

Nr. 115
Februar 2022

Dansk Friluftsliv - forum for
natur- og friluftsliv

Dansk Friluftsliv



Konferencen Vores Natur Kalder

Vores Natur Kalder

Velkommen til udgivelsen for konferencen Vores Natur Kalder. Dette nummer af Dansk Friluftsliv er en særudgave, hvor vi har dedikeret hele bladet til konferencens mangfoldige indhold. Du sidder enten med dette blad foran dig nu, fordi du var med på konferencen, eller fordi du er medlem af foreningen Dansk Friluftsliv.

Til dig, der er medlem, og nu sidder med øjnene nede i et blad om en konference, du ikke var med til: Fortvivl ikke.

Der er masser af ny og aktuel viden, som du kan lade dig inspirere af i dit virke med pædagogisk friluftsliv. Oplægsholderne har gjort sig umage for at skrive deres bidrag, så de også er meningsfulde for dig, der ikke har hørt deres oplæg. Du kan blandt andet glæde dig til at lære om begrebet "bæredygtig trivsel" og til at dykke længere ned i begrebet naturforbundethed.

Til dig, der ikke plejer at sidde med et eksemplar af Dansk Friluftsliv i hænderne: Velkommen til.

Her har du det seneste nummer af Danmarks fagblad indenfor pædagogisk friluftsliv. Hvis du kunne tænke dig at få aktuel viden og stof til eftertanke om pædagogisk friluftsliv, er du meget velkommen til at melde dig ind i foreningen Dansk Friluftsliv. Du kan se hvordan bagest i bladet.

Som et kunstgalleri har vi nøje udvalgt 13 nedslag, som vi håber giver dig et fint overblik over konferencens mange hjørner. Konferencens fire spor (Familie, Fritid, Skole og Daginstitution) er hver repræsenteret med en artikel. De fire keynotes og den afsluttende paneldebat er også repræsenteret med hver sin artikel. I bladets første artikel sætter planlægningsgruppen rammen for konferencen, så du som læser har en ide om, hvilken kontekst du læser dig ind i.

Rigtig god læselyst,
Katrine Caspersen



Foto: Tanya Uhnger Wünsche

Foreningens bestyrelse

Formand
Tanya Uhnger Wünsche
2684 3880
tanya@needfornature.dk

Næstformand
Tejs Møller
6165 5642
tejsmoller@gmail.com

Sekretær og kasserer
Jesper Lind Nielsen
5151 4204
thor_dk@hotmail.com

Redaktør
Katrine Caspersen
504 15089
katrinecaspersen@hotmail.com

Bestyrelsesmedlem
Christian Aage Bollerup Mortensen
2812 8766
christian.aage@gmail.com

Dieter Toftkjær
2082 5671
dt@dds.dk

Suppleant
Stine Lindstøl Spørring
60682921
stine_spoerring@hotmail.com

Grafisk design
Benjamin Robin Graahede
Benjamin@no22studio.com

Korrektur
Jan Ejlsted

Forsidebillede
Helle Heister

Næste udgivelse
Forår 2022

ISSN 0909-0614

Indhold

Vores Natur Kalder: Et kig i maskinrummet	6
Nikolaj Kirk vil servere vild natur uden tilbehør	8
De dovne teenagere! Unges deltagelse i udelivsaktiviteter	12
Expanding an understanding of connectedness to nature	17
Fremtidens Friluftsliv	20
Hvordan genskaber vi børn og unges relation og tilhørsforhold til naturen?	24
Skolen i naturen - Debat om kommunale indsatser og visioner for skoler og natur	26
WORFOR – Forunderlige fortællinger i et legende naturvidenskabeligt univers	30
NatureMoves – aktive indsatser for børns aktive udeliv	37
Vi skal have flere børnefamilier i naturen - det første skridt skal være det nemmeste	40
Ekskursioner	44
Om friluftskonference® og pædagogisk friluftsliv	48
Beskriv konferencen med et ord	50

Foreningens formål
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 - forum for natur- og friluftsliv og udkommer tre gange årligt.

Annoncering
Det er muligt at annoncere i bladet. Prisen er 1.500 kr. for en hel side og 900 kr. for en halv side. Kontakt den annonceansvarlige for yderligere information om formater og priser.

Vores Natur Kalder: Et kig i maskinrummet

Af: Tanya Uhnger Wünsche, planlægningsgruppen

Danmarks nationale friluftskonferencer

I 2011 afholdtes for første gang en national friluftskonference i Danmark. Konferencen var et led i Jakob Haahrs PhD-uddannelse på Aarhus Universitet og havde temaet Muligheder og Begrænsninger. Konferencen var en succes og partnerskabet bag, Aarhus Universitet, Syddansk Universitet, Københavns Universitet og Foreningen Dansk Friluftsliv besluttede at gøre dette til en tilbagevendende begivenhed. Der har siden været afholdt flere nationale friluftskonferencer, altid med 100-120 deltagere, friluftsfokuseret tematik og en mængde friluftsforskere og praktikere i ivrig diskussion, i Fjällräven og i telt.

Vores Natur Kalder partnerskabet

Da vi i 2018 afsluttede friluftskonferencen på Skovskolen, Københavns Universitet og dermed påbegyndte planlægningen af den næste nationale friluftskonference, kom Vejle på banen og ville gerne være værtskommune. Pludselig ville Friluftsrådets projekt Friluftsliv i Skolen og Naturvejledning Danmarks Krible Krable-projekt også deltage i planlægningen, og siden kom en lang række andre professionelle natur- og friluftsinstitutioner og -organisationer til og blev konferencens baggrundsgruppe. Dermed voksede den nationale friluftskonference betragteligt. Der var nu flere fonde bag afholdelsen af konferencen; både Friluftsrådet, Novo Nordisk Fonden og Nordea-fonden, der har støttet dele af de deltagende planlæggeres respektive projekter, har lagt midler i konferencen. Planlægningsgruppen bag Vores Natur Kalder 2021 har således bestået af Center for Børn og Natur, Vejle Kommune, Friluftsrådet, Naturvejledning Danmark, Syddansk Universitet og Foreningen Dansk Friluftsliv.

De 4 spor

For både enkelhedens skyld og for at kunne favne bredt, blev konferenceprogrammet målgruppemæssigt inddelt i sporene

Daginstitution, Skole, Fritid og Familie. Og så blev der fyldt på med interessante oplægsholdere, workshops og debattører. Alle med fokus på børn og unge, og det at sikre dem et forhold til natur, det at sikre dem fysiske rammer og pædagogiske tilbud, og håbet om at gøre dem til handlekompetente bæredygtighedsbevidste individer.

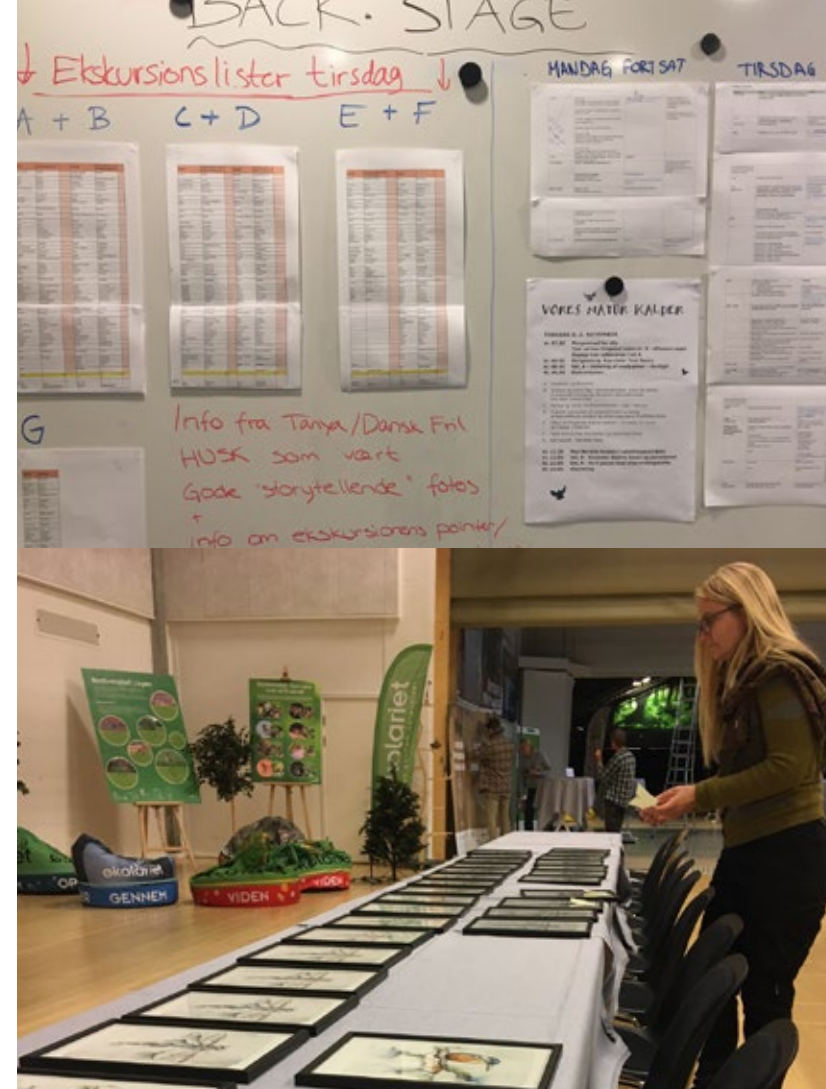
I maj 2020 åbnede vi for tilmeldingerne og begyndte at offentliggøre programmet til Vores Natur Kalder november 2020. Tilmeldingerne væltede ind! I var mange der ville det her felt!

Online seminarium

I 2020 stiftede vi bekendtskab med COVID-19, hvilket betød at alle møder overgik til det virtuelle rum. Mindre hyggeligt. Ganske effektivt. Det betød også at vi en skæbnsvanger dag i oktober – online fra hver sin stue et sted i Danmark – tog den tunge "fornuftsrunde" og besluttede at det eneste rigtige der var at gøre, var at udskyde Vores Natur Kalder 2020 da prognoserne bød på stigende smittetal. "Men vi kan da holde et onlineseminar, kan vi ikke?!" Så vi gjorde som Pippi Langstrømpe: Med "Det har vi aldrig prøvet før, så det kan vi nok godt"-mentalitet fik vi i løbet af en lille uge stablet en hel online konference på benene. Denne udbød vi gratis og oplevede op imod 800 tilmeldte mail-adresser.

Kulminationen

Med små 400 tilmeldte, alle Vingsted Centrets værelser fyldt til bristepunktet, spækkede sovesale og et campområde med 65 november-teltende konferencedeltagere, og en lang venteliste, blev Vores Natur Kalder omsider afholdt i november 2021. Dag 1 bød på 3 faglige sessioner med i alt 25 forskellige oplæg og to keynote speaks af Nikolaj Kirk og Simon Elsborg Nygaard med forskellige perspektiver på naturens betydning for os, og potentialet for en netværksseance i nærområdet. Efter lækker middag – eller



faktisk allerede før og under middagen – spillede Jungle Boogie Band op til dans og hyggede sig så godt, at de ikke veg fra scene og instrumenter i 6 herlige timer. Der blev danset med gamle kolleger og nye bekendtskaber og det var intet mindre end skönt med en fagfest, som mange havde savnet. Vi var velsignede med 10 gæve hjælpere, der gennede jer alle til sessions, holdt tiden, styrede lydanlæg i salene, holdt bålene i gang og afsprittede hist og her dagene igennem, så alle kunne komme hjem ligeså COVID-fri som da de ankom nytestede.

Dagen derpå startede med fællessang, keynote speak af Tom Beery og ude stod Vejle Kommunes mange busværter, buschauffører, og lækre natur- og friluftsfaglige ekskursionsmål klar til at give os alle en på opleveren i den smukke natur i og omkring Vejle – her kunne læres, netværkes og dannes nye ideer og relationer undervejs. Efter en kaffepause afrundede sidste keynote speaker Bjarne Ibsen samt en storstilet paneldebat konferencen.

Med Vores Natur Kalder 2021 konferencen indbød vi til et bredt samarbejde med en ambition om at fortsætte og videreudvikle traditionen med en tilbagevendende friluftsfaglig konferencebegivenhed, som skal supplere målrettede småskalakonferencer, fagspecifikke seminarer, projektarrangementer m.m. I forbindelse med konferencen er Facebookgruppen Vores natur kalder – Dansk friluftsliv <https://www.facebook.com/groups/550831452884890> oprettet. Bliv gerne medlem og fortsæt snakken,



networkingen og videndelingen med en eller flere du mødte på konferencen.

Sammen står vi stærkt

Vores Natur Kalder 2021 var kulminationen på et stærkt partnerskab mellem universiteter, paraplyorganisationer, kommune, og frivillige foreninger. Alle er vi organisationer der vil noget med, og har godt fat i, Danmarks friluftsliv – både hvad der angår lang historik og solid kundskabsbaggrund, og hvad angår et blik for fremtidens behov, udfordringer og løsningsmuligheder.

Partnerskabet har styrket konferencens bredde og sikret, at så mange afkroge af børn og unges friluftsliv som muligt fik taletid og eksponering. Og sådan har vi sammen stået stærkt i maskinrummet bag Vores Natur Kalder, og sikret at I fik en divers konference på mange niveauer med input til et væld af målgrupper. Den overvældende tilslutning til Vores Natur Kalder 2021 var beviset på, at samarbejde på tværs giver mening. Vi er stolte og glade for, at vi er så mange der vil dette felt, og vi mærker tydeligt at vi står stærkest sammen!

Tak for denne gang og håber vi ses til næste friluftskonference!

Planlægningsgruppen

Kari, Lenette, Jakob, Astrid, Søren, Trine, Marie, Søren, Trine, Johanne, Katrine, Christian, Tejs, Jesper, Stine og Tanya



Konferencen 'Vores Natur Kalder' blev kickstartet med en opsang fra programmets første keynote speaker, Nikolaj Kirk. Men på trods af sin status som stjernekok, handlede oplægget om alt andet end mad.

Med anekdoter fra sin barndom og fra sit arbejde med at bevare Amager Fælled, indtog han podiet med store armbevægelser og en smittende energi. Nikolaj Kirk insisterede på, at vi skal skrue ned for aktiviteterne og i stedet tale den vilde natur op og gøre den til selve hovedattraktionen. For som han pointerede: når Amager Fælled får tilført bålsteder og klatrelegepladser, så fjerner vi naturen. Det samme med etableringen af 'Rute til ro.' Der hvor 'Rute til ro' ligger nu, der boede nattergalen. Den er væk nu.

Og så er der børnene - dem skal vi have med ud. En gennemgående pointe hos Nikolaj Kirk var, at hvis vi gider børnene, og vi gider at tage dem med ud, så kan vi roligt lade alle tillægsredskaberne blive derhjemme. Børnene kan lide at være i naturen, og de synes, at det er spændende. For som han sagde: Selv en lille bitte bænkebider, der sidder på en stamme, er spændende for et lille barn. Og gider man tage børnene i hånden, gider man føre dem med ned til bænkebideren - snakke om den og måske finde ud af, at der er flere forskellige. Så er de der. De har behov for en voksen, som står ved siden af dem og er der. Ikke en voksen, som belærer dem, men en som er der.

Efter oplægget fik vi i Dansk Friluftsliv lejlighed til at snakke med Nikolaj Kirk og fik ham til at uddybe nogle af sine pointer.

Nikolaj, ser du en forbindelse mellem, at man som barn kommer ud i naturen og interesserer sig for den, og at man senere som voksen har en interesse for at beskytte naturen og involvere sig i at passe på den?

