

Friluftsliv som støttende faktor i barns relasjoner

En kvalitativ litteraturstudie

Hvordan kan friluftsliv i barnehagen styrke barns relasjoner?

Guro Arnhildsdatter Talgøy

Kandidatnummer: 47

Bacheloroppgave

BNBAC3900

Trondheim, april, 2023

Bacheloroppgaven er et selvstendig studentarbeid gjennomført ved Dronning Mauds Minne Høgskole for Barnehagelærerutdanning og er godkjent som en del av barnehagelærerutdanningen. Under utarbeidelse av oppgaven har studenten fått veiledning ved DMMH.



DronningMaudsMinne
HØGSKOLE FOR BARNEHAGELÆRERUTDANNING

Innholdsfortegnelse

1.0 INNLEDNING	2
1.1 PERSONLIG BEGRUNNELSE AV TEMA	2
1.2 SAMFUNNMESSIG BAKGRUNN FOR VALG AV TEMA	2
1.3 OPPGAVENS STRUKTUR	3
2.0 TEORI	4
2.1 FRILUFTSLIV, EN KULTURARV	4
2.2 HVA ER FRILUFTSLIV I BARNEHAGEN?	5
2.3 NATURENS IBOENDE VERDI	6
2.4 NATUREN SOM LEKEARENA	7
2.5 VOKSENROLLEN I NATUREN	8
2.6 RELASJONER	8
3.0 METODE	11
3.1 VALG AV METODE	11
3.2 PLANLEGGING AV LITTERATURSØK	11
3.3 UTVALG AV LITTERATUR	12
3.4 ANALYSE AV FUNN I LITTERATURGJENNOMGANGEN	12
3.5 KRITIKK AV METODE	12
3.8 ETISKE RETTINGSLINJER	14
4. FUNN	15
4.1 FREMSTILLING OG FUNN I DATAMATERIALET	15
5.0 ANALYSE	17
5.1 NATUREN SOM LEKEMILJØ	17
5.2 RELASJONER GJENNOM LEK I NATUREN	17
5.3 PSYKOSOSIALT MILJØ I NATUREN	18
5.4 VOKSENROLLEN SOM STØTTENDE FAKTOR	19
6.0 DRØFTING	21
6.1 NATUREN SOM UTGANGSPUNKT FOR LEK	21
6.2 SOSIALE RELASJONER	21
6.3 VOKSENROLLEN SOM STØTTENDE FAKTOR	22
6.4 SYNLIGGJØRING AV NATURENS EGENVERDI	24
7. AVSLUTNING	26
8. REFERANSELISTE	28

1.0 Innledning

1.1 Personlig begrunnelse av tema

Gjennom barnehagelærerutdanningen med spesialisering innenfor natur og friluftsliv har jeg tilbragt mye tid i naturen. Eksempler på det er turer i marka, dager på ski, vandring i Trollheimen og utforskning av nærområdet i form av parker og i fjæra. Naturopplevelsene har oppstått både i og utenfor komfortsonen, og kanskje viktigst av alt skapt nye relasjoner. Det opplevdes som relasjonene til medstudentene tok form gjennom naturopplevelsene. Sosiale relasjonene ble dannet via samtaler over en blåbærtue, utforskning av naturmangfold, tilbakelagte kilometer, og i medvind og motvind.

I den første praksisperioden min, observerte jeg hvordan barnegruppens dynamikk endret seg i det vi forlot barnehagens uteområde og entret fjæra. De faste etablerte lekegruppene fra barnehagen opphørte. Alle barna hadde noen å leke og utforske sammen med. Naturen gav grunnlag for barns vennskap og nye relasjoner ble til.

Jeg opplever at friluftsliv har en interessant effekt på menneskers relasjoner. På bakgrunn av tidligere opplevelser ønsker jeg å se nærmere på problemstillingen min, som er følgende:

Hvordan kan friluftsliv i barnehagen styrke barns relasjoner?

1.2 Samfunnsmessig bakgrunn for valg av tema

Når Det Kongelige Klima- og Miljødepartementet legger frem Stortingsmelding nr. 18 (2015-2016) velger de å sitere naturkildrer Mikkjel Fønhus (1894-1973) *Helse, rikdom og glede rommes i det ene ordet: Friluftsliv*. Tittelen på dokumentet heter Friluftsliv, men etterfølges av undertittelen: Natur som kilde til helse og livskvalitet. Jeg ønsker å se nærmere på hvordan friluftsliv kan bidra til å styrke barns relasjoner. For å legge til rette for gode relasjoner vil jeg anse trivsel som en essensiell faktor.

Barn oppholder seg store deler av hverdagen i barnehagen. Derfor er innholdet i barnehagehverdagen med friluftaktiviteter verdifullt. Aktiv deltakelse gjennom friluftsliv kan bidra til gode opplevelser og god helse blant barn. For barn som utøver minimalt med friluftaktiviteter på fritiden, er barnehagens tilrettelegging av mestring og naturopplevelser betydningsfullt (Meld. St. 18 (2015-2016), s. 76). Dette underbygges også av Norsk institutt for naturforskning (NINA), som har gjort funn som tyder på at barn lekte mindre ute i løpet av koronapandemien (Broch et. al. 2022) Allerede før koronapandemien, var det færre barn som lekte utendørs. Kontrasten ble ekstra stor blant barn som er oppvokst i familier som

praktiserer friluftsliv på fritiden, versus barn som er vokst opp i familier som tilbringer mindre tid i naturen. Dette omtaler NINA som *Grønn urettferdighet for barna* (Broch et. al. 2022). I rammeplanen for barnehagen (2017, s. 11) står det følgende «Barnehagen skal ha en helsefremmende og forebyggende funksjon og bidra til å utjevne sosiale forskjeller.» Det er også barnehagens oppgave å bidra til at barn får gode friluftslivs opplevelser året rundt (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 52). På bakgrunn av personlige og samfunnsmessige begrunnelse er dette en tematikk som vil være interessant å se nærmere på, og kan være viktig i barns hverdag.

1.3 Oppgavens struktur

Denne bacheloroppgaven er delt inn i seks ulike kapitler. Det første kapitlet inneholder presentasjon av tema og problemstilling på bakgrunn av personlig og samfunnsmessig begrunnelse. Hensikten med oppgaven er å forsøke å svare på problemstillingen som er følgende: Hvordan kan friluftsliv i barnehagen styrke barns relasjoner? Videre i det andre kapitlet redegjøres teori på bakgrunn av funn i litteraturstudie, med hensikt om å svare på bacheloroppgavens problemstilling. Heretter vil bruk av metode i oppgaven presenteres i det tredje kapitlet, for så å legge frem funn i kapittel fire og analyse fra studie i kapittel fem. I kapittel sek vil teorien anvendes i drøfting av funnene som er gjort på bakgrunn av studiet. Avslutningsvis er kapittel sju, hvor sentrale funn og betraktninger presenteres.

2.0 Teori

2.1 Friluftsliv, en kulturarv

Friluftsliv står sentralt i den norske kulturen. De første som drev med friluftsliv i Norge var rike utenlandske aristokrater. Friluftsliv ble sett på som en overskuddsaktivitet for de som hadde tid og penger til overs. På denne tiden var de mange bønder i Norge med naturen som arbeidsplass (Lysklett, 2013, s. 20). Med årene ble nordmenns forhold til naturen endret. I 1814 gikk Norges Union med Danmark i oppløsning, og Norge fikk egen grunnlov. Jakten på den Norske identiteten oppstod. Dette skapte en epoke med nasjonsbygging hvor nasjonalromantikken blomstret (Vold, 2022). I 1868 ble Den Norske Turistforeningen grunnlagt med formål om å gjøre naturen tilgjengelig for flere folk. Fritjof Nansen krysset Grønlandsisen i 1888, og ble med det en polarhelt, og et nasjonalt ikon (Lysklett, 2013, s. 21). Industrialiseringen i Norge økte med årene, samt rettigheter til fritid. I etterkrigstiden ble det fler fridager og færre arbeidstimer. Tradisjonen med søndagstur etableres på dette tidspunktet. Velstanden i landet øker og gjennomsnittsnordmann har mer fritid, bedre økonomi, tilgang på hytter og god infrastruktur. Med disse endringene i samfunnet er ikke friluftslivet kun forbeholdt rike utenlandske aristokrater (Lysklett, 2013, s. 21).

Skole og barnehager er en viktig rekruteringsarena for friluftsliv ifølge Stortingsmelding nr. 18 (Meld. St. 18 (2015-2016), s. 7). Regjeringen ønsker å ta vare på friluftsliv som en del av norsk kulturarv og nasjonal identitet, samt kilde til bedre livskvalitet. I dag har familier mindre påvirkning på rekrutteringen til friluftsliv, dermed er skoler og barnehager en viktig arena for praktisering av friluftsliv og å videreformidle gode naturopplevelser, samt kunnskap om naturen (Meld. St. 18 (2015-2016), s. 7). I regjeringens handlingsplan for friluftsliv (2018) står det skrevet at barnehagen gjør en viktig jobb når friluftsliv blir prioritert, og naturen blir tatt i bruk som læringsarena. Barn og unge kan danne et livsvarig grunnlag for helse og livskvalitet via kunnskap og opplevelser gjennom friluftslivet (Klima- og miljødepartementet, 2018, s. 3).

