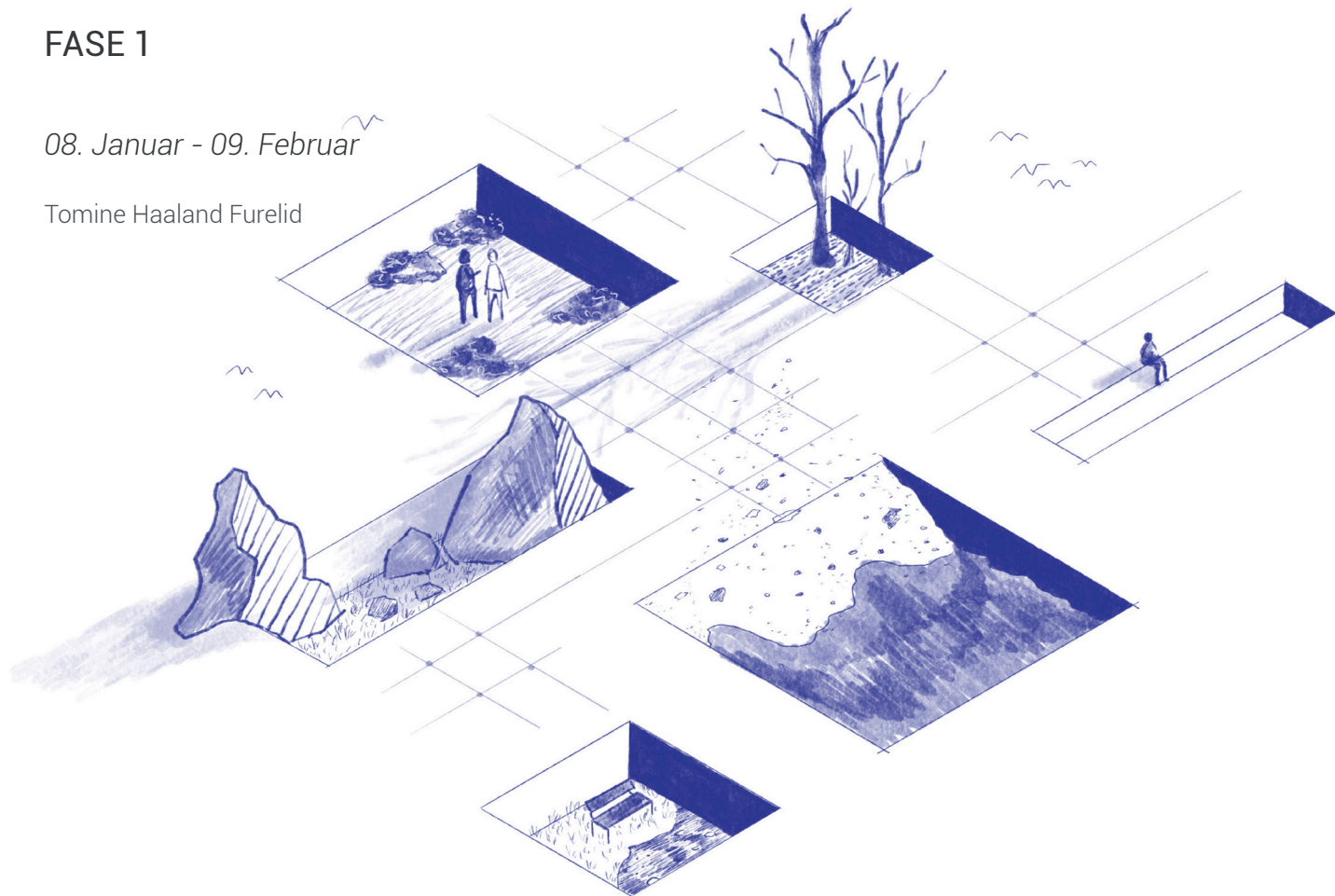


FASE 1

08. Januar - 09. Februar

Tomine Haaland Furelid



Kollage - denne fasen oppsummert

Planlegging

Fokus i fase 1:

- 1 - Undersøke materialitet, romleg kvalitet og utvikle prinsipper for analyse gjennom befaring
- 2 - Kontakte og snakke med minimum 3 kandidatar og bearbeide samt transkribere intervju

Fase 1 har vert dedikert til å arbeide med planlegging og strukturering av framtidig arbeid. Mykje av tida har gått til å sende mails og avtale tidspunkt for intervju. Målet for fasen var å forberede søknad til SIKT, intervju, lage strategi for befaring og utvikle metode og planlegge kommande faser.

1

SIKT

Forberede skjema som skal sendast til SIKT for å sikre lovleg og ansvaleg forskningsetikk. Dette skal ligge som grunnlag til intervju med fagpersonar.

4

Befaring

Reise på befaring, gjerne fleire for å sikre materiale og inngangsvinkel til vidare arbeid samt grunnlag for materiale til å snakke rundt på veiledning og intervju.

2

Intervju

Kontakte intervjuobjekt for å avtale tidspunkt for møte. Samt forberede spørsmål til dei ulike aktørane eg skal snakke med.

5

Lage fasar

Sette sammen alle fasar som skal gjennomarbeidast i løpet av semesteret. Del heile semesteret opp i 5 delar og legg forskjellig fokus i dei ulike fasane for å sikre arbeidsflyt og struktur i arbeidet.

3

Strategi for befaring

Planlegge befaringar som skal gjennomførast over semesteret. Definere kva som skal fokuserast på og sette datoar dette skal gjennomførast.

6

Avsluttande

Samanfatte arbeidet frå fase 1 og reflektere over arbeidet og andre samtaler som har dukka opp gjennom fasen, planlegge vegen vidare.

2 - Intervju

Planlagte / gjennomførte - Nøkkelpersonar

Marta Hofsføy

Utvalgsleder for helse og velferd, Tromsø kommune

Intervjudato: 05.februar (gjennomført)

Snakke om dagsenteret som skal komme på sydspissen samt prosess og tankar bak prosjektet.

Siri Arntzen

Prosjektleder i Fabric+ som er samarbeidspartner med A*T arkitektur

Intervjudato: avventer svar

Forskningsprosjekt i Bodø om dei eldre i bybildet på vinterhalvåret "Aging in the arctic". Snakke om korleis gode uterom kan motivere eldre til å bruke uteareal på vinteren og skape trygghet

Monalf Figenschau

Seniorrådgivar / forretningsutviklar ved A*T arkitektur, Tromsø

Intervjudato: 16.februar

Ansvarleg søker for prosjektet på sydspissen hotell. Drøfte tankane bak oppussinga og korleis man kan bruke uteareal som komplimenterande til behandling.

Ellen Sverdrup

Rektor ved Tromsø læring gjennom arbeid (LGA), Tromsø kommune

Intervjudato: avventer svar

Drøfte korleis eit dagsenter for eldre og dei som skal til behandling for rus og psykiatri kan påverke elevane ved LGA. Danne ei anna vinkling inn i prosjektet(?)

Robert Taknes

Psykolog ved Losen lågterskelsenter, Tromsø kommune

Intervjudato: 19.februar

Samtale om korleis eg kan kartlegge brukarane eg skal arbeide med og psykologisk påverknad av gode utemiljø etc.

