



Høgskulen
på Vestlandet

BACHELOROPPGAVE

Grunner til å oppsøke natur- og grøntområder

Reasons to visit nature and green areas

Sandra Sylte, kandidatnr. 107

Ingrid Emilie Aarflot, kandidatnr. 120

Lovise Tyldum Saur, kandidatnr. 104

Friluftsliv Bachelor

Fakultet for lærerutdanning, kultur og idrett

Veileder: Odd Lennart Vikene

11.12.2020

Jeg bekrefter at arbeidet er selvstendig utarbeidet, og at referanser/kildehenvisninger til alle kilder som er brukt i arbeidet er oppgitt, jf. Forskrift om studium og eksamen ved Høgskulen på Vestlandet, § 12-1.

Forord

For å krydre oppgaven litt,
har vi tillatt oss å innlede med et dikt.

Økt fokus på naturbasert aktivitet de siste årene,
det har fått oss til å klø godt i hårene.
Et dypdykk i friluftsliv, helse og oppvekst vi vil gjøre,
derfor vi med barnefamilier vil høre.

Dagsturhytta er et spennende prosjekt,
vi har lagt merke til konseptet og synes det er kjekt.
Noe nytt og spennende for nærfriluftsliv,
vi så fort at dette kunne gi mange ny giv.

Mye jobb med intervju og transkribering,
ikke minst også lesing og analysering.
Å skrive tre sammen har heldigvis gått bra,
ingen har vært veldig vrang og sta.

Takk til litteratur-dronninga, Anita på biblioteket,
du er enestående og super, bare så du vet det.
Tusen takk også til alle flotte intervjupersoner,
dere fortjener hele gjengen gullkroner.

Til slutt takk til kongen over alle,
vår kjære veileder lar oss ikke falle.
Odd Lennart, en klippe har du vært,
av deg har vi så utrolig masse lært.

Helt til slutt vil vi bare si,
god lesing - ta deg god tid.

Sammendrag

Formålet med denne forskningsoppgaven har vært å se på hvorfor barnefamilier oppsøker naturområder. Spørsmålet vi gikk ut fra var: *“Hvilke grunner har barnefamilier i Sogndal for å oppsøke natur- og grøntområder?”* For å få god oversikt over hvorfor folk oppsøker natur- og grøntområder, har vi valgt et bredt og overordnet perspektiv på motivene. Vi har sett nærmere på historie og kultur preget av friluftsliv, danning og oppvekst, samt mer konkrete motiv som fysisk aktivitet, psykisk velvære og sosialt samvær.

Vi har gjennom kvalitativ forskningsmetode gjennomført 5 intervjuer, med 1-2 intervjupersoner per intervju, for å oppnå metningsgraden vi mener oppgaven trengte. Dette resulterte i 45 sider transkribert data som videre har blitt analysert, kategorisert og satt opp imot teorien.

Resultatene fra denne undersøkelsen tyder på at barnefamilier i Sogndal vektlegger *fysisk aktivitet* og *sosialt samvær* som årsak til at de oppsøker natur- og grøntområder. *Psykisk velvære* ser ut til å bli nedprioritert i en travel hverdag, selv om enkelte påstår det er en viktig del av deres motiv for å oppsøke naturen. Flere foreldre ønsker at barna skal oppleve *glede* i møtet med natur. På lenger sikt ønsker de at naturmøter i barndommen skal utvikle seg til gode minner og tilknytning til naturen i voksen alder. Hos barna selv ser det ut som at *lek* er det de forbinder med naturen.

Nøkkelord: kultur, oppvekst, naturkontakt, fysisk aktivitet, sosialisering, lek, glede

Abstract

The purpose of this bachelor's thesis was to examine reasons for families to visit nature areas. The thesis question was: “*What reasons do parents in Sogndal have for visiting nature and green areas with and without their children?*” We chose a broad and overall perspective to get a general idea regarding the motives. We have been studying themes such as history and culture characterized by friluftsliv, formation and childhood, as well as more specific motives such as physical activity, mental wellness and socializing.

We have been using a qualitative research method through five interviews with one or two interview persons each interview. This resulted in 45 pages of transcribed material which have been further analyzed, categorized and compared to our theory.

The results we got from the interview indicate that families in Sogndal emphasize *physical activity* and *social gatherings* when paying visits to nature and green areas. *Mental wellness* seems to be somewhat degraded in a busy everyday life. In spite of this, some say it is an important part of their reason for seeking contact with nature. Parents also emphasize the feeling of *joy* in nature when it comes to raising their children. In the longer term, they want nature encounters in childhood to develop into good memories and connection to nature in adulthood. In regard to children alone, it seems like the only thing they associate with nature is *play*.

Keywords: culture, childhood, contact with nature, physical activity, socializing, play, joy

Innholdsfortegnelse:

Sammendrag	2
Abstract	3
Innholdsfortegnelse:	
Sammendrag	2
Abstract	3
Innholdsfortegnelse:	4
1.0 Innledning	6
1.1 Problemstilling	7
2.0 Teori	8
2.1 Den norske friluftslivshistorien	8
2.2 Friluftsliv i norsk kultur	9
2.3 Motiv for naturmøte	10
2.3.1 Fysisk aktivitet	10
2.3.2 Psykisk velvære	12
2.3.3 Sosialt samvær	13
2.4 Naturen som danningsarena	14
3.0 Metode	17
3.1 Valg av metode	17
3.2 Datainnsamling	18
3.2.1 Utvalg	18
3.2.2 Utforming av intervjuguide	19
3.2.3 Gjennomføring av intervju	20
3.3 Analyse av data	20
3.4 Reliabilitet og validitet	22
3.4.1 Reliabilitet	22
3.4.2 Validitet	23
3.5 Ethiske vurderinger	24

4.0 Resultat og diskusjon	25
4.1 Kultur, tradisjon og oppvekst	25
4.1.1 Kultur i familien	25
4.1.2. Oppvekst påvirker forholdet til natur	26
4.1.3 Tilrettelegging skaper passive barn	27
4.1.4 Lite friluftsliv i ukedagene	27
4.2 Naturopplevelse og danning	28
4.2.1 Læring og lek	28
4.2.2 Glede	31
4.3 Motiv for å være ute	32
4.3.1 Fysisk aktivitet	32
4.3.2 Psykisk velvære	34
4.3.3 Sosialt samvær	35
5.0 Oppsummering og konklusjon	37
5.1 Veien videre	38
6.0 Litteraturliste	39
7. 0 Vedlegg	45
7.1 Vedlegg 1	45
Intervjuguide	45
7.2 Vedlegg 2	47
Informasjonsskriv Bacheloroppgave	47
7.3 Vedlegg 3	49
Samtykkeskjema	49

1.0 Innledning

Forskning viser at nordmenn har brukt mesteparten av sin fritid de siste 40 årene på sosialt samvær, tv-titting, lesing og friluftsliv (Kjølørød, 2019). Friluftsliv er en populær fritidsaktivitet, og stadig flere oppsøker naturen (Wergeland, 2009). Forskning kan bekrefte at naturelementer har positiv innvirkning på oss – fysisk, psykologisk og sosialt. Evolusjonære teorier forteller at vi leker, føler og forholder oss til naturen fordi det ligger naturlig for oss, og ikke fordi det er tillært (Miljøverndepartementet, 2008, s. 54). Mangel på natur vil derfor være svært destruktivt (Louv, 2009). Noen forskere beskriver problemet som en naturmangelsykdom. Begrepet beskriver en underernæring på skoger, sjøer, fjell og enger. Arne Næss ser på naturen og dens lekenhet som en kilde til livskvalitet (Stoknes, 2014).

Ett ord gjelder: UT! Det betyr for meg å gå inn. I naturen. Der føler jeg at jeg er sammen med alt levende. Det samværet endrer en hvilken som helst spenning til en positiv! - Professor i filosofi og fjellklatrer Arne Næss' ett-ords grønne resept for dager med dårlige og negative følelser. (Miljøverndepartementet, 2008, s. 97)

Småbarnsforeldre har minst fritid av alle, med gjennomsnittlig 4 timer og 46 minutter per døgn (Kjølørød, 2019). Begrepet *fritid* var tidligere enkelt definert som “frihet fra arbeidsgiver”, men er ikke lenger like lett å definere. Fritid har en verdi som er personlig, uten definerte rammer (Säfvenbom, 2005a, s. 37). Statistisk sentralbyrå skriver: “*Fritid er definert som den tiden vi har til rådighet utenom arbeid, husarbeid og personlige behov som måltider og søvn.*” (With, 2017). Sosiologen Chris Rojek mener vi opplever en forpliktelse til at egen fritid skal være tilfredsstillende nok (Säfvenbom, 2005b, s. 55).

På Stedjeåsen i Sogndal ligger en dagsturhytte som er åpen for alle. Den er en del av et prosjekt som skal gi et lavterskeltilbud for turgåere, der barnefamilier er den viktigste målgruppen. Atle Skrede er prosjektets far, og har fortalt oss at visjonen *fysisk aktivitet for alle* var utgangspunktet for ideen om hytta. I høst ble det vedtatt at alle fylker og kommuner i landet skal få ta del i det opprinnelige vestlandsprosjektet. Vi ønsker i denne oppgaven å bruke dette prosjektet som eksempel på aktivitet som skal stimulere til mer uteaktivitet, spesielt for barnefamilier.

I undersøkelsen til Wergeland (2009) kan man lese at det fysiske aspektet ved å gå på tur har blitt enda viktigere for folk. Videre leser man at kontemplasjon, ro og harmoni alltid har vært viktige motiv for nordmenns liv i naturen. Funnene er resultat av en sammenligning av en undersøkelse om folks friluftslivsvaner gjort av Wergeland i 2009, og Ola Vaagbø sin tilsvarende undersøkelse i 1993. På bakgrunn av disse resultatene ønsker vi å gjøre et dypdykk i hvordan og hvorfor folk trekkes til friluftslivet.

Utgangspunktet for problemstillingen er oppfatningen vi hadde av friluftsliv som en populær og sosialt høyverdig kultur. Ikke bare som et fenomen gjennom sosiale medier i moderne tid, men som en konstant norm blant nordmenn gjennom en stor del av vår moderne historie. Med kunnskapen om at barndommen former oss, tok vi utgangspunkt i ideen om at naturmøtet i barndommen ville påvirke oss i voksen alder. Derfor var det interessant å undersøke hvilke motiv foreldre har for å gå ut med barna, og hvorfor de introduserer dem for naturen. Er det en bevissthet rundt handlingen, eller er det bare noe man gjør i større eller mindre grad, basert på kulturen man er en del av?

1.1 Problemstilling

Hvilke motiv har barnefamilier i Sogndal for å oppsøke natur- og grøntområder?

Problemstillingen spør etter *hvilke* motiv, for å indikere at vi ser etter flere. Natur- og grøntområde, samt begrepet motiv blir definert i teoridelen. Barnefamilier forstås som foreldre/forelder med barn i barnehage- og/eller småskolealder.

2.0 Teori

Teorien blir i diskusjonsdelen brukt for å drøfte det som kommer frem i intervjuene. Her vil vi definere ulike begrep som blir brukt i diskusjonsdelen, slik at *vår* forståelse av begrepene kommer tydelig frem.

Vi har valgt å dele teoridelen inn i fire tema. Friluftslivet som en del av kulturen vår, er påvirket av historien. Derfor redegjør vi innledningsvis for viktige deler av historien til norsk friluftsliv. Videre beskriver vi hvilke roller friluftsliv har i den norske kulturen. Dette er et forsøk på å skape et overblikk som forklarer helheten. For å få en dypere forståelse av hvorfor folk ønsker å være ute i natur- og grøntområder, går vi videre inn på ulike motiv. Fysisk aktivitet, psykisk helse og sosiale forhold er nøkkelord for utdyping av motiv. Deretter vil vi se nærmere på hvordan opplevelser i naturen danner oss som mennesker.

2.1 Den norske friluftslivshistorien

For å forstå årsaken til friluftslivets egenart i Norge må vi se tilbake i tid. Nordmenn har vært et folk som har levd i og fra naturen. Ferdigheter og kunnskaper ble formet med utgangspunkt i et liv som jegere, samlere, fiskere og bønder. Naturen var en viktig ressurs for å overleve. På 1800-tallet kom derimot velstående engelskmenn til Norge med en ny tilnærming naturen. Opplevelsesverdier var deres hovedmotiv for å oppsøke den norske fjellheimen. "*Anten so er han spikjande galen, eller so er han engelskmann*" ble sagt blant bygdefolket når borgerskapet i Norge også etter hvert ga seg ut i naturen, uten mål eller mening (Mytting & Bischoff, 2008, s. 16). Denne nye, "nytteløse" aktiviteten ble betegnet som friluftsliv.

