

NATUREN SOM SOCIALT LÆRINGSRUM

En dag i naturen som ramme for trivsel, fællesskab
og studietilknytning blandt sygepleje- og
pædagogstuderende

Baggrund: Studerendes mentale trivsel og tilknytning til uddannelsen er centrale temaer i professionsuddannelserne. Denne artikel undersøger, hvordan naturen som pædagogisk rum kan understøtte læring med afsæt i refleksiv praksislæring samt bidrage til at styrke trivsel og sociale relationer blandt sygepleje- og pædagogstuderende.

Metode: Med afsæt i en tværprofessionel temadag i Naturlandsbyen ved Doverodde deltog 60-70 studerende i undervisningsaktiviteter i naturen med fokus på fysisk, psykisk og social sundhed. En fælles mundtlig evaluering blev gennemført ved dagens afslutning, og der følges op med et spørgeskema senere.

Diskussion: Evalueringen viser, at de studerende oplevede øget engagement, fællesskab og faglig refleksion, særligt gennem kropslig og sanselig læring i naturen. Enkelte kritiske perspektiver peger på behov for en tydeligere professionskobling og en bedre balance mellem antallet af studerende fra de forskellige uddannelser.

Konklusionen: Refleksiv praksislæring i naturen rummer potentiale for at fremme trivsel og tilknytning i professionsuddannelserne. En opfølgende spørgeskemaundersøgelse planlægges for at undersøge langtidsvirkninger på studietilknytning og tværprofessionelle relationer.

FORFATTERE

Daniel Krag Nielsen, lektor, cand. scient.san.publ., Sygeplejerskeuddannelsen, UCN

Mikkel Sand, lektor, cand.scient., Sygeplejerskeuddannelsen, UCN

Rasmus Svit Jensen, lektor, cand. pæd., Pædagoguddannelsen Thisted UCN

Lisbeth Vegeberg Linnemann, lektor, cand.soc., Pædagoguddannelsen, UCN

Lisbeth Storgaard Rimmer Dueholm, lektor, cand.pæd., Pædagoguddannelsen, UCN

INDLEDNING

Studerendes mentale trivsel er et fokusområde i professionsuddannelserne med stigende interesse, idet frafald, stress og oplevet ensomhed udgør væsentlige udfordringer for professionsuddannelserne. I denne sammenhæng har naturen som en pædagogisk og sundhedsfremmende ressource fået øget opmærksomhed.

Danskernes forhold til naturen er kendetegnet ved stor tilgængelighed, hyppig brug samt overvejende positive oplevelser. Ifølge en national undersøgelse foretaget af

Københavns Universitet (2025) bruger to ud af tre danskere naturen mindst én gang om ugen, og mere end 90 % vurderer deres seneste naturoplevelse som positiv. De mest udbredte motiver for at opsøge naturen er afslapning, naturoplevelser, fysisk aktivitet og socialt samvær, med skove og kyster som de mest populære destinationer (Jensen, 2025).

Den nyeste nationale kortlægning af danskernes naturbesøg (Gernow et al., 2024) bekræfter og nuancerer dette billede. Undersøgelsen viser, at hele 96 % af naturbesøgene

foregår inden for 5 km fra byzone, og 41 % foregår direkte i eller tæt ved byzone. Det understreger betydningen af bynær natur som et hverdagsfrirum. Skove tiltrækker flest besøg (34 %), efterfulgt af kystområder (30 %), mens rekreative områder som parker og kirkegårde er relativt set mest populære i forhold til deres arealmæssige udbredelse. Samtidig foregår 76 % af naturbesøgene inden for naturbeskyttede områder, hvilket viser, at områder med offentlig adgang og naturbeskyttelse spiller en afgørende rolle i friluftslivet.

Undersøgelserne viser desuden, at naturen ikke blot er et rekreativt frirum, men også et sted, hvor mennesker søger ro, restitution og fællesskab. Dette gør naturen til en oplagt ramme for trivsel og læring, ikke mindst i en uddannelsesmæssig kontekst, hvor netop disse elementer er centrale. Samtidig påpeger en rapport fra Friluftsrådet, at yngre danskere (15-35 år) bruger naturen mindre hyppigt end ældre aldersgrupper (Friluftsrådet, 2014), hvilket kan indikere et behov for at (gen)introducere naturen som en meningsfuld del af unges hverdag og læringsmiljø.

I lyset af denne viden fremstår det relevant at undersøge, hvordan professionsuddannelserne kan integrere naturen som en aktiv medspiller i undervisningen, ikke kun for at fremme faglig læring, men også for at styrke de studerendes mentale trivsel og

socialle tilknytning til deres uddannelsesmiljø.

På UCN's campus i Thisted findes unikke naturmæssige rammer, som giver mulighed for at integrere naturen i professionsuddannelsernes pædagogik. I lyset af ovenstående opstår spørgsmålet, om og hvordan naturen kan anvendes strategisk til at styrke studerendes mentale trivsel og læring samt deres tilknytning til uddannelsen og campusmiljøet. Dette er særligt relevant i en tid, hvor mange studerende oplever udfordringer med motivation, fællesskab og identifikation med deres uddannelsesvalg.