Patrik Grahn

Professor & landskapsarkitekt ved SLU, Sverige

Intervjudato: 14.februar?, avventer bekræftelse

Ledande av Alnarp rehabiliteringshage i Sverige. Drøfte tematikken korleis landskapsarkitektur kan påverke fysisk og psykisk helse.

Henrik Romsås

Friluftsrådgivar, Tromsø kommune

Intervjudato: avventer svar

Samtale om korleis telegrafbukta kan aktivisere befolkinga, og korleis man kan kople behandlingstilbodet på sydspissnen hotell opp mot rekreasjonsarealet i telegrafbukta.

Marta Hofsøy - Tromsø kommune

Intervjudato: 05. februar

Lengde: 21 minutter

Viktige punkt frå intervjuet

Korleis har prosjektet om dagsenter utvikla seg?

Under ledelsen av Kristin Røymo (høgre) i 2015 starta det opp debatt om korleis permsenteret skulle brukast. Dei ville utvikle hotellnæring for å sikre ei fin ogverdifull tomt til turisme. Når Gunnar Wilhelmsen (AP) kom til ledelsen for 4 år sidan hadde han andre visjonar om bygget og dens bruk. Han såg potensiale i beliggenheita og ville satse på helse og eldreomsorg. Samlokaliseringa for å kunne sjå potensiale i å spare pengar frå kommunen si side og for å kunne danne eit tilbod som kunne rette seg mot ei større gruppe i samfunnet.

Kvifor har det gamle permsenteret blitt lokasjon for dagsenter?

Alle tilboda som er samla i sentrum er på leigde lokaler, men no som kommunen har kjøpt opp tomta vil det kunne spare kommunen mykje summar som kan gå til andre fasilitetar samfunnet har behov for.

Kva legg doke i begrepet lågterskelsenter?

Det er at det skal vere låg terskel for folk flest å oppsøke tilbodet. På same tid vil det kunne eksponere folk som brukar telegrafbukta som rekreasjonsareal til eit helsetilbod dei kanskje ikkje viste så mykje om frå før av. Det vil også vere eit sosialt samlepunkt kor man kan kjøpe seg ein vaffel og ein kopp kaffi når man er på søndagstur med familien f.eks. Samstundes vil det oppfordre folk til å ta kontakt med menneske som man ellers ikkje ville vore i kontakt med, om man knytter nettverk saman. Det skal ikkje vere eit behandlingstilbod som omhandlar innlegging, den bruken vil fortsatt vere tilknytt UNN Åsgård.

Korleis ser doke for doke at ei så variert gruppe vil kunne sameksistere under same tak?

I hovudsak er det dei eldre vi satsar på. Dei eldre i vår sektor har også

mange komplekse problemstillingar som omhandlar både rus og psykisk helse. Det er i grunn berre fordelar at man slår saman ei så stor gruppe for å dekke fleire problem som samfunnet har. Vi ser bland anna fordelene med at Losen kan tilby både samtalerapi og gruppeterapi, for da vil dette kunne ha plass til å samle fleire. For eksempel har det å treffe andre menneske og få miljøskifte berre positive verknadar på psykisk helse.

Korleis tenker du at dette kan påverke LGA?

Elevane på skulen kan vere deltagande i å drifte kaféen som ein del av det å lære gjennom arbeid.

Korleis skal doke ta stilling til utomhus plan for tilbodet?

Vi kjøpte tomta for å sikre at ingen skulle bygge ned naturen der, vi ønsker å bevare den og halde området fritt for alle til å nytte seg av.

Eigen refleksjon

Intervjuet hadde ikkje alle svara eg var på utkikk etter. Marta var innvald i oktober, og hadde ikkje så mykje kunnskap om programmet og driften av bygget. Intrykket eg sitt at med er at dei har gått inn med ein sterk visjon og ide, og ikkje har så mykje tankar om korleis det vil fungere i sin heilheit. Mykje av spørsmåla eg stilte under intervjuet hadde ikkje Marta svar på og anbefalte meg å snakke med saksbehandlar for planane.

I ettertanke ønsker eg å sjå nermare på kva påverknad eit slikt tilbod har på omgjevnadane, og eg fekk lyst til å arbeide meir mot eit generellt perspektiv på psykisk helse sidan dei ikkje har definert gruppene anna enn at det i all hovudsak skal vere retta mot dei eldre, og ei generell befolking som skal få augene opp for kva tilbod man har tilgang på.

3 - Strategi for befaring

Befaringane er delt opp i fleire delar for å kunne rette fokus på ein ting om gangen når eg er på befaring. Dei ulike kategoriane kan gjerast separat eller i same befaring. I starten har eg gjennomført dei delvis separat. Til seinare befaringar tenker eg å samle dei for å hente inn tilleggsinformasjon som kan supplere det eg allerede har.

#1 - Estetikk

Denne type befaring skal eg rette fokus mot estetiske kvalitetar staden har. Da tenker eg på volumet man er ein del av under befaring, så kva skjer på bakken, der du står og over deg. Stadens materialitet og kva den består av blir viktige observasjonar for å kunne finne sterke kvalitetar man kan ta med seg vidare i arbeidet.

Dette skal dokumenterast gjennom lydopptak og fotografi samt skisser og refleksjonar.

#2 - Teknisk

Den tekniske befaringa handlar om å forstå staden gjennom kjappe og lengre observasjonar. Her observerer man kor folk beveger seg.

Element som kor snø legger seg, kor er det mest slitasje og korleis vatn renner på tomte. f.eks. Topografiske forskjellar kan seie noko om kor vannoppsamling vil forekomme.

Viktige element kan vere kor det er le for vind, kor tidevanns sona er, kor er det glatt, vanskelig å komme seg fram f.eks. Det kan dokumenterast gjennom skisse på kartunderlag som er med i feltarbeidet.

#3 - Romleg

Denne befaringstypen vil ligge i å forstå staden og kva fasilitetar som ligg tilrette for å utvikle vidare. Det går ut på å forstå kva rom man har ute i landskapet og korleis dei er avgrensa ved hjelp av naturlege barrierer f.eks. Det som blir viktig å rette fokus på er lys, skugge, vatn, snø og vind og solforhald. Kva skjer mellom husa og mellom vegetasjonen? Kva rom eksisterar i dag, og kva er det potensiale for å forsterke eller understreke?

Dette kan dokumenterast gjennom fotografi, kartlegging og skisser.

Filmworkshop - Under arbeid

Gruppearbeid med Zeri Botani & Ragnhild Haave

Oppgåva

Oppgåva har gått ut på å skape ein kortfilm av tre relativt ulike lokasjonar på Tromsøya og dens landskap/ byrom. Alle områdene har mange likheitstrekk men dei skil seg frå kvarandre. Dei ulike romma skal klippast saman for å sjå korleis ulike opphaldsrom kan sjå ut på forskjellige stadar, men også kor tilgjengeleg det er å opphalde seg her. Ideen er å fange 2 runder med film per lokasjon kor vær og atmosfæren er forskjellig for å sjå om man foheld seg annleis til romma i landskapet.