Friluftslivets plass i barnehagen blir også synliggjort i rammeplanen for barnehagen, gjennom fagområdet natur, miljø og teknologi. Barnehagen skal sørge for variasjon i naturopplevelser, hvor barna kan oppleve naturen gjennom lek og læring. Barn skal også få muligheten til å oppleve glede og kunnskap ved å oppholde seg i naturen. Gjennom å skape tilhørighet til naturen, vil det være et mål å bidra til barns ønske om å ta vare på naturen og verne om det biologiske mangfoldet (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 52).

2.2 Hva er friluftsliv i barnehagen?

Definisjonen av friluftsliv i Stortingsmelding nr. 18 er følgende: Opphold og fysisk aktivitet i friluft i fritiden med sikte på miljøforandring og naturopplevelse (Meld. St. 18 (2015-2016), s. 10). På tross av Stortingsmeldingens utsagn om friluftsliv som oppstår på fritiden, blir friluftsliv aktualisert i barnehagen, gjennom rammeplanen for barnehagen. Arbeid med fagområdet natur, miljø og teknologi fra rammeplanen skal bidra til at barn får gode opplevelser med friluftsliv året rundt (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 52).

Gjennom samtaler med barnehagelærere har Neegaard (2022, s. 24) sett nærmere på friluftsliv i barnehagens kontekst. I barnehagepraksisen fremstilles friluftsliv i barnehagen som tur. Oppfatningen av friluftsliv innebærer ulike aktiviteter som matauk, matlaging på bål, lek og andre fysiske aktiviteter som ski, aking og sykling (Neegaard, 2022, s. 24). Friluftslivet i barnehagen blir knyttet opp mot frihet. Frihet til lek, utforskning, bevegelse og vandring i eget tempo. Det er også viktig å skape plass for spontaniteten som oppstår underveis på tur (Neegaard, 2022, s. 25). Friluftsliv i barnehagen innebærer opphold i naturen og naturpregede områder. Omfanget av friluftslivet kan kategoriseres gjennom både det rolige elementet, men også et aktivt element. En sentral del av friluftsliv er aktivitet og bevegelse i naturen. Friluftsliv blir gjennom teori og forskning ofte presentert som en arena for samhold og glede i møte med naturen. Møte med naturen blir tolket som en egenverdi og betydningsfull del av friluftslivet (Neegaard, 2022, s. 18). I denne bacheloroppgaven vil friluftsliv bli definert som opplevelser, aktivitet og opphold i naturen.

Neegaard (2022, s. 25) definerer natur som naturlige områder, som i liten grad preges av menneskelig inngrep. Dette ligner definisjonen av villmark, som omtales som inngrepfri natur (Lundberg, 2021). Definisjonen innebærer naturområder med fem kilometer til nærmeste industrielle inngrep. Følgende gjelder i underkant av 12 prosent av Norge. Ved en regulert definisjon av natur, vil også området naturopplevelser utøves begrenses (Lundberg, 2021). Natur oppleves subjektivt, og barn kan ha en annen oppfattelse av natur, i forhold til voksne (Hagen, 2023, s. 90). Hagen (2023, s. 90) tar i bruk begrepet naturmiljø, for å omtale områder som preges av natur. Områdene innebærer også menneske skapte elementer som for eksempel stier, bålplasser og parker (Hagen, 2023, s. 90). I denne bacheloroppgaven vil definisjonen av natur være relevant i forhold til barnehagepraksisen, og ta utgangspunkt i naturen som finnes i nærmiljøet. Forutsetningene for naturopplevelse begrenses gjennom holdninger til at det kun oppstår på tur (Bakke, 2022, s. 140). Ved å ikke la definisjonen av natur begrense hvor naturopplevelser kan oppstå, vil naturen fremstå som mer tilgjengelig.

Naturopplevelser er mer allsidig enn turer på avstand fra sivilisasjonen. Vi finner natur i parker, hager og på barnehagens uteområde. Mulighet til å oppleve naturen i nærområdet, vil være like betydningsfullt som opplevelser på tur (Bakke, 2022, s. 139). I denne bacheloroppgaven innebærer begrepet natur blant annet skog, parker og barnehagens uteområde.

2.3 Naturens iboende verdi

Lysklett (2013, s. 167) omtaler naturopplevelser som en verdi i seg selv. Innsikten i dyrelivet og å observere naturen i endring er ferdigheter som har en egenverdi. Å oppleve naturen innebærer å bruke sansene, observere og å undre seg. Langholm et. al. (2017, s. 56) forteller hvordan tur ute i naturen bidrar til å skape kreativitet og glede. Naturen har en terapeutisk virkning, og gir diverse helsemessige fordeler. Den påvirker oss fysisk, psykisk, mentalt og sosialt (Dragland, 2018, s. 54). Naturopplevelser i et fellesskap, styrker sosiale relasjoner og danner trygge rammer (Krempig & Neegaard, 2022, s. 206). Kellert og Willson (1995) påstår at menneskets forhold til naturen er komplekst. Naturen dekker fysiske og materielle behov. Den gjør også noe med menneskets evne til å tenke, føle, kommunisere, skape og finne mening med livet. Gjennom å tilbringe tid i naturen kan man lære av alle disse faktorene (Dragland 2018, s. 15).

Risikolek er en arena hvor barn tilpasser seg utfordringer i forhold til eget ferdighetsnivå. Erfaring av risikolek bidrar til mestring og positive relasjoner barna imellom (Lundhaug, 2013, s. 36). Variasjonene som befinner seg i naturen, gir barn muligheten til å tilpasse utfordringer etter ferdighetsnivå. Langholm et. al. (2017, s. 55) forteller om hvordan naturelementene gir barn muligheter til å justere vanskelighetsgraden av utfordring, som bidrar til å støtte barnets mestringsopplevelser i naturen. I boken *Læring gjennom mestring, skoggruppetoden* omtales mestring som en opplevelse som oppstår i situasjoner med utfordringer som er tilpasset barnets utviklingsnivå. Dette krever utfordringer som barnet må strekke seg etter, men som likevel er gjennomførbare mål (Nordahl & Misund, 2009, s. 67). Det er variasjonen i naturen og de ulike aktivitetene som fører til at naturen er en arena for mestring. Viktigheten av mestring for barns selvoppfattelse, underbygger hvilken verdi opphold i naturen har for barn (Langholm et al, 2017, s. 55). Et annet aspekt som påvirker barnets selvoppfattelse, innebærer det sosiale aspektet. Dette påvirkes hvordan barnet opplever seg selv i leken og de sosiale settingene. Jevnaldrende barns trivsel, samt tilpasning og holdninger til omgivelsene er også en faktor som påvirker barnets motivasjon for lek og sosialisering (Lillemyr, 2020 s. 162-163).

2.4 Naturen som lekearena

Naturen omtales som den beste lekarenaen skriver Langholm et. al. (2017, s. 56) og viser til en studie gjennomført av Hilmo & Holter (2008), som tyder på at barn i naturen leker på tvers av alder, etnisitet og kjønn. Slik styrkes både leken og samspillet innad i barnegruppa (Langholm et. al, 2017, s. 56). Ved å tilbringe tid i naturområder foreller Hagen (2018, s. 365) at barn vil møte på varierte utfordringer. Lek som tar plass ute i naturen er uforutsigbar. Naturen er åpen for ulike leketemaer, deltaker i leken og er tilpasningsdyktig (Lysklett, 2013, s. 145). Det rike og varierende naturmiljøet endres i takt med årstidene og fører til at barn er kreative i utviklingen av leken (Vedum et. al., 2005, s. 19). Naturen har en innflytelse på aktivitetene som utspiller seg. Områdets begrensninger og muligheter påvirker hvilke typer lek som oppstår. Variasjonen av naturelement, og naturområder inspirere til ulik type lek (Hagen & Sæther, 2014, s. 23). Dette bidrar til å skape muligheter og utfordringer i naturen (Fjørtoft, 2013, s. 187). Åpent landskap inspirerer til løping og diverse leker, som for eksempel sisten. Tette kratt inspirerer til gjemsel og å skjerme seg, trær derimot innbyr til klatring. Områder i skogen med løst materiale på bakken egner seg til konstruksjonslek med pinner. Bratte bakker på hauger eller i skrenter inspirerer barn til klatre-, rulle- og ake aktiviteter (Hagen, 2018, s. 365). I form av fysiskaktivitet og lek utforsker barn utfordringene som terrenget og vegetasjon i naturen byr på (Hagen, 2018, s. 365). Gibsons (1979) teori om *affordances* dreier seg om hva omgivelsene har å tilby, eller hvilke muligheter som eksisterer i omgivelsene. Barn ser hvilke funksjoner elementene i omgivelsene har, for å ta de i bruk i lek (Fjørtoft, 2018, s. 190-191). Varierte naturlandskap støtter opp om barns fantasi, behov for bevegelse og lek, samt øker intensitet og motivasjon (Hagen, 2018, s. 366). Årsaken til at kreativitet oppstår i naturen er fravær av leker, som erstattes med naturmateriale (Langholm et. al, 2017, s. 56). Naturmateriale har ingen forhåndsbestemt funksjon, allsidighet bidrar til å stimulere barns kreativitet (Hagen, 2023, s. 93). I naturen varer rolleleken lengre, og barn entrer enklere *flytsonen* (Langholm et. al, 2017, s. 56). Barn entrer flytsonen gjennom lek. Tilstedeværelse i aktiviteten, fører til at omgivelsene og tidsperspektivet forsvinner. Opplevelsen av *flyt* gir glede og spenning, dette er positive følelser som barna ønsker å oppnå. Derfor vil barn stadig oppsøke flytsonen i leken (Kibsgaard, 2018, s. 354). Flytsonen er et begrep utviklet av Csikszentmihalyi. I henhold til hans teori om flyt, oppstår den i møte mellom angst og kjedsomhet, samt i møte med en utfordring (Lillemyr, 2020, s. 166). Tilstanden i flytsonen kan føre til gode prestasjoner. Innad i leken fører flytsonen til konsentrasjon, mestring og kreativitet (Lillemyr, 2020, s. 167).

