

Fakulteten för landskapsplanering, trädgårds- och jordbruksvetenskap SLU Alnarp 2007  
Examensarbeten inom Landskapsarkitektprogrammet 2007:27



# The Hardscape Room

ett trädgårdsrum i Alnarps rehabiliteringsträdgårdar

Barbro Gabrielsson

The Hardscape Room, ett trädgårdsrum i Alnarps rehabiliteringsträdgårdar

The Hardscape Room - A master thesis about a garden room in The Rehabilitation Gardens in Alnarp

Det här är ett examensarbete inom landskapsarkitektprogrammet med inriktning mot design. Arbetet omfattar 20 poäng/30 hp/30 ECTS och är utfört vid Sveriges lantbruksuniversitet, SLU, Fakulteten för landskapsplanering, trädgårds- och jordbruksvetenskap, Alnarp, 2007. Arbetet är skrivet inom Arbetsvetenskap, ekonomi och miljöpsykologi.

Jag som har gjort arbetet heter Barbro Gabrielsson  
Min handledare var Anna Bengtsson  
Min biträdande handledare var Frederik Tauchnitz

If you know exactly what you are going to do, what is the point of doing it?

Pablo Picasso

## SAMMANFATTNING

I den femåriga utbildningen till landskapsarkitekt ingår att på D-nivå utföra ett examensarbete om 20 poäng/30 hp/30 ECTS. Det här är mitt examensarbete och det handlar om att dels gestalta ett speciellt trädgårdsrum - The Hardscape Room - i Alnarps rehabiliteringsträdgårdar i Skåne, dels beskriva min designprocess. I Alnarps rehabiliteringsträdgårdar bedrivs rehabilitering av personer med diagnosen utmattningssyndrom och trädgårdarna används som ett av verktygen i behandlingen. Här bedrivs också forskning om bland annat hur olika typer av trädgårdsdesign och trädgårdsaktiviteter påverkar människors välbefinnande. I The Hardscape Room vill man pröva odlingens möjligheter som terapiform i en strikt och rationell miljö och där vegetationen inte är en del av gestaltningen. Miljön i The Hardscape Room ska avvika från anläggningens övriga trädgårdsrum och vara den psykiskt mest krävande miljön i anläggningen, tänkt att lämpa sig bäst för de deltagare som befinner sig i slutet av sin rehabilitering. Syftet med arbetet är dels att beskriva min designprocess som involverar personalen och några av forskarna vid Alnarps

rehabiliteringsträdgårdar, dels att med hjälp av denna designprocess skapa en utemiljö som lockar till aktivitet hos deltagarna vid Alnarps rehabiliteringsträdgårdar. Tanken är att mitt gestaltungs-förslag ska kunna ligga till grund för utformningen av The Hardscape Room. Jag grundar mitt arbete på litteraturstudier, intervjuer och besök på platsen. The Hardscape Room har i mitt gestaltungs-förslag fått en enkel och konsekvent utformning. För att skapa en sammanhållen och lugn miljö har rummet fått en strikt form med ett fåtal material och ett begränsat färgval. The Hardscape Room har delats upp i tre mindre rum: Arbetsrummet, Hobbyrummet och Vilorummet. Rummens olika funktioner ger förutsättningarna för olika aktiviteter som odling och hantverk men också för social samvaro, vila och sinnesstimulering. Med mitt gestaltungs-förslag har jag velat skapa möjligheter till aktiviteter men också skapa utrymme för personalen och deltagarna att fylla rummet med egna idéer.

## ABSTRACT

This master thesis covers the design of a special garden room, The Hardscape Room, in The Rehabilitation Gardens at Alnarp, in southern Sweden, as well as describes the design process. The Rehabilitation Gardens are intended to serve several purposes. It will offer horticultural therapeutic treatment programs for people diagnosed as having had burnout disease for an extended period. Research is also aimed at studying the possible impact of different garden design hypotheses as well as different forms of horticultural therapy. In The Rehabilitation Gardens at Alnarp the most extreme and demanding garden room focused on cultivation and horticultural therapy is The Hardscape Room. This room represents an attempt to design a garden room in which the activities alone - gardening and horticultural therapy - are in focus. The Hardscape Room is primarily aimed at studying the therapeutic effects of horticulture therapy in a strictly designed and rational environment. The Hardscape Room is therefore intentionally designed to deviate from the rest of The Rehabilitation Gardens at Alnarp. The Hardscape Room is thus ment to fit patients at the end of their healing process. The aim is to

document the design process, which also involves the researchers at Alnarp. By means of this method, I strive to create a stimulating outdoor environment for the participants. The work process includes a literature survey, interviews with technical personnel and scientists, as well as several visits to the Alnarp Rehabilitation Gardens. I have given the Hardscape Room a strict and consistent design. I have chosen a limited selection of construction materials (concrete and metal) with intentionally little variation in sober colours, in order to create a harmonious and peaceful working environment. The Hardscape Room is subdivided into three smaller areas: The Workshop, The Craft room and The Recreational area. The different characteristics of each area provide the means for different types of activities and rest. It is my sincere wish that the proposed Hardscape Room should offer possibilities and means for both staff and participants to fill this room with their own ideas and creativity.

## INNEHÅLL

FÖRORD 6

INLEDNING 7

HISTORIEN OCH FORSKNINGEN 8

Naturens och trädgårdens positiva inverkan på människans hälsa

Forskning om naturens och trädgårdens positiva inverkan på människans hälsa

SYFTE MÅL METOD OCH AVGRÄNSNINGAR 10

VERKLIGHETEN 11

Teorierna bakom och uppbyggnaden av Alnarps rehabiliteringsträdgårdar

Upplevelser av natur och trädgård och människans psykiska kraft

Åtta uppskattade huvudkaraktärer i natur, park och trädgård

Planen över Alnarps rehabiliteringsträdgårdar

Alnarps rehabiliteringsträdgårdar som det ser ut idag

Målgruppen och verksamheten vid Alnarps rehabiliteringsträdgårdar

Bakgrunden till The Hardscape Room

The Hardscape Room som det ser ut idag

ARBETET MED DE FÖRSTA FÖRSLAGEN 21

Mina första tankar

Mina funderingar och idéer efter intervjuerna

Skisspresentationen

Skissförslaget Odlå för livet

Skissförslaget Klosterträdgården

Skissförslaget Metallic

ARBETET MED DET SLUTLIGA FÖRSLAGET 30

Feedback på mina skissförslag

Mitt slutliga förslag Odlå för livet

REFLEKTIONER 37

Om gestaltungsforlaget

Om min designprocess

KÄLLOR 38

Tryckta källor

Elektroniska källor

Bildkällor

## FÖRORD

Mitt examensarbete handlar om att gestalta ett speciellt trädgårdsrum i Alnarps rehabiliteringsträdgårdar och om min designprocess. I mitt arbete har jag valt att på ett personligt sätt skriva om mina tankar och funderingar under arbetet och fram till det slutliga gestaltungsförslaget. För mig har examensarbetet inneburit en intressant arbetsperiod där jag har haft tillfälle att utforska och fundera över min designprocess och vad som sätter igång min kreativitet. Jag har gått från att inte veta vad jag ska göra till att ha en mängd olika idéer. Nu vet jag hur jag ska gå till väga för att komma igång. Arbetet har också gett mig ökad kunskap om utomhusmiljöns betydelse för människans hälsa och hur jag genom utformningen kan bidra till en hälsobefrämjande utomhusmiljö. Jag har också fått fler argument till varför vi behöver den gröna miljön. Det har dessutom varit stimulerande och faktiskt känts som en förmån att få gestalta ett trädgårdsrum i Alnarps rehabiliteringsträdgårdar och på så vis få vara med och bidra till att människors hälsa förbättras.

Jag vill passa på och framföra mitt varma tack till:

Anna Bengtsson, min handledare, för inspiration och klara tankar.

Frederik Tauchnitz, min biträdande handledare, för all uppmuntran, hjälp och stöd.

Personalen vid Alnarps rehabiliteringsträdgårdar, Patrik Grahn och Ulrika Stigsdotter, för er tid, omsorg och idéer.

Tyréns AB, i Göteborg, som generöst har ställt upp med arbetsplats, utrustning och material, vilket har underlättat min arbetssituation betydligt.

Personalen vid Tyréns AB, i Göteborg, som har förgyllt min arbetsdag.

Till sist, ett hjärtligt tack till min familj, Johan och Jenny, för allt under de senaste fem åren.

## INLEDNING

I alla tider har människans liv på jorden inneburit att vi har fått ta hänsyn till naturens villkor och förhållanden. Vi har valt våra jaktmarker och boplatser utifrån naturens villkor och alltjämt måste vi ta hänsyn till naturens villkor och förutsättningar när vi bygger bostäder, städer och infrastrukturer, även om vi med teknikens hjälp lärt oss att till viss del tygla och forma naturen. Naturens otroliga krafter kan ödelägga stora områden men med samma kraft skänker oss också naturen underbara och vackra upplevelser. Jag tror, att de flesta av oss har sökt sig ut till naturen för att få avkoppling eller för att få röra sig i det fria. Lika många av oss har nog också njutit av att få vara i en park eller i en trädgård och väldigt många av oss har också trädgården som sitt främsta fritidsintresse. Vi har naturen både mot oss och med oss. Det ligger en utmaning i detta och det ger oss människor många möjligheter.

Det här arbetet beskriver till viss del en av dessa möjligheter, nämligen hur naturen, parken och trädgården kan användas som rehabilitering när människans livskvalitet och hälsa har försämrats på grund av stress. Arbetet handlar i huvudsak om att utforma ett speciellt trädgårdsrum, The Hardscape Room, i Alnarps rehabiliteringsträdgårdar i Skåne och om min designprocess som leder fram till ett gestaltungsförslag.

I Alnarps rehabiliteringsträdgårdar bedrivs rehabilitering av personer med diagnosen utmattningssyndrom och trädgårdarna används som ett av verktygen i behandlingen. Här bedrivs också forskning om bland annat hur olika typer av trädgårdsdesign och trädgårdsaktiviteter påverkar människors välbefinnande. I The Hardscape Room vill man pröva odlingens möjligheter som terapiform i en miljö som är strikt och rationell. Här ska fokus ligga på aktiviteten odling och miljön i rummet ska också avvika från de övriga trädgårdsrummen i anläggningen. Utifrån dessa förutsättningar har jag arbetat fram ett gestaltungsförslag till The Hardscape Room.

Mitt arbete är disponerat på följande sätt. Inledningsvis gör jag en historisk sammanfattning om naturens och trädgårdens positiva inverkan på människan. Sedan följer en sammanfattning av modern forskning kring naturens och trädgårdens effekter på människans välbefinnande. Sammanfattningarna gör ingalunda anspråk på att vara heltäckande eller fullständig utan är tänkta att fungera som en enkel introduktion till ämnet. Därefter beskriver jag syftet med och målet för mitt arbete samt de metoder jag har använt mig av liksom de avgränsningar jag har gjort i mitt arbete. Sedan presenterar jag Verkligheten, det vill säga Alnarps rehabiliteringsträdgårdar, dess miljö och den verksamhet som bedrivs där samt bakgrunden till The Hardscape Room och hur det rummet ser ut idag. Min förhoppning är att detta ska underlätta förståelsen av det kommande avsnittet som handlar om mitt arbete från de första tankarna fram till det färdiga gestaltungsförslaget. Avslutningsvis gör jag reflektioner över arbetets resultat och arbetets gång.

# HISTORIEN OCH FORSKNINGEN

## Naturens och trädgårdens positiva inverkan på människans hälsa

Här följer en kort historisk beskrivning över naturens och trädgårdens positiva inverkan på människans hälsa. Jag vill dock påpeka att beskrivningen är begränsad till utvecklingen i västerlandet.

Naturens och trädgårdens positiva inverkan på människans hälsa är ingen ny företeelse, utan kan spåras långt tillbaka i människans historia. Redan i Gilgamesh eposet, som är nästan 5 000 år gammalt, beskrivs trädgården som en plats för skönhet och välbefinnande (Olsson & Algulin, 1990). Myter från hela världen beskriver trädgården som en omgärdad och säker plats där man kan få skydd, trygghet och lindring från sorg och smärta (Gunnarsson, 1992; Lundquist, 2000; Stigsdotter & Grahn, 2002). Bibelns Eden, persernas Paradiszia och i Epikuros antika Grekland de Elyseiska fälten, är alla berättelser där den lyckliga människan är sammankopplad med skön natur och underbara trädgårdar, såväl i jordelivet som i gudarnas och de goda människornas dödsrike. Förebilder till våra trädgårdar hittar vi bland annat i öknens oas-trädgårdar och i Arkadiens herdlandskap. (Lundquist, 2000; Grahn, 2005).

Filosofen Epikuros (341-270 f Kr) etablerade sin skola *Trädgården* i Aten i en stor trädgård. Platons Akademi och Aristoteles Lyceum var skolor som verkade parallellt under samma tidsperiod och de var alla belägna i natursköna områden. För Epikuros stod trädgården för ett ideal och hans lära handlar om att den vise ska söka frihet och sinneslugn. Epikuros förenade den estetiskt ideala trädgården med psykisk och fysisk återhämtning, reflektion, nöje, nyfikenhet, kunskap och vishet. En annan samtida filosof var Zenon (333-262 f Kr), han startade läran stoicismen som hävdade att naturen var ren och stod för världsförnuftets lagar, eftersom naturen strävade efter harmoni och balans. Kultur däremot ledde till hybris, girighet och måttlöshet. Zenons lära förenade den moraliskt högtstående människan med den rena och ofördärvade naturen. (Grahn, 2005).

Under Roms storhetstid växte staden explosionsartat och hade över en miljon invånare. Dessa klagade på att staden var kaotisk med buller, smuts och trängsel. Senaten hävdade att befolkningen behövde natur för att må bra och anlade offentliga trädgårdar åt invånarna. Kejsaren Julius Caesar (100-44 f Kr) arbetade för ett grönare Rom och donerade bland annat promenader och trädsamlingar till stadens invånare för att de skulle få möjlighet till rekreation. (Ibid.).

Under medeltiden var klostren centrum för bildning, kultur och medicin. Klosterträdgårdarna skulle förse klostren med allt som behövdes för att leva. I bland annat Benediktinordens ordensregler fanns uttryckliga föreskrifter om trädgårdsskötsel. I klosterträdgårdarna fanns i allmänhet en hortus för grönsaksodling, ett herbularius för medicinalväxter, en blomstergård och en fruktträdgård eller en vingård. (Blennow, 2002). Allt detta för att förse klostren med mat, dryck och läkemedel samt blommor till kyrkan. Klostergården, anknöt till antiken, med en kolonninramad gård, rätvinkligt och regelbundet ordnad, ofta i korsform och med en brunn i mitten. I klostergården planterades blommor och träd, ibland placerades munkarnas gravar här, men framförallt var det en plats för lugn och ro; en plats för meditation. (Ibid.).

Studerar man bildkonsten finner man åtskilliga motiv på målningar från 1400- och 1500-talet där människor i omgärdade gårdar umgås och njuter av det goda. De avbildade människorna sitter på blommande gräsmattor omgivna av prunkande rabatter och ofta med en porlande brunn vid sin sida. Människorna läser, samtalar, sjunger, spelar luta och plockar frukter från träden. Bilderna visar på en skyddad plats för det goda i livet. (Ibid.).

Under 1700-talets förindustriella period, när städerna började växa i Europa med trängsel och dålig hygien som följd, aktualiserades frågorna om människornas behov av natur och trädgårdar. I början av 1700-talet anlades de första större allmänna parkerna. Mot slutet av 1700-talet

kom teorier inom medicinen om varför folk på landsbygden levde längre och var friskare än stadsborna. (Grahn, 2005). The Pythogenic Theory förklarade att det var stadens osunda luft som orsakade stadsbornas dåliga hälsa och att den friska luften på landsbygden ledde till bättre hälsa. Enligt teorin skulle dagsljus, vatten, frisk luft och grönska medföra förbättrad hälsa hos människan (Gerlach-Spriggs, 1998; Grahn, 2005).

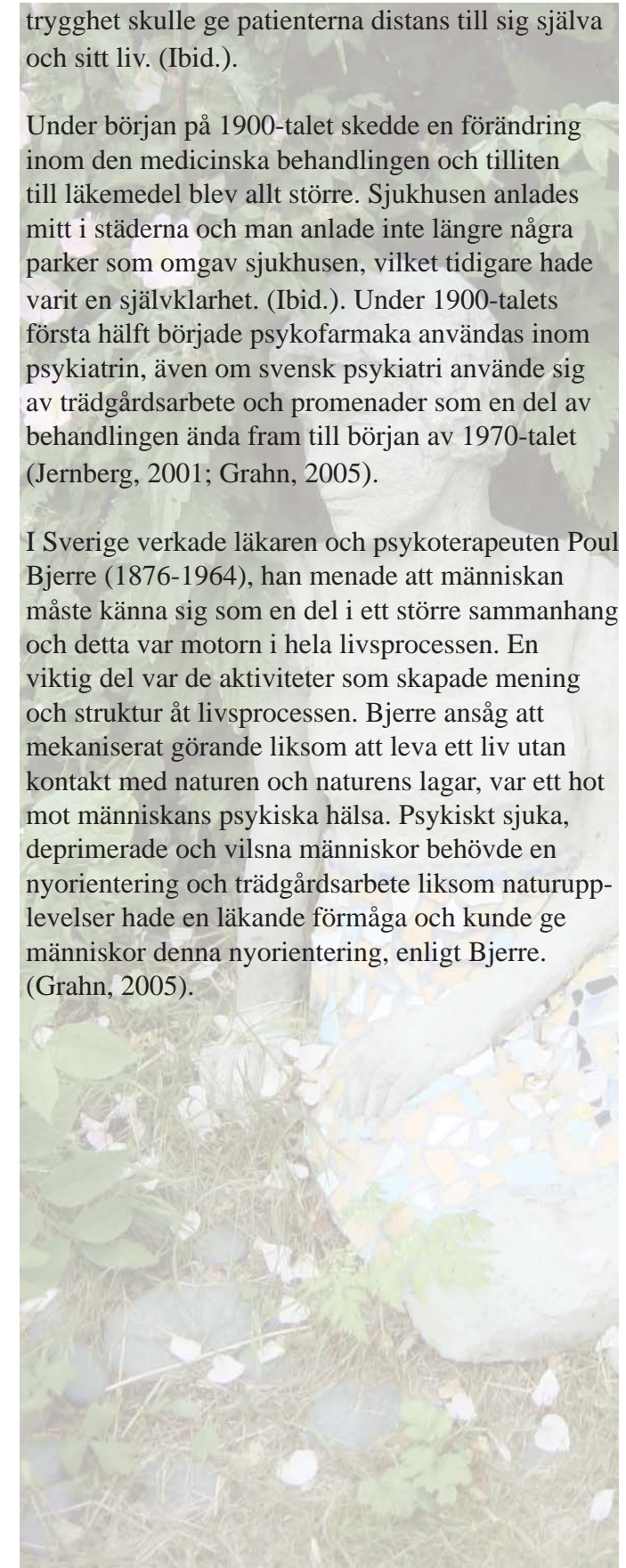
Städerna fortsatte att växa runt om i Europa under 1800-talet och problemen med ohälsa, hög dödlighet, bristande hygien och fattigdom var alltjämt stora. Allt fler, såväl politiker som hjälporganisationer, började tro på teorierna om att dagsljus, vatten, frisk luft och grönska skulle ge stadsborna bättre hälsa samtidigt som man förstod att förtäningen av städerna måste stoppas (Grahn, 2005). Under 1800-talets mitt började man anlägga stadsparkar runt om i storstäderna för att få in gröna lungor i staden och trädkantade boulevarder anlades i städerna för att förbättra miljön. Birkenhead Park i Liverpool (1843) och Central Park i New York (1858) och Paris boulevarder och avenyer (1850 och framåt) är några exempel på miljöförbättringar som gjordes i städerna (Blennow 2002). Sjukhusen som byggdes under 1800-talet var omgivna av stora parker i syfte att förbättra patienternas hälsa och sanatorierna lades ofta en bit ut på landsbygden (Grahn, 2005).

Den amerikanske läkaren Benjamin Rush, hävdade i slutet på 1800-talet att trädgårdsarbete hade goda effekter på olika typer av depressioner och mentala sjukdomar. Här i Sverige ordinerade konungens livmedikus, Axel Munthe (1857-1949), naturpromenader och doktor Ernst Westerlund (1839-1924) ordinerade sina patienter ofta hårt arbete och motion i natur och i trädgård. Doktor Westerlund anlade en hälsostig i Storlien där det bjöds på promenader och vackra utblickar i naturen. Han hade också ett samarbete med Enköpings Stad och han föreskrev sina patienter trädgårdsarbete i stadens parker. Tanken med doktor Westerlunds ordination var att kombinationen av fysiskt arbete och en känsla av

trygghet skulle ge patienterna distans till sig själva och sitt liv. (Ibid.).

Under början på 1900-talet skedde en förändring inom den medicinska behandlingen och tilliten till läkemedel blev allt större. Sjukhusen anlades mitt i städerna och man anlade inte längre några parker som omgav sjukhusen, vilket tidigare hade varit en självklarhet. (Ibid.). Under 1900-talets första hälft började psykofarmaka användas inom psykiatrin, även om svensk psykiatri använde sig av trädgårdsarbete och promenader som en del av behandlingen ända fram till början av 1970-talet (Jernberg, 2001; Grahn, 2005).

I Sverige verkade läkaren och psykoterapeuten Poul Bjerre (1876-1964), han menade att människan måste känna sig som en del i ett större sammanhang och detta var motorn i hela livsprocessen. En viktig del var de aktiviteter som skapade mening och struktur åt livsprocessen. Bjerre ansåg att mekaniserat görande liksom att leva ett liv utan kontakt med naturen och naturens lagar, var ett hot mot människans psykiska hälsa. Psykiskt sjuka, deprimerade och vilsna människor behövde en nyorientering och trädgårdsarbete liksom naturupplevelser hade en läkande förmåga och kunde ge människor denna nyorientering, enligt Bjerre. (Grahn, 2005).





## Forskning om naturens och trädgårdens positiva inverkan på människans hälsa

Här följer en sammanfattning av forskning och teorier kring hur naturen och trädgårdar påverkar människans hälsa positivt. Denna forskning och teoribildning kan sammanställas i tre olika skolor nämligen:

- The Healing Garden School
- The Horticultural Therapy School
- The Instorative School

Dessa tre skolor och deras teorier har legat till grund för uppbyggnaden av Alnarps rehabiliteringsträdgårdar (Stigsdotter & Grahn, 2002; Stigsdotter & Grahn, 2003).

### The Healing Garden School

Teorierna inom The Healing Garden School bygger på att det är upplevelsen av naturen, parken eller trädgården som är restorativ, återhämtande, för människan. Här fokuserar man på själva platsen för återhämtning och platsens utseende och inte på själva aktiviteten (Stigsdotter & Grahn, 2002). Man kan kortfattat säga att här handlar det om *att vara*, slappna av och uppleva, till skillnad från att göra och att utföra aktiviteter.

Inom denna skola finns det tre teorier (Ibid.). Den ena teorin bygger på Roger Ulrichs teorier om att vi människor tolkar informationen från miljön reflexmässigt i budskap som trygghet eller fara (Ulrich et al., 1991). Om fara signaleras, till exempel om vi möter ett rovdjur, sätts hela kroppen i alarmberedskap: blodtrycket stiger, pulsen ökar, kroppen börjar svettas och muskelspänningen ökar. Kroppen gör sig beredd för flykt eller attack. Denna alarmreaktion finns hos alla däggdjur sedan 100 miljoner år tillbaka och har varit nödvändig för överlevnaden. (Grahn, 2005). Människan, som är en biologisk varelse anpassad till ett liv nära naturen, känner instinktivt vilka miljöer och situationer som är naturliga och trygga och vilka miljöer och situationer som är onaturliga och otrygga. Därför är människan vaksam eller rädd för bland annat mörker, stup, ormar och blod. I naturliga miljöer

slappnar människan av och det är därför vi tycker om eller uppskattar ljusa skogpartier, sjöutsikter samt mer savannliknande landskap som ängs- och hagmarker (Stigsdotter & Grahn, 2002; Grahn, 2005). Det är mycket i det moderna samhället, till exempel i våra städer och i våra trafikmiljöer, som startar den urgamla flykt- eller attackreaktion men det är väldigt lite som signalerar för oss när faran är över och detta är påfrestande för kroppen (Grahn, 2005).

Den andra teorin bygger på Rachel Kaplans och Steven Kaplans teorier som handlar om människans uppmärksamhet, den spontana och den riktade (Kaplan & Kaplan, 1989; Kaplan, Kaplan & Ryan, 1998). Den spontana uppmärksamheten använder vi till exempel när vi hör att det prasslar i en buske eller när vi ser en sten som glimmar. Den spontana uppmärksamheten kräver lite ansträngning och människan har i princip obegränsade resurser till detta. Den riktade uppmärksamheten använder människan till exempel i det dagliga arbetet eller när vi kör bil i okänd stad. Den riktade uppmärksamheten hjälper oss att koncentrera oss på det som måste göras. Det krävs mycket energi och ansträngning för att sortera och prioritera all den information som bombarderar oss och människan har bara begränsade resurser till detta. (Stigsdotter & Grahn, 2002). För att återhämta oss bör vi vistas i miljöer där den spontana uppmärksamheten utnyttjas och där vi slipper att sortera och prioritera. Kaplans menar att naturen är den miljö där vi återhämtar oss bäst, eftersom vi inte behöver använda den riktade uppmärksamheten i den miljön.

Den tredje teorin handlar om att hälsoeffekter kan uppnås utifrån det faktum att naturen eller trädgården ställer krav som matchar den sjuka personens egen förmåga och psykiska styrka. En sjuk eller deprimerad person behöver en miljö som ställer mindre krav på honom. Familj och anhöriga är mer krävande än obekanta människor. Djur fordrar mindre än människor eftersom de inte kan ljuga eller lägga skuld på någon. Växter kräver mindre än djur, därför att de inte kan springa iväg

eller visa sig otacksamma. Stenar och vatten kräver ännu mindre, de finns alltid där. (Ottosson, 1997). Generellt kan man säga att, naturen är en mindre kravfylld miljö än trädgården, i vilken man kan skapa en mer eller mindre kravfylld miljö beroende på utformningen. (Stigsdotter & Grahn, 2002).

### The Horticultural Therapy School

Här handlar det om att det är aktiviteten i trädgårdsrummet som genererar hälsoeffekterna. Det är själva arbetet i trädgården, till exempel odling, rensning och vattning, som inverkar positivt på människans hälsa. Kortfattat kan man säga att inom denna skola handlar det om *att göra* och *att utföra* aktiviteter, till skillnad från att vara, slappna av och uppleva.

Inom trädgårdsodlingsterapin, horticultural therapy, använder man sig av trädgårdsaktiviteten som ett rehabiliteringsverktyg. Arbetsterapeuter och trädgårdsterapeuter hävdar ofta att de goda hälsoeffekterna som uppnås genom arbetet i trädgården beror på att just det arbetet är tydligt, meningsfullt och glädjande (Relf, 1992).

Människans utveckling är beroende av att hon är aktiv och därför är aktiviteten viktig för människans hälsa och välbefinnande. Genom att vara aktiva stärker vi vår självuppfattning och vår sociala identitet. (Kielhofner, 1995). En av de mest betydelsefulla faktorerna för en god hälsa är känslan av sammanhang och om tillvaron uppfattas som begriplig, hanterbar och meningsfull klarar vi lättare av att möta påfrestningar (Antonovsky, 1991).

Samspelet mellan individen och miljön är en förutsättning för att individen ska kunna utnyttja sina färdigheter och förmågor på bästa sätt. Det måste finnas balans mellan individens förmåga, aktivitetens utmaning och miljöns krav för att en människa ska må bra. Får människan använda sin kropp och sin hjärna till meningsfulla aktiviteter och sysslor, känner han sig belönad. (Csíkszentmihályi, 1999; Kielhofner, 1995; Iwarsson & Ståhl, 2003). Meningsfulla aktiviteter som ger oss njutbara upp-

levelser medför att koncentrationen på aktiviteten blir så intensiv att medvetenheten om tid och rum försvinner och vi får så kallade positiva flow-upplevelser. (Csíkszentmihályi, 1999). Inom trädgårdsodlingsterapin menar man att trädgårdsarbetet och odlingen stimulerar till en mängd kognitiva processer och många kroppsövningar som ger självbelönande och positiva flow-upplevelser (Stigsdotter & Grahn, 2002).

