



<http://www.diva-portal.org>

This is the published version of a chapter published in *Lärande i friluftsliv: Perspektiv och ämnesdidaktiska exempel*.

Citation for the original published chapter:

Svanström, F. (2011)

Naturupplevelser: Möjligheter för pedagogen.

In: Suzanne Lundvall (ed.), *Lärande i friluftsliv: Perspektiv och ämnesdidaktiska exempel* (pp. 43-50). Gymnastik & idrottshögskolan

N.B. When citing this work, cite the original published chapter.

Permanent link to this version:

<http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:gih:diva-2089>

Naturupplevelser

Möjligheter för pedagogen

Fredrik Svanström

Två dagar efter en friluftsdag träffade idrottsläraren sina elever igen i samband med en lektion i idrott och hälsa. På friluftsdagen hade eleverna tränat på att göra upp eld och laga mat, gjort några kortare kartövningar, vandrat en sträcka och skrivit naturlyrik. Dagen genomfördes en septemberdag i skogsmiljö i anslutning till hav. Vädret hade varit gråmulet utan både regn och sol. När läraren frågade sina elever om hur de hade upplevt dagen var svaren vitt skilda från: ”Underbart, vilken härlig dag!”, ”Fy fan, vad kallt det var!”, ”Jag hatar naturen”, ”Kan vi inte göra mer sånt här?”, ”Vad skönt det var att vara ute i naturen en hel dag?” till ”Jag var hungrig hela tiden...”

Naturupplevelser

I såväl grundskolans som gymnasieskolans kursplaner för idrott och hälsa omnämns friluftsliv på olika sätt. En mycket central komponent i friluftsliv är naturupplevelsen (Tordsson, 2003; Nilsson, 2007; Naturvårdsverket, 2005; Engström & Redelius, 2002; Kulturdepartementet, 1999). Vad är då en naturupplevelse? I den enklaste beskrivningen är det en upplevelse som knyter an till det som vi kallar naturen. En upplevelse kan betecknas av att en person riktar sin uppmärksamhet mot något och även utesluter annat (Kruse, 2002). Begreppet natur har inte någon entydig definition och skiljer över tid och mellan olika kulturer, men även mellan individer inom samma kultur. Samtidigt är begreppet natur färgat av den kultur och tid som det är en del av. Några tankar kring begreppet natur är att det parallellt finns någon typ av motpol; natur-kultur, natur-civilisation och naturligt-övernaturligt (Sörilin, 2005; Uddenberg, 1995; Johannisson, 1984; Fink, 1995). Det går också att konstatera att det finns en stor spännvidd i vad vi svenskar definierar som natur. En del menar att en fotbollsplan är natur medan andra kräver skog eller fjäll (Fredman, Karlsson, Romild & Sandell, 2008).

Med ett kognitivt perspektiv på naturupplevelser blir det tydligt att tidigare erfarenheter och upplevelser av naturen spelar en viktig roll när vi ”skapar” våra naturupplevelser. Naturupplevelsen består av flera samverkande processer. I samband med dessa processer styrs vi i hög grad av våra tidigare erfarenheter och upplevelser. Vidare sker de ofta automatiskt, vanemässigt och vi söker den information som befäster och styrker våra tidigare erfarenheter och upplevelser. Vi varseblir också stimuli som vi känner igen eller tilltalas av snabbare och vice versa (Nerland, 2002).

Ytterligare en viktig faktor är de kulturella aspekterna eftersom: ”mycket av varseblivningen är en inlärning där olika kulturella synsätt, attityder, värden och trossystem spelar en avgörande roll” (ibid., 2002). Utvecklandet av kognitiva strukturer bygger följaktligen till stor del på erfarenhet och inlärning (Lundh, Montgomery & Waern, 1992). Vi vet också att det är svårt att förändra de kognitiva strukturerna trots att det finns information som är motstridig (ibid.). De tidigare stegen i formandet av naturupplevelsen sker i huvudsak automatiskt och utan större eftertanke. Senare i processen sker däremot en medveten tankemässig bearbetning av intrycken. Bearbetningen kan leda till att individens be-