UCN's fælles læringstilgang, refleksiv praksislæring (RPL), tilbyder et pædagogisk fundament, der netop understøtter sådanne behov. RPL bygger på seks grundprincipper, som bl.a. fremmer faglig identitet, professionel dømmekraft og handlekompetence gennem en tæt kobling mellem teori og praksis (Horn et al., 2020). Undervisningen tilrettelægges med afsæt i virkelighedsnære cases, samarbejde med lokalområdet og refleksion over praksis, hvilket skaber meningsfulde læringsrum for de studerende. I denne kontekst kan naturen omkring campus fungere som en aktiv medspiller i undervisningen, både som fysisk ramme og som katalysator for refleksion, fællesskab og praksisnær læring. Ved at integrere RPL i naturen kan professionsuddannelserne på UCN skabe læringsmiljøer, hvor studerende ikke blot tilegner sig faglig viden, men også udvikler personlig og social trivsel i samspil med deres omgivelser.

I denne artikel undersøges det, hvordan naturen kan anvendes som læringsrum i professionsuddannelserne med afsæt i UCN's læringstilgang (RPL). Artiklen beskriver en prøvehandling med en tværprofessionel temadag i Naturlandsbyen ved Doverodde, hvor sygepleje- og pædagogstuderende deltog i

naturbaserede aktiviteter. Formålet er at belyse naturens potentiale som pædagogisk rum og ramme for praksisnær undervisning og dermed bidrage til mental trivsel hos studerende og styrke deres tilknytning til uddannelsen og campus.

TEORIAFSNIT

Temadagen blev tilrettelagt med afsæt i den læringsteoretiske tilgang RPL, som kendetegner undervisningen på UCN. RPL bygger på erfaringspædagogiske principper, hvor læring opstår i mødet mellem teori og praksis, og hvor den studerendes egne erfaringer og refleksioner er centrale (Horn et al., 2020). Gennem dialog, konkrete eksempler og praksisnære aktiviteter skabes rum for faglig og personlig udvikling, hvilket gør RPL særligt velegnet som ramme for undervisning i og med naturen.

En række nyere systematiske reviews dokumenterer, at interaktion med naturen kan have en positiv effekt på unges mentale sundhed, herunder reduktion af stress og angst, forbedret opmærksomhed og kognitiv funktion, øget selvværd samt styrket resiliens (Lackey et al., 2021; Mygind, L. et al., 2019; Nejade et al., 2022; Tillmann et al., 2018). Mygind et al. påpeger, at naturop-levelser, eksempelvis friluftsliv og udeskole, kan styrke selvværd, sociale relationer og følelsen af tilknytning, særligt blandt unge i uddannelsessammenhænge (2019). Disse fund underbygges af Nejade et al., som i deres scoping review konkluderer, at naturbaserede interventioner har potentiale til at forbedre både mental, fysisk og kognitiv sundhed, især når aktiviteterne foregår i grønne omgivelser med høj biodiversitet og lav støj- og luftforurening (2022). Lackey et al. supplerer med en omfattende systematisk gennemgang af 51 studier, hvor 90 % fandt mindst én positiv sammenhæng mellem naturbaseret rekreation og mental sundhed. Især fremhæves reduktion

af stress, angst og depressive symptomer samt øget oplevelse af velvære og kognitiv restitution (2021). Samlet set peger disse reviews på, at naturen kan fungere som et meningsfuldt lærings- og sundhedsfremmende rum, der rækker ud over det traditionelle klasseværelse.

De pædagogiske principper, som temadagen også trak på, supplerer RPL ved at betragte naturen som en aktiv medspiller i læringsprocessen (Bentsen et al., 2009; Jordt, 1998). Naturen tilbyder særlige læringsrum, hvor sanser, krop og fællesskab aktiveres, og hvor der skabes mulighed for fordybelse, nærvær og refleksion (Jordt Jørgensen & Damgaard, 2022; Mygind, E., 2005). Denne tilgang understøtter professionsuddannelsernes mål om praksisnær og erfaringsbaseret læring, og den harmonerer med RPL's fokus på det gode eksempel, dialog og inddragelse af den studerendes egne oplevelser.

Bentsen et al. (2009) beskriver en pædagogisk tilgang, hvor undervisningen flyttes ud i naturen og integreres med de faglige mål. Denne tilgang fremmer motivation, samarbejde og refleksion, og den understøtter udviklingen af sociale kompetencer og tilknytning til læringsfællesskabet. Temadagens aktiviteter, herunder samarbejdsøvelser, sansevandring og meditation, afspejler netop disse principper ved at kombinere faglighed med kropslig og social deltagelse.

Mygind (2005) argumenterer for, at udeliv og naturbaseret undervisning kan styrke de studerendes mentale trivsel og læringsparathed, især når aktiviteterne er tilrettelagt med fokus på sanser, bevægelse og fællesskab. Dette blev tydeligt under temadagen, hvor meditation og fysisk aktivitet i naturen blev fremhævet som meningsfulde af de studerende.

