

91

NINA Temahefte

Bli med ut og lek!

Hva skjedde under
koronaperioden?

Line Camilla Wold
Vegard Gundersen
Odd Inge Vistad



Norsk institutt for naturforskning

Wold, L.C., Gundersen, V. & Vistad, O.I. 2024. Bli med ut og lek! Hva skjedde under koronaperioden?

NINA Temahefte 91

Norsk institutt for naturforskning

Sted: Lillehammer, 8. januar 2024

ISSN: 2535-6526

ISBN: 978-82-426-5160-0

RETTIGHETSHAVER

© Norsk institutt for naturforskning

Publikasjonen kan siteres fritt med kildeangivelse

KVALITETSSIKRET AV

Oddgeir Andersen, NINA

ANSVARLIG SIGNATUR

Kristin Evensen Mathiesen, NINA

OPPDRAKSGIVER(E)/BIDRAGSYTER(E)

Paul Waaler, Friluftsrådernes Landsforbund

GRAFISK FORMGIVING

Eva Setsaas, NINA

KONTAKTOPPLYSNINGER

Norsk institutt for naturforskning (NINA)

Postadresse: Postboks 5685 Torgarden, 7485 Trondheim

Telefon 73 80 14 00

<http://www.nina.no>

Etter at heftet gikk i trykken ble det oppdaget to små feil i overskriftene på figur 13 og 17. Disse er justert i elektronisk versjon.

Bli med ut og lek!

Hva skjedde under koronaperioden?

Line Camilla Wold, Vegard Gundersen, Odd Inge Vistad





Innhold

1 Bakgrunn for studien	5
2 Barn og unges naturbruk i fritiden	6
Endringer i barns (6-12 år) naturbruk siste 10 år.....	6
Helgeaktiviteter for barn (6-12 år).....	8
Hva gjør ungdom (13-19 år) utendørs i fritiden?.....	10
3 Pandemien førte til store endringer i fritidsbruk	12
Pandemiens effekter på fritidstilbud og fritidsaktiviteter.....	12
Barns naturbruk har delvis normalisert seg etter pandemien	17
Hva gjør barnet i stedet for å være ute i naturen?	20
4 Foreldre er sterkt motivert for barn og ungdoms naturbruk	22
5 Naturen er en viktig arena for familien	28
6 Større barrierer for naturbruk i 2023 enn 2013	30
7 Hovedfunn nasjonale undersøkelser på barn og ungdoms naturbruk	33
8 Hvordan skal man få tilbake lek i nærmiljøet?	35
9 Referanser	36



1 Bakgrunn for studien

Det er etter hvert tallrike studier som har vist at grøntområder og natur er ettertraktet i befolkningen, og at disse fungerte som en form for grønne tilfluktsrom under koronapandemien (Venter mfl. 2020). Studier har også vist at den økte bruken av slike arealer har vedvart selv i perioder med lav smitte i befolkningen (Venter mfl. 2021). Imidlertid omhandler disse studiene i all hovedsak den voksne befolkningen. Å være ute i naturen blir ofte ansett som en viktig del av den norske oppveksten. Nordmenns selvbilde er blant annet at vi er født med ski på beina og sover utendørs, i vogna når vi er spedbarn. De fleste norske barn og unge driver med friluftsliv og mange norske barn har god tilgang til grønne områder i nærmiljøet der de bor (Gundersen mfl. 2016). Men mange studier viser at det er en langsiktig negativ trend i barns utelek, og spesielt gjelder dette den frie leken uten voksne til stede (Skår mfl. 2016a). Samtidig viser studier at tilrettelagte områder i nærmiljøet blir mer brukt enn natur, og barns naturkontakt foregår stadig større grad i barnehage, skole, SFO og i ulike organiserte former (Wold mfl. 2020).

Koronapandemien førte med seg stor inngripen i barn og unges hverdag. Vi har studert effektene koronapandemien har hatt på barns naturbruk, gjennom to nasjonale spørreundersøkelser med foreldre til barn og unge i alderen 6-19 år. Den første undersøkelsen ble gjennomført under koronapandemien i januar 2021 (1005 foreldre deltok, Wold mfl. 2022; Broch mfl. 2022), den andre i etterkant av pandemien i mai 2023 (1456 foreldre deltok). Begge undersøkelsene er finansiert av Friluftsrådenes Landsforbund med støtte fra Miljødirektoratet. Vi har spurt foreldrene om barn og unges

aktiviteter i fritiden og bruken av nærområder generelt, og om naturbruk under og etter koronapandemien spesielt.

I dette heftet oppsummerer vi hovedresultater på barn og unges naturbruk fra disse to undersøkelsene. For å trekke opp et litt lenger tidsperspektiv viser vi også resultatene fra en undersøkelse som ble gjennomført av NINA i 2013 (finansiert av Norges Forskningsråd) og som er presentert i et tilsvarende temahefte (Skår mfl. 2014). Den undersøkelsen handler kun om barn (6-12 år). Vi sammenligner data fra 2023 med tilsvarende data fra 2013. Vi viser til vitenskapelige publikasjoner (Skår et al., 2016a,b,c, Gundersen mfl. 2016), samt temahefte og rapport (Broch mfl. 2022; Wold mfl. 2022) for nærmere beskrivelse av metodikk og resultater.

Vi har i temaheftet viet en del plass til hvilken betydning koronapandemien hadde og har hatt. Hovedfokuset vårt er barn og unges naturbruk og naturopplevelse, og vi har forsøkt å speile disse aktivitetene mot alt det andre barn og unge gjør i fritiden. Til sist ser vi nærmere på eventuelle etter-effekter for barn og unge.

Spørreundersøkelser handler om tall og det er mange figurer i temaheftet. Vi har lagt vekt på en forenklet tekst som viser og kommenterer tallene uten å gå i detalj.

Vi takker alle foreldre som tok seg tid til å svare på undersøkelsen. Takk også til TNS Gallup i 2013, som har skiftet navn til Kantar for innsamling av data i 2021 og 2023. Eva Setsaas har hatt stått for layout av temaheftet.

Vegard Gundersen, prosjektleder

2 Barn og unges naturbruk i fritiden

Endringer i barns (6-12 år) naturbruk siste 10 år

Andelen som gjør ulike nærmiljøaktiviteter ukentlig eller oftere har sunket fra 2013 til 2023 (Figur 1). Tilsvarende visere dataene at andelene som gjør nærmiljøaktivitetene sjelden og innimellom har økt i perioden. Dette gjelder for alle de åtte aktivitetene det ble spurt om.

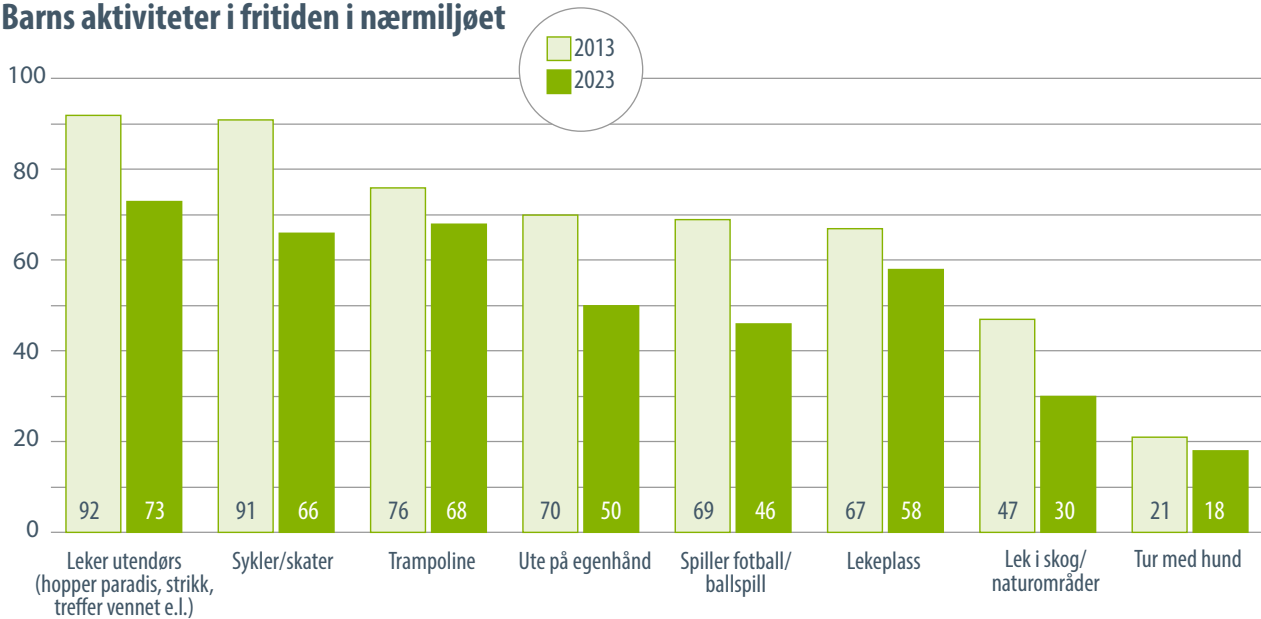
Til tross for at alle aktivitetene er i nedgang, er det fremdeles en stor andel – 3 av 4 – som leker utendørs ofte, og omtrent halvparten av barna er ukentlig ute på egenhånd uten at foreldrene helt sikkert vet hva de gjør. Forskning har vist at å leke utendørs, spesielt uten voksen innblanding, gir viktige og gode erfaringer for barn.

