

Beteckning:



Institutionen för Pedagogik, Didaktik och Psykologi

Frisk- och Riskfaktorer i Utomhuspedagogik:  
En Fallstudie i en "I Ur och Skur" klass

*Lina Bohlin & Jennifer St. John*  
*Januari - 2009*

B-uppsats 7,5 hp  
Pedagogik

Hälsopedagogprogrammet - Vetenskaplig Uppsats B  
Handledare: Gunnar Cardell  
Examinator: Lisbeth Claesson

Bohlin, Lina & St. John, Jennifer (2009). *Frisk- och Riskfaktorer i Utomhuspedagogik: En Fallstudie i en "I Ur och Skur" klass*. B-uppsats i pedagogik. Institutionen för Pedagogik, Didaktik och Psykologi. Högskolan i Gävle.

## **ABSTRAKT**

Utomhuspedagogik har blivit ett etablerat begrepp inom skolan, och många positiva effekter har påvisats inom forskning. Det anses däremot, av författarna, finnas ett tomrum när det gäller de negativa effekterna. Syftet med denna uppsats är därför att beskriva frisk- och riskfaktorer i utomhuspedagogik, det vill säga att redogöra för effekterna ur ett hälsoperspektiv. Detta undersöks genom en fallstudie i en *I Ur och Skur* klass. I fallstudien ingår en intervju med en lärare, en observation under lärarens lektion där utomhuspedagogik tillämpas, samt en analys av lärarens strateginät från en tidigare undersökning. En slutsats som kunde dras i denna uppsats var att utomhuspedagogik, ur ett hälsoperspektiv, medför många positiva effekter och få negativa effekter, vilka dock bör tas med i beräkningen när utomhuspedagogik tillämpas. Exempel på friskfaktorer som framkom är ökad rörelse, gemenskap och motivation och exempel på riskfaktorer är utanförskap, skador och dåligt humör. Kunskaper om frisk- och riskfaktorer som kan uppstå, är värdefulla för att främja hälsa och förebygga ohälsa.

**Nyckelord:** Utomhuspedagogik, Friskfaktorer, Riskfaktorer, I Ur och Skur, Fallstudie.

**Keywords:** Outdoor Education, Protective Factors, Vulnerability Factors, I Ur och Skur, Case Study.

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

<b>1. INLEDNING.....</b>	<b>5</b>
<b>2. BAKGRUND.....</b>	<b>6</b>
2.1. UTOMHUSPEDAGOGIK .....	6
2.2. I UR OCH SKUR .....	7
2.3. FRISK- OCH RISKFAKTORER .....	10
2.4. SKEPPCOM.....	11
2.4.1. <i>Skeppet</i> .....	11
2.4.2. <i>Complador och Strateginät</i> .....	12
<b>3. SYFTE .....</b>	<b>13</b>
3.1. FRÅGESTÄLLNINGAR .....	13
<b>4. METOD.....</b>	<b>14</b>
4.1. UNDERSÖKNINGSGRUPP.....	14
4.2. UNDERSÖKNINGENS GENOMFÖRANDE .....	14
4.2.1. <i>Intervju</i> .....	14
4.2.2. <i>Observation</i> .....	15
4.2.3. <i>Analys av strateginät</i> .....	16
4.3. RELIABILITET OCH VALIDITET .....	16
4.4. ETISKA ÖVERVÄGANDEN .....	17
<b>5. RESULTAT .....</b>	<b>19</b>
5.1. INTERVJU .....	19
5.2. OBSERVATION .....	22
5.3. ANALYS AV STRATEGINÄT .....	25
5.4. SAMMANFATTNING AV FRISK- OCH RISKFAKTORER .....	27
<b>6. ANALYS.....</b>	<b>28</b>
<b>7. DISKUSSION .....</b>	<b>32</b>
7.1. METODDISKUSSION .....	32
7.1.1. <i>Intervju</i> .....	32
7.1.2. <i>Observation</i> .....	33
7.1.3. <i>Analys av strateginät</i> .....	34
7.2. RESULTATDISKUSSION.....	35
<b>BILAGOR.....</b>	<b>40</b>
BILAGA 1 – SKEPPCOM .....	40
BILAGA 2 – INTERVJUFRÅGOR.....	41
BILAGA 3 – STRATEGINÄT OCH TEXTER .....	42



## **1. INLEDNING**

Utomhuspedagogik har blivit ett etablerat begrepp inom skolvärlden och allt fler ser betydelse av en varierad undervisning (Brügge & Szczepanski, 2007). Kring denna form av undervisning har det forskats mycket och många positiva effekter har påvisats. Enligt Brügge och Szczepanski finns inga anledningar att inte flytta delar av undervisningen utomhus då forskning visar att utomhusverksamhet är positiv för hälsan, motoriken och lärandet. Då hälsa tagits upp som en positiv effekt valdes det att undersöka utomhuspedagogik ur ett hälsoperspektiv och beskriva vilka frisk- och riskfaktorer som kan observeras, det vill säga på vilket sätt hälsan påverkas, såväl positivt som negativt. Detta kan vara värdefullt att undersöka då det behövs kunskaper om de frisk- och riskfaktorer som finns och är påverkbara för att kunna genomföra effektiva insatser för att främja hälsa och förebygga ohälsa (Bremberg, 2008).

## 2. BAKGRUND

### 2.1. Utomhuspedagogik

Utomhuspedagogik definieras som upplevelsebaserad inläring som äger rum i en utomhusbaserad miljö och ger variation och nya möjligheter till lärande som inte kan erbjudas innanför skolans väggar. Det väsentligaste inom utomhuspedagogik är platsen för lärandet. Lärandet ska ske i en verklighetsbaserad situation och utnyttjandet av sinnen har central betydelse. Metoden förenar teoretiska kunskaper med erfarenhetskunskaper och tillämpar sig därför bäst vid ämnesintegrerat lärande. Utomhuspedagogik utgör även ett betydelsefullt verktyg vid miljöfostran och ger en sund syn på naturen. (Gelter, 2002). En skolgård kan vara en användbar plats för tillämpning av utomhuspedagogik om den är utformad på rätt sätt. Grahn (2005) anser att:

En mer omväxlande gård med skogsdunge, öppna ytor, kulle, lekredskap och lösa föremål ger en mer dynamisk, omväxlande lek, med såväl vilda lekar som mycket tysta, rofyllda lekar. Hälsan, koncentrationsförmågan och den motoriska kapaciteten är också avsevärt bättre på dessa gårdar. (a.a., s. 12).

En studie som Foran (2005) genomfört, fyller ett tomrum författaren anser finnas inom forskning gjord på utomhuspedagogik. Det som, enligt Foran, saknas är fokuseringen på lärarnas upplevelser av denna utomhuspedagogik. Undersökningen utfördes genom kvalitativa intervjuer med kanadensiska lärare på High School, vilka undervisade utanför den normala klassrumsmiljön. Genom lärarnas berättelser och upplevelser gavs en inblick i utomhuspedagogernas värld. Samtliga lärare var engagerade i utomhusövningar som var kopplade till deras respektive ämnesområden. Slutsatserna, som undersökningen visade, var enbart positiva. Lärarna var överens om att utomhusmiljön förstörde upplevelsen av att undervisa. Händelserna i sig, utan elever, skulle inte ha inneburit samma intensitet för lärarna. För lärarna var utomhusmiljön mer än bara en plats; den framkallade känslor av värde, minnen och identitet. Att vara utomhus tillät lärarna att koppla den direkta erfarenheten till den naturliga miljön och att undervisa utanför den traditionella klassrumsmiljön. (a.a.).

Edwards et al. (1996) genomförde en fallstudie på en grupp omvårdnadsstudenter som under tre dagar fick prova på olika samarbetsövningar utomhus, det vill säga en form av utomhuspedagogik. Efter varje övning diskuterades vilken koppling studenterna kunde dra mellan övningen och sin utbildning. Gruppen var enligt författaren entusiastisk till att lösa uppgifterna och relationerna mellan gruppmedlemmarna stärktes genom gruppens bedrifter och växande självförtroende. Författarna kände, efter undersökningen, att utomhusaktiviteterna var ett bra sätt att lära ut strategier inom omvårdnad. Samtliga deltagare ansåg även att aktiviteterna var roliga och att det hade varit en positiv inlärningsupplevelse. (a.a.).

I en annan studie (Holman & McAvoy, 2005) söktes en bättre förståelse för vildmark och äventyrsupplevelser genom enkäter och intervjuer genomförda på aktiviteternas deltagare. Undersökningens resultat visade att deltagarna upplevde sig ha utvecklat relationen med varandra, fått en ökad självförståelse, en ökad medvetenhet och uppskattning för naturen, samt såg nya möjligheter och fick nya färdigheter. De huvudsakliga inverkningarna detta hade på deltagarnas dagliga liv var att de stärkte självmedvetenheten, uppnådde personliga mål, fick en varm relation med andra och förbättrade sina friluftsfärdigheter. Dessa effekter hade deltagarna kunnat överföra till arbetet, familjelivet och andra aktiviteter. Deltagarna hade även positiva minnen och reflektioner ifrån utflykterna och kände större motivation och ökat självförtroende för sina färdigheter. Dessutom ansåg de att de förstod andra människor bättre och att de kände mer respekt och tillit till andra. De viktigaste beståndsdelarna för att uppnå detta var, enligt deltagarna, interaktionen mellan gruppmedlemmarna, utomhusvistelsen, utflykterna och ledarna. (a.a.).

En fördel med utomhuspedagogik som Ericsson (2004) tagit upp är att då man byter miljö för lärandet förändras gruppens roller och invanda mönster. Elever som inom den traditionella inomhussituationen inte känner att de duger kan få möjlighet att stärkas då andra färdigheter kan efterfrågas i utomhusmiljön. Därmed kan dolda kompetenser och förmågor bli synliga vid varierande lärandemiljöer. (a.a.).

En verksamhet som tillämpar utomhuspedagogik är *I Ur och Skur*.

## **2.2. I Ur och Skur**

I mitten av 80-talet fick två förskollärare idén om att starta *I Ur och Skur*. De hade båda ett stort intresse för naturen och startade den första förskolan där

friluftaktiviteter integrerades i schemat. *I Ur och Skur* är en del av Friluftsförbundet, som har lång erfarenhet av friluftsvksamhet för barn genom exempelvis Skogsmulleskola. (Friluftsförbundet). Friluftsförbundets VD, Eva Bjernudd, menar att: ”Det är viktigt att barnens rörelse inte blir en ny ruta på schemat. Den naturliga rörelsen ska integreras i andra ämnen.” (citerad i Friluftsförbundet).