2.5 Voksenrollen i naturen

Klepsvik & Heggem (2015, s. 107) observerte hvordan personalets bruk av naturområdet førte til at barnegruppen også tok i bruk området. Over tid ble barnas lek i naturområdet selvstendig. Personalets bruk av naturen, samt evne til undring og å engasjere seg er helt avgjørende for barns friluftslivsopplevelser i barnehagen (Krempig & Neegaard, 2022, s. 209-210). Personalets tilstedeværelse i barns lek og utforskning av naturen må opprettholde en vis balanse. Det innebærer å være deltakende i barns lek, samtidig gi barn tid til egen utforskning og opplevelser i naturen (Krempig & Neegaard, 2022, s. 210). Hagen (2023, s. 99) forteller om hvordan barns initiativ til lek skal anerkjennes. Når barn entrer leken, kan personalet trekke seg til side, og bli en observerende part. Personalets oppgaver bli da å observere leken og oppmuntre til positiv lek, samt hindre negative adferd. Det er lærerikt å la barna håndtere konflikter, men det kan være nødvendig for personalet å gripe inn for veiledning (Hagen, 2023, s. 99).

2.6 Relasjoner

Relasjoner består av samspill, det innebærer kommunikasjon og interaksjon imellom to individer. Samspillerfaringer styrker relasjonskvaliteten (Mælan & Drugli, 2022, s. 10). Barn inngår i relasjoner til jevnaldrende igjennom lek. Relasjonene bidrar til barnets deltakelse i lek og sosiale aktiviteter. Dette skaper et godt utgangspunkt for trivsel og glede (Mælan & Drugli, 2022, s. 39). Å gi tid til den spontane leken vil også styrke barns relasjoner. Dette er relevant for barnehagelæreren, da den kan skape gode forutsetninger for relasjonsbygging i barnehagen. Personalet i barnehagen kan også legge til rette for lek gjennom voksenstyrte aktiviteter med hensikt å styrke relasjoner mellom barn og tilføye elementer som videreutvikler barnas lek (Mælan & Drugli, 2022, s. 41). På tur i naturen kan personalet i barnehagen legge til rette for organiserte leker, med inkludering som formål for aktiviteten. Med hensyn til frilek, er det viktig å være klar over hva barnas oppmerksomhet er rettet mot. Intensjonen er ikke å forstyrre barnas lek eller deres opplevelsesfase (Langholm et. al., 2017, s. 56). Frileken gjør barn selvstendig og styrker evnen til å leke på egenhånd (Lysklett, 2013, s. 150).

Opplevelser i naturen på bakgrunn av samhandling skapte de mest minneverdige øyeblikkene ifølge Wold, et. al. (2022, s. 39). I samtale med deltakere i barn og ungdoms organiserte friluftsliv er det det sosiale som er den sentrale delen i en opplevelse (Wold. et al., 2022, s. 39). Mestring gjennom aktiviteter og førstehånds opplevelser var ikke det som kom tydelig til

syne. Det er var aktivitetene og opplevelsene i en sosial kontekst (Wold et al., 2022, s. 39.) Barn utvikler selvet, og sin forståelse av seg selv i møte med andre. Dette har betydning for barn i både lek og læring (Lillemyr, 2020, s. 163). Psykologen Lev Vygotskij (1896-1934) utviklet et sosiokulturelt syn på læring. Både det kulturelle og sosiale har en sentral plass i Vygotskij utviklingsteori (Glaser, 2018, s. 32). Vygotskij (1978) påstår at den sosiokulturelle teori og tradisjon innebærer at utvikling oppstår imellom mennesker igjennom den sosiale konteksten de tilhører (Lyngseth, 2018, s. 303). Glaser (2018, s. 32) anser det sosiokulturelle synet på læring som å ha blitt svært aktuelt innad i pedagogikken i løpet av det siste tiåret. Barnets utvikling må settes i en kulturell kontekst, og er forårsaket av deres sosiale samspill. Det sosiale samspillet innebærer blant annet samhandling med andre, dette kan være voksne, familie og andre barn (Glaser, 2018, s. 33). I løpet av barnehagehverdagen er barnet i møte med mange barn og voksne, noe som skaper gode forutsetninger for sosialt samspill og læring gjennom sosiale interaksjoner (Lyngseth, 2018, s. 303). I henhold til Vygotskijs teori utvikler barnet kunnskap gjennom egne erfaringer, da ofte i møte med andre mennesker (Glaser, 2018, s. 32). Språket blir sett på som et psykologisk verktøy som barnet utvikler. Det hjelper barnet med å kommunisere, men også å føre indredialoger, som tenking. Språk bidrar til at barnet i større grad kan delta i sosialt samspill (Glaeser, 2018, s. 33). Vygotskij deler utviklingssonene i to. I den nærmeste utviklingssonen innebærer hva barnet er i stand til å mestre på egen hånd. Den andre utviklingssonen krever støtte fra voksne. I den nærmeste utviklingssonen opplever barnet læring, gjennom å mestre (Glaeser, 2018, s. 33). Måten den voksne kan støtte opp om barnet i den nærmeste utviklingssonen sammenlignes med teorien om stillasbygging rundt barnet. Bruner (1983) var inspirert av Vygotskijs teori da han presenterte *stillasbygging* som metafor for en tilstedeværende voksen støtter barnets utvikling gjennom samspill (Lyngseth, 2018, s. 304). Vygotskij mener at barnets utvikling forutsetter at det er en del av et sosialt miljø som inneholder støttende voksne og kompetente barn (Lyngseth, 2018, s. 304).

I rammeplanen for barnehagen fortelles det om demokrati og barns muligheter til medvirkning: «Barnehagen skal fremme demokrati og være et inkluderende fellesskap der alle får anledning til å ytre seg, bli hørt og delta. Alle barn skal kunne få oppleve deltakelse ved å bidra og medvirke til barnehagens innhold (...)» (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 9). Leken danner et demokratisk grunnlag for barn, gjennom å bygge vennskap, inkludere, ytre egne meninger og lytte til andre. Barn opplever også rettferdighet og urettferdighet i møte med andre barn. Lek i naturen kan bidra til å endre lekmønsteret i barnehagen, med hensikt om å

inkludere flere barn som havner utenfor. På denne måten dannes det nye lekegrupper gjennom barns felles interesser, dette bidrar til å skape nye vennerelasjoner (Hagen, 2023, s. 96).

Ute i naturen oppstår det et fellesskap som danner en egen gruppetilhørighet. Naturen åpner opp for samtaler og lek (Vedum et. al, 2005, s. 21). Langholm (2017 et. al., s. 59) antyder nedgang i konflikter ute i naturen, versus inne i barnehagen. Årsaken til færre konflikter, er muligens nok tilgang på lekmateriale i naturen for alle barn. Det er mange kvister og kongler. Noe som vil si at alle barn har tilgang på de samme materialene. Uenigheter over en gjenstand løses ved at det finnes flere av den. Et annet interessant aspekt på hvorfor det ikke oppstår konflikt på tur i naturen, er hvordan naturen byr på utfordringer. Flere utfordringer i naturen krever samarbeid, noe som kan bidra til å styrke samholdet. Om barn samarbeider, kan de sammen løse utfordringer. Eksempler på dette kan være å flytte på tungt materiale ute i naturen, og å forme omgivelsene på den måten de ønsker (Langholm, et al., 2018, s. 59). Barn opplever å bli utfordret sosialt gjennom lek og samarbeid (Neegaard, 2013, s. 74). Friluftslivet i barnehagen også barn fysisk, sosialt og mentalt (Neegaard, 2013, s. 73). Gode opplevelser i et fellesskap, bidrar til å danne et grunnlag for felles referanser for lek, som kan oppstå i barnehagen (Langholm et. al, 2017, s. 56).

3.0 Metode

3.1 Valg av metode

Metode er en teknikk for innhenting og tolking av data (Dalland, 2020, s. 54). Jeg velger å bruke en litteraturanalyse for innhenting av informasjon og for å besvare problemstillingen. Litteraturanalysen skal danne et grunnlag for å kunne utale seg innenfor ett temaet eller fagfeltet (Persson, 2021, s. 14). Studien baserer seg på en systematisk gjennomgang av eksisterende forskning innenfor et spesifikt tema eller fagfelt. Gjennomgang av litteratur er det som danner det empiriske grunnlaget for en litteraturstudie (Person, 2021, s. 13 & 24) For innhenting av empiri har jeg valgt en kvalitativ metode. Det skiller mellom kvantitativ og kvalitativ metode. Den kvantitative metoden har fokus på omfang og mengde (Bergsland & Jæger 2022, s. 29). Kvalitative metode egner seg for å gå i dybden av fenomener (Johannessen, et al., 2016, s. 95). Derfor har jeg valgt denne metoden for å se nærmere på friluftsliv i barnehagen som fenomen og hvilken effekt det kan ha på barns relasjoner. Studiet tar utgangspunkt i fem fagartikler.

