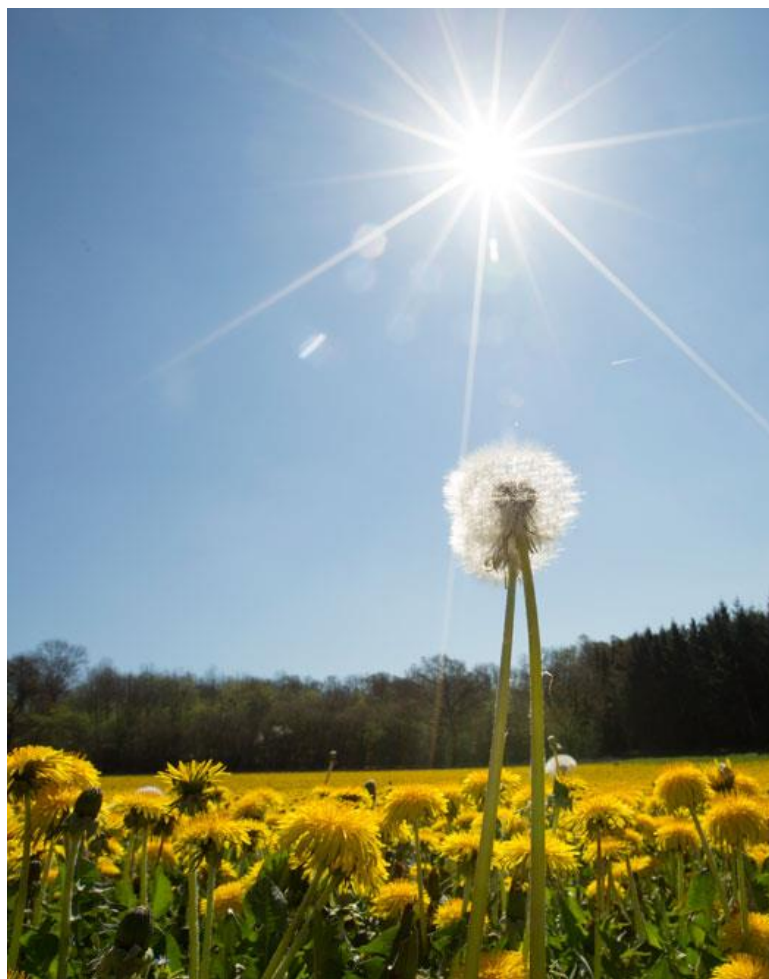


# En social bæredygtig livsførelse



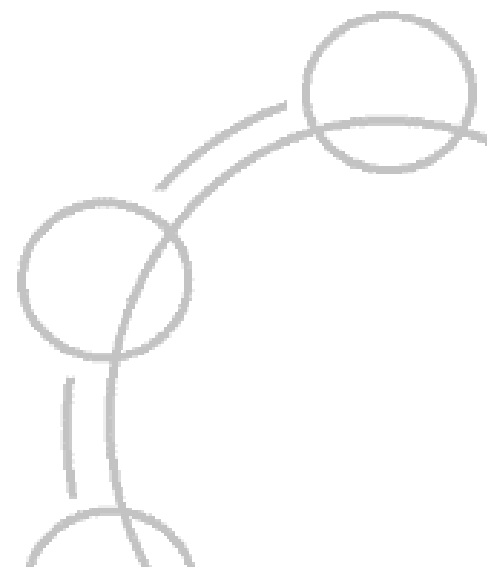
## Et setting perspektiv på trivsel i Økosamfundet Dyssekilde

Speciale udarbejdet af: Maja Dag Harrit (61884)

Vejleder: Dorthe Elle Ilsøe

Antal Anslag: 168.453

Afleveret den 22-01-2022



## **Abstract**

This is a qualitative study of the well-being of the residents in the ecological community Dyssekilde in Denmark (danish: 'Økosamfundet Dyssekilde'). Furthermore it investigates the setting properties, that provides a sustainable living (danish: 'bæredygtig livsførelse').

This focus is relevant, on the basis of a macro-oriented approach, that understands climate change and well-being in western society, as influenced by embedded social dynamics, based on economic values. This focus will provide the underlying starting point for examining, how it affects human well-being and sustainable living, if the societal framework has embedded values of ecology and sustainability instead.

The well-being of the residents in Dyssekilde is positively affected by the opportunities that the collective way of life offers them, and negatively affected by dilemmas, about needs for privacy and needs to ease their lives through unsustainable choices.

The main finding of the project is that the residents' well-being, relies on their expectations to the setting, which in various ways, is expected to support their individual visions and values of ecology and sustainability. These are expectations, that will help them deal with the stress factor, constituted by the external conditions of society, as a basis for moving in. But their individual aspirations and visions for a sustainable life conduct, are challenged as they meet resistance in the collective sphere in different ways. At first, they experience a lack of control, that challenges their sense of coherence, but the setting is built on a value based working community that provides them with a feeling of control and importance of their contribution. This project finds a tendency, for the residents to undergo a development, that takes them away from these individual visions - driven by resistance, towards the way of collective sustainable living that is lived out through the setting. This form of living opens up their expectations on how sustainable living can play out as a collective form of housing, working and project-planning conduct of life. Furthermore, the results point in the direction, that this way of living affects their understanding of ecology and how sustainability in their life conduct can be obtained.

The setting thus provides them with a social and collective form of sustainable living, rather than to obtain this through individual normative goals. In this way, the setting increases their well-being and sustainable living at the same time, on the basis of the decrease of stress and the embedded nature of sustainable living, in the setting. This result offers a perspective on the settings of society today. The results points in the direction of the importance of embedded values and principles in the setting.

Values that regards well-being of both human and nature, collective living arrangements and thus the creation of a sense of community. In this way the setting can facilitate well-being and a sustainable life conduct at the same time. This results thus points out a possibility, that these aspects can be addressed through an intersectional perspective on human well-being and sustainable living.

# Indholdsfortegnelse

<b>Kapitel 1 - Baggrund og problemfelt</b> .....	5
<b>Forforståelse af sociale dynamikker</b> .....	5
<b>Politik, sundhedsfremme og bæredygtig udvikling</b> .....	6
<b>Hvad er bæredygtighed? – forskellige forståelser og målsætninger</b> .....	7
<b>Udgangspunktet for bæredygtig udvikling</b> .....	7
<b>Den liberale forståelse af bæredygtig udvikling</b> .....	8
<b>Initiativer for en bæredygtig livsførelse</b> .....	9
<b>Problemfelt</b> .....	9
<b>Problemstilling:</b> .....	11
<b>Arbejdsspørgsmål</b> .....	11
<b>Fokus og afgrænsning</b> .....	12
<b>Trivsel</b> .....	12
<b>Mit fokus</b> .....	12
<b>Kapitel 2 - Videnskabsteori og metode</b> .....	13
<b>Det videnskabelige grundlag</b> .....	13
<b>En deduktiv forståelse og abduktiv undren</b> .....	13
<b>Den hermeneutiske tilgang</b> .....	13
<b>Metode</b> .....	14
<b>Søgestrategi</b> .....	14
<b>Udvælgelse af case</b> .....	14
<b>Det semistrukturerede forsknings-interview og interviewguide</b> .....	14
<b>Rekruttering af informanter</b> .....	15
<b>Afvikling af interview</b> .....	15
<b>Behandling af persondata</b> .....	16
<b>Overvejelser om tydelighed gennem metoden</b> .....	16
<b>Transskribering, kategorisering og kodning</b> .....	16
<b>Kapitel 3 - Det teoretiske fundament</b> .....	17
<b>Sundhedsfremme og teorien om sundhedsfremmende settings</b> .....	17
<b>Et helhedsorienteret systemperspektiv</b> .....	18
<b>Empowerment gennem settings</b> .....	18
<b>Sundhedsfremmende settings for mennesker og miljø</b> .....	19
<b>Den salutogenetiske model for sundhed</b> .....	20
<b>Stressorer som samfundsrelaterede oplevelser</b> .....	20

Modstandsressourcer, Sans for sammenhæng og OAS .....	20
Begribelighed .....	21
Håndterbarhed .....	21
Meningsfuldhed .....	21
Sociale strukturer, gruppeegenskaber og sammenhæng .....	22
<b>Kapitel 4 - En kvalitativ analyse .....</b>	<b>23</b>
Settingens egenskaber – en beskrivelse af Økosamfundet Dyssekilde .....	23
En individuel analyse - Præsentation af informanter .....	25
A´s pointer .....	25
C's Pointer .....	29
M's Pointer .....	32
T's pointer.....	34
G's pointer .....	37
L's pointer.....	38
En tværgående analyse:.....	40
Tema 1: Alle de muligheder, der åbenbarer sig for mig .....	41
Tema 2: En bevægelse Fra individuel vision til kollektiv livssammenhæng .....	45
Tema 3: En kollektiv bæredygtig livsførelse i trivsel.....	52
<b>Kapitel 5 -En diskussion .....</b>	<b>57</b>
Diskussion af resultater .....	57
Trivsel og modstandsressourcer gennem settingen.....	57
ØD er en sammensætning af forskellige tidsepoker: .....	58
Private behov vs. økologiske behov .....	59
Når frihed bliver en følelse i det kollektive.....	61
Diskussion af metode .....	61
<b>Kapitel 6 - Konklusion &amp; Perspektivering .....</b>	<b>63</b>
Konklusion.....	63
Perspektivering: .....	65
Et bæredygtigt sundhedsfremmeperspektiv.....	65
Økosamfundet som model for et bæredygtigt samfund .....	67
<b>Epilog .....</b>	<b>68</b>
.....	68
<b>Litteraturliste .....</b>	<b>69</b>

# Kapitel 1 - Baggrund og problemfelt

Klimaforandringerne er et menneskeskabt fænomen. Således konkluderer den seneste FN rapport, der stadfæster menneskets indflydelse på planetens opvarmning (IPCC, 2021: p.41). Denne nye antropocæne epoke stadfæster de humane påvirkninger af kloden, med enorme drivhusgas-emissioner til følge, der aktuelt ikke længere er et fremtidsscenario, men har daglige konsekvenser for menneskelig sundhed og trivsel på globalt plan (Haines et al., 2019a: p.1; Haines & Ebi, 2019b: p.266).

Denne erkendelse gør klimaforandringerne til en bivirkning af sociale menneskelige processer. På denne baggrund mener jeg, at det er interessant at tillægge sociale og samfundsrelaterede dynamikker særstatus samt udvikle en forståelse af de bagvedliggende sammenhænge med henblik på at belyse et bæredygtigt alternativ. I det følgende vil jeg derfor beskrive min forforståelse af både de sociale samt de samfundsrettede dynamikker, der ligger til grund for klimaforandringer:

Denne opgaves formål vil tage sit udgangspunkt i denne forforståelse. Herefter træder denne makroorienterede tilgang i baggrunden, og specialet vil gennem en case-baseret tilgang undersøge, hvordan mennesker trives, når bæredygtighed er indlejret i de omgivende strukturer, og hvorledes settingen har betydning for bæredygtig livsførelse.

## Forforståelse af sociale dynamikker

Den vestlige kultur kan anskues ud fra den tyske sociolog, Hartmut Rosas begrebsapparat. Her forklarer han, at der omkring det 18. århundrede skete et skifte i den måde mennesker opfattede sig selv i verden, hvilket satte skub i en udvikling af sociale adfærdsmønstre med nytænkning og teknologisk udvikling til følge (Rosa, 2014: p.22-23). Denne udvikling af fremadskuende nytænkning skabte ligeledes en oplevelse af forøget tempo, idet verden forandrede sig i rivende hast (Rosa2013:26-28). Dette medførte en form for fremmedgørelse af menneskers oplevelse af sig selv i forhold til naturen (Rosa2014: p.50-53). Når man sammenligner denne forståelse af tempoforøgelse, med beskrivelser af landbrugsrevolutionen efter 2. verdenskrig, hvis tredobling af energiforbrug medførte økonomisk vækstforøgelse og større drivhusgasudledninger, er det nærliggende at anskue den sociale forandring, som en medvirkende faktor for klimaforandringer (UNPD, 2020: p.30-31; Brundtland-kommissionen, 1987: p.12).

Hartmut Rosa forklarer nemlig, at denne nedsatte fornemmelse af sig selv i forhold til naturen har givet os et behov for at dulme denne mangel på resonans med de goder og muligheder som vi herved stræber efter – Et behov der ifølge Rosa betegner vores opfattelse af det gode liv (Rosa, 2020: p.12-13).

Ydermere har denne fremmedgørende dynamik ligeledes givet mennesker en nedsat fornemmelse af sig selv og påvirker ligeledes mental sundhed og trivsel og har relation til en stigende mistrivsel gennem stress, udbrændthed og depression (Rosa, 2014: p. 43). Ligeledes kan dette sammenlignes empirisk, idet WHO i dag beskriver stressrelateret udbrændthed som et globalt syndrom i den nye udgivelse af ICD-11 som et udslag af langvarig arbejdsrelateret stress (WHO, 2019).

Således anskuer jeg både klimakrisen og den menneskelige mentale mistrivsel i det vestlige højhastighedssamfund, som udspringere af sociale og samfundsmæssige indlejrede dynamikker.

Denne dynamik i det vestlige samfund, der således kan opfattes i forbindelse med et forsøg på at beherske det gode liv, er forbundet med en forbrugerkultur. Dette opfattes som den største sociale accelerator for miljøforandringerne. Indhentningen og efterspørgslen af materialer til produktionen samt selve forbruget pr. indbygger igangsætter globale forsyningskæder og arbejdsdeling, hvor råmaterialer udvindes over kapacitet (Wiedmann, 2020: p.2). Dette er forværret af et skævvredet globalt handelsforhold, og

har igennem mange år været på den politiske dagsorden. Et af de mest fremtrædende håndteringsforslag er FN's Brundtlandrapport "Our common future", (1987) der i 1987 adresserede den globale sundheds- og klimaproblematik. Brundtlandrapporten introducerede begrebet "Bæredygtig udvikling". - Ikke blot som præsentation af en ny æra af bæredygtig vækst, men også som en forståelse af, at miljøhensyn, fattigdom og økonomi er uadskillelige aspekter af denne dystopiske samfundsdynamik og skal adresseres som en samlet udfordring (ibid.: p.20-21). Den fremtrædende pointe var at finde et leje af vækst mellem u og i lande.

## **Politik, sundhedsfremme og bæredygtig udvikling**

De seneste globale målsætninger for bæredygtig udvikling blev i 2015 politisk formuleret med henblik på at imødekomme dette. Her tydeliggøres denne dynamik gennem 17 verdensmål, der både adresserer sundhedsmæssige samt økologiske pejlemærker for handling (UNPD et al, n.d.).

Det er hertil nærliggende at anskue sundhed og trivsel, som både en forudsætning for verdensmålene for bæredygtig udvikling samt indlejret heri (Kickbush, 2010: p.12; WHO, 2017:p1-6).

Sundhedsfremme-dagsordenen har nemlig en iboende forståelse af, at menneskers sundhed er i et økologisk forhold med dets omgivelser (Kickbush, 2010: p.12). Dette adresserer ligeledes en forståelse af menneskets sundhed som indlejret i miljøproblematikken, idet det omgivende økosystem anses som determinerende for sundhed.

*“Health promotion is the process of enabling people to increase control over, and to improve, their health. To reach a state of complete physical, mental and social well-being [...] The fundamental conditions and resources for health are [...] a stable eco-system, sustainable resources, social justice and equity. Improvement in health requires a secure foundation in these basic prerequisites”*

*(WHO et al. 1986: p.1).*

Det brede sundhedsbegreb anskuer således menneskers trivsel gennem et økologisk forhold med omgivelserne. Dette betyder, at menneskelig sundhed er i gensidig påvirkning med omgivelserne og således bestemt af økonomiske, kulturelle og miljømæssige faktorer (Kickbush, 2010: p.12). Dette gør menneskers sundhed kontekstfølsom, og det er derfor nærliggende at fremme sundhed ved at fremme sunde og bæredygtige omgivelser – eller omvendt. Sundhedsfremme har derfor en præmis om at skulle målrette sig multiple politiske dagsordner og tværgående indsatser rettet mod økonomiske, kulturelle og sociale faktorer (Andersen et al, 2020: p.55). Dette perspektiv målsætter sig nemlig at fremme trivsel og muligheder samt fjerne barrierer gennem sundhedsfremmende strukturer (WHO, 1997: p.18-19)

På ovenstående baggrund er det nærliggende at anskue det vestlige verdenssamfund som den omgivende faktor, hvori sundhedsfremme kan befrugte bæredygtige settings og herved fremme trivsel.

## **Hvad er bæredygtighed? – forskellige forståelser og målsætninger**

I det følgende vil jeg beskrive, hvordan forskellige makroorienterede og politiske perspektiver og forståelser af begrebet bæredygtig udvikling har udviklet sig over tid. Dette gør jeg med henblik på at beskrive en yderligere social dimension i denne ‘antropocæne krise’, nemlig komplikationen af forskellige forståelser af hvordan bæredygtighed opnås. Ligeledes vil jeg gerne lægge fokus på, hvordan forståelsen af bæredygtighed har været grundlæggende for en parallel udvikling af økologiske ‘mini’-samfund.

## **Udgangspunktet for bæredygtig udvikling**

Bæredygtighedsbegrebet blev i 1987 defineret af FN i Brundtlandrapporten som “[...] en udvikling som opfylder de nuværende behov uden at bringe fremtidige generationers behov i fare” (Brundtland-kommissionen, 1987: p.51). Udgangspunktet for bæredygtighedsbegrebet er ifølge denne forståelse at skabe global balance - både i social ulighed, ulighed i sundhed og en økologisk balance. Begrebet

hviler på denne måde på, at udviklingslande og udviklede lande finder et fælles leje for økonomisk vækst. Dette gøres ved at højne økonomisk vækst for udviklings-landene og begrænse økonomisk vækst og forbrug for de mest velhavende lande - En nødvendig nedskalering for de udviklede lande for således at give mulighed for at skabe en økonomisk, økologisk og sundhedsfremmende global balance (ibid.: p.20-21).

### **Den liberale forståelse af bæredygtig udvikling**

De 17 verdensmål for bæredygtig udvikling defineret i 2015 er ligeledes forfattet i FN-regi af regeringsledere og globale handelsinvestorer (UNPD, n.d.; Gates, 2021: p.19-20). Deres forståelse af bæredygtig udvikling udspringer af ovenstående forståelse af balance landene imellem, men økonomisk vækst har i denne forståelse en væsentlig rolle. Dette er præciseret som en forudsætning for bæredygtig udvikling af nye teknologier med henblik på at afkoble klimatiske konsekvenser fra den vestlige økonomiske vækst. I denne forståelse er klimaforandringernes ulige konsekvenser for udviklingslandene beskrevet som en af årsagerne til, hvorfor det er vigtigt med en afkobling (UNPD, 2020: p.24-25). Verdensmålenes forståelse af bæredygtig udvikling som en afkoblingsstrategi, afviger således fra Brundtlandrapportens beskrivelse af bæredygtig udvikling som en afbalancering landene imellem, idet de mener, at en nedskalering af økonomisk vækst vil reducere hastigheden af den teknologiske udvikling, der i fremtiden kan afhjælpe social ulighed i sundhed (ibid.: p.25).

Herefter er der yderligere sket en udvikling i forståelsen af bæredygtig udvikling. En sammenslutning af forskere og politikere anholder, at afkoblings-strategien ikke er mulig, og at det kapitalistiske krav om økonomisk vækst skal undergå et paradigmeskifte (R&D, n.d.; EEA, 2020 p.9-10,14). De anfører, at en nedskalering af produktion og forbrug er nødvendig for at skabe social og økologisk balance (R&D, n.d.; Dermody et al., 2021: p.676). Denne forståelse læner sig altså op ad Brundtlandrapportens forståelse af at skabe balance samt sætte en grænse for økonomisk vækst. Forskere peger ligeledes på et behov for radikal handling og argumenterer for, at effekten som fremtidens teknologi vil skabe, i akkumulerende hast vil blive overgået af de negative konsekvenser af forbrug og vækst. Derved undermineres selve formålet med teknologisk innovation. De mener, at det således er altafgørende at adressere forbrugs- og vækstimperativet og det omgivende økonomiske imperium (Wiedmann, 2020: p.1; Mitchell, 2012: p. 25).

I den politiske kontekst er der skabt kritisk præcedens om problematikken, og nylige fund viser, at grøn vækst og afkobling ikke er nok til at reducere ressourceforbruget. *Forbruget skal samtidigt begrænses*, idet de globale voksende behov, på baggrund af en socialt voksende middelklasse, skaber en akkumulerende vækst i efterspørgslen af goder (EEA, 2020: p. 9-10,14). Ligeledes henstilles i en anden rapport til, at afkoblingsstrategien ikke bygger på empirisk evidens, og scenariet om en global, absolut og vedvarende fremtidig afkobling er urealistisk. Rapporten foreslår, at politikker, der retter



sig mod at effektivisere mod en grøn omstilling, skal komplementeres med en nedvækst - altså at finde en grænse for sufficiens ([EEB](#), 2019: p. 3-4).

### **Initiativer for en bæredygtig livsførelse**

Ved udgivelsen af Brundtlandrapporten, og den oprindelige forståelse af bæredygtig udvikling begyndte holistiske grupperinger ligeledes at definere sig ud fra dette begreb. Dette skabte et globalt netværk af økologisk bevidste grupperinger, der ønskede at skabe et alternativ til det konventionelle samfund (GEN, 2020: p.12). I dag repræsenteres denne sammenslutning af Global Ecovillage Network (GEN), der består af multible antal af økologiske samfund. Herigennem forsøger de at undervise i, støtte op om samt være foregangseksempel i forhold til at skabe både trivsel og regenerative leveforhold (Meijering, 2012: p.28, 36; GEN, n.d.). GEN's forståelse af bæredygtighed er således mere socio-økologisk og omhandler, hvordan både trivsel og økologisk bæredygtighed kan forankres i lokalsamfund. Deres forståelse af bæredygtighed handler således om det gensidige forhold mellem menneskers og naturens trivsel, hvilket kan forankres i de bærende strukturer.

I dette speciale vil jeg fokusere på sidstnævnte økologiske forståelse af bæredygtighed. I det følgende kapitel vil jeg derfor opridse problemfeltet og skabe fokus på denne undren over de egenskaber økologiske samfund kan bidrage med.

### **Problemfelt**

Det vestlige samfund har oplevet akkumulerende økonomisk vækst gennem flere hundrede år. Udviklingen opstod ud af et nytænkende fokus på at skabe forbedringer af sundheds- og leveforhold for millioner af mennesker (UNPD, 2020: p.30-31). Imidlertid kan vi i dag se, at denne enorme velfærdsforøgelse blev 'bygget med ubæredygtige byggesten' og vores velfærd og velstand blev afhængig af en industrialisering på bekostning af naturens økologiske balance (Haines et al., 2019a: p.1).