Grundtanken i pedagogiken är att barn genom vistelse i naturen får behov såsom kunskap, rörelse och gemenskap tillfredställda. Barnen ska få hjälp att utvecklas, fysiskt och intellektuellt, av sådant som finns i naturen. Exempelvis får barnen använda sin fantasi, då det inte finns färdiga leksaker. När de får leka utomhus ges barnen möjlighet att balansera, krypa, hoppa och klättra, vilket medför att deras grovmotorik, styrka och smidighet tränas. Dessutom får barnen en bättre kroppshållning och risken för fetma minskas. Naturvistelsen ger även upphov till att barnens sinnen övas upp genom att de får smaka, lukta, känna, titta, lyssna och jämföra sådant som finns runt omkring på ängen, i skogen och vid sjön, samt att de får känna gemenskap genom att de delar sina upplevelser med varandra. Detta bidrar till att barnen utvecklar en känsla för naturen som de kan ha med sig resten av livet. De lär sig även mer om samspelet mellan djur, människa och natur, vilket inverkar till att de värnar mer om naturen och sina medmänniskor. Kunskap, förståelse och upptäckts glädje kommer naturligt då det i naturen alltid händer något nytt. Barnen lär sig klara sig själva, självförtroendet och självkänslan stärks då de får vistas ute. (Friluftsförbundet). Britt Louise Theglander, konsult i utbildningsfrågor och med. kandidat i hjärnans funktioner och inlärningsneurologi, anser att: ”Vi är gjorda för rörelse och en allsidig utveckling förutsätter rörelse. För att träna koordination, kroppsuppfattning och rörelse behövs omväxlande underlag, som i en skog eller på ett berg.” (citerad i Friluftsförbundet). Theglander menar vidare att hjärnbarken måste vara vaken för att kunskap ska kunna lagras, vilket sker vid rörelse.

Friluftsförbundet har som mål att ha en hög kvalitet på verksamheten och välutbildade ledare för att kunna erbjuda ett bra alternativ till traditionell barnomsorg och skola, samt att pedagogiken ska bli erkänd och allmänt känd. De är även angelägna om att arbeta aktivt för att öka antalet barn som får möjlighet till friluftsliv genom *I Ur och Skur*, samt ha en större spridning av skolor i hela landet. Verksamheten kan bedrivas inom förskola, öppen förskola, fritidshem, dagbarnvård och grundskola och det finns idag 185 stycken som tillämpar pedagogiken. Samtliga är självständiga och ekonomiskt fristående och ska vara kända för sin natur-, miljö-



och friluftsinriktning. Inom *I Ur och Skur* är föräldrarna en viktig faktor för att verksamheten ska fungera bra och det strävas efter god kontakt och engagemang från deras sida. Dessutom ska personalen ha genomgått en grundkurs där målsättningen och metoderna inom pedagogiken ingår i utbildningen. *I Ur och Skurs* mål är att med läroplanen som grund:

- ge barnen kunskap om naturen och förmedla naturkänsla
- ge barnen ett ekologiskt synsätt och därmed skapa miljömedvetenhet
- ge barnen kunskap om hur man uppträder i naturen och respekterar allemansrätten
- ge barnen stimulans i hela sin utveckling genom att använda naturen
- ge barnen möjlighet till rörelse och gemenskap på ett lustfyllt sätt i naturen
- ge barnen grunden till ett livslångt intresse för friluftsliv

(Friluftsförbundet).

Det har visat sig att den fria leken utomhus utvecklar barn socialt och emotionellt i större utsträckning än lärarledda aktiviteter inomhus. Naturen ger stimulans med ljud, ljus, färg och form, vilket är viktigt för hjärncellernas tillväxt. Utomhusvistelse ökar koncentrationsförmågan och uthålligheten, minskar rastlöshet och frustration och gör barnen mer uppmärksamma på omgivningen och mer hänsynsfulla mot varandra. Barn som går på skolor där *I Ur och Skur* tillämpas har dessutom mindre sjukfrånvaro än barn inom den traditionella barnomsorgen. Allt detta visar en jämförande studie som Patrik Grahn, docent och forskningsledare på Institutionen för landskapsplanering vid Statens Lantbruksuniversitet, genomfört på två daghem med likvärdiga förhållanden, bortsett från det faktum att en av dem var en *I Ur och Skurförskola* och den andra var av det mer traditionella slaget. (refererat i Friluftsförbundet). Den minskade sjukfrånvaron kan enligt Margareta Söderström, distriktsläkare på Vasa Sjukhus i Göteborg, även bero på att utemiljön är mindre stressig och att trängseln minskas, vilket motverkar smittspridningen genom att det blir en utspridningseffekt av alla virus och bakterier som rör sig runt varje barn. (refererat i Friluftsförbundet). Forskning, som Drougge (1997) genomfört, visar att barn som får daglig utomhusvistelse, inte bara påverkas positivt under aktiviteten. Den har även effekt på barnens hälsa, samt sociala och kunskapsmässiga förmågor när de befinner sig inomhus.

### 2.3. Frisk- och riskfaktorer

I detta avsnitt definieras och utreds begreppen friskfaktorer och riskfaktorer samt vilken betydelse de har och hur de används i denna uppsats.

Med friskfaktorer menas i denna uppsats sådana faktorer som ökar motståndskraften mot sjukdom och motverkar eventuella hälsorisker. Alla faktorer som kan påverka hälsan i en positiv riktning är därmed friskfaktorer och kan vara både fysiska och psykiska. Exempelvis kan ett barns hälsa bli till det bättre genom fysisk aktivitet då fetma motverkas och motståndskraften ökar genom ett ökat immunförsvar. Dessutom kan motståndskraften öka genom sociala faktorer såsom glädje, gemenskap och trygghet.

Med riskfaktorer menas i denna uppsats sådana faktorer som minskar motståndskraften och ökar sjuklighet och ohälsa. Hit räknas följaktligen faktorer som påverkar hälsan på ett negativt sätt, även här kan de vara såväl fysiska som psykiska. Exempel på fysiska faktorer som kan ha inverkan på barn kan vara skaderisker och bråk, medan de psykiska kan röra sig om utanförskap och mobbing.

På Folkhälsoinstitutets hemsida återfinns följande definition på begreppen (här benämns dock friskfaktorer som skyddsfaktorer): ”En riskfaktor är en faktor som ökar risken för ohälsa eller problem hos individer medan en skyddsfaktor är en faktor som istället skyddar individen.” (Bremberg, 2008). I samma artikel förklaras att dessa faktorer kan återfinnas inom olika nivåer, från individnivå till samhällsnivå. I denna uppsats kan det vara av vikt att understryka att dessa faktorer är vanliga inom skolan och kamratkretsen.

Då en del av denna uppsats är att beskriva en lärares metoder för att uppnå friskfaktorer och eliminera riskfaktorer är det även av värde att definiera sådana insatser. Insatser som minskar riskfaktorer benämns ofta som förebyggande medan insatser som bidrar till att öka skyddsfaktorer (friskfaktorer) kallas hälsofrämjande. För att kunna genomföra effektiva insatser behövs kunskaper om de risk- och skyddsfaktorer som finns och är påverkbara. Det är under uppväxtåren, bland annat inom skolan, viktigt att underlätta utvecklingen av olika skyddsfaktorer, det vill säga lägga en grund för hälsofrämjande vanor. (Bremberg, 2008).

Riskfaktorer kan interagera och samspela med varandra, vilket innebär att effekten av en riskfaktor kan bli mycket större om individen redan är utsatt för andra belastningar. Forskning visar att två riskfaktorer ger en fyrfaldig riskökning för

psykiska problem hos barn, och fyra eller fler faktorer ger en tiofaldig ökning, medan enskilda riskfaktorer kan ge upphov till relativt små problem. (Luthar & Cicchetti, 2000). Det är därmed antalet faktorer som bidrar till att öka risken, snarare än vad faktorerna består av.

Antonovsky (1991) benämner begreppen; hälsobefrämjande faktorer (friskfaktorer) och stressorer (riskfaktorer) och placerar dem inom två olika synsätt, det salutogenetiska och det patogenetiska. Inom det salutogenetiska synsättet fokuseras hälsans ursprung och de faktorer som främjar en god hälsa. Frågan som ställs inom detta synsätt är vad det är som gör att människor förblir friska. Utifrån det patogenetiska synsättet ställs däremot frågan vad det är som gör människor sjuka och fokus ligger på stressorerna. Man utgår från antagandet att sjukdomar orsakas av baciller, såsom ”mikrobiologiska, psykosociala och kemiska”. (a.a.).

## **2.4. SkeppCom**

Denna uppsats genomfördes som en del av SkeppCom, vilket är ett deltagarorienterat aktionsforskningsprojekt med bland annat hälsofrämjande syften. Projektet är en kombination av namnet på den avdelning projektet avser, Skeppet, och det Internetbaserade dataprogram som används inom projektet, Complador. Ett av syftena med projektet är att skriva uppsats om utomhuspedagogik. För ytterligare information om SkeppCom, se bilaga 1.

### **2.4.1. Skeppet**

Avdelningen Skeppet på en grundskola tillämpar utomhuspedagogik och är en del av *I Ur och Skur*. De anser sig vara ”en skola för framtiden” och har grundstenar såsom värdegrunden, inlärningsstilar och hälsa. De beskriver sig vidare:

Eleverna packar sina ryggsäckar med kunskaper för livet. Vi har ett levande värdegrundsdokument, förankrat hos elever, personal och föräldrar, som styr arbetet med att skapa trygghet och kamratskap. Vi ger eleverna möjlighet att lära sig på olika sätt. Vi tränar eleverna att ta ansvar för sin egen hälsa, sina medmänniskor och miljön. (anonym källa).

### **2.4.2. Complador och Strateginät**

Complador är ett dataprogram där man kan skapa utförliga tankekartor (nät) för att se både helhet och delar och få en övergripande bild av olika sammanhang.

Tankekartorna kan användas inom kommunikation, planering, dokumentation och reflektion. Dessa kan betraktas ur tre olika perspektiv, behovs-, strategi- och orsaksperspektivet, och de utgör tillsammans en sammanhängande helhet.

Strateginätet består av tänkta orsakskedjor, som ger en överblick över egna eller andras strategiska tänkande. I detta nät kan man se hur man tänker sig att olika aktiviteter och åtgärder ska leda till processer som gör att man når sitt mål. (Cardell).

För att se hur ett strateginät kan se ut se bilaga 3.

### **3. SYFTE**

Syftet är att undersöka och beskriva frisk- och riskfaktorer i utomhuspedagogik, det vill säga redogöra för positiva och negativa effekter ur ett hälsoperspektiv, som bland annat kan observeras under en lektion där utomhuspedagogik tillämpas och förstås genom en intervju med läraren. Friskfaktorer kan exempelvis röra sig om ökad rörelse/vardagsmotion, ökad sammanhållning och gemenskap i klassen eller ökad trygghet. Riskfaktorer skulle kunna vara bråk, trängsel eller skador. En annan del av syftet är att ta del av den undersökta lärarens strategier för att uppnå positiva effekter och eliminera negativa effekter för att ge ett helhetsperspektiv på frisk- och riskfaktorer. Undersökningen genomförs genom en fallstudie på en klass tillhörande *I Ur och Skur*-verksamheten, där intervju, observation och analys av strateginät ingår.