På 1850-tallet skapte industrialiseringen et skille mellom arbeid og fritid. Dårlige forhold for arbeiderklassen gjorde byen til et symbol på undertrykkelse og uverdige livsforhold. Naturen ble et hjemsted for frihet og verdighet. Dermed ble friluftsliv etter hvert drevet av alle samfunnslag (Tordsson, 2010, s. 166). I samme periode var verden preget av nasjonale frigjøringsbevegelser og utvikling av nasjonal identitet. Norge skilte seg ut på dette område. Det var ingen adel eller sterkt borgerskap som kunne skape de norske idealene. Fjellbøndene, med sitt enkle liv i rik natur, ble symbolet på norsk identitet (Mytting & Bischoff, 2008, s. 27). Nansen vokste i samme periode frem som en nasjonalhelt. Han forente alle de norske friluftsliv-idealene i sin personlighet; ikke-kommersiell, ro, harmoni, helsegevinst,

nasjonalfølelse og inderlighet. Gjennom sine ferder og appeller viste han folket hvordan friluftslivet er en helhetsfølelse. Denne tanken har levd videre i folkesjela med blant annet Arne Næss og Nils Faarlund som nye talsmenn (Vaagbø, 1993).

Friluftslivet blir regnet som et viktig velferdsgode, og allerede i 1957 ble friluftslivsloven laget. Den skulle gi rett til allmenn ferdsel og opphold i natur (Friluftsloven, 1957, §1). Denne loven har gitt nordmenn og tilreisende unik tilgang på natur, særegent fra alle andre land. Den tidligere tanken om friluftsliv som “det gode fellesskap” kan imidlertid settes spørsmålsteget ved (Tordsson, 2010, s. 167). På 1970-tallet ble friluftsliv trukket inn i det moderne prosjektet, og på 1980-tallet oppsto grader av differensiering der utstyr, ferdigheter, tid og penger gradvis ble styrende for aktivitet. Den trenden har utviklet seg frem til i dag (Mytting & Bischoff, 2008, s. 34).

2.2 Friluftsliv i norsk kultur

Omtrent to tredjedeler av den norske befolkningen svarte i 2015 at de driver friluftslivsaktiviteter en gang i måneden eller mer (Breivik & Rafoss, 2017, s. 39). Om tallene skulle overdrive, og folk fremstiller seg som mer aktive i friluftslivet enn de er, er tallene likevel en god indikasjon på friluftslivets stilling i det norske samfunnet. “*Friluftsliv er knyttet til oppfatninger om hvordan en riktig nordmann bør være ...*” skriver Tordsson i en drøfting av sammenhengen mellom friluftsliv, fritid og identitet (2005, s. 162). For mange nordmenn er friluftslivet av stor verdi, og har betydning i et helsemessig, sosialt og psykisk perspektiv. Tordsson betviler ikke spørsmålet om friluftslivets verdi, men påpeker stillingen friluftslivet har i det norske samfunnet. Det blir sett på som noe man *bør* gjøre, fordi det er *udelt* godt. Ordtak som “ut på tur, aldri sur” og “det finnes ikke dårlig vær, bare dårlig klær” er eksempler på denne tankegangen. Argumentene for hvorfor friluftsliv er udelt godt mener Tordsson derimot mangler i allmenn viten (2005, s. 163).

Årsaken til nordmenns ukritiske legitimering av friluftsliv som fenomen kommer ifølge Tordsson av rollen naturen har i det norske samfunnet (2005, s. 164). Å ha et forhold til naturen handler ikke bare om den relasjonen enkeltindividet utvikler, men også den kulturen man blir en deltaker av. Idealer, holdninger og grunnforestillinger om hva “natur” er, er kulturelle konstruksjoner som varierer mellom ulike kulturer (Tordsson & Vale, 2013, s. 52). Gunnar Breivik skriver i NOAs blad Grevlingen om hvordan turkulturen etter hvert har blitt

en tradisjon med sine egne varemerker og identitetsmarkører (2014, s. 81). Driver man med friluftsliv plasserer man seg derfor inn i en kulturtradisjon med egne verdier, og markerer tilhørighet til den både i væremåte, utstyr og klesdrakt.

I oppbyggingen av landet etter andre verdenskrig ble det satt i gang et moderniseringsprosjekt der idretten skulle satses på som en folkebevegelse. Prosjektet var imidlertid ikke vellykket. På tross av idrettens storsatsing var det friluftslivet som samlet flest (Tordsson, 2010, s. 170). Friluftslivshistorien forteller om et folk som har opparbeidet seg en kultur preget av friluftsliv gjennom erfaringsbasert arbeid ute. Denne kunnskapen opparbeidet over tid er fundamental i kjennetegnet på norsk friluftslivkultur (Tordsson, 2010, s. 171). Det er samtidig vanskelig å definere hvordan friluftslivskulturen i Norge er, fordi den er så mangfoldig.

2.3 Motiv for naturmøte

Motiv og motivasjon handler mye om det samme, og ofte brukes begrepene om hverandre. Vi har valgt å skille disse to begrepene, da vi opplever at de hver for seg tydeliggjør det vi ønsker å formidle gjennom forskningsarbeidet. Det Norske Akademis Ordbok (2020) definerer motiv som årsaken til en handling. Motiv begrunner formålet og bakgrunnen for en atferd. I motsetning til motiv, handler ikke motivasjon om hva som er grunnen til en atferd, som for eksempel å gå på tur. Motivasjon handler om en drivkraft og følelse som gjør at du har lyst eller føler at du bør gjøre noe (Det Norske Akademis Ordbok, 2020).

Helsekompetanse.no definerer motivasjon som "det som setter handlinger i gang" (2020).

Wergeland (2009) sin rapport om nordmenns motiv for å oppsøke natur og friluftsliv vil være en hovedkilde for å belyse ulike motiver. De valgte motivene er redusert til å gjelde fysisk aktivitet, psykisk velvære og sosialt samvær.

2.3.1 Fysisk aktivitet

Fysisk aktivitet er definert som: *“All kroppslig bevegelse som er utført av skjelettmuskulatur, og som resulterer i en vesentlig økning i energiforbruket utover hvilenivå”*

(Folkehelseinstituttet, 2017). Det er denne definisjonen vi går ut ifra i denne oppgaven.

Andelen unge mellom 6-15 år som oppfyller minimumsanbefalingene for aldersgruppen er synkende (Helsedirektoratet, 2016). Manglende motivasjon er den avgjørende faktoren for inaktivitet ifølge Breivik og Rafoss (2017, s. 115). Samtidig ser man at utfordring med organisering og mangel på utstyr er barrierer for aktivitet hos ressurssvake grupper. I rapporten ser man videre at det er friluftslivsaktivitetene som drives av flest. Dette er fordi aktivitet i naturen krever lite av bruker og område (Breivik & Rafoss, 2012, s. 90).

Data fra Norsk Monitor tyder på at det i løpet av de siste 10 årene har skjedd en økning i fysisk aktivitet på fritiden i den voksne befolkning (Breivik & Rafoss, 2012, s. 93). Dette kan virke paradoksalt, fordi samtidig som flere er blitt aktive er den fysiske formen blitt dårligere, og flere er blitt overvektige. Stadig flere har stillesittende arbeid, og stadig flere bruker passive transportmåter som bil, buss, trikk, eller tog. Selv om den fysiske aktivitet i fritiden øker, klarer den altså ikke å oppveie den økte passiviseringen knyttet til arbeid, transport og passive aktiviteter i fritiden. Ifølge rapporter fra Helsedirektoratet er bare 20 prosent av befolkningen i nok fysisk aktivitet i forhold til et helsemessig minimumskrav (Helsedirektoratet, i Breivik, 2014, s. 83).

Stortingsmelding nr. 18 (2016, s. 16) sier at lek, ferdsel og opphold i natur har stor verdi for barn og unges utvikling, blant annet bedre konsentrasjons- og refleksjonsevne og utvikling av motoriske ferdigheter. En dansk studie viser at de som bor nærmere grøntområder har bedre helse på flere områder sammenlignet med de som bor lenger unna grøntområder. De som bor nærmere grøntområder enn 300 meter er mer fysisk aktive, slankere og har mindre smerter enn de som bor over en kilometer unna (Stigsdotter et al., 2011, s. 4-8).

Vi ser at friluftsliv og helse henger tett sammen, og regjeringen vil derfor satse på friluftsliv fremover. De ønsker spesielt å prioritere friluftaktiviteter i nærmiljøet og friluftaktiviteter rettet mot barn (Miljødepartementet, 2016, s. 7). Prosjektet med dagsturhytta kan være et godt tilbud i henhold til regjeringens ønske om å bedre folkehelsen. Hytta er plassert slik at man både får frisk luft og mosjon på turen dit. Den er et mål å gå til, og en plass å søke ly mot været.

2.3.2 Psykisk velvære

Friluftsliv som begrep omfavner det fysiske, mentale og sosiale aspektet ved naturen. Men for noen er ikke begrepet tilstrekkelig beskrivende for alle aspektene. De velger heller å bruke ordet rekreasjon for å beskrive de mentale verdiene ved naturen. Ordet rekreasjon betyr, mentalt sett, "gjenskapelse" (Hågvar, 2014a, s. 6). Forhold som påvirker vår psykiske helse og velvære er tilhørighet, tilfredshet, opplevelse av mening, mestring og positive relasjoner. Å oppsøke naturen kan for noen oppleves som terapi og gi sjelefred (Helsedirektoratet, 2014, s. 8).

Statistikk viser at psykisk helse utgjør den nest største diagnosegruppen etter hjerte- og karsykdommer. Psykisk-relaterte selvmord er tre ganger så frekvente som dødsfall i trafikken (Nordling, 2001, s. 6). Forskerparet Kaplan har studert miljøpsykologi og betydningen av landskapsopplevelser. Disse studiene omhandler forholdet mellom mennesket, naturlige omgivelser og helse. *Natur- og grøntområder* blir definert som alt fra uberørt natur til parker, en hageflekk utenfor huset og et tre i gata. Gjennom studier er det bevist at kvaliteten av det du har utenfor vinduet, er en betydelig faktor for rehabilitering og bedringen både i sykehus, mental-sykehus og i fengsel (Kaplan & Kaplan, 1989, s. 1-2).

I Vaagbø (1993) sin undersøkelse om nordmenns motiver for å oppsøke natur og friluftsliv var det de kontemplative verdiene som var de viktigste. Å oppsøke ro og fred, samt å komme seg bort fra mas og stress var høyt verdsatt. Gjennom Wergeland (2009) sin tilsvarende undersøkelse er fortsatt disse motivene like viktig og verdifulle for folk.

Ifølge en rapport fra Miljøverndepartementet, viser det seg at friluftsliv påvirker psykologiske aspekter som blant annet selvtillit, selvbilde, spenningssøking, selvrealisering, personlig utfordring og velvære (Miljøverndepartementet, 2008, s. 70-71). Mange oppsøker naturen fordi de søker en stillhet og en ro. Hågvar beskriver naturopplevelsen som "*En tilstand av total harmoni og tilstedeværelse*". Videre diskuteres det hvorfor denne følelsen dukker opp hos så mange ved kontakt med naturen. Biophilia-perspektivet forklarer vårt forhold til naturen gjennom vår kjærlighet til liv. Det antas at mennesket har en iboende, dyp forkjærlighet for kontakt med andre livsformer – bevisst eller ubevisst (Hågvar et al., 2014, s. 13). Stoknes støtter denne tilknytningen til naturen:

Det er uunngåelig dype bånd mellom mennesker og det landskap vi bor i, både materielt og psykisk. Dette kan uttrykkes i språk og tanke ved metaforer som “naturen er hjem” eller “naturen er familie”. En tredje er at “naturen er vårt Selv”. (Stoknes, 2014, s. 67)

2.3.3 Sosialt samvær

Mennesket er et sosialt vesen. Hvert individ har ulike psykologiske og sosiale behov (Liverød, 2013). De aller fleste ønsker være en del av et fellesskap (Aamodt et al., 2016, s. 32-33). Et fellesskap oppstår og utvikles ved å gjennomføre ulike typer aktiviteter sammen med andre. Det er når vi gjør noe sammen at vi erfarer nærhet til hverandre, knytter bånd, deler forpliktelser og interesser. Aamodt definerer tilhørighet som: *“en persons opplevelse av å inngå i en større sosial sammenheng og å være inkludert som venn eller medlem i sosiale fellesskap”* (Aamodt et al., 2016 s. 33).

Opplevelsen av å være i et fellesskap, og opplevelsen av sosial tilhørighet, har betydning for helsen. På individnivået påvirker opplevelsen faktorer som selvtillit og opplevelsen av mening i tilværelsen. På det mer overordnede nivået vil tilhørighet påvirke tryggheten og stabiliteten i et samfunn (Aamodt et al., 2016 s. 32). En av de viktigste arenaene for tilhørighet for voksne er på jobben. Ettersom at ikke alle har jobb eller mulighet til å arbeide, er det viktig for helsen og trivselen at det finnes tilbud om alternative aktiviteter som inkluderer alle i et fellesskap (Aamodt et al., 2016 s. 33). Dagsturhytta er et godt eksempel på et slikt tilbud.

