal informanter. En informant menar att "är man i en miljö där man mår bra utvecklas man alltid på något sätt". En annan menar att det är "viktigt i processen när man ska blir frisk – det hjälper mycket att få komma ut och göra dom sakerna." De ser således ett samband mellan miljön som de upplever som positiv och glädjande och kopplar detta till utveckling.

En av informanterna brukade känna stor oro och uppger att besöken på Jamtli gav det lugn personen behövde. Informanten uppger att "Bara ljudet av hoven mot asfalten är lugnande" om att de ofta åkte häst och vagn på området. Detta handlar om ett lärande om sig själv och vad som är bra för personen. Att upptäcka sina egna behov. Återigen hamnar vi i Gardners intelligens om självkänedom.

Att lära känna personalen på Jamtli är en viktig punkt för många. Att kunna känna sig trygg med dem. En informant berättar att hen först inte vågade gå in och fika med personalen i deras personalrum, men efter att ha varit där under en tid känner sig nu informanten helt trygg med personalen. En annan informant säger att det har varit viktigt med stödet från K2:s personal att lära känna personalen på Jamtli och därigenom utöka de sociala kontakterna. Åter igen är det den sociala kompetensen eller social intelligens som övas.

När det gäller "glädje, inspiration och kreativitet" kan man säga att det finns två tydliga trender bland informanterna; en grupp som söker lugnet i miljön och känner att de blir glada och mår bra av det, som en informant som säger att det hen uppskattar mest är "lugnet som innfinnar sig så fort man kommer in i ladugården"; och en grupp som istället starkare betonar de sociala kontakterna och samvaron som viktiga för deras utveckling, som en informant som säger "djuren gör att man vågar komma ur sin bekvämlighetszon och umgås med människor". Alla informanter säger dock att de upplever glädje, och att samarbetet som möjliggör aktiviteterna är mycket betydelsefullt för dem.

När det gäller den fysiska hälsan så påverkas även den av besöken på Jamtli. En informant hade under lång tid besvär med magkatarr, men uppger att "när jag kom innanför grindarna lade sig magkatarrren - när jag gick ut igen kom smärtan tillbaka". Ett par andra informanter ser den fysiska träning som aktiviteten innebär som positiv. En menar att aktiviteten ger träning "utan att träna" en annan att promenaderna dit liksom de aktiviteter man gör är bra för att hon fick röra på sig.

Både den fysiska träningen och glädjen kan kopplas till kategorin "hälsa och välbefinnande" inom Generic Social Outcomes. Att deltagarna återfår sin psykiska hälsa är naturligtvis väldigt viktigt på en individnivå, men det är också viktigt på en samhällsnivå att människor är friska och mår bra och det är tydligt att verksamheten bidrar till detta.

### **"Man bygger upp ett sug efter att göra saker och jobba genom att börja på ett sådant ställe och bygga upp succesivt" – Beteende och progression**

Flera av informanterna talar om att Jamtli ses som en hjälp till att komma vidare i livet. Flera tidigare deltagare i aktiviteterna har gått vidare till att arbetsträna på Jamtli. Jamtlis personals tillmötesgående attityd uppges som en viktig del i detta.

En informant menar att "Jamtli har varit grunden" i tillfrisknandet. Informanten beskriver att denna genomgått en utveckling där tillfrisknandet är "över 80% Jamtlis förtjänst". Att få den positiva upplevelsen som dessa aktiviteter innebär har gjort att informanten orkat ta tag i andra

saker i livet. Verksamheten har alltså tydligt lett till en progression på individnivå där informanten förändrat sitt beteende som följd av verksamheten.

Flera av informanterna berättar om att K2 har ett årskort på Jamtli som de kan låna om de vill gå dit även när det inte är organiserade aktiviteter för dem, eller om de till exempel vill se en utställning. Det är inte så många som har nyttjat denna möjlighet, men det märks tydligt att de ser det som mycket positivt att den finns. En informant säger om denna möjlighet att det öppnar vägar att gå dit på egen hand ”öppnar för en fritid som inte är K2-tid” vilket tyder på att informanten ser detta som en utvecklingsmöjlighet. Nu när informanten har gått till Jamtli med K2 kanske personen i fråga i framtiden vågar och kan gå dit på egen hand. Detta betyder att deltagare kan utvecklas vidare till att bli mer självständiga och har modet, kraften eller viljan att kunna göra saker på egen hand.