### The Instorative School

Inom denna skola anser man att de goda hälsoeffekterna beror dels på upplevelsorna av trädgårdsrummet som sådant, dels på de aktiviteter som utförs där och dels på besökarens egen bakgrund och karaktär. Inom denna teoribildning handlar det mycket om vem du är, det vill säga din person och din bakgrund.

Forskare inom medicin, miljöpsykologi och landskapsarkitektur liksom forskare inom trädgårdsodlingsterapin brukar framföra att de positiva hälsoeffekterna beror på trädgårdens eller naturens former, färger, dofter med flera intryck samt de aktiviteter som kan utföras där. Sammantaget hjälper detta människan till en mer positiv bild av honom själv och hans egen förmåga. (Stigsdotter & Grahn, 2002).

Tidigare erfarenheter och minnen av meningsfull sysselsättning under en persons aktiva år, och då framförallt från barn- och ungdomsåren, ger honom en uppfattning om hans identitet och tillhörighet. De miljöer som han känner tillhörighet med är också de miljöer han föredrar mest. En miljö som han känner tillhörighet med talar om för honom att han är del av en meningsfull värld och i den miljön finns det möjligheter för honom att växa. Det är en miljö som är uppbyggande eller instorativ. (Ibid.). Den här skolan kallades tidigare för The Cognitive School (Stigsdotter & Grahn, 2003).

## SYFTE OCH MÅL

Syftet med mitt examensarbete är dels att beskriva min designprocess som involverar personalen och några av forskarna vid Alnarps rehabiliteringsträdgårdar, dels att med hjälp av denna designprocess skapa en utemiljö som lockar till aktivitet hos deltagarna vid Alnarps rehabiliteringsträdgårdar.

Målet är att göra ett gestaltningsförslag till The Hardscape Room i Alnarps rehabiliteringsträdgårdar.

## METOD

Designprocessen består av fyra olika steg som kommer att beskrivas i detta arbete. Dessa steg är följande och har skett i följande ordning.

### 1. Mina första tankar

Inläsning av artikel som beskriver anläggningen och mitt första besök på platsen. Mina reflektioner över platsen och mitt uppdrag.

### 2. Inläsning av anläggningen, målgruppen, verksamheten och rummet samt önskemål om rummets utformning

Jag har läst artiklar och böcker samt besökt Alnarps rehabiliterings-trädgårdar. Under arbetets gång har jag besökt anläggningen och rummet sammanlagt sex gånger. Vid besöken har jag fotograferat och gått runt på platsen för att se den ur olika perspektiv och årstider. Mina besök i anläggningen har alltid skett efter att deltagarna har gått för dagen.

Rummet har jag mätt in tillsammans med Frederik Tauchnitz, landskapsarkitekt och trädgårdsmästare vid Alnarps rehabiliterings-trädgårdar. På så sätt fick jag en skalenlig ritning över The Hardscape Room. Jag har också haft tillgång till befintliga planer och ritningar över anläggningen, dessa har jag fått av Frederik Tauchnitz. Jag gjorde en enkel rumsanalys för att få fram för- och nackdelar med rummet.

Jag har intervjuat Patrik Grahn och Ulrika Stigsdotter, som är två av de personer som tagit fram den ursprungliga planen till Alnarps rehabiliteringsträdgårdar. Jag har också intervjuat personalen som arbetar i anläggningen, samt en person som tidigare har varit deltagare vid Alnarps rehabiliteringsträdgårdar. Patrik Grahn intervjuades vid ett personligt möte och personalen intervjuades vid ett gruppmöte. Ulrika Stigsdotter och den tidigare deltagaren vid Alnarps rehabiliteringsträdgårdar intervjuades genom var sitt telefonsamtal. Gemensamt för samtliga intervjuer är att jag ställt öppna frågor. Jag bad dem att berätta om sina ursprungliga och nuvarande idéer om rummet, vilka önskemål de hade om utformningen samt vad rummet skulle användas till. Jag bad dem också berätta för mig om den verksamhet som bedrivs i rehabiliteringsträdgårdarna.

### 3. Arbetet med de första förslagen

Efter intervjuerna bearbetade jag de synpunkter och idéer som hade kommit fram tillsammans med mina egna idéer. Jag letade efter inspiration i böcker och tidningar för att hitta ett koncept som jag skulle kunna utveckla till ett förslag och jag skissade på olika idéer. Detta arbete ledde fram till en skisspresentation, där jag presenterade tre olika förslag på utformning av The Hardscape Room för personalen och för Patrik Grahn, som är ansvarig för forskningsprojektet vid Alnarps rehabiliteringsträdgårdar. Mina förslag presenterade jag med hjälp av planer, perspektiv och inspirationsbilder.

### 4. Arbetet med det slutliga förslaget

Utifrån den feedback jag fick vid skisspresentationen bearbetade jag ett av mina förslag till att bli mitt slutliga gestaltningsförslag. Mitt slutliga gestaltningsförslag har jag visualiserat med hjälp av planer, sektioner och perspektiv.

## OCH AVGRÄNSNINGAR

Jag har fokuserat på utformningen av The Hardscape Room utan att glömma bort att rummet är en del av Alnarps rehabiliteringsträdgårdar och därför ska sättas i det sammanhanget. Jag har också velat tydliggöra och medvetandegöra min designprocess, utan att säga att det är den enda designprocessen eller den rätta designprocessen. Ytterligare avgränsningar har varit att mitt arbete ska motsvara 20 veckors arbete. Tanken är att mitt gestaltningsförslag ska kunna anläggas i The Hardscape Room och eftersom Alnarps rehabiliteringsträdgårdars budget är begränsad har jag valt att arbeta med material som inte är allt för dyra för att hålla nere materialkostnaden, även om jag inte har haft några ekonomiska direktiv för mitt arbete.

# VERKLIGHETEN

## Teorierna bakom och uppbyggnaden av Alnarps rehabiliteringsträdgårdar

Alnarps rehabiliteringsträdgårdar är ett forskningsprojekt som bedrivs i fullskala på Sveriges lantbruksuniversitetets campus i Alnarp, som ligger mellan Malmö och Lund. Ansvarig för projektet är professor och landskaparkitekt Patrik Grahn (Stigsdotter & Grahn, 2003). Grahns forskargrupp söker länka samman teorier om odlingens hälsofrämjande effekter med teorier om trädgårdsrummets hälsofrämjande effekter. Rehabiliteringsträdgårdarna är anlagda för att behandla personer med diagnosen utmattningssyndrom och används, förutom i behandlingen, även i forskning och undervisning. (Grahn, 2005).

Alnarps rehabiliteringsträdgårdar har, utifrån de tidigare beskrivna teorierna om restorativ återhämtning respektive aktivitet, fått två huvudinriktningar. Den ena delen har en naturlig och restorativ inriktning och den andra delen har odling, aktivitet och gemenskap med andra människor som sin inriktning. (Ibid.) Ambitionen har varit att vissa trädgårdsrum ska tydligt visa att de är restorativa rum och andra trädgårdsrum ska vara tydliga rum för aktivitet, dessutom ska det finnas glidande övergångar, där det blir spännande möten mellan den mer restorativa verksamheten och det aktiva trädgårdsarbetet (Stigsdotter & Grahn, 2003). En del forskare anser att det är vildmarken som är den mest restorativa miljön medan andra anser att det är den halvöppna och öppna pastorala miljön som är den mest restorativa miljön (Grahn, 2005). Tanken är att båda dessa miljöer ska finnas representerade i Alnarps rehabiliteringsträdgårdar.

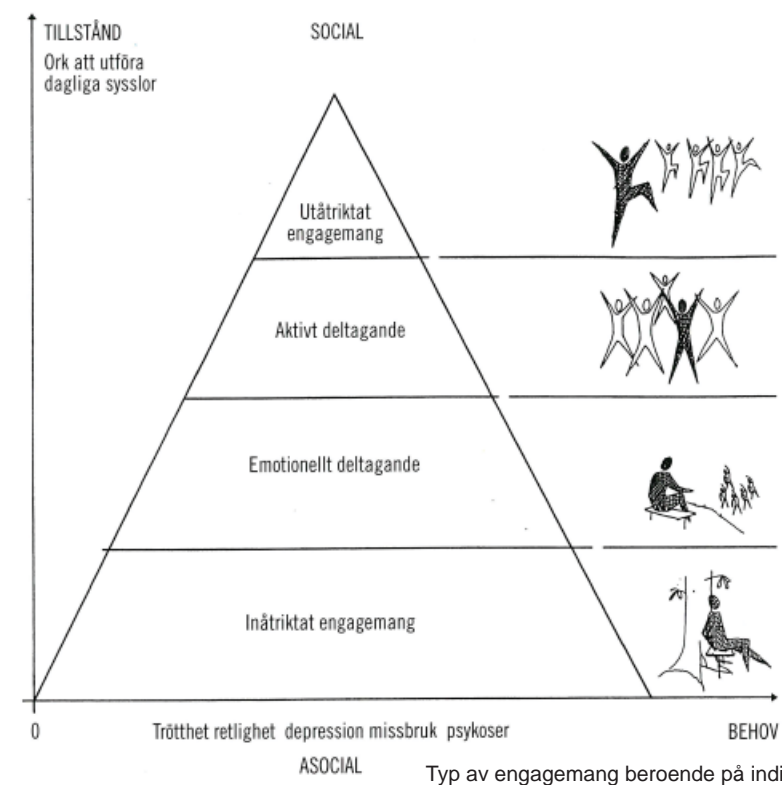
Vägledande vid utformningen av Alnarps rehabiliteringsträdgårdar har varit, förutom de tidigare beskrivna teorierna om restorativ återhämtning respektive aktivitet, även delar av Patrik Grahns egen forskning under 1980- och 1990-talet (Grahn, 2005). En del av denna forskning visar att upplevelser av naturen påverkar människor olika beroende på deras livssituation och deras psykiska kraft. En annan del av hans forskning handlar om att människor urskiljer ett bestämt antal karaktärer i de grönområden som de värderar.

Tanken är att rehabiliteringsträdgårdarna ska erbjuda platser där stressade, ledsna och oroliga personer ska kunna lugna sig och återhämta sig. Trädgårdsrummets miljöer ska utformas så att de är mer eller mindre kravfyllda för att möta de olika deltagarnas tillfrisknande och psykiska kraft (Stigsdotter & Grahn, 2003). Målet med gestaltningen av trädgårdsrummen är att rummen inte är för abstrakta, krävande eller främmande utan de ska kännas bekanta och upplevas intressanta. En annan viktig aspekt vid utformningen av trädgårdsrummen är att miljöerna ska stimulera sinnen. Trädgårdsrummen ska, om än i en varierande omfattning, väcka deltagarnas nyfikenhet och fresta dem att både känna och lukta på: vatten, gräs, blommor och jord. De som designar trädgårdsrummen måste därför medvetet arbeta med formen, färgen, och materialet för att både skapa kontrast och harmoni i de olika rummen och därigenom möjliggöra olika sinnesupplevelser. (Stigsdotter & Grahn, 2003). Vid utformningen ska också konceptet *Design för alla* (Månsson, 1999), beaktas, så att trädgårdarna blir tillgängliga för så många människor som möjligt (Stigsdotter & Grahn, 2003).

Vi ska uppehålla oss en stund vid Patrik Grahns forskning om hur människans upplevelser av naturen står i relation till människans psykiska kraft, liksom hans forskning kring de natur-, park- och trädgårdskaraktärer som människor urskiljer i grönområden som de uppskattar. I de kommande två avsnitten beskriver jag denna forskning lite närmare eftersom de utgör en viktig del av teorierna bakom uppbyggnaden av Alnarps rehabiliteringsträdgårdar och därför har stor betydelse för mitt arbete med gestaltningen av The Hardscape Room.

## Upplevelser av natur och trädgård och människans psykiska kraft

Patrik Grahn och hans kollegor har genom sin forskning upptäckt att en persons upplevelser av naturen är beroende av hur stor hans förmåga är att ta in omgivningen samt hur stark hans psykiska kraft är. Forskningen visar att känsligheten för omvärlden är störst när den psykiska kraften är låg. Detta har Grahn illustrerat med hjälp av en pyramid. (Grahn, 1991; Grahn, 2005; Ottosson & Grahn, 1998).



Typ av engagemang beroende på individens psykiska kraft (Grahn, 2005).

Den person som befinner sig i basen på pyramiden har ett inåtriktad engagemang. Han är psykiskt ned-satt och är mycket sårbar och kan känna sig apatisk. En person i ett sådant tillstånd har ett stort behov av en miljö som stödjer hans tillstånd, det vill säga en kravlös natur som upplevs vild och naturlig. När han kommit lite högre upp på skalan, men fortfarande befinner sig i basen på pyramiden, börjar han orka tänka på sig själv och sitt inre. Då behöver han en miljö där han får vara i fred med sina tankar och ostörda skogspromenader kan vara en lämplig fysisk aktivitet i det här tillståndet. (Grahn, 2005).

Nästa nivå i pyramiden beskriver en person som orkar lite mer. Nyfikenheten har vaknat och han klarar av en lite mer komplex miljö, till exempel ängar och hagmarker med betande djur. Han börjar också intressera sig för den sociala omvärlden och han tycker om att betrakta andra människor men orkar inte själv delta aktivt i deras aktiviteter och han börjar upptäcka att det finns saker som roar. Grahn har kallat det för att personen är emotionellt deltagande. (Ibid.).

Ännu ett steg upp i pyramiden börjar personen bli aktivt deltagande. Först klarar han av att vara i en trädgård som erbjuder möjligheter där han kan arbeta med egna saker och sin egen kreativitet. Allt eftersom personen börjar må bättre blir han mer intresserad av att vara med andra människor och mår också bra av att vara med andra, men klarar inte av att planera eller leda aktiviteter. Då personens psykiska styrka ökar, ökar också antalet miljöer han klarar av att vistas i. (Ibid.).

Den person som befinner sig högst upp i pyramiden har ett utåtriktat engagemang. Här är den psykiska kraften mycket stark och han klarar av att genomföra sina egna idéer. Han klarar också av att planera och leda olika projekt. Personen kan också vistas i de mer kravfyllda miljöerna. (Ibid.).

Personer som kommer till Alnarps rehabiliterings-trädgård för behandling har varierande psykisk kraft, även om de flesta befinner sig i basen på pyramiden, och under behandlingen klättrar de långsamt upp mot toppen. Därför har man ansett det viktigt att anläggningen innehåller miljöer som representerar alla fyra nivåerna i pyramiden för att kunna möta patienternas olika behov av mer eller mindre kravfyllda miljöer (Grahn, 2005; Stigsdotter & Grahn, 2003).

## Åtta uppskattade huvudkaraktärer i natur, park och trädgård

En annan del av den forskning som Grahn medverkat i visar att det finns åtta huvudkaraktärer som människor urskiljer i de grönområden som de uppskattar. Dessa åtta karaktärer utgör byggstenarna i parker och trädgårdar (Grahn, 1991; Stigsdotter & Grahn, 2002). Huvudkaraktärerna kommunicerar med besökaren genom bland annat syn, hörsel och doft. Forskningen visar att människor söker och finner ett antal viktiga särdrag i naturområden, park- och trädgårdsrum. En park eller trädgård som innehåller flera av dessa karaktärer eller kvaliteter verkar vara mer tilltalande än den park eller trädgård som bara innehåller en enda karaktär. (Stigsdotter & Grahn, 2002).

De åtta uppskattade huvudkaraktärerna är:

1. Vild Miljön känns opåverkad av människan.
2. Artrik Erbjuder en mångfald av växter och djurarter.
3. Rymd En känsla av att komma in i en annan värld. En sammanhållen helhet.
4. Rofylld En miljö som ger ro och tystnad med naturliga ljud.
5. Allmänning En grön öppen plats som ger överblick, plats för lek och spel.
6. Viste En privat och omgärdad plats, ett eget revir för sinnliga upplevelser.
7. Fest Främjar möten och umgänge med människor
8. Kultur En plats som visar upp samhällets historia och kultur.

(Grahn & Bengtsson, 2004)

Huvudkaraktärerna Vild, Artrik, Rymd och Rofylld tilltalar många människor oavsett deras hälsotillstånd. Människor som är mycket stressade och sårbara och befinner sig i basen på, den ovan beskrivna, pyramiden tilltalar i synnerhet av denna miljö. Karaktärerna Allmänning, Viste och Kultur tilltalar de människor som inte är lika stressade och sårbara och som tycker om att iaktta andra människor men som inte orkar delta själv i deras aktiviteter. Även personer som befinner sig högre upp i pyramiden, det vill säga de som tycker om att vara med andra människor och göra saker tillsammans med andra uppskattar dessa karaktärer. Karaktären Fest uppskattas av en del stressade människor medan andra blir skrämde av den. (Grahn, 2005).

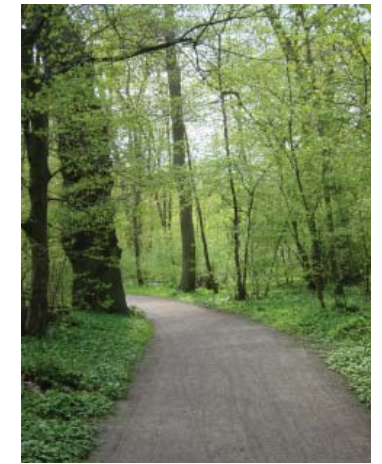
Tanken är att de åtta huvudkaraktärer i natur, park och trädgård ska finnas representerade i Alnarps rehabiliteringsträdgårdar för att möta de olika deltagarnas tillfrisknande och behov av olika miljöer. I det kommande avsnittet beskriver jag hur man har planerat in detta i Alnarps rehabiliteringsträdgårdar.



Vild



Artrik



Rymd



Rofylld

Här visar jag några bilder som kan utgöra exempel på de åtta olika natur-, park- och trädgårdskaraktärerna



Allmänning



Viste



Fest



Kultur

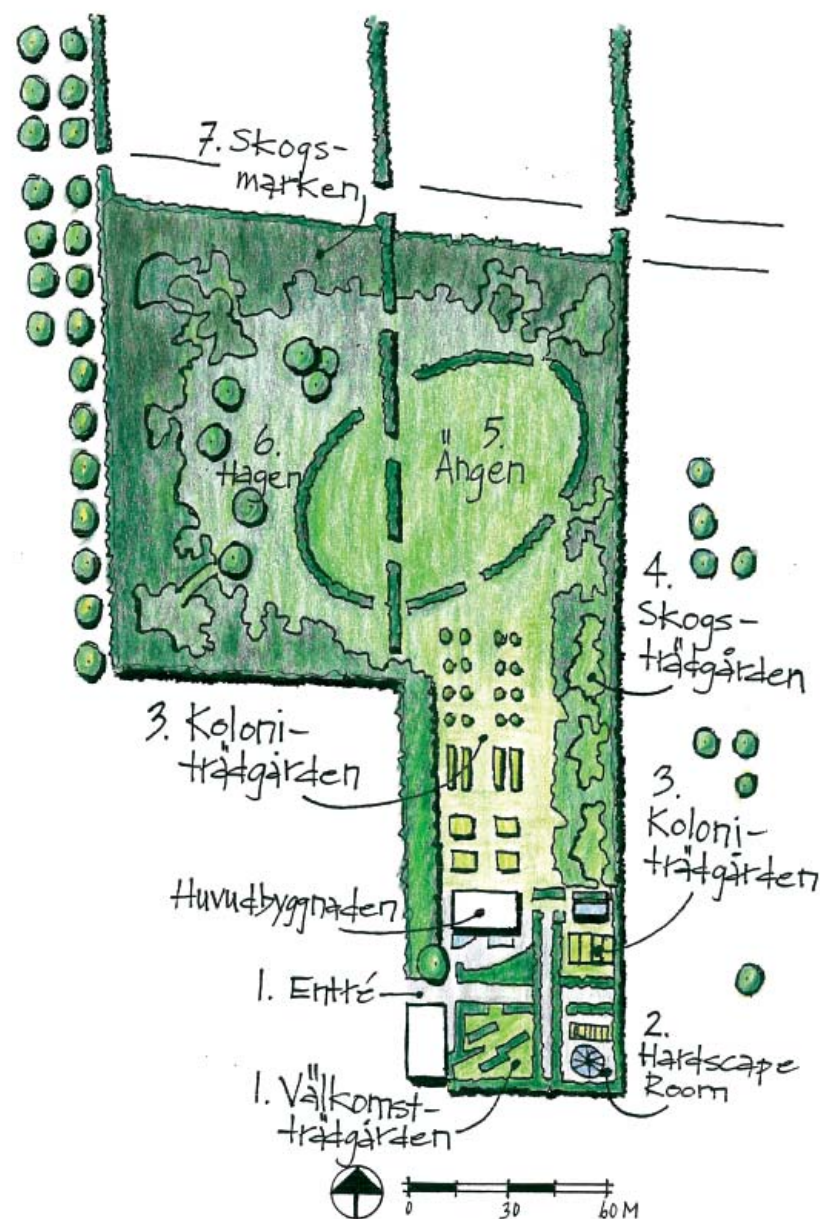
## Planen över Alnarps rehabiliteringsträdgårdar

I det här avsnittet ska jag beskriva hur man vid planeringen av Alnarps rehabiliteringsträdgårdar har införlivat de ovan beskrivna forsknings-teorierna i anläggningen. Utifrån Stigsdotters och Grahns ursprungliga illustrationsplan ska jag beskriva hur det är tänkt att anläggningen ska se ut. Rehabiliteringsträdgårdarna är idag inte helt färdigplanlagda utan det är ett arbete som pågår kontinuerligt. I min beskrivning kommer jag därför att omväxlande tala om det som redan finns men också beskriva det som är planerat. Rehabiliteringsverksamheten däremot är i full gång sedan sommaren 2002.

Alnarp ligger som en grön ö i ett hav av sädesfält med sin 150 år gamla landskapspark och sina utspridda experimentfält. Slottet, jordbruksbyggnaderna och landskapsparken är det vackraste och mest karaktärsskapande elementen i Alnarp. Här har odling och utbildning bedrivits under de senaste 150 åren. Kontrasten mellan parkens organiska och fria former och de strikt geometriska ordnade experimentfälten är ett tema som ska komma igen i Alnarps rehabiliteringsträdgårdar. (Stigsdotter & Grahn, 2003). Rehabiliteringsträdgårdarna förfogar över en yta på 20 000 m<sup>2</sup> och ligger på den del av universitetsområdet som under mer än 70 år har varit ett område för frukt- och bärproduktion. Området har ett frodigt system av höga välklippta lähäckar. Tanken är att rehabiliteringsträdgårdarna ska skämmas av från omgivningarna med hjälp av höga häckar och skogsplanteringar. Klippta häckar har använts för att dela in området i olika trädgårdsrum och på så sätt blir området mer överskådligt för deltagarna i rehabiliteringsverksamheten. (Ibid.).

Illustrationsplanen här bredvid visar hur Alnarps rehabiliteringsträdgårdar är planerade. Anläggningen har, som tidigare beskrivits, fått två huvudinriktningar. Den ena delen ska ha odling, aktivitet och gemenskap med andra människor som sin inriktning. Dessa delar finner man i områdena 2-4 i illustrationsplanen. Den andra delen ska ha en naturlig och restorativ inriktning och dessa delar finner man i områdena 5-7 i illustrationsplanen.

I Välkomsträdgården (1) ligger den mest sociala delen vid entrén och den mer vilsamma delen i rummets sydöstra del. Välkomsträdgårdens sociala del ska vara öppen, ljus och med flera sittplatser, så att man ska kunna slå sig ned för ett kort samtal. Här ska man finna karaktärerna Rofyll, Kultur och Fest. I välkomsträdgårdens vilsamma del är miljön kravlös. Här finns doftande blommor och smakrika bär och man kan sitta både i sol och skugga och de utmärkande karaktärer är Rofyll, Artrik och Viste. (Stigsdotter & Grahn, 2003).



Alnarps rehabiliteringsträdgårdar  
Illustrationsplan

Siffrorna hänvisar till texten där områdena beskrivs närmare. Detta är en modifikation av Stigsdotters illustration i Stigsdotter & Grahn, 2003

odling. Här dominerar grönskan och frodigheten, rummet ska kännas vänligt och mjukt och upplevas mindre kravfyllt än The Hardscape Room. I Koloniträdgården är det karaktärerna Fest, Kultur och Artrik som dominerar. (Grahn, 2005). I Skogsträdgården (4) ska karaktären Viste återfinnas, det vill säga en privat och omgärdad plats, ett eget revir för sinnliga upplevelser. Här ska ges stora odlingsmöjligheter på en liten yta och den organiska och naturliga utformningen skiljer detta rum markant från de övriga odlingsrummen. Tanken är att detta trädgårdsrum ska inbjuda till lek och möjlighet att komma undan. Förutom huvudkaraktären Viste ska man även hitta karaktärerna Artrik och Rymd i Skogsträdgården. (Stigsdotter & Grahn, 2003; Grahn, 2005).

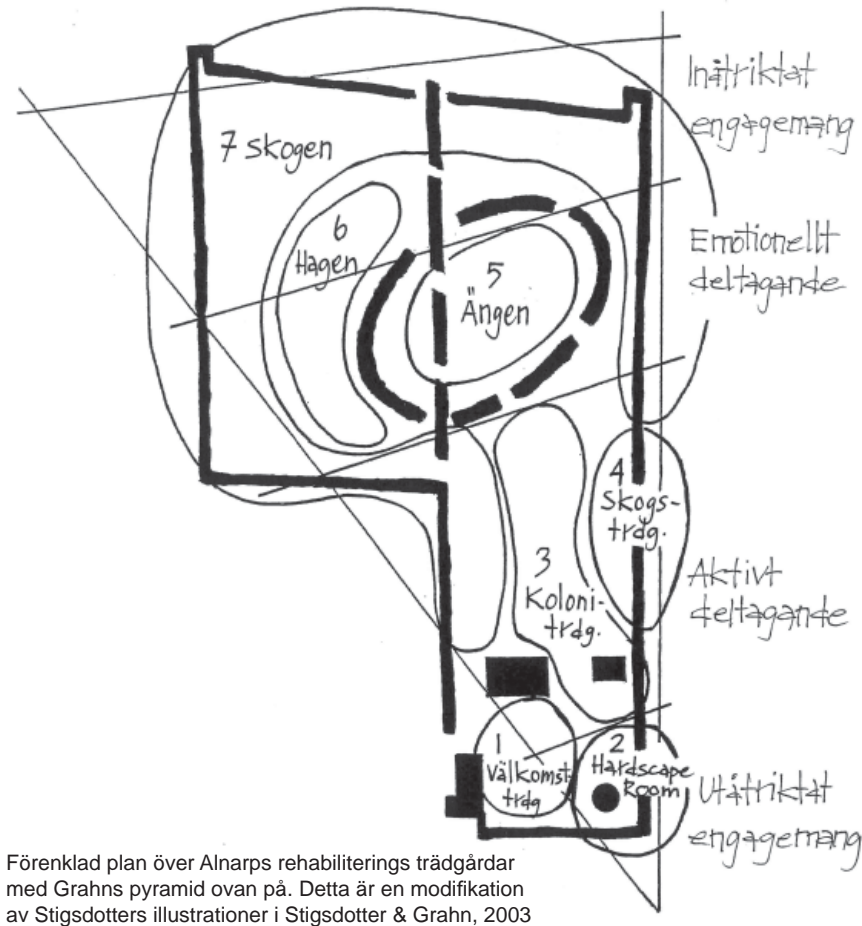
Från entrén och Välkomsträdgården (1) ska man kunna ta en smitväg genom en trädrida upp till de pastorala miljöerna och skogen. I Skogsmärken (7) ska karaktärerna Vild, Artrik och Rymd finnas. I den norra delen ska karaktären Vild vara mest framträdande och artrikedomen ska bestå av det vildblomsflor som finns i en svensk skogslund. Rymd ska upplevas genom trädens stora kronor som ska skapa en känsla av att komma till en annan värld. (Stigsdotter & Grahn, 2003). Skogsmärken ska representera den miljö som en del forskare förordar som den mest restorativa miljön.

