



GÖTEBORGS
UNIVERSITET

“Ja, men det är ju väldigt viktigt att vara utomhus.”

En kvalitativ studie av elevers uppfattningar kring friluftsliv.

Namn: Niklas Gustafsson
Program och ämne:
Ämneslärarprogrammet med
inriktning mot arbete i
grundskolans årskurs 7-9. Idrott och
hälsa och Tyska



Examensarbete: 15 hp
Kurs: L9ID3A
Nivå: Avancerad nivå
Termin/år: VT2024
Handledare: Konstantin Kougioumtzi
Examinator: Andreas Caspers
Rapportnummer: VT24-2940-007-L9ID3A

Nyckelord: Elever, Friluftsliv, Attityder, Normer, Kompetens, Theory of Planned Behaviour

Sammanfattning

Syftet med studien är att undersöka friluftsliv utifrån ett elevperspektiv, genom att använda Theory of Planned Behaviour i termer av attityder, normer och upplevd egen kompetens. Friluftsliv infördes i den svenska skolan i början av 1900-talet och har sedan dess genomgått vissa förändringar. I dagens läroplan utgör friluftsliv en stor del av ämnet Idrott och hälsa, men Skolinspektionen menar att för lite tid ägnas åt ämnet. Tidigare forskning antyder att elever har en positiv attityd till friluftsliv och att de anser att det är bra för hälsan. Metoden bestod av en kvalitativ forskningsdesign med utgångspunkt i semistrukturerade intervjuer. Sju elever, som gick i nionde klass, från en skola intervjuades. Intervjuerna spelades in, sedan transkriberades och analyserades utifrån tematisk analys. *Theory of Planned Behaviour* användes som teoretiskt ramverk, i termer av attityd, normer och upplevd egen kompetens. Majoriteten av eleverna har en positiv attityd till friluftsliv. De lyfter fram aspekter som relaterar till känslor, hälsa och erfarenheter. Vidare upplever alla eleverna att deras attityd till friluftsliv stämmer överens med familjens normer, men att normen bland jämnåriga varierar. Till sist framkom det att elevernas kompetens varierar och att de har allt från låg till hög upplevd egen kompetens. De flesta elever har en positiv attityd till friluftsliv, men det finns de som har en negativ attityd. Elevers attityd till friluftsliv stämmer överens med familjens normer, men detta stämmer inte alltid överens med de normer som finns bland jämnåriga. Elevers upplevda egen kompetens varierar från låg till hög.

Innehållsförteckning

Innehållsförteckning

1 Inledning	5
1.1 Syfte och frågeställningar	5
1.1.1 Syfte	5
1.1.1.1 Frågeställningar	5
2 Bakgrund	6
2.1 Friluftslivets historia	6
2.1.1 Friluftsliv i Sverige och den svenska skolan	6
2.1.1.1 Ur ett kulturellt perspektiv	7
2.2 Friluftsliv i ämnet Idrott och hälsa	7
2.3 Teoretiskt ramverk	8
2.3.1 Teorin om planerat beteende	8
2.4 Tidigare forskning	9
3 Metod	10
3.1 Design	10
3.2 Urval	10
3.3 Datainsamling	10
3.4 Databearbetning och analys	10
3.5 Metodologiska överväganden	11
4 Resultat	11
4.1 Beskrivning	17
4.2 Analys	18
4.2.1 Attityder	18
4.2.2 Normer	20
4.2.3 Upplevd egen kompetens	21
5 Diskussion	22
5.1 Metoddiskussion	22
5.2 Resultatdiskussion	22
5.3 Slutsatser och implikationer	24
6 Referenslista	26
7 Bilagor	28

1 Inledning

“Utomhusvistelse och att uppleva naturen bidrar till ökad fysisk aktivitet, ökad inläring, bättre hälsa och ökat välbefinnande vilket i sin tur motverkar flera av våra stora folkhälsoproblem som vi har idag” så skriver Svenskt Friluftsliv (u.å.) på sin hemsida. På grund av detta menar de att “friluftsdagar behövs - inte minst i skolan”.

I “Läroplan för grundskolan, förskoleklass och fritidshem” (2022) står det bland annat att syftet med ämnet Idrott och hälsa är att eleverna ska utveckla ett intresse för att vara utomhus, att de ska utveckla sin förmåga att planera och genomföra utomhusaktiviteter och att eleverna ska ges möjlighet att vistas utomhus och i naturen under olika årstider. Vidare står det i det centrala innehållet i ämnet Idrott och hälsa består av tre delar: rörelse, hälsa och levnadsvanor, samt friluftsliv och utevistelse. Här nämns aktiviteter och kunskapsområden som att orientera sig, planera och genomföra friluftaktiviteter, allemansrätten, mm. Detta innebär att en tredjedel av det centrala innehållet i ämnet består av friluftsliv.

Enligt Skolinspektionen (2018) dominerar undervisningen i Idrott och hälsa, på högstadiet, av kunskapsområdet rörelse, där större delen av lektionstiden ägnas åt, bollspel, träning, gymnastik, friidrott, dans och lekar. Detta sker på bekostnad av bland annat friluftsliv och utevistelse. Skolinspektionen (2018) menar att just friluftsliv och utevistelse är det kunskapsområde som flest skolor behöver utveckla. Det gäller specifikt delen som handlar om att planera, organisera och genomföra friluftaktiviteter.

Friluftsliv utgör alltså, i teorin, en relativt stor del av ämnet Idrott och hälsa utan, det efterföljs i praktiken, och med grund i detta görs denna studie. Friluftsliv kan vara ett relativt komplext ämne och som framtida idrottslärare var det av intresse för författaren att undersöka friluftsliv utifrån en elevkontext. Dessutom saknas denna typ av studie utifrån ett TPB perspektiv.

För att studera friluftsliv utifrån denna kontext använder sig författaren av Theory of Planned Behaviour (TPB) eller, fritt översatt, Teorin om Planerat beteende, i termer av attityd, normer och upplevd egen kompetens. Detta gjordes för att få med så många aspekter av friluftsliv som möjligt. TPB utgår ifrån att det finns tre faktorer som påverkar en människas beslut att utföra ett beteende, där den första handlar om personens egen attityd till beteendet, den andra huruvida signifikanta andra anser att beteendet är positivt eller negativt och den tredje handlar om huruvida personen känner att denne kan hantera externa faktorer eller inte, alltså personens upplevda egna kompetens. Detta teoretiska ramverk ger en bred infallsvinkel till ämnet friluftsliv utifrån en elevkontext och hjälpte till att strukturera studien.

1.1 Syfte och frågeställningar

1.1.1 Syfte

Syftet med studien är att undersöka friluftsliv utifrån ett elevperspektiv, genom att använda Theory of Planned Behaviour i termer av attityder, normer och upplevd egen kompetens.

1.1.1.1 Frågeställningar

1. Hur ser elevernas attityd till friluftsliv ut?
2. Vilka normer, menar eleverna, finns kring friluftsliv?
3. Hur skildrar eleverna sin egen kompetens i relation till friluftsliv?

2 Bakgrund

2.1 Friluftslivets historia

2.1.1 Friluftsliv i Sverige och den svenska skolan

I slutet av 1800-talet började den rikare delen av Sveriges befolkning ägna sig åt friluftsliv. Under denna tid var romantikens filosofi stor och man ansåg att det var viktigt att njuta av det vackra och äkta. Städer ansågs vara härdar som spred ondska och fördärv. Några år senare, i början av 1900-talet, blev friluftsliv en del av ämnet idrott och hälsa, som på den tiden hette 'Gymnastik med lek och idrott', i Sverige. Fokus låg då på olika aktiviteter i utomhusmiljö, som till exempel skidåkning, simning och skridskor (Sörlin & Sander, 2000). Begreppet *friluft* skrevs för första gången in i dåtidens läroplan, kallad Läroverksstadgan, år 1905, vilket grundades i en önskan om att ge eleverna möjlighet till rekreation, återhämtning och fysisk fostran. I Läroverksstadgan stod det att eleverna skulle ges möjlighet till aktiviteter utomhus, två till tre gånger per termin. Under denna tidsperiod blev Sveriges befolkning allt mer stillasittande, vilket man ville motverka genom idrottsövningar utomhus och längre vandringar i skolan. Friluftsliv ansågs nämligen stärkande och man ansåg att detta behövdes som kontrast till stillasittandet och instängdhet, vilket kunde leda till svaghet och sjukdom (Lundvall, 2011). Utöver detta, så ansåg den svenska skolan att friluftsliv härdade och stärkte eleverna. Elevernas fysiska och psykiska förmågor skulle utmanas i den kravfyllda miljö som friluftslivet bidrar med (Sörlin & Sander, 2000).