- Ja. Mine minder fra da jeg var lille gør, at jeg har mere kærlighed til naturen. De oplevelser jeg havde med dyr og planter og de storslåede små kampe mellem forskellige arter, det er nogen jeg husker tilbage på som noget kæmpestort. Og som voksen er det stof til refleksion over alle de arter, som skal være her og alt det liv, som skal have plads og passes på. Jeg er ikke sikker på, at jeg ville have haft de samme tanker, hvis jeg aldrig var kommet ud og havde fået de oplevelser som barn.

Hvad påvirker ellers dit forhold til naturen? Skal man også have viden for at være ude?

- Det tror jeg er meget forskelligt fra menneske til menneske. Jeg vil sige, at viden er aldrig dårligt at have. Viden kan jo gøre, at noget folder sig endnu større ud. Hvis du kan en masse fugle, og du kan høre dem synge, så får du en større oplevelse af, hvem det er, som snakker lige foran hovedet på dig. Naturen bliver sjovere, hvis man ved noget om den. Men det behøves ikke. Man kan sagtens få store oplevelser uden den viden.

Hvordan tror du, at man får børn til at have en naturlig nysgerrighed, som du også selv har fortalt, du har?

- I øjeblikket så har vi gang i en fortælling og en samtale, som handler rigtig meget om dansk natur. Det er en start, og det er rigtig godt. Det gjorde man ikke for årtier tilbage. Vi ser det i aviser og i fjernsynet. Vi taler om dansk natur. Og det gør, at det begynder at blive en ting vi alle sammen bekymrer os en lille smule om.

Hele den bevægelse der er i gang blandt os voksne gør, at der bliver sat fokus på naturen, og det gør, at vi stille og roligt får børnene med ud i den. Jeg kender ikke særligt mange børn, som når de først er i naturen og roder rundt i den, og møder de her arter, og ser de her farver, ikke kan lide det. Jeg kender ikke nogen børn, som ikke gerne vil lytte til en voksen, som elsker at formidle videre, og som virkelig er til stede. De møder masser af voksne, som ikke rigtig er til stede, men er der. De skal møde voksne, som er til stede omkring naturfortællingen. Dem har jeg mødt mange af i dag, og det er dem, vi skal hive fat i. Så kommer forældrene på et tidspunkt. For når først deres børn har fået en interesse, så er de jo nødt til at kigge på den interesse og blive dygtigere til den selv. Det er det lange seje træk. Men børnene skal nok blive glade for naturen, hvis de ikke allerede er det.

Du har talt om et behov for, at vi oplever naturen på en mere ren måde. En måde, hvor det er mere formålsløst. Men det kan være en vanskelig opgave for os fagprofessionelle. En lærer, en pædagog og en spejderleder har ofte hver deres ide om, hvad de vil med børnene derude. Skal vi turde give slip på at have konkrete formål for, hvad vi vil med børnene derude og i stedet være til stede og være nærværende i børnenes eget møde med naturen?

- Nu vil jeg starte med at sige, at jeg jo ikke er hentet ind til at lave et leverpostejsoplæg til at starte med. Jeg er hentet ind for at komme med et syn på noget, som kan pille ved noget af alt det her. Derfor er det, at jeg insisterer på at sige, at jeg tror det går rigtig godt med kajakerne, og jeg tror det går rigtig godt med mountainbiken. Jeg tror det går rigtig godt med alt det der. Og det skal bare fortsætte. Jeg er ikke imod det. Men der, hvor det går skidt, eller der hvor det går for langsomt, det er det med at tage naturen seriøst og



Foto: Mads Fjeldsø Christensen

sige, at naturen også kan være aktiviteten. Naturen er tivoli. Vi skal ikke have noget imellem. Det er den fortælling, som jeg håber, at folk tager med videre og begynder at arbejde endnu hårdere for. Fordi de fleste mennesker kan godt lide bare at gå ude i naturen og opleve, hvad der sker. Og børnene, de elsker det!

Så skal de også gå til mountainbike. Det kan de gøre om onsdagen. Men det kunne bare være fedt, hvis de så om tirsdagen bare tog ud i naturen og oplevede frøerne. Så det er lidt det der er formålet med den her snak.

Du snakker også om, at vi skal have mere vild natur. Men meget af den natur, vi har, er jo tit bøgetræer på lige rækker og grantræsplantager ved siden af - en ordnet og opdelt natur. Det tætteste man kommer på urnatur, det er havbunden, og den er jo også under pres? Så hvordan gør vi plads til os selv i den vilde natur? Vi har det jo med at invadere den på vores forskellige måder. Hvis man gerne vil have ideen om vild natur og være i den, så fordrer det også, at vi opfører os anderledes. Der bør vel næsten være et kodeks for, hvordan vi bør være derude så?

- Man kan også omvendt sige, at præmissen er, at du vil ikke give slip på det, du gerne vil. Du vil ud at køre, og derfor skal der være så mange stier til kørsel. Men omvendt kan man sige, at naturen, den vilde natur er i underskud, mega underskud. Balancen er der ikke. Og det er for de der bitte, bitte små procenter vi snakker om. Jeg kan slet ikke forstå, at folk kan blive så sure over det. Der er rigeligt af steder, de kan tage ud. Og det er jo ikke fordi, at naturen skal blive et museum. Det er jo ikke det, det går ud på. Det går ud på at

gøre naturen bedre, så den bliver sjovere at være i. Altså gøre den mere livlig. Og der kan man så være for og imod hegn - det er en lang debat. Men jeg tror, at vi alle sammen er klar over, at vi har meget lidt vild natur tilbage. Og det er ved at gå galt. Der mange arter, der er ved at forsvinde. Og de fleste, tror jeg, vil synes det var fedest, at der skete alt muligt, når man var i den natur. Det tror jeg, er den samtale vi skal have frem.

Føler du, at du har en pligt til at bruge din stemme? Du er kok fra København, og nu er du kommet ind på den her naturbane igennem dit arbejde med DR og også med Amager Fælled. Føler du, at du har en pligt til at bruge den stemme, som du har fået? Hvor kommer det fra, alt den her vildskab og energi, du har omkring naturen?

- Det ved jeg ikke. I virkeligheden er det jo bare sådan, at hvis man tager Fælledsagen, så er det fordi, jeg er gået ind i den. Når man først går ind i noget, så er man også nødt til at stå ved det og kæmpe videre. Det går der så nogle timer med. Men jeg synes da, at hvis man har energi til det, og man synes, at man har noget at bidrage med, så skal man bruge sin stemme. Hvis man ikke kan det, så er det også fair nok at lade være. Men jeg vil rigtig gerne bidrage i kampen mod det problem, at der er for lidt vild natur.

Friluftslivet er populært, og naturen bliver brugt meget - mere og mere. Mange steder kan man se, at den bliver brugt heftigt. Mange praktikere på den her konference vil sikkert spørge sig selv: Hvad er det egentlig vi kickstarter her, når vi hiver en masse folk med ud i kajak eller på mountainbike?

Kan du som formidler af mad i naturen genkende den oplevelse? Har du tænkt over, om det er ved at tage overhånd, hvor mange folk, som skal ud og lave Nak&Æd, som skal have jagttegn etc. Den ild du tænder i folk; er der grænser for den, hvis ikke naturen skal rendes over ende?

- Det tror jeg ikke, at mit lille hoved skal finde ud af, hvornår det tager overhånd eller ikke tager overhånd. Det tror jeg giver sig selv. Men jeg ved, at hvis man spiser gulerødder hver dag, så er det heller ikke sundt. Så på et eller andet tidspunkt, hvis der var to millioner kajakker, så var det sikkert heller ikke sundt, men der mener jeg ikke vi er. Jeg tror sagtens, at der kan være plads til, at folk tager ud og dyrker det, de er glade for og gør det på en måde, så vi stadigvæk sikrer, at naturen er der. Vi skal bare have fundet balancen. Og så tror jeg, at det giver sig selv. På et tidspunkt, hvor der er alt for meget af noget, så er der også en del, der vil falde fra. På et tidspunkt vil folk sige: Prøv at høre, den her shelterplads, den gider jeg simpelthen ikke bruge mere, fordi der kommer alt for mange, den er beskidt og slidt ned. Jeg tror, jeg finder et telt i stedet for. Og sådan kan det jo være, at folk rykker sig rundt. Sådan har det næsten altid været. Folk skal gå ud og lave det, de har lyst til, det vil jeg tænke.

Men der er for lidt natur. Det er især ekstra vigtigt i de tætte byområder, at man sørger for, at de områder som er tilbage bliver beskyttet. De er under et mega hårdt pres i forhold til mange andre naturområder. Amager Fælled er et godt eksempel og et udtryk for, at der er for lidt natur. Tallene er jo ret rå. I Århus der har man dobbelt så meget natur pr. indbygger i forhold til København. Og så kan man begynde at spørge, hvornår er der så lidt natur, at man som Københavner har svært ved at finde den, fordi den snart er væk?



Foto: Mads Fjeldsø Christensen



Foto: Mads Fjeldsø Christensen

De dovne teenagere! Unges deltagelse i udelivs- aktiviteter

Af Bjarne Ibsen, Center for forskning i Idræt,
Sundhed og Civilsamfund, Syddansk Universitet

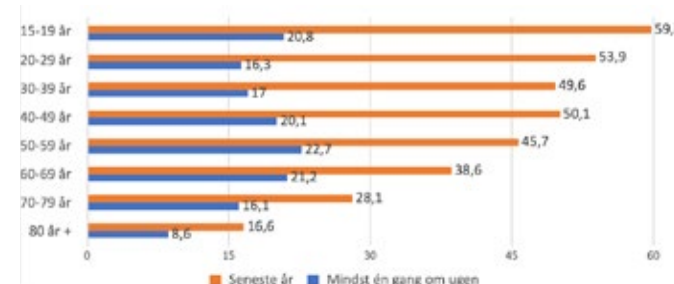
På friluftskonferencen Vores Natur Kalder gav Nikolaj Kirk i et underholdende foredrag udtryk for, at teenagere var uden for rækkevidde, hvis man gjorde forsøg på at få dem ud i naturen. Men udsagnet strider mod ny forskning, som viser, at teenagere er mere aktive i udelivsaktiviteter end ældre aldersgrupper.

Hvor aktive er de unge?

Figur 1 - som bygger på en analyse af besvarelser af et spørgeskema om bevægelsesvaner i Danmark, der i efteråret 2020 blev besvaret af mere end 163.000 borgere og deriblandt ca. 10.000 teenagere - viser, at tre ud af fem af de unge mellem 15 og 19 år i 2020 havde deltaget i mindst en udelivsaktivitet inden for et år. Ingen ældre aldersgrupper dyrker i samme omfang aktiviteter i naturen (se mere om forskningsprojektet her: https://www.sdu.dk/da/forskning/danmark_i_bevægelse).

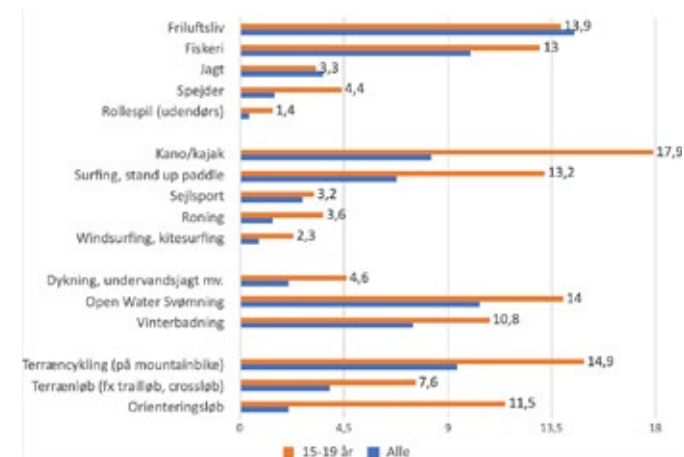
Mange udelivsaktiviteter praktiseres ved særlige lejligheder, og når vejret indbyder dertil. Dvs. det sker ikke hver uge. Figur 1 viser imidlertid, at hver femte af de 15 til 19-årige dyrker en udelivsaktivitet mindst en gang om ugen. Det er der ikke væsentlige forskelle på mellem unge og ældre aldersgrupper bortset fra de ældste borgere.

FIGUR 1. Andel af borgere (15 år+) som i 2020 praktiserede mindst én udelivsaktivitet, og andelen som gjorde det hver uge, opdelt på aldersgrupper (pct.) (N = 157.450)



Figur 2 viser, hvilke aktiviteter, der i denne analyse tæller med som en udelivsaktivitet. I næsten alle typer af aktiviteter i naturen er teenagerne mere aktive end gennemsnittet for hele befolkningen (15 år+). Det gælder dog især de mere fysisk krævende udelivsaktiviteter som kano- og kajakroning, Open Water svømning og cykling i terræn. De unge praktiserer altså især aktiviteter, hvor de bruger naturen til krævende fysiske aktiviteter. Den eneste udelivsaktivitet, som praktiseres i lige så høj grad af ældre aldersgrupper, er friluftsliv. De unge er således de mest alsidige brugere af naturen, og de er lige så jævnlige brugere, som ældre aldersgrupper er. Dette mønster gælder i øvrigt for de fleste idræts- og motionsaktiviteter. I løbet af et år praktiseres næsten alle typer af bevægelsesaktivitet af forholdsvis flere unge end både midaldrende og ældre (Ibsen, Høyer-Kruse og Elmose-Østerlund, 2021).

FIGUR 2. Teenageres deltagelse i bevægelsesaktiviteter i naturen inden for et år (pct.)

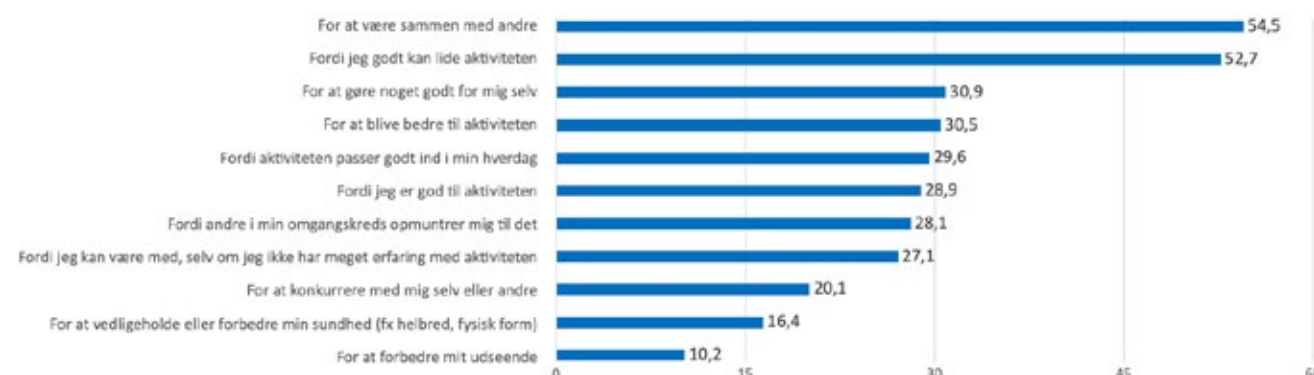


Hvad motiver de unge til at dyrke aktiviteter i naturen?

Bestræbelserne på at fremme friluftsliv og andre udelivsaktiviteter bliver ofte begrundet med, at det er sundhedsfremmende. Det er det givetvis også, men det er i mindre grad de sundhedsmæssige gevinster, som får de unge ud i naturen. Figur 3 viser, at kun 16 pct. entydigt tilslutter sig, at de bl.a. dyrker udelivsaktiviteter af sundhedsmæssige grunde. Det 'sociale' og 'lysten' til at dyrke disse aktiviteter spiller en meget større rolle. Mere end halvdelen svarer entydigt, at de dyrker en udelivsaktivitet, for at være sammen med andre, og lige så mange gør det, fordi de godt kan lide aktiviteten. At appellere til de unge om at bruge naturen noget mere, fordi det vil være godt for deres sundhed, vil prelle af på de fleste unge. Sjove og udfordrende aktiviteter, der kan dyrkes sammen med andre unge, vil sandsynligvis være mere tiltrækkende.

