

## Naturintegreret socialt arbejde

# Brænde- komfur

### Formål:

- At kunne sørge for sig selv og holde sig mæt, tør og varm.
- At bruge hænderne til at lave noget anvendeligt.
- At styrke evner til at indgå i fællesskaber.

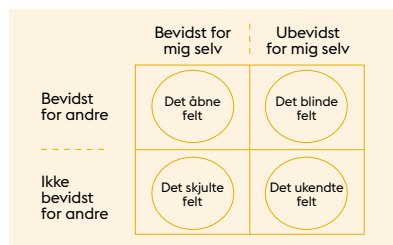
Forfatter:

Johanne Christiani, Skovskolen, Københavns Universitet

## Teori

Narrativ teori. Hvor bevidning hjælper til at sætte fokus på samspil i en gruppe og den enkeltes ressourcer og resiliensfaktorer. Joharis vindue. Livsduelighed og handlekompetence.

### Joharis vindue



## Progression

Øvelsen kan være motiverende og en forberedelse til at tage på tur. Den kan ligge i forlængelse af arbejdet med bål-tænding eller bygning af shelter (se metoderne Bål-tænding og Bygning af shelter).

Øvelsen kan fungere fint som led i at forberede åbne dialogmøder (se metode-kortet Netværksmødet) eller arrangementer, hvor nære relationer eller andre udefra inviteres.

## Transfer

Øvelsen fokuserer meget på praktisk mestring i at tage vare på sig selv i friluftslivet. Det er derfor væsentligt at sætte ord på de unges positive og opbyggelige praktiske handlinger.

Endvidere trænes observation af og opmærksomhed på hinandens handlinger, som kan understøtte transfer til den unges netværk, fx forældre eller venner. Her kan der laves arrangementer, hvor de unge står for at skabe en særlig oplevelse for andre.



## Natur

Der arbejdes med naturen som en ressource, for at vi kan opfylde vores basale behov. Gennem øvelsen er kendskab til flere naturfænomener vigtige: Hvad skal der til for, at et sted er godt til en lejr? Hvad skaber læ? Hvad brænder godt? Hvordan finder jeg noget tørt?

## Variationsmuligheder

- Denne øvelse kan udbygges til at indgå som del i etablering af lejr og som en del af et større madarrangement med mad over bål.
- Introduktionen kan evt. bygges op omkring en fortælling. "I er afsted langt væk. I har gået i mange dage og har på vejen fundet forskellige spor fra mennesker, blandt andet en gammel konservesdåse. I kommer nu til..."

**Tidsforbrug**

2-3 timer.

**Deltagerantal**

4-16 deltagere.

**Udstyr**

- Store rengjorte konserverdåser fx fra et storkøkken
- Pladesaks
- Handsker
- Tændmateriale
- Gryde.

**Tryghed og sikkerhed**

Der arbejdes med pladesaks, og der skæres i metal. Vurdér derfor hvorvidt der skal træffes foranstaltninger og lav instruktion til deltagerne i brug af disse redskaber. Brug evt. handsker.

**Forberedelse**

Der skal etableres kontakt til et storkøkken, som kan indsamle konserverdåser.

Pladesaks kan købes i byggemarkeder.

**Sværhedsgrad:**

Fysisk: ●●●●○

Socialt: ●●●●○

Kognitivt: ●●○○○

**Krav til omgivelserne**

Et område, hvor der er tilladt at tænde bål, fx en lejrplads eller et område, hvor der er givet tilladelse fra ejeren. Det kan være en fed oplevelse at komme til et område, hvor der ikke er nogen faciliteter. Her kan kreativiteten få frit spil, og man fristes ikke til at

bruge det etablerede. Det kan være et åbent stykke i et skovbryn eller et sted i skoven. Man skal dog være meget opmærksom på tørhed i skovbunden. Brændekomfuret er en meget sikker måde at lave bål på, **men ikke hvis det har været tørt i længere tid.** Det er vigtigt, at de unge selv kan gå efter kviste og grene til brænde, så der skal være dødt ved at finde.

## Naturintegreret socialt arbejde

# Brænde-komfur

**Formål:**

- At kunne sørge for sig selv og holde sig mæt, tør og varm.
- At bruge hænderne til at lave noget anvendeligt.
- At styrke evner til at indgå i fællesskaber.