Metode

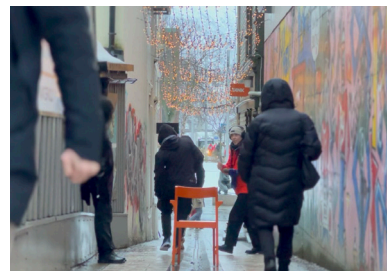
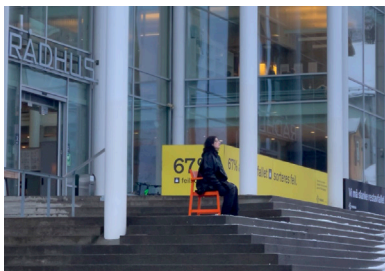
Metoden vi har brukt er å ta med ein stol (som fremmed objekt) ut i offentlige byrom for å fange opphaldsareal og korleis man interagerer med dei. Vi fanger "bildet" gjennom korte og lengre video opptak og lyd for å komplimenter det beveglige bildet. Ideen er å fange kva ein hører i dei ulike romma i landskapet men også for å sjå korleis dei står i kontrast til kvarandre.

Prosessbilder



Skjermdump av filmklipp (utvalg)

Sentrum



Telegrafbukta



Håpet





Refleksjon

Filmworkshoppen har vore ein fin måte å eksponere seg for andre rom med samme intensjon, ein plass for menneske. Nokre stadar er man meir synleg enn andre, og det er ein fin måte å finne likheitstrekk med andre stadar på øya. At vi også gjekk ut under stormen for å filme viste seg å vere effektivt for å fange områder for le men også kor folk opphaldt seg på ulike lokasjonar i denne typen vær. Det viste også at det er begrensingar for kor enkelt det er å bevege seg i ulike landskapsrom.



4 - Befaring

Befaring tirsdag 06. februar (09:00-12:30)

Dagens befaring varte i rundt 3 timar. Det var delvis skyfri himmel med tåke som strakk seg opp over fjella på andre sida av fjorden. Sola låg rett bak fjella når eg kom men sola vart først synleg på baksida av sydspissen hotell når klokka var 10:36. Lenger nede mot fjæra kom sola rett inn nede på stranda rundt same tid. Temperaturen var rundt -13 grader som gjorde at mykje av befaringa gjekk til observasjon, fotografi, lydklipp og nokre notat på kart.

Metode brukt

I denne befaringa la eg hovudvekt på å forstå staden gjennom #1 Estetiske kvalitetar og #3 Romlege kvalitetar. Når eg var på staden gjorde og også notat på #2 Tekniske kvalitetar ved staden som gjorde at eg haldt på litt lenger enn planlagt. Grunna låge temperaturar var det begrensa kor mykje eg fekk skissa på plassen, så eg brukte mest tid på å observere gjennom fotografi, lydopptak og nokre notat på kartet eg hadde med meg.

Refleksjon

På oversida av tomta i det eg gjekk av bussen var det glatt når eg skulle bevege meg ned mot det gamle hotellet. Det var høge brøytekantar som definerte vegen og kor man skulle gå. Snøen var nesten litt lyd isolerande for trafikkstøyen og den dominerande lyden var fuglekvitter på oversida av bygget. På oppsida av bygget er man meir eksponert ettersom at landskapet er nakent og opent. Parkeringsplassen og snuplassen krevjer mykje opent areal som ofte blir ståande tomt. Når eg bevegte meg til baksida av bygget var lydane mykje det samme, men vanskelegare å komme seg fram grunna mykje snø. Det var smale

spor med trakk ned til dit eg skulle men også litt hellning i terrenget som gjor at man måtte bevege seg forsiktig. Her oppe på tomta stikk vegetasjon med veaktig struktur opp av snøen og står i kontrast til eit snødekket landskap. Trea fungerer også som vertikal romdeler og skille mellom dei ulike lysningane i landskapet. Sikta blir også noko filtrert. med dette meiner eg at det er begrensa kva man klarer å sjå gjennom. På vinterstid når trea er meir nakne er det lettare å sjå gjennom enn når trea er dekkja med lauv. På sommarstid har det gjerne ein meir dekkade effekt.

Materialiteten som skjedde på bakken var kapsla inn i snøen under, så det man fekk fram av materialitet lenger oppe på tomta var teksturane snøen hadde fått som resultat av vind og snø som har fallt ned frå trea ettersom at temperaturen svinger. Nede ved fjæra var eg meir eksponert for vind, men sola varmar litt når den vart heilt synleg på himmelen. I fjæra var det glatt grunna tidevannet som ligg fryst under tidevannskiftet. Men terrenget var enklare å få feste i fordi der var ei røffare overflate. Nokre plassar kor vatnet ikkje bevegte seg like mykje eller hadde like stor gjennomstrømming fryste vatnet delvis og vart liggande igjen som ein kornete tekstur i vannflata. På land danna dette ei bølgete kornete overflate som knasa litt under skoa når man gjekk på det. Tang og tare som har skylt på land kan lesast som ei horisontal romdelar, men kan også vere glatt å trakke på.

Bilder fra befaring (utvalg)

Atmosfære



Lys & skugge



Materialitet



Rom



Naturleg romdanning



Ramme for sikt

Det er fleire stadar kor det er spor av folk som har bevegde seg gjennom landskapet kor trea også er med på å lede veg. I dette tilfellet står eg oppe ved bygget og ser ned mot fjæra. Siktlinjer kan vere med på å trekke folk og bevegelsesmønsteret i andre retningar med delvis tydeleg indikasjon på kor man skal/ kan bevege seg. Det rammar også inn utsikt kor man kan la blikket fange atmosfæra.



Filtrerer sikt

Vegetasjonen som ligg opp til tomte er med på å danne rom, kor trea blir eit vertikalt skille. Her viser eg til at trestammar eller tettveksande pisk kan skape eit filter mellom kva som skjer bak. Det tillater i tillegg at man kan sjå kva som skjer gjennom. Når det veks så tett vil det kunne danne eit romskille eller ei avgrensing mellom ulike rom.



Låge / horisontale skiller

Det finnes fleire lågtliggende/ horisontale element som kan separerer rom, i dette tilfellet har man tidevannsbeltet kor tang har skyllet på land og dannar ein kontrastfarge i landskapet til snøen. På andre stadar har man gjerne materialitetsskifte som små stein til store glatte steinar som hindrar/ hemmar bevegelse i gitte områder.

