

DANSK FRILUFTSLIV



– forum for natur- og friluftsliv

Medlemsblad, nr. 85
juni 2011

Temanummer om muligheder og begrænsninger for friluftsliv



DANSK FRILUFTSLIV



– forum for natur- og friluftsliv

www.danskfriluftsliv.dk

Formand:

Rasmus Simonsen

tlf. 24 45 36 10

simonsenrasmus@gmail.com

Næstformand

Dieter Toftkjær Sørensen

tlf. 20 82 56 71

toftkjaer@gmail.com

Kasserer:

Thea Jacobsen

jacobsen.thea@gmail.com

Sekretær:

Jesper Lind Nielsen

tlf. 51 51 42 04

thor_dk@hotmail.com

Webmaster:

Jacob Steensen

jacob_steensen@hotmail.com

Lars Lauridsen

lauridsenlars@gmail.com

Redaktion og annoncer:

Martin Johnsen (ansvarsh.)

tlf. 87 55 37 52

mbjohnsen@gmail.com

Terkel Berg-Sørensen

Grafisk tilrettelægning:

Kristian Dueholm Jessen

tlf. 22 97 41 03

dueholm@gmail.com

For- og bagsidebillede:

Friluftsvejlederuddannelsen i

Viborg, VIA UC, hold 9

Næste udgivelse: oktober 2011

Deadline for indlevering af stof:
senest den 1. september.

ISSN 0909 – 0614

I n d h o l d

Bestyrelsen har ordet 3

Befolkningens kendskab til adgangsreglerne. . . 4

Forklaring og forståelse 8

Om ældres friluftsliv 13

Begrænsninger for familiefiriluftsliv 18

Friluftsliv i hverdagsliv 21

Infobokse

Vintermøde 23

F o r e n i n g e n s f o r m å l

Foreningens formål er at skabe, udbygge og vedligeholde kontakt imellem personer, der arbejder med vejledning og undervisning i natur- og friluftsliv. Foreningen skal arbejde for at styrke danske naturoplysnings- og friluftslivstraditioner i samarbejde med vore nordiske nabolande med det formål at skabe harmoni mellem menneske og natur såvel som mellem mennesker.

Bladet udgives af Dansk Friluftsliv og udkommer 3-4 gange årligt.

Annoncering:

Det er muligt at annoncere i bladet. Prisen er 1500 kr. for en hel side og 900 kr. for en halv side.

Kontakt den annonceansvarlige for yderligere information om formater og priser.

BESTYRELSEN HAR ORDET



Af Martin Johnsen, Cand. Scient., adjunkt i naturfag, pædagoguddannelsen i Viborg, VIA UC, mljo@viauc.dk, bestyrelsesmedlem og ansvarshavende redaktør på Dansk Friluftsliv

Lad mig starte med at takke de medlemmer, som mødte op til foreningens årsmøde på Brandbjerg Højskole for en lille måneds tid siden. Det var et årsmøde i en ny udgave, intet mandags seminar, men i stedet for nærværende og social friluftssnak omkring bålet lørdag aften. Søndag formiddag dyrkede vi friluftsliv for vores egen skyld og årsmødet stod sædvanen for søndag eftermiddag. Det var et rigtig hyggeligt døgn, som med garanti bliver en tilbagevendende foreningsbegivenhed. Måske er det nærværende friluftsliv for vores egen skyld det, vi har brug for i en travl hverdag, hvor vi ofte er på tur eller laver friluftaktiviteter med vores elever eller studerende. Det, at være sammen med dem, andre studerende, frilftsvejledere og undervisere i natur- og friluftsliv fra hele landet til uformel friluftssnak om bålet i foreningsregi, er bl.a. med til at give årsmødet i Dansk Friluftsliv en helt særlig karakter.

Det var særlig rart også at se nye ansigter til mødet. Jeg vil desuden sige velkommen til at par nye ansigter i bestyrelsen: Lars Lauridsen som underviser i friluftsliv på IFI i Århus og Thea Jacobsen som underviser i friluftsliv på Fåborgegens efterskole. Velkommen til jer begge. En stor tak skal også lyde til to afgående bestyrelsesmedlemmer Mads Brodersen og Erik Jegsen for jeres store indsats i foreningen de sidste mange år – særlig tak til dig Erik, som har været aktiv i foreningen i 22 år.

Dette nummer af Dansk Friluftsliv handler om den netop overståede friluftskonference på Sletten, som Syddansk Universitet har afholdt i samarbejde med vores forening Dansk Friluftsliv og Skov og Landskab med støtte fra Friluftsrådet. Jeg synes, det er et glædeligt tiltag og en god og sund udvikling i dansk friluftsliv, at en sådan konference er skabt på baggrund af et samarbejde mellem organisationer og foreninger på tværs. Konferencen handlede om muligheder og begrænsninger for friluftsliv – i alle dets afskygninger. I en videospot på konferencens hjemmeside siger Jacob Haahr, at friluftsliv generelt i Danmark betragtes som noget

godt – det er sundt, det er socialt, det er personligt udviklende og der ligger dybere natur- og kulturdimensioner i friluftslivet. Men alligevel kommer vi, den almene dansker, børn som voksne ikke altid ud. Hvor er mulighederne, og hvor er begrænsningerne? Han giver som svar to primære grunde: 1) friluftsliv skal læres, herunder socialisering til friluftsliv gennem familie, foreninger, organisationer etc., og 2) det handler om adgangen til naturen. Konferencen skal skabe rum for erfaringsudveksling og inspiration. På konferencen stilles tre spørgsmål: Hvad er status for friluftslivet i Danmark? Hvor er mulighederne for deltagelse i friluftsliv? Hvor er begrænsningerne for deltagelse i friluftsliv? – jeg håber vi får svar på disse.

Vi har i dette nummer af Dansk Friluftsliv udvalgt flere artikler fra oplægsholderne på konferencen, og forsøger derved at dække området muligheder og begrænsninger for friluftsliv bredt. Frank Søndergaard Jensen bidrager med en artikel om den danske befolknings kendskab til adgangsregler, mens Henning Eichberg forsøger at give en forklaring og en forståelse af friluftslivets fænomenologi. Derudover forsøges muligheder og begrænsninger for friluftsliv belyst i artikler indenfor henholdsvis ældres friluftsliv af Jette Hansen Møller, familiefiriluftsliv af undertegnede og friluftsliv i hverdagen af Magrethe Skår.

Jeg håber, I vil nyde bladet – god læselyst og rigtig god sommer i det fri.

BEFOLKNINGENS KENDSKAB TIL ADGANGSREGLERNE

KENDSKABET TIL ADGANGSREGLERNE – MULIGHEDER OG BEGRÆNSNINGER

Af Frank Søndergaard Jensen, Seniorforsker, ph.d., Skov & Landskab, Københavns Universitet, fsj@life.ku.dk

Konferencens overordnede tema – »Muligheder og begrænsninger for friluftsliv« – trækker fine tråde til de lovgivningsmæssige rammer for friluftsliv i den danske natur. – En lovgivning der netop sikrer såvel visse muligheder for friluftslivet, og som samtidig sætter en række begrænsninger for udfoldelserne i den danske natur.

De første lovfæstede regler om offentlig rekreativ adgang til den danske natur blev indført i 1917, hvor of-

fentligheden fik adgang til de statsejede skove. I 1937 blev der givet adgang til kysten, og i 1969 blev adgangen til skovene udvidet til privatejede skove større end 5 ha. Og endelig blev der i 1992 givet offentlig adgang til fods og på cykel på veje og stier i det åbne land.

Men kender befolkningen til disse regler (og muligheder) – og er man tilfredse med dem, som de er?

KENDER BEFOLKNINGEN ADGANGSREGLERNE?

Som sagt sikrer lovgivningen rammerne for udnyttelsen af den danske natur til friluftsliv, men spørgsmålet er: Hvor godt kendes de gældende regler af den brede offentlighed? Skov & Landskab har i forbindelse med to landsdækkende, repræsentative undersøgelser undersøgt kendskabet til i alt syv forskellige færdselsfor-



Figur 1. Adgangen til den danske natur reguleres grundlæggende i Naturbeskyttelsesloven (lovbekendtgørelse nr. 933 af 24/09/2009 og i Bekendtgørelse om offentlighedens adgang til at færdes og opholde sig i naturen (bekendtgørelse nr. 1314 af 20/11/2006). For visse lokaliteter kan der opstilles specielle adgangsregler – typisk vandløb som f.eks. Gudenåen.

mer med spørgsmålet: »Nedenfor er nævnt forskellige muligheder for færdsel i naturen/landskabet. Hvad mener De – som hovedregel – er tilladt i dag?«. Resultaterne, der fremgår af figur 2, afslører et betydeligt ukendskab. I figuren er færdselsformerne ordnet i rækkefølgen: »bedst kendskab« (flest korrekte svar) til »dårligst kendskab« (flest forkerte svar).

Det fremgår heraf, at det generelt er de nyeste regler, som befolkningen har dårligst kendskab til: færdsel til fods og på cykel ad private markveje, samt færdsel på cykel ad skovvejene i de private skove. Omvendt er der bedst kendskab til de regler der har været gældende i en længere årrække: plukning af blomster og indsamling af bær og svampe til eget forbrug i statsskovene, samt forbudene mod at cykle uden for veje og stier i statsskovene og at færdes i de private skove om natten. Undersøgelserne af regelkendskabet er gennemført i såvel 1994 som 2008, og det kan konstateres, at kendskabet til reglerne ikke er blevet bedre gennem årene – tværtimod.

VED BEFOLKNINGEN HVEM DER EJER DET BESØGTE NATUROMRÅDE?

Som bekendt har ejerforholdet indflydelse på hvilke adgangs- og aktivitetsmuligheder der er gældende. Dette gør sig specielt gældende i forhold til skovene, hvor færdselsmulighederne i offentligt ejede skove er mere mangfoldige end i de privatejede skove.

I forbindelse med undersøgelser af friluftslivet i

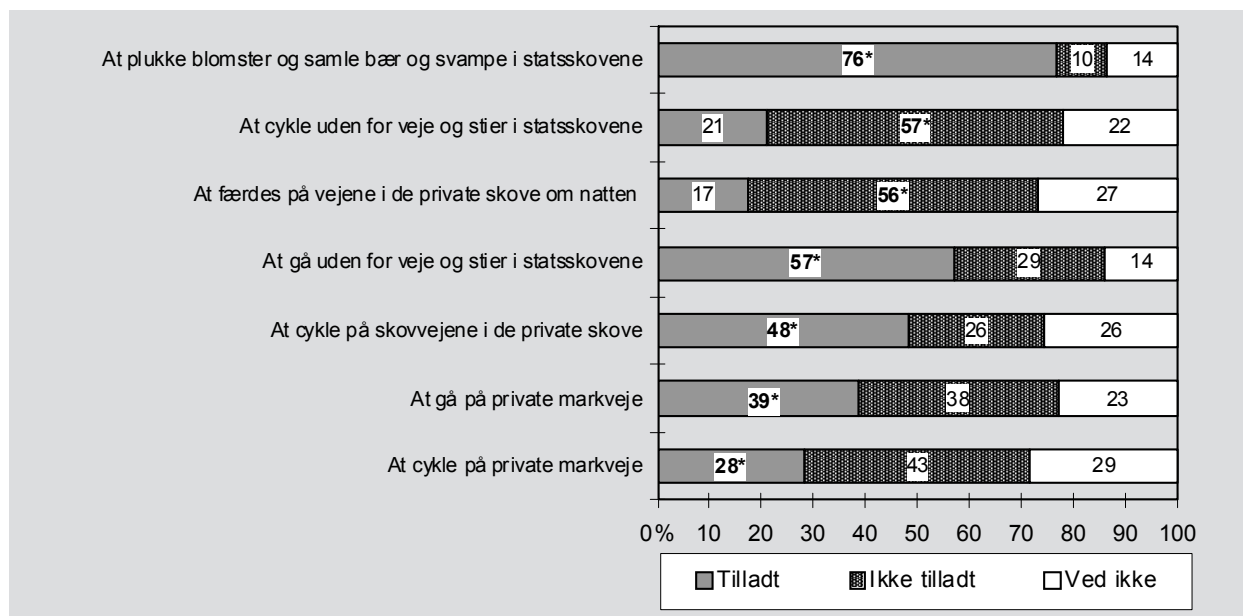
592 konkrete skove og andre naturområder (i alt 40.049 svar), har Skov & Landskab spurgt ind til kendskabet af ejerskabet af det besøgte område. Samlet set havde 75 % et korrekt kendskab til det besøgte områdes ejerforhold, og kendskabet var dårligst blandt gæsterne på privatejede arealer (64 % korrekte svar). Hvorvidt man opførte sig anderledes (f.eks. færdedes mere eller mindre uden for veje og stier) afhængig af ejerforholdet findes der ingen opgørelser af.

