

NatureMoves

Børn og unges naturoplevelser og friluftsliv – nye steder og nye muligheder



Friluftsrådet

Vidensblad 1, December 2014

Søren Andkjær, Jan Arvidsen & Jens Høyer-Kruse

Active Living Research Unit

Institute for Sports and Biomechanics

University of Southern Denmark

Teoretisk og forskningsmæssig baggrund for NatureMoves

Introduktion

Projektet NatureMoves knytter an til forskningstraditionen Active Living og har som hovedmål at fremme børn og unges aktive udeliv og friluftsliv i natur og landskab. I dette første vidensblad fra projektet er det hensigten at præsentere den teoretiske og forskningsmæssige baggrund for projektet.

Baggrunden for projektet kan skitseres og argumenteres ud fra 4 perspektiver:

- 1) Natur, friluftsliv og sundhed set i forhold til gruppen af børn og unge. Udfra et bredt sundhedsperspektiv rummer natur og friluftsliv væsentlige kvaliteter og muligheder for sundhed bl.a. set i forhold til gruppen af børn og unge.
- 2) Udviklingen i friluftsliv og aktivt udeliv i Danmark. Børn og unge i Danmark har i dag modsat tidligere relativt lille kontakt med naturen i deres hverdagsliv.

- 3) De fysiske rammer og strukturelle tiltag. Ændringer i de fysiske rammer i form af strukturelle tiltag kan ses som en effektiv metode til at påvirke vaner og aktivitetsmønstre.
- 4) Betydningen af naturen og det særlige sted ift. børn og unge. Natur og landskab opfattes ofte meget funktionsbestemt og særlige steder har sandsynligvis stor betydning for børn og unge.

I det følgende vil disse perspektiver og argumenter blive udfoldet.

Natur, friluftsliv og sundhed set i forhold til gruppen af børn og unge

Det er dokumenteret, at der er en nær sammenhæng mellem på den ene side aktiviteter og ophold i naturen og på den anden side sundhed i bred forstand (Pretty et al 2005; Abraham, 2010; Coon et al 2011; Randrup et al. 2008, m.fl.). Det er ligeledes påvist at rekreative naturoplevelser, fred og ro, afstresning og mental hvile er hovedmotiverne for mange menneskers naturbesøg (Starnes et al. 2011; Gobster, 1995; Kaplan & Kaplan 1989; Oustrup 2007 m.fl.).

En række undersøgelser dokumenterer betydningen af, at børn og unge får oplevelser af natur, og at de bliver udfordret i naturlige miljøer, fx med kropslige og vilde aktiviteter (Pedersen & Brodersen 1997; Sandseter 2009; Sandseter & Kennair 2011; Fjørtoft & Sageie 2000; Fjørtoft 2004). Naturoplevelser og vilde aktiviteter i naturen giver positive oplevelser og har betydning for motorisk udvikling, kropslig mestring, samt for udvikling af fortrolighed med forskellige fysiske miljøer og udfordringer, fx højder og vand.

Nyere undersøgelser viser at aktiviteter i naturen har betydning for børns og unges sociale udvikling (Mygind 2005). Andre undersøgelser fremhæver naturoplevelsernes og aktiviteternes betydning i forhold til unges udvikling af identitet (Fisker 2008; Andkjær 2008).

For at udvikle en aktiv og sund livsstil er det vigtigt at børn og unge får oplevelser i natur og landskab, samt at de inspireres til at deltage i aktivt udeliv og friluftsliv (Broch 2004; Skår & Krogh 2009; Tordsson & Vale 2013; Skår 2010).