Den pastorala Hagen (6) ska bestå av lövträd, buskar och örter som naturligt finns i halvöppna odlingsbygder i södra Sverige. Hagen är en uppskattad naturtyp och här ska den dominerande karaktären vara Rofyll tillsammans med Rymd. (Ibid.). Hagen har också vissa likheter med savannens landskap, vilket är den miljö som vissa forskare förespråkar som den mest restorativa miljön. Hagen ska övergå till Ängen (5) som också är en uppskattad naturtyp. Här ska de framträdande karaktärerna vara Rymd, Rofyll och Allmänning. (Ibid.).

För att kunna bedriva trädgårdsodlingsterapi, horticultural therapy, behövs trädgårdsrum skapade för odling och skötsel. Alnarps rehabiliteringsträdgårdar ska ha tre olika typer av odlingsrum. Den mest krävande miljön ska finnas i The Hardscape Room (2), här är tanken att odlingsbäddar med olika höjder och i raka rader ska signalera effektiv odling och skötsel. I det här rummet ska egentligen ingen av de åtta huvudkaraktärerna finnas representerade. (Ibid.). Koloniträdgården (3) är uppbyggd som en traditionell trädgård med inriktning mot

## Alnarps rehabiliteringsträdgårdar som det ser ut idag

Grahns pyramid (Grahn, 1991) används i gestaltungs-konceptet på så sätt att Skogen och Hagen (7 och 6) med karaktärerna Vild, Rofyllid, Rymd och Artrik, ska kunna användas av dem som befinner sig längst ned i pyramiden, vilket visas i figuren här.

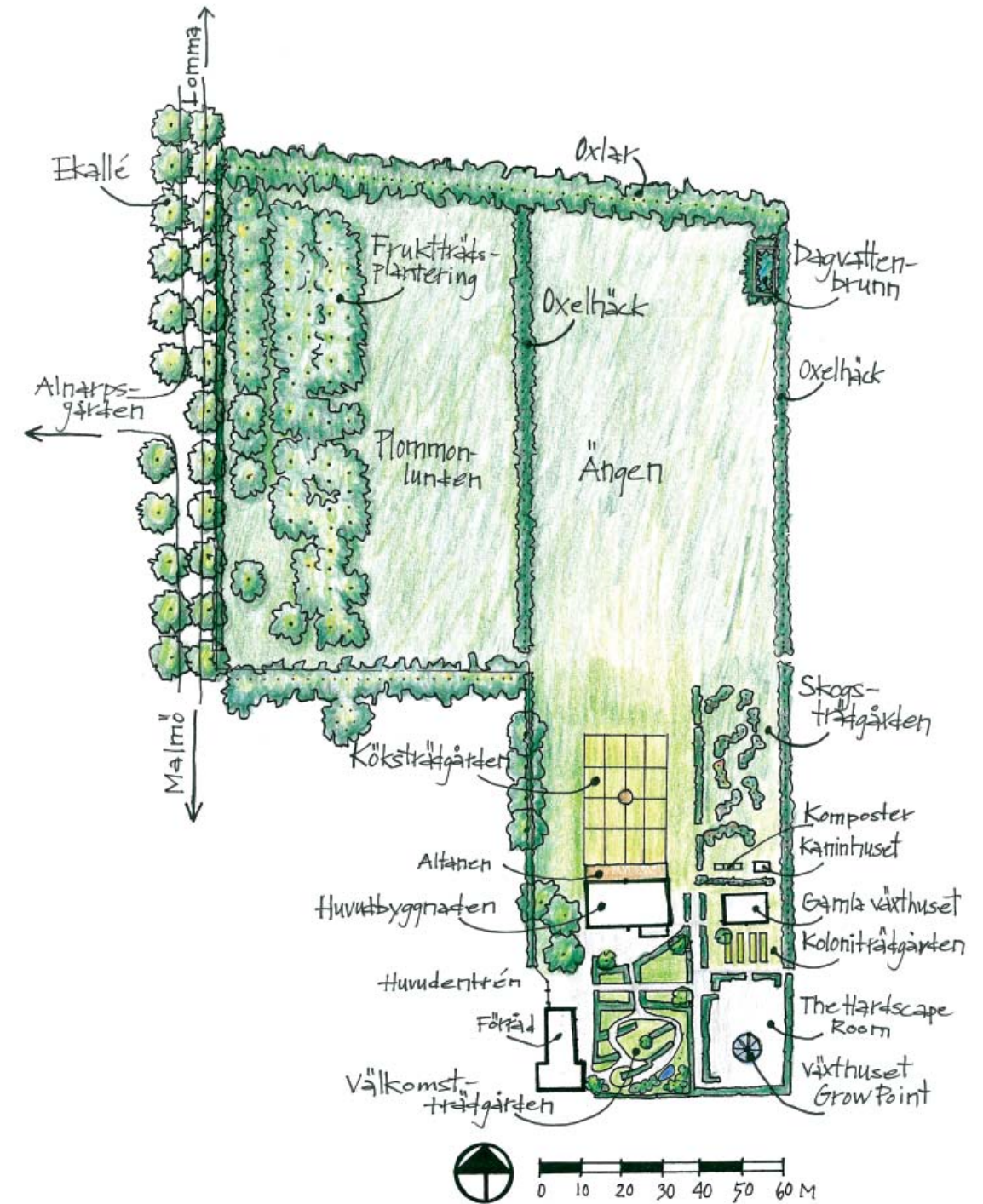


Förenklad plan över Alnarps rehabiliterings trädgårdar med Grahns pyramid ovan på. Detta är en modifikation av Stigsdotters illustrationer i Stigsdotter & Grahn, 2003

Hagen och Ängen (6 och 5) som innehåller karaktärerna Rymd, Rofyllid och Allmänning kan användas av dem som befinner sig på nästa nivå i pyramiden. (Grahn, 2005). Skogsträdgården (4), med karaktärerna Viste, Artrik och Rymd, används av dem som orkar lite mer och när de blivit ännu något bättre kan de vistas i Koloniträdgården (3), där karaktärerna Fest, Kultur och Artrik dominerar, och då befinner man sig på den näst högsta nivån i pyramiden. När man nått den översta nivån i pyramiden är tanken att man ska klara av den mest krävande miljön inne i The Hardscape Room (2). (Grahn, 2005).

Alnarps rehabiliteringsträdgårdar är inte en färdig anläggning, utan den byggs upp allt eftersom av Frederik Tauchnitz, landskapsarkitekt och trädgårdsmästare vid anläggningen. Till sin hjälp har han övrig personal och ibland personer som deltar i rehabiliteringsprogrammet. Anläggningsarbetet följer i stort de ursprungliga planerna, även om vissa förändringar har skett (Tauchnitz, personlig kommunikation 2006-10-11).

Situationsplanen här intill visar hur Alnarps rehabiliteringsträdgårdar ser ut idag. Anläggningen omges av höga klippta oxelhäckar, blandade buskage och trädrader. Området i nordväst kallas för Plommonlundan och här finns en gammal fruktträdplantering. Bredvid ligger Ängen och den skiljs från Plommonlundan med hjälp av en hög oxelhäck. Den planerade Skogsmarken liksom Hagen och den ovala häckomgivna Ängen har inte blivit anlagda. Bakom huvudbyggnaden har en altan i trä byggts och en köksträdgård med låga odlingsbäddar anlagts. Öster om huvudbyggnaden har Skogsträdgården börjat ta form. Strax söder om Skogsträdgården ligger komposterna och kaninhuset. Söder därom ligger Koloniträdgården och det gamla växthuset. Utanför det gamla växthuset ligger låga rektangulära odlingsbäddar. Huvudbyggnaden har fått ett inglasat uterum och söder om huvudbyggnaden har Välkomsträdgården till stora delar blivit anlagd. Det är bara området allra närmast huvudentrén som inte färdig-anlagt. Välkomsträdgården är omgiven av klippta avenbokshäckar och här har perennplanteringar i milda färger anlagts. I Välkomsträdgårdens sydöstra hörn finns en liten damm och några sittplatser där man kan sitta tillsammans men också sittplatser där man rör sig själv. Längst ned i anläggningens sydöstra hörn ligger The Hardscape Room och centralt i rummet står växthuset Grow Point.



0 10 20 30 40 50 60 M

Alnarps rehabiliteringsträdgårdar  
Situationsplan



Huvudbyggnadens inglasade rum

Gamla växthuset



Dammen i Välkomsträdgården



Koloniträdgården



Rabatt i Välkomsträdgården



Vy från Köksträdgården mot Ängen och den planerade Skogsmarken



Altanen och Köksträdgården



Köksträdgården i sensommarskrud



Vy från den planerade Skogsmarken mot Skogsträdgården, Ängen och Köksträdgården



## Målgruppen och verksamheten vid Alnarps rehabiliteringsträdgårdar

Alnarps rehabiliteringsträdgårdar tog emot sina första deltagare sommaren 2002. Alla deltagare har diagnosen utmattningssyndrom och de har blivit remitterade av försäkringskassan för att delta i rehabiliteringsprogrammet. Rehabiliteringsperioden är tolv veckor och det finns möjlighet att förlänga perioden om det behövs. Deltagarna har själva haft önskemål om att få komma till Alnarps rehabiliteringsträdgårdar och deras problem behandlas av både den vita och gröna sektorn. I rehabiliteringsträdgårdarna arbetar arbetsterapeut, sjukgymnast, psykoterapeut (vita sektorn) och en antroposofisk läkemedelsterapeut samt en landskapsarkitekt (gröna sektorn). Varje deltagare har också en ansvarig läkare. (Grahn, 2005; Stigsdotter & Grahn, 2003).

Människor som drabbas av utmattningssyndrom är ofta ambitiösa personer som under en längre period åsidosatt sina egna behov. Det har lett till att de har stängt av kontakten med sin kropp, sina sinnen och sina känslor. (Schmidtbauer, 2005). Alla har de svårigheter med koncentrationsförmågan, närminnet och de känner trötthet och värk i kroppen. De pendlar mellan sorg och ilska, upplever förtvivlan och har svårt för att stå ut med andra människor. Människor som drabbas av utmattningssyndrom upplever att de inte längre kan fungera tillsammans med sin omgivning. Personerna känner sig som offer under en osynlig makt utan att kunna påverka något. Det handlar om en existentiell kris där det inte går att tolka omvärlden och deras självkänsla och identitet måste byggas upp på nytt. (Grahn, 2005).

Trädgården är en miljö och ett medel att åstadkomma en förändring. Det gäller att bygga upp tanke, känsla, kropp, kommunikation och samspel till en helhet där allt hänger samman och fungerar igen hos deltagaren. Tanken är att genom sinnesupplevelser i trädgården, den trygga miljön och mötet med kompetent personal ska deltagarna ges möjlighet att öppna sig och få en ny syn på sig själva. (Ibid.). Genom att stimulera sinnena försöker man bryta deltagarnas skal och uppmuntra dem till att delta i olika aktiviteter (Stigsdotter & Grahn, 2003).



Det är nödvändigt att rehabiliteringen i trädgården har en tydlig struktur och varje dag består därför av en inledning, ett genomförande och en avslutning (Schmidtbauer, 2005). Varje deltagare får ett individuellt anpassat rehabiliteringsprogram. Programmet innehåller bland annat trädgårdsaktiviteter, hantverk, sjukgymnastik och psykoterapi. (Grahn, 2005). Bland trädgårdsaktiviteterna kan nämnas



Olika aktiviteter i rehabiliteringsträdgården



promenader, att sitta ned och bara vara, odla, vattna, rensa, kratta, röja och vara med och anlägga delar av trädgårdsrummen. Det är dock viktigt att deltagarna känner att de kan möta trädgårdens krav i sin egen takt och att de klarar av både trädgårdarnas miljöer och aktiviteterna i trädgårdarna (Stigsdotter & Grahn, 2003).

## Bakgrunden till The Hardscape Room

Tanken är att Alnarps rehabiliteringsträdgårdar ska ha tre olika odlingsrum där det ska bedrivas trädgårdsodlingsterapi, horticultural therapy. Odlingsrummen: Skogsträdgården, Koloniträdgården och The Hardscape Room, ska alla ha sina speciella inriktningar och rummens miljöer ska ställa olika krav på deltagarna. The Hardscape Room ska vara det mest extrema och krävande rummet av alla rum i hela anläggningen. Ingen av de åtta huvudkaraktärerna ska finnas representerade och rummet ska vara mest lämpat för de deltagare som befinner sig i pyramidens topp. Det ska också vara ett försök till att designa ett trädgårdsrum där enbart aktiviteten, odlingen, står i fokus. (Stigsdotter & Grahn, 2003).

Idén till The Hardscape Room föddes när professor, landskapsarkitekt, Patrik Grahn och agronomie doktor, landskapsarkitekt, Ulrika Stigsdotter, besökte en konferens i New York som American Horticultural Therapy Association (AHTA) anordnade. Vid konferensen hölls föreläsningar om olika trädgårdar där odling bedrevs som en terapiform och man visade bland annat miljöer från olika Aids-sjukhus i USA. Bilderna från dessa trädgårdar förvånade både Grahn och Stigsdotter, allt var nämligen hårdgjort och det var väldigt lite grönska i trädgårdarna. Det föreläsarna kallade för trädgårdar överensstämde väldigt dåligt med den bild av trädgårdar som Grahn och Stigsdotter hade. Det var målat på betongen och den lilla växtlighet som fanns hade används på samma sätt som man använder växter inomhus. Ibland hade Grahn och Stigsdotter svårt att se om bilderna visade inomhus- eller utomhusmiljöer. (Grahn, personlig kommunikation 2006-10-11; Stigsdotter, personlig kommunikation 2006-11-01).

En tid efter konferensen i New York besökte professor Diane Relf från Virginia Tech University, Sveriges lantbruksuniversitet (SLU) i Alnarp. Hon föreläste om och visade bilder från olika miljöer där hon bedrev odling som terapi. Hon visade bland annat bilder från ett sjukhus där patienter stod på ett tak och odlade blommor i cementrör. Relf ansåg att

det var aktiviteten odling som var det väsentliga och hur det såg ut runt omkring var inte så viktigt. Grahn och Stigsdotter började fundera kring Relfs teorier. Kunde det vara så att rummets utformning var av underordnad betydelse? Grahn tyckte att det skulle vara intressant att studera närmare om Diane Relfs idéer verkligen stämde. (Grahn, personlig kommunikation 2006-10-11). Idén till The Hardscape Room hade fötts och namnet The Hardscape Room kommer från att rummet skulle vara byggt av hårdgjorda material och vara tillgänglighetsanpassat (Grahn, personlig kommunikation 2006-10-11).

Ursprungligen var tanken att skapa ett trädgårdsrum som var trogen Diane Relfs idé om att asfalt och cementrör var allt som behövdes. Rummet skulle vara enkelt, naket samt ha en modern prägel och här skulle effektiv och rationell odling bedrivas. (Grahn, personlig kommunikation 2006-10-11). Trots rummets avskalade och funktionella uttryck skulle det inte vara ett dåligt rum. Det skulle vara jämförbart med de andra trädgårdsrummen och visa samma omsorg och omtanke i utformningen. På samma sätt som i de andra odlingsrummen skulle även jord, frö och plantor vara av bra kvalitet (Stigsdotter, personlig kommunikation 2006-11-01).

Genom att ha olika typer av trädgårdsrum för odling, allt från den organiska formen i skogsträdgården till den geometriska formen i The Hardscape Room, skulle man kunna undersöka dels vilka miljöer som deltagarna föredrog, dels om trädgårdsrummets utformning och mängden av grönt hade en underordnad betydelse i förhållande till aktiviteten odling (Stigsdotter, personlig kommunikation 2006-11-01).

I The Hardscape Room skulle man, förutom att pröva Relfs teorier, även kunna testa olika odlingsbäddar: höga, låga, mittemellan och olika bredder på bäddarna. Odlingsbäddarna skulle kunna läggas ut i olika mönster och ha olika form. (Grahn, personlig kommunikation 2006-10-11). Eftersom upphöjda bäddar behöver mer tillsyn och bevattnings, ställer det höga krav på deltagarna att sköta odlingarna, vilket passar extra bra just i detta rum (Stigsdotter, personlig kommunikation 2006-11-01).



Växter i betongrör

Med tiden har de ursprungliga idéerna om avskalat och naket luckrats upp något, delvis för att ingen riktigt tror på Diane Relfs idé, säger Patrik Grahn (personlig kommunikation 2006-10-11). Alltjämt finns vissa gestaltningsidéer kvar. Det viktigaste är att odlingen står i centrum och att det är ett rum för aktivitet. Vidare ska rummet skilja sig från de övriga trädgårdsrummen och ha en futuristisk eller modern prägel. Däremot är inte alla åtta karaktärerna bannlysta längre. Karaktären Fest, det vill säga social samvaro, är tillåtet och rummet får fungera som en social mötesplats. Även karaktären Kultur kan finnas i rummet. (Grahn, personlig kommunikation 2006-10-11).

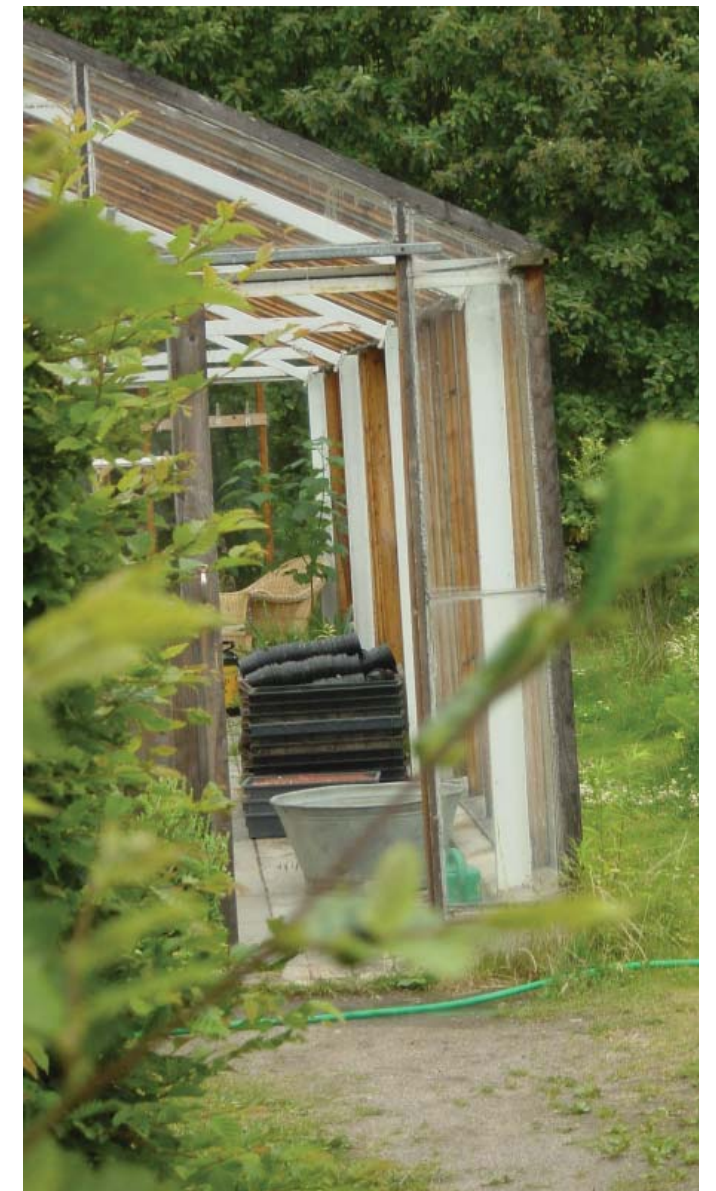
De hårdgjorda ytornas främsta uppgift är att göra trädgårdsrummet tillgängligt för alla. Plattor är kostsamt men genom sponsring från företag har det blivit ett realistiskt alternativt och plattor kombinerat med grus kan vara en möjlighet. Ett projekt i odlingsbäddsutveckling, där man prövar olika typer av odlingsbäddar, skulle kunna drivas här, enligt Grahn (personlig kommunikation 2006-10-11).

Det vore önskvärt med ett flexibelt rum och att det fanns en öppen demonstrationsyta. Odlingsbäddar på hjul som möjliggör enkel förflyttning, klaffbord och liknande kan vara exempel på flexibla lösningar. Man skulle kunna visa hur billigt man kan göra men ändå få ett lyckat resultat. Här kan finnas pergola, höga urnor med växter och värmebänkar för att förlänga säsongen. Olika möbler skulle också kunna prövas i rummet. Vatten kan förekomma för att binda ihop eller avgränsa, springvatten, dammar eller fågelbad kan också förekomma i rummet. (Grahn, personlig kommunikation 2006-10-11).

Ulrika Stigsdotter (personlig kommunikation 2006-11-01) tycker att det viktigaste är att odlingen står i centrum, att växtbäddarna är upphöjda och att rummet får en geometrisk utformning samt att rummet är hårdgjort och tillgänglighetsanpassat. Vidare behövs det sittplatser, vilket är något som saknas i hela anläggningen idag. Vatten vore också

bra dels för att trola bort lite av motorvägsbullret, dels för att vatten är stämningsskapande.

Strax norr om the Hardscape Room ligger ett annat odlingsrum med en helt annan karaktär. Där är det den gamla koloniträdgården som är förebilden. Där finns ett gammalt klassiskt växthus i trä och utanför växthuset ligger raka låga odlingsbäddar. Det är viktigt att man kan röra sig smidigt mellan the Hardscape Room och Koloniträdgården, både av praktiska skäl men också för att man ska kunna uppleva kontrasten mellan de två rummen, säger Frederik Tauchnitz (personlig kommunikation 2006-10-11).



Gamla växthuset

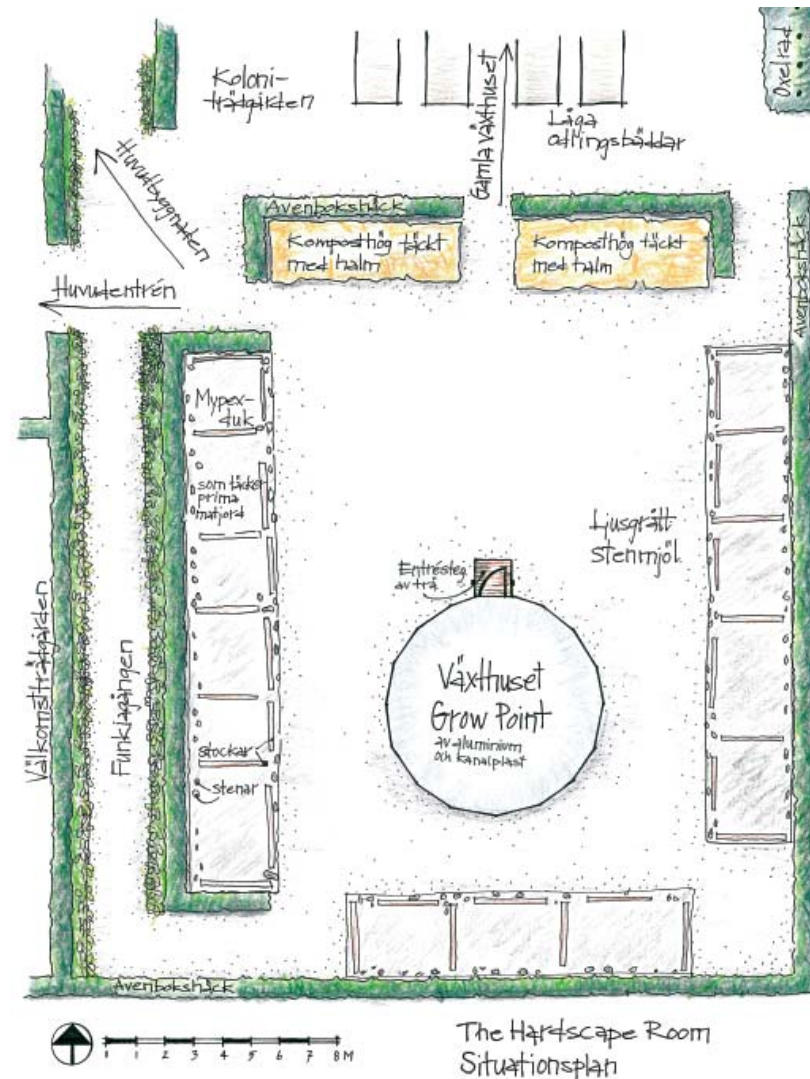
## The Hardscape Room som det ser ut idag

Rummet är idag inte anlagt men är inramat av klippta avenbokshäckar, cirka 1,7 m höga och markbeläggnen består av ljusgrått stenmjöl. Rummet har en rektangulär form (22 m x 26 m) och är på cirka 570 m<sup>2</sup>. Centralt i rummet står växthuset Grow Point. Utmed kanterna ligger matjord övertäckt med Mypexduk, här finns också komposthögar som är täckta med halm. Tanken är att man ska ha prima matjord att lägga i odlingsbäddarna när The Hardscape Room är anlagt.

Grow Point har ett helt annat formspråk än något annat i Alnarps rehabiliteringsträdgårdar och ger rummet en speciell karaktär. Växthusets är sextonkantigt och står på en sockel av byggtimmer. Glasningen är av kanalplast som är fäst i aluminiumlister och formen leder tanken till en igloo. Tillverkaren av Grow Point ville testa och utveckla sitt växthus och Patrik Grahn tyckte att växthusets formspråk passade in i den miljö man hade tänkt sig i rummet (personlig kommunikation 2006-10-11). I Grow Point har man samtalsterapi och man vinterförvarar även växter här. Tidigt på odlingssäsongen driver man upp frö och sticklingar och under sommarsäsongen odlas det bland annat tomater i växthuset.



Vy norrut mot Gamla växthuset



Chilifruktar och tomater i Grow Point



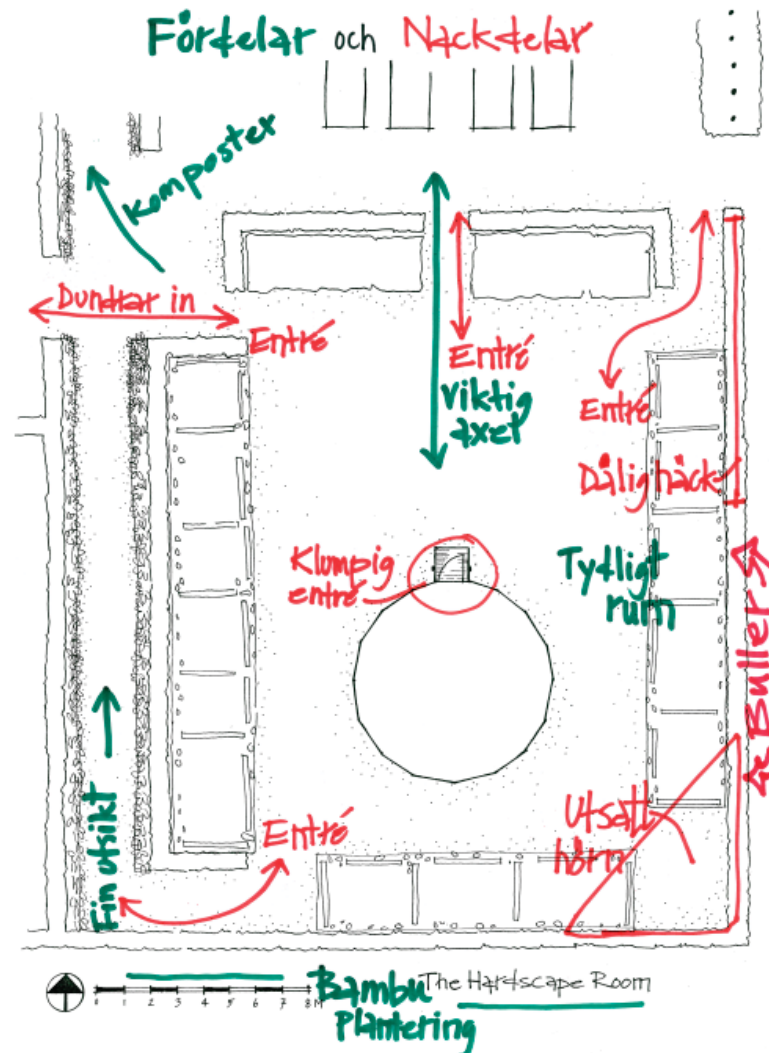
Plats för samtalsterapi inne i Grow Point



Vy söderut mot växthuset The Grow Point

För att inte glömma bort viktiga för- och nackdelar som jag tycker finns i rummet gjorde jag en enkel rumsanalys. En stor fördel är att rummet har en tydlig form och rumskänsla tack vare de uppvuxna och klippta avenbokshäckarna. Det finns en tydlig axel mellan Grow Point och Koloniträdgårdens växthus. Det är relativt nära till komposterna bakom växthuset i Koloniträdgården. Utanför den södra häcken finns en bambuplantering som med tiden kommer att sticka upp ovanför häcken och bli en vacker bakgrund samt ge ifrån sig ett trevligt rassel när vinden blåser genom bambun. Längst ned i Funkiagången har man en fin utsikt när man tittar norr ut mot ången.