Forfatter:

Johanne Christiani, Skovskolen, Københavns Universitet



## Fremgangsmåde

**1** Find et sted hvor der er plads til, at mindre grupper senere kan sidde for sig selv.

**2** Introducér samlet. Fortæl fx at dåserne er et restprodukt, som kan omsmeltes sammen med andet metal, men som også kan hjælpe os i friluftslivet, idet vi kan lave et brændebeholdende komfur. Når vi er ude i naturen, hvad enten det er lang eller kort tid og sommer eller vinter, skal vi være opmærksom på at holde os mætte, tørre og varme for at sørge godt for os selv og gruppen. Det kan have store konsekvenser at glemme de tre principper. En god måde at holde sig varm er ved at drikke noget varmt, og det kan være rart at centrere varmen i et bål. Fx ved at finde tørre småkviste i stedet for store stykker brænde.

**3** Vis hvordan man klipper komfuret ud af dåsen (se billeder).



**4** Del de unge i grupper af 3-4 og fortæl, at de nu skal finde et godt sted i nærheden, hvor de har lyst at være, hvis de skulle være her i længere tid.

**5** Grupperne fordeler sig nu med god tid til at vælge et sted, etablere sig og få lavet deres komfur og indsamlet materiale til optænding (birkebark, små tørre kviste og grene, se evt. metodekort Båltænding) OBS! Et godt råd til optænding er at kviste skal sige et højt og sprødt knæk, så er det tørt.

**6** Sørg for at dåsen står solidt. Brug evt. en flad sten, en stub, et muldvarpeskud eller andet. Den bliver varm og skal derfor løftes fra tør skovbund, men kan godt stå på almindelig jord.

**7** Bålet tændes (enten med tændstål, som i metodekortet Båltænding eller på anden vis), og vandet sættes til at koge.

**8** Der skal nu varmes noget over bålet. Det kan være grante, med friske kviste fra graner (fx douglas, der dufter kraftigt af citron), eller der kan laves brændenældesuppe. Der kan også laves en kop te eller kakao. Det vigtige er, at I sidder i naturen og nyder en varm drik.



**9** Opsamling kan ske i form af bevidning enten i fællesskab eller i mindre grupper. Her er flere forskellige muligheder, afhængig af gruppen. Enten kan den fagprofessionelle styre bevidningen gennem spørgsmål til bevidneren, eller en ung kan bevidne og overlevere til en anden ung. Uanset er erfaringen, at det kræver tydelig instruktion og støtte undervejs.

Bevidningen:

- Jeg så/oplevede at du....
- Det er fortæller mig at det er vigtigt fordi...
- Det får mig til at tænke på/det minder mig om...
- Derfor vil jeg i fremtiden...

Bagefter spørger den fagprofessionelle ind til modtageren af bevidningen:

- Hvad gjorde det ved dig at høre dette fra X?
- Kan du genkende det, der blev sagt?
- Det du fik at vide her, kan det komme dig til gavn i andre områder af dit liv?

## Gode spørgsmål

- Var der et tidspunkt, hvor du følte du dig udfordret?
- Er der sket noget, du er glad for eller stolt over at have gjort?
- Kan du fortælle mere konkret om, hvad du gjorde, og hvordan du bar dig ad?
- Hvilke evner hos dig selv er du glad for at have brugt i dag?
- Hvad vil du kalde det, du kan her?
- Kan du sige lidt om, hvad begreberne mæt, tør og varm betyder for dig?
- Hvorfor tror du, de er vigtige herude i naturen?
- Er der også vigtige andre steder?
- Har du prøvet at blive udfordret på mæt, tør eller varm?
- Hvordan var det for dig?

## Rollefordeling

Den fagprofessionelle er styrende, rammesættende og giver klar instruktion. Hvis der er flere fagprofessionelle, kan de fordele sig ud på grupperne og være mere eller mindre deltagende, afhængig af gruppen. De fagprofessionelle kan med fordel have for øje at iagttage de unges positive handlinger og italesætte dem, fx med "der hvor du hjalp med...", "der hvor I arbejdede sammen om..."

Er I flere fagprofessionelle, så udnyt dette og nedskriv eller tag billeder af situationer og udsagn, I finder nyttige at bruge senere.

## Refleksion

Refleksion og bevidning er central, for at tydeliggøre vigtige handlinger og mestring. Her udnyttes en kontekst, hvor det er muligt at synliggøre det andre ser, men som den enkelte ofte selv overser eller er blind for.

Øvelsen sluttes af med en dialog med særlig opmærksomhed på:

- Mestring og motivation i forbindelsen med at lave komfur og lille lejr.
- Betydningen og nødvendigheden af mæt, tør og varm.
- Perspektiv på ens dagligdag og egen omsorg.