I undersøkelser om det sosiale aspektet ved turgåing, er det liten endring fra 1993 til 2009. Både i Vaagbø (1993) og Wergeland (2009) sin undersøkelse, ser vi at de sosiale verdiene av å gå på tur er viktig for folk (Wergeland, 2009, s. 9). For nærmere 2 av 3 er det viktig å være sammen med venner på tur, og for nærmere 3 av 4 er det viktig å være sammen med familie. Å være sammen med familien når man går på tur, ser ut til å være viktigere for kvinner enn for menn. Samvær med familien ser også ut til å være viktigere for aldersgruppen 25-39 år (Wergeland, 2009, s. 9).

Det ble tidligere nevnt at alle er ulike, og at alle har ulike behov. På samme måte har alle ulike hverdag, og behovene våre varierer deretter. Noen trives med å være rundt andre mennesker

ofte eller hele tiden, mens andre trenger mer tid for seg selv. Mange tilbringer den "alenetiden" ute i naturen. Naturen blir beskrevet som et sanselig og sosialt fristed, en plass hvor man kan trekke seg tilbake og oppleve ro (Tordsson & Vale, 2013, s. 17). Rapporten til Vaagbø viser at flertallet av turgåere ofte velger å gå turer med familiemedlemmer eller venner. (1993, s. 4). Naturen viser seg å være en arena som er godt egnet og brukt til sosial kobling mellom de som bruker den.

2.4 Naturen som danningsarena

Begrepet danning beskriver menneskets utvikling av personlighet, oppførsel og moral. Det handler om individets evne og plikt til å forme seg selv. Begrepet knyttes tett opp mot den tyske bildung-tradisjonen. Teoretikeren Hegel la til grunn at menneskets egenskaper utvikles etter et forbilde preget av kulturen (Hogstad, 2019).

I boka *Last Child in the Woods* (2009) tar forfatteren Richard Louv opp temaet *barn og utvikling i nærkontakt med natur*. Han mener at barn i dag har mindre naturkontakt enn generasjonen før. Organisert og voksenstyrt aktivitet, innendørsliv og ikke minst mediebaserte sysselsettinger har tatt over for den frie leken i naturen. Han mener dermed at barn ikke får den anledningen til naturlig utvikling som skjer i samvær med natur.

Konsekvensene av dette er ifølge Louv skjebnesvangre. Det fører blant annet til redusert fysisk yteevne, kroppslig klumsenthet, sanselig nummenhet og fattiglig indre liv (Louv, 2009).

Det er stor gevinst i at barn får etablere en relasjon til naturen tidlig i livet kommer det frem i en rapport fra Miljøverndepartementet (2008). Videre leser man at det er mer sannsynlig at man tyr til naturen som ressurs for psykisk og fysisk velvære dersom man har en relasjon til den fra barndommen. Det vil være en opplevelse av å vende tilbake til noe trygt og kjent. I undersøkelsen til Wergeland vises det i motsetning til Miljøverndepartementets rapport ingen tydelig sammenheng mellom antall fotturer i oppvekst og i voksen alder (Wergeland, 2009, s. 23). Når det gjelder skiturer, er det derimot en tydelig sammenheng. De som oppgir å ha gått mye på ski i barndommen oppgir også at de går mye på ski i voksen alder. Tilsvarende oppgir de som har gått lite på ski i oppveksten at de går lite på ski i voksen alder (Wergeland, 2009, s. 20-25).

De samme tallene viser at det er en nedgang i barns naturmøte de siste tre tiårene. Helgeturen er erstattet med handleturen, og hverdagen er preget av organiserte aktiviteter i haller og anlegg (Tordsson, 2014, s. 34). Tordsson mener noen må lede vei til naturmøtene, og om familie og venner ikke gjør det, må nødvendigvis den organiserte aktiviteten gjøre det. Men da er det viktig at kvalitetene i det spontane og leken blir tatt vare på. Utover organisert idrett blir mye fritid brukt foran skjerm. Forskere konstaterer: “den eneste tiden når barn er overlatt til seg selv og opplever fritid, er den de bruker foran dataskjermer og elektroniske spill”. Det blir eneste arena der de kan være i fred (Tordsson, 2014, s. 35). Arkeolog, lærer og lege Britt-Louise Theglander mener det er lite aksept for *bare å være – og å gjøre ingenting* (Miljøverndepartementet, 2008, s. 106). I en rapport fra Ungdata junior 2017-2018 kommer det frem at 84% av unge mellom 10 og 12 år er med på en organisert fritidsaktivitet, der 59% bruker tre kvelder i uka eller mer til slike aktiviteter. I samme undersøkelse kan man lese at 75% bruker minst to timer foran en skjerm hver dag (Løvgren & Svagård, 2018).

Lek er grunnleggende i barns utvikling, og det viser seg at barn leker bedre i natur. “Naturlige miljøer utfordrer og utvikler barna fysisk helhetlig og allsidig” (Hågvar et al., 2014a, s. 16). Å leke i naturen gir barn et godt grunnlag for å utvikle de motorisk og sanselig yteevne. Det har også vist seg å øke evnen til konsentrasjon og målrettethet, evne til å planlegge handling i flere ledd og til å foregripe resultater. Naturen har en positiv effekt for utviklingen av fantasi, innlevelse og kreativitet. Naturen rommer ingen regler eller instruksjoner for hvordan den skal forstås, oppleves og brukes. Den er mangfoldig, variert og stadig i forandring. I motsetning til menneskeskapte lekeplasser, gir naturen fritt rom for tolkning i lek (Stoknes, 2014, s. 65). Samtidig kan leken i naturen forsterke opplevelsen av trygghet og tilhørighet til steder og nærmiljøet. Til slutt ser vi også at barna er generelt gladere og blir glade i naturen (Tordsson, 2014, s. 35).

Andrea F. Taylor og Frances E. Kuo mener at det enda ikke er gjort gode nok studier for å kunne fastslå at naturkontakt er vesentlig for barns utvikling. De konkluderer likevel med at naturkontakt er et godt supplement for barns utvikling helsemessig (2006, s. 136). Inntil det motsatte er bevist, vil de på grunnlag av sine studier anta at barn på lik linje med god næring og nok søvn, trenger en god dose naturkontakt. Ifølge Ingunn Fjørtoft (2001) er det sterk relasjon mellom strukturen i landskapet og leken. Tordsson og Vale skriver at naturen er en sosialt inkluderende lekeplass for barn. Det er en plass hvor alle blir inkludert uavhengig av hva man har og ikke har. Naturen har mer enn nok plass og “naturlige leker” til alle (2013, s.

17). Skogen representerer omgivelser for lek og læring som stimulerer til motorisk utvikling hos barn. I tillegg til å stimulere til lek, fysisk aktivitet og utvikling av motoriske ferdigheter, sier Tordsson og Vale (2013) at naturen har positiv effekt på søvn og fordøyelse, som også er to faktorer Taylor og Kuo vektlegger for god utvikling hos barn.

3.0 Metode

Metode er en valgt fremgangsmåte for å få svar på og belyse problemstillingen (Dalland, 2017, s. 54). For å komme frem til hvilken metode som egner seg best i en oppgave, må man først bestemme *hva* man ønsket finne ut og *hvorfor*. Metode betyr opprinnelig “veien til målet”. Det er viktig at det er sammenheng mellom spørsmål og *hvordan* man jobber for å finne svaret (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 140). Problemstillingen og metoden avgrenser til de sider av virkeligheten man ønsker undersøke. Vi ønsker derfor å understreke at vi vil ha en pragmatisk tilnærming til undersøkelsen. Det innebærer at vi forstår virkeligheten, og kunnskapen om den, som dynamisk. Kvaliteten og verdien i kunnskap som produseres får sin legitimitet basert på hvordan den kan anvendes innenfor undersøkelsens fagfelt (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 77).

I dette kapitlet redegjør vi for hvordan vi har valgt å gjennomføre undersøkelsen og svare på vår problemstilling.

3.1 Valg av metode

Metoden er et redskap i prosessen med å skaffe data som svarer på hvilke motiv barnefamilier i Sogndal har for å oppsøke natur- og grøntområder (Dalland, 2017, s. 54). Problemstillingen vår stiller krav til svar som ikke kan settes tall på. Det er personlige meninger fra intervjupersonene, som skal tolkes opp mot teori på feltet. For å finne ut mer om opplevelser, erfaringer og følelser rundt forskningstema har vi valgt å ta i bruk kvalitativ metode for å få svar på problemstillingen vår. Metoden gir en innfallsvinkel på tema som tar sikte på en dypere forståelse av motivet hos intervjupersonene i undersøkelsen (Dalland, 2017, s. 53). Dybde i resultatet kommer frem gjennom fleksibilitet i datainnsamlingen (Larsen, 2017, s. 90).

3.2 Datainnsamling

Vi vil redegjøre for hele prosessen med forberedelse og gjennomføring av intervju. Vi vil beskrive den delen av forskningsprosessen som angår utvalg, intervjuform og selve gjennomføringen av intervjuene.

3.2.1 Utvalg

Et utvalg består av personer som skal intervjues. Vi har valgt å omtale utvalget som intervjupersoner, på bakgrunn av Dalland sin begrunnelse (2017, s. 59). Betegnelsen skal synliggjøre den menneskelige relasjonen som oppstår i intervjusituasjonen.

I utvalget av intervjupersoner ønsket vi snakke med barnefamilier i Sogndal som bruker naturen. Dagsturhytta i Sogndal har barnefamilier som den satte målgruppen, og vi benyttet derfor hytta i prosessen med å finne intervjupersoner (Sogn og Fjordane fylkeskommune & Sparebankstiftinga Sogn og Fjordane, 2019, s. 40). Vi ønsket å undersøke familienes forhold til naturmøter, med hytta som eksempel. Hensikten med fremgangsmåten for utvalget av intervjupersoner var å få varierte svar. Vi valgte å kontakte dem, heller enn at de fikk muligheten til å kontakte oss. Strategisk utvelging sørger for hensiktsmessig svar som belyser problemstillingen. Ved å la personer melde seg til prosjektet, vil det være mulig at de har særlig interesse for tema, og svarene ville bli mindre variert (Larsen, 2017, s. 78).

For å finne intervjupersoner besøkte vi dagsturhytta, der det ligger en hyttebok hvor besøkende kan skrive seg inn. Vi loggførte hvem som hadde besøkt hytta, og markerte der barn hadde skrevet seg inn, eller der flere navn framsto som en familie. Vi satt igjen med nitten potensielle familier som var bosatt i Sogndal kommune. Av disse ble åtte personer ringt og fikk oppgaven presentert. Vi spurte videre om de kunne tenke seg å være en del av prosjektet, gjennom et intervju. Det var de foresatte i familien vi ønsket intervju, og presiserte i informasjonsskrivet at de kunne stille to på intervjuet om de ønsket det. Intervjuet dreide seg om intervjupersonenes liv i samspill med familien, derfor så vi det som berikende om begge foreldre kunne stille opp. Totalt var det seks personer som ønsket være med i prosjektet. Det resulterte i fem intervju, ett med et foreldrepar, og fire med én person.

I diskusjonen har vi valgt å systematisere intervjupersonene med nummer, de vil bli kalt intervjuperson 1, 2, 3, 4 og 5. Intervjuperson 1 var en dame med tre barn med stor spredning i

alder. En baby, et barn i barnehage og en på barneskolen. Intervjuperson 2 var en dame med et barn i barnehagen og et barn på barneskolen. Intervju 3 var med et foreldrepar. De vil bli referert til som: intervju 3, person A (person B). Intervju 3, person A og B hadde to barn i barnehagealder. Intervjuperson 4 var en mann med to barn nært i alder, på barneskolen. Intervjuperson 5 var en dame med et barn i barnehagen og et barn på barneskolen.

3.2.2 Utforming av intervjuguide

En intervjuguide skal lede forsker gjennom intervjuet, og den bestemmer hvor åpent eller strukturert intervjuet blir (Dalland, 2017, s. 78). Ifølge Larsen kan et kvalitativt intervju utformes på tre ulike måter (2017, s. 82). Vi benyttet oss av semistrukturert intervju, som er ferdig formulerte spørsmål med eventuelle stikkord (Vedlegg 1). Samtidig er det fleksibilitet i spørsmålsrekken, for at vi kunne tilpasse intervjuene underveis. Svar vi ville vite mer om stilte vi oppfølgingsspørsmål til. Det gav oss muligheten til å styre intervjuet i retningen vi ønsket å snakke om, og ga rom for nye og uventede fenomener (Larsen, 2017; Kvale & Brinkmann, 2015).