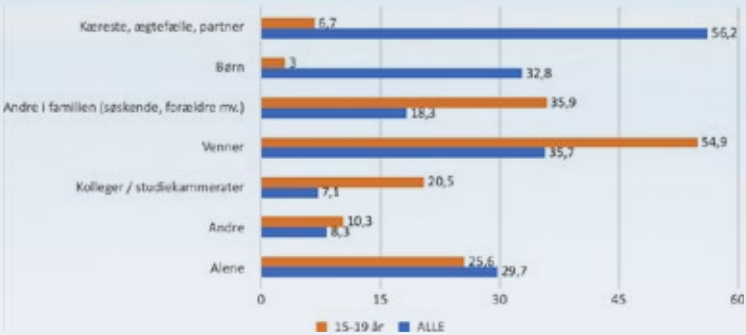
Det gælder i øvrigt alle aldersgrupper, at folk i lille grad dyrker udelivsaktiviteter for at vedligeholde eller forbedre deres sundhed. For både de unge og de ældre forbindes det sundhedsmæssige i meget højere grad med andre former for fysisk aktivitet og motion – især fitness, løb, mental træning (bl.a. yoga) og gymnastik (Ibsen, Høyer-Kruse og Elmose-Østerlund, 2021).

FIGUR 3. 15 til 19-åriges motiver for at dyrke udelivsaktiviteter (andel som er 'helt enig' i udsagnet)



Det sociale aspekt ved aktiviteter i naturen er altså en væsentlig grund til, at de unge dyrker disse aktiviteter. Figur 4 viser da også, at teenagere især dyrker friluftsliv sammen med venner (55 pct.), forældre og søskende (35 pct.) og studiekammerater (21 pct.), mens det kun er hver fjerde, som bl.a. praktiserer friluftsliv alene (figur 4). Derved adskiller friluftsliv sig fra andre store udendørs bevægelsesaktiviteter som gå- og vandreture, løb og cykling, der i meget højere grad praktiseres alene (Ibsen, Høyer-Kruse og Elmoose-Østerlund, 2021). Men selvom friluftsliv og andre udelivsaktiviteter i så høj grad er sociale aktiviteter, så adskiller disse aktiviteter sig fra andre bevægelsesaktiviteter, hvor det sociale også har stor betydning, især forskellige typer af boldspil, ved i mindre grad at være organiseret i en forening eller anden organisationsform.

FIGUR 4. Andel af borgere, der hver uge dyrker friluftsliv, som gør det sammen med andre (pct.) (N =



Konklusion

Denne lille analyse af teenageres deltagelse i udelivsaktiviteter viser, at de unge i løbet af et år i højere grad end ældre aldersgrupper praktiserer en eller flere aktiviteter i naturen; de dyrker i lige så høj grad som de ældre udelivsaktiviteter hver uge; men det er især de mere fysisk krævende aktiviteter, de dyrker. De praktiserer især udelivsaktiviteter af sociale grunde – for at være sammen med venner og familie – og fordi de godt kan lide de forskellige aktiviteter, mens den sundhedsmæssige gevinst i mindre grad får dem til bevæge sig ud i naturen. Kommende indsatser for at få endnu flere unge ud i naturen kan med fordel tage udgangspunkt i denne viden.

Litteratur

Ibsen, B., Høyer-Kruse, J. og Elmoose-Østerlund, K. (2021). Danskernes bevægelsesvaner og motiver for bevægelse. Resultater fra undersøgelse af bevægelsesvaner. Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund. Syddansk Universitet. https://www.sdu.dk/-/media/files/om_sdu/centre/c_isc/danmark_i_bevægelse/danskernesbevægelsesvaner-rapport.pdf



Expanding an understanding of connectedness to nature

Af: Thomas Beery

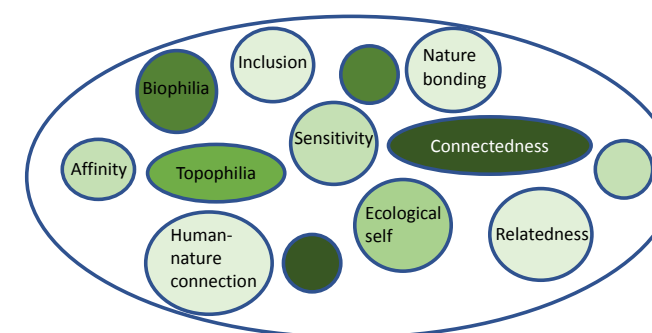
This article is a follow-up to my connectedness to nature article in the June 2021, #113 issue. This current article highlights and expands upon critical ideas shared as part of the Vores Natur Kalder conference (November 1 & 2, 2021).

Connectedness to nature

As noted in the previous article and in the conference presentation, numerous terms have been used to refer to the human relationship with nature (see Figure 1). These terms represent theories and empirical study; the terms also relate to one or more of these definitional aspects of connectedness:

- **Experiential:** The experience of and direct encounter with nature and the possible cognitive, emotional, and physical benefits.
- **Relational:** The way people identify with natural landscapes and the relationships they form with the elements in those environments.
- **Behavioral:** C2N (Connectedness to Nature, red.) perspectives propose that spending time in nature will, given repeated experience, help an individual feel a belonging to nature, more inclined to care about nature, and, ultimately, support a sense of responsibility to protect it.

FIGURE 1
Conceptual unity and diversity



In the conference presentation, I used Louise Chawla's (2020) connectedness to nature in childhood and associated benefits and behaviors diagram for organizational purposes (see Figure 2). Chawla's review of empirical work provides a valuable and comprehensive organizing structure based on her review of a wealth of research. I will not repeat my entire presentation, nor try to summarize Dr. Chawla's work (see reference list for her article); however, I wish to emphasize a few key points from the themes she highlights in that work (experiences, benefits, behaviors, decreased connection, and connection as adult).

FIGURE 2
Connectedness to nature in childhood and associated benefits and behaviors



(Chawla 2020; Design by Ayushi Patel)

Experience

During the conference presentation, I shared stories from my childhood and asked the audience to do the same. My point in sharing was to emphasize the idea that many of us carry deep and meaningful stories that might illuminate our connectedness to nature. I recognize the potential danger of relying on memories of positive childhood experiences and romanticizing such experiences, but I also argue for their importance (Beery & Lekies, 2018). We can be concerned

that memory accuracy and bias might be a problem or that our retelling is filtered through our adulthood; however, the fact that these stories live on in any form itself is significant (Tani, 2017). Moving beyond consideration of memory accuracy and bias, a valuable way to view adult memory of childhood experience is not to see it as a wholly accurate representation of past events, but rather a kind of inter-subjectivity between child and adult self (Chawla 2007; Eiland 2006; Morgan 2010; Sebba 1991).

Benefits

In the presentation, I referenced a wealth of research that has captured the cognitive, affective, and physical benefits of childhood nature experience. For example, I noted the outstanding resource of the Children and Nature Network (C & NN) digital resource library. Not only is there a library of research articles provided, but there is also a concerted effort to synthesize the research and create accessible information, e.g., infographics, that highlight the benefits of childhood nature experience in beneficial ways (see references for a link).

Behaviors

Dr. Chawla’s review identified pro-environmental behaviors as outcomes of experience in nature. This finding is critical in light of the urgency for a societal transition toward sustainable futures. At the same time that we were meeting at the conference in Vejle, delegates from all over the world were meeting in Glasgow, Scotland, for the COP26 meeting, the international climate summit to discuss efforts to tackle climate change. I argued that our meeting in Vejle could be seen as a part of this global movement given the links identified between childhood nature experiences and pro-environmental life paths. We must strive to understand the origins of pro-environmental behavior and support the kind of childhood experiences that nurture it.

Decreased connection

The diagram indicates several factors Dr. Chawla identified contributing to a decrease in connection, which I refer to as disconnection from nature. One factor, adolescence, highlights changes from a life course perspective, while the other two factors highlight specific individual behavior related to societal change—screen and indoor time. I raised the concern that while these two factors are of great concern, we need to dig deeper into this topic of disconnection. Specifically, we need to go beyond individual-level behavior; when we measure C2N and consider childhood nature experiences, benefits, and behaviors, we often do so on an individual basis. This focus on the individual may risk overlooking the complexity of the collective, social, cultural, and political elements that play a role in connection and disconnection from nature.

A heightened focus on the collective or socio-cultural aspects may help us see how our experiences in nature as individuals are shaped by institutions, economies, politics, etc., i.e. forces beyond the individual. For example, if we return to the stories of nature experience I shared from my childhood, we must consider that the stories were a product

of my family, my family’s economy, our privilege, the politics of that era, etc. Shifting the focus to the collective realities is not about negating the individual experience but rather putting it into a social context that is more honest and comprehensive. This broad perspective on connection/disconnection also invites the breadth of society to acknowledge a role in safeguarding nature experience for all—from city planners, education professionals, police, politicians...everyone.

Expanding our connectedness efforts

In summary, I am guessing that many readers of this journal can see themselves in the good work of connectedness—I want to celebrate that work and encourage it. And, at the same time, I want to push us to go beyond all our critical efforts to secure positive nature experiences for children to see the factors that may be disconnecting us in broad and societal ways. We can promote efforts supporting individual connectedness to nature while simultaneously working toward broad societal transitions to more nature opportunity for all.

Beery, T., & Lekies, K. (2018). Childhood collecting in nature: Quality experience in important places. *Childhood Geographies*. 17(1), 118-131.

Chawla, L. (2020). Childhood nature connection and constructive hope: a review of research on connecting with nature and coping with environmental loss. *People Nat.* 2, 619–642.

Chawla, L. (2007). Childhood experiences associated with care for the natural world: a theoretical framework for empirical results. *Child Youth Environ*. 17, 144–170.

Children and Nature Network (2020). Regular Time Outdoors Helps Children Thrive. Available online at: <https://www.childrenandnature.org/about/our-team/> (accessed November 28, 2020)

Eiland, H. 2006. Translator’s Forward in W. Benjamin, *Berlin Childhood Around 1900*. London: Belknap Press.

Morgan, P. 2010. “Towards a Developmental Theory of Place Attachment.” *Journal of Environmental Psychology* 30 (1): 11–22.

Sebba, R. 1991. “The Landscapes of Childhood: The Reflection of Childhood’s Environment in Adult Memories and in Children’s Attitudes.” *Environment and Behavior* 23 (4): 395–422.

Tani, S. 2017. “Reflected Places of Childhood: Applying the Ideas of Humanistic and Cultural Geographies to Environmental Education Research.” *Environmental Education Research* 23 (10): 1501–1509.



Foto: Henriette Brun

Fremtidens Friluftsliv

Fremtidens friluftsliv er et fast rum i Dansk Friluftsliv faciliteret af Tejs Møller og Christian Moestrup Andersen. Vi ønsker med dette rum at sætte fokus på, hvordan friluftslivet kan bidrage til den nødvendige bæredygtige omstilling i lyset af klima- og biodiversitetskrisen. Vi undersøger, hvordan fremtidens friluftsliv på forskellige måder kan vise vej mod en højere grad af balance mellem menneske og natur. Skriv til os på fremtidensfriluftsliv@gmail.com

Foto: Laura Friis Nielsen



Foto: Max Wilfred Fritzboeger

Naturen giver gode betingelser for at fremme menneskelig trivsel på bæredygtig vis

Af Christian Moestrup Andersen

Spørger man ph.d. og bæredygtighedspsykolog Simon Elsborg Nygaard, er der særligt gode betingelser for at fremme det, han betegner som bæredygtig trivsel, i naturen. Vi satte ham stævne for at få uddybet pointerne fra hans oplæg på Vores Natur Kalder-konferencen og for at spørge, om naturen så blot er til for at øge menneskers trivsel?

Hvordan kan man skabe menneskelig trivsel inden for et miljømæssigt bæredygtigt ressourceforbrug? Det er det spørgsmål, ph.d. og bæredygtighedspsykolog Simon Elsborg Nygaard ønsker at besvare med begrebet 'bæredygtig trivsel', som kobler viden fra den psykologiske forskning i menneskelig trivsel med ambitionen om at omstille til et bæredygtigt samfund.

»Hvis vi vil omstille til et bæredygtigt samfund, uden at det går ud over vores trivsel, skal vi finde ud af, hvordan vi kan trives inden for et nedsat ressourceforbrug. Hvis ikke vi finder ud af

det, kommer vi enten til leve bæredygtigt, men med mindre menneskelig trivsel, fordi vi kommer til at sidde i en jordhule, eller også kommer vi til at fortsætte med vores relativt høje trivsel, men får ikke omstillet til et miljømæssigt bæredygtigt samfund, og dermed underminerer vi muligheden for at leve gode liv på langt sigt.«

»Jeg ser bæredygtig trivsel som en forudsætning for, at vi kan blive ved med at have høj trivsel. I et demokratisk samfund er bæredygtig trivsel en nødvendighed. Folk skal kunne se, at de ikke skal ofre for meget livskvalitet for at ville omstillingen.«

Hvad er sammenhængen mellem bæredygtig trivsel og det at opholde sig i naturen, altså det vi med en bred betegnelse kan kalde friluftsliv?

»Det første, jeg vil nævne, er den direkte vej, som går igennem *nature connectedness* (naturforbundethed, red.). Det at have naturen som en del af sin identitet, det at opleve sig som forbundet til naturen, fører ikke alene til højere personlig trivsel, det hænger også sammen med en højere grad af miljømæssigt bæredygtig adfærd.«

Ser du en kausalitet her? Altså fører *nature connectedness* partout til miljømæssigt bæredygtig adfærd?

»Jeg vil sige, at der er en kausalitet, som dog kan overtrumfes af andre faktorer. Det at opholde sig i naturen; at have naturen som en del af sin identitet gør, at man lærer at holde af naturen, måske ligefrem at elske den. Og hvis man ser sig selv som en del af naturen, er man mere tilbøjelig til at passe på den. Vi ved også, at der er en række sundhedseffekter af at opholde sig i naturen, for eksempel at det mindsker stress og dermed direkte påvirker vores trivsel. Så at fremme *nature connectedness* er en direkte metode til at fremme bæredygtig trivsel.«

Både mål og middel

Udover *nature connectedness*, som er en art columbusæg, når det gælder bæredygtig trivsel, peger Simon Elsborg Nygaard på seks trivselsfremmende faktorer fra den psykologiske forskning i menneskelig trivsel, som kan stimuleres gennem aktiviteter i naturen. De seks faktorer er:

- 1) Nydelse og sansning.
- 2) Engagement og flow.
- 3) Fællesskab og samhørighed.
- 4) Oplevelse af autonomi.
- 5) Oplevelse af mening.
- 6) Bevægelse.

»Vi ved, at kan man stimulere dem, fremmer det trivsel. Og der er ikke nødvendigvis noget ved de seks faktorer, som kræver et stort ressourceforbrug at stimulere. Så det er en vej til bæredygtig trivsel: at stimulere de trivselsfremmende faktorer på måder, hvor vi ikke bruger mange ressourcer,« siger Simon Elsborg Nygaard.

Han peger på, at man for eksempel kan stimulere oplevelsen af autonomi ved at køre hurtigt på en motorvej i bil eller ved at opholde sig i naturen.

