

# SÆRSKILT VERN AV FRILUFTSOMRÅDER ETTER § 11 I MARKALOVEN - EN KVALITATIV UNDERSØKELSE AV FRILUFTSLIV OG NATUROPPLEVELSE I LILLOMARKA

SPECIAL PROTECTION OF OUTDOOR RECREATIONAL AREAS IN ACCORDANCE  
WITH § 11 OF MARKALOVEN - A QUALITATIVE STUDY OF OUTDOOR  
RECREATION AND NATURE EXPERIENCE IN LILLOMARKA

MARIANNE BALLIN OG MARI ANN VINJE

UNIVERSITETET FOR MILJØ- OG BIOVITENSKAP  
INSTITUTT FOR NATURFORVALTNING  
MASTEROPPGAVE 30 STP. 2012





## Forord

Denne oppgaven har blitt til våren og sommeren 2012 og markerer slutten på lange studier for oss begge. Idéen til å jobbe med problemstillinger knyttet til vern av særskilte friluftsområder i Osloomarka kom etter at vi høsten 2012 skrev en semesteroppgave knyttet til temaet.

Gjennom dette arbeidet ble vi spesielt interessert i verneprosessen og det var flere problemstillinger knyttet til dette som vi ønsket å undersøke.

Det har resultert i at vi nå står med det endelige produktet i hånden. Vi har fått utrolig mye støtte, inspirasjon og hjelp til å gjennomføre denne oppgaven og det er mange som fortjener en stor takk.

Først og fremst så ønsker vi å takke veilederne våre. Hovedveileder Mikael Ohlson, professor ved Institutt for naturforvaltning på Universitetet for miljø- og biovitenskap, skal ha takk for å ha tro på en metode som skiller seg noe ut fra de fleste metodene på instituttet. Margrete Skår og Vegard Gundersen på Norsk institutt for naturforskning skal takkes fordi de viste stor interesse for prosjektet på et tidlig stadium og uten denne entusiasmen hadde det vært vanskeligere å komme videre i arbeidet. De skal også ha takk for konkretisering av oppgaven, gode tips og konstruktiv kritikk underveis.

Videre ønsker vi å få rette en stor takk til Gjermund Andersen for introduksjon til temaet, engasjementet og inspirasjon. Også takk til alle informantene våre for fine turer og gode samtaler.

Takk til familie, venner og medstudenter og til slutt en spesiell takk til forståelsesfulle samboere.

Ås, august 2012

Marianne Ballin

Mari Ann Vinje



## Sammendrag

*Lov om naturområder i Oslo og nærliggende kommuner (markaloven)* trådte i kraft 1. september 2009. Loven inneholder en paragraf, § 11, som gir hjemmel for å verne områder med friluftsliv og naturopplevelse som formål. Loven åpner også for, gjennom denne paragrafen, muligheten til å gjennomføre tiltak som begrenser skogbruket. Forarbeidet til loven, Ot. prp. nr. 23 (2008-2009), inneholder en liste med fysiske kriterier som skal danne grunnlaget for hvilke skogområder som kan vernes etter denne paragrafen.

Denne oppgaven søker å undersøke hva som er brukernes ønsker til friluftsliv og naturopplevelse i skog. Dette blir eksemplifisert gjennom en kvalitativ studie med utgangspunkt i Lillomarka. Den søker videre å undersøke om kriteriene i Ot. prp. nr. 23 (2008.2009) ivaretar dette. Oppgaven tar utgangspunkt i at naturopplevelse er situasjons- og stedsbestemt. Undersøkelsen er derfor gjennomført ved å gå en tur på cirka åtte kilometer gjennom skog med forskjellige landskapselementer. Studien består av 16 informanter som underveis ble intervjuet om bruk og preferanser i skog.

Resultatene av studien viser at kriteriene i Ot. prp. nr. 23 (2008-2009) i stor grad samsvarer med den natur informantene foretrekker når de er på tur i skogen. Kriteriene er imidlertid komplekse og sammensatte og kan være vanskelig å måle fordi hver enkelt informant har forskjellig oppfatning av hva de innebærer. Studien viser også at flere av kriteriene overlapper. Dette gjør at helheten av området blir viktig og at kriteriene vanskelig lar seg måle uavhengig av hverandre og helheten.

Videre, viser resultatene fra studien at det også er andre faktorer som kan påvirke bruk av friluftsområder og naturopplevelse. Barndom, minner, tidligere erfaringer og kunnskap virker i stor grad inn på informantenes naturopplevelse og er med på å skape preferanser for naturelementer i skog. Resultatene av studien viser også at det enkelte individs preferanser, ønsker og behov for natur både varierer med tid, fra dag til dag og gjennom livet. På den måten kan skog som inneholder kriteriene i Ot. prp. nr. 23 (2008-2009) være viktig i en sammenheng, men ha mindre verdi i en annen sammenheng for det samme individet. Studien viser også at noen faktorer kan forhindre brukerne i å bevege seg i enkelte områder. Noen av disse hindringene er knyttet til stedet andre til selve individet.

Vi fant at det ikke kun er de fysiske preferansene som bestemmer en informants bruk og naturopplevelse i skog. Det ser ut til å være et overordnet ønske blant de fleste av

informantene at det i skogen finnes et variert spekter av landskapselementer og grad av tilrettelegging. Det vil derfor være viktig at bruk og tilgjengelighet ikke bare blir kartlagt men også inkludert i verneprosessen på lik linje med de fysiske kriteriene.

## Summary

The Act of nature territories in Oslo and adjacent municipalities (Law regarding undeveloped land) came into force on September 1st 2009. At that time, the opportunity to legally protect areas based on nature experience and outdoor recreation in accordance with § 11, was unprecedented. The paragraph also gives opportunity to set limitations for the forestry based on nature experience and outdoor recreation. The legislative preparatory document, Proposition No. 23 (2008-2009) contains a set of criteria to define which areas that are to be protected by the paragraph.

This thesis seeks to explore the wishes of the people who use the forests in Oslo and adjacent municipalities for outdoor recreation. It further seeks to explore if the aforementioned criteria will secure a high quality nature experience for the users of the forests. The thesis assumes that nature experience is situational, and the study therefore utilises research conversations outdoors. These walking interviews, involving 16 informants, were conducted during an estimated eight kilometres outdoors route in Lillomarka consisting of forest areas representing different stages of naturalness and habitats.

The results of the study show that the criteria listed in Proposition No. 23 (2008-2009) to a great extent match the preferences that the informants have when they are outdoors in the forest. However, the criteria are multiple and complex and the informants perceive them somewhat differently. This makes the specific value of each criteria more complicated to measure, but since they overlap, the complete list of criteria is more important than each single quality.

Further, the results of the study show that there are other factors that influence the nature experience than the physical criteria listed in Proposition No. 23 (2008-2009). For example childhood, memories, previous experience and knowledge affect the informants' experience of the different natural areas to a great extent, and therefore also influence their preference for a given forest area. The results of the study also show that each informant's preference, wishes and needs in nature varies with time, from day to day and throughout life. Therefore, forests that contain the criteria from Proposition No. 23, 2008-2009 can be important in one context but less important in another. Furthermore there are factors in the recreational area that can act as hindrances for the users. Some of these hindrances are related to the physical structure of the locality, while others are related to the individual itself.

As seen above, the study shows that there are other factors that interact with the physical preferences, when determining an informant's benefit and utilization of a forest area. Therefore, it seems to be an overall desire amongst most of our informants that the forest contains a various aspect of physical elements and facilitation. Thus, it is not sufficient that the information regarding the areas' actual use and accessibility is surveyed. The edification needs to be included in the process of area-protection on the same level as the physical criteria

# Innholdsfortegnelse

|                                                            |           |
|------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. Innledning .....</b>                                 | <b>5</b>  |
| <b>2. Bakgrunn.....</b>                                    | <b>7</b>  |
| 2.1 Kort om Oslomarka .....                                | 7         |
| 2.2 Utvikling av friluftslivet i Norge .....               | 7         |
| 2.3 Friluftslivsundersøkelser og brukerundersøkelser ..... | 9         |
| 2.4 Tilrettelegging, tilgjengelighet og bruk .....         | 10        |
| 2.5 Brukergrupper.....                                     | 11        |
| 2.6 Utviklingen av skogbruket i Oslomarka .....            | 11        |
| 2.7 Friluftsliv og konflikter i Oslomarka.....             | 13        |
| 2.8 Markaloven: bakgrunn og historikk .....                | 14        |
| 2.9 Om markalovens innhold.....                            | 15        |
| 2.10 Om § 11 i markaloven .....                            | 16        |
| 2.11 «Eventyrskog» .....                                   | 18        |
| <b>3. Teori.....</b>                                       | <b>21</b> |
| 3.1 Miljøpsykologi.....                                    | 21        |
| 3.1.1 Preferanser for opplevelseselementer i skog.....     | 22        |
| 3.2 Naturopplevelsen i et fenomenologisk perspektiv.....   | 24        |
| 3.3 Tilhørighet til sted .....                             | 25        |
| 3.4 Rekreasjonsverdi .....                                 | 26        |
| <b>4. Metode .....</b>                                     | <b>29</b> |
| 4.1 Valg av metode .....                                   | 29        |
| 4.2 Litteratursøk.....                                     | 30        |
| 4.3 Semistrukturerte intervjuer .....                      | 30        |
| 4.4 Intervju i felt .....                                  | 31        |
| 4.5 <i>Walking interviews</i> .....                        | 31        |
| 4.6 Hensikten med våre intervjuer.....                     | 32        |
| 4.7 Feltarbeidet .....                                     | 32        |
| 4.8 Valg av studieområder.....                             | 33        |
| 4.9 Utvalg .....                                           | 33        |

|                                                                                   |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 4.10 Analyse: transkribering, meningsfortetting og sortering av viktige funn..... | 34        |
| 4.11 Informantenes samtykke .....                                                 | 35        |
| 4.12 Feilkilder.....                                                              | 35        |
| <b>5. Studieområdet.....</b>                                                      | <b>39</b> |
| <b>6. Presentasjon og drøfting av resultater .....</b>                            | <b>49</b> |
| 6.1 Om informantenes bruk av marka .....                                          | 49        |
| 6.2 Ulike landskapskvaliteter i naturopplevelsen for informantene .....           | 50        |
| 6.2.1 Urørt og naturlig .....                                                     | 50        |
| 6.2.2 Elementer med særpreg.....                                                  | 51        |
| 6.2.3 Død ved.....                                                                | 51        |
| 6.2.4 Plantefelt og hogst.....                                                    | 53        |
| 6.2.5 Utsikt.....                                                                 | 55        |
| 6.2.6 Vann, myr og bekk.....                                                      | 55        |
| 6.2.7 Åpenhet og rom.....                                                         | 56        |
| 6.2.8 Variasjon og mangfold.....                                                  | 56        |
| 6.2.9 Stillhet og ro.....                                                         | 58        |
| 6.2.10 Negative landskapselementer.....                                           | 59        |
| 6.2.11 Oppsummering landskapskvaliteter .....                                     | 60        |
| 6.3 Annen type motivasjon .....                                                   | 63        |
| 6.3.1 Situasjonsbetinget motivasjon.....                                          | 63        |
| 6.3.2 Rekreasjon som motivasjon .....                                             | 66        |
| 6.4 Det levde liv.....                                                            | 70        |
| 6.4.1 Barndommens betydning .....                                                 | 70        |
| 6.4.2 Minner og erfaring fra tidligere turer i skog .....                         | 71        |
| 6.4.3 Kunnskap om sted og natur.....                                              | 72        |
| 6.4.4 Skogen som kilde til nysgjerrighet.....                                     | 74        |
| 6.4.5 Oppsummering det levde liv .....                                            | 75        |
| 6.5 Holdninger til tilrettelegging .....                                          | 76        |
| 6.6 Brukergrupper i friluftslivet.....                                            | 77        |
| 6.7 Friluftslivsbegrepet .....                                                    | 78        |
| <b>7. Konklusjon .....</b>                                                        | <b>79</b> |
| 7.1 Avslutning .....                                                              | 82        |

|                                                    |           |
|----------------------------------------------------|-----------|
| 7.2 Videre forskning .....                         | 83        |
| <b>8. Referanser .....</b>                         | <b>85</b> |
| <b>Vedlegg A: Intervjuguide .....</b>              | <b>91</b> |
| <b>Vedlegg B: Alders- og kjønnsfordeling .....</b> | <b>93</b> |

## Figurer

|    |                                        |    |
|----|----------------------------------------|----|
| 1  | Oslomarka med utsnitt med studieområde | 39 |
| 2  | Studieområdet                          | 40 |
| 3  | Kart over turrute                      | 41 |
| 4  | Setertjern                             | 43 |
| 5  | Ungskog før utsiktspunkt               | 43 |
| 6  | Utsiktspunkt                           | 44 |
| 7  | Slengfedalen                           | 44 |
| 8  | Rotvelt i Slengfedalen                 | 45 |
| 9  | Slengfedalen                           | 45 |
| 10 | Død ved i Slengfedalen                 | 45 |
| 11 | Griseputten                            | 46 |
| 12 | Hogstfelt                              | 46 |
| 13 | Gammel granbestand                     | 47 |
| 14 | Grusvei                                | 47 |



# 1. Innledning

Det bor i overkant av en million mennesker i Oslo og omegn (Statistisk sentralbyrå 2012). Dette gjør at cirka 20 % av Norges befolkning har Oslomarka som rekreasjonsområde. Oslomarka er et av de mest brukte friluftsområdene i Norge. En ny undersøkelse fra Synovate viser at 86 % av Oslos befolkning gjennomsnittlig bruker Oslomarka minst en gang i året. Oslomarka utgjør 1,5 % av landets produktive skoger og har totalt 260 000 hektar produktiv skog (Søgaard et al. 2012). Skogene har på grunn av sentral beliggenhet i forhold til Oslo hatt stor betydning som virkeressurs (Gangdal 2011). Skogbruk og friluftsliv er interesser som i mange tilfeller er motstående. Debatten om hvordan vi best skal forvalte Oslomarka har derfor lenge vært preget av følelsesladede konflikter.

Vi fikk i 2009 en egen lov, *Lov om naturområder i Oslo og nærliggende kommuner (markaloven)*, som skal beskytte Oslomarka fra utbygging og utnyttelse som kommer i konflikt med formålene; friluftsliv, naturopplevelse og idrett (Markaloven 2009). Loven er unik og inneholder helt nye virkemidler i forvaltningen av bynære friluftsområder. Den skiller seg fra tradisjonelle virkemidler innenfor friluftslivsforvaltningen da friluftslivet tidligere som oftest har blitt forvaltet lokalt. Loven inneholder en paragraf, § 11 *Særskilt vern av friluftsområder*, som gir mulighet for å verne «områder som på grunn av naturopplevelsesverdier har særskilte kvaliteter for friluftslivet» (Markaloven 2009).

Vi ønsker med denne oppgaven å undersøke den betydningen og den funksjonen områder foreslått vernet etter § 11 i markaloven har for brukerne av Oslomarka. På bakgrunn av dette har vi utformet tre problemstillinger:

1. Hva betyr friluftsliv og naturopplevelse for brukerne i Oslomarka? Eksemplifisert gjennom en studie av Lillomarka.
2. Hvilken bruk og hvilke opplevelser blir ivaretatt i kriteriene for områdevern etter § 11 i markaloven?
3. Sett i forhold til problemstilling 1, legger § 11 i markaloven til rette for vern av friluftsopplevelser som sikrer brukernes interesser av Oslomarka?

Det vil i oppgavens andre kapittel bli presentert litteratur om bakgrunn og historien til de konfliktlinjer som i dag kan ses mellom friluftsliv og skogbruk i Oslomarka. Videre vil det blir gitt innsikt i markaloven og da spesielt § 11. I oppgavens kapittel tre presenterer vi den teoretiske tilnærming som vi har valgt som utgangspunkt for videre undersøkelser og senere

drøfting. Det vil i dette kapittelet bli presentert forskning på faktorer som kan påvirke menneskelig preferanser for skog og betydningen opphold i naturen kan ha for mennesket. I oppgavens kapittel fire gjøres det rede for valg av metode, samt styrker og svakheter ved vår undersøkelse. I kapittel fem presenteres studieområde: Lillomarka. I oppgavens kapittel seks blir funn fra undersøkelsen presentert sammen med empiriske eksempler fulgt av en drøfting. Tilslutt summeres de viktigste funnene i oppgavens siste del: konklusjonen.

## **2. Bakgrunn**

I det følgende kapittelet vil bli gjort rede for bakgrunn for konflikten i Oslomarka, behovet for en helhetlig forvaltning av denne samt markaloven og dens forarbeider.

### **2.1 Kort om Oslomarka**

Områdene som i dag omfattes av markaloven og som omtales som Oslomarka ligger i 19 kommuner fordelt på fem fylker. Disse er Oslo, Akershus, Buskerud, Østfold og Oppland. Oslomarka består av Kjekstadmarka, Vestmarka, Krokskogen, Bærumsmarka, Nordmarka, Lillomarka, Romeriksåsene, Gjelleråsmarka, Østmarka og Sørmarka. Oslomarka er fordelt på rundt 2000 eiendommer, hvor det meste (70 %) er eid av enkeltpersoner og resten er fordelt på kommuneskoger og allmenninger. Staten eier bare små arealer (Ot.prp. nr 23 (2008-2009)). Av hele Oslomarka er 5 % vernet som naturreservater, i tillegg er noen mindre områder vernet som landskapsvernområde (Søgaard et al. 2012).

I geologisk sammenheng ligger Oslomarka innenfor regionen som omtales som Oslofeltet (Lutro & Nordgulen 2008). På grunn av sin geologiske historie har Oslomarka derfor en næringsrik jordbunn som gir et godt grunnlag for en rik flora. Når det gjelder geologien kan Oslomarka deles i flere hovedområder som hver har et geologisk særpreg og derfor også en egen vegetasjon og et spesielt landskap. Oslomarka er også formet av breer og smelte vann under istiden for rundt 10 000 år siden, noe som resulterer i at man kan finne flere kvartærgeologiske avsetninger (Miljøverndepartementet 1976). Vegetasjonen som forekommer er for det meste granskog, med spredte forekomster av furu og bjørk (Gundersen et al. 2005; Søgaard et al. 2012). Søgaard et al. (2012) estimerer at rundt 9 % av Oslomarkas skog er biologisk gammel skog. De mest utbrede vegetasjonstypene er blåbærskog (45 %), bærlyng- (19 %), lågurt- (16 %) og småbregneskog (11 %) (Søgaard et al. 2012). Ohlson og Tryterud (1999) viser i en undersøkelse om brannhistorikk på Oppkuven i Nordmarka at det i Oslomarka finnes svært gamle og urørte områder. Oppkuven er et område hvor man de siste 1700 årene hverken har registrert forstyrrelser av naturlige årsaker, som brann, eller av menneskelig drift (Ohlson & Tryterud 1999). En studie gjort i samme område viser at det der finnes svært gamle trær og det eldste grantreet ble i denne studien estimert til å være 450 år gammelt (Rolstad et al. 1996).

### **2.2 Utvikling av friluftslivet i Norge**

Fra å bli sett på som grunnlag for produksjon av trevirke vokste det tidlig på 1800-tallet frem en tradisjon for å se på skogen som et sted for rekreasjon. Dette var på samme tid som

industrialiseringen og urbaniseringen startet, og utviklingen kan ses som en motreaksjon. I starten var det for øvrig først og fremst borgerskapet som hadde tid og anledning til å drive med friluftsliv. Rundt 1920-tallet ble det kortere arbeidstider og bedre økonomi for industriarbeidere. Rundt 1950- og 60-tallet var interessen for friluftsliv utbredt blant folk flest (Odden 2008). Statens friluftsråd ble etablert i 1957 og 28. mai samme år ble den første frilftsloven; lov om friluftsliv (frilftsloven), vedtatt på Stortinget. Loven er fortsatt gjeldende. Formålet med loven er

*å verne friluftslivets naturgrunnlag og sikre allmennhetens rett til ferdsel, opphold m.v. i naturen, slik at muligheten til å utøve friluftsliv som en helsefremmende, trivselsskapende og miljøvennlig fritidsaktivitet bevares og fremmes* (Lov om friluftslivet 1957).

*St. meld. nr. 39 (2000-2001): Friluftsliv – En vei til høyere livskvalitet* definerer friluftsliv som «opphold og fysisk aktivitet i fritiden med sikte på miljøforandring og naturopplevelse» (St.meld. nr. 39 (2000-2001)). Den samme definisjonen ble brukt i den foregående stortingsmeldingen som omhandlet friluftsliv: *St. meld. nr. 40 (1986-1987): Om friluftslivet* (St.meld. nr. 40 (1986-1987)). Begge fremmer det enkle friluftslivet og aktivitet som ikke er preget av konkurranse og motorisert ferdsel. Selv om dette er noe avgrensende er fortsatt friluftsliv et stort samlebegrep som dekker en rekke brukergrupper med ulike preferanser for naturomgivelser, tilrettelegging og aktivitet (Gundersen et al. 2011).

Den senere tid har for øvrig utstyrskrevenne aktiviteter som *kiting*, *downhill biking* og klatring fått mye oppmerksomhet. Dette har ført til at mange har stilt spørsmålstegn ved om norsk friluftsliv er i endring. Det tradisjonelle friluftslivet er imidlertid fortsatt det som utøves mest og av flest (Odden 2008, Oslo kommune bymiljøetaten 2011). Den Norske Turistforeningen (DNT) melder om økende medlemstall, spesielt blant yngre medlemmer, og overnatningsstatistikken på DNTs hytter bekrefter dette (Odden 2008). Nyere undersøkelser viser til at skogsturer regnes for å være den mest vanlige utendørsaktiviteten blant voksne (Odden 2008; Vaage 2004).

Bruk av ordet «miljøforandring» i definisjonen av friluftsliv har ført til at flere har ment at begrepet kan oppfattes som for snevert. Skår (2010) peker på at det kan ekskludere det friluftslivet som blir utført i hverdagen ved at begrepet legger opp til at man må reise vekk. Diskusjonen impliserer at det finnes et skille mellom hverdagsfriluftslivet og favorittfriluftsliv. Vorkinn et al. (2000) definerer favorittfriluftsliv som «at en utøver den

aktiviteten en aller helst vil i det området en liker best og sammen med de en helst vil være sammen med». Å ekskludere hverdagsfriluftslivet blir problematisk når flere studier viser at bynære skoger er noen av Norges mest benyttede skoger (Kaltenborn & Vorkinn 1993). Skår (2010) finner i en studie der hun intervjuet 26 personer om naturopplevelse at flere av informantene la vekt på at de ikke var typiske «friluftslivsmennesker». Disse ga samtidig uttrykk for å være aktive brukere av sitt nærmiljø. Studien frambrakte kunnskap om at opphold og aktiviteter i nærmiljøet kunne utløse naturopplevelse, miljøforandring og nedstressing på samme måte som det som ofte blir benevnt som tradisjonelt friluftsliv (Skår 2010).

### **2.3 Friluftslivsundersøkelser og brukerundersøkelser**

Det er fra 1970 og frem til 2012 gjennomført 15 landsrepresentative undersøkelser i Norge for å kartlegge nordmenns friluftaktiviteter og bruk av naturen. Dette er et høyt tall også i internasjonal sammenheng og bare USA har et tilsvarende materiale (Odden 2008). Den første undersøkelsen ble gjennomført i 1970. Dette var på samme tid som den norske miljøforvaltning ble etablert (Odden 2008). Det var i starten lite samordning av undersøkelsene og de ble utført med ulikt tidsintervall av ulike oppdragsgivere og institutt noe som vanskeliggjorde sammenligning av resultatene. Østlandsforskning utarbeidet derfor, på oppdrag av Direktoratet for naturforvaltning, et forslag til standardisering av brukerundersøkelsene i 1996 (Odden 2008). Fra og med 1997 har de landsdekkende friluftslivsundersøkelser blitt utført med standardiserte spørsmål av Statistisk sentralbyrå (SSB) med tre års intervall (Odden 2008). Ifølge Odden (2008) viser tall herfra at friluftsliv er en viktig aktivitet for svært mange nordmenn. I 2001 ble det spurt om hvor viktig friluftsliv var i forhold til andre aktiviteter. Det kom frem at 24 % av befolkningen anser det som sin viktigste fritidsaktivitet og 50 % anser den som viktig, men ikke den viktigste. Kun 16 % hevder at det ikke er en viktig fritidsaktivitet (Odden 2008). Når det gjelder hvordan friluftslivet utføres, ble det i 2004 spurt om dette i SSB sin undersøkelse. Her viste det seg at fotturer er den mest utbredte aktiviteten utendørs og praktiseres av 82 % av befolkningen (Vaage 2004). Undersøkelsen viste at fotturer i skog ble praktisert av 76 % av befolkningen, etterfulgt av fotturer i fjellet som ble utøvd av 48 %.

Når det gjelder friluftsliv i Oslomarka er bruken her godt dokumentert med brukerundersøkelser gjennom en rekke år. Oslo kommune ved bymiljøetaten, tidligere friluftsetaten, har gjennomført undersøkelser angående bruk av Oslomarka i 1993, 2004 og 2011. Alle undersøkelsene er foretatt i Oslo og av Oslos befolkning. Undersøkelsene i 1993

og 2004 ble gjennomført av Markeds- og Mediaplattform AS (MMI) og den i 2011 av Synovate. Resultatene fra de tre årene stemmer godt overens, og det er lite endringer noe som indikerer at folks oppfatning og bruk av Oslomarka har holdt seg stabil over en lengre tidsperiode. Undersøkelsen fra 2011 ble gjennomført på 1000 personer, 15 år eller eldre; et representativt utvalg i Oslo kommune. Resultatene viste at 86 % bruker Oslomarka minst en gang i året, sammenlignet med 81 % i 2004. Tallene i 2004 ble regnet for å være så høye at man ikke trodde de kunne bli høyere. Dette med tanke på at enkelte er forhindret fra å bruke Oslomarka på grunn av sykdom eller alderdom. Tallene i 2011 viser allikevel at enda flere bruker Oslomarka i dag. Rundt 50 % brukte Oslomarka daglig eller ukentlig og rundt en tredjedel månedlig. Bruken varer som regel i mer enn en time, og det er svært lite årstidsvariasjoner. Noen formål og aktiviteter dominerer. Turer til fots, og å oppleve naturen stillhet og ro var de som ble høyest rangert med henholdsvis 90 % og 89 %. Deretter fulgte å mosjonere (82 %), gå på ski (70 %), bade (54 %) og plukke bær og sopp (45 %). Det som færrest mente var viktig var å trene til konkurranse (22 %) og klatring (13 %) (Oslo kommune bymiljøetaten 2011).

Undersøkelsen viser videre at hensynet til friluftsliv og hensynet til plante- og dyreliv og biologisk mangfold står sterkt. 95 % svarte at hensynet til friluftslivet var meget viktig eller ganske viktig og 94 % at plante- og dyreliv og biologisk mangfold var meget eller ganske viktig. Hovedvekten av brukergruppen var rundt 40-59 år, og av de som ikke brukte skogområdene var det flest av de yngste og eldste. Det var også en forskjell med hensyn til utdanning. Det var flere med høyere utdanning som brukte skogområdene enn de med lavere utdanning. Det var derimot ingen signifikante forskjeller på om respondentene bodde vest, øst eller nord i Oslo (Oslo kommune bymiljøetaten 2011).