Gennem analyseinstituttet IFKA har Naturstyrelsen i en årrække undersøgt kendskabet til ejerforhold, i forbindelse med et spørgsmål til de skovgæster der har bemærket de »røde stolper, pæle eller bomme ved indgangen«. Det viser sig, at kun knap 20 % ved, at der er tale om en statsejet skov eller naturområde. Kendskabet til den røde markering af statslige skov- og naturarealer har været på samme niveau i perioden 2002-2010.

Er befolkningen tilfreds med de eksisterende adgangsmuligheder?

Et er, om befolkningen kender til reglerne for at færdes i landskabet eller ej. Noget andet er, om man er tilfreds med dem? Der findes enkelte undersøgelser der belyser den problemstilling.

Naturrådet tog i 1999 initiativ til en repræsentativ undersøgelse blandt personer over 18 år, hvor et af spørgsmålene relaterede sig til adgangsmulighederne i det åbne land: »I hvilken grad er de tilfreds med Deres



Figur 2. Kendskabet til hvorvidt syv udvalgte færdselsformer i naturen er tilladt eller ej i 2008. Det korrekte svar er markeret med en *. (Antal svarpersoner=1125).

mulighed for at komme ud i landbrugslandskabet?» – med følgende svarfordeling: 47 % meget tilfreds, 36 % tilfreds, 11 % hverken tilfreds eller utilfreds, 3 % utilfreds, 0 % meget utilfreds og 1 % ved ikke.

Resultatet tyder således på en ganske høj grad af tilfredshed (83 %) – men med hvad? Selve formuleringen af spørgsmålet giver da også mulighed for en bred tolkning af, hvad det egentlig er, man får svar på: »... Deres mulighed for at komme ud i landbrugslandskabet« kan ikke umiddelbart sidestilles med svar på hvor tilfreds man er med de gældende adgangsregler i landbrugslandskabet (eksempelvis kan det tænkes, at transportforhold og afstand i lige så høj grad indgår i svarpersonernes vurdering i forbindelse med svarafgivelsen).

Skov & Landskab har eksperimenteret med netop ordlyden af dette spørgsmål i forbindelse med undersøgelser i Haderslev og Hvorslev kommune. Det viser sig, at hvis formuleringen er mere præcis i forhold til adgangsreglerne: ...de gældende regler for friluftsliv i landbrugslandskabet«, har det en effekt på svarene i retning af en mere forbeholdende tilfredshed: der er betydeligt færre svarpersoner der angiver meget tilfreds (en ændring fra 47% til ca. 10%) og flere der angiver hverken/eller og ved ikke. Der findes således et fald i »samlet« tilfredshed (meget tilfreds plus tilfreds) fra 83% til omkring 65% i Haderslev/Hvorslev. Antallet af »utilfredse« og »meget utilfredse« er uændret lavt. (Det er ikke undersøgt, hvorvidt svarpersonerne i Haderslev og Hvorslev generelt adskiller sig fra den danske befolkning som helhed).

Naturstyrelsen har fået analyseinstituttet Megafon til at se på befolkningens tilfredshed med – eller holdninger til – adgang på en lidt anden måde. Analyseinstituttet giver mulighed for at vælge mellem tre udsagn i relation til adgangsforholdene, og det viser sig, at 55% finder, at udsagnet »Jeg synes, at der i Danmark skal være bedre adgang for offentligheden til de naturområder, der er« er det som passer bedst til en. Men som i tilfældet med Naturrådets undersøgelse (der blev gennemført af AIM) er det lidt uklart hvad der faktisk svares på – er det selve adgangsreglerne, eller er det mere de fysiske adgangsforhold som veje, stier og parkeringspladser der tænkes på?

DISKUSSION OG KONKLUSION

Det viser sig, at mindre end 30 % af den voksne be-

folkning har korrekt kendskab til nogle af de nyeste – snart 20 år gamle – adgangsregler. Det giver på en og samme tid mulighed for såvel lovovertrædelser, som for et uudnyttet potentiale for friluft aktiviteter, idet man simpelthen ikke er opmærksomme på alle de (legale) muligheder der er til stede for friluftslivet.

Også i forhold til spørgsmålet om ejerskabet af det besøgte skov- eller naturområde er der en vis mangel på viden. Denne form for viden er væsentlig, da der er relativt stor forskel på adgangsreglerne for specielt de private og offentligt ejede skove (der er den mest besøgte naturtype i Danmark med ca. 75 mio. besøg om året). Selv om 25 % tager fejl i deres opfattelse af ejendomsretten, skaber disse forkerte svar dog næppe ret mange lovovertrædelser (i hvert fald i relation til viden om ejendomsretten), da de fleste forkerte svar går til ejerskabsgrupper, hvor næsten den samme adgang/aktivitet er tilladt (f.eks. indikerer næsten alle »forkerte« besøgende på statsejede områder en anden offentlig ejer). Det er mere kritisk med hensyn til de ca. 35 % af de besøgende på privatejede arealer, der indikerer et ikke-privat ejerskab. – Hvis disse besøgende er bekendt med de mere liberale adgangsregler for ikke-private områder, kan det skabe konflikter og lovovertrædelser.

Betydningen af rekreativ adgang til naturen har fået stadig større bevågenhed i de seneste årtier, hvilket bl.a. bevirkede, at Miljø- og Energiministeren i år 2000 nedsatte det såkaldte »Adgangsudvalg«. Udvalget skulle bl.a.:

- Analysere om der er behov for en justering og forenkling af de eksisterende regler,
- vurdere i hvilket omfang offentlighedens adgang kan sikres/forbedres gennem frivillige aftaler,
- overveje om der skal stilles forslag om nye regler, der ændrer mulighederne for offentlighedens adgang, og
- undersøge effekten af eventuelle nye adgangsforslag på naturbeskyttelsen, friluftslivet og ejerinteresserne.

Som bekendt førte udvalgets betænkning ikke til en omfattende revision af adgangsreglerne. En af udvalgets anbefalinger var at gennemføre en informationskampagne – en anbefaling som klart understøttes af ovenstående, og som er blevet gentaget i regeringens naturpolitik fra 2002: »Danmarks natur. Ansvar for at beskytte den og glæden ved at benytte den«.

Såvel Naturstyrelsen som organisationer som Dansk Skovforening, Danmarks Naturfredningsforening og

Friluftsrådet giver på deres respektive hjemmesider god oplysning om adgangsregler og aktivitetsmuligheder – men det er vel et spørgsmål, om man kan sige, at der er gennemført en egentlig national informationskampagne over for befolkningen? Det skal afslutningsvis bemærkes, at i forbindelse med den seneste større lovrevision tilbage i 1992 af reglerne for offentlighedens adgang til naturen (specielt det åbne land), blev der iværksat en oplysningskampagne om de nye bestemmelser. Dette informationsarbejde skete i samarbejde mellem Miljøministeriet, amterne, skovbruget og landbrugets organisationer samt Friluftsrådet. Ud over trykt information blev der bl.a. gennemført TV-spots i DR's informationsudsendelse »OBS«. – Et initiativ der måske ikke umiddelbart synes at have haft en markant og målbar effekt i den brede befolkning.

KILDER

Bekendtgørelse om offentlighedens adgang til at færdes og opholde sig i naturen. Bek. nr. 1314 af 20/11/2006. <https://www.retsinformation.dk/Forms/R0710.aspx?id=12938>

IFKA 2008: Skov- og Naturstyrelsen – Kendskab og holdninger. – Institut for Konjunktur-Analyse, Skov- og Naturstyrelsen.

Jensen, F.S. 1998: Friluftsliv i det åbne land 1994/95.

– Forskningsserien nr. 25, Forskningscentret for Skov & Landskab. 151 s.

Jensen, F. S. 2003: Friluftsliv i 592 skove og andre naturområder. – Skovbrugsserien nr. 32. Forskningscentret for Skov & Landskab. 335 s.

Jensen, F.S. & Koch, N.E. 1997: Friluftsliv i skovene 1976/77-1993/94. – Forsknings-serien nr. 20, Forskningscentret for Skov & Landskab. 215 s.

Megafon 2010: Skov- og Naturstyrelsen. Danskernes natur- og friluftsoplevelser. – Megafon, Skov- og Naturstyrelsen. 237 s. + bilag.

Naturbeskyttelsesloven. Lbk nr. 933 af 24/09/2009. <https://www.retsinformation.dk/forms/r0710.aspx?id=127104#K4>

Naturstyrelsen 2011: <http://www.naturstyrelsen.dk/Naturoplevelser/Adgang/>

Upublicerede data indsamlet i 2007-2008 i forbindelse med projektet »Vildt & Landskab«. – Skov & Landskab.



FORKLARING OG FORSTÅELSE

Af Henning Eichberg, Professor, Institut for Idræt og Biomekanik, heichberg@health.sdu.dk

TO FORSKNINGSVEJE MED FRILUFTSLIV SOM CASE

Mennesker bevæger sig i naturen – vandrende, cyklende, i båd, med telt, med hund, med familie, alene, mænd, kvinder, fiskende, jagende, overnattende ... – det ser ud som noget *faktuelt*. Friluftsforskningen har visse traditioner til at registrere og måle disse bevægelsesmåder. Og man prøver at forklare dem.

Menneskene kunne bevæge sig i naturen – det er noget *potentielt*. Potentialerne er det langt mere vanskeligt at måle – eller umuligt.

Og menneskenes muligheder med at bevæge sig i naturen er begrænsede. *Barriererne* fører hen til modsætningsforhold og konflikter - omkring adgang til naturen og hvem der har magten over naturen, omkring kulturelle traditioner og innovationer etc. Her - i det ikke-mulige eller ikke-endnu-mulige - bliver det endnu vanskeligere at måle. Vi bevæger os i humanvidenskabernes felt, hvor vi kan eller skal forstå.

Disse spørgsmål fører til et erkendelsesteoretisk problem, til forholdet mellem *forklaring* og *forståelse*.

Forskeren prøver ofte naivt at »forklare« bestemte observerede fænomener, men forklaringsbegrebet driller. Den bruges til dels i en common-sense-betydning, hvor forklaring ikke er noget andet end dybere indsigt, forståelse eller fortolkning. Børnenes uendelige Hvorfor-spørgsmål danner grundlag for denne common sense: Hvorfor er himlen blå? Hvorfor er sne hvid? Hvorfor er der mænd og kvinder i verden? Børnene vil forstå verdenen.

Men i videnskabsteorien har »forklaring« en mere præcis og elaboreret betydning, der er afledt af naturvidenskabelig tænkning. Denne betydning af »forklaring« er langt fra den humanistiske »forståelse« (Seiffert 1969). Humanistisk forskning er nødt til at være opmærksom på forskellen mellem de to procedurer at nærme sig et empirisk fænomen på.