Enligt Lundvall (2011) användes begreppet *friluftsliv* för första gången 1928. Det fanns med i det årets läroverksstadga, då det ansågs att friluftsliv bidrog till en karaktärsutveckling hos eleverna, som gav dem fysisk och psykisk motståndskraft. Under andra världskriget (år 1941), infördes obligatoriska friluftsdagar i den svenska skolan. Detta hade som syfte att förbereda Sveriges ungdomar på att hantera nödsituationer. I och med detta syfte inkluderade man till exempel brandskydd, spejningsövningar och olycksfallsvård i friluftslivsundervisningen (Lundvall, 2011). Enligt Sörlin och Sander (2000), valde man, år 1950, att skilja på friluftsliv och andra idrotter i skolan. Friluftsliv ansågs nu ha ett egenvärde och kopplas samman med begrepp som naturvård och naturupplevelse. Detta understryks av

Lundvall (2011) som menar att friluftslivsundervisningen i skolan så småningom utvecklades till att inkludera såväl fysisk aktivitet, som känslor och ansvar för naturen.

År 1964 kom en ny avisering för den svenska skolan. I denna stod det bland annat att eleverna skulle ges möjlighet att skapa ett livslångt intresse för friluftsliv och därigenom förse unga med lämpliga sätt att bedriva motion. År 1970 utvecklades detta genom att det infördes en målsättning som handlade om att skapa ett varaktigt intresse för stärkande utevistelse, vilket skulle bidra till bättre hälsa och arbetsförmåga (Lundvall, 2011). I skolreformen som kom år 2011 förstärktes beskrivningen av ämnesinnehållet i kursplanerna. I ämnet idrott och hälsa framträder friluftsliv som en egen och tydlig del av ämnet och som inkluderar exempelvis natur och utevistelse, lekar och rörelse i utemiljöer, samt ord och begrepp (Lundvall, 2011).

2.1.1.1 Ur ett kulturellt perspektiv

Gelter (2010) menar att man kan se en kulturell skiftning i friluftslivet, genom historien, där fokus ligger på hur friluftsliv ses och hur det utövas. Det första, och äldsta, perspektivet kallar Gelter (2010) för *genuint friluftsliv* och det nyare perspektivet för *postmodernt friluftsliv*.

Det genuina friluftslivets perspektiv grundar sig i filosofi, spiritualitet, estetik och biologi med ett fokus på den naturliga världen, närhet till naturen och det naturliga landskapet. Detta perspektiv grundar sig i en lågteknologisk, personlig interaktion med naturen (Gelter, 2010).

Det postmoderna friluftslivet präglas av aktivitet och konkreta mål. Här läggs inte fokus på naturen i sig, utan istället på de aktiviteter som naturen kan agera arena för. Exempelvis olika typer av lek, idrott, tävling och personliga utmaningar. Målet med friluftslivet kan variera, men att utnyttja dess resurser, såsom svamp- och bärplockning, jakt och fiske framställs som vanligt. Utöver tidigare nämnda fokus, har även tekniken tagit sig in som en del av friluftsliv. Denna teknik visar sig i allt från fotografi till motorsport, som av många inkluderas i konceptet friluftsliv. Detta perspektiv grundar sig i en högteknologisk aktivitet i naturen (Gelter, 2010).

Gelter (2010) menar att friluftslivet idag är en blandning av det genuina och det postmoderna friluftslivet. Dagens samhälle har ett stort fokus på hållbarhet och natur, vilket har lett till att det genuina friluftslivet har återkommit. Detta har dock inte inneburit att det postmoderna friluftslivet har försvunnit, vilket i sin tur innebär att dessa två perspektiv nu samexisterar. Gelter (2010) kallar dagens samhälle för ett transmodernt samhälle, där hållbarhetstänk, transformationer, samt personliga erfarenheter och upplevelser ses som viktiga och där tolerans, globalisering, hållbarhet, spiritualitet och acceptans blandas. Allt detta påverkar hur människor ser på friluftsliv.

2.2 Friluftsliv i ämnet Idrott och hälsa

I ”Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet” (2022, s.48) står det, bland annat, att:

- “Undervisningen i ämnet idrott och hälsa ska syfta till att eleverna utvecklar [...] intresse för att vara fysiskt aktiva och vistas i naturen”,
- “eleverna ska [...] ges möjlighet att utveckla förmåga att vistas utomhus och i naturen [...] samt utveckla förståelse för värdet av ett aktivt friluftsliv”

- “Undervisningen [...] ska ge eleverna förutsättningar att utveckla:”
 - “förmåga att genomföra och anpassa aktiviteter inom friluftsliv och utevistelse efter olika förhållanden och miljöer”, samt
 - “förmåga att agera säkert och förebygga risker i samband med [...] friluftsliv och utevistelse [...]”.

Det centrala innehållet i årskurs 7-9 består av tre delar, där den ena är *Friluftsliv och utevistelse*. Där nämns innehåll som att orientera sig, planera och genomföra friluftsaktiviteter, allemansrätten, kulturella traditioner, samt badvett och säkerhet vid vatten (Lgr22, 2022).

2.3 Teoretiskt ramverk

2.3.1 Teorin om planerat beteende

Theory of Planned Behaviour (TPB) eller, fritt översatt, Teorin om Planerat Beteende utgår från att människors beteende har sitt ursprung i den information och de övertygelser som en människa besitter, som kan kopplas direkt till det beteende som övervägs av individen. Dessa övertygelser har sin grund i flera olika källor, exempelvis utbildning, media, personliga erfarenheter, osv. Dessa övertygelser hjälper personer sedan att ta ett beslut kring huruvida de ska utföra ett beteende eller inte (Fishbein & Ajzen, 2010).

Fishbein och Ajzen (2010) menar att det finns tre övertygelser som bidrar till huruvida personer utför ett beteende eller inte. Den första handlar om huruvida personen tror att beteendet kommer att få positiva eller negativa konsekvenser. Detta påverkar människors attityd till beteendet. Den andra övertygelsen handlar om huruvida individer eller grupper i personens närhet, som personen ser som viktiga, skulle se beteendet som något positivt eller negativt, alltså de normer som personen förhåller sig till. Den tredje övertygelsen handlar om huruvida personen känner att denne kan hantera externa faktorer eller inte. Alltså huruvida personen känner att denne har kontroll eller är kompetent. Dessa tre övertygelser tillsammans, attityd, normer och känsla av kompetens påverkar vad en person gör och inte.

Enligt Fishbeins och Ajzens (2010) modell så leder attityder, normer och känsla av kompetens till intention, vilket i sin tur leder till ett utförande. Det är med detta teoretiska ramverk som denna studie ämnar att undersöka hur dessa olika aspekter relaterar till friluftsliv utifrån ett elevperspektiv. Genom att undersöka de, hos individen, inneboende attityderna (attityd), attityderna hos signifikanta andra (normer) och känsla av kontroll (upplevd egen kompetens) ämnar författaren att bidra till forskningen kring elever och friluftsliv.

2.4 Tidigare forskning

Flera studier (Garst m.fl., 2001; Heras m.fl., 2020; Stuhr m.fl. 2015; Lyngstad & Sæther, 2021; Gehris m.fl., 2010) tyder på att många elever upplever friluftsliv som något positivt. Vad som är positivt varierar mellan elever, men några av upplevelser som nämns är utmaningar, sociala interaktioner, flykt från vardagen (Garst m.fl., 2001), roligt att leka i skogen (Heras m.fl., 2020), bättre grupprelationer, sociala verktyg (Stuhr m.fl. 2015), samarbete, oförglömligt och lärorikt (Lyngstad & Sæther, 2021).

Trots att många elever har positiva erfarenheter av friluftsliv gäller det inte alla. Framför allt är det de elever som har få erfarenheter inom friluftsliv som har negativ attityd till friluftsliv.