Undervisning i naturen handler ikke blot om at opholde sig i naturen, men om at anvende den aktivt

og didaktisk som læringsrum. Ved at inddrage naturens materialer, rytmer og stemninger kan undervisningen fremme både faglig fordybelse og social tilknytning. Jordt Jørgensen og Damgaard (2022) fremhæver, hvordan naturen kan understøtte børns nysgerrighed og deltagelse, og hvordan pædagogisk arbejde med naturen kan styrke både naturdannelse og bæredygtighedsbevidsthed. Temadagens praksisnære aktiviteter illustrerer, hvordan naturen kan integreres i professionsrelevant undervisning og bidrage til meningsfulde fællesskaber og læringsprocesser.

BESKRIVELSE AF PRØVEHANDLING

For at undersøge naturens pædagogiske muligheder som læringsrum og naturens mulighed for at bidrage til mental trivsel og øget tilknytning hos studerende blev der i et samarbejde mellem sygeplejerskeuddannelsen og pædagoguddannelsen foretaget en prøvehandling, hvor en fælles temadag blev afholdt onsdag den 1. oktober 2025. Temadagen blev afholdt i Naturlandsbyen ved Doverodde, som med sin beliggenhed tæt på UCN's campus i Thisted udgjorde en relevant og inspirerende kontekst for naturbaseret undervisning.

Naturlandsbyen ved Doverodde er et nyåbnet samlingspunkt for friluftsliv, kultur og naturdannelse i Thy. Her findes en aktivitetsdrevet landsby med naturværksted, kajakhotel, bådeværft og friluftsfaciliteter, som har til formål at styrke lokale foreninger og tilbyde attraktive rammer for både borgere og besøgende.

Deltagergruppen på temadagen bestod af cirka 60-70 studerende fra sygeplejerske- og pædagoguddannelsen, hvilket skabte mulighed for tværprofessionel interaktion og fællesskab.

Temadagen blev tilrettelagt med inspiration fra forskningsviden om naturens sundhedsfremmende

effekter (Mygind, L. et al., 2019) samt anbefalinger fra Rehabiliteringsforum Danmark (2022). Med afsæt i RPL's fjerde grundprincip om, at "undervisningens indhold tager udgangspunkt i det gode eksempel", blev aktiviteterne planlagt med henblik på at inspirere de studerende til, hvordan de selv fremadrettet kan arbejde sundhedsfremmende med naturen som ramme.

Første del af temadagen foregik i Naturlandsbyens samlingshytte og tog afsæt i en fælles drøftelse af sundhedsbegreber ud fra WHO's og Sundhedsstyrelsens begrebsforståelse samt forskningsperspektiver på naturens betydning for sundheden. Med udgangspunkt i RPL's sjette grundprincip, "undervisere og studerende skaber rum for dialog", blev der indledt med en parvis samtale, hvor de studerende reflekterede over spørgsmålet "Hvad er sundhed for dig?". Disse personlige perspektiver blev efterfølgende sat i relation til forskellige sundhedsdefinitioner i en fælles drøftelse.

Dernæst blev RPL-princippet om at inddrage "den studerendes egne oplevelser og erfaringer" omsat i praksis gennem en håndsoprækning, hvor deltagerne blev stillet spørgsmål med afsæt i aktuelle forskningsdata om danskernes skovbesøg (Gernow et al., 2024): "Hvor mange har været i skoven inden for det sidste år?", "Hvor mange har været der inden for den sidste måned?", "Hvor mange bor under 500 meter fra et skovområde?" og "Hvor mange planlægger at tage i skoven i efterårsferien?".

Som afrunding på første del af temadagen blev der lagt vægt på sociale og fællesskabende aktiviteter, herunder en fællessang, som bidrog til at styrke gruppens sammenhold og skabe en positiv stemning.

Anden del af temadagen bestod af tre tematiserede aktivitetsforløb, der hver tog afsæt i WHO's definition af sundhed som en tilstand af