»Trivselsmæssigt er det den samme faktor, som stimuleres, men i forhold til bæredygtighedsparameteret er det at opholde sig i naturen mindre ressourcekrævende end at køre i bilen. Så potentialet ligger deri, at vi stimulerer de trivselsfremmende faktorer og derved øger vores trivsel, men gør det på måder, som ikke kræver et højt ressourceforbrug. Og lige præcis det er der særligt gode muligheder for at gøre i naturen.«

SÅDAN KAN FRILUFTSVEJLEDEREN FREMME BÆREDYGTIG TRIVSEL

Simon Elsborg Nygaard peger på seks trivselsfremmende faktorer, som kan stimuleres i naturen med et lavt ressourceforbrug. Her sætter han nogle ord på hver enkelt af de trivselsfremmende faktorer og mulighederne for at stimulere dem i naturen, hvis man for eksempel har en skoleklasse med på tur.

1) Nydelse og sansning.

»Naturen er et godt sted at stimulere nydelse og sansning på en måde, der ikke kræver mange ressourcer. Det kan være vandet og solen på kroppen, det kan være at spise bær, det kan være at dufte til skoven, det kan være vinden mod huden. Sørg for at lægge nogle aktiviteter ind, som stimulerer nydelse og sansning.«

2) Engagement og flow.

»Naturen er et godt sted at lege lege, at blive optaget af og undersøge ting, at tage på eventyr. Har man en skoleklasse med ud i naturen, kan man sætte eleverne til at bygge huler, plante træer, slå smut.«

3) Fællesskab og samhørighed.

»Jeg synes personligt, det er nemmere at mødes menneske til menneske i naturen, fordi der ikke er så mange kulturelle signaler og identitetsmarkører, man skal forholde sig til. Det er nemmere at komme ind på livet af hinanden.«

4) Oplevelse af autonomi.

»Psykologisk set refererer oplevelse af autonomi til en oplevelse af at være fri og selvbestemmende og at kunne være den, man er. Hvis vi ønsker, at hvert enkelt barn får en oplevelse af frihed, kan man for eksempel sørge for, at alle kommer med op på en bakketop og mærker vinden i håret. Måske vil de vilde drenge og piger, som har svært ved at blive rummet i et klassefællesskab, kunne mærke, at her kan de være som de er. Der er ofte ikke så mange begrænsninger på din adfærd, når du er udenfor, som hvis du er indenfor. Mere er tilladt udenfor.«

5) Oplevelse af mening.

»Oplevelse af mening kan komme af at være en del af noget, der er større end en selv. Så når mennesker opholder sig i naturen og får en fornemmelse af netop det, opleves det som meningsfuldt. Friluft vejlederen kan bidrage til at rette opmærksomheden mod den store natur.«

6) Bevægelse.

»Der er rig mulighed for at bevæge sig i naturen. Bevægelse frigiver signalstoffer, som fremmer trivsel og sundhed. Det kommer langt hen ad vejen af sig selv: Man ser sjældent børn sidde ubevægelige i naturen.«

I den nordiske friluftstradition taler man ofte om, at vejlederen har noget for med nogen; at vejlederen har en funktion som formidlende led mellem den rene naturoplevelse og det at tillægge oplevelsen en betydning. Kan du sige noget om, hvordan man som vejleder i friluftsliv kan bidrage til at sætte fokus på trivsel i sine aktiviteter?

»Det korte svar er, at man - når man planlægger eller evaluerer sine aktiviteter - går systematisk til værks og har fokus på, hvordan man kan skruer op for de trivselsfremmende faktorer og samtidig skrue ned for ressourceforbruget. Det kan for eksempel være, at man er vant til en særlig type mad rundt om bålet, men måske kan man finde noget mindre ressourcekrævende end grillpølser. Den mad man kan så forsøge at gøre mere sanselig eller nydelsesfuld. Eller maden kan opleves mere meningsfuld, fordi det for de fleste mennesker opleves meningsfuldt at agere bæredygtigt. Eller hvis man vil bygge huler, kan man finde nogle mere bæredygtige materialer at bygge af. Samtidig med at man overvejer, hvordan hulebygning kan generere den størst mulige oplevelse af samhørighed hos flest muligt. Det handler altså om at overveje, hvordan man kan stimulere de trivselsfremmende faktorer og gøre det med et lavere ressourceforbrug.«

Hvis målet er bæredygtig trivsel, er naturen så midlet? Og hvis det bare er menneskets trivsel, det handler om, er vi så ikke tilbage ved at betragte naturen som en ressource, vi mennesker bare drager nytte af for at kunne trives?

»Jeg synes ikke, der er nogen modsætning i at betragte naturen som både middel og mål. Tværtimod synes jeg, det er det, naturen kan. Den er middel til menneskers trivsel, men opretholdelsen af naturen kan sagtens være et mål i sig selv på samme tid. Men hvis man endelig skal stille det op på den måde - som mål og middel - vil jeg sige, at ja, naturen må godt være middel til menneskelig trivsel.«

Friluftsparadokset

Inden for friluftslivet taler man om friluftsparadokset - altså at vi i vores iver efter at komme ud i naturen bidrager til at ødelægge den. At vi rask væk flyver til Nepal for at trekke i Himalayabjergene, eller vi får fragtet os selv og vores kajak til Grønland for at ro rundt mellem isbjerge. I sig selv er det oplevelser, som kan give nature connectedness og stimulere trivselsfaktorerne, men det ender med at være en meget miljøbelastende aktivitet. Hvorfor har vi så svært ved at ændre adfærd?

»Det har dels noget at gøre med vane. Vi gør de ting, vi er vant til at gøre, og hvis man skal ændre vaner, skal der være ret gode grunde til at gøre det. Og så kræver det også, at man har overskud til at ændre vanerne. Man kan i mange år gå og gøre



Fotos: Mads Fjeldsø Christensen



noget, man egentlig er utilfreds med, men alligevel gøre det. Ofte skyldes det, at det er den nemmeste løsning. Til trods for at vi er motiverede for at ændre vaner, og at det vil opleves som meningsfuldt at gøre det, har vi en tendens til at vælge den løsning, som er nemmest.«

»Man kan anskue måden, hvorpå vi træffer beslutninger, lidt mere systematisk ved at se det sådan, at vi refererer til tre

forskellige mål eller målrammer, når vi skal træffe en beslutning:

- 1) Den hedonistiske - bliver det nemt, rart, nydelsesfuldt?
- 2) Gevinstmålrammen - hvad får jeg ud af det, hvad angår individuelle ressourcer som tid og penge eller sociale ressourcer som status og anerkendelse?
- 3) Den normative målramme - hvis jeg gør det her, er det så den etisk og moralsk rigtige handling?»

»Når en beslutning taler til os inden for den hedonistiske målramme - som for eksempel at tage bilen ud til skoven for at gå en tur i stedet for at tage cyklen - har vi en tendens til at vælge det, hvis ikke der er stærke argumenter inden for de andre målrammer. I forhold til gevinstmålrammen kan man i det her eksempel også spare tid ved at tage bilen i stedet for

på, at vi som mennesker er nysgerrige væsener, at vi gerne vil have oplevelser. Vi har en forestilling om, hvad det gode liv er, og den vil vi gerne efterleve. Vi har ikke lyst til at leve dårligere liv.«

Men hvordan skruer man så på de parametre? Kognitiv dissonans må vel mindske menneskelig trivsel. Jo mere kognitiv dissonans, desto mindre trivsel?

»Ja! Kognitiv dissonans opleves som ubehagelig, og derfor vil vi forsøge at komme ud af den eller reducere den. En vej ud af den kognitive dissonans er at handle. Så hvis jeg nu cykler ud i skoven, som jeg føler, jeg burde, forsvinder uoverensstemmelsen mellem holdning og handling. Det er denne 'handlingens vej', som har en positiv effekt på naturen.

Men hvis vi ikke kan eller vil handle os ud af den kognitive dissonans, vil vi være tilbøjelige til at forsøge at ændre holdning, ignorere konflikten eller komme med tillægforklaringer. Og det gavner ikke naturen. Man kan forsøge at overbevise sig selv om, at det ikke er skadeligt at køre i bil ud til skoven. Man kan forsøge at ignorere uoverensstemmelsen mellem handling og holdning, eller man kan komme med en tillægforklaring - for eksempel sige til sig selv, at det er ok at tage bilen, fordi det regner, eller at det er ok, fordi jeg køber en elbil om et par år.«

»Hvis man aktiverer den kognitive dissonans hos mennesker, skal man huske at tilbyde dem handlemuligheder, så de ikke reducerer dissonansen ved at ændre deres holdninger til noget mindre bæredygtigt. Det kunne

cyklen. Endelig er der den normative målramme - jeg ved godt, jeg burde cykle - men det er måske ikke en tilstrækkelig god grund til ikke at tage bilen.«

»Så vane, nemhed og komfort står over for den normative målrammes idealisme. Det opleves som ubehageligt, når der ikke er overensstemmelse mellem holdninger og handlinger, det man kalder *kognitiv dissonans*. Kognitiv dissonans betegner en uoverensstemmelse, en dissonans, mellem holdninger og værdier på den ene side, og så handlinger på den anden side. Når jeg for eksempel fornemmer, at jeg elsker naturen og gerne vil derud, men jeg alligevel tager bilen, opstår den kognitive dissonans. Den skal bortforklares ved for eksempel at sige, at jeg tager cyklen næste gang, eller at min bil kører langt på literen, eller at jeg er vegetar, og derfor kan jeg godt tillade mig at bruge bilen.«

»I forhold til at flyve om på den anden side af jorden for at vandre eller fragte sin kajak til Grønland, beror de behov også

for eksempel være at opstille alternativer til rejsen til Nepal, som måske ikke er helt så attraktive, men som i en afvejning mellem det hedonistiske og det normative får os til at følge det normative.«

Friluftsliv er på nogle parametre allerede et fravalg af nogle bekvemmeligheder. Der er ingen, som tvinger os til at tage ud i skoven og ligge på et tyndt liggeunderlag i en tynd sovepose og lave mad over bål. Så i den forstand er der allerede i friluftslivet en tendens i retning af, at man har valgt noget fra. Deri ligger måske et potentiale, således at friluftsliv i særlig grad kan være primus motor i en form for adfærdsændring?

»Ja, du kan se friluftsliv som et eksempel på, at man allerede har ændret adfærd. Jeg tager min bil ud i skoven, men alternativet var måske, at jeg var fløjet til Bangkok og havde forbrugt en masse. Jeg tror også, der ligger et trivselsfremmende potentiale i forenkling. Vi har for meget kompleksitet i vores liv, og naturen er et godt sted at reducere kompleksiteten.«



Hvordan genskaber vi børn og unges relation og tilhørsforhold til naturen?

Afslutningsdebat på konferencen ”Vores Natur Kalder”,
Vingsted Centret, 2. november 2021

Af Jens Troelsen, professor og institutleder for Institut for
Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet.

Efter to dage med gode oplæg, spændende ekskursioner, pop-up-stands, sang og fest var der sat god tid af til den afsluttende debat om børn og unges relation til naturen. Som opvarmning til selve paneldebatten holdt professor Bjarne Ibsen oplægget ”Friluftsliv og aktivt udeliv mellem stat, marked og civil samfund”. Her påpegede Bjarne paradokset, at på den ene side har naturen og dens benyttelse en stor offentlig bevågenhed. Det viser sig ved, at naturen står højt på den politiske dagsorden, at der findes stærke landsorganisationer, som kæmper for naturen, og at adgang til naturen tillægges stor betydning for bosætning og ramme for livskvalitet. På den anden side er der en meget svag lokal organisering med forholdsvis få lokale foreninger og frivillige, som har en primær interesse i naturen og i at gøre brug af den som en kollektiv, organiseret ramme for aktiviteter. På den baggrund opstillede han spørgsmålet: Hvordan kan vi involvere foreninger og frivillige i at fremme et aktivt udeliv for børn og unge?

Her pegede han selv på behovet for at tage det alvorligt og se nærmere på, hvad der rent faktisk interesserer børnene og de unge, hvor aldersforskelle er afgørende. På lokalt niveau skal man også se på, hvilke foreninger, der kan og vil samarbejde, og endelig skal der tages et nøje blik på, hvordan samarbejder generelt kan fremmes på lokalt niveau. Her skal der opdyrkes en erkendelse af, at lokalopgaver løses bedst i et samarbejde om at identificere fælles målgrupper og interesser. Der skal endvidere være en oplevelse af en gevinst ved at samarbejde, hvor hver partner får en tilfredsstillende rolle med adgang til nødvendige

ressourcer og vilkår for at indgå i samarbejdet. Det kan tilsammen gøre, at der lokalt udbydes og organiseres naturtilbud, som vil være appellerende for børn og unge og dermed fremme et aktivt udeliv, der hvor børnene og de unge bor.

Bjarne Ibsens oplæg dannede udgangspunkt for paneldebatten, som jeg havde fornøjelsen af at moderere. Paneldebatten bestod – ud over oplægsholder Bjarne Ibsen – af 6 debattører, der i grove træk repræsenterede de tre samfundssektorer, som Bjarne Ibsen introducerede til i oplægget; Stat, Marked og Civilsamfund.

Panelet bestod af Winnie Grosbøll, direktør i Friluftsrådet, Jens Hausted, direktør i Dansk Kyst- og Naturturisme, Signe Nepper Larsen, vicedirektør i Naturstyrelsen, Henrik Lehmann, adm. direktør i Nordea-fonden, Lars Midtby, direktør i Danmarks Naturfredningsforening og Lisbet Wolters, områdechef for By, Land og Klima i Vejle Kommune.

Winnie Grosbøll indledte debatten med at fremføre to erkendelser, som vi må forholde os til, hvis vi skal fremme børn og unges brug af naturen. For det første må vi erkende, at børn ikke kommer ud i naturen af sig selv. De skal hjælpes på vej. Dernæst erkendelsen, at benyttelse giver beskyttelse. Dvs. fremme af børns brug af naturen også skal ses i et større perspektiv, hvor oplevelser i naturen vil føre til en forståelse og anerkendelse af, at naturen skal der tages hånd om. Det vil for de kommende generationer kunne føre til, at naturen bliver en mere integreret del af det levede liv.

I et turismeperspektiv anførte Jens Hausted, at vi må sikre bedre muligheder for outdoor-turisme. Det gælder her om at have de rigtige varer på hylderne, hvor der gerne må være sammenfald mellem turisterne og borgernes ønsker og behov i lokalområdet. Han appellerede derfor til at kommunerne, i samarbejde med borgere og turisterhvervet, planlægger og opbygger en rekreativ infrastruktur med fokus på at etablere hotspots for aktivt udeliv.

Signe Nepper Larsen gjorde i sin egenskab som vicedirektør i Naturstyrelsen sig til talsmand for staten. Her påpegede hun behovet for at udvikle ny og vild natur tæt på borgerne. Det skal bl.a. gøres med statslig skovrejsning tæt på byerne. Områderne kan samtidig beskytte vandforsyningen.

Ambitionen er, at 80% af befolkningen skal have under 5 km. til nærmeste statsområde, hvor der er mulighed for naturoplevelser. En bedre tilgængelighed vil således være befordrende for øget brug. Der vil dog også være behov for et lokalt samarbejde, hvor ligeværdige partnerskaber er vejen frem.

Henrik Lehmann Andersen tog skridtet videre og påpegede, at partnerskaber ikke gør det alene. Vi er nødt til at gøre noget for de naturdøve, som ikke kan råbes op. Naturen skal være så tilgængelig, at man falder over den. Og så skal der gøres noget særligt for ildsjælene. De skal bakkes op og anerkendes for deres initiativer og vedholdenhed for det er sådan, at forandringerne og forankringen sker lokalt. Der skal være et lokalt ejerskab, hvis indsatser for fremme af naturbrug både skal være appellerende og blivende.