## **2.4 Tilrettelegging, tilgjengelighet og bruk**

Et menneskets ideelle preferanse for naturtype henger ikke alltid sammen med hvilke naturområder man bruker til daglig eller til lengre turer. Det er en rekke faktorer som er med på å bestemme bruken av et gitt friluftsområde. Noen av disse faktorene er knyttet til individet, mens andre vil være knyttet til det fysiske området (Lind 1974). Forhold ved området slik som områdets beliggenhet, tilgjengelighet og utforming er også med på å påvirke bruken (Lind 1974). Haakenstad (1972) viste i en undersøkelse at stier, veier og løyper samlet ble mye brukt. Om sommeren var det 71 % som brukte disse og 87 % om vinteren. Om sommeren påpekte de fleste at de foretrakk å bruke stier uten for mye tilrettelegging (Haakenstad 1972).

Forhold ved individet som kan spille inn er faktorer som motiv med turen, eventuelt hvem man skal på tur med og hvor mye tid man har til rådighet (Gundersen et al. 2011). Her vil den enkelte vurdere sine individuelle motiv med turen opp mot aktuelle områder. Det kan her være viktig å skille mellom hverdagsfriluftsliv og favorittfriluftsliv. Ifølge skandinaviske studier oppleves avstand sammen med tid som de viktigste hindrene for å komme seg ut i naturen (Nordisk ministerråd 1996). For småbarnsfamilier og eldre vil da bostedsnær natur være av økt viktighet på grunn av noe lavere mobilitet. Gundersen et al. (2005) fant i en undersøkelse at tre fjerdedeler av de mest besøkte bynære skogene i Norge, ligger nærmere enn 500 meter fra bygrensen. Vaage (2004) sier at av de som ved spørreundersøkelser hevder de utøver friluftsliv så vil en tredjedel av disse kun utøve dette i nærmiljøet som han definerer som områder innenfor to kilometer.

## **2.5 Brukergrupper**

Hvis man skal ta utgangspunkt i at det finnes like mange preferanser som det finnes brukere av Oslomarka ville man fått et nokså rotete og uoversiktlig bilde. Det er derfor gjort flere forsøk på å identifisere brukergrupper innenfor friluftslivet. En måte å skille mellom ulike brukere er å dele inn i ideell-preferanser på en purisme skala. Denne måten å dele inn brukergrupper på startet på 1960- og 1970-tallet i USA der det ble gjennomført undersøkelser av variasjon i preferanser blant brukere av friluftsområder (Gundersen et al. 2011).

Respondentene ble bedt å besvare spørsmål på bakgrunn av hva som var deres ideelle friluftsområde. Slike undersøkelser har senere blitt gjennomført i Norge blant annet av Vistad (2009). Han delte brukere i sin studie inn i gruppene; purist- mellompurist og lavpurist. En «purist» vil foretrekke mest mulig uberørte områder som ikke er så lett tilgjengelige og hvor det er få andre som ferdes. «Moderatpuristen» vil foretrekke noe mer tilrettelegging og/eller tilgjengelighet. «Lavpuristen» vil foretrekke mest mulig tilrettelegging (Gundersen et al. 2011). Denne inndelingen slår fast et skille mellom dem som velger å oppsøke områder utenfor allfarvei og de som foretrekker tilrettelagt natur.

## **2.6 Utviklingen av skogbruket i Oslomarka**

Fra de første skrevne kildene fra ca. 800-tallet, var størstedelen av skogene i Oslomarka det som i dag blir omtalt som allmenninger. Den ble stort sett brukt av gårdene som lå i randsonen og frem til 1600-tallet var Oslomarka som bruksområdet for det meste benyttet av bønder, lokale jegere og fiskere (Gangdal 2011; Halvorsrud 2007). På 17- og 1800-tallet besto hogsten i Oslomarka for det meste av dimensjonshogster, der man hentet ut de dimensjonene man trengte til enhver tid. Dette er hogst hvor man tar ut enkelte trær, som oftest de største og

de med høyest kvalitet til formålet, og lar resten stå. Dette gir lys og næring til den resterende vegetasjonen (Abel et al. 2011; Gangdal 2011; Larsen 2008). Transportmetodene for denne typen skogbruk var på den tiden enkel. Vinterstid ble tømmeret fraktet ned til vassdragene med hest og slede og så ble tømmeret fløtet videre nedover vassdraget om våren og forsommeren (Gangdal 2011). Denne type skogsdrift hvor man brukte enkelt utstyr som håndsager, økser, og hestetransport ble benyttet til langt ut på 1900-tallet (Gangdal 2011).

Som en følge av den industrielle revolusjonen og den følgende økonomiske veksten, økte presset på naturområder og kommersialiseringen av Oslomarka begynte (Gangdal 2011). Man utviklet mer effektive måter å drive skogbruk på og driften ble mer og mer systematisk og rasjonell (Lind 1973). Størsteparten av Oslomarka har siden 1940 og 50-tallet blitt drevet som bestandsskogbruk; en rasjonell drift av skogen hvor man deler skogen inn i mer eller mindre homogene bestander (treslag, alder, størrelse, skjøtsel etc.). Når disse oppnår en viss størrelse hogges hele bestanden (Aasetre 1993; Larsen 2008) Flatehogst og hogster som gir ensaldret preg på skogen har vært dominerende i hele perioden, mens lukkede hogstsystem som gir fleraldret skog har vært benyttet mer lokalt. Den økte mekaniseringen i skogbruket medførte en utbygging av skogsbilveinettet. Sammen med påfølgende flatehogster var dette med på å fragmentere skogen ytterligere (Abel et al. 2011). Man begynte også å benytte seg av planting fremfor naturlig foryngelse. Bestandsskogbruket endrer på denne måten skoglandskapet karakter fullstendig. De mer sammenhengende, plukkhogde, åpne skogene ble gradvis endret til et fragmentert landskap av bestander med skog i ulike stadier fra plantefelt til hogstmoden skog (Abel et al. 2011; Aasetre 1992). Det er denne formen for skogbruk som er mest vanlig den dag i dag. Gundersen et al. (2005) fant i en undersøkelse av skogen rundt Oslo (skogen som ligger med en 30 km radius fra bysentrum) at rundt 70 % av all hogst i Oslomarka er flatehogst. Frørestilling-, skjermstillingshogst- og småflatehogst utgjør rundt 25 %, og 3-4 % er ulike former for lukkede hogstmetoder (Gundersen et al. 2005).

Skogbruket har siden 1977 vært regulert etter en egen forskrift hvor det slås fast i formålsparagrafen at «det skal vises særlig hensyn til friluftslivet ved skogbehandling og skogsdrift» (Forskrift om skogsdrift Oslo mfl 1993). Etter markaforskriften må all hogst meldes til kommunen for godkjenning. Den kommunale forvaltningen må videre sende inn alle hogstmeldinger til Fylkesmannen i Oslo og Akershus. De skal der være tilgjengelige for allmennheten (Forskrift om skogsdrift Oslo mfl 1993). Gundersen et al. (2005) viser i en spørreundersøkelse som omhandler forvaltning av bynær skog i 13 områder i Norden at skogen rundt Oslo er den byskogen som er utsatt for flest restriksjoner. Søgaard et al. (2012)

vurderer at de ekstra hensynene skogbruket må ta i Oslomarka har begrenset det tilgjengelige skogvolumet med om lag 15 %.

## **2.7 Friluftsliv og konflikter i Oslomarka**

Når et område benyttes til flere formål kan disse påvirke hverandre noe som kan føre til konflikt (Aasetre 1992). Konflikter knyttet til vern ligger ofte i den motsetning som eksisterer mellom miljøhensyn og økonomisk avkastning. I forslaget til en flerbruksplan for Oslomarka (1976) pekes det på at den motsetningen som eksisterer mellom skogbruket og friluftslivet handler om skogbrukets metoder og hvordan disse metodene skal tilpasses de ønskene friluftslivet har til skogbehandling (Miljøverndepartementet 1976).

Som forklart over har Oslomarka blitt brukt som friluftsområde for Oslos befolkning helt siden slutten av 1880-tallet (Gundersen et al. 2011). Av økonomiske årsaker og det faktum at folk ikke hadde så mye fritid var det moderne friluftslivet forbeholdt de få til et stykke ut på 1900-tallet (Gangdal 2011). På den tiden var det derfor ingen åpen konflikt mellom friluftslivet og skogbruket, og det var ikke før etter krigen at det kom til synlig konflikt (Gangdal 2011; Gundersen et al. 2011). Moderniseringen og mekaniseringen av skogbruket førte til tydeligere og mer dramatiske inngrep i skogen og dermed en sterkere påvirkning av friluftslivet. Konflikten har eskalert i takt med dette (Aasetre 1992).

De to formålene skogbruk og friluftsliv kan fremstå tilsynelatende uforenelige. Det har derfor i lang tid vært krav om en form for helhetlig regulering for hele Oslomarka. Wilson (1980) sier i teorier om regulering at «det er vanskelig å mobilisere støtte omkring reguleringstiltak på politikkområder med konsentrerte kostnader og spredt nytte» (Reitan 1998). Det vil si i saker der kostnadene tilfaller de få og nytten de mange, noe som nettopp er tilfelle i mange miljøraker. I Oslomarka vil kostnadene av en regulering ligge hos eierne av arealene i form av tapt inntekt og nytten vil komme hele Oslos befolkning til gode i form av friluftsarealer. Det er vanskelig å sette verdien av de to opp mot hverandre, for der skogbruket kan måles i kroner og øre, er naturopplevelse en subjektiv verdi som vanskelig lar seg kvantifisere.

Det er også andre konfliktlinjer i Oslomarka utenom den skissert i de foregående avsnittene. Flere forskjellige eiere, mange administrative grenser og forvaltningsnivåer i områdene er også grobunn for konflikt. Utviklingen av friluftslivet krever også mer tilrettelegging og har skapt intern konflikt blant de interesseorganisasjonene som skal ivareta forskjellige aspekter av friluftslivet. Klausen og Rommetvedt (1996) påpeker at «konflikt er et uttrykk for at ulike interesser står mot hverandre på måter som vanskeliggjør løsninger innen tradisjonelle

rammer» (Klausen & Rommetvedt 1996). Konfliktnivået kan derfor ofte være en konsekvens av antall typer og organisasjoner som engasjerer seg i hver enkelt sak. Dette er trekk som man tydelig kan kjenne igjen i Oslomarka. På grunn av de mange konfliktlinjene som eksisterer i denne saken har det lenge vært behov for og etterspørsel etter en form for helhetlig planlegging for Oslomarka.

## **2.8 Markaloven: bakgrunn og historikk**

Arbeidet med å sikre områder for friluftsmål i Oslomarka er ikke nytt. I 1889 bestemte Oslo bystyre seg for å kjøpe 7000 mål med skog (nå Frognereterskogen), for å sikre det som fremtidig friluftsbareal for byens befolkning, og i 1913 kjøpte Oslo kommune Grefsenkollen med samme begrunnelse. Flere arealer ble også kjøpt opp for å sikre Oslos drikkevann (Berntsen 1984). I 1921 til 1923 kjøpte Oslo kommune østsiden av Vettakollen. Det eksisterte derimot ikke noe fredet område før i 1922, et skogområde; Karlshaugen i Nordmarka (Berntsen 1984).

I 1941 ble Nils Houge den første generalsekretæren og mangeårig leder i Oslo og Omland Friluftsråd. Han skrev og ga ut boka «Oslomarka som naturpark» samme året. Denne boka er et forslag til fredning av det han kaller Stor-Oslos og omliggende distrikters friluftsområder. Boka inneholdt kartet *fredningsplan for Oslomarka*. Han foreslo ved siden av kartet forskjellige løsninger for hvordan bevaringen av Oslomarka kunne realiseres. Blant annet foreslo han oppkjøp av skogene av kommunene og frivillige avtaler med grunneierne. Som et tredje alternativ tenkte han seg «at kommunene ved hjelp av en lov om klausuler på skogeiendommer og mot fornøden erstatning fordrer disse holdt ubebygde, når de påviselig er av stor betydning som friluftsterreng». Det er her han legger ved skissen om en fredningsplan (Houge 1941). Skissen omfatter store deler av de arealene som i dag inngår i markaloven.

I 1965 ble et kart over Oslomarka med forslag til byggegrenser sendt til alle relevante kommuner med henstilling om at fredningsplanen ble behandlet av kommunestyret. Grensene skulle den gang fastholdes ved hjelp av den nye bygningsloven (Bugge & Reusch 2010). Men dette initiativet til å lage en samlet plan for Oslomarka førte ikke frem (Berntsen 1984).

I 1976 utarbeidet Miljødepartementet et utkast til en flerbruksplan for Oslomarka som dannet grunnlaget for dagens lov. Formålet med loven var å «bevare et rikt og variert naturmiljø i Oslomarka og å sikre områdets bruk til friluftsliv og naturopplevelse for allmennheten». Det skulle samtidig bli tatt hensyn til områdets bruk til andre formål (Miljøverndepartementet 1976). Dette var kun et utkast, og planen ble aldri vedtatt. I 1986 ble dette behandlet og

forandret på ny, og det resulterte i *Planbehandling av Marka*. Det er denne som har vært førende helt til *Lov om naturområder i Oslo og nærliggende kommuner (markaloven)* ble vedtatt 5. juni 2009 (Bugge & Reusch 2010).

## 2.9 Om markalovens innhold

Naturområdet, som er Oslomarka, har frem til markaloven ble vedtatt vært regulert av flere ulike lover og på flere ulike forvaltningsnivåer (Halvorsrud 2007). Friluftsløven skal ivareta friluftsinnteressene og sikre allmennhetens tilgang til naturen. Den lovfestede allemannsretten blir sett som en indikator på at friluftslivet står sterkt i Norge, men i de senere år har den vært under stadig mer press (Bortne et al. 2002). Friluftsløven gir ingen mulighet for vern av områder slik naturmangfoldloven gjør fordi den har ingen mulighet for å begrense en eiers bruk av sitt areal. Selv om denne bruken kan begrenses gjennom annen lovgiving, vil ikke dette være mulig å gjøre som en direkte konsekvens av at den forstyrrer eller er ødeleggende for friluftslivet. Naturmangfoldloven åpner for muligheten for områdevern i Oslomarka, men

*lovens formål er at naturen med den biologiske, landskapsmessige og geologiske mangfold og økologiske prosesser tas vare på ved bærekraftig bruk og vern, også slik at den gir grunnlag for menneskenes virksomhet, kultur, helse og trivsel, nå og i fremtiden, også som grunnlag for samisk kultur.* (Naturmangfoldloven 2009).

Den kan derfor ikke begrense handlinger som vil være negative for naturopplevelse. Markaloven er unik i og med at den er den første loven som åpner for vern av områder med naturopplevelse som formål.

Markalovens formål er å «fremme og tilrettelegge for friluftsliv, naturopplevelse og idrett» (Markaloven 2009). Formålene slik de står i teksten må tolkes som at de er juridisk sidestilt (Bugge & Reusch 2010). Formålsparagrafens siste setning slår fast at «det samtidig skal tas hensyn til bærekraftig bruk til andre formål», enn formålene som tidligere er nevnt i paragrafen (Markaloven 2009). Det menes med dette først og fremst skogbruket og landbruket (Bugge & Reusch 2010). I § 5 inneholder loven et generelt bygge- og anleggsforbud som setter begrensinger for de tiltak som tillates i Oslomarka. Definisjonen av tiltak er den samme som § 1-6 i plan- og bygningsloven. Det vil si at man definerer tiltak som «oppføring, riving, endring, herunder fasadeendringer, endret bruk og andre tiltak knyttet til bygninger, konstruksjoner og anlegg, samt terrenginngrep og opprettelse og endring av eiendom» (Plan og bygningsloven -pbl 2008). Det er videre i markalovens §§ 6, 7 og 9, definert unntak fra bygge- og anleggsforbudet. Dette gjelder henholdsvis tiltak som kan være

med på å fremme formålet, tiltak som kan tillates i kommunal plan og stier og løyper (Markaloven 2009).

Hogst og skogsdrift er dermed ikke noe tiltak som reguleres av plan- og bygningsloven (Bugge & Reusch 2010). Dette er regulert gjennom skogloven, egne bransjestandarder og markaforskriften. Det slås fast i markalovens forarbeid, Odelsting proposisjon nr. 23 (2008-2009), at skogdriften fortsatt blir «regulert av skogbruksloven med forskrifter» og at restriksjonsnivået stort sett skal være det samme som før markaloven. Det slås videre fast at det skal foretas en gjennomgang av markaforskriften, slik at denne kan tilpasses den gjeldende markapolitikken (Ot.prp. nr 23 (2008-2009)). Det er per dags dato ikke foretatt en slik gjennomgang eller fornying av markaforskriften.

I tillegg til at skogbruket skal reguleres etter skogbruksloven med forskrifter, er det mulig å gi dispensasjoner fra markalovens generelle bygge- og anleggsforbud, eksempelvis ved opprusting av skogsbilveger, skogskoier og så videre. Loven slår fast at det ikke kan dispenseres «dersom hensynene i lovens formålsbestemmelse ikke blir vesentlig tilsidesatt» (Markaloven 2009). Det skal også før dispensasjonsvedtak fattes foreligge en avveining hvor «fordelene ved å gi dispensasjon etter en samlet vurdering anses for å være klart større enn ulempene for friluftslivet, naturmiljøet eller allmenne interesser» (Markaloven 2009). Det vil si at dispensasjonsadgangen er relativt snever (Bugge & Reusch 2010).

## **2.10 Om § 11 i markaloven**

På grunn av unntakene fra det generelle bygge- og anleggsforbudet, mulighet for dispensasjon og det faktum at skogbruket fremdeles vil bli regulert gjennom skogbruksloven med forskrifter vil ikke områdene innenfor Oslomarka være beskyttet på samme måte som et områdevern etter naturmangfoldloven (Bugge & Reusch 2010). Loven inneholder derfor en paragraf som gjør det mulig å sette begrensninger for skogbruket, og bevare arealer i Oslomarka som friluftsområder, lovens § 11 *Særskilt vern av friluftsområder*. Paragrafens første ledd lyder som følger: «Kongen kan verne som friluftsområde områder som på grunn av naturopplevelsесverdier har særskilte kvaliteter for friluftslivet» (Markaloven 2009).

Det forklares i Ot.prp. nr. 23 (2008-2009) at:

*skogloven og forskrift om skogbehandling og skogsdrift i Marka er viktige for å ivareta et «minimumsnivå» av skogbrukshensyn i Marka generelt. Dette regelverket er imidlertid ikke egnet til å ivareta behovet for å sikre avgrensede områder i Marka som*

*har spesielle naturopplevelsverdier. Dette skyldes i hovedsak at hverken skogloven eller forskrift for skogsdrift i Marka gir hjemmel for å gjennomføre tiltak som begrenser skogsdrift i så stor grad at man kan sikre slike viktige naturopplevelsverdier. (Ot.prp. nr 23 (2008-2009))*

Kriteriene som skal brukes i prosessen med særskilt vern for friluftsliv skal være vesentlig forskjellige fra kriterier i klassisk naturvern. Det vil si at de områdene som vernes etter § 11 i markaloven vil generelt ikke kunne kvalifisere seg som naturreservater. Samtidig vil prinsippene for vern stort sett være de samme: området må kartlegges og vernekriteriene må dokumenteres. I vern etter § 11 skal det også, i likhet med skogvernet, være en kombinasjon av kvantifiserbare og mer skjønnsmessige kriterier som legges til grunn. Dette inkluderer også faglig skjønn, både hva gjelder delkriterier og totalvurderingen av området (Ot.prp. nr 23 (2008-2009)).

I og med at § 11 kun kan verne begrensede arealer gir den imidlertid ikke noe godt vern for hele Oslomarka. I følge Bugge og Reusch (2010) er paragrafen streng og svært spesifikk og områder som kan vernes etter § 11 er beskrevet svært detaljert i lovens forarbeid, Ot. prp. nr. 23 (2008-2009). Kriteriene som der er listet opp er som følger:

Områdets preg av å være **urørt og naturlig**. Her må inngrep i området som kraftlinjer, bilveier, bebyggelse og hogstinngrep kartlegges.

Områdets **særpreg**. Dette beskrives ved at området avviker fra omgivelsene ved å være spennende og trolsk samt bærer preg av å være vilt ved variasjon i topografi, markerte former i terrenget og for eksempel spesielle trær.

Områdets **variasjon, mangfold og kompleksitet**. Her vektlegges variasjon i skogrommets størrelse og form. Videre legges det vekt på en veksling mellom bratt og flatt terreng, mellom trær og undervegetasjon, lune og forblåste steder, tett skog og utsiktspunkter, variasjon mellom sluttet gammelskog og naturlige åpne områder samt variasjon i trærnes alder.

Områdets innslag av **naturlige landskapsrom** uten forstyrrende inngrep. Dette innebærer forekomst av store og små landskapsrom av ulike slag slik som naturlige åpninger i skogen, åpninger mellom åser og topper samt myrer, vann og vassdrag. Videre legges det vekt på historiske menneskeskapte åpninger slik som plasser og setervoller.

Områdets forekomst av **vann, myrer og bekker**.

## Områdets stillhet og fravær av støy.

Disse kriteriene er uttømmende, det vil si at det er ingen av dem som teller mer enn noen av de andre. Det fremgår videre at det bør innhentes informasjon om områdets faktiske bruk, tilgjengelighet og naturlig sammenheng med andre områder i forbindelse med en kartlegging og dokumentasjon av et område. Denne informasjonen skal være med på å danne grunnlaget for vern (Ot.prp. nr 23 (2008-2009)). Videre står det i Ot. prp. nr. 23 at det er summen av enkeltkriterienes verdi som vil legges til grunn for hvilken verneverdi et område skal få etter § 11.

For å kunne identifisere områder som egner seg for vern etter § 11 ga Fylkesmannen i Oslo og Akershus Norsk institutt for naturforskning (NINA) i oppdrag å utvikle en registreringsmetodikk. NINA publiserte februar 2011 NINA rapporten: *Rapport 664; særskilt vern av friluftslivsområder i Oslomarka etter markaloven § 11*. Den innehar et forslag til en registreringsmetodikk som skal brukes for å kunne identifisere områder som potensielt kan vernes etter markalovens § 11 (Gundersen et al. 2011).

Fylkesmannen ba deretter om forslag fra kommuner, interesseorganisasjoner, eiere og andre interesserte til områder som kunne være aktuelle for denne type vern. Fylkesmannen i Oslo og Akershus fikk inn til sammen 174 forslag og valgte deretter ut 32 områder som skulle registreres. Metodikken ble testet og videreutviklet av Sweco AS og registreringene ble utført sommeren og høsten 2011. Resultatet fra registreringene ble publisert i februar 2012.

### 2.11 «Eventyrskog»

Begrepet «eventyrskog» er et begrep som ofte brukes om gamle skoger med høy opplevelsesverdi. Begrepet er et populært navn på skoger som kan sammenlignes med dem man får beskrevet i gamle folkeeventyr.

Naturvernforbundet i Oslo og Akershus (NOA) har aktivt brukt begrepet og definerer «eventyrskog» som «et skogområde som har spesielt høy opplevelsesverdi». NOA vektlegger at begrepet er subjektivt. De mener allikevel at det er elementer i skogen som er målbare og felles for de fleste. Disse er alder, områdets preg av å være urørt og naturlig, mangfold og variasjon, terrengvariasjon, opplevelse av rom, opplevelse av vann og fuktighet, kulturminner/kulturlandskap og særpreg (Andersen & Frigard 2009).

Selv om ordet «eventyrskog» hverken brukes i selve loven eller i avsnittet som omhandler § 11 i Ot. prp. nr. 23 (2008-2009), blir paragrafen referert til som nettopp

eventyrskogparagrafen både av departementet og av organisasjonene som jobber med dette. I forbindelse med lanseringen av lovene sendte Miljøverndepartementet ut en pressemelding hvor de blant annet skrev:

*I loven innføres en forskriftshjemmel slik at nærmere angitte områder med særlig store naturopplevelsesverdier kan vernes særskilt som friluftslivsområder. Vernehjemmelen vil være viktig for å kunne ta vare på «eventyrskoger» i Marka.*

(Miljøverndepartementet 2009)

Man kan i tillegg se at kriteriene lansert av NOA for hva som kjennetegner en eventyrskog, i stor grad samstemt med de kriteriene som beskrives i Ot. prp. nr. 23 (2008-2009).

Selv om begrepet eventyrskog ikke nevnes i avsnittet i Ot. prp. nr. 23 (2008-2009) hvor kriteriene for vern omtales er det tidligere i proposisjonen under høringsuttalelsene skrevet at:

*vernebestemmelsen er særlig nødvendig for å sikre begrensede arealer med spesielt viktige «eventyrskog». I slike eventyrskoger er det avgjørende at man kan oppleve et stabilt naturmiljø over tid. Opplevelsesverdien i denne type områder kan lett bli ødelagt av plutselige inngrep som for eksempel hogst. De særlige opplevelsesverdiene som finnes både i eventyrskogene og andre steder i Marka, kan ikke ivaretas med andre virkemidler, som for eksempel markalovens generelle vern eller bestemmelser i for eksempel skogloven eller naturvernloven. (Ot.prp. nr 23 (2008-2009))*

Man kan derfor anta at områdene som skal vernes etter § 11 skal inneha de samme fysiske kriteriene som de områdene som populært blir referert til som «eventyrskog».

Siden det stort sett har blitt bedrevet hogst i hele Oslomarka vil «eventyrskog» eller «§11-skog» måtte bestå av det man i dag kaller naturskog. Det «som benevnes som naturskog er på ingen måte urørte skoger, men skoger som har vært gjenstand for intensive dimensjonshogster fram til cirka 1940, og stått mer eller mindre urørt for hogster i perioden etter dette» (Gundersen et al. 2011).



### 3. Teori

Vi vil i dette kapittelet presentere den teoretiske referanserammen som ligger til grunn for oppgaven. Det er en rekke teorier på hva slags type natur som foretrekkes av mennesker generelt, og dette vil bli presentert ved en gjennomgang av miljøpsykologiske studier og preferanser for landskapselementer i skog. En rekke andre faktorer ser også ut til å virke inn på naturopplevelsen og dette vil bli belyst ved å se naturopplevelsen i lys av fenomenologisk tenkning og begrepet «stedkjensle». For videre å nærme oss den betydning naturopplevelse og friluftsliv kan ha for den enkelte har vi valgt å avslutte kapittelet med å presentere teori og undersøkelser om naturens rekreasjonsverdi.

#### 3.1 Miljøpsykologi

I den offentlige definisjonen av friluftsliv blir naturopplevelse nevnt som et sentralt mål for å utøve friluftsliv (St.meld. nr. 39 (2000-2001)). Det er imidlertid ulike måter å se på hvordan vår naturopplevelse og preferanse for ulike elementer i naturen blir dannet og hva de er betinget av. Den retning som har vært mest brukt og dominerende til nå er miljøpsykologien (Clemetsen et al. 2011). Miljøpsykologi er et tverrfaglig forskningsfelt som undersøker forholdet mellom mennesket og naturen. Dette omfatter både den helsemessige effekten av å oppholde seg i naturen og hva våre naturpreferanser er betinget av (Gundersen et al. 2011).