1. CASE: UNGDOMSBEVÆGELSER OMKRING 1900

Omkring 1900 udfoldede der sig relativt pludseligt nogle nye fænomener i bevægelseskulturen, som man ikke havde kendt før:

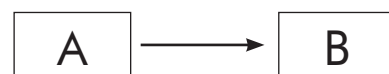
- de tyske »vandrefugle« og »naturvenner« (Zimmer 1984)
- den amerikanske Woodcraft-bevægelse (Morris 1970) og
- de britiske spejdere eller Scouts (Springhall 1977)
- nordiske og især norske friluftsskaktiviteter.

De fleste af disse ungdoms-, vandre- og friluftskulturer blev kaldt »bevægelser«, dvs. de betragtedes som mere end bare organisationer eller nye praksisformer. Især den tyske »ungdomsbevægelse« havde stor virkning gennem 1900-tallet. Samtidig frembragte de forskellige former i omgang med naturen (Eichberg/Jespersen 1986). Forskellene mellem de modsætningsfulde frilftsbevægelser fra 1900 kan sammenlignes med visse nyere differentieringer, som har vist sig i friluftslivet fra 1970'erne og frem: mellem »primitiv« nordisk friluftsliv og adventure race (Andkjær 2008).

2. FORKLARING OG FAKTORER

Hvordan kan man forklare denne praktisk-kulturelle innovation fra 1900 – og kan man forklare den?

Den scientistiske tilgang til et fænomen, især i naturvidenskabernes, men også i nogle samfundsvidenskaber, følger spørgsmålet: Hvorfor? Man leder efter en kausal begrundelse og operationaliserer forklaringsprocessen ved at reducere kompleksiteten og at isolere enkelte »faktorer«, typisk i en kunstig laboratoriumssituation. Blandt disse faktorer prøver man at prioritere de mest sandsynlige forklaringer. Forklaringen følger principielt en lineær logik: Det empiriske fænomen er virkning af en årsag. Hvis faktor A, så fænomen B.



En søgen efter forklaring kender man også fra humanistisk forskning. Friluftslivets pludselige forandringer og differentieringer omkring 1900 har man f.eks. prøvet at forklare på lignende måder. To forklaringer har nok domineret feltet, den personhistoriske og den politiske:

- Ud fra person- og idéhistorien: Den britiske officer Baden-Powell havde en idé, og den blev til spejderbevægelsen. Det er spejderhistoriografiens mainstream. Men man kan kritisk spørge efter, om det nu

er mænd (og deres idéer), der laver historie. Der er god grund til at forholde sig skeptisk til denne – dels idealistiske, dels hagiografiske – forklaringsmåde.

- Ud fra politiske og klasseinteresser har man valgt en anden forklaring: De nye britiske ungdomsbevægelser var disciplineringsforanstaltninger ud fra imperialistiske magtinteresser (Springhall 1977). Det har en god politisk pointe, men problemet er, at bevægelsernes dynamik gennem det følgende århundrede ikke kan tilstrækkeligt forklares top-down. Især den tyske ungdoms- og den amerikanske woodcraft-bevægelse var snarere folkelige initiativer nedefra.
- I dag forklares bevægelsesfænomener ofte ud fra sundhed og psykologi: Folkesundhedsvidenskaben producerer idéer om det gode og rigtige liv, og denne viden skal oversættes til motivationer for at sætte gang i folks bevægelsespraksis. Motivationer er faktorer for handlingen og adfærdændringen: fra viden (A1) og motivation (A2) til bevægelse (B). Eller også møder man barrierer, der forhindrer en fornuftig sundhedspraksis.

Forskningen er godt klar over, at det ikke kun er en enkelt faktor (A), der bevirker folks praksis. Derfor har man udviklet mere sofistikerede multifaktorielle modeller. F.eks. modellen Stages of Change. Den multifaktorielle tilgang differentierer ganske vist den grundlæggende lineære forklaringslogik, men den følger ellers i det samme spor.

Hvor man søger efter forklaring og faktorer, anvender man gerne statistiske metoder. Man forventer, at statistiske tal gør en kvantitativ prioritering af faktorer mulig. Ad denne vej ønsker man at komme til repræsentative resultater.

3. FORSTÅELSE OG SAMMENHÆNG

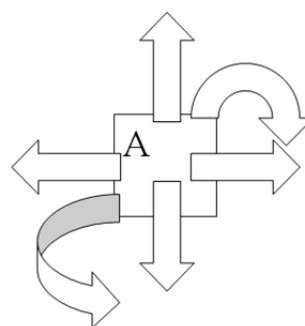
Forståelse følger en anden logik: Det observerede fænomen står i et flertal af sammenhæng - og modsætningsforhold. For forskeren gælder det om at følge disse komplekse sammenhæng og modsætninger i forskellige retninger.

Rent praktisk tager man her udgangspunktet i et fænomen A – en case, en situation, en begivenhed, en handling, en tekst, et billede, en biografi – og trækker linjer fra A i flere retninger, hen mod flere sammenhæng. Billedet ligner snarere et netværk end en pil. Inden for dette forståelsesnetværk vælger forskeren, hvilke sammenhæng der skal prioriteres – og skal gerne redegøre for dette valg. Sammenhængenes konstruktion og analyseretningers antal er principielt ubegrænsede.

To aspekter fortjener særlig opmærksomhed, når vi taler om sammenhæng:

- At analysere sammenhæng betyder ikke, at man arbejder »holistisk«, fordi »holisme« indebærer, at man har »det hele« med. Det har man som forsker aldrig. Forskeren udvælger og reducerer altid. Men der er mere helhed i forståelsesproceduren end i faktortænkningen.
- »Holistiske« tilgange mangler normalt også opmærksomhed på modsigelser, modsætninger og konflikter. Disse er imidlertid meget frugtbare for forståelsen af et fænomen. Til sammenhæng hører netop også det, der slet ikke hænger sammen eller er direkte i strid med hinanden. For at forstå konflikter kræves der i stedet en dialektisk tænkning – gerne også i dens trialektiske udgave (Eichberg 2010).

Forståelsesprocessen kan også godt tage udgangspunkt i barnets naive nysgerrighed og spørge: Hvorfor? Men man skal ikke overføre dette til en faktortænkning, og dette garderer man sig bedst imod ved at spørge: Hvordan? Hvordan kan jeg beskrive det observerede fænomen – og hvordan hænger det sammen



Hvis man vil forstå natur- og ungdomsbevægelserne omkring 1900, er man derfor nødt til at bevæge sig ad flere tangenter:

- Ungdomsbevægelserne var et *generationsfænomen*. Ungdom blev til en ny social kategori. Således argumenterede man især efter 1900, i Danmark især fra 1940'erne.
- *Pædagogiske idéer*: Der foregik et skifte af uddannelsesmønstre – fra filantropi (Rousseau i 1700-tallet) over eksercits- og kommandopædagogikken (i 1800-tallet) til reformpædagogikken (Ellen Key 1900).
- Kulturkritik og nyromantik: Her virkede litterære idéer, f.eks. fra Jeppe Aakjær og Johannes V. Jensen.
- Darwinisme og nyreligiøse strømninger påvirkede side om side. Naturvidenskabelige idéer mødtes og

fremkaldte religiøse modreaktioner, men naturvidenskabelig verdensanskuelse tog også selv *religiøse* former, f.eks. i Ernst Haeckels »monisme«.

- Man har talt om den borgerlige ungdomsbevægelse (i Tyskland), og dermed karakteriseredes en bestemt *klasserelation*. Men forandringen foregik også i arbejderungdommen. Blandt både arbejdere og borgere virkede klassesituationen nedefra og op.
- Men der var også klasse- og *magtinteresser* i den klassiske imperialismes tidsalder på spil, som virkede oppefra og ned. Naturen blev brugt som disciplineringsarena.
- Man kan blandt alle involverede socialgrupper tale om en ny *klassehabitus*, hvor social praksis skiftede og differentierede sig.
- Livsvilkårene omkring 1900 var i de vestlige lande præget af *urbanisering*, *industrialisering* og *bureaukratisering*. De fremprovokede en grøn opposition, som modbevægelse.
- Nye mønstre af *arbejde* og *fritid* gjorde ungdomsbevægelserne mulige. Man kunne vandre ud i det grønne i fritiden. Og man kunne danne foreninger.
- Der dyrkedes på den ene side krig i naturen og på den anden fred med naturen. Spejderne brugte soldaten som *rollemodel*, mens woodcraft-folk dyrkede indianeren. De tyske vandrefugle refererede til svennen på vals (eller også til ridderen). Nogle af disse rollebilleder var romantisk vendt tilbage, andre frem mod (krigens) nye tider.
- Der virkede forskellige *psykologier*, hvad enten man dyrkede action og krigsspil – eller naturfølelser, oplevelse og det »at tale med dyrene«.
- En anden psykologi refererede til nervøsitetens tidsalder. Naturbevægelsen var en modreaktion mod civilisationens psykiske spændinger.
- De forskellige bevægelser i Tyskland, Amerika, England og Norge foregik på samme tidspunkt, men pegede mod *nationalkulturelle forskelle*.
- Forandringen skete *diskontinuerlig*, i form af grønne bølger nedefra. Den første grønne bølge kom omkring 1800 og den anden grønne bølge efter 1900, begge to som en slags vækkelse, fra det civile samfund. Fra 1970'erne talte man om en tredje grøn bølge.
- Det var overvejende unge mænd, der blev aktive i friluftsbewægelserne. Skønt der også var opbrud

blandt piger hen mod »det grønne«. Det er meget lidt undersøgt, hvilken rolle køn og *kønspolitik* spillede i denne proces.

4. CASE OG MULIGHED, KONFLIKT OG BEVÆGELSE

Tre aspekter af den humanistiske analyse fortjener her særlig opmærksomhed: case-studie, konfliktanalyse og bevægelsesstudie (om historisk og komparativ analyse se senere).

Case: Mens den forklarende faktorforskning spørger, hvad menneskene normalt eller generelt gør, retter den forstående kulturforskning opmærksomheden på en *case* (eller flere cases). Normalitetsforskningen vil gerne vide, hvad der er lovmæssigt – hvis A, så B – og søger derfor i retningen af det repræsentative og statistisk signifikante. Den enkelte case betragtes som »blot anekdotisk«. Humanistisk forskning er derimod klar over, at al menneskeforskning er partikulær, begrænset i rum og tid (hvorfor der er behov for historisk og antropologisk-komparativ tilgang) og dermed en case. Natur- og friluftslivsforskningen kan samle så mange data'er, som den vil, den har dog ikke buskmændenes liv i Kalahari med og ikke Mentawai-folkets liv i urskoven vest for Sumatra, ikke det gamle Nordens folk på Island og ikke dem, der tegnede huletegninger i stenalderen... På denne måde er den aldrig repræsentativ for, hvad menneskene generelt gør.

Naturbevægelserne omkring 1900 er sådan en case og kan derfor statistisk nemt affærdiges som enkelttilfælde (spejderbevægelsen blev kun én gang stiftet i historien). Som historisk case er bevægelsernes start statistisk usignifikant og »anekdotisk«. Men case-forskningen er alligevel relevant: Fordi en enkelt case fortæller, hvad der principielt er muligt for mennesket. I denne forstand er enhver enkelt case oplysende. I denne *mulighed* har humanistisk forskning sin filosofiske begrundelse – potentialitet i stedet for normalitet.

Konflikt: Ingen case og ingen sammenhæng kan forstås uden dens implicerede modsætninger og konflikter. Friluftsliv handler om adgang til den grønne natur – og dermed om modstridende magtforhold. Om man bevæger sig som spejder-soldat eller som woodcraft-indianer, gør også en forskel. Om man dyrker nordisk friluftsliv »uden at efterlade spor« eller adventure-race, er heller ikke det samme. Konflikterne oplyser om, hvad der står på spil.