Lydbilde



kutt vekk



På oversida av bygget -

Bilar
Bussen
Fuglekvitte
Vind mot mikrofon



På baksida av bygget -

Fråvær av lyd
Vind mot mikrofon
Nokon som pratar



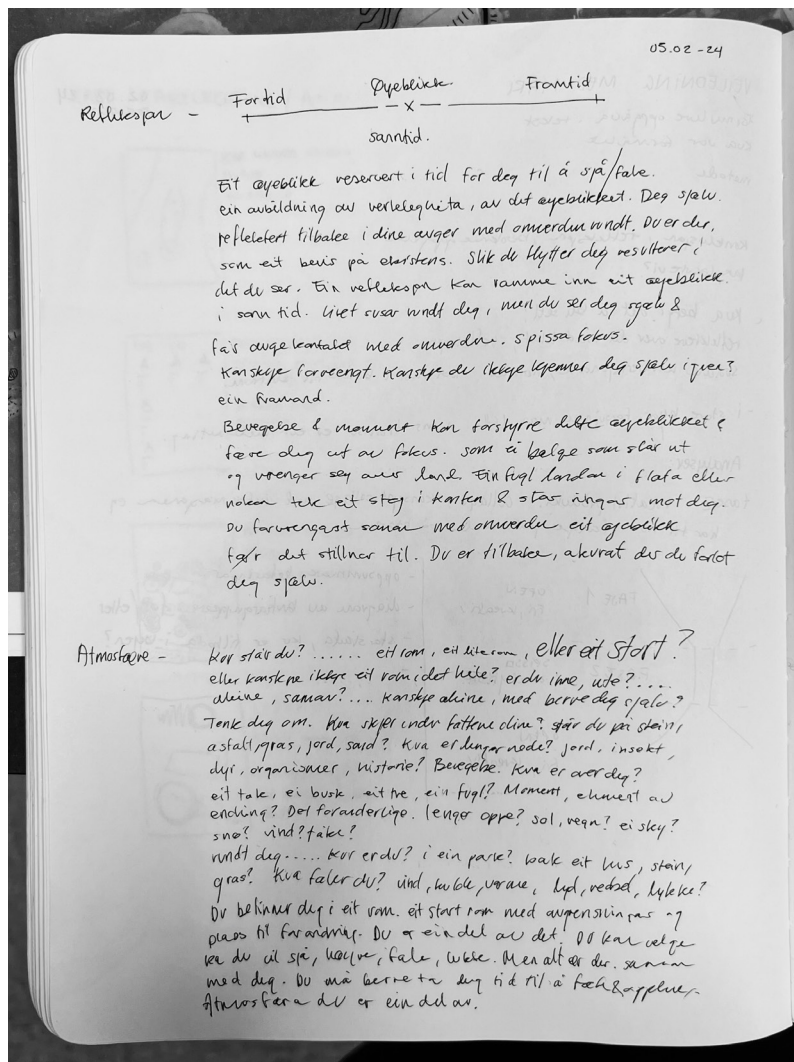
Ved fjæra 01 -

Fugl
Vindi mikrofon
Vatn som trekker ut i
sjøen igjen
Luft som bobler når
bølgene vender



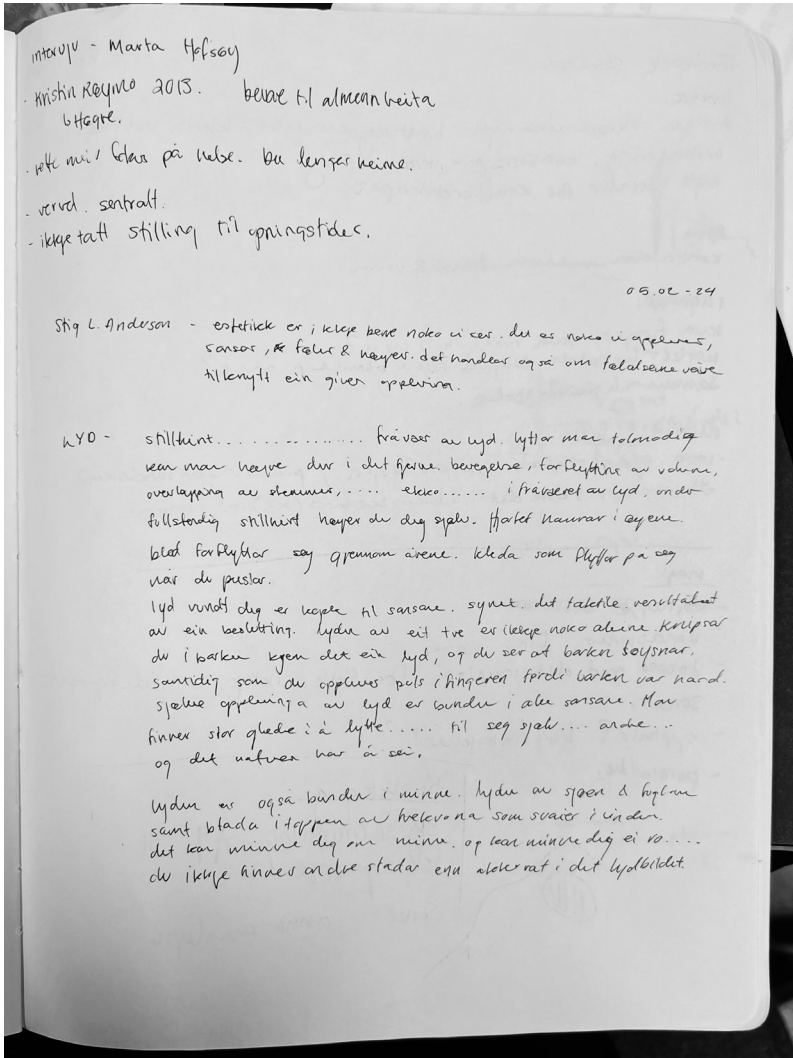
Ved fjæra 02 -

Bølger
Fugl
Skvulpelydar frå bølgene
"Tunge bølger"
Folk som pratar
Flytrafikken over
Vind i mikrofon



Refleksjon i skissebok

Refleksjonar rundt kva atomsfære og refleksjonar i form av lys har å seie på korleis vi opplever omgjevnadane



Refleksjon i skissebok

Refleksjon rundt korleis lyd þáverkar oss og omgjevnaðane váre, og korleis oppleing á sin heilheit þáverkar várt inntrykk av ein stad.

Kartlegging

Vidare arbeid frå befaring

For å bygge vidare på befaringsmateriale har eg danna nokre digitale versonar av befaringskartet og ein tilleggs kartlegging som er av mobilitet for å sirkle meg inn på eit kart som viser til brukarens opphald (dei "nye brukarane" som tilhøyrrer programmet)

Som ein overgang til fase 2 har eg starta med nokre kartleggingar som kan vere grunnleggande for å bygge vidare på analyse delen. Mykje av dei karta eg har starta på til no kan bearbeidast under vegs i fase 2, og etter intervju med ulike kandidater som også vil finne stad i fase 2, vil deira kunnskap også kunne supplere analysane vidare.

Skissekartet på høgre side er kartet eg tok med meg på befaring og skissa på. Mykje av notata i dette kartet er korreksjonar av informasjon som ligg til grunne gjennom geonorge, kor noko av det var utdatert.



Kontekst analyse, kva tilbod eksisterer i dag?