Innenfor miljøpsykologien har det fra 1970-tallet vært en utvikling av ulike perspektiver på hva menneskelig preferanse for landskap er betinget av (Vorkinn et al. 2000). Det første paradigmet blir kalt det adaptive paradigmet hvor man anså menneskets preferanser som biologisk forankret og universelle (Vorkinn et al. 2000). De biologiske teoriene tar ofte utgangspunkt i den første teorien på feltet, Appeltons (1975) *prospect-refugee* teori (Gundersen et al. 2011). *Prospect* referer til at landskapet har visse oversiktspunkter der man kan se utover og få en oversikt over landskapet. *Refuge* referer til behovet for beskyttelse, et sted der man kan trekke seg tilbake og føle seg trygg. Dette er beskrivende for landskap som utviklingshistorisk har fremmet overlevelse (Gundersen et al. 2011). Senere har tradisjonen vært dominert av psykologparet Rachel og Stephen Kaplan og deres *knowledge acquisition theory* (1989) er mye referert til og testet (Aasetre & Gundersen 2009). De hevder at menneskelig preferanse blir påvirket av fire komponenter i landskapet hvilket er kompleksitet eller variasjon (*complexity*), sammenheng (*coherence*), lesbarhet (*legibility*) og mystikk (*mystic*) (Kaplan et al. 1998). De påpeker at et landskap som er godt lesbart og har en logisk sammenheng, gjerne med karakteristiske landemerker og utsiktspunkter, gjør det lettere å

orientere seg i terrenget. Lesbarhet og sammenheng er noe som har vært viktig for å overleve i naturen historisk sett (Kaplan et al. 1998). Kaplan og Kaplan hevder videre at variasjon og mystikk gjør området spennende med mulighet for utforskning (Kaplan et al. 1998). Studier foretatt både i naturen og ved å vise bilder gjennomført av Kaplan og Kaplan (1995) viser at mennesker har en sterk trang til utforskning av miljøet, og finner glede i dette. I sammenheng med dette hevdes det at mennesket foretrekker landskap som har en viss grad av variasjon og mystikk. Det oppleves som positivt hvis terrenget antyder at det er noe spennende bakenfor ved at en elv eller sti svinger (Kaplan & Kaplan 1995). Videre fremhever de at sammenheng og lesbarhet ikke står i direkte motsetning til kompleksitet og mystikk. Kompleksitet impliserer at landskapet er variert og sammenheng sier noe om hvordan landskapselementene er strukturert i forhold til hverandre. Dersom et variert landskap har en logisk sammenheng med god lesbarhet og karakteriske landskapselementer vil det kunne fremstå som både lett å orientere seg i, mystikk og spennende for videre utforskning (Kaplan et al. 1998).

Den biologiske tradisjonen har blitt kritisert for at teoriene kan bli for generelle og at det dynamiske forholdet mellom menneske og natur, samt den kulturelle og individuelle konteksten blir oversett (Gundersen 2009; Vorkinn et al. 2000). Innenfor den biologiske tradisjonen blir mennesket sett på som passiv mottaker av stimuli og naturen som bestående av objektive egenskaper som kan måles. På bakgrunn av dette vokste det sosiokulturelle paradigmet frem hvor man ser mennesket som aktive i sin meningsdannelse av landskapet. Fortolkning skjer på bakgrunn av individuelle og kulturelle verdier og erfaringer (Vorkinn et al. 2000).

I dag legges det vekt på at det er en kombinasjon av de to tradisjonene som danner utgangspunkt for menneskelige preferanser. Man antar at det er samspill av genetisk betinget biologiske faktorer og individuelle eller kulturelle faktorer, som er påvirket av læring, sosialisering og gruppetilhørighet, som danner utgangspunkt for naturpreferanser (Gundersen et al. 2011). Dette gjør menneskelige naturpreferanser til et resultat av et komplekst samspill.

### **3.1.1 Preferanser for opplevelseselementer i skog**

Det er blitt gjennomført en rekke studier av folks preferanser for natur i skog både internasjonalt og i Norge. Noen av undersøkelsene er blitt gjennomført kun ved spørreskjema, andre med bilder, og andre igjen i naturen. Vi vil herunder ta for oss noen av de som er blitt gjennomført i Norge, Sverige og Finland, og se på hovedkonklusjonene.

Naturlige åpninger i skog som elementer med vann, myr og naturlig treløse områder ser ut til å være godt likt. (Aasetre 1994; Haakenstad 1972; Lind 1974). Åpninger dannet av mennesker blir også oppfattet positivt dersom disse er blitt dannet langt tilbake i tid slik at de blir minnesmerker om tradisjonelle historiske jordbruksmetoder som slåtte­mark, eng og seter­plasser (Gundersen & Christensen 2008; Lind 1974). Flere studier viser at åpninger som er menneskeskapt i nyere tid slik som flatehogst derimot ikke godt likt (Haakenstad 1972; Hultman 1983; Lind 1974). Hultman (1983) viser at desto større område som er flatehogd desto mindre likt er de.

Mulighet for utsikt i landskapet ser ut til å settes høyt (Haakenstad 1972; Lind 1974). Sikt innover i en skogbestand blir også sett på som positivt inntil en viss grad. En undersøkelse gjennomført av Savolainen og Kellomäki (1984) viser at preferanse for landskapet stiger frem til sikten er 40-50 meter. Blir sikten lenger enn dette vil preferansen for landskapet synke igjen (Frivold & Gundersen 2009).

Når det gjelder variasjon i form av alder og størrelse på trærne synes de fleste å foretrekke at det er en viss sjikting i skogen med variasjon i treslag og størrelse (Hultman 1983; Lind 1974). De fleste ser dessuten ut til å foretrekke at skogen har innslag av større trær, og de fleste liker skogen bedre dess større trærne er (Haakenstad 1972; Hultman 1983; Lind 1974).

Dødt trevirke blir i mange studier fremhevet som mindre positivt. Hultmann (1983) viste i to spørreundersøkelser ulike landskapsbilder i skog til respondenter. Bilder av produksjonsskog med gran og furu som hadde mye vindfall, ble begge årene; 1977 og 1997 rangert som det minst likte (Frivold & Gundersen 2009).

I en studie gjennomført av Gundersen og Christensen (2008) ble respondenter vist bilder med død ved og de samme bildene med den døde veden retusjert bort. Generelt kom foto med død ved dårligst ut. Samtidig var det fotoet som kom best ut et med råtne mosegrodde stokker i et halvåpent landskap med grønn undervegetasjon og en bekk. I den samme studien ble noen av respondentene vist bilder og samtidig informasjon om den biologiske betydningen av død ved i skogen. Det viste seg at disse respondentene verdsatte elementer med død ved høyere enn de som ikke ble gitt informasjon (Gundersen & Christensen 2008).

Når enkeltelementer blir undersøkt er det viktig å huske på at preferansestudiene er utført med ulike metoder og i ulike miljøer. Det er dessuten vanskelig å redusere totalopplevelsen i

enkeltelementer. Axelsson Lindgren (1990) viste i en studie at den totale opplevelsen av skogturen er mer enn summen av inntrykkene fra enkeltelementer.

Strumse (2007) hevder at forholdet mellom naturelementer og menneskepåvirkning er av høy betydning. Han hevder at landskap som er dominert av menneskelig påvirkning generelt er dårligere likt enn når det er en viss harmoni mellom det naturpregede og det menneskeskapte (Strumse 2007).

Hallikainen (1998) gjennomførte en nasjonal spørreundersøkelse i Finland som viste at urørte, villmarkspregede områder ble verdsatt høyt av mange respondenter, enten de hadde besøkt områdene eller ikke (Hallikainen 1998). Haakenstad (1972) fant at 82 % av Oslos befolkning ønsket at det skulle være områder i Oslomarka som var fredet mot veibygging og skogsdrift.

### **3.2 Naturopplevelsen i et fenomenologisk perspektiv**

Fenomenologi er studie av fenomenene i seg selv. Det legges her vekt på å undersøke enkelthendelser gjennom menneskers erfaringer grundig i stedet for å studere et stort antall tilfeller og trekke fellestrekk ut av disse (Postholm 2005). Med utgangspunkt i en fenomenologisk forståelse blir naturopplevelsen avhengig av det enkelte individs erfaringer. I opplevelsen blandes det som objektivt er tilstede og det som eksisterer i det bestemte subjektets oppfatninger og meninger (Postholm 2005). Kroppsfenomenologen Maurice Merleau-Pontsy ser kroppen gjennom sansing som første premissgiver for vår virkelighetsforståelse (Krogh 1995). Han hevder at når vi er i naturen får kroppen informasjon fra sansene som gjør at den ubevisst sanser og opplever. Den intuitive og spontane opplevelsen blir så integrert, bearbeidet og bevisstgjort i den subjektive kontekst som er påvirket av den kulturelle, sosiale og fysiske verden som omgir oss (Krogh 1995). Ifølge Heidegger kan man si at meningskapning i naturen skjer gjennom gjensidig påvirkning mellom de erfaringer som mennesket besitter, og det fysiske og sosiale miljøet som omgir mennesket (Heidegger & Holm-Hansen 2007). Man kan si at vi tillegger naturen mening med utgangspunkt i vårt liv, den virker så tilbake på oss og gir oss nye inntrykk (Skår 2010). Hva individet retter fokus mot, og som så blir bevisstgjort, gitt meningsinnhold og uttrykt er avhengig av individet og dets sosiokulturelle bakgrunn, foruten situasjonens egenart. Når vi går ut i naturen og forestiller oss å møte virkeligheten slik den er, bærer vi med oss samfunnet i oss gjennom den måte vi sanser, kategoriserer og vurderer det vi ser (Tordsson 2003). Hver kultur og subkultur har sin måte å kategorisere verden på og man legger som regel merke til

det som bekrefter dette. Samtidig kan nye, intense og direkte erfaringer føre til at man korrigerer de ideer og begreper man har om verden (Tordsson 2003).

På bakgrunn av dette kan man si at alle har sin unike forståelse av verden, og opplevelse av naturen. Samtidig ligger en felles historisk basis til grunn som gjør at vi har en gjensidig forståelse av andres virkelighetsforståelse. En subjektiv naturopplevelse kan være gjenkjennbar for andre, og man kan lett leve seg inn i hverandres beskrivelser og flere individer kan ha tilnærmet lik opplevelse (Tordsson 2003).

### **3.3 Tilhørighet til sted**

Hvordan mennesket forholder seg til sine omgivelser er noe som opptar flere fagfelt og begrepet «sted» har vært sentralt. Enkelte vil kunne føle en personlig tilknytning til spesielle naturområder, og dette kan man være mer eller mindre bevisst. Noen vil ikke tenke over det før området blir endret (Gundersen et al. 2011).

Begrepet *Sense of place*, eller stedkjensle på norsk, er hentet fra samfunnsgeografien og er knyttet til det forhold og opplevelse den enkelte har av et gitt sted, enten subjektivt eller fysisk avgrenset (Berg 2004). Stedskjensle er med på å skulle forklare forholdet mellom mennesket og et sted. I samfunnsgeografien er det vanlig å definere det som en samling av følelser, assosiasjoner, symboler, minner og erfaringer som vil påvirke opplevelsen og forholdet man har til et sted (Williams & Stewart 1998). Stedskjensle blir påvirket av fysiske kvaliteter ved stedet så vel som innbyggere, kultur eller historie (Hague & Jenkins 2005). Videre vil sosiale erfaringer og den aktiviteten man utfører i området påvirke opplevelsen av stedet (Hague & Jenkins 2005). Relph (1976) hevder at «stedsfølelse utvikles gjennom menneskers kroppslige erfaringer og daglige liv i samspill med de sosiale, økonomiske og kulturelle betingelser som den enkelte lever under». Menneskers forhold til steder er derfor gjennomstyrt av følelser og meninger.

I en artikkel om stedsidentitet og naturforvaltning legger Williams og Stewart (1998) vekt på at stedskjensle ikke kun knytter seg til de som bor i nærheten av stedet. Turister og ofte besøkende kan også ha sterke tilknytning til steder. De vektlegger også at det er viktig at forskjellige betydninger av et sted, altså forskjellige oppfatninger, ikke må avskrives fordi de strider med det som kan være en eksperts tekniske stedkjensle. De må isteden anerkjennes, for å få til en bedre forvaltning av områder. Clemetsen. et. al (2011) legger også vekt på at brukere eller en befolkning som regel ikke er en uniform brukergruppe med en helt lik tanke om hvordan et område best kan brukes. De vektlegger derfor at det er viktig at planleggere

inkluderer folk i enkeltsaker, som er avgrenset og stedsspesifikke. Williams og Stewart (1998) vektlegger at mennesket må inkluderes på en bedre måte i planlegging og forvaltning av naturen. De mener at stedsidentitet er en god måte å overkomme den avstanden som eksisterer mellom vitenskapen om natur og forvaltningen av denne (Williams & Stewart 1998).

I en rapport om forholdet mellom mennesker og skog hevder Gundersen (2009) at det er ulike verdier knyttet til et skogområde, og at disse vil påvirke handling og atferd hos brukere. Gundersen drar et skille mellom det han kaller for instrumentelle- og nytteverdier og det han kaller for konstituerende/grunnleggende verdier. De instrumentelle- og nytteverdiene et skogområde inneholder er ofte felles for de fleste områder. Det er altså lett å finne trekk ved skogen som folk enes om. Gundersen (2009) peker imidlertid på det faktum at det finnes grunnleggende verdier hos brukerne som ofte er steds- og situasjonsbetinget. Dette kan dermed være kunnskap som vanskelig lar seg overføre fra område til område. Verdier i skog «må settes inn i en lokal, kulturell og historisk sammenheng som er avgjørende for hvilke syn folk har på skogen og på det forholdet de har til sin skog» (Gundersen 2009). Verdien av en skog blir dermed bestemt til stedet.

### **3.4 Rekreasjonsverdi**

I SSB sin levekårsundersøkelse i 2001 ble nordmenns motiver for friluftslivsutøvelse kartlagt. Her kom det frem en rekke motiv. Blant de motivene som ble ansett som svært viktig eller viktig, var å komme bort fra hverdagens stress og mas og å samle nye krefter og overskudd, understreket av mer enn 60 % av befolkningen (Odden 2008). Videre vektlegges det som motiv av svært mange å få mosjon og ta vare på egen helse. Videre legges det vekt på å oppleve naturen, dyreliv der, stillhet og fred og å føle seg som en del av en større helhet (Odden 2008).

Friluftsliv kan sees på som et velferdsgode som ser ut til å være godt både for den enkelte og for samfunnet (Nordisk ministerråd 2009). Å utøve friluftsliv antas å ha en rekke positive effekter på helse, rekreasjon og befolkningens miljøengasjement (Odden 2008). *St. meld. nr. 39 (2000-2001) Friluftsliv – en vei til høyere livskvalitet*, legger vekt på viktigheten av friluftslivet som rekreasjonskilde og dets innvirkning på læring og utvikling av grovmotorikk hos barn, samt for å opparbeide miljøengasjement.

Nordisk ministerråd ga i 2009 ut rapporten *Naturopplevelse, friluftsliv og vår psykiske helse*. Rapporten baserer seg på samlet kunnskap fra de nordiske landene. Her viser de til undersøkelser fra World Health Organisation (WHO) som anslår at de sykdommene som

kommer til å dominere globalt frem mot 2020 er såkalte livsstilssykdommer slik som hjerte- og karsykdommer, depresjon og fedme. Rapporten viser videre til studier der det er veldokumentert at fysisk aktivitet har positiv effekt på forebygging og behandling av nettopp slike sykdommer. Det som er spesielt interessant er at fysisk aktivitet utført i naturen ser ut til å gi dobbelt så stor effekt. Grunnen til dette synes å være at et samspill mellom fysiske og psykiske prosesser i kroppen gjennom en lang rekke effektkjeder leder til økt livskvalitet. De forskjellige prosessene vil flette seg inn i hverandre og danne en helhet som virker mentalt oppbyggende (Nordisk ministerråd 2009).

I forbindelse med preferanseforskning har man også stilt spørsmål ved om høyt preferert natur også er den som gir best resultater i form av restituerende effekt (Strumse 2007). Det er for øvrig et forskningsfelt som er helt i startfasen. Det er derimot allerede gjennomført en rekke undersøkelser på den effekten natur og friluftsliv generelt synes å ha på mennesker. Kaplan og Kaplan har forsket på temaet over lang tid. De har blant annet gjennomført store systematiske studier som viser at tilgang på naturelementer øker menneskers livskvalitet og trivsel (Kaplan & Kaplan 1995). Det viser seg at det ikke er likegyldig hva som er på utsiden av vinduet vårt. På sykehus blir pasienter som har utsikt mot naturelementer fortere friske og fengselsfanger med naturutsikt hadde færre helseproblemer. På arbeidsplasser var de med naturutsikt mer tilfredse og hadde sjeldnere hodepine. Detaljerte studier om hvordan mennesker opplever møtet med villmarkspregede naturområder ble også gjennomført over en tiårsperiode. Studenter som var vant til byen ble over en to ukers periode tatt med ut i villmarksområder. Studiene viste at naturkontakt ga en klar positiv effekt på mental helse. Deltagerne la vekt på opplevelsen av ro og stillhet som viktig. Stillhet og ro fikk deltagerne til å tenke over fremtid og hva som var viktig i livet. Videre la de vekt på opplevelse av skjønnhet, glede og trivsel i naturen. De fortalte også at de opplevde en følelse av mestring som styrket selvbilde. Mange fortalte at de fikk en opplevelse av helhet og enhet med naturen som ga velvære, og at samvær med andre arter ga et nytt perspektiv på seg selv (Kaplan & Kaplan 1995).

Ingebrigtsen (1995) har studert friluftslivets påvirkning på mental helse og gjort undersøkelser både i Oslo og Lofoten. I Oslo undersøkte han sammenhengen mellom utøvelse av friluftsliv og stress. Her ble stress definert med utgangspunkt i angst og depresjonssymptomer for den enkelte. Hovedkonklusjonen var at de som drev regelmessig med friluftsliv var mindre stresset (Ingebrigtsen 1995). I Lofoten ble personer som hadde

gjennomgått livskriser intervjuet. Her hevdet svært mange at naturen hadde vært viktig for å komme gjennom denne krisen (Ingebrigtsen 1995).

Kaplan og Kaplan (1995) hevder at mental trøtthet kommer av at vår oppmerksomhet blir utslitt. De skiller mellom styrt og spontan oppmerksomhet. Den styrte oppmerksomheten krever at vi må anstrenge oss mens den spontane ikke gjør det. I dagliglivet må man ofte bruke mye styrt oppmerksomhet. Det som gjør oss mentalt trøtte i forbindelse med styrt oppmerksomhet er at vi hele tiden må sortere bort distraherende inntrykk og dette krever energi. Ifølge Kaplan og Kaplan (1995) kan mental trøtthet føre til at personer blir aggressive, mindre tolerante og fungerer dårligere i sosiale felleskap ved at følsomheten for sosiale signaler svekkes. De hevder videre at søvn kan medføre at vi gjenvinner mye av oppmerksomhetskapasiteten. Hvis ikke dette er nok trenger man å komme seg vekk for mental restituering. Kaplan og Kaplan (1995) hevder videre at naturen har elementer i seg som gir mulighet for å fornye mennesker som er mentalt trøtte ved at vi i naturen ofte er langt vekk fra plikter i hverdagen. Naturen har store arealer som gir grunnlag for mange opplevelser og arealer å utforske. De legger vekt på gledene naturen gir oss gjennom spontan oppmerksomhet. Sinnet inviteres til å vandre og undres og ny inspirasjon kan oppnås. Stillhet ser ut til å være en viktig forutsetning for at disse prosessene blir vellykket. Da menes ikke total stillhet, men naturens stillhet (Kaplan & Kaplan 1995). Stillhet, fred og ro blir fremhevet som motiv for turen i en rekke undersøkelser både internasjonale og norske (Kaplan & Kaplan 1995; Kleiven 1994).

Man blir også i økende grad klar over at selv om man ikke er ute i naturen daglig representerer den allikevel en verdi for oss. Det har verdi for oss å vite at muligheten til å oppsøke naturen ligger der, og vi ville følt et tap dersom vi ikke hadde den muligheten. Det blir påpekt av Hågvar og Støen (1996) at naturen kan ha restituerende effekt også når vi ikke er fysisk tilstede i den ved at vi tenker tilbake på turer og opplevelser. På den måten kan naturen ha rekreasjonskraft langt utover den tilmålte tid som blir tilbrakt der (Hågvar & Støen 1996).

## 4. Metode

I det følgende kapittelet vil det bli gjort rede for valg av metode, bakgrunnen for valget, valg av studieområde, utvalg, analyse av dataen og styrker og svakheter ved studieopplegget.

### 4.1 Valg av metode

Valg av metode vil i de fleste tilfeller være et valg om hvordan man ønsker å belyse en problemstilling. Ulike metoder vil kunne belyse en problemstilling fra ulike sider (Skår 2010). Vår studie skal undersøke folks bruk og opplevelser av naturen i Oslomarka, gjennom en studie av Lillomarka. Denne kunnskapen vil vi se i forhold til de naturkvalitetene som beskrives i § 11 i markaloven og dens forarbeider

Vi har jobbet ut fra en arbeidshypotese om at både tilgjengelighet og preferanser for skog er viktige for valg av friluftsområde. Utgangspunktet var dermed at våre resultater hva angår bruk og naturopplevelse vil samsvare med § 11. På den annen side er det også naturlig å tenke at tilgjengelighet kan telle mye i en hektisk hverdag. Eksempelvis har Lind (1974) pekt på at bruken av skog ikke alltid vil samstemme med preferanser for skog. Vi vet heller ikke om det faktisk er slik at det nettopp «§ 11 skog» som folk prefererer høyest. Hvis man antar at paragrafen kun tar utgangspunkt i de fysiske kriteriene, kan det oppstå motsetninger hvis det er slik at bruk og tilgjengelighet ikke vil bli sidestilt med de fysiske kriteriene i en verneprosess, eller at folk faktisk liker tilrettelagte områder bedre enn urørte områder med eventyrskogskarakter.

Som vi pekte på over, kan det være vanskelig å bruke undersøkelser som omhandler menneskers bruk av Oslomarka til å si noe om deres preferanser for skog og omvendt. Det vil likeledes kunne være vanskelig å benytte seg av andre lands studier, eksempelvis Danmark og Sverige, for å undersøke preferanse og bruk av norske skoger. Dynamikken mellom mennesker og deres forhold til naturen er kompleks, og en kvantitativ undersøkelse vil ikke i samme grad kunne belyse dette forholdet som en kvalitativ undersøkelse. Et kvalitativt intervju vil, i større grad enn en spørreundersøkelse, kunne få frem tvetydigheter som kan forekomme mellom bruk og preferanse i en persons liv. Kvale og Brinkman (2009) understreker at et intervju lettere kan avdekke om tvetydigheter skyldes «kommunikasjonsvansker, eller om det er uttrykk for inkonsekvenser, ambivalens eller motsigelser i den intervjuedes livssituasjon» (Kvale & Brinkmann 2009). Vi har benyttet oss av teori om folks preferanser for skog, samt tidligere preferanse- og brukerundersøkelser, både generelle og fra Oslomarka. Samtidig er studien inspirert av et fenomenologisk

perspektiv, der kunnskap om menneskers erfaring (her i natur) danner grunnlag for å problematisere ulike fenomener. På bakgrunn av dette har vi valgt å benytte oss av en metode hvor vi både kunne undersøke folks bruk samtidig som vi undersøker folks preferanser, og eventuelle motsigelser mellom disse. Ved å gjennomføre kvalitative intervjuer utendørs er det mulig å gå dypere enn en spørreundersøkelse, slik at informantene fritt kan reflektere rundt landskapselementene og gi oss innblikk i sine erfaringer og opplevelser. Vi har valgt å utføre intervjuene utendørs i Lillomarka, etter en metode kalt *walking interviews*. Vi vil utdype dette videre under.

## **4.2 Litteratursøk**

Vi har gjort et omfattende litteratursøk gjennom databaser og i referanselister for å utarbeide en teoretisk plattform for oppgaven. Det var nødvendig med en nøye gjennomgang av lover, aktuelle forarbeider og tolkning av disse. Vi har lest litteratur for å finne en bakgrunn for den konflikten som ligger mellom friluftsliv og skognæring i Oslomarka. Videre har vi gjennomgått nyere brukerundersøkelser i Oslomarka. Det har også blitt sett på teori om menneskelig landskapspreferanse som går direkte på preferanser for landskapselementer i skog. Videre har vi sett på teori om den rekreasjonsverdi naturen har for mennesker for å belyse viktighet av friluftsliv for enkeltmennesket og for samfunnet i sin helhet. Vi har også sett på fenomenologisk teori om hvordan menneskers naturopplevelse påvirkes av erfaringer fra det levde liv og på teori om stedskjensle for å se på forhold til stedet som påvirker folks preferanser og bruk.

## **4.3 Semistrukturerte intervjuer**

I følge Kvale og Brinkmann (2009) er samtale en grunnleggende form for samspill mellom mennesker. Et semistrukturert intervju er en samtale med en struktur og et formål. Det benyttes når man har behov for at informanten skal ha stor frihet til å uttrykke seg og gjerne når kunnskapen er situasjonsbestemt (Kvale & Brinkmann 2009). Et dybdeintervju ønsker å undersøke de svarene som gis grundigere og åpner for muligheten for en dypere innsikt i meninger og oppfatninger (Ryen 2002).

Et semistrukturert intervju har som oftest en overordnet intervjuguide. Selve gjennomførelsen av intervjuet kan varieres med tanke på spørsmål, temaer og rekkefølge (Johannessen et al. 2010). Det er på denne måten enklere å få nøyaktig informasjon og klarering i spørsmål som kan være uklare eller som informantene svarer uklart på (Valentine 1997). Intervjuet i seg

selv vil være en sosial situasjon og det er mulig å skreddersy intervjuet til hver person (Johannessen et al. 2010).

#### **4.4 Intervju i felt**

Flere ulike intervjumetoder har tidligere blitt brukt for å forsøke å måle menneskers preferanse for skogelementer. Av viktighet for vurdering av metodisk validitet er blant annet intern gyldighet (Frivold & Gundersen 2009). Intern gyldighet er samsvar mellom det man ønsker å måle og det man faktisk. Frivold og Gundersen utførte i 2009 en gjennomgang av 55 publiserte kvantitative spørreundersøkelser fra Norge, Sverige og Finland samt ni hovedfagsoppgaver fra 1972 til 2008. I 29 av disse undersøkelsene ble informasjon innhentet ved at informantene fikk verbal beskrivelse av de skogstrukturene de skulle vurdere mens i 25 av undersøkelsene ble de vist fotografier samtidig. Kun i 12 av undersøkelsene ble informantene intervjuet ute i felt. Frivold og Gundersen hevder at der naturopplevelse og preferanse skal måles står man ovenfor metodiske utfordringer i forhold til den interne gyldigheten. I skogen aktiveres flere sanser som sammen danner en helhetlig opplevelse. Naturopplevelsen må derfor sies å være noe mer enn det man kan fremstille for informanten gjennom ord eller bilder. Man oppnår derfor høyere intern gyldighet ved å gjennomføre intervjuene i felt (Frivold & Gundersen 2009).

