PM - Upplevelsevärden

2025-12-01

Inledning

För att ge besökaren/vandraren så berikande upplevelser som möjligt är det bra att ha koll på vilka upplevelsevärden som finns och var dessa finns. Nya leder planeras sedan utifrån detta, befintliga leder anpassas om möjligt för att ge besökaren bättre upplevelser.

Det finns inte någon standardiserad metod för att ta fram upplevelsevärden eller någon standardlista på upplevelsevärden eller upplevelsetyper. Nedan beskrivna förslag på hur man kan ta fram upplevelsevärden har tagits fram av några inom länsstyrelsernas friluftssamordning och bygger på material från bland annat Skogsstyrelsen, Regionplane- och trafikkontoret i Stockholm, Boverket och Jensen/Ouis.

Upplevelsevärden är något som kommer ”inifrån” besökaren själv; intryck, insikter eller känslor man får vid besöket. Man skiljer därför upplevelsevärden från aktiviteter. Aktiviteter är sättet man upplever värdena på, exempelvis genom att vandra eller cykla.

Ta fram upplevelsevärden

När man tar fram upplevelsevärden kan man utgå från fyra olika huvudkategorier eller egenskaper som området besitter. Under varje egenskap/kategori finns sedan exempel på upplevelsevärden. Ett upplevelsevärde kan också tillhöra flera olika kategorier. De olika områdesegenskaperna/huvudkategorierna är:

- Naturkänsla
- Vyer
- Variation och artrikedom
- Kulturhistoria och levande landskap

Tanken är att man utgår från de olika huvudkategorierna/områdets egenskaper, de olika exemplen på upplevelsevärden och sedan bedömer vilka värden som finns specifikt för området. Det kan vara likadana som de som anges i exemplen men också andra som täcker flera eller alla egenskaper. De olika upplevelsevärdena man kommer fram till beskrivs sedan närmare för att alla som arbetar med leden ska förstå vad man vill att besökaren ska uppleva.

I tabellen nedan beskrivs områdets egenskaper, vilka kvaliteter området har, exempel på upplevelsevärden generellt och exempel på miljöer som kan ha upplevelsevärdena. Nederst i tabellen ges exempel på några specifika områden där upplevelsevärden tagits fram. Där kan man också se att dessa täcker in flera av områdets egenskaper.

Slutligen ges exempel från arbetet med Bästeträsk nationalpark hur beskrivningar av upplevelsevärden för ett område kan se ut.

Utveckla upplevelsevärden

Upplevelsevärden kan sedan förstärkas och utvecklas genom bland annat ökad tillgänglighet, natur- och kulturvägledning, berättelser och service.

Huvudkategorier och exempel på upplevelsevärden

Områdets egenskaper/ huvudkategorier	Naturkänsla	Vyer	Variation och artrikedom	Kulturhistoria och levande landskap
Områdets kvaliteter	• Orördhet • Trolsk miljö • Oexploaterad miljö • Enbart naturens ljud/ljus • Naturpräglat område	• Utblickar och rymd • Fri horisont • Storslagenhet	• En variation av naturmiljöer och arter • Både vanliga och ovanliga arter • Variation i färger, dofter och ljud	• Öppet landskap, brukad mark, kor på bete (även skogsbete) • Historisk uppslagsbok och förankring i hembygden • Mänskliga verksamheter, ett levande kulturlandskap.
Exempel på upplevelsevärden	• En annan värld • Vildmarkskänsla • Ostördhet • Mörker • Utmaningar	• Frihet • Möjlighet till återhämtning • Lugn och ro, stillhet	• Att fundera över vad man ser och hur allt hänger ihop. • Naturen som uppslagsbok, biologi och geologi • Komma nära djur och växter, upptäckarglädje och nyfikenhet.	• Hemkänsla • Lugn och ro, stillhet • Människans historia • Naturen som skafferi • Traditionell mat, boende, berättelser kopplat till ledens syfte och platser längs leden (ex pilgrim)
	• Existentiell upplevelse • Skönhet			
Exempel på miljöer	• Naturskog/urskog/storskog • Skärgård med lite bebyggelse • Fjäll, hav, sjö • Forsar, Vattenfall • Friluftsområde • Vardagsnära natur	• Utsikt från berg, stränder, skärgårdsöar eller över fjällvidder • Sjöar och vattendrag • Stora myrar • Alvar	• Mosaik av miljöer och arter, myr och skog, kalfjäll och björkskog, kala skär, betesmarker och skog…	• Betesmarker • Äldre bebyggelse • Fornlämningsmiljöer • Slåttermarker • Fjällhed • Traditionell skötsel • Kyrkor