I dag, som for ti år siden, ser vi at barn og unge oftere driver med aktivitetspregede sysler som sykling, ballspill og trampoline enn lek/opphold i skog og mark. Foruten å gå tur med hund, er lek i natur- og skogområder den sommeraktiviteten som færrest barn driver med ofte. I 2013 var det 24 % som sjeldnere enn månedlig lekte/oppholdt seg i naturområder, i 2023 hadde denne andelen steget til 39 %. Disse dataene understøtter en negativ langtidstrend for barns utelek i naturområder som er påvist i andre studier.

Halvparten av foreldrene oppgir at barns naturkontakt er et tema som interesserer dem en god del eller mye.

87 % tror barnet har lyst til å leke fritt utendørs i nærmiljøet (data 2013)

Barns aktiviteter i fritiden i nærmiljøet



Figur 1 Prosentandel av 6-12åringar som driver med ulike aktiviteter i fritiden i nærmiljøet ukentlig eller oftere.

I 2013 så vi noen tendenser til at gutter og jenter gjorde litt ulike ting i nærmiljøet. I 2023 er disse tendensene fortsatt gjeldende. Gutter driver oftere med sykling/skating og fotball/balls spill, mens jenter oftere leker utendørs, benytter lekeplass, hopper på trampoline og går tur med hund.

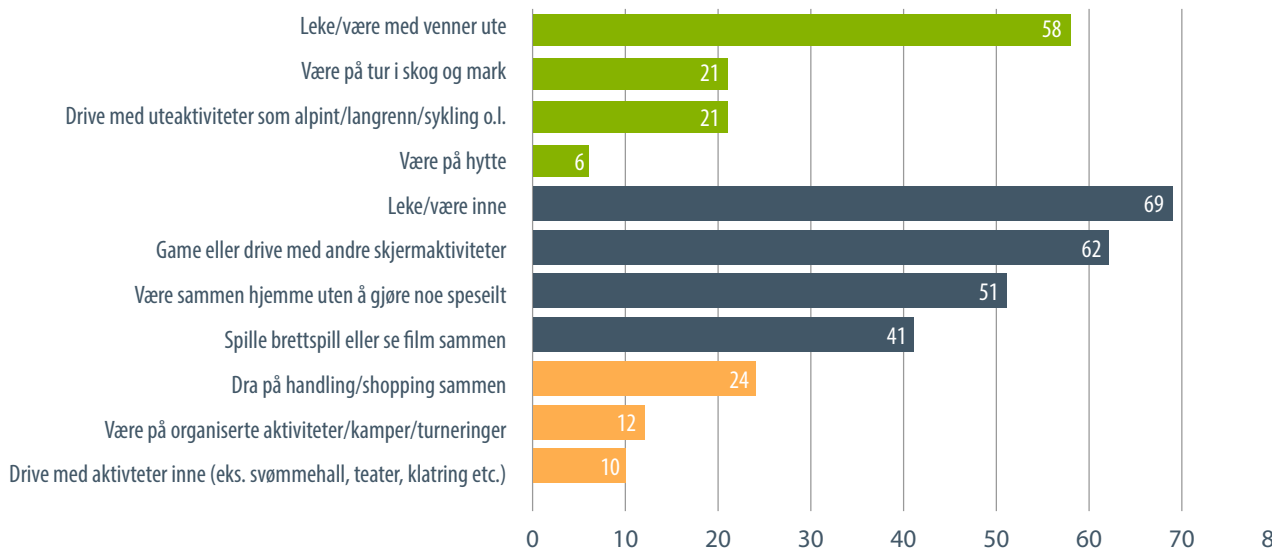
Selv om det generelt er en nedgang i naturbruken, viser resultatene fra 2023 at det er liten forskjell mellom gutter og jenter. For 10 år siden var guttene litt oftere i naturområder enn jentene, men dette har jevnet seg ut.

Helgeaktiviteter for barn (6-12 år)

Vi har spurt foreldre hva barnet/ungdommen og familiene gjør i helgene, og hvor ofte de gjør det. Vi listet opp 11 ulike helgeaktiviteter, inkludert tre utendørsaktiviteter (figur 2). Resultatene viser at inneaktiviteter som å leke eller andre ting som å game/drive med skjermaktiviteter er det mange som gjør nesten hver helg. Rundt halvparten er hjemme sammen uten å gjøre noe spesielt. Det er interessant å se at foreldrene rapporterer at mange barn er ofte ute og leker med venner.

Men dette skjer som vist over hovedsakelig i tilrettelagte områder i nærmiljøet. Å være på tur i skog og mark er noe de fleste barn driver med mer sporadisk i helgene. Det samme gjelder uteaktiviteter som alpint, langrenn, sykling o.l. Vi kan dermed konkludere med at inneaktiviteter er det som flest barn gjør i helgene, men at lek utendørs med venner også gjøres av mange nesten hver helg.

Helgeaktiviteter barn



Figur 2 Prosentandel av barn (6-12 år) som gjør aktivitetene "nesten hver helg" (data fra 2023). De grønne søylene er utendørs aktiviteter i naturomgivelser, de blå innendørs, og de orange er andre aktiviteter utendørs.

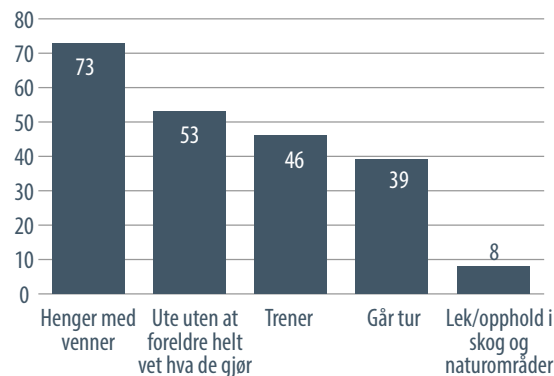




Hva gjør ungdom (13-19 år) utendørs i fritiden?

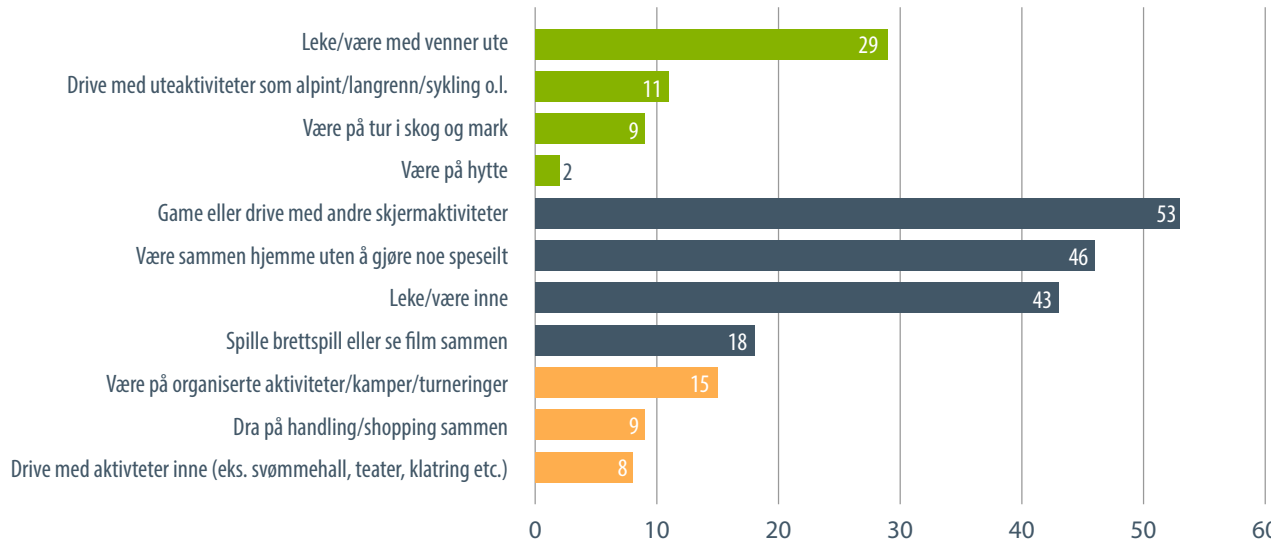
Vi har spurt foreldre til ungdom hvilke aktiviteter de gjør ute i nærmiljøet om sommeren, og hvor ofte de gjør det (Figur 3). Sammenlignet med barna, driver ungdom mindre hyppig med de fleste utendørsaktiviteter. Det vanligste ungdom driver med i nærmiljøet er å henge med venner, være ute uten at foreldre helt vet hva de gjør, eller å trene. I alt 40 % går tur ukentlig eller oftere, mens kun 8 % oppholder seg i skog- og naturområder ukentlig. Også blant ungdom spiller gutter oftere fotball og skater/sykler og jenter går oftere tur med hund. Dataene viser at jenter går oftere tur enn det guttene gjør.