Lars Midtby fremførte, at vi må tage udgangspunkt i, at børn i dag ikke har nogen relation til naturen. Den præmis må være afgørende for valg af indsatser, hvor handlinger lige nu er helt afgørende. Som de øvrige paneldebattører var han helt enig i, at det brede samarbejde er vejen frem, og at partnerskaber med forenede perspektiver har de bedste muligheder for at begejstre lokalt.

Sidste debattør var Lisbeth Wolters, som kunne fremlægge et kommunalt perspektiv på fremme af børns brug af naturen. Som stadsarkitekt så hun naturen som et lukket, afgrænset

rum, der ikke nødvendigvis inviterer børn og unge indenfor. Derfor bør vi brede naturbegrebet ud, så det grønne er lige uden for vores gadedør og dermed også graduerer vore forståelser af, hvad der er naturoplevelser. Det vil sænke tærsklen for hvad der er ”rigtig” natur og øge oplevelserne i uderummet. Her er det afgørende i byplanlægningen, at naturen integreres med så høj kvalitet som muligt for på den måde at skabe en trædesten, der kan lette overgangen til den mere vilde natur. Som en afsluttende pointe gjorde Lisbeth Wolter det klart, at vi er nødt til at basere vores planlægning og forvaltning af naturen på viden. Det er den bedste og mest troværdige måde at overbevise politikere og beslutningstagere på, når der skal prioriteres ressourcer for bedre kvalitet og øget brug af naturen.



Foto: Mads Fjeldsø Christensen

Paneldebatten affødte en masse uddybende spørgsmål og kommentarer, dels skriftligt via en padlet, hvor tilhørende kunne ytre sig, dels direkte fra salen. De mange spørgsmål og kommentarer fra tilhørerne og debattørerne imellem vidnede om, at der er masser af bud på, hvordan vi i højere grad får børn og unge ud i naturen. Men det kalder også på handlinger. Konferencedeltagerne og debattørerne blev i dialogen bestyrket i, at der skal arbejdes hårdt på at genetablere børn og unges relation til naturen. De mange forskelligartede perspektiver fra hhv. stat, marked og civilsamfund viser, at der kan dannes fælles front. Det kræver dog et samarbejde på tværs af sektorer med stærke, lokale partnerskaber, der trækker på samme hammel for at udbyde appellerende naturaktiviteter, som børnene vitterlig har interesse i at tage del i. Det er et langt sejt træk at genskabe børns relation og tilhørsforhold til naturen, der set i forhold til klimaudfordringerne samtidigt er et uomgængeligt træk.

Skolen i naturen

- Debat om kommunale indsatser og visioner for skoler og natur

Af Jaris Bigler, Jakob Poll og Henrik Gretoft,
Afdelingen for Bæredygtig Udvikling i Københavns Kommune

Kommunale indsatser og strukturer er forudsætninger for, at elever får mulighed for at komme ud i naturen i løbet af deres skoletid. Repræsentanter for tre kommuner var samlet mandag den 1. november 2021 til den tredje faglige session på konferencen "Vores Natur Kalder" for at dele ud af erfaringer og sætte ord på deres visioner for området. Moderator Steen Nepper Larsen, lektor ved DPU Aarhus Universitet, ledte slagets gang. Panelet bestod af:

Henrik Gretoft, afdelingsleder for Afdelingen for Bæredygtig Udvikling (ABU), Københavns Kommune

Martin Gredal, udviklingschef, Rudersdal Kommune

Ulla Didriksen, koordinator for Skoletjenesten Bornholm og Åben Skole

Paneldeltagerne indledte med en kort præsentation hver. Henrik Gretoft fortalte, at i Københavns Kommune er natur- og miljøskoler samlet i Afdelingen for Bæredygtig Udvikling, som formidler viden og handlemuligheder, og omsætter politiske visioner til relevant uddannelse for bæredygtig udvikling via praksisnære forløb med høj faglighed, autentiske læringsmiljøer og direkte inddragelse.

Kommunen arbejder med tre overordnede indsatsområder for natur og biodiversitet: Grøn natur (den vilde natur og byens grønne områder), Blå natur (det marine – havnen og havet) og Grå natur (skolegårde, gårdhaver og lommeparker i skolernes nærmiljø).

København tilbyder en varieret vifte af undervisningsforløb, der appellerer til lærere med vidt forskellige forudsætninger, fagligheder, ressourcer og muligheder for at flytte undervisningen ud. Samtidig har det høj prioritet at præsentere københavnske elever for de mange forskellige naturtyper som København og omegn rummer. Men byens 68 folke- og specialskoler er spredt ud over hele kommunen. Det giver logistiske udfordringer.

Afdelingen for Bæredygtig Udvikling, som er et bydækkende tilbud, har valgt at løse opgaven ved at operere med en pakke af differentierede tilbud:

- Større facilitetskrævende baser som eksempelvis Øresundsmiljøskolen og Københavns Naturskoles centrale base på Kalvebod Fælled
- Naturkolonierne med rige faciliteter til overnatning og faglige naturcamps
- Enkle facilitets-lette naturbaser i randområderne af København og i byens parker
- Mobile naturskoler, der efter behov servicerer skolerne lokalt
- Kasser, grej og lærervejledninger til selvhjulpne ture omkring naturskoler og baser.
- Naturkonsulentvirksomhed på skoler i forbindelse med valgfag, læseplaner, projektopgaver og elevinddragelsesforløb

Henrik Gretoft afsluttede oplægget med at skitsere tre indsatser, der i varierende grad allerede arbejdes med og som skal styrke arbejdet med naturdannelse og interessen for biodiversitet:

- Grøn bæredygtighed og klimaforandringer skal være en del af alle folkeskolens fag og fysiske rammer, herunder natur og biodiversitet
- Byens børn og unge skal inddrages i at styrke naturen og biodiversiteten både i selve København og i naturen omkring København
- ABU etablerer og indgår i fællesskaber sammen med partnere og fonde om at løfte opgaven med udbredelsen af naturdannelse til byens børn.

Martin Gredal satte fokus på samarbejdet med naturskolen gennem arbejdet med sundhed og den gode overgang fra dagtilbud til skole. Rudersdal Kommune har bl.a. udviklet projektet "Naturen Bygger Bro", der skal styrke den vigtige brobygning. Her findes bl.a. et inspirationskatalog, der skal



Foto: Henrik Gretoft

gøre det nemmere for lærere og pædagoger at flytte læring og aktiviteter ud i naturen. Han betonede særligt vigtigheden af kompetenceudviklingen af pædagoger og lærere, som er et centralt indsatsområde for kommunens naturvejledere. I forhold til lærernes udeskole-aktiviteter, vurderede han, at Corona har givet en hjælpende hånd med at rykke undervisningen udendørs. Arbejdet med børns forståelse for begrebet biodiversitet har ikke været prioriteret i særlig grad, hvilket kan ændre sig i årene der kommer, idet den gældende børne- og ungestrategi fra 2013 snart skal revideres.

Ulla Didriksen tog udgangspunkt i virkeligheden i en relativt lille kommune (Bornholm). Her er det vigtigt at have ledelsen med i arbejdet for at få skoleelever ud i naturen. Til gengæld er det tætte parløb med ledelsen også lettere at etablere i en mindre kommune.

Hun fremhævede specielt projektet ”Grøn Dannelse” som blev besluttet af kommunens Børne- og Skole udvalg i 2017. I dette initiativ ønsker man at integrere bæredygtighed i dannelsesbegrebet. Indsatsen inddrager både lærere, pædagoger, skoleledelser og kommunens skoletjeneste. Der er netop udgivet en statusrapport, som både evaluerer de sidste par års indsats, men også kigger fremad i forhold til fremtidige fokuspunkter.

Som eksempel på fælles projekter som ledelsen og Skoletjenesten samarbejder om, er de ambitiøse målsætninger om at Bornholm i 2025 er et CO2-neutralt samfund og at kommunen i 2032 ikke længere producerer noget affald ud fra devisen at alt, hvad der bliver smidt ud, er ressourcer, der kan recirkuleres til gavn for hele samfundet.

Den bæredygtige involvering i kommunernes indsatser

På tværs af kommunerne er der enighed om vigtigheden af at sikre opbakning til naturskolernes arbejde samt diverse initiativer inden for udeskolekonceptet ved at deltage aktivt, når relevante kommunale strategier og indsatser skal kommunikeres ud og konverteres til handlekompetencer hos skoleelever. Eksempelvis inden for arbejdet med sundhed, biodiversitet, naturdannelse samt klima- og affaldsmålsætninger. Der er mange forskellige bud på, hvordan tilbuddene på naturskoleområdet og udeskoleområdet skal sammensættes. Den valgte model afhænger i høj grad af lokale forhold såsom geografi, logistik og behovet for støtte hos den enkelte lærer.

Efter introduktionen åbnede selve debatten.

Kun for ildsjælene? – Og hvad med fritidslivet?

Et spørgsmål gik på forholdet mellem skole og fritid. Henrik Gretoft fortalte at man i København arbejder på at åbne faciliteterne og gøre dem tilgængelige for andre brugere udenfor skoletiden. Martin Grejdal berettede, at de får henvendelser fra fritidsaktører, men at systemet er utrænnet i at gribe boldene!

Spørgsmål: ”Hvilke barrierer støder man typisk på i forhold til at få børn mere ud i naturen?” Martin Grejdal fremhævede

den interne kommunikation i systemet, som en stor udfordring. Et er ligeledes mængden af information, idet skolerne bliver ”overlæsset med gode intentioner og ideer”. Længerevarende projekter af mere end 10 års varighed kunne derfor være en vej frem. I forlængelse heraf betonede Ulla Didriksen vigtigheden af, at kommunens politikker kommer helt ud til naturplejere og skoleelever, når eksempelvis nye naturplejemetoder skal implementeres.

Spørgsmål: ”Hvordan laver vi så indsatser, der fænger hos alle og ikke bare hos ildsjælene?” I Rudersdal Kommune satser man på relativt få indsatser, der til gengæld involverer alle og som derfor er i alles bevidsthed. Ulla Didriksen betonede vigtigheden af at have fokus på den store samarbejds- og ledelsesudfordring, der er forbundet hermed.

Spørgsmål: ”Er den største barriere for at få børn ud i naturen ikke bare, at de voksne ikke gider?” Ulla Didriksen gav et eksempel fra Bornholm, hvor underviserne på læreruddannelsen kommer udefra og derfor ikke kender til den bornholmske natur, hvilket smitter af på lærernes muligheder for at aktivere og inddrage den. Et eventuelt manglende engagement kan også skyldes strukturelle barrierer, skemaer osv., fortalte Martin Grejdal. Henrik Gretoft vurderede, at det ikke er manglende lyst blandt lærere og pædagoger, der udgør det største problem. Før Covid 19 havde Afdelingen for Bæredygtig Udvikling 80.000 børn ude i naturen om året og forventningen er, at dette tal godt kan øges til 120.000, hvis området bliver tilført de nødvendige ressourcer.

Involvering af børn og unge i kommunens strategiske arbejde

Spørgsmål: ”Hvorfor har man valgt at fokusere på biodiversitet i København, når nu der ikke er natur i hovedstaden.” Dette er ikke korrekt, fortalte Henrik Gretoft. Der findes hvert år en lang række sjældne arter i København og der er større områder som Amager Fælled og Utterslev Mose, hvor der er plads til relativt vild natur, der på grund af fraværet af intensivt landbrug rummer en høj biodiversitet. Netop fordi de grønne områder i København ikke er påvirket af intensivt landbrug, er der faktisk rigtig gode muligheder for at gøre det endnu bedre, men det kræver at fremtidens københavnere har viden om begrebet biodiversitet og har konkrete erfaringer med naturpleje og monitoring. Derfor er det så vigtigt, at børn og unge har været budt ind til at være med til såvel praktiske feltundersøgelser og naturpleje som arbejdet med at udvikle og formulere egne ideer til kommunens strategi. Afdelingen for Bæredygtig Udvikling arbejder blandt andet med klimadannelse af elever, som led i *KBH 2025 Klimaplanen*.

Ulla Didriksen fortalte, at hun er startet på at samordne med kommunens forskellige forvaltninger. Hvis en forvaltning f.eks. starter på et naturgenopretningsprojekt, bør de lokale skoler og institutioner inddrages i projektet for at skabe et lokalt ejerskab. Hun tilføjede, at forskningens fokus lå på børn op til 13 år og nævnte, at der manglede forskning på hvad unge får ud af at deltage i ungeråd og andre inddragelsesprocesser. Henrik Gretoft fortalte om Klimaambassadøruddannelsen og at elevernes



Foto: Henrik Gretoft

tilbage melding var, at det var den bedste skoletid de havde oplevet, men medgik at det ikke var forskningsmæssigt underbygget. Unge i Københavns Ungeråd har netop indstillet og fået vedtaget projektet Grøn Folkeskole i Borgerrepræsentationen. Det vidner om, at de unge tager opgaven seriøst, når de bliver involveret. Steen Nepper Larsen fortalte, at flere forskere på DPU rent faktisk har arbejdet med netop de unge.

Fortsat fokus på oplevelsen?

En skole- og spejderleder spurgte med udgangspunkt i arbejdet med CO2-neutralitet, om vi ikke let kom til at begrænse børn og unge til bundne opgaver, når der skal arbejdes med og i naturen; Hvor bliver friheden, interessen og motivationen af? Ulla Didriksen svarede, at det gode børneliv med og i naturen naturligtvis også skal omfatte børnenes fritidsliv, hvor legen og de gode oplevelser er helt centrale. Men man bør også arbejde med de store spørgsmål, som børnene alligevel er påvirkede af, blot de kigger i deres mobiltelefon. Martin Grejdal udfordrede frivillighedsprincippet. Uden personlige erfaringer med, hvad naturen kan tilbyde af muligheder for at skabe fællesskaber og andre måder at lære på, finder børn og unge ikke på at drage ud i naturen på egen hånd, når det

regner. Henrik Gretoft skelnede mellem de kortvarige og de mere langsigtede indsatser. Vi bliver nødt til at inddrage børn i den autentiske virkelighed, fordi det påvirker deres skoleliv, dagligdag og fremtid og vi skal også sikre at de har de nødvendige grønne kompetencer til omstillingsudfordringerne, der venter.

Steen Nepper Larsen rundede debatten af med at spørge, om oplægsholderne selv var ved at fjerne sig fra den nære fysiske oplevelse af at være i naturen? Det sanselige og kropslige er trods alt noget af det vigtigste naturen har at tilbyde: *Hvordan undgår I at det hele bliver for abstrakt og at arbejdet ved skrivebordet fjerner jer fra verden?*

Ulla Didriksen fortalte, at hun holdt kontakten til faget ved selv at levere de varme hænder i undervisningssituationer af og til. Måske blot en gang om måneden, men nok til ikke at miste forbindelsen. Martin Grejdal dyrker selv friluftsliv, men mente i øvrigt ikke at man selv behøver at være friluftsmenneske for at lede. Derimod er det helt centralt at være optaget af de unges blik på verden omkring dem og de tanker om klima, bæredygtighed og vegetarisme, som de er optaget af. Henrik Gretoft supplerede med at fortælle, at han selv har en fortid som naturvejleder, men at hans vigtigste opgave nu består i at finde de rigtige *kloge* hoveder og sikre at de trives

WORFOR

-Forunderlige fortællinger i et legendende naturvidenskabeligt univers

“Din videnskab og dine nøgterne fakta preller af på mig, men hvis du har en god historie, der giver mening, så er mit sind åbent” – Søren Kierkegaard

Af Henriette Brun

Jeg vil i artiklen præsentere jer for nogle af tankerne og tænknerne bag min bog WORFOR, hvor fortællingen og naturvidenskaben er sat i tale og forstærker hinandens udtryk.

