
ROSA-PODCASTS: PSYKE OG NATUR, KULTUR OG ÅND

Denne podcast-serie rummer pointer fra RoSa-konferencen 'Psyke og natur, kultur og ånd' med filosof Anders Dræby, naturvejleder Simon Høegmark, mag. art. og dramatiker Søren Dixen og sygehuspræst Thomas Gudbergsen.

De fire podcasts kan f.eks. bruges som dialogstartere på team- og personalemøder. Serien rummer klip fra Søren Dixens oplæg 'Kunstens betydning i recovery-processer', Simon Høegmarks oplæg 'Naturens helbredende kræfter' og Thomas Gudbergsens oplæg 'Hvorfor har åndsdimensionen betydning for mennesker med psykisk lidelse, og hvordan får den plads i et naturvidenskabeligt behandlingssystem?' Anders Dræbys pointer stammer dels fra interviewoptagelser, dels fra hans oplæg 'Ånd, natur og kultur i historien og psykiatrien'. Varigheden af afsnittene er 13-15 minutter, og serien indeholder følgende episoder:

[Psyke og natur](#) (13.19 min.)

Naturvejleder, forsker og stifter af virksomheden ViNatur Simon Høegmark står bag succesfulde naturterapikurser for mænd under navnet "vildmandskurser", han er medforfatter til bogen 'Vi er Natur', og så har han afsluttet en ph.d. om naturens helbredende kræfter. I denne podcast kommer han med erfarings- og forskningsbaserede pointer om, hvad det betyder for vores psykiske velbefindende at være i naturen. Filosof og eksistentiel terapeut Anders Dræby indleder med en beskrivelse af vores grundlæggende behov for at føle os forbundet til naturen.

[Psyke og kultur](#) (12.58 min.)

Mag.art., dramatiker og "maskinist" Søren Dixen har i en årrække fungeret som peermedarbejder og senere udviklingskonsulent i Region Hovedstadens Psykiatri, og han er idémanden bag og formand for det kreative værested og værksted "Maskine Maskine Amager". I denne podcast kommer han ind på kreativitetens betydning for recovery-

processer, bl.a. med eksempler fra egen recoveryproces, og han peger på paralleller mellem den kreative proces og recoveryprocesser. Filosof og eksistentiel terapeut Anders Dræby indleder med perspektiver på, hvorfor kultur er relevant i forhold til at hjælpe mennesker med at komme sig.

[Psyke og ånd](#) (13.39 min.)

Sygehuspræst Thomas Gudbergsen kommer i denne podcast ind på åndsdimensionens betydning for mennesker med psykiske lidelser og dens plads i et overvejende naturvidenskabeligt behandlingssystem. Han tager udgangspunkt i sine mange samtaler om åndelige/religiøse spørgsmål med patienter i psykiatrien. Filosof og eksistentiel terapeut Anders Dræby lægger fra land med et idéhistorisk blik for en åndsdimension, som han mener er ved at få en renæssance, efter at vi i det moderne har været på vej til at afskrive åndeligheden og reducere mennesket til udelukkende at være et fysisk og psykisk væsen.

[Genforbindelse til natur, kultur og ånd](#) (14.44 min.)

Filosof og professionsdoktor i eksistentiel terapi og supervision Anders Dræby har praksis som eksistentiel terapeut og har skrevet en lang række artikler og bøger, bl.a. bogen 'Livskunsten – Filosofien om at vågne op til livet'. I denne podcast tager han udgangspunkt i begreberne forbundethed og uforbundethed. Hvordan kan vi forstå sammenhængen mellem manglende forbundethed og psykisk lidelse? Hvorfor er natur, kultur og ånd vigtige områder at være forbundet til og derfor samtidig områder, som det er vigtigt for hjælpesystemer at have blik for og understøtte genforbindelse til?