I prosessen med å utforme en intervjuguide tok vi utgangspunkt i Kvale og Brinkmann sine aspekt for et godt kvalitativt intervju (2015, s. 45-50). Intervjuet skulle være *fokusert* rundt bestemte tema. Derfor var spørsmålene delt inn med overordnede kategorier. I første del av intervjuet skulle vi gjøre oss kjent med intervjupersonene gjennom spørsmål om deres *livsverden*, hvem de er og hvordan hverdagen ser ut. Videre gikk vi mer i dybden av intervjupersonenes atferd knyttet til naturmøter. Det har vært viktig å få *deskriptiv* og *kvalitativ* kunnskap om naturens rolle i de ulike familienes liv. Dette gjorde vi ved å be om beskrivelser av spesifikke situasjoner og handlinger. *Spesifisitet* i intervjuet gjør oss i stand til å komme frem til betydning av meninger på et konkret plan. Vi brukte dagsturhytta som eksempel for å snevre inn. Det er basert på fenomenologisk metode, som dreier seg om å beskrive, snarere enn å analysere og forklare. Metoden tar utgangspunkt i et perspektiv der den virkelige verden er den mennesker oppfatter. Derfor vil det være lettere å uttrykke seg gjennom opplevde situasjoner, enn generelle meninger. Vi hadde interesse av å se om det lå en forskjell i det intervjupersonene mente, og det de gjorde i praksis. Derfor spurte vi om vaner og holdninger til friluftsliv, etter at intervjupersonene hadde fått en forståelse av hva vi la i begrepet.

3.2.3 Gjennomføring av intervju

Vi gjennomførte et pilotintervju med en person i målgruppen i forkant av intervjuene. Dette utdyper vi årsaken til i avsnittet om validitet.

I forkant av intervjuet ble det sendt ut et informasjonsskriv (Vedlegg 2). Der sto det blant annet hvem vi var og hva prosjektet handlet om, at intervjuet ble anonymisert, at vi gjorde opptak og at vi som forskere ved prosjektet har taushetsplikt. Dette var informasjon vi presiserte i forkant av intervjuet som Dalland påpeker viktigheten av (2017, s. 80). Samtidig snakket vi løst om oss selv og hvordan vi kom inn på prosjektet. Videre ble det signert et samtykkeskjema før intervjuet startet (Vedlegg 3).

Intervjuene ble gjennomført på forskjellige steder, der intervjupersonene hadde sagt det kunne passe dem. Ifølge Dalland (2017, s. 80) betyr omstendigheten i intervjuet mye for kvaliteten på intervjuet. I pilotintervjuet opplevde vi situasjonen lignende et avhør. Vi hadde ikke tenkt over hvordan vi plasserte oss i rommet, og hvilke roller vi skulle ha. På bakgrunn av dette bestemte vi at det bare skulle være to forskere med på intervjuene, der én stilte spørsmål og én var observatør. Intervjuene varte mellom 45 minutter og 1 time, med unntak av et intervju, som varte i 20 minutter. Ut av disse ble det transkribert ca. 45 sider data. Denne datamengden ble brukt til analyse, og videre drøftet i diskusjonen.

3.3 Analyse av data

Data fra forskningen kan analyseres på ulike måter. Ifølge Braun og Clarke (2006, s. 79) er tematisk analyse den første metoden man burde ta i bruk når man begynner å arbeide med den innsamlede informasjonen. Teoretikere har skrevet om flere analysemetoder som kan sees på som underkategorier til tematisk analyse (Braun & Clarke, 2006, s. 78). I denne oppgaven vil vi derimot kun forholde oss til tematisk analyse fordi metoden er fleksibel og kan gi omfattende og innholdsrik data. Tematisk analyse har som hensikt å finne mønster og sammenheng i data. Braun og Clarke skriver at et tema skal belyse vesentlig data sett i forhold til problemstillingen (2006, s. 84). For analyse av denne undersøkelsen valgte vi å kategorisere tema vi så på som vesentlig for å finne motiv til problemstillingen. Det vil derfor sees på som en teoretisk tematisk analyse. Dataen det blir sett deduktivt på, eller ovenfra og ned på (Braun & Clarke, 2006, s. 84).

Vi har tatt utgangspunkt i Braun og Clarke (2006, s. 87) sin inndeling av tematisk analyse i seks faser. I første fase må forsker bli kjent med dataen, og når man jobber med muntlig data må dette oversettes fra talespråk til skriftspråk. Kvale og Brinkmann mener forsøk på ordrette intervju-transkripsjoner skaper kunstige konstruksjoner som verken er dekkende for den muntlige samtalen eller de skriftlige tekstenes formelle stil. Vi har derfor valgt å transkribere på et analysenivå hvor vi ikke tar med fyllord, gjentakelser, stamming, bekræftende lyder eller verbale uttrykk hvis ikke det tilfører informasjon og gir teksten mening. Det gir transkripsjonen en sammenhengende, skriftlig stil som gjør det lettere å skjønne hva som egentlig sies. Hvert intervju ble transkribert to ganger av ulike forskere, deretter sammenliknet slik at vi sørget for at alle spørsmålene ble forstått (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 211).

Ifølge Braun og Clarke (2006, s. 88) skulle man i fase to etablere koder for å organisere dataene i mindre og meningsfulle grupper. For vår oppgave ble det for omfattende. Vi valgte heller å forkorte transkriberingen, og luke vekk irrelevante svar. Alle intervjuene ble forkortet under ti overskrifter for de ulike emnene intervjuet dreide seg om. I fase tre systematiseres svarene under samme overskrifter i et dokument. I arbeidet med å tematisere svarene er målet å rydde opp i datamaterialet. Vi har sett etter like svar, og vurdert tyngden av svar som skiller seg ut (Dalland, 2017, s. 93). Sammenfatningen av intervjuene ble skrevet ut og de poengene vi så på som viktig ble markert. Noen poeng gikk under flere overskrifter, det ble markert. Det ble også laget en overskrift for poeng som ikke hørte til noe spesifikt.

I fase fire ble de ulike overskriftene gjennomgått i et kritisk perspektiv. Det skal sørge for at svarene innenfor hver overskrift henger sammen, og at det er et klart skille mellom dem (Braun & Clarke, 2006, s. 91). I denne fasen så vi etter dypere meninger i svarene vi hadde fått. I fase fem prøvde vi finne essensen i overskriftene. Hvert overskrift ble skrevet som et sammendrag med konkrete eksempler fra intervjuene og tolkninger gjort ut ifra det vi forskere mente intervjupersonene prøvde formidle. Videre må de også sees opp mot hverandre og problemstillingen (Braun & Clarke, 2006, s. 92). Vi måtte justere problemstillingen i denne fasen. Det ble tydelig at det vi hadde spurt om og fått svar på, ikke var helt i samsvar med det vi lurte på.

Ut ifra analysens siste fase fant vi frem til analysestikkord. Temaene som kom frem ble: *kultur, tradisjon og oppvekst, naturopplevelse og danning* og tilslutt *motiv for å være ute*.

3.4 Reliabilitet og validitet

I en forskningsoppgave vil pålitelighet og relevans være to faktorer som har stor betydning for et vellykket og godt prosjekt. I denne oppgaven har vi kontinuerlig tatt valg for å ivareta disse begrepene på best mulig måte. Videre vil vi her definere de to begrepene og redegjøre for valgene vi har tatt på bakgrunn av dem.

3.4.1 Reliabilitet

Reliabilitet innebærer nøyaktighet i forskningen, som fører til et pålitelig resultat (Larsen, 2017, s. 80). I startfasen av oppgaven hadde vi alle ulike tanker rundt tema vi hadde valgt, og hva vi kunne finne av resultat. Denne førforståelsen snakket vi om i forskergruppa, slik at vi greide å skille den fra den nye forståelsen som kom med teoretisk og undersøkende kunnskap. Under intervjuene holdt vi oss bevisst naive i spørsmål og bekreftelse slik at beskrivelsene fra intervjupersonene skulle bli så forutsetningsløse som mulig. Samtidig skulle vi ha sensitivitet og forkunnskap, slik at vi kunne innhente det relevante i beskrivelsene. Gjennom teori og undersøkelse ble egne teorier avlivet, og forklaringene som sto igjen hadde en styrket holdbarhet (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 48).

Både teori og data fra intervju som samles inn må ha relevans til problemstillingen. Hvorvidt et resultat kan reproduseres av andre forskere er en god indikasjon på intervjuet og forsker sin pålitelighet. I den kvalitative intervjuformen kan det personlige samspillet mellom forsker og intervjuperson påvirke forsker sin profesjonelle avstand både i og etter intervju. Vi syntes det var vanskelig å finne en balanse mellom å oppmuntre deltakerne til å komme med sine meninger og ikke vise for mye medhold. Forsker skal holde seg profesjonell og samtidig opptre med empati, sensitivitet og engasjement for å ivareta egen integritet (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 277). Det løste vi ved å benytte småprat før selve intervjuet, underveis engasjerte vi oss gjennom å stille oppfølgings spørsmål. I etterkant ser vi at det kunne blitt stilt mer dyptgående spørsmål. På grunn av lite erfaring var det flere ting vi ønsket undersøke, men som vi ikke greide spørre om på en god måte, og derfor valgte ikke ta opp.

Forskningen i denne oppgaven mener vi er god nok ut ifra oppgavens omfang. Vi konkluderte med at undersøkelsen nådde sin metningsgrad ved fem intervju. Denne avgjørelsen ble gjort ut ifra en vurdering etter det tredje intervjuet. Vi diskuterte hvorvidt det var nødvendig med flere synspunkt. To av de tre første intervjuene opplevde vi som relativt like. Derfor ønsket vi et større perspektiv på problemstillingen, og kontaktet 2 intervjupersoner til. I og med at forskningsoppgaven skrives av tre forskere vurderte vi oss ressurssterke nok til at fem intervju ville være mulig å transkribere og analysere.

Pålitelighet i transkribering og analyse sikret vi blant annet ved å være nøyaktige i behandlingen av forskningsmaterialet vårt. Ved å ta opptak av samtalen, kunne vi gå tilbake i opptaket underveis og kontrollere at påstander vi brukte kom fra informanten. Transkripsjonens pålitelighet er ivaretatt gjennom kvantifisering. Ved å transkribere hvert intervju to ganger blir mulige misforståelser og utydigheter fanget opp. Tegnsetting kan ha stor betydning for forståelsen av hva som blir sagt, dette ble lagt vekt på i sammenligningen av de to transkripsjonene (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 212).

3.4.2 Validitet

Validitet handler om at dataen som samles inn skal være relevant for prosjektet og korrekt bearbeidet ut fra premissene. Dette sikrer vi gjennom relevante kilder og intervjupersoner. Vi kom i kontakt med barnefamilier, som alle hadde noe ulikt perspektiv på naturen. Det var viktig for oppgavens reliabilitet. Vi vurderte validiteten i individuelle tema sett opp mot helheten i oppgaven (Braun & Clarke, 2006, s. 91). Det resulterte i at teorigrunnet ble bearbeidet underveis, og tilpasset de temaene som var av tyngde i diskusjonsdelen.

Intervjuguiden må være relevant til problemstillingen for at intervjuene skal gi oppgaven nyttig data. Dette sikret vi gjennom pilotintervju som gav oss mulighet for nødvendige endringer i spørsmål og intervjusituasjon (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 278). Likevel var det mangler i svarene vi fikk. Vi burde spurt mer om hvorfor intervjupersonene gjorde som de gjorde. Det resulterte i mye overfladisk data som ikke kunne brukes i diskusjonen.

3.5 Etske vurderinger

Gjennom hele oppgaven har vi forsøkt å gjøre kontinuerlig etske vurderinger.

Forskningsetikk handler om å vurdere forskningen opp mot de samme normene og verdiene som man forholder seg til i dagliglivet (Dalland, 2017, s. 236).

Vi brukte lydopptak for å kunne gå nøye gjennom hva og hvordan spørsmålene ble besvart i etterkant av intervjuene. Dalland (2012, s. 236) beskriver at man er pålagt å søke til NSD ved arbeid med personopplysninger i et prosjekt. Ifølge NSD (2019) er lydopptak en personvernopplysning og krever derfor at man søker godkjenning for dette. Det gjorde vi i god tid før intervjuene, slik at det ikke skulle begrense når vi kunne gjennomføre intervjuene.

Det er viktig at man sikrer personvernet hos de som deltar i forskningen. Noen dager i forveien fikk intervjupersonene tilsendt informasjonsskriv over mail som beskrev prosjektet. Skrivet forsikret intervjupersonene om at hele prosessen var anonym og at de ikke ville bli identifisert gjennom oppgaven. Til slutt informerte vi dem om at de når som helst kan trekke seg om det skulle være ønskelig. En planlagt intervjuperson trakk seg i forkant av intervjuet, på grunn av mangel på tid. Før vi begynte intervjuet skrev de under på et samtykkeskjema. Et skriftlig samtykke vil være en garanti for oss dersom det skulle oppstå tvil eller uenigheter.

4.0 Resultat og diskusjon

Utgangspunktet og problemstillingen for denne oppgaven var: *Hvilke motiv har barnefamilier i Sogndal for å oppsøke natur- og grøntområder?*

I denne delen av studien vil vi presentere svarene vi fikk fra intervjupersonene. Resultatene vil diskuteres ut ifra relevant teori som har blitt presentert tidligere. Problemstillingen vil drøftes fra ulike synsvinkler gjennom tre tema som vi kom frem til i analysedelen: i) kultur, tradisjon og oppvekst, ii) naturopplevelse og danning og iii) motiv for å være ute.