Ungdomsaktiviteter i fritiden i nærmiljøet



Figur 3. Prosentandel av 13-19 åringer som driver med et ulike aktiviteter i fritiden i nærmiljøet ukentlig eller oftere (de fire «største» aktivitetene sammenlignet med opphold i skog/naturområder) 2023.

Helgeaktiviteter ungdom



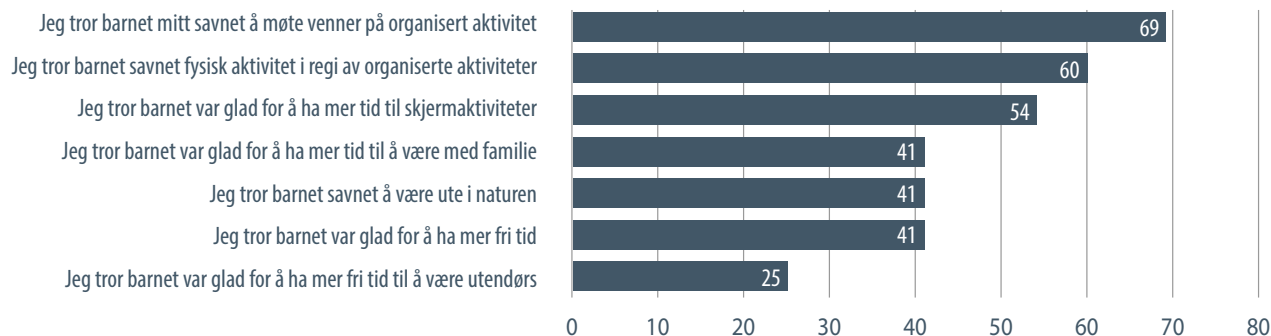
Figur 4 Prosentandel av ungdom (13-19 år) som gjør aktivitetene "nesten hver helg" 2023 ÅRSTALL. De grønne søylene er utendørs aktiviteter i naturomgivelse, de blå innendørs, og de orange er andre aktiviteter utendørs.

Litt over halvparten av ungdommen gamer eller driver med skjermaktiviteter nesten hver helg, og litt i underkant av halvparten er hjemme med familien uten å gjøre noe spesielt (Figur 4). Ungdommen er i mindre grad utendørs i helgene enn det barna er; 29 % er ute med venner. Andre aktiviteter blir gjort sporadisk i helgene.

3 Pandemien førte til store endringer i fritidsbruk

Pandemiens effekter på fritidstilbud og fritidsaktiviteter

Foreldres vurdering av barnets opplevelser når fritidstilbud var stengt i begynnelsen av pandemien



Figur 5. Viser fordelingen for de som var enig i påstandene under nedstengningen (prosentandel, data fra 2021).

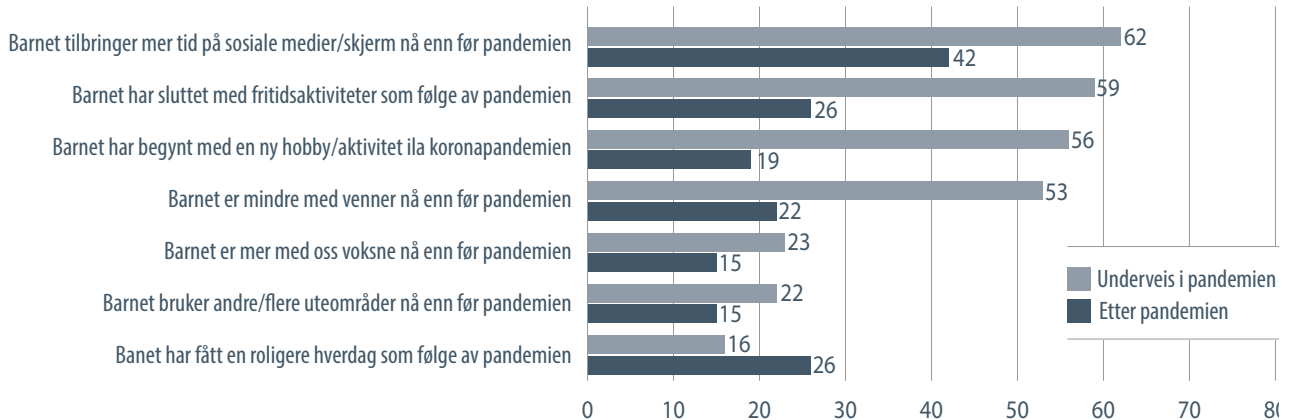
Foreldrene ble spurt om hvordan de trodde barnet/ungdommen opplevde at fritidstilbudene ble stengt under pandemien (Figur 5). Nedstengningen hadde store konsekvenser for barnas fritidsbruk, spesielt fordi organiserte aktiviteter er en så stor del av barns hverdag i dag. Hele 69 % var enig i påstanden om at barnet savnet å møte venner på organiserte

aktiviteter og 60 % at de savnet den fysiske aktiviteten. I alt 41 % var enig i at barnet savnet å være ute i naturen, mens over halvparten trodde barnet var glad for å få mer tid til skjermaktiviteter.





Endringer i fritidsaktiviteter



Figur 6. Endringer underveis (10 måneder inn i pandemi) sammenlignet med før koronapandemien. Barn og unge 6-19 år. Tall i prosent fra 2021 og 2023.

Vi undersøkte om foreldrene hadde lagt merke til endringer i barnets fritidsbruk sammenlignet med før pandemien (Figur 6). Spørsmålet ble stilt både i 2021 og 2023, og på en slik måte at foreldrene måtte sammenligne situasjonen da spørsmålet ble stilt med den situasjonen de mener det var før pandemien. Pandemien medførte store restriksjoner og endringer i barn og unges hverdag og fritid. Hele 62 % barn/unge tilbrakte mer tid på sosiale medier/skjerm enn de hadde gjort tidligere. I alt 59 % oppga at de var mindre med venner og over halvparten tilbrakte mer tid med foreldrene sine under pandemien enn vanlig. Mindre tid med venner og mer tid på skjerm/sosiale medier gjaldt spesielt ungdom (13-19 år). Litt over halvparten oppga at barn/unge hadde fått en roligere hverdag. Selv om noen hadde sluttet med fritidsaktiviteter i løpet av pandemien,

var ikke det tilfelle for de fleste. Men få startet med nye aktiviteter/hobbyer under pandemien.

I etterkant av pandemien ser vi at det er langt færre som rapporterer om de samme endringene. For mange ser hverdagen ut til å være mer normalisert igjen etter pandemien og andelen som er mer på skjerm og mindre med venner har sunket en god del sammenlignet med under pandemien.

Vi ser samtidig at noen av endringene under pandemien likevel kan være varige for ganske mange barn og unge. Over 40 % tilbringer fremdeles mer tid på sosiale medier/skjerm og fortsatt er en av fire barn/unge mindre med venner nå enn de var før pandemien.





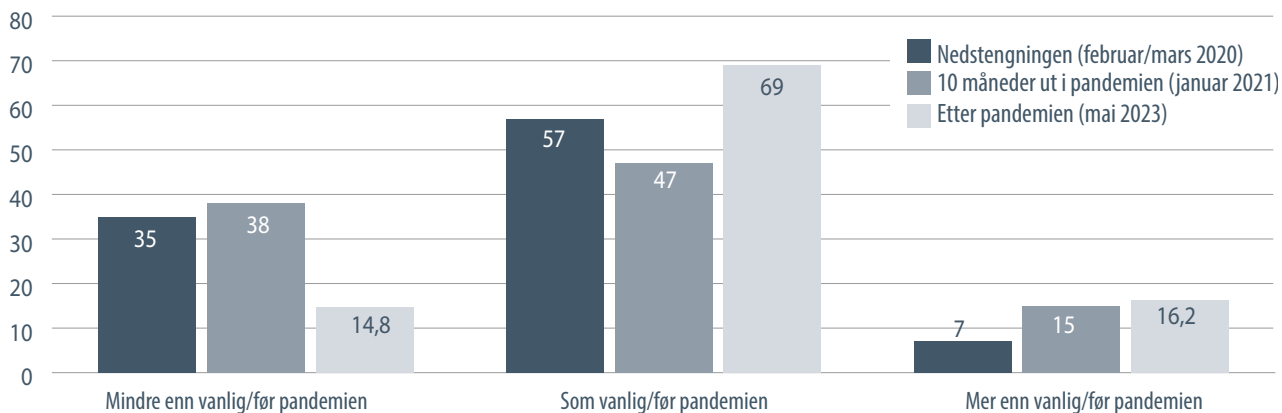
Foto: Vegard Gundersen

Barns naturbruk har delvis normalisert seg etter pandemien

Vi har spurt foreldre om barna/ungdommens bruk av nærmiljø og natur under nedstengningen, underveis og i etterkant av koronapandemien. For mange barn og unge var opphold og lek utendørs i nabolaget og i naturen uendret, både under nedstengningen og utover i pandemien. Men for en del barn var det annerledes og samlet sett medførte pandemien store endringer på barns lek og opphold ute i nabolaget (Figur 7). Sammenlignet med tiden før pandemien var det hele 35 % av barna/ungdommen som lekte mindre ute under nedstengningen. 10 måneder ut i pandemien hadde andelen økt til 38 %. En tilsvarende trend var det for lek/opphold i naturområder (Figur 8), der 24 % gjorde dette mindre enn vanlig under nedstengningen og 10 måneder ut i pandemien hadde andelen som lekte mindre ute steget til 28 %. Men det er viktig å være klar over at det var noen årskull som var særlig sårbar under pandemien, spesielt gjelder dette de som var i alderen 6-9 år. Det er grunn til å tro at denne aldersgruppen kan ha mistet noen grunnleggende muligheter og ferdigheter for å leke ute i den perioden det var restriksjoner.