Hvorfor “worfor”?

Bogens titel er en særlig begrebsmæssig sammentrækning af WORKshop og FORTælling. Sammen skaber ordene et særligt science lege-læringsbål i børnene, der vil slå gnister længe efter. Med Christen Kold og Grundtvig i vores fælles kulturelle rygsæk er dannelsen og fortællingen en vigtig metode i bogens læringsrum. Bogens WORKshops er det kunstneriske laboratorium, hvori fortællingen og naturvidenskaben foldes ud i et visuelt værk, som reaktiverer fortællingen og den nye viden derhjemme. I de æstetiske aktiviteter findes et frirum, hvor asymmetrien mellem barnet og pædagogen ophæves for en stund.

Hver af bogens fortællinger til højtlesning i institutionen tager fat på et eksemplarisk emne inden for naturvidenskaben, fra proteiner til dinosaurer, fra bjergarter til robotter og fra meteoriter til honningbier. Alle emnerne har kimen i sig til livslang naturvidenskabelig dannelse og forundringsparathed. Bogens fortællinger og emner kan vælges efter årstiderne. Fortællingen "Lunas campingrejse" om solsystemet og meteoriter, når efterårets meteorsværme lyser op på nattehimmelen. Fortællingen "Eliza og bierne" om honning og biodiversitet, når sommerens blomster er på deres højeste.

Det mangesansede læringsrum

Bogen er bygget op omkring science, men båret af en ligestilling af fagene. Både humaniora og naturvidenskab har plads. Som professor Lene Tanggaard skriver i forordet: "...Det er lige vigtigt med hammer og søm, erfaringer i naturen, det musisk kreative virke og at skrive". Bogens naturvidenskabelige fortællinger er koblet op på fem multimodale pitstops, som sættes i spil af den voksne undervejs i fortællingen: Filosofiske spørgsmål og øvelser - Undersøgelser og forsøg - Visuelle opgaver og kunst - Bevægelse og leg - Mad med tema. Helheden er mere end summen af de enkelte dele, de enkelte pitstops. "Det

holistiske syn fremhæver en uadskillelig sammenhæng mellem hjerne, krop og omverden" (Kjeld Fredens, 2018, s. 9)

Hjerneforskning viser, at børns opmærksomhed er kortvarig. Derfor er en konstant dynamisk vekslen mellem at sidde stille og være fysisk aktiv didaktisk effektiv. "Det er derfor, at læreren (pædagogen) kan opnå stor effekt ved at variere undervisningen og integrere mangesanset læring som didaktisk redskab" (Schilhab, 2017, s. 66)

Formidlingskontraster

En anden dynamik i bogens pædagogik er formidlingskontraster. Et eksempel er kontrasten mellem off-line og online information. Off-line information sker ved tavlen hjemme i institutionen og følges udendørs af on-line information med indsamling af materiale og øvelser. Andre formidlingskontraster, som bogen spiller på: Dynamik og ro. Tiktok og Bach. Farver og sort/hvid. Humaniora og naturvidenskab. Kontraster er en platform for og beforder nye ideer.

"Grænsen for mit sprog er grænsen af min verden"
– Wittgenstein

Et nyt vokabularium

Bogens rim og remser skrevet af Lotte Salling opbygger et nyt vokabularium for og med børnene. Hvis du og jeg og barnet ikke har et ord for eg eller bøg, ser vi kun træet. En x 10 challenge for os er at lære 10 nye buske, 10 nye træer og 10 nye blomster at kende om året, og verden omkring os udvides proportionelt med den nye viden. I løbet af få måneder har ordene akkumuleret sig til et større vokabularium.

Samme princip for bjergarterne. En sten er ikke bare en sten, men en gnejs, granit eller rombeporfyr. I bogen lærer børnene nye ord og begreber gennem rim og remser. Her et eksempel

fra kapitlet "Stens hasteopgave" om bjergarter:
Trampe, trampe, trampe, trampe,
til Bornholm, hvor huse står,
på en klippegrund så hård,
og hvor grundfjeld stikker op,
så man slår sig på sin krop

Røre, røre røre, røre,
Røre rødt og gråt og hvidt til den flotteste granit,
og lidt striber undervejs,
til de fine stykker gnejs

Vi er lavet af stjernestøv - Noter om filosofi og naturvidenskab

Filosofi og naturvidenskab er et godt match, og filosofiske spørgsmål og øvelser optræder som en naturlig del af bogen. Forstår forskeren eller far og mor Big Bang eller atomet? Bogens præmis er, at børnene har samme forudsætninger som de voksne for at sanse og rumme de filosofisk-abstrakte tanker, som Big Bang og atomet afføder.

Platon - den nye dreng på gul stue
Eksempler på filosofiske spørgsmål og øvelser fra bogen:
Tænk hvis dinosaurerne ikke var uddøde? Tænk hvis sten kunne tale? Hvis du var en celle, hvor i kroppen ville du så bo?
Er en maskine levende?

Bevægelse og leg
"Liv uden bevægelse kan være godt nok for Gule-rødder og KaalHoveder, som ikke er bedre vant" (Grundtvig 1834/1983).

Hjerneforskning viser, at kroppen er central for, hvordan vi lærer og tænker. Den indsigt har navnet 'embodied cognition', på dansk oversættes det til "kropslejret tænkning" (Schilhab, 2019). Læringen aflejres gennem kroppen. Kroppen er altid til stede lige der, hvor barnet er, og i WORFOR-bogen er kroppen med. "Læring med kroppen forrest" (Fredens, 2018).

"Ruth og Qimmeqs vejstation" - emnet er vand og skyer
Lad os tage udgangspunkt i fortællingen "Ruth og Qimmeqs vejstation" fra bogen med en introduktion til fortællingens pitstops. Fortællingen er skrevet i samarbejde med Betina Birkjær.

Forberedelse: Varm op inden fortællingen. Lyt til optagelser af en snestorm på Youtube eller Vivaldis musik: "Vinter" fra De fire Årstider (1723). Kram en isklump dagen før du som formidler går i gang med "Ruth og Qimmeqs vejstation". Pædagogen kan videre læse op på fortællingens fokuspersoner: Anders Celsius (1701-1744) og Knud Rasmussen (1879-1933).

Lad os introducere hovedpersonen Ruth. Her fra indledningen på fortællingen, som foregår i Grønland: "Ruth

er en meget høj og tynd kvinde. Hendes hår er langt og tyndt, hendes næse er lang og tynd, ja alt ved Ruth er langt og tyndt. Undtagen hendes briller. De er store med tykke glas. Som barn blev Ruth kaldt for Brille-Ruth. Ikke særlig opfindsomt ærlig talt. Ruth bor sammen med Qimmeq. Qimmeq er en grønlandsk slædehund og "Qimmeq" betyder hund på grønlandsk, og det er måske heller ikke så opfindsomt. Men det ved hunden jo ikke, så den logrer altid glad, når den hører sit navn. Nogle mennesker har kunst på væggene, men ikke Ruth. Hun har 27 fotos af skyer på væggene. Et for hver skytype der findes. Der er fjerskyer, lammeskyer, tågeskyer, regnskyer, linseskyer og blomkålsskyer og alle de andre slags skyer. Den vildeste sky er en cumulonimbus, skyernes Lamborghini. Det er det latinske ord for en stormsky. Ruth synes ordet smager af stærk lakrids og røget sild, som er to ting hun sætter stor pris på. Både hver for sig og sammen. Ruth laver hver dag vejrgymnastik, så hun er stærk nok til hvis piteraqqen (iskold vind, red.) en dag skulle gå til angreb på vejstationen..."

Fortællingen introducerer børnene for skyen cumulus og dens 'storebror' cumulonimbus. Børnene lærer et rim for, at de bedre husker skynavnene:
Flyv opad balloner,
for vi skal ha' styr på varme og kulde og cumuluskyer
Se, dér er en sky der er skummel og sort:
en cumulonimbus der blæser dig bort!

Børnene laver vejrgymnastik uden for med Ruth. Det er det magiske læringsrum, at skabe et levende link til fortællingen og i fantasien forvandle hverdagens legeplads til en grønlandsk klippegrund.

Naturen er et eksperimentarium og legerum med højt til loftet. Naturen sætter sanser, synapser og fantasien i parallelle svingninger og forstærker oplevelsen. Med kendskab til naturen og førstehåndsoplevelser derude føler børnene med tiden et ansvar for den, deri også dannelsesaspektet, som jeg indledte artiklen med.

"Fantasi er vigtigere end viden"
- Einstein.

Inde igen er det tid til de visuelle opgaver og kunst. De skal lave gavepapir til Ruths jul. Børnene lærer at tegne og genkende cumuluskyer, trykke og lave stencils. Cumulus er kuppelformede, flade i bunden med et mønster næsten som et blomkålshoved ovenover. Som inspiration præsenteres børnene for samtidskunstnere, der arbejder med vand: Jeppe Heins vandinstallationer, Fujiko Nakayes tågeskulpturer og Bernhardt Smildes skyformationer.

Fortællingen lægger op til forsøg og eksperimenter i vands tre tilstandsformer: Damp, flydende og is. Når Ruth i fortællingen



laver te i sit køkken, laver børnene forsøg om tågedannelse og om eftermiddagen sætter de en varmluftsballon i vejret sammen med Ruth. Børnene observerer, lærer, fejler, erfarer og stiller undrende spørgsmål. At lave forsøg selv er for børnene som en troldmand, der går igennem rummet. En undersøgende aktiv tilgang hjælper med at forstå sammenhænge og inddrager i højere grad børnenes egen læring. Undersøgelserne beskrevet i bogen er lige til at gå til og lægger op til, at børnene undersøger og finder svar på de undrende spørgsmål, som bogen stiller.

Filosofisk tankeleg: Se på skyerne drive afsted. Hvad forestiller de? Se på snekrystaller - er de smukke? Hvad tænker man på, når man bor et koldt sted? Hvad tænker man på, når man bor et varmt sted?

Fortællingen slutter med, at Ruth redder en gammel ven Malik ud af piteraqqen. Han er ude og fotografere snefnug. Han farer dog vild i piteraqqen og taber sit høreapparat, så han ikke kan høre Ruth, der kalder på ham. Qimmeq finder ham heldigvis. Malik og Ruth flytter sammen og huset bliver plastret til med skytyper og fotos af snefnug. Og Qimmeq bliver efterhånden en gammel hund, der mest ligger i sengen med sit sælnoglekødben.

Afsluttende

At arbejde med naturvidenskab er en proces og en rejse mod midlertidige sandheder. Man fuser og fejler, men har også uforudsigelige stunder og glimt af klarhed og kreativitet. I fortællingen "Eliza og bierne" danser børnene honningbiernes svansedans, som viser de andre bier, hvor og hvor langt væk blomsterne er. I "Knuts kanotur" tager børnene til vandet og længes ud, mens de hører om Polynesiens folk.

Det komplekse menneske

Forfatter og modtager af Nobelprisen Svetlana Aleksijevitj taler om, at man skal udvikle sine egne antenner. Indsamle data via naturvidenskab. Filosofi. Film. Arkitektur. Jo finere og større ens antenner er, jo flere relationer og signaler kan man opfange. Jo mere komplekse mennesker vi bliver - jo vigtigere bliver vi.

I kapitlet "Palæontologens tidsrejse" hører børnene måske for første gang, at fuglene er rovdinosaurernes efterkommere. Og barnet kan ikke se på kragefuglenes rokkende gang på samme måde som før. Det er dette bredbåndsformat af viden, det komplekse menneske som Aleksijevitj taler om.

Mennesket vil altid forsøge at forstå det, man ikke forstår. Alt det vi ikke kan sanse og røre, har vi svært ved at forstå helt. Den nysgerrighed gør, at vi altid vil skubbe til den midlertidige sandhed inden for naturvidenskaben og løse nye mysterier og gåder. De naturvidenskabelige fortællinger er et befordrende sted at være for børnene. Det er mit ønske, at bogen bidrager til venlige skub på synapserne, og sætter krop og hjerne i svingninger hos børnene, der læser den. Deres nysgerrighed og videre fortællinger er også vores fremtid.

OM FORFATTEREN:

WORFOR! - Forunderlige fortællinger i et legende naturvidenskabeligt univers, udgivet på Dafolo 2020. Bogen er hendes første. Siden 1993 har hun arbejdet som børnekulturaktør og har i den forbindelse lavet længerevarende projekter i Grønland. Henriette Brun er uddannet tegner og grafiker fra Kunsthåndværkerskolen i Kolding og har gennemført semestre på astronomi, palæontologi og eskimologi på Københavns Universitet. Hun har udstillet på Forårs- og Efterårsudstillingen i København og været gæstestuderende på Gerrit Rietveld Academie i Amsterdam og Hochschule für bildende Künste, Hamborg. Hun bor i Valby med sine 3 børn.

Se mere på www.henriettebrun.dk

Instagram: [@worforworkshops](https://www.instagram.com/worforworkshops) [@henriettebrunart](https://www.instagram.com/henriettebrunart)

LITTERATURLISTE:

Schilhab, T. (2019) Ny "hjerneforskning"

- Det hele handler om kroppen.

Folkeskolen.dk

Schilhab, T. (2017). Læringens DNA. Aarhus:

Aarhus Universitetsforlag.

Fredens, K. (2018). Læring med kroppen forrest. København:

Hans Reitzels Forlag.

Grundtvig, N. F. S. (1983/1834). "Statsmæssig Oplysning",

Selskabet for dansk skolehistorie. København:

Nyt Nordisk Forlag.



NatureMoves – aktive indsatser for børns aktive udeliv

Af Søren Andkjær, Astrid Ishøj og Jan Arvidsen,
Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet.

Introduktion og baggrund

Forsknings- og udviklingsprojektet NatureMoves sætter fokus på børns aktive udeliv i fritiden med en overordnet vision om at medvirke til, at børn i alderen 10-15 år kommer mere udenfor. Projektet er støttet af Nordea-fonden og Friluftsrådet, og er tilknyttet Center for Børn og Natur. Baggrunden for NatureMoves kredser om tre forhold, der har stigende forskningsmæssig interesse:

- 1) Aktivt udeliv har positiv betydning for børns trivsel og sundhed på en række måder (Chawla, 2015; Mygind et al., 2019; Tillmann, Tobin, Avison, & Gilliland, 2018).
- 2) Nyere forskning viser, at børn i dag kommer mindre ud i naturen sammenlignet med tidligere generationer (Kellert, 2002; Larson, Green, & Cordell, 2011; Louv, 2008; Paltved-Kaznelson, 2009).
- 3) De fysiske og organisatoriske rammer kan ses som en effektiv strategi til at påvirke og ændre børns adfærd i retning af et mere aktivt udeliv (Sallis et al., 2006; Schipperjijn, 2010; Troelsen, 2010).

En grundantagelse i projektet er, at udviklingen af indsatser til fremme af børns aktive udeliv har en større chance for at blive vellykket, hvis udviklingen er baseret på en omfattende viden og forståelse af børns udeliv. Projektet rummer tre faser: I *videnopbygningsfasen* er der fokus på at etablere et videngrundlag om børns motiver og vaner i relation til aktivt udeliv (Andkjær et al., 2016; Andkjær & Hadberg, 2017; Arvidsen, 2019). I *udviklingsfasen* udvikles og implementeres en række indsatser, som understøttes med viden, proces og økonomi. *Evalueringsfasen* samler op på processen og resultaterne og styrker derigennem videngrundlaget for fremtidige indsatser til fremme af børns aktive udeliv.