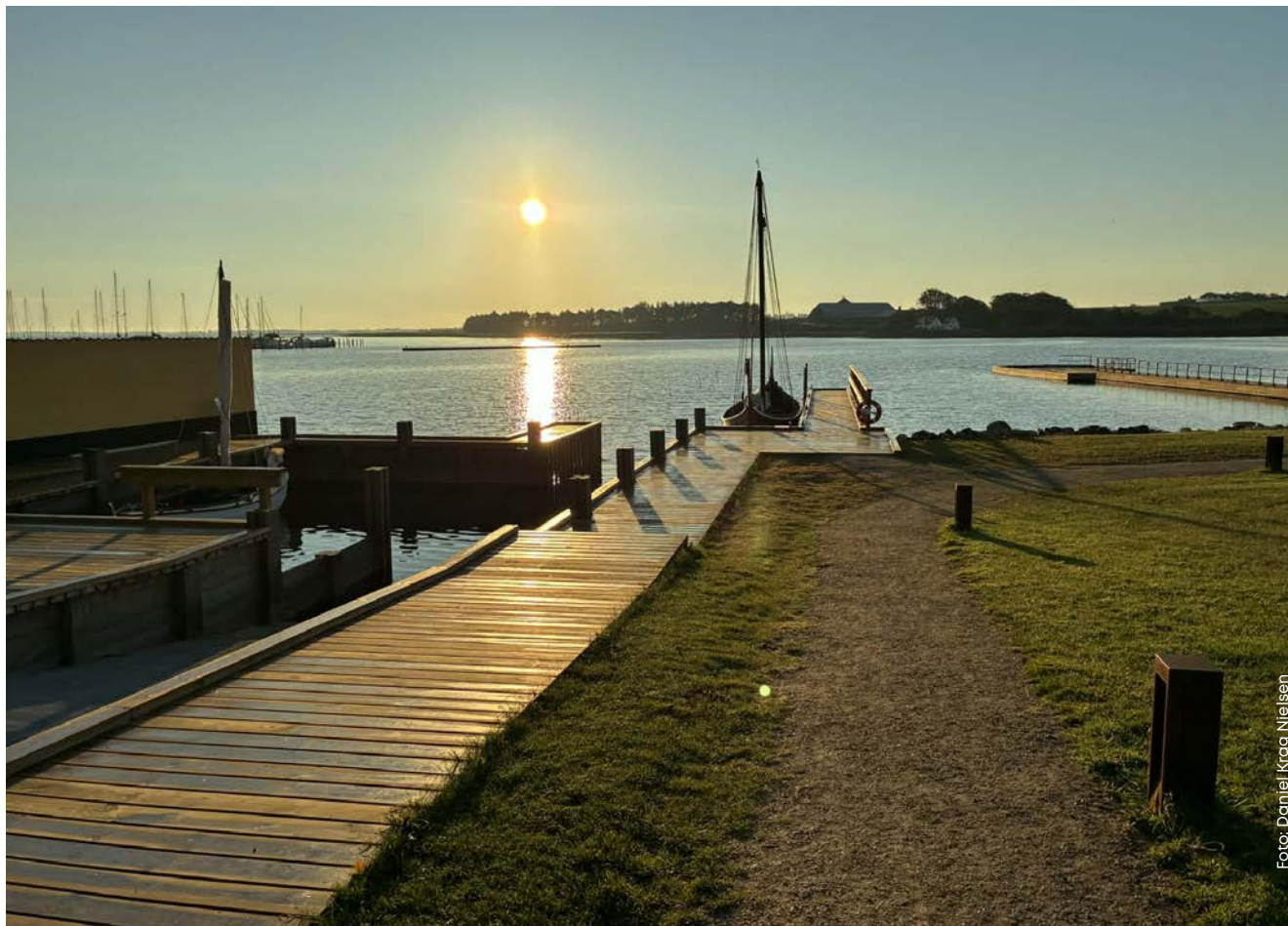


Foto: Daniel Krag Nielsen

Bådebro ved Naturlandsbyen.

fysisk, psykisk og social trivsel (WHO, 1946) samt Sundhedsstyrelsens definition om, at sundhed er en tilstand hos et individ eller en gruppe af individer karakteriseret ved fysisk, mental og social trivsel (Sundhedsstyrelsen, 2008).

De tre aktivitetsforløb indeholdt alle faglige elementer med relevans for såvel sygeplejerskestuderende som pædagogstuderende. De tre aktivitetsforløb havde følgende fokus:

Aktivitetsforløb om social sundhed:

Aktiviteten bestod i samarbejdsøvelser og samtaleaktiviteter med fokus på relationer og fællesskab. I hold blev de studerende inviteret til at gennemføre en low-rope-bane, opsat mellem ti løvtræer i nærområdet. Aktiviteten krævede kompetencer inden for kommunikation, samarbejde og fælles

problemløsning, der alle er relevante for de studerende, både i deres studie og i deres fremtidige profession. En friluftvejleder fra Naturlandsbyen faciliterede aktiviteten og understøttede refleksioner over samarbejdsprocessen og -dynamikkerne undervejs. Naturen fungerer i dette aktivitetsforløb som et aktivt læringsmiljø, hvor kontekst, krop og relationer integreres, og hvor sociale dynamikker træder tydeligere frem end i et traditionelt undervisningslokale.

Aktivitetsforløb om fysisk sundhed:

Denne aktivitet fandt sted i Naturlandsbyens bådebyggerhal og tog udgangspunkt i kroppens funktioner, og hvordan bevægelse i naturen påvirker kroppen. De studerende arbejdede i grupper med at måle blodtryk, puls, blodets iltmætning og blodsukker på

hinanden, baseret på deres viden om anatomi og fysiologi. Herefter skulle de forsøge at øge deres systoliske blodtryk gennem selvvalgte fysiske aktiviteter. Afslutningsvis skulle de forsøge at sænke blodtrykket igen ved hjælp af en guidet 15-minutters meditation, hvor de lå eller sad på et liggeunderlag i bådebyggerhallen. Denne aktivitet blev faciliteret af UCN-undervisere. Naturen skaber i dette aktivitetsforløb en ramme, hvor både fysisk aktivering og mental afspænding kan opleves kropsligt og konkret, hvilket giver de studerende en dybere forståelse af fysiologiske sammenhænge, end undervisning, som udelukkende foregår i et klasselokale, kan gøre.

Aktivitetsforløb om psykisk

sundhed: Aktiviteten introducerede de studerende til naturens rolle i



Aktivitetsforløb omkring fysisk sundhed.

mental sundhed og restitution. Gennem oplæg, podcast og praktiske øvelser blev der arbejdet med Nacadia-konceptmodellen, som er en forskningsbaseret model for terapihaver og naturterapi, udviklet ved Københavns Universitet. Den kombinerer psykologi, kropslige praksisser og et specialdesignet naturmiljø for at fremme mental restitution, indsigt i tanke- og handlemønstre samt øget robusthed hos mennesker med psykosociale problemstillinger (Corazon et al., 2018). Modellen består af tre centrale elementer: målgruppe, behandlingsmål og behandlingstilgang samt naturmiljøet: oplevelser og aktivitet (Corazon et al., 2018).