Foto: Malin Lundberg.

teenden i framtiden påverkas. I samband med reflektionen är det sannolikt att en person med stor kunskap och erfarenhet av naturen kommer att kunna reflektera i större omfattning och med ett större djup beroende på att personen lättare kan känna igen och läsa av olika fenomen, t.ex. var olika svamparter lättast kan hittas eller vem som har ätit på de avskalade kottarna på marken. Detta leder till en ökad beredskap att ta emot sinnesförmåelser som skapar en ännu större referensram och på så sätt bildas en god cirkel. Reflektionerna kan således påverka de tidigare processerna i skapandet av en naturupplevelse (Nerland, 2002). Samtidigt finns det, som tidigare nämnts, en inbyggd svårighet i att ändra de kognitiva strukturerna (Lundh, Montgomery & Waern, 1992).

Ovanstående tankesätt leder till att en naturupplevel-

se med automatik inte är positiv och att olika individer kan uppleva helt olika saker i samma situation. Till exempel kan en person uppleva ro och stillhet i en naturmiljö, medan en annan känner stress och obehag i samma naturmiljö. Vidare kan en person känna trygghet av att följa en skyltad stig som leder till att personen kan uppleva naturen på ett mer mångfacetterat sätt, medan en annan person upplever det som tråkigt och "instängt" att följa samma stig. Det är också viktigt att förstå hur svårt det är att ändra de kognitiva strukturerna som en individ har eftersom vi söker efter information som befäster våra uppfattningar och ignorerar information som motsäger dem. Det finns även en risk för att en pedagog, som har en mycket positiv syn på naturupplevelser, och som vill "skapa" en naturupplevelse hos en annan person, saknar förståelse för en mer negativ syn

på naturupplevelser – i förståelsen ligger en insikt om hur olika förutsättningar och villkor har betydelse för de upplevelser som uppstår.

Många svenskar väljer att vistas i naturen för att få upplevelser och avkoppling. Medan andra har ett mer ”nyttigt” syfte med att vistas i naturen, t.ex. motion eller svampplockning. Det framkommer också i litteraturen att det hos människan finns ett behov av estetiska upplevelser. Vidare kan naturen tillfredsställa post-materialistiska värden, d.v.s. människorna söker upplevelser och självutveckling. (Uddenberg, 1998)

Vad är då en naturupplevelse? Det är en svår fråga utan något tydligt svar. Jønsberg (2000) skriver om tre typer av naturupplevelser: den perceptuella, den estetiska och den kroppsliga. Den perceptuella innebär informationsinhämtning och tolkning av denna för att nå målet, vid exempelvis jakt och fiske. Den estetiska innebär fokus mot att uppleva naturens estetiska delar som färg och form etc. För den kroppsliga naturupplevelsen är det centrala att det finns ett samspel mellan motorisk kompetens eller fysisk förmåga och naturen (gärna krävande). En naturupplevelse kan också vara ”att träda in i ett sammanhang större än människan” (Uddenberg, 1998). Människan upplever sin ”obetydlighet – ’kreaturlighet’ – inför något överväldigande och outsägligt” (Uddenberg, 1995). Naturupplevelsen kan också bestå av stillhet och lugn. Stillhet kan innebära att vara avskärmad från yttre intryck, men det behöver inte betyda att vi är lugna inombords. Stillhet kan även vara när vi upplever en både inre och yttre harmoni (Hobbel, 1994).

Begreppet naturupplevelse och dess innebörd kan således skilja mycket mellan olika individer. Detta innebär också att naturen kan bjuda på en mängd olika sinnesintryck (färger, former, dofter, smaker och ljud) utan att det leder till en individ får en god naturupplevelse. Naturupplevelser kan också således ses som ett växelspel mellan individen och naturen, där individen måste vara öppen för intryck från naturen. Slutligen menar Törds-son (2006) att ”naturupplevelsen ger människan en känsla av delaktighet i det stora sammanhanget”. Han menar vidare att det moderna samhället saknar en mängd av de sinneskvaliteter som naturen har – all oregelbundenhet har slipats bort i det moderna samhället.