3.2 Planlegging av litteratursøk

Innledende i litteratursøket utforsket jeg ulike databaser og søkeord. Søkemotorene som ble tatt i bruk var Idunn.no, Google Scholar og andre diverse internasjonale databaser. Disse ble utelukket, da søket resulterte i store mengder innhold utenfor barnehagefeltet. Gjennom bruk av søkemotoren til Oria.no var hoved resultatene bachelor oppgaver, noe jeg ønsket å utelukke som empiri, om mulig. Til slutt ble litteratursøket gjennomført i NB-ECEC sin database.

På forhånd skrev jeg ned ord som var aktuell for å finne artikler med relevant innhold. Gjennom dette ble det utforsket hvilke resultater de ulike søkeordene ga. For å oppnå fullt utbytte av litteraturanalysen må det gjennomføres systematisk søk (Bergsland & Jæger, 2022, s. 38). Valg av både søkeord og søkemotor er definerende for hvilke funn som oppstår (Persson, 2021, s. 49-50), og danner dermed et grunnlag for litteraturanalysen. Ved å ta i bruk ordene *friluftsliv* og *relasjoner* i søket, resulterte det i fem artikler. Disse søkeordene ble brukt da de kort oppsummerte problemstillingen i bacheloroppgaven. Ved å legge til et tredje ord, som f.eks. *sosiale relasjoner*, isteden for kun relasjoner ville søket bli mer konkret. Likevel ble søkeordene *friluftsliv* og *sosiale relasjoner* alt for konkret, og søket ga ingen resultater. Søkeordene som ble tatt i bruk var norske. Den nordiske databasen bestod av artikler på både engelsk og nordiske språk. Søk på norsk ville også drive frem artikler på engelsk.

3.3 Utvalg av litteratur

Ved å gjennomføre søket med søkeordene *friluftsliv* og *relasjoner* ble det gjort funn av fem artikler i databasen. Jeg leste gjennom de fem artiklene, hvor en av de ble utelukket som aktuell. Artikkelen som ble utelukket innehold forskning på hvordan den norske barnehagen prioriterer frilek og ser på risikolek som noe positivt, versus barnehager i Frankrike som har et akademisk fokus på barnehageinnholdet. Artikkelen bidro ikke til å svare på gjeldene problemstilling. Det ble tatt utgangspunkt i referanselisten til de fire aktuelle artiklene, for å forsøke å utvide litteraturtilfanget. Da fant jeg en artikkel til som var relevant å inkludere i litteraturstudie. En oversikt over artikler som inkluderes i studiet presenteres i kapittel 4.1 *Fremstilling og funn i datamateriale*.

3.4 Analyse av funn i litteraturgjennomgangen

Etter å ha valgt ut relevant litteratur i form av forskningsartikler, måtte informasjonen bearbejdes. Interessante og relevante funn i artikkelen ble markert. De ulike funnene ble markert i ulike farger, med hensikt om å fargekode og sortere funnene. Disse kodene ble deretter organisert i overordnede temaer, tilnærmingen er inspirert av en tematisk analyse. Tema som oppsto i denne prosessen, var *Naturen som lek miljø*, *Relasjoner gjennom lek i naturen*, *Psykososialt miljø i naturen* og *Voksenrollen som støttende faktor*. Funnene blir presentert som koder i tabellen (se 4.1). Dette bidro til en dataproduksjon noe som oppretthold oversikt og tydeliggjorde mønster (Johannessen et. al., 2021, s. 153). Tabellen tar utgangspunkt i en alfabetisk rekkefølge, som baserer seg på forfatters etternavn. Den skaper en organisert oversikt av relevant innhold i fagartiklene, samt tematikken som blir belyst. Dette kan skape klarhet rundt funnene, samt sammenhengene og motsetninger mellom dem.

3.5 Kritikk av metode

Kvalitetsvurdering innebærer å evaluere innholdet i studiene. Ved å stille seg kritisk til innholdet i bacheloroppgaven kan det gjennomføres en kvalitetsvurdering av både metoder, kilder og funn (Bergsland & Jæger, 2022, s. 43). Åpenhet rundt prosessen av litteratur utvalget styrker oppgavens reliabilitet. Dette innebærer i hvilken grad innholdet i studiet er pålitelig (Bergsland & Jæger, 2022, s. 44). Kildene danner et grunnlag for empirien i litteraturanalysen. Derfor er det vesentlig å være klar over hvilke dokumenter som inkluderes i forskningen, og hvilke hensikter disse dokumentene har. Det er grunnen til at jeg har valgt å ikke ta i bruk teori som også er skrevet av forfattere av forskningsartiklene. Da teorien mest sannsynlige vil være basert deres egne funn i forskning.

Litteraturanalsen tar utgangspunkt i fagartikler som er relevant i forhold til besvarelse på problemstilling. Likevel tar artiklene for seg flere tematikker, noe som fører til at de ikke kun går i dybden på relasjonelle verdier som oppstår i naturen. Ved å inkludere flere forskningsartikler vil det skape dybde i funn, og danne et helhetlig inntrykk av forskning gjort på området. Søk i internasjonale databaser hadde gitt muligheten til å få tilgang på mer forskning, og da også nyere forskning som kan vært aktuell.

Databasen NB-ECEC ble tatt i bruk som søkemotor og opplevdes som konkret og troverdig. Den består av et samlet utvalg kvalitetsgodkjente studier fra og med 2006 til 2019 på barnehageområde (NB-ECEC) Dette fører til at nyere forskning ikke vil være tilgjengelig gjennom søk. Dermed representerer ikke litteratursøket all forskning gjort på område, da nyere forskning mangler. Dette svekker studiets validitet og begrenser dermed troverdigheten i litteraturstudie. Jeg kan også stille meg noe kritisk til bruken av NB-ECEC da utvalget av artikler som dukker opp i søket varierte, til tross for bruk av de samme søkeordene. Dette har påvirkning på utvalg av artikler og funn.

Med utgangspunkt i referanselistene til fire artikler fra søket i databasen NB-ECE, ble det utvalgt en femte fagartikkel. Artikler som er publisert i et anerkjent tidsskrift består av annen anerkjent forskning. Dette gjør referanselister til en reliabel kilde for funn av aktuelle artikler til en litteraturstudie (Persson, 2021, s. 53)

Dalland (2021, s. 63) forteller om viktigheten av å være klar over egne holdninger, før innhenting av ny informasjon og kunnskap. Bevissthet rundt egen forforståelse, kan gjøre det enklere å skille mellom fordommer og tilegnelse av den nye informasjonen (Dalland, 2021, s. 63). Som student på Barnehagelærerutdanningen med vekt på Natur og Friluftsliv, må jeg kunne reflektere rundt egne holdninger til friluftslivs effekt på relasjoner. På denne måten ligger det også en form for forventinger til at naturen kun gir positive ringvirkninger. Det er viktig for meg å holde meg så objektiv.

Ved valg av et forskningsområde som det er gjennomført lite forskning på, vil det være utfordrende å samle kunnskap gjennom litteraturanalyse. Ved å lese forskningsartikler og teori som omfatter naturens effekt på barn, er det enkelte tematikker som blir mer belyst en andre. Det kan derfor være utfordrende å gjennomføre en litteraturanalyse på friluftslivets effekt på barns relasjoner. Mye forskningen på friluftsliv i barnehagen, ser det som regel i sammenheng med fysiskaktivitet og motoriske fordeler.

3.8 Etiske rettingslinjer

Litteraturanalyse innebærer analyse av litteratur, i dette tilfelle fagartikler. Jeg tar utgangspunkt eksisterende informasjon, som allerede er offentliggjort. Likevel skal fortolkningen av artiklene være tydelig. Det skal skilles mellom hva som er resultater i de ulike fagartiklene, og hva som er egne tolkninger av materialet (Fangen, 2022,). *Den nasjonale forskriftetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora* (NESH) omtaler i *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap og humaniora* hvordan det kan anses som nedverdiggende å være underlagt andres forskning. Ved å være bevisst over dette, vil det være viktig å være aktsom overfor måten funn omtales og anvendes i litteraturanalysen. Rent forskningsetisk er det krav om å avdekke sannhet. Fremstilling av forfattere og fagartiklene skal foregå på en etisk og verdig måte (Fangen, 2022).