Udviklingen i friluftsliv og aktivt udeliv i Danmark

Friluftsliv i Danmark har udviklet sig i bølger med forskellige deltagermønstre og forskellige tematikker og natursyn (Eichberg & Jespersen 2001; Bentsen et al 2009). Moderne friluftsliv

er karakteriseret ved en stor grad af mangfoldighed med mange forskellige aktiviteter og retninger, fx set ift. indhold, værdier og organisering (Andkjær 2005, 2008). Der er imidlertid en tendens til øget fokus på risiko og udfordring samt kropslig aktivitet fremfor naturoplevelse og -indlevelse (Andkjær 2010, 2013; Sandell et al 2011). Der kan endvidere iagttages en udvikling i retning af en større grad af organisering af friluftslivet med skoler, foreninger, organisationer og kommercielle udbydere, som tilbyder aktivitetsmuligheder i naturen (Andkjær 2008; Skår 2010; Tordsson & Vale 2013).

Deltagelse i aktivt udeliv og friluftsliv i naturlige omgivelser er generelt stigende (Laub & Pilgaard 2012, 2013), når man ser på voksne menneskers aktivitetsmønster. Nyere undersøgelser peger imidlertid på, at børn og unge i højere grad vælger at dyrke deres idræt og fritidsinteresser i foreninger og ofte indendørs i haller, sale og centre (Ibid). Internationale såvel som danske studier peger på at børn i dag generelt opholder sig mindre i naturlige omgivelser sammenlignet med tidligere, fx set i forhold til deres forældre eller bedsteforældre (Paltved-Kaznelson 2009; Louv 2008; Skår 2010; Sandberg 2012; Muñoz 2009). Naturen og uderummet har dermed mistet betydning som uformelt socialt mødested for børn og unge på tværs af alder, køn og social status.

Børn og unge oplever i dag generelt en mindre grad af naturkontakt i hverdagslivet, hvilket forstærkes af en større organisering af børns og unges fritid, samt en øget tilgængelighed til og brug af elektroniske medier (Skår 2010; Læssøe & Iversen 2003; NOVA 2013). Den øgede styring og organisering af børns og unges fritid og deraf mindre naturkontakt ses som en konsekvens af en generel samfundsudvikling, som imidlertid vil have konsekvenser for børns og unges fremtidige friluftsliv og deres relation til naturen (Tordsson & Vale 2013).

De fysiske rammer og strukturelle tiltag

En række nyere studier viser klare sammenhænge mellem de fysiske omgivelser og fysisk aktivitet (Sallis et al 2006; Troelsen et al. 2008, 2010; Schipperijn 2010). En fremherskende forskningsretning indenfor dette felt arbejder ud fra en socialøkologisk teoriramme (Sallis 2006). Ifølge denne teoriramme er befolkningens fysiske aktivitet påvirket af individuelle, sociale, strukturelle, organisatoriske og politiske forhold.

Det er således påvist, at de fysiske rammer har stor betydning for aktivitet og deltagelse i idræts- og friluftaktiviteter (Sallis et al 2006; Troelsen et al. 2008, 2010), og der er i dag generelt stor interesse for de fysiske rammers betydning for deltagelse i aktivt udeliv og

friluftsliv (Arvidsen et al 2012; Andkjær et al 2013). Gode rammer som tilgodeser den konkrete gruppe og de konkrete aktiviteter eller oplevelsesmotive medvirker til at skabe motivation og øget aktivitet. Nye resultater baseret på interventionsstudier viser samtidigt at det ikke er nok at ændre eller udvikle de fysiske rammer, men at der ofte kræves en helhedsorienteret indsats med fokus også på organisering og aktivering (Troelsen et al 2014). Der er i Danmark igennem de sidste 10-20 år udviklet og etableret en række faciliteter, rum og landskaber, med intention om at skabe inspirerende udendørs rammer for aktivitet. Eksempler herpå er naturlegepladser, træningspavillioner, forskellige stikoncepter, naturrum, playspots, overnatningsfaciliteter m.m. (Andkjær et al 2013; Tegtmeier 2013). Kendskabet til effekten og betydningen af disse nationale tiltag er imidlertid begrænset – ikke mindst i relation til grupper af børn og unge. Der savnes således specifik viden om børns og unges oplevelser af og præferencer i forhold til naturområder (Tordsson & Vale 2013; Fjørtoft og Reiten 2003; Muñoz 2009), samt ikke mindst om betydningen af de fysiske rammer ift. fysisk aktivitet for gruppen af børn og unge.