#### **4.5 *Walking interviews***

*Walking interviews* er en intervjuform der man undersøker informantens naturopplevelse ved å gå i skogen sammen med han/henne. Formålet er å kunne studere spontane og reflekterte naturopplevelser i det fysiske miljøet (Skår 2010). Natur oppleves med mange ulike sanser samtidig; det visuelle, lyder, lukter og kroppslig fornemmelse. Denne opplevelsen kan bare delvis sies å kunne formidles med ord. Fordelen ved å være ute i naturen med informanten er blant annet at man i tillegg til det verbale kan observere det nonverbale uttrykket som opplevelse gir. Naturen oppfattes forskjellig av intervjuer og intervjuobjekt og dette danner et naturlig utgangspunkt for samtalen, og gir direkte tilgang til assosiasjoner (Skår 2010). Metoden er tidligere brukt av Margrete Skår (2010) i hennes doktorgradsavhandling *Natur i hverdagsliv*. Ifølge Skår vil naturomgivelsene i seg selv kunne virke «forløsende og aktiviserende for språklig kommunikasjon og forestillingsevne». Blant annet kan det oppleves frigjørende og mindre formelt å gå på tur sammen under intervjuet. Opplevelsen underveis på turen gjør at man får naturlige pauser i samtalen og terrenget danner naturlige rammer og innfallsporier til spørsmålene. Skår (2010) som også har gjennomført intervjuer om friluftsliv

innendørs hevder intervjuer utendørs ga informanten en større ro og rom for refleksjon og ettertanke.

Nyere forskning på mennesket og natur utført blant annet av Kaplan og Kaplan (1995) viser at å være i naturen bidrar til rekreasjon blant annet ved økt konsentrasjon, redusert stress og flere positive følelser. De positive effektene av å være ute vil kunne virke positivt inn på intervjuet.

#### **4.6 Hensikten med våre intervjuer**

Vår motivasjon for valg av metode lå i ønsket om å få tak i en dybde og å fange den helheten som naturopplevelser er. Dette lar seg ikke like lett belyse gjennom andre metoder. Vi ønsker å forstå hvordan brukerne oppfatter det å være i skogen, og hva som er viktig for dem når de oppholder seg der. Fordelene med det semistrukturerte intervjuet er at man kan videre utforske og gå dypere i det enkelte utsagn, noe vi oppfatter som viktig. Hensikten med våre intervjuer er ikke å generalisere eller å lage en kvantitativ analyse i etterkant, men å få en forståelse av hva som er viktig for de brukerne vi har intervjuet når det gjelder natur, og hvordan informantene vektlegger de forskjellige aspektene i skogen. Undersøkelsene er derfor usystematiske, men vi ønsker at de kan være med på å belyse problemer rundt den nåværende verneprosessen i Oslomarka.

#### **4.7 Feltarbeidet**

Intervjuene ble gjennomført ved å gå turer på cirka åtte kilometer sammen med informanten i områder med skog av forskjellig kvalitet og ulike landskapselementer. Lengden på intervjuet varierte fra to og en halv time til fire timer. Feltarbeidet ble gjennomført i perioden fra 14. mai 2012 til 18. juni 2012. Alle intervjuene ble tatt opp med diktafon. Vi hadde en utarbeidet intervjuguide med oss under feltarbeidet. Intervjuguiden er delt inn i temaer, og fungerte som en sjekkliste. Intervjuguiden er utarbeidet av oss, men vi har hentet inspirasjon fra andre studier om samme tema (Aaraas 2010; Gundersen 2009). Intervjuene ble ført mer som en vanlig samtale enn et kronologisk intervju. Vi har i størst mulig grad latt informantene ta opp temaer for så å knytte våre spørsmål opp til dette temaet. Det har derfor blitt forskjellig rekkefølge på spørsmålene og temaer som ble vektlagt med hver enkelt informant. Vi var begge til stedet på alle intervjuene. Vi tror dette var med på en bedre oppfatning av informantenes non verbale formidling. Det har også gjort det lettere å diskutere dataene våre i etterkant fordi all kunnskapen er primær for begge.

## 4.8 Valg av studieområder

Arealet som omfattes av markaloven er stort og det er derfor valgt et avgrenset område hvor studie skal gjennomføres. Bakgrunnen for valg av studieområdet var områdets innhold. Vi ønsket at område skulle inneholde de elementene en § 11skog skal ha. Vi ville samtidig at det skulle inneholde andre elementer som kan ses som motpoler til kriteriene stilt i § 11. Det vil si ungskog, hogstfelt, tilrettelegging i form av veier og benker og lignende. Området skulle være mye brukt av Oslos befolkning og ikke altfor utilgjengelig. På den måten ville vi inkludere så mange brukergrupper som mulig. Flere områder i Oslomarka ble vurdert, men etter både å ha vært i flere områder, og undersøkt tilgjengelighet og innhold i flere, falt valget ned på den sørlige delen av Lillomarka. Den nordlige delen av det som er studieområdet er foreslått vernet etter § 11 og dette er per dags dato en pågående prosess.

## 4.9 Utvalg

Man vet fra tidligere studier at det er flere parametere som er med på å bestemme en persons bruk og preferanser i skog; både alder, kjønn, yrke, utdanning, etnisk bakgrunn og så videre. Vi ønsket oss i utgangspunktet et spenn i utvalget, men siden utvalget vårt er begrenset vil det være uhensiktsmessig å ha et spenn i alle disse parameterne. Vi har derfor valgt å ta utgangspunkt i to parametere, kjønn og alder. Livssituasjon kan påvirke bruk og preferanser og vi prøver å ta høyde for dette ved å skape et spenn i to parametere: kjønn og alder.

Vi tar høyde for at naturopplevelsen er personlig, situasjonsbestemt og stedsbestemt. Vi ønsker derfor at utvalget skal representere brukerne av studieområdet. Respondentene ble rekruttert på forskjellig vis. Informasjonsskriv om studie ble hengt opp på innfallsportaler til Oslomarka, spesielt til Lillomarka og langs Maridalen. Dette fikk god respons og flertallet av informantene oppsøkte derfor undersøkelsen selv. Vi har drevet aktiv rekruttering av enkelte for å fylle inn slik at parameterne alder og kjønn skulle være tilnærmet likt fordelt. Vi har også aktivt rekruttert for å få et spenn i synspunkter og bruk også. Dette har vært personer som vi har fått tips om av andre informanter, interesseorganisasjoner og eget nettverk. Vi har forsøkt å inkludere både de som bruker skogen mye og lite samt til ulike formål. Totalt inkluderer studien 16 informanter. Informantene var fra 26 til 73 år, syv kvinner og ni menn.

Alle informantene våre bodde i Oslo kommune, men avstanden de hadde fra døra hjemme til Lillomarka varierte. Ti av informantene bodde nærmere Lillomarka enn to kilometer og hadde Lillomarka som nærmeste friluftsområde. Turruten starter ved en av de sørvestlige innfallsportene til Lillomarka: Solemskogen. Alle hadde imidlertid ikke Solemskogen som

naturlig innfallsport til skogen. Syv av informantene bodde på Lillomarkas østsiden og gikk inn i skogen derifra. Tre av informantene bodde på vestsiden og hadde Solemskogen som naturlig innfallsport. De resterende informantene bodde i Oslo sentrum eller mellom sentrum og Lillomarka. Tre av disse brukte Lillomarka aktivt, to hadde gjort det tidligere, men ikke vært der på flere år, og en hadde aldri vært i studieområdet tidligere. Av de som bodde i nærheten av Lillomarka brukte de fleste av informantene skogen regelmessig og alle hadde vært i studieområdet tidligere. Halvparten av informantene hadde vokst opp i Oslo og fem av informantene hadde vokst opp med Lillomarka som nærmeste skogområde.

#### **4.10 Analyse: transkribering, meningsfortetting og sortering av viktige funn**

Etter gjennomføring av intervjuene ble disse transkribert. Dette utgjør et materiale på rundt 200 sider. Siden vi har vært to som har delt på transkriberingen ble vi på forhånd enig om en felles skiveprosedyre. Det er ikke alt som er transkribert. Ved gjennomføring av intervjuene har vi fått mye informasjon som ikke har vært relevant for å belyse problemstillingene våre og som derfor er utelatt fra oppgaven. Dette gjelder ofte personlige beretninger og ytringer slik som hvem som eier skogen, hvordan skog forvaltes, samt politiske ytringer om forvaltning og planlegging av skogen. Dette er interessant, men ikke relevant i forhold til temaet for oppgaven. Der det var tvil ble teksten skrevet ned, og det ble gjort en vurdering av dette etter at den videre sorteringen ble gjennomført. Det som er skrevet ned er gjengitt ord for ord.

Analysen er gjennomført som en fenomenologisk basert meningsfortetting. Dette er en prosess hvor lange setninger og passasjer blir komprimert til færre ord for å trekke ut den umiddelbare meningen (Kvale & Brinkmann 2009). Denne analyseformen inneholder fem trinn hvor formålet er å systematisere data som blir gitt i form av vanlig språk og identifisere meningsbærende enheter. Intervjuene ble i første omgang gjengitt kronologisk etter tidspunktet de var blitt sagt i. Dette ble gjennomlest for å få et helhetsinntrykk (trinn 1). De ble deretter sortert i underkategorier/meningsenheter ut ifra slik vi så det naturlig (trinn 2). Noen utsagn kunne passe flere steder i denne sorteringen. I de tilfellene ble de i første omgang plassert i begge kategoriene. Temaet i utsagnet ble deretter identifisert (trinn 3). Deretter er meningsenhetene sett i lys av vår problemstilling (trinn 4). Til slutt ble de viktigste delene av hvert intervju trukket ut og satt sammen til en tekst (trinn 5). (Kvale og Brinkman 2009, Skår 2010)

I presentasjonen av resultatene vil det bli henvist til dataene med forskjellige begreper om antall informanter. Hvor mange informanter hvert enkelt begrep innebærer var bestemt på

forhånd slik at bildet blir mest mulig tydelig på hvilke synspunkt som forekom oftest og hvilke som ikke ble like sterkt vektlagt.

*Tabell 4.1: Begreper brukt i Presentasjon og drøfting av resultater (Kapittel 6.)*

| Begrep                | Antall |
|-----------------------|--------|
| Enkelte/ Et par       | 1-3    |
| Noen                  | 4-6    |
| Flere/Mange           | 7-10   |
| De fleste/Svært mange | 11-15  |
| Alle                  | 16     |

#### 4.11 Informantenes samtykke

Informantenes samtykke betyr at informanten, før intervjuet ble gjennomført, var innforstått med undersøkelsens formål og innhold (Kvale & Brinkmann 2009). Informantene ble også informert om at de ikke trengte å svare og at de kunne trekke seg underveis hvis de ønsket det. De ble videre forklart hvem som fikk tilgang til materialet og at dette ville bli slettet når oppgaven var sensurert. Denne informasjonen ble gitt til informanten sammen med informasjon om undersøkelsen i samtykkeerklæringen som ble underskrevet av samtlige. Prosjektet ble også meldt til Personvernforbundet for forskning, og godkjent.

#### 4.12 Feilkilder

Ved gjennomførelse av semistrukturerte intervjuer er det viktig å ta høyde for eventuelle feilkilder.

For det første kan kunnskap sjelden sies å være nøytral. Den blir produsert i spesifikke sammenhenger og fagmiljøer med forankringspunkt i visse teorier. Akkurat som informanten, besitter alle som forsker erfaringer, kunnskap, holdninger og forestillinger. I tråd med et hermeneutisk vitenskapssyn kalles dette gjerne «pre-forståelse» (Gadamer et al. 2007). Det er derfor viktig å være bevisst sin rolle og de forestillinger og verdier som man selv har om temaet (Skår 2010). Intervjueren vil dermed også kunne påvirke intervjusituasjonen. Selv om dette er noe av poenget for metodevalget, må man ta høyde for at dette kan skape en skjevhet også i resultatene. Måten spørsmålene blir stilt på er av vesentlig betydning for blant annet å unngå ledende spørsmål. Videre vil den evnen vi har til å danne en trygg ramme kunne spille inn (Skår 2010). Våre intervjuer er relativt lange og vi prøvde å ta høyde for denne feilkilden

ved å starte med konkrete og nøytrale spørsmål før vi stilte mer personlige spørsmål. Vi oppdaget også at noen informanter hadde lettere for å dele informasjon enn andre og at det da ikke var så viktig med denne rekkefølgen. Andre hadde et større behov for å komme inn i samtalen før det løsnet og her var småsnakk svært viktig. En annen faktor vi oppdaget var at det for vår egen del også var viktig å bli trygge og at den innledende samtalen var viktig. Ved å kunne tilpasse hvert intervju til hver enkelt person var det lettere å få informasjon. På denne måten bar intervjuene preg av dialog, det som kalles forskersamtale (Skår 2010). Vi prøvde å ikke la våre personlige meninger komme til syne i stor grad. Dette gjaldt særlig i starten av intervjuene og ved hvert nytt tema. Enkelte av informantene spurte oss direkte om hva vi selv syntes og vi svarte da ærlig. Dette kan være en feilkilde.

Friluftsliv har lang tradisjon i Norge og er for mange sterkt knyttet til egen identitet. Dette gjør spørsmål om natur og friluftsliv til et normativt og følelsesladet felt, og fører til at enkelte kan svare det de tenker de *bør* svare. Lindhagen (1996) antar at når det gjelder bruk av natur så kan *overdrivelsesfaktoren* ligge på mellom 1,5 og 10 både fordi mange idealiserer, men også fordi man ikke husker helt. For å ta høyde for denne feilkilden og for å undersøke at det informanten hevdet stemte med virkeligheten, fant vi det nyttig å følge opp med konkrete spørsmål samt snakke om eventuelle hindre og barrierer for å utøve friluftsliv, som bekreftet av Skår (2010) i sitt doktorgradsarbeid.

En annen viktig feilkilde er at de som er mer interessert i temaet trolig også er mer interessert i å delta i slike undersøkelser (Frivold & Gundersen 2009). Det er heller ikke alle som ønsker å svare på slike undersøkelser. Det har vist seg at prosentandelen av de som svarer på slike undersøkelser er høyest for godt voksne, etniske nordmenn med høy inntekt og utdanning (Skår 2010). Vi opplevde også at det var mange godt voksne etniske nordmenn med interesse for temaet som ønsket å delta. Vi prøvde å ta høyde for denne feilkilden ved aktivt å rekruttere enkelte informanter som *ikke* brukte skogen i like stor grad og informanter som ikke brukte Lillomarka som friluftsområde. Vi hadde god tilgang på informanter og prøvde å velge informanter slik at utvalget ble så spredt som mulig.

Været og årstiden kan være en feilkilde hvis det er store variasjoner i disse. I starten av mai da de første intervjuene ble gjennomført var våren akkurat kommet og løvtrærne holdt på å springe. Området ble grønnere og grønnere jo lenger tid det gikk, og de siste intervjuene gjennomført i midten av juni var i grønn natur. Det vil si at det var noe variasjon i naturen fra første til siste intervju. De fleste intervjuene ble gjennomført i fint vær, men vi hadde enkelte

regnbyger noen dager. Både årstidsskifte og været kan påvirke informantenes opplevelse. Vi fant eksempelvis at det ved hogstfeltet ble påpekt av flere at de syntes det var fint der nå fordi det var grønt, men at de i samme setning kommenterte at det ikke er slik de pleier å oppfatte et hogstfelt. Rekkefølgen på naturtypene vi presenterte for informantene kan også ha noe å si. Eksempelvis at vi velger å gå på grusvei helt til slutt på ruta har gjort at svært mange påpeker at det er vondt å gå på, sammenlignet med stiene og underlaget vi har gått på tidligere på turen.

At intervjuene ble tatt opp på båndopptaker har begrensinger fordi den non verbale kommunikasjonen blir utelatt. Ved hjelp av egne erindringer, observasjoner og fortolkninger må denne rekonstrueres i ettertid (Johannessen 2010). Siden vi har basert en del av analysen vår på den non verbale kommunikasjonen og kroppsspråket har det vært viktig for oss å skrive ned våre egne oppfatninger og inntrykk rett etter hvert intervju for å kunne inkludere dette i analysen. Siden en del av analysen baserer seg på egne observasjoner og fortolkninger er det mulig at vi har feiltolket menneskelige følelser og naturverdier og dette kan være en feilkilde. Selv om vi anerkjenner at dette kan være en feilkilde og at våre egne forutsetninger kan ha påvirket resultatene anser vi dette for å være en av styrkene ved metoden.



## 5. Studieområdet

Studieområdet ligger i Lillomarka, nord for Groruddalen, mellom Oslo og Nittedal kommune (figur 1). Lillomarka anses som et eget skogområde og som en del av Oslomarka. Den omslutes av bebyggelse på nesten alle kanter og er derfor nærmeste skogområde for en stor del av Oslos befolkning. Området er svært mye brukt til friluftsliv. Det er flere store skogsbil- og traktorveier gjennom området. Videre er det flere lysløyper og et variert stinett av både mye brukte og mindre brukte stier. Lillomarka har også flere serveringsstuer. Lillomarka har en variert topografi og vegetasjon. Den dominerende skogstypen er blåbærgranskog, men det er også partier som består av løvskog. (Løseth et al. 2012).

Sweco har gjennomført registreringer av landskapet i Lillomarka for å kartlegge verdien av naturopplevelse med bakgrunn i § 11 i markaloven. Sweco slår i rapporten fast at «kombinasjonen av et topografisk variert terreng og mange vegetasjonstyper, svært god tilgjengelighet og stor brukerfrekvens og mange spennende opplevelselementer, gjør at dette området framstår som et særdeles rikt friluftsområde totalt sett» (Løseth et al. 2012).

Naturvernforbundet i Oslo og Akershus har også gjort registreringer i Lillomarka basert på sine kriterier til «eventyrskog». Det påpekes i denne registreringen på at «området har flersjiktet, variert, naturlig gammelskog som ikke er utsatt for industriskogbruket, men har beholdt preget av naturlighet og variasjon. Både terrenget og skogtilstanden skaper mange små og store rom som gir spennende skogopplevelser» (Andersen & Frigard 2009).

Studieområdet er den sørvestlige delen av Lillomarka, med Solemskogen parkeringsplass som utgangspunkt. Solemskogen er et område bestående av noe bebyggelse, blant annet en naturbarnehage og et velforeningshus. Man kan nå Solemskogen både med buss og bil. Studieområdet eies av Oslo kommune og skogen drives derfor etter prinsippet om flerbruk



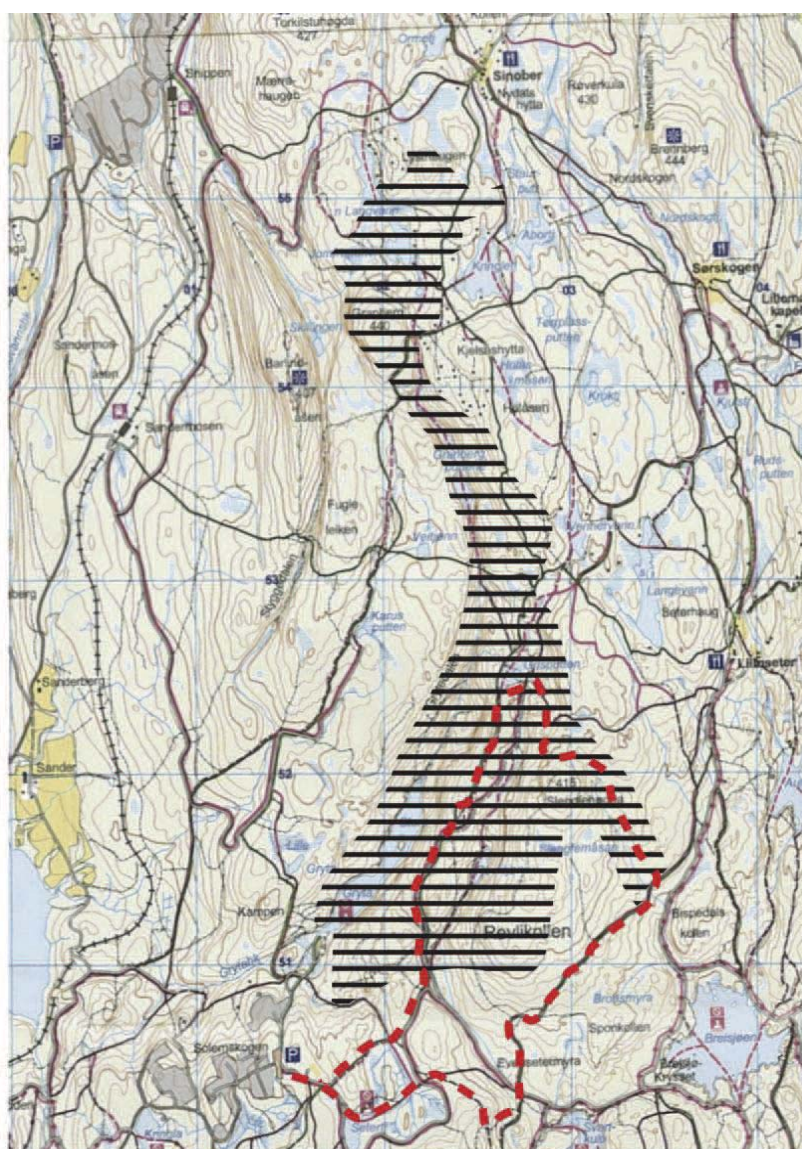
 - Studieområdet

*Figur 1: Oslomarka med utsnitt av studieområdet*

*Kilde: Bugge og Reusch (2010)  
redigert i Illustratør*

(Oslo kommune Friluftsetaten 2007). Det har vært lite inngrep og hogst i området de siste årene (Løseth et al. 2012).

Det er den nordlige og vestlige delen av studieområdet som er foreslått vernet etter § 11 (figur 2). Turruten vi tok med informantene på er rundt åtte kilometer og inneholder områder hvor det er mulig å oppleve skog som er urørt og naturlig, variert i topografi, treslag, åpenhet og tetthet. Turen har elementer av både vann, bekk og myr, samt områder hvor det er nylig hogd, plantefelt av forskjellig alder og andre menneskelige inngrep som bebyggelse (figur 3).



Område  
foreslått  
vernet etter §  
11 i  
markaloven

Vår turrute

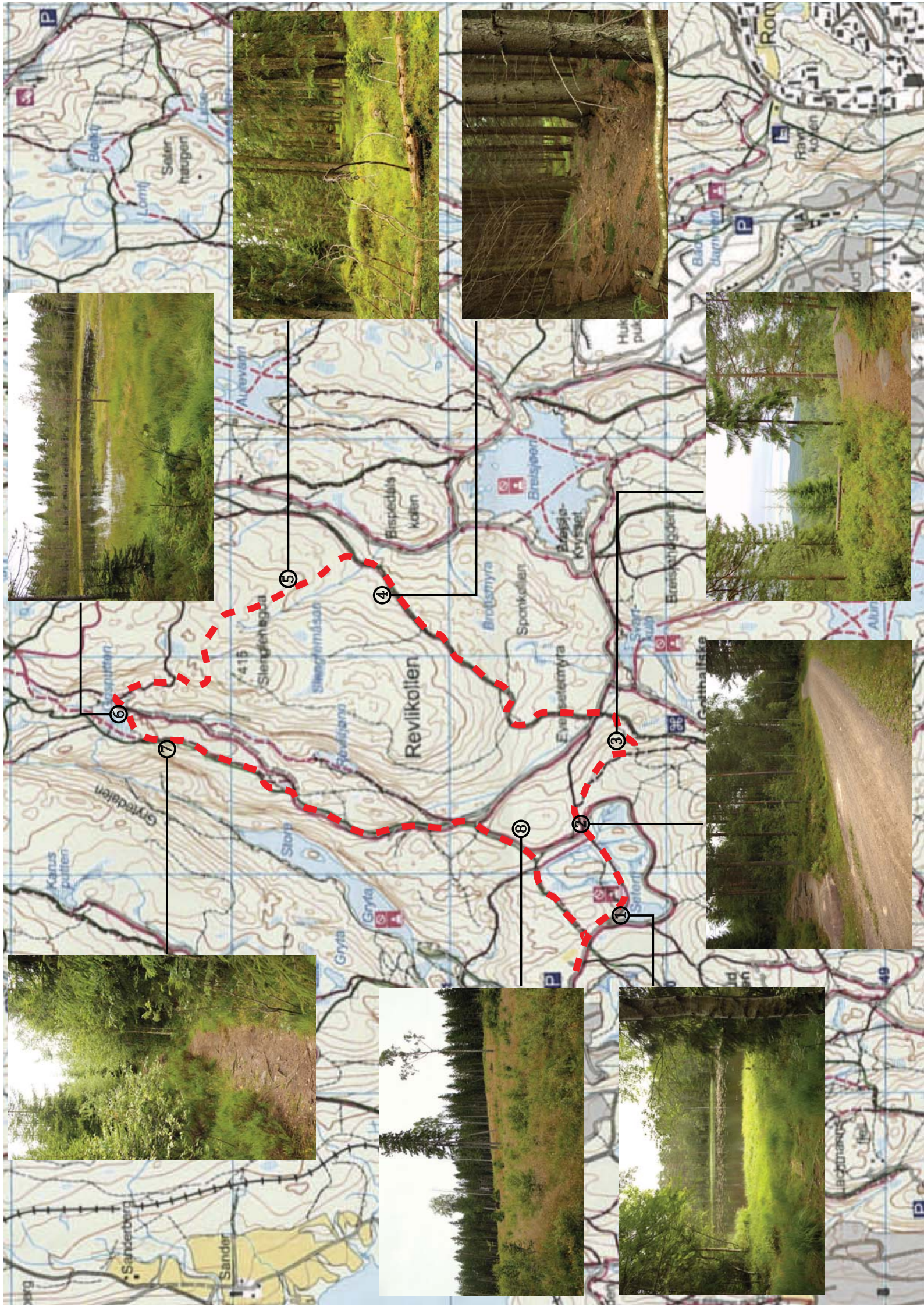
Motstående side: Figur  
3: Kart over turrute

Kilde: Statens Kartverk  
(2001).