Den största nackdelen med rummet är att man leds rakt in i rummet ända från huvudentrén, utan att man har för avsikt att besöka rummet. Det är många entréer in till The Hardscape Room och det skapar ett visst kaos i rummet. Entrén till växthuset är klumpig och ser överdimensionerad ut. Rummets sydöstra hörn är vindutsatt och halva häcken i nordöst är gles och har dålig tillväxt. Rummet är bullerstört av trafiken på motorvägen som går cirka 1,5 km öster om Alnarps rehabiliteringsträdgårdar.



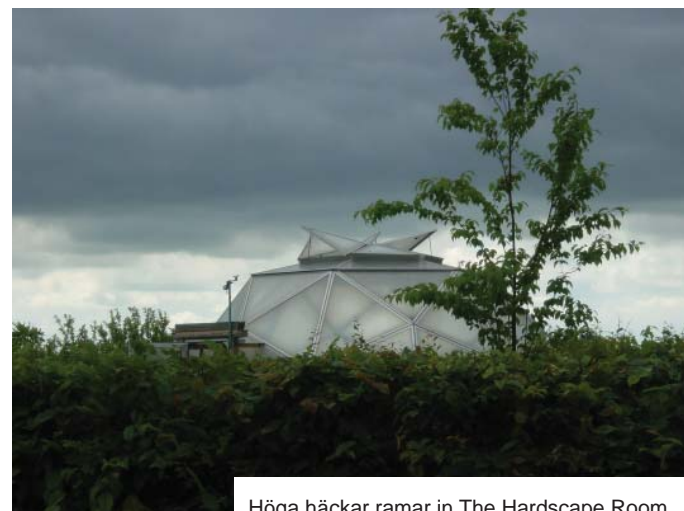
Gången som leder dig rakt in till The Hardscape Room



Vy från The Hardscape Room mot huvudentrén



Axeln mellan The Hardscape Room och Gamla växthuset



Höga häckar ramar in The Hardscape Room



Klumpig entré



Fin utsikt genom Funkiagången



Del av häcken som är i dålig kondition

# ARBETET MED DE FÖRSTA FÖRSLAGEN

## Mina första tankar

Jag började mitt arbete med att läsa artikeln *Experiencing a Garden: A Healing Garden for People Suffering from Burnout Diseases* av Ulrika Stigsdotter och Patrik Grahn (Stigsdotter & Grahn, 2003). Genast började jag fundera över hur Stigsdotter och Grahn hade beskrivit sin vision av *The Hardscape Room*.

Enligt Stigsdotter och Grahn skulle *The Hardscape Room* inte innehålla någon av de åtta huvudkaraktärerna och vegetationen skulle inte vara en del av trädgårdskompositionen. Rummet skulle utstråla effektivitet, odlingsbäddarna skulle stå i raka rader och det skulle vara ett attraktivt rum, inte ett dåligt rum. Kvalitetsmässigt skulle rummet vara jämförbart med de övriga trädgårdsrummen i anläggningen.

Initialt hade jag väldigt svårt att se en bild över det framtida rummet, att inte använda sig av vegetationen när man skapar trädgårdsmiljöer kändes lite främmande. För mig ligger det i sakens natur att vegetationen är huvudattraktionen i en trädgård. Stigsdotter och Grahn kallade rummet för *The Hardscape Room*. Jag visste inte riktigt vad det betydde eller stod för, kanske redan namnet på rummet satte stopp för mina tankar.

Jag hade mycket lättare att ta till mig och förstå de övriga trädgårdsrummen som beskrevs i artikeln. Här skulle de åtta huvudkaraktärerna i natur, park och trädgård finnas representerade i olika omfattning. Namnen på trädgårdsrummen: Skogen, Hagen, Ängen, Skogsträdgården, Koloniträdgården och Välkomsträdgården, ledde tanken direkt till välbekanta miljöer. Min fantasi sattes igång direkt, färger, former, växter, här dök den ena idén efter den andra upp. Vidare skulle vegetationen vara ett viktigt byggmaterial i dessa rum.

Det var uppenbart att Stigsdotter och Grahn hade tänkt sig något annat än ett traditionellt trädgårdsrum, men vad och hur? Jag kände en viss irritation över att jag inte hade några gestaltningsidéer samtidigt som jag kände en stor utmaning inför uppgiften.

Efter att ha läst artikeln av Stigsdotter och Grahn ville jag besöka anläggningen och trädgårdsrummet så fort som möjligt för att få en upplevelse av och känsla för platsen. Här har jag sammanfattat mina första tankar som uppkom vid det besöket.

De höga häckarna runt *The Hardscape Room* och de andra trädgårdsrummen tyckte jag skapade lite mystik och väckte nyfikenheten. Häckarna skapade tydliga rum och jag upplevde det som positivt att jag inte fick total överblick över trädgårdarna utan jag fick gå runt och upptäcka de olika rummen. Avenbokshäckarna, fungerade som effektiva rumsavskiljare samtidigt som de gav rummen en mjuk inramning. När jag var inne i *The Hardscape Room* kunde ingen se mig utifrån, det gav en känsla av att här får man vara ifred och att man inte behöver ta del av det som händer utanför rummet. Det var något som jag också tyckte var värdefullt.

Funkiagången ledde mig ner i den södra delen av anläggningen och härifrån var det en vacker utsikt bort mot Koloniträdgården och Ängen, det ville jag ta hand om på något sätt.

I *The Hardscape Room* fanns växthuset *Grow Point* och det såg onekligen annorlunda ut. Det såg ut som något som hade kommit från yttre rymden eller möjligen en plastigloo. I mina ögon var växthuset inte vackert men det var lite spännande och fräckt. Det var två helt olika saker att titta på växthuset från utsidan och att vara inuti det. Det senare var en betydligt mer positiv upplevelse än jag hade trott, inte bara för växterna som fanns där och den miljö som växterna skapade, utan mer den speciella rumsupplevelsen jag kände inne i halvklotet. Jag kände mig omsluten. Tankarna gick direkt till alla de snögrottor jag grävt som barn. Jag blev helt enkelt förtjust i växthuset, även om jag inte uppskattade det vid första anblicken.

När man öppnar grinden vid rehabiliterings-trädgårdarnas huvudentré ser man rakt in i *The Hardscape Rooms* norra del och en gång leder in i rummet. Det tyckte jag var konstigt, jag kunde inte förstå varför *The Hardscape Room* skulle vara det första man ser när man kommer in i anläggningen.



Rumsskapande häckar



Häckar och vegetation skapar stämning



Inne i *Grow Point*



Häcken vid huvudbyggnaden



*Grow Point* sett bakifrån

Den axeln måste få ett annat slut. Om entréaxeln fick ett stopp vid häckarna utanför The Hardscape Room skulle det bildas ett litet torg med trädgårds-gångar som ledde vidare till de andra trädgårdsrummen. Det var en idé som tålde att funderas på. Jag började också fundera över om alla ingångar till The Hardscape Room verkligen behövdes, det fanns fyra stycken. Antalet ingångar var naturligtvis beroende av hur rummet slutligen utformades, men många ingångar ger många riktningar i rummet och det skapar oro, vilket inte är så bra med tanke på deltagarnas hälsa. Det var något jag måste hålla i minnet. Förbindelsen mellan Grow Point och det gamla växthuset i Koloniträdgården kändes viktig och naturligt, så den tänkte jag försöka värna om.

The Hardscape Room är ett mindre trädgårdsrum i en större trädgård. Rummet är tänkt i första hand för de personer som befinner sig i slutet av sin rehabilitering och alltså i toppen på Grahns pyramid. Rummet ska vara en del i förberedelserna av deltagarna inför en tuffare och mer kravfylld verklighet som kommer att möta dem när de är klara med sitt rehabiliteringsprogram. Miljön måste vara uppbyggande och stärkande samtidigt som den är krävande och effektiv. Men hur ser en sådan miljö ut?

Efter att jag hade gått runt i Alnarps rehabiliteringsträdgårdar hade jag en uppfattning om anläggningens och trädgårdarnas skala och hur långt man hade kommit i anläggningsarbetet. Jag hade också fått en känsla för den atmosfär som fanns i anläggningen och sett spår av de aktiviteter som deltagarna höll på med. Några idéer och funderingar hade jag fått efter platsbesöket, men någon bild över rummets utformning, det hade jag inte ännu.

Jag funderade över mitt uppdrag och hur jag skulle gå vidare i mitt arbete. Idén hade kommit från Ulrika Stigsdotter och tanken var att jag skulle göra ett gestaltungsförslag som skulle kunna anläggas. Jag såg mitt uppdrag som att jag skulle skapa en miljö som är dels en arbetsmiljö och ett arbetsredskap för personalen vid rehabiliteringsträdgården, dels en forskningsmiljö för Patrik Grahns forskningsgrupp samt en rehabiliteringsmiljö för deltagarna vars hälsa är

nedsatt. Dessa tre grupper har förstås egna önskemål om rummets utformning och olika behov som ska tillgodoses. Jag bestämde mig för att ta reda på de olika intressentgruppernas önskemål och behov och jag ville om möjligt träffa dem, eftersom jag tror att man kan få mycket information och erfarenhetsutbyte när man samtalar med varandra.

Min roll som gestaltare ser jag som en sorts uttolkare och sammanlänkare av olika gruppers önsknings, eftersom jag tolkar och sammanlänkar sker en blandning av mina och andras idéer. Det krävs att jag är lyhörd och har förståelse för andras synpunkter samtidigt som jag leder och styr arbetet mot ett slutmål som inte lyser av ändlösa kompromisser. Jag tyckte att det skulle bli spännande att se hur mitt arbete utvecklades.

## Mina funderingar och idéer efter intervjuerna

I det här avsnittet sammanfattar jag dels mina funderingar efter intervjuerna, dels önskemål och idéer om rummets utformning som kommit fram vid intervjuerna.

Efter intervjuerna kändes det som om många viktiga bitar föll på plats. Jag förstod tankarna bakom generalplanen över Alnarps rehabiliteringsträdgårdar mycket bättre och framfört allt bakgrunden till The Hardscape Room och vad rummet hade för funktion att fylla både i rehabiliteringen och i forskningen. Intervjuerna gav mig också en inblick i vad de hade för önskemål när det gäller utformningen av The Hardscape Room och vad de ville använda rummet till. De hade alla lämnat både konkreta och mindre konkreta önskemål på såväl funktioner som direkta föremål de ville ha i The Hardscape Room.

Intervjuerna var också väldigt inspirerande och jag smittades av den entusiasm och glädje som de intervjuade visade för den verksamheten som de bedriver i anläggningen. Tankearbetet tog fart och nu gällde det att ta fasta på förslag och idéer och få ihop en fungerande helhet.

Jag kände en viss befrielse över att förhållandet till Diane Relfs idéer hade mjuknat med åren. Känslan av befrielse från Relfs idéer tyckte jag mig uppleva även hos personalen. Jag tyckte att det fanns en poäng i de ursprungliga idéerna. Det som tilltalade mig var tanken att trädgårdsrummet skulle ha olika karaktärer och funktioner. Kopplingen mellan de åtta huvudkaraktärerna i natur, park och trädgård och Grahns pyramid är en intressant teori som man borde hålla kvar vid och pröva i verkligheten. Det samma gäller idén att genom tre olika odlingsrum undersöka dels vilka miljöer som deltagarna föredrar, dels om trädgårdsrummets utformning och mängden av grönt har en underordnad betydelse i förhållande till aktiviteten odling.

Möjligheten för deltagarna att få uppleva kontraster och olikheter är också en spännande idé. Kontrasten mellan Koloniträdgården och The Hardscape Room är ett bra exempel. Det är två rum som ligger bredvid varandra och det handlar om odling som aktivitet men i olika miljöer. Koloniträdgården ger ett frodigt och lummigt intryck och miljön känns välbekant. I gräsmattan står raka odlingsbäddar omfattade av träramar, bärbuskar i rader och ett gammalt växthus i trä och glas. I The Hardscape Room ska man prova på odling i en stramare, mer avskalad och funktionell miljö. Tankarna var fantasieggande och jag började bli nyfiken på om deltagarna skulle trivs eller må bättre i det ena eller andra rummet.

Över Alnarps rehabiliteringsträdgårdar tyckte jag att det vilade en känsla som jag skulle vilja beskriva som: *grönt, lummigt, prunkande, frodigt, fritt, ombonat, hemtrevligt och lite gulligt-känsla*. Jag har inte lyckas hitta någon bra benämning för denna känsla, men jag har valt att i detta arbete kalla den för "Cottage Garden"-känsla. The Hardscape Room



Frodig grönska utanför Gamla växthuset

ska tillföra Alnarps rehabiliteringsträdgårdar en annan känsla, en känsla av enkelhet och avskalad stramhet.

Personalen vid Alnarps rehabiliteringsträdgårdar ville att The Hardscape Room skulle vara ett rum för odling och hantverk (personlig kommunikation 2006-10-24). Eftersom odling kan ske under en begränsad del av året på våra breddgrader skulle aktiviteten hantverk kunna medföra att trädgårdsrummet kunde utnyttjas under en längre period av året, därför ville jag ta vara på idén om odling och hantverk. Genom intervjuerna visste jag att man arbetade med bland annat pilflätning och betonggjutning av mindre föremål.

De som drabbas av utmattningssyndrom har ofta dålig kontakt med sina sinnen och i rehabiliteringen tränar man deltagarna bland annat att återkomma i kontakt med sina sinnen. Därför framfördes önskemål om vatten i The Hardscape Room eftersom det både kan stimulera sinnena och skänka ro.

The Hardscape Room är en öppen och väl solbelyst plats vilket är bra när man odlar växter men det blir en oerhört varm plats att arbeta på. Därför önskade personalen sig en pergola som både skulle skänka skugga och ha en hög trivselseffekt (personlig kommunikation 2006-10-24). Jag tyckte att det här var önskemål som kunna tillgodoses.

Det fanns en axel mellan Grow Points entré och det gamla växthusets entré som bland annat ledde till att The Hardscape Room fick en tydlig fram och baksida. Alla hade framfört önskemål om att hela rummet skulle komma till användning och att det skulle finnas så kallade dragplåster som gjorde att man utnyttjade hela rummet.

Växthuset Grow Point sätter sin prägel på rummet och skapar en speciell atmosfär. Intervjuerna hade gjort klart för mig att Grow Point var mycket omtyckt. Personalen och den tidigare deltagaren beskrev Grow Point som välkomnande, varmt och tryggt. Växthuset användes både till odling och som samtalsrum, så växthuset hade flera



Grow Point sätter prägel på rummet

funktioner och var så att säga etablerad på platsen (personlig kommunikation 2006-10-24; personlig kommunikation 2006-11-02). För mig stod det klart att Grow Point försvarade sin plats i rummet.

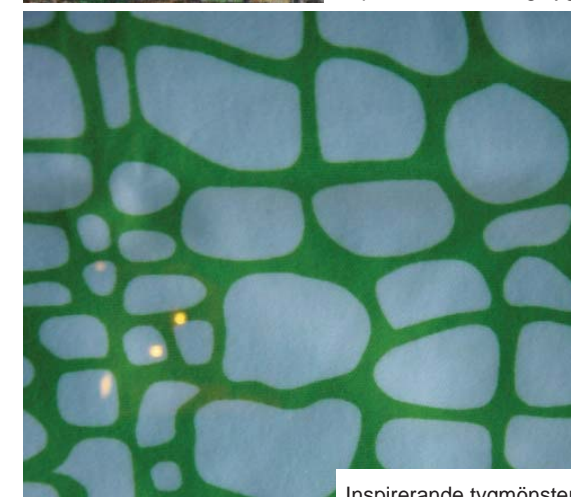
Det hade också framkommit att efter terapisaftalen inne i Grow Point behövde deltagaren ofta en stund för sig själv för att varva ned och man behövde en snabb väg ut ur The Hardscape Room och in i Välkomsträdgården, gärna in i den delen där dammen ligger. I häcken kunde det finnas en port med ett litet hål i så att man såg om någon redan var där inne och då skulle man inte bara klampa på. Det här kändes som en viktig bit att ta fasta på.

Jag började leta efter inspirationsbilder, miljöbilder och material i trädgårdsböcker, trädgårdstidningar, trädgårdshistorielitteratur och produktkataloger. Det jag framförallt försökte komma på var ett koncept, ett tema eller en form, som jag skulle kunna utveckla till ett förslag. Parallellt skissade jag på olika idéer och former.

Det var särskilt två tygmönster som satte fart på mina tankar. Det ena var mönstret på ett gammalt klänningstyg. Mönstret hade en tydlig geometrisk form som bildade olika stora rektanglar. Det andra tygmönstret hittade jag på ett babyplagg från företaget Lollopard i Malmö. Lollopard hade i sin tur fått inspirationen till mönstret från en majscolv som de hade tittat på i stark förstoring. I båda mönstren såg jag embryon till en övergripande form jag kanske skulle kunna använda mig av. Jag hittade också en bild i en produktbroschyr från Nordform som visualiserade den känsla som jag ville skapa i The Hardscape Room.



Inspirerande klänningstyg



Inspirerande tygmönster



Bild: Nordform/Bildgården

Inspirationsbild: Tänkt rums känsla

## Skisspresentationen

Jag bestämde mig för fyra hörnstenar i min gestaltning av The Hardscape Room och de var att rummet skulle:

- Vara ett rum för odling och hantverk
- Avvika från de andra trädgårdsrummen
- Upplevas som modernt
- Ha en tydlig form

Hörnstenarna kom från både intervjuerna och artiklarna av Stigsdotter och Grahn, så det var ju inga nyheter. När jag väl hade formulerat hörnstenarna kändes det som om jag började bli mer fokuserad.

Jag ville att utformningen av rummet skulle skapa möjligheter till aktiviteter och att det skulle finnas utrymme för personalen och deltagarna att fylla rummet med sina idéer. Formen är fast men föränderligheten och rummets förvandling kommer från personalens och deltagarnas idéer samt från årstidernas växlingar.

The Hardscape Room ska avvika från de övriga trädgårdsrummen och då är det viktigt att komma bort från den "Cottage Garden"-känsla som jag tycker vilar över dagens anläggning. Genom att ge rummet en tydlig och stram form där vegetationen inte är en del av gestaltningen och genom att använda material som inte används i de andra trädgårdsrummen kan man komma bort från "Cottage Garden"-känslan och ge rummet en avvikande gestaltning.

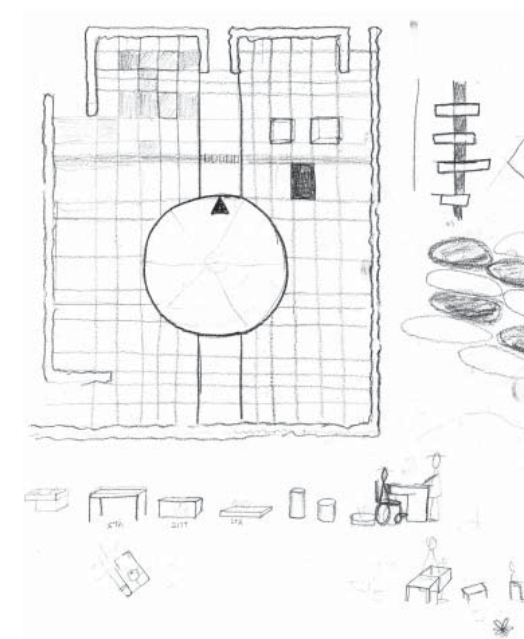
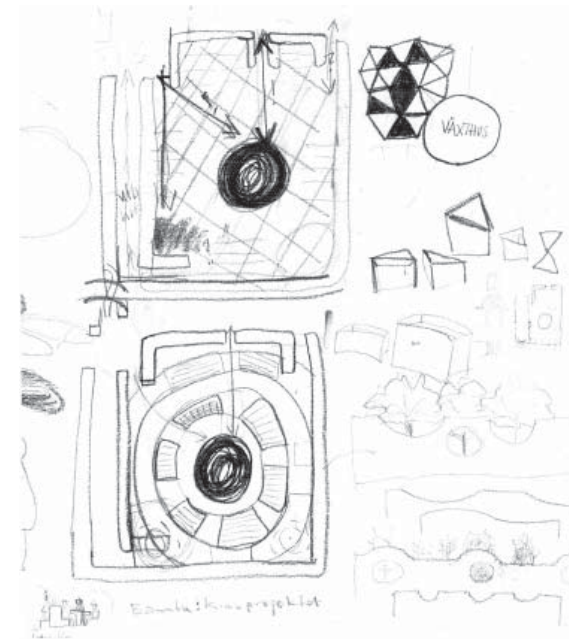
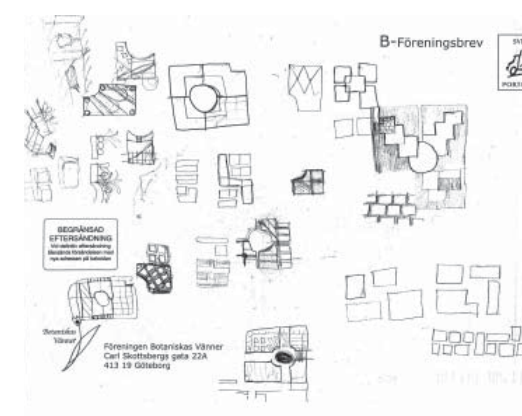
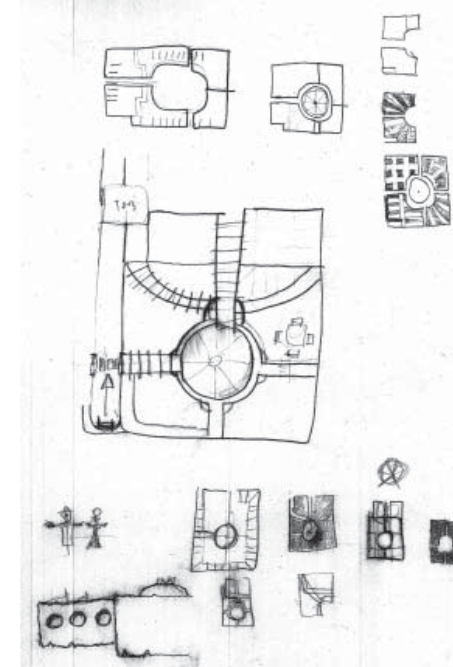
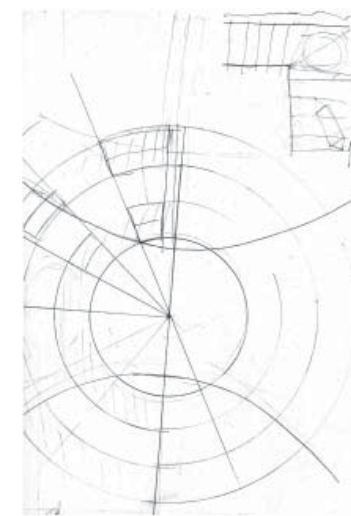
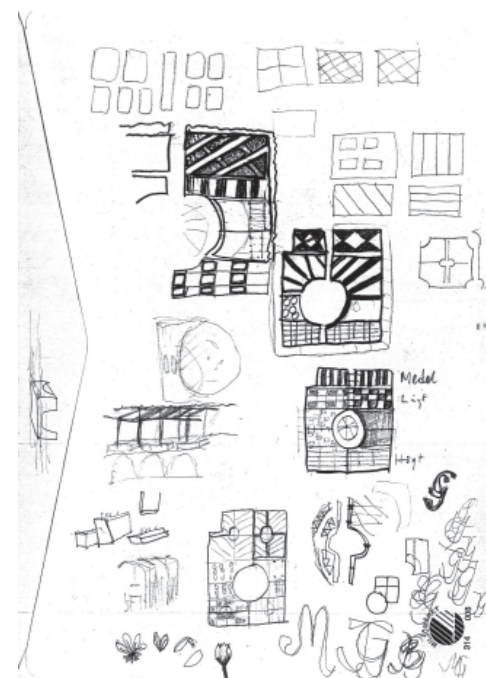
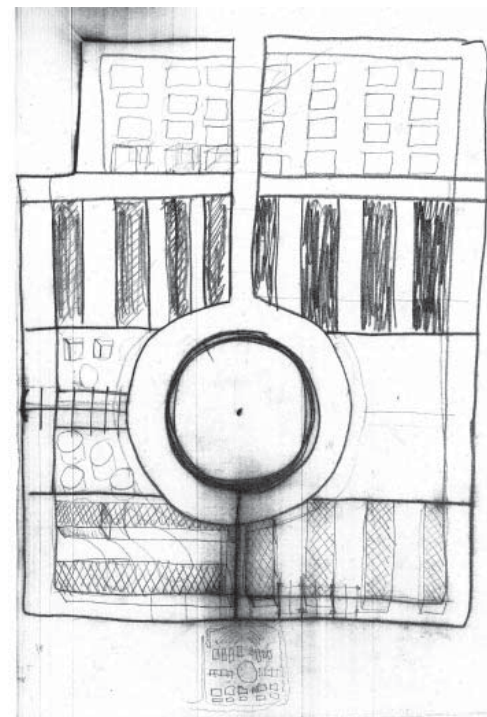
Rummet ska upplevas som modernt. Vad som är modernt varierar naturligtvis över tiden. Jag har inte för avsikt att i detta arbete använda ordet modernt eller modern som en beskrivning av något stilbegrepp sett ur ett trädgårdshistoriskt perspektiv. När jag skriver att rummet ska upplevas modernt avser jag en miljö som är hårdgjord, avskalad, har en stram och enkel form samt ger en känsla av effektivitet, kontroll och balans. Rummet får inte bli kallt och hjärtlöst eftersom det ska bedrivas rehabilitering här, så i rummet måste det också finnas en känsla av värme, omsorg och omtanke.

Metall och betong är material som inte används i de andra trädgårdsrummen. Metall tar upp aluminiumlisterna i Grow Point. Betong är ett

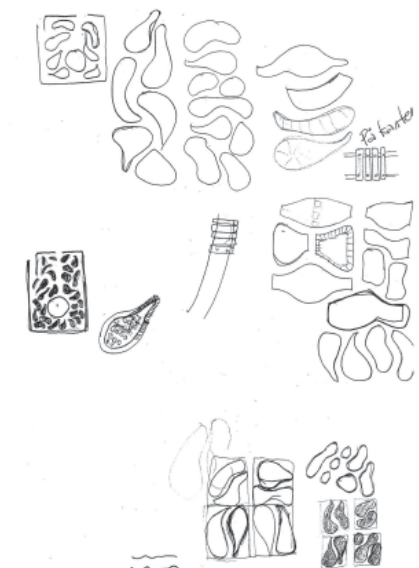
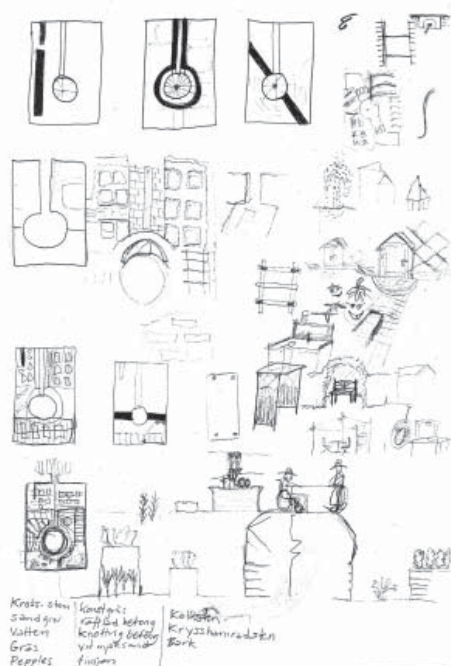
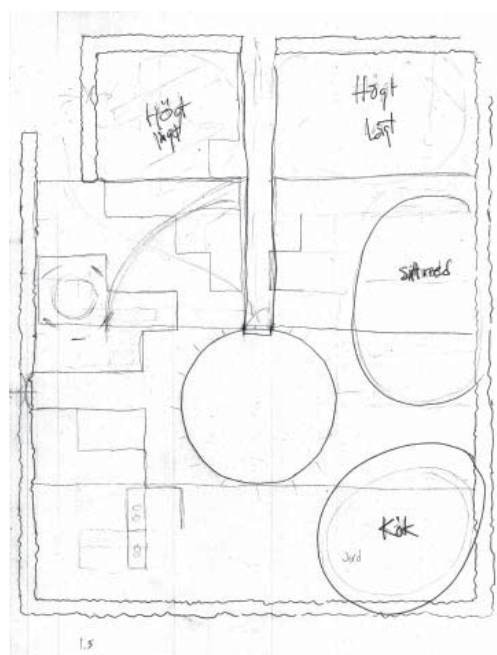
material som används mycket idag och det skulle kunna användas till markbeläggningen och till att gjuta odlingsbäddarna. Natursten är ett material som är tidlöst och som inte förekommer i rehabiliteringsträdgårdarna, mer än som detaljer eller som krossat material på trädgårdsgångarna. Kostnaden är dock relativt hög och jag tror att betong kan bli ett billigare alternativ. Jag bestämde mig också för att begränsa material- och färgvalen i rummet för att på så sätt skapa en känsla av effektivitet, kontroll och balans.