4. Funn

4.1 Fremstilling og funn i datamaterialet

Forfatter(e) og tittel	Metode	Funn
Bjørngen, K. (2016). Physical activity in light of affordances in outdoor environments: qualitative observation studies of 3-5 year olds in kindergarten. <i>SpringerPlus</i> 5, 950. https://doi.org/10.1186/s40064-016-2565-y	Måling av fysiskaktivitet gjennom aktigraf/akselerometer, spørreskjema, puls og video dokumentasjon.	Natur, bevegelse, sosial interaksjon, varighet av fysisk lek, affordances, motivasjon for fysisk aktivitet
Jørgensen, K-A. (2018). 'Children's clans'; social organisation and interpretive reconstruction as aspects on development of peer-groups in outdoor play, <i>Ethnography and Education</i> , 13:4, 490-507, DOI: 10.1080/17457823.2017.1348904	Etnografisk metode gjennom observasjoner, praksisfortellinger, samtaler med barn og fotografi fra barns opplevelse av uteområdet og landskapet.	Naturen i lek, samspill og struktur i lek.
Melhuus, E. (2013). Utebarnehager – et sted for demokratisk praksis?. <i>Tidsskrift for Nordisk Barnehageforskning</i> . 6. 10.7577/nbf.449.	Feltarbeid i en konkret utgruppe og et fast uteområde, gjennom observasjon, og å være deltakende. Metoden inneholdt også samtale og intervju med personalet.	Lek soner i naturen, lekemiljø, naturens effekt på lek, demokrati i lek, voksenrollen.
Myrstad, A., & Sverdrup, T. (2019). De yngste barna som vegfarere i barnehagen. <i>Nordisk barnehageforskning</i> , 18. https://doi.org/10.7577/nbf.2622	Medvandrer med kamera.	Kroppslighet, helhetlig læringssyn.

Sando, O. J. (2019) The outdoor environment and children's health: a multilevel approach, International Journal of Play, 8:1, 39-52, DOI: 10.1080/21594937.2019.1580336	Kvantitativ studie av 471 systematiske og tilfeldige videoobservasjoner.	Psykososialhelse, fysiskaktivitet, naturens effekt, lekens effekt.
---	--	--

5.0 Analyse

5.1 Naturen som lekemiljø

I Jørgensens (2018, s. 11) forskning ble det observert hvordan områdene hvor barna leker påvirker hvilken type lek som oppstår. Barna i barnehagen ble inspirert av naturområdet til å videre utvikle lek, og forme nye lekegrupper som tok utgangspunkt i landskapet. På denne måten vil det oppstå en ny undergruppe av den originale lekegruppen som allerede eksisterte (Jørgensen, 2018, s. 11). Gjennom videoopptak kunne Melhuus (2013, s. 10) se sammenheng mellom barnas aktive lek og naturområdene. Naturens topografi hadde stor betydning for hvordan leken utviklet seg (Melhuus, 2013, s. 10-11). I et intervju Melhuus (2013 s. 10) gjennomførte med barna i en utebarnehage ga barna uttrykk for at de ikke savnet å ha tilgang på tradisjonelle plast leker. De opplevde naturen som rik på lekmaterialer og muligheter for lek. Intervju og observasjoner viste til hvordan pinner, planker, stubber og å skli ned bakken var populært i leken. Barna hadde ikke noe ønske om å tilføye nye leker til naturområdet. Melhuus (2013, s. 10) undres om det kan være effekten av et rent naturunivers, hvor det å tilføye plastikleker ødelegger *magien* av et område som består kun av naturmaterialer og fremstår som *rent*. Funnene tilsier at det er landskapet som inspirerer til ulik aktivitet. Sando (2019, s. 47) sin forskning underbygger dette, da det ble gjort funn som viser hvordan stier har stor påvirkning på barns fysiske aktivitet, dette gjelder også åpne områder i landskapet. Melhuus (2013, s. 13) reflekterer over hvorvidt naturen utløser initiativ i større grad, i forhold til andre områder. Naturen tilfører et eget særpreg, som setter aktiviteter i friluft i en positiv kontekst (Melhuus, 2013, s. 14). Jørgensen (2018, s. 11) observerte hvordan det gjennom deltakelse i leken oppsto en felles forståelse for leken og lekens tema. Landskapet bidro også til å påvirke hvilken lek som utspilte seg i området. Steder som *jungelen*, *frisørens gran* eller *trollhula* inspirerer til ulik lek (Jørgensen, 2018, s. 10). Melhuus (2013, s. 10) viser også gjennom sin forskning hvordan det oppstår lek som tilhører konkrete naturområder. Lek som gjemsel og klatring oppstod på faste steder i uteområdet. Rolleleken varierte i større grad, men *mor*, *far* og *barn leken* hadde spesifikke steder hvor den oppstod.

5.2 Relasjoner gjennom lek i naturen

Jørgensen (2018, s. 490) har sett nærmere på hvordan sosiale konstruksjoner oppstår i uteleken i barnehagen, samt innflytelsen naturlandskapet har på barns samhandlinger. Metoden besto av observasjon og samtale med en barnegruppe på 34 barn, som tilbragte mye tid utendørs i et naturområde. Gruppen ble fulgt i 30 dager, over en periode på 10 måneder (Jørgensen, 2018, s. 495). Resultatene i Jørgensens (2018, s. 503) forskning viser hvordan

variasjonen i leken og de sosiale strukturene som oppstår i den, påvirkes av naturlandskapet barna befinner seg i. Naturen hadde ingen installerte lekeapparater. Landskapet førte til at barna satte i gang kreative prosesser i møte med naturen, og gjennom sosiale interaksjoner med hverandre. Handlingen i leken påvirket både den sosiale strukturen og samhandlingen i leken. Hvordan barna opplever et område vil variere, akkurat som området vil konstant være i endring og ikke forbli statisk (Jørgensen, 2018, s. 503). Melhuus (2013, s. 1) igjennom sin forskning ser på hvordan utebarnehagens område blir tolket og gitt mening ut i fra barnas samhandling og hvilken effekt det har på den demokratiske praksisen. Dette gjøres ved å følge en utebarnehage. Naturens romslighet skaper grunnlag for barnets frihet dette kommer til syne gjennom bevegelighet og leketema (Melhuus, 2013, s. 12). Dette ser vi også samsvarer med Jørgensen (2018, s. 505) sine funn i forhold til sosiale relasjoner i leken. Melhuus (2013, s. 12) forteller at barn har muligheten til å påvirke innenfor de sosiale rammene i leken. Dermed blir leken åpen for medvirkning. Dette bidrar til en demokratisk praksis. Melhuus (2013, s. 12) forteller om forskere som ser på leken som en av de viktigste arenaene for medvirkning. Gjennom danningen av ulike lekegrupper i frileken oppstod det forskjellige ulike grupper. Her kom barnas demokratiske praksis til syne. De eldste barna tok som regel ledelsen av leken. Dette var oftest barn som var gode historiefortellere. Likevel kom ingen barn tilsynet som en tydelig leder gjennom leken. Ledelsen av lek var flytende og varierte ut ifra hvem som tok styringen. Ofte var det barnet som tok initiativ til leken som tok styring av aktiviteten (Jørgensen, 2018, s. 14). De yngste barna fikk også ta delta. Språk var ingen hindring for leken. De eldste barna leste kroppsspråket til barn som ikke hadde de samme språkferdigheten. På denne måten ble alle forstått og inkludert i leken (Jørgensen, 2018, s. 17).

5.3 Psykososialt miljø i naturen

Sando (2019, s. 39) ser nærmere på barns fysiske og psykososiale helse gjennom egen forskning. Den psykiske psykososiale helsen observeres gjennom barnets trivsel. Trivselen måles ut ifra *Leauvens Well-being scale*. Systematiske observasjoner skaper grunnlaget for informasjon som kategoriseres på en skala fra en til fem (Sando, 2019, s. 42-43). Resultatene viser til at lek bidrar til fysisk aktivitet hos barn. Det var også lek som hadde størst positiv effekt på barnet trivsel, med en økning på 0.6. Funnene viser også at interaksjoner barn imellom bidro til å øke barns trivsel med 0.2 (Sando, 2019, s. 46). Resultatene påpeker at opphold i naturen hadde positiv effekt på barns trivsel med 0.4 (Sando, 2019, s. 45). I

fagartikkelen påpeker Sando (2019, s. 49) hvor utfordrende det kan være å måle trivsel. Dermed kan det være fare for validiteten i resultatet av funn.

5.4 Voksenrollen som støttende faktor

Bjørgen (2016, s. 6) bemerket i sin forskning hvilken påvirkningskraft personalet har ovenfor barns deltakelse og fysiske aktivitet i lek. Personalet som deltok i leken bidro til å utfordre barn med motoriske øvelser og risikolek, som de ellers ikke ville ha gjennomført (Bjørgen, 2016, s. 6). Ved at personalet tok i bruk affordances i naturen, la de til rette for lek som var tilpasningsdyktig i forholdt til barnets ferdigheter. På denne måten kunne barna tilpasse sine ferdigheter til leken, samt leke i et sosialt fellesskap med andre barn (Bjørgen, 2016, s. 7). Barns aktivitetsnivå var moderat i frileken. Når barna lekte sammen (også med personalet) ville det oppstå en fysisk-sosial kontakt, dette førte til varighet i aktiviteten (Bjørgen, 2016, s. 8). Det kreves invitasjoner fra andre i lekemiljøet for at barn skal få mulighetene til å oppdage potensialet til aktivitet og lek. Dette vil bidra til å fremme barns aktivitetsnivå (Bjørgen, 2016, s. 9). Funn belyser hvordan leken kan dra fordeler av det fysiske miljøet som skaper sosiale interaksjoner. Samhandlingen bidrar til aktivitetens intensitet og varighet. Mulighetene til sosialt samspill danner grunnlag for sosiale relasjoner og samspill gjennom aktiv lek som oppstår (Bjørgen, 2016, s. 8-9). Personalet burde være støttende ovenfor barnet, gjennom en likestilt relasjon (Bjørgen, 2016, s. 9) Myrstad & Sverdrup (2019, s. 9) sine observasjoner tyder på både hvordan personalet og barna i barnehagen er med på å skape omgivelsene de er en del av. Når barnehagelæreren løfter på stener og stokker, blir barnegruppa oppmerksom på småkryp som eksisterer ute i naturen. På denne måten videre formidler barnehagelæreren kunnskap og gjør barna observante på naturen. Dette støtter barna til å kunne utforske og oppdage på egenhånd, ved en annen anledning (Myrstad & Sverdrup, 2019, s. 8).