#### **3.1. Frågeställningar**

- Vilka friskfaktorer kan ses i utomhuspedagogik?
- Hur gör en lärare för att uppnå friskfaktorer?
- Vilka riskfaktorer kan ses i utomhuspedagogik?
- Hur gör en lärare för att eliminera riskfaktorer?

## **4. METOD**

### **4.1. Undersökningsgrupp**

Då det valdes att ingå i projektet *SkeppCom* var undersökningsplatsen och därmed undersökningsgruppen redan utsedd. Projektet genomfördes på en skola, där en lärare och dennes klass valts ut åt denna undersökning. Läraren hade dessutom tidigare blivit intervjuad i Pernilla Olssons examensarbete, som även ingick i *SkeppCom* och behandlade utomhuspedagogik.

### **4.2. Undersökningens genomförande**

Undersökningen genomfördes genom en fallstudie. I fallstudien ingick en intervju med en lärare och därefter en observation av dennes lektion där utomhuspedagogik tillämpades. Dessutom utfördes en analys av lärarens strateginät, som skapades i Pernilla Olssons undersökning. I alla moment är det författarna till denna uppsats som utför undersökningarna och fungerar som intervjuare och observatörer.

#### **4.2.1. Intervju**

Inför intervjun genomfördes två pilotintervjuer. Det valdes att intervjua två lärare som arbetar med utomhuspedagogik för att testa frågorna. En av lärarna ledde en ledarskapskurs där en viktig del av undervisningen skedde i fjällmiljö och den andra läraren ledde en kurs i utomhuspedagogik. Den sistnämndes perspektiv var därmed ett annat än det tänkta då denne undervisar om metoden snarare än tillämpar den. Frågorna formulerades efter syfte och frågeställningar och förbättrades efterhand. Efter första intervjun ändrades vissa formuleringar och ordningsföljden på frågorna. Ändringarna testades sedan i den andra intervjun, där de visade sig fungera bra och lämpade sig för undersökningens frågeställningar (se bilaga 2 för intervjufrågor).

Under samtliga intervjuer användes inspelningsutrustning. Detta kompletterades även med egna anteckningar. Under pilotintervjuerna intervjuades informanterna av en person, för att de skulle känna ökad trygghet och för att ge möjlighet till övning åt intervjuarna. Under undersökningsintervjun var däremot båda

intervjuare närvarande då endast en intervju skulle genomföras. Intervjun hölls på skolan i ett samtalsrum som informanten i förväg valt. Intervjun inleddes med information om syftet med undersökningen och vad materialet skulle användas till. Det togs även upp att informantens identitet skulle förbli konfidentiell och att det som spelades in skulle raderas. I jämförelse med pilotintervjuerna bestod undersökningssamtalintervjun av fler följdfrågor och det blev ett mer diskuterande klimat, snarare än ett utfrågande. Då intervjun närmade sig slutet, ställdes frågan om informanten hade något övrigt att tillägga. Detta gav upphov till ytterligare diskussion och följdfrågor. Intervjun pågick under cirka 30 minuter. Efter intervjun lyssnades det inspelade materialet igenom och sammanställdes och sammanfattades i resultatavsnittet.

#### **4.2.2. Observation**

Även inför observationen genomfördes en pilotobservation. Denna utfördes på en förskola i närheten. Kopplingen till syftet drogs genom barnens dagliga lek utomhus och lärarnas utövande av pedagogik då de ska påverka vad barnen gör och hur de leker. Då det rörde sig om liknande typ av undersökningsgrupp, det vill säga barn, var detta ett bra tillfälle att testa observation som undersökningsmetod.

Pilotobservationen pågick i tjugo minuter och kompletterades med samtal med en av förskollärarna. Observatörerna höll sig på avstånd för att inte påverka barnens lek och diskuterade inte sinsemellan för att ge två skilda perspektiv. Efter pilotobservationen hade observatörerna större förståelse för vad som är viktigt att ta hänsyn till vid en observation. Detta medförde en större säkerhet vid undersökningstillfället.

Vid undersökningstillfället genomfördes observationen på ett friare sätt, där större interaktion mellan de olika parterna skedde. Detta ledde till större utbyte och en bredare datainsamling då diskussioner mellan observatörerna skedde, och samtal med barn och lärare gav kompletterande uppgifter. Observationen genomfördes under cirka fyra timmar och anteckningar fördes under tiden. Under sammanställningen av resultatet diskuterades och jämfördes observationerna av frisk- och riskfaktorer i barnens lek, det vill säga i utomhuspedagogiken.

### **4.2.3. Analys av strateginät**

Tillgång till strateginätet erhöles genom SkeppCom:s projektledare Gunnar Cardell. Strateginätet hämtades från Pernilla Olssons examensarbete, en annan uppsats inom SkeppCom, och skapades av läraren, som även fungerat som informant i denna uppsats, utifrån Olssons intervjufrågor. Strateginätet bearbetades och reviderades av Cardell. Till strateginätet hörde även infogade, förklarande texter informanten skrivit, vilka sammanställts i ett dokument. För strateginät och texter, se bilaga 3.

Då detta strateginät redan var skapat med utgångspunkt från informantens strategier inom utomhuspedagogik, valdes det att analysera detta utifrån syfte och frågeställningar från denna undersökning, istället för att skapa ett nytt. Analysen genomfördes med utgångspunkten att finna frisk- och riskfaktorer samt eventuella strategier för att uppnå respektive eliminera dessa.

### **4.3. Reliabilitet och Validitet**

En undersökning som har hög reliabilitet ska kunna upprepas och ge upphov till liknande resultat. Men då en kvalitativ studie beskriver och förklarar de undersökta personernas uppfattningar om verkligheten, och den kan tolkas på många olika sätt, finns inga fasta referenspunkter att utgå från. Av den anledningen kan reliabilitet i dess vanliga bemärkelse inte uppnås. Inom fallstudier är det därför meningslöst att sträva efter en hög reliabilitet, och önskvärt är att istället se till att undersökningsresultatet har en mening, är konsistent och beroende, det vill säga att man bland annat använt sig utav triangulering och att metoden är detaljerat beskriven. (Merriam, 1994).

Inom denna fallstudie består resultatet av den sanning som informanten upplevt under intervjun och det som iakttagits och beskrivits under observationen. Därför har resultatet mening och är tillförlitligt, vilket medför att innehållet även är konsistent och motsägelsefritt. Även resultatets beroende tas med i beräkningen, undersökningen grundas på antaganden och teorier, vilket är en viktig faktor. Triangulering, det vill säga att använda fler metoder för att samla in data, är något som tillämpats för att få ett mer tillförlitligt resultat, då liknande information kunde inhämtas från olika källor, i detta fall genom intervju, observation och strateginät. Tid har även lagts ned på metodbeskrivningen för att undersökningen ska kunna upprepas och granskas.



Med validitet menas i vilken grad resultatet stämmer överens med verkligheten (Merriam, 1994). Det insamlade materialet från intervjun och strateginätet är försvarbart då informanten själv skapat sitt strateginät och svarat på intervjufrågorna efter sina egna tankar, vilket ger en rättvisande bild av dennes verklighet som är en del av syftet med denna undersökning. De observationer av frisk- och riskfaktorer inom utomhuspedagogik som gjordes, överensstämde med de definitioner av begreppen som utretts i förväg. Därmed fanns kunskap om vad som kunde upptäckas, vilket underlättade resultatets överensstämmelse med den verklighet som denna undersökning syftade till att studera.

#### 4.4. Etiska överväganden

När det gäller etiska överväganden finns fyra huvudkrav att ta hänsyn till. De är informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. (Vetenskapsrådet, 2004). Kriterierna har uppfyllts på följande sätt:

- **Informationskravet** – ”Forskaren skall informera de av forskningen berörda om den aktuella forskningsuppgiftens syfte.” (a.a., s. 7).

Informanten har fått veta sitt syfte i undersökningen och villkoren för deltagandet, exempelvis intervjuens längd, syfte och genomförande. Denne har dessutom blivit informerad om att medverkan är frivillig och att intervjun kan avbrytas på begäran. Informanten har därmed fått all information som kan påverka villigheten att delta. De observerade barnen har däremot inte tagit del av samma information, men då det var frisk- och riskfaktorerna inom barnens aktiviteter och inte barnen som individer som skulle observeras, ansågs detta inte nödvändigt.

- **Samtyckeskravet** – ”Deltagare i en undersökning har rätt att själva bestämma över sin medverkan.” (a.a., s. 9).

Informanten samtyckte till undersökningens villkor och dennes deltagande. Möjlighet fanns att påverka intervjuens tid, plats och genomförande. Eventuellt avbrytande av intervjun hade inte inneburit några konsekvenser. Tillstånd att använda informantens strateginät erhöles dessutom innan analysen.

Enligt Vetenskapsrådet bör tillstånd inhämtas från förälder eller vårdnadshavare om den undersökta är under femton år (a.a.). Men då, som tidigare nämnt, barnen som individer inte var det väsentliga inom denna

undersökning och undersökningen inte är av etiskt känslig karaktär, ansågs detta inte avgörande.

- **Konfidentialitetskravet** – ”Uppgifter om alla i en undersökning ingående personer skall ges största möjliga konfidentialitet och personuppgifterna skall förvaras på ett sådant sätt att obehöriga inte kan ta del av dem.” (a.a., s. 12). Informantens personuppgifter har exkluderats från inspelningen av intervjun och bandet har dessutom spelats över efter avslutad sammanställning. Detta för att deltagaren ska förbli konfidentiell. Dessutom gavs informanten ett fiktivt namn i sammanställningen. Även skolans namn har uteslutits från denna uppsats för att öka konfidentialiteten. Då denna undersökning inte är etiskt känslig ansågs dessa åtgärder vara tillräckliga.
- **Nyttjandekravet** – ”Uppgifter insamlade om enskilda personer får endast användas för forskningsändamål.” (a.a., s. 14). Det insamlade materialet från informantens intervju och strateginät har endast använts i studiesyfte.

## **5. RESULTAT**

### **5.1. Intervju**

Här följer en sammanfattning av intervjun med läraren, vi kallar denne Kalle.

#### **Hur tillämpar du utomhuspedagogik i din undervisning?**

Kalle är lärare åt barn som går i ettan och de arbetar mycket med siffror och bokstäver. Varje vecka presenteras en ny bokstav, vilken eleverna får arbeta med på olika sätt. På förmiddagarna har de alltid aktiviteter utomhus och då får barnen leta efter saker som börjar på den bokstaven. De får bygga med pinnar och stenar och hitta på sagor om den bokstaven. Dessutom leker de lekar där de exempelvis måste uppge fem ord på den aktuella bokstaven för att slippa ut ur fångelse. Detta gör lärandet till ett äventyr. Kalle menade att det är lättare att lära sig med rörelse och att man får se upp så att man inte går tillbaka till mer traditionella undervisningsmetoder då eleverna måste sitta hela tiden. Utöver förmiddagarna spenderas en heldag i veckan utomhus. Vid dessa tillfällen arbetar de mycket i grupp. Då får de lära sig att ta ansvar, att alla måste bidra och hjälpa varandra. Den fria leken är också väldigt viktig, ansåg Kalle. Aktiviteterna avklaras först då barnen fortfarande har ork, därefter får de en lång stund att leka. De har även olika teman, exempelvis värdegrund. Först har de haft tysta vandringar i skogen då de har fått fundera på skolans värdegrund och hur de beter sig när de är hjälpsamma. Sedan har de även spelat teater i smågrupper. De har blivit tilldelade ett ord, exempelvis hjälpsam, och då har de fått göra en teater om det. Kalle ansåg att dessa dagar varit härliga. Kalle berättade om påsktemat de haft föregående år. Då fick barnen gå en påskvandring i grupper och genomföra aktiviteter vid olika stationer. Stationerna rörde exempelvis palmsöndagen, nattvarden och återuppståndelsen. Då fick barnen möjlighet att lära sig mer om påsken och dess betydelse på ett aktivt sätt.