4.1 Kultur, tradisjon og oppvekst

Norsk kultur, tradisjon og oppvekst er tema vi mener er relevant for oppgaven, da det kan påvirke motivene intervjupersonene har for å oppsøke natur- og grøntområder.

4.1.1 Kultur i familien

Man kan argumentere for at det innad i en familie finnes en egen kultur. Den er skapt av familietradisjoner, språk, handlingsmønster og påvirkning fra samfunnet rundt. Hverdagen består av ulike rutiner og kabaler som skal gjøre at familien fungerer sammen. I de fem intervjuene i denne undersøkelsen var det gjennomgående at ukedagene *“hadde for få timer”*. Det stemmer med at småbarnsfamilier er den gruppen med minst fritid (Kjølørød, 2019). Selv om utvalget i denne undersøkelsen ble gjort strategisk, med hensikten i å kontakte familier med interesse for friluftsliv, viste det seg at intervjupersonene hadde ulik tilnærming til friluftslivet.

Intervju 3, person B har jobbet i barnehage, og reflekterer rundt samfunnets normer om oppdragelse da han vokste opp og i dag. *“Jeg tipper på at foreldrene nå er mye mer med og “på” ungen sin”*. Videre sier han: *“I dagens samfunn er det nok mye mer fokus på å være forsiktig”*. Forskjellene i familiekulturer kommer tydelig fram når man snakker om dette temaet. På den ene siden sier intervjuperson 2: *“Yngste datteren vår var på dagsturhytta med en annen familie, hun hadde falt masse siden ingen kunne holde henne i hånden hele tiden. Det var gjørme over alt”*. På den andre siden forteller intervju 3, person B om en tilnærming

til barnas aktivitet der: *“De skal få lov å slå seg noen ganger og så lære av det”*. Den første av disse to har en tilnærming der primærfokuset handler om trygghet og sikkerhet, mens den andre intervjupersonen fokuserer mer på barnas opplevelse og læring gjennom erfaringer.

4.1.2. Oppvekst påvirker forholdet til natur

“Jeg og kona har alltid vært mye ute, også i forbindelse med lek. Det meste har jo foregått ute fra vi var små” sier intervju 3, person B til spørsmålet om han ser noen forskjell i egen og barnas oppvekst. Ser vi på hvordan han beskriver egen oppvekst, er det en tydelig sammenheng til hvordan han forholder seg til naturen i voksen alder. *“Vi ser jo at når vi velger aktiviteter, så er det fysiske aktiviteter og uteaktiviteter, også i helgene. Det er veldig sjeldent vi prioriterer noe som er stillesittende eller rolig”*. I motsetning forteller intervjuperson 1: *“Dette friluftslivet ligger ikke så veldig naturlig for oss. Vi har ikke drevet med det tidligere selv (...), likevel har vi egentlig et veldig stort ønske om å være en friluftsliv-familie”*. Denne tankegangen ser vi igjen i flere intervju. Den kan kanskje sees på som et resultat av friluftslivets rolle i den norske kulturen som identitetsskapende (Tordsson, 2005, s. 163). Uavhengig av om man har vokst opp med friluftsliv eller ikke, ønsker man å ha en tilhørighet til det. Det viser seg imidlertid å være utfordrende hvis man ikke har en relasjon til naturen fra barndommen.

Intervjuperson 1 forteller om ski som en engasjerende og mye drevet aktivitet i familien. Begge foreldrene har hatt en barndom preget av idrett, og ski har blitt drevet mye. Derimot er ikke ski en populær vinteraktivitet i familien til intervjuperson 2, selv om de driver en del med friluftsliv. Intervjuperson 2 fortalte at hun hadde en barndom med mindre aktivitet enn det hennes egne barn har. Hun sier: *“Vi er mest glad i å gå på tur, men ikke ski og sånn”*. *“Barna er gjerne ute når det er snø, men går ikke på ski”*. Ski er en viktig del av norsk friluftsliv, men er ekskluderende i større grad enn fotturer, da det krever visse ferdigheter. Det kommer frem i undersøkelsen til Wergeland, som viser at de som har gått mye på ski i barndommen går mye på ski i voksen alder. Tilsvarende oppgir de som har gått lite på ski i oppveksten at de går lite på ski i voksen alder (2009, s. 20-25). Det kan virke som at terskelen for å komme seg ut med barna er lavere når foreldrene er komfortable i aktiviteten.

4.1.3 Tilrettelegging skaper passive barn

Intervjuperson 1 beskriver et grøntområde med skog like ved huset de bor i. Dette området har de besøkt med barna, men sier: “... *da vet de nesten ikke hva de skal gjøre. Jeg ser at det er ikke slik som da vi var unge – ut i skogen og styre på*”. Samtidig retter hun kritikken mot dem som foreldre: “*Det er jo vår feil som foreldre, at vi har vært dårlige på å introdusere dem for skogen. Hadde vi vært mer med bort og lekt med dem og lært dem mer opp, så hadde de sikkert brukt den mer*”. Denne oppfatningen er ifølge Sanderud og Gurholt en misforståelse. En forutsetning for at barn skal kunne drive nyskjerrig lek er at de får utforske selv, uten retningslinjer (Sanderud & Gurholt, 2012, s. 11). Dette støttes i evolusjonære teorier. Barn leker i naturen fordi det ligger naturlig for dem, og ikke fordi det er tillært (Miljøverndepartementet, 2008, s. 54). Argumenter for oppdragelsesformen til intervju 3, person B finner man igjen i den evolusjonære teorien. “*Vi vil at han skal lære av å være ute. Lære av sine feil. Han skal få lov å boltre fritt seg rundt og finne ut selv hva som er lurt og ikke lurt*”. Kanskje kan dette ha noe med farens faglige bakgrunn fra barnehage?

I intervjuene ble “skjermbruk” beskrevet som en aktivitet som opptok mye av barnas tid. Intervjuperson 1 forteller: “*Hadde de vært en brøkdel så interessert i å gå på tur som å se skjermen, så hadde jo det vært fantastisk. Den skjermen er virkelig en stor utfordring*”. I undersøkelser om læring ser man at ved å flytte læringsarenaen ut av klasserommet, og bruke andre læringskilder enn skolebøkene og digitale ressurser, vil andre kognitive prosesser igangsettes (Jordet, 2010, s. 67). Denne teorien impliserer at skjerm og passiv aktivitet gir mindre stimulering enn aktivitet ute. Flere av intervjupersonene opplever det vanskelig å få barna til å trives i naturen fordi barna kan bli underholdt ved å sitte foran en skjerm. De forteller samtidig at barna er mer kreative i naturen. Disse påstandene støttes av Theglander som forteller at barn har fantasi, hvis man tillater dem å ha det (Miljøverndepartementet, 2008, s. 106).

4.1.4 Lite friluftsliv i ukedagene

I intervjuene kommer det frem at det er lite tid til friluftsliv i hverdagen. Det er det flere årsaker til. Alle barna som gikk på barneskolen var med på organisert idrett i noen form. Mye skjermtid og mangel på lavterskel-turer i området var andre årsaker som også ble nevnt som hinder. Intervjuperson 5 opplever ukedagene som stressende og sier: “*I motsetning til*

hverdagen er det litt mer ro i helgene, og vi kan styre tiden og ja, det stresset, selv. Helgen er mer på våre premisser". Men er det virkelig slik at premissene for ukedagene ikke styres av dem selv? Teorien forteller heller at man ønsker være del av et fellesskap, og derfor tar valg som gir oss en tilhørighet i samfunnet (Aamodt et al., 2016 s. 33). Intervju 3, person B forteller nemlig: *"Jeg henter, og da er ungene veldig glad i å gå tur. Så vi er mye oppover her i nabolaget. Vi er ofte ikke hjemme før i 5-tiden."* Videre forteller han: *"Og så er det voldsomt lett for oss å gå bak i skogen"*. Denne familien prioriterer annerledes en de andre familiene, og opplever derfor også andre utfordringer. *"Det er mye fysisk. Jeg skulle ønske vi hadde bedre tid til å kanskje sette oss ned å øve på å male, skrive eller tegne. Vi gjør det altfor sjeldent"*.

4.2 Naturopplevelse og danning

I denne delen kommer vi til å drøfte hvordan naturen påvirker lek og læring hos barn, og hvordan intervjupersonene opplever barnas lek og læring i naturen, opp mot teorien. Til slutt vil vi drøfte rundt begrepet *glede*, og dets betydning for intervjupersonene.

4.2.1 Læring og lek

Naturen er en læringsarena som konstant er i endring. *"(...) åpner naturens kompleksitet og uforutsigbarhet for at noe uventet alltid kan og vil skje."* (Sanderud & Gurholt, 2012, s. 8). Uforutsigbarheten den tilbyr gir et godt grunnlag for læring. Intervjuperson 4 påpeker at dette er årsaken til at man aldri blir helt utlært uansett hvor mye man tror og vet fra før. Det er dette intervjuperson 4 håper at barna hans ser verdien av, og at deres interesse for naturen skal være større enn hva hans egen var når han var barn.

Intervju 3, person A, fortalte om en tidligere naboer med et barn i barnehagealder, som hadde vokst opp i en storby. *"Da de flyttet til Sogn, så jeg at barnet hadde vansker med å fotfeste seg i ulendt terreng den første tiden. Barnet hadde ikke gått på annet enn asfalt eller andre harde, jevne underlag."* Dette bekrefter tankene til Louv (2009) om at konsekvenser av mindre naturkontakt hos barn kan føre til redusert fysisk yteevne og kroppslig klossethet. Familien i intervju 3 anså naboens erfaring som en motivasjon for å la deres egne barn vokse opp nært naturen, for en bedre motorisk utvikling enn hva de ville fått ved å bo i en by. De

var også opptatt av at de ikke ville være at den overbeskyttende og forsiktige foreldre-typen, men heller at barnet skulle lære av å prøve selv. *“Utvikling og læring hos barn er nært knyttet til kroppslige erfaringer og fysisk mestring.”* (Miljøverndepartementet, 2008, s. 24)

“Sikker lek” har vært et diskusjonstema i Norge i flere tiår (Bundy et al. 2010, s. 267-268). Dette har ført til strengere restriksjoner for uteplassene. Klatring i trær er ikke lov i flere barnehager og trenden sprer seg, bekrefter en nyhetsartikkel fra TV2 (Reinemo & Solheim, 2015). Et barn er naturlig utforskende og nysgjerrig. Voksne har derimot ikke det samme perspektivet (Sanderud & Gurholt, 2012, s. 11). Deres forsøk på tilrettelegging skaper rammer i barnas verden som trolig vil begrense deres utvikling, perspektiv og personlige forhold til naturen (Bundy, et al., 2010, s. 272).

I to av intervjuene nevnes det et ønske om at det skulle ha blitt laget en naturlekeplass ved dagsturhytta eller langs stien på tur opp for å gjøre det mer spennende for barna. Dersom dette skulle blitt gjort, kan det diskuteres om poenget med det *naturlige* hadde forsvunnet litt. Det som er menneskeskapt er konstruert med spesifikke intensjoner og har ofte mindre alternativer til bruk, enn det som allerede finnes i de naturlige elementene. Slike konstruksjoner kan fort bli et hinder for barnas læring, da de ikke byr på videre utfordring etter å ha blitt utforsket noen få ganger (Sanderud & Gurholt, 2012, s. 11). Naturen kommer uten instruksjer. Den er åpen for flere tolkninger, i motsetning til de menneskeskapt lekeplassene (Tordsson, 2014, s. 36).

Samtidig kan det være fint å kombinere natur og menneskeskapt lekeplasser. Intervju 3, person B sier dette om forskjellen på naturlig og bygd lekeplass:

Å klatre i tre i stedet for i et lekestativ ser jeg jo på som bedre motorisk sett. Å være ute i ulendt terreng er jo bedre enn å trå på en lekeplass. Selv om man utvikler seg godt motorisk av å gå og leke i lekestativ, så er det noe med det at terrenget er ulendt for føttene. Man vet liksom ikke helt hva som kommer og hvor man trår, kontra en lekeplass der alt er tilrettelagt på en eller annen måte.

Barna vil muligens få mer mosjon og mulighet til å gå i mer ujevnt terreng hvis lekeplasser plasseres litt unna «allfarvei». Det er imidlertid ikke så enkelt. En lekeplass langt fra barnas nærområde vil nok ikke bli prioritert i en travel hverdag. Forskning viser at barn ikke beveger seg lenger enn 300 meter fra egen bolig før de kommer opp i tenårene

(Miljøverndepartementet, 2008, s. 106). Flere foreldre forteller om en angst for at barna skal bli skadet eller utsatt for ubehagelige situasjoner om de beveger seg vekk fra huset. Dette viser at handling og tanker om lek i fri natur ikke samsvarer helt for flere intervjupersoner.