Barns naturupplevelser

Det är också värt att fundera på om barns naturupplevelser är av en annan typ än de vuxnas. Bagøien (1998) diskuterar några olika aspekter som han menar karaktäriserar barns naturupplevelser. Barn ger gärna mänskliga drag till både växter, djur och annat i naturen i större utsträckning än vuxna som är mer objektiva och iakttagande. För barn skapar också ett område en helhet (gestalt) genom dess olika delar (t.ex. stigar, klätterträd, klippblock att gömma sig under, diken att leta grodyngel i), där helheten är större än delarna. När barn upptäcker naturen gör de det med ett snabbt skiftande fokus, ena stunden känner de på en bit mossa, för att nästa sekund försöka fånga en myra, för att sedan snabbt börja plocka blåbär. När de gör sina upptäckter och iakttagelser är de oftast inte så intresserad av vilken typ av kikare de har eller vilken modell på jacka som de bär. Barnen är intresserade av den enkla naturupplevelsen. Barn har under sin vistelse i naturen en hög mental närvaro, vilken kan liknas med den vuxne som har erfarenhet av naturvistelse. Barnet upplever här och nu och har inte så stort fokus på vad som ska serveras till middag eller vilket väder det blir imorgon. När barn utforskar naturen är de också ofta i rörelse och fysiskt aktiva – de är *i* naturen. De känner och luktar på blommor, smakar på bär, hoppar upp och ner på stenar och fångar insekter. Medan vuxna ofta tittar på och samtalar *om* naturen. Bagøien (1998) menar vidare att barn upplever naturen som mest i det lilla och nära – insekter, små blommor, fiskyngel etc. och att barn för det mesta inte är lika intresserade av det storslagna som de vuxna.

Utifrån ett didaktiskt perspektiv kan naturupplevelser vara syftet med, innehållet eller metoden i en undervisningssituation. Således kan naturupplevelser bilda en utgångspunkt för friluftsliv i skolan när det gäller frågor om idén/målsättning med innehåll (varför), och iscensättningen av detta innehåll, d.v.s. dess form och struktur (vad och hur) (Kruse, 2004)

Påverkan på naturupplevelse

Det verkar som det finns ett flertal olika faktorer som påverkar naturupplevelsen, d.v.s. förstärker och begränsar den. Vidare finns det en stor spännvidd bland de fak-

torer som påverkar naturupplevelsen.

Naturupplevelsen sker i en *naturmiljö* och denna är således en central faktor för upplevelsen. Vidare har olika individer olika uppfattning om samma naturmiljö. De olika uppfattningarna kan påverkas av nedskräpning, ljud (t.ex. buller från vägar), naturtyp (fjäll, skog, hav etc.), avstånd till civilisation (Svanström, 2011). Vidare uppfattas naturmiljöer som inte har blivit påverkade av människan som mer värdefulla, t.ex. fjäll och insjöar, och speciellt om de upplevs som vackra, vilda, spektakulära och utmanande (Pedersen, 1995). Denna naturuppfattning kan relateras till miljöer som är åtskilda från den moderna utvecklingen och till värden som är hämtade från estetiska kriterier. Natur som är påtagligt påverkade av mänskliga ingrepp, exempelvis stadsparker, uppfattas däremot som mindre värdefulla för naturupplevelsen (Pedersen, 1995; Uddenberg, 1998). Naturmiljön och umgänget med densamma kan ses som något relativt (allt från en grönskande balkong till de djupa skogarna kan ses som natur) och umgänget påverkas av hur den ser ut och om man tycker om den. Vidare föredrar de flesta västerlänningar en relativt öppen natur där det finns ett skiftande landskap och möjligheter till överblick (Uddenberg, 1998). Olika naturmiljöer pekas också ut, efter kulturella överenskommelser, där det finns störst möjligheter för att få goda naturupplevelser. Stockholms skärgård, Lapponia och Ölands alvar tillhör dessa områden i Sverige (Sörlin, 2008).