#### **Vilka positiva effekter tycker du uppnås genom utomhuspedagogik?**

Kalle berättade att barnen får ett sug, att de vill lära sig och tycker det är roligt. Detta gäller både utomhus och inomhus. När de arbetar inne vid skolbänken är drivet kvar

och det är ingen som tycker att det är jobbigt. Kalle menade att det beror på att de får vistas i varierade miljöer. Dessutom får de rörelse och möjlighet att leka ordentligt. Tröttheten som brukar infinna sig runt jul, ansåg Kalle, inte vara påtaglig, utan drivet är kvar. Utomhusvistelsen ger otroligt mycket när det gäller orken, men beror även på ledarna, tyckte Kalle. Andra positiva effekter kan vara ökad teknik i olika aktiviteter, möjligheten att ha roligt tillsammans, ökat samarbete och balansträning. Olika rörelser barnen får utföra bidrar även till hjärnans utveckling och därmed deras analytiska förmåga, då hjärnhalvorna får lättare att kommunicera med varandra.

### **Hur gör du för att uppnå dessa positiva effekter vid utomhuspedagogik, konkreta exempel?**

Kalle berättade att han ser till att planera in aktiviteter där barnen får röra på sig vid inläringen och samarbeta med varandra. Han försöker se till att det inte är samma barn som alltid arbetar tillsammans utan har en medveten gruppindelning så att alla får lära känna alla. Han ansåg vidare att det är viktigt att ge gott om tid till fri lek och lämna kvar undervisningsmaterialet, exempelvis böcker och leksaker, ifall några vill fortsätta använda dem under den fria leken.

Kalle menade att det också är bra att ha med tillbehör, exempelvis kikare och fågelböcker om inläringen gäller fåglar, för att ge barnen möjlighet att få vara nyfikna och veta mer.

### **Vilka negativa effekter kan du se i utomhuspedagogik?**

Kalles första respons var att det inte finns några negativa aspekter med utomhuspedagogik. Vid eftertanke nämnde han dock att vädret skulle kunna påverka i negativ riktning. Han menade att när det varit dåligt väder under heldagarna har det varit svårt att få barnen att tycka det är roligt. Är det inte roligt är det lika bra att stoppa och ta till reservplanen, förklarade han.

### **Hur gör du för att eliminera negativa faktorer, konkreta exempel?**

För att eliminera negativa faktorer, menade Kalle att det är viktigt att ha reservplaner om vädret skulle vara dåligt. Han berättade att de går in och har liknande övningar inomhus. Det är betydelsefullt att i dessa fall ha kvar samma tänk och lära genom upplevelser och rörelse. ”Man kan lära in med kropp och sinne inne också”, sa han. Vid bokstavs-inläringen används övningar såsom att rita bokstaven på ryggen på en

kompis, viska den till varandra, leta efter saker i klassrummet som börjar på bokstaven. Det blir mycket tydligare för barnen då.

Kalle understryker dock att det är viktigt att barnen har rätt kläder för att undvika att vädret påverkar undervisningen och barnens humör. Det är lärarnas ansvar att utbilda föräldrarna och informera barnen, så att de får möjlighet att ta mer ansvar för sin klädsel.

### **Märker du skillnader hos eleverna när undervisningen sker inomhus respektive utomhus? I så fall vilka?**

Kalle ansåg att drivet hos barnen och deras positiva inställning infinner sig både inomhus och utomhus. Även intensiteten och viljan att göra saker och lära sig är densamma. Han menade att det beror på att de får vistas i varierade miljöer och får möjlighet att röra på sig mycket, vilket gör att barnen inte tröttnar.

Kalle berättade att han tidigare varit i en förstaklass där utomhuspedagogik inte tillämpas och att eleverna till stor del fick sitta still och göra bokstavsscheman och liknande. Han tyckte det var tydligt att denna undervisningsmetod inte passade alla. Ändå ”tragglades” bokstäverna igenom på samma sätt. Även i Kalles nuvarande klass används en bokstavsbok, men han menade att det är viktigt att inte fastna i den så barnen tycker det är tråkigt.

En tydlig skillnad Kalle tog upp var hos de barn som har svårt med finmotoriken. Han berättade att det blir mycket jobbigare för dem vid traditionella inomhusövningar. Han förklarade att barn kan vara jätteduktiga på att läsa och bilda ord, men har de problem med finmotoriken är det svårt för dem att exempelvis skriva med papper och penna. Då gäller det för lärarna att hitta andra vägar, exempelvis genom utomhusaktiviteter. Det blir lättare för dem när de får komma ut och hela kroppen används. För att träna finmotoriken måste man börja med grovmotoriken, det vill säga stora rörelser. När de behärskas, bildas fler kontakter, synapser, i hjärnan, vilket underlättar finmotoriken. Kalle understryker att det är viktigt att lägga ribban på en nivå där barnen känner att de klarar av uppgifterna och får möjlighet att lyckas. Ibland kan det dock vara fördelaktigt att testa gränserna för att utmana barnen och låta dem kämpa lite. Men inte så mycket att de känner sig otillräckliga. Det är lärarnas uppgift att ta reda på vilken nivå barnen befinner sig på.

### **Tror du elevernas hälsa påverkas genom utomhuspedagogik?**

Kalle ansåg att hälsan påverkas positivt på alla sätt av utomhuspedagogik. Aktiviteter såsom att bada, åka skridskor och skidor främjar såväl kondition som muskelmassa. När de är ute märker han att barnen även äter ordentligt. Han tog upp en kommentar han fått av en kille i klassen: ”När jag är ute äter jag alltid upp maten, det gör jag inte på skolan”. En annan faktor Kalle framhöll var att synen påverkas positivt av utevistelse, och förklarade att det finns forskning som tyder på att alltför många barn blir närsynta på grund av att de inte får träna de ögonmuskler som ser långt, om de exempelvis till stor del sitter inne framför datorn.

De sociala faktorerna Kalle betonade, vilka kan påverka hälsan till det positivare, var att barnen får lyckas, lära sig samarbeta och ge varandra beröm och uppmuntran, samt ha roligt tillsammans. Dessa faktorer leder till glada barn och en sammansvetsad grupp, där ingen hamnar utanför.

### **Övrigt att tillägga?**

Kalle ansåg att hälsoperspektivet skulle behöva lyftas fram för personal och föräldrar för att göra det tydligare. Han tyckte det skulle vara intressant att jämföra sjukfrånvaron och hälsan hos barnen före och efter *I Ur och Skur* startades för att se eventuella skillnader.

Kalle ville även lyfta fram att föräldrarna varit mycket positiva till utomhuspedagogiken, även de som inte valt inriktningen själva. Vid starten fick de mycket information från Friluftsrådet. Några var tveksamma och undrade när barnen skulle få jobba i skolbänken och lära sig, men denna oro har nu försvunnit. En föräldraträff hölls för att stärka gemenskapen och för att de skulle få lära känna varandra. På schemat stod korvgrillning och gruppuppgifter, för att de skulle få uppleva en dag som liknar barnens och få ökad förståelse för utomhuspedagogiken.

## **5.2. Observation**

Då datainsamlingen från observationen bearbetades valdes det att dela upp data i de fyra frågeställningarna från undersökningens syfte för att underlätta överskådligheten. Den undersökta klassen befann sig på ett öppet område med en lekplats, pulkabacke, grillplats och snårskog runt om. Platsen i sig främjar rörelse och ger möjlighet till många aktiviteter. Aktiviteterna som observerades var skidåkning, pulkaåkning,

snöborgsbyggande och fri lek. Även servering och intag av lunch utomhus observerades.

### **Vilka friskfaktorer kan ses i utomhuspedagogik? / Hur gör en lärare för att uppnå friskfaktorer?**

När klassen lämnade skolan, blev barnen tillsagda att gå med någon de inte brukar gå med och detta kan främja gemenskapen, svetsa samman gruppen och göra att ingen känner sig utanför. Barnen fick även hjälpa till med att ta med utrustningen för dagen, vilket gör att barnen får lära sig att ta ansvar och att hjälpa varandra.

Vid skidåkningen observerades ökad trygghet på aktiviteten genom teknikträning.

Barnen fick bland annat åka utan stavar och öva på att vända. Dessutom fick de prova att ramla och träna på att ta sig upp. Det kan tänkas att ramlandet avdramatiserades för barnen och att de blev mindre rädda då de märkte att det inte var så farligt och kunde ta sig upp själva utan hjälp. Skidåkningen främjar även balansförmågan och grovmotoriken genom korsrörelsen som är naturlig i längdskidåkning.

När barnen åkte pulka hade de roligt tillsammans och skrattade mycket, vilket ger en ökad gemenskap och glädje i gruppen. De turades även om att åka och lånade pulkor av varandra, vilket är viktigt för att de ska lära sig dela med sig. Vid samtal med en av pojkarna sa han att pulkaåkningen bara var rolig och inte alls läskig.

Vid byggandet av snöborgen kunde samarbete och kreativitet observeras. Barnen var mycket engagerade och hade roligt när de fick skapa tillsammans. Alla hjälptes åt och fick en uppgift och kunde känna sig delaktiga och viktiga i byggandet. De som inte hade en spade fick av lärarna i uppgift att tätta springorna.

Under den fria leken sprang barnen omkring och fick själva vara kreativa och hitta på lekar som passade den miljö de befann sig i. Observerade friskfaktorer som var gemensamma för alla aktiviteter var frisk luft, ökad fysisk aktivitet och rörelseglädje.

Vid samtal med en lärare som är ny på skolan, sa hon att hon märkt att barnen är ovanligt pigga i jämförelse med hennes uppfattning om hur förstaklassare brukar vara. Hon ansåg även att de har ett större sug, mer lust och energi, samt är gladare när de kommer in till den traditionella undervisningen.

Vid lunchen blev barnen tillsagda att sitta i ring, vilket bidrog till en ökad gemenskap. Ytterligare en friskfaktor var att lärarna tagit med sig frukt till barnen.