Redigert i Illustrator

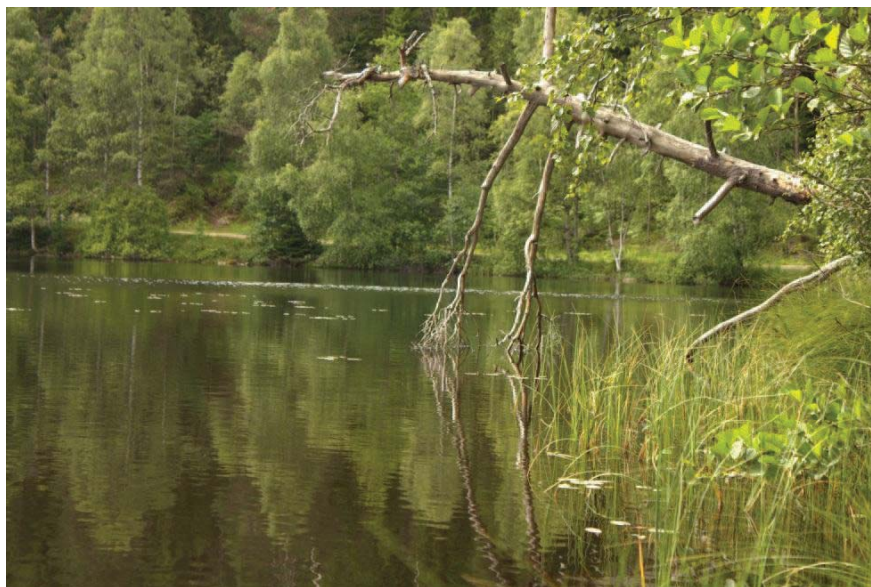
Figur 2 : Studieområdet med verneforslag fra Sweco

Kilde: Statens Kartverk (2001). Redigert i Illustrator





I det understående vil vi beskrive turen gått sammen med informantene (figur 3). Den starter på Solemskogen og går derfra på skogsbilvei østover mot Setertjern (figur 3 (1) og figur 4). Setertjern er et lite tjern som ligger rundt 500 meter sørøst for Solemskogen. Vannets vestre bredd ligger inntil en skogsbilvei bare adskilt med noen få trær og vannet er synlig fra veien. Vår rute går på en merket sti på tjernets nordlige side. Her kan man gå helt ned til vannet.



*Figur 4: Setertjern*

*Foto: Eivind Danielsen*

Fra Setertjern følger turen en sti som fører nordøst. Denne krysser skogsbilveien som ligger rundt Setertjern (figur 3 (2)). Derfra følges en merket sti i skogen som går sørover. Etter å ha fulgt denne stien i cirka 100 meter kommer et hogstfelt hvor enkelte furuer står igjen (figur 5). Hogstfeltet er rundt ti år gammelt. På den andre siden av stien er det granskog. Hogstfeltet ligger nedenfor en liten høyde.



*Figur 5: Ungskog før utsiktspunktet*

*Foto: Eivind Danielsen*

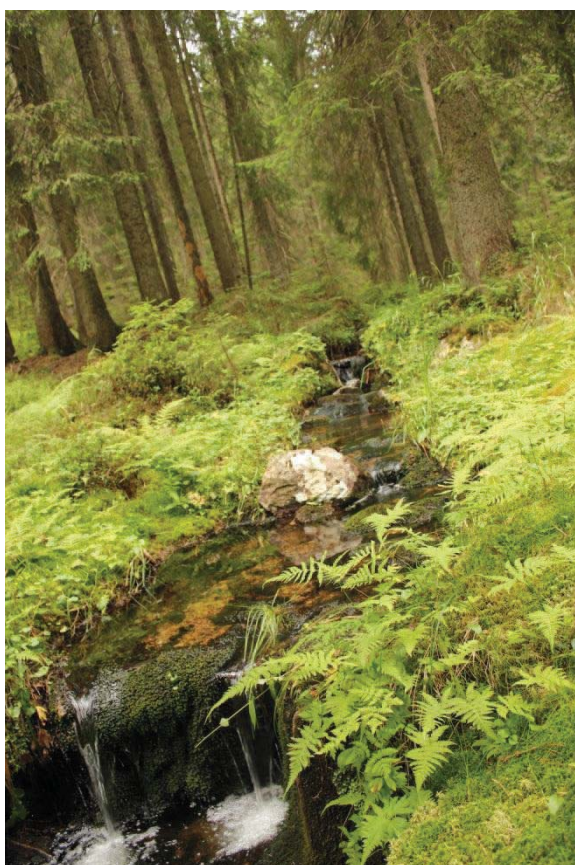
Ved å fortsette på stien kommer man til et utsiktspunkt (figur 3 (3) og figur 6) hvor man ser nordøstover. Det er god utsikt til Røverkollen og Revlikollen. Langs sørøst siden av Revlikollen ser man tydelig et belte bestående av løvtrær. Ved utsiktspunktet er det laget to benker av trær som har



*Figur 6: Utsiktspunktet*

*Foto: Eivind Danielsen*

falt/er felt i området. Fra utsiktspunktet kan man tydelig se boligfeltene i Groruddalen og et TV-tårn på Røverkollen.



*Figur 7: Slengfedalen*

*Foto: Eivind Danielsen*

Fra utkikkspunktet tar turen en liten sving for deretter å gå nord over Evensetermyra og opp Bispeveien som er en traktorvei. Turen fortsetter litt over en kilometer på Bispeveien som har mye forskjellig vegetasjon; fra eldre granskog og små furukoller til felt med gammel granbestand (figur 3 (4)). Før Bispeveien treffer lysløypa tar vi en avstikker nordvest opp dalen (figur 3 (5) og figur 7, 8 og 9) mot Slengfemåsan. Vi går nå inn i området foreslått vernet etter § 11 i markaloven. Dalen er en ganske dyp bekkedal og vi går langs bekken slik at Slengfehøgda er på vestre side når man går oppover. Her er det ingen sti, bare et lite tråkk. Dalen har ikke noe navn og vi har derfor videre valgt å referere til dette området som Slengfedalen. Vegetasjonene består av blåbærgranskog med innslag av lågurtgranskog og høgstaudegranskog nederst i dalen.



*Figur 8: Rotvelt i Slengfedalen*

*Foto: Eivind Danielsen*



*Figur 9: Slengfedalen*

*Foto: Eivind Danielsen*



*Figur:10 Død ved i Slengfedalen*

*Foto: Eivind Danielsen*

Denne dalen er del av det største sammenhengende gammelskogområdet i Oslo kommunes skoger i Lillomarka (Løseth et al. 2012). Oslo kommune omtaler området slik: «Det er gammelskogområdets størrelse, sammen med dets variasjon i topografi, treslag, skog i alle utviklingsfaser, varierte planteliv og verdifulle storfuglbiotoper, som gjør området så interessant» (Oslo kommune Friluftsetaten 2007). Naturvernforbundet i Oslo og Akershus beskriver området «som et spesielt verdifullt kjerneområde i eventyrskogregistreringen (...) med sterkt naturpreg» (Andersen & Frigard 2009). Dette er dermed det området på ruta som inneholder flest elementer av «eventyrskog». Det er imidlertid viktig å presisere at Slengfedalen ikke inneholder alle kriteriene beskrevet i Ot. prp. nr. 23. Slengfehøgda er på ingen

måte en urskog, den har flere spor etter hogst som har vært der til langt ut på 1900-tallet. Men skogen har antagelig stått urørt siden 1940-tallet og den har aldri vært snauhogd (Gundersen 2012) Ved toppen av Slengfedalen er det et parti med svært mye stående og liggende død ved (figur 10).



*Figur 11: Griseputten*

*Foto: Eivind Danielsen*

På toppen av dalen treffer man på en merket tverrsti som går mellom Lilloseter og Griseputten. Turen følger denne vestover og kommer etter rundt 400 meter til Griseputten (figur 3 (6) og figur 11).

Griseputten er et lite tjern som er omkranset

av en furumyr og ligger langsmed den rødmerkede skiløypa til Sinober, som er en serveringsstue.

Derfra går ruta sørover på en merket sti gjennom en ungskog (figur 3 (7)) som er rundt 20 år gammel, og ut på en traktorvei. Vegetasjonen rundt veien består for det meste av gran, og det ligger en del kvist fra denne i grøfta.

Vi følger denne veien i underkant av en kilometer før vi treffer på grusveien vi gikk på fra Solemskogen. Vi beveger oss nå ut igjen av området som er foreslått vernet etter § 11 i



*Figur 12: Hogstfelt*

*Foto: Eivind Danielsen*

markaloven. Vi går så rundt 300 meter på denne veien. Skogen rundt bærer preg av å være drevet da det er svært lik alder på trærne. Rett før ruta går av skogsbilveien kommer den til et område som har vært flatehogd (figur 3 (8) og figur 12) for bare noen få år siden. Det står et par store bjørker og furuer igjen.

På motsatt side av veien er det en gammel granbestand (figur 13), en benk og en søppelkasse. Derfra går veien vestover mot Solemskogen. Vi går på en merket sti som treffer grusveien (figur 14) igjen etter cirka 500 meter og følger denne tilbake til Solemskogen.

Turruten samlet har alle kvalitetene omtalt i Ot. prp. nr. 23 (2008-2009), men enkelte ligger imidlertid utenfor det området som er foreslått vernet etter § 11, og til en viss grad isolert fra enkelte andre kvaliteter.



*Figur 13: Gammel granbestand*

*Foto: Eivind Danielsen*



*Figur 14: Grusvei*

*Foto: Eivind Danielsen*



## **6. Presentasjon og drøfting av resultater**

Funnene vi har kommet frem til gjennom arbeidet med oppgaven presenteres i dette kapittelet. Gjennom analysen ble enkelte overordnede temaer informantene vektla synliggjort og det er disse som vil bli presentert. Vi har på den måten latt empirien danne kategorier med bakgrunn i informantenes svar. De tematiske fremstillingene blir illustrert med sitater fra informantene og drøftet på bakgrunn av teorikapittelet og i tråd med problemstillingen for oppgaven. Vi har valgt å presentere funn sammen med en drøfting av disse, i stedet for å separere framstilling av empiri fra drøfting. Vi mener dette gir en bedre flyt i oppgaven samtidig som det bør gjøre empirien mer interessant å lese når den problematiseres og sammenstilles med annen forskning.

### **6.1 Om informantenes bruk av marka**

Informantenes bruk av Lillomarka varierte fra informant til informant. Det var imidlertid mulig å finne enkelte fellestrekk. Svært mange av informantene uttrykte at det å bo i nærheten av skog er viktig. Noen fortalte at de har valgt bosted på grunn av nærhet til skogen. Enkelte påpekte også at de følte seg privilegerte som kunne bo i nærheten av skogen og samtidig nærme sentrum. Alle informantene understrekte at det var nærnaturen sin de brukte mest i hverdagen. De fleste brukte skogen opp til flere ganger i uka og da som regel i mer enn en time. Noen påpekte at når de hadde bedre tid gikk de lengre turer innover i Lillomarka eller brukte andre naturområder.

De fleste av informantene fortalte at årstidsbruken deres varierer noe, men ikke så mye. Som regel var dette variasjoner i type bruk fra sommer til vinter. Flere gikk eksempelvis på ski enn fotturer om vinteren. Dette utgjorde også en forskjell i form av at flere brukte grusveiene om vinteren som da utgjør preparerte skiløyper og færre gikk på sti. Det var imidlertid enkelte som også påpekte at de foretrakk å gå på mindre stier som var preparerte eller oppgått av andre. Noen påpekte også at de av praktiske årsaker som sykdom eller begrensende skiferdigheter brukte skogen mindre om vinteren.

Når det gjelder formålet med bruken, påpekte de fleste at de for det meste bruker skogen til fot- og skiturer. Svært mange svarte at de bruker skogen til mosjon, til å finne stillhet og ro og for å oppleve naturen. De fleste av informantene fortalte at plante- og dyrelivet var en viktig del av å være ute i naturen. Flere viste dette ved aktivt å peke på forskjellige arter eller fortelle om naturfenomener de syntes var interessante. Flere fortalte også at de liker å sykle, fiske, padle kajak og kano, samt plukke bær og sopp.

Vi har ikke gjennomført noen statistiske undersøkelser, men vi fant imidlertid at våre funn, når det gjelder bruk og formål, stemmer godt overens med den bruken Synovate presenterer i sin undersøkelse om bruk av skogen blant Oslos befolkning gjennomført i 2011 (Oslo kommune bymiljøetaten 2011).

## **6.2 Ulike landskapskvaliteter i naturopplevelsen for informantene**

Det var en rekke ulike landskapskvaliteter som informantene beskrev sin oppfattelse av og preferanse for. Vi vil i dette kapittelet presentere disse kvalitetene.

### **6.2.1 Urørt og naturlig**

På oppfordring om å fortelle om egne favorittområder var det flere som vektla opprinnelighet som en positiv kvalitet. Dette gjaldt også da vi gikk gjennom Slengfedalen. Denne virket også som en forløser for informantene til å snakke om andre lignende områder de satt svært stor pris på. Betydningen av at skogen er overlatt til seg selv ble i disse områdene fremhevet. En informant uttrykte det slik:

*Det er noe med å komme til steder hvor menneskene ikke har gjort så veldig mye med dem. Jeg vet ikke om det er et behov man har, men det er godt å få sånne opplevelser.*  
(Kvinne 56 år)

Ved beskrivelse av områder med opprinnelig preg var det flere beskrivelser som gikk igjen. Flere la vekt på at opprinnelighet gjorde områdene varierte, spennende, trolske og mystiske. En fortalte at hun går der det ser spennende ut, veldig kupert eller der det er mørke fine skoger med trolsk preg. Den samme informanten fortalte at det er når et område blir overlatt til seg selv at skogen bevarer den mystikken som hun syntes er flott. Mange påpekte at dette var områder hvor det var mye interessant å se på, og at trærne ofte er mer interessante her. Enkelte la vekt på at det var fint å ha med seg barn i områder med opprinnelig preg fordi det er mer for dem å oppdage og utforske der. En uttrykte det slik:

*Men sånn gammelskog syns jeg er fint å gå i ja, absolutt. Spesielt hvis man har med seg unger og det er litt å se på; skjegg på trær og hvorfor maurtuene ligger sånn og sånn. Det er lettere å få øye på dyr da hvis man går litt utenfor oppmerka løyper.*  
(Mann 41 år)

For enkelte var også muligheten til å kunne se dyr en viktig del av det å være i opprinnelige områder. Det ble påpekt en økt sannsynlighet for å se dyr i slike områder og spesielt utenfor

stier. For et par var det i tillegg en stor verdi ved mer urørte områder at man kunne finne sjeldne arter.

I Slengfedalen var det noen som anså det som positivt at det var variert topografi, halvåpent og mye fint lys. Videre ble det av enkelte lagt vekt på den grønne skogbunnen; nyansene i fargene og at den var behagelig å gå på. Flere beskrev skogen i dalen som gammelskog, enkelte brukte urskogaktig, andre igjen omtalte den som skog som har blitt overlatt til seg selv. På spørsmål om det er noe de fant negativt var det enkelte som uttrykte at skogen kunne vært enda eldre eller at trærne kunne vært enda mer krokete. En sier hun syntes trærne er litt rette og kjedelige, og refererte til et favorittområde hun har der trærne er mer krokete og spesielle. Andre igjen nevnte at de kunne tenkte seg at det var enda mer åpent.

Mange uttrykte at de anså det som viktig at det ikke ble gjort menneskelige inngrep i områder med opprinnelig preg. En beskrev det slik:

*Så er jo denne [en] sånn skog som bare må få lov til å være i fred. Her må man ikke ruske opp eller legge opp med stier på kryss og tvers. (Mann 57 år)*

### **6.2.2 Elementer med særpreg**

Generelt var de fleste informantene opptatt av elementer de kommenterte som spesielle eller særpregede. Disse kommentarene var ofte knyttet til gamle trær, krokete trær, trær med utvekster og trær med uvanlige form eller fasong. Mange nevnte også spesielle steiner, rasmark, jettegryter, og kløfter. En informant uttrykte seg slik:

*Jeg er glad i trær som er deformert på en måte. De er veldig uttrykksfulle syntes jeg. Det er mye greiner som vokser på rare måter og utvekster og sånn. Jeg får sånn veldig følelsen av at de lever egentlig. De uttrykker en eller annen følelse. (Kvinne 36 år)*

Det ser ut som om opprinnelighet og særpreg i mange tilfeller sammenfalt. Da vi gikk gjennom Slengfedalen var det flere som pekte på elementer de syntes var rare eller fasinerende enn i resten av studieområdet.

### **6.2.3 Død ved**

Et annet element svært mange viste fascinasjon for var stående eller liggende død ved. Mange uttrykte at den døde veden gjør et område mer mystisk, spennende og trolsk. Andre karakteristikk som ble brukt var at det var vakkert, naturlig, fint og fasinerende. En pekte også på at de var en kilde til inspirasjon og fantasi. En sa at hun ikke syntes det er direkte

pent, men at de fremkaller en form for fasinasjon som er vanskelig å forklare. En annen informant var fasinert av rotvelt og uttrykte seg slik:

*(...) jeg er veldig glad i sånne rotvelt. Jeg får liksom følelsen av at det er lokk som har blitt tatt av og at jordens indre åpner seg. (Kvinne 36 år)*

Enkelte påpekte bruksverdien død ved kan ha og en fortalte han hadde brukt den liggende døde veden til dumphuske for datteren til en venn. En informant fortalte at han liker død ved fordi han kan bruke den til å sitte på. En fortalte at han syntes det er spennende å se på de forskjellige forråtnelsesstadiene. En annen igjen sa at tanken på at trærne får lov til å forfalle og bli mat for andre er vakkert.

Mange av informantene var klar over den viktige funksjonen død ved har i økosystemet, og for de fleste av disse ga det en ekstra verdi å vite at mange arter er knyttet til liggende og stående død ved. Ingen påpekte noe negativt med stående død ved. En beskrev imidlertid liggende død ved som styggere enn et hogstfelt som han tidligere hadde karakterisert som svært stygt. Et par la vekt på at selv om de syntes det var fint eller spennende med noe død ved kunne for mye gjøre området rotete og påvirke fremkommeligheten. En beskrev det slik:

*Det var jo kanskje litt mye. Men det har jo sin sjarm det og på en måte. I naturreservatet i Østmarka, så kan det etter hvert blir litt mye, for du blir gående å skreve over sånne svære [trestokker]. Det blir en sånn hinderløype. Og det er klart at du etter hvert blir litt lei, når du har tråkket over femti sånne stokker. (Mann 44 år)*

Flere kommenterte imidlertid at sammenhengen var viktig for opplevelsen av død ved. De fleste la vekt på at i områder med opprinnelig preg er død ved en naturlig del av landskapet. En informant beskrev at det i slike områder nettopp skal være litt ufremkommelig, og sa det slik:

*Det er en ganske annen naturopplevelse altså, det å gå i den urskogen. Vi har jo gått i noe lignende, men den er jo mye mer vill og mye mer ufremkommelig, og du må gå over noe nesten for hvert skritt. Og det er helt greit, det er sånn det skal være. (Mann 57 år)*

Det var ingen som tok til ordet for at død ved skulle ryddes bort i Slengfedalen. Utenfor dette området, langs veien og på hogstfeltet påpekte derimot flere at vindfall og avkapp fra

skogbruket fremsto som rotete og måtte ryddes bort. Dette var både av estetiske grunner og av praktiske, som fremkommelighet på veien.

#### 6.2.4 Plantefelt og hogst

Det de fleste pekte på som negativt ved turen var skog som de syntes så konstruert eller unaturlig ut. En beskrev det slik når vi gikk forbi den gamle granbestanden sør for Slengfedalen:

*Sånn som her syns jeg ser litt rart ut, det er bare samme alder på trærne, når det ser for kunstig ut synes ikke jeg det er noe morsomt. (Mann 53 år)*

Alle påpekte at slik skog var kjedelig, mørk og trist, samt at den har liten bruksverdi fordi den er ufremkommelig da trærne står tett. Vi spurte enkelte av informantene om de kunne gått inn i slik skog. På dette ble det enten svart at de ikke ville gått inn der eller at de måtte hatt et konkret formål som at de skulle til en topp, sanke ved eller plukke bær.

Presentert for flatehogstfeltet på turrunden syntes de fleste at området ikke var direkte pent. Noen påpekte at det så unaturlig ut, andre var opptatt av at hogst førte til et redusert mangfold. En uttalte seg slik:

*Det er litt sånn spøkelsesaktig på en litt sånn merkelig måte. Det er liksom et område som har blitt rammet av ett eller annet. Det er litt sånn snodig, det er et eller annet som ikke stemmer tenker jeg, men jeg pleier ikke å tenke noe særlig mer over det. (Mann 26 år)*

Flere viste imidlertid en forståelse for at skogen måtte drives og enkelte påpekte at det er helt riktig. En informant uttrykte:

*Jeg stoler på (...) at det har sin grunn. Men kan det noen ganger være uestetisk å se på men nødvendig så tåler jeg det, hvis det har et langtidsperspektiv. (Kvinne 52 år)*

Flere fortalte, når vi sto ved hogstfeltet, at de syntes dette området var gjort på en grei måte fordi det var forholdsvis lite og lå nær bebyggelsen. Når vi besøkte hogstfeltet var det i mai og juni måned og det var relativt grønt der. Det var flere som påpekte dette og en uttalte:

*Nå er det jo litt mer grønt. Det ser mer ut som et sår ellers. Det er litt mer grønt på sommeren og sånt. (Mann 53 år)*

Det var imidlertid flere som fortalte om andre hogstfelt som de syntes så verre ut. De påpekte at det er viktig at det ryddes opp og at det brukes metoder som ikke skaper unødvendige inngrep. De fleste uttrykte også skuffelse over skogbrukets hogstmetoder som av enkelte ble beskrevet som rotete. En mann fortalte om et område han pleide å gå i som var hogd en gang han kom dit og beskrev det slik:

*Nei, det var virkelig skuffende. En ting er at jeg likte området, for det må man bare akseptere at slike ting kan skje, men det var måten det var gjort på som var helt vilt. Det er virkelig stor forskjell på hvordan en hogst kan foregå altså. Det har jeg sett mange eksempler på. De er jo så moderne disse maskinene, men man kan gjøre det nennsomt også, relativt sett. (Mann 44 år)*

En annen uttrykte det slik:

*De har jo moderert seg litt når det gjelder driftsformen, men altså, du finner ikke veldig mye gammel skog i Lillomarka. Jeg har ikke så veldig mye til overs for den driftsformen. (Mann 46 år)*

Noen la vekt på at de syntes det er verst rett etter at et område er hogd, men at de etter hvert venner seg til det og at enkelte etter hvert finner bruksformål som å plukke bær og raste i området. En beskrev det slik:

*Jeg har sett veldig mange som har vært på tur oppi her og sittet på stubbene og noen har hatt bål og. Så det området ble mye brukt det, når det ble ryddet. (Kvinne 49 år)*

Den samme informanten fortalte at det hadde vært plantefelt på område før og at det da ikke var noen som brukte det. Generelt sett var informantene mer negative til plantefelt enn hogstfelt. En beskrev det på denne måten:

*Jeg syntes nesten sånn planteskog er verre enn selve hogstfeltet. For hvis hogstfeltet får leve litt i fred i etterkant så vil det jo bli fint etter hvert. (Kvinne 36 år)*

Enkelte informanter påpekte at gjort på en grei måte kan plantefelt og hogst skape variasjon og åpenhet. Det var også enkelte som forklarte at de syntes det kan være greit fordi det kan knytte til seg visse arter. Når vi kom til ungsbogen sør for Griseputten var det en som beskrev området slik:

*Ja, her er det jo litt mer ung skog, det er ikke så spennende på et vis, men at det fins er jo greit nok. Men jeg får ikke sånn spenningsopplevelse, samtidig er det jo litt fint at du har litt sånn lyse flekker. Det er jo litt variasjon her da (...). Du har jo også noen andre fugler som liker sånne, blant annet Rødstrupe. (Mann 53 år)*

#### **6.2.5 Utsikt**

Alle informantene ga uttrykk for at de setter pris på utsikt når de er på tur. Enkelte la vekt på at det gir ro og virker nedstressende. En informant uttrykte det slik:

*Det er ganske deilig å komme til et sånt utsiktspunkt. Det er liksom litt mer pusterom på et vis. Kanskje litt det samme som å se utover et vann, eller å få noe litt mer åpent foran seg. At det er en egen ro i det. (Kvinne 36 år)*

Noen sa også at de syntes det er positivt å komme til utsiktspunktet fordi man kan se hvor variert Lillomarka er derfra både i treslag og topografi. De fleste av informantene sa også ut til å like at de kunne se ulike landemerker og orientere seg. Det var imidlertid noen av informantene som uttrykte at de ikke er avhengig av utsikt, selv om de syntes det var fint å komme frem til et utsiktspunkt. En påpekte at det ikke er derfor han er i skogen og at hvis han ønsker utsikt går han heller i fjellet. Han fortalte samtidig at han stopper opp når han kommer til sånne steder og at det er veldig flott.

#### **6.2.6 Vann, myr og bekk**

De fleste informanter ga uttrykk for at områder som innehar elementer med vann var svært positivt. Samlet for elementer med vann var at flere av informantene la vekt på at det ga åpenhet, lys, og variasjon i terrenget. Når vi gikk gjennom Slengfedalen ble bekken beskrevet som fin, noe som skapte variasjon og at lyden av bekken er behagelig.

Ved Setertjern ble vannet i seg selv omtalt positivt av samtlige informanter. Vannet ble beskrevet som vakkert, nydelig og idyllisk. Når informantene fortalte om sine favorittområder var det svært ofte at disse inneholdt vann og tjern. Noen la vekt på at de bruker områder med vann til å bade, fiske, slappe av og at det er fint å telte i nærheten av vann.

Området rundt vann var også avgjørende for informantene. Noen påpekte at Setertjern er vakkert i seg selv, men at de ikke ville satt seg der for å slappe av, badet eller satt opp telt fordi det er for nærme veien og parkeringsplassen. For noen sank verdien av området på grunn av dette. En uttrykte det slik:

*(...) dette er jo et klassisk fint sted, så hadde dette her vært litt lenger inn i Marka så hadde nok dette vært en av favorittene mine sånn sett. (Mann 44 år)*

Enkelte andre la imidlertid vekt på at det kan være fint at det er nærme veien for da kan barnefamilier, de med handikap og eldre lettere få tilgang til vannet.

Når det gjelder myr var dette også et element som ble ansett som positivt av de fleste. Griseputten ble karakterisert med ord som vakker og nydelig. I tillegg var det enkelte som påpekte at områder med myr fremsto som mystiske. Det var imidlertid enkelte som påpekte at myr var fint å se på, men at bruksverdien her var mindre fordi de ikke så lett kom inntil tjernet for å bade eller at de ikke likte å gå i selve myren fordi det ofte er vått der.