Da intervjuperson 5 ble spurt om familien leker på tur, og om de som foreldre ofte byr på lek, uttalte hun seg slik: *“Ja, når vi har kommet fram leker vi som regel politi og røver, sisten, stiv heks eller noe sånt for å ha det litt gøy. Og så er det litt lek på tur opp og, typ; hvem kan hoppe lengst og klatre lengst opp i det treet og masse “mitt skip er lastet med””*. Dette kan ses opp imot forskningen til Bundy et al. (2010, s. 267-268). Det ligger innforstått i vår norske kultur at lek i naturen er bra for barna. Mye lek i barndommen assosieres gjerne med en god barndom. Tidligere forskning støtter dette og viser til at ulike naturmøter har stor verdi for barn og unges utvikling (Tordsson, 2014, s. 34-35). *“Naturen er lek i deres øyne. Der kan de klatre i trær og herje, uten begrensninger. Naturen har ikke verdi for dem når de ikke er på tur”* (Intervjuperson 5). Naturen og opplevelsene blir til hva foreldrene gjør det til. De ønsker at barna skal ha det gøy på tur og sitte igjen med positive opplevelser. Naturens verdi for barna skapes av foreldrene, familiens vaner og synspunkter og egne opplevelser.

Stortingsmelding 18 (2015-2016) fremhever at lek, ferdsel og opphold i naturlige omgivelser har stor verdi for barn og unges utvikling. Lek og opphold i naturen skal også ha vist seg å forbedre konsentrasjons- og refleksjonsevnene til barn og unge. I intervju 2 fortelles det om et av barnas syn på lek i natur: *“Man kan liksom leke mens man går”*. Ting dukker opp litt underveis. Som den foresatte sa: *“Barna går mye lenger enn oss, for de følger jo ikke stien. De springer opp og ned, hopper og klatrer på steiner og sånt”*. Barna leker annerledes ute – de har bare hverandre og naturen. *“Jeg føler de blir mer kreative når de er ute”* (Intervjuperson 2). Flere intervjupersoner kom med tilsvarende uttalelser angående barnas lek i naturen. Lek i fri natur stimulerer sanse- og fantasilivet rikere og mer allsidig enn lek på menneskeskapte lekeplasser, da slike omgivelser utfordrer og tillater barna å bruke fantasien mer. Verden blir utforsket mer sanselig aktivt enn i tilrettelagte omgivelser (Tordsson, 2014, s. 35).

Etter informasjonen vi har fått fra intervjuene så kan det se ut som om de minste barna ikke nødvendigvis skiller mellom lek i naturen og lek i lekestativer. De har ikke den bakgrunnskunnskapen som voksne har, og kjenner ikke til de fysiske, motoriske, psykiske eller sosiale konsekvensene av å leke i de ulike miljøene.

Jeg tror ikke han har gjort seg opp en mening om han helst vil leke fritt i naturen der han kanskje er litt mer kreativ og fantasifull, eller om han liker best et lekeapparat. (...) Men jeg tror nok at han blir litt mer kreativ og fantasifull når han er ute. Så med årene kommer han nok til å ha en mening om hva han vil. (Intervju 3, person A)

Dersom det er slik at barn oppnår bedre motorisk utvikling av å oppsøke naturen, burde de kanskje få muligheten til nettopp dette. Det betyr at noen må ta på seg ansvaret for at barn får prøve seg i ulike naturlige miljø. Uansett om det er barnehager, skoler, familie eller venner som tar på seg ansvaret for å lede vei til naturmøter, så er det viktig at den spontane leken blir tatt vare på. Det er denne som stimulerer barns fantasi og kreativitet (Tordsson, 2014, s. 35).

4.2.2 Glede

“Jeg håper jo at de klarer å få glede av å gå til fjells etter hvert som vi har gjort det mye i barndommen (...), at de kjenner at det er godt” (Intervjuperson 1). Dette tyder på at foreldrene anser fysisk aktivitet som et sterkt motiv for å være i naturen. For intervjuperson 5 var det også viktig å få barna ut og i aktivitet. *“Vi prøver at barna skal være aktive – vi ønsker jo veldig det. At de skal få et forhold til å gå i fjellet og klatre i trær. Selv om de ikke alltid har kjempelyst. Håper de ser gleden i det, det er veldig viktig”*. Det kommer imidlertid frem at barna ikke ser på uteaktivitet som bare positivt. Intervjuperson 5 forteller om turen opp til dagsturhytta: *“Barna var jo ganske irriterte for at det var så bratt og langt (...), det ble masse klaging og premien vi lovt dem ble større og større”*. Det er ikke alltid lett å få med barna ut. I alle intervjuene ble det sagt at det som regel var foreldrene som tok initiativ til å gå ut. Når de først var ute var det derimot sjeldent dårlig stemning, og barna hadde det gøy. Venner gjorde turen ekstra stas, og det var lettere å få barna med ut. Dette kan tyde på at barna trives i situasjonen og liker å ha noen å dele opplevelsene med (Miljøverndepartementet, 2008, s. 31).

Nesten alle intervjupersonene hadde hatt en aktiv barndom og så verdien i å bruke naturen. Dårlig vær gjorde imidlertid dørstokkmila for å komme seg ut lenger. I motsetning til foreldrene virker det ikke som om barna har den samme utfordringen. I intervju 3, sier person A: *“Hvilket vær det er ute har ingenting å si på om barna har lyst ut eller ikke. De liker å*

være ute uansett vær". Ulike naturmiljøer byr på muligheter og utfordringer som stimulerer utforskelsestrangen hos barn (Sanderud & Gurholt, 2012, s. 6). Dette kan forklare hvorfor de fleste barn ikke preges negativt av dårlig vær.

"Det blir mindre konflikter når man er ute. Så det med å være ute, eller det å bruke naturen setter vi jo høyt, da" sier intervju 3, person B. Det ligger i den norske kulturen at man skal være glad på tur. Vi har uttrykk som: "ut på tur, aldri sur" og "det finnes ikke dårlig vær, bare dårlig klær". Det var flere familier som fremhevet at det som regel skapes positive opplevelser på tur. Det er vist at naturen stimulerer hjernen og kroppen på flere måter enn hva vi klarer gjennom innendørs- eller annen voksenstyrt aktivitet (Tordsson, 2014, s. 35). Naturen vil oppleves som en kontrast til den ellers regulerte og forutsigbare hverdagen, noe som kan forklare at de opplever mindre konflikter når barna er ute.

4.3 Motiv for å være ute

Den største trusselen mot folkehelsen var tidligere smittsomme sykdommer. De to sykdommene som *nå* er de største truslene, er livsstilssykdommene *overvekt* og *depresjon*. Overvekt er ofte knyttet til inaktivitet, men årsaken til depresjon er vanskeligere å fastsette. Det ser ut til at aktivitet i naturen kan forebygge og være god rehabilitering knyttet til *både* depresjon og overvekt (Hågvar, 2014a, s. 5). Opplevelsen man får av å sosial tilhørighet og å være i et fellesskap er ifølge Aamodt et al. (2016 s. 32) også sterkt knyttet til helse. Vi kan ut ifra dette påstå at friluftsliv er godt for generell folkehelse.

4.3.1 Fysisk aktivitet

Ut ifra intervjuene ser vi at intervjupersonene legger vekt på fysisk aktivitet i hverdagen. Både organiserte fritidsaktiviteter og uorganisert lek i natur- og grøntområder ble trukket frem hos alle vi snakket med. Samtlige av barna i skolealder er med på en eller annen form for fritidsaktivitet som innebærer fysisk aktivitet. I spørsmålet om hva slags utbytte foreldrene ønsket at barna skulle få ut av aktiviteten, var svarene varierte. Noen vektlegger ønsket om at barna skal utvikle seg allsidig med tanke på motorikk og kroppsbeheerskelse,

mens andre fremmer ønsket om at barnet skal oppleve glede i seg selv eller glede knytt til det å være i fysisk aktivitet.

Når det gjelder aktivitet knyttet til natur- og grøntområder, presiserer intervjuperson 1 at de som foreldre alltid har vært tydelige på å lære barna at “vi *skal* være ute og vi *skal* være i aktivitet”. Hun snakker mye om at hun ønsker at barna skal finne noe de liker å holde på med, men legger likevel ikke skjul på at hun er glad for at de *selv* velger fysisk aktivitet over aktiviteter som korps og instrument. Begge foreldrene i denne familien har selv drevet aktivt med fotball og er opptatte av å opprettholde god fysisk form. Videre presiserer hun at de har påpekt for eldste datter som også har valgt fotball, at hun ikke må gjøre det på grunn av foreldrene, men av egen interesse. De presiserer at hovedfokus ligger i glede når det gjelder fritidsaktivitet, samtidig som det kan virke som at fysisk aktivitet i underbevisstheten er viktigere for dem enn hva de egentlig tror.

Ifølge Breivik og Rafoss (2012, s. 90) er fysisk aktivitet i naturen, blant nordmenn, hovedsakelig lavterskelturer som ikke krever stort av verken bruker eller område. Alle intervjupersonene i vår undersøkelse poengterer viktigheten av å ha et nærområde med godt utgangspunkt for turer. Mange nevner at hverdagene er travle med tanke på jobb, skole og tidlig leggetid for de minste. For at de skal ha tid til å bruke naturen også i hverdagen, vil tilgjengelighet være viktig. Noen av intervjupersonene bor i Sogndal sentrum, mens andre bor noen kilometer unna. Samtlige av intervjupersonene bor likevel nærmere et grøntområde enn 300 meter. Den danske studien av Stigsdotter et al. (2011, s. 4-8) viser at de som bor nærmere grøntområder har bedre helse på flere områder sammenlignet med de som bor lenger unna grøntområder. I Sogndal er de fleste bosatt innenfor denne 300 meters grensen. Vi anser derfor ikke tilgjengeligheten som en barriere for å komme seg ut.

Manglende motivasjon er ifølge forskning en mer avgjørende faktor for inaktivitet, heller enn barrierer (Breivik & Rafoss, 2017, s. 115). Flere av intervjupersonene forteller at de korte ettermiddagene hindrer dem i å kunne benytte seg av natur- og grøntområder i hverdagen. Intervjuperson 2 sier: “*Vi prøver være på tur i helgene. Da er det mest gjennomførbart. Vi har ikke så mye tid på ettermiddagen*”. Er det tiden som er til hinder, eller kan det være manglende motivasjon som stopper dem? På spørsmål angående hverdagen og barrierer sier intervjuperson 1: “*Det ligger mer på oss og at vi må planlegge og finne ut at nå skal vi på tur*”. Flere av intervjupersonene nevner også været som en hindring for å komme seg ut. “*Hvis det er fint vær er vi ute hvis ikke blir det litt sånn alternative ting da. Man kan jo i*

teorien være ute hvis det regner. Men ungene er masse ute uansett, og synes liksom ikke det er så hyggelig om det regner” (intervjuperson 2). Flere av foreldrene har opplevd det å planlegge tur, samt dårlig vær, som stressende tidligere. Denne opplevelsen gjør tanken på å forholde seg til det igjen demotiverende. Når de først kommer seg ut forteller de imidlertid om gode opplevelser, også i dårlig vær.

4.3.2 Psykisk velvære

Kontemplasjon, ro og harmoni viser seg å være voksende motiv for å gå tur (Wergeland, 2009, s. 8). Det å komme seg bort fra mas, stress, støy og forurensning har blitt en viktigere grunn for at folk velger å oppsøke naturen.

Flere av intervjupersonene nevner den stressende hverdagen som en begrensning for å komme seg på tur etter jobb, skole og barnehage. Videre uttrykker de at det derfor er godt å kunne senke tempoet og komme seg på tur i helgene. Det virker som at det er lite som skal til for å finne denne roen, en liten dagstur kan være nok. Intervjuperson 5 uttrykker dette godt: *“Bare det å være. Det er deilig. Jeg var ikke glad i det i ungdomsalder, men nå er vi veldig glad i det. Jeg føler det er slitsomt mens det står på, men det er en egen ro og man slipper det stresset”*. Dette sitatet uttrykker tydelig bruk av naturen som *rekreasjon*. Intervjuperson 1 nevner omtrent det samme i svaret på spørsmålet: Hva betyr naturen for deg. Hun forteller at begge foreldrene i familien tar i bruk naturen i tunge perioder. *“...vi fant veldig roen i å bruke naturen kjempemasse. Vi satt aldri inne. Hvis vi hadde en skikkelig dårlig dag var det bare slik; vi må jo bare ut. Det er jo litt terapi”*.