En viktig och tydlig förändring hos några av informanterna är att de vågar ta del i ett socialt sammanhang och de lärt sig att våga umgås med andra människor. De betonar starkt hur mycket besöken på Jamtli betytt för att göra dem socialt säkrare, stärka självförtroendet. ”För varje ny kontakt kommer man närmare att knyta fler” säger en informant som ser det som en stor framgång för varje person hen lär känna. Jamtli öppnar vägar att möta andra deltagare och personal, men också besökare till museet, vilket gör att man möter många olika sociala situationer. Genom att djuren lockat dem till att delta, har det tvingats att också möta människor, vilket varit bra för deras utveckling. ”Jag hade nog låst in mig annars” säger en informant och menar att hen inte skulle ha vågat umgås med andra och nya människor om det inte varit för att aktiviteten på Jamtli lockat personen att gå hemifrån och delta.

## Personalens syn på effekterna för deltagarna

Intervjuer genomfördes med tre personer i personalen på Jamtli och två personer i personalen på K2. Personalen är ganska samstämmig i sina uppfattningar av hur deltagarna påverkas av aktiviteterna och ser verksamheten som mycket positiv.

Jamtlis personal ser att deltagarna utvecklas av att vara med i verksamheten. De tar också till sig kommentarer från deltagarna som att ”tack vare att jag var här behövde jag inte lägga in mig på psyket i natt”. Detta ger också mycket positiv energi till Jamtlis personal. De känner att de bidrar till deltagarnas välmående och blir glada när deltagarna kommenterar hur betydelsefull verksamheten är för dem.

Personalen på Jamtli har ingen utbildning i sjukvård eller psykiatri. Majoriteten av deltagarna gav i intervjuerna uttryck för det vänliga bemötande de fått från Jamtlis personal och hur snälla och trevliga de är. Personalen menar att de inte har någon speciell utbildning eller tanke bakom detta utan ”vi är som vi är” och de gör sig inte till. De menar emellertid att de under åren lärt sig en hel del om olika sjukdomar eller diagnoser och lättare kan känna av olika personers behov. Personalen är också passionerade för sina arbetsuppgifter vilket de menar är till nytta då man ska inspirera, entusiasmera eller lära ut någonting, att den stolthet man känner över det man gör kan kännas av deltagarna.

K2:s personal menar att miljön är mycket bra för deltagarna. Det är en miljö och arbetsuppgifter som inte är tillrättalagda och som är någonting annat än en sjukhusmiljö. Det är viktigt med



småskaligheten och årstidsväxlingarna som skapar variation i sysslor. Det känns också tryggt att gå till Jamtli eftersom man vet att djuren utsätts för besökare och är vana vid människor.

K2:s personal menar att deltagarna utvecklas av verksamheten. De får social träning genom att de hjälper varandra och att de finns i ett sammanhang, men de ökar också sin självkännet. Framför allt kan personalen se en progression och förändring i deltagarnas beteende. Då personer deltagit har de fått förändrade attityder till annat, vilket sedan lett till att de kommit igång att göra också andra saker. Genom att vara på Jamtli har man vågat ta steget vidare. De kan också se en förändring under aktivitetens gång för vissa deltagare: ”man mår bättre när man går hem”.

Personalen lyfter också fram att deltagarna har fått större förståelse för förr och nu vilket givit annat perspektiv på livet. Den historiska miljön med vacker miljö och gamla byggnader ger också deltagarna ett lugn. Området ger också möjlighet till att vara i många olika miljöer och därmed tillgodose många olika intressen.

När det gäller nyckelkompetenser så lyfter personalen fram att många kompetenser tränas genom aktiviteterna. Kommunikation på modersmål tränas hela tiden i interaktionen mellan deltagarna och personalen, men också i främmande språk ibland då Jamtlis utländska besökare ställer frågor. På samma sätt övas den sociala kompetensen. Även om ingen av informanterna lyfter fram något kring matematisk förmåga så menar personalen att deltagarna övar detta, exempelvis då de beräknar fodermängder. Kulturell medvetenhet och förståelse är uppenbart en kompetens som tränas då hela verksamheten baseras på kulturhistorisk grund. Även deltagarnas initiativförmåga tränas i hög grad då de uppmuntras att ta för sig, pröva nya saker och att ta initiativ kring vad de vill göra. Den kompetens som i mindre utsträckning aktiveras i dessa aktiviteter är den digitala kompetensen. Detta är naturligt då verksamheten sker i en historisk miljö där en av fördelarna som lyfts fram är att man inte får ha mobiltelefon eller ständigt behöver hålla sig uppdaterad på facebook.