Som en del af modellen blev der derudover arbejdet med de otte oplevelseskarakterer, som er en række evidensbaserede oplevelsesværdier, der medvirker til populariteten af naturoplevelsen (Skov & Landskab et al., 2008). Et område med flere oplevelseskarakterer vil således være mere populært og værdsat end et område med få oplevelseskarakterer. Oplevelseskaraktererne består af:

- Artsrigt (oplevelsen af liv og variation i flora og fauna)
- Fredfyldt (stilhed, ro og uforstyrrelighed, hvor man kan føle sig i ét med naturen)
- Åbent (robusthed og åbenhed, der inviterer til mange aktiviteter)

- Socialt (social atmosfære med mulighed for møder og servicefaciliteter)
- Rumdannende (følelsen af at træde ind i en anden verden, der giver helhedsindtryk)
- Trygt (følelsen af tryghed og sikkerhed, hvor man tør lave aktiviteter og slappe af)
- Kulturelt (spor af historie, der fascinerer og skaber forbindelse til fortiden)
- Vildt (livskraftig og frit voksende vegetation, naturens præmisser).

Den praktiske del bestod af en naturbingoplade med fokus på artsrigdom og en guidet træemeditation med fokus på fredfyldthed. Aktiviteten, som fandt sted ved Naturlandsbyens sheltere og bålplads, og som blev faciliteret af UCN-undervisere, blev afsluttet med en fælles refleksion over anvendelsen af naturens potentiale i det professionelle virke. I dette aktivitetsforløb er naturen selve læringsindholdet, idet forståelsen af mental sundhed og restitution forankres i kropslige og sanselige erfaringer, som ikke kan formidles fuldt ud i et traditionelt undervisningslokale.

Mellem de tre aktivitetsforløb blev der indlagt pauser, hvor de studerende havde mulighed for at indtage deres frokost i Naturlandsbyens bålhytte eller udforske Naturlandsbyen på egen hånd.

Tredje del af temadagen bestod af en fællessang og fælles opsamling omkring et bål i Naturlandsbyens bålhytte. Som en del af opsamlingen blev der foretaget en dataindsamling, som bestod af en kort kvalitativ evaluering ved dagens afslutning, hvor de studerende blev inviteret til at dele deres oplevelser og refleksioner. Først med hinanden på tomandshånd eller i mindre grupper og efterfølgende i plenum. Disse mundtlige udsagn blev nedskrevet af underviserne og danner grundlag for den



Meditation i Naturlandsbyens bådebyggerhal.



Bålhytter til frokost og afsluttende evaluering.

efterfølgende deskriptive rapportering af temadagen som en pædagogisk og sundhedsfremmende intervention.

ERFARINGER OG FUND FRA PRØVEHANDLINGEN

Derefter fik de studerende mulighed for at dele deres oplevelser og refleksioner med alle. Denne form for evaluering afspejler RPL's sjette grundprincip: "Undervisere og studerende skaber rum for dialog", idet der blev lagt vægt på åben samtale og fælles refleksion over dagens indhold og form.

Positive erfaringer

Flere studerende fremhævede det som særligt meningsfuldt at være fysisk aktive sammen og at dele grin og oplevelser i naturen. Den kropslige deltagelse og det sociale samvær blev oplevet som styrkende for fællesskabet og relationerne på tværs af uddannelserne. Meditation og sanseøvelser blev nævnt som særligt virkningsfulde og bidrog til en oplevelse af ro og nærvær. Disse erfaringer understøtter RPL's fokus på "den studerendes egne oplevelser og erfaringer" som en aktiv del af læringsprocessen. Derudover blev det værdsat, at teori om naturens betydning for sundhed blev formidlet på en måde, der kunne mærkes og afprøves kropsligt – et konkret eksempel på RPL's fjerde grundprincip: "Undervisningens indhold tager udgangspunkt i det gode eksempel". Flere studerende gav udtryk for, at det var givende at samarbejde på tværs af fagligheder og at få indblik i hinandens perspektiver. Derudover fremhævede de studerende betydningen af, at der var et fagligt indhold på dagen, som de kunne tage med i deres teoretiske og klinisk-praktiske uddannelse.

Kritiske perspektiver

Enkelte studerende udtrykte forbehold. En deltager oplevede det som generende at lugte af bål efterfølgende, hvilket peger på en praktisk

udfordring ved udelivsaktiviteter. En sygeplejestuderende satte spørgsmålstegn ved relevansen af temadagen for sygeplejefaget, hvilket indikerer et behov for en tydeligere kobling mellem aktiviteterne og professionens kerneområder. Samtidig udtrykte flere pædagogstuderende ærgrelse over, at der ikke deltog flere sygeplejestuderende, hvilket kan have påvirket oplevelsen af det tværprofessionelle samarbejde – en vigtig dimension i professionsuddannelserne, som RPL også søger at styrke.