Vi lever i et højhastighedssamfund, der forbinder vores følelse af trivsel med at have muligheder og goder (Rosa, 2020: p.7-17). Dette betyder en stigning i produktion og forbrug af materielle goder (Rosa, 2020: p.12-13; Jackson, 2017: p.1-3). Forbruget og de muligheder dette medfører giver således en oplevelse af trivsel og livskvalitet for den enkelte. (ibid.). Dette mener jeg er et sundhedsparadoks, idet vores forbrug og hermed forsøg på at højne trivsel er sammenhængende med klimaforandringeres ødelæggende konsekvenser for vores sundhed. På denne måde kan det være svært at undvære de goder, der opretholder vores trivsel i den vestlige verden.

Siden 1980'erne har verdenssundhedsorganisationen (WHO) fokuseret på, at menneskers sundhed og trivsel formes i et samspil med det omkringliggende miljø og den setting, der omgiver det enkelte menneske (WHO et al., 1986: p.4). Det brede sundhedsbegreb, der blev defineret i 1986, beskriver sundhed som at have kontrol over eget helbred, at kunne opnå trivsel og velbefindende samt at kunne håndtere og mestre sit omgivende miljø (WHO et al., 1986: p.2,4). Men mennesker har i stigende grad sværere og sværere ved at håndtere de omgivende faktorer, der påvirker deres trivsel.

Danskernes mentale trivsel påvirkes både af stress samt af bekymringer over den belastning, vi tilfører klimaet. For nogle er dette en u håndterbar stressfaktor. Målinger fra Sundhedsstyrelsen (2017) beretter om, at 1 ud af 4 danskere har et forhøjet generelt stressniveau og Trygfonden (2020) beskriver, hvordan hver anden dansker oplever et ubæredygtigt tempo omkring dem (Sundhedsstyrelsen, 2018: p. 25-28; Andersen et al., 2020: p. 109,113). Samtidig viser en måling af danskernes tryghed, at hhv. 69% og 72% er bekymrede over den globale opvarmning samt over, at miljøet bliver ødelagt. Dette har igennem det seneste årti været en markant stigende tendens (Andersen et al., 2020: p.78-79). Et nyligt udenlandsk studie viser i denne sammenhæng, at klimaangst er at betegne som en anerkendt reaktion. Denne påvirkning på mental sundhed kan udmønte sig i både PTSD, angst og depression og kan påvirke social adfærd samt give en følelse af tab (Clayton, 2021:3-4).

Nogle mennesker vælger som følge af dette at ændre deres omgivelser. De flytter ud af det miljø, der udgøres af det konventionelle samfund og ind i bæredygtige og økologiske samfund. Årsagen kan være en form for mestring af klimakrisen ud fra egne bæredygtige idealer eller blot et kritisk modsvar. Dette kan ses i sammenhæng med et ønske om at øge sit velbefindende gennem en tilpasning af sine omgivelser. I denne forbindelse er et resultat af en dansk igangværende undersøgelse, at beboere i disse landsbyer netop har en højere tilfredshed samt en lavere CO<sub>2</sub> udledning end borgere i det konventionelle samfund (Gausset, 2020: p.53; Sørensen, 2020: p.123; Möller-Christensen, 2020: p.3,12-18; Hovalt, 2020). I Danmark er der etableret mange økologiske landsbyer, der samarbejder i foreningen LØS med økologiske landsbyer verden over (LØS, 2022\_B). Disse økosamfund er etableret på forskellig vis, men deler en grundlæggende socioøkologisk grundværdi om en mere bæredygtig arbejdsdeling og livsførelse (LØS, 2022\_A).

Et af de første etablerede økosamfund i Danmark er det økologiske samfund Dyssekilde i Nordsjælland (ØD). Dette samfund er etableret i slutningen af 1980'erne, er bygget med fokus på arbejdsfællesskab, økologisk omtanke og socioøkologiske principper. (Økosamfundet Dyssekilde\_F,

n.d.). I øko-landsbyen er der i dag 91 husstande, omkring 130 voksne og 60 børn (Økosamfundet Dyssekilde\_H, n.d.).

ØD's infrastruktur er gradvist opbygget ud fra bæredygtighedshensyn, hvilket gennem tiden blandt andet har affødt projekter såsom opsætning af vindmølle, pilerensningsanlæg samt regnvandsopsamling med tilknyttet vaskeri og toiletskyl (Økosamfundet Dyssekilde, (n.d.\_G). Herudover former beboerne ligeledes deres dagligdag kollektivt gennem det sociale fællesskab, der både har et socialt fokus, men ligeledes et bæredygtigt aftryk. Dette kommer til udtryk ved at dele arbejdskraft, arbejde lokalt samt dele materielle goder (Økosamfundet Dyssekilde\_C, n.d.; Økosamfundet Dyssekilde\_F, n.d.).

## **Problemstilling:**

På denne måde er Dyssekilde en setting, der er skabt kollektivt ud fra et ønske om at skabe økologisk værdibaserede omgivelser. Med konventionelle samfund in mente og dets sundhedsdynamikker, finder jeg det nærliggende at undersøge, hvordan dette 'miniature-samfund' og denne setting påvirker beboeres trivsel og bæredygtige livsførelse.

På denne baggrund lyder min undren som følger:

I hvilken udstrækning påvirker det beboernes trivsel at bo i Økosamfundet Dyssekilde som setting,  
og  
hvorledes giver rammen en betydning for beboernes muligheder for bæredygtig livsførelse?

## **Arbejdsspørgsmål**

- Hvilke egenskaber opfylder settingen for informanterne - hvorfor er de flyttet dertil?
- Oplever beboerne empowerment og håndterbarhed i forhold til bæredygtighed?
- Oplever beboerne en sans for sammenhæng, og på hvilken måde hænger dette sammen med den omgivende setting?
- Hvilken relation har beboernes trivsel til bæredygtig livsførelse?

## **Fokus og afgrænsning**

I denne opgave beskæftiger jeg mig med et emne af store dimensioner. Det er derfor en nærliggende nødvendighed at foretage en afgrænsning af problemfeltet samt den følgende undersøgelse.

### **Trivsel**

Begrebet er bredt og betegner en tilstand af velbefindende. Det er en positiv følelse af overskud og handlekraft og bruges til at skabe en holistisk forståelse af en persons almene reaktion i forhold til sine omstændigheder ([Jørgensen, 2020](#)).

Min overordnede forståelse af begrebet skal ses i sammenhæng med det positive sundhedsbegreb, med udgangspunkt i Ottawa chartret, beskrevet af WHO et al. (1986). Her er sundhed og trivsel (wellbeing) således en tilstand, hvor en person formår at udleve potentialer, fysisk, mentalt, socialt og spirituelt (Tones & Green, 2004: p.11-12). Ligeledes forstår jeg menneskers trivsel ud fra Aaron Antonovsky's teori om salutogenese (2000), der beskriver sundhed som et samspil mellem disse ydre omstændigheder og indre faktorer, når mennesker møder stressende omstændigheder (Antonovsky, 2000: p.12).

### **Mit fokus**

I relation til ovenstående vil jeg i dette speciale fokusere på beboernes trivsel i forhold til den socioøkologiske setting, de befinder sig i. Jeg vil således fokusere på hvilken betydning, det har for beboerne at leve i rammer, der har fokus på bæredygtig livsførelse. Dette skal både forstås i relation til beboernes aktive valg om at bo i disse rammer og således også i relation til, at de har foretaget et fravalg af de konventionelle rammer - og hvorfor. På denne måde afgrænser jeg mig fra aspekter af beboernes trivsel, der ikke er i direkte relation med en påvirkning af settingen. Jeg har i analysen lavet mange fravalg, blandt andet analyser af flere dilemmaer såsom, hvordan beboerne har svært ved at afskærme sig socialt ved behov herfor, eller hvordan beboerne kan mistrives i deres relation til hinanden, for eksempel på grund af sociale hierarkier, opdeling og magtforhold, der skaber ulighed. Dette gør jeg med henblik på at fokusere på de aspekter af settingen, der fremmer trivsel for både mennesker og økosystem samt de sociale dilemmaer, der kan opstå hos beboerne, når hensynet til naturen skal afvejes.

## Kapitel 2 - Videnskabsteori og metode

### Det videnskabelige grundlag

Denne opgaves videnskabelige tilgang er anlagt ud fra et hermeneutisk perspektiv. Dette er det grundlæggende element, der beskriver min ontologiske og epistemologiske forståelse af, hvordan jeg producerer viden. Dette vil derfor blive uddybet efter en indføring i min praktiske undren og abduktive tilgang for denne opgave.

### En deduktiv forståelse og abduktiv undren

Forud for denne opgave har jeg forholdt mig undrende. Jeg undrede mig over den sociale dynamiks betydning for vores velbefindende, for klimaspørgsmål, for relationen til sundhed samt over de konsekvenser vores livsførelse har for patologiske mønstre i samfundet. Denne undren står på skuldrene af min viden om sundhedsfremmes grundlæggende antagelser om sundhed, nemlig det økologiske samspil mellem mennesker og omgivelser (WHO, 1986: p.4). Jeg har således et deduktivt grundlag for at undre mig (Persson, 2019).

Ideen til opgavens fokus, nemlig at lave en case-baseret undersøgelse af et samfund, baseret på økologiske principper – ikke økonomiske, er skabt på baggrund af denne deduktive refleksion over sociale dynamikker, velbefindende samt settingens relation hertil. Herefter tager jeg en abduktiv tilgang, idet jeg åbent undrer mig og ønsker at udfolde mulige forhold, der kan gøre mig klogere på, hvorledes det påvirker beboernes trivsel at bo i en ramme, der har indlejrede værdier om økologi og bæredygtighed i stedet (Jæger, 2016: 327). Den abduktive tilgang er således den åbne afvejning, jeg gør mig, når dette undrende spørgsmål opstår. Det er den idé jeg får, når jeg ønsker at undersøge rammens betydning for beboernes trivsel og bæredygtige livsførelse (ibid.).

### Den hermeneutiske tilgang

Hermeneutik betyder fortolkning og fortolkningens kunst. Det er en forstående tilgang, der ser bagom det umiddelbare og prøver at forstå den omgivende verden. Den mening, der viser sig, tydeliggøres således gennem et fortolkningsarbejde (Juul & Pedersen, 2012: p.108). Det handler således ikke om at finde lovmæssigheder og generelle regler for, hvordan verden hænger sammen, men handler om at studere menneskers perspektiver på tilværelsen og herved skabe en forståelse af meninger (Juul & Pedersen, 2012: p.109). På denne baggrund er denne tilgang et vigtigt udgangspunkt for studiets videre forløb, da et fortolkende og meningsdannende perspektiv skaber et markant anderledes perspektiv end for eksempel det positivistiske udgangspunkt om at skabe et objektivt billede af

verden. Således har vi med hermeneutikkens ontologi og epistemologi at gøre (Juul & Pedersen, 2012: p.110).

Denne opgaves analyse er således blevet til på baggrund af hermeneutikkens grundlæggende perspektiver på videnskabelse. Således er den grundlæggende for den analysetilgang, jeg har taget, hvor jeg har bevæget mig metodisk mellem del- og helhedsforståelser. Dette med henblik på at skabe en grundlæggende forståelse af beboernes fortællinger - hvilken mening de udtrykker med det sagte (og usagte) (Juul & Pedersen, 2012: p.111).

## **Metode**

I dette kapitel vil jeg gøre rede for de metodologiske grundlag for den indsamlede empiri. Først vil jeg kort henvise til den anvendte søgestrategi. Herefter vil jeg fremlægge den empiriske proces, jeg har foretaget mig, herunder mine valg og overvejelser.

## **Søgestrategi**

Med henblik på at skabe et empirisk overblik har jeg valgt at søge empiri inden for flere emner. Dette er udført systematisk ud fra PICO-modellens firdelte struktur (se Bilag 8).

## **Udvælgelse af case**

Som indledende undersøgelse dannede jeg mig et overblik over de etablerede økosamfund i Danmark. De danske økosamfund er meget forskellige i struktur, opbygning samt ideer bag deres tilbliven. Jeg søgte efter en setting, der havde fokus på økologi og bæredygtighed som værdier, indlejret i den fysiske såvel som den sociale struktur. Herudover ønskede jeg at fravælge bestemte værdier, for eksempel spirituelle eller økonomisk rettede principper. På denne måde faldt valget på Den økologiske Landsby Dyssekilde.

## **Det semistrukturerede forsknings-interview og interviewguide**

Med udgangspunkt i min undren har jeg valgt at basere undersøgelsen på semistrukturerede interviews. Valget faldt netop på denne metode, da den er velegnet til at give et dybdegående indblik i beboernes oplevelser af at bo i landsbyen samt indgå i strukturen (Poulsen, 2016: p.97).

Jeg har benyttet denne metode med to indgangsvinkler og med to forskelligrettede interviewguides: Først har jeg anvendt den i et interview med udgangspunkt i settingen, og dette blev afviklet gennem en rundvisning (Bilag 12; bilag 1a,1b). Her brugte jeg metoden deskriptivt, da jeg primært søgte viden om landsbyens opbygning samt bevæggrunde bag de forskellige økologiske egenskaber (Kvale &

Brinkmann, 2015: p.48). Resten af interviewene blev rettet mod informanternes personlige oplevelser af at bo i settingen (Bilag 13). Her har jeg både dannet spørgsmål ud fra åben undren og ud fra teoretisk inspiration, ud fra Antonovskys spørgeskema (Antonovsky, 2000: p.202). Mit fokus har i begge interviewguides været at stille neutrale spørgsmål og i interviewguide 2 at starte med åbne spørgsmål. Under interviewene har jeg forsøgt at spore modsætninger og bevæggrunde bag de udtryk som fortællingerne præsenterede (Jensen & Johnsen, 2009: p.215-217; Kvale & Brinkmann, 2015: p.45-49).

### **Rekruttering af informanter**

I denne undersøgelse medvirker 7 informanter, hvilket dels er fundet ud fra en søgning på Dyssekildes sociale medier, deres interne avis samt gennem personlig henvisning efter hvert interview. Først og fremmest ønskede jeg en tilslutning til undersøgelsen - både til rundvisningen samt interviewet, så min umiddelbare søgning blev med henblik på tilslutning. På denne måde startede rekrutteringen bredt, men den blev undervejs indsnævret. Jeg ønskede at interviewe beboere med forskellig anciennitet i landsbyen; således søgte jeg både nyligt tilflyttede, beboere med mellemlang anciennitet samt beboere, der havde boet i landsbyen i størstedelen af dens levetid. Mine tanker bag dette var at se, om informanterne havde forskelle i deres oplevelser, trivsel og livsførelse.

### **Afvikling af interview**

Det første interview og rundvisning tog 2 timer. Herudover har hvert interview været mellem ½-1,5 time. Interviewene blev optaget på diktafon, og lyd kvaliteten var afprøvet forinden. Mine overvejelser omhandlende min rolle som interviewer var at indtage en eksplorativ tilgang. Jeg havde forinden gjort mig nogle af mine fordomme klart, blandt andet en antagelse om, at beboerne i Dyssekilde levede økologisk og bæredygtigt med fokus på sundhed. Herudover havde jeg overvejelser om at skabe en balance mellem formel og uformel relation. Jeg fandt hurtigt ud af, at emnet omhandlende beboernes trivsel skulle afgrænses, da beboerne havde flere sociale relationelle temaer, der påvirkede deres trivsel negativt. Ligeledes mærkede jeg, at mange af informanterne havde sensitive oplevelser, som berørte dem at snakke om. Begge dele gjorde mig opmærksom på, at situationen både havde en ulige magtfordeling og ligeledes indeholdt etiske udfordringer. På den ene side var besvarelsene yderst relevante for min undren, og på den anden side skulle besvarelsen ikke 'rippe op' i gamle følelser for informanterne. Som eksempel opdagede jeg, at mange informanter havde mødt skuffelse over rammens evne til at bakke deres klimaaktivistiske forventninger op, hvilket berørte et sårbart emne for nogle.

## **Behandling af persondata**

I hvert interview blev der lagt vægt på information om projektet, opbevaring af data, anonymisering af personfølsomme oplysninger samt mit ønske om at optage samtykke. Dette ses indledningsvis under hver transskribering (Bilag 1a-7a). Jeg fandt det betryggende for informanterne at blive anonymiseret, da settingen er lille, og oplysningerne kunne have en sårbar karakter.

## **Overvejelser om tydelighed gennem metoden**

En del af mine overvejelser er at skabe gennemsigtighed, da dette er en vigtig videnskabelig strategi med henblik på at højne den videnskabelige kvalitet. Jeg mener således, at det i denne kvalitative metode giver bedre mening at tale om en tydelig og gennemsigtig brug af metoden og mener ikke, at validitets og reliabilitetsbegreberne er direkte overførbare.

Retrospektivt har jeg gjort mig overvejelser omhandlende brug af det semistrukturerede interview som metode, hvilket jeg har brugt med forskellige formål - både med henblik på oplysninger om settingen samt med henblik på informanternes oplevelser som tema. Selve redskabet er i begge tilfælde anvendt så ensformigt som muligt, idet interviewene i begge tilfælde følger en interviewguide. Selvom besvarelserne ikke vil kunne gentages ved en gentagelse af interviewene, vil man herved stadig kunne anvende begge guides på samme pålidelige vis. Alligevel overvejer jeg, om denne anvendelse af samme redskab i flere situationer skaber den fornødne pålidelighed og antagelsesvis påvirker resultaternes gyldighed (se diskussion).

## **Transskribering, kategorisering og kodning**

Jeg har valgt at transskribere manuelt. Dette har jeg gjort ud fra egne præferencer af hensyn til den gennemgående erkendelsesproces. Jeg har valgt at transskribere ordret ud fra tydelige og gennemgående retningslinjer, at transskribere lyde og gestikulationer samt forskellige meninger med for eksempel sarkasme, da trivsel kan udtrykkes i mange former - altså med henblik på at holde et fokus på meningen og ikke blot det ordrette. Analysen er opdelt i en individuel og en tværgående analyse. Dette er med henblik på at anlægge en mere dybdegående forståelse af den enkeltes trivsel i settingen, hvilket afhænger af specifikke detaljer om den enkeltes livsførelse. Disse individuelle beskrivelser er primært foretaget ud fra en auditiv gennemgang af interviewet efterfulgt af en gennemgang af det skriftlige interview. Den tværgående analyse er tilvejebragt ved at kategorisere data ud fra både teoretiske temaer og empiriens beskrivende temaer (Jensen & Johnsen, 2009: p. 223).



## Kapitel 3 - Det teoretiske fundament

Jeg vil nu beskrive det teoretiske afsæt for specialet med henblik på at underbygge den senere analyse. Jeg tager således afsæt i settingteorien, der tager afsæt i de omgivende strukturers betydning for aktøren. Efterfølgende vil jeg tilføje et perspektiv set ud fra Antonovskys teori om sans for sammenhæng, og således skabe selv samme fokus blot med udgangspunkt i individet.

### **Sundhedsfremme og teorien om sundhedsfremmende settings**

Setting-teorien er præciseret gennem flere års fokus på det omgivende miljøes determinerende rolle for sundhed. Den udspringer af WHO's konceptualisering af sundhedsfremme og er markeret gennem de første deklamationer. Her blev de omgivende strukturer markeret som determinerende faktorer for sundhed. Sundhed påvirkes således af den omgivende setting:

*“Health is created and lived by people within the settings of their everyday life; where they learn, work, play and love. Health is created by caring for oneself and others, by being able to take decisions and have control over one's life circumstances, and by ensuring that the society one lives in creates conditions that allow the attainment of health by all its members. Caring, holism and ecology are essential issues in developing strategies for health promotion”*

(WHO,1986: p.4).

På skuldrene af ovenstående forståelse af sundhed målrettede settingtilgangen sig således til at skabe større lighed i sundhed gennem forandring i de omkringliggende strukturer, fremfor fokuseret på individet (Tones & Green, 2004: p.14). En vigtig grundstruktur i tilgangen blev netop at muliggøre individet at have kontrol over egen sundhed gennem ændringer i deres omgivende setting (Scriven, 2012: p.7).

En setting beskrives af WHO (1998) som den fysiske eller sociale kontekst, der omkredser dagligdags aktiviteter for borgere. I borgeres lokale setting former og interagerer de aktivt i og med det omgivende miljø. En setting udgøres herudover af den komplekse dynamik mellem organisatoriske, strukturelle og personlige faktorer, der tilsammen påvirker lokale sundhedsforhold (WHO, 1998: p.19). Denne økologiske model for sundhedsfremme er både fundamental for sundhedsfremme- og

setting-tilgangen. Således er sundhedsfremmeforståelsen og settingteorien tæt forbundet (Dooris, 2012: p.18;23).

En setting kan således være socialt og kulturelt konstruerende og påvirke individuel livsførelse, sundhed og trivsel. Således skaber den setting, man befinder sig i både eksterne påvirkninger på individer, men er ligeledes med til at forme de indre drivkræfter, der påvirker adfærd og sundhed (Tones & Green, 2004: p.2;16). En sundhedsfremmende setting er således ikke blot en statisk kontekst, men en menneskeskabt mulighedsbetingelse for, at individer kan udfolde sit potentiale. På denne måde handler sundhedsfremmende settings om indlejrede strukturer, der fremmer trivsel (Tones & Green, 2004: p.272).

### **Et helhedsorienteret systemperspektiv**

En sundhedsfremmende setting kan således forstås som et komplekst system, der producerer sundhed og trivsel ved at integrere dette i alle aspekter af strukturen (Dooris, 2012: p.20). Dette er en systematisk tilgang, der forstår settingen som en åben, alsidig og permeabel enhed, hvor den ene del påvirker den anden (Dooris, 2012: p. 24; Hodgins & Griffiths, 2012: p.37). En setting, hvor sundhed og trivsel er indlejret, viser netop disse mønstre som et økologisk system. Det kunne for eksempel være, at alle parter arbejder ud fra samme værdier og mål om trivsel. Dette skal have karakter af en langtidforpligtende løsning, der afspejler sig både i værdier samt i praksis (Dooris, 2012:p. 24). Herudover skal dette vise sig i et samspil mellem aktører og strukturer, hvilket på denne måde påvirker trivsel og empowerment (Tones & Green, 2004: p.261-261, 269-270).

### **Empowerment gennem settings**

At have Empowerment er en følelse af kontrol over sin tilværelse. For sundhedsfremmere er det vigtigste formål at give mennesker empowerment og således fremme både sundhed og trivsel (Tones and Green, 2004: p.1,10). Empowerment kan således forstås som en begrebsliggørelse af sundhedsfremmes mål og formål, nemlig at muliggøre for mennesker at føle en grad af kontrol i deres omgivelser og livsomstændigheder (Tones and Green, 2004: 2; WHO,1986: p.4). Således er tilstedeværelse af empowerment en forudsætning for, at der er sundhedsfremme (Tones and Green, 2004: p.2). Empowerment er at føle, at man er motiveret og har mulighed for at realisere sit potentiale. Herunder er det indlejret at kunne realisere sine aspirationer, værdier og behov (Tones and Green, 2004: p.10).