Udformning af fysiske anlæg og faciliteter til friluftsliv og aktivt udeliv kan synes i modstrid med forestillingen om den uberørte natur (Andkjær 2010). Nyere forskning viser imidlertid at deltagere i friluftsliv ofte er positive over for tilrettelægning og anlæg også i områder som forbindes med natur, samt at det er muligt at få store naturoplevelser selv i tilrettelagte miljøer, fx strandparker, naturlegepladser og MTB-anlæg (Andkjær et al 2013, Arvidsen et al 2013). Det er dog væsentligt at der er tale om ikke-naturfremmede faciliteter og anlæg, som er designet med brug af naturmaterialer i respekt for naturmiljøet og det lokale landskab (Sandell 2011, Andkjær et al 2013). Etablering af anlæg og faciliteter til friluftsliv og aktivt udeliv i naturen kan på denne måde både medvirke til at give naturoplevelser og øge aktiviteten, samtidigt med at det, i kraft af kanalisering af besøgende, kan beskytte sårbare naturområder (Skov-Petersen & Jensen 2011).

Betydningen af naturen og det særlige sted ift. børn og unge

Børn og unges relation til natur og landskab er generelt meget funktionsrettet og knyttet til leg og kropslige muligheder (Bjerke 1994; Grahn 2000; Vigsø & Nielsen 2006; Fjørtoft 2001, 2004; Fjørtoft & Reiten 2003; Fasting 2012). Nyere undersøgelser peger imidlertid på at oplevelser med samt præferencer for rum og rammer skal undersøges i forhold til målgruppe,

alder, køn og kulturel baggrund (Muñoz 2009; Tordsson & Vale 2013) samt i forhold til specifikke aktiviteter og oplevelsesmotiveer (Arvidsen et al. 2012; Bischoff 2012).

En nyere dansk undersøgelse dokumenterer at børn og unge (13 – 16 årige) generelt ønsker sig flere møde- og aktivitetssteder i cykelafstand fra hjemmet (*Opinion Capacent for KOMPAN* 2007). De unge søger trygge og sikre mødesteder, hvor der er mange aktivitetsmuligheder, og oplever generelt naturen som et interessant opholdsrum, men hævder samtidigt, at de ville være mere aktive, hvis der var bedre uderum. Der er endvidere påvist forskel på drenge og pigers præferencer og aktivitetsmønstre, samt forskelle mellem by- og landbørn (Tordsson & Vale 2013; Skår 2010; Fasting 2012).

Undersøgelserne efterlader et ønske om en større indsigt i forskellige gruppers oplevelser og præferencer samt en forskningsmæssig afdækning af de kvalitative aspekter knyttet til aktiviteter og oplevelser i uderummet.

En række studier peger på betydningen af det særlige sted i naturen, forstået som en konkret lokalitet, som knyttes til særlige oplevelser, rummer en historie og har betydning fx i forhold til identiteten (Kyle et al. 2003; Tuan 1974; Relph 1976; Raffan 1993; Fasting 2012). Begrebet place attachment anvendes i denne sammenhæng og konstitueres af to komponenter: Place dependence der beskriver den funktionelle afhængighed af stedet, og place identity, der angår stedets identitetsmæssige betydning (Kyle et al 2003; Moore et al. 1994).

I forhold til det særlige sted, karakteriseret ved jævnlige besøg og stor aktivitet samt oplevelsen af ejerskab og tilhørsforhold er en række forhold afgørende. Udover nærhed, tilgængelighed og den særlige udformning af steder og faciliteter har det betydning, hvordan man aktiverer et sted (Skau Pawlowski & Troelsen 2008; Forsberg et al 2013).

Sandsynligvis har ejerskab og oplevelsen af et særligt sted stor betydning for graden af involvering og dermed for omfanget af deltagelse og aktivitet. Kendskabet til betydningen af det særlige sted i naturen – specielt for grupper af børn og unge – er imidlertid begrænset (Hart 1979; Fog Olwig & Gulløv 2003; Cele 2006).