UiT/ UNN -

BUP - barn og ungdomspsykiatrien
0 - 18 år, behandling (krevjer
henvising)

Studentrådgivninga UiT
For studentar, samtale/ rettleiing
(krevjer inga henvising)

Kvaløya -

Lavterskeltilbudet for barn og unge
6 - 16 år, samtale/behandling (krevjer
inga henvising)

Åsgård -

Åsgård psykiatriske
rehabiliteringsinstitusjon
Alle alderar, med innlegging (krevjer
henvising for behandling, utan om
akutt innlegging)

Lavterskeltilbudet for barn og unge
6 - 16 år, samtale/ behandling (krevjer
inga henvising)

Fastlandet / Tromsdalen -

Blå Kors
Lavterskeltilbudet for barn og unge
6 - 16 år samtale/behandling (krevjer
inga henvising)

Vervet / sentrum -

Losen Lågterskelsenter
18 og oppover, samtale/ behandling
for rus og psykisk helse (krevjer inga
henvising)

Blå Kors kompasset
Alle alderar, rettleiing
(frivilligheitsbasert, krevjer inga
henvising)

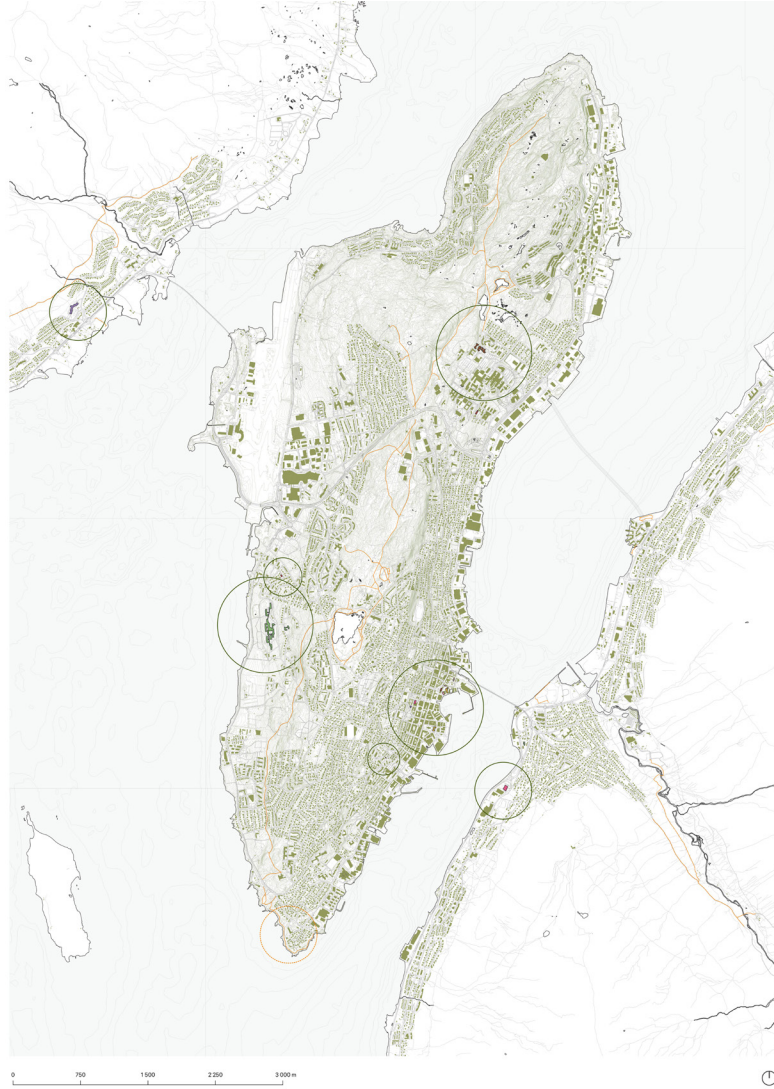
Røde kors
Alle alderar, rettleiing/ samtale
(frivilligheitsbasert, krevjer inga
henvising)

Tvibit ungdomssenter
13 - 25 år, ungdomshus med
helsestasjon, samtale og behandling
(krevjer inga henvising)

Fontenehuset
Alle alderar, tilbake til arbeidslivet etter
psykiske utfordringar (krevjer inga
henvising)

Lanterna oppfølgingstjeneste
18 år og oppover, individuell samtale/
behandling (krevjer inga henvising)

Kirkens bymisjon
Alle alderar, samtaler (krevjer inga
henvising)



Kart / analyse - Befaring



Kartet viser mi rute gjennom befaringa samt topografiske endringar i ruta eg gjekk. På tidspunktet eg var der var det flo når eg kom, kor vatnet byrja å trekke seg tilbake mot slutten av befaringa som eksponerte eit større bruksareal for å bevege seg i.

Einaste eg ikkje klarte å fange heilt var det romlege i kartet fordi trea ikkje er kartlagd med punkt. Dette kjem seinare når 3D modell er på plass.

Men det eg har klart å fange opp er områder eg brukte ein del tid som var nede i fjæra. Her er man eksponert direkte for sol men også vind. I desse områdene har man uforstyrta utsikt utover fjorden med rolege lydar av bølgene som slo mot land i eit jamnt tempo.

Kart / analyse - Mobilitet



Kva kan supplerast til analysen? Kommunen har ein tellar i bukta som gir indikasjon på kor mange som brukar bukta fra dag til dag, dette kan visualiserast som eit årshjul ved siden av kartet.

Etter befaringa danna eg eit kart som oppsummerte beveglegheit i området. Det ligg til rette ein del naturlege hinder for å bevege seg heilt fritt frå busstoppet eller bilvegen ned til tomta og fjæra. Det som er vist er kor folk beveger seg mest i området. Avgrensingar som private bustadar skapar eit naturleg hinder og innramming av rekreasjonsarealet som ligg tilknytt prosjektområdet. Det er plassert nokre benkar langs stien gjennom bukta som blir ein naturleg opphaldsplass for dei som brukar arealet aktivt. Det er mykje tråkk utforbi stien som leder ned til fjæra, og det er mange som trekker ned til fjæra når tidevannet er ved fjære. Dersom det er flo er det mindre mulighet for å ferdast nede ved vatnet. Mange av areala kor det er opphald er der man sitt retta mot vatnet og med utsikt ut i fjorden.

Brukarar

I prediplom arbeidet i haust stillte eg meg kritisk til brukargruppene kommunen har satt saman. I min oppgåve framover vil eg vektlegge 3 av dei 5 som kommunen har lagt satsing på. Per no går besøkande og dei som er pasientar under same kategori intill

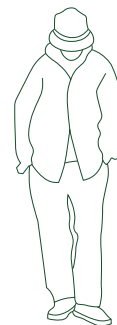
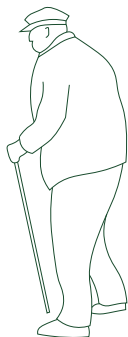
Eldre

For dei eldre brukarane har man overlappande utfordringar med dei med psykiske plager. Mykje av dette er kopla direkte til levesituasjon som einsemd eller mobilitet.

Fysisk utfordring - Bevegligheit, redd for å ferdast på isen, ikkje sosiale arenaer lett tilgjengeleg frå der dei bur og behov for hjelp.

Psykisk utfordring - Redsel for å skade seg ved aktivitet m.m

Behov - Universell utforming, ekstra støtte ved bevegligheit, kantar og ulent terreng, sosial sone, sitteplass og lydreduserande areal



eg har fått hjelp til å spesifisere dei med psykiske utfordringar av Robert Taknes, psykolog ved Losen lågterskelsenter.

Behandling / pasient(ar)

Pasientar ved dagsenteret som slit med psykisk helse har varierende grad av utfordringar. Dei eg vil fokusere på er dei med lettare til moderate plager (som er gruppa Losen skal arbeide med her). Eg ønsker ikkje her å gå kjempe djupt i diagnoser fordi det kan gjere prosjektet for komplekst. Men nokon generelle grupper med kjende plager kan man ta utgangspunkt i.