Dock kan fler erfarenheter inom friluftsliv, leda till en mer positiv attityd. I sin studie kommer Stuhr m.fl. (2015) fram till att elever kan behöva vänja sig vid friluftsliv. Intresset för friluftsliv utvecklas ofta genom utförandet av friluftsliv, det är alltså inte nödvändigtvis något som är inneboende hos alla elever. Stuhr m.fl. (2015) menar att vissa elever till en början anser att friluftslivaktiviteterna är meningslösa, men ju mer de ägnar sig åt dessa aktiviteter, desto mer meningsfulla upplever eleverna dem. När eleverna har hittat intresset, tenderar de att tycka att friluftsliv är roligt, meningsfullt och utmanande. Detta ledde till att eleverna förstod värdet av förmågan att lyssna på andra, dela med sig av sina egna åsikter och att kompromissa, vilket de ansåg att friluftsliv hade lärt dem.

Friluftsliv kan bidra till att eleverna tillskansar sig sociala och emotionella verktyg som de kan få nytta av genom hela livet. Garst m.fl. (2001) menar att ungdomar kan utveckla en ansvarskänsla, gentemot gruppen och sig själva, i samband med friluftsliv. Lyngstad och Sæther (2021) skriver att elever lär sig att värdera sin egen insats i förhållande till gruppen, genom friluftsliv. Eleverna lär sig hur viktigt det är att alla i gruppen samarbetar för att det ska bli så bra som möjligt.

Naturen är en unik miljö, som kräver mer av människor än vad livet i staden gör. Den kan bidra med perspektiv och ett behov av att samarbeta och hålla sams, vilket uppmanar människor till samarbete och positiva sociala beteenden. Garst m.fl. (2001) kommer i sin studie fram till att friluftsliv kan hjälpa ungdomar att utveckla sin förmåga att agera i en grupp. Studien visade att ungdomar som ägnar sig åt friluftsliv, tillsammans med andra, utvecklar sin förmåga att följa instruktioner och respektera sina medmänniskor. Under friluftslivsmomentet upplevde ungdomarna att de var bättre vänner, att alla var hövligare mot varandra och att alla visade upp sina bästa sidor och förmågor. Dessa beteenden förstärktes sedan av gruppen genom positiv feedback. Allt detta ledde till att ungdomarna uppförde sig annorlunda under friluftslivet, jämfört med hur de uppförde sig till vardags.

Dessa erfarenheter kan eleverna sedan ta med sig in i vardagen. Lyngstads och Sæther (2021) menar att de lärdomar som eleverna tillskansar sig genom friluftsliv är direkt överförbara till andra delar av livet. Författarna menar att eleverna utvecklar samhörighet, social kompetens, större självkänsla och respekt för sina medmänniskor genom att bedriva friluftsliv tillsammans med andra och det är detta som eleverna tar med sig in i andra sammanhang.

3 Metod

3.1 Design

För att besvara forskningsfrågorna användes en kvalitativ metod. Intervjumetoden som användes var en semistrukturerad intervju. Enligt Christoffersen och Johannessen (2015) är intervjuer en bra metod för att undersöka individers attityder, samt när forskaren vill ge informanterna möjlighet att uttrycka sig kring erfarenheter, uppfattningar och ge nyanserade och komplexa svar. Semistrukturerade intervjuer valdes för att nå elevers specifika erfarenheter. Det gav författaren möjlighet att ställa följdfrågor på det eleverna sade. Intervjun bestod av tre teman med en ingångsfråga till varje tema och tre till fem följdfrågor per

ingångsfråga, med möjlighet till fler följdfrågor vid behov. Temana utgick från *Teorin om Planerat Beteende* (Fishbein & Ajzen, 2010) och var elevens attityd till friluftsliv, normer, samt elevens egen upplevda kompetens inom friluftsliv.

3.2 Urval

Urvalet som gjordes baserades på kriterieurval, det vill säga att eleverna uppfyllde kriterierna att de gick i nionde klass och var minst 15 år, samt bekvämlighetsurval. Eleverna som intervjuades var 15-16 år och gick i nionde klass. På grund av tidsbristen för arbetet valde författaren att enbart intervjua elever på en skola. Skolan ligger i ett socioekonomiskt starkt område och elevgruppen är relativt homogen, i och med att alla elever var i samma ålder, alla födda i Sverige och hade vuxit upp i samma område. Sammanlagt intervjuades sju elever, Informanterna rekryterades genom personlig rekrytering (Christoffersen & Johannessen, 2015), där författaren kontaktade två klasser och eftersökte frivilliga. Alla som ville medverka i studien valdes ut. Av de sju eleverna som intervjuades var fem killar och två tjejer. Alla elever var över 15 år och gick i nionde klass.

3.3 Datainsamling

Inledningsvis kontaktades en idrottslärare på skolan, sedan skrevs ett inlägg i elevernas Google Classroom, kopplat till ämnet idrott och hälsa. med ett formulär som eleverna kunde fylla i om de kunde tänka sig att medverka. Därefter åkte författaren till skolan och intervjuade eleverna. Intervjuerna hölls utifrån en intervjuguide (se bilaga 1). Intervjuerna spelades in på en mobiltelefon med hjälp av en ljudinspelningsapp, vid namn *Super Recorder*. Författaren genomförde intervjuerna och eleverna intervjuades individuellt. Intervjuerna skedde under skoltid på idrottslektioner. Intervjuerna genomfördes genom att författaren ställde en ingångsfråga som eleven fick svara på, därefter ställde forskaren följdfrågor efter behov. Det gjordes en pilotintervju som sedan ingick i resultatet. Inget ändrades efter pilotintervjun.

3.4 Databearbetning och analys

Datan transkriberades med hjälp av programmet *Descript* från hemsidan <https://www.descript.com>. Sedan korrigerades och rättades transkriberingen av författaren, för att säkerställa att den stämde överens med intervjuerna. Sammanlagt transkriberades cirka 40 minuter av intervjuer.

Datan analyserades med hjälp av Brauns och Clarkes (2006) metod, där datan först lästes igenom, sedan kodades den utefter intressanta egenskaper och samlades under koder, sedan söktes teman utefter koderna, därefter förfinades temana och namngavs, till sist valdes relevanta citat för att representera varje tema för varje elev, vilka senare analyserades för att ligga till grund för resultatet.

3.5 Metodologiska överväganden

Som tidigare nämnt är intervjuer en bra metod för att undersöka individers attityder, samt när forskaren vill ge informanterna möjlighet att uttrycka sig kring erfarenheter, uppfattningar och ge nyanserade och komplexa svar (Christoffersen & Johannessen, 2015).

Antalet elever som intervjuades är enligt Christoffersen och Johannessen (2015) en acceptabel mängd inom en homogen grupp.

Trovärdighet, eller validitet, handlar om huruvida studien lyckas att undersöka det som ska undersökas, alltså att syftet och studiens kontext stämmer överens. För att öka trovärdigheten på studien, gjordes en pilotintervju för att testa intervjufrågornas kommunikerbarhet.

Pålitlighet, eller reliabilitet, handlar om huruvida studien är pålitlig och huruvida forskarens analys är grundad i datan. Med grund i detta används flera citat för att öka pålitligheten i studien och för att påvisa analysen.

Vetenskapsrådets text *Forskningsetiska principer inom humanistisk- samhällsvetenskaplig forskning (2002)* behandlar bland annat individskyddskravet, som kan delas in i fyra huvudkrav. Dessa krav är informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Informationskravet handlar om att forskaren måste informera de som berörs av forskningen om syftet med forskningen. Samtyckeskravet handlar om att de som deltar i en undersökning har rätt att bestämma över sin medverkan. Konfidentialitetskravet handlar om att alla personuppgifter som ingår i undersökningen ska hållas konfidentiellt och förvaras på ett säkert sätt. Nyttjandekravet handlar om att de uppgifter som samlas in, om enskilda personer, endast får användas till forskning. Med grund i detta informerades alla medverkande elever om studiens syfte, de medverkade frivilligt, de gav sitt samtycke till att deras uttalanden används i forskning och att de, när som helst, kunde dra tillbaka sitt samtycke. Alla sju elever som medverkade under intervjun gav sitt samtycke till att ingå i studien. Eleverna som medverkade i intervjun är anonyma och namnen som används i studien är fiktiva.