### **6.2.7 Åpenhet og rom**

Åpenhet og rom i skogen ble, som vi har sett over, nevnt som en karakteristikk ved naturlige åpninger i landskapet som ved vann og utsiktspunktet. Hogstfelt skaper også en form for åpenhet, men de fleste informantene stilte seg negative til denne formen for åpenhet i landskapet. Enkelte fortalte at de heller foretrekker eldre kulturpåvirket landskapsrom fra jordbruk og beite. En beskrev det slik:

*Jeg liker åpne landskap, men når det er hugget så ser man masse trerøtter. Det blir noe kunstig over det, det blir liksom ikke det samme. Hvis det er beitemark for eksempel, da blir det liksom noe helt annet. Det er ikke naturlig det heller egentlig, det er jo kulturlandskap det også. Men jeg liker det bedre. (Mann 37 år)*

### **6.2.8 Variasjon og mangfold**

Opplevelsen av at skogen er variert var viktig for de fleste av informantene. Dette er en kvalitet som fordrer en sammensetning av en rekke andre landskapselementer. Kvaliteten ble nevnt av samtlige informanter, men ulike elementer ble fremhevet av de ulike informantene. Variasjon ble ofte nevnt i sammenheng med variasjon i topografi, treslag, underlag, åpenhet og tetthet og områder med opprinnelig preg. En påpekte direkte at det har stor opplevelsesverdi å ha en variert skog og uttrykte det slik:

*Men jeg syntes det er større opplevelsesverdi å ha en variert skog da; at du har store flater, at du plutselig kommer til et sted hvor det åpenbarer seg en utsikt og at du i neste øyeblikk kan gå inn i en dunkel Hans og Grete skog hvor du virkelig får følelsen av å være skjermet fra resten av verden. Det spennet der, syntes jeg er veldig allright. (Mann 46 år)*

Det var flere informanter som ikke brukte ordet variasjon i seg selv, men som påpekte at det er deilig å komme til områder som skiller seg fra andre områder vi har gått i. Kontraster blir nevnt både når vi kom inn i Slengfedalen etter å ha gått på vei og når vi kom til Griseputten og Slengfemåsan fordi det åpner seg og er kontraster til det litt tette område vi nettopp har vært i. En påpekte når vi kom til Griseputten:

*Her er det fin myr. Sånne åpne myrer det syntes jeg er spesielt pent. Det er fint når vi har gått i et så tett område som vi har nå og komme til myra, du ser kontrasten godt.  
(Mann 71 år)*

Elementer med vann og utsiktspunkt er som vi har sett tidligere elementer som skaper rom, åpenhet og variasjon i terrenget noe som settes høyt pris på av de fleste. Det var tydelig at det var en forskjell blant informantene i hvilken skala de oppfattet variasjon. Flere fortalte at det ikke trenger å være store kontraster i hele områder, men at et område også kan inneha små kontraster som de setter pris på. En uttrykte det slik:

*[Jeg] synes det er så fint med fargene her. Selv om alt er grønt så er det nyanser allikevel ettersom lyset som kommer inn, utfra plantetype, veldig mangfoldig samtidig som alt er grønt. (Kvinne 43 år)*

At informantene setter pris på at skogen er variert kan også understrekes ved at veldig mange påpekte at de ikke likte monoton natur slik som plantefelt.

Områder med opprinnelighet ble også fremstilt av mange som varierte i sin utforming fordi de kan inneholde mange ulike landskapselementer og særpreg som skaper variasjon. I Slengfedalen ble variasjon direkte nevnt som en karakteristikk for området av enkelte informanter. En informant uttrykte det slik:

*Jeg synes det er noe av det som er flott med sånne steder, når man går litt ut, at det er variasjoner, det er litt spennende, det er ikke bare flatt bortover, det er ting å se, varierende underlag å gå på, varierende fremgangsmetoder, man må litt opp og ned og rundt omkring og kanskje lete litt etter veien og smarte steder å gå. Også synes jeg det er litt mer estetisk pent, at det er variasjoner, at det går søkk ned og litt opp. Gamle trær som har falt kan være fint for så vidt, det gir litt mer dynamikk da. (Mann 26 år)*

En del la vekt på ulike skogstyper, ulike treslag og ulik alder på trærne. Det var flere som påpekte at de ønsker seg variasjon i treslagene og at de anser det som positivt. Enkelte påpekte at de svært godt likte furu, og at dette fremsto som en variasjon til mye granskog som det ellers var i skogen. Noen la vekt på at gamle trær gir dynamikk.

At Lillomarka er variert i topografi nevnte flere av informantene som en attraktiv kvalitet. Dette var imidlertid ikke en udelt oppfatning. Et par uttrykte at de ikke hadde brukt et område de syntes er svært pent på en stund, fordi det er bratt, og tungt å gå opp dit. En informant fortalte at hun liker at det er variert fordi da er det lettere å orientere seg. I Slengfedalen pekte hun på bekken og fortalte at hun anså alt hun kan orientere seg etter som positivt. Det er kun enkelte som pekte på de negative sidene ved variasjon i skogen slik som ved kuperte områder. En annen av informantene pekte på at for mye variasjon kan gjøre Lillomarka fragmentert slik at habitatene blir for små for enkelte arter. Han uttrykte imidlertid at han selv syntes at det er positivt med variasjon.

### **6.2.9 Stillhet og ro**

Nesten samtlige av informantene nevnte stillhet og ro som en viktig kvalitet ved en god naturopplevelse. Stillhet og ro ble nevnt i svært mange sammenhenger og på forskjellige steder langs ruta. Områder hvor det ofte ble nevnt var ved vann, myr, ved utsikten og inne i Slengfedalen.

Flere påpekte at roen de søker ikke er sidestilt med absolutt stillhet. En forklarte at stillhet i skogen blir skapt av skogens lyder; som vind, rennende vann og lyder fra dyr. Andre påpekte at roen handler om den visuelle stillheten en kan få ved å hvile øynene på et vakkert landskap. En beskrev det slik:

*Er det ikke vakkert her, ned til Setertjern. Det er helt nydelig. Og her er det alltid sånn god stille ro, det er en sånn egen ro. (Kvinne 49 år)*

Stillhet og ro ble av informantene ikke sidestilt med det å være helt alene. De fleste fortalte at de ikke har noe imot å møte en eller to, men at de ikke ønsker å møte mange mennesker. Flere fortalte at de velger turområde, stier eller tidspunkt for tur med dette i tankene. Da vi oppfordret informantene til å fortelle om favorittområdene sine, nevnte svært mange områder med få mennesker. En uttrykte det slik:

*Det går ikke noen vei dit, det er bare en liten sti. Så det er ikke så mange mennesker der. Og det er en stor verdi ved det stedet. (Kvinne 36 år)*

Flere fortalte at de synes det er hyggelig å hilse på andre når de går på tur, men at de ikke gjør det i områder der det er mange andre mennesker. Der det er færre mennesker, eksempelvis mindre stier og der det ikke er sti hilser de. Dette blir også begrunnet med at de ser på dem de møter som likesinnede. En informant fortalte at han liker å gå av stien og forklarte at der syntes han det er hyggelig å møte andre, men at han trår varsomt fordi han vet at de kan gå i sin egen verden. En annen informant forklarte:

*Nei, det ekstra fine, er de gangene man går på en ganske bortgjemt sti, også (...) møter [man] gjerne en litt eldre kar, det er typisk. Da stopper man og prater litt, begge litt overrasket over at man møter noen der. (Mann 44 år)*

De fleste skiller mellom det å møte noen få som de ser på som likesinnede og mange. Flere av informantene setter dette i sammenheng med at det er viktig for dem å gå i sitt eget tempo. En påpekte at det er blitt et annet tempo i skogen de siste årene som ikke er forenelig med hennes. Hun formulerte det slik:

*Det kan bli mange her. Det er farten (...) man skal gå langt og fort også skryte av det på Facebook etterpå. (Kvinne 52 år)*

Flere beskrev elementer som ikke var forenelig med deres tempo som forstyrrende. Dette var gjerne mennesker som beveget seg fort, eksempelvis syklistene. Enkelte forklarte det som forstyrrende for sitt eget «indre» tempo.

#### **6.2.10 Negative landskapselementer**

Et aspekt vi ønsket å avdekke ved informantenes valg av turområde var hvorfor de velger vekk enkelte områder. Dette gjorde vi ved å spørre informantene direkte om det var noen områder de unngikk. På dette svarte de ganske samstemte at de prøvde å unngå områder som var overbefolket, områder hvor det var mye søppel eller områder hvor det var mange tegn etter menneskelig aktivitet. En informant uttrykte at hun unngikk spesielle steder i skogen der hun viste det kunne oppholde seg mennesker hun følte seg utrygg på. Videre har vi sett av det ovenstående at mange synes det er kjedelig med monoton natur og derfor gjerne unngår det.

Noen uttrykte også at de valgte bort steder med en slik fysisk utforming som gjorde at de ikke følte seg trygge. Dette gjaldt steder med bratte stup og der det var større sjanse for å falle. Flere fortalte at de ikke liker å gå i områder som er ufremkommelige, enten ved at trærne står for tett som i et plantefelt eller at det er mye trær som har falt. Enkelte nevnte også at de unngikk områder som er fuktige og tunge å gå i som myr. Områder som virker mørke og

uoversiktlige kunne også fremstå som et hinder for enkelte informanter. Dette forklarte de med at de ikke følte seg trygge og at det var vanskelig å orientere seg i slike områder. En uttrykte det slik:

*Det blir veldig mørkt. Trærne blir så høye. Det kan være litt vanskelig å finne frem også, orientere seg, hvis en ikke er på god sti. (Kvinne 49 år)*

Enkelte andre unngikk steder der det var større sjanse for at det var mygg og orm. Vi spurte informantene ved de forskjellige lokalitetene om dette var områder de brukte til vanlig og hva som eventuelt var grunnen for bruken/ikke-bruken. På dette var det noen som svarte at de sjeldent gikk steder det ikke var sti til. For mange handlet det å velge stien fremfor å gå i skog uten sti om et ønske om å vite hvor man var og en frykt for å gå seg bort. En uttrykte det slik:

*Personlig har jeg ikke den tryggheten. For meg ser alt her veldig likt ut, selv om det er forskjellig er jeg ikke opplært til å se forskjellene i rom. Hadde du vist meg et kart nå så hadde jeg ikke vist hvor jeg var. (Kvinne 43 år)*

#### **6.2.11 Oppsummering landskapskvaliteter**

Vi fant i vår undersøkelse at informantene generelt setter stor pris på kvaliteter som stemmer godt overens med § 11 i markaloven. Vi fant at det var klare fellestrekk som syntes å gjelde for de fleste selv om det var en del ulikheter i hva de la i de ulike begrepene. Vi fant at de enkelte kriteriene ofte glir inn i hverandre og at det til tider kan være vanskelig å skille de enkelte landskapselementene fra hverandre. Opprinnelighet henger ofte sammen med særpreg, samt variasjon og mangfold. På samme måte blir også variasjon nærmest et overordnet begrep da det i seg selv blir dannet av en variert sammensetning av en rekke andre landskapselementer. Elementer med vann og utsikt ble gjennomgående satt høyt pris på av alle informantene noe som er vist ved en rekke andre preferansestudier (Aasetre 1994; Haakenstad 1972; Lind 1974). Dette er landskapselementer som skaper både åpenhet variasjon i landskapet og dermed kan sies å være en del av disse kvalitetene også. Vann og utsikt er imidlertid landskapselementer som på mange måter er lettere å måle separat enn resten av kvalitetene, og de kan muligens regnes som spesielt viktige fordi alle informantene var samstemte om at det var noe de likte svært godt. Denne samstemtheten kan imidlertid forklares med at vann og utsikt var mer opplagte kvaliteter enn de resterende. Vi så også, spesielt ved Setertjern, at det ble påpekt at landskapet og grad av tilrettelegging rundt spiller inn på naturopplevelsen.

Vi fant videre at de fleste også var samstemte i at de verdsatte områder med preg av opprinnelighet noe som stemmer godt med preferansestudier gjennomført av Hallikainen (1998). I sammenheng med opprinnelighet ble ofte trolsk og mystisk nevnt som synonymer. At menneske har en preferanse for dette samstemmer med teorien til Kaplan et. al (1998), at områder som fremstår som mystiske er appellerende. Dette kan også være forklarende på hvorfor så mange av informantene ser ut til å sette pris på særpregede elementer da disse også kan fremstå som mystiske. Når det gjelder død ved har tidligere preferansestudier vist at de fleste er negative til dette (Hultmann 1983). Vi fant imidlertid at de fleste av informantene var positive til død ved. Enkelte påpekte at det var vakkert, andre så på det som spennende og fasinereende. Mange av våre informanter hadde kunnskap om den viktige effekten død ved har for biologisk mangfold. Denne kunnskapen, vet vi fra studier utført av Kardell (1990), kan være medvirkende i å øke preferansen for død ved. Vi fant videre at opplevelsen av død ved henger tett sammen med konteksten rundt noe som samstemmer med lignende funn av Gundersen og Christensen (2008). Flere kommenterte at i områder med opprinnelig preg var død ved en helt naturlig del av naturopplevelsen. Død ved eller avkapp fra skogbruket som befant seg i mer tilrettelagte områder var de fleste derimot negative til.

Vi fant videre at preferanser for skogens opprinnelighet også gjør seg gjeldene når informantene snakket om menneskelig inngrep som hogst og plantefelt. At flatehogst er mindre likt jo større flater det utøves på er også klart gjennom aksepten for det lille hogstfeltet i vårt studieområde. Denne har imidlertid fungert som en avtrekker for folk til å fortelle om større, mer rotete og inngripende hogstfelt de ikke har syntes noe om. Dette bekreftes av Hultman (1983) som viser at desto større område som er flatehogd, desto mindre likte er de. Videre fremsto plantefelt som et element som var enda mindre likt enn flatehogst; dette først og fremst fordi det fremsto som kjedelig, monotont og med liten bruksverdi. Monoton natur fremstår som en direkte motsetning til variasjon som er en kvalitet vi fant av spesielt stor betydning for de fleste informantene. Variasjon er imidlertid et vanskelig begrep fordi det rommer så mange av de andre kvalitetene, samt så ut til å ha noe ulik betydning for informantene. Det ble nevnt ved ulike landskapselementer og på forskjellig skala. Åpenhet var et element som både var positivt i seg selv og fordi det skapte variasjon. Det ble imidlertid her skilt mellom den åpenheten moderne skogdrift skaper, og naturlig åpninger og eldre kulturpåvirkede landskapsrom hvilket samstemmer med en rekke preferansestudier (Aasetre 1994; Haakenstad 1972; Lind 1974).

Grunnen til at variasjon kan bli sett på som attraktivt har flere forklaringer. En forklaring kan være at folk ønsker seg en uensartet opplevelse når de er på tur. En forklarte at han anså det som positivt å kunne oppsøke forskjellige miljøer for å kunne titte på forskjellige arter, noe som for han var en stor del av naturopplevelsen. Dette stemmer godt med Kaplan et al. (1998) sin teori om at mennesket har behov for et variert miljø for utforskning og spenning. En annen forklaring kan være at et variert landskap vil gjøre det lettere å orientere seg i terrenget ved at man har flere holdepunkter. Hvilket også hevdes av Kaplan et al. (1998), riktignok så lenge variasjonen i terrenget har en viss sammenheng slik at terrenget blir lesbart. Dette gjelder også for elementer med særpreg, som mange av informantene er opptatt av. Disse er gjerne elementer som er lette å kjenne igjen og dermed også å orientere seg etter. Det kan se ut som det for informantene er viktig å kunne lese terrenget. Dette gjør seg utslag i at de fleste ved utsiktspunktet prøvde å finne ut av retning og stedsnavn.

Vi fant videre at stillhet og ro er en kvalitet som de fleste søker å finne i skogen, men at det er noe ulikt hva de ulike informantene legger også i dette begrepet. Det faktum at naturens stillhet ikke er den absolutte stillheten er også et poeng gjort av Kaplan og Kaplan (1995). Våre undersøkelser viser at det både er en stillhet skapt av naturen og dens lyder, en visuell stillhet og en indre ro som er viktig. Videre så ikke stillhet og ro ut til å være sidestilt med det å være helt alene. Svært mange gikk der det var liten sannsynlighet for å møte andre. Det å møte likesinnede fant svært få imidlertid som uproblematisk og enkelte beskrev det som hyggelig og spennende. Det som ble sett på som problematisk var når antall mennesker man møtte oversteg en tenkt grense for de forskjellige informantene, eller når de man møtte hadde et annet tempo og innstilling enn en selv.

Samlet sett ser det ut som om de fysiske preferansene for landskapselementer stemmer godt overens med mye av den forskningen som er gjort på området, samt med § 11. Selv om det overstående viser at kvalitetene beskrevet markalovens § 11 i stor grad samsvarer med preferansene informantene beskrev på vår tur, viste det seg at det bare var et fåtall av informantene som hadde vært i Slengfedalen før, som var det området på turen som inneholdt flest elementer av eventyrskog. En begrunnelse for hvorfor dette var tilfelle kan være at vi fant at de preferansene informantene hadde for natur også ble påvirket av naturelementer som begrenset dem i å bruke enkelte områder. Informantene forklarte at de unngikk områder som fikk dem til å føle seg utrygge enten på grunn av fysisk utforming på området, andre mennesker eller insekter og dyr. For en del fremsto det viktig at de følte seg trygge når de var

på tur og de unngikk derfor mer eller mindre bevisst områder der de kunne gå seg bort, falle og ikke følte seg komfortable.

### **6.3 Annen type motivasjon**

Vi ser fra det overstående hvilke kvaliteter brukerne i Lillomarka foretrekker og hvilke kvaliteter de er mer tilbakeholdne på å oppsøke. Vi fant imidlertid at disse kvalitetene ikke alene avgjør hvilke områder folk velger som turområde. Motivasjon for turen har mye å si og vi vil i denne delen gå dypere inn i hva vi fant som underliggende motivasjoner for det å være i skogen.

#### **6.3.1 Situasjonsbetinget motivasjon**

Flere av informantene forteller at valg av turområde ikke bare handler om kvaliteten ved skogen, men også om hvordan man går på tur, målet for turen eller at man velger turområde av praktiske årsaker. Flere av informantene forklarte at de liker å gå tur på impuls og at de ikke alltid planlegger turen på forhånd. En beskrev det slik:

*Jeg liker å gå litt rundt omkring og tilfeldig og komme frem der jeg kommer frem. Jeg er veldig glad i å gå på litt sånn mindre stier. Det hender jo man går litt ut i bushen og, men hovedsakelig trives jeg godt på sånne småstier som det her. Da pleier jeg å ta litt tilfeldig valg mens jeg går og ende der jeg ender. Man ender mange ganger opp de samme stedene, går litt i ring og ender opp et sted man var tidligere, men det er ikke en tur fra A til Å. Det synes jeg er allright da. (Mann 26 år)*

Dette var ofte mange av de samme informantene som forklarte at de likte å oppsøke områder med eventyrskogkarakter. Andre igjen forklarte at de er opptatt av å komme til spesielle steder og at målet for turen da er viktig. Av disse forklarte flere at de da hadde planlagt selve turen på forhånd. Dette gjaldt både for informanter som brukte skog med eventyrskogkvaliteter og de som brukte mer tilrettelagt natur. En av informantene som likte å gå i områder med eventyrskogkvaliteter forklarte at han hadde spesielle områder som han gikk til for å se på forskjellige arter. Et av disse områdene var på Slengfehøgda og Revlikollen, bare 500 meter vest for Slengfedalen. I Slengfedalen hadde han aldri vært før. Det forklarte han slik:

*Jeg har ikke visst at det var så fint. Det var finere enn jeg trodde. Det er nok ikke unaturlig at jeg ville kommet hit. Det er jo litt pinlig at jeg ikke har vært her, her var det jo veldig flott. (Mann 53 år)*

Han fortalte videre at han pleier å oppsøke Slengfehøgda for å se orrfugl og at han da går målbevisst dit. Det handlet derfor ikke om at han ikke ønsker å bruke Slengfedalen, men at målet med turen hans har vært et annet. En annen forklarer det slik:

*Jeg tror det handler mye om mål. De fleste tror jeg har et mål når de går på tur. Det er veldig enkelt, da slipper man å forholde seg til planlegging og kart. (Kvinne 43 år)*

Noen fortalte at valg av turområde har med vane å gjøre. En forklarte det slik på spørsmål om hvorfor hun velger ikke å gå av stien:

*Jeg tror bare at det er en vane. Da vet jeg at jeg kommer frem. Jeg har godt meg bort et par ganger når jeg har prøvd det der. Så da har jeg egentlig lært litt det, at jeg holder meg til stier, for da kommer jeg frem. (Kvinne 49 år)*

Vi ser at å ha områder som informantene bevisst går til begrenser automatisk bruk av andre områder. Andre informanter vektla betydningen av at områdene de går i og kommer til er praktiske. For eksempel forklarte enkelte at de ikke går mye i myr fordi det er vått og upraktisk og at de foretrekker å gå til vann, fordi der er det mulig å sette seg ned eller bade. Noen fortalte at de av og til velger det som blir enklest i en gitt situasjon og en uttrykte:

*Skal man gå til Lilloseter for eksempel, skal man da velge veiene eller skal man bruke lenger tid [og] gå utenom? Hvis man har hele familien med seg og skal til Lilloseter så blir det ofte til at man tar den korteste eller enkleste veien. (Mann 37 år)*

Flere av informantene forklarte at ulike formål fremmer forskjellige måter å gå i skogen på. En forklarte det slik:

*Jeg løper mye i skogen, har en fast runde. Den er på skogsbilvei, for det er veldig greit å løpe på. Det er lett å løpe på og da trenger jeg ikke konsentrere meg om underlaget. (Kvinne 49)*

Den samme informanten fortalte, da vi gikk på sti med røtter, at hun gikk på en annen måte når hun gikk enn når hun løp:

*Ja, så har jeg liksom en litt lenger tur og den er til Sinober og da er det jo mer sånt underlag som det her. (Kvinne 49 år)*

En annen informant fortalte at når hun trener så velger hun de enkleste veiene og ikke de fineste. Samme informant forklarte at når hun søker inspirasjon og ro så oppsøker hun

områder med eventyrskogkarakter. Hun beskrev at da er bare det å være i skogen også en form for bruk:

*Ellers så er det jo det å være inne i skogen. Vi har jo anledning til det når vi har hytte. Så bare det å være der. Gir en litt sånn fin ro og inspirasjon for meg. (Kvinne 36 år)*

Videre understrekte flere at de har brukt skogen forskjellig i ulike faser av livet både hva gjaldt formål og hyppighet. En fortalte at hun er glad i å gå utenom stier, men at hun gjorde det mer da hun var yngre. En annen fortalte at han gikk mer i dyretråkk før, men syntes nå det var lettere å gå på sti. En del sa at de hadde en mer aktiv bruk av skogen når de var yngre. De fortalte blant annet om ski og bærturer med foreldre og sykkelturet med venner. Andre la vekt på at de selv brukte skogen mer da de var småbarnsforeldre selv om radiusen da ble mindre. De informantene som selv hadde småbarn på nåværende tidspunkt fortalte at dette påvirket bruken og formålet med turen. En fortalte at når han skal ha med barna tar det lenger tid på grunn av planlegging. Flere av informantene pekte også på tid som en viktig faktor som kan avgjøre hvor man velger å gå på tur. De pekte på at det krever mer planlegging å gå på områder man ikke kjenner og at hvis man går på steder man kjenner slipper man å planlegge. Flere forklarte at de, på grunn av livssituasjonen velger bort enkelte områder når de er i skogen. En forklarte at hun, fordi hun bor alene, ikke føler seg trygg nok til å gå på steder hvor det ikke er andre mennesker.

Vi ser av det overstående at det er flere faktorer enn at området er estetisk fint som har innflytelse på folks bruk. Hva folk foretrekker ideelt henger ikke nødvendigvis alltid sammen med hvilke områder de bruker, det er avhengig av situasjoner og rammebetingelsene for motivasjon og dette er svært komplekst og sammensatt. Det ser ut til å handle mer om forskjellig bruk for det enkelte individ enn mellom individer. En bruker kan gå i områder med eventyrskogkarakter en dag, fullstendig på impuls og være bare opptatt av sansene, mens han neste dag kun vil bruke grusveiene fordi han/hun skal på tur med venner eller jogge seg en tur. Det vil si at det enkelte individ representerer forskjellig bruk og at dette varierer med formålet for dagen, sinnstilstand og hvorvidt personen er alene eller sammen med andre. Videre vil bruk av området og formål avhengig av aktuell livssituasjon, hvilket forandrer seg kontinuerlig i løpet av livet. Vi har også sett at de betingelsene mennesker lever under påvirker deres bruk.

### 6.3.2 Rekreasjon som motivasjon

Vi har funnet at rekreasjon er en av de primære motivasjonene for å oppholde seg ute i naturen. På spørsmål om hva naturen ga informantene ble det lagt vekt på en rekke positive effekter av det å oppholde seg i friluft, og alle var bevisste på både fysiske og psykiske virkninger av dette. Fysisk ble det av alle informantene lagt vekt på at trim og mosjon var bra for helsa, og mange følte et fysisk velvære i kroppen etter en tur i skogen. En av informantene la i tillegg vekt på bedre søvn og økt appetitt. Dette stemmer godt overens med forskning om at mosjon er bra for helsa og Statistisk sentralbyrå sin levekårsundersøkelse fra 2001 som viser at mosjon er et viktig motiv for mange. Det ble av informantene forklart at det hadde stor betydning for dem at mosjonen foregikk i naturen og at naturopplevelsen var en vesentlig del av turen. En av informantene sa at han mye heller vil bruke naturen enn et treningsstudio og at det går hånd i hånd med trivsel. En annen sa at en god tur var å få brukt kroppen samtidig som hun fikk en god naturopplevelse.

Informantene fortalte også om en rekke positive psykiske effekter som syntes å gi fysisk aktivitet utendørs en merverdi. Disse effektene ble vektlagt uavhengig av om de mosjonerte eller bare var på tur. De fleste forklarte at det ga dem mye glede å være ute i naturen. For noen var det en tydelig psykisk virkning at de ble i bedre humør. En uttrykte det slik:

*Det er veldig mye helse i det å være i marka. Det gjør godt. Også kommer en hjem også er en blid og fornøyd og faktisk litt snillere enn når en gikk ut. (Kvinne 49 år)*

Enkelte påpekte at naturen representerte en kilde til inspirasjon til kunstnerisk arbeid. En fortalte at det å sanke i naturen gjorde at hun følte seg som en del av en større helhet og hun uttrykte det slik:

*Jeg liker godt å plukke med meg sopp og bær. Jeg lurar på om det ikke ligger en liten sanker i oss alle. Det er godt å fylle opp med litt kjøtt og fisk og bær og sopp. Det er en god følelse å spise det man selv har sanket. Tro om det er et behov inne i oss. Det går litt på det å være en del av naturen. (Kvinne 56 år)*

Disse resultatene stemmer godt overens med Kaplan og Kaplan (1995) som fant at naturen er en kilde til glede og at det å være i naturen får oss til å føle oss som del av en større helhet. Kaplan og Kaplan (1995) fant videre at deltagerne i deres studie la vekt på en følelse av mestring som styrket selvbilde. Dette har ikke vært tydelig i vår studie, men en av deltagerne

nevnte at hun etter en tur der hun hadde gått i litt ulendt terreng kunne føle en mestringsfølelse i etterkant.