Friluftsområdet i Bogense

I projektet NatureMoves er der arbejdet med otte forskellige indsatser med fokus på udvikling af nye uderum eller organiserede udelivsaktiviteter, hvoraf ikke alle er implementeret inden for projektets tidsramme. Indsatsen i Bogense på Nordfyn fremstår som en interessant indsats set ud fra projektets ambition. Indsatsen har et klart fokus og er

udviklet og implementeret som planlagt inden for tidsrammen. Målet er at etablere et friluftsområde som et socialt mødested i naturen med mulighed for udfordrende aktiviteter for lokale 10-15-årige børn.

Friluftsområdet ligger ca. 1,5 km fra Bogense bycentrum og den lokale skole. Det er udviklet af arkitektfirmaet Spektrum Arkitekter i en proces, hvor børn fra to skoleklasser (begge 5. kl.) på den lokale skole har været aktivt involveret. Børnene har deltaget i ideudviklingsworkshops og har efterfølgende prioriteret forslag fra arkitekterne. Området har beholdt sit naturpræg samtidigt med, at der er skabt et socialt mødested med gode muligheder for udfordrende aktiviteter. Der er bl.a. stier, stolper til klatring, balance og leg, en svævebane og en cykelbane samt træ-tipier og et shelterområde (jf. foto).

Evaluering af indsatsen

Der er flere grunde til at have positive forventninger til at indsatsen i Bogense vil være vellykket. En spørgeskemaundersøgelse med eleverne fra 5.-8. klasse på Bogense skole viser da også, at stort set alle børn kender og har besøgt friluftsområdet. Børnene er overvejende positive i deres vurdering af friluftsområdet og mener, at det er et godt sted at være aktiv (64%) og være sammen med venner (76%). Alligevel viser det sig, at kun 9% af børnene bruger området på ugentlig basis, og 33% af børnene kommer der mindre end én gang om måneden. Området lever dermed ikke op til forventningerne om at være et centralt aktivitets- og mødested i fritiden, som inspirerer lokale børn til mere aktivt udeliv.

Igennem en række gruppeinterviews giver børnene en række forskellige forklaringer på deres begrænsede brug af friluftsområdet. Det handler først og fremmest om begrænset oplevet tilgængelighed til området:

"... [friluftsområdet] ligger lidt ude i ingenting, og sådan væk fra byen" (Pige, 5. kl.)
"det [friluftsområdet] er jo ikke den første mulighed, man tænker på. For det er jo langt væk fra alle, og så gider man ikke [tage derud]." (Dreng, 8. kl.)

Den begrænsede oplevede tilgængelighed betyder samtidig, at chancen for spontane møder med vennerne på området er lille, hvilket børnene oplever som meget demotiverende:



"Jeg kører ikke derud, for ens venner er ikke derude. Og hvorfor skulle de gå derud. For det er ikke et sted, hvor man bare lige får lyst til at gå hen." (Dreng, 5. kl.)

Det viser sig også, at aktivitetsmulighederne på området ikke har den store attraktionsværdi eller holdbarhed, idet de dels appellerer mest til de yngre børn, dels risikerer at blive kedelige i længden:

"En grund til at folk ikke kommer er, at det [friluftsområdet] bliver for gammelt. Så har man gjort alting, og så er der ikke noget sjovt mere. Så kender man det hele." (Dreng, 5. kl.)

Herudover fremhæver børnene, at området indimellem opleves som utrygt, bl.a. på grund af andre brugere (unge) og dårligt vedligehold, samtidigt med at de har andre, mere tilgængelige områder (fx ved skolen), som de allerede bruger i fritiden. Noget tyder endvidere på, at der er gjort meget lidt for at aktivere og gøre opmærksom på det nye område, og at det samtidigt mest appellerer til de børn, som allerede er aktive udenfor.

Konklusion og anbefalinger

Friluftsområdet i Bogense kan ses som en indsats, der på mange måder opfylder betingelserne for at blive vellykket, men som alligevel ikke helt lykkes med at gøre en forskel. Kendskab til og stor tilfredshed med et uderum medfører ikke nødvendigvis, at det bliver en central del af lokale børns selvorganiserede udeliv i fritiden. I kraft af den ikke helt vellykkede indsats er der god læring at hente i erfaringerne fra friluftsområdet i Bogense. Ved udvikling og planlægning af nye uderum, som har til hensigt at fremme børns aktive udeliv, anbefales det derfor at være opmærksom på følgende centrale pointer:

- Uderum kan understøtte børns aktive udeliv, når de giver mulighed for spontant og planlagt samvær med venner, samt rummer udfordrende, sanselige og engagerede aktivitetsmuligheder med mulighed for progression og variation
- Høj oplevet tilgængelighed er afgørende ved udvikling og etablering af nye uderum
- Det er nødvendigt med et godt kendskab til lokale børns aktiviteter og til lokalområdet, når man vil etablere nye uderum for børns aktive udeliv
- Børn kan med fordel inddrages i udvikling af nye uderum
- Det vil ofte være nødvendigt at aktivere et nyt uderum fx i samarbejde med skoler, institutioner og foreninger i lokalområdet samt afholdelse af events og kommunikation bl.a. på de sociale medier
- Udvikling af nye uderum kan risikere at ramme skævt, så man i højere grad aktiverer gruppen af børn, som i forvejen er mest aktive og mest udenfor

NatureMoves projektet rummer flere indsatser, som også inkluderer udvikling og afprøvning af nye organiserede fritidsaktiviteter, der har til formål at få flere børn til at være aktive i naturen.

Projektet viser overordnet, at fysiske og organisatoriske indsatser, som baserer sig på viden, har et potentiale i forhold til at fremme børns aktive udeliv. Resultaterne viser, at det er vigtigt at have både generel videnskabelig viden om børns

udeliv og mere detaljeret og specifik viden om lokale børns sociale liv og hverdag.

Denne artikel bygger dels på oplæg på konferencen Vores Natur Kalder d. 1.-2. november 2021 og dels på en længere artikel (Andkjær, Ishøj, & Arvidsen, 2022). Projektet NatureMoves afsluttes i 2022 med en samlet rapport (Arvidsen, Ishøj, & Andkjær, 2022) og en kortere publikation med de centrale pointer (Ishøj, Arvidsen, & Andkjær, 2022).

Referencer

Andkjær, S., & Hadberg, A. (2017). Sociale mødesteder i naturen. *Movements*, 2017:3, Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet. Odense.

Andkjær, S., Høyer-Kruse, J., & Arvidsen, J. (2016). Børn og unges hverdagsfriluftsliv. *Movements*, 2016:2, Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet. Odense.

Andkjær, S., Ishøj, A., & Arvidsen, J. (2022). Videnbaserede indsatser som fremmer børns aktive udeliv i fritiden – resultater fra Nature-Moves projektet. In: Stjerne Knudsen, L. (red.) *MOV:E* nr. 12, 2022. FIBL, Forsknings- og Implementeringscenter for Idræt, Bevægelse og Læring, SDU, Odense.

Arvidsen, J. (2019). Steder der bevæger. En humangeografisk udforskning af børns udendørssteder. (PhD). University of Southern Denmark, Odense.

Arvidsen, J., Ishøj, A., & Andkjær, A. (2022): Nye rammer for børns aktive udeliv. *Evaluering af indsatserne fra NatureMoves-projektet*. *Movements* 2022:1, Odense: Syddansk Universitet

Ishøj, A., Arvidsen, J., & Andkjær, S. (2022). Nye rammer for børns aktive udeliv. Kort fortalt. Odense: Syddansk Universitet

Chawla, L. (2015). Benefits of Nature Contact for Children. *Journal of Planning Literature*, 30(4), 433-452. doi:10.1177/0885412215595441

Kellert, S. R. (2002). Experiencing nature: Affective, cognitive, and evaluative development in children. In P. H. Kahn, Jr. & S. R. Kellert (Eds.), *Children and nature: Psychological, sociocultural, and evolutionary investigations* (pp. 117–151). MIT Press.

Larson, L. R., Green, G. T., & Cordell, H. K. (2011). Children's time outdoors: results and implications of the national kids survey. *Journal of Park and Recreation Administration* 29(2), 1-20.

Mygind, L., Kjeldsted, E., Hartmeyer, R., Mygind, E., Bølling, M., & Bentsen, P. (2019). Mental, physical and social health benefits of immersive nature-experience for children and adolescents: A systematic review and quality assessment of the evidence. *Health Place*, 58, 102136. doi:10.1016/j.healthplace.2019.05.014

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

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. *Annu Rev Public Health*, 27, 297-322. doi:10.1146/annurev.publhealth.27.021405.102100

Schipperijn, J. (2010): Use of urban green space. *Forest & Landscape Research* No. 45-2010. Forest & Landscape Denmark, Frederiksberg. 155 pp.

Tillmann, S., Tobin, D., Avison, W., & Gilliland, J. (2018). Mental health benefits of interactions with nature in children and teenagers: a systematic review. *J Epidemiol Community Health*, 72(10), 958-966. doi:10.1136/jech-2018-210436

Troelsen, J. (red) (2010). *Bevægende rammer - omgivelsernes betydning for fysisk aktivitet og sundhed*. Odense: Syddansk Universitetsforlag.



Foto: Søren Andkjær

Vi skal have flere børnefamilier i naturen - det første skridt skal være det nemmeste

Af Lene Traasdahl Gryning, teamleder for børn og unge i Danmarks Naturfredningsforening

Hvor naturen før i tiden i højere grad var en integreret del af den menneskelige tilværelse, er naturoplevelser i dag noget, der skal tilvælges og måske prioriteres over andre sjove alternativer. Mange børnefamilier føler, at det kræver en masse planlægning, udstyr og forberedelsestid, og så kan de fleste nok også nikke genkendende til, at det kræver mere overtalelse og overvindelse at udforske naturen fremfor fx computerspillet eller indendørs leg. Med projekt Naturfamilier arbejder Danmarks Naturfredningsforening for at gøre det nemmere for børnefamilier at vælge naturen til og få gode naturoplevelser.

Det er vigtigere end nogensinde før, at børnefamilier får en håndsrekning til at komme ud i naturen. Børnenes besøg i naturen bliver nemlig både færre og kortere for hver generation. Det viser gentagne undersøgelser, som Danmarks Naturfredningsforening har fået foretaget af Kantar Gallup om børns brug af naturen gennem generationer. Senest viste en måling i 2018, at nutidens generation af bedsteforældre kom dobbelt så meget ud i naturen, da de var børn. For dem var naturen en legeplads, og de fortæller om, hvordan de legede frit ude i naturen på egen hånd. I dag kommer hvert fjerde barn ikke ud i naturen på hverdage, og generelt er børnenes frie tid til leg og aktiviteter begrænset i forhold til de tidligere generationer.

Vi ved fra undersøgelser, at forældre i dag er mere tilbøjelige end tidligere generationer til at være beskyttende og bekymrede for, at børn kommer til skade ved at færdes i naturen på egen hånd. Ifølge forældrene selv er dette dog ikke den primære årsag til, at børn i dag kommer mindre ud i naturen. I en ny undersøgelse, som Epinion har lavet for Danmarks Naturfredningsforening, peger næsten halvdelen af forældrene på manglende tid som årsag. Herudover angiver hver fjerde, at

Selvom langt de fleste forældre rigtig gerne vil bruge naturen endnu mere, er der desværre i nogle familier stadig barrierer, der afholder dem fra at komme ud. Det kan også virke uoverskueligt, hvis skoven ikke er lige rundt om hjørnet, eller hvis man ikke lige er vant til at være i naturen. Vi kan ikke give dem flere timer i døgnet, men til gengæld kan vi forsøge at åbne familiernes øjne for, hvor meget naturen har at byde på, og samtidig give forældrene inspiration til sjove aktiviteter i det fri. Nogle har brug for det gode, inspirerende indhold eller de gode aktiviteter, som gør det nemt for dem selv at pakke turtasken og fyre op i bålet. Andre har brug for, at organisationer eller tiltag som Naturfamilier viser vejen og gør børnefamilierne hjemmевante i skov og på strand.

Naturfamilier skaber lokale familiefællesskaber

Initiativet Naturfamilier er Danmarks Naturfredningsforenings modsvar på, at børn kommer for lidt ud i naturen. Med Naturfamilier ønsker foreningen at hjælpe flere børnefamilier til at komme ud i naturen. Det skal være nemt, sjovt og socialt med fællesskabet i fokus. Her er ingen brugerbetaling,

uniform eller bestemte mødetider. I Naturfamilier inviterer og inspirerer familier hinanden lokalt til at tage på ture, når det passer ind i de moderne børnefamilier – alle kan være med, både dem med og uden naturerfaring. Samtidig forsøger Naturfamilier at skabe glæde ved og respekt for naturen og på den måde bidrage til en bæredygtig samfundsudvikling.

"Konceptet (red. Naturfamilier) er jo bare "tag ud i naturen og vær sammen med andre familier". Man behøver ikke være biolog, naturvejleder, naturpædagog – man behøver bare at kunne tænke sig at være sammen med andre. Og så kan man jo sammen med de andre finde ud

af, hvad vej vores naturfamilie-gruppe skal gå." Ambassadør, Naturfamilier Ikast-Brande

de mangler inspiration til, hvad deres familie kan lave derude, mens hver tredje forælder angiver, at deres barn hellere vil lave noget andet. Dette bakkes op i undersøgelsen af at børnene selv, for hvem skærme og fritidsaktiviteter trækker mere end naturoplevelser.

Både forældrene og børnene angiver altså, at det er mangel på tid, inspiration og konkurrencen fra skærme og andre fritidsaktiviteter, der gør det svært for familier at komme mere ud.

De største barrierer for børnefamilier for at komme mere ud er mangel på tid (47%), mangel på viden eller inspiration til, hvor og hvordan man kan bruge naturen (42%) samt at børnene hellere vil lave noget andet (31%).

Heldigvis viser undersøgelsen, at lysten til at tage i skoven, på stranden eller ud i den lokale natur er til stede. Hele 80 procent af forældrene fortæller, at de ville ønske, at deres familie opholdt sig mere i naturen.



Foto: Kim Bjørre

viden om og brug af naturen. Børn af lavtuddannede kommer mindre ud i naturen og kender færre af de almindelige arter. Og selv om forældrene ønsker at få deres børn mere ud, oplever de lavtuddannede børnefamilier større barrierer ved at komme ud i naturen end resten af familierne, viser undersøgelsen.

Det er derfor endnu vigtigere at fjerne de eksisterende barrierer, der er for at komme i naturen, og med inspiration og støtte til børnefamilierne gøre det første skridt til det nemmeste.

Naturen har brug for børnene

At lære naturen at kende er en vigtig del af børns opvækst. Vi ved fra undersøgelser, at det at færdes i naturen både udvikler børns kompetencer og har betydning for deres trivsel. Vi står samtidig som samfund i nogle store globale udfordringer med både naturens tilbagegang og klimakrisen. Det, at børn bliver introduceret til naturen og lærer at holde af den, har også en betydning for, at de som voksne vil hjælpe med at passe på den.

Danmarks Naturfredningsforening ønsker at bringe børn og deres familier tættere på naturen og bidrage til, at flere børn som en helt naturlig del af deres opvækst får mulighed for at lære naturen at kende og blive begejstret af den. Familien er derfor et godt sted at begynde, da det er i de helt tidlige år, at forældre og bedsteforældre har størst indflydelse på valg af aktiviteter i fritiden, og om børnene kommer i berøring med naturen eller ej. Den nye Epinion-undersøgelse viser også, at interessen for naturen er størst hos de yngste børn, mens den for de større børns vedkommende må vige for blandt andet digitale medier og fritidsinteresser.