Barnehagelæreren burde tilegne seg mer kunnskap om de fysiske og sosiale mulighetene som eksisterer i naturen, med tanke på den pedagogiske praksisen utendørs i barnehagen (Bjørgen, 2016, s. 1). Videre konkluderer Bjørgen (2016, s. 1) med hvordan barns aktivitetsnivå både i naturen og barnehagens uteområde avhenger av sosiale interaksjoner og relasjoner som oppstår mellom både barna og personalet. Melhuus (2013, s. 10) sine observasjoner tyder på at personalet i barnehagen sjeldent deltok i barnas lek. Det var en felles enighet blant personalet at leken tilhørte barna. Det forekom at personalet tok inaktiv til sisten og lignende leker. Melhuus (2013, s. 10) påstår at disse holdningene til lek forekommer i de fleste barnehager blant de ansatte. Observasjonene tyder på at personalet fremstår som

tilbakeholdene. Melhuus (2013, s. 10) stiller seg kritisk til hvordan voksenrollen fremstår i leken og mener personalet kan bidra til å utfordre barna i leken. Konklusjonen underbygges også av resultater i Sando (2019, s. 45) sin forskning. Resultater fra åtte ulike barnehager, viser til at personalet var til stedet 23 prosent av tiden i frileken. Med andre ord er personalet relativt fraværende i frileken. Funnene viser også at tilstedeværelsen av personalet i frilekene, har en negativ effekt på barnas fysiske aktivitet (Sando, 2019, s. 45). Noe som er i strid med Bjørgen (2018, s. 8) som gjennom sine observasjoner påstår at personalet bidrar til fysisk aktivitet blant barna. Det kan være interessant å se nærmere på om dette er nok data til å danne et grunnlag for hvilken effekt voksne har på barnets fysiske aktivitet i frileken, da Sando (2018, s. 45) rapporterer om at personalet er til stedet 23 prosent av tiden i frileken. Det er mulig at de ulike resultatene tyder på hvordan personalet i barnehagen har ulik tilnærming til frileken i barnehagen. Ut ifra denne forskningen kan man anta at et personale som er lite aktiv i barns lek, også vil ha liten påvirkning i lekens utvikling, som videre også gjelder barnas fysiske aktivitetsnivå. Myrsatd & Sverdrup (2019, s. 9 – 10) underbygger hvordan personalets tilstedeværelse er betydningsfullt for barnets utvikling. Resultater viser hvordan barn imitere personalet i barnehagen. Det sosiale samspillet mellom barna og barnehagelæreren kalles for observasjonslæring. Noe som oppstår ved å være observant på detaljer i naturen (Myrstad & Sverdrup, 2019, s. 8).

6.0 Drøfting

6.1 Naturen som utgangspunkt for lek

Topografien i naturen bidrar til å legge et grunnlag for hvilken lek som tar plass i utemiljøet. Varierte naturlandskap støtter opp om barns fantasi, behov for bevegelse og lek, samt bidra til økt intensitet og motivasjon (Hagen, 2018, s. 366). Flere observasjoner fra fagartiklene viser hvordan lek blir inspirert av naturforholdene. Leken henter inspirasjon fra naturområdet, og videre utvikles ut ifra impulsene som oppstår i naturen. Det er mye teori som bekrefter funnene i forhold til hvordan leken tilpasser seg utemiljøet. Hagen (2018, s. 365) bekrefter hvordan barn utforske utfordringer som eksisterer i naturen, og hvordan leken inspireres av landskapet. Det åpne landskapet inspirerer til løping. Funn i litteraturstudiet underbygger dette gjennom videoobservasjoner. Datamaterialet tilsier også at stier øker barns fysiske aktivitet. Aktiviteten som oppstår i naturen påvirkes av områdets begrensninger og mulighet (Hagen & Sæther, 2014, s. 23). I møte mellom begrensninger og muligheter kan det påstås at mestring oppstår. For å oppnå mestring er man avhengig av en utfordring som er krevende, men fortsatt er gjennomførbar (Nordahl & Misund, 2009, s. 67). Variasjonen i naturen og ulike aktiviteter gjør naturen egnet for å oppleve mestring (Langholm et. al., 2017, s. 55). Risikolek er en arena som krever at barnet tilpasser omgivelsene i forholdt til eget ferdighetsnivå. Mestring av risikolek danner gode mestringserfaringer og positive relasjoner til barna som er inkludert i opplevelsen (Lundhaug, 2013, s. 36). Flere funn i litteraturstudiet viser til hvordan det ulike landskapet engasjerer til ulik lek. Til og med naturen som oppfattes som fri, har faste lekeområder. Studiene viser til hvordan aktiviteter som gjemsel og klatring oppstår på de samme stedene. Andre eksempler er hvordan områder som inspirerer til unik lek, har fått tildelt egne navn. Landskapet rundt trollhula byr på ulike lek impulser. Det kan også antas at navnet på områder bidrar inspirasjon til lekens utvikling og danner asiasjoner hos barnet som føres med videre inn i leken.

6.2 Sosiale relasjoner

Barnets mestringsfølelse er svært betydningsfullt for barnet selvoppfattelse (Langholm et. al., 2017, s. 55). Det sosiale aspektet påvirker også selvoppfattelsen barn danner seg. Selvoppfattelsen hos barnet baserer seg på evnen til mestring av lek og sosiale settinger. Barnet påvirkes også av andre barn. Det er de jevnaldrenes trivsel og holdningene til omgivelsene, og hvordan de tar i bruk omgivelsene som har betydning for enkeltbarnet (Lillemyr, 2020 s. 162-163). Påvirkningen mennesker har på hverandre, og i hvilken grad vi dannes i møte med hverandre underbygger viktigheten til å skape gode relasjoner innad i

barnehagen. Dette underbygges av Vygotskij sin sosiokulturelle læringsteori. Teorien baserer seg på hvordan det sosiale miljøet påvirker barnets utvikling (Lyngseth, 2018, s. 304). Barnets utvikling må ses i kontekst med omgivelsene og er et resultat av barnets samspill (Glaeser, 2018, s. 33). Funnene i forskningen viser hvordan aktivitet i naturen baserer seg på sosiale interaksjoner og relasjoner som oppstår mellom barnet og personalet. Gode sosiale relasjoner kan bidra til å danne fordelaktige forutsetninger for lek, læring og økt livskvalitet i barnehagen. Datamateriale viser hvordan lek, samt interaksjon med andre barn og opphold i naturen øker barnets trivselsfaktor. Det kan konkluderes med at lek i samspill med andre barn, ute i naturen danner godt grunnlag for trivsel i barnehagen. Dette er noe barnehagelæreren kan bemerke seg, da det tidligere ble nevnt hvordan barn kan danne egen selvoppfattelse ut ifra hvilken grad andre barn trives (Lillemyr, 2020 s. 162-163). Med tanke på funnene burde barnehagen være et sted for trivsel og mestring, som styrker barnets selvbylde. Kompetente barn og støttende voksne bidrar til å støtte opp om barnets utvikling (Lyngseth, 2018, s. 304).

Noen av de mest interessante funnene er de som viser til hvordan demokrati, medvirkning og konflikthåndtering oppstår i barns lek i naturen. Disse observasjonene gjelder datamateriale med utgangspunkt i forskningsartikler. Det at barn gjør seg erfaringer med demokrati i leken var et perspektiv jeg ikke hadde reflektert over tidligere. Grunnlaget for demokratisk erfaring hos barn oppstår i leken og samspillerfaringer. Dette innebærer vennskap, inkludering, ytringer av egne meninger og å lytte til andre sine meninger (Hagen, 2023, s. 96). Eksempler på hvor barn gjør seg denne typen erfaring finnes i datamaterialet. Barnas forhandling om hvordan leken skal foregå baserer seg grunnlagene som danner demokratisk erfaring. I rammeplanen for barnehagen kommer det til syne hvordan barnehagen skal fremme demokrati. Dette innebærer også å være et sted for inkludering og fellesskap. Barn skal også få muligheten til å ytre seg og bli hørt. Dette skal gi rom for deltakelse hos alle barna (Rammeplanen, 2017, s. 9). Funnen i litteraturstudiet tyder på at naturen skaper ekstra gode forutsetninger for demokratisk praksis og medvirkning. Romsligheten i naturen byr på en unik frihet for barns bevegelse og leketema. Dette bidrar til å danne godt grunnlag for barns medvirkning og skaper erfaringer med demokratiske praksiser.