Bevægelse: Naturbevægelserne og friluftskulturerne fra vores case omkring 1900 peger i tre forskellige hovedretninger, som er karakteriseret ved bevægelsesbegrebets mangfoldighed:

- *Kropslige bevægelser:* Folk bevægede sig vandrede, legende og dansende i den grønne natur og dyrkede lejlighed, hvor de sov uden for.
- *Emotionelle bevægelser:* Nye stemninger omkring naturen blev ofte udtrykt i nyromantiske termer. Bålet var et sted for oplevelse og dyrkelse af disse følelser – med musik og fællessang.
- *Sociale eller folkelige bevægelser:* Civilsamfundsmæssige ungdomsbevægelser nedefra mødtes af disciplinerende pædagogikker oppefra. Her var der lagt op til politisk konflikt.

Disse tre bevægelsesdimensioner kan spores i enhver kropskulturforskning. De hænger samtidigt sammen - på en kompleks måde, men hvordan? Spørgsmålet åbner op for fremtidig humanistisk forskning.

Case, konflikt og bevægelse står centralt i den fænomenologiske metode, som har banet vejen til den nyere kropskulturforskning.

5. FÆNOMENOLOGISK FORSTÅELSE OG DENS METODER

I kontrast til forklaringen spiller forståelsen en central rolle i de fænomenologiske fremgangsmåder.

Den første, der udfoldede en fænomenologisk metode, var nok Johann Wolfgang Goethe i sin farvelære (1791/1810). Goethe udviklede farvelæren imod Newtons forklaring af farverne gennem lysets vinkelbrydning. Newton havde vist, at farve kunne måles i vinkelmål, ved eksperimentelt at føre solens lys gennem et prisme. Fører denne laboratoriums-forklaring til en forståelse af farverne? Nej, mente Goethe. Rød, blå, gul og grøn er noget andet end forskelle på vinkler. Men hvad er de så? Hvordan kan de forstås som fænomener, der spiller en rolle i menneskenes liv? Det prøvede han at svare på i tre dele, en polemisk del, der var vendt imod Newtons teori, en systematisk del om farvernes komplementære relationer til hinanden, og en historisk del, der samlede mange slags materialer om farverhåndværk etc.

I 1900-tallet stødte den franske kemiker Gaston Bachelard i lignende problemer. Den moderne kemi har oparbejdet en omfattende tabel af alle kendte elementer. Men et element, som gennem århundreder havde stået centralt i den europæiske naturfilosofi, var nu

forsvundet: ilden. Hvordan kan vi så forstå ilden, som fænomen i menneskenes liv? Ud fra dette spørgsmål skrev Bachelard »Ildens psykoanalyse« (1938). Dette blev starten for den franske skole af epistemologi, som svarer til tysk fænomenologi (se også Böhme/Böhme 2004). Senere knyttede Michel Foucault og Bruno Latour an til den epistemologiske tilgang.

Samtidig opdagede nogle filosoffer fænomenerne som en udfordring og vendte sig dermed imod den eksperimentelle og analytiske positivisme. »Tilbage til fænomenerne!« fordrede Edmund Husserl. Han blev fulgt af Martin Heidegger og Maurice Merleau-Ponty. Filosoferne gik imidlertid ikke eller kun ganske sjældent selv til fænomenerne. De forblev fjerne fra empiri og praksis. Filosoferne prøvede snarere at konstruere abstrakte systemer på grundlag af den fænomenologiske forståelse. Dette blev til den filosofiske skole, også kaldt for »den fænomenologiske bevægelse«. Men ved at falde i hænderne på amerikanske pædagoger blev skolen snarere til en fænomenologisk sekt, hvor man er en rigtig fænomenolog, når man citerer andre fænomenologer. Det skabte større forvirringer, også i Danmark (Zahavi 2003). I vore dage har Peter Sloterdijk genoptaget den fænomenologiske fremgangsmåde - med utilsløret kritik af den »fænomenologiske« filosofiske skole (Sloterdijk 2010).

Vil man derimod vende tilbage til fænomenologien som en praktisk vej for forståelse, så skal man være opmærksom på følgende trin og dimensioner:

En basis for forstående forskning i krops- og bevægelseskulturen er den *narrative* tilgang. Der fortælles »den gode historie« - typisk om en case. Den narrative casefortælling kan følge den antropologiske tradition.

Analysen består i en (re-)konstruktion af *sammenhæng*. Her kan brainstorming være en vej til at åbne op i uforudsete retninger.

Analysen sætter desuden fokus på *modsatninger*. Konflikt er frugtbar for forståelse. Her tænkes der dialektisk.

Sammenhæng kan rekonstrueres ved at finde *mønstre*, typiske sammenhæng, figurer og tendenser. Her er konfigurationsanalysen et værktøj: Hvad er bevægelseskulturens rum, tid, energi, interpersonelle relationer, objektivering - samt organisering og idéer? Konfigurationsanalysen er en søgemaskine, ikke en systemdannelse.

Sammenligningen er frugtbar for ikke at stirre sig blind på et bestemt materiale. Enhver forståelse er ved nærmere betragtning komparativ.

Synkron sammenligning fører til forskellige *typologier*. Her f.eks.: spejdere versus woodcraft, eller: primitivt friluftsliv versus adventure race.

Diakron sammenligning gennem tiden fører til *historisk forandring*. Der er forskel på, hvad der var før og efter. F.eks. på naturbegrebet op til 1700-tallet og de »revolutionære« natur-forhold fra omkring 1800 og så igen efter 1900 – de grønne bølger.

Forståelse har gevinst fra at gå til ordenes etymologi. Ord og begreberne er ikke opfundet ud fra en bestemt rationalitet, men de har en meningshorisont omkring sig, som oven i købet er under historisk forandring. Det gælder bl.a. begrebet »natur«.

Forskningen får således en relativiserende og dermed *kritisk* dimension: Hvad der virker fast og givet her og nu, har ikke altid været sådan og kan også i fremtiden forandre sig igen. Og: Det som foregår mellem mennesker, er principielt ikke »naturligt«, men kulturelt. Menneskelig gøren kan være anderledes – i en anden kulturel eller subkulturel kontekst.

Ingen af disse analyseprocesser fører til »objektive« resultater. Forskeren som subjekt er altid med – hvilket netop også »fænomenologiens« filosoffer i deres filosofiske praksis ofte har forbigået (Sloterdijk 2010). Fænomenologien er blevet især kendt – men også udskaelt for at understrege eller endog overbetone – *det subjektive* i erkendelsesprocessen. Modsætningsparret Objektivisme vs. Subjektivisme griber imidlertid for kort. Erkendelsens *intersubjektive* dimension er noget tredje. Bl.a. skal der tænkes med, at enhver analyse er kulturelt relativ. Den er ikke kun »min«, den er også »vores«.

Ad denne vej opnås der forståelse for de fænomener, som menneskenes praksis, herunder friluftslivet, har med at gøre, skønt de er vanskelige eller umulige at måle: farver, ild, den grønne natur, leg, dans, vandring, tavshed i skoven, menneskelig bevægelse...

REFERENCE:

Andkjær, Søren 2008: Friluftsliv i Danmark. Unges deltagelse i organiseret friluftsliv set i kulturelt perspektiv. Ph.d. Syddansk Universitet.

Bachelard, Gaston 1938: La psychanalyse du feu. – English 1964: Psychoanalysis of fire. Boston: Beacon.

Böhme, Gernot & Hartmut Böhme 2004: Feuer, Wasser, Erde, Luft. Eine Kulturgeschichte der Elemente. München: C. H. Beck.

Eichberg, Henning & Ejgil Jespersen 1986: De grønne bølger. Træk af natur- og friluftsli-vets historie. Gerlev: Bav-ne-banke. Ny udg. Vejle: DGI 2001.

- 2010: Bodily Democracy. Towards a Philosophy of Sport for All. London: Routledge.

Goethe, Johann Wolfgang (1791-1810): Farbenlehre. Mit Einleitungen und Kommentaren von Rudolf Steiner. Hrsg. Gerhard Ott & Heinrich O. Proskauer. Stuttgart: Freies Geistesleben 1992, Bd. 1-5.

Morris, Brian 1970: "Ernest Thompson Seton and the origins of the Woodcraft Movement". In: The Journal of Contemporary History, 5:2, 183-194.

Seiffert, Helmut 1969: Einführung in die Wissenschaftstheorie. Bd.1: Sprachanalyse, Deduktion, Induktion in Natur- und Sozialwissenschaften. Bd.2: Geisteswissenschaftliche Methoden, Phänomenologie, Hermeneutik und historische Methode, Dialektik. München: C. H. Beck, ny udg. 1971.

Sloterdijk, Peter 2010: Scheintod im Denken. Von Philosophie und Wissenschaft als Übung. Frankfurt/M.: Suhrkamp.

Springhall, John, 1977: Youth, Empire and Society. British Youth Movements, 1883-1940. London: Croom & Hamden/Conn.: Archon.

Zahavi, Dan 2003: Fænomenologi. Frederiksberg: Roskilde Universitetsforlag.

Zimmer, Jochen 1984 (red.): Mit uns zieht die neue Zeit. Die Naturfreunde. Zur Geschichte eines alternativen Verbandes in der Arbeiterkulturbewegung. Köln: Pahl-Rugenstein.



MULIGHEDER OG BEGRÆNSNINGER FOR ÆLDRES FRILUFTSLIV

Af Jette Hansen-Møller, Landskabsarkitekt, Fil. Doc., lektor på kandidatuddannelsen i landskabsforvaltning, Det Biovidenskabelige Fakultet, Københavns Universitet, jhm@life.ku.dk

Ældre er ikke bare ældre. Undersøgelser har for eksempel vist, at de over 65-årige både kommer relativt oftere og er i længere tid end yngre i de rekreative områder, der ligger tættest på deres hjem, eller som er godt tilgængelige i det hele taget (King et al., 2003; Payne et al., 2005). Modsætningsvis er den typiske ikke-bruger af parker og grønne områder i byerne en ældre kvinde med dårligt helbred, ringe økonomi, ikke-vestlig oprindelse og dårlig uddannelse (Shutzer & Graves, 2004).

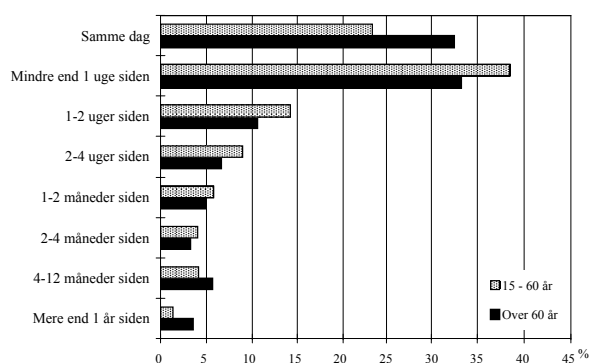
Begrænsninger for friluftsliv betinget af køn, alder, uddannelse og økonomi kan samfundet ikke fjerne. Til gengæld kan nogle af mulighederne forbedres. Det gælder især forsyningen med let tilgængelige, velplanlagte grønne områder. Men et godt helbred er også en vigtig forudsætning for at være friluftsmæssig aktiv højt op i alderen. Samtidig er friluftsliv en aktivitet, som både kan forebygge et dårligt helbred og bruges til genoptræning. Grunden er, at friluftsliv indebærer fysisk aktivitet, naturoplevelser og sociale kontakter, som hver især er gavnlige for helbredet, og som ældre desuden sætter mere pris på end yngre. Da ældre på 65 år og derover udgør en stærkt stigende andel af den danske befolkning, er det vigtigt ud fra en samfundsmæssig betragtning, at de kan klare sig længst muligt i eget hjem. Imidlertid findes der intet overblik over, hvilke muligheder der findes i dagens Danmark for friluftsliv rettet specielt mod ældre. Vi har heller ingen data, der gør det muligt at sammenligne, hvilke grupper af ældre, der dyrker hvilke aktiviteter, hvorfor, hvilke hindringer de støder på, og hvilke muligheder de savner. Noget tyder endvidere på, at nogle ældre er begyndt at dyrke aktiviteter, de aldrig har prøvet før. Hvorfor, hvilke aktiviteter det drejer sig om, og på hvilke måder det eventuelt fremmer den ældres livskvalitet, ved vi ikke, men måske udforskning heraf kan give inspiration til kommuner og frivillige organisationer om, hvordan inaktive ældre kan bringes til at blive mere friluftsmæssigt aktive.