Inspirerad av en artikel av Mara Eckerling (Eckerling, 1996) tänkte jag mig att, genom att variera vad och hur man odlar i bäddarna skulle personalen och deltagarna kunna skapa en mer färgsprakande miljö som stimulerar till aktivitet.

Här bredvid visar jag mina skisser från den här arbetsfasen. Jag låter skisserna tala för sig själva, men kort kan väl sägas att de visar hur jag prövar olika former.







Jag delade in The Hardscape Room i tre delar: Arbetsrum, Hobbyrum och Vilorum. Arbetsrummet är ett rum för odling och här är miljön mest krävande. I arbetsrummet finns huvudkaraktärerna Artrik och Kultur. Hobbyrummet är ett rum för hantverk, men här skulle man också kunna introducera deltagarna till arbete i en mer krävande miljö. Huvudkaraktärerna i Hobbyrummet är Kultur och Fest. Vilorummet kan tjäna flera syften, här kan man naturligtvis vila sig eller ta en paus tillsammans med andra, men det kan också fungera som ett rum där man närmar sig den mer krävande miljön i The Hardscape Room och arbetet med odling och hantverk. Från Vilorummet kan man se på när andra arbetar eller se vad andra hade gjort. Det skulle kanske kunna vara ett sätt att aklimatisera sig till en tuffare och mer kravfylld miljö. I Vilorummet finns karaktärerna Fest och Kultur. Rumsindelningen bidrar till att hela ytan i The Hardscape Room utnyttjas och att den period av året som rummet utnyttjas förlängs.

Under skissarbetet dök det upp frågor som jag inte hade fått svar på under intervjuerna, bland annat hade jag inte klart för mig hur många odlingsbäddar de ville ha eller vilka höjder som de tyckte kunde vara lämpliga på odlingsbäddarna eller hur mycket vatten de önskade sig. Jag började fundera över om det var viktigt att separera Arbets-, Hobby- och Vilorummet från varandra och om gränsen mellan de tre rummen var nödvändig att markera eller om den kunde vara mer subtil. Likaså funderade jag över vattnets placering och i vilka rum vattnet skulle behövas mest.

När det gällde odlingsbäddarna bestämde jag mig för att arbeta med tre olika höjder: 0,15 meter, 0,6 meter och 0,9 meter. De flesta uppskattar att odlingsbäddarna är lite upphöjda eftersom det underlättar arbetet. Den medelhöga odlingsbädden på 0,6 meter är en bra höjd om man sitter i rullstol och arbetar från sidan, samtidigt fungerar det också som sitthöjd. Står man och arbetar så är 0,8-0,9 meter en bekväm arbetshöjd (Sandberg, 1999) och jag valde 0,9 meter eftersom det är standardhöjden

på arbetsbänkar i bland annat kök. Armens räckvidd är cirka 0,8 meter och därför har de odlingsbäddar som kan nås från två håll fått en bredd på maximalt 1,6 meter.

Jag ritade en odlingsbädd anpassad för rullstolsburna personer, kallad specialbädd. Specialbäddens mått har anpassats till rullstolens mått för att ge den rullstolsburna personen en bekväm arbetsställning (Sandberg, 1999; Månsson, 1999). Specialbäddens planteringsdjup är bara 10 cm, vilket begränsar vad som kan odlas i bädden. Å andra sidan blir det en speciell växtmiljö i vilken man bland annat kan odla torktåliga växter och lökar som vill bli solbakade på sommaren. Dessa odlingsbäddar har också ett större behov av skötsel och tillsyn och därigenom ställs det lite högre krav på deltagarnas aktivitet, vilket också är en av tankarna med rummet.

De obesvarade frågorna ledde till att jag bestämde mig för att göra tre olika förslag som jag skulle presentera för personalen och Patrik Grahn vid en skisspresentation. De skulle sedan få ge feedback på förslagen innan jag utformade det slutliga förslaget eller de slutliga förslagen. Genom att göra tre olika förslag skulle jag få möjlighet att pröva lite olika idéer och jag skulle få dem att både känna och tänka efter vad de ville ha och vad de prioriterade. På så vis skulle jag kunna ringa in vad det var för miljö de var ute efter. För min egen del låg det dessutom en utmaning i att se om jag skulle lyckas åstadkomma tre olika förslag, särskilt med tanke på att det hade varit dåligt med idéer vid starten.



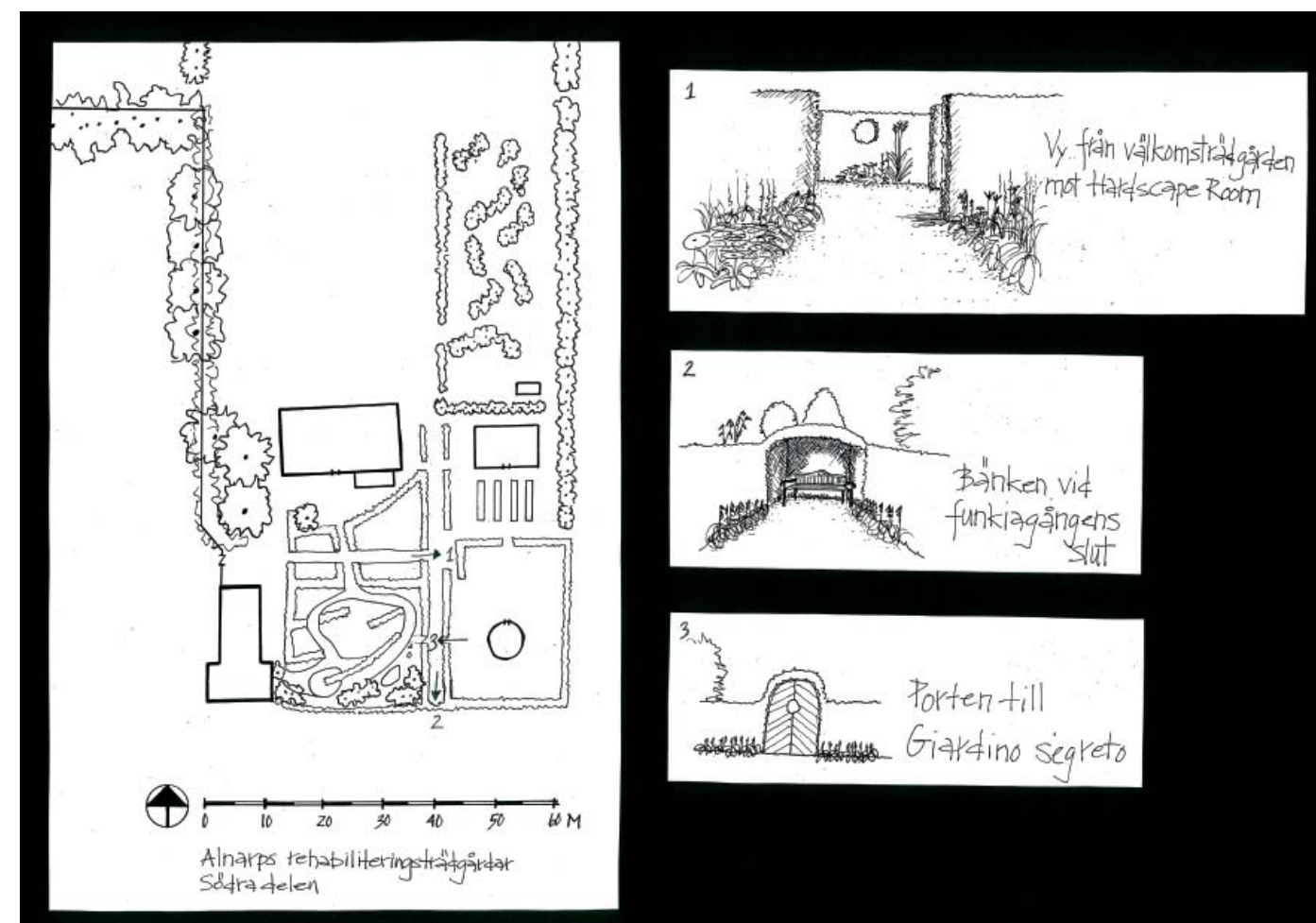
Inspirationsbilder på upphöjda odlingsbäddar



Entréerna in till The Hardscape Room skapar ett visst kaos i rummet. Genom att ta bort den nordöstra och sydvästra entrén blir rummet mer sammanhållet och harmoniskt. Genom att ändra på den nordvästra entrén får den axel som löper från anläggningens huvudentré och in i The Hardscape Room ett slut. Denna förändrade entré till The Hardscape Room medför också att man på ett mer medvetet sätt går in i The Hardscape Room, vilket man inte gjorde tidigare, samtidigt som det medför att rummet blir mer sammanhållet och avgränsat. När den sydvästra entrén är borta går det att ordna en lugn sittplats i en nisch i häcken längst ned i Funkiagången och härifrån har man en fin utsikt bort mot Koloniträdgården och Ängen. Den efterfrågade genvägen mellan The Hardscape Room och Välkomsträdgården skapas genom att en liten utgång med en grind ordnas i den västra häcken i The Hardscape Room. I Välkomsträdgårdens häck tas det upp en öppning som förses med en träport. Den diskreta utgången skapar inte oro inne i The Hardscape Room. Genom dessa åtgärder förändras The Hardscape Rooms omgivande häckar något. Jag valde att behålla avenbokshäckarna eftersom de ger en mjuk inramning av rummet och bidrar till att rummet inte upplevs som alltför kallt och hjärtlöst.

Mitt i allt funderande och skissande utkristalliserades tre teman: Odlå för livet, Klosterträdgården och Metallic. Dessa teman utmynnade i tre olika gestaltningsförslag där jag har använt mig av de gestaltningsidéer jag har beskrivit ovan. Den nya yttre ramen eller formen har jag använt mig utav i samtliga skissförslag.

Här intill visar jag mina illustrationer över The Hardscape Rooms nya form, den nya slutpunkten på trädgårdsgången som leder från huvudentré och fram till The Hardscape Room, den nya sittplatsen vid Funkiagångens slut samt den nya porten till Välkomsträdgården, på bilden kallad Giardino segreto. Bilden, som är en A3-plansch, använde jag mig av vid min skisspresentation. I de kommande tre avsnitten presenterar jag gestaltningsförslagen och visar de A3-planscher jag använde mig av vid skisspresentationen.



Vy från Välkomsträdgården mot The Hardscape Room som det ser ut idag



Inspirationsbild till bänken vid Funkiagångens slut

## Skissförslaget Odlå för livet

Inspirationen till det här förslaget kommer från det gamla klänningstyget och dess tydliga geometriska form. Det här förslaget är min fria tolkning av de ursprungliga idéerna till The Hardscape Room. Rummet har fått en enkel och strikt form med ett fåtal material som betong, metall och stensmjöl samt ett begränsat färgval.

The Hardscape Room har en rektangulär form i norr- och södergående riktning som jag ville utnyttja till att förstärka den axel som löper mellan Grow Points entré och växthusets entré i Koloniträdgården. Genom att lägga vattenkanalen i den norr- och södergående riktning har rummet fått en tydlig riktning och axeln har förstärkts. Vattenkanalen ska förutom förstärka rummets riktning även fungera som rumsavdelare och skänka rummet ett rogvande och svalkande element.

Rummet har delats in i tre mindre rum: Arbets-, Vilo- och Hobbyrummet. Arbetsrummet skiljs från Vilo- och Hobbyrummet genom vattenkanalen. Härigenom skapas en tydlig gräns mellan arbete och fritid, att gå över vatten är en gammal symbol för att gå in i en annan värld. För att kunna ta sig över kanalen finns det trampstenar och broar. Dessa är gjutna i betong och ligger strax ovan vattenytan för att ge en känsla av att man går på vatten. I kanalens norra ände sprutar vattnet ut och härigenom kommer vattnet i rörelse. Vattenflödet kan regleras så att man kan skapa olika upplevelser av vattnet.

Arbetsrummet har fått den största ytan och här är fokus på odling. Odlingsbäddarna står i raka rader och på marken ligger plattor av betong, allt för att ge en känsla av ett effektivt arbetsrum. Odlingsbäddarna är gjutna i betong i former gjorda av träplankor. Betongen kommer att låna trädets struktur och få en yta som påminner om trä. Betongytan får härigenom liv samtidigt som det blir en lek mellan två välbekanta material, betong och trä.

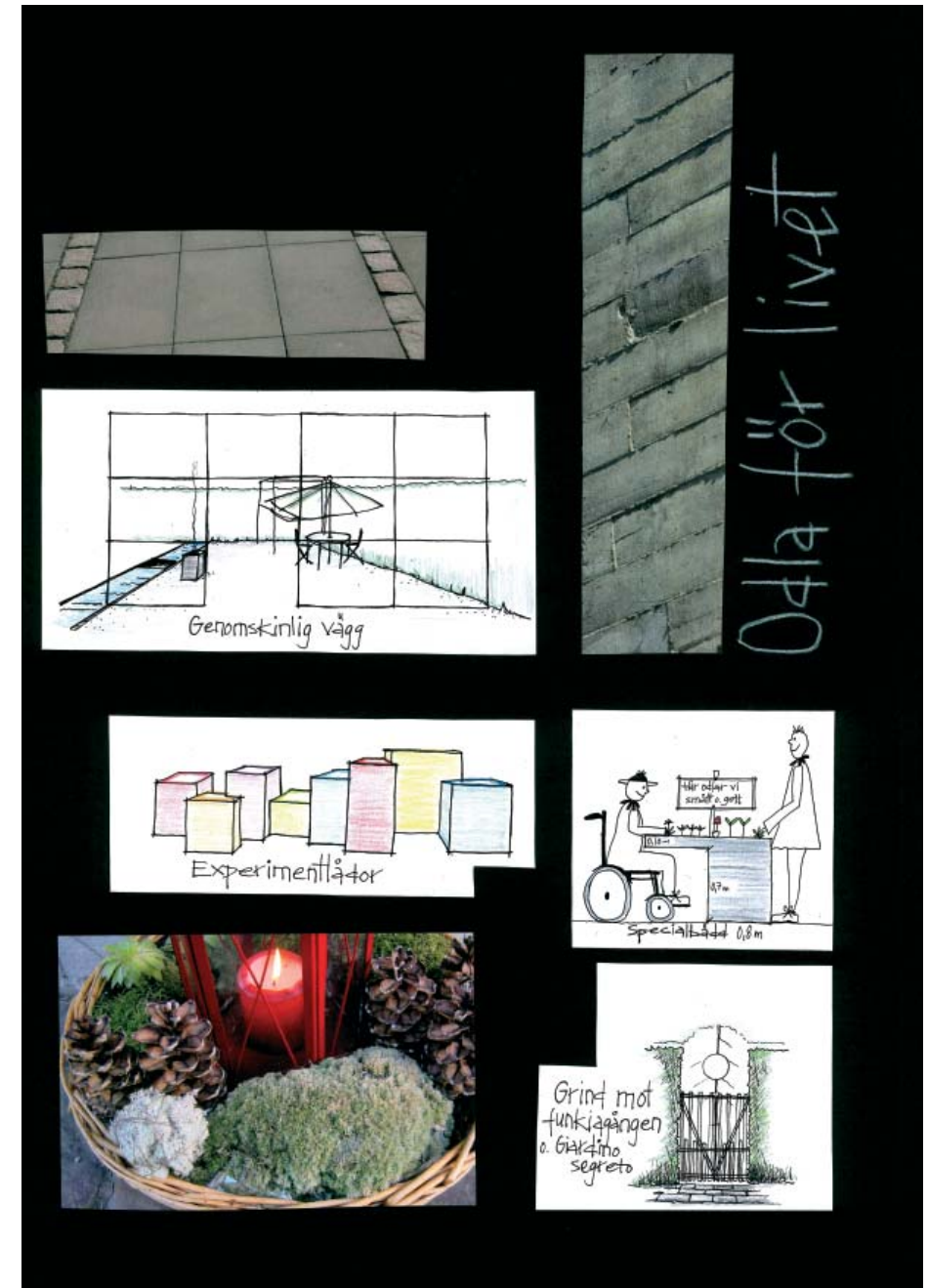
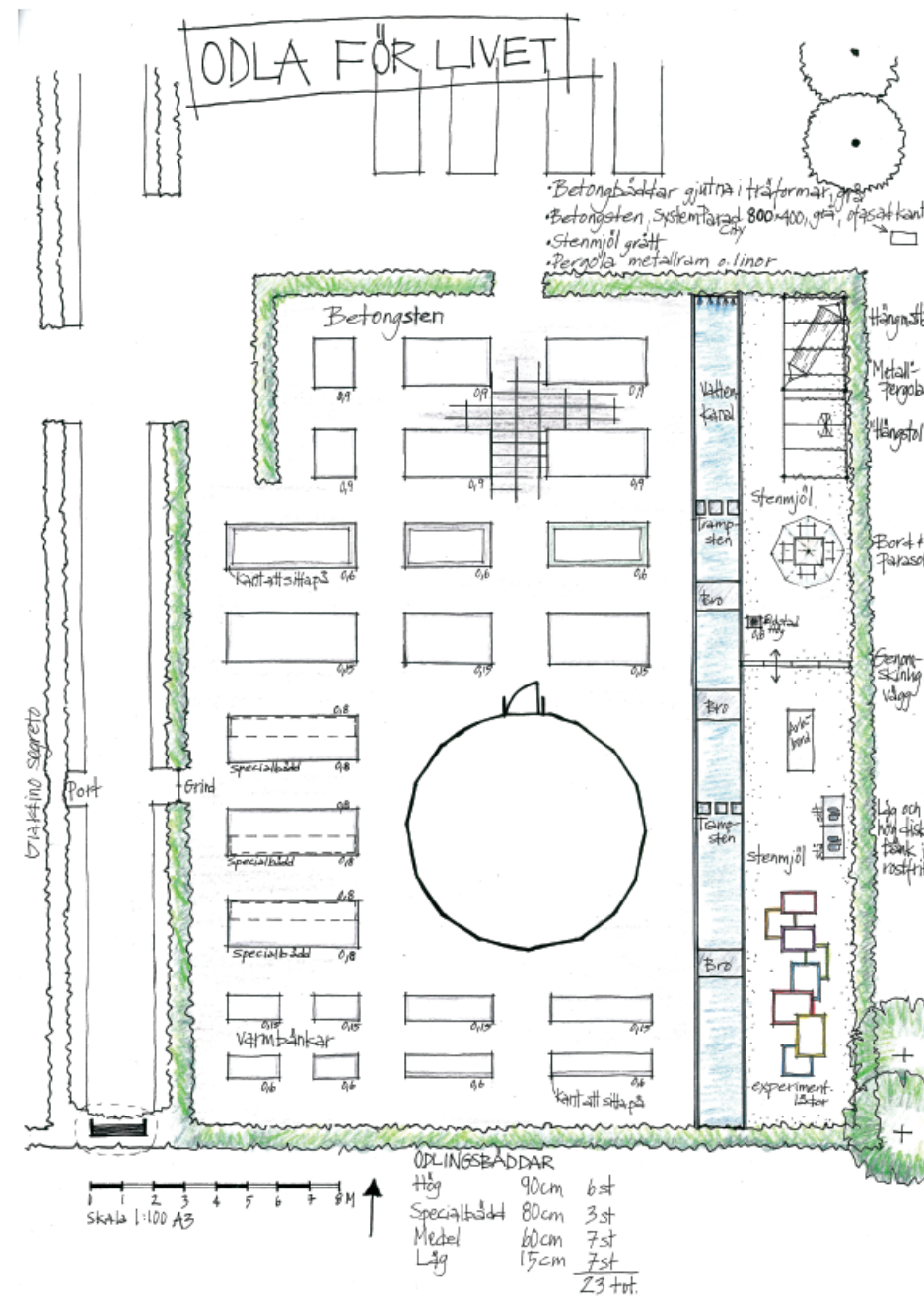
Vilorummet ligger i The Hardscape Rooms nordöstra del och allra längst upp finns en pergola i metall. För att skapa ett lugnt hörn har en av de gamla entréerna tagits bort. Här kan man ligga i hängmattan och vila sig. I vilorummet finns också bord, stolar och parasoll så man kan slå sig ned och prata en stund. En upphöjd eldstad, i betong, ger

möjlighet till trevlig samvaro även under den kalla delen av året.

I den sydöstra delen av The Hardscape Room, nedanför Vilorummet, ligger Hobbyrummet. Vilorummet och Hobbyrummet skiljs åt med en genomskinlig vägg. Väggen är en ram med spröjsar och gjord av tunt aluminium och med en öppning, stor som en dörr, så att man gå mellan de två rummen. Den genomskinliga väggen symboliserar den tunna gräns som går mellan hobby och vila. Idén till den genomskinliga väggen kommer från en trädgård vid Bentley Wood i Sussex, skapad av Christopher Tunnard (Blennow, 2002). Där används den för att rama in vyn ut mot det öppna landskapet.

I Hobbyrummet sysslar man med hantverk. Här finns ett stort arbetsbord, i trä, som kan höjas och sänkas, liksom en låg och en hög rostfri diskbank. Längst ned i Hobbyrummet står de så kallade experimentlådomna, det är mindre odlingsbäddar i varierande storlekar och höjder, gjutna i betong och målade i glada färger. Tanken är att man ska kunna experimentera och leka lite med de växtmaterial som säsongen har att erbjuda. Idén fick jag efter att ha sett några vintersmyckade utplanteringskärl, i vilka man använt mossor, kottar och rödlök.

Längst ned i det sydöstra hörnet har jag ritat in två träd, utanför häcken, för att få lite mer höjd och skydd i det hörn som jag upplever som väldigt öppet och vindutsatt.



Odlingsbäddarna, betongplattorna och stensmjölet har en ljusgrå färg för att skapa en lugn och återhållsam känsla. Här ska växterna i odlingsbäddarna stå för färgpraktiken. För att reta ögat och skapa lite spänning i rummet, särskilt på vintern, har experimentlådomna, som står längst bort i rummet, fått glada färger.

För att betona skillnaden mellan rummens olika karakterer har olika markmaterial använts. I Vilo- och Hobbyrummet har stensmjöl lagts ut för att förmedla en mer avspänd känsla. I Arbetsrummets har betongplattor (800x400 mm) använts för att förstärka rummets effektiva atmosfär.

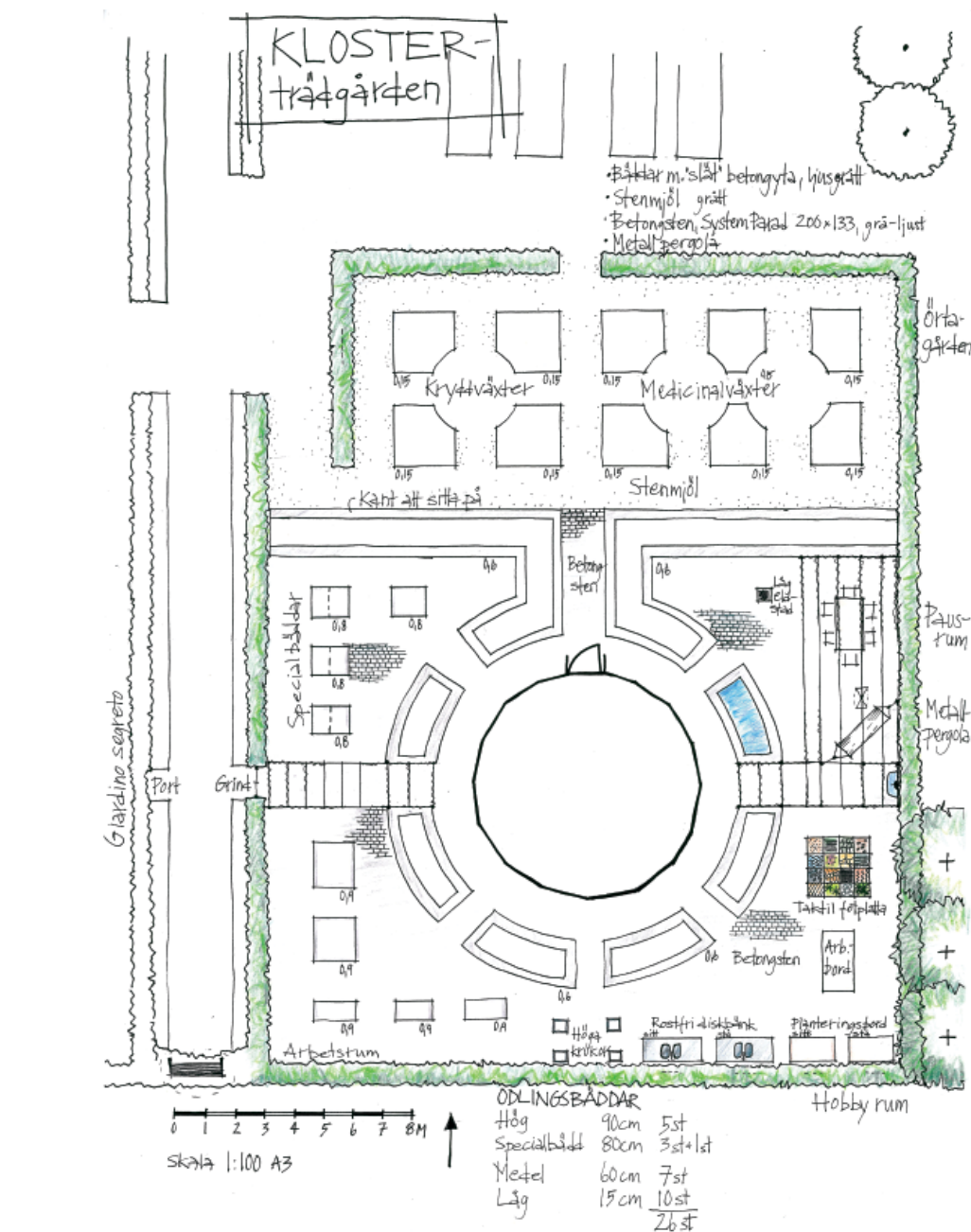
## Skissförslaget Klosterträdgården

När jag intervjuade personalen i kom de ofta in på klosterträdgårdens funktion, form och innehåll. Jag tyckte därför att det kunde vara intressant att pröva om The Hardscape Room kunde utformas till en klosterträdgård om än i en annorlunda tappning. Det kändes lite vanskligt att använda sig av klosterträdgårdens välbekanta form i det här trädgårdsrummet särskilt med tanke på de ursprungliga idéerna om rummets utformning men också hur väl det skulle gå att få ihop Grow Points kraftfulla uttryck med klosterträdgårdens historiska uttryck. Jag tyckte i alla fall att det var en spännande idé att arbeta vidare med. Här följer min tolkning av klosterträdgårdstemat.

Trädgårdsrummet har lånat klosterträdgårdens klassiska form med en cirkel i centrum och med korsgångar som delar upp rummet i mindre kvarter. Växthuset med sin cirkulära form är det centrum som axlarna går igenom och de mindre trädgårdsrummen orienterar sig kring. Materialvalet är begränsat till betong, metall och stenhöl och färgskalan är återhållsam i ljusgrått till grått, för att ge den historiska formen ett stramt och avskalat uttryck.