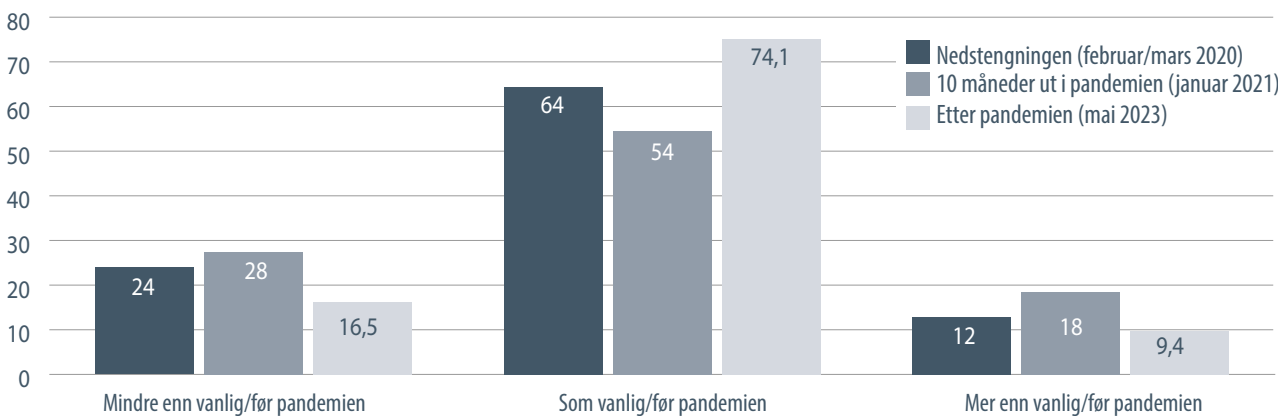
En av tre foreldre er uenige i at alt er som før pandemien

Barnet leker/oppholder seg utendørs i nabolaget



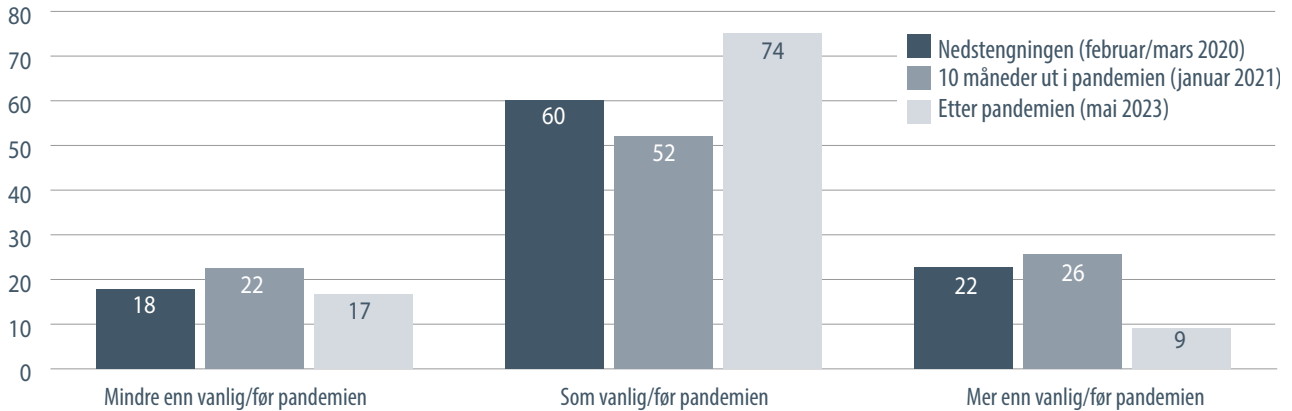
Figur 7. Andelen barn som er utendørs, i to faser av pandemien og så etter pandemien. Tall i %.

Barnet leker/oppholder seg i naturområder



Figur 8. Andelen barn som bruker naturområder, i to faser av pandemien og så etter pandemien. Tall i %.

Vi som familie tilbringer tid utendørs i naturområder



Figur 9. Hvordan familiene bruker naturområder, i to faser av pandemien og så etter pandemien. Tall i %.

Det var også noen barn/unge som var mer ute under nedstengningen og senere i pandemien, både i nabolaget og i naturområder. (Figur 7, 8 og 9.) Andelene var imidlertid små, sammenlignet med andelene som var mindre ute. Samlet sett betyr dette at pandemien førte til at barn/unge lekte/oppholdt seg mindre i nabolag og naturområder enn normalt.

Foreldrene ble også spurt om familien tilbrakte tid utendørs i naturområder (Figur 9). Her var andelene som gjorde dette mindre enn vanlig og mer enn vanlig relativt jevnstore. Pandemien førte altså til at mange familier tilbrakte tid i naturen på en annen måte, men samlet sett var det ikke mer eller mindre naturbruk.

Vi fant at det var positive sammenhenger mellom alle disse tre kategorier av utendørs aktiviteter: de barna som tilbringer mer tid utendørs i nabolaget tilbringer også mer tid i naturområder og med familien i naturområder. Disse sammenhengene ble påvist både i den innledende nedstengningen og 10 måneder ut i pandemien i januar 2021.

I etterkant av pandemien er situasjonen normalisert for mange (lysegrå søyler i figurene). Hele 70 % av barna/ungdommen tilbringer tid utendørs i nabolaget på samme nivå som før pandemien. Enda flere – 75 % - leker eller oppholder seg i naturområder slik de gjorde før pandemien. Det samme gjelder familiene. Det ser uansett ut til at den langsiktige negative trenden med at barn/unge leker mindre i naturområder fortsetter.

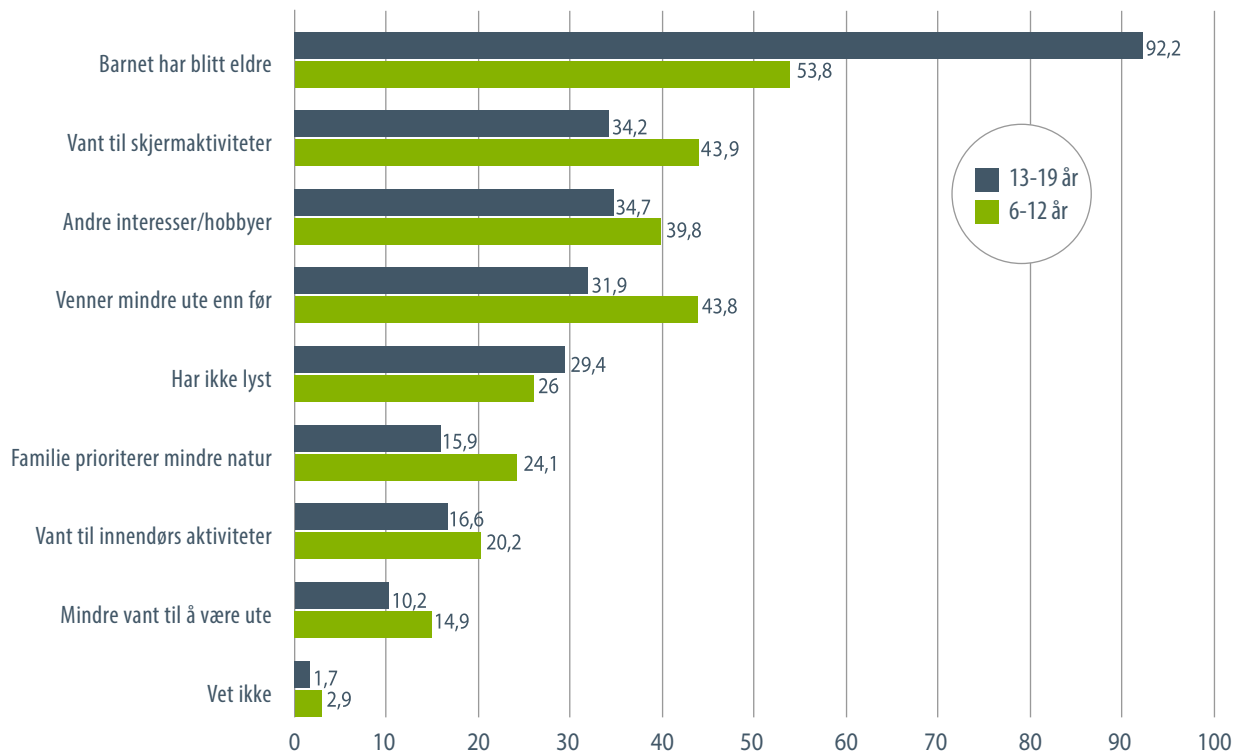
Vi har undersøkt om det er noen kjennetegn ved de som bruker naturen annerledes (både mindre og mer) enn før pandemien. Alder og barnets lyst til å leke utendørs i nærmiljøet (vurdert av foreldrene) er to faktorer som påvirker. Det er flere av de yngste (6-9 år) og de som i større grad selv ønsker å leke utendørs som nå er mer ute i natur enn før pandemien. De yngste ungdommene (13-16 år) fremstår klart som den gruppen som bruker naturområder mindre enn før pandemien.