Psykisk utfordring - Angst (av ulik grad)

Fysisk utfordring - Store folkegrupper, vere aleine f.eks.

Behov - Trygg sone, sosial sone, kontemplasjonsareal, eksponeringsareal, føle seg velkommen

Pårørde / besøkande

Desse gruppene kan vere alt frå single, par, liten familie, stor familie, eller ein pårørande av dei som nyttar seg av tilbodet.

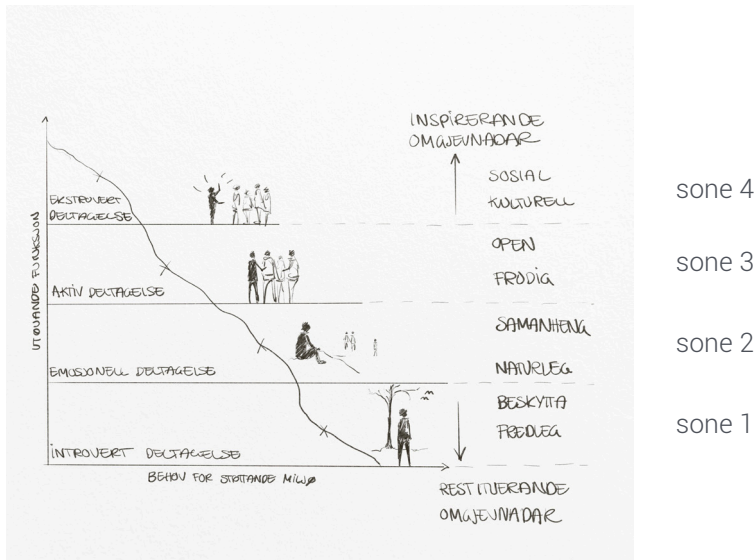
Fysisk utfordring - Kan vere alt frå dårleg til beins til spreke mosjonistar som skal stoppe for ein kaffi på dagsenteret. Her kan ei potensiell utfordring vere at man har med seg barnevogn eller har behov for retverk eller stabilt underlag for ekstra støtte og framkomlegheit.

Behov - Sitteplass / opphaldsareal, sosial sone, observasjonsposter, leikeområde/ aktiviseringsareal for barn, vente sone f.eks.



Utkast til sone-inndeling

I prediplomen starta eg arbeidet med å følge kaplanparets grunnprinsipper og Patrik Grahns SET pyramide for å dele inn soner på tomta eg skal arbeide med. I den første skissa har eg teikna det som områder som strekker seg ut frå tomta, men etter første befaring merka eg at det nødvendigvis ikkje er tilfellet her. Eg viser derfor her til andre eksempel/ observasjonar.



Kjelde: Furelid, 2023

Grahns SET Pyramide

Frå SET pyramiden til Patrik Grahn kan man dele inn områdene til fire soner.

- Sone 4 er kor man er aktivt deltagande i sosiale aktivitetar i omgjevnadane.
- Sone 3 er kor man er ein del av det som skjer rundt
- Sone 2 er kor man kan observere aktivitet på avstand
- Sone 1 er kor man kan vere aleine



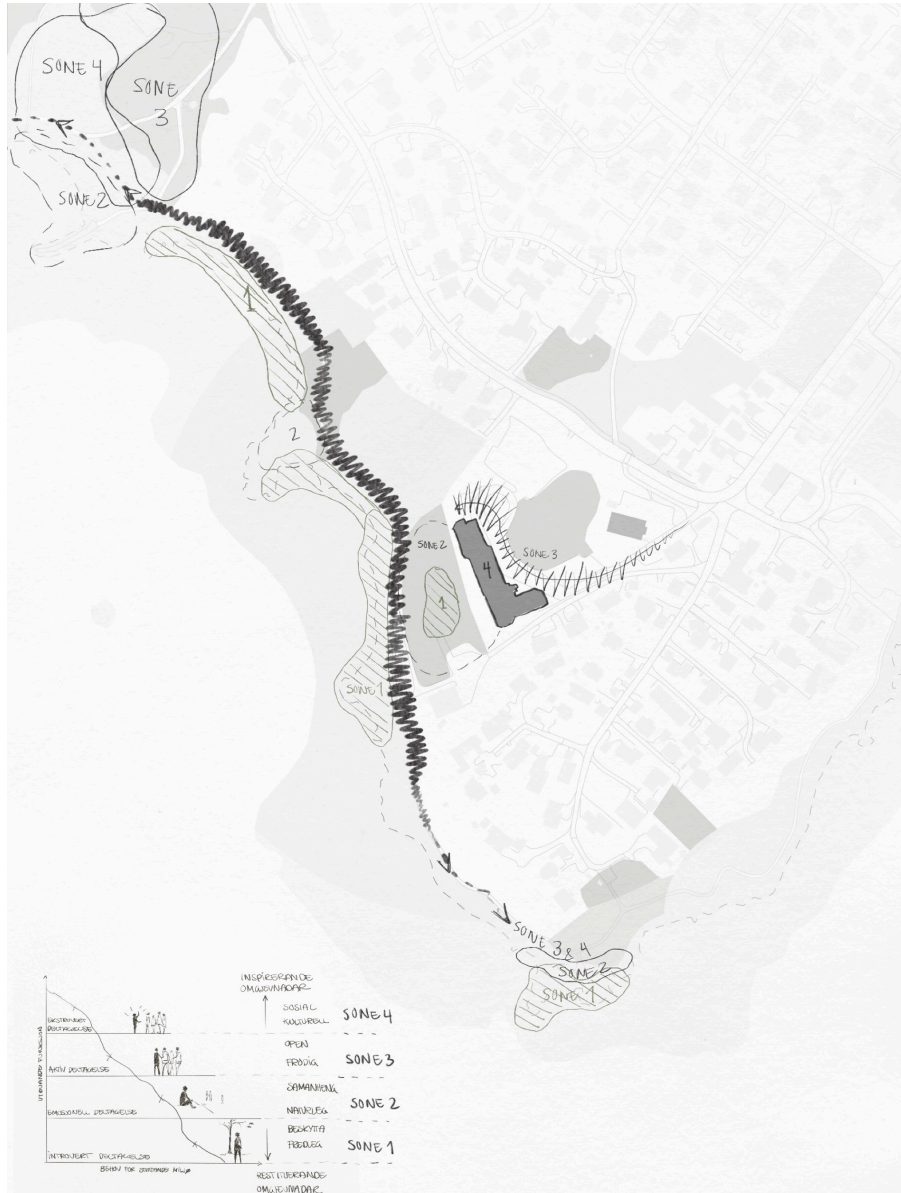
Kjelde: Furelid, 2023

Sone inndeling frå Prødiplom -

Slik som arbeidet er utført på Alnarp rehabiliteringssenter har man soner som ligger i spiral ut frå behandlingssenteret. Dette overførte eg direkte til prosjekt tomte mi under prødiplomen for å danne eit bilde på korleis det ville fungert her. Men landskapet og situasjonen er annleis på prosjekt tomte enn på Alnarp og vil mest sansynleg ikkje kunne realiterast til dette prosjektet direkte.