För att skapa rumslighet har The Hardscape Room delats upp i två delar. I den ena delen ligger Örtagården och den kan ses som ett förmak till den andra delen, där man finner Arbets-, Hobby- och Pausrummet. Örtagården är ett mindre rum för krydd- och medicinalväxter. Här upprepar sig cirkeln och korsgångarna i en mindre skala. Formen är tydlig men de låga odlingsbäddarna och stenhölet på marken skapar en mjuk övergång mellan Koloniträdgården och The Hardscape Room. Den södra delen av The Hardscape Room, där Arbets-, Hobby- och Pausrummet ligger, har avgränsats med medelhöga (0,6 meter) odlingsbäddar för att förstärka rumsligheten och skapa tydliga kvarter. I den här delen av trädgårdsrummet ligger det marksten av betong (200x133 mm) för att skapa en stramare miljö.

Arbetsrummet består av två kvarter med upphöjda odlingsbäddar. I ett rum finns specialodlingsbäddarna där man kan arbeta sittande och stående. I det andra arbetsrummet är odlingsbäddarna höga (0,9 meter) så att man kan arbeta stående. De medelhöga odlingsbäddarna som går i en cirkel runt



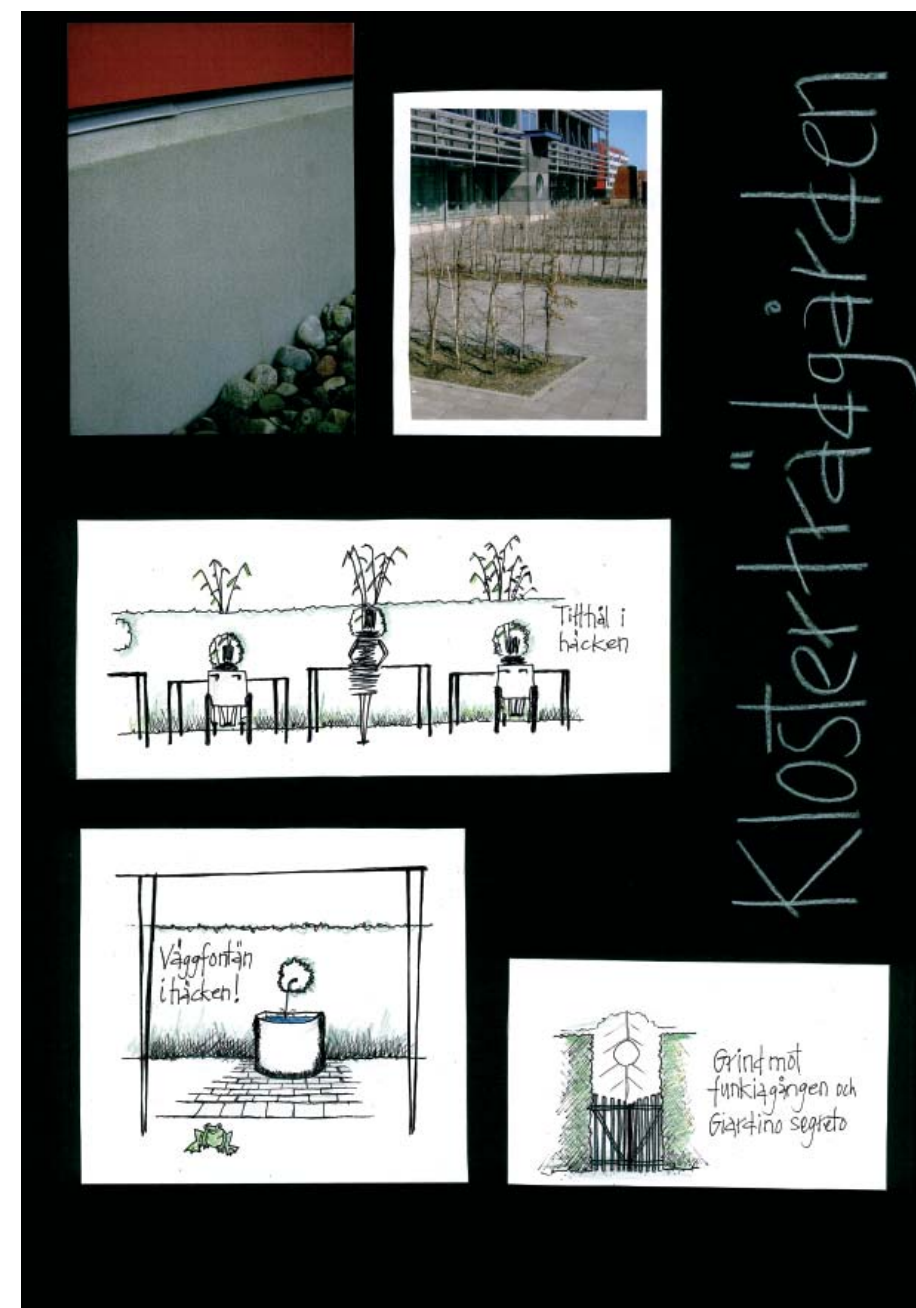
Grow Point och avgränsar rummet norrut har en sittkant runt om hela bädden. Odlingsbäddarna är gjutna i betong och har en borstad yta, för att bidra till en sammanhållen och lugn miljö. Förbindelsen mellan The Hardscape Room och Välkomsträdgården har markerats med en metallpergola.

I Hobbyrummet finns ett höj- och sänkbart arbetsbord. Där finns också två rostfria diskbänkar och två planteringsbord vid vilka man kan arbeta både sittande och stående. Diskbänkarna och planteringsborden har vänts mot häcken och genom titthål i häcken kan man titta ut när man arbetar vid bänkarna. Den taktilla fotplattan består av sexton rutor som alla har olika beläggningar, till exempel sand, runda småstenar, räfflad betong, timjan, asfalt, krossad sten med mera, och är tänkt som en yta där

man går barfota för att få uppleva olika material med fötterna. Idén kommer från en fotmassage-trädgård i Victoria Park i Hong Kong, i vilken man går barfota på olika underlag. Fotmassage anses stimulerande och bra för hälsan. Jag har inte besökt trädgården men jag var på en föreläsning där landskapsarkitekten Anna Bengtsson berättade och visade bilder från trädgården (personlig kommunikation 2006-04-07). Jag tyckte om idén med fotmassage-trädgården och inspirerad av den gjorde jag den taktilla fotplattan.

Utanför häcken i det sydöstra hörnet har jag ritat in tre träd för att förbättra rumskänslan och skapa bättre vindskydd.

Pausrummet är det rum där man vilar sig, umgås eller tittar på när andra arbetar. En metallpergola markerar gränsen mellan Pausrummet och Hobbyrummet. Under den stora metallpergolans kan man sitta ned vid bordet eller sträcka ut sig i hängmattan. Här finns en väggfontän i häcken som skänker ett trivsamt porlande och som kan dölja en del av bullret från motorvägen. Det finns också en upphöjda liten damm med en kant att sitta på, så att man kan uppleva vatten på nära håll samt en låg eldstad som sprider värme och trevlig stämning under den kalla delen av året.

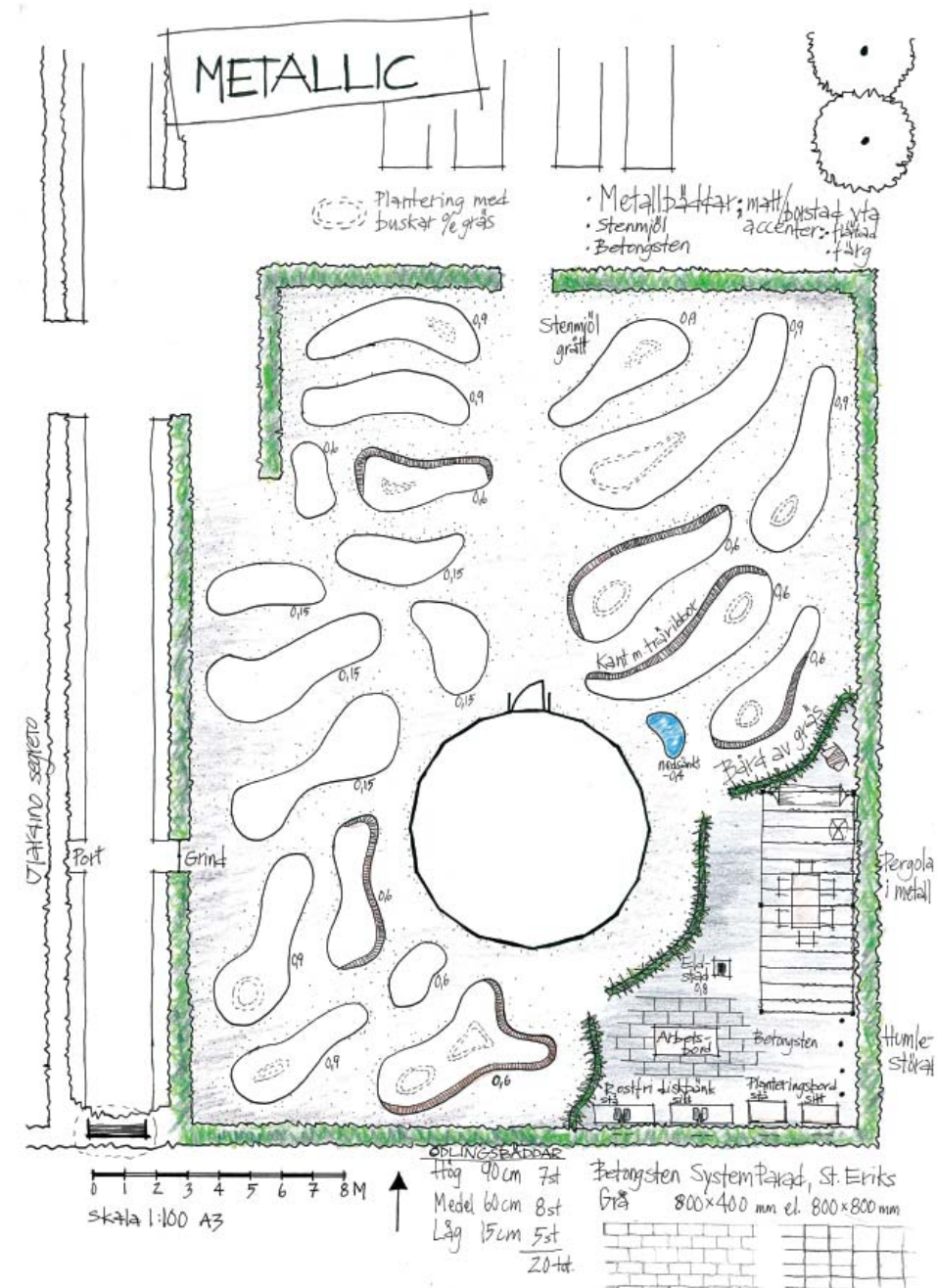


## Skissförslaget Metallic

Det tredje förslag hade jag tänkt skulle ha en form som avvek från de två andra förslagen. Jag ville prova en mer fri och organisk form som trots sin frihet ändå hade en tydlig form, dessutom ville jag att metall skulle vara det dominerande materialet i stället för betong. Inspirationen kommer dels från det uppförstörade majskolvsmönstret, dels från en bild jag såg i en trädgårdsbok (Hoffmans, 2001), och från en miljö från Västra hamnen i Malmö. Bilden i trädgårdsboken visade planteringsöar med organiska former i en villaträdgård. Planteringsöarna hade ett cirka 15 centimeter högt metallband som kantstöd. I öarna hade man planterat bambu, ett träd och kotula som marktäckare. Öarna låg som vattenpölar på en betongyta. I Västra Hamnen slingrade sig en gångväg fram mellan vegetationsytorna och där hade man använt kantstöd i cortenstål för att separera ytorna. Efter att ha sett bilderna började förslaget Metallic ta form.

I det här förslaget har jag förhållit mig lite friare till de ursprungliga idéerna om utformningen av The Hardscape Room. Här har rummet fått ett annorlunda uttryck än i de tidigare två förslagen. Odlingsbäddarna har fått fria organiska former och är gjorda av metall, som knyter an till växthusen Grow Points aluminiumlister. För att skapa en lugnare känsla i rummet har materialvalet begränsats till metall, stenhöl samt plattor av betong och färgerna går i ljusgrått till grått.

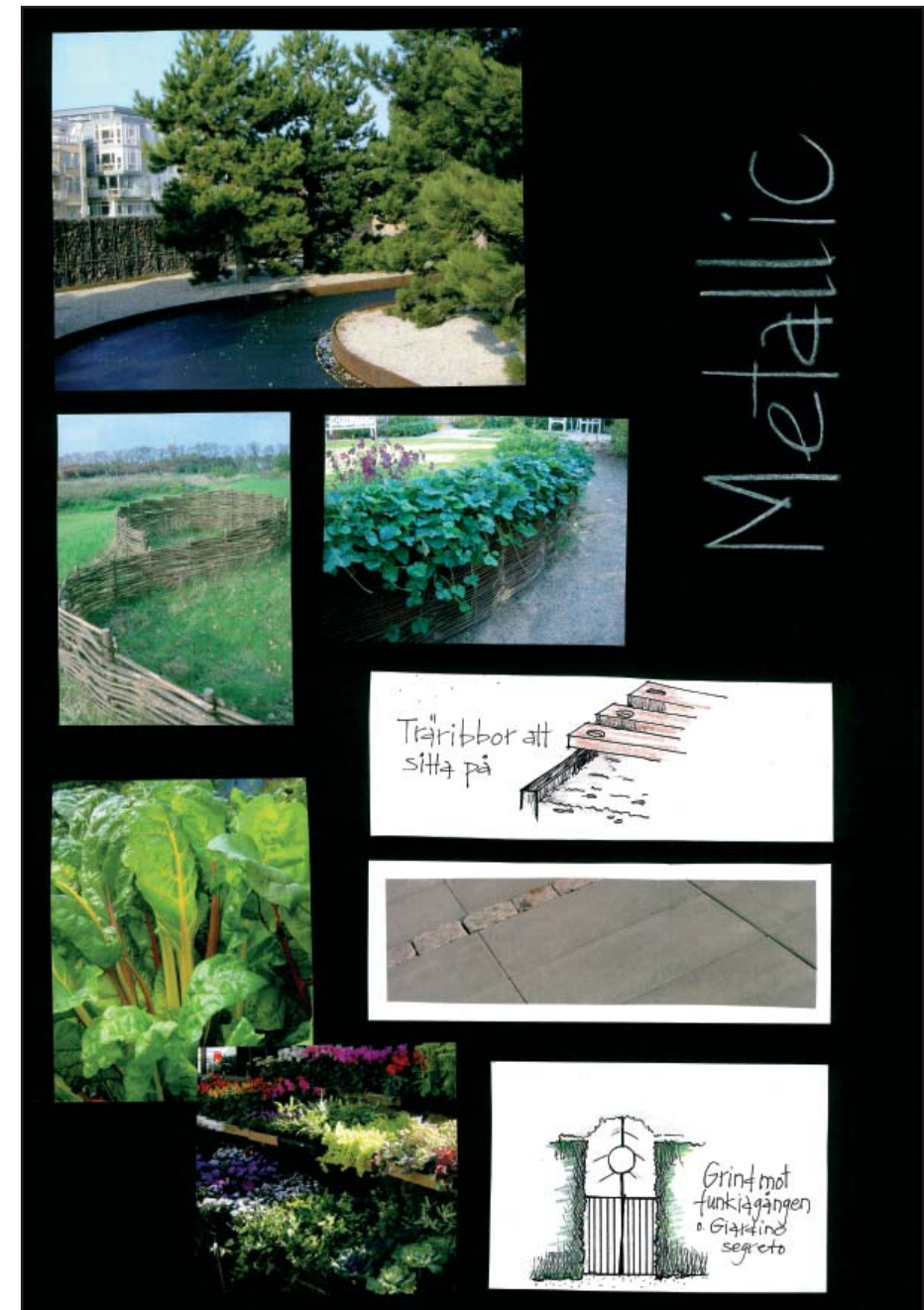
Arbetsrummet har större delen av ytan och här är det fokus på odling och antalet växtbäddar är stort. Axeln mellan Grow Point och det gamla växthuset har hållits öppen. Vägen in från de andra två entréerna har inte markerats på något särskilt sätt utan slingrar sig fram mellan odlingsbäddarna. Odlingsbäddarnas metallytor är släta och matta men några odlingsbäddar har byggts upp av flätade metallstänger för att skapa lite variation. Närmast växthuset är bäddarna lägre för att skapa en lite luftigare känsla kring växthuset. Bäddarna har varierande storlek och på de medelhöga bäddarna (0,6 meter) finns en kant att sitta på. Jag har valt stenhöl som markbeläggning i arbetsrummet för att skapa en spänning mellan den hårda metallen



och det mjuka stenhölet. I arbetsrummet finns en liten nedsänkt damm, som bryter mönstret med de upphöjda odlingsbäddarna och fungerar som ett litet smycke.

Hobby- och Vilorummet är sammanslaget till ett gemensamt rum i det sydöstra hörnet av trädgårdsrummet och avgränsas mot Arbetsrummet med en bård av vintergrönt gräs. Här är tanken att de två funktionerna ska fungera sida vid sida och vilorummet har endast skydd av en pergola i metall. Under pergolan kan man sitta och gunga i hängmattestolen eller kanske vila sig en stund i hängmattan medan någon dricker kaffe vid bordet. Marken är

belagd med plattor av betong (800x400 mm) för att skapa en känsla av ett städat vardagsrumsgolv. Här finns rostfria diskbänkar och planteringsbord där man kan stå eller sitta och arbeta, liksom ett höj- och sänkbart arbetsbord. Längst ned i rummets sydöstra hörn står tre humlestölar för att få lite mer höjd i den delen av rummet under sommaren. En hög (0,8 meter) eldstad i metall finns också för att sprida god stämning och värme under kalla höst- och vinterdagar.



# ARBETET MED DET SLUTLIGA FÖRSLAGET

## Feedback på mina skissförslag

Efter skisspresentationen fick jag feedback på mina tre förslag av personalen vid Alnarps rehabiliterings-trädgårdar och av Patrik Grahn. I det här avsnittet skriver jag om deras respons. Därefter följer ett avsnitt som beskriver hur jag bearbetar deras önskemål med mina egna funderingar och som resulterar i mitt slutliga gestaltungsförslag.

Personalen och Patrik Grahn tyckte att skisspresentationen var bra med tydliga planer och bra illustrationsbilder. Detta gjorde det enkelt för dem att sätta sig in i förslagen. De blev positivt överraskade av att de fick tre olika förslag att ta ställning till liksom att förslagen inbördes var olika. Tre olika förslag gjorde att de var tvungna att ställa olika idéer mot varandra och att tänka efter vad de ville ha och varför.

Man tyckte att jag hade tagit ett bra helhetsgrepp, till exempel att dela in rummet i tre delar och att hela ytan i rummet utnyttjades. Indelningen ger möjlighet att använda The Hardscape Room på flera olika sätt och under en längre period av året. Framförallt medför uppdelningen i tre olika rum att platsen kan utnyttjas av flera personer utifrån deras individuella behov, vilket är bra sett ur ett rehabiliteringsperspektiv. Det var bra att vatten hade tagits in i trädgårdsrummet och att förslagen innehöll lekfulla och oväntade detaljer som till exempel titthålen i häcken, väggfontän i häcken, experimentlådorna, taktila fotplattan och den genomskinliga väggen.

Man tyckte också att det var bra att entrén in till The Hardscape Room flyttades så att man inte leds rakt in i rummet ända från huvudentrén och att axeln får ett slut i en plantering som kan utformas till målpunkt. Den nya förbindelsen mellan The Hardscape Room och Välkomsträdgården (Giardino segreto) med en grind och en port, tyckte man var lyckad. Det skulle underlätta för deltagarna att snabbt ta sig in till Välkomsträdgården för att varva ned efter samtalsterapin. Vidare tyckte man att Funkiangången fick ett bra avslut med en bänk omfamnad

av häcken. Det kommer att bli en bra plats att sitta ned på, antingen för att njuta av utsikten eller för att samtala med någon.

De tyckte att samtliga förslag innehöll för många odlingsbäddar. De trodde inte att de skulle ha varken tid eller ork att hålla liv i bäddarna, särskilt med tanke på att det finns en hel del andra odlingsbäddar att ta hand om i andra delar av anläggningen. Vidare kom de fram till att det borde finnas kompost, jordbingar, ett litet förråd samt sommarvatten och el i rummet. Eftersom det blir väldigt varmt att arbeta här under sommaren så önskade de sig skuggning. I dagsläget släpar de parasoller och tunga parasollfötter mellan olika platser i trädgården och en smidigare lösning på det problemet vore bra.

Här nedan beskriver jag den specifika respons jag fick på de olika förslagen.

### Odla för livet

Det här förslaget har gett rummet en enkel och lätt förståelig form, vilket är bra sett ur deltagarnas synvinkel och deras hälsotillstånd. Det är bra att antalet ingångar till rummet har minskat. Vilorummets utformning känns bra med ett lugnt hörn under pergolan, med möjlighet att få ligga i hängmattan eller sitta i hängstolen. Man undrade om man kunde ha en pergola över hela Vilorummet. Vattenkanalen, fungerar bra som rumsavdelare samtidigt som den ger svalka och ro. Eldstaden ger stämning och ro men också aktivitet. Den genomskinliga väggen är en oväntad och skojig avdelare. Det känns rätt att pergolan och den genomskinliga väggen görs i metall för att plocka upp Grow Points aluminiumramar. Hobbyrummet med det stora arbetsbordet liksom de rostfria diskbänkarna och experimentlådorna ger möjligheter till nya aktiviteter. Det var skoj med olika färger på lådorna, det gör att de sticker ut. Man skulle vilja att experimentlådorna görs mer flexibla. Lådorna skulle kunna vara fri-

stående klossar istället och om lådorna gjordes i till exempel minerit, skulle lådorna bli betydligt billigare och enklare att konstruera.

Det är för många odlingsbäddar. Det känns trångt vid entrén, här behövs mer fri yta, bland annat för att kunna stanna upp här när man har större grupper på studiebesök. Det behövs också mer fri yta framför entrén till Grow Point.

Vidare föreslog man att de tre låga odlingsbäddarna framför Grow Points entré togs bort, liksom den medelhöga odlingsbädden, som sticker ut, vid entrén. Det vore trevligt om det gick att införliva krydd- och medicinalväxtdelen som finns i Klosterträdgården i Odla för livet förslaget, gärna i rummets norra del.

Förslaget om varmbänkar var bra men de borde ligga i den norra delen av rummet. De kan dock själva ganska enkelt göra om växtbäddar till varmbänkar och därför behöver inte varmbänkar ritas in i rummet. Sittkanten på odlingsbäddarna behöver bara löpa efter den ena sidan och eventuellt skulle man kunna ha en enkel portabel kant. Vidare funderade man över om rummet skulle upplevas för hårt med all betong på marken.

### Klosterträdgården

Ett förslag som är lätt att ta till sig och förstå. Det finns en lekfullhet i förslaget, till exempel den cirkel som skapats runt Grow Point och som ger lust att springa runt liksom titthålen i häcken. Enkelheten att förstå rummet och lekfullheten är bra sett ur deltagarnas synvinkel och deras hälsotillstånd. Det är en hel rehabiliteringsträdgård i bara ett rum. Det finns en tydlig rumslighet och man känner igen miljön, samtidigt är det en nackdel om miljön är alltför bekant. Krydd- och medicinalväxter skulle vara ett trevligt inslag och är något som saknas idag. Örtagården upprepar Grow Points cirkulära form

och rörelsemönster på ett bra sätt och den runda formen gör att man har växterna runt om sig, vilket är en positiv upplevelse. Dessutom är det bra att hela rummet utnyttjas och att det inte finns några döda ytor. Däremot krockar Klosterträdgårdens medeltida uttryck med Grow Points moderna uttryck, vilket inte är positivt.

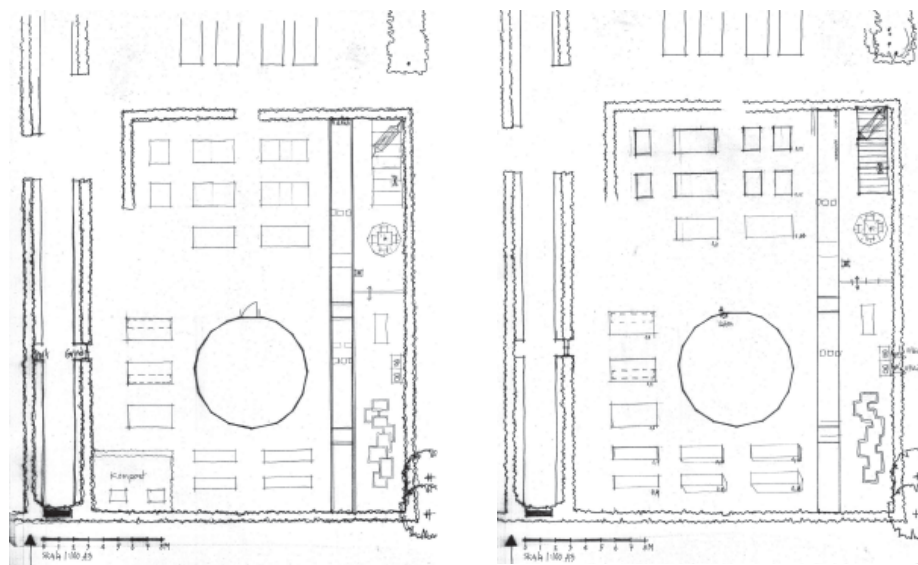
### Metallic

Det är ett lekfullt och fritt förslag med intressanta organiska former. De organiska formerna leder tanken till sanddyner, vilket förstärker den ökenkänsla som finns där idag. Det kombinerade hobby- och vilorummet är samlat och kondenserat på ett bra sätt. Gräsbården blir en fin avgränsning mot arbetsrummet. Förslaget att plantera buskar eller gräs i de större odlingsbäddarna tyckte de var intressant. Den stora ytan med stensjöl kommer att kräva för mycket skötsel. Den stora nackdelen med förslaget är att det känns oroligt och svårt att orientera sig i, vilket inte är bra med tanke på deltagarnas hälsa. Förslaget har inte det uttryck som de söker till den här platsen. Vidare är det svårt att bygga upp de organiskt formade odlingsbäddarna. Det är också för lite vatten i förslaget.

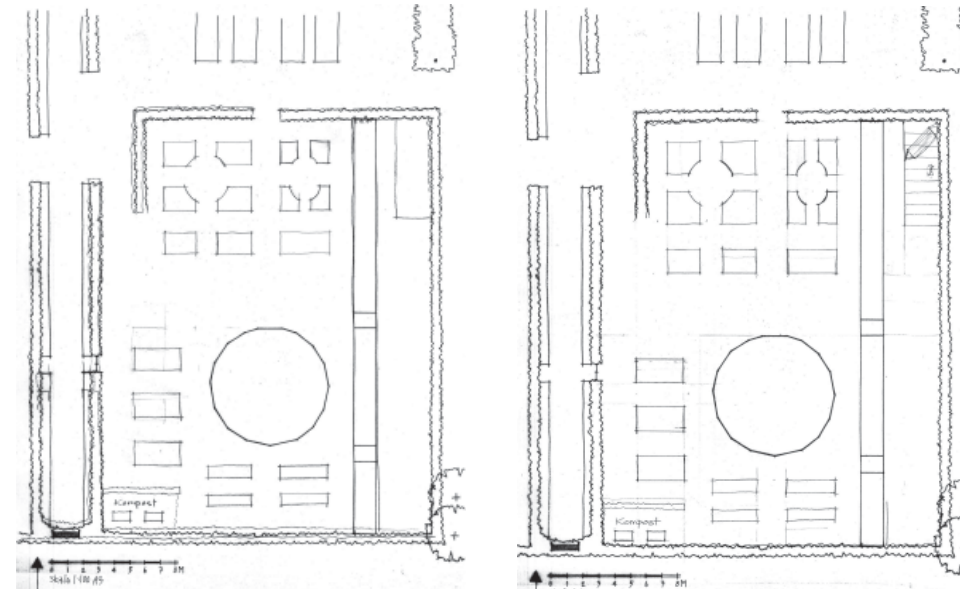
## Mitt slutliga förslag - Odlas för livet

Utifrån den feedback jag fick på mina tre förslag började jag arbeta fram ett slutligt förslag. Slutligt i den bemärkelsen att jag inom ramen för mitt examensarbete sätter punkt för mitt förslagsarbete. Jag arbetade vidare med förslaget Odlas för livet, eftersom det var det förslag som både personalen och Patrik Grahn ansåg stämde bäst överens med deras önskemål om utformningen av The Hardscape Room. De hade en del önskemål om förändringar, vilka jag både förstod och höll med om. Jag hade också funderat över en del saker som behövde förändras. Därutöver behövde jag arbeta med en del detaljer i utformningen, vilket jag inte hade gjort i skissförslagen. Konceptet *Design för alla* har legat till grund för mitt förslagsarbete och i den slutliga delen av mitt arbete har jag särskilt funderat över detaljer som ska göra The Hardscape Room till ett trädgårdsrum som är tillgängligt för alla.