Hva gjør barnet i stedet for å være ute i naturen?

De fleste foreldre mener at når barnet blir eldre så er det en viktig årsak til at de er mindre i naturen – spesielt er det mange av foreldrene til de som nå er ungdom (over 12 år) som oppgir dette (Figur 10). At barnet er blitt vant til

skjermaktiviteter, at de har fått andre interesser og at venner er mindre ute nå enn før, er også viktige årsaker. De sistnevnte årsakene blir oftest oppgitt av foreldre til barn i alderen 6-12 år.

Årsaker til at barnet oppholder seg mindre i naturområder



Figur 10. Hva foreldrene ser som årsaker til at deres barn/unge ikke bruker natur. Tall i %.



Foto: Vecteezy.com

4 Foreldre er sterkt motivert for barn og ungdoms naturbruk

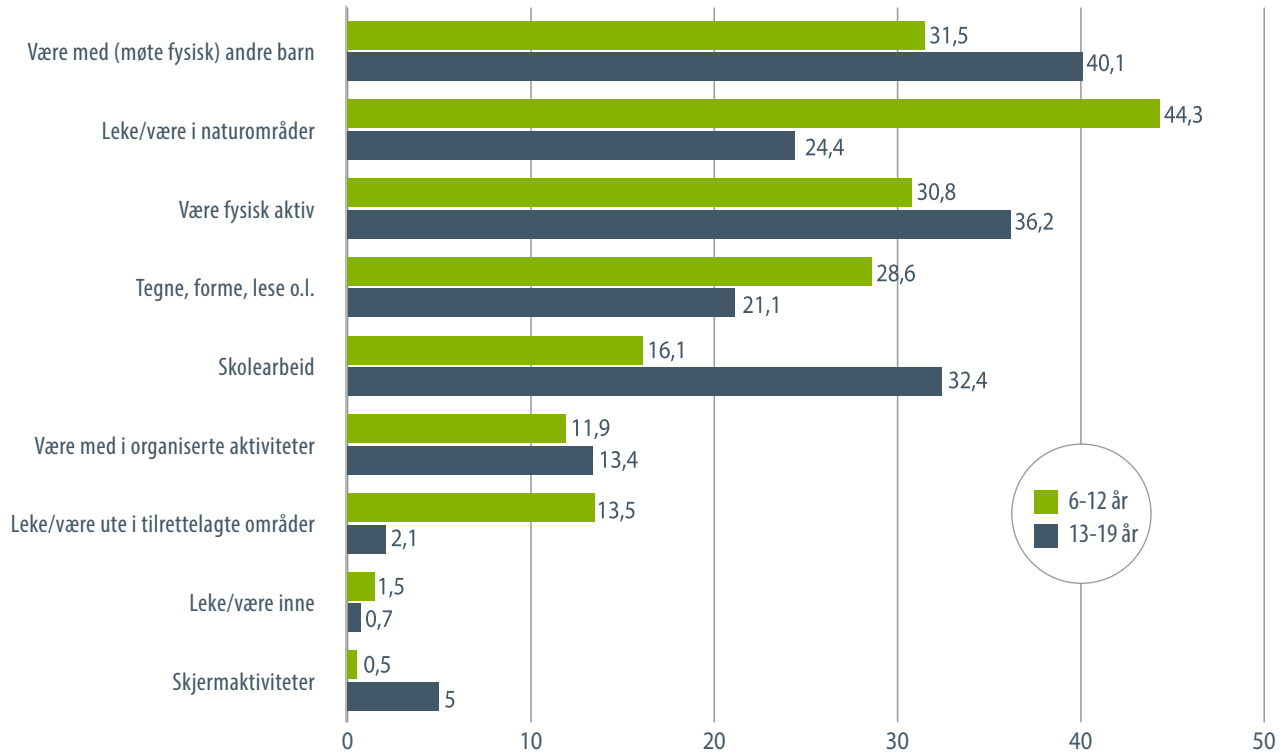
Med bakgrunn i både korttidstrender som følge av pandemien og en langtids nedgang i barns naturbruk, er det interessant å kartlegge motivasjonen foreldrene har for å stimulere til/la barna være ute. For å sette dette inn i en større sammenheng og prioritering av barn og ungdoms gjøremål i fritiden, har vi sammenlignet barns naturbruk og naturopplevelse med

andre fritidsaktiviteter. Vi gjorde dette med tre ulike innganger. Først spurte vi hva foreldrene skulle ønske barna gjorde mer av (Figur 12), dernest ba vi foreldrene vurdere hvilke forhold som er viktigst for barna (Figur 13), og til slutt «presset» vi foreldrene til å velge de tre viktigste (Figur 14).



Foto: Vegard Gundersen

Er det noe du skulle ønske ditt barn gjorde mer av på fritiden?



Figur 12. Er det noe du skulle ønske ditt barn gjorde mer av på fritiden? (Det kunne velges inntil 4 aktiviteter). Tall i %.

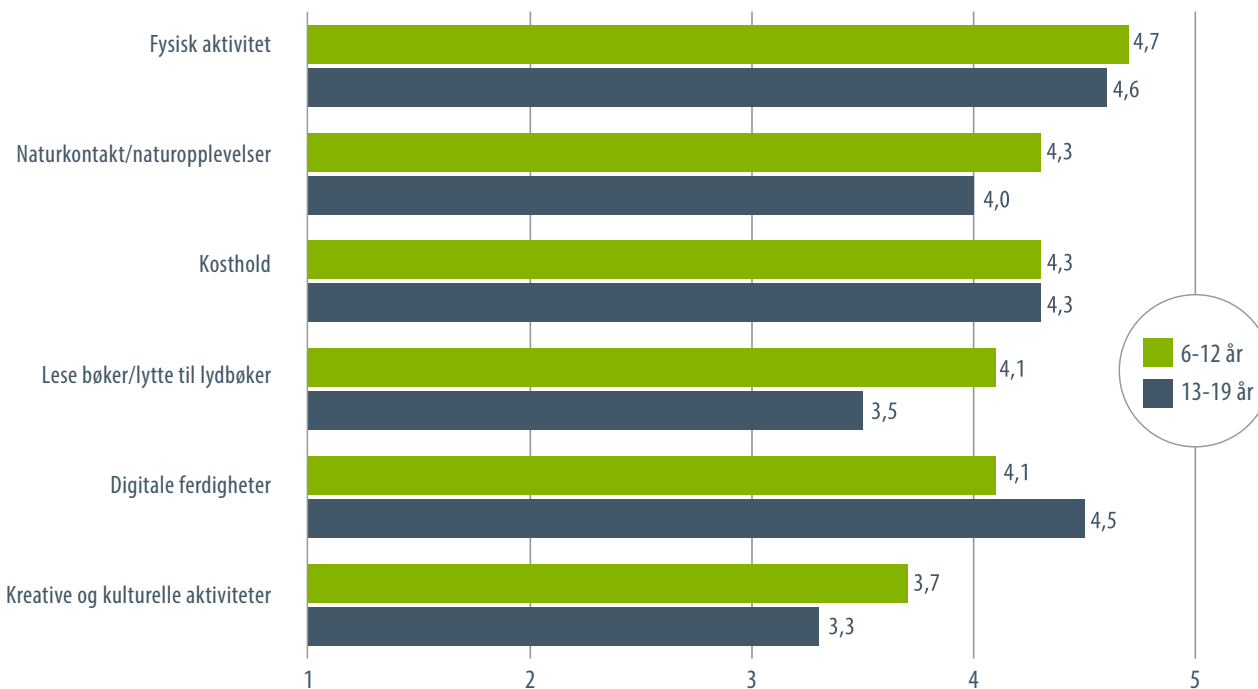
Resultatene viser at foreldrene hadde ønsket at barna lekte eller var mer i naturområder, og spesielt gjaldt dette de yngste barna (Figur 12). Foreldrene hadde også et sterkt ønske om at barna var mer sammen med andre barn, og her gjaldt dette spesielt ungdommen. Fysisk aktivitet er også sterkt ønsket blant foreldrene. Vi ser også at foreldrene ikke hadde spesielt ønske om at barna skulle være mer på

skjermaktiviteter, være mer inne eller leke i tilrettelagte områder. Det er med andre ord stor motivasjon blant foreldrene for at barn og ungdom burde bruke naturen mer, og dette må ses i sammenheng at de gjør dette relativt sjelden. Det handler nok også om foreldrenes egen referanseramme, der det tidligere (i deres egen barndom) var vanligere å leke og være ute i nærmiljøet.