DISKUSSION

De studerende deltog aktivt og engageret i drøftelserne om dagens oplevelser, om end det var færre end 10 studerende, der ønskede at dele deres input og perspektiver med alle. Det betyder, at de deskriptive fremstillinger af de studerendes tilbagemeldinger bygger på et begrænset grundlag. Mange studerende tilkendegav dog opbakning til de input og perspektiver, som der blev delt, hvorfor vi fortsat finder tilbagemeldingerne relevante for denne artikel.

De studerendes tilbagemeldinger peger på, at temadagen skabte et læringsrum, hvor både faglig refleksion og social tilknytning blev styrket gennem naturbaserede aktiviteter. Dette stemmer overens med centrale principper i naturpædagogikken, hvor naturen ikke blot fungerer som en kulisse, men som en aktiv medspiller i læringsprocessen (Bentsen et al., 2009; Jordt Jørgensen & Damgaard, 2022). Naturpædagogik lægger vægt på en helhedsorienteret tilgang til læring, hvor krop, sanser, følelser og fællesskab integreres i en meningsfuld helhed, en tilgang, der synes at være blevet realiseret i praksis under temadagen.

Flere studerende fremhævede, at det var "godt at grine sammen" og "være fysisk sammen", hvilket indikerer, at naturens sociale potentiale blev aktiveret. Dette

understøttes af forskning, der viser, at fælles oplevelser i naturen kan styrke sociale relationer og skabe grobund for fællesskab og tilhørsforhold (Louv, 2008; Mygind, L. et al., 2019). Den positive respons på meditations- og sanseøvelserne peger desuden på naturens potentiale som ramme for mental restitution og øget nærvær, en effekt, der er veldokumenteret i litteraturen om naturens indvirkning på stressreduktion og psykisk trivsel (Hartig et al., 2014).

Samtidig blev det oplevet som meningsfuldt at koble teori og praksis, hvilket er centralt i professionsuddannelsernes didaktik. At "prøve teori på egen krop" i naturen kan ses som en form for erfaringsbaseret læring, hvor viden internaliseres gennem sansning og handling. Dette er i tråd med Deweys (2021) pragmatiske læringsforståelse og nyere forskning i uderumsdidaktik, som fremhæver, at læring i naturen fremmer engagement, motivation og refleksion (Rickinson et al., 2004; Waite et al., 2016).

Dog peger enkelte kritiske stemmer på nogle vigtige opmærksomhedspunkter. En sygeplejestuderende udtrykte tvivl om relevansen for egen faglighed, hvilket indikerer et behov for en tydeligere kobling mellem aktiviteterne og sygeplejefagets kerneområder. Dette understreger vigtigheden af at rammesætte naturbaserede læringsaktiviteter, så de opleves som meningsfulde og professionsrelevante for alle deltagere (Beames et al., 2012). Ligeledes blev det bemærket, at en skæv fordeling mellem de studerende fra de to uddannelser (flere pædagogstuderende end sygeplejestuderende) påvirkede oplevelsen af det tværprofessionelle samarbejde. Dette peger på, at organisatoriske forhold har betydning for udbyttet af sådanne workshops og bør adresseres i fremtidige forløb.

På baggrund af de umiddelbare evalueringer planlægges en opfølgende spørgeskemaundersøgelse

for at undersøge, om temadagen har haft en varig effekt på de studerendes oplevelse af tilknytning til campus og deres sociale relationer på tværs af uddannelser. Dette er i tråd med anbefalinger fra Tillmann et al., som efterlyser mere longitudinal forskning i naturens betydning for unges mentale trivsel og sociale tilknytning (2018).

Samlet set indikerer de foreløbige resultater, at naturbaserede, tværprofessionelle læringsformater rummer et betydeligt potentiale for at fremme trivsel, læring og tilknytning i professionsuddannelserne, særligt når aktiviteterne er meningsfuldt forankret i deltagernes faglige kontekst og understøtter både individuelle og kollektive læringsprocesser.

De studerendes oplevelser under temadagen peger på, at naturen kan fungere som en meningsfuld ramme for professionsuddannelsernes læringsmål, særligt når undervisningen tilrettelægges med afsæt i RPL. RPL er centralt i UCN's professionsdidaktiske tilgang og bygger på en erfaringsbaseret tilgang, hvor læring opstår i et samspil mellem teori, praksis og refleksion. Naturen understøtter denne tilgang ved at tilbyde konkrete, sanselige og sociale læringssituationer, hvor de studerende kan mærke og afprøve teori i praksis, eksempelvis gennem sanseøvelser, fælles aktiviteter og dialogbaserede refleksioner.

Naturens læringsrum aktiverer flere af RPL's grundprincipper: Den studerendes egne erfaringer bringes i spil, undervisningen tager udgangspunkt i det gode eksempel, og der skabes rum for dialog og refleksion. Samtidig fremmer naturen en helhedsorienteret læring, hvor krop, følelser og fællesskab integreres, en tilgang, der harmonerer med professionsuddannelsernes mål om at uddanne hele mennesker til komplekse praksisfelter.

Ved at anvende naturen som medspiller i undervisningen styrkes ikke blot den faglige forankring, men

også de studerendes sociale tilknytning og trivsel. Dette er særligt relevant i en tid, hvor fastholdelse og mental sundhed er centrale udfordringer i professionsuddannelserne. Naturbaserede læringsformater, der er meningsfuldt koblet til professionsnernes kerneområder og RPL's principper, rummer derfor et stort potentiale for at styrke både læring og tilhørsforhold i uddannelsesmiljøet.