4 Resultat

4.1 Beskrivning

Detta avsnitt ger en bild av de olika elevernas svar, genom citat och en kort kommentar till citaten. Till varje elev finns minst ett citat angående elevens attityd, minst ett citat angående normer och minst ett citat angående elevens upplevda egen kompetens.

4.1.1 Robin

Robins attityd till friluftsliv var positiv. under intervjun säger hen:

Jag tror det är bra att komma ut i naturen, men det gör jag inte så ofta. Men när jag väl går ut i naturen, då är det liksom lugnt och tyst och så.

I citatet så ser vi att Robins attityd till friluftsliv är positiv och att hen tenderar att se det som ett potentiellt avbrott från en annan stressig vardag, ett tillfälle då Robin kan varva ner och ta det lugnt.

Vad gäller de normer, kopplade till friluftsliv, som finns runt Robin så varierar det en del. Hen säger bland annat:

Jag tror att min familj gillar det. På somrarna åker vi i båt och då... Ja, segelbåt och då... Vi är ju mycket i naturhamnar och badar och går promenader och så. Så jag tror att de tycker om det.

Men när Robin får frågan om Robin tror att personer i hens ålder gillar friluftsliv så svarar hen:

Nej, det gör de nog inte. Nej, inte vad jag vet i alla fall.

Trots detta säger Robin också:

Ja, jag och [en kompis] har snackat lite om att campa.

I och med detta kan vi se en viss osäkerhet i vilka normer som gäller. Det framgår tydligt att Robins familj har en positiv attityd till friluftsliv, men Robin tror att de flesta i hans ålder upplever det som något negativt. Detta trots att Robin och en kompis har pratat om att campa.

När Robin får uppskatta sin egen kompetens inom friluftsliv, säger hen:

Alltså jag kan väl inte supermycket, jag har kollat mycket på Robinson och där ser man ju att det är tuffare än vad man tror, och vi skulle göra upp eld i åttan, tror jag det var, och det gick inte så bra, jag hade tändstål och så men det gick ändå inte, men jag kan nog lite om vad man kan äta och inte äta och så.

Detta tyder på att Robin dels ser sin kompetens i relation till andra. Robin jämför sig med personerna på Robinson och menar att hen inte kan så mycket. Detta i kombination med att Robin inte lyckades tända eld med tändstål i skolan, verkar göra att hen upplever sin egen kompetens som låg. Dock avslutar Robin med att hen ändå kan lite om vad man kan äta och inte och menar att hen nog ändå upplever en viss kompetens.

4.1.2 Charlie

Charlie har en positiv attityd till friluftsliv. hen berättar:

Det var någonstans lite högre upp i Sverige. Så var jag och campade. Det var faktiskt kul. Det var inget såhär hardcore camping, för jag var med farfar, så vi var ändå nära ett litet hus. I ett tält.

Detta tyder på att Charlie har viss erfarenhet av friluftsliv och att hen hade en positiv upplevelse av det. I Charlies egna ord så "var det faktiskt kul".

Charlie anser att de normer som finns kring friluftsliv varierar en del. Det beror på om Charlie tänker på familjen eller yngre personer. Hen säger:

Min familj tycker om det rätt mycket. Min pappa, det är hen som har fått mig att vara ute. Det tycker jag om. Jag har haft hund hela mitt liv också, så de tycker ju om att vara ute.

Men Charlie menar också:

De flesta yngre fattar jag som att de inte älskade så mycket. Det verkar som att då är det mest att vara inne. Eller vara på stan typ.

När Charlie får frågan huruvida hen skulle ha någon att ta med sig om hen skulle vilja ägna sig åt friluftsliv svarar Charlie trots det:

Ja, det tror jag. Jag tror min bästa kompis hade nog hängt med, eller min pappa.

Detta visar på att familjens normer stödjer ett aktivt friluftsliv och minst en jämnårig delar denna attityd. Dock upplever Charlie ändå att de flesta i hans ålder har en negativ attityd till friluftsliv.

Charlie menar att hen har relativt hög kompetens:

Intervjuare: Känner du att du kan mycket om friluftsliv? Eller hur mycket känner du att du kan? **Elev:** Tillräckligt mycket ändå. **Intervjuare:** Så om du skulle få för dig att "Jag vill sova en natt i skogen", då löser du det liksom **Elev:** Jag tror det ändå. Jag tror det skulle funka ganska bra.

Vi ser att Charlie har lite svårt att specificera sin kompetens, men hen har ändå tilltro till den. Charlie uttrycker att hen tror att hen skulle klara av att sova en natt i skogen och vilket tyder på en viss upplevd egen kompetens, men att Charlie inte är helt säker.

4.1.3 Alex

Alex har en negativ attityd till friluftsliv. När Alex får frågan om friluftsliv väcker några känslor hos hen säger Alex:

Lite frustration och tråkigt, fruktansvärt tråkigt, tar så jävla lång tid.

Alex har starka negativa känslor kopplade till friluftsliv, dock har hen lite svårt att specificera vad det är som är tråkigt och frustrerande.

Alex har en klar uppfattning om de normer kring friluftsliv som finns runt hen. Alex menar att hens jämnåriga tycker:

Ungefär som mig antagligen.

När Alex får frågan vad familjen tycker om friluftsliv, svarar hen:

Ja, de går ju verkligen inte ut i skogen. De springer ibland. För att de har ett mål med det. För att de behöver det liksom. De vill bli bättre på någonting.

Detta visar att Alex uppfattning är att normerna kring friluftsliv är negativa och att Alex själv stöttar dessa normer. Enligt det Alex säger så ställer sig alla människor i hens närhet negativt till friluftsliv.

Alex anser sig vara kompetent inom friluftsliv:

Intervjuare: Om du skulle vara tvungen att spendera en natt i skogen till exempel. Känner du att "jag hade ändå löst det"? Eller är det, "jag har ingen aning om vad jag skulle göra"? Eller någonting däremellan. **Elev:** Alltså det beror ju på. Om jag får med mig mat ut, då klarar jag mig. **Intervjuare:** Du får med dig mat, du får med dig ett stormkök. **Elev:** Ja, men då klarar jag mig för fan hur länge som helst. **Intervjuare:** Du kan ändå, om du skulle vara tvungen, sätta upp ett tält och du fryser inte ihjäl liksom? **Elev:** Ja, då kan jag vara där.

När Alex får frågan huruvida hen skulle klara sig en natt i skogen, så gäller Alex första tanke mat. Alex menar att så länge hen har mat så klarar hen sig. Detta tyder på en relativt hög upplevd kompetens inom friluftsliv, där så länge Alex grundläggande behov är tillgodosedda, så klarar hen sig bra.

4.1.4 Elliot

Elliot har en positiv attityd till friluftsliv. Om friluftsliv och fördelen med att kunna det, säger hen bland annat:

Väldigt roligt. Jag tyckte det var också ganska viktigt. Tänk så hamnar du i skogen, du är vilse och kanske finns det ingen täckning eller någonting, så vet du absolut inte hur du överlever. Det är ju typ inte jättenice. Men det är inte så här tråkigt att lära sig heller, till exempel hur man skapar en stor eld, det är ju roligt. Jag tycker det är viktigt och roligt. Så det är nice.

Elliot visar här att hen uppskattar friluftsliv både på ett emotionellt och ett logiskt plan. Dels tycker Elliot att det är roligt, både att bedriva och lära sig, men också att det är viktigt. Elliot menar att med kunskaper inom friluftsliv ökar man sina chanser att klara sig om man går vilse.

När Elliot får frågan huruvida friluftsliv kan påverka hälsan, säger hen:

Jag tycker det är väldigt lugnande att vara ute i naturen. Man blir av med stress.

Elliot anser alltså att friluftsliv påverkar framför allt den psykiska och emotionella hälsan på ett positivt sätt.

Elliot upplever att de normer, som berör friluftsliv, som finns i Elliots närhet generellt stämmer överens med vad hen tycker. Elliot säger:

Alltså de flesta tycker väl samma som mig. Men det beror ju på om det är mer aktivitet, mer röra på sig, till exempel segling, det kanske kan kräva lite mer kraft och styrka när man seglar. Till exempel stora vågor och sånt. Det kanske till exempel inte min bror skulle gilla. På grund av att hen inte gillar att röra på sig lika mycket som jag gör. Hen gillar mer att ta det lugnt och sånt. Men hen gillar naturen och djur och sånt, det gillar hen ju. Men att röra på sig för mycket, det gillar hen inte jättemycket.