Når det gjelder hva som er viktigst for barna, var alle de opp-listede forholdene viktige med gjennomsnitt over 3 (Figur 13). Foreldrene mente fysisk aktivitet var viktigst og dernest er det ganske likt mellom naturkontakt/naturopplevelser, kosthold og digitale ferdigheter. Det var ganske likt mellom barn og ungdom for fysisk aktivitet og kosthold, mens for

naturkontakt ble dette vurdert å være noe viktigere for barn og digitale ferdigheter noe viktigere for ungdom. I denne sammenheng er det viktig å legge merke til at foreldrene mener naturkontakt/naturopplevelse er blant det aller viktigste barn og ungdom kan gjøre i fritiden.

Hvor viktig foreldre synes ulike forhold er for sitt barn



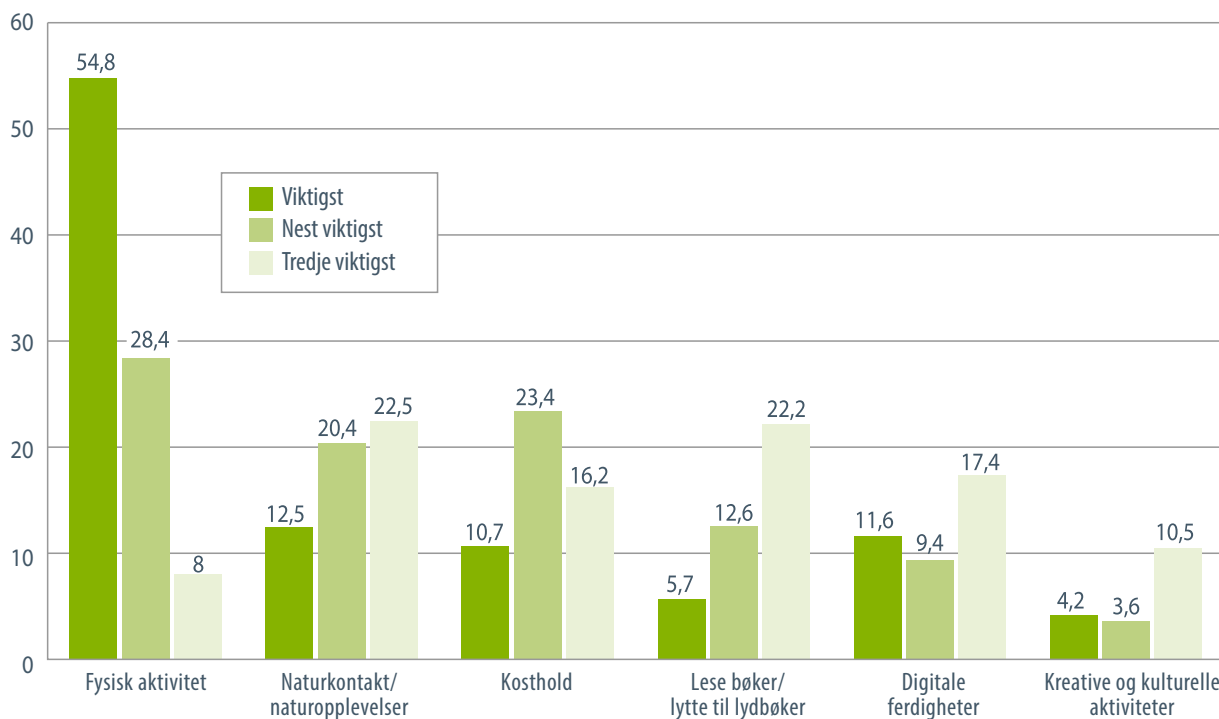
Figur 13. Hva foreldrene mener er viktig for deres barn (6-19 år)



Siden foreldrene har en tendens til å vurdere alt som viktig for sine barn, slik vi ser tendens til i figur 13, så «presset» vi foreldrene ytterligere med å be de velge de tre viktigste (Figur 14). Dette vil si at de måtte rangere de tre viktigste og velge bort tre. Her ser vi en enda sterkere tendens til foreldrene vurderer at fysisk aktivitet er viktigst for barn (6-12

år), og flest hadde fysisk aktivitet som førstevalg. Interessant her er at naturkontakt/naturopplevelse vurderes å være nest viktigst etter fysisk aktivitet. Vi kan dermed med stor styrke konkludere med at foreldrene vurderer naturkontakt/naturopplevelse som svært viktig for deres barn og ungdom.

Hvor viktig foreldre synes ulike forhold er for sitt barn

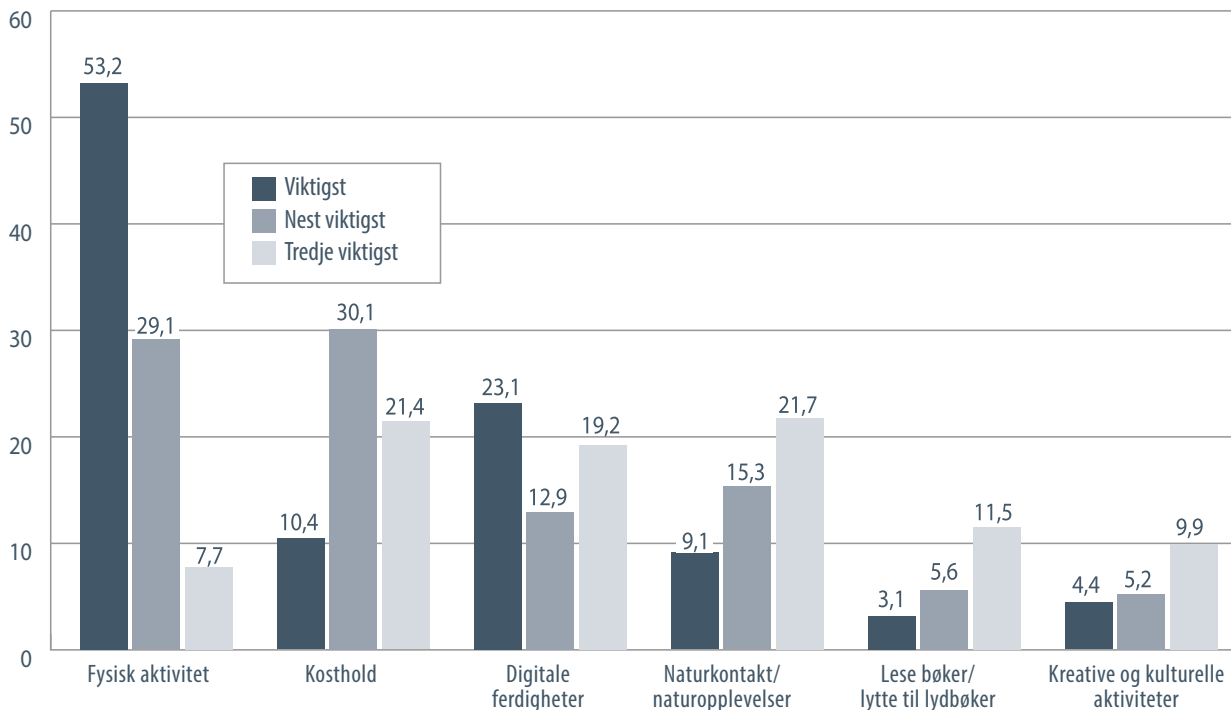


Figur 14. Hva foreldrene rangerer som de tre viktigste aktivitetene/forholdene for deres barn (6-12 år). Tall i %. Prosentandelene summeres ikke til 100% siden foreldrene kun skulle velge tre alternativer.

Når det gjelder ungdom er bildet annerledes, og naturkontakt/naturopplevelse er rangert på fjerdeplass. Fysisk aktivitet kommer også her ut som viktigst, etterfulgt av kosthold

og digitale ferdigheter. Kreative og kulturelle aktiviteter er rangert sist, både når det gjelder barn og ungdom.

Hvor viktige foreldre syns ulike forhold er for sin ungdom



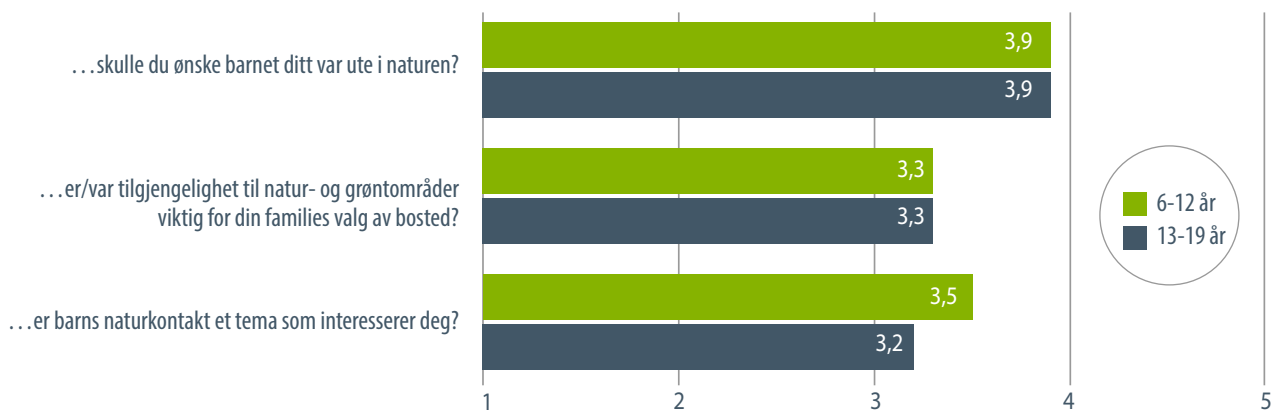
Figur 15. Ungdom (13-19 år) Her ble foreldrene bedt om rangere de tre viktigste aktivitetene de mente var viktig for deres ungdom. Tall i %. Prosentandel summeres til 100% for hver av de tre kategoriene: viktigst, nest viktigst, tredje viktigst.