Afrunding

De fire perspektiver eller argumenter udgør det teoretiske og forskningsmæssige fundament for projektet. Perspektiverne peger dels på en forskningsmæssig viden om særlige forhold som har central betydning for projektet og dels på vidensområder som med fordel kan undersøges og afdækkes yderligere.

Igennem projektperioden og ikke mindst i kraft af det indledende litteraturstudie vil disse perspektiver blive yderligere udviklet og kvalificeret.

Referencer

- Abraham, A., Sommerhalder, K., & Abel, T. (2010). Landscape and well-being: a scoping study on the health-promoting impact of outdoor environments. *International Journal of Public Health*, 55(1), 59-69.
- Andkjær, S. (2008). *Friluftsliv i Danmark. Unges deltagelse i friluftsliv set i kulturelt perspektiv*. Institut for Idræt og Biomekanik Odense: Syddansk Universitet. Ph.d.-afhandling
- Andkjær, S. (2005). Nye trends og tendenser i friluftsliv. I: Andkjær, S (red): *Friluftsliv under forandring - en antologi om fremtidens friluftsliv*. Slagelse: Bavnepanke.
- Andkjær, S. (2010). Friluftsliv i Danmarks vilde natur – praksis, planlægning og perspektiver. I Troelsen, J (red.): *Bevægende Rammer. Omgivelsernes betydning for fysisk aktivitet og sundhed*. pp. 149-170. Odense: Syddansk Universitetsforlag.
- Andkjær, S. (2013). På jagt efter kroppen i friluftslivet . I: Eichberg, H., Engel. L. & Winther, H. *Tæt på kroppen*. Lund: Idrottsforum.org
- Andkjær, S., Arvidsen, J., Dalgaard, K. (2013). *Rum og rammer for aktivt udeliv. Kvalitative Casestudier*. Odense: Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet.
- Arvidsen, J., Dalgaard, K. & Andkjær, S. (2012). *Rum og rammer for aktivt udeliv. Et litteraturstudie om naturlige omgivelsernes betydning for aktivt udeliv*. Odense: Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet.
- Bentsen, P., Andkjær, S. & Ejbye-Ernst, N. (2009). *Friluftsliv. Natur, samfunn og pedagogikk*. København: Munksgaard Danmark.
- Bischoff, A. (2012). *Mellom meg og det andre er der stier. En afhandling om stier, mennesker og naturoplevelse*. Ås: Universitetet for miljø- og biovidenskab. Ph.d. afhandling.
- Bjerke, T. (1994). *Barn – natur – friluftsliv*. Lillehammer: Landbruksforlaget.
- Broch, H. B. (2004). "Barndommens grønne dal. Om betydningen av barns naturoplevelser". *Norsk Antropologisk Tidsskrift 1-2/2004*, 101-113.
- Cele, S. (2006). *Communicating place: methods for understanding children's experience of place*. PhD thesis, Stockholm: Stockholms Universitet.
- Coon, J. T., Boddy, K., Stein, K., Whear, R., Barton, J., & Depledge, M. H. (2011). Does Participating in Physical Activity in Outdoor Natural Environments Have a Greater Effect on Physical and Mental Wellbeing than Physical Activity Indoors? A Systematic Review. *Environmental Science & Technology*, 45(5), 1761-1772.

Eichberg, H. & Jespersen, E. (2001). *De grønne bølger. Træk af natur- og friluftslivets historie*. Gerlev: Bavnebanke

Epinion Capacent for KOMPAN Play Institute (2007). *Undersøgelse af teenageres adfærd i forhold til fysisk aktivitet*.

Fasting, M.L. (2012). *"Vi leker ute!": en fenomenologisk hermeneutisk tilnærming til barns lek og lekesteder ute*. PhD thesis, Fakultet for samfunnsvitenskap og teknologiledelse, Pedagogisk institutt. Trondheim: NTNU.