I en setting kan Empowerment udfolde sig gennem princippet frivillighed. Settingen kan således skabe empowerment, hvis aktørerne oplever denne frihed, hvilket giver en følelse af kontrol over egen livsførelse (Tones and Green, 2004: p.30). Dette faciliteres gennem kultur samt socioøkonomiske forhold., hvilket er fremmende for trivsel og sundhed. Således kan settingen understøtte beboernes

frivillige deltagelse gennem det omgivende miljø, både igennem politikker, men også gennem lokale initiativer. Herved fremmes individers deltagelse i processer, hvilket giver dem en følelse af kontrol, indflydelse, ansvar og fællesskab samt giver dem social kapital (Tones and Green, 2004: p.33-35). Dette kan være en selvopfyldende 'spiral', idet en setting, hvor individerne føler medansvar, medindflydelse og herved en følelse af betydning for resultaterne, bliver engagerede i at tage initiativer, der fremmer settingens sundhedsfremmende egenskaber (Tones and Green, 2004: p.37).

### **Sundhedsfremmende settings for mennesker og miljø**

Netop fordi fremme af sundhed går på tværs af politiske områder, er det vigtigt at turde forene dagsordner. Begreberne *bæredygtig udvikling* og *sundhedsfremme* har en tæt forbindelse, da begge ønsker at forbedre sundheden, gennem sociale, miljømæssige og økonomiske dimensioner (Dooris, 2012: p.27). De to tilgange tager ydermere udgangspunkt i samme normative og transformativ orientering, nemlig et fokus på de omgivende strukturer (Dooris og Poland, 2010: p.288). På baggrund af sociokulturelle udfordringer, med klimaforandringer til følge, bliver menneskelig sundhed og klimatisk sundhed en integreret del af hinanden og bør således adresseres intersektionelt. Denne forståelse er blevet en 'grøn' forgrening af setting-tilgangen og bygger på, at mennesker og miljø er gensidigt forbundet i et sundhedsforhold (ibid.). Derfor er det nærliggende at arbejde målrettet på at integrere begge disse indsatser i settings, der således både bliver sundhedsfremmende og bæredygtige, der således påvirker både menneskelig og miljøorienteret sundhed. I dette projekt er tilgangen interessant med henblik på at kunne identificere aspekter i strukturen, der måtte fremme både trivsel og bæredygtig livsførelse.

Den grønne setting tilgang handler således om den synergi, der forefindes mellem individer og deres omgivelser og danner således bro mellem det økologiske bæredygtighedsperspektiv samt det sundhedsfremmende, økologiske fokus (Dooris og Poland, 2010: p.289). At settings kan være sundhedsfremmende og bæredygtige på samme tid er et nærliggende perspektiv for sundhedsfremme, da både sundhed, trivsel og bæredygtig udvikling kan indlejres som underliggende værdier for vores omgivende strukturer og på denne måde skabe empowerment mod en mere bæredygtig livsførelse. Denne strategi for sundhedsfremme er både nærliggende og spændende, idet den giver en mulighed for handling, baseret på empowerment. Gennem et fokus på det økologiske forhold mellem aktører og strukturer samt et fokus på bæredygtige løsninger kan sundhedsfremme herved skabe den resiliens i samfundets settings, som klimaforandringerne fordrer (Dooris og Poland, 2010: p.289-291).

## **Den salutogenetiske model for sundhed**

Den salutogenetiske model for sundhed udspringer af en undren over, hvilke faktorer, der determinerer menneskers evne til at forblive raske på trods af traumatiske og stressende livsomstændigheder (Antonovsky, 2000: p.9). Teorien er udarbejdet af Aaron Antonovsky, der herigennem anlægger en salutogenetisk vinkel på sundhed (Antonovsky, 2000: p.). Antonovskys fokus er således rettet mod, hvad der 'skubber' menneskers sundhed mod enten salutogenese eller patogenese, når forskellige livsomstændigheder indtræffer. Hans perspektiv er rettet mod, hvordan modstandsressourcer er afgørende for udfaldet, når mennesker møder stressende livsomstændigheder.

For eksempel anlagde Antonovsky den tese, at datidens moderne industrielle samfund havde et dystopisk islæt og kunne påvirke mange menneskers helbred, være faktor for udviklet sygelighed og påvirke mennesker mod patologiske tilstande (Antonovsky, 2000: p.11).

### **Stressorer som samfundsrelaterede oplevelser**

Samfundet i dag stiller mange krav til det enkelte menneske. Disse krav imødekommes af samfundets borgere på forskellig vis og med forskellige muligheder (Antonovsky, 2000: p.12;107). Antonovsky påpeger, at samfundsomstændigheder kan betegnes som en stressbelastning, som mennesker i det moderne samfund må justere og tilpasse sig efter, hvilket kan påvirke deres helbred (Antonovsky, 2000: p.12). Antonovsky kalder dette stressorer.

Antonovsky mener, at mennesker har forskellige udgangspunkter for at tilpasse sig stressende begivenheder qua habitus og herved forskellige muligheder for at tilegne sig modstandsressourcer (Antonovsky, 2000: p.46-47). Således vil mennesker efter en række livserfaringer have forskellige personlige udgangspunkter for at imødekomme stressende livsbegivenheder (Antonovsky, 2000: p.135).

### **Modstandsressourcer, Sans for sammenhæng og OAS**

Begrebet modstandsressourcer beskriver Antonovsky som den samlede personlige mulighed for at agere ud fra ens oplevelse af sammenhæng i tilværelsen. Han mener, at det er et menneskeligt træk at søge mod at danne mening og sammenhæng i livet. Oplevelse af sammenhæng (SOC) er den globale fornemmelse for, hvor begribelig, håndterbar og meningsfuld tilværelsen som helhed opleves. SOC opdeler Antonovsky efter de fornemmelser, mennesker har af livets Begribelighed, Håndterbarhed og Meningsfuldhed (OAS). Samlebetegnelsen OAS er således de delkomponenter, der udgør den samlede fornemmelse for livssammenhæng (SOC), som afhænger af graden af modstandsressourcer. -

Det er netop dette, der leder menneskers modstandsressourcer mod enten modstandsoverskud eller modstandsunderskud (Antonovsky, 2000: p.12-13,47). Her er begrebet tillid afgørende - en tillid til at ens ydre og indre er forudsigeligt og en forventning om, at begivenheder vil forme sig så godt som muligt (Antonovsky, 2000: p.13).

På denne måde klassificerer og forstår vi de ydre sammenhænge, hvilket påvirker - og påvirkes af en indre sammenhæng. Dette skal opfattes som en dynamisk skala af i den ene ende en meningsløs kaotisk fornemmelse og i den anden ende en fornemmelse af sammenhæng og mening med de ydre omstændigheders indtræf og en rolig og tillidsfuld ageren herefter (Antonovsky, 2000: p.135).

Begreberne skal forstås sammenhængende, påvirker hinanden gensidigt og er medbestemmende for en persons sundhed og trivsel (Antonovsky, 2000: p.38;40). Begreberne præsenteres nedenfor:

### **Begribelighed**

At begribe en hændelse eller en livsomstændighed positivt eller negativt er påvirket af fornemmelsen af orden, tydelighed og struktur. Hermed er det forventeligt, at fremtidige hændelser ligeledes passer ind i denne livsstruktur. Denne ressource giver mulighed for at forstå stressorer med en forventning om orden og tillid til processen. Modsætningen til denne skala er at opleve stressorer som uforklarlige, tilfældige og kaotiske og derfor med en manglende evne til at finde sammenhæng og tillid til processen (Antonovsky, 2000: p.35).

### **Håndterbarhed**

Oplevelsen af håndterbarhed afhænger af, i hvilken udstrækning en person forventer at kunne håndtere en stressudløsende begivenhed eller livsomstændighed. Forventningen om at kunne håndtere begivenheder handler om, at personen har en fornemmelse af, at udfaldet vil ende så godt som forventet, eller om personen har en fornemmelse af, at fremtiden vil bringe negative påvirkninger, der 'vil overgå én' (Antonovsky, 2000: p.35). Dette handler ligeledes om, hvorvidt personen har en fornemmelse af, at der er ressourcer til rådighed, såfremt der er behov (Antonovsky, 2000: p.35-36). Udfaldet er således afhængigt af denne fornemmelse for, om man kan klare fremtidige stressorer godt eller dårligt.

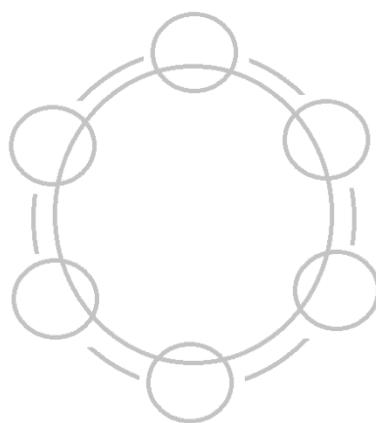
### **Meningsfuldhed**

En fornemmelse for meningsfuldhed afhænger af, i hvilken grad personen føler sig deltagende og aktivt involveret i de processer, der påvirker én. Meningsfuldhed skaber motivation og afgør graden af, om begivenheder er værd at investere energi i. Meningsfuldhed udtrykkes gennem en fornemmelse af, at livet er forståeligt og giver mening - og graden af meningsfuldhed er afgørende for, om personen opfatter stressorer som tyngende krav eller som forståelige og meningskabende udfordringer

(Antonovsky, 2000: p. 37). Hvis mennesker oplever afgørende omstændigheder uden mulighed for medbestemmelse, vil deres oplevelse af tilværelsen miste mening (Antonovsky, 2000: p.108). Således handler en meningsfuld fornemmelse om at føle medbestemmelse, hvilket påvirker følelsen af ansvar, oplevelsen af at gøre en forskel og være socialt værdsat (Antonovsky, 2000: p.109). Således handler en meningsfuld fornemmelse om at føle medbestemmelse, hvilket påvirker følelsen af ansvar, oplevelsen af at gøre en forskel og være socialt værdsat (Antonovsky, 2000: p.109).

### **Sociale strukturer, gruppeegenskaber og sammenhæng**

Den struktur et menneske er en del af kan fremme følelsen af orden og forventet orden ved at give erfaringer (Antonovsky, 2000: p.131). Ligeledes har de sociale relationer i strukturen en betydning for fornemmelsen af sammenhæng for den enkelte, og dette fremmes af sociale fælles værdier (Antonovsky, 2000: p.132). Igen handler dette om den enkeltes tillid, både socialt og strukturelt, hvilket afhænger af stabilitet i kulturen (Antonovsky, 2000: p.145). En gruppes evne til at omslutte mennesker i socialt værdsatte sammenhænge, med mulighed for at påvirke beslutninger og have tillid til hinanden som en støtte ved behov, skaber en meningsfuld sammenhæng for den enkelte (Antonovsky, 2000: p.132). Ovenstående elementer har indvirkning på et menneskes OAS og modstandsressourcer, og på denne måde kan social støtte forebygge sygdom (Antonovsky, 2000: p.133,144).



## Kapitel 4 - En kvalitativ analyse

I det følgende vil jeg analysere de kvalitative interviews i forhold til den teoretiske ramme og herved skabe en forståelse af, i hvilken udstrækning beboerne trives i Dyssekilde samt hvorledes rammen har betydning for deres bæredygtige livsførelse. Analysen er opdelt i 3 dele. Først vil jeg beskrive Økosamfundet Dyssekilde med henblik på at beskrive den kollektive setting, der danner ramme om beboerne. Dernæst vil jeg beskrive Informanterne gennem en individuel analyse, hvorefter jeg vil brede analysen ud på tværs af informanternes oplevelser af at bo i settingen.

### **Settingens egenskaber – en beskrivelse af Økosamfundet Dyssekilde**

Det økologiske samfund Dyssekilde (ØD) er et af Danmarks ældste økologiske landsbysamfund. Landsbyen blev grundlagt for over 30 år siden, og idéen var at skabe et arbejdsfællesskab, der byggede på økologiske og bæredygtige værdier (Økosamfundet Dyssekilde\_D, n.d.; bilag B2b: 2; bilag 6b: 1). Herved blev projektet et af de første til at eksplicite økologi og bæredygtighed som målsætning i en lokalførankret kontekst (bilag 7b: citat 9; Økosamfundet Dyssekilde\_F, (n.d.); Økosamfundet Dyssekilde\_K, (n.d.)).

ØD's fysiske og sociale struktur er formet ud fra værdien om et socio-økologisk fællesskab. Her er arbejdsfællesskabet 'bindemidlet', der forankrer sociale bånd og en kollektiv livsførelse gennem fælles hverdagsaktiviteter. (Økosamfundet Dyssekilde, (n.d.\_F). Denne dynamik er tæt forbundet med landsbyens principper, hvilke er: 1. respekt og tolerance for alt liv, herunder mennesker, dyr og jord, 2. økologisk integritet, herunder at opretholde, skabe eller genskabe social og økologisk balance, 3. fremme lighed og retfærdighed samt 4. at styrke demokratisk deltagelse i beslutningsprocesser (Bilag 9). Disse principper udmønter sig i praksis ved at understøtte frivillig deltagelse, efter formåen - i daglig tale frivillighedsprincippet (bilag 11:§6; bilag 7b: citat 8b).

ØD er således organiseret ud fra sociale hensyn med henblik på at fremme et fællesskab som den sociale ressource. Med dette ønsker de at styrke foreningens formål, nemlig at arbejde for økologiske og bæredygtige tiltag. Dette skal man som beboer være indforstået med ved tilflytning (Bilag 11: p.1).

Området er indrettet i stisystemer, der er frit tilgængelige, og ejerforholdet begrænset til egen sokkelgrund. Dette har baggrund i et princip om at dele materielt ejerskab, og denne kollektive livsførelse giver muligheder for et tættere socialt fællesskab (Økosamfundet Dyssekilde\_A, n.d.;

Økosamfundet Dyssekilde\_F, n.d.; bilag 7a: p.22-23). Området er ydermere organiseret i boliggrupper, der forvalter egne anliggender og er del af den fælles forening, hvor beboere i fællesskab forvalter fælles anliggender (Økosamfundet Dyssekilde\_H, n.d.). Som en del af organiseringen er der ligeledes givet plads til individuelle muligheder, for eksempel selvstændige erhverv i nærområdet samt produktion af fødevarer (Økosamfundet Dyssekilde\_F, n.d.; Økosamfundet Dyssekilde\_B, n.d.).

Boligforeningen er horisontalt sammensat ud fra et medlemsmødet, der af sociale hensyn aktuelt varetages med inspiration fra den sociokratiske styreform. Herudfra udgår 32 arbejdsgrupper, som for eksempel en bestyrende gruppe, en økonomistyreende gruppe og en frugtplantagegruppe (bilag 7a: p.15-16; Bilag 10: p.23). Arbejdsgrupperne og arbejdsdage er den grundsten, der skaber sammenhængskraft i organiseringen af økosamfundet, der fungerer som et resultat af denne fælles indsats (Økosamfundet Dyssekilde\_F, (n.d.); bilag 10: p.9). Den daglige drift af ØD beror på frivillighedsprincippet, og der lægges vægt på at respektere beboernes forskellige formåen, at beboerne tager personligt ansvar samt efterlever værdierne om omsorg, respekt og tolerance for hinandens forskellige formåen. Dette forventes at skabe motivation (Bilag 11: p.2; Økosamfundet Dyssekilde\_D, (n.d.); bilag 7b: citat 8a). Den sociale struktur har på baggrund af disse 'åbne' principper om respekt og tolerance ændret settingen over tid. I starten var kollektive tiltag såsom fællesdyrkning og fællesspisning indlejrede aktiviteter i arbejdsfællesskabet. Dette har ændret sig gennem disse principper, idet uenigheder om individuelle præferencer er løst gennem en individualisering af aktiviteterne.

*” [...] der har der været agrogrupper, som har dyrket jorden sammen [...]*

*der var en ret stor gruppe da jeg kom hertil... på et tidspunkt så, så var der en del øh ævl og kævl, for der var nogle der lavede mere end andre [...] og der var også nogle der ikke kunne lave noget faktisk [...] af psykiske årsager, og øh... og fysiske også selvfølgelig... men de gjorde hvad de kunne*

*[...] og så blev gruppen delt op [...]*”. (bilag 2b:2)

På denne måde er principperne grundlæggende for at give plads til empowerment-tiltag, som på denne måde har startet disse tiltag igen – ikke som en pligt, men som et interessefællesskab for de beboere, der ønsker at deltage (bilag 2b, citat 2,6,9).

Denne setting er opbygget af græsrodsaktivitet. De grundlæggende visioner for landsbystrukturen er således skabt på baggrund af en idé om empowerment, som en 'bæredygtig' motor for at opretholde frivillig arbejdskraft og hermed landsbyens vækst (bilag 6b: citat 1b, 13). Herudover beror selve



etableringen af ØD på et ønske om at 'række ud' over landsbygrænsen og ind i det omgivende samfund (Bilag 6b: citat 6,9b). Dette har gennem tiden affødt mange bæredygtige projekter med det omgivende samfund, og landsbyen har ligeledes i dag mange igangværende interessefællesskaber i og uden for ØD (bilag 6b: citat 6; bilag 7a: p.11; Bilag 2b, citat 6; bilag 10: p.8).

## **En individuel analyse - Præsentation af informanter**

I det følgende vil jeg præsentere informanterne, deres grundlag for at flytte til ØD samt de muligheder og dilemmaer, de møder i denne ramme.

### **A's pointer**

A har 3 børn. Hun har tidligere boet i ØD, og er vendt tilbage efter flere år i storbyen. Nu har hun købt et hus og har boet der i 5 år. A flyttede tilbage til ØD på baggrund af et ønske om natur, ro og et nært fællesskab for hende selv og sine børn. Hun ville gerne ud af byens stress og larm, men samtidig være omgivet af storbymennesker. Og det er der i ØD (Bilag 1a: p.6).

ØD giver A et væld af muligheder i livet, som hun ellers ikke ville have. Den fysiske struktur i ØD er en stor del af A's trivsel, hvor køkkenhave, fællesfaciliteter samt netværk at dele det med er lige uden for døren. Herudover kan A selv arrangere samt være en del af mange aktiviteter, der både foregår i og uden for ØD, hvilket gør, at A trives.

*“det her område jo smukt, simpelthen så smukt og idyllisk og [...] alle behov er opfyldt, altså [...] behov for netværk [...] behov for aktiviteter [...] altså der foregår alting her [...] jeg laver selv alt muligt, jeg kan godt lide at tage initiativ [...] jeg laver morgendans og laver fællesspisning og laver [...] hvad jeg nu får lyst til... og så laver jeg det bare [...] faciliteterne er der, menneskene er der og de synes (at) det samme er dejlig som mig” (bilag 1b: p.3)*

Infrastrukturen er ligeledes en stor del af As trivsel. Hun kan herved leve et mere økologisk liv i naturen samt mere bæredygtigt. A føler glæde ved de dagligdags gøremål, hvor infrastrukturen gør det mere håndterbart at tage det bæredygtige valg (bilag 1b, citat 4).

Men A er stødt på et dilemma:

*”der er også en stor ulempe som er dukket op [...]at husene bliver dyrere og dyrere... det bliver for attraktivt [...] det betyder, folk de køber sig ind, de har en, de har brug for at have to fuldtidsjobs, for at kunne betale deres afdrag [...] og så kan de ikke gøre det som de egentlig flyttede hertil for” (bilag*

*1b, citat 4)*

Dette er en problematik, der handler om, at huspriserne er steget, hvilket skaber problemer med deltagelse i settingen. A. udtrykker en form for utryghed ved denne problematik, men det kan også fortolkende forstås som et personligt dilemma for hende. På denne måde udtrykker A den største ulempe for hende, nemlig at fuldtidsarbejde samt afbetaling af afdrag, er en forhindring for at leve den bæredygtige livsførelse, der giver mening for hende. Hun kan derfor ikke udleve det hun flyttede dertil for, fortæller hun (bilag 1a: p.1; bilag 1b, citat 4).

A fortæller ligeledes, at hun hele sit liv har arbejdet med klima-frustrationer. I ØD har hun nu fundet et sted, der hjælper hende med kunne ’lægge klimaskam fra sig’. For eksempel giver det hende glæde, når hun sorterer skrald. Dette står i kontrast til den frustration, hun føler i det ydre samfund, hvis hun er et sted, hvor der ikke er skraldesortering.

*”når jeg er øh et andet sted [...] hvor de ikke rigtig har gang i affaldssorteringen endnu [...] det gør jo næsten ondt at smide det hele ned i én spand, ik [...] hver gang jeg går ned med skraldet, så er jeg glad, jeg har sådan en god fornemmelse, når jeg sorterer det [...] det så dejligt”.* (Bilag 1b: p.6)

Dette er udtryk for den modstand A føler i konventionelle rammer, samt den lettelse hun har fundet i denne setting. A kan ligeledes føle et dilemma ved at vælge at køre bil eller tage på flyrejse og fortæller, hvordan hun dels vælger dette af hensyn til sin trivsel, men ligeledes kæmper med at skubbe tankerne væk om ’klimasynd’ (bilag 1b:7c). Det er derfor er en omstændighed, hun må lære at balancere i, men føler frustration ved begge valgmuligheder. På denne måde har Anna modsatrettede behov for, på den ene side at passe på naturen, hvilket giver hende en følelse af meningsfuldhed, men på den anden side at benytte de muligheder et moderne liv byder på. Begge behov er forbundet med frihed.

A giver dog udtryk for at have fundet sammenhæng i denne balance mellem hensynet til miljø og hensyn til egen trivsel.

A har altid levet efter et holistisk grundsyn om forbindelsen mellem mennesker og natur. For hende er økologi derfor tæt sammenhængende med at leve forbundet til andre – og med naturen. På denne måde får dét, A kalder social bæredygtighed, en nøglefunktion for hende.

*”man kan ikke interessere sig oprigtigt for hinanden uden også at interessere sig for miljøet, sådan har jeg det... det vil ikke give mening andet” (Bilag 1b: p.7)*

På denne måde forstår A ikke økologi og bæredygtighed som begreber, men som en værdi, der udspringer af opmærksomheden udad mod verden – et større hensyn, der inkluderer hende selv og alle andre entiteter (Bilag 1b: p.7).

### **B's pointer**

B har boet i ØD i 20 år og er uddannet grafiker. Tidligere boede han som deltidsfar i et villakvarter i byen og arbejdede med reklamer. B har aldrig tidligere gået op i økologi, men har altid fundet meningsfuldhed i det sociale. Han befandt sig i en livsomstændighed, hvor hans venner begyndte at prioritere at stifte familie, og dette gav ham behov for noget andet end ”ligusterkvarteret” (bilag 2b:11). B fik muligheden for at flytte til ØD og her fandt han det fællesskab, der gjorde skiftet til det bedste valg i hans liv (bilag 2b:24b). Herudover kunne denne setting give ham muligheder, som han ikke fandt i mainstream-samfundet (Bilag 2b: citat 1,3, 4, 11).