## **Vilka riskfaktorer kan ses i utomhuspedagogik? / Hur gör en lärare för att eliminera riskfaktorer?**

Innan klassen gick från skolan såg lärarna till att barnen hade gått på toaletten, hade med sig allting och var varma. Detta var ett bra sätt att skapa goda förutsättningar för att de skulle få en bra dag. Barnen blev även uppmanade att gå försiktigt och hålla avstånd för att inte bli skadade av bobbar och skidspetsar.

Vid skidåkningens teknikträning hade en riskfaktor kunnat vara att barnen tyckte det var för svårt, vilket kan ha påverkat deras humör. Läraren påpekade dock att övningen var frivillig och att barnen fick vara med på sina villkor.

När barnen åkte pulka är de självklara riskfaktorerna att de kan köra på varandra eller in i något, välta, samt skada sig på olika sätt. Skaderisken minskas då de tvingas ha hjälm på sig och stå i kö när de ska åka för att inte krocka. Lärarna hade även pratat med barnen tidigare om att de måste gå på sidan och se efter att det är tomt innan de åker. Vid observationen var det tydligt att lärarna tagit riskerna i beräkningen. Då samtal fördes med en lärare förklarade hon att olyckor är ovanliga, men att de hade förekommit. Under en vecka skedde två olyckor – två barn krockade i pulkabacken och en av dem fick en bula och ett barn bröt foten vid skridskoåkning.

En riskfaktor som observerades vid den fria leken var att det kunde vara lätt för barnen att hamna utanför, då det inte var någon organiserad, ledd aktivitet. Några var ensamma vid vissa tillfällen, dock kan detta vara självvalt.

Innan lunchen fick barnen hjälpa till att tälja pinnar. Det kan innebära en risk då ett barn använder kniv, men lärarna var i närheten. Barnen fick hämta mat i grupper, vilket gjorde att vissa blev färdiga tidigare och rusade iväg för att leka. Detta medförde att de som var kvar fick mindre mat och skyndade i sig maten för att få springa iväg och leka med kompisarna. Det kunde dock ha inneburit en riskfaktor om de blivit tvungna att sitta kvar då de blivit kalla. En lärare sa till att åtminstone de som fortfarande åt var tvungna att sitta ner, vilket skapade mer ordning.

## **Övriga observationer?**

Vid samtal med en lärare berättade han att barnen får rita och skriva om utevistelsen dagen efter. Han menade att det är fördelaktigt då dels lärarna får se vad barnen tyckt ha varit roligt och dels att barnen får träna på att skriva och berätta. Det är lättare för dem att berätta om en konkret händelse de varit med om, förklarade han.



### **5.3. Analys av strateginät**

Även under sammanställningen av resultatet från analysen valdes det att utgå från de fyra frågeställningarna från undersökningens syfte för att underlätta överskådligheten. För att ta del av strateginätet och de tillhörande texterna, se bilaga 3.

#### **Vilka friskfaktorer kan ses i utomhuspedagogik? / Hur gör en lärare för att uppnå friskfaktorer?**

De faktorer som enligt informantens strateginät leder till en ökad hälsa hos barnen, det vill säga friskfaktorerna, var många, de viktigaste täckte utomhusvistelsen och den friska luften. En friskfaktor var rörelse och denna faktor uppnåddes genom lekar, samarbetsövningar, samt rätt utrustning/kläder för barnens aktivitet. Dessutom bidrog utmanande miljöer, gärna buckliga och svårframkomliga, till ökad rörelse. Glädje var en annan friskfaktor som togs upp och denna främjades genom samarbetsövningar, lekar och medagerande vuxna. Glädjen och rörelsen bidrog i sin tur till motivation, att skapa nyfikenhet och upptäckarglädje och till att barnen lärde sig mer. Upplevelser såsom att göra saker själv, lekar, samarbetsövningar, teater, sagor, berättelser och sång, ledde till en ökad trygghet och ett ökat användande av sinnen. Friskfaktorer såsom samarbete och förmågan att kompromissa fick barnen genom utevistelsen, lekar, samarbetsövningar, samarbete på lika villkor trots olika kunskapsnivåer, ansvarstagande och att alla fick vara med. Framsteg och utveckling uppnådde barnen genom beröm och bekräftelse, tydliga uppnåbara mål och tydligt ledarskap. Dessutom fick de djupare självförtroende genom att befästa kunskap genom rörelse. Slutligen kunde det observeras i strateginätet att upplevelser och rörelse även bidrog till att barnen fick träna upp sin grovmotorik.

#### **Vilka riskfaktorer kan ses i utomhuspedagogik? / Hur gör en lärare för att eliminera riskfaktorer?**

Inga direkta riskfaktorer påträffades i strateginätet. Däremot fanns flera strategier beskrivna för att eliminera eventuella riskfaktorer och skapa så goda förutsättningar som möjligt för att utomhusvistelsen skulle bli givande för alla parter. En av dessa strategier var att lärarna hela tiden skulle ligga steget före genom att ta hänsyn till barnens placering, det vill säga vem som sitter bredvid vem och om de har solen i ögonen eller inte, hur länge barnen orkar sitta still och se till att det finns lånekläder

för de barn som glömt. De hinder inom utomhuspedagogik som informanten påpekade var att temperatur och väder kan begränsa aktiviteterna, att det är knöligt att arbeta med papper och penna samt svårt att träna finmotoriken vid utomhusvistelse. Det fanns, enligt informanten, även risk att dubbla budskap nådde barn och föräldrar om lärarna inte var sampratade. Det tycktes därför vara viktigt att vara rak, tydlig och ärlig mot föräldrarna, försöka åstadkomma ett gemensamt språk och skapa förtroende. För att skapa goda förutsättningar ansågs det viktigt att ta hänsyn till vädret, se till att barnen har rätt kläder, utnyttja en miljö som passar syftet med undervisningen och använda inplastat material.

## 5.4. Sammanfattning av frisk- och riskfaktorer

Här följer de frisk- och riskfaktorer som framkommit från de tre olika informationskällorna, det vill säga från intervjun, observationen, samt strateginätet.

Friskfaktorer	Riskfaktorer
<ul style="list-style-type: none"><li>• Frisk luft</li><li>• Rörelse</li><li>• Ökad kondition och muskelmassa</li><li>• Ökad aptit</li><li>• Ökad ork, pigghet, energi och lust</li><li>• Ansvarstagande</li><li>• Hjälpa varandra och dela med sig</li><li>• Gemenskap och delaktighet</li><li>• Roligt och glädje</li><li>• Ökad vilja till kunskap</li><li>• Ökad vilja till naturvistelse</li><li>• Samarbete och kompromissa</li><li>• Möjlighet att lyckas</li><li>• Större spridning på förmågor</li><li>• Beröm och uppmuntran</li><li>• Trygghet</li><li>• Kreativitet</li><li>• Engagemang</li><li>• Framsteg och utveckling</li><li>• Självförtroende</li><li>• Rörelseglädje</li><li>• Motivation</li><li>• Nyfikenhet och upptäckarglädje</li><li>• Hjärnans utveckling</li><li>• Utveckling av motoriken</li><li>• Förbättrad syn</li><li>• Använda sinnen</li><li>• Balansträning</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Skador och olyckor</li><li>• Stress</li><li>• Utanförskap</li><li>• Svårigheter vid vissa aktiviteter</li><li>• Dåligt humör vid sämre förutsättningar såsom dåligt väder och otillräckliga kläder</li><li>• Minskad rörelse vid sämre förutsättningar såsom dåligt väder och otillräckliga kläder</li></ul>

## 6. ANALYS

Gelter (2002) anser att miljön ger variation och nya möjligheter till lärande och att utnyttjandet av sinnen har central betydelse. Informanten menade att det faktum att barnen fick möjlighet att vistas i varierade miljöer, det vill säga både inomhus och utomhus, samt rörelse i stor utsträckning, bidrog till att de inte tröttnade, hade en större vilja att lära sig och en mer positiv inställning inom båda miljöerna. I strateginätet tog informanten upp att sinnen utvecklas av utomhusvistelse och att de används och utnyttjas vid upplevelser. Både Gelter (2002) och Grahn (2005) tar upp vikten av platsens utformning och dess betydelse inom utomhuspedagogik. Grahn menar att en plats som består av en skogsdunge, öppna ytor, en kulle, lekredskap och lösa föremål påverkar hälsan, koncentrationsförmågan och den motoriska kompetensen positivt. Under observationen befann sig klassen på ett öppet område med en lekplats, pulkabacke, grillplats och snårskog runt om. En plats som enligt observatörerna främjade rörelse och gav möjlighet till många olika aktiviteter som förbättrar motorik och koncentrationsförmåga. Theglander menar att omväxlande underlag krävs för att träna koordination, kroppsuppfattning och rörelser (refererat i Friluftsförämjandet).

Foran (2005) fann i sin studie belegg för att utomhuspedagogik även hade en positiv inverkan på lärarna; att utomhusmiljön förstörde upplevelsen av att undervisa samt att de fick möjlighet att undervisa utanför den traditionella klassrumsmiljön. Dessutom ansåg lärarna, i Forans studie, att utomhusmiljön underlättade för barnen att koppla kunskaper till verkligheten, det vill säga att uppleva det inlärdas med fler sinnen. Informanten till denna undersökning var mycket positiv till utomhuspedagogik och berättade att han upplevt många ”härliga” dagar med eleverna utomhus. Han ansåg även att rörelser och upplevelser underlättar lärandet och att kunskaperna blir mer konkreta genom delaktighet och erfarenheter. Vid inläring av exempelvis fåglar fick barnen förutom att läsa fågelböcker även vara ute i skogen och se och lyssna efter dem. Att inläringen främjas av rörelse instämmer Theglander med, hon menar att hjärnbarken måste vara vaken för att kunna lagra kunskap och att detta sker vid rörelse (refererat i Friluftsförämjandet).

Enligt Edward et al. (1996) gav utomhuspedagogik många positiva effekter såsom att relationerna i den undersökta gruppen stärktes, de var entusiastiska och deras självförtroende stärktes genom deras bedrifter. Dessutom ansåg

undersökningsdeltagarna att inlärningsupplevelsen varit mycket positiv. Många av dessa positiva effekter har även i denna undersökning beskrivits som friskfaktorer, exempelvis ökad gemenskap, ökat engagemang och självförtroende, samt en ökad vilja till kunskap. Fler positiva effekter, som även denna uppsats fann stöd för, påvisas i Holman och McAvoy's studie från 2005. Där hade deltagarna utvecklat varma relationer till varandra, fått ökad självförståelse och motivation, ökad medvetenhet och uppskattning för naturen, samt nya färdigheter inom friluftsliv. Dessutom hade de positiva minnen och reflektioner från utflykterna. De viktigaste beståndsdelarna för att uppnå dessa positiva effekter var, enligt deltagarna, interaktion mellan gruppmedlemmarna, utomhusvistelsen och ledarna. Eleverna, som undersöktes i denna uppsats, fick möjlighet att samla sina minnen och reflektioner i en utebok. Informanten ansåg detta värdefullt då han som lärare fick ta del av elevernas tankar om utevistelsen och dess aktiviteter. Informanten ansåg även att ledaren är en viktig del inom utomhuspedagogik och att dennes uppgift att skapa så goda förutsättningar som möjligt är väsentlig. Detta skedde, enligt strateginätet, bland annat genom ett tydligt ledarskap och att vara medagerande vuxen.