Exempel på framtagna upplevelsevärden för tre nationalparker

Områdets egenskaper/ huvudkategorier	**Naturkänsla**	**Vyer**	**Variation och artrikedom**	**Kulturhistoria och levande landskap**
Framtagna upplevelsevärden Bästeträsk	Havet			
	Hällmarker		Hällmarker	
			Människan och landskapet	
			Mosaiken	
	Vattnets väg i landskapet			
	Tidsperspektiv		Tidsperspektiv	
	Lugnet			Lugnet
Framtagna upplevelsevärden Gotska Sandön	Stränder och dyner			
	Skogen			
			Insekter	
			Den blommande ön	
			Historiska kulturmarker	
Framtagna upplevelsevärden Kosterhavet	Mystisk och känslig undervattensvärld		Mystisk och känslig undervattensvärld	
	Naturens stillhet			
			Tidsperspektiv	
				Livet på Koster
			Gräsmarkernas mosaik	

Närmare beskrivning av upplevelsevärdena i den blivande nationalparken vid Bästeträsk, Gotland

Havet

Upplevelser vid, under och på vattenytan.

Beskrivning

De vidsträckta havshorisonterna och vågornas svall skapar en känsla av lugn och frihet eller av dramatik och kontakt med naturens vilda krafter. Grunda vatten väcker nyfikenhet för det fascinerande undervattenslandskapet där sprickdalar, plana bottnar, branta pallkanter, blåmusselbankar och vegetation avlöser varandra. Havet erbjuder spännande upplevelser både över och under ytan.

Hällmarkerna

Hällmarker utöver det vanliga med koppling till tid, biologisk mångfald och grundvattnets sårbarhet.

Beskrivning

Kala berghällar, ibland med karstsprickor och sparsamt växande vegetation, utgör spännande landskapselement. Som ett stengolv skapat av naturen. Hällmarkerna väcker nyfikenhet om hur dessa har skapats, hur den gotländska berggrunden är uppbyggd och hur växter och djur kan överleva i den karga miljön.

Människan och landskapet

Spår av människan som visar att området använts länge och används än idag kopplat till hur landskapet formats och den biologiska mångfalden.

Beskrivning

Landskapet bär tydliga spår och andra lämningar från människans verksamhet genom tusentals år. Dessa spår och lämningar ger förutsättningar för en djupare förståelse för hur länge människor har bott och verkat i området och hur vårt nyttjande av naturen formar landskapet och bidrar till den biologiska mångfalden.

Mosaiklandskapet

Många olika naturtyper som avlöser varandra längs stigar och vägar.

Beskrivning

Olika naturtyper avlöser varandra och bildar tillsammans ett mosaiklandskap. Naturens variationsrikedom och den biologiska mångfalden kan upplevas på relativt korta sträckor eller inom små geografiska områden. Det omväxlande landskapet väcker nyfikenhet och bidrar till en ökad kunskap och djupare förståelse för områdets natur och dess värden

Vattnets väg genom landskapet

Vattnets väg från det att det faller ner på marken, infiltrerar ner i jorden och berget, bildar grundvatten och bäckar till utlopp i sjö och hav. De enastående färgerna i träsken.

Beskrivning

Vattnets färd genom landskapet börjar med nederbörden som faller och letar sig ner i jorden och berget, bildar våtmarker och grundvatten, för att sedan rinna vidare i bäckar och så småningom mynna ut i träsken och slutligen nå havet. Träskens turkosgröna färg, tillsammans med de gamla nedhängande tallarna, ger intrycket av en exotisk miljö. Att kunna följa vattnets väg genom landskapet bidrar till förståelse för vattnets sårbarhet och dess betydelse för naturen och människan

Tidsperspektiv i naturen

Geologiska eller biologiska värden som ger en känsla av att människans tid på jorden är kort. Naturens cykler i det långa tidsperspektivet.

Beskrivning

Naturens cykler sträcker sig över långa tidsperioder. Bildandet av den sedimentära berggrunden, tiden mellan istid och nutid, naturens olika successioner, trädens åldrar och skogsbränders kraft och inverkan. Olika geologiska och biologiska fenomen bidrar till förståelse för de processer som skapat och format området och ger perspektiv på hur kort tid som människan funnits och verkat på jorden.

Lugnet i naturen

En rofylld upplevelse där man känner lugnet i naturen och får en känsla av att vara borta från civilisationen året runt.

Beskrivning

Naturen erbjuder möjlighet till lugn, där ensamhet, naturliga ljud, rogivande utsikter att vila blicken på och avsaknad av ljusföroreningar ger möjlighet till återhämtning och att få känna sig som en del av naturen. En möjlighet att få vara bortkopplad från vardagens ständiga ström av intryck

Underlag

- Regionplane- och trafikkontoret i Stockholms. Rapport ”Upplevelsevärden”, 4:2001
- Skogsstyrelsen. Skog full av upplevelser.
- Boverket. Landskapets upplevelsevärden.
- Lisberg Jensen och Pernilla Ouis. Det gröna finrummet 2014