B har en stor interesse for at bygge huse af genbrugsmaterialer. ØD har på denne måde givet ham mulighed for at bygge ud fra egen ’opskrift’, at have værksted samt skabe egen virksomhed ud fra denne interesse. Dette fremstår som kreative projekter for B, og han bygger ofte videre på sit eget hus. Herudover har ØD givet ham mulighed for at have en vinmark samt en bod på det lokale madmarked i Torup (bilag 2b: citat 1,17). Disse muligheder for at skabe sine meningsfulde omgivelser selv er en stor del af B’s trivsel i ØD. Det giver ham kontrol, empowerment og i sidste ende trivsel (bilag 2b: citat 17; 20, 21).

*“[...] altså nu kan jeg jo også godt lide alle mine små projekter og sådan hvad jeg godt kan lide at lave... der er jo rigtige muligheder for dét her... jeg gider næsten ikke tage på ferie [...] [...] der er rigtig mange muligheder her i sådan et samfund [...]” (bilag 2b: citat 20)*

B's livssammenhæng er bedst fortalt gennem modsætningen mellem dét, han betegner som et meningsfuldt og et meningsløst liv. Han fortæller om meningsløsheden ved at komme hjem efter arbejde, tænde for fjernsynet, og bliver lokket af reklame for det nyeste samtalekøkken. B udtrykker dette som en stedfortræder for socialt samvær, og udtrykker dette som en bevidst lokkende funktion i det kapitalistiske system, designet til at holde mennesker i et 'hamsterhjul' (Bilag 2b:7; 24b). På denne måde fortæller B om den stressore, den ydre samfundskultur udgjorde for ham. Her henviser han til sangen "Streets of London", der handler om, at det er meningsløst at arbejde så meget, fordi man bliver ensom og glemt (bilag 2b: citat 7) Link til sangen her: ([Mc.Tell, n.d.](#)). Dette billede af det meningsløse sætter han i kontrast til det nære fællesskab, hvor han fortæller, hvordan han nu kan komme hjem til duften af bål og lyden af stemmer, hvilket giver ham en helt anden og meningsfuld og tillokkende sammenhæng (bilag 2b: citat 14b, 14c).

B var ikke interesseret i begrebet økologi, da han flyttede ind (bilag 2b: citat 19). B har i stedet en underliggende opfattelse af det meningsfulde for ham – et livssyn, der guider ham hen imod det bæredygtige - fordi det giver mening (bilag 2b: citat 18). Med årene (i settingen) er han begyndt at tænke mere over det økologiske:

*[...] hvis du kigger ud over markerne, så er det jo ikke andet end endeløse monokulturer [...] for at fodre nogle, nogle dyr ik, så i år har jeg sku lavet vegetar... Og så har jeg tonsvis af indiske krydderier [...] og maden smager [...] lige så godt (bilag 2b, citat 14).*

I ovenstående citat fortæller B om det usammenhængende ved det ydre samfund, og han er begyndt at forbinde dette med økologiske værdier. På denne måde er B's egne værdier og livsførelse blevet påvirket af at bo i en setting med økologiske værdier (bilag 2b: citat 13,14).

B fremhæver fællesskabet som vigtigt. For ham er det dét, som gør, at man kommer ud af hamsterhjulet (bilag 2b: citat 24b). Derfor synes han også, at det er vigtigt at 'prikke til' de andre, hvis de bliver for private. Men det tætte fællesskab kan også overskride grænser for nogle, hvilket gør, at de ikke trives, og for andre er det en hjælp, at fællesskabet 'hiver' dem væk fra det private 'rum' og væk fra fjernsynet (bilag 2b: citat 24).

På den ene side:

*“[naboerne] de følte sig så pressede til at være med hele tiden, fordi de andre var enormt sociale og sagde, I skal lige med til det og det her, til sidst blev det for meget så de flyttede [...] det var sådan uskrevne regler [...]” (Bilag 2b: citat 24a)*

Og på den anden side:

*“folk der murer sig inde [...] og så bliver presset lidt [...] så siger jeg også til ham, ej nu skal du altså lige tage [familiemedlemmer] med i hånden og så komme med her [...] han var så glad, fordi han tog derop [...] han var der hele aftenen [...] så presser vi hinanden lidt [...] jeg tror der er rigtig mange ensomme mennesker rundt omkring [...] der bare sidder i deres små huse eller lejligheder [...] rundt om” (bilag 2b: citat 24b)*

På denne måde fremhæver han disse grænser mellem det private og det kollektive som et ‘grænseland’ for social udvikling. For B har dette ikke direkte noget at gøre med bæredygtighed, men det har noget at gøre med en meningsfuld tilværelse. B synes derfor, at det er en fordel, at fællesskabet af og til går over den privates sfære og ‘trækker’ folk væk fra husalteret, - altså fjernsynet, som han nævner som en slags ceremoniel totem for arbejderen i det konventionelle samfund (bilag 2b, citat 14b). Når man kigger på B’s proces kan man fortolkende overveje, om det netop er dét, der er sket for ham, altså en proces hvor fællesskabet har fået ham væk fra den ensomme livsførelse hen mod social mening og videre mod en økologisk forvandling af værdier (bilag 2b: citat 24,14).

### **C’s Pointer**

C flyttede til ØD for 3 år siden. Hun bor med sin mand og 2 børn (bilag 3a: p.1). Før det boede hun i Storbyen, i en forening, hvor der ikke var meget fællesskab (bilag 3a: p.2,6). Det meningsfulde for C er, at det har stor værdi i livet at give sin tid til andre. Dette vil hun gerne lære sine børn (bilag 3a: p.20). Økologi og bæredygtighed har for hende altid været en helt fundamental del af tilværelsen, og dette er således en del af hendes livssyn (bilag 3b: citat nr. 1).

Før tilflytningen til ØD, kiggede parret på hus og higede efter livet som “bonderøven” - et program de havde set i tv, altså ude på landet, med selvforsyning og jord.

*“[...] vi er jo måske sådan en generation, som har set Bonderøven [...] og drømmer lidt om det der liv [...] og jeg kommer fra sådan et hjem med en køkkenhave og nogle forældre der har lavet... altså mange ting selv” (bilag 3b: citat 3a)*

For C er drømmen om “bonderøven” både et mål, men også en modreaktion til de omgivelser, hun befandt sig i. Mange af hendes veninder går op i at tjene mange penge, få prestige, et hus med god beliggenhed og leve gennem forbrug. Dette syntes C ikke. Hun har således modstand mod denne livsførelse og ønskede at ændre kurs (Bilag 3b: citat 13).

ØD har givet C muligheder for at udleve denne drøm. En anden væsentlig årsag til valget af Økosamfund er muligheden for at leve forankret, og samtidig have fleksibilitet, til at gøre hvad hun vil. I ØD er der nemlig mange at dele med, og på denne måde kan hun tage af sted fra det hele, når hun har lyst.

*“men så det også fordi det hus ligger her [...] fordi det der med bonderøvsdrømmen [...] vi har været lidt bange for og gøre det alene [...] og sidde ude på en pløjemark [...] hvis vi får grise og får og alt muligt... så skal vi jo være sammen med de grise og får altid, så kan vi aldrig gøre noget andet [...] her er der et fællesskab med en masse mennesker [...] her en nogle muligheder, for at realisere nogle af vores drømme, men vi gør det sammen med nogle andre” (bilag 3b: citat 3b)*

Nu har hun mulighed for at have får, høns, køkkenhave og herved selvforsyning, som hun deler med andre. Denne mulighed finder hun både værdifuld og udfordrende. ØD har herigennem vist C muligheder gennem fællesskabet - og modificeret drømmen (bilag 3b: citat 3, 13).

Der er en modsætning i C's behov for at udfolde de bæredygtige drømme om et forankret liv, men ligeledes at være uforankret og føle frihed til at ”gøre noget andet” (bilag 3b: citat 3b). Denne kobling har hun fundet i denne setting og har opdaget, at værdi-fællesskabet er nøglen til at udleve begge dele (Bilag 3c:3;6).

Men fællesskabet har givet hende mere, end hun troede. De udveksler erfaringer om en mere bæredygtig livsførelse og presser godmodigt hinanden til at reflektere. For C er dette en kærkommen måde at takle en bæredygtig livsførelse på, og gør det mere håndterbart for hende, at der er social støtte (bilag 3b: citat 7). På denne måde har hun fundet ud af, at klima-forventningerne til sig selv er nødt til at finde et leje (bilag 3b: citat 7,13). På denne måde er ØD en mulighed for at ændre tilgang til at være bæredygtig. I stedet for at se bæredygtighed som handlinger, ser hun det nu som et resultat af

et tæt fællesskab (bilag 3b: citat 7c, 14). På denne måde har C fundet arbejdsfællesskabets styrke, og bæredygtighed er ved at få en ny betydning for hende:

*“der er noget socialt sundt i at vi kender hinanden [...] at vi er forbundet til hinanden, på den måde [...] det betyder i hvert fald rigtig meget for mig”* (bilag 3b, citat 13).

*“man bliver inspireret til sådan flere ting som er som måske er bæredygtige... jeg tænker også meget på altså jeg tænker meget på sådan noget... jeg ved ikke om man sådan kalder det social bæredygtighed [...] men, at der er en masse ting som har værdi øhm... rent socialt, som ikke er øh miljø hellige eller bæredygtige eller økologiske eller biodynamiske, eller sådan noget, men at ting også kan have værdi, fordi det har værdi for vores relationer og vi passer på hinanden”* (bilag 3b: citat 13b)

På denne måde har hun lært, at ikke alle værdier skal måles efter miljøhensyn. Dette kalder hun social bæredygtighed, hvor man bliver forbundet til hinanden i et tæt fællesskab (bilag 3b: citat 7a).

Men C oplever også et dilemma mellem friheden ved at dele med andre, og udfordringen ved at blive enige om, hvordan projekterne skal håndteres. I C's køkkenhave opstår således mange frustrationer for hende, da hensynet til andres værdier og holdninger til, hvordan der skal dyrkes, på hvilke måder og ud fra hvilke principper, er svære at forene med hendes egne præferencer.

*“det faktisk er lidt svært for mig at dyrke en køkkenhave... sammen med andre [...] der skal vi jo ligesom blive enige om hvilken måde vi vil gøre det på [...] vi dyrker vores bede i sådan nogle skrå former og det er sådan helt gakket, det er meget svært at holde styr på for mig, jeg er sådan en... jeg er mere sådan en linialtype, ik [...] altså der er det lidt svært for mig... fordi der også er nogle sociale hensyn at tage [...] måske vil jeg gerne også prøve at... lave perma eller et eller andet, ikke [...] så der kunne jeg godt finde på at leje mit eget stykke og så have hele beslutningsfriheden”* (bilag 3b, citat 15).

På denne måde har C opdaget, at det er sværere i praksis at leve efter de værdier, der er grundlæggende for den bæredygtige sammenhæng, hun søgte ved tilflytning. Der er nemlig forskellige holdninger, værdier og således forskellige ambitioner for at udleve økologi og

bæredygtighed, og disse forskellige individuelle præferencer skaber frustrationer - på trods af det fælles mål. Dette leder til, at hun hellere vil dyrke alene.

På denne måde er der en modsætning mellem på den ene side hendes værdier om at dele de værdier, hun ønsker at udleve omhandlende at give sin tid til andre og leve socialt og på den anden side hendes egne behov for at udleve individuelle præferencer. Dette gør, at hun overvejer at få sin egen køkkenhave.

### **M's Pointer**

M er flyttet til Danmark i 70'erne. Hans forhold til ØD, dengang kaldet Dyssekilde, er mangeårigt og startede gennem venner. Herefter flyttede M til en forstadsby og stiftede familie. M flyttede tilbage i 2006 efter en separation og fik muligheden for at bygge sit eget hus. Han har nu boet her i 14 år og arbejder ikke længere i det konventionelle samfund (Bilag 4a: p.2-3).

M flyttede tilbage, da han ønskede at være en del af det sociale og økologiske værdifællesskab. Han syntes, det var svært at bo i mainstream-samfundet, hvor han ikke kunne udleve sine værdier, som han ønskede. Her var ikke grobund for fællesskab i lejlighedskomplekset, og det frustrerede ham at regeringen ikke handlede sufficent på klimakrisen. M ville gerne tage hensyn til miljøet ved at handle – ikke bare snakke. Og dette fandt han i højere grad muligt sammen med andre.

*“[...] hensyn til naturen og økologi, det er noget man ikke kan snakke om, det er handling [...] det er det vigtigste” (bilag 4b: citat 1a)*

*“når man læser [...] om, hvad der sker miljømæssigt [...] så kan jeg kun gøre, hvad jeg laver selv [...] hvad jeg spiser, hvad jeg køber [...] men, der er nogle ting ved at bo i et fællesskab, som er, det er meget nemmere, at være bæredygtig” (bilag 4b: citat 1d)*

Således spillede klimafrustrationer, samfundets håndtering samt et behov for at håndtere denne klimastressfaktor en stor rolle for hans valg af tilflytning.

Denne setting tilbyder M en mulighed for at udleve disse indre værdier. Her kan han gøre mere, end han ville kunne alene, og han synes, at settingens fokus på økologisk handling i stedet for snak, giver ham mulighed for aktiv deltagelse, følelse af kontrol og lyst til at engagere sig (bilag 4b: citat 1).

Dog støder M på et dilemma i denne forbindelse. Han ved, at stærkere klimahandlinger er afhængige af kollektivt samarbejde, men oplever forhindringer for dette samarbejde. Kollektive handlinger i et



mangfoldigt miljø indebærer nemlig forskellige forståelser, ideologier bag samt holdninger til, i hvilken grad, der bør handles, hvad der bør gøres og på hvilke måder, de skal handle. Dette skaber af og til frustration for M, når han møder andres forståelser, da det gør det svært for ham at udleve egne værdier.

*“for de fleste folk... de ved om bæredygtighed og økologi, men nogen har forskellige ideer om hvad det er [...] for nogen, økologi det er øh bare det at spise økologisk mad [...] for andre, det er måske også at tage nogle lidt øh, stærkere beslutninger i forhold til transport [...] i forhold til [...] varme og hvordan bygger jeg mit hus [...] (bilag 4b: citat 5)*

Og videre:

*“jeg ved, at det ikke er alle som tænker som mig [...] det, at jeg kan komme frem med nogle forslag [...] jeg kan være frustreret også en gang i mellem, fordi [...] det er en valg, vi laver, hver gang [...] så det er en del af livet her... jeg mener, det er en gave for mit engagement... det er det, det øger niveauet af bæredygtighed, her hvor jeg laver ærinder [...]” (bilag 4b: citat6)*

Han formår dog at tage dette som en udfordring og bevæger sig væk fra frustrationen ved at finde mening i at påvirke de andres holdninger til, hvad bæredygtighed også kan være. M har således lært i den kollektive setting, at bæredygtige projekter, der er større end hans individuelle formåen, kræver debat om, hvilke bevæggrunde og værdier, der ligger til grund for de forskellige holdninger og meninger i det kollektive. (ØD giver mig):

*”[...] stor værdi, fordi, [...] en del af det, det er også at se andre [...] det princip at vi ikke peger fingre, men øh selvfølgelig, vi prøver at hjælpe dem på vej med konstruktive øh... sammenhold [...] jeg prøver... hvordan kan jeg fremme de øh bæredygtige principper eller ideer... her lokalt [...] jeg er med i, for eksempel i den øh bæredygtighedsgruppe [...]for jeg ved også med årene, vi er blevet også en model, som andre... de kigger” (Citat 2c)*

M. sætter stor pris på ØD-samfundets opbygning. For ham er det nemlig essentielt, at settingen både giver plads til kollektiv handling samt til privat 'rum'. Dette er et hensyn til deres behov som mennesker, som han mener er med til at skabe motivationen til at bidrage i arbejdsfællesskabet (Bilag 4b, citat 1b,1d,10). Dette er både forskellen mellem enkelthusene i de små boliggrupper, boliggrupperne som hverdags-fællesskab og den større kollektive gruppe som handlingsorgan.

*"[...] denne balance mellem, mellem fællesskab og, og egen, egen frihed... det er en balance  
[...] som giver mulighed for at have personlig plads og så arbejde for bæredygtighed...  
i hver sin måde [...] med nogen ved siden af, som måske er inspirerende... øh...  
og så sammen også håndterer de udfordringer og blokeringer der er [...]"*

(bilag 4b: citat 10).

I dette fællesskab med naboerne, kan han nemlig dele de mange løsninger, genstande og fælles  
gøremål med mennesker, der har samme bæredygtige værdier som en selv (3). I arbejdsgrupperne kan  
man ligeledes inspirere, engagere og gøre bæredygtig livsførelse mere håndterbart for hinanden (bilag  
4b: citat 3c).

### **T's pointer**

T er 40 år og bor i ØD med sin kæreste. Han er opvokset her, er flyttet til storbyen, og er nu flyttet  
tilbage for 10 år siden. Dette gjorde han på baggrund af en drøm om at drive selvforsyning på landet –  
både til eget forbrug samt som virksomhed. T interesserer sig for permakultur og landbrug. Dette er  
for ham en drøm om det gode økologiske liv, og det er betydningsfuldt for ham at skabe sin drøm med  
sin kæreste (bilag 5b: citat 1,8).

*jeg ville gerne ud på landet og dyrke nogle grøntsager og lave nogle have- og landbrugsprojekter  
[...]*

*det største eksperiment var måske at prøve at leve af det [...] og sælge...*

*altså man kan sige, én af ulemperne ved at bo her, det er at huspriserne er relativt dyre [...]*

*det er stadig nok til at det er svært at sådan leve den der helt selvforsynende idé,*

*fordi man skal stadig tjene nogle penge, en bunke penge (bilag 5b: citat 1)*

Da T boede i konventionelle omgivelser, følte han klimafrustration. Han havde derfor en forventning om, at ØD kunne skabe betingelserne for at opfylde drømmen om selvforsyning – en drøm der på denne måde ligeledes var en drøm at handle på sine frustrationer (bilag 5b: citat 2).

*”altså det, jeg tror i starten, de første par år, da jeg boede her,  
der havde jeg sådan nogle oplevelser, hvor jeg virkelig følte at jeg løb panden mod en mur [...]  
der var de der frustrationer også rodet ind i det på en eller anden måde [...]  
det var sådan en form for skuffelse over at jeg ikke følte at, at fællesskabet  
var lige så ambitiøst på den front som jeg selv var [...]  
som jeg nok havde regnet med [...]”* (bilag 5b: citat 2)

Efter T's tilflytning, oplevede han således endnu en frustration. I de første 5 år arbejdede han på at opfylde sin vision om denne mere bæredygtige livsførelse, men opdagede at dette ikke var helt let. Selvforsyning kunne nemlig ikke i tilstrækkelig grad muliggøre den indtjening, der skulle afdrage på huset (bilag 5b: citat 1). Herudover flyttede T ind i et 'kapitaliseret' ØD, der havde solgt mange huse til markedsværdi og derfor ikke havde samme overskud til økologiske ambitioner som han tidligere havde erfaret. Mange var i samme situation som T og skulle betale afdrag (bilag 5b: citat 2). Så muligheden for sparring var sparsom. Dette gjorde, at han kollapsede – drømmen kollapsede (bilag 5b: citat 4).

*[...] det ret svært at prøve at køre en eller anden selvforsyning samtidig med at man går på arbejde  
[...] nu går jeg og laver en ny plan [...] jeg er i hvert fald på vej i en hel ny retning [...] jeg blev en  
lille smule træt af at være i det segment, hvor man virkelig ikke får nogle penge for sit arbejde [...]  
det er en stor motivation* (bilag 5b: citat 3)

T er nu på vej i en ny retning. En ny uddannelse, der giver flere penge. Hermed arbejder T fortsat med en del af det meningsfulde for ham, nemlig landbrug, men dette er nu en hobby i stedet for en vision, der skulle bære ham væk fra klimafrustration. Her har settingen spillet en væsentlig rolle for ham. Trods nederlag er hans klimafrustration blevet mindre efter tilflytning til ØD. Settingen bærer værdierne, arbejdsfællesskabet udfører dem og det sociale fællesskab deler dem med ham.

På denne måde kan T nu fralægge sig forventningerne til sig selv. Han forventer således handling, der ikke er båret af hans ene-ansvar og finder glæde ved, at andre deler værdierne med ham. På denne måde kan han være betydningsfuld for andre samt har mulighed for at skabe bæredygtige tiltag af og til.

*”på en måde så tror jeg også at det sådan kommer helt naturligt,  
når man sådan i en eller anden grad kender hinanden, ikke [...]*

*det gør bare, at man har et andet... samvær, mere afslappet” (bilag 5b: citat 7)*

På denne måde har ØD hjulpet ham til at fralægge sig klimafrustrationer – ikke fordi settingen faciliterer projekter, men fordi settingen faciliterer et værdi-fællesskab. Således er T’s følelse af balance nu hægtet op på fællesskabet, i stedet for den individuelle drøm om selvforsyning (bilag 5b: citat 9). Det giver ham glæde, at ligesindede kan give ham feedback på sine bæredygtige projekter. T har ikke opfyldt behovet for at gøre nok for klimaet, men nu kan han lægge denne stressfaktor væk. Således har klima-opgivenesshed ikke længere den negative betydning for hans trivsel, som det havde engang (ibid.).

*“sådan noget som den sø vi fik lavet [...] super fedt med al den respons der har været på det [...] da jeg sådan solgte grøntsager [...] der kunne det godt... nogle gange være [...] sådan lidt underligt for man så aldrig [...] dem der sådan (får glæde af det) [...] der er ikke noget feedback på det... det... gør man jo i de her sammenhænge kan man sige [...] at man kan se, at det faktisk gør en forskel for nogle andre, det man gør. Og ikke kun for én selv” (bilag 5b: citat 9)*

Fællesskabet omkring det økologiske værdisæt giver på denne måde T mere, end han havde troet. Skuffelsen over de manglende ambitioner for klimahandling er afløst af en glæde ved at dele værdier med andre. På denne måde kan han både forvente, at de skaber tiltag sammen samt forvente, at dette har en direkte betydning for andre. Således skaber dette en mere aktiv form for kontrol over den frustration som klimakrisen udgør for ham. Dette giver ham en indre ro. På denne måde kan man forstå T’s fortælling som en sammenhæng mellem klimafrustrationer og en nedsat følelse af livssammenhæng - nedsat følelse af balance mellem indre værdier og ydre omstændigheder. Omvendt

giver arbejdsfællesskabet noget, han har direkte indflydelse på, hvilket gør det lettere for ham at mestre klimakrisen.

### **G's pointer**

G har deltaget som rundviser i projektet og er derfor interviewet ud fra spørgsmål, der først og fremmest drejede sig om settingens beskaffenhed (jf. Bilag 12). I dette interview har G herudover fortalt om sin egen trivsel i ØD. På denne led afviger dette delafsnit i længden fra resten af informanternes interview, hvilket afspejler sig fortløbende.