I det følgende sammenkædes de sundhedsmæssige fordele for ældre ved at dyrke frilftsaktiviteter, få naturoplevelser og møde andre mennesker med viden om motiver, hindringer og muligheder herfor. De danske data stammer fra repræsentative undersøgelser af befolkningens friluftsliv udenfor hjemmet (Jensen, 1998; Kaae & Madsen, 2003) og i byparker (Holm, 2000; Schipperijn, 2010) udført af forskere fra Skov & Landskab.

FRILUFTSAKTIVITETER

Fysisk aktivitet i almindelighed fremmer ældres funktionsevne og balance så risiciene for skader som følge af faldulykker mindskes. Aktive ældre sover også bedre og lever længere end passive (Chodzko-Zajko et al., 2009). I tilgift forbedrer udendørs aktiviteter deres generelle tilfredshed med sig selv og livet, med et mindre træk på sundhedsvæsenet til følge (Pretty et al., 2007; Raymore & Scott, 1998). Alligevel er der et flertal af ældre danskere, som ikke opfylder de sundhedsmæssige anbefalinger om 30 minutters motion mindst 5 dage om ugen (Beyer & Puggaard, 2008), men også flere ældre, der er mere friluftsmæssigt aktive end de yngre aldersgrupper.

For eksempel dyrkede forholdsvis flere 61-77-årige og 60-70-årige end yngre friluftsliv i henholdsvis det danske landskab (Jensen, 1998) og i en bypark (Holm, 2000) i ugen før de blev spurgt. Det kan skyldes, at nogle ældre synes, indendørs motion er kedeligt (Crombie et al., 2004) eller foretrækker friluftsliv frem for motion, fordi det netop ikke minder dem om træning (Norling, 1996). Flere over 70 år kom kun meget

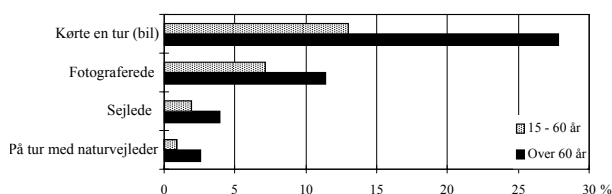


Figur 1: Besøgshyppighed – tidsrum siden sidste naturbesøg i 1994/95 (Jensen, 1995).

sjældent ud i landskabet måske pga. dårligt helbred eller manglende transportmuligheder (Jensen, 1998), se Figur 1.

De ældre brugte også længere tid på deres sidste tur end de yngre. 70 % af de 61-77-årige brugte 1-2 timer, mens det kun gjaldt 60 % af de yngre. Næsten en tredjedel af de ældre var ligesom de yngre alene på deres sidste tur i landskabet, men langt flere ældre (40 %) end yngre (28 %) fulgtes med en anden (Jensen, 1998).

At gå en tur og opleve naturen, hvad enten det er i landskabet eller et grønt område i byen, er den mest almindelige friluftaktivitet blandt både ældre og yngre og i udlandet såvel som i Danmark. Ca. en tredjedel af de ældre danskere kørte en tur i bil, sidst de var på tur i landskabet. Det var dobbelt så mange som blandt de yngre. Der var også forholdsvis flere ældre end yngre, der fotograferede, sejlede i motorbåd eller var på guidet tur, men færre der luftede hund, cyklede eller løb (Jensen, 1998), se Figur 2. Ældre og yngres aktivitetsmønstre i parkerne i 6 danske byer var ens bortset fra, at de over 71-årige ikke deltog i sports- eller legeaktiviteter (Holm, 2000).

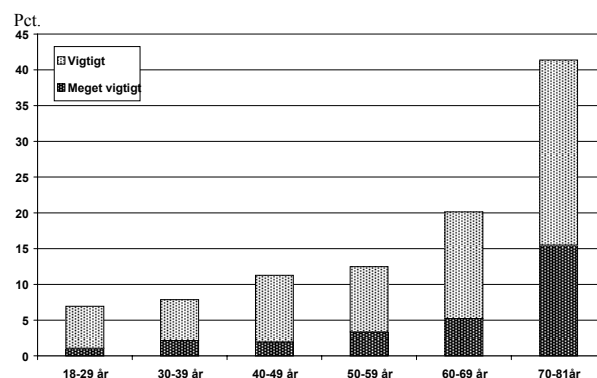


Figur 2: Aktiviteter i landskabet som markant flere over 60 år end yngre deltog i på deres seneste tur. (Jensen, 1995)

MOTIVATION

Blandt ældres motiver for at dyrke friluftsliv rangordnes motion lavest ligesom i resten af befolkningen. Imidlertid var der relativt flere ældre end yngre, der angav det som et særligt vigtigt/vigtigt motiv for deres sidste tur i landskabet, og interessen stiger med alderen. »At forbedre min kondition« og »at motionere« var således et særlig vigtigt/vigtigt motiv for henholdsvis 58 % af de 60-69-årige og for 73 % af de 70-81-årige. Det var også et vigtigt motiv for 16 % af de 60-69-årige og for 31 % af de 70-81-årige »at vise andre, at jeg kan klare det«, mens det kun var betydningsfuldt for 4-8 % af dem under 60 år.

Endnu vigtigere som motiv var det »at vise over for mig selv, at jeg kan klare det«. Det angav 20 % af de 60-69-årige, og 42 % af de 70-81-årige, men langt færre yngre (Kaae & Madsen, 2003) (se Figur 3).



Figur 3: »At vise overfor mig selv at jeg kan klare det« som motiv for naturbesøg i forhold til aldersgrupper. (Kaae & Madsen, 2003)

TILGÆNGELIGHED OG FACILITETER

Ældre bruger generelt de parker, der ligger tættest på deres bolig mest og forholdsmæssigt mere end yngre (Payne et al. 2005; Shipperijn, 2010). Parkens størrelse har derimod ikke særlig betydning for ældres besøgsfrekvens. Ligger en park inden for et kvarters gang fra hjemmet mister afstanden også betydning, mens faciliteter, muligheder, drift og eventuelle gener bliver mere afgørende (Aspinal et al., 2010). Hvor afstanden til grønne områder er lang, er det afgørende for de ældres besøghyppighed, at de offentlige transportmuligheder er gode (Moven et al., 2005).

Der findes ingen studier af, hvilke muligheder specielt ældre efterspørger i parker, men af to danske undersøgelser fremgår det, at henholdsvis halvdelen af de over 60-årige, og mere end en tredjedel af dem over 70 år, mente, at siddepladser var den største mangel i de parker, der blev refereret til (Holm, 2000; Shipperijn, 2010). Desuden følte næsten to tredjedele af de over 60-årige sig mere hindret end andre aldersgrupper på grund dårlige toiletforhold, og en tredjedel savnede også bænke langs ruten til deres foretrukne park (Holm, 2000). Flere toiletfaciliteter og parkeringspladser vil også kunne få flere ældre til at dyrke friluftsliv i rekreative områder udenfor byerne, mener dobbelt så mange 60-77-årige som yngre (Jensen, 1995).

Fra internationale undersøgelser af, hvad der forringer ældres muligheder for at gå tur i nabolaget (Bengtson, 2003), kan vi desuden få en idé om, hvad der vil kunne fremme ældres aktivitetsniveau på vej til og i de grønne områder. Det drejer sig om jævne belægninger, ramper ved terrænskift, hvilemuligheder langs stierne, fjernelse af affald, is og sne og tegn på vandalisme, overskuelige trafikssituationer og fravær af trafikstøj. Hertil kommer mulighederne for naturoplevelser, som omtales nedenfor.

NATUROPLEVELSER

Naturkontakt medvirker til at sænke ældres blodtryk og kolesterolniveau, forbedrer deres koncentration og hukommelse, reducerer stress og fremmer en positiv livsopfattelse (Maller et al., 2005; Ottoson & Grahn, 2005). At bo i et kvarter med grønne områder inden for gangafstand kan også forbedre levetiden og helbredstilstanden blandt ældre mennesker (Sugiyama & Thomson, 2008).

MOTIVATION

Naturoplevelser er da også danskernes vigtigste motiv for at dyrke friluftsliv. Nogle delmotiver betyder imidlertid mere for ældre end yngre. »At kunne nyde naturens lugte og lyde« og »at lære mere om naturen« var for eksempel et særlig vigtigt/vigtigt aspekt for flere 60-81-årige end yngre ved deres seneste tur i landskabet (Kaae & Madsen, 2003). For parkbesøg var det »at nyde vejret« vigtigt for de fleste, mens betydningen af motivet »at følge årstidernes skiften i flora og fauna« steg med alderen (Holm, 2000).

ØNSKER

Ligesom flertallet af danskere mener de ældre at mere natur, renere strande, flere skove, snoede vandløb og enge ville kunne få dem til at besøge landskabet oftere (Jensen, 1995). Der er også især mange 60-75-årige, som mener, at anlæg af flere parker og grønne områder er »et ret eller meget godt forslag« til fremme af befolkningens sundhed (Mandagmorgen, 2008).

Det at kunne se planter/træer/blomster, dyr/fugle og vandlelementer, og følge årstidernes skiften opfattes som særligt attraktivt af ældre (Miljöförvaltningen, 2001; Parry, 2008). Desuden viser upublicerede data fra en undersøgelse i ti parker, at især de 50-69-årige fandt gamle træer værdifulde. Noget tilsvarende gjaldt tilstedeværelsen af dyr, fugle og insekter, og søer.

SAMVÆR MED ANDRE

Med stigende alder falder ægtefælle og venner bort. Oplevelser af den art kan give ældre stress, og ensomhed er et almindeligt fænomen, især blandt ældre kvinder. Modsætningsvis nedsætter socialt samkvem risiciene for at dø tidligt eller få depression eller demens, ligesom det forøger ældres kognitive evner og deres oplevelse af tryk (Bath, 2005).

MOTIVATION

Socialt samvær ligger nederst på danskernes rangstige som motiv for friluftsliv i landskabet. Imidlertid er der

også aldersbetingede forskelle i forhold til dette motiv. Hvor det »at gøre noget med familien« var vigtigt for den del af befolkningen, der havde hjemmeboende børn, spillede det ingen særlig rolle for de ældre. Til gengæld var »chancen for at møde nye mennesker«, og det »at kunne tale med nye mennesker« et særlig vigtigt motiv for dobbelt så mange (20 %) af de over 60-årige som blandt yngre (10 %). Det var også lidt vigtigere for de ældre end de yngre »at være sammen med andre, der glæder sig over det samme som mig« (Kaae & Madsen, 2003). Derfor overrasker det heller ikke, at motivet »fred og ro« for besøg i en bypark kun blev opfattet som et særlig vigtigt/vigtigt motiv af en fjerdedel af de over 64-årige, men for en tredjedel af de yngre (Holm, 2000).

POTENTIALER

Grønne områder er oplagte steder til fremme af social interaktion. Det kan ske ved at frivillige, herunder andre ældre, inviterer inaktive ældre med på en spadseretur, stavgang eller lign., som det allerede sker i flere kommuner.

Bænke og borde placeret hvor der er tilpas med læ, sol og skygge, i bolignære friarealer, på torve og pladser, i byparker og grønne områder udenfor byerne på steder, der hverken er for øde eller bruges af for mange andre mennesker, især unge, kan også medvirke til fremme interaktionen mellem ældre indbyrdes, ældre og andre voksne eller børn og måske lede til, at ensomme ældre lærer nogen at kende, der vil med på tur næste gang.