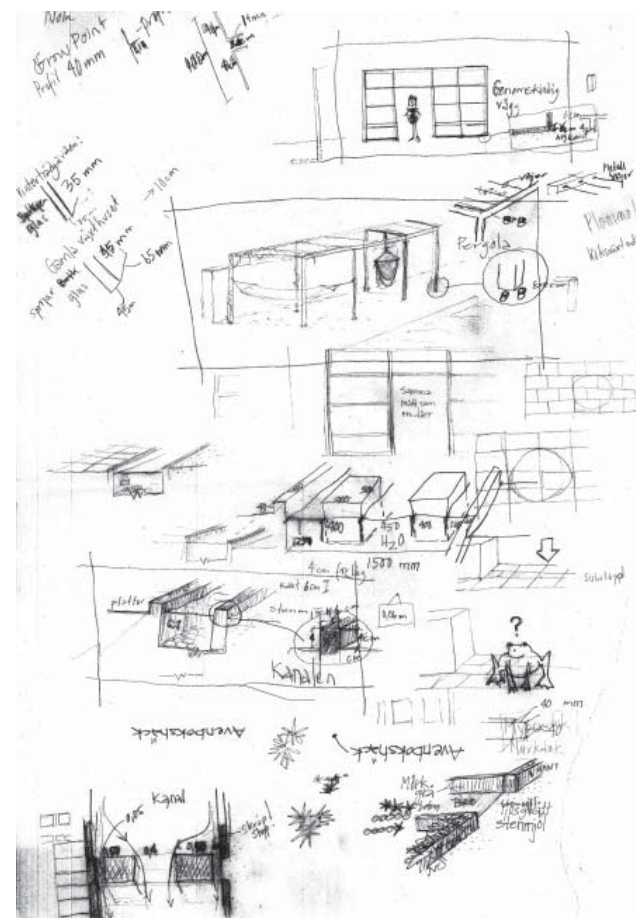
Innan jag redovisar mitt slutliga förslag ska jag visa lite skisser och foton från den här delen av arbetet. Därefter följer en presentation över mitt slutliga förslag med kommentarer över de förändringar jag har gjort i förhållande till skissförslaget.



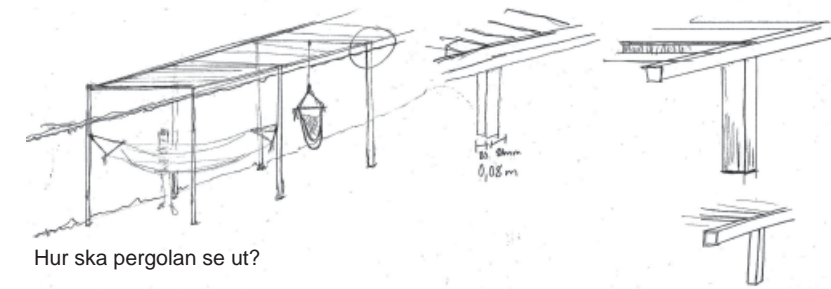
Komposter eller inte komposter?



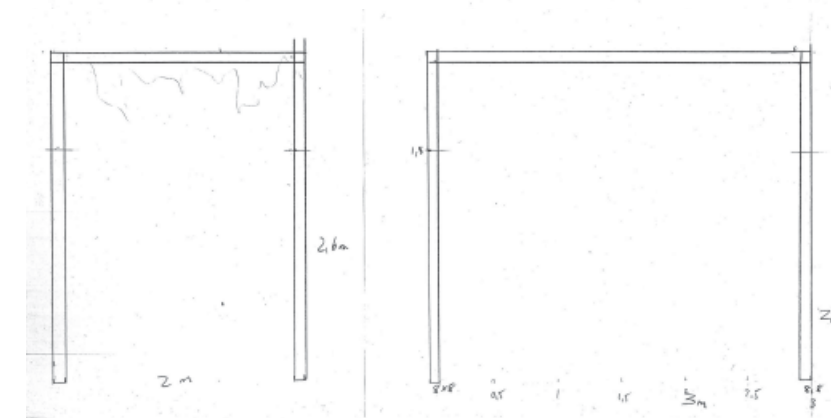
Går det att införliva Klosterträdgårdens Örtagård i Odlas för Livet?



Några skisser på vattenkanalen, pergolan mm



Hur ska pergolan se ut?



Vilken bredd ska den ha?



Vilken dimension ska pergolastolparna ha?



Hur hög och bred ska kanten mot vattenkanalen vara?



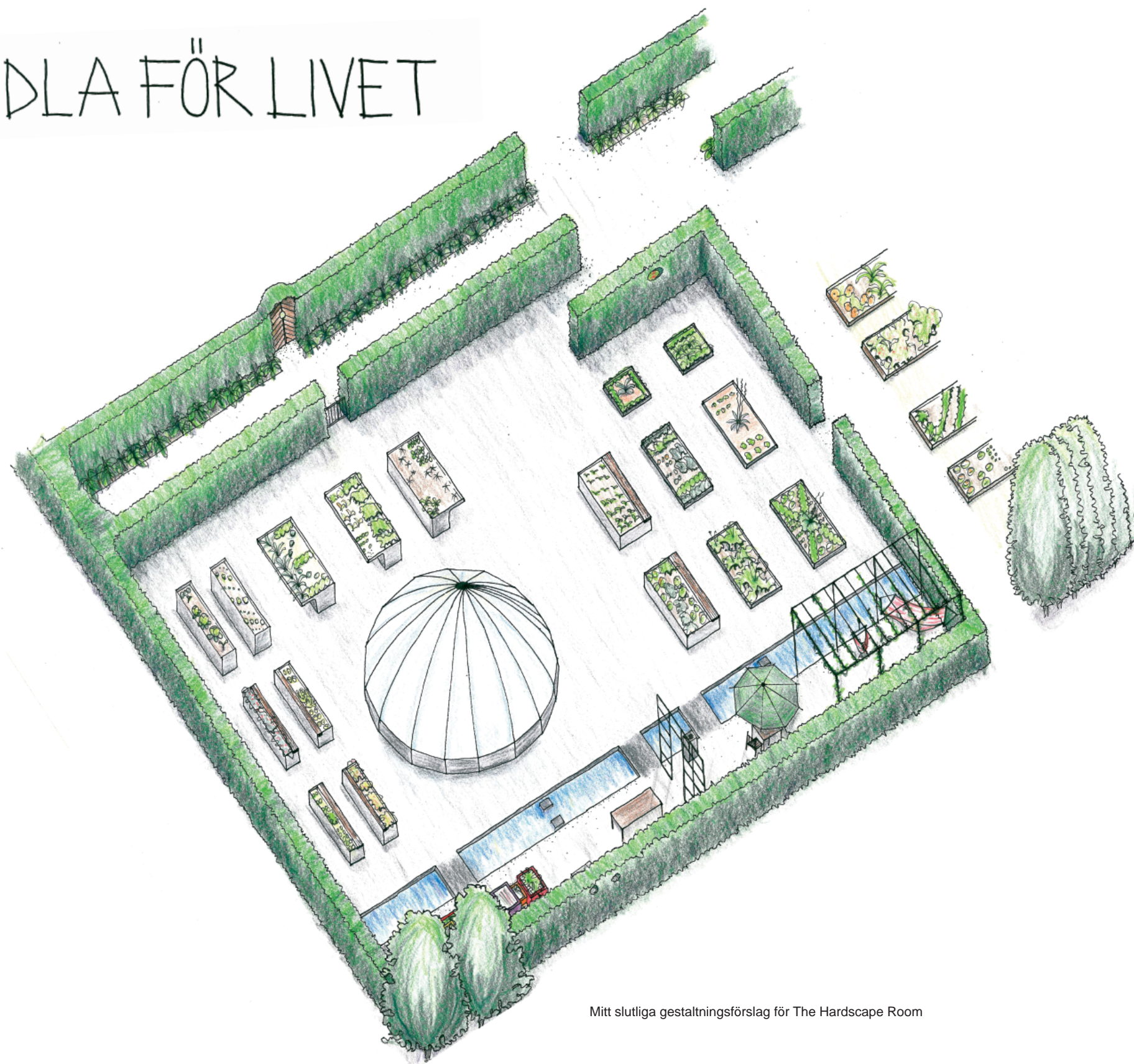
Betongstenen Scala

The Hardscape Rooms yttre form och entréer är det samma som i skissförslaget, liksom indelningen i tre mindre rum: Arbetsrummet, Vilorummet och Hobbyrummet. Fokus ska alltså ligga på aktiviteterna odling och hantverk liksom möjligheten att träffa andra människor och arbeta eller umgås med dem. Det ska också finnas möjlighet till vila sig eller om man så vill; betrakta sin omgivning. Av de åtta huvudkaraktärer kan man hitta karaktärerna Fest och Kultur samt Artrik, lite beroende på vad och hur man odlar.

För att skapa en sammanhållen och lugn miljö har rummet en enkel och strikt form med ett fåtal material, såsom betong, aluminium och stenmjöl. Av samma skäl har färgvalet begränsats till ljusgrått och mörkgrått. Några färgaccenter har jag använt för att dels reta ögat lite, dels skapa spänning i rummet. För att förbättra rumskänslan måste den befintliga häcken i nordost förbättras så att det blir lika tät och hög (cirka 1,7 meter) som häcken i övrigt.

Vattenkanalen ligger kvar i norr-/södergående riktning för att ge rummet en tydlig riktning samtidigt som axeln mellan The Hardscape Room och Koloniträdgården förstärks. För att betona skillnaden mellan rummens olika karaktärer har olika markmaterial använts. I Vilo- och Hobbyrummet ligger ljusgrått stenmjöl för att förmedla en mer avspänd karaktär och i Arbetsrummets är markmaterialet ljusgråa markstenar av betong för att förstärka rummets effektiva atmosfär. The Hardscape Rooms enkla, konsekventa och överskådliga utformning underlättar också förståelsen av och orienteringen i rummet. Detta är bra både för personer med utmattningssyndrom och för personer som är i behov av mer tillgänglighetsanpassade miljöer.

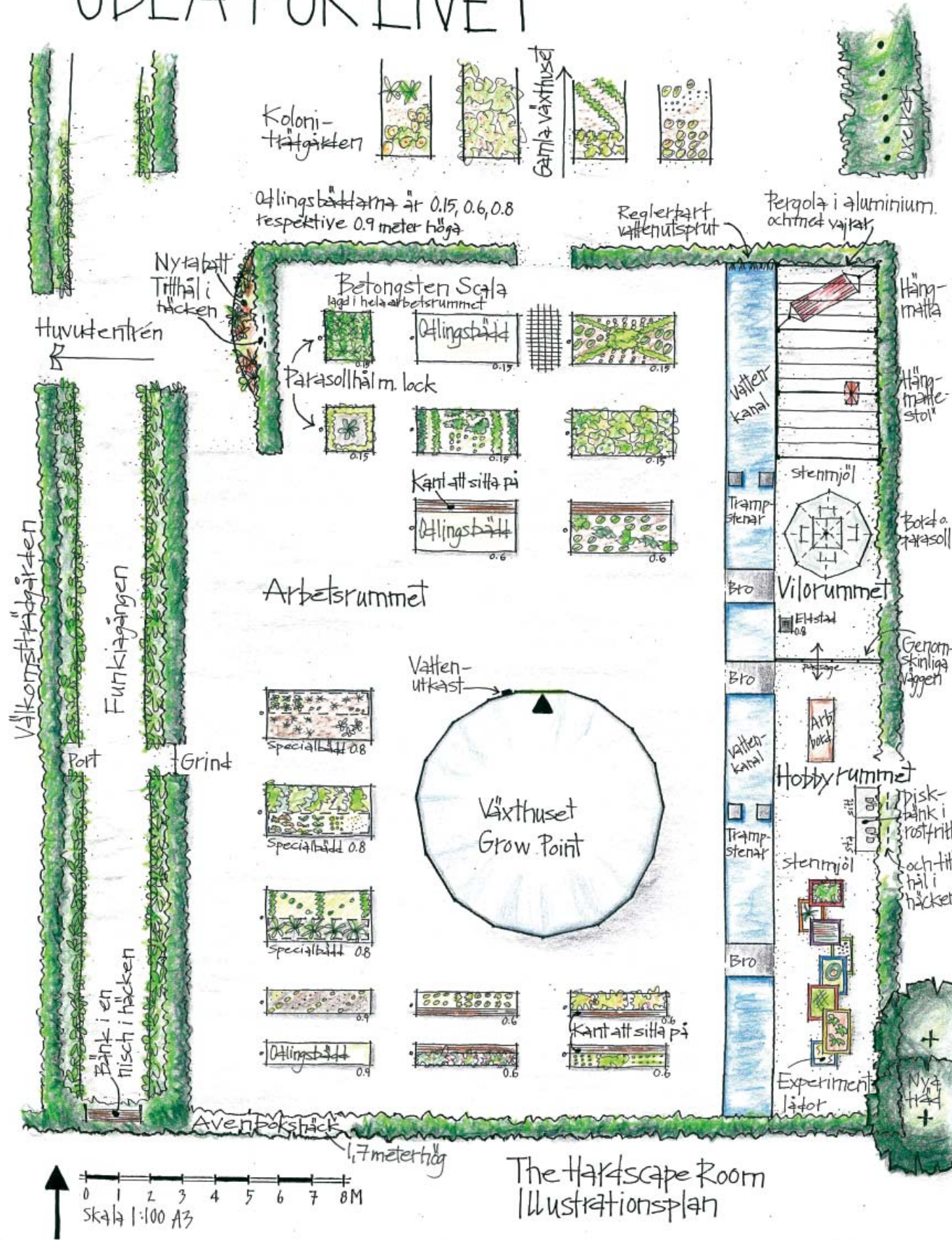
# ODLA FÖR LIVET



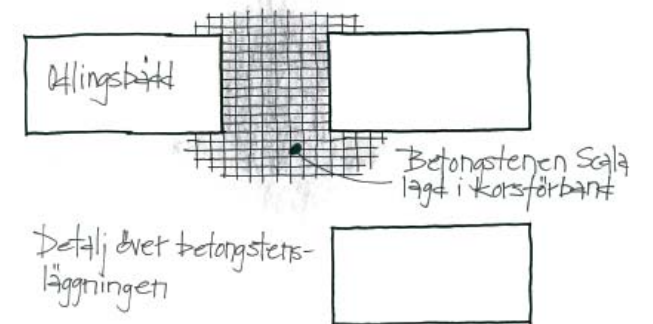
Mitt slutliga gestaltningsförslag för The Hardscape Room



# ODLA FÖR LIVET



I Arbetsrummet föreslår jag betongmarkstenen Scala från Nordform, i storleken 210x140 mm och i en ljusgrå kulör. Scala är skarpkantad och har små fogar, vilket ger en slät och jämn yta som förstärker känslan av effektivitet och samtidigt gör det lätt för rullstolar att passera över ytan. För att förstärka dels känslan av effektivitet, dels riktning i rummet ska markstenen läggas i korsförband, enligt skissen till höger. Betongmarkstenens storlek passar till de mått som odlingsbäddarna har och de avstånd som behövs mellan odlingsbäddarna för att rullstolar ska kunna både passera och vända.



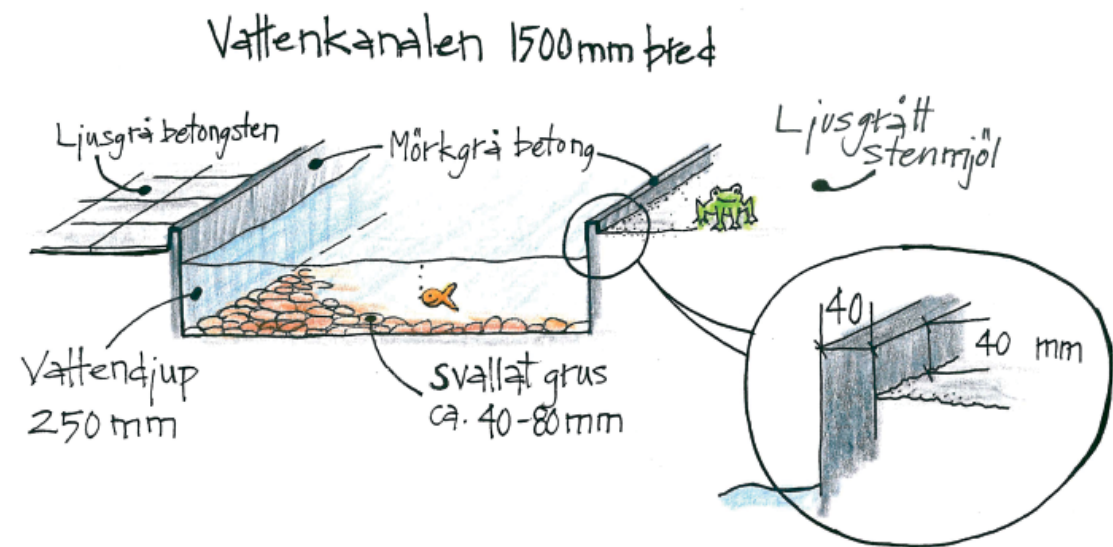
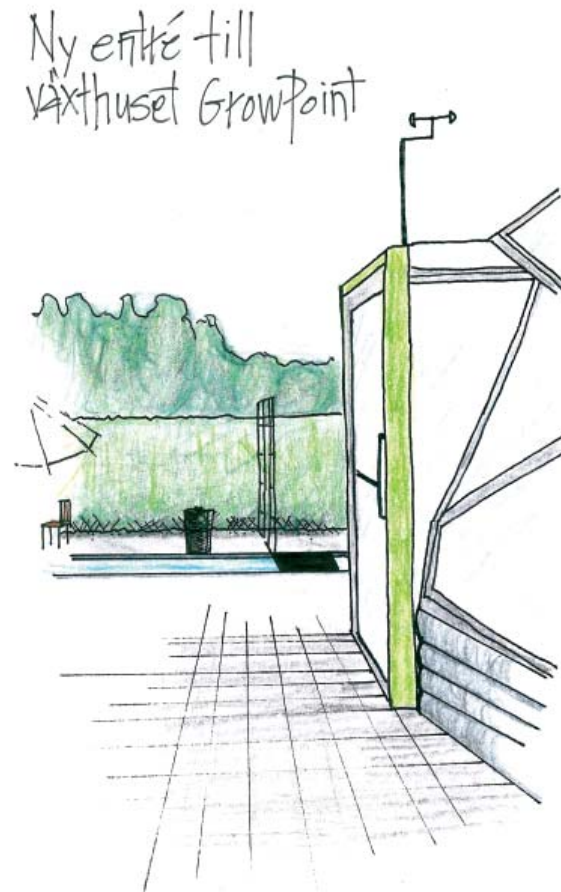
Storleken på betongmarkstenarna är en förändring av min ursprungliga idé. Från början hade jag tänkt mig plattor med måttet 800x400 mm, för att få en slät, sammanhållen och effektiv yta. Men när jag ritade markbeläggningen i detalj såg jag att den storleken inte passade in, såvida inte plattorna skars i mindre delar. I och med det hade en väsentlig del av idén med stora plattor förfallit. Jag tycker att den känsla som jag vill att markmaterialet ska förmedla även kan uppnås med ett mindre format eftersom betongmarkstenen läggs med smala fogar och i korsförband.

Jag försökte införliva Klosterträdgårdens örtagård, men det formspråket passade inte in i Odlå för livets raka och strikta ordning. Jag bestämde mig för att rita in låga, 0,15 meter, växtbäddar med den ursprungliga rektangulära formen. Önskan om att få stå mitt bland örterna infrias till viss del, även om det inte kan jämföras med den känsla man skulle få i Klosterträdgårdens örtagård. Klosterträdgårdens örtagård passar nog bättre in i Koloniträdgården än i The Hardscape Room, i alla fall med det formspråk som jag nu har valt att ge det senare.

Odlingsbäddarna är gjutna i ljusgrå betong och bäddarnas yta är kvastad, vilket är en förändring mot skissförslaget. Förändringen innebär att rummet får ett lugnare och mer strikt uttryck. Antalet odlingsbäddar har minskat efter personalens och Grahns önskemål. Specialbäddarnas bredd har jag minskat för att få en bättre form och balans i rummet. Resultat är ett luftigare rum. Den fria ytan vid entrén och framför växthuset tycker jag blev välgörande för hela rummet och ökade rummets flexibilitet. Nu kan man ta emot studiegrupper och samla dessa här. Man kan också använda ytan till en annan typ av odling, till exempel container- och krukodling.

Träramen som sitter runt dörren till växthuset Grow Point tycker jag ska målas i en glad färg för att markera dörren lite bättre och fånga blicken. Tröttnar man på färgen är det enkelt att måla om träramen. Vid entrén in till Grow Point finns ett vattenutkast för att underlätta bevattningen. Grow Points träsockel målas om i en mörkare grå nyans för att få bättre färgharmon i rummet.

Avsaknaden av skugga är ett problem och varma somrardagar kan det därför bli outhärdligt att arbeta i The Hardscape Room. För att komma till rätta med detta föreslår jag att man gör hål vid växtbäddarnas sidor där man kan sticka ner ett parasoll. Hålen förses med lock för att inte vara i vägen för fötter, hjul eller teknikkäppar. Hålens exakta placering måste dock prövas ut på plats tillsammans med den typ av parasoll man tänker använda sig utav för att på så vis få så bra funktion som möjligt.

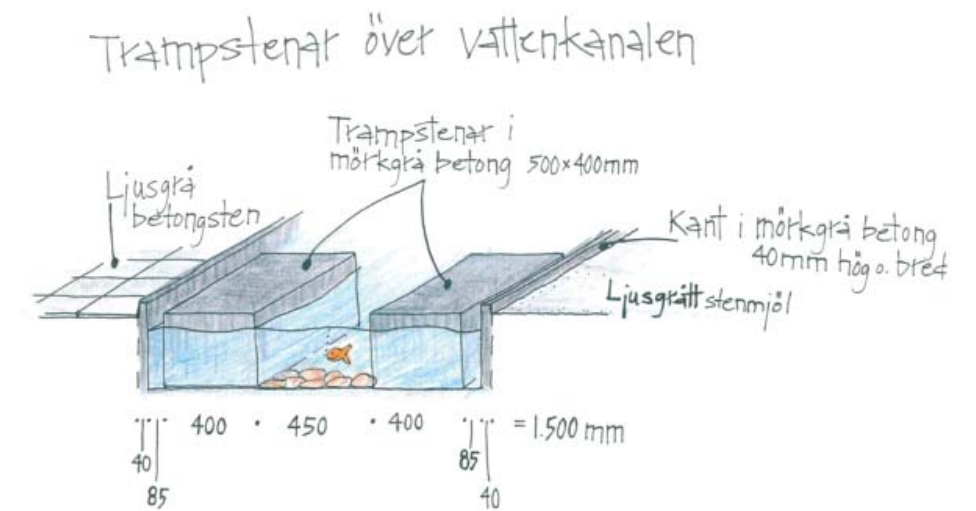
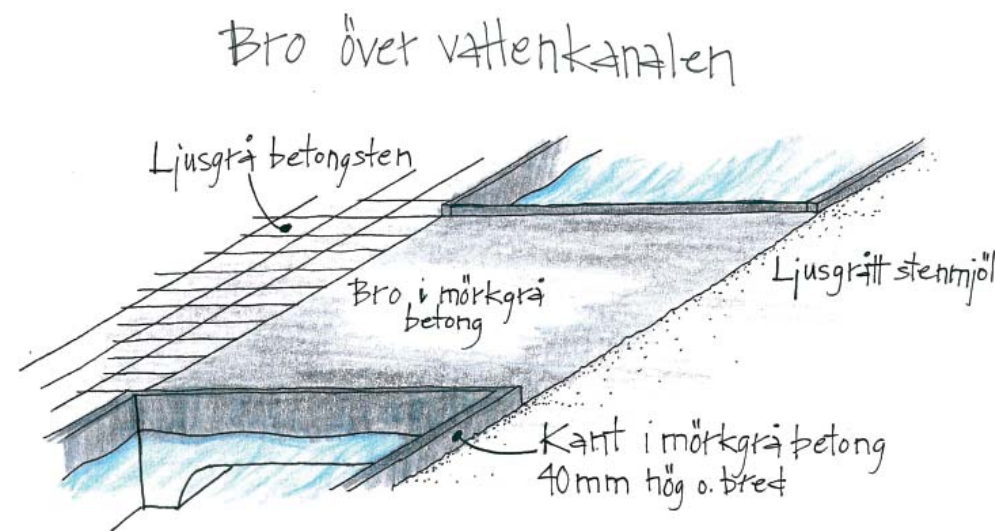


Vattendjupet i kanalen är 0,25 meter och på botten ligger ett lager av svallat grus med en dimension på 40-80 mm. Vattenutblåset sitter i kanalens norra ände och vattenflödet kan regleras så att man kan skapa olika upplevelser av vattnet. För att öka spänningen lite när man går över kanalen är avståndet mellan trampstenarna 0,45 meter, vilket gör att man måste ta ett lite längre kliv än ett normalt steg för att komma över till nästa trampsten. Ett längre steg innebär att man fokuserar på var man sätter foten och upplevelsen av och närhet till vattnet blir då förstärkt.

Vattenkanalen har flyttats lite till öster jämfört med det ursprungliga skissförslaget för att manöverutrymmet mellan odlingsbäddarna och kanalkanten ska bli bättre för de rullstolsburna. Det innebär att Vilorummet och Hobbyrummet har blivit lite smalare än i mitt skissförslag.