G fortæller, at han er flyttet ind i ØD for ca. 10 år siden (Bilag 7a: p.42). Han flyttede til ØD med henblik på at stifte familie og kunne mærke, at disse rammer harmonerede med egne værdier. Parret købte hus og har 2 børn. G er glad for byens struktur med nærtliggende huse, men også arbejdsfællesskabets struktur med social nærhed. Han får herved sit sociale behov opfyldt gennem tilfældige møder, og dette påmindrer ham dagligt om, at andre er der for ham.

G fortæller, at det i hans optik er helt specielt for landsbyen, at der i strukturen er indlejret et frivillighedsprincip (Bilag 11: §6 pkt.3). Under rundvisningen viser G tilfældigt, hvordan dette frivillighedsprincip fungerer i praksis, da han *"bare lige (skal) gøre en praktisk ting"* (bilag 7b: 8b). Dette er at åbne et tagvindue i fælleshuset. Han fortæller, at det for ham skaber motivation og en følelse af at være betydningsfuld og anerkendt i fællesskabet, når han tager frivilligt ansvar. Uddybende forklarer han, at det netop er fordi det er frivilligt, at det *"skaber sådan lyst og frihed til at gå i gang med nogle ting"* (ibid.). Og G synes, at denne frihed er vigtig. Han sammenligner den med et ægteskab, der også bliver bæredygtigt, hvis man sætter hinanden fri (bilag 7b: citat 7).

Præmissen for denne frihed er hensyn, ansvar og tolerance. Dette er og har altid været de bagvedliggende principper for ØD, hvilket G synes er vigtigt, hvis fællesskabet ved afstemning går i en uønskelig retning for ham. I denne situation har han lært, at dét han kalder for det vigtigste er, at det er essentielt at forholde sig åben og tro på, at det nok var det bedste, alligevel:

*"når man lever i et samfund som det her, så skal man bare kunne acceptere at alt ikke bliver som jeg vil det [...] i det øjeblik medlemsmødet har sagt... så gør vi sådan, så har jeg nogle gange stået og bare, what, det blev vi bare ikke enige i om det her [...] hvor jeg bare er faldet helt på halen [...] når medlemsmødet har besluttet så er det bare [...] så må man se på det med åbne øjne [...] måske var det egentlig fint [...] sådan skal man kunne tænke"* (bilag 7b: citat 10)

Herudover fortæller G, at der kan være frustrationer forbundet med at bo i landsbyen. Dels er slagsiden ved det tætte fællesskab, at det kan være svært at få privatsfære, og alle ved, når man har en dårlig dag (bilag 7b: citat 5). Herudover fortæller G, at det for ham og mange andre har været en nødvendig ressource at lære at takle de kollektive skuffelser, når beslutningerne går i en anden vej, end ens personlige præferencer (bilag 7b: citat 10).

### **L´s pointer**

L har deltaget i projekt Dyssekilde siden starten i 1988. Her byggede hun sit eget hus og har ligeledes været en del af skabelsen af projekt Dyssekilde (i dag kaldet ØD) (bilag 6b: citat 1). Nu er hun pensioneret.

L boede før i en forstad i et konservativt nabolag af rækkehuse, hvor hver passede sig selv (bilag 6b: citat 1,2). Her pendlede hun dagligt til storbyen, hentede børn og passede hus. Da børnene flyttede hjemmefra, flyttede hun også (bilag 6b: citat 4). I ØD deler hun stort og småt. At dele er en stor del af hendes forståelse af bæredygtighed, og L deler derfor også sit hus med et familiemedlem. Det er nemlig en del af L´s forståelse af en bæredygtig livsførelse, at man er sammen om at dele ressourcer i stedet for, at alle har hver sit (bilag 6b: citat 2).

For L kan vi bedst forstå fornemmelsen af sammenhæng ved at fokusere på de emner, hun betegner som meningsfulde og meningsløse. Det kvarter hun boede i før hun flyttede til ØD var et konservativt kvarter, hvor alle passede sig og sit. Hun beskriver i denne forbindelse sangen om Little Boxes on the hillside, af Malvina Reynolds (Hør sangen her: ([Reynolds, M. n.d.](#))). Sangen indikerer, at borgere bor ved siden af hinanden, ligner hinanden og følger det samme livsspor. Dette synes L er meningsløst og kan ses som den stressfaktor, der vækkede hendes modstandsressourcer og således det overskud, hvormed hun ændrede sine livsomstændigheder (Bilag 6b: citat 2).

*”Jeg kom her fra et rækkehus [...] sådan virkelig firkantet...*

*lidt Boxes on the hillside, kender du Petica sangen, der [...]*

*i sådan et meget, meget konservativt miljø og hver passede sig og sit [...]*

*man omgikkes ikke så meget med naboer og den slags...*

*det syntes jeg var røv sygt” (Bilag 6b: citat 2)*

Dette blev muligt for hende, fordi hun var i et fællesskab i en partiforening med fokus på de økologiske værdier og principper (Bilag 6b: citat 1). L fandt således et fællesskab at dele sine visioner med og sammen kunne de skabe handling.

*”lad os nu gå ud og lave noget der er bæredygtigt og... hvor det ikke handler om at få... flest muligt grise... på marken” (bilag 6b: citat 2a).*

Ovenstående citat beskriver den tendens, hun så i samfundet, som hun ønskede sig væk fra. L ønskede et mere bæredygtigt samfund, hvor hensynet til økologi skulle være grundlæggende for en mere bæredygtig samfundsform.

For L er det bæredygtigt *”at være fælles om ting i stedet for at alle skal have sin”* (bilag 6b: citat 2a). Det fremstår som en vigtig del af L’s trivsel at skabe en følelse af sammenhæng i tilværelsen gennem dette princip. At dele sin tilværelse med et fællesskab, men ligeledes at dele materielle ressourcer – det er bæredygtigt (bilag 6b:9). Aktuelt udlever hun hver dag dette princip ved at deltage aktivt i byen, der på eksemplarisk vis viser denne værdi, nemlig værdien om fælles ressourcer samt fælleseje.

Men L’s fortælling viser ligeledes et dilemma om, at det samtidig er menneskeligt at være knyttet til ejendele for at trives. Dette ses gennem hendes ønske om at beholde rækkehuset, der dels betegner et behov for privatsfære, men ligeledes et behov for at have private materielle ejendele.

*” jeg ville gerne være fri for at øh... skulle have et hus,  
fordi jeg boede rent faktisk i et rækkehus, som var mit eget,  
så jeg ville gerne være fri for dét [...]  
men så var, så var... projektet ved at [...] knække over [...]  
(så) kunne det kun lade sig gøre, hvis alle,  
der [...] kunne se sig ud af at bygge...  
og så gjorde jeg det” (bilag 6b: citat 1a)*

*”[...] det der tiltrak mig det var, det var den her mellemting, [...]*

*du har din bolig, du har dit... private rum”* (Bilag 6b: citat 2)

”Little Boxes” bliver på fortolkende vis både symbol for det meningsløse ved, at alle har private ejendele, men samtidig et symbol på det grundlæggende menneskelige behov, hun fandt hos sig selv, nemlig for privat ’rum’. Dette dilemma mellem værdier og behov er et dilemma mellem den bæredygtige løsning og menneskelig trivsel. Ved at dele resten gav L således plads til balancen mellem dét, der var essentielt for hendes trivsel, nemlig ejendele og privat rum på den ene side, og de økologiske hensyn på den anden.

L føler sig aktuelt meget rig i denne setting, da hun har mange muligheder lige uden for døren. Således påvirker ØD både hendes trivsel og bæredygtige livsførelse. Dels fordi hun har et væld af ressourcer til rådighed, hvad enten det er materielle eller sociale, og dels fordi arbejdsfællesskabet giver den bæredygtige ramme, der er håndterbar og meningsfuld for hende (Bilag 6b: citat 7,8). I ØD mærker hun hver dag, at hun har en betydningsfuld plads og kan gøre en forskel for andre i fællesskabet gennem aktiv deltagelse. For eksempel på arbejdsdage, hvor der også er brug for nogle til at lave frokost (bilag 6b: citat 5).

### **En tværgående analyse:**

Denne analyse præsenterer 3 tværgående tematikker. Jeg præsenterer her et udsnit af de måder rammen påvirker beboernes trivsel, samt hvorledes rammen har betydning for bæredygtig livsførelse. Ved tilflytning til dette kollektive arbejdsfællesskab har alle informanterne taget et valg om at arbejde for økologiske værdier (bilag 11: p.1). Ligeledes fortæller informanterne på forskellige måder om modstand mod den konventionelle kultur, hvilket således bliver en del af dette valg om tilflytning til ØD. Tilflytningen kan således ses som udtryk for brug af modstandsressourcer, med henblik på at mestre den stressfaktor de oplever i det ydre samfund. Følgende temaer skal ses i denne forbindelse:

Tema 1 handler om, hvordan settingen tilbyder informanterne muligheder, der højner deres individuelle trivsel. Tema 2 beskæftiger sig med de individuelle forventninger, beboerne flyttede til ØD med, og hvorledes disse indgår i et samspil med rammen. Dette igangsætter en tilpasningsproces, der leder videre til Tema 3.

Tema 3 lægger fokus på denne tilpasning og, hvordan informanternes trivsel og bæredygtige livsførelse ser ud i en kollektivt fokuserende ramme.



### **Tema 1: Alle de muligheder, der åbenbarer sig for mig**

Dette tema indebærer de muligheder, som de individuelt oplever og som berører deres trivsel i ØD. Dette indebærer, hvordan informanterne i denne setting har mulighed for at finde balance mellem indre værdier og ydre omstændigheder.

#### *At føle håndterbarhed ved at dele ressourcer*

Informanterne nævner den sociale struktur som en stor ressource. Her har de en fælles livsførelse, deler materialer og kan skabe forskellige meningsfulde foranstaltninger. Glæden ved dette er forbundet med den lettelse, det giver at kunne reducere sit klima-aftryk samt leve ud fra værdier om at værne om hinanden. Ved at dele kan de føle håndterbarhed, kontrol og aktiv deltagelse, og herved mestre den frustration -eller stressfaktor i det konventionelle samfund, der medvirkede til deres tilflytning. Herudover afføder dette forskellige tiltag såsom delebilsordning, dele arbejdskraft eller lave fælles fritidsaktiviteter som for eksempel dans.

L flyttede til ØD på denne baggrund. At dele er for hende svaret på, hvordan vi lever bæredygtigt, og muligheden hun nu har for at dele materielle goder, fremmer hendes mulighed for at skabe livssammenhæng:

*“det er ikke bæredygtigt at skulle producere én enhed til hvert menneske*

*[...] vi (kan) lige så godt kan være nogle flere om det [...]*

*der skal ikke produceres én bil til mig, det...*

*det er ikke bæredygtigt [...]*

*jeg kan godt dele med nogle andre [...]*”

(bilag 6b: citat 9)

Nu udlever hun sine værdier, hvilket gør, at hun nu føler sig rigere end hun er. Dette er både faciliteret af at have fundet en sammenhæng mellem indre værdier og ydre omstændigheder, men ligeledes fordi hun føler materielle og sociale muligheder lige uden for døren (bilag 6b: citat 8).

*”[...] jeg føler mig jo egentlig rigere end jeg er [...]  
fordi jeg kan, uden at hæfte økonomisk,  
have en bil til rådighed, når jeg har lyst [...]  
jeg har nogle sociale relationer, jeg har nogle øh, øh muligheder,  
sådan, lige uden for døren [...] altså jeg behøver ikke [...]  
en hel masse aktiviteter uden for min... uden for reservatet [...]  
så flyver og farer jeg jo ikke så meget,  
jeg transporterer mig ikke så voldsomt meget rundt,  
fordi jeg har mange ting nær på” (bilag 6b: citat 8)*

Gennem både materielle og sociale muligheder får L på denne måde et større råderum, hvilket gør, at hun føler, at hun trives. Dette bevirker ligeledes, at hun har et mindre behov for at ”flyve og fare”, og det er herved tydeligt, hvordan settingen påvirker både trivsel og bæredygtig livsførelse (bilag 6b: citat 8).

C drømte om ‘Bonderøven’ - et tv-program, der inspirerede hende til at ville leve et mere økologisk forankret liv med selvforsyning. Men samtidig fandt hun denne tilværelse for bindende. Hun ønskede at kunne tage af sted, når hun havde lyst og denne kombination af frihed og forankret livsførelse, løste hun ved at dele sin tilværelse med andre. Hun fandt ØD-settingen, der tilbød denne mulighed for at udeve sin drøm.

*”ja altså for mig er det det her plus med [...]  
at man kan deles om nogle ting”*

(bilag 3b: citat 4)

I ØD har C på denne måde opdaget friheden ved, at det ikke blot er materielle goder, der kan deles, men ligeledes arbejdskraft og tid. Og dette giver hende den fleksibilitet og frihed hun ønsker til at tage af sted fra det hele.

*“ [...] vi har været lidt bange for og gøre det alene [...] og sidde ude på en pløjemark [...] hvis vi får grise og får og alt muligt... så skal vi jo være sammen med de grise og får altid, så kan vi aldrig gøre noget andet [...] her er der et fællesskab med en masse mennesker, som laver alle mulige forskellige ting [...] vi kan få opfyldt mange flere drømme, ik”*

(bilag 3b: citat 3b)

C fortæller i citatet, at hun med sin mand opdagede, at der var en modsætning i deres behov. På den ene side havde hun en higen efter at leve selvforsynende – et forankret liv. Men på den anden side ville dette indskrænke den frihed hun trives i til at løsrive sig, når hun havde lyst. - Friheden til at være fleksibel. C opdagede på denne måde, at drømmen om ‘Bonderøven’ ikke kun handlede om frustrationer over den konventionelle livsform, men i virkeligheden grundlæggende handlede om at finde frihed indeni – at finde følelsen af sammenhæng mellem indre værdier og ydre omstændigheder. Nu er det netop denne mulighed for at dele ressourcer, der giver C denne frihed til at være fleksibel og forankret på samme tid.

#### *At udleve Potentialer og få nye horisonter*

Det påvirker ligeledes beboernes trivsel, at settingen er empowerende og understøtter udlevelse af visioner. For eksempel at lave en vinmark, en mad-bod eller bygge et bæredygtigt hus. Dette gør B, og han udtrykker, at dette er det bedste valg i hans liv (bilag 2b: citat 11). En af de muligheder, der har påvirket hans fornemmelse for livssammenhæng mest, er muligheden for at udfolde sig kreativt ved at bygge huse med indsamlede genbrugsmaterialer:

*“[...] jeg er jo samler som du kan se, alt mulig skrammel [...] det er så jeg lige kan tage for eksempel den der entré [...] så har jeg alle stenene liggende [...] også mursten [...] dem har jeg haft læggede i over 10 år [...] gulvet havde jeg liggende klar, det er noget jeg havde klunset [...] det er helt utroligt [...] så kan man lige tage og plup (lyd) [...]*

(bilag 2b: citat 19)

I denne setting kan B således skabe erhverv og skabe bygninger ud af indsamlede restprodukter, hvilket giver mening for ham. Ligeledes giver ØD ham en setting, hvor han kan dele denne værdi med andre (bilag 2b: citat 3,4,20). Det bæredygtige islæt viser sig ved, at han bidrager med det han kan, når han får lyst – for eksempel istandsættelse af møbler og andet i landsbyen (bilag 2b: citat 20).

Ella fortæller ligeledes om de muligheder som fællesspisning giver hende – eller gav hende, da det aktuelt holder pause. Hun oplever at have mere tid til “bare at være” - tid til at snakke med de andre eller hjælpe lidt til, hvilket giver et fri’rum’ og aflaster fra hverdagens individuelle gøremål (bilag 3b: citat 8).

*“[...] det har været fedt... øhm at man havde sådan en ting hver tirsdag, men det tænker vi slet ikke på, så man har, man havde bedre tid hver tirsdag til bare at...ikke noget, når man hentede, [...] bare og... trække den, og så bare gå op, og [...] sætte sig til bords og så hjælpe lidt, og så snakke med nogle andre voksne og ens barn er underholdt af alt muligt andet” (bilag 3b:citat 8)*

Dette står i kontrast til den stressfaktor det konventionelle fødevarermarked giver hende, hver gang hun selvstændigt er ude at handle. I nedenstående citat fortæller Ella om, hvordan det både er en lettelse for hendes frustrationer over det konventionelle fødevarermarked at bo med ligesindede, men ligeledes om, hvordan settingen skærmer hende fra realiteterne i det ydre samfund, hvilket giver hende store frustrationer når hun møder omverdenens værdier igen:

*“jeg siger tit, at [...] vi bor i sådan en lille hvid øko-getto heroppe, ik [...] og man kan jo godt, når alle andre omkring én, sådan altså i citationstegn, synes det samme [...] så tror man jo at... nå, men prøv at se hvor godt det går [...] og så går man ned i Netto [...]” (bilag 3b: citat 7d)*

*“altså vi spiser masser af kød, men [...] vi spiser kød som er fra... som er produceret her i området eller noget som vi selv har lavet [...] jeg ville ønske at konventionelle kyllinger holdt op med at fandtes [...]” (bilag 3b: citat 7e)*

*“jeg skal ikke kigge for meget ned i den der køledisk, [...] og jeg synes ret meget af det er ret klamt [...] når jeg går i supermarkedet, det er egentlig ikke så rart [...]” (bilag 3b: citat 7f)*

Denne stressfaktor giver fællesspisning således også et frirum fra, samtidig med at hun føler, at hun har mere tid til at være social. På denne måde kan man sige, at settingen tilbyder en balance mellem indre værdier og ydre omstændigheder, der giver hende ressourcer til at fralægge sig den stressfaktor,

som det konventionelle samfund udgør for hende. Dette kan ligeledes betegnes som at udtrykke en ny følelse af frihed, som Ella har fået, gennem det kollektive rum.

Settingen er valgt af beboerne, fordi de finder det tætte sociale fællesskab meningsfuldt. For B er det for eksempel netop dét, at fællesskabet altid er der, som muliggør, at han kan deltage i det sociale fællesskab, når han har behov. Dette mener han er vigtigt, da modsætningen er at udfylde tiden med ensomme aktiviteter, som han beskriver som en form for tidsfordriv:

*“hvis jeg kommer hjem sendt om aftenen, så kan jeg lige gå ud til bålpladsen, så sidder de andre derude og hygger og snakker og så [...] kan jeg få dækket mit behov i stedet for at sidde og gå ind og se på husalteret eller et eller andet åndsvagt, ik” (Bilag 2b: citat 14b)*

Dette bakkes op af flere andre informanter, der ligeledes nævner de mange sociale initiativer som en rig mulighed i ØD. - De sociale muligheder udtrykker de ‘i overflod’, hvorved de giver udtryk for et mættet socialt behov, som de sætter pris på (bilag 1b: citat 3; bilag 6b: citat 8). For eksempel A:

*“åh manner, jeg vil sige... du kan jo prøve at kigge her ik, det er min køkkenhave [...] og se, min hund løber rundt her og er glad og lykkelig [...] alle de faciliteter her, det er jo fuldstændigt uforligneligt [...] det kan jeg jo bare bruge [...] alle behov er opfyldt, altså [...] behov for netværk [...] behov for aktiviteter [...] altså der foregår alting her [...] jeg laver selv alt muligt” (bilag A, citat 3)*

Her fortæller A både om, hvordan mulighederne for at deltage i aktiviteter giver hende uforlignelige muligheder. Dette forbinder hun med at kunne udleve sine potentialer, hvilket hun videre mener, at settingen skaber mulighederne for.

## **Tema 2: En bevægelse Fra individuel vision til kollektiv livssammenhæng**

Visioner for handling er et udtryk for modstand

Antonovsky fortæller om individuelle forskelle i modstandsressourcer, hvormed individer på forskellig vis takler livsomstændigheder og på denne måde har forskellige forudsætninger for salutogenese. Dette illustreres i nedenstående eksempler, idet informanterne møder anderledes omstændigheder i ØD-settingen, end de havde forventet, da de flyttede dertil.

Da T flyttede til ØD havde han en vision om selvforsyning og herigennem at skabe en mere bæredygtig livsførelse. Han forventede i denne forbindelse at dele denne drøm med fællesskabet som sparringspartnere og på denne måde 'handle' på klimakrisen sammen. Men T mødte en forhindring i den kollektive sfære:

*“man har virkelig nogle muligheder for at gøre nogle ting, som man ikke kunne gøre alene*

*[...] men samtidig så har man jo ligesom også en hæk man skal over med*

*at man skal have overbevist de andre om at det er en god idé [...]*

*det kan være virkelig hårdt nogle gange [...]*

*så kan man godt brænde sig lidt”*

(bilag 5b: citat 10).

Her fortæller T om et dilemma, han møder i det kollektive. Han oplever nemlig, at nogle af de ideer, han søger opbakning til, bliver afvist. Dette føler han meget ubehageligt. Han opdager på denne måde en begrænsning for de visioner han flyttede til ØD med - En begrænsning for den måde han har planlagt at håndtere de stressende omstændigheder som klimakrisen udgør for ham. Men T opdager, at hans ambitioner ikke bakkes op, hvilket gør, at han føler nederlag (bilag 5b: citat 10). T's store motivation for forandring er på denne måde afhængig af det kollektive, men begrænses således også af de kollektives mange individuelle perspektiver og omstændigheder.

*”[...] de første par år, da jeg boede her, der... havde jeg sådan nogle oplevelser,*

*hvor jeg virkelig følte at jeg løb panden mod en mur [...]*

*jeg tror det var sådan en form for skuffelse over...*

*at jeg ikke følte at, at fællesskabet var lige så ambitiøst [...]*

*som jeg nok havde regnet med [...]*

*og det har måske også været medvirkende til [...]*

*jeg ligesom har droslet ned” (Bilag 5b: citat 2)*

T opdager, at de andre er i samme situation som ham. Han har købt sit hus og skal afbetale gæld, hvilket betyder, at han ikke i tilstrækkelig grad kan udleve den bæredygtige drøm han havde for sig selv. På samme måde er de andre beboeres ambitionsniveau ligeledes begrænset af denne uforudsete udfordring. Herved har T givet op på den individuelle drøm og kommer ikke med så mange nye ideer. Dette vidner om, i hvor høj grad T har tilgængelige modstandsressourcer. T kan ikke forvente fremtidig medgang og vælger derfor at give op (bilag 5b: citat 1).

M deler også dette dilemma. M. flyttede til ØD med en klar vision for at handle på klima-dagsordenen - større projekter end han kunne igangsætte som enkeltperson (bilag 4b: citat 2).