Detta tyder på att Elliot upplever att det finns olika typer av friluftsliv och att olika människor ställer sig olika till de olika typerna. Det tyder även på att Elliot upplever generellt positiva normer till friluftsliv, men att det finns vissa i Elliots närhet som, i grunden, tycker som Elliot, men vars åsikt ändå skiljer sig när det kommer till vilken typ av friluftsliv som bedrivs.

Elliot upplever att hen har en hög egen kompetens inom friluftsliv. Elliot säger:

Jag har nog mer stenkoll. Alltså utbildningen på min förra skola var väldigt mycket hur du överlever i naturen. Till exempel grenar och kvistar och liknande så jag tror att jag har ganska bra grundkunskaper för att kunna överleva i naturen.

Elliot har alltså lärt sig mycket om friluftsliv på sin förra skola och upplever att hen utan problem skulle klara sig i naturen.

4.1.5 Kim

Kim har en positiv attityd till friluftsliv. Hen säger:

Positivt, såklart. Det är jättekul att vara ute och så i naturen. Och så tycker jag att det är bra att det finns regler och sånt så det inte går överstyr och så. Men jag tycker det är väldigt bra. Jag gillar också att segla, så det blir en del av det också. Jag tycker det väcker en bra känsla faktiskt.

Kim säger också:

Jag tycker det känns framförallt bra efteråt, att man har gjort något på dagen. För om man är inomhus hela dagen så brukar jag själv få lite ångest när jag sitter inne och kanske spelar hela dagen. Jag tycker inte att det är så kul. Men om jag har varit utomhus och gjort grejer med andra eller med farsan kanske. Då känner jag att jag ändå fått något gjort av dagen. Och det är mycket roligare.

Kim har en väldigt positiv attityd till friluftsliv. Hen använder starkt positiva termer för att beskriva sin attityd till friluftsliv, så som "Positivt, såklart" och "jättekul". Kim säger också att friluftsliv bidrar till ett bättre mående och att Kim mår bättre efter att hen har varit ute och gjort något på dagen.

Kim tror att de flesta i hens närhet har samma attityd till friluftsliv, som Kim själv. Hen säger:

Jag tror att de tycker ungefär samma. Att det är nyttigt att man är ute och får något bättre gjort och inte använder mobilen så mycket. Jag tror att det är bättre för hälsan också. Och sen när man har börjat så tror jag att man gör det fler gånger också. Man har liksom kommit in lite i det. Så jag tror att de tänker det är samma som mig faktiskt.

Kim menar alltså att de flesta anser att friluftsliv är något som är bra för kropp och själ, att man mår bättre av att vara ute i naturen än att vara inne och kolla på en skärm. Hen tror också att ju mer man är ute, desto mer uppskattar man det.

Kim upplever att hen har hög kompetens inom friluftsliv. När Kim får frågan hur mycket hen känner att hen kan om friluftsliv och om hen tror att hen skulle kunna spendera en natt i skogen säger hen:

Ja, det känner jag verkligen. Jag kan, om jag behöver det, göra upp en eld. Det vet jag hur man gör. Det har vi övat mycket på här i skolan. Och använda mycket olika redskap. Sätter upp tält och sånt som jag har gjort med pappa. Så ja, så gillar jag mycket att fiska. Jag tror jag skulle kunna övernatta. Väldigt lätt.

Kim anser att hen behärskar de flesta delar av vad hen ser som friluftsliv. Kim känner sig hemma i naturen och uttrycker tydligt att hen känner sig kompetent.

4.1.6 Cleo

Cleo har en positiv inställning till friluftsliv. När Cleo får frågan om friluftsliv väcker några känslor hos hen svarar hen:

Jag tycker verkligen om naturen.

Senare säger hen även:

Det är typ tystare där också. Alltså det är lugnt. Även om myggor och sånt stressar en. Men man blir lugnare på ett sätt. Och det går inte att... Nu låter jag som en gamling, men att inte ha mobilen när man är ute. Annars kollar man bara på den. Men då hör man ändå fågelkvitter.

Cleo tycker alltså att naturen har en lugnande inverkan på hen. Det ger Cleo en möjlighet att varva ner, njuta och komma bort från mobilen.

Cleos säger att hens familj, och i alla fall en jämnårig, delar Cleos attityd till friluftsliv. Hen säger:

De [familjen] tycker om det. Vi har bara inte jättemycket tid, men det är ganska mysigt. Speciellt när man gör det med familjen, går ut och grillar på en grillplats och så. Och sen har jag en kompis, hen vandrar mycket på sommaren uppe i fjällen, så hen är ute ganska mycket.

De normer som generellt finns bland jämnåriga i relation till friluftsliv tror Cleo är lite mer blandade.

Jag tror att många säger lite negativa saker typ om höstvandringen till exempel och så här "örka ut i skogen" men sen tror jag att de flesta tycker att det faktiskt är ganska skönt eller kul när man väl är ute. Sen kanske man inte vill göra det igen hela tiden liksom men jag tror att folk egentligen är mer positiva än de visar.

Cleo verkar uppleva att det finns någon slags norm att man ska tycka att friluftsliv är tråkigt, men att de flesta egentligen tycker att det är ganska skönt. Cleo uttrycker även att hen kopplar det till en social familjeaktivitet.

Cleo är lite kluven när det kommer till hens egen kompetens:

Alltså jag är scout, jag har varit scout så jag kan ändå överlevnadsdelen och hur man liksom beter sig, men annars vet jag inte jättemycket. **Intervjuare:** Om du får med dig ett tält, du får med dig ett stormkök, du får med dig lite mat. **Elev:** Ja, då klarar jag mig.

Å ena sidan menar Cleo att hen har lärt sig mycket inom scouterna, å andra att hen nog ändå inte kan så mycket. När Cleo får frågan om hen hade klarat sig i skogen med tält, mat och ett stormkök, så svarar Cleo ändå att hen hade klarat sig.

4.1.7 Sandy

Sandy har flera positiva saker att säga om friluftsliv:

Jag tycker det är väldigt mysigt att campa. Vi gör det varje sommar. Vi har husbil. Så jag tycker det är bra och mysigt.

Det känns skönt att koppla bort från allt annat. Så det är också väldigt skönt.

Välbehövande... Man kopplar av väldigt mycket när man är i naturen. Man sitter inte lika mycket med sin mobil och skärmar och så. Så jag skulle säga att det är väldigt skönt för en.

Sandys attityd till naturen verkar härstamma i en allmän känsla av välbehövande, lugn, avkoppling och en möjlighet att komma bort från mobilen. Sandy förknippar friluftsliv med camping, vilket hen i sin tur förknippar med husbilssemester med familjen.

Sandy upplever att normerna som kopplas till friluftsliv varierar:

Det är väldigt blandat. Min pappa... Jag har bott på två ställen. Så det är pappas familj som jag åker och campar med och de tycker att det är jättemysigt och roligt. Men mamma är kanske inte lika liksom. Och de i min klass tycker att det är lite konstigt. De åker hellre och badar, eller så här, flyger [reser utomlands].

Sandy upplever alltså att de flesta i hens närhet (mamma och jämnåriga) har en relativt negativ inställning till friluftsliv, men att det ändå finns de (familjen på pappas sida) ställer sig väldigt positiva till friluftsliv.

Sandy känner sig inte kompetent inom friluftsliv:

Det tror jag inte jag är så bra på. Jag kan ju inte starta ett trangiakök, något sånt har jag ingen aning om. Men, ja. Nej, jag kan typ ingenting. **Intervjuare:** Så om någon ger dig ett tält, ett trangiakök och lite mat så skulle du ändå tycka att det är lite svårt? **Eleve:** Ja, ganska svårt, skulle jag nog säga.

Sandy upplever att hen inte kan något om friluftsliv och att det är ganska svårt. Detta trots att Sandys attityd till friluftsliv är väldigt positiv.

4.2 Analys

Nedan analyseras intervjuerna utifrån elevers attityd, normer och upplevda egen kompetens. Dessa rubriker delas in i underrubriker och analyseras för sig. Det förekommer citat för att ge analysen relevans och för att stötta överskådligheten.