Tid tilbragt i naturen gavner børnefamilierne

Naturoplevelser kommer ikke kun barnet til gode, men også hele familiens indbyrdes relationer og trivsel. Det tyder forskningen på. I en international kortlægning af naturbaserede indsatser for familier med fokus på indsatsernes sundhedsfremmende virkninger udarbejdet af Steno Diabetes Center Copenhagen,

"Sundhedsfremme for projektet Naturfamilier", rapporterede de fleste af de inkluderede studier om både mentalt og socialt sundhedsudbytte blandt én eller flere af deltagerne - øget velvære eller livskvalitet samt positiv udvikling i familierelationer, herunder reduktion af konflikter. Derudover

undersøger Steno Diabetes Center Copenhagen sundhedsfremme i et andet studie, med udgangspunkt i de familier, der deltager i Naturfamilier, om der er en sammenhæng mellem trivslen i familierne og den tid, som familierne tilbringer sammen i naturen. Resultatet afventes.

Erfaringer og samtaler med nogle af de lokale ambassadører - lokale tovholdere i den lokale naturfamilie-gruppe, viser, at ambassadørerne generelt giver udtryk for, at tid tilbragt sammen i naturen er gavnligt for dem selv og deres familier, fordi de oplever et lavere konfliktniveau og får tid til fordybelse, nærvær og samvær i egen familie. De peger desuden på, at der gennem Naturfamilier skabes forskellige typer af fællesskaber med

andre familier, som både bygger på de fælles oplevelser, men også på fælles værdier.

"Vores familie er sammen på en helt anden måde, når vi er ude i naturen sammen. Der er højere til loftet, børnene leger bedre sammen med hinanden, og vi voksne glemmer alt om vasketøjdet derhjemme." Ambassadør, Naturfamilier Roskilde

Danmarks Naturfredningsforening har et ønske om gøre rejsen fra idé til handling nemmere og sjovere for alle børn og deres familier – uanset baggrund. Naturfamilier er et skridt på vejen.

Naturfamilier er et projekt hos Danmarks Naturfredningsforening i samarbejde med Steno Diabetes Center Copenhagen og finansieret af Nordea-fonden.



Ekskursioner

Tirsdag formiddag den 2. november var der arrangeret ekskursioner i området omkring Vingsted og Vejle Ådal. Her blev deltagerne introduceret til forskellige vinkler på arbejdet med børn og unge, natur og friluftsliv.

Deltagerne kunne vælge mellem syv forskellige ture.



Foto: Mads Fields Christensen

Ekskursion A

- Kajakøen og Økolarie

- Samarbejde mellem foreninger og kommune, samt formidling til skole og familier

Vi tager til kajakøen ved Vejle Fjord, som er Danmarks eneste flydende kajakklub og et centralt mødested ved fjorden. Her hører vi om, hvordan projektet med at skabe øen er forløbet og hvad øen bliver brugt til i dag. Herefter tager vi til Økolariet – Vejle Kommunes natur- og sciencecenter, som hvert år har mere end 80.000 besøgende. Her vil vi høre om formidling til både skoler og familier, samt besøge deres udstillinger.

Ekskursion B

- Science og grønt flag i børneinstitution, samt faciliteter til udeundervisning og familiens naturoplevelser hos lokal virksomhed

Vi besøger Kollerup Børnehave, som i mange år har haft Friluftsrådets Grønne Spirer-flag og arbejdet med natur i institutionen. Børnehaven har også gode erfaringer med at arbejde med science, som de vil dele med os.

Herefter vil vi mærke stigningerne i benene på et lille stykke af Grejsdalstien, som er en af Vejle Kommunes mest populære vandreruter. Vi hører om erfaringer med etablering af en lang vandresti på privat jord og andre friluftsfaciliteter, samt undervisningsforløbet der er udviklet til ruten. Stien fører bl.a. forbi udeundervisningshytten, Dragehulen, ved Brandbjerg Højskole. Her vil vi høre om højskolens erfaringer med udeundervisning, samarbejde med lokalsamfund og kurser i bæredygtighed, natur og friluftsliv.

Ekskursion C

- Mental og fysisk sundhedsfremme – ude i naturen

Vi besøger Store Grundet Sundhedsskov – en bynær skov, der er beliggende nord for Vejle Sygehus. I skoven vil vi høre om brug af naturen til mental sundhedsfremme og behandling. Vi får fortalt om, hvordan offentlige institutioner og frivillige organisationer samarbejder om udvikling af skoven til en sundhedsskov.

Herefter går turen til Sønderskoven, en anden af Vejles bynære skove, hvor vi hører om og kan prøve nogle af de aktiviteter i skoven, som sundhedspersonale bruger i deres arbejde med sundhedsfremme.

Ekskursion D

- Praktisk naturpleje på skoleskemaet og besøg et NatureMoves-projekt og andre populære friluftsfaciliteter

Vi tager til Ulvedalen. Et bynært naturområde, hvor Kirkebakkeskolen har forpligtiget sig til at pleje naturen gennem de næste 20 år. Projektet bliver drevet og udført af eleverne med støtte og viden fra undervisere, Verdens Skove og Vejle Kommunes Teknik & Miljøforvaltning.

Herefter besøger vi Vejle Idrætshøjskole, som fortæller om deres erfaringer med natur og udeaktiviteter for unge. I forbindelse med disse aktiviteter har højskolen et tæt samarbejde med Vejle Kommune om faciliteter til både skolens elever og byens borgere. Bl.a. er de i samarbejde med NatureMoves ved at lave et friluftsbassin, som vi hører om.

Ekskursion E

- Gåtur til Vingsteds stærke aktører – til lands, til vands og tilbage i historien

Vi tager en gåtur rundt i området og besøger de spændende aktører, der er naboer til VingstedCenteret. Danmarks Sportsfiskerforbund fortæller om deres aktiviteter for børn og unge. Jernaldermiljøet i Vingsted, fortæller om erfaringer med levendegørelse af livet i jernalderen. DGI tager os med ind i deres univers af projekter for børn og unge.

Ekskursion F

- Vejle Kommunes skovhytter og udelivsfaciliteter

Vejle Kommune ejer et større naturområde i Vejle Ådal ved den gamle herregård Haraldskær, kun få kilometer vest for Vejle by. Her har Kommunen etableret en lang række faciliteter, der understøtter både friluftsliv og naturoplevelser, både for den almindelige borger og for skoler og institutioner, der gerne vil bruge det enestående naturområde til deres fritidsaktiviteter eller undervisning.

Vi skal besøge Kærhuset ved Haraldskær, som er en af kommunens skovhytter, hvor vi hører om, hvordan lærer bruger stedet i undervisningssammenhænge. Herefter går vi en tur i herrergårdsskabet sammen med den lokale naturvejleder. Vi besøger Tildes Hytte, som er et uderum etableret i samarbejde mellem Skibet Børnhus og Skibet Menighedsråd. Vi går et kort stykke på Kyst til Kyst stien og slutter af med Bålhytte og shelters ved Kvæk Mølle.

Ekskursion G

- Naturrum Kirstinelyst samler mennesker og faciliteter i naturen

Vi besøger Naturrum Kirstinelyst på kanten af den fredede Randbøl Hede. Kirstinelyst er et pilotprojekt under konceptet "Naturrum" i Danmark og blev indviet i 2013.

Naturrummet er et ubemandet friluftsliv- og formidlingscenter, hvor et kludetæppe af faciliteter, aktiviteter og frivillige holder uhensigtsmæssig adfærd på afstand. Der bliver fortalt om tanker og intentioner bag opbygning af naturrummet, og hvordan forskellige frivillige brugergrupper understøtter aktivitet og mangfoldighed på stedet. Herunder opbygningen af en venneforening, et socialøkonomisk skovhjælperprojekt, og et frivilligt projekt omkring rytterfaciliteter.

Undervejs tager vi en mindre gåtur ud på heden, hvor vi snakker metoder og mål for hedeformidlingen.



Foto: Helle Helster



Foto: Mads Fjeldsø Christensen



Foto: Mads Fjeldsø Christensen



Foto: Mads Fjeldsø Christensen

Om friluftskonference® og pædagogisk friluftsliv

Af Jakob Haahr

Friluftskonferencen i Vingsted handlede om "Børn og unge, natur og friluftsliv i en bæredygtig verden". At temaet er interessant og vigtigt vidner alene deltagerantallet om. 400 mennesker satte hinanden stævne til Danmarks største friluftskonference nogensinde. Imponerende!

Natur og friluftsliv skal spille en væsentlig rolle i børns opvækst. Sådan lød et hovedmål for konferencen. Hvordan gik det? Er vi på rette vej?

Nu ændres verden ikke med en enkelt konference. Naturvejledere, pædagoger, lærer, politikere, forskere, kommuner, foreninger, organisationer, lodsejere, naturstyrelsen, forvaltere og mange andre arbejder allerede på mange fronter derude.

Opgaven er svær, for mobiltelefoner og computere suger de unge til skærmene. Urbanisering, landskabsforandringer og institutionsliv betyder, at det der før var normalt hverdagsliv i naturen, nu ikke længere er en selvfølgelighed.

Med årets konference er det lykkedes at samle forskere, pædagoger, friluftsv vejledere, naturvejledere, kommuner, universiteter og andre videregående uddannelser og store organisationer. Blandt meget andet har der været fokus på familiefiriluftsliv, skolen i naturen, aktivt udeliv, shelterfriluftsliv og betydning af børns nære relationer til naturen. Og vi har set gode eksempler på (pædagogisk) praksis, som vi kan inddrage i vores arbejde.

Friluftskonferencen er for alvor blevet det mødested vi drømte om at etablere, da SDU i samarbejde med Dansk Friluftsliv afholdt den første friluftskonference på Sletten i 2011. Dengang skrev vi: "Pædagogen, læreren, landskabsforvalteren, lodsejeren, politiker, organisationen og foreningen - anskuer begrebet friluftsliv forskelligt, ligesom de også arbejder med muligheder og begrænsninger for friluftsliv fra forskellige vinkler. Intentionen med konferencen er at skabe et fagligt mødested mellem disse forskellige fag og interessegrupper. Målet er at opnå forståelse for hinandens problemstillinger, dele forskningsbaseret viden og skabe rum for konstruktiv erfaringsudveksling."

Dengang blev der sået frø. I 2016 på turfriluftskonferencen, som Aarhus Universitet stod for, spirede frøet og turfriluftslivet kom på dagsorden. I 2018 overtog Københavns Universitet stafetten – og kommunerne kom for alvor med. Grænser er på 10 år brudt ned, og forskellige fagfelte, institutioner og organisationer er for alvor

begyndt at tale og handle sammen. At SDU, Friluftsrådet, Naturvejlederforeningen, Vejle kommune, Dansk Friluftsliv og Center for Børn og Natur er gået sammen om at afholde konferencen er bare et af mange eksempler på tværfagligt samarbejde.

Vi har fået en konference, der både tilgodeser de enkelte faggruppers behov for fagfordybelse og fællesskabets behov for at tage fælles temaer op. Der er etableret en platform og sat en agenda, som bør udnyttes fremover. Friluftsvisioner skal udleves og politikkerne skal med.

Og det pædagogiske friluftsliv?

Smag på ordet friluftsliv. Jeg tror vi skal tage ordet alvorligt. Friluftsliv = Liv i det fri. Og det er frit liv. Friluftsliv er noget man skal lære. Når man først har lært at tænde bål, bygget og boet i en bivuak, vandret med en rygsæk, lært at omdanne træ til en bue og fanget og planket en fisk, så opdager man at naturen er verdens bedste legeplads.

Hvordan lærer vi børn og unge at udøve friluftsliv?

I Danmark er pædagogisk friluftsliv mange ting. Betegnelsen bliver brugt om både udeskole, naturvejledning, outdoor og flerdages ture på højskoler. Men der gemmer sig forskellige værdier og oplevelser til forskellige genrer. Derfor er det vigtigt, at vi nuancerer friluftssproget og sætter tydelige og klare mål.

Et vigtigt fremtidigt satsningsområde er turfriluftsliv. Turfriluftslivet spiller en meget væsentlig rolle i det pædagogiske friluftsliv. Det danner ramme om natur- og kulturoplevelser, fællesskaber, læring og ansvar. I naturens rum er vi væk fra hverdagens mylder, verden sættes ofte i perspektiv og vi reflekterer over eget liv.

Og når vi først har lært at tage på tur, så gør vi det gerne i vores fritid og vi tager børnene med. Vi kan lære noget af nordmændene og svenskerne om at udøve turfriluftsliv. Og vi skal lære for alvor at glædes over kulturlandskabet, når vi er på tur. Men turfriluftslivet kræver plads. Og derfor er det så vigtigt, at vi arbejder sammen, og vi arbejder politisk, så vi kan få etableret flere levesteder for både dyr og mennesker derude.

Og ellers? Friluftsliv er så vigtigt, at det skal ind på alle niveauer i uddannelsessystemet.

Måske er det *pædagogisk friluftsliv*, vi skal have på dagsorden på næste konference?



Beskriv konferencen med et ord Fantastisk, God, Stemningsfyldt
Inspirerende, Netværksskabende, Inspiration, Fin, Networking, In
teressant, Spændende, Bekræftende, Inspirerende, Komprimeret
Teoretisk, Fik forfald, Relationsdannelse, Stor, Netværk, Inspire
rende, Praksisnær, Inspirerende, Vigtigt tema, Netværksskabende
Velkendt, Interessant, Presset, Super, Fremragende, Super inspir
erende og velorganiseret, Eneste minus Nikolaj kirk, Super inspire
rende, Lærerig, Motiverende, Indholdsrig, Bekræftende, Intens, In
spirerende, Bred, Aktuel, Vedkommende, Hektisk, Overvældende
Berigende, Inspirerende, Tankevækkende, Fætter-kusine-inspira
tions-erfaringsudveksling, Spændende, Sprudlende, Spændende
Inspirerende, Inspirerende, Naturbegejstring, Skøn, Mangelfuld
Fantastisk, Vidensformidlende, Inspirerende, Vigtig, Relevant!, Kom
pleks, Oplevelser, Bred, Spændende, Nuanceret, Super, Udbytter
ig, Hyggelig, Inspirerende, Inspirerende, Inspirerende, Inspireren
de, Spændende, Ok, Veltilrettelagt, Lærerig, Bekræftende, Rodet
Hyggelig, Indsigtgivende, Inspirerende, Inspiration, God, Fantas
tisk, Lærende, Inspirerende, Overblik, Oplæg, Tætpakket, Rele
vant!, Relevant, Berigende, Oplysende, Inputrig, Topstyret, Beri
gende. Motiverende. Interessant. Naturveiledertøj. Inspirerende



Foto: Henriette Brun

Bliv medlem

Som medlem af Dansk Friluftsliv kommer du i kontakt med et stort netværk af vejledere og formidlere indenfor dansk natur og friluftsliv. Derudover modtager du to-tre gange årligt foreningens blad, Dansk Friluftsliv.

Du er naturligvis også velkommen til foreningens årsmøde og seminarer.

Du bliver medlem af foreningen ved at sende en mail til **mail@danskfriluftsliv.dk** med følgende oplysninger:

- Email-adresse
- Dit navn
- Din institution (hvis du skal have et institutionsmedlemsskab)
- Postadresse
- Telefonnummer

Kontingent

Almindeligt medlemsskab: 450 kr. årligt
Institutionsmedlemsskab: 900 kr. årligt
Ved institutionsmedlemskab får man tilsendt 2 blade af hver udgivelse.

ISSN
0909-0614

Dansk Friluftsliv - forum for
natur- og friluftsliv