*“de fleste [...] ved om bæredygtighed og økologi,  
men nogen har forskellige ideer om hvad det er [...]  
for nogen, [...] (er) det at spise økologisk mad  
[...] for andre det er også at tage nogle [...]  
stærkere beslutninger”* (bilag 4b: citat 5)

M opdager også i mødet med det kollektive ØD, at vejen til handling ikke er lige til, da det kollektive indeholder mange forståelser af, hvad økologi og bæredygtighed er (bilag 4b: citat 5). Herved bliver han ‘slået et skridt tilbage’ af andres holdninger, da ikke alle tænker som ham, og han derfor ikke kan skabe de projekter han forestillede sig. Dette er en overraskende omstændighed i settingen, som han ikke havde forudset, og det frustrerer ham. Men M kan tage fat i modstandsoverskud og indsætte den nye omstændighed i en kendt ‘ramme’. Nu har han en forståelse af, at han i stedet må adressere barrieren, altså de mange forskelligartede forståelser (bilag 4b: citat 3c).

*“jeg kan komme med en eksempel, vi kommer i [en projektgruppe] [...]  
en forslag det var at øh...at undgå fyrværkeri til nytår [...]  
det forskrækker dyrene og naturen omkring [...] og det var 5 imod det [...]  
så det, det var frustrerende...  
så det er en del af livet her... jeg mener, det er en gave for mit engagement...  
det er det, det øger niveauet af bæredygtighed,*

*her hvor jeg laver ærinder... fra mit hus...*

*[...] så prøver jeg” (bilag 4b: citat 6).*

Han har således fastholdt sin vision og tilpasset sine forventninger. Nu arbejder han med de andre i fællesskabet og deres forskellige perspektiver. Han vil således udbrede, hvad bæredygtighed *også* kan være og har fundet meningsfuldhed i denne mulighed (ibid.). Dette er nu blevet til en iterativ proces, som han tager gennem dialog og gennem eksemplificering af, hvad han forbinder med en økologisk og bæredygtig livsførelse (bilag 4b: citat 3,5).

### *Settingen styrker OAS i fællesskabet*

T oplever, at være i nogle livsomstændigheder, han ikke havde regnet med. På denne måde skaber dette en negativ forventning til fremtiden for ham. Men T fortæller ligeledes, hvordan han herefter er begyndt at fokusere på fællesskabet. De mange muligheder for fælles aktiviteter og de mange nære venner bliver på denne måde en forventelig glæde for ham - de deler værdier, livssyn og aktiviteter, og på denne måde befinder T sig i en ny meningsfuld fortælling - En fortælling, hvor han har aktiv indflydelse på bæredygtige 'handling' og mulighed for at gøre en forskel for andre (bilag 5b: citat 6). På denne måde støtter settingen hans OAS ressourcer. (vi har):

*”nogle sociale muligheder, som man sådan... ikke nødvendigvis har andre steder [...]*

*jeg har nogle rigtig gode venner rigtig tæt på som jeg meget let kan [...]*

*lige hurtigt lave noget med [...]*

*på det lavpraktiske hverdagsniveau, ikke [...]*

*så er det nemmere at skyde nogle sociale ting ind [...]*

*mellem det vi alle sammen skal hele tiden”*

(bilag 5b: citat 12).

På denne måde finder T på trods af denne stressfaktor støttende ressourcer i det sociale fællesskab.



I denne forbindelse er settingen nemlig en støttende struktur for tætte venskaber og gør det således lettere at være social. Dette betyder, i modsætning til den konventionelle kultur i Danmark, at beboerne ikke behøver at have fjerne venskaber, der skal vedligeholdes ved siden af dagligdagen samt fastholdes gennem en kalender. Der er flere beboere, ud over T, som nævner dette som en fordel. For eksempel G og B, der også forbinder dette med den fysiske opbygning af strukturen (bilag 7b: citat 1,4; bilag 2b: citat 14). For G er dette en pointe, der gør, at han føler sig kæret om:

*“det er enormt vigtigt for mig [...] at vi må gå over alt [...] [...] for mig er det vigtigt når jeg går ud ad min dør [...] for så møder jeg, tilfældige møder er ekstremt vigtige for et godt fællesskab”*

(Bilag 7b: citat 4)

Settingens åbne kultur som et samlet fællesskab er ligeledes en stor faktor for B's trivsel. Settingen muliggør nemlig på denne måde, at han kan deltage i åbne aktiviteter, når han har lyst – ikke lukkede eller eksklusive aktiviteter, men åbne, tilfældige og uplanlagte, hvilket gør, at B's sociale behov automatisk opfyldes. (Bilag 2b: citat 14b).

*” det er jo meget rart man lige kan gå ud udenfor og... og lige hilse på nogen, der går forbi, det sker ret tit [...] og så har vi også bålpladser rundt omkring, ik [...] så det er tit jeg, hvis jeg kommer hjem sendt om aftenen, så kan jeg lige gå ud til bålpladsen”*

(bilag 2b: citat 14b)

Dette er også for B en ressource, når han støder på uenigheder og konflikter, der er en uundgåelig faktor, når man bor så tæt (Bilag 2a: p.8, 12). På denne måde er settingen en mulighed for at fokusere på fællesskabet, der giver ham positive sociale forventninger - på trods.

### *Gamle værdier med nye briller*

For B har ØD-fællesskabet ændret hans værdier og livsførelse efter tilflytning. B har boet i landsbyen i 20 år og lever ubevidst en bæredygtig livsførelse, idet han vælger det tætte sociale samvær. Han er gennem årene blevet påvirket af værdifællesskabet, og B er begyndt reflektivt at efterleve nye værdier om at værne om naturen (bilag 2b:14a). Da B flyttede til ØD handlede det for ham ikke om økologi, men om noget andet. Når han spørges ind til, hvad økologi betyder for ham nu, svarer han:

*”altså reelt gjorde det ikke ret meget, det var nærmest [...] fordi jeg var god til at klunse ting og sager, nedrivningsejendomme, så byggede jeg et hus [...] jeg er begyndt at tænke lidt over det”* (Bilag 2b:1)

*”hvis du kigger ud over markerne, så er det jo ikke andet end endeløse monokulturer [...] for at fodre nogle, nogle dyr ik... så i år har jeg sku lavet vegetar”* (Bilag 2b:14a).

B har nu lavet vegetar i sin madbod, da han gerne vil arbejde mod den meningsløse landbrugsindustri. Denne setting har således skabt muligheder for B, der både har påvirket hans trivsel og haft betydning for en mere bæredygtig livsførelse.

Flere andre informanter har også fået et andet perspektiv på økologi og bæredygtighed, efter tilflytning. C er nyligt tilflyttet og har også oplevet en forandring i sin tilgang til økologi og bæredygtighed. I starten kæmpede hun med sine modsætninger mellem sine 'grønne' værdier og de behov hun føler for at forbruge 'sorte' goder. Dette er indre normative forventninger til at reducere sit 'øko-aftryk' og samtidig have behov for at leve et moderne liv. På denne måde så hun økologi ud fra et mere ontologisk perspektiv, og handlede ud fra dette. - Og hun kæmpede med at gøre det 'rigtige'. Hun føler, at dette har forandret sig, siden hun flyttede til landsbyen for 3 år siden.

*“da vi flyttede herop så bliver man bevidst på en måde [...] åh nej uha, vi har jo også en bil og kunne vi lade være med at have en bil, og... vi kører faktisk motorcykel begge to, vi har én motorcykel, men drømmer egentlig lidt om, at vi havde en motorcykel begge to... det jo ikke øko [...] der kommer økomafiaen så [...] så man kan sige, det giver nogle overvejelser, hvor man bliver sådan... man skal finde et leje i det”* (bilag 3b: citat 2).

C er, gennem disse 3 års tilværelse i ØD blevet påvirket af ØD's værdier og principper, der udledes i fællesskabet. Dette har ændret hendes tilgang.

*”jeg synes det finder et leje og det er noget vi, altså der er en...*

*der kan være lidt humor omkring det at, altså...*

*man kan jo udveksle mange erfaringer med folk [...]*

*nå, men kan man komme til Japan uden at flyve og sådan”*

(bilag 3b: citat 7c).

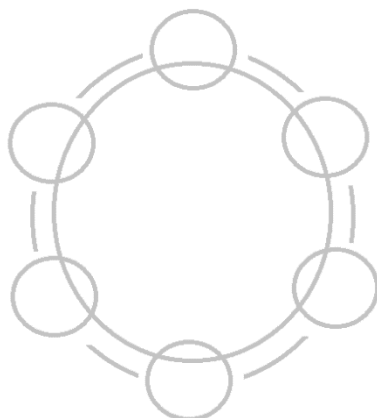
På denne måde er de i fællesskabet med til at påvirke hinanden og C kan finde modstandsressourcer, der hjælper hende til at fralægge sig den stressfaktor, som det konventionelle samfund udgør for hende. Motorcyklen, der før repræsenterede den frihed hun manglede, er ikke i samme grad nødvendig nu, da hun i ØD har fundet en frihed fra sine egne normative forventninger til bæredygtig adfærd.

I ØD er der ikke mange normative krav, men i stedet et udgangspunkt om at igangsætte hverdagsaktiviteter ud fra empowerment, hvor princippet omsorg (og fælles trivsel) for hinanden er i fokus. På denne måde kan hun føle kontrol samt forvente sparring omkring økologi og bæredygtighed ud fra andre præmisser end selvjustits, og forvente en højere grad af 'social kapital' som en selvfølgelighed.

Også T føler, at fællesskabet kan inspirere. De andre inspirerer ham nemlig til at leve mindre stresset og giver ham noget, som selvrealiseringsprojektet ikke kunne. Det giver ham nemlig en mulighed for at vende blikket udad og herved lade sig inspirere af andre måder at bevæge sig mod bæredygtig livsførelse:

*“der er nogle eksempler her på folk som lever på en lidt anden måde [...] mindre hængt op [...] man kan samle noget inspiration [...] det er jo også en, en sådan løbende påmindelse, om, at man skal lige huske sådan at evaluere, hvor man er henne på den skala der og om det er det værd...at være der, eller om man skal finde på noget andet [...] på en måde så tror jeg også at det sådan kommer helt naturligt, når man sådan i en eller anden grad kender hinanden, ikke”* (bilag 5b: citat 4b)

Her fortæller T ligeledes om denne opmærksomhed de har på hinanden som det primære fokus. Her kan han lade sig inspirere af andres perspektiver, hvilket giver ham en ro. Han kan herved 'se ud over' den stressfaktor han oplevede.



### **Tema 3: En kollektiv bæredygtig livsførelse i trivsel**

Gennem fortællingerne beskriver flere informanter en modsætning i deres perspektiver og værdier før og efter tilflytning. I relation til deres liv før tilflytning fortæller de om et fokus på deres visioner for at skabe et bæredygtigt liv for dem selv. Men når de fortæller om deres liv efter tilflytning og efter en kalibrering af deres forventninger til den nye setting, er det fællesskabets sociale værdi for bæredygtighed, der er det mest meningsfulde for dem. Dette vidner om en forandringsproces, når informanterne integreres i settingen. Denne forandring kan jeg fortolkende forstå, ud fra det samspil der sker mellem informanternes individuelle visioner og settingens sociale struktur. Når informanterne bringer deres individuelle forventninger ind i denne kollektivt opbyggede setting er der nemlig mange til at beslutte, hvilken vej samfundet skal, og dette bakker ikke nødvendigvis de individuelle visioner for bæredygtighed op. Dette udfordrer deres individuelle trivsel, men gennem settingens økologiske samspil, forandrer det ligeledes deres livssyn. På denne måde viser dette en tendens til en anden kurs for bæredygtig livsførelse, end mange af dem i første omgang flyttede dertil med.

### *Økologi og bæredygtighed er et livssyn i det kollektive*

Mange informanter fortæller enslydende om deres syn på bæredygtighed og økologi. Dette er ikke kun en fortælling om at realisere projekter eller gennemføre bæredygtige handlinger, men er i stedet en fortælling om en livsførelse i et projekt, hvor den ens handlinger påvirker den anden. - Hvor fokus på hinanden, respekt og omsorg er værdier, der både afføder en mere bæredygtig livsførelse, men ligeledes afføder bæredygtige tiltag ud fra empowerment. Deres fortælling er på denne måde en social tilgang til økologi, der har et fokus på at udvikle sig sammen, gennem fælles principper. Dette er et livssyn, der således vender blikket udad i accept af hinanden og ikke som en introspektiv selvjustits i forsøget på at realisere bæredygtige tiltag selv. Dette livssyn er således foranlediget af settingen og afspejler sig i den formation af fællesskabet (i settingen) som informanterne befinder sig i. Principperne om respekt og tolerance handler netop om at vende blikket udad og mod hinanden og dette fokus er det bindemiddel, der gør bæredygtighed meningsfuldt og håndterbart for dem: Når de drager omsorg for hinanden gennem fælles aktiviteter, kan de nemlig udleve en bæredygtig livsførelse blot ved at lave aktiviteter sammen. Pointen er, at settingen støtter det enkelte menneske i at håndtere bæredygtighed, da de gennem kollektiv livsførelse bruger færre ressourcer.

*"når man læser, tænker om, hvad der sker... miljømæssigt for eksempel...*

*så kan jeg kun gøre, hvad jeg laver... selv [...] hvordan øh hvad jeg spiser, hvad jeg køber [...]*

*men, der er nogle ting ved at bo i et fællesskab, som er, det er meget nemmere at være bæredygtig,*

*fordi for eksempel... vi har en...fælleshus, som vi kan... bruge, så jeg behøver ikke et stort, hus,*

*vi har et fælles vaskeri [...] vi har en varmesystem i denne her boliggruppe, som er en jordvarme,*

*det kunne jeg ikke lave alene i en lejlighed i København" (bilag 4b: citat 1d)*

I ovenstående citat fortæller M om de muligheder som settingen og det økologiske værdifællesskab giver. Citatet udtrykker en pointe om, at det er det sociale arbejdsfællesskab, der har bygget disse muligheder sammen. På denne måde kan man nemlig anse den sociale og økologiske omsorg der er i arbejdsfællesskabet som en betingelse for, at denne form for bæredygtig livsførelse er mulig. Dette kunne M ikke lave alene i København. Der var bæredygtig livsførelse begrænset til, hvad han kunne gøre som enkeltindivid, men de fælles værdier og den kollektive livsførelse i ØD giver således mulighed for at vende blikket mod hinanden og herved skabe disse fordele sammen. På denne måde

skaber social bæredygtighed en mere økologisk bæredygtig livsførelse, end det individuelle liv gav ham i København.

B er et eksempel på, hvordan et fokus på hinanden, i det sociale fællesskab kan afføde bæredygtige tiltag. B er glad for det sociale fællesskab og er glad for madlavning. Han har på denne måde lavet en mad-bod på det lokale madmarked, hvorigennem han fokuserer på sin interesse for madlavning samt sine værdier om meningsfuld relation i livets gøremål. Gennem det sociale skaber B på denne måde en social bæredygtig livsførelse.

*”jeg har lavet mad oppe på markedet de sidste 7, 8 år [...] vi er endda 3 nu der øh serverer mad, fordi [...] jeg skulle lave over 100 portioner, så jeg fik stress og folk stod i lange køer [...] og jeg står og laver maden her, som regel ude i udekøkkenet [...] (og) stiller det derned [...] jeg er begyndt at tænke lidt over det, ja... og jeg kan godt li at lave mad selv, så vidt muligt køber jeg økologisk”*

(bilag 2b: citat 1)

I ovenstående citat kan vi se, hvordan B's fokus ikke er på at lave noget bæredygtigt, men er blot affødt af social empowerment og interesse. På denne måde bliver denne aktivitet til en kollektiv bæredygtig aktivitet for alle, der deltager (og køber), da han har sparet ressourceforbrug for 100 måltider. Dette er antagelsesvis den måde det sociale fællesskab kan afføde en højere grad af bæredygtig livsførelse i fællesskab. Det interessante i denne forbindelse er også, at dette tiltag udspringer af empowerment, der fremmes af settingen, hvilket på denne måde forbinder sundhed og bæredygtig livsførelse, som en spiral, hvor empowerment skaber bæredygtige tiltag, der giver yderligere empowerment tilbage.

Et andet eksempel er den pointe C kommer med. C flyttede til ØD med en vision om at udleve en mere bæredygtig livsførelse. I ØD har hun herigennem udviklet et andet livssyn på, hvad det sociale fællesskab kan, hvilket kan ses som et andet perspektiv på bæredygtighed:

*“det er klart at, at man bliver inspireret til sådan flere ting som er som måske er bæredygtige... jeg tænker også meget på altså jeg tænker meget på sådan noget... jeg ved ikke om man sådan kalder det social bæredygtighed [...] men, at der er en masse ting som har værdi øhm... rent socialt, som ikke er øh miljø hellige eller bæredygtige eller økologiske eller biodynamiske, eller sådan noget, men at ting*

*også kan have værdi, fordi det har værdi for vores relationer og vi passer på hinanden” (Bilag 3b: citat 13b)*

Her fortæller C om, hvordan hun er begyndt at lade sig inspirere af de andre i fællesskabet, hvilket har en indflydelse på hendes relation til, hvad bæredygtighed er. Det er nemlig ikke bare at være “miljøhellig” eller leve efter begreber som økologi eller bæredygtighed, men en del af en social livsførelse, som hun kan mærke er meget vigtigere.

A. der har boet i ØD for 17 år siden, og er flyttet tilbage, fortæller også om dette livssyn:

*“det spiller en meget stor rolle [...] men jeg synes ikke det er det der er hovedårsagen til, at jeg flyttede hertil... for mig der hænger det sådan [...] helt uløseligt sammen, det er jo en måde at leve på og en tankegang [...] så i virkeligheden så tror jeg mere det er den sociale økologi der er vigtig for mig [...] vi lever også bæredygtigt, så vidt muligt [...] men det er ikke det, det der står højest på listen [...]” (bilag 1b: citat 1b)*

A nævner her, at økologi for hende er en måde at leve på. Altså er økologi for hende ikke her udtrykt som noget hun bør gøre, men er forbundet med et livssyn. Senere fortæller A, at essensen af denne måde, de lever på i ØD, er *“at sætte fællesskab højere end, øh, end personlig vinding [...] det er der vi finder vores glæde [...] og det er det der får det hele til at overleve [...] det der med at rette... rette fokus mod hinanden [...] i stedet for at rette det indad”* (bilag 1b: citat 9).

På denne måde føler A, at fællesskabet er det essentielle for hendes glæde.

### *Settingens 'intersektionelle' fokus*

På denne måde skaber dette livssyn og dette arbejdsfællesskab en forbundethed, der faciliterer trivsel. C udtrykker vigtigheden af denne forbundethed, og i hendes forklaring kan vi se forbindelsen til både medmenneskeligt hensyn og økologisk bæredygtighed:

*“var det Karl Marx der sagde, at øh, når robotterne kommer og overtog arbejderens [...] gøremål så skulle arbejderen øh sidde om morgenen og skrive poesi og lave kunst, og det gør vi jo ikke, selvom vi*

*får mere tid [...] den sociale bæredygtighed [...] den her forbundethed [...] der er noget socialt sundt i at vi kender hinanden [...] vi kører langsommere på vejene, fordi det er her vi bor, og vi kender alle dem der bor her [...] det tror jeg er virkelig vigtigt for vores sundhed, [...] at vi er forbundet til hinanden, på den måde [...] det betyder i hvert fald rigtig meget for mig” (bilag 3b: citat 13)*

I ovenstående citat kæder C arbejdsfællesarbejde sammen med en følelse af forbundethed, hvilket hun synes, giver en form for social bæredygtighed: Når hun kender de mennesker, hun lever omkring i dagligdagen, tager hun hermed også hensyn til dem. Vi kan i citatet se, hvordan C forbinder arbejdsfællesskabet med udviklingen af denne forbindelse til hinanden. - En forbindelse hun kalder social bæredygtighed - Men hvad har social forbundethed - altså “social bæredygtighed” med bæredygtighed at gøre? Dette svar kan uddrages implicit, gennem en fortolkning af frasen at “*køre langsommere på vejene*” (ibid.). I denne frase kan man se, hvordan hensynet til hinanden opstår gennem denne tætte relation til hinanden. Således mener C antagelsesvis, at det netop er denne sociale forbundethed, der gør de tager hensyn til hinanden.

Og denne omsorg overfører beboerne mentalt til en økologisk barmhjertighed, gennem de fælles principper og værdier. Settingen har indlejret en række fælles principper, herunder omsorg og respekt for hinanden og for naturen. På denne måde inkluderes omsorg og respekt – ikke blot for hinanden, men ligeledes for naturen.

Denne sammenblanding af principper, der fremmer hensynet til menneskers trivsel samt hensynet til naturen, kan sammenlignes med Mark Dooris’ “grønne” settingteori, der netop bebuder, at en indlejring af både bæredygtige og sundhedsfremmende hensyn i settingen, vil fremme begge dele, gennem en form for intersektionelt rettet fokus (Dooris og Poland, 2010). I settingen gør disse dobbeltrettede principper, at begge perspektiver indlejres, og fællesskabet får således denne økologiske norm indlejret. Dog er det vigtigt at huske på, at de i denne setting deler denne værdi, hvilket jeg mener er en præmis for, at principperne ‘virker’ i praksis. På denne måde kan citatet fortolkende henvises til følgende: Social forbundethed og hensyn til både mennesker og natur giver liv til en kollektiv livsførelse, hvor fællesskabet er det omdrejningspunkt, der binder bæredygtige aktiviteter sammen.



## **Kapitel 5 -En diskussion**

I det følgende vil jeg diskutere Analysens resultater samt den metode, hvormed jeg har opnået dem.

### **Diskussion af resultater**

Mit udgangspunkt før denne undersøgelse var en tese om, at det påvirkede beboernes trivsel positivt at bo i en ramme, der understøttede deres værdier om økologi og bæredygtighed. Dette anskuede jeg ud fra min egen forståelse af, hvad disse begreber indebar, nemlig som noget der skal realiseres. Jeg havde en antagelse om, at de i denne setting kunne forene både en højere grad af trivsel og samtidig have en bæredygtig livsførelse. Jeg antog, at de boede i ØD på baggrund af denne forståelse. Men jeg fandt, at beboernes fokus lå et andet sted. Beboerne arbejder ikke ud fra et normativt ideal om at realisere bæredygtig udvikling. De fokuserede først og fremmest kollektivt på, at deres liv er hensynsfuldt for hinanden og for naturen. Dette gjorde mig nysgerrig, da jeg i de samme fortællinger, gentagne gange fandt individuelle modsætninger og dilemmaer.

### **Trivsel og modstandsressourcer gennem settingen**

Gennem interviewene har jeg fundet et mønster af individuelle forventninger til settingen. Disse forventninger er i mange tilfælde ikke blevet imødekommet, og blev i interviewene delvist beskrevet som en stressfaktor. – En stressfaktor, hvis udfald bestemmes af deres respektive modstandsressourcer. Den kollektive livsførelse indeholder nemlig mange forskellige holdninger, der skaber naturlig debat og understøtter således ikke nødvendigvis de individuelle visioner. Ligeledes opleves det som en stressfaktor at deltage i denne debat. Således skaber settingen ikke kun en stressfaktor, såfremt beboerne har individuelle visioner, der ikke kan realiseres, men skaber ligeledes en stressfaktor at være i for de beboere, der har svært ved at deltage i uenighed og debat. På denne måde afhænger deres trivsel af deres modstandsressourcer.