4.2.1 Attityder

Med grund i intervjuerna framkom tre dimensioner av elevernas attityd till friluftsliv:

1. Känslor
2. Hälsa och välmående
3. Erfarenheter

4.2.1.1 Känslor

Vad gäller känslor kring friluftsliv var majoriteten positiva, enbart en av eleverna förknippade friluftsliv med negativa känslor. De elever som förknippar friluftsliv med positiva känslor

använder ord som roligt, lugnande, välbefinnande, mysigt och så vidare. Eleven som upplevde negativa känslor i relation till friluftsliv beskriver det som frustrerande och tråkigt. Detta visar att friluftsliv väcker många olika känslor hos olika personer. Trots de olika attityderna hade alla elever någon känsla kopplat till friluftsliv, vilket tyder på att det är ett sammanhang som väcker känslor hos elever. Elevernas svar visar också att elever tenderar att ha en relativt ensidig bild av friluftsliv. Majoriteten av eleverna som hade en positiv attityd till friluftsliv lyfte enbart fram positiva aspekter och eleven som hade en negativ attityd lyfte i stort enbart fram negativa aspekter.

4.2.1.2 Hälsa och välmående

Alla elever som intervjuades ansåg att friluftsliv skulle kunna bidra till bättre hälsa. Även Alex, som ogillar friluftsliv, anser att det skulle kunna vara positivt för hälsan. Flera av eleverna som intervjuades menade att de blir lugnare av att vara ute i naturen.

Vi lever idag i ett samhälle där det är lätt att bli stressad och enligt intervjuaren upplever eleverna att naturen kan fungera som en avstressande miljö. Detta leder bland annat till att de förknippar vistelse i naturen med positiva känslor. Flera elever ansåg även att det är bättre luft i naturen, vilket bidrar till ett bättre mående. De menade att eftersom luften är bättre i naturen så blir de gladare, mår bättre och att det känns nyttigt för kroppen.

Vissa elever nämner att friluftsliv bidrar till att de sitter mindre med mobilen, vilket de alla ser som något positivt. Sandy säger till exempel:

Man kopplar av väldigt mycket när man är i naturen. Man sitter inte lika mycket med sin mobil och skärmar och så. Så jag skulle säga att det är väldigt skönt för en.

Alex, som uttrycker att han inte gillar friluftsliv, kopplar ihop det hälsosamma med friluftsliv med ett mål, till exempel träning. Alex menar att om man har ett mål med sin träning, så skulle naturen kunna agera som arena för att uppnå det målet.

4.2.1.3 Erfarenheter

Genom intervjuerna framkom det att alla eleverna hade någon erfarenhet av friluftsliv. Deras erfarenhet skilde sig relativt mycket och aktiviteter, som camping med husbil, camping på en campingplats på en fotbollscup, segling, fjällvandring och tältning i naturen, nämndes. Utöver det nämns till exempel svampplockning, promenader, sova på studs mattan och vandring med skolan. Alla dessa exempel av elevernas friluftslivserfarenheter tyder, dels på att de flesta verkar ha i alla fall någon erfarenhet av friluftsliv, dels på att de har en bred uppfattning om vad en friluftslivsaktivitet är. De flesta eleverna verkar dock överens om att de erfarenheter som har med naturen att göra kan kopplas till friluftsliv.

Alla eleverna som medverkade i intervjuerna hade positiva upplevelser kopplade till friluftsliv. Även Alex, som ogillar friluftsliv, säger:

Jag har campat [på] campingplats. Det var någon fotbollsgrupp eller något. Ja, då var det roligt, då var jag liten. Ja, det var ju trevligt liksom.

Av intervjuerna att döma betyder detta att de flesta som erfarar friluftsliv alltså upplever det som något positivt. Detta skulle i sin tur kunna bidra till att eleverna generellt hade en positiv attityd till friluftsliv. Genom att ha positiva erfarenheter inom friluftsliv skapar de positiva känslor kopplade till det och därigenom utvecklar de en positiv attityd till friluftsliv.

4.2.2 Normer

I intervjuerna framkom två dimensioner:

1. Familj
2. Jämnåriga

4.2.2.1 Familj

Vad gäller familjen till eleverna som intervjuades stämde attityden till friluftsliv i stort överens med elevens egen attityd. De normer som finns inom familjen verkar ha påverkat elevernas egen attityd till friluftsliv. Flera av eleverna som gillar friluftsliv säger att deras familjer också gillar friluftsliv. En elev som gillar friluftsliv, vars föräldrar inte är tillsammans, säger att hans pappas familj gillar friluftsliv, men inte hans mammas. Alex, som ogillar friluftsliv, säger att hans familj också ogillar friluftsliv.

Några av eleverna nämner specifika friluftslivsaktiviteter som de kopplar samman med positiva känslor och familjen, segling, camping och grillning i naturen. Sandy ger en något annorlunda vinkel på familjens normer och friluftsliv. Då Sandy har två familjer, där den ena ställer sig positivt till friluftsliv och den andra negativt, går det i Sandys fall att se att de positiva erfarenheter som hen har varit med om med sin pappas familj har påverkat Sandy mer än de negativa normer som Sandys mammas familj hyser, gentemot friluftsliv.

4.2.2.2 Jämnåriga

Med jämnåriga menas de personer som är ungefär samma ålder som eleven. Eleverna specificerade sällan om de talade om klasskamrater, lagmedlemmar, kusiner eller andra bekanta och därför valdes termen *jämnåriga* för att representera denna generella grupp.

Vad gäller jämnåriga finns det en viss diskrepans kopplat till normer. Fyra elever uttrycker explicit att de tror att jämnåriga har en negativ attityd till friluftsliv. En elev tror att det beror på huruvida det handlar om fysisk aktivitet eller inte, där hans jämnåriga inte är så förtjusta i friluftsliv om det är fysiskt jobbigt. En elev tror att de flesta i hans ålder anser att friluftsliv är något positivt, att det är bra för hälsan och att det är viktigt att kunna. En elev, Cleo, tror att normen bland jämnåriga är att tycka att friluftsliv är tråkigt, men att de egentligen tycker att det är ganska roligt. Cleo säger:

Jag tror att många säger lite negativa saker typ om höstvandringen till exempel och så här "orka ut i skogen" men sen tror jag att de flesta tycker att det faktiskt är ganska skönt eller kul när man väl är ute.

Trots att de flesta elever upplever att normen, bland jämnåriga, är att ogilla friluftsliv säger flera av eleverna att de har minst en jämnårig som de skulle kunna ta med sig på en friluftslivsaktivitet. Utöver det så säger en elev att det finns flera som hen skulle vilja ta med sig, dock utan att specificera vem eller huruvida de är jämnåriga eller inte.

Av intervjuerna att döma så anser en majoritet att de flesta upplever att många av deras jämnåriga har en negativ attityd till friluftsliv, samtidigt som de själva och minst en vän har en positiv attityd.

4.2.3 Upplevd egen kompetens

Genom intervjuerna framkom tre dimensioner av elevernas upplevda egna kompetens:

1. Låg upplevd egen kompetens
2. Medelhög eller osäker upplevd egen kompetens
3. Hög upplevd egen kompetens

4.2.3.1 Låg upplevd egen kompetens

En elev uttryckte att hen upplevde att den egna kompetensen var klart låg. Sandy säger att hen upplever att hen kan relativt lite om friluftsliv och tillhörande aktiviteter. Sandy nämner specifikt att hen inte vet hur Trangia kök fungerar och säger "Nej, jag kan typ ingenting."