En positiv effekt som ble fremhevet av de fleste var at det å være i naturen ga en innvendig ro og avslapning som senket stressnivået. Mange la vekt på at det å komme seg ut i naturen ga en helt annen form for avslapping enn dersom man sitter hjemme. Enkelte ga uttrykk for at dette var en kjærkommen motvekt til en til tider stressende hverdag i byen. En beskrev det slik:

*Hvis jeg har vært i byen lenge og føler meg litt sånn urolig, at jeg går en tur i skogen. Da får jeg ut litt av den uroen. (Kvinne 36 år)*

Flere fremhevet dette:

*Bare det å komme seg ut så kobler du av på en helt annen måte enn å sitte hjemme og prøve å slappe av. Så det er veldig allright å ta seg sånne småturer av og til, man trenger ikke nødvendigvis å gå så langt eller ha et spesifikt mål. (Mann 41 år)*

Enkelte la vekt på at for å finne denne roen var det viktig for dem å kunne være litt alene, og at naturen kunne representere en mulighet til dette:

*Som sagt så er jo jeg enebarn, så jeg er litt disponert for å ha litt rom rundt meg og være litt alene. Og, altså den estetiske opplevelsesverdien er nok veldig mye tuftet en del på den trangen, for meg personlig. At jeg finner veldig stor fred i det å kunne avsondre meg ved hjelp av skogen. (Mann 46 år)*

En av informantene la vekt på at når han er i skogen er det mindre han trenger å være oppmerksom på enn i byen og at i skogen kan man få lov til «å bare være». Han fortalte at i naturen kan han la oppmerksomheten vandre og være spontan og at dette er godt for han. Den samme informanten la vekt på at stillhet og ro i naturen er viktig. Utsagnet fra informanten er svært interessant i forhold til teorien til Kaplan og Kaplan (1995) om styrt og spontan oppmerksomhet. For å oppnå en restituerende effekt for sinnet påpeker Kaplan og Kaplan (1995) at nettopp stillhet er essensielt. Flere påpekte at naturen hadde en effekt på dem på den måten at man kobler ut hverdagens stress og at det er godt «å bare være» eller å ikke tenke på noe.

En av informantene fortalte at det å gå i skogen og komme inn i en rytme fungerer nesten som meditasjon.

*Hvis du bare går sånn for deg selv, hvis du går sammen med andre og bare prater så er jo det og rekreasjon, men det å gå for seg selv også komme inn i en rytme er også ganske spesielt. Iallfall kommer jeg inn i en rytme så det er nesten så man går å mediterer. Man tenker ikke på noe (Mann 57 år)*

En informant fortalte at han hadde fått en ny naturopplevelse etter at han fikk hund. Han forklarte at når han så hvordan hunden oppførte seg i skogen fikk han satt sine egne bekymringer i perspektiv og at de ikke ble like viktige lenger.

En påpekte at han merker at han får et endret perspektiv når han er sammen med andre i naturen og at dette kan åpne for at man prater sammen på en annen måte. Han uttrykte det slik:

*Det blir en annen stemning, du skal ikke så langt ut av Oslo før du får litt andre perspektiver på ting. Men når du går med folk ute og prater, du prater jo på en annen måte enn på kafe. (Mann 53 år)*

Det kan se ut til at naturen virker avslappende på mange og at man her kan finne innvendig stillhet og ro. Dette stemmer godt med en levekårsundersøkelse utført av Statistisk sentralbyrå i 2001 der det ble lagt vekt på at å finne fred og stillhet var et viktig motiv for å gå på tur (Odden 2008). Kaplan og Kaplan (1995) fant også at stillhet og ro fikk mange til å tenke over fremtiden og sette livet i perspektiv noe flere av våre informanter også påpekte.

Det var flere som fortalte at de opplevde det som godt for tankevirksomheten å være i skogen, at tankene ble klarere og at man fikk et annet perspektiv på livet eller det man grublet på. En uttrykte det slik:

*Jeg føler ofte jeg får mye klarere tanker når jeg går enn når jeg går i byen eller sitter hjemme. Og det kan være så mangt, alt fra ting man lurte på i sitt eget liv, eller ideer man har om ting eller pensum for den del. Å gå og gruble over problemstillinger og sånne ting synes jeg funker mye bedre på sånne steder som det her enn andre steder, man får mer klarhet i det man mener. (Mann 26 år)*

Det at man tenker på en annen måte og samtidig slapper av når man er ute i naturen var noe flere brukte bevisst for å få bearbeidet hendelser i hverdagen og for å samle nye krefter og overskudd. En informant fortalte at hun likte å gå tur på søndager for å få pustet ut

frustrasjoner fra uka som hadde vært og forberedt seg på neste uke. Noen av informantene fortalte at de brukte turer i skogen som rekreasjon fra krevende jobber, og en uttrykte det slik:

*Jeg har en jobb hvor jeg ofte er oppi ganske vanskelige situasjoner og sånn og da bruker jeg ofte at jeg går en tur. Også detter ting ofte litt på plass. Det er akkurat som om hjernen jobber litt for seg selv på en måte. Og jeg føler meg veldig vel i kroppen etter at jeg har gått meg en god tur. (Kvinne 49 år)*

Disse resultatene stemmer godt overens Kaplan og Kaplans (1995) teori om at man gjennom spontan oppmerksomhet får restituert seg i naturen.

En av informantene fortalte at han hadde brukt turer i skogen aktivt i en periode da han opplevde død og sykdom i nær familie og vennekrets. Han beskrev effekten av å være i skogen slik:

*Så det er jo også en bruk, en annen rekreasjon, (...) du skaper liksom livet på nytt. Dette med sanseinntrykk, du er sliten og fokusert på noe helt annet. Og dette er litt det som er med skog (...) selv om kværna går, så er du fokusert på noe helt annet. Sakte men sikkert så slutter den kværna å gå, og du får noen krefter som går andre veien. Bruk kropp og sinn, sjel. Så det er i grunnen det det handler om. (Mann 57 år)*

Han sa at han brukte skogen istedenfor å sette seg ned å gi opp og når han var i skogen så møtte han mange som hadde det på samme måte. Han gjenga det slik:

*Og det er jo et aspekt ved friluftslivet, og jeg tror vi er mange, jeg gikk ut i skogen på hverdagen, så traff jeg flere som meg, tro du meg. Jeg gjorde det. Så vi er mange som gjør det, og det er veldig bra. (Mann 57 år)*

Det stemmer godt overens med det Ingebretsen (1995) fant om at naturen var viktig for mange for å komme seg gjennom livskriser. Den samme informanten påpekte at selv om han hadde brukt naturen til rekreasjon fra dypt tragiske hendelser i livet så har den aldri i etterkant for ham vært forbundet med noe negativ, bare positivt.

Det ser ut som om naturopplevelsene også kan fungere som rekreasjon i etterkant. En fortalte om favorittområdet sitt og beskrev det slik:

*Det er ikke så ofte jeg kommer meg inn dit, men jeg tenker ofte på det og oppsøker det en gang eller to i løpet av året og det er liksom det optimale. (Mann 53 år)*

Det er gjennomgående at naturen er viktig for de vi har intervjuet, og at dersom områder de bruker forsvinner ville de følt et tap. En uttrykte at dersom han ikke lenger hadde hatt muligheten til å gå i skogen så ville han mistet store deler av livet sitt. Mange er også opptatt av at områder som de selv ikke aktivt bruker er verdifulle, og bare det å vite at de er der og at de har mulighet til å oppsøke dem har verdi. Dette samstemmer med Hågvar og Støen (1996) som påpekte at naturen har restituerende effekt langt utover den tiden man tilbringer i naturen, og at bare det å vite at naturen finnes har verdi for oss.

## **6.4 Det levde liv**

Et aspekt som tidlig i intervjuene gjorde seg svært tydelig var informantenes sterke tilhørighet til Lillomarka. Det er tydelig at erfaringer fra det levde liv, kunnskap om natur og stedet, samt tilhørighet til stedet som den enkelte person har påvirker deres opplevelse av Lillomarka.

### **6.4.1 Barndommens betydning**

Av alle informantene våre var det rundt halvparten som var vokst opp i nærheten av Lillomarka. Det var hos flere av disse tydelig at erfaringer og minner fra barndommen spilte en spesielt viktig rolle for deres preferanser i skogen. Svært mange av informantene, uavhengig om de var fra Oslo eller ikke, påpekte at de var glad i områdene rundt der de vokste opp. En informant som var oppvokst i skogen sa at han var spesielt glad i skogen og uttrykte det slik:

*Jeg syntes det er pent de fleste steder i skauen jeg da. Er du oppvokst i skauen, så er du oppvokst i skauen. (Mann 73 år)*

En informant uttrykte at hun syntes det var spesielt spennende med jettegryter og at hun var vant til det fra et naturområde ved barndomshjemmet. En annen forteller at han er spesielt glad i naturområder med vann og forklarer at han tror det kommer av at han er oppvokst med hytte ved vannet.

En fortalte at han har vokst opp i nærheten av Lillomarka og omtalte skogen som sin barndomsskog. Han beskrev det slik:

*Jeg tror at jeg ville tenkt veldig annerledes om den naturen her hvis jeg var innflytter. Når man har vokst opp med et stykke skog, så blir det nostalgi i bunn uansett hvordan du prøver å fjerne deg fra det. (Mann 46 år)*

Dette ble bekreftet av de informantene som ikke var oppvokst i nærheten av Lillomarka og som nylig hadde flyttet til området. En av informantene uttrykte at han likte bedre fjell eller

en kombinasjon av skog og fjell som han var vant til fra der han vokste opp. Han la vekt på at han likte å komme til utsiktspunkt og vann og uttrykte seg slik:

*For meg som er vant med fjellet, så blir skogen veldig lik, det blir liksom sånn at skog er skog, man har ikke de forskjellene som man har i fjellet. Men når man kommer til et vann og utsikt også generelt er jeg veldig glad i. Det har man ikke når man står midt i skogen. (Mann 37 år)*

#### **6.4.2 Minner og erfaring fra tidligere turer i skog**

Gjennom intervjuene ble det tydelig at det ikke kun var minner fra barndommen som hadde betydning for informantenes opplevelser i Lillomarka. Når vi gikk turene ble vi fortalt mange historier fra turer som hadde gjort et stort inntrykk i den enkeltes liv. Disse turminnene så ut til å være med å forme informantenes følelser og forhold til naturen. Det så også ut til å gi dem glede at de kunne gjenfortelle disse minnene og historiene til oss.

En av informantene fortalte oss ved Griseputten en historie om en tur som hadde hatt spesiell betydning for henne:

*Jeg har en sånn opplevelse, hvor det var jul, og det var julaften og vi skulle gå ned til byen, for vi skulle i selskap. Også hadde det vært litt sånn varierende vær, det hadde vært litt fuktig og kaldt om hverandre, så det hadde blitt sånne istapper på trærne. Også var det en sånn liten bris, så når vi gikk over myra så sa det sånn «sing, sing, sing, sing» i istapper som bare glitret i solen. Det var helt magisk (...) det var som sånne bjeller. Så jeg tror at etter det så fikk jeg et veldig spesielt forhold til myr. (Kvinne 36 år)*

Flere fortalte historier om turer de har gått alene, sammen med venner eller familie som har gjort inntrykk og gjort stedet spesielt for dem. En fortalte en historie fra da sønnen var liten og han måtte gå inn til Griseputten for sønnen hadde glemt pølsene på speidertur. På tilbakeveien så han hare, orrfugl, elg og en rådyrflokk. Han gjenga dette slik:

*Det var en kjempetur, helt fantastisk. Det var sånn at jeg nesten svevde da jeg kom inn døren hjemme. Det var helt greit at han hadde glemt pølsene. Det er en av mine store turer som jeg husker. (Mann 57 år)*

Enkelte av informantene la også vekt på at tidligere erfaringer gjort i skog også kan være en begrensende faktor. En av informantene fortalte at hun tidligere hadde hatt et stygt fall da hun

var i et område uten sti for å plukke bær og at hun derfor sjeldent oppsøkte slike områder lenger.

#### **6.4.3 Kunnskap om sted og natur**

Gjennomgående på turene våre var også at informantene ga uttrykk for at de syntes det var spennende å ha kunnskap om skogen. Flere fortalte at de syntes det var interessant å vite om eller besøke kulturhistoriske steder i Lillomarka eller å ha kunnskap om historie fra stedet. En påpekte at han får et sterkere forhold til områder når han vet litt om dem. Mange fortalte om de ulike stedene vi gikk forbi eller andre steder i Lillomarka som de fikk assosiasjoner til. Noen av historiene var knyttet til historisk bruk av områder, som at det har vært en bueskytterbane, et branntårn der og lignende. Noen fortalte om en skogbruker som fortsatt driver plukkhogst med hest i Lillomarka. Dette ble sett på som svært positivt og betegnet som en del av kulturarven til stedet. En fortalte at han har en turrunde der han går til gamle gruver og steinbrudd og at han synes den gamle bruken av Lillomarka er spennende. Han uttrykte det slik:

*Og sånn er jo hele marka full av. Og det er jo det som gjør marka til de som bor der sin skog (Mann 57 år)*

Den samme informanten fortalte en historie om «kastesteinen» i Bispedalen og at han der alltid kaster en stein for hell og lykke på turen.

Noen av informantene var også interessert i stedsnavn. For enkelte var stedsnavn noe som gjorde dem nysgjerrig, og de visste interesse for navnets betydning. Da vi kom til Griseputten var det en som forklarte:

*[Navnet Griseputten] kommer av at det var grisete for hestene som dro tømmeret. Her er det pent selv om det heter Griseputten. (Mann 71 år)*

Noen av informantene ga gjennom sine historier uttrykk for at de hadde stor kunnskap om Lillomarka og at de kjente godt til ulike turmål i området. Denne kjennskapen til Lillomarka så ut til å skape et spesielt forhold til stedet som påvirket naturopplevelsen. Gjennom undersøkelsen viste det seg at mangel på kunnskap kan hindre informantene fra å ta i bruk ukjente turområder. Mangel på kunnskap om hvor man kan gå eller hvor man kommer etter at man har vært i et område gjør at noen velger vekk enkelte områder. I Slengfedalen spurte vi informantene som ikke hadde vært der før, hvorfor det var tilfellet. De fleste svarte da at dette var grunnet at de ikke visste at området var der, og at det var såpass fint.

Mange informantene var opptatt av dyre- og plantelivet i Lillomarka. Flere påpekte arter vi passerte og formidlet kunnskap om dem. Andre undret seg over dette og stilte spørsmål. En uttrykte at han ofte gikk på tur for å kikke på fugler, dyr, sopp og insekter og at han syntes det var interessant.

Enkelte vektla at det å ha kunnskap om naturen høyner naturopplevelsen. En av informantene fortalte om en skog han gikk mye i med foreldrene som liten, og at han liker å komme tilbake for å se på de tingene han ikke la merke til da. Han uttrykte det slik:

*Det er mer spennende når du faktisk vet litt om det da, at man setter enda mer pris på det. (Mann 53 år)*

Den samme informanten forklarte at en turopplevelse ikke kun trenger å være det man ser. Han beskrev det slik:

*Det gjenspeiler jo ikke bare det man ser, men også det man vet om det. (Mann 53 år)*

En annen av informantene uttrykte at det ikke var udelt positivt å ha mye kunnskap:

*Det er både en velsignelse og en plage det der med artskunnskap. Du legger merke til alt hele tiden, du blir litt sånn autist. (Mann 46 år)*

Den samme informanten fortalte at det ikke var kunnskapen om skogen som var det viktigste for han. Han forklarte at dette kunne gi en merverdi, men at det i første rekke var det estetiske ved skogen som var viktig. Han forklarte videre at kunnskap om arts mangfoldet kunne være en merverdi. Vi opplevde flere ganger at informantene viste frustrasjon når de ikke kunne komme på hvilken art de så eller hørte. Det kunne virke som om dette til tider kunne forstyrre for naturopplevelsen.

Det var ikke alle informantene som snakket om kunnskap om naturen eller historie. Mange ga derimot uttrykk for at observasjoner av planter og dyr i seg selv var en kilde til inspirasjon og glede for dem. Flere av informantene påpekte at det å kunne se og høre forskjellige fugler har stor verdi. For mange var det en viktig del av turen uavhengig av om de hadde kunnskap om de ulike artene. En informant uttrykte seg slik når hun var borte og så på en bekkekløft som hun syntes var spennende:

*En skulle ha kunnet en del geologi, men samtidig så er det ikke så farlig heller. Det er sånne steder jeg syntes er veldig spennende. (Kvinne 56 år)*

En fortalte at hun ikke var så opptatt av å ha kunnskap og at det visuelle hadde mer å si. Om død ved uttalte hun:

*Jeg kan se det og beundre det og det er bra nok for meg. (Kvinne 43 år)*

Det var også flere som la vekt på at det ikke kun var det visuelle som kunne gi en god naturopplevelse. Det ble påpekt at sansing i form av lyd og lukt er en viktig del av opplevelsen En uttrykte det slik:

*Det er ikke myren i seg selv jeg liker godt, det er lukten av myr. (Mann 44 år)*

En fortalte at hun hadde bodd en periode et annet sted i landet og da oppdaget hun at noe av det hun savnet mest med skogene hjemmefra var luktene og lydene. Hun forklarte at hun ikke hadde vært klar over hvor mye dette hadde å bety for henne før hun flyttet fra det. Hun beskrev det på denne måten:

*Det er liksom et mye bredere spekter av lukter her. Det er jo fordi det er varmere lenger på høsten og lenger på våren vil jeg tro. At det når blader og sånn blir omdannet og de luktene som kommer da er så nydelig. Det savnet jeg veldig om våren og høsten. (Kvinne 56 år)*

#### **6.4.4 Skogen som kilde til nysgjerrighet**

Ikke alle av informantene hadde like god kjennskap til Lillomarka. Vi opplevde at opplevelser gjort i skogen kan skape nysgjerrighet og et ønske om å finne ut mer. For noen gjør denne interessen eller nysgjerrigheten noe med naturopplevelsen og måten de går på tur på. En av informantene hadde nylig flyttet til området og fortalte at han brukte «geocaching<sup>1</sup>» for å bli bedre kjent i Lillomarka. Han ga uttrykk for at det var en fin måte å få kjennskap til og kunnskap om nye områder, i og med at du også kan få informasjon om stedets historie. En annen informant fortalte om et område hvor det var satt opp naturskilt langs en løype med informasjon om arter i området og områdets historie. Han ga uttrykk for at han satt pris på det.

En informant fortalte om en episode fra sin ungdom der han kom over en gammel hytte. Da han senere kom hjem undersøkte han hva den hadde vært brukt til og fant ut at seks menn

---

<sup>1</sup> Geocaching er en form for moderne skattejakt hvor det jaktes på «turbokser» som er plassert rundt omkring, både i skogen og i mer urbane områder. Ved hjelp av GPS og internett skal du finne «turboksene» og du kan der logge besøket ditt (Geocaching.no 2012).

hadde overvintra der i 1943-44, og samtlige hadde dødd av koldbrann eller kulde. Han beskrev episoden som betydningsfull og avgjørende for at han ble interessert i historie.

Den samme informanten fortalte at erfaringene som barn gjorde at han ble nysgjerrig på naturen og at den interessen har holdt seg. Både han og flere av vennene valgte naturvitenskapelige utdannelser senere i livet. En annen informant fortalte at han synes det er morsomt å sette seg inn i nye organismegrupper, og at dette gjør at han ser omgivelsene med nye øyne. Dette blir fortalt av flere, også i forhold til andre naturfenomener, eksempelvis geologien i område. En annen informant beskriver det slik:

*Og det er jo også en del av naturopplevelsen. [At man] ser sånne ting og kanskje assosiere [det] med ting du kan eller ikke kan og kanskje søke kunnskap når du kommer hjem. (Mann 57 år)*

#### **6.4.5 Oppsummering det levde liv**

Minner, erfaringer, kunnskap og nysgjerrighet skaper, som vi har sett, en form for tilhørighet til Lillomarka som påvirker den enkeltes naturopplevelse. Vi ser også tydelig at dette virker tilbake på personens liv. Tidligere erfaringer gjort i et område kan gjøre at dette området betyr mer for en person enn et tilsvarende område som en aldri har vært i. Det ser ut til å skape en viss nostalgi og tilhørighet til stedet som integreres i den enkeltes naturopplevelse. Vi har også funnet at tidligere erfaringer gjort i skogen, som fall og andre ubehagelige opplevelser, kan også være med på å påvirke senere bruk. På samme måte kan mangel på kunnskap også forhindre at man tar i bruk enkelte områder. Vi fant også at de erfaringene man gjør seg kan bety mye for livet fremover og bli en del av måten den enkelte møter omverdenen på; nye erfaringer og kunnskap dannes i skogen og tas med videre. Dette er i tråd med Heideggers perspektiver på levde liv; at levde erfaringer inkorporeres hos den enkelte og tas med inn i nye erfaringer (Heidegger & Holm- Hansen 2007).

Noe av dette er oss mer bevisst, som de fysiske kvalitetene, mens annet er mer eller mindre ubevisst slik som sanselige opplevelser av lyd og lukt kan være. Vi ser at det ikke alltid er slik at mennesker er bevisst hva de setter pris på før de mister det eller har fått en viss avstand til det. Dette stemmer overens med et fenomenologisk erfaringsbasert syn på naturopplevelsen der Heidegger legger vekt på en meningsskaping som skjer ved gjensidighet mellom erfaringene det enkelte menneske har og det som fysisk er tilstede (Heidegger & Holm- Hansen 2007).

Dette stemmer også godt overens med begrepet stedkjensle slik det blir presentert av Berg (2004). Vi ser at de erfaringene og aktivitetene informantene utfører i Lillomarka har skapt en form for tilhørighet til stedet samt en ny dimensjon i form av personlig opplevelseskvalitet. Disse assosiasjonene og minnene kan noen ganger være sterke og vi opplever at en del av disse hendelsene danner minner for informantene som de henter frem igjen og som de gjerne vil dele. Slike hendelser ser ut til å være med å forme deres forhold til naturen og de følelser en knytter til det de ser og opplever.

## **6.5 Holdninger til tilrettelegging**

Gjennom intervjuene var det tydelig at informantene hadde forskjellig syn på hva de selv foretrakk å bruke når det gjaldt tilrettelegging i skogen. Flere fortalte at de helst ikke ønsket å gå på grusvei og at de som regel brukte mindre stier og unngikk blå- og rødmerkede stier. Andre fortalte at de foretrakk disse stiene og at de også likte at det var benker de kunne raste ved underveis. De fleste påpekte at det er fint at det går noen grusveier inn i området blant annet fordi det gjør at de selv kommer seg lenger inn i skogen raskere med for eksempel sykkel, selv om de ikke foretrakk disse veiene til fots. Noen la også vekt på at grusveier er fint for eldre, barnefamilier og de med handikap. Et par stykker fortalte at de selv hadde benyttet seg av disse når de hadde små barn. De fleste sier imidlertid at de foretrekker å gå på mindre stier, men at de brukte grusveiene om vinteren når de var preparert til skiløyper eller som transportetapper. Undersøkelsen vår viser imidlertid at det er flere likhetstrekk hos informantene når det gjelder hva de tolererer av tilrettelegging.

De fleste er imidlertid klare på at det ikke trengs flere grusveier eller annen tilrettelegging i Lillomarka. Argumentet for dette var at tilrettelegging og tilgjengelighet gjør noe med et sted. Flere påpekte at på steder som er mer tilrettelagt og tilgjengelige er det flere mennesker, mer slitasje og ofte mer søppel. En fortalte om et område i nærheten av der han bor som har blitt ødelagt av for mye tilrettelegging. Det ble påpekt at dette kunne ødelegge den kvaliteten, ro og stillhet som de søkte i skogen og en uttrykte det slik:

*Men det er jo enkelte ting som bare ikke lar seg gjøre med å tilrettelegge uten at man samtidig ødelegger kvaliteten i det. (Mann 37 år)*

Videre var de fleste klare på at tilrettelegging hørte hjemme i de bebyggelsesnære områdene og at de mer utilgjengelige og urørte må få lov å være nettopp slik. En forklarte det på denne måten:

*Det er bra med variasjon, men det må ikke være for mye av de voldsomt tilrettelagte veiene, ikke i de mest urørte områdene i alle fall. (Mann 53 år)*

Det ble lagt vekt på at man ikke burde ha mer skilting i Lillomarka, spesielt ikke i de urørte områdene. En påpekte at han synes det trengs en viss form for merking for å få folk ut i skogen men at dette først og fremst bør finnes i de bebyggelsesnære områdene. Han uttrykte det slik:

*Skogen den omslutter deg, den lager et lukket rom, noe som er litt mystisk. Og det er klart, det å lokke folk ut i skogen for å oppleve de gledene som er å finne her så trenger man noe tilrettelegging. Men man skal være litt tilbakeholden også, slik at det er mulig for folk å ta det neste skrittet og begynne å utforske selv. Hvis alt er tilrettelagt så blir det kjedelig; da blir det Disney. (Mann 46 år)*

## **6.6 Brukergrupper i friluftslivet**

Det er gjort flere forsøk på å definere brukergrupper i friluftslivet. Vistad (2009) deler brukere inn i gruppene; purist, mellompurist og lavpurist etter deres ideelle friluftsområde. Som vi ser av det overstående var de fleste av informantene våre svært varierte og nyanserte når det gjaldt hvilke områder de gikk på tur i og hvorfor. Vårt inntrykk var at informantene i sitt hverdagsfriluftsliv ikke representerte ytterpunkter på purist - lavpuristskalaen. For det første fant vi at stillhet og ro fremstår som overordnet for alle informantene og at å ønske seg denne kvaliteten dermed ikke forbeholdt de som foretrekker områder med eventyrskogkarakter. Som vist over er ikke stillhet og ro sidestilt med å være alene. Det handlet mer om hvem man møter, hvor mange og eventuelt tempoet på disse. Vi ser videre at informantenes preferanser er avhengig av situasjonen for den enkelte, noe som varierer med ymse rammefaktorer og også gjennom livsløp. Det er kanskje nettopp derfor de fleste av informantene fremsto som samstemte i forhold til at det skulle finnes et variert tilbud i skogen. Vi fant at informantene er relativt enige i hvor mye tilrettelegging som skal finnes i Lillomarka selv om det er tydelig at informantene er delt i forhold til hvilke områder de selv ønsker å bruke når det gjelder tilrettelegging. Det er ikke slik at de informantene som foretrakk mer urørt natur ønsket at hele Lillomarka skulle være urørt, på samme måte ønsket ikke informantene som foretrakk tilrettelagt natur at det skulle legges veier over alt. De var enige om at tilrettelegging må finne sted i bebyggelsesnære områder og at områder med eventyrskogkarakter må få bli urørt. Selv om vi så trekk hos enkelte fremsto det svært vanskelig å plassere informantene på ytterpunktene på purist-lavpuristskalaen.

Vi ser av dette at det kan være vanskelig å bruke ideelle preferanser som et forvaltningsverktøy for nærnatur fordi disse først og fremst vil være gjeldende for bruk av områder til favorittfriluftsliv. Hverdagsfriluftslivet ser derimot ut til å være preget av en rekke faktorer som vil virke inn på valg av turområde for den enkelte og er derfor svært stedsbestemt.

## **6.7 Friluftslivsbegrepet**

Svært mange av informantene våre understrekte at de foretrakk det enkle, lite utstyrkrevende friluftslivet som baserer seg på å finne en form for stillhet og ro. Dette stemmer godt overens men *St. meld. Nr. 39. (2000-2001): Friluftsliv – En vei til høyere livskvalitet* som fremmer det enkle friluftslivet og aktiviteter som ikke er preget av konkurranse og motorisert ferdsel. Friluftsliv er i stortingsmeldingen definerer som «opphold og fysisk aktivitet i fritiden med sikte på miljøforandring og naturopplevelse».