Dette kan være årsagen til, at flere af informanterne netop fokuserer væk fra egne aspirationer og hen mod det kollektives bedste. Altså som et resultat af at bruge modstandsoverskud. På den ene side er det nemlig fremmede for deres trivsel at finde tillid til settingen, forvente det bedste herfra samt deltage aktivt i det kollektive fællesskab. Dette fremstår som en positiv akkumulerende energi, der på denne måde giver dem empowerment, når de fokuserer kollektivt. På den anden side er det en

nødvendighed at rumme uenigheder og nederlag, hvilket for mange skaber uorden og utydelighed. Andre informanter fokuserer meget på denne utydelighed i settingen og er således mærkede af nederlaget og modstandsunderskud.

Jeg vil hermed gerne fremhæve, hvordan resultaterne af denne undersøgelse er fokuseret på den positive fortælling af, hvordan settingen påvirker beboernes trivsel. Den positive fortælling er nemlig den altovervejende tendens, der deles af flere. Dette kan være sammenhængende med, at de beboere, der ikke trives i settingen, er flyttet. Men det kan også være, fordi settingen har en rolle at spille for de beboere, der ikke kan omstille sig. Jeg ser nemlig, at settingen tilbyder modstandsressourcer. Det tætte samspil mellem fælles værdier, principper og et tæt arbejdsfællesskab kan nemlig på den ene side tilbyde den enkelte at have direkte indflydelse på økologiske projekter, hvilket bliver værdsat - samt have direkte indflydelse på at gøre gavn og derved føle sig betydningsfuld. På den ene side er dette således et samspil mellem settingen og den enkeltes OAS, men på den anden side er dette også en slags nudging mod at skabe et kollektivt liv, væk fra den enkeltes præferencer. Forandringen er på den ene side frivillig, da beboerne kan vælge at flytte, men på den anden side en ufrivillig opgaven af deres visioner. Settingen forandrer deres syn på, hvilket perspektiv deres liv skal leves ud fra og giver dem et nyt syn på, hvad bæredygtighed er. Dette er selv sagt ikke udelukkende negativt og vil ske, uanset hvilken setting den enkelte befinder sig i, qua det økologiske samspil mellem setting og aktør. Sagt på en anden måde vil en setting, der fremmer individuel livsførelse, facilitere individuelle visioner for, hvordan den enkelte kan realisere en livssammenhæng, men skifter informanten til en kollektiv setting, må det være forventeligt, at deres perspektiver påvirkes i en kollektiv retning - herunder nye erkendelser og perspektiver for en bæredygtig livsførelse.

På denne måde forholder jeg mig kritisk til den salutogenetiske teori om sans for sammenhæng, der beskriver modstandsressourcer mere ensidigt som en statisk ressourcebeholdning i voksenlivet. Altså anskuer jeg modstandsressourcer som værende mulige at påvirke gennem settingen og gennem sociale dynamikker.

### **ØD er en sammensætning af forskellige tidsepoker:**

Det er ligeledes muligt at se forskelle i informanternes trivsel ud fra, hvornår de er tilflyttet ØD. Som et led i den videnskabelige metode har jeg forsøgt at rekruttere informanter, der er tilflyttet ØD på forskellige tidspunkter, altså både nytilflyttere, tilflyttere, der har boet der i et årti eller mere, samt dem der grundlagde fællesskabet. Dette kan i praksis ikke opdeles på denne måde, da flere af informanterne har haft sporadisk tilknytning over tid og boet der over flere omgange, men optegner alligevel en interessant tendens for deres respektive trivsel - nemlig at deres trivsel i ØD afhænger af, om de fokuserer på individuelle selvrealiseringsprojekter eller ej. De først ankomne beboere, der dels har deltaget i tilblivelsen af ØD i 70'erne og 80'erne, men også dem der er tilflyttet senere havde en

kollektiv vision bag deres tilflytning. De ville gerne være del af et økologisk kollektivt arbejdsfællesskab. Dette står i modsætning til de beboere, der er ankommet i de sidste 10-15 år, der udtrykker forskellige selvrealiseringsprojekter for en bæredygtig livsførelse. Deres tilflytning var således et middel til at opnå dette.

Denne forskel kan sammenlignes med, at de er påvirkede af forskellige samfundsperioder, nemlig det mere universelle og kollektivt orienterede velfærdssamfund før årtusindeskiftet, som senere har udviklet sig i en mere liberal retning (Pedersen 2014: p.4-6). Hermed anfægter jeg en mulig tendens til, at informanternes visioner for, hvordan de respektivt ville øge deres trivsel og velbefindende, var påvirket af den samfundsramme, de befandt sig i. Deres forskellige fokus har på denne måde resulteret i forskellige muligheder for deres trivsel i denne setting: De informanter, der havde kollektive visioner bag tilflytningen, oplever de mange meninger i den kollektive sfære som et acceptabelt vilkår. De informanter, der flyttede til ØD som middel for at realisere en plan om bæredygtig livsførelse, oplever alle en form for 'sammenstød' med det kollektive. De informanter, der har fralagt sig egne visioner, udviser en større forventning til, at det kollektive resultat gavner fællesskabet. På denne måde påvirker rammen informanternes trivsel forskelligt alt efter, hvad de forventer, samt hvordan de opfatter balancen mellem det individuelle og det kollektive. Dette kan så at sige lige så godt have noget at gøre med, at disse informanter har tilpasset sig over længere tid, eller har haft aktiv indflydelse på settingen i længere tid, men ikke desto mindre fortæller de i højere grad om et velbefindende i ØD, der ikke er påvirket af individuelle dilemmaer.

Den enkeltes påvirkning ud fra, hvilke samfundsrammer de er opvokset i, anskuer jeg gennem lånte begreber fra settingteoriens økologiske model, omhandlende den vekselvirkende proces, der sker mellem borger og omgivende strukturer og kulturer - altså hvordan settingen har en indflydelse på borgerens sundhed. Ud fra denne forståelse kan jeg skabe en grundlæggende fornemmelse for, hvordan deres modstandsressourcer er udviklede i forskellige samfundsrammer. Dette kan have forskellig betydning for, hvordan de kan deltage og trives i ØD. Hvis jeg sammenligner dette med Antonovskys begreb om sans for sammenhæng, er det således nærliggende at anskue de forskellige samfundsrammer som havende en rolle at spille for den enkelte borgers dannelse af modstandsressourcer - altså i hvilken diskursiv retning den enkelte borger forventer at løse deres stressende livsomstændigheder - individuelt eller kollektivt.

### **Private behov vs. økologiske behov**

ØD er en setting, der faciliterer individuelle muligheder, giver empowerment og forvalter på denne måde kollektive økologiske muligheder. Men i en ydre samfundsramme, der længe har faciliteret individuel selvrealisering, bliver dette individuelle fokus på egen trivsel modarbejdende for både kollektiv og økologisk trivsel. Det er jo netop denne balancegang mellem det individuelle og det kollektive fokus, der skaber mulighed for en bæredygtig kollektiv samfundsramme – hvor alles bidrag

giver fælles empowerment, betydning og økologiske muligheder. Dette er grundlæggende for den kollektive 'motor' samt for at skabe en større grad af bæredygtig livsførelse. Det er således en balancegang mellem nogle grundlæggende, men symbiotiske modsætningsforhold.

Der er mange informanter, der er frustrerede over, at den individuelle frihed, 'spænder ben' for kollektiv bæredygtig 'handling'. Enten mangler 'hænderne' i fællesskabet, eller også modarbejder individuelle præferencer den økologiske vision. Omvendt er det i denne individuelle sfære et spørgsmål om trivsel at kunne udleve sine potentialer, for eksempel at have karriere og hermed mindre tid til at deltage aktivt i kollektivet. Og dette er for disse mennesker et paradoks, da det at have en livsstil med karriere kolliderer med den forankrede livsstil i denne setting.

I A's individuelle fortælling beskriver hun dilemmaet mellem hendes eget behov for at rejse langt væk (flyve) og hendes egne værdier om at værne om miljøet. Hun finder således det at flyve som en nødvendighed for sin livskvalitet. Dette kan ses i sammenhæng med det faktum, at A udtrykker en forjaget dagligdag (bilag 1a: p.1). Hun er nyttilflytter og har købt sit hus dyrt. På denne måde kan hendes behov for flyferie være et udtryk for en 'ventil' fra denne ophængte dagligdag - for simpelthen at kunne opretholde sin trivsel. Ligeledes bliver det tydeligt, hvordan en forjaget dagligdag både kan være forbundet med stress og drivhusgasudledning.

Mange informanter nævner ligeledes, at deres trivsel er tæt forbundet med de muligheder, som ØD giver dem - både materielt og socialt. Muligheden for at dele materielle goder giver dem mulighed for at leve mere bæredygtigt, hvilket er et gode, som bakker deres værdier om at leve mere bæredygtigt op. Men dette eksempel åbner ligeledes op for en overordnet diskussion om, at trivsel kan være forbundet med materielle goder og muligheder. De muligheder, vi som mennesker grundlæggende har for at udleve vores potentialer, bygger således på materialer, der qua dets store omfang, tærer på jordens ressourcer.

Dette fremstår som et tidstypisk dilemma. Klimakrisen er nemlig en udspringer af denne sociale forbindelse mellem trivsel og materialisme. Kan vores forståelse af trivsel være koblet til materielle goder? C's interview har i denne forbindelse gjort mig opmærksom på, at det ikke nødvendigvis handler om at realisere en lokal forankret drøm, men kan ligeledes handle om at realisere et bagvedliggende behov for højere trivsel. For C handlede flytningen nemlig ikke *kun* om at finde sammenhæng mellem sine værdier og de ydre omstændigheder, men ligeledes om at balancere et basalt behov for samtidig at føle frihed. - Et behov for ikke at være bundet. På denne måde kan de umiddelbare behov for materielle goder og muligheder, som for eksempel ejendom, drømme om selvforsyning og dyrehold eller det at "gøre mere", være sammenkoblet med et bagvedliggende basalt behov, som for eksempelvis at føle frihed fra denne materialisme. - En frihed fra bundethed - at kunne

tage af sted. Behovet for goder og muligheder i et individuelt perspektiv bliver på denne måde hæmmet af de selv samme muligheder – friheden bliver hæmmet.

### **Når frihed bliver en følelse i det kollektive**

For mange af informanterne er frihed ligeledes en del af det kollektive. Flere informanter nævner roen i landsbyen, hvilket netop kan symbolisere, at de er ved at fralægge sig de individuelle forventninger om at handle på klimakrisen og 'går ind i' den kollektive sfære. Dette har betydning for deres perspektiv på, hvad der bringer dem trivsel: Er det selvrealisering eller er det samvær i et tillidsfuldt fællesskab? Disse informanter kom med individuelle præferencer for sociale projekter, men har lært, at økologiske projekter 'i virkelighedens verden' kun kan realiseres gennem det kollektive, og at de ved at give slip på denne individuelle 'byrde' netop kan skabe en følelse af frihed. Således bliver friheden kollektiv for disse informanter. På denne måde kan vi lære, at dilemmaet i den individuelle sfære mellem på den ene side at ville udleve sin økologiske livssammenhæng, men på den anden side at miste sin frihedsfølelse, handler om at have en individuel tilgang til løsningen. Informanterne, der har været i settingen over tid har accepteret, at økologi og bæredygtighed ikke længere er noget, der skal løses individuelt. Nu findes det i den setting, de bevæger sig i, hvilket giver dem mulighed for at finde en indre balance.

### **Diskussion af metode**

Den kvalitative metode med semistrukturerede interviews kan opfange intime nuancer i informanternes oplevelse, i deres ageren med strukturen, der omgiver dem. Dog skal det anfægtes, at metoden interview samt omfanget af informanter ikke giver anledning til overførbarhed eller generalisering, men kan fremvise tendenser og nuancer. Jeg fandt det naturligt og relevant at foretage interviews af denne gruppe, da min undren bedst kunne besvares ud fra dybdegående spørgsmål omhandlende informanternes oplevelser. Dog anfægter jeg en mulig 'fald gruppe', jeg har været opmærksom på undervejs, som er diskutabel ved denne metode. Den pragmatiske 'rejse', når interview skal afvikles og fortolkes, indeholder nemlig mange metodologiske valg, der kan påvirke tydeligheden af resultatet, hvis gennemsigtighed både er afhængig af interviewerens kendskab til disse 'fald grupper' samt til, hvorledes de forskellige valg påvirker undersøgelsen fremadrettet. Denne proces har jeg oplevet under indsamlingen af empiri i denne opgave, hvor mange af de valg og nuancer, der kunne påvirke undersøgelsen, blev tydeliggjorte for mig. Min erkendelse af, hvordan jeg brugte redskabet blev også udviklet undervejs, og denne dynamiske proces (ikke statiske) er netop det jeg anfægter som tvetydigt ved metoden. - At denne proces både er afhængig af en dynamik, men samtidig er årsag til videnskabelig inkonsistens. Dette anfægter jeg må have en påvirkning på resultatet. Hvis jeg ser overordnet på interview som metode, kan jeg således se, at den samlede viden på denne måde ikke blot er opstået gennem en ydre proces, men ligeledes i samspil med en indre proces i intervieweren, hvilket er en vigtig pointe at erkende, når intervieweren benytter dette redskab.

Denne filosofisk hermeneutiske proces har antagelsesvis således et markant præg på besvarelsen, og det er netop dette, som er min pointe i forsøget på at beskrive dette dilemma. Et dilemma omhandlende, at redskabet kan rette fokus på interessante tendenser, men påvirkes af, i hvilket omfang disse nuancer er kendte for én i forvejen. På denne måde indeholder redskabet for mig som studerende, flere indre nuancer, end jeg tydeligt kan skue, hvilket påvirker besvarelsen, og således er nødvendigheden af transparens vigtig. Et af de valg, jeg har balanceret i forhold til metoden og herved foretaget undervejs, blev allerede under forberedelsen til det første interview, tydelig for mig. Jeg ønskede at rette fokus mod settingens påvirkning på beboernes trivsel og bæredygtige livsførelse og havde først og fremmest rettet fokus på settingen og dens principper – herudfra informantens trivsel. Dette afspejler interviewguide 1 (bilag 12). Jeg fandt herefter ud af, at jeg bedst bevarede spørgsmålet ved at vende mit fokus hen imod den individuelle trivsel - med setting underliggende. Altså en semantisk forskel fra at fokusere på strukturen, til at fokusere på mennesket i strukturen. Dette fandt jeg ligeledes mere i overensstemmelse med både min undren og mit valg af metode. På denne led rettede jeg interviewguiden (bilag 13). Erkendelsen var hertil, at dette måtte påvirke besvarelsen på den ene eller den anden måde, da jeg på den ene side ville vinde tydelighed ved at rette mit fokus, men på den anden ville tabe tydelighed ved at ændre i ensretningen af interviewene. Jeg valgte at fortsætte med fokus på individuel trivsel og således ændre i min ramme.

Hertil skal også nævnes, at jeg finder mangler ved metoden. Jeg kan efterfølgende se, at omfanget af min undren er langt større end disse interviews kunne afdække. Efter analysen fremstår der forskellige mønstre og tendenser for mig, og mine valg i metoden har haft direkte indflydelse på tydeligheden af disse tendenser. Dette vækker min nysgerrighed, og jeg kan efterfølgende spekulere undrende over, i hvilken udstrækning et casestudie ville have belyst problemstillingen med flere nuancer. Når det er sagt, har de semistrukturerede interviews virket tilfredsstillende og fremmede for besvarelsen af min undren.

Da jeg planlagde rekrutteringen af informanter, skete dette efter det første indledende besøg i ØD. Jeg planlagde herefter at opdele informanterne i forhold til den tid, de havde boet der, da jeg var nysgerrig på, om jeg kunne se en forskel i, hvorledes de indgik i settingen, hvorledes dette påvirkede deres trivsel, samt hvorledes dette havde betydning for deres bæredygtige livsførelse. Jeg havde fået oplysninger om, at nytilflytterne havde andre strukturelle vilkår end de 'gamle' - Økonomiske vilkår, der påvirkede deres trivsel gennem stress, da de herved både skulle arbejde fuldtid samt deltage i et arbejdsfællesskab. På denne måde drejede jeg undersøgelsen hen imod en specificering af deres forskellige oplevelser. Dette er et punkt til metodologisk diskussion, da dette kan opfattes som en opdeling af en samlet gruppe. Det er med denne undersøgelse min hensigt at skabe en bred repræsentation i forhold til beboersammensætningen i Dyssekilde, for på denne måde at afdække nuancer og mulige tendenser. Dog kan jeg se, at dette på den anden side kan opfattes som en opdeling af gruppen på tværs, hvorved jeg i opgaven har lagt vægt på gruppen som helhed, ikke opdelt. Dette

fokus har været medvirkende til at tydeliggøre den tendens jeg ser, omhandlende forskelle i trivsel afhængig af, hvor længe de har boet i denne setting.

## **Kapitel 6 - Konklusion & Perspektivering**

### **Konklusion**

Denne opgave er blevet til på baggrund af en undren over de samfundsdynamikker vi ser i den vestlige verden i dag. Vi ser en stigende mental mistroivsel samt klimaforandringer, hvilket er en samfundsdynamik, der bekymrer mange. På denne baggrund undersøger jeg i dette speciale, i hvilken udstrækning en samfunds-setting kan facilitere trivsel og bæredygtig livsførelse på samme tid. Jeg har, gennem en case-baseret og kvalitativ tilgang, undersøgt denne problemstilling med udgangspunkt i Økosamfundet Dyssekilde, som case-eksempel, da denne setting repræsenterer en bevægelse af økologiske landsbyer i Danmark, der både formår at reducere sit økologiske fodaftryk samt måler en højere grad af livstilfredshed, blandt beboerne.

Med udgangspunkt i spørgsmålet om, i hvilken udstrækning det påvirker beboernes trivsel at bo i Økosamfundet Dyssekilde som setting, og hvorledes rammen har betydning for bæredygtig livsførelse, har jeg undersøgt dette gennem kvalitative interviews og en hermeneutisk analyse. Herudover har jeg anskuet problemstillingen med baggrund i teorien om Sundhedsfremmende Settings samt Antonovskys teori om Sans for Sammenhæng. Specialet præsenterer et resultat, der er opdelt i 3 temaer.

Det første tema præsenterer beboernes trivsel ved at være flyttet til rammer, der afspejler deres indre værdier. Denne Setting er et arbejdsfællesskab, der arbejder for økologisk regeneration. Settingen har indlejrede værdier og principper, der omhandler henholdsvis omsorg for hinanden og naturen, respekt for hinandens forskellige formåen og et frivillighedsprincip, der skal facilitere empowerment som 'energikilde'. Beboerne er flyttet til denne ramme på baggrund af forskellige følelser af ubalance mellem deres indre værdier og ydre omstændigheder i det konventionelle samfund. Dette er forskellige former for indre diskrepans samt følelser af modstand mod den konventionelle livsførelse og samfundsstruktur og denne mulighed for at ændre de ydre omstændigheder giver dem en følelse af ro. Beboerne finder nemlig på denne måde en mulighed for at fralægge sig en del af denne modstand i Dyssekilde, da settingen giver dem muligheder og modstandsressourcer.

Det første tema peger i retning af, at det højner beboernes trivsel at settingen fremmer bæredygtige muligheder for den enkelte, såsom at drive erhverv eller en grad af selvforsyning. Herudover giver det også beboerne et konkret værktøj i forhold til personligt at håndtere klimakrisen, da de i denne setting deler både hverdagen, arbejdet, materielle goder og muligheder samt nyder godt af hinandens empowerment tiltag. På denne måde kan de nemlig uanfægtet reducere deres klimabelastning.

Et andet væsentligt resultat i dette speciale er en tendens til, at beboernes trivsel afhænger af, i hvilken grad de har specifikke forventninger til settingen, når de flytter ind. I modsætning til beboere, der har bygget deres eget hus, flytter nye beboere nemlig ind på andre økonomiske præmisser, hvilket gør, at flere beboere, trods deres forventninger, fortsat er en del af den samfundsstruktur de har modstand imod. Her giver et hus, der er købt til markedsværdi samt et nødvendigt fuldtidsarbejde dem nedsatte muligheder. Disse beboere er nemlig flyttet til Dyssekilde med visioner og drømme for, hvordan de vil skabe en bæredygtig livsførelse i denne ramme, men på denne måde støder de på en diskrepans mellem deres forventninger til settingen og den virkelighed de møder. De kan herved ikke imødekomme deres egne forventninger til at skabe en mere meningsfuld livsform for dem selv. Dette giver ligeledes udfordringer for andre beboeres trivsel, idet dette sænker mulighederne og ambitionerne i det kollektive rum, hvilket giver andre nederlag i forhold til, hvad de forventer af arbejdsfællesskabet. På denne måde er der også faktorer for stress i Dyssekilde. Begge dele udløser en nemlig en stressfaktor, der vækker indre modstandsressourcer. Dette mestrer beboerne på forskellig vis. men de finder ligeledes en mulighed for at få hjælp af settingen. Settingens struktur som arbejdsfællesskab styrker nemlig den enkelte gennem meningsfulde aktiviteter og fælles værdier, hvilket påvirker den enkelte mod et mere kollektivt livssyn. Dette understøtter således den enkeltes mulighed for at fralægge sig individuelle visioner for at holde en bæredygtig selvjustits og skaber muligheder for at fralægge sig stress og modstandsfølelser på baggrund af samfunds- og klimarelaterede frustrationer.

En tredje måde settingen påvirker beboernes trivsel og bæredygtige livsførelse er ved at give dem et mere nuanceret perspektiv på, hvad økologi og bæredygtighed indebærer. Beboerne giver udtryk for, at de ved tilflytning havde et skarpt fokus på klima og økologisk bæredygtig handling, men at dette har fundet et andet leje nu. Det udtrykker fællesskabets som lige så vigtigt for bæredygtighed, hvilket de præciserer som en social bæredygtighed, der kommer af at rette fokus mod hinanden i arbejdsfællesskabet. Når de drager omsorg for hinanden gennem fælles aktiviteter, kan de nemlig udleve en bæredygtig livsførelse blot ved at lave aktiviteter sammen og dette skaber både trivsel og en reduktion af drivhusgasudledning.

Opsummerende kan jeg konkludere, at Økosamfundet Dyssekilde påvirker beboernes trivsel og bæredygtige livsførelse positivt ved at være organiseret som et arbejdsfællesskab. - Et arbejdsfællesskab der giver den enkelte potentielle muligheder, social betydning samt håndterbare og meningsfulde aktivitetsmuligheder, så den enkelte får mulighed for at finde livssammenhæng trods de



ydre samfundsomstændigheder. Herudover kan de være en del af en ramme der placerer dem i en kollektiv bæredygtig livsførelse.