Tilbagemeldingerne viste en overvejende positiv modtagelse, men også enkelte kritiske perspektiver, som bidrager til den videre udvikling af formatet. Derudover udgør de studerendes mundtlige tilbagemeldinger og refleksioner et øjebliksbillede, hvorfor denne ene temadag ikke kan tjene til at fastslå, hvorvidt sådanne temadage generelt øger de studerendes mentale trivsel og tilknytning. Dette vil kræve flere temadage og nærmere undersøgelser.

KONKLUSION

Temadagen i Naturlandsbyen ved Doverodde har umiddelbart vist sig potentielt at være en meningsfuld ramme for at fremme både faglig refleksion og social tilknytning blandt sygepleje- og pædagogstuderende. Gennem undervisningsaktiviteter i naturen blev naturen aktiveret som et læringsrum, hvor teori og praksis blev forbundet på en kropslig og sanselig måde. Evalueringen peger på, at de studerende oplevede øget engagement, fællesskab og forståelse for sundhedsbegrebet i et bredt perspektiv – fysisk, psykisk og socialt. Samtidig blev det tydeligt, at naturen kan fungere som en katalysator for tværprofessionel dialog og tværprofessionelt samarbejde. Erfaringerne fra temadagen peger på, at naturen kan fungere som en dynamisk læringsarena, der understøtter både faglig fordybelse og social sammenhængskraft. Dette åbner op for nye undervisningsmuligheder i professionsuddannelserne, hvor naturbaserede aktiviteter kan integreres som

en del af curriculum og didaktisk praksis. Ved at inddrage naturen systematisk i undervisningen, eksempelvis gennem temadage eller praksisforløb, kan studerende få mulighed for at erfare teori på egen krop, styrke deres professionsidentitet og udvikle tværfaglige kompetencer. Temadagens format kan inspirere til udvikling af undervisningsmoduler, hvor naturen indgår som både ramme og metode, og hvor fokus er på helhedsorienteret læring, trivsel og dannelse. Samtidig kan erfaringerne anvendes som afsæt for at styrke campuskulturen og skabe mere inkluderende fællesskaber, der rækker ud over det traditionelle klasseværelse.

PERSPEKTIVERENDE OVERVEJELSER OG KRITISK REFLEKSION

Temadagens erfaringer åbner op for bredere perspektiver i forhold til bæredygtighed og grøn omstilling i uddannelsessektoren. Ved at inddrage naturen som en aktiv læringsresource kan professionsuddannelserne bidrage til en dannelse, der ikke alene styrker studerendes trivsel og faglighed, men også deres forståelse for spillet mellem menneske og miljø. Naturbaseret undervisning kan således understøtte udviklingen af fremtidens professionskompetencer, hvor ansvarlighed, tværfaglighed og kontekstforståelse spiller en stadig større rolle. I en tid, hvor klimakrise og mental sundhed er parallelle udfordringer, kan undervisningsaktiviteter med brug af naturen medvirke til at koble personlig udvikling og samfundsmæssig ansvarstagen. Det kalder på en integration af uderumsdidaktik i curriculumudviklingen, hvor naturen ikke blot ses som en ramme, men som medvirkende faktor for læring og udvikling af professionsidentitet.

Selvom tilbagemeldingerne fra temadagen var overvejende positive, peger enkelte kritiske stemmer på vigtige opmærksomhedspunkter. For det første blev relevansen af naturbaserede aktiviteter for

sygeplejefaget udfordret af enkelte deltagere. Dette understreger behovet for en tydeligere didaktisk rammesætning, hvor koblingen mellem naturpædagogiske metoder og professionsspecifikke kompetencemål ekspliciteres.

For det andet viste den skæve fordeling mellem studerende fra de to uddannelser, at organisatoriske forhold har betydning for oplevelsen af tværprofessionelt udbytte. En mere balanceret deltagersammensætning og fælles forberedelse på tværs af uddannelserne kunne styrke det faglige udbytte og oplevelsen af ligeværdigt samarbejde.

Endelig er det væsentligt at anerkende, at de umiddelbare evalueringer kun giver et øjebliksbillede. Naturbaserede læringsformater har vist sig at rumme potentiale for at fremme både trivsel og social tilknytning blandt studerende. Den planlagte temadag er tænkt som en ramme for at facilitere indledende relationer mellem studerende på tværs af de to uddannelser. På tidspunktet for temadagens afholdelse har de studerende kun været tilknyttet UCN i én måned, hvilket betyder, at de befinder sig i en fase, hvor sociale netværk og fællesskaber stadig er under opbygning. Samtidig er de i gang med at orientere sig i rollen som studerende på en mellemlang videregående uddannelse. På denne baggrund kunne det være relevant at overveje flere tværfaglige dage, der kan understøtte både trivsel og tilknytning på tværs af uddannelserne.

For at vurdere den langsigtede virkning af temadagen planlægges en opfølgende spørgeskemaundersøgelse med fokus på studietilknytning og sociale relationer. Dette vil kunne bidrage med vigtig viden om, hvorvidt naturbaserede læringsformater har potentiale som et strategisk redskab i arbejdet med tilknytning og trivsel i professionsuddannelserne.