6.3 Voksenrollen som støttende faktor

Personalet i barnehagen er en del av barns relasjoner. Det er også observasjoner av voksenrollen i utetiden som skaper størst språk innad i funnene. Forskningen viser ulike tilnærminger som jeg ønsker å se i lys av hverandre. Noen peker på de positive elementene med et deltakende personale. Deler av funnene viser hvordan aktivitetsnivået i naturen

avhenger av sosiale interaksjoner og relasjoner barn til andre barn og personalet. Andre funn viser til hvordan personalet sjeldent tok initiativ i uteleken. Det omtales som en felles enighet om at leken tilhørte kun barna. Enkelte av studiene bemerker disse holdningene som gjentakende i et flertall av barnehager. Observasjonene tydet på at personalet holdt seg tilbake, noe som artikkelforfatteren stilte seg kritisk til. Observasjoner av personale som er lite deltakende i barns lek ute i naturen går igjen. Video observasjoner viser hvordan personalet var til stedet 23 prosent av tiden i frileken. Det som gjør dette interessant, er at tilstedeværelsen ble observert å ha negativ effekt på den fysiske aktiviteten til barnet. En kontrast til funn som påstår at personalet bidrar til fysisk aktivitet i barnegruppa. Hva som utgjør denne forskjellen, er ikke enkelt å påpeke. Muligens kan det ha opphav i personalets holdning til lek i naturen og frileken. Observasjonen av det aktivt personale, viser til økt aktivitet hos barn. Det kan antas at passive voksne også skaper passive barn. En mengde observasjoner dokumentert på video, tyder på hvordan personalet var til stede kun 23 prosent av tiden i barnets frilek. Resultatet av forskningen viser også hvordan tilstedeværelsen hadde en negativ effekt på barns aktivitetsnivå. Det kan antas at personalet forsøkte å holde seg ute av leken, i frykten for å forstyrre den. Årsak til lavt aktivitetsnivå kan også være inngrep i konflikter eller behov for trøst. Dette er samspill personalet har med barn, som ikke vil føre til fysiskaktivitet eller ha det som formål. Et annet scenario kan være at personalet tar del i barnets undring. Langholm et. al. (2017, s. 56) forteller om hvordan intensjonen er å ikke forstyrre barn i leken. Det er mulig personalet i barnehagen er bekymret for å ødelegge den frileken. Funn tyder på at det kan være en fellesforståelse av at leken tilhører barna. Spesielt leken som oppstår i naturområder. Konsekvensen av dette kan da bli passivt personalet i uteleken. Med tanke på at data fra videobservasjoner viser hvordan personalet relativt lite er til stede i barns frilek, vil frilek også være et definisjonsspørsmål. Dette kan stilles spørsmål til i hvilken grad den observerende parten vil oppfatte personalets deltakelse i lek som frilek.

Barnets inaktiv til lek skal tas på alvor. Når leken oppstår, kan personalet inngå i en observerende rolle. Formålet er å støtte positiv adferd i leken, og hindre negativ atferd. Det er viktig for barn å lære hvordan de kan løse konflikter. Opplevs det som utfordrende for barna kan personalet bidra som veiledende i konfliktløsningen (Hagen, 2023, s. 99). Hagen (2023, s. 99) sin beskrivelse av personalets rolle i leken kan ses i sammenheng med Bruner (1983) sin teori om stilas bygging. Teorien er en metafor for tilstedeværende voksne. I samspill med barnet kan den voksne bidra til å støtte barnets utvikling (Lyngseth, 2018, s. 304).

Observasjoner i datamaterialet viser hvordan barnehagelæreren deler sin kunnskap i samspill

med barn. Personalet kan gjøre barn observante på utforskningsmulighetene i naturen. Dette ble gjort ved å støtte barna i den utforskende prosessen. I observasjonen løftet barnehagelæreren på steiner, for å vise insekter til barna. Denne kunnskapen kunne barna ta med seg videre inn i sin lek og utforskning av naturen. Neste gang barna utforsker naturen kan de videreformidle kunnskap og ferdigheter i samspill med andre barn. Observasjonen kan bli sett i lys av det sosiokulturelle læringsteorien, hvor viktigheten av kompetente barn og støttende voksne blir belyst (Lyngseth, 2018, s. 304).

Relasjoner styrkes i lek, ved bruk av elementer som bidrar til å videreutvikle leken (Mælan & Drugli, 2022, s. 44). Funn i litteraturstudie viser til hvordan barn benytter seg av elementer i naturen til å videre utvikle leken. Ferske impulser bidrar til å ta leken vider. I tilfelle fra forskningen blir det observert hvordan barnegruppen automatisk danner ulike lekegrupper, på diverse områder i naturen. En lekegruppe kan innad splitte seg i nye grupper, da barna inspireres ulikt av muligheten natur skaper innad i leken. Barn som leker i frilek og over lengre perioder i naturområder vil utvikle en selvstendighet (Lysklett, 2013, s. 150). Dette kan muligens også være årsaken til at funn i studie viser til ett personalet som ikke deltar i barnelek. Barnegruppa kan oppleves som selvstendig.

6.4 Synliggjøring av naturens egenverdi

Tematikk som oppleves som gjentakende både i teori og datamaterialet innebærer naturens fordeler i forholdt til motorikk og fysiskaktivitet. Gjennom litteraturanalsen kommer det til syne hvordan observasjoner dokumenterer hva som bidrar til økt fysisk aktivitet, og hva som hindrer den fysiske aktiviteten blant barn. Eksempler er teorien om affordances (Gibson, 1979) som skaper muligheter i lekemiljø, ofte med hensikt om å øke barns fysiske aktivitet ved hensiktsmessig valg av naturområde (Fjørtoft, 2018, s. 190-191). Neegaard (2022, s. 18) skriver om hvordan møte med naturen regnes som en sentral del av friluftslivet og i seg selv er en egenverdi. Friluftsliv i barnehagen kan kategoriseres i et aktivt element og et rolig element. Det rolige naturelementer tar utgangspunkt i naturopplevelser (Neegaard, 2022, s. 18). Naturen blir også omtalt som en arena for lek og læring, gjerne om naturfenomener. Formålet er antakelig å gi barn en relasjon til naturen og kunnskap. Hensikten vil muligens være å støtte opp om barns fremtidige bærekraftighandlinger, samt skape et ønske for vern av mangfoldet i naturen. Mulighetene til pedagogiskarbeid i naturen kan fremstilles som det er en baktanke for opphold i naturen. Muligens på bakgrunn av læringsmulighet som oppstår i møte med naturen. Egenverdiene som er et følge av å tilbringe tid i naturen kommer lite til

syne. Siden 1800 tallet vil jeg påstå at det har skjedd store endringer innad i friluftslivet, både når det gjelder utstyr og noe av aktivitetene som gjennomføres i naturen. På tross av dette fremstår egenverdiene til friluftslivet uendret. Mennesker oppsøker naturen for opplevelsen av ro og tilstedeværelse. Naturen påvirker mennesker psykisk og sosialt (Dragland, 2018, s. 54). Det er det sammensatte forholdet mennesker har til naturen som gjør det til en egnet arena for å kjenne på følelser, sanse og filosofere (Dragland, 2018, s. 15.) Funn gjennom litteraturanalsen viser også til hvordan opphold i naturen skaper trivsel og personalet opplever en ro. I samtale med barna ble det ytret hvordan barna ikke savner de tradisjonelle plastlekene. Observasjonene viste til hvordan naturmaterialene ble benyttet i leken. Ett av studiene er allerede inne på dette, da det undres om naturen danner et bedre grunnlag for å ta initiativ. Naturen kan være udefinert og ikke ha noen forhåndsbestemt funksjon. Disse egenskapene bidrar til å stimulere barns kreativitet (Hagen, 2023, s. 93).

7. Avslutning

I denne bacheloroppgaven har jeg forsøkt å besvare problemstillingen hvordan kan friluftsliv i barnehagen styrke barns relasjoner. Det er begrenset med tidligere forskning som går i dybden på hvilke effekter friluftsliv har på sosiale relasjoner. Likevel tyder teori på at opplevelser i naturen skaper gruppe tilhørighet og samhold. Noe som fører til gode opplevelser gjennom sosial samhandling. Funn bekrefter det teorien fremhever i forhold til hvordan barns relasjoner avhenger av eget selvbilde og trivsel. Forskning viser hvordan opphold i natur har positiv virkning på barnets trivsel i barnehagen. Lek i samspill med andre barn har enda større effekt på trivselsfaktoren. Ved tilrettelegging av sosial lek i naturen kan det konkluderes med økt trivsel hos barnet. De vil muligens danne et godt grunnlag for å skape gode relasjoner i barnehagen gjennom friluftsliv.

Interessant oppfølging av studiet kan være å undersøke kontraster, ved å se nærmere på eventuelle atferdsendringer hos barnegruppa inne i barnehagen versus på tur i naturen. Gjennom å erstatte lekene på barnehagens uteområde med naturmateriale, er det også mulig å forske videre på hvordan naturbaserte lekmaterialer påvirker barns relasjoner innad i lek, og dens utvikling.

Funn i studiet bidrar også med observasjoner av personalets rolle i lek i naturen. Kunnskap om hvordan personalet kan danne gode forutsetninger for positiv lek, gjennom å ta initiativ til lek og legge til rette for inkluderende lek er relevant for barnehagelærerens tilrettelegging av gode relasjoner.