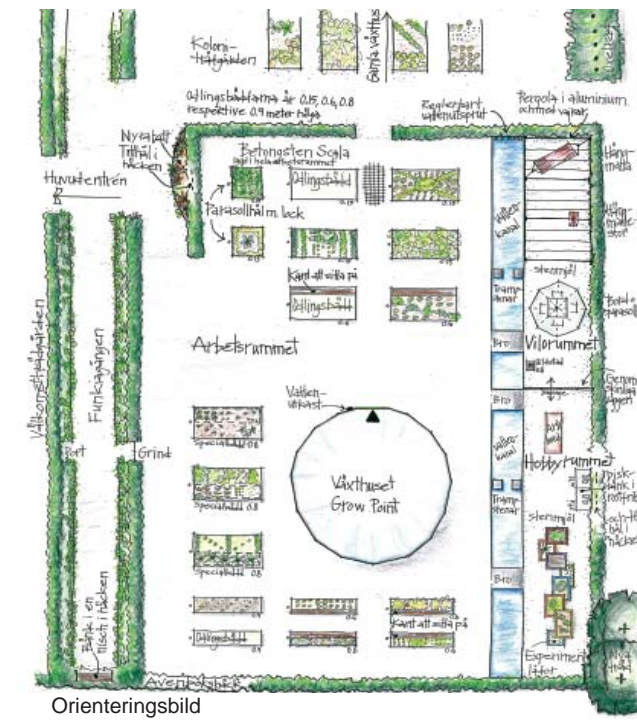
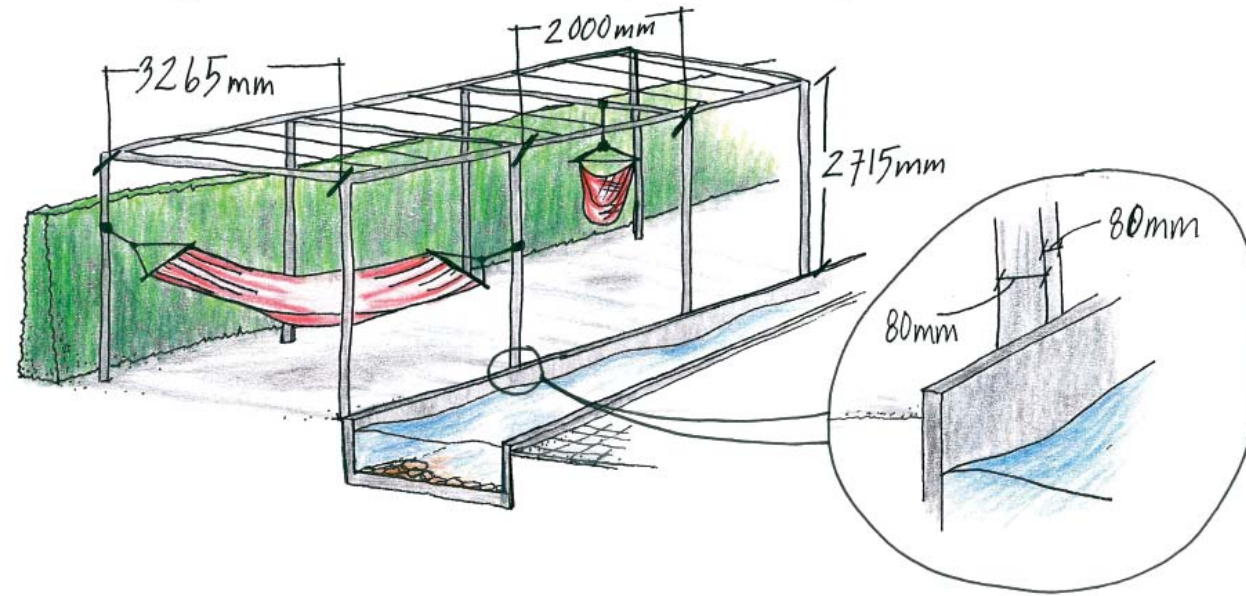
Vattenkanalen ska förutom att förstärka rummets riktning även fungera som rumsavdelare och stämninggivare i rummet. Vattenkanalen skapar en tydlig gräns mellan arbete och fritid. För att kunna ta sig över kanalen finns broar och trampstenar. Dessa är gjutna i mörkgrå betong och ligger strax ovan vattenytan för att ge en känsla av att man går på vatten. Utmed kanalens och broarnas sidor löper en fyra centimeter hög mörkgrå kant. Kanten fungerar som stopp för rullstolar och som ledare för den som använder sig av teknikkäpp. För att kanten ska synas bra ska färgkontrasten mellan de ljusgråa och mörkgråa ytorna vara minst 0,40 enligt NCS, Natural Colour System, (Boverket, 2005; Handikappombudsmannen).

Vattenkanalens konstruktion liksom mina föreslagna dimensioner av kanalen måste granskas och bearbetas vidare tillsammans med en konstruktör innan förslaget kan genomföras.

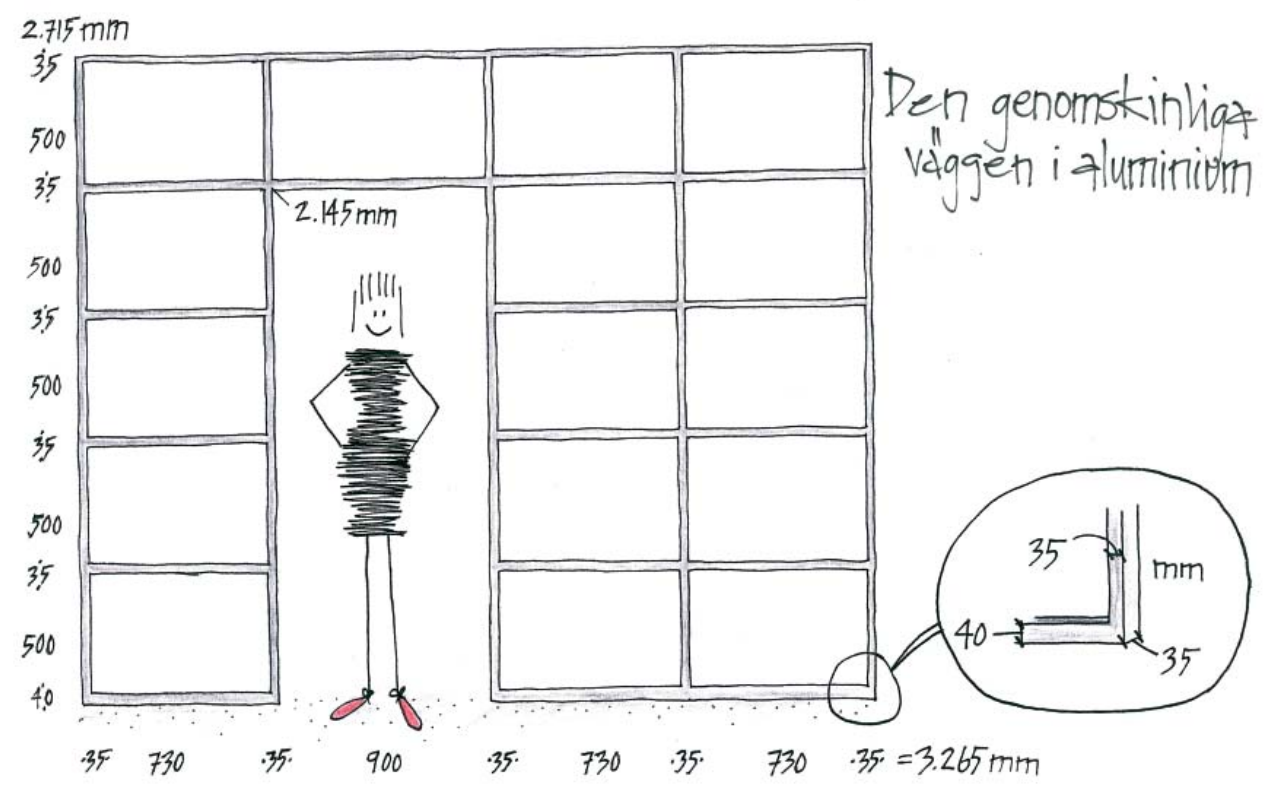


Pergolan i Vilorummet har gjorts bredare eftersom jag ville ge den bättre proportioner. Grow Points aluminiumlister har stått för inspirationen till pergolans dimensioner och jag tror att stolpar och överliggare kan ha en dimension på 80x80 mm. Detta måste kontrolleras med en konstruktör så att inte konstruktion blir för vek. Metallvagnar spänns i taket så att växter kan slingra sig upp och ge skugga åt den som vilar i hängmattan. Här i vilorummet finns bord och stolar och man kan sitta under ett parasoll och dricka kaffe eller titta på det arbete som utförts i arbetsrummet. Den upphöjda eldstaden sprider värme och stämning under den kallare delen av året.

### Pergolan i aluminium och metallvagnar



Orienteringsbild



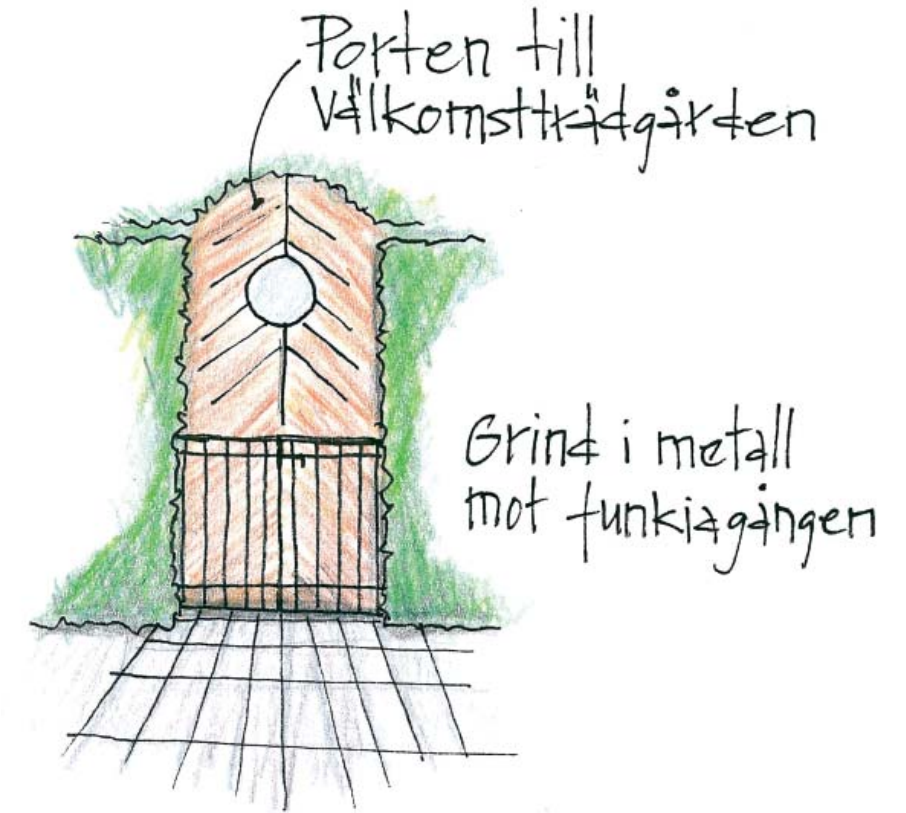
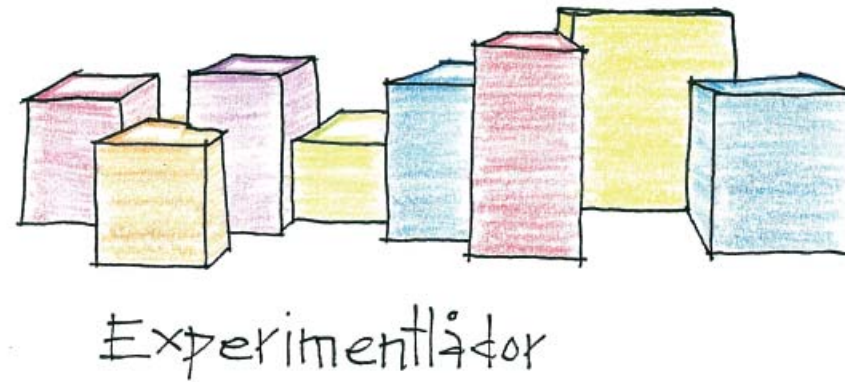
Den genomskinliga väggen i aluminium



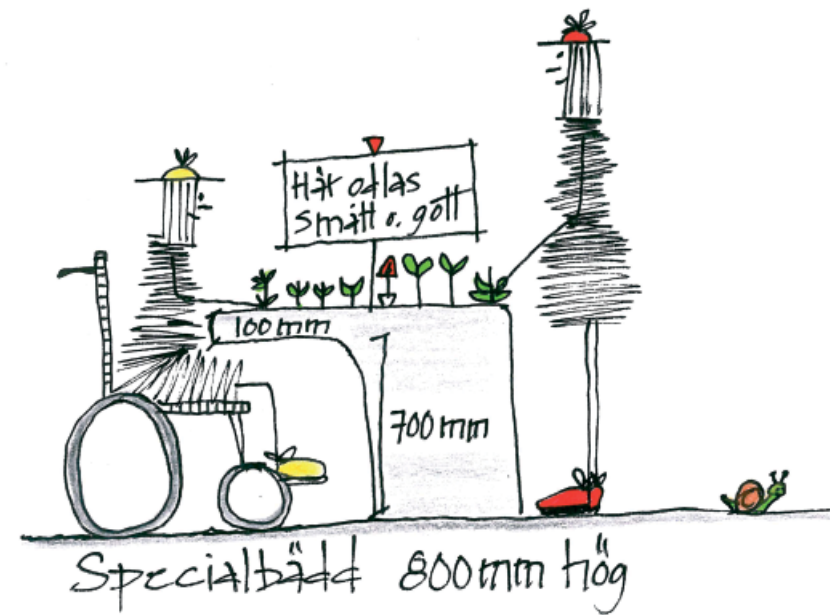
Den genomskinliga väggen utgör en tunn gräns mellan Vilo- och Hobbyrummet. Väggen är gjord av aluminiumspröjsar och har en öppning, stor som en dörr, så att man enkelt kan röra sig mellan rummen. Väggen konstruktion måste kontrolleras av sakkunnig person så att inte väggen blir för vek och därmed farlig. Markbeläggningen i både Vilo- och Hobbyrummet är ljusgrått stensmjöl som kontrasterar mot den mörkgrå kant som löper utmed vattenkanalens sida.

I Hobbyrummet finns ett höj- och sänkbart arbetsbord samt en låg och en hög diskbänk i rostfritt stål. Diskbänkarna är vända mot häcken. I häcken finns titthål så att man kan kika ut mot fruktträden utanför The Hardscape Room. Vatten och el har också dragits in i Hobbyrummet för att öka möjligheterna till olika aktiviteter under året.

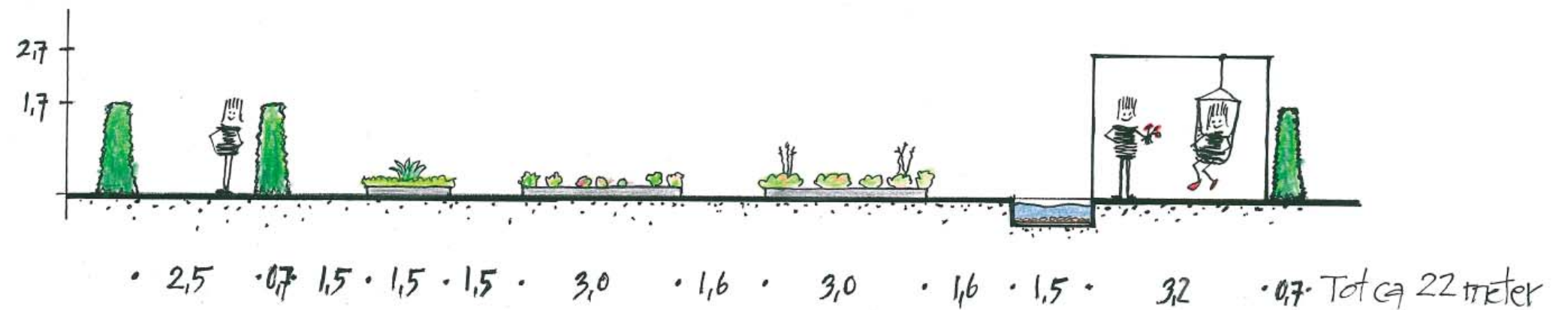
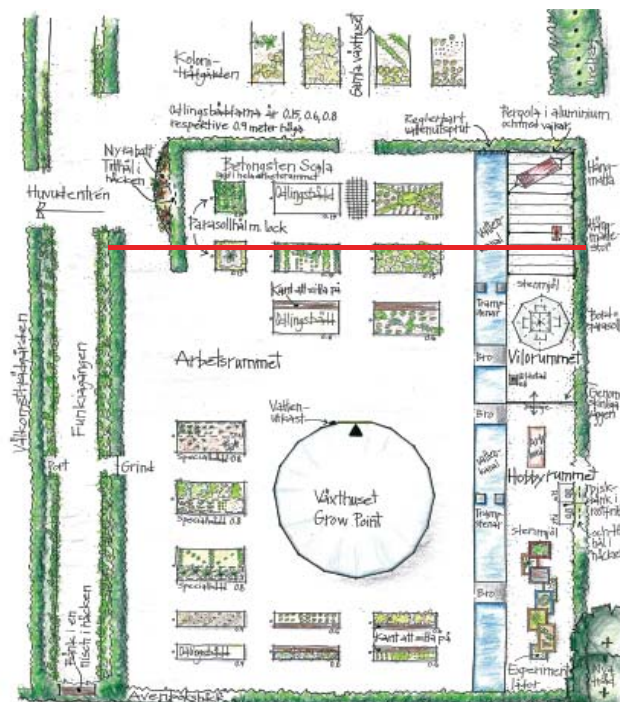
Längst ned i Hobbyrummet står de färgglada experimentlådorna. Tanken med dessa är att man ska kunna experimentera och leka lite med säsongens växtmaterial. Glada färger retar ögat och ger lite spänning i rummet, särskilt på vintern. I skissförslaget hade jag tänkt att de skulle gjutas i betong men för att öka flexibilitet, minska kostnaden och underlätta konstruktionen föreslog Frederik Tauchnitz byggmaterialet minerit. Minerit är en cementbunden byggskiva med en slät yta som går att måla i den färg man vill ha. Jag tror att minerit är ett material som kan fungera bra till experimentlådorna. Jag har ritat in åtta stycken lådor, men antalet lådor liksom höjden på lådorna kan man bestämma på plats. Längst ned, utanför Hobbyrummets sydöstra häck, står två stycken träd för att skapa vindskydd och tacksänsla i den mest öppna och utsatta delen av The Hardscape Room.



Väster om växthusen Grow Point är tre stycken odlingsbäddar anpassade för rullstolsburna placerade. Jag har kallat dessa odlingsbäddar för specialbäddar. Bäddarna är 1,6 meter breda så att två personer kan stå på var sin sida om bädden och arbeta tillsammans. Den slutliga utformningen av specialbädden måste lösas tillsammans med en konstruktör.



I häcken vid specialbäddarna har jag skapat en genväg mellan The Hardscape Room och Välkomsträdgården. En metallgrind utgör en luftig gräns ut mot Funkigången och i bakgrunden ser man träporten till Välkomsträdgården.



Tvärsektion genom The Hardscape Rooms norra del

## REFLEKTIONER

### Om det slutliga gestaltningsförslaget

Jag har med min utformning av rummet velat skapa möjligheter till aktiviteter och att det ska finnas utrymme för personalen och deltagarna att fylla rummet med sina idéer. Med min gestaltning har jag velat ge rummet en form, ett skelett, som sedan skulle ges innehåll av personalens och deltagarnas aktiviteter och idéer. Hörnstenarna i mitt arbete med gestaltningsförslaget har varit:

- Vara ett rum för odling och hantverk
- Avvika från de andra trädgårdsrummen
- Upplevas som modernt
- Ha en tydlig form

Dessa hörnstenar bygger på dels Stigsdotter och Grahn's tankar när de planerade Alnarps rehabiliteringsträdgårdar, dels personalens önskemål om utformningen av The Hardscape Room, samt min tolkning av nämnda tankar och önskemål. Hur har jag då i utformningen av The Hardscape Room förhållit mig till hörnstenarna? Jag skulle vilja beskriva det på följande sätt.

Idag har Alnarps rehabiliteringsträdgårdar, enligt mig, en ”Cottage Garden”-känsla, vilket jag har velat komma bort från i mitt gestaltningsförslag. Rummet ska upplevas som modernt. Vad som är modernt varierar över tiden, men jag avser en miljö som är hårdgjord, avskalad, har en stram och enkel form samt ger en känsla av effektivitet, kontroll och balans.

The Hardscape Room har fått en tydlig stram form och miljön är hårdgjord och avskalad. Jag har använt mig av betong och metall, material som inte används i de andra trädgårdsrummen. Genom att begränsa material- och färgvalen i rummet har jag förstärkt känslan av effektivitet, kontroll och balans. På detta sätt har jag försökt att komma bort från ”Cottage Garden”-känslan och ge rummet en avvikande gestaltning.

The Hardscape Rooms enkla och konsekventa utformning liksom överskådligheten av rummet underlättar också förståelsen och orienteringen i rummet, vilket är bra med tanke på deltagarnas hälsa men också ur ett tillgänglighetsperspektiv.

Genom att dela upp The Hardscape Room i tre mindre rum och ge dessa rum olika karaktär och funktion ges förutsättningar för aktiviteter som odling, hantverk, social samvaro, vila och sinnesstimulering. Rumsindelningen gör också att man kan introducera deltagarna på olika sätt till en mer krävande miljö samt att hela ytan i The Hardscape Room utnyttjas under en längre period av året.

Det är en balansgång att skapa ett rum med en enkel och stram form och som utstrålar effektivitet, utan att rummet blir kallt och hjärtlöst. Rummets utformning måste visa på värme och omsorg, eftersom det ska bedrivas rehabilitering här. Stigsdotter och Grahn liksom jag själv hade en idé om att vid gestaltningen av The Hardscape Room skulle vegetationen inte vara en del av utformningen. Genom att använda häckarna som rumsavskiljare har vegetationen indirekt blivit en del i rummets gestaltning, och häckarna fyller en viktig funktion, nämligen att mildra rummets hårda karaktär.

Jag tycker nog ändå att jag har lyckats förena mina olika utgångspunkter i mitt gestaltningsförslag. Det finns dock några nackdelar med mitt förslag. Den största nackdelen är att rummet inte är så flexibelt på grund av att odlingsbäddarna är gjutna i betong. Den andra nackdelen är att den platsgjutna betongen och specialbäddarnas konstruktion leder till att anläggningskostnaden blir relativt hög, sett utifrån den begränsade ekonomi som Alnarps rehabiliteringsträdgårdar har.

Blickar man lite framåt medför gestaltningsförslaget att ytterligare en miljö tillförs Alnarps rehabiliteringsträdgårdarna och därigenom ökar också möjligheterna att studera dels vilka miljöer deltagarna föredrar, dels om trädgårdsrummets utformning är av underordnad betydelse i förhållande till aktiviteten odling. Förslaget innebär också att det skapas fler förutsättningar att pröva odlingens möjligheter som terapiform för personer med diagnosen utmattningssyndrom.

### Om min designprocess

Det har varit relativt svårt att beskriva och illustrera min designprocess. Jag har funderat mycket över *hur* jag på ett strukturerat och logiskt sätt ska kunna visa och förklara mina idéer, tankar och känslor. För som bekant är så dyker inte dessa upp på ett strukturerat och logiskt sätt. Jag har försökt att beskriva min designprocess på ett personligt och ärligt sätt. Jag har dessutom valt att presentera en del saker i en viss ordning för att läsaren lättare ska förstå mitt arbete. Det har också varit lite omständligt att föra anteckningar över tankar och idéer. Ibland har det känts som om det arbetet har tagit energi från det kreativa och estetiska arbetet.

Genom att medvetandegöra min designprocess har jag tvingats till att reflektera över frågor som rör min egen arbetsmetod och min framtida yrkesroll som landskapsarkitekt. Några av dessa frågor är: Vad är min roll som gestaltare? För vem utför jag uppdraget? Hur mycket ska man låta sig påverkas av andra? Kan man bli för insyltad och hemmablind och därmed tappa fokus? Kommunikation är viktigt, men förstår vi varandra? Vad det är som sätter igång min kreativa process? Varför ska jag ha ett koncept?

För mig har examensarbetet inneburit en intressant arbetsperiod och jag har hittat *mina* svar på dessa frågor. Jag har bland annat kommit fram till att för mig är det viktigt att ha ett koncept. Jag har något att stämma av mina idéer mot under arbetets gång, en kompass som visar om jag håller rätt kurs när tankar och idéer flyger omkring. Samtidigt har jag blivit medveten om att jag kan behöva ompröva mitt koncept, så att det fungerar som ett stöd och inte blir en börda att bära. Jag vet numera också att jag håller med Pablo Picasso:

If you know exactly what you are going to do, what is the point of doing it?

# KÄLLOR

## Tryckta källor

- Antonovsky, A. (1991). *Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Blennow, A-M. (2002). *Europas trädgårdar*. Lund: Signum.
- Csikszentmihályi, M. (1999). *FLOW. Den optimala upplevelsens psykologi*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Eckerling, M. (1996). Guidelines for Designing Healing Gardens. *Journal of Therapeutic Horticulture, AHTA*, 8, pp 21-25.
- Gerlach-Spriggs, N., Kaufman, R.E., & Warner, S.B. (1998). *Restorative gardens: The healing landscape*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Grahn, P. & Bengtsson, A. (2004). Trädgårdsrum – rum i bostadens miljö. I: H. Wijk (Red.), *Goda miljöer och aktiviteter för äldre* (s.137-174). Lund: Studentlitteratur.
- Grahn, P. (1991). Om parkers betydelse. *Stad & Land 93*. Movium/Institutionen för landskapsplanering. Sveriges lantbruksuniversitet, Alnarp.
- Grahn, P. (2005). I: P. Schmidtbauer, P. Grahn, M. Liedberg (Red.), *Tänkvärda trädgårdar. När utemiljön blir en del av vården* (s. 127-145). Stockholm: Formas.
- Gunnarsson, A. (1992). Frukträden och paradiset. *Stad & Land 105*. Movium/Institutionen för landskapsplanering. Sveriges lantbruksuniversitet, Alnarp.
- Hoffmans, J. (2001). *150 Garden Ideas*. London: Hamlyn Ltd..
- Iwarsson, S. & Ståhl, A. (2003). Accessibility, usability and universal design - positioning and definition of concepts describing person-environment relationships. *Disability and Rehabilitation*, 25, (2), pp. 57-66.
- Jernberg, A. (2001). Natur och trädgård inom vård och omsorg. *DHR-rapport 2001:1*. Falun: DHR.
- Kaplan, R. & Kaplan, S. (1989). *The experience of nature*. New York: Cambridge University Press.
- Kaplan, R., Kaplan, S. & Ryan, R.L. (1998). *With people in mind: Design, and management of everyday nature*. Washington: Island Press.
- Kielhofner, G. (1995). *A model of human occupation. Theory and application*. Baltimore: Williams & Wilkins.
- Lundquist, K. (2000). Bidrag till kännedom om begreppet trädgård och om trädgårdsväxternas historia i Sverige. *Rapport, 2000:1*. Alnarp: Sveriges lantbruksuniversitet, Institutionen för landskapsplanering.
- Månsson, K. (1999). *Bygg för alla*. Stockholm: Svensk Byggtjänst och NHR.
- Olsson, B. & Algulin, I. (1990). *Litteraturens historia i världen*. Stockholm: Nordstedts förlag.
- Ottosson, J. (1997). Naturens betydelse i en livskris. *Stad och Land 148*. Movium/Institutionen för landskapsplanering. Sveriges lantbruksuniversitet, Alnarp.
- Ottosson, J. & Grahn, P. (1998). Utemiljöns betydelse för äldre med stort vårdbehov. *Stad och Land 155*. Movium/Institutionen för landskapsplanering. Sveriges lantbruksuniversitet, Alnarp.
- Relf, D. (1992). Human issues in horticulture. *Hort Technology* 2, pp. 159-171.
- Sandberg, K. (1999). *Möjligheternas trädgård. En trädgård för alla*. Stockholm: Hjälpmedelsinstitutet och Sveriges Utbildningsradio AB.
- Schmidtbauer, P. (2005). I: P. Schmidtbauer, P. Grahn, M. Liedberg (Red.), *Tänkvärda trädgårdar. När utemiljön blir en del av vården* (s. 11-52). Stockholm: Formas.
- Stigsdotter, U. & Grahn, P. (2002). What makes a Garden a Healing Garden? *Journal of Therapeutic Horticulture, AHTA*, 13, pp. 60-69.
- Stigsdotter, U. & Grahn, P. (2003). Experiencing a Garden. A Healing Garden for People Suffering from Burnout Diseases. *Journal of Therapeutic Horticulture, AHTA*, 14, pp. 38-49.
- Ulrich, R.S., Simons, R.F., Losito, B.D., Fiorito, E., Miles, M.A., & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology* 11, pp. 201-230.

## Elektroniska källor

- Boverket. (2005). *Enklare utan hinder*. [www.boverket.se/Publicerat](http://www.boverket.se/Publicerat).
- Handikappombudsmannen. *Riktlinjer för tillgänglighet*. [www.handisam.se/Riktlinjer för tillgänglighet](http://www.handisam.se/Riktlinjer_för_tillgänglighet).

## Bildkällor

- Bild sidan 23, Nordform/Bildgården. Tillstånd av den 16 april 2007.
- Illustration sidan 11. Grahn, P. (2005). I: P. Schmidtbauer, P. Grahn, M. Liedberg (Red.), *Tänkvärda trädgårdar. När utemiljön blir en del av vården* (s. 127-145). Stockholm: Formas. Tillstånd av den 8 maj 2007.
- Illustration sidan 13. Stigsdotter, U. & Grahn, P. (2003). Experiencing a Garden. A Healing Garden for People Suffering from Burnout Diseases. *Journal of Therapeutic Horticulture, AHTA*, 14, pp. 38-49. Tillstånd av den 9 augusti 2007.
- Illustration sidan 14. Stigsdotter, U. & Grahn, P. (2003). Experiencing a Garden. A Healing Garden for People Suffering from Burnout Diseases. *Journal of Therapeutic Horticulture, AHTA*, 14, pp. 38-49. Tillstånd av den 9 augusti 2007.
- Där inte annat anges är foton och illustrationer tagna respektive gjorda av Barbro Gabrielsson.