Fjørtoft, I. (2004). "Landscape as playscape: the effects of natural environments on children's play and motor development". *Children, Youth and Environments*, 14(2), 23-44.
92

Fjørtoft, I. (2001). *Landscape as Playscape. Learning effects from playing in a natural environment on motor development in children*, PhD thesis, Norges Idrettshøgskole.

Fjørtoft, I & Reiten, T. (2003). *Barns og unges relasjoner til natur og friluftsliv. En kunnskapsoversikt*. HiT-skrift 10-2003. Bø: Høgskolen i Telemark

Flyvbjerg, B. (1991). *Rationalitet og magt, bind I, Det konkrete videnskap*. Århus: Akademisk Forlag

Fog Olwig, K. & Gulløv, E. (red.) (2003). *Childrens places. Cross cultural perspectives*, London: Routledge Palmer.

Forsberg, P., Ibsen, B. & Høyer-Kruse, J. (2013). *Idrætsliv og faciliteter i Rudersdal*, rapport 1-3. København: Idan.

Gobster, P.H. (1995). Perception and use of a metropolitan greenway system for recreation. *Landscape and Urban Planning* 33(1995) 401-413.

Grahn, P. (2000). *Børns udeleg - betingelser og betydning*. Børn og Unge

Hart, R. (1979). *Children's experience of place*. Environmental Psychology Program City University of NY. New York: Irvington Publishers Inc.

Kaplan, R. & Kaplan, S. (1989). *The experience of Nature. A psychological perspective*. Cambridge University press. USA.

Kyle, G., Graefe, A., Manning, R., & Bacon, J. (2003). An examination of the relationship between leisure activity involvement and place attachment among hikers along the Appalachian Trail. *Journal of Leisure Research*, 35(3), 249-273.

Laub, T. & Pilgaard, M. (2012). *Hvor dyrker danskerne idræt? Notat om brug af faciliteter på baggrund af undersøgelsen 'Danskernes motions- og sportsvaner 2011'*. København: Idrættens Analyseinstitut.

Laub, T. & Pilgaard, M. (2013). *Danskernes motionsvaner 2011*. København: Idrættens Analyseinstitut.

Louv, R. (2008). *Last child in the woods. Saving our children from nature-deficit disorder*. New York: Workman Publishing.

Læssøe J., Iversen T. L. (2003). *Naturen i et hverdagslivs-perspektiv*. En kvalitativ interviewundersøgelse af forskellige danskeres forhold til nature. Faglig rapport fra DMU, nr. 437 2003

Moore, R.L. & Graefe, A.R. (1994). Attachments to recreation settings: The case of rail-trail users. *Leisure Sciences, Volume 16*, pp. 17-31.

Munoz, S. (2009). *Children in the Outdoors. A literature review*. Sustainable Development Research Centre, Horizon Scotland

Mygind, E. (red) (2005). *Udeundervisning i folkeskolen*. Museum Tusulanums Forlag

NOVA (2013). *Ungdata. Nasjonale resultater 2010-2012*. NOVA Rapport 10/13. Oslo, NOVA

Oustrup (2007). *Skovopfattelse blandt danskere og i skovlovgivning*. *Forest & Landscape Research, no. 38*, 2007. Forest & Landscape

Paltved-Kaznelson, C. (2009). *Natur i generationer*. Danmarks Naturfredningsforening

Pedersen, B. & Brodersen, A. (1997). *Haser i Skoven*. Odense: Odense Socialpædagogiske Seminarium.

Pretty, J. N., Peacock, J., Sellens, M., & Griffin, M. (2005). The mental and physical health outcomes of green exercise. *International Journal of Environmental Health Research 15*: 319 – 337.

Raffan, J. (1993). "The Experience of Place: Exploring Land as Teacher." In: *The Journal of Experiential Education 16*(1): 7

Randrup, T.B., Schipperijn, J., Hansen, B.I., Jensen, F.S., & Stigsdotter, U.K. (2008). Natur og sundhed. Sammenhæng mellem grønne områders udtryk og brug set i forhold til befolkningens sundhed. *Park- og landskabsserien nr. 40*, Skov & Landskab, Hørsholm.