Utkast 2

Prinsippa for pyramiden kan fortsatt bli brukt som ein metode for å lese landskapet og bruken av området. I eit bearbeida utkast har eg gjennom befaringsprøvd å observere kor man er sosialt deltagande og kor eg har observert folk aleine. Det er også basert på egne interesser. Sone 1 her er dedikert til fjære området samt der man finn benkar å sitte på. Sone 4 er faktisk inne i bygget sidan det skal vere bydelskafé og ein sosial arena for alle brukarar. Stien gjennom bukta kan vere ein blanding av alle sonene men kan også vere ei barriere.



6 - Refleksjon - Oppsummering

Prosessen

I Fase 1 fekk eg gjort alt arbeidet eg hadde satt som mål for fasen. Einaste avvik er at eg skulle gjennomføre alle intervju i denne fasen, med det rakk eg ikkje å gjennomføre til tida. Men det kan vere til fordel for vidare arbeid at eg får tid til å reflektere sjølv før meir kunnskap og meiningar blir tilført prosjektet. Eg har begynt å bevege meg litt inn i fase 2 kor eg har sett på meir spesifikke kartleggingar eg kan bygge vidare på ettersom at eg tilegnar meg meir kunnskap om staden. Fokuset no er flytta litt vekk frå diagnose til å begynne med for å kunne komme kjappare i gang med kartlegging av brukargruppene. Alle har sine problemer i samfunnet, og ein småbarnsfamilie som er besøkande kan ha like stor psykologisk og fysisk effekt av landskapet som er og vil bli danna.

Korleis påverkar omgjevnadane oss?

Omgjevnadane våre er komplekse rom som består av mange element som skal stemme over ens om man skal føle på trygghet og det å finne ro. I eit kaotisk bybilde med høge lydar og mykje beveglegheit i bildet i form av mennesker og bilar som køyrer forbi kan det føre til ei uro i kroppen og man blir sliten. Sett man skogen i kontrast er det mange som finner ro i å vere her. Her beveger man seg gjennom eit stille landskap, med fuglekvisper og all anna lyd er gjerne dempa. Omgjevnadane våre påverkar oss i stor grad i kvardagen. Omgjevnadane våre er rom som består av lyd, lys, sikt, atmosfære, teksturar, lukt og vær. Alle desse elementa er med på å skape opplevinga av det å høyre til og vere tilstede/ ein del av landskapet. Natur viser seg å ha ein positiv effekt på oss menneske, både fysisk og psykisk. Alle val vi tek når vi skal skape nye rom vil ha ein effekt på korleis vi føler oss, handlar og opplever omgjevnadane. Mykje av dette handlar også om minner frå ei anna tid, man trekk gjerne til opplevingar man har kjent føles bra før for å gjenskape eit øyeblikk.

Kva betyr det å bli sett?

Å bli sett handlar om trygghet og sikkerheit. Men når det kjem til å oppsøke hjelp kan det føre til usikkerheit. Ei usikkerheit som kan forhindre folk i å oppsøke hjelp. Sikkerheit fører til at man føler seg trygg i omgjevnadane. I storbyen ignorerer man gjerne kven som ser en, og tenker ikkje over kva det betyr. Medan på små plassar kan man bli gjennkjend og det kan ligge ein del fordommar i det å oppsøke hjelp. Mange har ofte god kunnskap om kor ulike tilbod ligger ettersom at man observerer kva type folk som trekker til ulike delar av byen. For eksempel så er det mange i Tromsø som er klar over kor Blå Kors ligg, for her kan psykisk sjuke oppsøke hjelp og rusavhengige skaffe reint utstyr slik at dei kan unngå infeksjonar etc. Mange ønsker gjerne å styre unna slike områder fordi dei kan syntes at det er ubehageleg å bevege seg i slike områder. Men dei er på lik linje med alle andre ein del av samfunnet og man skal ikkje tenke annleis om dei.

Dersom vi skal trekke eit eksempel til korleis det føles å bli sett når man oppsøker hjelp kan vi sjå for oss ei ung mor med barnevogn som forsvinn inn same dør som der dei rusavhengige høyrer til. Dette vil gjerne skape nokre tankar for den som observerar og kan lede til fordommar. Denne dama kan hende berre skulle inn å besøke ein venn, eller inn og snakke med ein psykolog angående hennar tilverelse. Men sett utanifrå kan ho sjåast som ei uforsvarleg mor som trekker til der dei andre rusavhengige oppsøker.

Å bli sett i bybildet i ein storby kan man gjerne føle seg anonym og at man forsvinner i folkemengda. På ein liten plass som Tromsø er det mange som har kjennskap til deg som person på gata. Det å observere på ein liten plass vil sei at man fangar opp på enkeltpersonars oppførsel og handlingar, og man ser dei gjerne igjen. Medan i ein storby observerer man gjerne på same måte, men sansynlegheita for at man sjåast igjen er liten. Så det å oppsøke hjelp kan vere enklare i ein større by dersom man er bekymra for å bli observert av andre, enn det er på mindre stadar. Man er nøyd til å danne trygghet og normalisere det å oppsøke hjelp og trekke fram i lyset at det er menneskeleg å ha problemer og utfordringar.

Korleis påverkar dagsenteret samfunnet?

Etter samtalen med Marta Hofsføy i Tromsø kommune byrja eg å tenke over korleis eit slikt tilbod påverkar samfunnet, men også korleis eit slikt tilbod med så omfattande program og brukargrupper kan påverke brukarane. Frå eit samfunnsøkonomisk perspektiv vil det lønne seg for kommunen å slå saman så mange ulike grupper med ulike behov. Da får man samla arbeidskrafta på ein plass og pengane som i dag går til leige kan strekke til på andre plassar kommunen disponerer midlar. Slik situasjonen er i dag med dei psykiske helsetilboda i sentrum ved vervet, så leiger kommunen lokaler for å drifte eit gratis tilbod. Ettersom at kommunen no har kjøpt gamle sydspissen hotell, betalar dei lenger ikkje leige på lokalet. Dette vil vere positivt i form av å kunne ansette fleire og fleire kan få hjelp. Ei anna positiv side er at det er tilpassa fleire brukarar og det er fleire som kanskje oppsøker det og tek i bruk tilboda som er tilgjengeleg. Kommunen meiner at ei anna positiv side er at man kan strekke ut til fleire av dei eldre slik at dei kan bu heime lenger og forhidre at dei kjem på sjukeheim for tidleg. I dette tilbodet vil dei ha ein sosial platform og det vil vere arbeidskraft der som gjer at fleire kan få hjelp. Å få folk ut i bukta vil ha ein positiv effekt i den forstand at man frå betre generell folkehelse. Man skapar tilgjengligheit.

Den negative sida ved å kun sjå sparing i detta, kan det å slå saman så omfattande grupper påverke dei andre brukarane sin livskvalitet. Dersom man sett saman grupper som slit med tunge psykiske plagar og dei som slit med lettare psykiske plagar, kan dei ha påverknad av kvarandre. I den form at dei som slit med lettare psykiske plager kanskje ikkje vil nytte seg av tilbodet fordi dei ikkje ser på seg sjølv som "sjuke nok". Etter samtalen med Marta fekk eg inntrykk av at det ikkje var så gjennomtenkt eller heilt reflektert over konsekvensane/ utfordringane som kan forekomme. Ned sida av å forestille seg at man kan hjelpe fleire ved å skape ein sosial platform vil vere positivt, men det er fortsatt like mange pleietrengande i samfunnet som det var utan tilbodet. Des uten er det spekulativt å konkludere effektane no ettersom at tilbodet ikkje eksisterar enda.