Tordsson (2003) menar att vi under utövande av friidrott "eksponerar oss för naturen [...] lär den virke på vår kropp..." Naturen måste ju upplevas på något sätt – med våra sinnen. Detta leder in på de *sensoriska upplevelserna*, t.ex. att frysa, vara blöt eller vara hungrig. Att de är viktiga torde vara ganska självklart. Det innebär att om de sensoriska upplevelserna upplevs som negativa kommer detta leda till en negativ upplevelse av naturen (Svanström, 2011).

Även de *motoriska upplevelserna* kan påverka naturupplevelsen. En del individer upplever att naturupplevelsen blir mer positiv och starkare om den kombineras med en motoriskt utmanande och utvecklande upplevelse. Det kan t.ex. vara ett slalomåk i hög fart eller att behärska kajaken i samband med vågor. Det som är värt att återigen påpeka är att olika individer har olika referensramar. En backe som upplevs som utmanande för en



Foto: Suzanne Lundvall.

person upplevs inne alls så för en annan. De motoriska upplevelserna har ett nära samband med naturmiljöaktiviteter (se vidare Nilssons kapitel). Arnegård beskriver olika upplevelsedimensioner som måste närvara för att en upplevelse av flow ska infinna sig i samband med äventyrssport. Kroppen ska vara aktiv, men det behöver inte vara för att träna (det finns ett rörelsebehov). Det ska också finnas ett samspel mellan kroppen och naturen. Vidare ska det vara fordrande, komplexa och tydliga utmaningar. Man ska även ha en total fokusering och vara helt uppslukad av aktiviteten. Slutligen ska man känna att man klarar av och behärskar situationen (Arnegård, 2006). Svanqvist menar också att samspelet som sker mellan individen och omgivningen påverkar hur umgänget med naturen upplevs (2000).

De sensoriska- och de motoriska upplevelserna har båda sitt ursprung i olika sinnesmodaliteter. Även upplevelsen av naturmiljön kan vara av sensorisk karaktär (färger, former etc.) men behöver inte vara det. Upplevelsen av naturmiljön kan också härledas till att perso-

nen känner en tillhörighet till platsen. Begreppet natursyn är ett uttryck för den sociokulturella kontext där våra värderingar ligger. Natursynen är en produkt av vår tid, vår bakgrund och vårt sammanhang. Natursynen påverkar vår upplevelse av naturen så tillvida att man känner tillhörighet och samhörighet med vissa platser (Svanqvist, 2000). Uppdelningen i dessa tre kategorier bottenar i att kroppen tydligt är i rörelse i samband med de motoriska upplevelserna, att naturmiljön har en tydlig platsanknytning och att de sensoriska upplevelserna snarast har sitt ursprung i basala behov.

Andra faktorer som påverkar naturupplevelsen är de *sociala upplevelserna*. I ett kognitivt perspektiv påverkas naturupplevelsen av situationen som den upplevs i. Det leder till att om en person upplever, t.ex. att det råder dålig stämning i en grupp, läggs ett negativt filter på naturupplevelsen. På motsvarande sätt kan naturupplevelsen förhöjas vid gott sällskap (Svanström, 2011). Vidare kan de *psykiska upplevelserna* också påverka hur naturupplevelsen blir. Inom denna faktor finns en stor variation och referensramarna är mycket individuella. Att naturupplevelsen kan påverkas negativt om individen känner sig otrygg, på grund av t.ex. oro för att gå vilse, bli hungrig eller frusen torde vara ganska självklart. Andra vill inte att det ska vara för styrt och bekvämt och vill ha stor frihet med stora kontraster (regn/sol, kyla/värme) (ibid.).