## Effekten på personalen

Även om det huvudsakliga syftet med verksamheten inte är lärande och utveckling av personalen så skapar dessa möten ändå lärandesituationer för både personalen på Jamtli och dem på K2. För Jamtlis personal så handlar det om förståelse av psykisk ohälsa och ökade kunskaper om psykisk ohälsa och olika diagnoser. Även om de inte frågar om deltagarnas hälsa så berättar en del självmant för personalen om sina sjukdomar, vilket skapar ett lärande.

De tränar naturligtvis också en del kompetenser de redan har och befäster sina kunskaper i diskussioner med andra. Kommunikationen och bemötandet av deltagarna är en kompetens som flera deltagare och K2:s personal lyfter fram som mycket god hos Jamtlis personal. De frågar inte ”vad är det för fel på den där?” om någon mår dåligt utan bemöter alla på ett bra sätt.

För K2:s personal handlar lärandet i viss utsträckning om samma saker som deltagarna, eftersom de deltar i samma aktiviteter. Även K2:s personal lär sig hantera olika sorters djur, de ser årstidsväxlingarna. Även personalen ser hälsoeffekter genom att de själva kan vara trötta när de kommer dit men pigga när de går hem, genom samvaron med djur, social samvaro och naturupplevelser. Den historiska miljön lyfts också fram som värdefull och att det hela tiden finns med historiska perspektiv och kopplingar. Man ”får alltid något med sig kunskapsmässigt” säger en informant.

## Utvecklingsmöjligheter

Det finns vissa skillnader i hur man uppfattar aktiviteterna på Jamtli. Tre av informanterna var män och åtta kvinnor. Bara denna fördelning visar på att det är en verksamhet som i högre grad lockar kvinnor. De kvinnliga informanterna var mer positiva till verksamheten. De manliga betydligt mer negativa. De manliga efterlyste också andra typer av aktiviteter, som att bära hö eller enklare hantverk. Vid samtal med personalen håller de med om att det mest varit kvinnor som deltagit i denna verksamhet, även om det ibland varit jämnare fördelning. Personalen pekar också på att det finns stora möjligheter till annat än att sköta om djuren, men från K2:s sida skulle man gärna se aktiviteter som att hugga ved och bära hö för att det skulle locka fler manliga deltagare. Eftersom deltagarna ser djuren som huvudsaken i jamtli-aktiviteten, är detta en del i verksamheten som kan förtydligas och kanske också utvecklas genom att tydligare i planeringen också skriva in aktiviteter eller sysslor som inte lika direkt har med djuren att göra.

Verksamheten sker i liten skala. Hur många personer som deltar varierar från gång till gång, men ofta är grupperna ganska små. Detta gör att man skulle kunna tänka sig att verksamheten skulle kunna utökas – med fler deltagare, med fler grupper eller med fler typer av aktiviteter. Detta är dock något som personalen inte ser som en möjlighet. Dels för att det skulle ta mycket tid för Jamtlis personal, dels för att Jamtlis personal vill ha möjlighet att ge uppmärksamhet till alla. Verksamheten har inte fått några extra medel utan baseras helt på viljan till samarbete och att lyckas lägga upp en planering som möjliggör att lämpliga aktiviteter planläggs till den tid då K2 kommer.

## Avslutande diskussion

Det är mycket tydligt att de aktiviteter som samarbetet mellan Jamtli och K2 skapar har överväldigande positiva effekter på deltagarna. Ingemar Norling tar i sin rapport ”Rekreation och psykisk hälsa” upp fyra olika kriterier för aktiviteter som är bra mot påfrestningar och stress. Dessa är 1. Kompetens, att själv tycka att man har tillräckliga eller goda kunskaper om någonting; 2. Aktiviteten skall vara meningsfull; 3. Aktiviteten ingår i en fysiskt aktiv livsstil och 4. Aktiviteten skall vara hälsofrämjande.<sup>20</sup> Om man ser aktiviteterna som Jamtli och K2 samverkar kring utifrån dessa kategorier är det tydligt att majoriteten av deltagarna ger uttryck för kompetens. De menar att de lär sig saker, att de får användning av sina kunskaper i möten med andra, att de lärt sig hantera olika situationer och utföra flera olika sysslor och att de känner sig stolta och glada över sin kompetens. Eftersom denna undersökning har fokuserat just på lärandet så är det ju detta kriterium som också undersökts mest. De flesta av deltagarna, liksom personalen tar också upp det andra av dessa kriterier; att aktiviteten är meningsfull. Det råder stor samstämmighet kring att det är riktiga arbetsuppgifter som utförs och att det är till nytta och meningsfullt – för Jamtli som organisation, för Jamtlis personal som blir hjälpta, för djuren som får extra omvårdnad, för Jamtlis besökare som får en bättre upplevelse. Aktiviteterna kan också ses som hälsofrämjande då det handlar om att vara ute i naturen och med djur och dessutom innebär aktiviteterna en hel del fysisk rörelse. Eftersom dessa aktiviteter bara är två timmar i veckan kan denna undersökning inte svara på om det är en ”aktiv livsstil” som deltagarna har, men det är tydligt att för en del personer har tiden på Jamtli bidragit till att de alls kommit ut den dagen, det har bidragit till att de börjat ta tag i andra saker, så på det sättet bidrar aktiviteten också till att öka eller främja en aktiv livsstil.