Lek nevnes av alle intervjupersoner og er tydelig en viktig del av barna sin hverdag. Ifølge Tordsson og Vale har barn som leker i naturen bedre oppmerksomhet og fokus enn andre. Naturlige lekeplasser stimulerer også oppfinnsomhet og kreativitet i form av et rikere og mer allsidig sanse- og fantasiliv (2013, s. 15-16). Naturen rommer ingen regler eller instruksjoner for hvordan den skal forstås, oppleves og brukes. I intervju 3, sier person A at han synes at barna leker mer fritt, kreativt og fantasifullt i naturen, sammenlignet med en tilrettelagt lekeplass. Han opplever ikke at barnet har en bevissthet rundt dette, men tror det vil bidra til en bedre mental utvikling. Dette støttes i intervju 2: *“Da har de ingen ting annet enn hverandre og naturen. Kan finne blomster og steiner osv. Føler de blir mer kreative når de er ute. Er ikke*

så låst i hva de skal gjøre på forhånd, ting dukker opp underveis". Det kan virke som at foreldrene har oppfattet, lært eller erfart at barna må tenke annerledes når de ikke får servert spill og lek med regler. Bevisstheten foreldrene har rundt barnas lek i natur kan kanskje kobles til biofiliahypotesen. Den forklarer menneskets dype kjærlighet til naturen som vårt opprinnelige hjem (Hågvar et al., 2014, s. 13). Samtidig er trolig den sterke tanken i norsk kultur om kontakt med naturen som udelt godt en grunn til den positive holdningen til naturlek (Tordsson, 2005, 163).

4.3.3 Sosialt samvær

"Det å ha en felles turopplevelse sammen er viktig" sier intervjuperson 2. Mennesket er et sosialt vesen, og som sosiale vesen har vi behov for å være en del av et fellesskap. Når vi gjør noe sammen erfarer vi nærhet til hverandre, knytter bånd og deler forpliktelser og interesser (Aamodt et al., 2016, s. 32-33). Ifølge sitatet over ser vi at intervjuperson 2 verdsetter sosialt samvær som en del av naturopplevelsen.

Et av våre største grunnleggende behov er behovet for gode relasjoner til andre mennesker (Liverød, 2013). Aamodt et al. (2016, s. 33) presiserer viktigheten av at det derfor, i et helsefremmende lokalsamfunn, legges til rette for arenaer for meningsfylt aktivitet.

Dagsturhytta er et godt eksempel på et slikt tilbud. Vi stilte spørsmålet: *"Bruker dere Dagsturhytta til å møte andre barnefamilier"*? Intervjuperson 2 forteller: *"Blir gjerne til at man går sammen opp (...) det er litt kjekkere for barna og. Den turen opp er ikke så spennende å gå. Det er viktig at barna får selskap på turen opp"*. I intervju 3 sier de at de gjerne avtaler med naboer at de går opp til hytta sammen i stedet for å treffes inne. Det er ikke alltid planen, men de er flere familier som er spontane og hiver seg på *"fordi det er kjekt"*. Person A forteller at det har blitt et slags møtepunkt.

For nærmere 2 av 3 er det viktig å være sammen med venner på tur, og for nærmere 3 av 4 er det viktig å være sammen med familie. Samvær med familien ser ut til å være viktigst for aldersgruppen 25-39 år (Wergeland, 2009, s. 9). Naturen viser seg, ut i fra statistikk og våre intervjuer, å være en arena som er godt egnet til sosialt samvær. Samtlige av våre intervjupersoner er i nevnte aldersgruppe. Intervjuperson 2 sier: *"Vi bruker naturen for å gjøre noe sammen fordi det gir oss kvalitetstid med familien"*. Samtidig forteller flere at de

bruker naturmøter med barna som en arena for å møte andre foreldre med jevnaldrende barn. Intervjuperson 4 sier: *“Det er veldig kjekt å gå sammen med andre småbarnsfamilier, da blir det ekstra morro for ungene (...) Det er også kjekt for oss voksne, å sosialisere oss og bli godt kjent, det er jo en god setting å bli kjent i å gå med andre”*. Det virker som at familiene ser på sosialisering både med egen og andre familier som kvalitetstid. De bruker naturen som arena for å bli bedre kjent med andre og hverandre.

I rapporten til Tordsson og Vale (2013, s. 17) kommer det frem at naturen er en sosialt inkluderende lekeplass for barn. Det er en plass hvor alle blir inkludert uavhengig av hva man har og ikke har av leker. Flere av intervjupersonene nevner dette som et gode av å la barna leke ute i naturen. *“De leker jo på en annen måte, spesielt hvis vi går sammen med andre. Da løper de og gjemmer seg og finner pinner og ting og tang”* sier intervjuperson. Ifølge Tordsson og Vale (2013, s. 17) leker barn også mer skapende, eksperimenterende og mangfoldig i naturen sammenlignet med andre lekemiljøer. Intervjupersonenes opplevelser stemmer overens med Tordsson og Vale sin teori.

5.0 Oppsummering og konklusjon

I dette prosjektet har vi sett på ulike motiv barnefamilier i Sogndal kommune har for å oppsøke natur- og grøntområder. For å få god oversikt over hvorfor folk oppsøker naturområder, har vi holdt oss til et bredt og overordnet perspektiv på motivene.

Etter å ha analysert alle intervjuene så vi at foreldrene hadde en tanke om barnas relasjon til ulike natur- og grøntområder. Måten de utøver friluftsliv med barna sine er likevel ulike. Blant enkelte blir sikkerhet høyere prioritert, mens andre fremhever at opplevelse og læring gjennom erfaringer er viktigst. Det viser seg at de foreldrene som hadde en relasjon til naturen fra barndommen, opplevde en større tilhørighet til naturen i voksen alder. Disse foreldrene hadde lavere terskel for å ta med seg barna sine på aktivitet i naturen. Samtidig kan det se ut som om "skjermen" tar mye av oppmerksomheten vekk fra leken og naturen. Skjermen tilbyr underholdning og er veldig lett tilgjengelig. Den tar mye fokus og kan være et hinder for barns utvikling av kreativitet. Mange anser også tidsmangel som en hindring for å komme seg ut, og de opplever at ukedagene i mindre grad blir styrt på egne premisser.

Barn lærer gjennom lek, og de lærer best gjennom lek i naturen. Det er tydelig at naturen tilfredsstiller barns behov for utfordringer. Naturen byr på lek uten å måtte tilpasses av voksne mennesker. Når barna får brukt naturen, bidrar det til bedre utvikling av motorikken, kreativiteten og fantasien. Derimot fører mangel på naturkontakt til redusert kroppslig kontroll. Fokuset rettet mot HMS og sikkerhet er en av årsakene til at lek i dag involverer mindre naturkontakt. På denne måten setter foreldrene premisser for barnas opplevelser og utvikling. Et barn vil intuitivt utforske og leke med det som allerede er der. Ulike naturmiljø skaper utforskelsestrang og barn trives godt på tur. Alle intervjupersonene snakket om gleden ved å være i naturen, ved å være i fysisk aktivitet ute og bare det å være.

Tidligere forskning har vist at de fysiske, psykiske og sosiale motivene for å gå tur er de sterkeste grunnene til å oppsøke naturen, dette bekreftes i vår undersøkelse. Noen fremstiller det som at motorikk og kroppsbeherskelse er det viktigste for barn i kontakt med natur, mens andre fremhever glede. Enkelte trekker også frem følelsen av ro som viktig årsak for å gå oppsøke naturen. Flere av foreldrene opplever at barna leker annerledes når de er ute i naturen. Naturen blir sett på som en fin pause fra hjemmet. Det er en mangfoldig og inkluderende plass, godt egnet for sosialt samvær. Når barna har noen de kan dele

naturopplevelsene med, er det ekstra stas å gå på tur. Foreldrene uttrykker også verdien av å sosialisere på tur med andre foreldre.

Tilbake til problemstillingen: *“Hvilket motiv har barnefamilier i Sogndal for å bruke natur- og grøntområder?”* Ifølge våre resultater, har vi kommet frem til 3 argumenter som trumfer frem. Fysisk aktivitet og sosialt samvær er hovedgrunnene til at familiene tar med barna ut i naturen. Samtidig var det viktig for alle å videreføre “gleden” av å bruke og oppleve naturen. Med det sagt, ønsker vi å avslutte ved å sitere Sigmund Hågvar:

Verdien av slike områder øker med alderen. Den middelaldrende har allerede mange minner som beriker hver tur. Den gamle ser det kanskje som et årlig mål å gjøre turen igjen. –Ennå en gang trår han barndommens stier og kjenner at livet henger sammen. Ennå en gang vender han tilbake som et inspirert menneske. (Hågvar, 2014b, s. 69)

5.1 Veien videre

Litteraturen vi støtter oss på trekker frem utfordringen med barn og skjerm. Dette er noe som kunne vært spennende å se nærmere på, da teknologien er i stadig utviklingen. Videre forskning på hvilken effekt skjermbruk har på barn og hvordan den påvirker barnas bruk av naturen, kunne vært interessant. Vi ser også en mulighet for videre forskning på oppvekst og danning i et større perspektiv, som gjerne inkluderer samtaler med barn for å høre hvordan de ordlegger seg angående temaet *friluftsliv og natur*.

6.0 Litteraturliste

- Aamodt, G., Hjellset, V. T., Hofstad, H., Nordh, H. & Raanaas, K. (2016). Helsefremmende lokalsamfunn - hva sier forskningen? *Idunn.no (plan 3-4)*, s. 32-37. <https://www-idunn-no.galanga.hvl.no>
- Bischoff, A., Marcussen, J., Reiten, T. (2014). *Friluftsliv og helse: En kunnskapsoversikt*. Høgskolen i Telemark. Institutt for idrett og friluftslivsfag. <https://openarchive.usn.no/usn-xmlui>
- Bundy, A., Little, H., Naughton, G., Sandseter, E. B. H., Tranter, P. & Wyver, S. (2010). Ten Ways to Restrict Children's Freedom to Play: The Problem of Surplus Safety. *Contemporary Issues in Early Childhood*. Volume: 11 issue: 3, s. 263-277. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.2304/ciec.2010.11.3.263>
- Braun, V & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3:2, 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Breivik, G. (2014). Nye trender for trim og friluftsliv: Tredemølle eller naturopplevelse? *Grevlingen (Spesialutgave)*, 100(5) 81-88. https://naturvernforbundet.no/Grevlingen_spesial
- Breivik, G. og Rafoss, K. (2012). *Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet - en oppdatering og revisjon. (IS-0366)*. <https://www.norskfriluftsliv.no/wp-content/uploads/2015/01/Fysisk-aktivitet-omfang-tilrettelegging-og-sosial-ulikhet-revisjon-2.pdf>
- Breivik, G. & Rafoss, K. (2017). *Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet. (IS-0613)* <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/fysisk-aktivitet-kartleggingsrapporter>
- Clausen, S & Thorsen, K. (2009). Sosial kontakt og ensomhet. Hvem er de ensomme? *Statistisk sentralbyrå*. 23(1), 74-78. <https://www.ssb.no/a/samfunnsspeilet/utg/200901/ssp.pdf>

Dalland, O. (2017). *Metode og oppgaveskriving* (6.utg.). Oslo: Gyldendal akademisk

Det Norske Akademi for Språk og Litteratur. (Udatert). *Motivasjon*. Det Norske Akademis Ordbok. <https://naob.no/ordbok/motivasjon>

Det Norske Akademi for Språk og Litteratur. (udatert). *Motiv*. Det Norske Akademis Ordbok. <https://naob.no/ordbok/motiv>

Elvestuen, O. (2018). *Handlingsplan for friluftsliv: Natur som kilde til helse og livskvalitet*. Klima- og miljødepartementet. <https://www.regjeringen.no/contentassets/ce805bbda07b40d184115b512d1c0de0/t-1564.pdf>

Fjørtoft, I. (2001). The Natural Environment as a Playground for Children: The Impact of Outdoor Play Activities in Pre-Primary School Children. *Early Childhood Education Journal*, Vol. 29 (Nr. 2), s.111-117. <http://www.imaginationplayground.com/images/content/3/0/3002/The-Natural-Environment-As-A-Playground-For-Children-The-Impac.pdf>

Folkehelseinstituttet. (2017, 27. september). *Fysisk aktivitet i Norge*. <https://www.fhi.no/nettpub/hin/levevaner/fysisk-aktivitet>.