Att "skapa" positiva naturupplevelser hos någon annan

Är det möjligt att "skapa" positiva naturupplevelser hos någon annan? Ja, utifrån tidigare text är det ytterst tveksamt. Bentsen, Andkjaer & Ejbye-Ernst (2009) menar att det är meningslöst att tro att det ska gå att bestämma vilka naturupplevelser andra ska få eftersom man inte bestämmer vad människor riktar sin uppmärksamhet mot, vad de väljer ut och vad de tolkar av det som de väljer ut. Vidare uppfattar vi, som nämnts inledningsvis, det som befäster våra tidigare uppfattningar och ignorerar det som motsäger våra tidigare uppfattningar (Lundh, Montgomery & Waern, 1992). Det är således svårt, men pedagogen har en stor möjlighet att försöka iscensätta situationer där olika typer av naturupplevel-

ser kan erbjudas (uppstå). Hur ska då dessa situationer planeras och genomföras så att fler elever kan uppleva friluftsdagen som positiv, d.v.s. få goda naturupplevelser och/eller bli berörd på sådant sätt att han/hon lockas till fortsatta naturmöten/ lärande i friluftsliv?

Utifrån resonemanget att naturupplevelsen är individuell och i hög grad styrs av tidigare erfarenheter och upplevelser bör således de iscensatta situationerna ge möjlighet till olika upplevelser. Pedagogen har också möjlighet att påverka eller bestämma i vilken naturmiljö som undervisningen ska bedrivas i. Det går kanske att ha undervisning i olika naturmiljöer vid olika tillfällen eller till och med vid samma tillfälle. Pedagogen kan också säkerställa att eleverna har tillräckliga kunskaper som leder till att de sensoriska upplevelserna blir mer positiva. Det kan t.ex. gälla undervisning i hur man blir natursäker, d.v.s. att lära sig hur man klär sig, hanterar kyla, gör upp eld eller lagar mat. Genom att öka elevernas friluftskompetens kommer förmodligen även eleverna känna sig mer trygga inför naturvistelsen, vilket påverkar naturupplevelsen positivt.

En ytterligare chans att påverka studenternas naturupplevelse är lärarnas förhållningssätt till eleverna. Pedagogerna kan bland annat ha olika grad av styrning och delegering – de elever som känner sig trygga och har friluftskompetens får större frihet medan de som inte har det får mer stöd och styrning. Lärarna kan också påverka de motoriska upplevelserna för att på så sätt förstärka naturupplevelserna. Detta genom att ge studenterna individuellt anpassade motoriska utmaningar i såväl aktivitet som svårighetsgrad. Beträffande de sociala upplevelserna går det givetvis, t.ex. vid gruppindelningar, att försöka "lyssna in" gruppens relationer. Men oftast sker det mycket i det sociala samspelet som pedagogerna har svårt att uppfatta och styra. Naturupplevelserna påverkas också av vilken natursyn individerna har. Denna styrs i stor grad av den kulturella och sociala kontext som individen ingår i. Vår syn på naturen kan dock förändras av kunskap, erfarenheter och upplevelser som eleverna kan få i skolan.

Gemensamt för ovanstående möjligheter är att pedagogerna så långt det är möjligt försöker inta ett didaktiskt förhållningssätt, där han/hon utgår från individens erfarenheter och förutsättningar och så långt det är möjligt individanpassar undervisningen. Men samtidigt



Foto: Wilhelm Söderström.

kan det vara svårt att skapa optimala situationer för alla beroende på att det finns en mängd ramfaktorer, t.ex. gruppstorlek och ekonomi som styr verksamheten.

Tordsson (2006) lyfter fram några aspekter som han menar är viktiga för pedagogen för att förstärka naturupplevelsen. Han menar att alla måste träna sina sinnen eftersom mycket av våra kognitiva processer styrs av våra tidigare erfarenheter och upplevelser. Och för att beskriva naturupplevelsen, för oss själva och andra, är språket viktigt, och inte bara naturvetenskapens objektiva språk utan även det personliga och sinnliga språket, eftersom "språket organiserar världen för oss" (ibid.). Vi kan även använda konstens (konst, musik, litteratur) språk för att leda in oss i naturupplevelserna. Det kan vara att läsa dikter, titta på målningar, sjunga sånger eller teckna. Pedagogens eget förhållande till naturen är