PERSONLIGE BARRIERER

Såvel førlighed som syn og hørelse svækkes med alderen. Det betinger, at flere ældre holder sig inden døre, fordi de er bange for ikke at kunne klare sig fysisk. Hvis de bor alene er det også en barriere ikke at have nogen at følges med, der evt. kunne være til hjælp, hvis de bliver for trætte, føler sig truede af andre eller falder (Moven et al., 2005). Mangel på tid er derimod ikke en hindring for ældre.

Kvinder oplever generelt flere barrierer for friluftsliv end mænd, en forskel hvis signifikans vokser med stigende alder. De føler sig mere begrænsede end mænd pga. dårligt helbred (Shores et al., 2007), og af angst – for at falde eller blive overfaldet (Scott & Jackson, 1996).

Med alderen bliver danskerne også mere utrygge ved at færdes alene i landskabet (Kaae & Madsen, 2003), og af undersøgelsen af brugen af 6 byparker fremgår det, at en fjerdedel af de over 60-årige oplevede angst

for at falde eller blive syg og ikke kunne få hjælp som en hindring for deres friluftsliv (Holm, 2000).

Opbakning til at være fysisk aktiv fra familiemedlemmer, venner, uddannet personale og andre deltagere i aktiviteter er det bedste bud på, hvordan de personlige barrierer kan mindskes (King, 2001)

OPSAMLING

De væsentligste personlige barrierer for ældres friluftsliv er et dårligt helbred, og angst for mangel på egen fysisk formåen. Socialt set er mangel på nogen at følges med og angst for at blive overfaldet eller moppet væsentligst. Fysiske barrierer består af mangel på lettilgængelige, velplanlagte og -plejede grønne områder.

De bedste muligheder, vi kan tilbyde ældre, består i at tilvejebringe grønne områder inden for så kort gangafstand som muligt fra deres hjem og/eller hvortil spadseremulighederne er gode – belægningen er jævn, der er hvilemuligheder undervejs, og der ryddes for affald, is og sne – eller områder hvortil der er offentlige transportmuligheder, som er simple at bruge. Desuden skal tilgængeligheden rundt i de rekreative områder, hvad enten de ligger i en by eller udenfor, være god, og de skal forsynes med faciliteter som bænke og toiletter på valgte steder, og naturoplevelser gerne relateret til vand. Endelig skal det hele være velholdt. Er der så yderligere nogen, der støtter den ældre i at blive ved med at være aktiv eller endnu bedre, tilbyder at tage med på tur, kan angst for overhovedet at begive sig ud fjernes. Gevinsten herved er, at et langt liv også bliver et godt liv.

REFERENCE:

Aspinall, P.A., Ward Thompson, C., Alves, S., Sugiyama, T., Brie, R., & Vickers, A. (2010). Preference and relative importance for environmental attributes of neighbourhood open space in older people. *Environment and Planning B: Planning and Design* 37(6), 1022-1039.

Bengtsson, A., (2003). Utemiljöns betydelse för äldre och funktionshindrade. Kunskapssammanställning. Statens Folkhälsoinstitut 2003:60, Sandviken, Sverige.

Beyer N., & Puggaard, L. (2008). Fysisk aktivitet og ældre. Center for Forebyggelse, Sundhedsstyrelsen, København.

Chodzko-Zajko, W., Schwingel, A., & Park, C.H.

(2009). Successful aging: The role of physical activity. *American Journal of Lifestyle Medicine* (Jan/Feb), 20-28.

Crombie, I.K., Irvine, L., Williams, B., McGinnis A.R., Slane, P.W., Alder, E.M., & Mcmurdo M.E.T. (2004). Why older people do not participate in leisure time physical activity: a survey of activity levels, beliefs and deterrents. *Age and Ageing* 33, 287-292.

Holm, S. (2000). Anvendelse og betydning af byens parker og grønne områder. Forskningsserien Nr. 28. (Doctoral dissertation). Forskningscentret for Skov & Landskab, Hørsholm.

Jensen, F.S., 1998. Friluftsliv i det åbne land 1994/1995. Forskningsserien Nr. 25, Forskningscentret for Skov & Landskab, Hørsholm.

Kaae, B.C., & Madsen, L.M. (2003). Holdninger og ønsker til Danmarks natur. By- og Landsplanserien nr. 21. Skov & Landskab, Hørsholm.

King, A.C. (2001). Interventions to promote physical activity by older adults. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci* 56 (Spec No 2), 36-46.

King, W.C, Brach, J.S., Belle, S., Killingsworth, R., Fenton, M. & Kriska, A.M. (2003). The relationship between convenience of destinations and walking levels in older women. *American Journal of Health Promotion*, 18(1), 74-82.

Maller, C., Townsend, M., Pryor, A., Brown, P., & Leger, L.S.T. (2005). Healthy nature healthy people: 'contact with nature' as an upstream health promotion intervention for populations, *Health Promotion International* 21(1), 45-54.

Mandagmorgen, Juni 2008. Fremtidens forebyggelse - ifølge danskerne, Mandagmorgen A/S & Trygfonden. Retrieved from <http://www.trygfonden.dk>

Miljöförvaltningen (2001), En tillgänglig närmiljö. Betydelse af parksoffor och bänkar, PM Miljö Göteborg, Göteborg.

Mowen, A.J., Payne, L.L. & Scott, D. (2005). Change and stability in park visitation constraints revisited. *Leisure Sciences* 27, 191-204.

Norling, I. (1996). Hälsa och fritid: Studier i 10 kommuner av samspelet mellan hälsoläge, livsstil och ekonomiska faktorer. CEFOS, Göteborgs universitet. Göteborg.

Ottoson, J. & Grahn, P. (2005). Measures of restoration in geriatric care residences: The influence of nature on elderly people's power of concentration, blood pressure and pulse rate. Retrieved from <http://www.haworthpress.com/web/JHE>, doi: 10.1300/J081v19n03_12.

Payne, L.L., Orsega-Smith, E., Roy, M. & Godbey, G.C. (2005). Local park use and personal health among older adults: an exploratory study. *Journal of Park and Recreation Administration*, 23(2), 1-20

Parry, R. (2008). Review of Evidence – Participation in Outdoor Recreation by WAG Priority Groups. Policy Research Report 08/15, OPENspace Research Centre, Edinburg College of Art and Heriot-Watt University, Countryside Council for Wales, UK.

Pretty, J., Peacock, J., Hine, R., Sellens, M., South, N. & Griffin M. (2007). Green exercises in the UK countryside: Effects on health and psychological well-being, and implications for policy and planning. *Journal of Environmental Planning and Management*, 50(2), 211-231.

Raymore L. & Scott, D. (1998). The characteristics and activities of older adult visitors to a metropolitan park district. *Journal of Park and Recreation Administration*, 16(4), 1-21.

Schipperijn, J. (2010). Use of urban green space. *Forest & Landscape Research* 45/2010, (Doctoral dissertation). Faculty of LIFE Sciences, University of Copenhagen.

Scott, D. & Jackson A.L. (1996). Factors that limit and strategies that might encourage people's use of public parks. *Journal of Park and Recreation Administration*, 14(1), 1-17.

Shores, K.A., Scott, D. & Floyd, M. (2007). Constraints to Outdoor Recreation: A Multiple Hierarchy Stratification Perspective. *Leisure Sciences*, 29(3): 227-246(20).

Schutzer, K.A. & Graves, B.S. (2004). Barriers and motivations to exercise in older adults. *Prev Med* 39, 1056-1061.

Sugiyama, T. & Ward Thompson, C. (2008). Association between characteristics of neighbourhood open space and older people's walking. *Urban Forestry and Greener*, 7, 41-51.



BEGRÆNSNINGER FOR FAMILIEFRILUFTSLIV



Af Martin Johnsen, Cand. Scient., adjunkt i naturfag, pædagoguddannelsen i Viborg, VIA UC, mljo@viauc.dk, bestyrelsesmedlem og ansvarshavende redaktør på Dansk Friluftsliv.

Denne artikel giver et lille indblik i specialet »Begrænsninger for familiefrikliftsliv«, hvor hensigten er at undersøge: i hvilket omfang, hvordan og hvorfor familier begrænses i at dyrke friluftsliv (Johnsen, 2007). Ønsket med specialet er at: 1) Kortlægge familiers friluftsliv - hvem dyrker friluftsliv, hvor dyrker de friluftsliv, hvor meget friluftsliv dyrker de, og hvad laver de, når de dyrker friluftsliv? og 2) Hvilke begrænsninger oplever familierne i forbindelse med at ville dyrke friluftsliv? Denne artikel omhandler sidstnævnte. Til besvarelse af dette tages udgangspunkt i begrænsningsteorien »Leisure Constraints«, hvori der opstilles ni mulige barrieretser, som familier kan tænkes at opleve i forbindelse med at ville dyrke friluftsliv. Friluftsliv betragtes bredt som værende længerevarende fritidsaktiviteter af minimum én times varighed foregående udenfor hjemmet, arbejdspladsen og sportspladsen. Med familie menes den sociale institution som udgør en husstand.

BAGGRUND

Baggrunden for specialet ligger i en undren over familiers brug af naturen og det at dyrke friluftsliv sammen som aktivitet – herunder hvilke oplevede begrænsninger de oplever. Undersøgelser viser en tendens imod

hhv. mindre og større grupper ved skovbesøg i stedet for forhen typiske familiegruppestørrelse på 3-6 personer (Jensen, Koch & Tvedt, 2005), samt at den gruppe af mennesker børn i alderen 10-14 år helst vil og oftest følges med ud i naturen er deres venner frem for familiemedlemmer (Danmarks Naturfredningsforening, 2004). I samme ombæring har der i de seneste år været stor fokus på naturens og friluftslivets værdier i Danmark, herunder flere undersøgelser der viser, naturens, grønne områders og friluftslivets positive indvirkning på både børns og voksnes fysiske og psykiske velbefindende, trivsel, sundhed og livskvalitet (Andkjær, 2005; Hansen, 2005; Tvedt & Jensen, 1999). Samtidig viser sundhedsundersøgelser, at danskernes sundhedstilstand er forringet, dette gælder både børn og voksne (Sundhedsstyrelsen, 2001; Due & Holstein, 2003). Tidligere var naturen en del af menneskets hverdags- og arbejdsliv, men i takt med samfundsudviklingen er grundlaget for den moderne familie og børns opvækstvilkår ændret (Bäck-Wiklund & Lundström, 2003). Familien er dermed ikke længere grundstenen i børns socialisering til samfundet og dermed til natur og friluftsliv (Bischoff, 2003).