Friluftsløven. (1957). *Lov om friluftslivet*. (LOV-1957-06-28-16). <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1957-06-28-16>

Helsedirektoratet (2014). *Psykisk helse og trivsel i folkehelsearbeidet*. <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/psykisk-helse-og-trivsel-i-folkehelsearbeidet>

Helsedirektoratet (2016, 17. juni). *Statistikk om fysisk aktivitetsnivå og stillesitting*. <https://www.helsedirektoratet.no/tema/fysisk-aktivitet/statistikk-om-fysisk-aktivitetsniva-og-stillesitting>

Helsekompetanse.no. (udatert). *Aktivitet og mestring: et læringsprogram i hverdagsrehabilitering og velferdsteknologi.*

<http://kurs.helsekompetanse.no/hverdagsrehabilitering/45526>

Hogstad, K. H. (2019). Dannelse. I *Store norske leksikon*. <https://snl.no/dannelse>

Hågvar, S. (2014a). Naturopplevelsens kvaliteter. *Grevlingen (Spesialutgave) 100(5)* 5-11. https://naturvernforbundet.no/Grevlingen_spesial

Hågvar, S. (2014b). Natur som et fast punkt. *Grevlingen (Spesialutgave) 100(5)* 69-71. https://naturvernforbundet.no/Grevlingen_spesial

Hågvar, S., Leslie, E. & Gram, J. (2014). Sterke og svake naturopplevelser. *Grevlingen (Spesialutgave) 100(5)* 12-23. https://naturvernforbundet.no/Grevlingen_spesial

Jordet, A. N. (2010). *Klasserommet utenfor: Tilpasset opplæring i et utvidet læringsrom*. Oslo: Cappelen Damm Akademiske

Kaplan, R. og Kaplan, S. (1989). *The experience of Nature: A Psychological Perspective*. Cambridge University Press. <http://willsull.net/resources/270-Readings/ExpNature1to5.pdf>

Kjølsrød, L. (2019). *Fritid*. <https://snl.no/fritid>

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3.utg.). Oslo: Gyldendal akademiske

Larsen, A.K. (2017). *En enklere metode: veiledning i samfunnsvitenskapelig forskningsmetode* (2.utg.). Bergen: Fagbokforlaget

Liverød, S. R. (2013). *Våre psykiske behov*. Webpsykologen.no <https://www.webpsykologen.no/artikler/psykiske-behov/>

- Louv, R. (2009). *Last Child in The Woods: Saving Our Children From Nature-Deficit Disorder* (Opprinnelig utgitt 2005) Atlantic Books.
- Løvgren, M. & Svagård, V. (2019). Ungdata junior 2017–2018. *Resultater fra en spørreundersøkelse blant elever i alderen 10 til 12 år*. NOVA Rapport 7/19. Oslo: NOVA
- Meld. St. nr. 18 (2015–2016). *Friluftsliv: Natur som kilde til helse og livskvalitet*. Klima- og miljødepartementet.
<https://www.regjeringen.no/contentassets/9147361515a74ec8822c8dac5f43a95a/no/pdfs/stm201520160018000dddpdfs.pdf>
- Miljøverndepartementet. (2008). *Naturopplevelse, friluftsliv og vår psykiske helse: Rapport fra det nordiske miljøprosjektet "Friluftsliv og psykisk helse"* (Nordisk ministerråd Rapport) <https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/md/vedlegg/rapporter/t-1474.pdf>
- Mytting, I. & Bischoff, A. (2008). *Friluftsliv*. Oslo: Gyldendal undervisning
- NSD. (2019). *Vanlige spørsmål*. <https://nsd.no/personvernombud/hjelp/>
- Norling, I. (2001). *Rekreation och psykisk hälsa: Dokumentation och analys av forskning om hur rekreationens inriktning och kvalitet kan förbättra psykisk hälsa och behandlingen av psykisk ohälsa*. Göteborg: Sektionen för vårdforskning, Sahlgrenska Universitetssjukhuset. https://www.vgregion.se/siteassets/ovriga_webbplatser/grona-rehab/dokument/litteratur/rekreation-och-psykisk-halsa.pdf
- Redaksjonen for norsk APA-stil. (2020). *Norsk APA-manual: En nasjonal standard for norskspråklig APA-stil basert på APA 7th (Versjon 1.4)*. Unit.
<https://www.unit.no/tjenester/norsk-apa-referansestil>
- Reinemo, M. & Solheim, M. H. (2015, 02. august). *Barnehager forbyr treklating, lek ved vann og tur i skogen*. TV2 nyheter. <https://www.tv2.no/a/7203230/>

- Sanderud, J. R. & Gurholt, K. P. (2012). Barns nysgjerrige lek i natur. *Nordic Studies in Education*. (Vol. 34), s. 3-20. <https://www-idunn-no.galanga.hvl.no/file>
- Säfvenbom, R. (2005a). Fritid, hva er det? I R. Säfvenbom (Red.), *Fritid og aktiviteter i moderne oppvekst: Grunnbok i aktivitetsfag*. (ss.27-42). Universitetsforlaget.
- Säfvenbom, R. (2005b). Fritidens rolle i den menneskelige utviklingsprosessen. I R. Säfvenbom (Red.), *Fritid og aktiviteter i moderne oppvekst: Grunnbok i aktivitetsfag*. (ss.54 - 67). Universitetsforlaget.
- Sogn- og Fjordane fylkeskommune (2015). *Regional plan for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv 2016-2019* (Saksnr. 55). Vestland fylke. <https://www.vestlandfylke.no/globalassets/planlegging/regionale-planer/regional-plan-for-fysisk-aktivitet-idrett-og-friluftsliv-2016-2019.pdf>
- Sogn og Fjordane fylkeskommune og Bankstiftelsen Sogn og Fjordane. (2019). *Dagsturhytta i Sogn og Fjordane*. [brosjyre]
- Stigsdotter, A. U. K., Ekholm, K. O. M., Schipperijn, J. J., Toftager, M., Randrup, T. B., Bentsen, P., ... Kamper-Jørgensen, F. (2011). *SUSY grøn: brug af grønne områder og folkesundhed i Danmark* (Arbejdsrapport Skov & Landskab, Nr. 134). Skov & Landskab, Københavns Universitet
- Stoknes, P. E. (2014). Naturleken som kilde til livskvalitet. *Grevlingen (Spesialutgave)* 100(5) 65-68. https://naturvernforbundet.no/Grevlingen_spesial
- Taylor, A. og Kuo, F. E. (2006). *Is contact with nature important for health child development? State of the evidence*. I Spencer, C. & Blades, M. (Red.), *Children and Their Environment* (ss. 124-137). Cambridge University Press
- Tordsson, B. (2005). Fritid, friluftsliv og identitet. I R. Säfvenbom (Red.), *Fritid og aktiviteter i moderne oppvekst: grunnbok i aktivitetsfag* (ss. 162- 186). Universitetsforlaget.

Tordsson, B. (2010). *Friluftsliv, kultur og samfunn*. Kristiansand: Høyskoleforl.

Tordsson, B. (2014). Barn og natur. *Grevlingen (Spesialutgave) 100(5)* 34-40.

https://naturvernforbundet.no/Grevlingen_spesial

Tordsson B. & Vale L. S. R. (2013). *Barn, unge og natur - en studie og drøftelse av fagstoff*.

(HiT rapport nr. 1). <https://openarchive.usn.no/usn-xmlui/bitstream/handle>

Vaagbø, O. (1993). *Den norske turkulturen*. (FRIFO Rapport)

<https://www.norskfriluftsliv.no/wp-content/uploads/2015/01/1454-Den-norske-turkulturen-1993.pdf>

With, M. L. (2017). *Fritid. Slik har vi det – livskvalitet og levekår(utgave 2017)*. Statistisk

sentralbyrå. <https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/artikler-og-publikasjoner/fritid>

Wergeland, I. (2009). [*En undersøkelse for å kartlegge befolkningens friluftslivsvaner utarbeidet av synovate for Friluftslivets fellesorganisasjon og Direktoratet for naturforvaltning*]. Synovate. <https://norskfriluftsliv.no/wp-content/uploads/2015/01/Rapport-Synovate-Frifo-og-DN-mai-2009.pdf>

Øyen, S. A. & Solheim, B. (2013). *Akademisk skriving: en skriveveiledning*. Oslo: Cappelen Damm

7.0 Vedlegg

7.1 Vedlegg 1

Intervjuguide

Bakgrunn

- Kjønn, alder, jobb, arbeidstider, hobbyer, familiestørrelse og alder på barn

Beskriv hvordan hverdagene deres utenfor arbeids/skoletid ser ut.

- Hvor lang er barnas skoledag og deres jobbdag? SFO?
- Hvilke aktiviteter og hobbyer driver barna i familien med?
- Hva slags utbytte ønsker dere barna skal få av fritidsaktiviteten(e)?
- Hvilke aktiviteter driver dere foreldre?
- Kan du fortelle om aktivitetene dere gjør sammen og hvorfor?
- Hvem tar initiativ til aktiviteten?
- Hvor ofte driver dere aktivitet?

Helg

- Kan du beskrive hvordan en vanlig helg ser ut?
- Hvordan skiller helgeaktivitetene seg fra hverdagsaktivitetene?
 - Organiserte/uorganiserte
 - Nærområdet eller lengre turer
- Er det noe du gjerne ville gjort med familien i hverdagen, som ikke gjennomføres?
 - Hva tror du er årsaken til at dette ikke skjer?

Kan du fortelle litt om hvilket forhold dere har til naturen?

- Ute i all slags vær?
- Ute hele året?
- Er det noe forskjell på hvilke og mengden aktivitet de ulike årstidene
- Forskjell på innstillingene til å komme seg ut.
- Hvilke følelser tror du barna har knyttet til uteaktivitet?
- Hvordan kommer barnet/barna seg til og fra skolen, treninger etc?
 - hvorfor?

- Hvilken verdi har naturen for deg?
- Hvilken verdi tror du naturen har for barna dine?
 - Og hvilke verdier ønsker du at de skal ha?
- Hva vil du si er de største ulikhetene i ditt barns oppvekst og din egen oppvekst?
- Hvordan anser du viktigheten av å sosialisere på tur?

Kan du beskrive siste gang dere var på tur ute sammen som familie? Eller siste gang dere gjorde noe sammen utendørs? (trenger ikke å være knyttet til hytta)

- Hvor ofte besøker dere dagsturhytta i Sogndal?
- Hvem tar initiativ til å besøke hytta?
- Besøker barn den alene?
- Besøker barn den i skole/barnehage-sammenheng?
- Besøker foreldre den alene?

Hvilke dager oppsøker dere dagsturhytta?

- Helg, hverdag?
- Hva skal til for at den blir brukt hyppigere i hverdagen?

Kan du beskrive hva slags forhold du/dere har til dagsturhytta i Sogndal? Hva den betyr for dere og hvordan dere begynte å bruke den?

- Hvordan fant dere ut om dagsturhytta?
- Hvorfor valgte dere å gå dit første gang og hvorfor har dere fortsatt å bruke den?
- Hvilken motivasjon tror du barna har for å oppsøke hytta?
- Har dere besøkt andre dagsturhytter?

Kan du forklare hva brukes hytta til, og hvordan den brukes?

- Ute-aktivitet, inne-aktivitet?
- Hvilke aktiviteter gjør dere rundt og i hytta?
 - Har dere med noe på tur?
- Bruker dere biblioteket inne?
- Hva er bra/dårlig ved hytta?
- Hva kan evt. gjøres annerledes med hytta/bygging av de nye hyttene?
- Brukes hytten til å møte andre barnefamilier

7.2 Vedlegg 2

Informasjonsskriv Bacheloroppgave

Vil du delta i forskningsprosjektet

«Dagsturhyttas rolle i hverdagen til barnefamilier»?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å undersøke motivet for barnefamilier sitt bruk av dagsturhytta. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Studiet er vår bacheloroppgave ved Høgskolen på Vestlandet, avdeling Sogndal. Formålet med oppgaven er å få et innblikk i hvordan dagsturhytta oppleves for barnefamilier og hvordan den har betydning for folks forhold til natur og friluftsliv. Dette vil vi finne ut av gjennom å spørre målgruppen for hytta hvilke motiv de har for å gå turen opp, og tilbringe tid i og rundt hytta.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Høgskolen på Vestlandet, avdeling for lærerutdanning og idrett, Sogndal er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Vi har sett i hytteboka som ligger i dagsturhytta på Stedjeåsen, og lett etter familier som har besøkt hytta siden januar 2020. Vi ønsker å intervju forelder(e) plukket ut fra kriteriene om å ha besøkt hytta med familie, samt bosatt i Sogndal. Dette er målgruppen som ble beskrevet av dagsturhyttene sin grunnlegger. Utvalget informanter består av 3-6 familier, med 1-2 representanter fra hver familie.

Hva innebærer det for deg å delta?

Deltagelse i studie innebærer at du/dere stiller til et intervju ved avtalt tidspunkt. Vi stiller spørsmål og prøver skape en samtale. Intervjuet vil ta ca. 30 minutter – 1 time. Intervjuet vil bli tatt opp med opptaker. Det vil ikke skje noen innsamling av opplysninger om deg utover dette. Vi kommer til å holde tre til seks like intervjuer.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Det vil kun være studenter bak oppgaven som vil ha tilgang til opplysninger om deg. Navn og kontaktopplysninger vil oppbevares i et annet dokument enn det som publiseres. Ingen av deltakerne vil kunne gjenkjennes i en eventuell

publikasjon. Studiet skal etter planen avsluttes 11.12.2020. Da vil alle opptak og personopplysninger slettes.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- å få slettet personopplysninger om deg, og
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra *Høgskolen på Vestlandet, avdeling Sogndal* har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- *Odd Lennart Vikene ved Høgskolen på Vestlandet, avdeling Sogndal*

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost (personverntjenester@nsd.no) eller på telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen,

Prosjektansvarlige,

Lovise Tyldum Saur, Sandra Sylte & Ingrid Emilie Aarflot

7.3 Vedlegg 3

Samtykkeskjema

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «*Dagsturhyttenes rolle i hverdagen til barnefamilier*», og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til å delta i studien i form av intervju.

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, desember 2020.

(Signert av prosjektdeltaker, dato)