4.2.3.2 Medelhög eller osäker upplevd egen kompetens

Tre elever uttryckte att de var något osäkra kring sin egen kompetens eller att de upplevde att de var relativt kompetenta. När de får frågan hur mycket de känner att de kan om friluftsliv beskriver de sin kompetens med meningar som:

Jag tror att det skulle funka ganska bra. - Charlie

Alltså jag är scout, jag har varit scout så jag kan ändå överlevnadsdelen och hur man liksom betar sig, men annars vet jag inte jättemycket. - Cleo

En campingplats tror jag hade gått bra. Om man har en grill och... Kanske el och så. Det tror jag är bra. Men att campa ute i skogen, det beror på vilken nivå man tar det till, men om man går ut i skogen och ska laga mat och så och hitta mat kanske, så tror jag det hade gått ganska dåligt. Jag tror vi hade löst det. - Robin

Dessa tre elever uttrycker en varierande tilltro till sin egen kompetens eller en viss osäkerhet kring den egna kompetensen. Detta skulle kunna betyda att vissa elever upplever att de behärskar vissa delar inom friluftsliv, men inte andra. Robin, till exempel, antyder att hen skulle klara sig bra om hen har tillgång till vissa bekvämligheter, men skulle känna sig mer osäker i ett mer spartanskt sammanhang. Samtidigt så avslutar Robin sitt svar med att säga att

hen tror att de hade löst det, vilket ändå tyder på en viss tilltro till den egna kompetensen. Cleo beskriver däremot att hen känner sig kompetent när det gäller överlevnad och hur man betar sig, men att Cleo inte kan så mycket utöver det. Vad Cleo inte känner sig kompetent inom beskriver hen inte och det är lite oklart vad som är svårare än överlevnad. När Cleo får frågan om hen hade klarat sig i skogen med mat, ett stormkök och ett tält så svarar hen: "Ja, då klarar jag mig.". Vilket ändå tyder på en relativt hög upplevd egen kompetens.

4.2.3.3 Hög upplevd egen kompetens

Tre elever uttryckte tydligt att de kände sig kompetenta inom friluftsliv. Enligt dem själva behärskade de förmågor som att göra upp eld, använda stormkök och tälta. Utifrån dessa tre elevers svar skulle man kunna se en koppling mellan några få förmågor och hög egen upplevd kompetens. Eleverna upplever att de behärskar grunderna vilket troligtvis leder till att de har en tilltro till att de även skulle kunna lösa eventuella utmaningar som skulle kunna uppstå i ett friluftslivssammanhang.

5 Diskussion

5.1 Metoddiskussion

Valet av metod visade sig bra. Forskningsfrågorna besvarades och författaren fick fram nyanserade svar, där eleverna uttryckte sig kring sina erfarenheter, attityder och uppfattningar. Urvalsmetoden baserades, på grund av tidsbristen, på ett bekvämlighetsurval (Christoffersen & Johannessen, 2015). Detta ledde till att generaliserbarheten hos studien blev relativt låg. Eleverna gick alla på samma skola, vilket gör att det inte går att dra några nationella slutsatser från studien. Detta leder till att studien är ett bidrag till forskningen, men inte kan stå för sig själv i en nationell kontext. För att öka generaliserbarheten skulle studien behöva ett större urval med fler elever från fler skolor och med större socioekonomisk variation. Valet att utgå från *Teorin om Planerat Beteende* (Fishbein & Ajzen, 2010) visade sig positivt. Det bidrog till att studien lyckades skapa en relativt bred uppfattning kring friluftsliv utifrån en elevkontext.

5.2 Resultatdiskussion

Syftet med denna studie är att uppmärksamma olika aspekter av friluftsliv inom ämnet Idrott och hälsa utifrån ett elevperspektiv. Detta görs genom att använda *Theory of Planned Behaviour* som teoretiskt ramverk. Mer specifikt ämnar studien att skildra elevers attityd till friluftsliv, vilka normer som finns runt friluftsliv, samt hur elever upplever sin egen kompetens inom friluftsliv.

5.2.1 Elevers attityder

Elevers attityder till friluftsliv kan relateras, enligt studien, till känslor, hälsa och erfarenheter. Alla elever hade någon känsla som de förknippade med friluftsliv, men en stor majoritet förknippade friluftsliv med positiva känslor. Detta stämmer väl överens med tidigare forskning (Garst m.fl., 2001; Heras m.fl., 2020; Stuhr m.fl. 2015; Lyngstad & Sæther, 2021; Gehris m.fl., 2010). Garst m.fl. (2001) menar att friluftsliv kan vara en flykt från vardagen, ett resultat som denna studie stärker. Flera elever förknippar friluftsliv med en känsla av lugn och välbefinnande. Detta verkar leda till att eleverna upplever att en del av de hälsoeffekter som friluftsliv bidrar med har sin grund i naturens lugnande och avstressande miljö. De lägger

ifrån sig sina telefoner, lyssnar på fåglarna och njuter av lugnet. Det är troligt att detta till viss del relaterar till det som många elever ser som avstressande med naturen. Genom att komma ifrån det konstanta flöde av information och aktivitet som mobilen bidrar med, stressar eleverna ner och kopplar av. Med detta sagt var det en elev som upplevde negativa känslor kopplat till friluftsliv. Alex upplever frustration och att det är tråkigt.

Stuhr m.fl. (2015) menar att elever som har få erfarenheter inom friluftsliv ofta upplever det som meningslöst, men att de flesta elever, genom erfarenheter, utvecklar ett intresse för att vistas i naturen. Alex erfarenheter inom friluftsliv är få. Det enda Alex nämner är en fotbollscup, då de övernattade på en campingplats, när Alex var liten. Detta stämmer överens med första delen av Stuhrs m.fl. (2015) studie. Likaså går det att se kopplingar mellan erfarenhet och en positiv attityd till friluftsliv. Resterande sex elever hade en positiv attityd till friluftsliv och de hade alla erfarenhet av friluftsliv. Elevernas erfarenheter av friluftsliv skilde sig relativt mycket åt, men de flesta var överens om att friluftsliv hade med naturen att göra.

Eleverna som medverkade i intervjun menar att vistelsen i naturen bidrar med olika positiva hälsoeffekter. Bland annat nämns friskare luft, mindre tid med telefonen och att de blir av med stress. Detta är i linje med vad Garst m.fl. (2021) kommer fram till i sin studie. Där menar ungdomar bland annat att friluftsliv kan vara en flykt från den stressiga vardagen. Flera av eleverna i denna studie menar att friluftsliv leder till att de sitter mindre med mobilen, vilket troligtvis leder till den avstressande effekt som friluftsliv har på dem. Det är idag ett konstant flöde av information och aktivitet i våra mobiler och genom att komma ifrån detta får eleverna en möjlighet till nedvarvning. Den lugnande effekten som friluftsliv har på eleverna beskrivs även av Heras m.fl. (2020), som menar att positiva känslor uppstår när man är ute i naturen.

5.2.2 Normer

Genom intervjuerna kan vi se att elever upplever att normen som finns, kring friluftsliv, i familjen ofta speglar deras egen attityd till friluftsliv. Det är troligt att familjen har en inverkan på individen, vilket i detta fallet verkar leda till att eleverna anammar föräldrarnas normer kring friluftsliv. Det är troligt att en familj som ställer sig positiva till friluftsliv också ägnar sig åt friluftslivsaktiviteter, vilket i sin tur leder till att eleverna får positiva erfarenheter och utvecklar en positiv attityd till friluftsliv. Detta resonemang stämmer överens med Stuhrs m.fl. (2015) studie, där de menar att elever med mer erfarenhet inom friluftsliv tenderar att ha en positivare attityd gentemot att vistas i naturen. Med samma logik går det också att hitta argument för att en familjs negativa attityd till friluftsliv leder till att en elev färgas av detta. Utan positiva erfarenheter kopplade till friluftsliv är det lätt att se hur en elev skulle kunna se det som, som Alex säger, "Frustrerande och fruktansvärt tråkigt".

Intervjusvaren kring vilka normer som gäller bland jämnåriga var något mer blandade. De flesta verkar uppleva en något negativ norm kring friluftsliv, vilket skapar en viss diskrepans mellan den upplevda normen och de flesta studier. Denna studie kom i enlighet med flera andra (Garst m.fl., 2001; Heras m.fl., 2020; Stuhr m.fl. 2015; Lyngstad & Sæther, 2021; Gehris m.fl., 2010) fram till att elever generellt har en positiv attityd till friluftsliv och flera av eleverna som intervjuades har minst en jämnårig som de skulle kunna ta med sig på en friluftslivsaktivitet. Denna diskrepans i normer skulle kunna visa på att det inte finns några

övergripande normer kopplat till elever och friluftsliv. Istället skiljer det sig, beroende på vilken grupp man observerar. En av eleverna i studien menar att normen bland högstadiееlever eventuellt är att tycka att friluftsliv är tråkigt, men att de i själva verket tycker att det är kul när de väl är ute. Detta sätt att se på det skulle kunna beskriva diskrepansen mellan den upplevda normen och majoriteten av elevernas attityd.