BEGRÆNSNINGSTEORI

Teorien bidrager med det perspektiv, der indeholder oplevede begrænsninger for friluftsliv i fortolkning af, hvad der påvirker og bestemmer handling, præference for og deltagelse i friluftsliv. Der skelnes mellem tre typer af begrænsninger: intrapersonelle, interpersonelle

og strukturelle begrænsninger (Crawford & Godbey, 1987). De intrapersonelle begrænsninger forholder sig kun til præferencen for fritidsaktiviteten og ikke til selve deltagelsen/ikke deltagelsen i fritidsaktiviteten. De involverer interne psykologiske faktorer, tilstande og holdninger, som påvirker individet på det personlige plan. Fx stress, religion, tidligere socialisering til en fritidsaktivitet eller mangel derpå, personligt oplevet færdighedsniveau og egnethed samt tid. De interpersonelle begrænsninger forholder sig til den interpersonelle interaktion mellem mennesker, og de påvirker både præferencen for deltagelse og selve deltagelsen i en fritidsaktivitet. Fx hvis nogle medlemmer i en familie ikke er motiveret for at dyrke friluftsliv, begrænses hele familiens friluftslivsdeltagelse. Strukturelle begrænsninger lægger sig mellem præferencen for og deltagelsen i en fritidsaktivitet. Fx økonomisk kapacitet, tid, naturligtgængelighed, transportproblemer, lovgivning, klima og viden om muligheder. De tre begrænsningstyper rangordnes hierarkisk efter vigtighed, således at de mest centrale begrænsninger opfattes som intrapersonelle, dernæst interpersonelle og sidst de strukturelle begrænsninger (Crawford, Jackson & Godbey, 1991). De oplevede begrænsninger skal ikke ses som uovervindelige barrierer, men kun som forhindringer, det kan lade sig gøre at forhandle sig ud af (Jackson, Crawford & Godbey, 1993). Det er dermed ikke størrelsen på eller antallet af oplevede begrænsninger, men en persons egen handleevne, der er afgørende for deltagelse eller ikke deltagelse i en fritidsaktivitet. Teorien inddrager både begrænsninger og fremmede faktorer (bl.a. motivation) i en fælles kontekst (Raymore, 2002). Kritik af teorien kan læses i specialet (Johnsen, 2007)

BARRIERETESER

Ud fra "Leisure Constraint Statements" (Raymore, Godbey & Crawford, 1994), og i samspil med forskellige barriereforestillinger, familier kan tænkes at opleve, i forbindelse med at ville dyrke friluftsliv, er opstillet ni tænkelige barriereteser:

1. Mangel på tid? Tesen bygger på, at familierne begrænses i deres friluftslivsdeltagelse, fordi de ikke oplever at have tid til at dyrke friluftsliv pga. arbejde, husholdningsarbejde, andre fritidsaktiviteter osv. Begrænsningen kan både være af intrapersonel og strukturel karakter.

2. Mangel på friluftslivsfaciliteter, viden om faciliteter og

adgangsregler i naturen? Tesen er af strukturel karakter, og går på at familiernes friluftslivsdeltagelse begrænses af mangel på bålpladser og overnatningspladser i deres nærområde eller forældrenes manglende kendskab til disse friluftslivsfaciliteter. Desuden at forældrene finder regler for færdsel i naturen svære at forstå.

3. Mangel på natur og rekreative områder nær familiernes bopæl? Tesen bygger på, at familierne begrænses i at dyrke friluftsliv, fordi der mangler natur og rekreative områder nær deres hjem eller mangel på kendskab til disse områder. Tesen er en strukturel begrænsning.

4. Indføring til friluftsliv mangler i familien? Tesen bygger på, at familiernes friluftslivshabitus, der er opbygget gennem generationer, er gået tabt. Familierne begrænses i at dyrke friluftsliv, fordi socialiseringen til friluftsliv gennem familierne mangler, idet forældrene ikke har den fornødne viden om natur og friluftsliv og kendskab til udstyr for at kunne dyrke friluftsliv med deres børn i fritiden. Begrænsningen er af intrapersonel karakter.

5. Indføring til friluftsliv mangler i skoler og institutioner? Tesen bygger på, at familierne begrænses i deres friluftslivsaktivitet, fordi der i skoler og institutioner ikke er tradition for at oplære børn til friluftsliv. Pædagoger og lærere mangler viden om og udstyr til at dyrke friluftsliv med børnene, samtidig med at skolens rammer (tid, økonomi og andre ressourcer) ikke tillader udeundervisning, ugentlige udedage osv. Tesen kan både opfattes som værende en intrapersonel og/eller en strukturel begrænsning.

6. Social begrænsning? Tesen handler om, at familierne begrænses i at dyrke friluftsliv, fordi de ikke har andre familier eller venner at følges med, eller fordi der ikke findes en »familievenlig friluftslivsforening« i deres nærområde. Desuden at familiefрилuftslivsdeltagelsen begrænses, fordi nogle medlemmer i familien ikke gider deltage i familiens friluftsliv. Begrænsningen er af interpersonel karakter.

7. Manglende erfaringsdannelse? Tesen bygger på, at familiernes begrænsninger for at dyrke friluftsliv ligger på et mentalt plan – begrænsningen er af intrapersonel karakter. Forældrene stoler ikke nok på sig selv, deres færdigheder og deres viden om natur og friluftsliv til, at ville/turde tage deres børn med ud i naturen for at dyrke friluftsliv.

8. *Strukturelle forhold vedrørende mangel på transport og udstyr eller dårligt vejr?* Tesen går på, at strukturelle forhold begrænser familien i at dyrke friluftsliv: At det er besværligt at komme ud i naturen eksempelvis med offentlig transport, at de mangler udstyr eller at de ikke dyrker friluftsliv pga. dårligt vejr.

9. *Økonomisk begrænsning?* Tesen er en strukturel begrænsning, og bygger på, at familierne begrænses, fordi de ikke har råd til at dyrke friluftsliv: De tror, at det er nødvendigt at købe dyrt udstyr for at kunne dyrke friluftsliv, og at friluftsliv eksempelvis er forbundet med høje rejseomkostninger.

METODE

Problemformulering er blevet undersøgt via en kvantitativ spørgeskemaundersøgelse uddelt til 416 familier med en svarprocent på 52,4 % (218 familier deltog i undersøgelsen). Respondenterne er 2. klasseselever og deres familier fra 11 folkeskoler i Ny Assens og Faaborg Midtfyns Kommuner på Fyn.

RESULTATER

Generelt kan det konkluderes at hverken familien som helhed, børnene eller forældrene hver for sig føler sig nævneværdig begrænset i forhold til at dyrke friluftsliv,

idet der bl.a. er et højt scoregennemsnit i alle udsagn i tabel 1 (Johnsen, 2007). De er hverken/eller, enige eller helt enige i de oplevede begrænsningsspørgsmål. Der ses en lille forskel i prioriteringerne mellem oplevede begrænsninger for hele familien og hvad børnene og forældrene oplever som begrænsende. Af begrænsningstypernes indbyrdes forhold ses, om end forskellene er små, at familierne samlet føler sig mest begrænset af strukturelle begrænsninger, dernæst af intrapersonelle og sidst af interpersonelle begrænsninger (Johnsen 2007).

Sammenlignes begrænsningerne med familiernes friluftslivsdeltagelse viser det sig, at de begrænsninger, der har størst betydning for familiernes friluftslivsdeltagelse, er forældrenes oplevede begrænsninger (Johnsen 2007). Resultaterne indikerer yderligere, at det ikke er mangel på færdigheder, motivation eller lyst, der begrænser familiernes friluftslivsdeltagelse. I forhold til hvilke tiltag familierne giver udtryk for kan øge familiernes friluftslivsdeltagelse svarer 80 % af dem »hvis vi fik mere tid«.

Yderligere resultater om begrænsninger og familiers friluftslivsdeltagelse mm. kan findes i specialet »Begrænsninger for familiefiriluftsliv« på www.danskfriluftsliv.dk under opgaver.

Oplevede begrænsninger (n=207-212)

	Gnsn.vægtning		Gnsn.vægtning
<i>Familiernes oplevede begrænsninger</i>		<i>Forældrenes oplevede begrænsninger</i>	
Der er ingen bålpladser og overnatningspladser i vores nærområde"	3,78	Vi har ikke tid	2,97
Vi dyrker ikke friluftsliv pga. dårligt vejr"	3,92	Vi er trætte efter arbejde, og orker det ikke	2,99
"Vi gider ikke være beskidte, våde og kolde"	3,97	Vi går til andre fritidsaktiviteter	3,00
Børnene i familien gider ikke	4,07	Vi har ikke råd til at købe dyrt friluftsudstyr	3,70
		Vi har ikke de fornødne færdigheder, og den fornødne viden om friluftsliv	3,96
Forældrene i familien gider ikke	4,16	Vores børn gider ikke	4,04
Naturen er kedelig, der er ikke nok action	4,20	Vi er ikke motiveret, naturen interesserer os ikke	4,24
Vi har dårlige erfaringer med at være ude i naturen i længere tid ad gangen	4,25		
Vi har ikke andre familier/venner at følges med	4,29	<i>Børnenes oplevede begrænsninger</i>	
Vi er bange for at fare vild i naturen"	4,33	Vi går til andre fritidsaktiviteter	2,63
Naturen er fyldt med affald, så vi gider ikke dyrke friluftsliv"	4,36	Vi er trætte efter skole, og orker det ikke	3,44
Der er for mange mennesker i naturen til at vi gider dyrke friluftsliv"	4,36	Vi har ikke tid"	3,62
Vi har ingen transportmuligheder ud i naturen	4,51	Vores forældre gider ikke	3,91
Vi dyrker ikke friluftsliv, fordi andre synes, det er kedeligt/nørdet	4,52	Vi er ikke interesseret i friluftsliv, naturen interesserer os ikke	4,12

Det vægtede gennemsnit er baseret på, at helt uenig har vægtet 5, Uenig 4, Hverken/eller 3, Enig 2 og Helt enig 1.

FRILUFTSLIV I HVERDAGSLIV - MULIGHETER OG BARRIERER

Af Margrete Skår, PhD, Norsk institutt for naturforskning, NINA, margrete.skar@nina.no

INNLEDNING

Barrierer eller hindre for utøvelse av friluftsliv er et bredt forskningstema. Men hva er det vi snakker om, hindre for hva? Eller i den andre enden, hva gir det oss muligheter til? Uten å gjøre diskusjonen om friluftslivets innhold og mening for stor og lang, må det sies at i en norsk sammenheng forbindes nok gjerne friluftslivsbegrepet med det å reise bort fra det hverdagslige og ut i en storslått natur, for å oppnå avkopling fra bylivet og det daglige. Dette gjenspeiles også i vår offentlige definisjon av begrepet: »Friluftsliv er opphold og fysisk aktivitet i friluft i fritiden med sikte på miljøforandring og naturopplevelse« (Stortingsmelding nr. 39 2000–2001). Men trenger vi å reise bort fra hverdagen for å oppnå effekten av avkopling ute i natur?

I følge Vaage (2004) sier 38 % av friluftslivsutøverne at de kun utøver sitt friluftsliv innen 2 km i avstand fra sin bolig. På den måten kan vi i alle fall slå fast at hverdagsfriluftslivet er betydningsfullt fordi det utøves av så mange, samtidig som det er en kjent sak at det er hverdager det er flest av. Det er også interessant at menneskers beskrivelser av deres naturopplevelser i det hverdagslige inneholder mange av de samme elementene som forskning om effekter av friluftsliv mer generelt viser, og viktige stikkord her er nedstressing og kontemplasjon, det å finne ro, bedring av humør og ikke minst positive effekter av å være i fysisk bevegelse. Et viktig karaktertrekk ved hverdagsfriluftslivet er at naturopplevelsen i det daglige er tett sammenvevet med det sosiale liv vi ellers lever. Dette gjør at vi kanskje også opplever naturen *annerledes* enn om vi reiser bort fra det daglige, og at det er andre rammebetingelser som forhindrer oss i å ta naturen i bruk der vi bor enn det som forhindrer oss i å reise bort og kanskje til mer adventure-pregete naturopplevelser.

Jeg vil i denne artikkelen belyse noen av de elementer i og omkring hverdagsfriluftslivet som gir det et meningsinnhold, basert på en kvalitativ case-studie fra tettstedet Brumunddal (Skår 2010a).

