

Naturintegreret socialt arbejde

Skovblyant

Formål:

- At træne fordybelse og koncentration.
- At træne nærvær i en gruppe eller i par.
- At have et redskab til at styrke refleksion via nedskrivning og tegning.

Forfattere:

Johanne Christiani, Skovskolen, Københavns Universitet

May Glintborg, formidler Natur til et godt liv, Svanninge Bjerger, Bikubenfonden

Anne Kolath Jensen, formidler Natur til et godt liv, Svanninge Bjerger, Bikubenfonden

Teori

Natureconnectedness; At forbinde og blive tryk ved naturen ved at anvende og vide noget om den.

Craft psykologi. Det at snitte stimulerer det parasympatiske nervesystem og vagus-nerven.

Bandura: udvikling af Self-efficacy og handletillid via succesoplevelser, rollemodeller, feedback og selvindsigt.

Progression

Denne øvelse kan være en fin begyndelse i at træne social interaktion. Når man har hver sin blyant, kan flere øvelser udfoldes, fx tegn en naturgenstand min makker beskriver, skriv et vigtigt Brev til mig selv eller andre refleksioner. Se afsnittet Refleksion for uddybning af Brev til mig selv.

Transfer

Gennem blyanten gives muligheden for at genopleve sit naturrum, sine følelser og stemningen - og bringe disse med ind til andre situationer, både gennem det man har skrevet, tegnet og blyanten i sig selv. Gennem Brev til mig selv (se afsnittet Refleksion) åbnes muligheden for at formulere fremtidige drømme og ønsker og genbesøge dem, når brevet efter en tid læses igen.



Natur

Naturen bruges her håndværksmæssigt til at fremstille en genstand. Den handling kalder på en viden om natur og en kropslig tavs viden i selve handlingen at snitte. Hvordan er træ opbygget? Hvordan ser et træ ud der er 2, 3, 4, 5 år gammelt? Der vækkes et urgammelt instinkt i at kunne fremstille noget af naturens materialer og det er en måde at forbinde sig til naturen.

Variationsmuligheder

- Afhængig af hvor meget tid man har til rådighed, kan man vælge at have klippet grene i passende længde fra start. Men det er at foretrække, at de unge selv udvælger, finder og klipper deres egen blyant.
- Det kan gøres lettere ved at bore mindre materiale ud, idet man kan nøjes med at bore et par centimeter ind i grenen og sætte et lille stykke grafit op.

Tidsforbrug

1 time.

Deltagerantal

1-12 deltagere.

Udstyr

- Vridbor 2 mm
- Sav
- Grensaks
- Grafit 2 mm
- Snitteknive
- Førstehjælpssæt indeholdende kompres, plaster og renseservietter.

Tryghed og sikkerhed

God instruktion ift. brug af kniv og forholdemåder ved skader.

Skab et godt snittedsted, fx i en rundkreds i én stor eller flere mindre grupper, hvor alle snitter ind mod midten.

Forberedelse

Vær opmærksom på, at der er værktøj nok til alle deltagere eller tilgængeligt ved behov. Find et velegnet sted til at sidde med aktiviteten, hvor det er forsvareligt og behageligt at snitte.

Sværhedsgrad:

Fysisk: ●●●○○

Socialt: ●○○○○

Kognitivt: ●●○○○

**Krav til omgivelserne**

Der skal være adgang til små, lige grene, som man gerne må skære. OBS: Man må i offentlig skov gerne tage grene fra løvtræer/buske på en højde over 10 meter. I private skove skal lodsejeren spørges. Som regel må man gerne tage ahorn og pionerbirk. Det er unge træer, der hurtigt vokser op i lysåbne områder.

Naturintegreret socialt arbejde

Skovblyant

Formål:

- At træne fordybelse og koncentration.
- At træne nærvær i en gruppe eller i par.
- At have et redskab til at styrke refleksion via nedskrivning og tegning.

Forfattere:

Johanne Christiani, Skovskolen, Københavns Universitet

May Glinborg, formidler Natur til et godt liv, Svanninge Bjerger, Bikubenfonden

Anne Kolath Jensen, formidler Natur til et godt liv, Svanninge Bjerger, Bikubenfonden

Fremgangsmåde

Lav gerne en introduktion, hvor der fortælles om hasselbuskens eller ahorns egenskaber. Find fx inspiration på Skoven i skolens hjemmeside.

- 1 Find en hasselbusk eller en ahorn med grene i passende tykkelse, ca. 1 cm tyk, eller så det passer med en behagelig blyant. Grenene skal være lige og uden knaster, hvor der skal bores ind.
- 2 Gruppen samles og skærer grene, så der kan blive et stykke på 15-20 cm til hver. Gruppen kan med fordel deles i par, som hjælper hinanden.
- 3 Hver har en gren, de gerne vil lave blyant af. Den fagprofessionelle har et par ekstra, da grenene godt kan flække.
- 4 Der vises, hvordan man borer marvkernen ud af grenstykket, ca. 2-5 cm ind i kernen. Man borer lidt ind ad gangen og trækker så materiale ud. Når der er boret ud, er grenen klar til grafit.
- 5 Der udleveres 2 mm vriddbor, til deltagerne, og de hjælper hinanden i parrene.
- 6 Efter marvkernen er boret ud, udleveres der 2 mm grafit i den længde, der er boret ud. Grafitten føres forsigtigt ind i hullet.
- 7 Blyanten spidses med en snittekniv.
- 8 Blyanten dekoreres med en snittekniv.
- 9 Nu skal blyanten anvendes. Nedskriv eller tegn på et stykke papir det, som øvelsen gjorde ved dig (se Gode spørgsmål). Læs eller vis det herefter til din makker.
- 10 Deltagerne kan efterfølgende lave et brev til dem selv. Se afsnittet Refleksion for en beskrivelse af Brev til mig selv.

Gode spørgsmål

- Hvordan var det at lave en blyant?
- Hvordan føltes det at sidde og snitte?
- Var der noget du blev opmærksom på undervejs?
- Var det svært eller let at fordybe dig og koncentrere dig?
- Hvad har du lyst at bruge blyanten til?

Rollefordeling

Den fagprofessionelle giver en tydelig instruktion der sikrer, at alle har forstået processen. Herefter er det en fordel at holde sig lidt i baggrunden og lade de unge opleve fordybelsen og assistere og støtte, hvis der opstår behov.

Refleksion

Når blyanten er færdig, sidder deltagerne fortsat i par og laver Brev til mig selv.

De unge får udleveret papir og en konvolut og skal nu skrive et brev til dem selv. Det kan handle om, hvordan de unge har det lige nu, og hvilke ønsker og drømme de har om fremtiden.

Det kan også være mere specifikt og fx handle om familieforhold, sociale relationer, deres ønsker for opholdet, behandlingsperioden, forløbet, skoleåret ect.

Brevet puttes i en lukket konvolut og gemmes af den fagprofessionelle i en given tid, indtil det returneres til den unge.