Relph, E. (1976). *Place and placelessness*. London, Pion Limited

Sandberg, M. (2012). *De är inte ute så mycket. Den bostadsnära naturkontaktens betydelse och utrymmet i storstadsbarns vardagsliv*. PhD thesis, Institutionen för kulturgeografi och ekonomisk geografi. Göteborg: Handelshögskolan.

Sandseter E. B. H. (2009). Characteristics of risky play. *Journal of Adventure Education & Outdoor Learning*, 9:1, 3-21, DOI: 10.1080/14729670802702762

- Sandseter, E. B. H. & Kennair, L. E. O. (2011). Children's Risky Play from an Evolutionary Perspective: The Anti-Phobic Effects of Thrilling Experiences. *Evolutionary Psychology* – ISSN 1474-7049 – Volume 9(2). 2011.
- Sandell, K, Arnegård, J. & Backman, E. (red) (2011). *Friluftssport och äventyrsidrott. Utmaningar för lärare, ledare och miljö i en föränderlig värld*. Lund: Studentlitteratur.
- Sallis, J.F., Cervero, R.B., Ascher, W., Henderson, K.A., Kraft, M.K. & Kerr, J. (2006). An ecological approach to creating active living communities. *Annual Review of Public Health*. 27: 297-322.
- Schipperijn, J., Ekholm, O., Stigsdotter, U., Toftager, M., Bentsen, P., Kamper-Jørgensen, F., & Randrup, T. (2010). Factors influencing the use of green space : Results from a Danish national representative survey. *Landscape and Urban Planning*, Vol. 95, Nr. 3, 04.2010: 130-137.
- Skau Pawlowski, C. & Troelsen, J. (2012). *En god omvej – Bevægelse i lokalområdet*. Odense: Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet
- Skov-Petersen, H., Jensen, F.S. (red). (2011). *Friluftslivets effekter på naturen: 39 videnblade*. Skov & Landskab, Københavns Universitet og Danmarks Miljøundersøgelser, Aarhus Universitet
- Skår, M., Krogh, E. (2009). Changes in children's nature-based experiences near home: from spontaneous play to adult-controlled, planned and organised activities. *Children's Geographies* vol. 7(3) pp. 339–354
- Skår, M. (2010). *Experiencing nature in everyday life*. Doctoral thesis 2010:07, Ås: UMB.
- Starnes, H. A., Troped, P. J., Klenosky, D. B., & Doehring, A. M. (2011). Trails and Physical Activity: A Review. *Journal of Physical Activity & Health*, 8(8), 1160-1174.
- Tegtmeier, D., Leth Nielsen, J. & Ellegaard, M. (2013). *Rekreative stier i Danmark 2013 – oversigt, eksempler og inspiration*. Friluftsrådet, København
- Tordsson, B. og Vale, L. S. R. 2013. *Barn, unge og natur - en studie og drøftelse av faglitteratur*. Høgskolen i Telemark, HiT Rapport nr.1. 2013.
- Troelsen, J., Roessler, K. K., Nielsen, G. & Toftager, M. (2008). *De bolignære områders betydning for sundhed: hvordan indvirker bolignære områder på sundheden? – og hvordan kan udformningen gøres bedre?*. Odense, Institut for Idræt og Biomekanik.
- Troelsen, J. (2010). *Bevægende rammer. Omgivelsernes betydning for fysisk aktivitet og sundhed*. Odense: Syddansk Universitetsforlag.
- Troelsen, J. Et al. (2014). *Space – rum til fysisk aktivitet*. Samlet evaluering af en helhedsorienteret, forebyggende indsats for børn og unge. Center for Interventionsforskning. Syddansk Universitet

Tuan, Y. (1974). *Topophilia. A study of environmental perception, attitudes, and values*. New York: Columbia University Press.

Vigsø B. & Nielsen V. (2006). *Børn & Udeliv*. CVU Vest Press, 1. Udgave