En fördel som Ericsson (2004) tar upp med utomhuspedagogik är att man vid miljöombyte förändrar roller och invanda mönster inom grupper. Detta kan vara stärkande för elever vars förmågor inte utnyttjas inomhus, och dolda förmågor och kompetenser kan bli synliga vid utomhusvistelse. Informanten påpekade att de elever som har problem med finmotoriken och exempelvis har svårt att skriva med papper och penna, kan träda fram utomhus, där grovmotorik används i större grad. Därmed blir det en större spridning på förmågor och elevernas finmotorik kan förbättras genom träning av grovmotoriken.

När det gäller utomhuslek beskriver Friluftsförbundet att barn får möjlighet att balansera, krypa, hoppa och klättra, vilket medför att grovmotorik, styrka och smidighet tränas. Under observationen var det tydligt att barnen utförde olika typer av rörelser, som enligt informanten främjade kondition och muskelmassa. Även grovmotoriken tränades, speciellt under längdskidåkning där korsrörelser används. Friluftsförbundet tar även upp att barn genom naturen utvecklas både fysiskt och psykiskt. Den fysiska utvecklingen som framkommit i denna uppsats har skett i form av aspekter som nämnts ovan, bland annat förbättrad motorik, kondition, styrka och balansförmåga. Psykisk utveckling kan ha nåtts genom exempelvis ansvarstagande, samarbete, gemenskap och kreativitet. Det observerades att barnen fick möjlighet att

använda sin fantasi vid exempelvis byggandet av snöborg. Även Grahn (refererat i Friluftsförbundet) har visat att social och emotionell utveckling i högre grad erhålls genom fri lek utomhus än vid lärarledd aktivitet inomhus. Den fria leken bidrar till att barnen blir mer uthålliga, mindre rastlösa och frustrerade, mer uppmärksamma på omgivningen och mer hänsynsfulla mot varandra. Flera av dessa faktorer uppmärksammades av informanten och en lärare det samtalades med under observationen. Informanten menade att barnen på grund av att de får möjlighet att röra på sig så mycket, hade en positiv inställning samt var uthålliga och tålmodiga, såväl utomhus som inomhus. Den andra läraren ansåg att barnen var ovanligt pigga i jämförelse med hennes uppfattning om hur förstaklassare brukar vara och att de hade ett större sug, mer lust och energi, samt var gladare när de kom in till den traditionella undervisningen. Även Drougge (1997) har visat att barn som får daglig utomhusvistelse, inte bara påverkas positivt under aktiviteten. Den har även effekt på barnens hälsa, samt sociala och kunskapsmässiga förmågor när de befinner sig inomhus.

De mål som Friluftsförbundet satt upp för *I Ur och Skur* verksamheten berör främst natur och friluftsliv. De aktiviteter som observerades var typiska friluftaktiviteter och man kan anta att dessa växlar efter årstiderna för att ge barnen en helhetsbild av svenskt friluftsliv och natur. Detta kan ge barnen en grund till ett livslångt intresse för friluftsliv, vilket är ett av målen. Två andra mål är dels att ge barnen möjlighet till rörelse och gemenskap på ett lustfyllt sätt i naturen, och dels att ge barnen stimulans i hela sin utveckling genom att använda naturen. Kriterierna inom dessa mål har i denna undersökning framkommit och redovisats ovan som friskfaktorer, och därmed anses målen vara uppfyllda i den undersökta klassen. Ett sista mål som är värt att nämna är att ge barnen kunskap om naturen och förmedla naturkänsla. Detta är något som inte tagits upp i resultatdelen, men som kan antas vara en oundviklig effekt av utomhuspedagogik. Friluftsförbundet menar att barn, genom utomhuspedagogik, får lära sig mer om samspelet mellan djur, människa och natur, vilket leder till ett ökat intresse att värna om naturen och om medmänniskorna.

I jämförelse med antalet friskfaktorer som beskrivits var det relativt få riskfaktorer som kunde framställas i denna undersökning och upptäckas i tidigare forskning. Enligt Luthar och Cicchetti (2000) kan enskilda riskfaktorer ge upphov till relativt små problem. Det är snarare antalet faktorer som interagerar och samspelar med varandra som bidrar till ökad risk, än faktorernas beskaffenhet och karaktär.

Detta innebär att effekten av en riskfaktor kan bli mycket större om individen redan är utsatt för andra belastningar. (a.a.). I en uppsats av detta slag kan det vara svårt att undersöka riskfaktorernas samspel, då varken tid eller möjlighet ges att beskriva barnens eventuella riskfaktorer som finns utanför skolmiljön. Av den anledningen går det inte att beräkna barnens belastning och hur riskfaktorerna från skolan påverkar dem.

## 7. DISKUSSION

### 7.1. Metoddiskussion

En fallstudie lämpar sig vid tillfällen då ett specifikt fall ska undersökas. Resultatet blir endast representativt för just den platsen och den/de personerna vid just det tillfället och är därmed inte generaliserbart för en större population. (Merriam, 1994). Syftet med studien var att undersöka frisk- och riskfaktorer i utomhuspedagogik på en specifik avdelning och en specifik lärares tankar inom ämnet. Av den anledningen är denna typ av studie det enda möjliga alternativet. Då denna undersökning ingick i ett större projekt, *SkeppCom*, behövde vi inte ta kontakt med skolan på egen hand. Det var smidigast för alla parter om projektledaren tog det ansvaret och valde ut lämplig undersökningsgrupp.

#### 7.1.1. Intervju

Intervjuer är lämpliga när man vill undersöka och beskriva människors upplevelser (Kvale, 1997). Vår undersökning syftade till att få en djupare skildring av en lärares upplevelser av utomhuspedagogikens frisk- och riskfaktorer och dennes metoder för att påverka dessa. Därmed var denna undersökningsmetod passande.

Kvale (1997) beskriver att det är många som lägger upp sina intervjuer på ett kvantitativt sätt där man tror många intervjuer ger ett mer rättvisande resultat. Kvale menar däremot att det är viktigare att ha färre intervjuer som är genomtänkta med välformulerade frågor. Av den anledningen nöjde vi oss med en intervju och försökte få ut så mycket som möjligt av den.

Inför intervjun genomfördes två pilotintervjuer, där frågorna förbättrades efterhand för att höja kvaliteten. Intervjuaren är det viktigaste verktyget för att resultatet ska bli lyckat och det bästa sättet att bli en lyckad intervjuare är att öva. Föreläsningar och litteratur är självklart viktiga informationskällor, men egna erfarenheter är ändå det som ger störst kompetens. (Kvale, 1997). Därför var det meningsfullt att utföra pilotintervjuerna för att dessutom få möjlighet att öva och förbättra intervjutekniken. Den förbättrade intervjutekniken gav större säkerhet vid undersökningstillfället, men detta kan även ha berott på det faktum att vi var två som



intervjuade. Fördelar med att vara två när man intervjuar är att man kan vara ett bra stöd åt varandra och om dessa är samspelta gör de vanligen en bättre intervju med större informationsmängd och förståelse. En risk kan dock vara att två intervjuare kan göra att informanten känner sig underlägsen. (Trost, 1994). Man kan dock anta att en lärare är van vid sådana situationer, då de ofta håller i exempelvis föräldramöten och utvecklingssamtal.

Under intervjun fördes anteckningar som komplement till inspelningen. Trots att dessa inte användes under bearbetningen av materialet var de till stor hjälp under intervjun, då vi lättare kunde följa med i det som sades och ställa relevanta följdfrågor. Det inspelade materialet nyttjades däremot under bearbetningen och sammanfattades i resultatet. En fördel med att spela in är att man kan lyssna igenom intervjun upprepade gånger och höra det som sagts ordagrant. Dock kan det vara tidskrävande att sammanställa. (Trost, 1994). Då det i denna undersökning endast genomfördes en intervju var detta inte något problem.

Då sista frågan var avklarad, ställdes frågan om informanten hade något övrigt att tillägga. Här följde vidare utvecklingar av tidigare svar, samt nya inlägg av intresse, vilka gav upphov till ytterligare diskussioner. Detta kan bero på att en informant vid intervjuens slut slappnar av och kommer att tänka på sådant som tidigare inte sagts (Trost, 1994).

### **7.1.2. Observation**

I litteraturen finns många fördelar med observationer beskrivna. En som Merriam (1994) tar upp är att då observatören är en ”outsider” kan denne se saker som deltagarna själva inte lägger märke till och det kan leda till en större förståelse av sammanhanget. Vid exempelvis intervjuer kan det då finnas risk att missa viktiga detaljer då informanterna kan utelämna vardagliga rutiner som för denne är självklara. Vid observationer har forskaren själv möjlighet att välja ut vad som är intressant. En annan fördel som tas upp är att observatörer ges möjlighet att titta, lyssna och fråga för att få fram den önskade informationen. (a.a.). Detta praktiserades i hög grad under undersökningstillfället än vid pilotobservationen, då vi var mer delaktiga, vilket visade sig ge ett bredare perspektiv och en större förståelse för det undersökta. En nackdel med denna undersökningsmetod kan vara att observatörerna kan bli för delaktiga och påverka gruppdeltagarna, vare sig det är medvetet eller omedvetet. Det

optimala är att observatören är neutral och inte påverkar eller förändrar situationen på ett sätt som gör att informationen kan misstolkas. (a.a.). Detta togs med i beräkningen under observationen, då vi försökte undvika att påverka barnen i deras lek genom att begränsa interaktionen med dem. Även vi som observatörer påverkar vilken information som behandlas, men då vi var två ges en bredare synvinkel som kan motverka bortfall av väsentligt material.

Merriam (1994) presenterar en lista på faktorer man bör ta hänsyn till vid en observation. Dessa är miljön, deltagarna, aktiviteter och samspel, frekvens och varaktighet och svårfångade faktorer, såsom informella och oplanerade aktiviteter och icke-verbala budskap som avstånd och klädsel. I vår observation lade vi märke till omgivningen och hur den uppmuntrade till rörelse, deltagarna och deras roller, de aktiviteter som genomfördes och samspelet deltagarna emellan. Däremot lade vi inte så stor vikt vid frekvensen och varaktigheten och de svårfångade faktorerna. Vi ansåg nämligen inte att frekvensen var särskilt viktig. Då vi undersökte frisk- och riskfaktorer räckte det med att en händelse skedde en gång för att det skulle vara en betydande faktor.

Inför observationen hade vi inte i förväg bestämt någon tidsbegränsning. Merriam (1994) menar att det inte finns något idealt tidsmått för hur länge man ska observera och inte heller något optimalt mönster. Det beror på syftet med undersökningen och de praktiska hinder som finns i miljön. (a.a.). Pilotobservationen pågick exempelvis endast tjugo minuter, medan vi vid undersökningstillfället spenderade fyra timmar med gruppen. Vid båda tidpunkterna upplevde vi att vi, med tanke på undersökningarnas omfattning och syfte, hade erhållit tillfredsställande material. Det faktum att en pilotundersökning hade genomförts bidrog även under observationen till ökad säkerhet och större förståelse för de faktorer som är viktiga att ta hänsyn till, exempelvis de ovan nämnda.