Resultatet av litteraturstudiet viser ikke til at friluftsliv direkte styrker barns relasjoner, likevel kan friluftsliv omtales som en støttende faktor i barns relasjoner. Datamaterialet i litteraturstudie viser lekens betydning for relasjoner. Store deler av utforskning og læring i naturen foregår i form av lek. I leken opplever barn samspill, blir kjent med demokratiske perspektiver og konflikthåndtering. Dette er faktorer som kan bidra til å utvikle barns relasjoner. Naturen som arena for lek danner grunnlag for samarbeid, utforskning, mestring og opplever i et fellesskap, det er dette som gjør den til en god arena for utviklingen av barns relasjoner. Funn i litteraturanalsen tyder på at friluftsliv i barnehagen kan styrke barns relasjoner gjennom lek og et godt og trygt psykososialt miljø.

På bakgrunn av dette litteraturstudie vil jeg som barnehagelærer være klar over hvilke faktorer som danner trivsel i barnegruppa. Jeg kan danne gode forutsetninger for å støtte barn i deres relasjoner, ved å være en deltakende voksen som legger til rette for lek og læring i et

fellesskap. Som barnehagelæreren kan natur og friluftsliv tas i bruk som et pedagogisk verktøy, med formål om å skape gode forutsetninger for lek, relasjoner og trivsel i barnehagen.

8. Referanseliste

Bakke, H. H. K. (2022). *Natur, miljø og teknologi i barnehagen* (2. utgave).

Universitetsforlaget.

Bergsland, M. D., & Jæger, H. (2022). *Bacheloroppgaven i barnehagelærerutdanningen* (2. utgave). Cappelen Damm akademisk.

Bjørngen, K. (2016). *Physical activity in light of affordances in outdoor environments: qualitative observation studies of 3-5 year olds in kindergarten*. *SpringerPlus* 5, 950. <https://doi.org/10.1186/s40064-016-2565-y>

Broch, T. B., Gundersen, V., Vistad, O. I., Selvaag, S. K., & Wold, L. C. (2022). *Barn og natur – Organiserte møteplasser for samvær og naturglede*. In *NINA Temahefte*. Norsk institutt for naturforskning (NINA).Dalland, O. (2020). *Metode og oppgaveskriving* (7. utgave.).

Gyldendal.

Dragland, Å. (2018). *Slik påvirker naturen oss*. Flux Forlag.

Glaser, V. (2018). Grunnlaget for barns utvikling. I Glaser, V., Størksen, I., & Drugli, M. B. (Red.). (2018). *Utvikling, lek og læring i barnehagen: forskning og praksis* (2. utgave).

Fagbokforlaget.

Glaser, V. (2018). Ulike psykososiale retninger og perspektiver. I Glaser, V., Størksen, I., & Drugli, M. B. (Red.). *Utvikling, lek og læring i barnehagen : forskning og praksis* (2. utgave)

Fagbokforlaget.

Gibson, J. (1979). *The ecological approach to visual perception*. Boston, Massachusetts: Houghton Mifflin.

Hilmo, I. & Holter, K. (2008). *Barnehagers bruk av naturområder*. HiO-rapport 2008:14.

Fangen, K. (2022, 6. september). *Kvalitativ metode*. De nasjonale forskningsetiske komiteene. <https://www.forskningsetikk.no/ressurser/fbib/metoder/kvalitativ-metode/>

Fjørtoft, I. (2018). Barn og bevegelse: Læring gjennom landskap. I Sandseter, E. B. H., Hagen, T. L., & Moser, T. (Red). *Kroppslighet i barnehagen: pedagogisk arbeid med kropp, bevegelse og helse* (3. utgave). Gyldendal.

- Hagen, T. L. & Sæter, M. (2014). Kreativ ute. Sæther, M. & Hagen, T. L.(red.). *Kreativ ute: Barnehagepedagogikk med uterommet som læringsarena*. Fagbokforlaget.
- Hagen, T. L. (2018). Bevegelseslek i natur og barnehagens nærmiljø. I Sandseter, E. B. H., Hagen, T. L., & Moser, T. (Red.). *Kroppslighet i barnehagen: pedagogisk arbeid med kropp, bevegelse og helse* (3. utgave). Gyldendal.
- Hagen, T. L (2023). Naturen som pedagogisk ressurs i bærekraftige praksiser. I Heldal, M., Hagen, T. L., Olaussen, I. O., & Haugen, G. M. D. (2023). *Barnehagelæreren i en foranderlig verden: bærekraftige og kultursensitive praksiser*. Fagbokforlaget.
- Johannessen, A., Christoffersen, L., & Tufte, P. A. (2021). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (6. utgave). Abstrakt forlag.
- Jørgensen, K-A. (2018). 'Children's clans'; social organisation and interpretive reconstruction as aspects on development of peer-groups in outdoor play, *Ethnography and Education*, 13:4, 490-507, DOI: 10.1080/17457823.2017.1348904
- Kellert, S. & Wilson, E. (1995). *The biophilia Hypothesis – A collection of invented papers supporting refuting the biophilia hypothesis*. Washington, D.C.: Island Press.
- Kibsgaard, S. (2018) Den livsviktige leken .I Glaser, V., Størksen, I., & Drugli, M. B. (Red.). *Utvikling, lek og læring i barnehagen: forskning og praksis* (2. utgave.) Fagbokforlaget.
- Klepsvik, K. & Heggem, M. P. (2015). Ta naturen tilbake til barnehagen. I Hallås, O., & Karlsen, G. (Red.). *Natur og danning : profesjonsutøvelse, barnehage og skole*. Fagbokforlaget.
- Klima- og miljødepartementet (2018). *Handlingsplan for friluftsliv: natur som kilde til helse og livskvalitet*
<https://www.regjeringen.no/contentassets/ce805bbda07b40d184115b512d1c0de0/t-1564.pdf>
- Krempig, I. W. & Neegaar, H. (2022). Friluftslivets sti mot livsmestring, helse og danning. I Neegard, H. & Krempig, I. W. (Red.). *Barnehagens friluftsliv*. Cappelen Damm akademisk.
- Kunnskapsdepartementet. (2017). *Rammeplan for barnehagen: Forskrift om rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver*. Udir.

<https://www.udir.no/contentassets/7c4387bb50314f33b828789ed767329e/rammeplan-for-barnehagen---bokmal-pdf.pdf>

Langholm, G. (Red.), Hilmo, I., Holter, K., Lea, A. & Synne, K. (2017). *Forskerfrøboka* (2. utgave) Fagbokforlaget.

Lillemyr, O. F. (2020). *Lek på alvor: barns lek - en utfordring for læring* (4. utgave). Universitetsforlaget.

Lundhaug, T. (2013). Sikkerhet i barns friluftsliv. I Lundhaug, T., & Neegaard, H. R. *Friluftsliv og uteliv i barnehagen*. Cappelen Damm akademisk.

Lyngseth, E. J. (2018). Forebyggende muligheter i barnehagen gjennom kartlegging og tidlig innsats. I Glaser, V., Størksen, I., & Drugli, M. B. (Red.). *Utvikling, lek og læring i barnehagen: forskning og praksis* (2. utgave). Fagbokforlaget.

Lysklett, O. B. (2013). *Ute hele uka: natur- og friluftsliv i barnehagen*. Universitetsforlaget.

Meld. St. 18 (2015 – 2016). *Friluftsliv: Natur som kilde til helse og livskvalitet*. Klima- og Miljødepartementet

<https://www.regjeringen.no/contentassets/9147361515a74ec8822c8dac5f43a95a/no/pdfs/stm201520160018000dddpdfs.pdf>

Melhuus, E. (2013). *Utebarnehager – et sted for demokratisk praksis?*. Tidsskrift for Nordisk Barnehageforskning. 6. 10.7577/nbf.449.

Myrstad, A., & Sverdrup, T. (2019). *De yngste barna som vegfarere i barnehagen*. Nordisk barnehageforskning, 18. <https://doi.org/10.7577/nbf.2622>

Mælan, E. N. & Drugli, M. B. (2022). *Gode relasjoner i barnehagen* Gyldendal.

NB ECEC (u.å). *Skandinavisk forskning på barnehageområdet*. <https://www.nb-ecec.org/>

Neegaard, H. R. (2013) Legitimering av friluftsliv og uteliv i barnehagen. I Lundhaug, T., & Neegaard, H. R. *Friluftsliv og uteliv i barnehagen* Cappelen Damm akademisk.

Neegaard, H. R (2022) Friluftslivspraksis i barnehage. I Neegard, H. & Krempig, I. W. (Red.). *Barnehagens friluftsliv*. Cappelen Damm akademisk.

Nordahl, A., & Misund, S. S. (2009). *Læring gjennom mestring: skoggruppemetoden*. Sebu Forlag.

Persson, M. (2021). *Hvordan skrive en litteraturgjennomgang?: en praktisk guide*. Universitetsforlaget.

Sando, O. J. (2019). *The outdoor environment and children's health: a multilevel approach*, International Journal of Play, 8:1, 39-52, DOI: [10.1080/21594937.2019.1580336](https://doi.org/10.1080/21594937.2019.1580336)

Vedum, T. V., Ødegaard, T., Dullerud, O., & Aaseth, H. (2005). *Natur- og gårdsbarnehagen*. Fagbokforlaget.

Vold, T. (2022, 11. april). *nasjonalromantikken* i Store norske leksikon. <http://snl.no/nasjonalromantikken>