

Uddrag fra artiklen "Børn har brug for at sanse naturen", der blev bragt i avisen Kristeligt Dagblad den 26. oktober 2018. Kilde: <https://k.dk/s/HgEA>

Lige nu tilbyder naturen et rigt register af sanseindtryk, og det er bare om at lade børnene komme ud i det fri, for gevinsterne er næsten uendelige, siger flere eksperter på området.

Blade i gule og røde nuancer, der dansende tager turen ned fra de høje træer og lægger sig oven på bunkerne af deres brune artsfæller, som allerede har ligget så længe på jorden, at det knaser sprødt, når man går oven på dem. Duften af den fugtige muld, hvor man, hvis man kigger ned lige nu, kan øjne et hav af svampe i alverdens former og farver, alt imens melodien fra sangsvaner på træk fra nord lyder fra udkanten af skoven.

Sådan kunne det bombardement af sanseindtryk, som naturen netop nu tilbyder, meget vel opleves, hvis man bevægede sig udenfor og ud til skov og hav. Og det er bare om at få udnyttet de sidste dage af efterårsferien til at få børn eller børnebørn lokket væk fra sofa og tidsstjælende digitale maskiner og med ud under åben himmel. For ifølge flere eksperter på området er der lutter gode gevinster at hente derude for børnene.

En af dem, der mener dette, er Rikke Rosengren, pædagog og forfatter til bogen "Barnet i naturen. Naturen i barnet", der netop er udkommet. For knap 20 år siden grundlagde hun skovbørnehaven Bonsai, og siden dengang har hun ved selvsyn erfaret, hvordan naturen har en enestående indvirkning på børnene.

"Når børn kommer ud i naturen, så bruger de deres sanser rigtig meget, og de integrerer al læring bedre. Har man for eksempel sprogproblemer, kan det hjælpe at være meget ude i naturen. Det nedsætter også stress at være udenfor – man kan sige, at man finder hjem til sig selv, når man er i naturen. Forældre, der henter børn i vores skovbørnehave, siger ofte: 'Bare jeg også kunne være mere herude.' Jeg tror, at vi alle har en eller anden iboende længsel efter naturen i os," siger hun.

Danmarks Naturfredningsforening offentliggjorde tidligere på året en undersøgelse, der viste, at moderne børn kun tilbringer halvt så megen tid udenfor, som deres bedsteforældre gjorde. I hverdagen tilbringer de 5-12-årige i gennemsnit således kun en halv time udenfor dagligt, hvor deres bedsteforældre altså tilbragte det dobbelte. Det er bekymrende, mener Rikke Rosengren, der også hører om flere børn, som er direkte utrygge ved naturen, fordi den er ukendt for dem. "Børn skal føle sig trygge i naturen. Hvis vi skal ændre noget på kloden, så er det også vigtigt, at de ikke går rundt og frygter den," understreger hun og beskriver, hvad det er, børn oplever, når de kommer udenfor.

"De oplever, at der er en lethed og højt til loftet. Det er nemmere at tale om ting, når man er udenfor. Det er lidt et mulighedernes land, hvor der ikke er ret mange begrænsninger. Nogle vil grave i jorden og finde insekter, mens andre hellere vil stå og hakke i noget træ. Når vi en sjælden gang får et barn hos os, der ikke er helt så vant til at være ude som andre, kan vi se stor forskel. De er ikke helt så oplagte til at bruge deres krop og vil hellere være indenfor. Så taler vi

med forældrene om det, og de finder ud af, at deres barn sagtens, hvis påklædningen bare er rigtig, kan klare at være ude. Og gradvist begynder de børn også at gå på opdagelse i naturen,” siger Rikke Rosengren.

Det er ikke blot fornemmelser og erfaringer, når Rikke Rosengren antager, at naturen er en ressource for børn. Der er efterhånden megen forskning, der peger i samme retning. Det siger blandt andet Jens Troelsen, der er professor på institut for idræt og biomekanik, forskningsleder ved Active Living og formand for styregruppen ved Center for Børn og Natur, der er sat i verden for at være med til at vende udviklingen og sikre, at flere børn kommer ud i naturen.