### **7.1.3. Analys av strateginät**

I och med att fler undersökningsmetoder och informationskällor utnyttjades, fick studien större tillförlitlighet och trovärdighet. Därför valdes det att komplettera intervju och observation med en analys av informantens strateginät från en tidigare undersökning. Denna så kallade triangulering bidrar till större förståelse för ett ämne och ett säkrare resultat (Merriam, 1994). Då man använder sig utav dokument av olika

slag vid fallundersökningar anser Merriam att det är forskaren själv som är det huvudsakliga instrumentet för att samla information och att denne får lita till sin intuition och sina färdigheter för att hitta och tolka den information som finns i dokumentet.

## **7.2. Resultatdiskussion**

Frågeställningarna från uppsatsens syfte diskuteras här vidare.

När det gäller friskfaktorerna har dessa beskrivits och analyserats i resultat- och analysdelen relativt utförligt. Det fanns många positiva effekter inom utomhuspedagogik framställda i tidigare forskning och det var lätt att dra kopplingar till denna uppsats. Med friskfaktorer menades i denna uppsats sådana faktorer som ökar motståndskraften mot sjukdom och motverkar eventuella hälsorisker. Vissa friskfaktorer som fastställts i resultatet kan det råda oklarheter om och kopplingarna till definitionen är inte alltid självklara. Av den anledningen ska dessa motiveras och kopplingarna förklaras.

Några friskfaktorer som tagits upp anser vi bidra till ett ökat välmående, vilket i sin tur främjar hälsan genom att motståndskraften mot ohälsa eller sjukdom ökar. Dessa är möjlighet att lyckas, beröm, uppmuntran, framsteg och utveckling, ansvarstagande, att hjälpa varandra, dela med sig, samarbete och att kompromissa. Exempelvis kan ansvarstagande få ett barn att känna sig duktig då barnet får ta ett ansvar som han eller hon klarar av. Dessutom kan barnet få ökat självförtroende då någon har haft förtroende för dennes förmåga att klara uppgiften. Dessa känslor kan bidra till att barnet känner glädje, vilket leder till välmående och en ökad motståndskraft till ohälsa. Därför anser vi ansvarstagande och de övriga nämnda faktorerna vara friskfaktorer. Även kreativitet kan motiveras på liknande sätt, då det kan leda till skaparglädje och därmed välmående, då ett barn får sysselsätta sig med en tillfredsställande aktivitet. Friskfaktorer såsom engagemang, motivation, nyfikenhet och upptäckarglädje, samt vilja till kunskap gör att barn blir mer intresserade, har roligare och får större möjlighet att lyckas. Rörelseglädje är en betydande faktor då det är större chans att barn fortsätter vara aktiva om de tycker det är roligt, vilket kommer leda till att deras kondition och styrka förbättras och därmed deras hälsa. Även balansträning och motorik är viktiga, både för rörelsen och för hjärnans utveckling. Att barn rör sig är viktigt av två anledningar, dels för att de

behöver motion och dels för att främja musklernas utveckling. Viljan till naturvistelse anser vi vara en friskfaktor då naturen har betydelse för ett ökat välmående, samt för att främja rörelse och utevistelse. En väsentlig aspekt att ta hänsyn till är att om en friskfaktor inte skulle ge det utfall man förväntat sig, kan faktorn istället innebära en riskfaktor för barnet. Om exempelvis ett barn som fått ett ansvar misslyckas med uppgiften, kan ansvarstagandet få motsatta effekter än de ovan beskrivna.

När det gäller riskfaktorerna har dessa inte getts mycket plats i analysen då vi inte fann mycket forskning inom utomhuspedagogik där negativa effekter påvisats. Vad detta beror på är svårt att säga, men man kan anta att syftet i den forskning vi hittat har varit att fastslå positiva effekter, snarare än negativa. I den forskning som exempelvis Friluftsrådet tagit upp har negativa faktorer självklart uteslutits då deras syfte är att marknadsföra *I Ur och Skur* verksamheten. Även informanten hade en positiv inställning till utomhuspedagogik och hade svårt att upptäcka negativa effekter. Det var däremot värdefullt att ställa frågan om informantens strategier för att eliminera negativa faktorer, då informantens syn på riskfaktorer framkom i hans strategier att undvika dem för att skapa goda förutsättningar. De flesta riskfaktorer som fastställdes i uppsatsen framkom dock under observationen, då vi försökte utgå från en opartisk synvinkel, samt hade som syfte i undersökningen att bland annat finna riskfaktorer i utomhuspedagogik.

Med riskfaktorer menades i denna uppsats sådana faktorer som minskar motståndskraften och ökar sjuklighet och ohälsa. Den enda riskfaktorn vi ansåg eventuellt behövde motiveras och klargöras var svårigheter vid aktiviteter. Svårigheterna kan leda till misströstan och känsla av otillräcklighet, vilket kan bidra till minskad aktivitet, rörelse och välmående. Självklart kan det finnas andra riskfaktorer som vi, under de fyra timmar observationen pågick, inte upptäckte. Exempelvis kan mobbing vara en riskfaktor som kan ha stor inverkan på ett barns psykiska välmående och därmed även på hälsan. Men då kan man ställa sig frågan huruvida mobbing är en konsekvens av utomhuspedagogik eller inte. Sådana riskfaktorer kan troligen uppkomma oavsett vilken pedagogik som tillämpas.

En del av undersökningens syfte var att beskriva lärarens strategier för att uppnå friskfaktorer och eliminera riskfaktorer. Avsikten med det var att ge en helhetsbild och större förståelse för faktorerna, samt att eventuellt erhålla fler faktorer genom att ställa dessa frågor till informanten. Detta gav, som ovan nämnts, resultat. Utöver dessa anledningar ansågs dessa frågeställningar inte tillföra något mer till

undersökningen, då huvudsyftet var att beskriva frisk- och riskfaktorer inom utomhuspedagogik. Av den anledningen har det inte sökts forskning om strategier inom utomhuspedagogik eller tagits upp framkomna strategier i analysen och diskussionen. Strategierna finns beskrivna i resultatet, vilket anses vara tillräckligt.

Sammanfattande slutsats för denna uppsats är att utomhuspedagogik, ur ett hälsoperspektiv, medför många positiva effekter och få negativa effekter, vilka ändå bör tas med i beräkningen när utomhuspedagogik tillämpas.

Uppsatsen kan vara av värde för skolor som funderar på att tillämpa utomhuspedagogik eller redan gör det. De kan ta del av de beskrivna frisk- och riskfaktorerna, samt de strategier som framkommit för att uppnå och eliminera faktorerna och därmed ta hänsyn till dessa i sin egen verksamhet. För att kunna genomföra värdefulla insatser för att främja hälsa och förebygga ohälsa behövs nämligen kunskaper om de påverkbara frisk- och riskfaktorer som finns i utomhuspedagogik. Informanten tog i intervjun upp att hälsoperspektivet i utomhuspedagogik, speciellt inom *I Ur och Skur*, behöver lyftas fram för personal och föräldrar. Detta syftar denna uppsats till och förhoppningsvis kan den ge upphov till nya resonemang och tillföra ytterligare kunskaper för fortsatt tillämpning av utomhuspedagogik.

## REFERENSLISTA

Antonovsky, A. (1991). *Hälsans mysterium*. Natur och kultur.

Bremberg, S. (2008). *Risk- och skyddsfaktorer - förebyggande och hälsofrämjande*.  
[www dokument].

URL [http://www.fhi.se/templates/Page\\_\\_\\_9518.aspx](http://www.fhi.se/templates/Page___9518.aspx)

Brügge, B. & Szczepanski, A. (2007). Pedagogik och ledarskap. I Brügge, Glanz & Sandell (red.). *Friluftslivets pedagogik* (3:e rev. uppl.). Stockholm: Liber.

Cardell, G. [www dokument]. URL <http://www.complador.se>

Drougge, S. (2002). *Miljömedvetenhet genom lek och äventyr i naturen*. Tullinge: Friluftsförbundet.

Edwards, K., Gijbels, H. & Miller, R. (1996). Learning through outdoor activities as part of a P2000 mental health branch programme. I *Nurse Education Today*. Vol.16, nr. 2, s. 103-107.

Ericsson, G. (2004). Uterummets betydelse för det egna växandet. I Lundegård, Wickman & Wohlin (red.). *Utomhusdidaktik*. Lund: Studentlitteratur.

Foran, A. (2005). The experience of pedagogic intensity in outdoor education. I *Journal of Experiential Education*. Vol. 28, nr. 2, s. 147-163.

Friluftsförbundet. [www dokument]. URL  
<http://www.friluftsförbundet.se/web/guest/iurochskur>  
<http://www.friluftsförbundet.se/iurochskur/index.html>

Gelter, H. (2002). Definition av utomhuspedagogik. I Stensson (red.). *Utomhuspedagogik och lägerskola*. Umeå Universitet.

Grahn, P. (2005). Förord. I Tidningen Förskolans redaktion. *Utomhuspedagogik i förskola och förskoleklass*. Lärarförbundets förlag.

Holman, T. & McAvoy, L. H. (2005). Transferring benefits of participation in an integrated wilderness adventure program to daily life. I *Journal of Experiential Education*. Vol. 27, nr. 3, s. 322-325.

Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.

Luthar, S. S. & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. I *Development and psychopathology*. Vol. 12, nr. 4, s. 857-885.

Merriam, S. B. (1994). *Fallstudien som forskningsmetod*. Lund: Studentlitteratur.

Trost, J. (1994). *Kvalitativa intervjuer* (2:a uppl.). Lund: Studentlitteratur.

Vetenskapsrådet (2004). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm.

# BILAGOR

## Bilaga 1 – SkeppCom

Ett deltagarorienterat auktionsforskningsprojekt med yrkes- och verksamhetsutvecklande samt hälsofrämjande syften.

### Utdrag ur Bakgrunden:

Ramfaktorer i lärares arbetsmiljö

Anställningsvillkor och arbetsförhållanden

Yttre och inre arbetsmiljö: lokaler och skolgård, elever, arbetskamrater och arbetsledning

Läroplaner och värderingar, skolans värdegrund och lärares etiska riktlinjer

Hälsofrämjande arbetsliv

KASAM – arbetslagets betydelse för lärares och elevers känsla av sammanhang

Stressorer, risk- och friskfaktorer i skolan

Skillnader mellan traditioner, idéer och vanor som stressorer

### Syften

Syfte 1: - Att skriva uppsats om utomhuspedagogik.

Syfte 2: - Att beskriva utomhuspedagogik som strateginät och med hjälp av dataprogrammet Complador.

Syfte 3: - Att undersöka skillnaderna mellan två skolformer ur ett konfliktperspektiv och som en arbetsmiljörisk.