Kan brukargruppene generaliserast meir?

Vis vi ser nermare på brukarane som tar i bruk Telegrafbukta i dag, har vi allerede ei variert brukargruppe. Psykisk sjukdom kan vere usynleg og er vanlegare enn man sjølv er bevisst på. Det å kun rette fokus på spesifikke diagnosar vil kanskje ikkje vere effektiv for ei generell befolkning. Dersom tilbodet skal vere opent for alle, slik dagsenteret er satt til å fungere i dag, kan det bli feil å kun rette fokus på spesifikke grupper menneske. Ved å rette fokus på ei generell befolkning og denne gruppa sine samla utfordringar, kan man opne opp oppgåva meir enn å kun satse på gjevne grupper. Vis vi tek i bruk omgrepet livsmeistring, kan vi sjå på bukta som ein moglegheit for å skape meistring i kvardagen? Kva skal då til?

Dette tilbodet kan vere ein moglegheit i å satse på å auke levekvaliteten til desse gruppene som kan framme meistring, men også påverke brukarane positivt før dei blir definert som psykisk sjuke. Definisjonen til NHI på et psykisk frisk menneske er at du klarer å mestre livet når du er under følelsesmessig stress, da er du definert som mentalt frisk. Men om du mister denne evnen, er du til en vis grad sjuk. Når følelsesmessig stress fører til biverknadar og at det gir funksjonsforstyrningar i kvardagen som hemmer kvardagen din har du gjenre behov for meir hjelp. Om vi ser på dette frå eit landskapsperspektiv og vurderer korleis landskapsarkitekturen kan bidra i å assistere gjennom kvardagen, har det blitt vist til at natur og det å vere fysisk aktiv kan vere med å regulere følelsesmessig stress. Vis landskapsarkitekturen kan bidra til dette kan prosjektet hjelpe folk med psykiske utfordringar til å regulere stress på ein slik måte at man kan begrense graden av kor sjuk man er, og hjelpe folk før dei har behov for meir assistanse og hjelp frå profesjonelle. I dette tilfellet har vi ikkje berre naturen aleine som noko som kan regulere følelsesmessig stress, men også behandlingstilbodet til Lågterskelsenteret som skal ligge på tomta. Med dette tilbodet kan man også rette fokus på assistert hjelp som koplimentierende til natur og landskap som ein faktor for regulering av stress.

Kjelder / tekst som har inspirert tankeprosessen

Furelid, T. H. (2023). *Restituerande landskapsmiljø, ei teoretisk utforsking for å danne prinsipp innan landskapsarkitekturen til å jobbe med psykisk helse* (prediplom oppgåve, UiT)

Norsk helseinformatikk (2021, 21 april). *Psykiatri*. Henta 12. februar 2024 frå <https://nhi.no/kroppen-var/funksjoner/psykiatri>

Vegen vidare

Fase 2

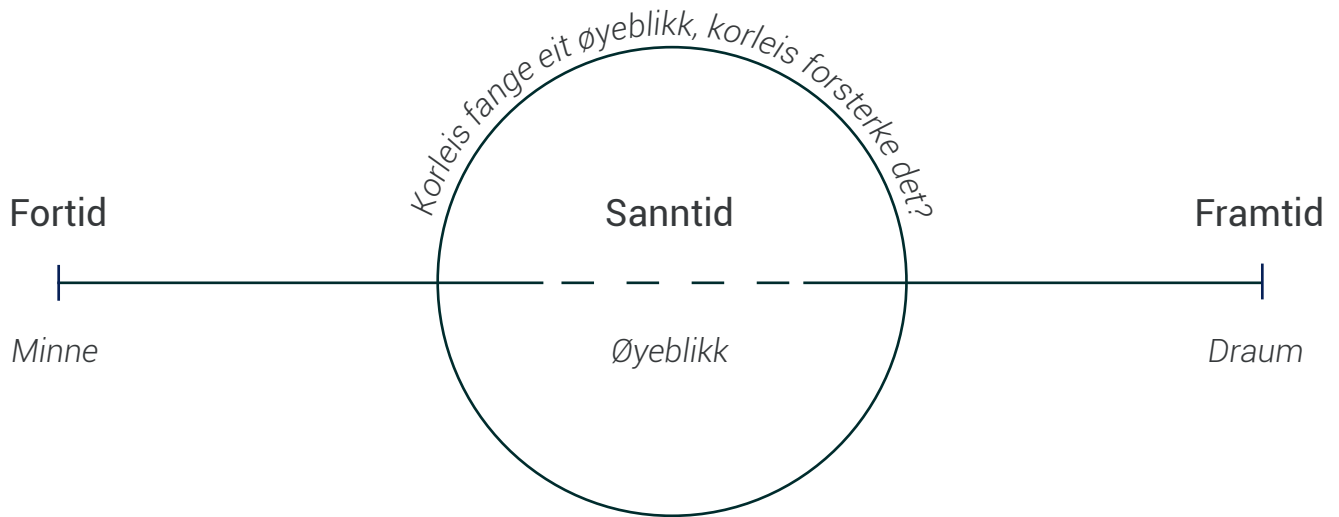
Vegen vidare inn i fase 2 vil bestå av å forstå staden betre gjennom analyser og romlege undersøkingar. I denne fasen vil eg bygge vidare på funn og observasjonar frå fase 1. I fase 1 skulle eg ha fokus på planlegging, intervju og befaringar. Målet her var å få unnagjort så mange intervju som mogleg, men grunna at folk i kommunen og dei eg har ønske om å prate med har ein hektisk kvardag satte det nokre begrensingar for kor langt eg kom til å rekke i det arbeidet. Intervju datoar er satt vidare inn i fase 2, kor eg ser på det som ein moglegheit for å anvende ny kunnskap inn i analyser og romleg forståing samt korleis brukarane kan aktiviserast og finne glede i staden som er der i dag. Ut frå dette vil eg i vidare arbeid starte designprosessen med skisser for å vidare utvikle funn og observasjonar.

Fase 2 er noko kortare enn dei andre fasane. Dette er for å begrense mengde informasjon som eg skal ta vidare inn i prosjektet grunna at det er ein master som ikkje er meir enn eit halvt år. For å kunne skape eit godt

prosjekt blir det viktig å rette fokus mot å anvende den kunnskapen eg har for å skape eit prosjekt med eit design som kan fortellast og dokumenterast gjennom funn og observasjonar.

Noko av det som vert aller viktigast i fase to er å drøfte saman med psykolog Robert Taknes om korleis eg kan kartlegge brukarane og anvende dette inn i prosjektet vidare. Ein anna viktig faktor er å snakke med dei som kan vere påverka av dette prosjektet for å danne fleire perspektiv på bruk og korleis dette kan formgjevast til design.

I fase 2 ønsker eg å ta med meg illustrasjonen under og rette fokus mot øyeblikket, kva skjer her og no, korleis kan dette påverke brukarens fysiske og psykiske helse?



Denne sida er etterlatt blank