5 Naturen er en viktig arena for familien

Vi stilte tre spørsmål som utdyper motivasjonen for barn/unges naturbruk (Figur 16). Alle spørsmålene får relativt høye middelerverdi og det er ganske like verdier for foreldre som har barn og som har ungdom. Spesielt er det mange foreldre

som gjerne skulle ønske at de var mye mer ute i naturen. Temaet naturbruk interesserer mange, og natur er for mange foreldre viktig ved valg av bosted.

I hvilken grad...

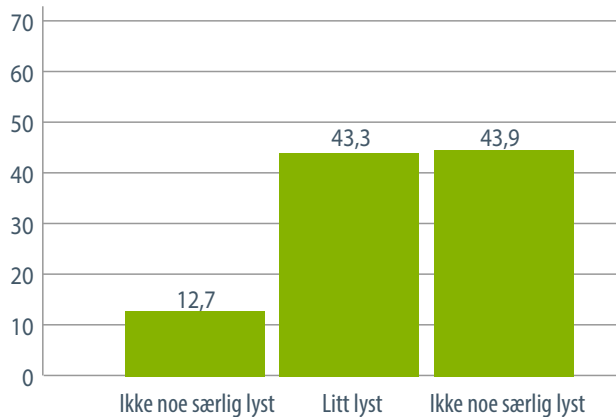


Figur 16. Viser middelerverdi (skala 1-5, der 5 er viktigst) fra tre spørsmål som omhandler foreldres motivasjon (viktighet og omfang) for egne barn og ungdoms naturbruk.

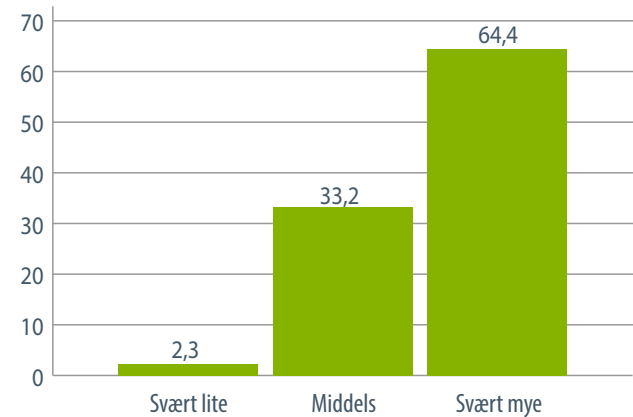
For barn stilte vi to tilleggsspørsmål som handler om lek ute, og for hele 64 % av foreldrene betydde det svært mye at barna er ute og leker fritt i nærmiljøet (figur 17). Her kan «fritt» tolkes som at barna leker ustrukturert og uten altfor mye innblanding fra foreldre. Men på spørsmålet til

foreldrene om at de tror barna har lyst, er fordelingen dreid mot at de har mindre lyst. Foreldrene mener med andre ord at barnas motivasjon eller preferanser har mye å si for om barnet leker ute eller ikke.

Hvor stor lyst tror foreldre barnet (6-12 år) selv har lyst til å leke fritt utendørs i nærmiljøet?



Hvor mye betyr det for foreldre at barnet (6-12 år) er ute og leker fritt i nærmiljøet?



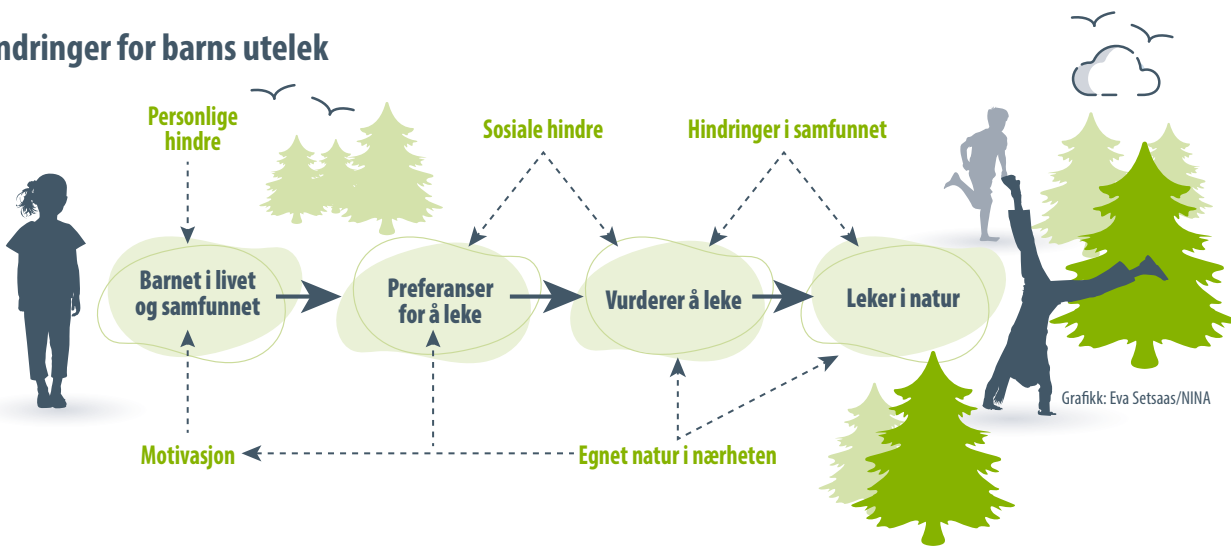
Figur 17. Viser fordelingen på to spørsmål som går på ønsket om/lysten til å leke ute. Tall i %.

6 Større barrierer for naturbruk i 2023 enn 2013

Foreldre opplevde større barrierer for barns (6-12 år) naturbruk i 2023 enn i 2013. Det var signifikante forskjeller for 17 av de 19 påstandene om barrierer for naturbruk. Dette understreker at foreldrene synes det er vanskeligere å få til naturbruk i 2023 enn for ti år siden. Dette kan tolkes som en langtidstrend som i første rekke er knyttet til tidsklemma på grunn av fritidsaktiviteter og skolearbeid. I tillegg er trafikksituasjonen et viktig hinder for barnas bruk av nærmiljøet. Samtidig viser det seg at barna har større

preferanser for å være inne, og da er skjermaktiviteter et viktig gjøremål. Vi ser at innelek og skjermaktiviteter forsterket seg under koronaperioden, og dette har vedvart til å bli de største barrierene for utelek også i tiden etterpå. Det som hindrer barnet i mer naturbruk er komplekst, og som figuren viser sammensatt av mange faktorer. Det er med andre ord vanskelig å peke på det viktigste hinderet, men det er måten vi lever våre liv i samfunnet som har gitt denne situasjonen.