Syfte 4: - Att använda Complador i arbetslagets gemensamma planering av utomhuspedagogik.

Syfte 5: - Att pröva Compladormodellen som redskap i samverkan mellan lärare från olika traditioner och skolformer.

Syfte 6: - Att undersöka om Compladormodellen bidrar till ökad KASAM och mindre stress inom skolområdet.



## **Bilaga 2 – Intervjufrågor**

### **Intervjufrågor (version 1)**

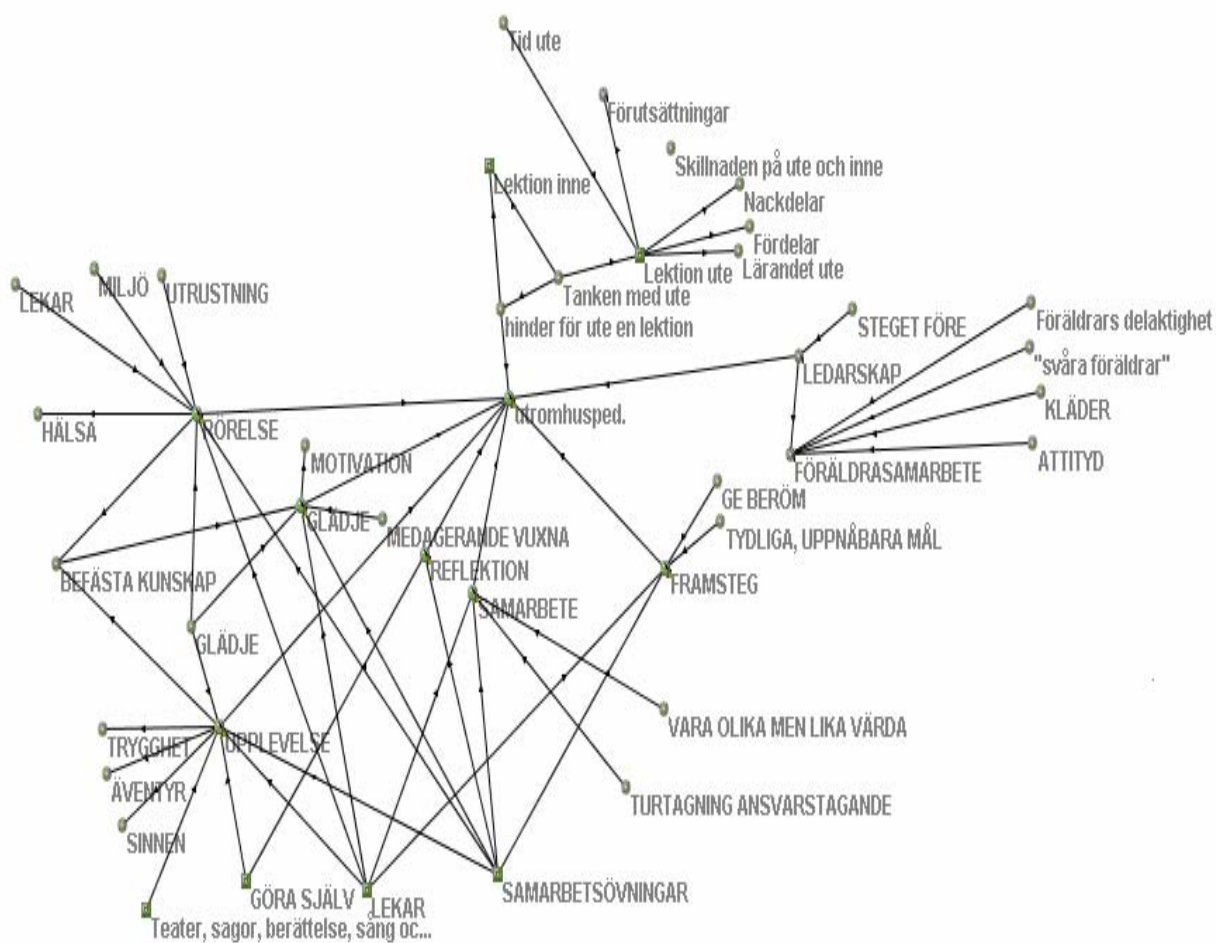
1. Hur tillämpar du utomhuspedagogik i din undervisning?
2. Vilka positiva effekter tycker du uppnås genom utomhuspedagogik?
3. Vilka negativa effekter tycker du uppnås genom utomhuspedagogik?
4. Märker du skillnader hos eleverna när undervisningen sker inomhus respektive utomhus? I så fall vilka?
5. Hur tror du elevernas hälsa påverkas av utomhuspedagogik?
6. Hur gör du för att uppnå dessa positiva effekter vid utomhuspedagogiken, ge konkreta exempel?
7. Hur gör du för att eliminera negativa faktorer, konkreta exempel?
8. Övrigt att tillägga?

### **Intervjufrågor (version 2)**

1. Hur tillämpar du utomhuspedagogik i din undervisning?
2. Vilka positiva effekter tycker du uppnås genom utomhuspedagogik?
3. Hur gör du för att uppnå dessa positiva effekter vid utomhuspedagogiken, ge konkreta exempel?
4. Vilka negativa effekter kan du se i utomhuspedagogik?
5. Hur gör du för att eliminera negativa faktorer, konkreta exempel?
6. Märker du skillnader hos eleverna när undervisningen sker inomhus respektive utomhus? I så fall vilka?
7. Hur tror du elevernas hälsa påverkas av utomhuspedagogik?
8. Övrigt att tillägga?

### Bilaga 3 – Strateginät och Texter

Informantens strateginät som skapades i Pernilla Olssons examensarbete. Reviderad och bearbetad av Gunnar Cardell. Därefter informantens förklarande texter om punkterna i strateginätet, sammanställda i ett dokument.



BEFÄSTA KUNSKAP	Att genom rörelse befästa kunskaperna, vilket leder till djupare självförtroende.
HÄLSA	Genom rörelse och frisk luft få friskare barn.
GLÄDJE	Genom rörelseglädje få motivation att lära sig ännu mer.
GÖRA SJÄLV	Att exempelvis lägga tiokamraterna med stenar.
LEKAR	Att exempelvis leta reda på sin tiokamrat bland kompisarna.
SAMARBETSÖVNINGAR	Gruppuppgifter där man tillsammans ska lösa uppgiften, exempelvis att leta reda på något som ser likadant ut idag som för ett år sedan.
STEGET FÖRE	Placering, vem sitter bredvid vem, hårt eller mjukt sittunderlag, hur länge kan vi sitta still, solen i ögonen, temperatur, handskar på eller av, vilka kläder behövs, finns det lånekläder.
HINDER FÖR UTELEKTIONER	Ute befäster man kunskapen bättre. Alla ämnen lämpar sig att ha ute, det finmotoriska kan vara svårt att träna. Temperatur och väder begränsar. Penna och papper kan vara "knöligt".
TANKEN MED UTE	Ute kan man träna grovmotorik, och få upplevelse och rörelse. Varje elev har en utebok där de reflekterar om heldagsutflykterna som är varje tisdag.
LEKTION INNE	Inne arbetar eleverna med de matematiska begrepp som tränats ute på förmiddagen. Varje vecka ny bokstav och matematiska begrepp som fler, färre, udda och jämnt. Inne arbetar eleverna med en bokstavsbok. Inne tränas finmotoriken med bokstäver.
FÖRDELAR	Friskluft, rörelse, upplevelse och glädje. Samarbeta på ett helt annat sätt än inne. Det eleverna gör med kroppen är det de minns.

NACKDELAR	Om det inte finns de rätta kläderna fungerar det inte att vara ute i alla väder. Är inte pedagogerna sampratade blir det lätt dubbla budskap till barn och föräldrar. Temperatur, väder och vind kan sätta käppar i hjulet så att man får lov att planera om.
LÄRANDET UTE	Genom upplevelserna lär eleverna sig bättre, har roligt samtidigt som de lär sig. Kunskaperna kan användas på olika sätt.
SKILLNADEN PÅ UTE OCH INNE	Inne måste volym och rörelse begränsas samt att arbetet sker enskilt i större utsträckning. Ute är det bättre samarbetsträning och hela kroppen är med.
TID UTE	Det är beroende på hur gamla eleverna är och aktiviteten. Barnen ska även ha tid att leka fritt då de även ges möjlighet att fördjupa sig i aktiviteten tidigare, exempelvis kolla i en fågelbok om vi jobbat med fåglar innan.
UTOMHUSPEDAGOGIK	Rörelse, upplevelse, glädje, samarbete, reflektion och framsteg.
RÖRELSE	Lära genom att göra.
UPPLEVELSE	Vara med och uppleva.
GLÄDJE	Ha roligt.
SAMARBETE	Samarbeta, kompromissa.
REFLEKTION	Tänka efter: vad, hur och varför?
FRAMSTEG	Tydligt se sin egen utveckling.
LEDARSKAP	Ett tydligt ledarskap där man inom tydliga ramar ger barn chansen att utvecklas.
FÖRÄLDRASAMARBETE	Få med föräldrar på vad som behövs i klädväg och hur vi tänker med utomhuspedagogik.
FÖRUTSÄTTNINGAR	Väder, rätt kläder, någonstans att vara som passar syftet och inplastat material.

TYDLIGA, UPPNÅBARA MÅL	Kunna känna att målet är inom räckhåll och veta när man har nått målet.
GE BERÖM	Varje framsteg ska ses och bekräftas.
VARA OLIKA MEN LIKA VÄRDA	Att kunna samarbeta på lika villkor trots olika kunskapsnivåer.
TURTAGNING OCH ANSVARSTAGANDE	Alla ska få vara med och alla ska delta.
MOTIVATION	Skapa nyfikenhet och upptäckarglädje.
MEDAGERANDE VUXNA	Tillsammans med barnen skratta, smyga, bli lite ”rädd”.
LEKAR	Lekar som tränar på det aktuella ämnet, exempelvis ”Lilla plus”, ”Jag har 3”, ”Vem passar ihop med mig då?”.
MILJÖ	Miljö som utmanar och inspirerar till rörelse, gärna bucklig och svårframkomlig.
UTRUSTNING	Både barn och vuxna behöver rätt kläder och verktyg (exempelvis yxa och såg) för att kunna vara aktiva.
TRYGGHET	Känna att man har sin plats i gruppen som barn och vuxen.
ÄVENTYR	Det ska vara kul och spännande.
SINNEN	Att använda sina sinnen till upplevelse.
KLÄDER	Vilka kläder behöver barnen?
ATTITYD	Föräldrarnas attityd till skolan, ge en positiv bild till barnen.
”SVÅRA FÖRÄLDRAR”	Rak, tydlig och ärlig. Känn in vilken pedagog som kan "ta" den föräldern. Hitta ett gemensamt språk och vinna föräldrarnas förtroende.
FÖRÄLDRARS DELAKTIGHET	Att föräldrar ges möjlighet att vara delaktiga på så många olika sätt som möjligt.