---

<sup>20</sup> Norling (2001), s. 18.



Att vara just på ett friluftsmuseum som Jamtli verkar ha många fördelar. Miljön är vacker och lugn och det finns många olika delar av området som man kan nyttja till olika saker. Det gör också att moderna maskiner saknas, vilka kan skapa stress och ljud. Det är få djur som man därmed lär känna. Personalen inom hela Jamtli är inställda på att bemöta alla besökare på ett bra sätt och är inställda på att lära ut, förklara och att dela med sig av sin kunskap.

Det förefaller således som om samarbetet tillför mycket. Ser vi närmare på lärandet så har denna undersökning visat att det sker ett lärande på flera olika områden för deltagarna på en individnivå. De får kunskaper och förståelse, de får nya färdigheter, de förändrar sina attityder till vissa saker. Det kanske viktigaste och mest framträdande är dock den glädje, inspiration och kreativitet som deltagarna känner genom att medverka. Detta leder i sin tur i flera fall till ett förändrat beteende eller en påverkan på personens beteende i en positiv riktning.

På en samhälls nivå har samarbetet också påverkat genom att bidra till en starkare sammanhållning i samhället. Den grupp som lider av psykisk ohälsa (även om det i sig är en heterogen grupp) interagerar genom samarbetet med många andra grupper, vilket ger en större förståelse mellan grupper. Flera av informanterna uppger att de hoppas att de påverkar Jamtlis personals attityder till psykisk ohälsa genom sin närvaro. Detta bidrar till ett starkare samhälle. Framför allt är det emellertid hälsa och välbefinnande som påverkas, vilket är en annan av de huvudkategorier som identifierats på en samhällsnivå där kulturarvsinstitutioner har stora möjligheter att göra skillnad. Bland personalen lyftes också detta fram explicit då en del talar om att de är viktiga för samhället genom att de ibland lyckas möjliggöra för en del individer att inte behöva vård, vilket sparar pengar åt samhället.

Verksamheten måste betraktas som mycket framgångsrik ur ett lärandeperspektiv. Även om huvudsyftet är hälsa och välmående så visar denna undersökning att en rad olika former av (informellt) lärande äger rum, vilka tillsammans bidrar till att kunna möta individernas olika behov. Flexibiliteten och mångsidigheten i verksamheten måste ses som mycket viktiga element i detta eftersom deltagarna har olika vägar att nå fram till att ”vara stolt för att jag är som jag är”.

## Källor och referenser

**A prospectus for arts and health**, Department of Health with Arts Council England, 2007

**Berget, Bente; Ekeberg, Øivind; och Braastad, Bjarne O** “Animal-assisted therapy with farm animals for persons with psychiatric disorders: effects on self-efficacy, coping ability and quality of life, a randomized controlled trial”, *Clinical practice and epidemiology in mental health*, 2008  
<http://www.cpementalhealth.com/content/4/1/9#sec4>

**Berleen, Göran** *Bättre hälsa hos äldre!* Statens folkhälsinstitut, 2003

<http://www.uddevalla.se/download/18.6da8b43c10bdb842e78800022886/B%C3%A4ttre+h%C3%A4lsa+hos+%C3%A4ldre.pdf>

**Den kulturella hjärnan** <http://www.kulturellahjarnan.se/>

**Gardner, Howard** *Multiple Intelligences: New Horizons in Theory and Practice*, 2006

**Hansen, Anna** “the Heritage Learning Outcomes and the Heritage Learning Framework” in *Implementing Heritage Learning Outcomes*, Östersund 2014