Det går alltså att argumentera för att signifikanta andra och normer har en viss inverkan på elevers attityd till friluftsliv. Detta stämmer till viss del överens med Kougioumtzis och Wagnsson (2020), som menar att den upplevda normen kan ha en inverkan på ungas intention att ägna sig åt olika typer av fysisk aktivitet.

5.2.3 Upplevd egen kompetens

Eleverna upplevde en varierande grad av kompetens, kopplat till friluftsliv. En elev upplevde sin egen kompetens som låg, några gav svar som antydde att de var något osäkra på sin egen kompetens och några ansåg sig ha en hög kompetens. Detta indikerar att den egna upplevda kompetensen bland elever är relativt varierad, men att de flesta upplever att de har i alla fall en viss kompetens inom friluftsliv. Vad som är intressant i Sandys fall är att hen bland annat tänker på camping när hen hör ordet friluftsliv, att Sandy nämner att hen campar med sin pappas familj varje sommar i deras husbil och att hen tycker att det är mysigt. Det finns alltså antingen en diskrepans i vad Sandy förknippar med friluftsliv, i början av intervjun jämfört med i slutet av intervjun, eller att Sandy, trots sina erfarenheter av camping, inte känner att hen har lärt sig något genom sina erfarenheter.

De elever som upplever att de har en hög kompetens menar själva att de behärskar förmågor som att göra upp eld, sätta upp ett tält och använda ett stormkök. Från dessa svar skulle man kunna dra slutsatsen att det eventuellt finns några grundläggande förmågor som leder till en högre upplevd egen kompetens.

Det finns också ett fall i denna studie där en elev verkar underskatta sin egen kompetens. Eleven i fråga menar att hen har koll på överlevnadsdelen, men inte resten, medan flera andra elever uttrycker att det är just övelevnadsdelen som är svår. Detta skulle kunna visa på att Cleo underskattar sin egen kompetens. I förhållande till flera av de andra eleverna, som upplever att de behärskar friluftsliv om de har tillgång till redskap och bekvämligheter men säger att överlevnadsdelen är svår, säger Cleo att hen känner sig kompetent inom överlevnad men inte annars.

5.3 Slutsatser och implikationer

Utifrån studien kan flera slutsatser dras. Majoriteten av eleverna har en positiv attityd till friluftsliv, men det finns även de elever som har en negativ attityd. Alla elever i studien kunde se samband mellan friluftsliv och hälsa. Vidare visar studien att elevers attityd till friluftsliv stämmer överens med familjens normer, men att detta inte alltid stämmer överens med de normer som finns bland jämnåriga. Det finns anledning att argumentera för att det finns en norm bland elever att tycka att friluftsliv är tråkigt, men att de flesta elever egentligen har en positiv attityd till friluftsliv. Till sist kan slutsatsen dras att elevernas egna upplevda kompetens varierar.

Detta skulle kunna leda till en bättre förståelse för friluftsliv utifrån en elevkontext. Studien antyder att trots en varierande och eventuellt missvisande norm, bland elever, så har de flesta eleverna en positiv attityd till friluftsliv, vilket idrottslärare borde dra nytta av. Eventuellt skulle det vara av fördel att arbeta med att förändra normen till friluftsliv genom diskussion med eleverna och därigenom uppmärksamma att majoriteten av eleverna faktiskt har en positiv attityd till friluftsliv. Utöver det så visade studien att elevers upplevda egen kompetens varierar. Detta skulle kunna indikera att elever behöver fler praktiska och grundläggande förmågor inom friluftsliv.

Det går att se ett behov av vidare forskning med ett större geografiskt urval för mer kunskap kring friluftsliv utifrån en elevkontext. Vidare vore det intressant att vidga studien till att inkludera elevers friluftsvanor utifrån *Teorin om Planerat Beteende* för att se om attityd, normer och upplevd egen kompetens påverkar elevernas beslut att bedriva friluftsliv.

6 Referenslista

- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Christoffersen, L., & Johannessen, A. (2015). *Forskningsmetoder för lärarstudenter*. Lund: Studentlitteratur.
- Fishbein, & Ajzen, I. (2010). *Predicting and changing behavior : the reasoned action approach*.
- Garst, B., Scheider, I., & Baker, D. (2001). Outdoor Adventure Program Participation Impacts on Adolescent Self-Perception. *Journal of Experiential Education*, 24(1), 41. <https://doi-org.ezproxy.ub.gu.se/10.1177/105382590102400109>
- Gelter, H. (2010). Friluftsliv as slow and peak experiences in the transmodern society. *Norwegian Journal of Friluftsliv*. <https://www.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A982123&dswid=5226>
- Gehris, J., Kress, J., & Swalm, R. (2010). Students' Views on Physical Development and Physical Self-Concept in Adventure-Physical Education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 29(2), 146–166.
- Heras, J. Medir, M. R. Salazar, O. (2020). Children's perceptions on the benefits of school nature field trips. *Education*, 48(4), 379-391. <https://doi.org/10.1080/03004279.2019.1610024>
- Kougioumtzis, & Wagnsson, S. (2020). Newly arrived migrant youths in Sweden: Attitudinal, normative and regulative determinants of the intention to participate in organized sports. *International Journal of Physical Education*, LVII(1), 27.
- Lundvall, S. (Red.). (2011). *Lärande i friluftsliv : Perspektiv och ämnesdidaktiska exempel*. https://gu-se-primo.hosted.exlibrisgroup.com/permalink/f/rmbr1s/46GUB_KOHA1795400
- Lyngstad, I., & Sæther, E. (2021). The concept of “friluftsliv literacy” in relation to physical literacy in physical education pedagogies. *Sport, Education & Society*, 26(5), 514–526. <https://doi.org/10.1080/13573322.2020.1762073>
- Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet. (2022). Skolverket. <https://www.skolverket.se/getFile?file=9718>
- Skolinspektionen. (2018). *Kvalitetsgranskning av ämnet idrott och hälsa i årskurs 7-9* <https://www.skolinspektionen.se/beslut-rapporter-statistik/publikationer/kvalitetsgranskning/2018/kvalitetsgranskning-av-amnet-idrott-och-halsa-i-arskurs-79/>
- Stuhr, P. T., Sutherland, S., Ressler, J., & Ortiz-Stuhr, E. M. (2015). Students' Perception of Relationship Skills during an Adventure-Based Learning Unit within Physical Education. *Australian Journal of Outdoor Education*, 18(1), 27–38.

Svenskt Friluftsliv. (u.å.). *Hela Sveriges Friluftsdag 29 april*. Hämtad 2024-05-14 från <https://svensktfriluftsliv.se/nyheter/hela-sveriges-friluftsdag-29-april/>

Sörlin, S., & Sandell, K. (2000). *Friluftshistoria : Från "härdande friluftslif" till ekoturism och miljöpedagogik : Teman i det svenska friluftslivets historia*.
https://gu-se-primo.hosted.exlibrisgroup.com/permalink/f/rmbr1s/46GUB_KOHA93103
[1](#)

Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Vetenskapsrådet.

7 Bilagor

7.1 Bilaga 1 - Intervjuguide

Elevens attityd till friluftsliv:

1. När du hör ordet "friluftsliv", vad tänker du på då?
 - a. Vad väcker det för känslor hos dig?
 - b. Vad har du för upplevelser av friluftsliv?
 - c. Vilken betydelse tror du att friluftsliv har för din hälsa och ditt välbefinnande?

Sociala normer/signifikanta människor i elevens närhets attityd till friluftsliv:

1. Vet du vad andra människor, som du känner, tycker om friluftsliv?
 - a. Vänner, föräldrar, klasskompisar, osv.?
 - b. Känner du någon som ofta ägnar sig åt friluftsliv?
 - c. Om du skulle sova i skogen en natt, har du då någon eller några som du skulle kunna ta med dig?

Upplevd egen kompetens:

1. Hur mycket känner du att du kan om friluftsliv?
 - a. I teorin/praktiken?
 - b. Hur mycket har du ägnat dig åt friluftsliv?
 - c. Om du skulle ägna dig åt friluftsliv, vad tror du skulle hända då?
 - d. Vilka hinder skulle du kunna se, som hindrar dig från att ägna dig åt friluftsliv?
 - e. Vad har du lärt dig om friluftsliv i skolan?