ERFARINGSBASERT KUNNSKAP

En åpen og kvalitativ tilnærming viser at menneskers naturopplevelser i det hverdagslige er preget av et stort spenn som omfatter både positive og negative relasjoner og følelser. Noen opplever sin nærmiljøskog som en kjærlig forlengelse av boligen, andre unngår den fordi de synes den er skummel i seg selv, eller de frykter negative opplevelser i den forårsaket av andre mennesker (Skår 2010b). En erfaringsbasert tilnærming utfyller og gir et mer nyansert og dynamisk bilde på relasjonen mellom menneske og natur enn om vi forklarer preferanser til natur med fokus på vårt biologiske opphav, der en gjennomsnittspreferanse tilsier at vi liker delvis åpne og lukkede landskaper, betinget av vår evolusjonære oppvekst på savannen med muligheter for både flukt og skjul (bl.a. Ulrich 1986). Mennesker beveger seg i sitt livsløp gjennom en mengde situasjoner, som på ulike vis preger våre opplevelser av natur i tid og rom. Begrepet »levd liv« (Heidegger 1927/1998) viser hvordan vi, gjennom våre livsløp vinner stadige erfaringer som er med på å prege våre nye erfaringer. Dette gjelder også våre relasjoner til natur, som i dette perspektivet kan sies å ha en mer bevegelig karakter. Refleksjoner sammen med mennesker om deres naturopplevelser viser også at disse varierer mye for den enkelte, og at de kan være foranderlige. Noen kan for eksempel, via positive og kroppslige erfaringer i natur, oppleve å endre negative og kanskje fryktsomme relasjoner som forhindrer bruk, til positive relasjoner som åpner for bruk og positive effekter av naturopphold (Skår 2010b). Andre opplever at naturopplevelsen er bevegelig gjennom ulike hverdagslige situasjoner.

HVERDAGSLIGE RAMMEBETINGELSER FOR BRUK OG OPPLEVELSE AV NÆRMILJØNATUR

GJØREMÅLSORIENTERING

I hverdagen tar vi nærmiljønaturen i bruk på hverdagslivets premisser. Det sosiale livet påvirker naturopplevelsen – og omvendt. Bruk og opplevelse av natur som et fritidsfenomen har utviklet seg i takt med et økende skille mellom arbeid og fritid, et skille som har mulig-

gjort tid og rom for avkopling fra lønnsarbeid. Men samtidig som levestandarden øker, får vi stadig dårligere tid fordi vi ønsker å fylle opp fritiden med stadig flere gjøremål (Gershuny 2000; Sullivan 2008). For noen tiår tilbake var nærmiljønaturen på mange måter en naturlig ramme for dagligdagse gjøremål som transport, arbeid, plikter og lek. Mange eldre mennesker uttrykker at i deres barndom »Da bare var vi ute, da«, mens yngre mennesker kan si at »min bruk er nok mer sporadisk«. Fritiden bærer i dag i prinsippet preg av et utall valgmuligheter både innenfor og utenfor hjemmet og har blitt en arena for individuell selvrealisering som på mange måter er like viktig som arbeidslivet, og som i like stor grad som arbeidstiden er styrt av klokke og kalender.

Denne gjøremålsorienteringen som preger dagens liv for mange, gjelder også barn. Den egenstyrte leiken utendørs i nabolaget er i stor grad erstattet av tekniske anlegg, planlagte og organiserte aktiviteter der voksne er til stede (Skår et. al 2009). Mye tyder på at dette også har en sosial effekt. Mens det for to-tre generasjoner siden var vanlig at barn av begge kjønn, i ulike aldre og med ulik sosial bakgrunn lekte sammen fordi de var naboer, opplever vi i dag at barn i større grad deltar i organiserte aktiviteter utendørs og innendørs, og at deres friluftsliv dermed avhenger av hva voksne tar dem med på. Nærmiljønaturen ser ut til å ha mistet en viktig rolle som uformell møteplass for barn.

Mange studier viser at mangel på tid og tilgang til attraktive naturområder er de viktigste barrierene for utøvelse av friluftsliv i det daglige. I Brumunddal er tilgangen på natur god, men hverdagsfriluftslivet har likevel endret seg i omfang og innhold. Gjøremålsorienteringen i mange menneskers hverdagsliv synes å være en viktig faktor som begrunner dette, og impliserer blant annet at bilen som transportmiddel erstatter nærmiljønaturen som transportarena. Redusert omfang av erfaringer ute i natur og mangel på sosiale nettverk for å være ute er andre barriereskapende faktorer som kan nevnes.

OPPLEVELSE AV TID

Samtidig som »travelhet« på ulike måter kan synes å ha vært en norm i flere generasjoner, har opplevelsen av naturens stillhet og ro vært et sterkt ideal i norsk friluftsliv og kulturarv (Gullestad 1991). Det å reise bort fra det hverdagslige og ut i urørt natur har ansporet til mange poetiske beskrivelser i skjønnlitteraturen, som også handler om opplevelsen av en annerledes tid enn det en opplever i et ellers travelt og kanskje stressende

hverdagsliv. Studier av hverdagsfriluftsliv viser at tidsopplevelsen er et viktig element også i den hverdagslige naturopplevelsen.

En klokke time kan oppleves som at den farer av sted eller den kan oppleves som at den forsvinner som dugg for solen. Dette viser at det er ikke klokka i seg selv som styrer tiden, klokketiden representerer kun et forsøk på å måle noe annet, noe vi kjenner er der og som kan beskrives som vår forbundethet til verden. Filosofen Henry Bergson (1859-1941) var opptatt av begrepet varighet eller *durée* som beskriver en konkret, kontinuerlig og erfaringsbasert tid som avviker fra den lineære, abstrakte og målbare klokketiden. Ifølge Bergson (1998) er mennesket og alle levende organismer innnevde i en varig og bevegelig tid, mens klokketiden bare kan innramme og definere hendelser og aktiviteter i atskilte, målbare og påfølgende tidsperioder. Innenfor, mellom og gjennom periodene beveger verden og menneskene seg samtidig og vedvarende gjennom varigheten. Inspirert av Bergson kan en altså skille mellom begreper om tid på den ene siden og tid som erfaring på den andre siden (Skår m.fl. 2010).

Kroppsfenomenologen Merleau-Ponty (1945/1994) presiserer hvordan mennesket som kroppslig subjekt skaper mening i og gjennom det kroppslige og sanse-
lige møtet med verden. Kroppslig omgang med natur preger ens oppfatning av den og også ens kroppslige ferdigheter. Resultatet kan være at mennesket, gjennom opphold i natur, opplever å komme nærmere naturens egen tid og rytme. Dette viser sitatet under, der en kvinne forteller om hvordan opplevelsen av tid endrer seg når høsten kommer. Da roer naturen seg, og den roen kjenner hun også selv.

W: jeg har alltid vært ei sånn... høstjente, jeg (...) ... det er noe med lyset. Det er et spesielt lys om høsten, det går litt saktere, liksom. Ja, det er noe som ligg i høsten... alt går litt saktere. Det er ikke så veldig eksplosivt. Da roer alt seg, slik følelse har jeg, da.

M: Så da føler du at det går saktere, også?

W: Ja... det er behagelig! Jeg føler det behagelig. ... ofte før... kanskje ikke så mye nå... men før syntes jeg liksom at våren var veldig sånn eksplosiv, jeg greide liksom ikke følge med på det som skjedde. Jeg følte at jeg kom litt på etterskudd, at det ble kasta over meg, det som skjedde. (...) når høsten kommer får jeg en slik ekstra ro. Kvinne, 56.

I et erfaringsbasert perspektiv knytter vi oss til steder vi bor gjennom å leve der, gjøre ting, vinne erfaringer.

Fordi nærmiljønaturen omgir oss i det daglige, gir den ubegrensete muligheter til å følge årstidsvariasjonene og naturens egne rytmer. Som kvinnen over uttrykker, knytter hun seg til naturen og dens rytmer emosjonelt. Dette gjør hun gjennom kroppslige erfaringer som gir grunnlag for meningsdannelse. I et kroppsfenomenologisk perspektiv kan det uttrykkes ved at vi bebor og skaper våre forbindelser til sted gjennom våre kropp. Kroppslige erfaringer i natur er konkrete og intuitive og ikke statiske og generelle. Enkelte av samtalepartnere beskriver skogen som en betydningsfull ramme for sitt hverdagsliv og som en viktig årsak for at de bor der de bor, men de har knapt nok vært inne i skogen. Syn, lyder og hørsel tas likevel i bruk og gir tilknytning til naturen rundt og dens rytmer. Andre oppsøker daglige naturopplevelser i det samme området. For flere gir dette en følelse av »rolig tid« fordi det kjennes kjent og trygt. Gjentakende bruk av nærmiljønatur åpner for opplevelser av detaljer; »å se det store i det små«.

»Jeg går den samme turen hver dag, men turen er aldri den samme«.

I motsetning til »reise-bort-friluftslivet« kan kanskje hverdagsfriluftslivet framstå som kjedelig. For de fleste utfyller nok gjerne det ene det andre. De av mine samtalepartnere som bevisst bruker nærmiljønaturen, vektlegger gjerne det positive i det å se etter detaljer, å oppdage nye små ting selv om turen er den samme. Andre kan dvele ved det å kjenne på de samme luktene eller høre de kjente lydene av elva, gjennom året. Dette gir tilknytning til stedet og dermed betydning i hverdagslivet.

(...) Noen ganger går jeg sakte for å sjå... Her er det mer åpent att, så du ser igjennom, det er liksom et eller anna her! Litt trolsk, det er jo så fint! Se alt dette her, kvister og... alt dette lyset! Nei, det er litt spesielt for meg, altså. Kvinne, 52.

Opplevelsen av lyset som kvinnen over beskriver som en spesiell naturopplevelse, har hun opplevd utallige ganger før, og den er lokalisert ca. 300 meter fra huset hun bor. Intense og betydningsfulle naturopplevelser trenger altså ikke være betinget av miljøforandring. Gode naturopplevelser arter seg på ulike måter; for ulike personer, i ulike livsfaser og i ulike situasjoner. Noen er ikke opptatt av detaljer i naturen, men beskriver hvordan de kan nyte følelse av å la humla suse og tankene fly når stien er kjent og beina går av seg

selv fra dørstokken hjemme. Naturopplevelsen arter seg også ulikt om du er alene eller sammen med noen. Flere beskriver hvordan naturen har positive effekter på samtalen og det sosiale samværet mellom mennesker. Dette utelukker ikke at den samme personen kan nyte å oppleve naturen på egenhånd. Annerledes bruk av sanser synes å være et viktig element også i dette, fordi andre sanser kan være mer aktive alene ute i naturen enn når en er sammen med andre.

AVSLUTNING

Denne artikkelen bygger på en erfaringsbasert og kvalitativ tilnærming, som åpner for fokus på dynamikk og bevegelse i relasjonen mellom menneske og natur. Selv om våre kroppslige erfaringer ute i natur er individuelle, konkrete og intuitive, vinnes de i en sosial, kulturell og historisk kontekst. I hverdagsfriluftslivet er dette et viktig utgangspunkt fordi naturopplevelsen i det daglige er så tett sammenvevet med det sosiale liv vi ellers lever. Hverdagsliv er i dag preget av den dominante og hegemoniske posisjonen som kronologisk tid har fått, og det å ta nærmiljønaturen i bruk blir et valg blant mange andre konkurrerende gjøremål og gjennom en overskuddstid som for mange knapt finnes. På den annen side fungerer naturopplevelsen i nærmiljøet som lommer av »fri tid« i et ellers klokkestyrt hverdagsliv. Opplevelse av nærmiljønatur kan derfor sies å befinne seg i et spenningsfelt mellom naturens konkrete tid og den abstrakte klokketiden. Men hverdagslige rammebetingelser som gjøremålsorientering trenger ikke bare ses på som en barriere for friluftsliv. Selv om en del velger å legge fra seg klokka hjemme når de er ute i naturen, kan klokketiden virke som en positiv og strukturerende faktor for andre, også for å tilpasse turen og andre uteaktiviteter til et hverdagslig tidsskjema. Planlegging av varierte uteområder i folks bomiljøer bør innby til aktiviteter som både kan gi frikopling fra klokketid og samtidig tilpasses en gjøremålsorientert hverdag.

VINTERMØDE

Husk Dansk Friluftslivs vintermøde den 25. november - mødet for social og nærværende friluftssnak og -samvær.



Afsender:
Jesper Lind Nielsen
Niels Finsens Vej 5
5700 Svendborg