**Inspiring learning**

<http://www.inspiringlearningforall.gov.uk/index.html>

<http://www.inspiringlearningforall.gov.uk/learning/> (definition av lärande)

**Jordbruksverket** 2014

<http://www.jordbruksverket.se/amnesomraden/landsbygdsutveckling/branscherochforetagande/vardochomsorg.4.1cb85c4511eca55276c8000716.html>

**Kelly, Lynda** *Learning in the 21st Century Museum*. Keynote paper, presented at the Learning Museum Conference, Tampere, Finland, 12 October 2011

<http://australianmuseum.net.au/document/Learning-in-the-21st-Century-Museum/#sthash.fqNEQPIb.dpuf>

**LRF** *Grön omsorg. Meningsfull sysselsättning på gårdar i lantlig miljö för människor med behov av särskilt stöd* 2010

**Mezirow, Jack** “How Critical Reflection Triggers Transformative Learning” i *Fostering Critical Reflection in Adulthood: A Guide to Transformative and Emancipatory learning*, Jack Mezirow and associates, Jossey-Bass, San Francisco, USA, 1990

**Norling, Ingemar** “Rekreation och psykisk hälsa” Sektionen för vårdforskning, Sahlgrenska universitetssjukhuset, Göteborg, 2001

**Norling, Ingemar** *Djur i vården : om hur sällskapsdjur kan påverka äldres hälsa och livskvalitet, egenvård och oberoende, avlasta och förbättra vård och omsorg, sänka vårdkostnader och förbättra vårdpersonalens arbetsmiljö*, Sahlgrenska universitetssjukhuset. Sektionen för vårdforskning och Svenska kommunalarbetsreförbundet. Göteborg 2002

**Ringmar, Viveca** ”Kultur kan lindra smärta” *Suntarbetsliv*, 2013

<https://www.suntliv.nu/forskning/bättre-rehabilitering/kultur-kan-lindra-smarta/>

## Bilaga 1 Frågor

En öppen skriftlig fråga som alla svarade på i slutet av besöket under några veckor.

Det jag uppskattade mest på Jamtli idag var...

### Intervjufrågor till deltagarna:

- hur länge/hur många gånger har du besökt Jamtli
- Har du lärt dig någonting av att vara här? (knowledge + skills)
- Har besöken på Jamtli påverkat hur du ser på saker och ting/omvärlden/andra människor/djur/natur? (attitudes/values)
- Vad är det som gör att du väljer att komma till Jamtli? (enjoyment)
- Hur har besöken påverkat dig? Har du förändrats av att komma hit? (progression)
- Har du upptäckt nya sidor hos dig själv eller gjort saker som du inte tidigare provat? (progression/enjoyment/values)
- Har det någon betydelse att det är en historisk/kulturhistorisk miljö? (8. cultural awareness)
- Hur ser du på samarbetet mellan K2 och Jamtli – eller mellan K2 och andra ställen – hur påverkar det dig och det ni gör? (health and well-being)
- Hur tror du att Jamtli – personal och besökare - påverkas av att ni kommer dit? (stronger and safer communities)
- I verksamheten kan man umgås med de andra i gruppen, med Jamtlis personal, med djuren, med besökare på Jamtli – hur påverkar interaktionen dig? (1. Communication, 2. Social competence).

### Frågor till personal på K2:

- Vad uppskattar du mest med besöken på Jamtli?
- Har du själv lärt dig någonting av att vara här?
- Är det några speciella kompetenser, kunskaper eller färdigheter som du ser att många deltagare har tillägnat sig?

- Hur ser du på samarbetet med Jamtli? Hur fungerar det? Vad har det för betydelse för er verksamhet att det finns ett samarbete? Hur skulle er verksamhet vara annorlunda om ni inte hade detta samarbete?
- Har du påverkats/förändrats av dina upplevelser på Jamtli?
- Har det någon betydelse att det är en historisk/kulturhistorisk miljö?
- Vad är det som gör att deltagarna väljer att följa med till Jamtli? Vad är det som lockar dem?
- Vad är det som gör att man inte vill följa med? Eller att man provar en gång och sedan inte vill komma igen?
- Hur påverkas deltagarnas sociala kompetens av att delta här? Vad i upplevelsen är det som påverkar?
- Hur påverkas deltagarnas attityd av att delta i verksamheten? (Attityd till Jamtli, till djur, till livet, till historia, till andra människor, till sig själva ....)
- Hur påverkar besöken på Jamtli deltagarnas välbefinnande?