## **Perspektivering:**

### **Et bæredygtigt sundhedsfremmeperspektiv**

Dette speciale giver en begyndende forståelse af, i hvilken udstrækning menneskers trivsel påvirkes i en setting, der fokuserer på økologi og bæredygtighed, og hvorledes settingen har betydning for en bæredygtig livsførelse. Det overordnede svar er, at jeg ser en antydning af, at en kollektiv setting, med disse principper om frivillighed og hensyn i arbejdsfællesskabet, giver plads til den enkelte trods forskellige livsomstændigheder. Dog er rammen stadig en del af det ydre samfunds økonomiske perspektiv, og det er da også i denne henseende, at jeg fortsat ser stress spille ind i beboernes dagligdag.

Specialet giver ligeledes et indblik i, hvilke dilemmaer der opstår mellem det enkelte menneske og den kollektive setting. Denne viden kan overføres til andre settings, super settings eller communities - for eksempel villakvarterer, boligkomplekser eller kommuner. Specialet giver et indblik i, på hvilken måde sundhedsfremme som profession på denne måde har en betydningsfuld rolle at spille i klimadagsordenen – forstået som en mulighed for at påvirke sociale dynamikker, der har forårsaget vestlig mistro og globale klimaproblemer. Således kan sundhedsfremme arbejde for trivsel (wellbeing) og bæredygtighed på samme tid og forankre dette intersektionelle livssyn på, hvad økologi og bæredygtighed også kan være i en social kontekst. Præmissen er dog, at beboerne eller andre aktører selv vælger denne struktur til, tager initiativer og deltager aktivt, hvilket kan blive udfordret af det konventionelle samfunds fremmedgørelse og acceleration! I denne henseende vil jeg advokere for yderligere forskning og udvikling på området - ikke mindst i forsøg på at implementere dette i forskellige settings, supersettings og communities. Sundhedsfremmes rolle bør undersøges yderligere, men undersøgelse og implementering bør foregå sideløbende, qua den anthropocæne krises altoverskyggende karakter.

Dette indebærer en struktur, der har et intersektionelt fokus på social trivsel og økologi. Her skal økologi forstås som en intra-relational påvirkning, mennesker og natur imellem. Det indebærer en setting, der er kollektivt forankret og fremmer et socialt arbejdsfællesskab, hvor den enkelte bidrager aktivt og kan føle sig værdsat, betydningsfuld og have tillid til fællesskabet. På denne måde kan menneskers bæredygtige livsførelse og trivsel påvirkes gennem settingens struktur og herved tilbyde den enkelte håndterbarhed og meningsfuldhed i en sammenhæng, der fremmer balance mellem indre værdier og ydre forhold. Settingen kan herved tilbyde den enkelte at fralægge sig deres mulige

normative stressfaktorer, som klimakrisen udgør. Såfremt værdier som social og økologisk omsorg integreres og forankres i politikker eller vedtægter - såfremt dette sociale arbejdsfællesskab faciliteres for de beboere, der vælger det til, kan deres trivsel og bæredygtige livsførelse fremmes på samme tid samt ændre deres livssyn i en kollektiv retning. Dog skal flere problematiske aspekter medregnes, hvilket fremgår af analysen.

Den enkelte beboer, der gennem settingen præges i retning af et mere økologisk og bæredygtigt fokus, kan støde på dilemmaer mellem indre værdier og behov. Dette er modsatrettede værdier mellem på den ene side et ønske om bæredygtig livsførelse og på den anden side et ønske om at bevare moderne goder, der giver en frihedsfølelse. Det er nærliggende at overveje, hvordan dette er et tidstypisk dilemma, idet vi i det moderne samfund, dels finder en frihedsfølelse gennem transport. Dette giver mulighed for at leve fleksibelt og herigennem udvide vores spatielle livsverden. Herudover har vi historisk forbundet vores frihedsrettigheder med at eje ejendom, hvilket jeg mener, også kan forbindes med den frihed, vi i dag føler i forbindelse med at udleve potentialer (Jeppesen 2017; Rosa 2020: p14-15f.). Ovenstående er vigtigt at have in mente, hvis dette speciales resultater skal implementeres i andre settings eller lokalsamfund/communities. Mark Dooris (Dooris og Poland, 2010), der er en vigtig teoretisk bidrager til settingteorien, har bidraget til dette perspektiv, men herudover er der ikke meget sundhedsfremme-forskning på denne specifikke krydsning af settings og klimadagsordenen. Det er vigtigt at viderebringe, at settingteorien og sundhedsfremme kan spille en rolle for både menneskers trivsel og bæredygtige livsførelse på samme tid. Således er dette en meso-orienteret mulighed for bæredygtig udvikling, men yderligere forskning på området - både teoretisk og praksisnær implementerende udvikling i den enkelte setting - er ligeledes vigtigt. På denne måde kunne det ligeledes være interessant at lave komparative studier af økosamfund versus konventionelle settings eller communities, eller lave mere case-baserede studier af ØD's dynamik.

Når jeg overvejer at viderebringe denne viden, er det således en vigtig pointe at finde en balance i det økologiske forhold mellem settingens forudsætninger, aktørens individuelle behov og hensyn til det omgivende økosystem. Det er nemlig den menneskelige trivsel, der skal drive den sociale bæredygtighed, altså den bæredygtige livsførelse. Det er settingens evne til at opfylde basale psykosociale behov som at føle samhørighed, at føle sig betydningsfuld samt værdsat - enten gennem en kollektiv setting eller et arbejdsfællesskab, der determinerer dette mentale velbefindende, hvilket bevirker, at aktøren kan tage hensyn til naturen og ikke være afhængig af naturens ressourcer for at kunne opfylde sine behov for frihed – eller underliggende behov for samhørighed? På denne måde er det nærliggende at overveje, at social bæredygtighed opstår, hvor trivsel og bæredygtig livsførelse er indlejret i settingen.

### **Økosamfundet som model for et bæredygtigt samfund**

Når man undersøger beboernes trivsel i en form for økologisk forankret 'miniaturesamfund', kan dette perspektiveres til en makroorienteret skala. I dette speciale ses bæredygtig livsførelse muligt i en kollektiv forankret setting, da fællesskabet giver beboerne social betydning for hinanden, principperne giver et fælles udadrettet fokus på hinanden, og værdierne om økologi som livssyn overfører denne omsorg til mere end blot den kollektive setting; det økologiske fokus tager således hensyn til alle entiteters trivsel. Dette bør der ligeledes forskes meget mere i, da dette står i kontrast til det vestlige samfund, der er forankret i liberale styringsmekanismer, altså en individuel frihedsorienteret setting, hvis syn på økologi og bæredygtighed handler om at realisere en aspiration. I dette speciale er det netop disse individuelle aspirationer i en kollektiv setting, der giver den enkelte beboer mistrivsel, da disse ikke er forenelige med at handle kollektivt på miljødagsordenen. I den vestlige kultur giver denne individualiserende tendens multiple individuelle perspektiver og er ikke forenelige med den kollektive dagsorden. Dilemmaet handler således om at ønske at finde en fælles meningsfuld anskuelse i en setting, der fremmer individets ret til at realisere egne potentialer. På denne måde begrænses handling af de underliggende individualiserende principper og værdier i det vestlige samfund, da der ikke blot er forskellige forståelser af økologi og bæredygtighed, men også forskellige forståelser af hvilke punkter, der bør handles på. Skal der tages større valg, der påvirker det levede liv, eller kan vi købe os fra det? Skal vi beskytte vores individuelle friheder, holdninger og meninger og således forsøge at afkoble os fra problemet, eller skal vi kollektivt arbejde ud fra fælles principper om omsorg, hensyn, tolerance og herved adressere det underliggende problem om mistrivsel? Således handler dilemmaet om kollektiv handling i en individualiseret selvrealiseringskultur. Og dette speciale viser en antydning om, at hvis vi indlæjrer principper om at drage omsorg for både mennesker og natur i alle henseender, kan de settings vi befinder os i påvirke denne samfundsdynamik, der er i ubalance.

## Epilog

*“Today, most discussions on climate change are blocked. They are caught by catastrophism circulating on the horizon of the problem:  
What is climate change bad for?  
From the point of view of metamorphosis, because climate change is a threat to humankind, we can and should turn the question upside down and ask:  
What is climate change good for (if we survive)?  
The surprising momentum of metamorphosis is that, if you firmly believe that climate change is a fundamental threat to all of humankind and nature, it might bring a cosmopolitan turn into our contemporary life and the world might be changed for the better”*

(Beck, 2016 : p.31).

# Litteraturliste

**System: Harvard, APA:**

University of Reading (2021, 7. Sep.). APA referencing.

[https://libguides.reading.ac.uk/ld.php?content\\_id=33085237](https://libguides.reading.ac.uk/ld.php?content_id=33085237)

- Andersen, J., Hede, A. & Andersen, J. G. (2020). Tryghed i Danmark før og under coronakrisen: TRYGHEDSMÅLING 2019-20 [PDF] Virum: Trygfonden. Tilgængelig på: [file:///C:/Users/Maja%20Dag%20Harrit/Downloads/Tryghedsmlingen-2019\\_20%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Maja%20Dag%20Harrit/Downloads/Tryghedsmlingen-2019_20%20(1).pdf)
- Andersen, T. B., Reinbach, H. C., & Bloch P. (2020). Super-setting tilgangen til integreret sundhedsfremme i lokalsamfundet. I Andersen P., Lau, C. & Andersen H. (ed.), *Sundhedsfremme i kommuner og lokalsamfund – Mellem forskning, planlægning og praksis*. (kap. 2). Hans Reizels Forlag.
- Antonovsky, A. (2000). *Helbredets Mysterium*. Hans Reizels Forlag.
- Beck, U., (2016). *The Metamorphosis of the World: How Climate Change Is Transforming Our Concept of the World*, Polity Press.
- Brundtland-kommissionen, (1987). Vores fælles fremtid: Brundtlandkommissionens rapport om miljø og udvikling. FN- forbundet og mellemfolkeligt samvirke.
- Clayton, S. (2021). Climate Change and Mental Health. *Current Environmental Health Reports*, 8(1), 1–6.  
[https://soeg.kb.dk/discovery/search?query=any,contains,Climate%20Change%20and%20mental%20health%20Clayton&tab=Everything&search\\_scope=MyInst\\_and\\_CI&vid=45KBDK\\_KGL:KGL&offset=0](https://soeg.kb.dk/discovery/search?query=any,contains,Climate%20Change%20and%20mental%20health%20Clayton&tab=Everything&search_scope=MyInst_and_CI&vid=45KBDK_KGL:KGL&offset=0)
- Dermody, J., Koenig-Lewis, N., Zhao, A. & Hanmer-Loyd, S. (2021). Critiquing a Utopian idea of Sustainable Consumption: A Post-Capitalism Perspective. *Journal of Macromarketing*, vol.21(4) 1-20. Tilgængelig på: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0276146720979148>
- Dooris, M. & Poland, B. (2010). A green and healthy future: the settings approach to building health, equity and sustainability. *Critical Public Health*, 20 (3), 281–298. Tilgængelig på:

<https://www.tandfonline-com.ep.fjernadgang.kb.dk/doi/pdf/10.1080/09581596.2010.502931?needAccess=true>

- Dooris, M. (2012). *The Settings Approach: Looking Back, Looking Forward*. I Scriven, A., Hodgins, M. (ed.), *Health promotion settings principle and practice*. (kap. 2). London: SAGE Publications.
  
- DSL, (n.d.) Bæredygtig. Ordbog over det danske sprog. <https://ordnet.dk/ods/ordbog?query=b%C3%A6redygtig>
  
- EEA, (2020). Drivers of change of relevance for Europe's environment and sustainability. [PDF] EU. Tilgængelig på: <https://www.eea.europa.eu/publications/drivers-of-change>
  
- EEB, (2019). Decoupling Debunked – Evidence and arguments against green growth as a sole strategy for sustainability [PDF] EEB. Tilgængelig på: <https://mk0eeborgicuyptuf7e.kinstacdn.com/wp-content/uploads/2019/07/Decoupling-Debunked-FULL-for-ONLINE.pdf>
  
- Gausset, Q. (2020). Stronger Together – How Danish environmental communities influence behavioral and societal change. I: Hoff, J. Gausset, Q. & Lex, S., (ed.), *The Role of non state actors in the green transition – building a sustainable future*. (kap. 4). Routledge.
  
- Gates, B. (2021). Sådan undgår vi klimakatastrofen. Dumbleday.
  
- GEN, (2020). 2020 Annual Report [PDF] Tilgængelig på: [https://drive.google.com/file/d/1TT0m\\_aFlrmvbB1SBZZc5rnb4NGLISYgy/view](https://drive.google.com/file/d/1TT0m_aFlrmvbB1SBZZc5rnb4NGLISYgy/view)
  
- GEN, (n.d.) Brand Story. <https://ecovillage.org/about/about-gen/brand-story/>
  
- Haines, A & Ebi, K. (2019b). Imperative for Climate Action to protect health. NEJM, 380, 263-273. <https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/nejmra1807873>
  
- Haines, A., Scheelbeek, P. & Abbasi, K. (2019a.) Challenges for health in the anthropocene epoke. BMJ, 364 (460), 1-2. <https://www.bmj.com/content/364/bmj.1460>

- Hodgins, M. & Griffiths, J. (2012). A Whole Systems Approach to Working in Settings. I Scriven, A. & Hodgins, M. (ed.), *Health promotion settings principle and practice*. (kap. 3). London: SAGE Publications.
  
- Hovalt, D. (25/2-2020). Ny forskning viser sammenhæng mellem fællesskab og klimaaftryk. Information. <https://www.information.dk/indland/2020/02/ny-forskning-viser-sammenhaeng-mellem-faellesskab-klimaaftryk>
  
- IPCC, (2021). Climate Change 2021 -the physical science basis – summary for policymakers. [PDF]: UNEP. Tilgængelig på: [https://www.ipcc.ch/report/ar6/wg1/downloads/report/IPCC\\_AR6\\_WGI\\_SPM\\_final.pdf](https://www.ipcc.ch/report/ar6/wg1/downloads/report/IPCC_AR6_WGI_SPM_final.pdf)
  
- Jackson, T., (2017). Prosperity without growth. 2. udgave. New York: Routledge.
  
- Jensen, T. K. & Johnsen, T. J., (2009). Sundhedsfremme i teori og praksis. Philosophia.
  
- Jeppesen, M. H., (21/5-2017). Adskillelsen af offentligt og privat ændrede verden. Forskerzonen [online] <https://videnskab.dk/kultur-samfund/offentligt-og-privat>
  
- Juul, S. & Pedersen & Pedersen, K. B. (2012). Hermeneutik. I Juul, S. & Pedersen, K. B. (ed.), *Samfundsvidenskabernes videnskabsteori: En indføring*. Hans Reitzels Forlag.
  
- Jæger, B. (2016) Kapitel forfatter - Mixed Methods. I Kristensen, C. J. & Hussain, M. A. (ed.). *Metoder i samfundsvidenskaberne*. (2. udgave. kap. 20). Samfundslitteratur.
  
- Jørgensen, P. S (9/9-2020). Trivsel. Den store Danske. <https://denstoredanske.lex.dk/trivsel>
  
- Kickbush, I. (2010). Triggering Debate – White Paper, The Food System - A Prism of Present and Future Challenges for Health Promotion and Sustainable Development. [pdf] Health Promotion Switzerland. Tilgængelig på: <http://www.ilonakickbusch.com/kickbusch-wAssets/docs/White-Paper---The-Food-System.pdf>

- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). Interview - Introduktion til et håndværk (2. Udgave). Hans Reitzels Forlag.
  
- LØS, (2022\_A). Hvad er Økosamfund. <https://okosamfund.dk/oekosamfund/>
  
- LØS, (2022\_B). Internationalt/Ressourcecirklen. <https://okosamfund.dk/internationalt/>
  
- LØS, (2020). Næste skridt i forskning i økosamfund. <https://okosamfund.dk/naeste-skridt-i-forskning-i-oekosamfund/>
  
- Mc.Tell (n.d.). Streets of London. [Video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=DiWomXklfv8>
  
- Meijering, L. (2012). Ideals and Practices of European Ecovillages. I Wagner F., Andreas, M. (ed.) *Realizing Utopia Ecovillage Endeavors and Academic Approaches*. (p. 31-44). RCC. Tilgængelig på: [https://www.environmentandsociety.org/sites/default/files/layout\\_issue8\\_new.pdf](https://www.environmentandsociety.org/sites/default/files/layout_issue8_new.pdf)
  
- Mitchell, R. B. (2012). Technology is not enough: Climate Change, Population Affluence, and Consumption. *The Journal of Environment & Development*, 21(1), 24–27. [https://soeg.kb.dk/discovery/search?query=any.contains,Technology%20Is%20Not%20Enough:%20Climate%20Change,%20Population,%20Affluence,%20and%20Consumption&tab=Everything&search\\_scope=MyInst and CI&vid=45KBDK KGL:KGL&offset=0](https://soeg.kb.dk/discovery/search?query=any.contains,Technology%20Is%20Not%20Enough:%20Climate%20Change,%20Population,%20Affluence,%20and%20Consumption&tab=Everything&search_scope=MyInst%20and%20CI&vid=45KBDK_KGL:KGL&offset=0)
  
- Möller-Christensen, M. T. (6/10-2020). APA referencing [power point slides]. <https://levendelokalsamfund.dk/wp-content/uploads/2020/10/2-COMPASS-Maria-Toft-M%C3%B6ller-Christensen-KU-Statskunkskab.pdf>
  
- Pedersen, O.K. (2014) Velfærdsstaten, og dens udvikling til Konkurrencestat. *Klinisk Sygepleje*, 28(3), 4-8. <https://www-idunn-no.ep.fjernadgang.kb.dk/doi/pdf/10.18261/ISSN1903-2285-2014-03-02>
  
- Persson, C. P. (23/3-2019). Abduktion: Metoden til at finde den bedste forklaring. Videnskab.dk. <https://videnskab.dk/kultur-samfund/abduktion-metoden-til-at-finde-den-bedste-forklaring>



- Poulsen, B., (2016). Semistrukturerede interviews. I Kristensen, C. J. & [Hussain](#), M. A. (ed.). *Metoder i samfundsvidenskaberne*. (2. udgave. kap. 6). Samfundslitteratur.
- 
- Reynolds, M. (n.d.) Little Boxes [Video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=VUoXtddNPAM>
- R&D, (n.d.). Definition. Research and Degrowth. <https://degrowth.org/definition-2/>
- Rosa, H. (2020). Det ukontrollerbare. Frederiksberg: Eksistensen
- Rosa, H. (2014). Fremmedgørelse og Accelleration. København: Hans Reizels Forlag
- Scriven, A. (2012). Health Promotion Settings: An Overview. I Scriven, A., Hodgins, M. (ed.), *Health promotion settings principle and practice*. (kap.1) London: SAGE Publications.
- Sørensen, M. J. (2020). Resisting the rat race - Self-sufficiency as a search for resonance in rural Sweden. *Sociologisk forskning*, 57 (2), 121–140. <https://sociologiskforskning.se/sf/article/view/20307>
- Tones, K. & Green, J. (2004). Health promotion planning and strategies. 3. udgave. SAGE publications.
- UNDP, Mellempfolkeligt Samvirke & Globale Gymnasier, (n.d.) Hvad er FN's verdensmål for bæredygtig udvikling?. FN's Verdensmål. <https://www.verdensmaalene.dk/fakta/verdensmaalene>
- UNPD, (2020). The next frontier Human development and the Anthropocene [PDF] New York: UNPD. Tilgængelig på: <https://www.verdensmaalene.dk/sites/default/files/udgivelser/hdr2020.pdf>
- WHO, (2019). Burn-Out an “occupational phenomenon”: International Classification of Disease. <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>

- WHO, Health and Welfare Canada & Canadian Public Health Association, (1986). Ottawa Charter for health Promotion [PDF] Ottawa: WHO. Tilgængelig på: <https://www.phac-aspc.gc.ca/ph-sp/docs/charter-chartre/pdf/charter.pdf>
  
- WHO, (1998). Health Promotion Glossary. [PDF] Geneva: WHO. Tilgængelig på: <https://www.who.int/healthpromotion/about/HPR%20Glossary%201998.pdf>
  
- WHO, (1997). Jakarta Declaration on Leading Health Promotion into the 21st Century. [PDF] Jakarta Declaration. Tilgængelig på: [https://www.who.int/healthpromotion/milestones\\_ch4\\_20090916\\_en.pdf](https://www.who.int/healthpromotion/milestones_ch4_20090916_en.pdf)
  
- WHO, (2017). Promoting health in the SDGs. Report on the 9th Global conference for health promotion. [PDF] Geneva: WHO. Tilgængelig på: <https://www.who.int/publications/i/item/promoting-health-in-the-sdgs>
  
- Wiedmann, T. (2020). Scientists' warning on affluence. Nature Communications, 19;11(1) 3107. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32561753/>
  
- Økosamfundet Dyssekilde\_A, (n.d.). *Boligrupper*. <http://www.dyssekilde.dk/boligrupper>
  
- Økosamfundet Dyssekilde\_B, (n.d.). *De-grønne-omraader*. <http://www.dyssekilde.dk/de-groenne-omraader>
  
- Økosamfundet Dyssekilde\_C, (n.d.). *Fællesfaciliteter*. <http://www.dyssekilde.dk/faellesfaciliteter>
  
- Økosamfundet Dyssekilde\_D, (n.d.). *Historie*. <http://www.dyssekilde.dk/Historie>
  
- Økosamfundet Dyssekilde\_F, (n.d.). *Hvordan.lever-vi*. <http://www.dyssekilde.dk/hvordan-lever-vi>
  
- Økosamfundet Dyssekilde\_G, (n.d.). *Oekologi*. <http://www.dyssekilde.dk/oekologi>

- Økosamfundet Dyssekilde\_H, (n.d.). *Organisering*. <http://www.dyssekilde.dk/organisering>
  - Økosamfundet Dyssekilde\_J, (n.d.). *Torup-kultur*. <http://www.dyssekilde.dk/torup-kultur>
  - Økosamfundet Dyssekilde\_K, (n.d.). *Økosamfundet Dyssekilde*. <http://www.dyssekilde.dk>
- 
- 

### **Bilags oversigt**

- Bilag 1a: Informant A - Transskribering
- Bilag 1b: Informant A's Citater
  
- Bilag 2a: Informant B - Transskribering
- Bilag 2b: Informant B's Citater
  
- Bilag 3a: Informant C - Transskribering
- Bilag 3b: Informant C's Citater
  
- Bilag 4a: Informant M - Transskribering
- Bilag 4b: Informant M's Citater
  
- Bilag 5a: Informant T - Transskribering
- Bilag 5b: Informant T's Citater
  
- Bilag 6a: Informant L - Transskribering
- Bilag 6b: Informant L's Citater
  
- Bilag 7a: Informant G - Transskribering
- Bilag 7b: Informant G's Citater
  
- Bilag 8: Søgematri
  
- Bilag 9: Principper I ØD: "Earth Charter"

- Bilag 10: Håndbog I ØD: "ABC"

- Bilag 11 Vedtægter -

Bilag 12 Interviewguide 1

-Bilag 13: interviewguide 2