självklart viktigt. Tordsson menar att ett eget intresse leder till ett intresse hos eleverna och att pedagogens förhållande till naturen avslöjas utan att vi med ord berättar om det och i det egna intresset finns det en kunskap om naturen. Han skriver vidare att det är viktigt att eleverna själva får uttrycka sina upplevelser. Detta betonas även starkt i de kommande styrdokumenterna Lgr 11 och Gy 2011. Om detta inte sker är risken stor att pedagogens upplevelser blir norm, vilket kan hindra elevernas upplevelser och utveckling.

Tordsson betonar också att en person kan uppleva att något är skrämmande utan att det är farligt eller osäkert, oavsett hur säkert det är. När man som pedagog är i naturen bör man fokusera på både det vanliga och det ovanliga, eftersom det vanliga är det som man oftast möter när man vistas i naturen och således blir lättast att

relatera till. Det kan gälla fåglar, bergformationer, träd etc. Ytterligare en viktig aspekt är att förstå sammanhangen (de ekologiska). Han skriver att ett sätt att närma sig dessa sammanhang under naturvistelsen är att är att ställa hur- och varför-frågor till eleverna: Varför ser björken ut på ett sätt på fjället och på ett annat sätt i skogen? Eller varför blir isen svagare i en vass?

Avslutning

I kapitlet framkommer att människors naturupplevelser påverkas av en rad faktorer. Vår syn på naturen och vad vi har upplevt i naturen påverkar också vår syn på friluftsliv. Dessutom påverkas upplevelsen av vad vi definierar som natur, d.v.s. i vilken miljö/vilket naturrum vi utövar friluftsliv i. Detta sammantaget bör få konsekvenser för hur pedagogen planerar sin undervisning i friluftsliv och skapar förutsättningarna för det som ska iscensättas, eftersom alla elever skapar sina egna individuella upplevelser. Det är således inte alls konstigt att eleverna upplevt sin friluftsdag på helt olika sätt.

Eftersom naturupplevelsen är individuell och i hög

grad bygger på tidigare upplevelser leder detta till att undervisningen bör individualiseras om eleverna ska få naturupplevelser som utvecklar och adderar något till elevernas lärande i friluftsliv. Detta innebär att man som lärare måste försöka bemöta elevernas spännvidd av erfarenheter och tidigare upplevelser – vad som är natur, vad de upplevt etc. Det är också tydligt att det finns svårigheter med att iscensätta situationer som leder till goda naturupplevelser. Men det finns även stora möjligheter för pedagogen att tillsammans med eleverna påverka undervisningen, både före, under och efter vistelsen i naturen.

Omständigheterna ovan belyser hur komplext området naturupplevelse är och vilka svårigheter och möjligheter som lärare som undervisar i friluftsliv måste hantera och problematisera. Är ovanstående tankar om naturupplevelser direkt applicerbara på begreppet friluftsliv och på friluftsliv i skolan? Jag skulle vilja påstå att det förmodligen, i de flesta fallen, går att ersätta ordet naturupplevelse med friluftsliv eftersom naturupplevelsen är ett så centralt begrepp inom kunskapsområdet friluftsliv.