Hindringer for barns utelek





Avstand natur

Foreldre dårlig tid

Organiserte aktiviteter

Ikke tilrettelagt barn

Sosialt nettverk til voksne

Skjermaktiviteter

Heller inne

Tidsklemma

Utrygt ute
Ikke lyst

Mangler venner

Dårlig motorikk

Skolearbeid

Utstyr

Kostnader

Trafikk

Skoleprestasjoner

Inneaktiviteter



7 Hovedfunn nasjonale undersøkelser på barn og ungdoms naturbruk

- Foreldreundersøkelsen fra 2013, 2021 og 2023 viser at barns bruk og aktiviteter i nærmiljøet fortsetter å synke. Dette gjelder alle aktiviteter.
- Lek i skog og natur skjer sporadisk og har blitt sjeldnere for barn (6-12 år), selv om foreldrene vurderer at det er god tilgang i nærmiljøet. Lek i skog og natur skjer sporadisk i barn/unges fritid. Bruk av trampoline, sykling/skating og lek utendørs er de vanligste sommeraktivitetene.
- Aktiviteter innendørs tar størst plass i helgene til barn, men mange foreldre oppgir også at deres barn er ute med venner.
- Ungdom gjør desidert mest aktiviteter innendørs i helgene.
- Undersøkelsen viser ikke tydelige forskjeller i aktivitetsmønstrene mellom kjønnene, men at gutter og jenter likevel gjør litt forskjellige ting i nærmiljøet.
- Pandemien medførte gjennomgripende endringer i barn og unges fritidsbruk, og barna tilbragte mer tid på skjerm og var mindre sammen med venner. Samtidig fikk de en roligere hverdag, og var mer sammen med familien.
- Tiden etter pandemien har barn/unges utendørs aktiviteter delvis normalisert seg, og mange har tatt opp aktivitetsnivået som var før pandemien. Likevel observerer vi at den negative trenden med mindre opphold og lek i naturområder har forsterket seg ytterligere.
- Foreldrene oppgir at skjermaktiviteter er noe barn/unge gjør mye av, og dette gjelder spesielt for ungdom.
- Foreldrene er sterkt motivert for barn/unges naturbruk, og de prioriterer dette høyt sammenlignet med andre fritidsaktiviteter. Foreldrene mener barn/unge er mindre motivert for naturbruk.
- Barn/unges naturbruk er et tema som interesser foreldrene stort, og mange skulle ønske de var mer ute i naturen.
- Foreldre rapporterer om større barrierer for barns naturbruk for 17 av 19 påstander i 2023 sammenlignet med 2013, og dette tolkes som at det vanskeligere å få til naturbruk i dag.
- De viktigste opplevde hindrene for barnas bruk av natur- og grøntområder er i første rekke knyttet til tidsklemme på grunn fritidsaktiviteter og skolearbeid. I tillegg er trafikksituasjonen et viktig hinder for barnas bruk av nærmiljøet.
- Inneaktiviteter med skjermbruk tar i økende grad plass i barnas liv, og utgjør et viktig hinder for å være ute i nærmiljøet.



8 Hvordan skal man få tilbake lek i nærmiljøet?

Vi har i denne studien vist at barns utelek langt på veg har normalisert seg etter krisen under korona, og det er gode nyheter tatt i betraktning barns helse og livskvalitet. Likevel viser undersøkelsen at det er grunn til bekymringen for utviklingen over et lengre tidsperspektiv. Langtidstrenden 10 år tilbake og enda lengre enn det, fortsetter å vise en negativ trend på barns naturbruk. Dette er stadfestet gjennom flere av de målte faktorene; barns aktivitetsnivå i nærmiljøet, barns prioriteringer av fritidsbruk og ikke minst barrierer for naturbruk. Det er med andre ord den samlede situasjonen for barn i dagens samfunn som er årsaken til denne nedgangen. Kort og godt hvordan vi lever våre liv.

Det er vel ingen som vil hevde at det er barna sin skyld at de ikke er mer ute og leker? Nei, det handler først og fremst om det sosiale, om hvordan vi organiserer samfunnet. Det er med andre ord ikke plass til lek i hverdagen. Noen ganger mangler det gode naturområder for lek i nærmiljøet. Og selv om det er både gode og nære naturområder, som er velegna for lek, så hjelper dette lite hvis barnet ikke har lyst. Eller at det ikke er andre venner der ute. Mangel på motivasjon er egentlig ikke et hinder; man kan ikke hindre noen som ikke har lyst. Så det grunnleggende må være at barna og foreldrene har/får lyst. Trolig kan det hjelpe på om barnehager og barneskoler (inkl. SFO) bruker naturlige nærrområder i sitt pedagogiske opplegg. Mer frilek for de yngste er jo etterspurt. Mange

kommuner har en tett samordning mellom skoledrift og kulturskolen. Kanskje bør kommunene også etablere et nærmere samarbeid mellom skolen og lokale friluftsansjoner? Dette griper rett inn i pågående debatt i det offentlige om mer variert og praktisk skolehverdag, og der også bruken av nettbrett i skolen er et viktig element. Det er et mønster i tiden at barnas inngang til naturen i stadig mindre grad skjer vha. foreldrene, men derimot av frivillige og pedagogers innsats. Likevel ser vi i vår undersøkelse at foreldrene ikke er likegyldige, de har både motivasjon og lyst til å få barna mer ut å leke, men de mener barna ikke har lyst. Og det er her barnas preferanser for skjerm og inneaktiviteter slår inn, og dette gjelder spesielt de unge.

Det er også viktig å peke på viktigheten av de frivillige organisasjonene sitt arbeid med uteaktiviteter for barn, og som skjer i samspill med foreldre som ønsker mer av dette for barna. Et viktig tiltak og bidrag vil derfor være å styrke dette arbeidet i de frivillige organisasjonene.

Meningen med denne fremstillingen er å vise at å endre barns naturbruk er svært vanskelig og kompleks. Det handler om hvordan vi lever våre liv, og skape en situasjon i hverdag og helg der det normale blir at barna leker ute og at inneaktiviteter med skjerm blir det unormale. Hvem skal greie å få til det?

9 Referanser

Broch, T. B., Gundersen, V., Vistad, O. I., Selvaag, S. K. & Wold, L. C. 2022. Barn og natur – Organiserte møteplasser for samvær og naturglede. Temahefte 87. Norsk institutt for naturforskning

Gundersen, V., Skår, M., O'Brien, L., Wold, L.C., Follo, G. 2016. Children and nearby nature: A nationwide parental survey from Norway. *Urban Forestry and Urban Greening* 17: 116–125.

Skår, M., Gundersen, V., Bischoff, A., Follo, G., Pareliussen, I., Stordahl, G. & Tordsson, B. 2014. Barn og natur. Nasjonal spørreundersøkelse om barn og natur. - Temahefte 54. 21 s.

Skår, M., Follo, G., Gundersen, V., Ingebrigtsen, K., Stordal, G., Tordsson, B. & L.C. Wold. 2016. Barns lek i natur – i spennet mellom selvtutfoldelse til kontroll. *BARN* 2: 39-56.

Skår, M., Gundersen, V. & O'Brien, L., 2016. How to engage children with nature: Why not just let them play? *Children's Geographies* 14(5): 527-540.

Skår, M., Wold, L.C., Gundersen, V. & O'Brien, L. 2016. Why do children not play in nearby nature? Results from a Norwegian survey. *Journal of Adventure Education & Outdoor Learning* 16(3): 239-255.

Venter, Z. S., Barton, D., Gundersen, V., Figari, H. & M. Nowell. 2020. Urban nature in a time of crisis: recreational use of green space increases during the COVID-19 outbreak in Oslo, Norway. *Environmental Research Letters*.

Venter, Z. S., Barton, D., Gundersen, V., Figari, H. & M. Nowell. 2021. Back to nature: Norwegians sustain increased recreational use of urban green space months after the COVID-19 outbreak. *Landscape and Urban Planning*.

Wold, L. C., M. Skår & V. Gundersen. (2016). «Innendørs blir fantasien innestengt»: Om nærnaturens betydninger i barns hverdagsliv. *Tidsskriftet Utmark* nr 1-2016. (Fagfelleverdert)

Wold, L. C., Skår, M. & Øian, H. (2020). Barn og unges friluftsliv. NINA Rapport 1801. Norsk institutt for naturforskning.

Wold, L.C., Broch, T.B., Vistad, O.I., Selvaag, S.K., Gundersen, V. & H. Øian. 2022. Barn og unges organiserte friluftsliv. Hva fremmer gode opplevelser og varig deltagelse? NINA Rapport 2084. Norsk institutt for naturforskning

Wold, L. C., M. Skår & V. Gundersen. (2016). «Innendørs blir fantasien innestengt»: Om nærnaturens betydninger i barns hverdagsliv. *Tidsskriftet Utmark* nr 1-2016. (Fagfelleverdert)

NINAs publikasjoner

NINA Rapport

Dette er NINAs ordinære rapportering til oppdragsgiver etter gjennomført forsknings-, overvåkings- eller utredningsarbeid. I tillegg vil serien favne mye av instituttets øvrige rapportering, for eksempel fra seminarer og konferanser, resultater av eget forsknings- og utredningsarbeid og litteraturstudier. NINA Rapport kan også utgis på engelsk, som NINA Report.

NINA Temahefte

Heftene utarbeides etter behov og serien favner svært vidt; fra systematiske bestemmelsesnøkler til informasjon om viktige problemstillinger i samfunnet. Heftene har vanligvis en populærvitenskapelig form med vekt på illustrasjoner. NINA Temahefte kan også utgis på engelsk, som NINA Special Report.

NINA Fakta

Faktaarkene har som mål å gjøre NINAs forskningsresultater raskt og enkelt tilgjengelig for et større publikum. Faktaarkene gir en kort framstilling av noen av våre viktigste forskningstema.

Annen publisering

I tillegg til rapporteringen i NINAs egne serier publiserer instituttets ansatte en stor del av sine forskningsresultater i internasjonale vitenskapelige journaler og i populærfaglige bøker og tidsskrifter.



91

NINA Temahefte

ISSN 2535-6526
ISBN: 978-82-426-5160-0

Foto: Vegard Gundelsen

Norsk institutt for naturforskning

NINA Hovedkontor
Postadresse: Postboks 5685 Torgarden, NO-7485 Trondheim
Telefon: 73 80 14 00
E-post: firmapost@nina.no
www.nina.no
Organisasjonsnummer 9500 37 687



Samarbeid og kunnskap for framtidens miljøløsninger