Litteraturliste

- Beames, S., Nicol, R., Beames, S., Higgins, P., & Nicol, R. (2012). *Learning outside the classroom: theory and guidelines for practice*. Routledge.
- Bentsen, P., Mygind, E., & Randrup, T. B. (2009). Towards an understanding of udeskole: education outside the classroom in a Danish context. *Education 3-13*, 37(1), 29–44. 10.1080/03004270802291780
- Corazon, S. S., Poulsen, D. V., Sidenius, U., Gramkow, M. C., Djernis, D., & Stigsdottir, U. K. (2018). *Konceptmanual for Nacadias naturbaserede terapi*. Institut for Geovidenskab og Naturforvaltning, Københavns Universitet.
- Dewey, J. (2021). *Erfaring og opdragelse* (2nd ed.). Hans Reitzel.
- Friluftsrådet. (2014). *Danskernes brug af naturen - og omfanget af generende oplevelser i mødet med andre brugere*. København: Friluftsrådet.
- Gernow, L., Legarth, J. V., Jensen, F. S., Olafsson, &, & Anton Stahl. (2024). *National kortlægning af danskernes naturbesøg: geografiske analyser af friluftslivet i Danmark i forhold til arealanvendelse, beskyttelsesudpegninger og ejerforhold*. Københavns Universitet, Institut for Geovidenskab og Naturforvaltning.
- Hartig, T., Mitchell, R., de Vries, S., & Frumkin, H. (2014). Nature and Health. *Annual Review of Public Health*, 35(1), 207–228. 10.1146/annurev-publhealth-032013-182443
- Horn, L. H., Jensen, C. G., Kjærgaard, T., Lukassen, N. B., Sørensen, I. M., Valbak-Andersen, C., & Bundgaard, S. B. (2020). *Hvidbog om refleksiv praksislæring*. Professionshøjskolen UCN.
- Jensen, F. S. (2025). *Danskernes skovbesøg 2023/24 – Hovedrapport med udviklingstræk tilbage til 1970'erne, 1990'erne og 2000'erne*. Institut for Geovidenskab og Naturforvaltning, Københavns Universitet.
- Jordet, A. N. (1998). *Nærmiljøet som klasserom: udeskole i teori og praksis*. Cappelen Akademisk Forlag.
- Jordt Jørgensen, N., & Damgaard, B. (2022). Om at arbejde pædagogisk med natur. In C. Aabro, & J. Top-Nørgaard (Eds.), *Tæt på pædagogik i dagtilbud* (1. udgave ed., pp. 169–183). Hans Reitzel.
- Lackey, N. Q., Tysor, D. A., McNay, G. D., Joyner, L., Baker, K. H., & Hodge, C. (2021). Mental health benefits of nature-based recreation: a systematic review. *Annals of Leisure Research*, 24(3), 379–393. 10.1080/11745398.2019.1655459
- Louv, R. (2008). *Last child in the woods: saving our children from nature-deficit disorder*. Algonquin Books of Chapel Hill.
- Madsen, L. S., Poulsen, D. V., Sørensen, T. B., Vibholm, P., Mygind, O., & Maribo, T. (2022). *Vi skal mere ud: grønbog om naturen som ressource i sundhedsindsatser* (1st ed.). Rehabiliteringsforum Danmark.
- Mygind, E. (2005). *Udeundervisning i folkeskolen: et casestudie om en naturklasse på Rødkilde Skole og virkningerne af en ugentlig obligatorisk naturdag på yngste klassetrin i perioden 2000–2003*. Institut for Idræt; Museum Tusculanum.
- Mygind, L., Kjeldsted, E., Hartmeyer, R., Mygind, E., Bølling, M., & Bentsen, P. (2019). Mental, physical and social health benefits of immersive nature-experience for children and adolescents: A systematic review and quality assessment of the evidence. *Health & Place*, 58, 102136. 10.1016/j.healthplace.2019.05.014
- Nejade, R. M., Grace, D., & Bowman, L. R. (2022). What is the impact of nature on human health? A scoping review of the literature. *Journal of Global Health*, 12, 04099. 10.7189/jogh.12.04099
- Rickinson, M., Dillon, J., Teamey, K., Morris, M., Choi, M. Y., Sanders, D., & Benefield, P. (2004). *A Review of Research on Outdoor Learning*. London: National Foundation for Educational Research and King's College London.
- Skov & Landskab, Stresscentret Kalmia A/S, & Realdania. (2008). *Konceptmodel Terapihaven Nacadia: en model for terapihaver og haveterapi for stressramte i Danmark*. Københavns Universitet.
- Tillmann, S., Tobin, D., Avison, W., & Gilliland, J. (2018). Mental health benefits of interactions with nature in children and teenagers: a systematic review. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 72(10), 958–966. 10.1136/jech-2018-210436
- Waite, S., Bølling, M., & Bentsen, P. (2016). Comparing apples and pears: a conceptual framework for understanding forms of outdoor learning through comparison of English Forest Schools and Danish udeskole. *Environmental Education Research*, 22(6), 868–892. 10.1080/13504622.2015.1075193