Källor

- Arnegård, J. (2006). *Upplevelser och lärande i äventyrssport och skola*, diss. Stockholms universitet. Stockholm: HLS Förlag.
- Bagoien, T. E. (1998). Barn og naturopplevelser. *Kroppøving*, 4.
- Bentsen, P., Andkjær S. & Ejbye-Ernst, N. (2009). *Friluftsliv – Natur, samfund og pædagogik*. København: Munksgaard.
- Engström, L-M. & Redelius, K. (red.) (2002). *Pedagogiska perspektiv på idrott*. Stockholm: HLS Förlag.
- Fink, H. (1995). Eftertankens naturbegreb, i: T. Møller Kristensen & S-E. Larsen (red.), *Mennesket og naturen*. Odense: Odense universitetsforlag, s. 149–159.
- Fredman, P., Karlsson, S-E., Romild, U. & Sandell, K. (2008). *Vilka är ute i naturen? Delresultat från en nationell enkät om friluftsliv och naturturism i Sverige*. Rapport. Forskningsprogrammet Friluftsliv i förändring.
- Friluftsgruppen. (1999). *Statens stöd till friluftsliv och främjandeorganisationer*. Stockholm: Kulturdepartementet.
- Hobbel, T. (1994). Natur og meditasjon. *Dyade*, 2.
- Johannisson, K. (1998). Det sköna i det vilda: En aspekt på naturen som mänsklig resurs, i: T. Frängsmyr, (red.), *Paradiset och vildmarken: Studier kring synen på naturen och naturresurserna*. Stockholm: Libris.
- Jønsberg, D. (2000). *Friluftsliv – jakt og naturopplevelser – En fenomenologisk – hermeneutisk analyse av jaktoplevelsen hos to grupper av jegere*. Hovedfagoppgave. Bø/Oslo: Høgskolen i Telemark/Norges Idrettshøgskole.
- Kruse, S. (2004). *Naturoplevelsernas didaktik – Iagttagelser af de iscensatte naturoplevelser med naturvejledning som eksempel*, diss. København: Danmarks Pædagogiske Universitet.
- Lundh, L-G., Montgomery, H. & Waern, Y. (1992). *Kognitiv psykologi*. Lund: Studentlitteratur.
- Naturvårdsverket. (2005). *Planering och förvaltning för friluftsliv – en forskningsöversikt*. Rapport 5468. Stockholm: Naturvårdsverket.
- Nerland, J. E. (2002). *Viten om naturen i forbindelse med friluftsliv – en eksplorerende undersøkelse om; viten om naturen og innvirkende forhold i tilknytning til et friluftsliv der miljø og natur-*

- oplevelse er sentrale elementer.* Hovedfagsavhandling. Levanger: Høgskolen i Nord-Trøndelag.
- Nilsson, J. (2007). Friluftsliv – en begreppsproblematisering, i: H. Larsson & J. Meckbach (red.), *Idrottsdidaktiska utmaningar*. Stockholm: Liber, s. 141–153.
- Pedersen, K. (1995). På sporet av et mangfold av friluftslivsstiler, i: *Ud i det fri: Idraetshistorisk årbog*. Odense: Odense universitetsforlag.
- Svanqvist, B. K. (2000). *Naturumgänge ur ett individperspektiv*, diss. Karlstad: Karlstads universitet, Inst. för samhällsvetenskap; geografi och turism.
- Svanström, F. (2011). *Påverkar GIH:s utbildning i friluftsliv studenterna? – En studie av naturupplevelser hos studenter vid GIH:s lärarprogram.* (Magisteruppsats, GIH, 2011.)
- Sörlin, S. (2008). Upptäckten av friluftslandskapet, i: K. Sandell & S. Sörlin (red.), *Friluftshistoria: Från "bärdande friluftsliv" till ekoturism och miljöpedagogik: Teman i det svenska friluftslivets historia*. Stockholm: Carlsson.
- Sörlin, S. (kundcenter@ne.se) Nationalencyklopedin, Natur, <http://www.ne.se/lang/natur> (acc. 2005-10-15).
- Tordsson, B. (2006). *Perspektiv på friluftslivets pedagogik*. Haderslev: CVU Sønderjylland, University College.
- Tordsson, B. (2003). *Å svare på naturens åpne tiltale: En undersøkelse av meningsdimensjoner i norsk friluftsliv på 1900-tallet og en drøftelse av friluftsliv som sosiokulturelt fenomen*, diss. Oslo: Norges idrotthøgskole: Institutt for samfunnsfag.
- Uddenberg, N. (1998). *Natursyn och handling*. Linköping: Linköpings universitet.
- Uddenberg, N. (1995). *Det stora sammanhanget*. Nora: Nya Doxa.