Definisjonen har tidligere blitt kritisert fordi bruk av ordet «miljøforandring» impliserer at man må reise langt for å utøve friluftsliv. I tråd med tidligere forskning viser vår undersøkelse at dette ikke er tilfellet i Lillomarka. Lillomarka må kunne sies å være nærnatur og de fleste av informantene bor i skogens umiddelbare nærhet. Betydningen av å ha naturen såpass nære er tydelig og flere bruker den opp til flere ganger i uken. De fleste understrekte imidlertid at de oppsøker Lillomarka nettopp med tanke på en kontrast til hverdagen og at det hjelper dem å slappe av. På denne måten representerer Lillomarka en form for miljøforandring som er dem mer eller mindre bevisst. At skogen representerer en form for miljøforandring kan imidlertid ses som et middel for å oppnå de positive effektene denne miljøforandringen gir. Definisjonen kunne derfor klarer uttrykke det folk søker når de er i skogen, som er en form for restituering.

## 7. Konklusjon

Vi har i arbeidet med denne oppgaven undersøkt hva friluftsliv og naturopplevelse betyr for et utvalg brukere av Lillomarka. Vi har sett på hvilke landskapselementer det er som foretrekkes og om dette samstemmer med § 11 i markaloven. Vi har i tillegg sett på betydningen av individuelle, situasjons- og stedsbestemmende faktorer som påvirker disse preferansene. Flere av våre funn var forventet, men det har også blitt gjort en del funn som kom til syne i løpet av intervjuene.

Når det gjelder betydningen av friluftsliv og naturopplevelse for informantene har muligheten til å være i skogen vist seg å være svært viktig. Naturen så ut til å representere en viktig kilde til både fysisk og psykisk rekreasjon i form av mosjon, stillhet, ro, glede og inspirasjon. Dette så ut til å bidra til en berikelse av hverdagen for våre informanter og gi dem et nytt perspektiv på livet når de trengte det. De positive helsemessige effektene av dette var det flere som var seg bevisste.

Vi fant at preferanser for landskapselementer settes høyt, og at disse, i stor grad, samsvarer med markalovens § 11. Kriteriene for områdevern etter § 11 i markaloven representerer de fysiske kvalitetene ved et område. Selv om vi har funnet at preferansene beskrevet i Ot. prp. nr. 23 i stor grad samsvarer med de preferansene vi har funnet og at dette er områder folk finner finere enn andre områder, er det enkelte av kriteriene som blir nevnt oftere enn andre. Variasjon ble nevnt av samtlige av informantene som positivt. Variasjon er imidlertid et begrep som er svært vidt og som rommet mange av de andre kvalitetene, spesielt var åpenhet, utsikt, vann og myr ofte nevnt i samme sammenheng. Det er også tydelig at begrepet variasjon ikke innebar det samme for de ulike informantene. Variasjon ble ofte nevnt på steder som skilte seg ut fra andre områder vi hadde vært i, men det var ikke en entydig sammenheng mellom områdene og kvalitetene som skapte denne preferansen. Noe som er interessant er at det var svært ulikt hva informantene fremhevet som variert, men de var samstemte i hva de mente *ikke* var variert slik som plantefelt og natur som fremsto ensartet. På hvilken skala variasjon ble omtalt er også her viktig fordi noen nevner det ved utsiktspunktet og snakker om de store variasjonene i treslagssammensetning, mens andre snakker om nyansene i grønnfargen på skogbunnen. Sånn sett er variasjon et vanskelig begrep å bruke fordi det innebærer så mye forskjellig for mennesker. Variasjon ble imidlertid nevnt også i forbindelse med det motsatte av konstruert og menneskeskapt natur, natur med opprinnelighet eller urørt preg. Flere beskrev slik natur som spennende, mystisk, trolsk og

interessant og med innhold av særpregede elementer som flere fant fascinerende. Også her var ikke informantene samstemt i hva de betraktet som urørt og særpregt. Av enkelte ble Slengfedalen beskrevet som urskog, mens andre informanter ønsket at den skulle vært enda villere og eldre og beskrev trærne som kjedelige. Videre syntes det spesielt viktig for informantene at naturen inneholdt en stillhet og ro skapt av skogens lyder og den visuelle stillheten som enkelte landskap så ut til å kunne fremkalle. Dette har en klar sammenheng med det overordnede formål som mange har når de søker seg ut i skogen; å finne en slags indre stillhet og ro som også ser ut til å være essensielt for å oppnå en restituerende effekt.

Som vi ser over finner vi at flere av kriteriene i § 11 blir nevnt i sammenheng med hverandre. De kan derfor være vanskelig å ta ut av en sammenheng og måle, både fordi de innebærer forskjellig mening for informantene og fordi de alltid vil oppfattes i lys av de områdene og elementene som er omkringliggende. Dette ser vi særlig gjennom den opptattheten informantene viser for kontraster. Vi ser også at informantene legger merke til forskjellige kvaliteter i forskjellige områder og at det er en variasjonsrikdom i hva de verdsetter. De enkelte kvalitetene som nevnes overlapper i stor grad og helheten av friluftsområdet er derfor viktig. Informantene er imidlertid også klare på at det er enkelt elementer fra kriteriene i § 11 som kan overskygge andre kriterier. Og derfor kan et element i enkelte situasjoner og på bestemte steder telle mer enn summen av alle elementene til sammen. Mye av en kvalitet bør derfor også kunne veie tungt i en verneprosess.

Undersøkelsen viser at det i tillegg til de fysiske kriteriene i markalovens § 11, er andre faktorer som har betydning for valg av turområde. Hvordan og hvor informantene gikk på tur viste seg å være situasjonsbestemt og varierte fra dag til dag, uke til uke og år til år hos de forskjellige informantene. Videre var dette også påvirket av livssituasjonen til den enkelte. Erfaringer gjort tidligere i livet, kunnskap og nysgjerrighet har vist seg også å kunne påvirke naturopplevelsen til informantene. Disse faktorene var i enkelte tilfeller samstemt med ønske om å gå i områder med eventyrskogkarakter, men de gjorde også at det var andre områder som ble foretrukket i andre tilfeller. På den måten kan eventyrskog være viktig i en sammenheng, men ha mindre verdi i en annen sammenheng for det samme individet. At disse områdene finnes, at de kan oppsøkes ved behov og at de kan fremkalle dem i tankene sine representerer en verdi for mange.

Undersøkelsen viser også at det finnes faktorer som aktivt kan forhindre informanten fra å ta i bruk enkelte områder. Dette kan være elementer som forstyrrer opplevelsen deres, som andre

mennesker, tegn på dette eller andre menneskelige inngrep. Det var imidlertid svært få av informantene som tidligere hadde vært i Slengfedalen, selv om den inneholdt flere av landskapselementene som informantene satte høyt og at det var svært lite tegn på menneskelig aktivitet der. Noen av informantene fortalte at det krever mer planlegging og dermed mer tid hvis de skal oppsøke slike områder. Enkelte av informantene har imidlertid forklart at de kan hindres fra å bruke områder som Slengfedalen fordi de ikke vet om dem, fordi de syntes det er ufremkommelig, fordi de er redd for å gå seg bort eller fordi de er redd for å falle og at det ikke skal komme andre forbi. Dette var både knyttet til informantens følelse av mangel på kunnskap og evner til å orientere seg, men også til informantens livssituasjon. Enkelte fortalte at de foretrakk å gå i områder med sti og hvor det var andre mennesker slik at disse hindringene ble mindre. Vi har funnet at det ikke kun er avstand og tid som hindrer informantene fra å bruke disse områdene men også andre faktorer; noen knyttet til stedet andre til individet.

Det kan tenkes at en del av disse hindringene kan reduseres hvis man tilrettela mer i disse områdene. Å legge sti og skilte kan være noen av disse tiltakene. Bedre informasjon om hvor man kan gå kan være en annen. Enkelte av informantene uttrykte at de brukte mer tilrettelagt natur hvor det var lett å komme frem til enkelte formål, og at de satte pris på at det fantes noe form for tilrettelegging. Vi finner imidlertid at de fleste av brukerne mente at tilretteleggingen som var i Lillomarka var god nok, at de ikke ønsket videre tilrettelegging spesielt ikke i de mer urørte områdene. Det syntes viktig at de mer urørte områdene må forbli så urørte som mulig, og at det er der kvaliteten til disse områdene ligger. Dette fordi tilrettelegging gjør noe med et sted i form av flere mennesker, inngrep og slitasje. På samme måte var det ingen som tok til ordet for å fjerne død ved i slike områder.

En løsning på dette problemet kan være å forsøke å konsentrere informasjon, skilt og tilrettelegging til områdene utenfor og ha noen sentrale stier inne i området, mens resterende har så lav grad av tilrettelegging som mulig. På den måten kan tilrettelagte områder fungere som innfallsporter til de mer urørte områdene. Tilrettelegging er sånn sett en mulighet for folk til å komme inn i skogen slik at de kan ta det neste skrittet og utforske videre selv hvis de skulle ønske det. Disse områdene blir dermed også viktig for friluftslivet, ikke bare foretrekkes de av enkelte men de legger også til rette for at flere kommer inn til de mer urørte områdene og eventyrskogene kan da komme flere til gode.

Det kan i denne sammenheng være viktig at det finnes områder med elementer av eventyrskogkarakter i de mer bynære områdene av Oslomarka også. På den måten kan de som forhindres i å bruke disse områdene på grunn av forskjellige årsaker også ta dem i bruk. Vi finner at informanter som uttrykker at de ikke alltid kan ha en stor radius på turene sine, som barnefamilier og pensjonister, også ønsker å kunne bruke områder med eventyrkarakter og foretrekker dette når de er på tur. Det er da viktig at disse også er lett tilgjengelige selv om de ikke i stor grad er tilrettelagt. Det er videre viktig at områder som er mer tilrettelagt også inneholder elementer av eventyrskog, siden disse tydelig er å foretrekke fremfor plantet skog.

En av årsakene til et samstemt ønske blant informantene om et variert tilbud kan finnes i den enkelte bruker. Som tidligere nevnt har vi funnet at det enkelte individs preferanser, ønsker og behov for natur varierer med tid, fra dag til dag og gjennom livet. Man skal derfor være forsiktig med å plassere individer i brukergrupper da disse kan variere i tid og sted, til og med på samme tur. Dette viser at de mer tilrettelagte områdene i visse faser av livet eller kan i enkelte deler av livet være de man bruker mest og de man foretrekker på samme måte som eventyrskog kan være det viktigste i andre sammenhenger eller faser av livet. Dette er kunnskap som ikke hadde kommet frem gjennom et spørreskjema med forhåndsdefinerte kategorier. Det er derfor viktig at en forvaltningsstrategi som skal ivareta et variert spekter av preferanser må ha kunnskap om denne. Siden dette også er situasjonsbestemt, variert fra individ til individ og stedsbestemt er det vanskelig å avdekke uten å snakke med brukerne av området.

## **7.1 Avslutning**

Vi har funnet flere fellestrekk, men også en rekke variasjoner både innad i det enkelte individ og mellom informantene. Undersøkelsen viser at det ikke kun er de fysiske preferansene i markalovens § 11 som bestemmer informantenes bruk av skogen, men at også andre faktorer spiller inn, og disse er situasjonsbestemte, stedsbestemte, avhengig av tidligere erfaringer, kunnskap og livssituasjon. Både urørt natur og mer tilrettelagt natur har verdi for informantene og de fleste er fornøyd med den graden av tilrettelegging som finnes i dag. Studien vår viser at informantene opplever at det er de urørte områdene som er mest sårbare når det gjelder fremtidige inngrep, som for eksempel hogst, rydding og tilrettelegging. Videre viser vi at informantene er mer tolerante til inngrep i områder hvor det allerede finnes slik menneskelig påvirkning. Vi ser imidlertid at det som blir betraktet som minst likt og med minst bruksverdi er områder som er kjedelige og monotone som plantet skog, ungskog og områder med store hogstflater og rotete hogstmetoder; altså skog som er et resultat av det

moderne skogbruket. Dette gjelder generelt i hele studieområdet og ikke kun i de urørte områdene selv om det gjør seg mer gjeldende der. Det vil dermed si at så lenge det generelle markaverket ikke har mulighet for å sette begrensninger for skogbruket burde mer tilrettelagte områder også inkluderes i § 11 vernet. Dette tilsier at det bør innhentes informasjon om områdets faktiske bruk og tilgjengelighet og at denne informasjonen blir inkludert i verneprosessen på lik linje med de fysiske kriteriene. Derfor, ut fra våre funn, bør områder som vernes etter § 11 kunne inneholde *både* områder med eventyrskogskarakter og tilgrensende områder, selv om disse mangler elementer av eventyrskogskarakter. Mye av den kunnskapen vi har innhentet gjennom denne studien er kunnskap som vanskelig hadde fremkommet gjennom et spørreskjema med forhåndsdefinerte kategorier. En bredere inkludering av brukerne i verneprosessen ved hjelp av metoder som kan belyse disse sidene ved bruk er dermed nødvendig.

## **7.2 Videre forskning**

Vern av områder basert på naturopplevelse og friluftsliv er nytt i Norge. Vi ser fra vår undersøkelse at bruk og idealpreferanser ikke alltid stemmer overens. Det vil derfor være interessant for videre forskning å undersøke hvordan man kan utvikle metoder for en bedre inkludering av bruk i verneprosesser som omhandler friluftsområder. Vår undersøkelse benytter seg av en datainnsamling som er svært resurs- og tidkrevende. I områder hvor man har en stor brukergruppe vil denne metoden kunne vise seg vanskelig å anvende. En belysning av andre aktuelle metoder for å inkludere bruk på en god måte hadde i den sammenheng vært interessant. En tilnærming kunne vært å se på medvirkningsmetoder benyttet i øvrige planprosesser. Vi ser videre fra vår undersøkelse og fra tidligere forskning at et av de viktigste motivene for å oppsøke skog og natur er den restituerende effekten denne har på mennesket. I en sammenheng hvor man ønsker å verne for friluftslivet hadde det dermed vært interessant å se om områder som inneholder idealpreferanser er områder som skaper best restituerende effekt.



## 8. Referanser

- Aaraas, J. (2010). *Kampen om Mosseskogen "Sense of place" som drivkraft for lokal mobilisering for bevaring av bynære friluftsområder*. Masteroppgave. Ås: Universitetet for miljø- og biovitenskap, Institutt for Lanskskapsplanlegging. 61 s.
- Aasetre, J. (1992). *Friluftsliv og skogbruk: en litteraturstudie*. NINA utredning, b. 034. Trondheim: NINA. 52 s.
- Aasetre, J. (1993). *Miljøpreferanser i Nordmarka: resultater fra en åpen intervjuundersøkelse*. NINA oppdragsmelding, b. 205. Trondheim: Norsk institutt for naturforskning. 46 s.
- Aasetre, J. (1994). *Friluftsliv i bynære skogområder: en undersøkelse blant turgåere i Skien og Oslo*. NINA oppdragsmelding, b. 325. Trondheim: Norsk institutt for naturforskning. 68 s.
- Aasetre, J. & Gundersen, V. (2009). Verdier i bynær skog. *Oppdragsmelding for skog og landskap 02/2009*. Ås. 69 s.
- Abel, K., Berntsen, B. & Hågvar, S. (2011). *Norsk urskog og gammelskog*. [Oslo]: Unipub. 341 s.
- Andersen, G. & Frigard, K. (2009). Verneplan 1 for eventyrskoger i marka. Oslo: Naturvernforbundet i Oslo og Akershus. 104 s.
- Appleton, J. (1975). *The experience of landscape*. London: Wiley. xiii, 293 s.
- Axelsson Lindgren, C. (1990). *Upplevda skillnader mellan skogsbestånd: rekreations- och planeringsaspekter*. Stad och land: rapport, b. 87. Alnarp.
- Berg, N. G. (2004). *Mennesker, steder og regionale endringer*. Trondheim: Tapir akademisk forl. 227 s.
- Berntsen, B. (1984). *Marka: natur, kulturminner, friluftsliv og naturvern i Oslomarka*. Østlandske naturvernforenings småskrifter, b. 12. [Oslo]: Foreningen. 60 s.
- Bortne, Ø., Selle, P. & Strømsnes, K. (2002). *Miljøvern uten grenser?* Oslo: Gyldendal akademisk. 171 s.
- Bugge, J. & Reusch, C. H. P. (2010). *Håndbok for markaloven*. Oslo: Oslo og omland friluftsråd. 78 s.
- Clemetsen, M., Krogh, E. & Thorén, A.-K. H. (2011). Landscape perception through participation: developing new tools for landscape analysis in local planning processes in Norway. I: *The European Landscape Convention: challenges of participation*, s. 219-237. Dordrecht: Springer.

- Forskrift om skogdrift Oslo mfl. (1993). *Forskrift om skogbehandling og skogdrift i Oslo og nærliggende kommuner (Marka), Røyken, Lier, Hole, Ringerike, Jevnaker, Lunner, Asker, Bærum, Oslo, Nittedal, Nannestad, Gjerdrum, Skedsmo, Lørenskog, Rælingen, Enebakk, Ski og Oppegård kommuner, Akershus, Buskerud og Oppland av 02.april 1993 nr. 268.*
- Frivold, L. H. & Gundersen, V. S. (2009). *Skog for folk flest: en gjennomgang av kvantitative spørreundersøkelser fra Norge, Sverige og Finland*. INA fagrapport, b. 13. [Ås]: Institutt for naturforvaltning, Universitetet for miljø- og biovitenskap. 43, 4 s.
- Gadamer, H.-G., Jørgensen, A. & Darling Nielsen, K. (2007). *Sandhed og metode: grundtræk af en filosofisk hermeneutik*. København: Academica. XXVIII, 521 s.
- Gangdal, J. (2011). *Drømmen om marka: 100 års kamp for friluftsliv*. Oslo: Aschehoug. 233 s.
- Geocaching.no. (2012). Tilgjengelig fra: [www.geocaching.no](http://www.geocaching.no) (lest 10.08.2012).
- Gundersen, V., Skår, M., Tangeland, T. & Vistad, O. I. (2011). Særskilt vern av friluftsområder i Oslomarka etter markaloven § 11. Kunnskapsgrunnlag, kriterier og registreringsmetode. *NINA rapport 664*. Lillehammer: Norsk institutt for naturforskning. 75 s.
- Gundersen, V. (2012). (pers.med. 26.07.2012).
- Gundersen, V. S., Frivold, L. H., Lofstrom, I., Jørgensen, B. B., Falck, J. & Øyen, B.-H. (2005). *Urban woodland management in Norway: integrating aesthetic and ecological elements in silviculture*. Ås: UMB.
- Gundersen, V. S. & Christensen, H. M. (2008). *Skogbruk og friluftsliv i bynære skoger: hvilke ønsker har dagens brukere av utmark?* NORSKOG-rapport, b. 2008-1. Oslo: NORSKOG Norsk skogbruksforening. 77 bl. s.
- Gundersen, V. S. (2009). *Livet mellom trærne: en beskrivelse av forholdet mellom menneske og skog*. Forskning fra Skog og landskap, b. 8/09. Ås: Norsk institutt for skog og landskap. 38 s.
- Haakenstad, H. (1972). *Skogbehandling i et utfartsområde: en opinionsundersøkelse om Oslomarka*. Meldinger fra Norges landbrukshøgskole, b. 51:16. Ås: NLH. 79 s.
- Hague, C. & Jenkins, P. (2005). *Place identity, participation and planning*. London: Routledge. XX, 249 s.
- Hallikainen, V. (1998). *The Finnish wilderness experience*. Metsäntutkimuslaitoksen tiedonantoja, b. 711. Helsinki: Finnish Forest Research Institute. 288 s.

- Halvorsrud, F. R. (2007). *Forvaltning av Oslomarka: en gjennomgang og analyse av intensjoner og ressursbruk fra 1970-tallet til 2005*. Oslo: F.R. Halvorsrud. 1 bl. 90 s.
- Heidegger, M. & Holm-Hansen, L. (2007). *Væren og tid*. Oslo: Pax. 460 s.
- Houge, N. (1941). *Oslomarka som naturpark: et forslag til fredning av Stor-Oslos og omliggende distrikters friluftsområder*. Oslo. 80 s.
- Hultman, S.-G. (1983). *Allmänhetens bedömning av skogsmiljöers lämplighet för friluftsliv = Public judgment of forest environments as recreation areas*. Rapport (Sveriges lantbruksuniversitet. Avdelningen för landskapsvård), b. 27-28. Uppsala: Avdelningen. 2 b. s.
- Hågvær, S. & Støen, H. A. (1996). *Grønn velferd: vårt behov for naturkontakt : fra bypark til villmarksopplevelse*. Oslo: Kommuneforl. 133 s.
- Ingebrigtsen, G. (1995). "Ut på tur, aldri sur?": har friluftsliv betydning for mental helse? I: *Friluftsliv: effekter og goder: referat fra forskningskonferanse*, s. 85-91. Trondheim: Direktoratet for naturforvaltning.
- Johannessen, A., Tufte, P. A. & Kristoffersen, L. (2010). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode*. Oslo: Abstrakt. 436 s.
- Kaltenborn, B. P. & Vorkinn, M. (1993). *Vårt friluftsliv: aktiviteter, miljøkrav og forvaltningsbehov*. NINA temahefte, b. 3. Trondheim: Instituttet. 141 s.
- Kaplan, R. & Kaplan, S. (1995). *The experience of nature: a psychological perspective*. Ann Arbor, Mich.: Ulrich's Bookstore. XII, 340 s.
- Kaplan, R., Kaplan, S. & Ryan, R. L. (1998). *With people in mind: design and management of everyday nature*. Washington, D.C.: Island Press. xiv, 225 s.
- Klausen, J. E. & Rommetvedt, H. (1996). *Miljøpolitikk: organisasjonene, Stortinget og forvaltningen*. [Oslo]: Tano Aschehoug. 225 s.
- Kleiven, J. (1994). Hvorfor går nordmenn tur i skog og mark? I: *Friluftsliv: effekter og goder: referat fra forskningskonferanse*, s. S. 92-106. Trondheim: Direktoratet for naturforvaltning.
- Krogh, E. (1995). *Landskapets fenomenologi*. Ås: UMB. 1 b.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Interview: introduktion til et håndværk*. København: Hans Reitzel. 376 s.
- Larsen, Ø. S. (2008). *Skogbrukslære: skogskjøtsel, utmark, økonomi : lærebok i felles programfag for Vg2 skogbruk*. Oslo: Tun. 310 s.

- Lind, T. (1973). *Skogsdrift og friluftsliv i Oslomarka: skogsdriftens konsekvenser for naturopplevelse og friluftsliv*. Arbeidsrapport, b. 23/73. Oslo: Norsk institutt for by- og regionforskning. 65 s.
- Lind, T. (1974). *Friluftsliv i Oslomarka: analyse av en intervjuundersøkelse om publikums bruk av og krav til Oslomarka*. Arbeidsrapport, b. 8/74. Oslo: Norsk institutt for by- og regionforskning. VI, 96 s.
- Lindhagen, A. (1996). *Forest recreation in Sweden.: four case studies using quantitative and qualitative methods*. Rapport, b. 64. 1996. Uppsala: Institutionen.
- Lov om friluftslivet. (1957). *Lov om friluftslivet (friluftsløven) av 28. juni 1957 nr.16*.
- Lutro, O. & Nordgulen, Ø. (2008). *Oslofeltet: berggrunnskart*. 1 kart. Trondheim: Norges geologiske undersøkelse.
- Løseth, F., Finne, M. & Heimstad, R. (2012). Kartlegging av frilufts- og naturverider i 32 utvalgte områder i Oslomarka. Oslo: Fylkesmannen i Oslo og Akershus. 506 s.
- Markaloven. (2009). *Lov om naturområder i Oslo og nærliggende kommuner (markaloven) av 05. juni 2009 nr. 35*.
- Miljøverndepartementet. (1976). *Utkast til flerbruksplan for Oslomarka*. Oslo: Miljøverndepartementet. 118 s.
- Miljøverndepartementet. (2009). *Markalov for Oslo pressemelding*. Tilgjengelig fra: <http://www.regjeringen.no/nb/dep/md/tema/friluftsliv/markalov.html?id=445741> (lest 15.02.2012).
- Naturmangfoldloven. (2009). *Lov om forvaltning av naturens mangfold (naturmangfoldloven) av 19.06.2009 nr. 100*.
- Nordisk ministerråd. (2009). *Naturopplevelse, friluftsliv og vår psykiske helse: rapport fra det nordiske miljøprosjektet "Friluftsliv og psykisk helse"*. København. 136 s.
- Odden, A. (2008). *Hva skjer med norsk friluftsliv?: en studie av utviklingstrekk i norsk friluftsliv 1970-2004*. Trondheim: Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet. 318, 6 s.
- Ohlson, M. & Tryterud, E. (1999). Long-term spruce forest continuity - a challenge for a sustainable Scandinavian forestry. *Forest Ecology and Management*, 124 (1): 27-34.
- Oslo kommune bymiljøetaten. (2011). *Undersøkelse om bruk av Oslomarka*. Synovate. 36 s.
- Oslo kommune Friluftsetaten. (2007). *Flerbruksplan for Oslo kommunes skoger 2007-2015*. Oslo. 205 s.
- Ot.prp. nr 23 (2008-2009). *Om lov om naturområder i Oslo og nærliggende kommuner (markaloven)*. Miljøverndepartementet. 57 s.

- Plan og bygningsloven -pbl. (2008). Lov om planlegging og byggesaksbehandling (Plan og bygningsloven) av 27 juni 2008 nr. 71.
- Postholm, M. B. (2005). *Kvalitativ metode: en innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier*. Oslo: Universitetsforl. 242 s.
- Reitan, M. (1998). *Interesser og institusjoner i miljøpolitikken*. Oslo: The Department. 228 s.
- Relph, E. (1976). *Place and placelessness*. London: Pion Limited. 156 s.
- Rolstad, J., Aanderaa, R. & Søgne, S. M. (1996). *Biologisk mangfold i skog: kunnskaper for bærekraftig forvaltning*. Oslo: Landbruksforl. 110 s.
- Ryen, A. (2002). *Det kvalitative intervjuet: fra vitenskapsteori til feltarbeid*. Bergen: Fagbokforl. 317 s.
- Skår, M. (2010). *Experiencing nature in everyday life*. Ås: Universitetet, UMB.
- St.meld. nr. 39 (2000-2001). *Friluftsliv- En vei til høyere livskvalitet*. Miljøverndepartementet. Oslo.
- St.meld. nr. 40 (1986-1987). *Om friluftslivet*. Miljøverndepartementet. Oslo.
- Statistisk sentralbyrå. (2012). *Befolkningsvekst rundt Oslo*. Tilgjengelig fra: <http://www.ssb.no/ssp/utg/201005/02/> (lest 15.01.2012).
- Statens Kartverk. (2001). *Turkart Lillomarka, sommer/vinter*. Hønefoss: Lillomarka Orienteringslag.
- Strumse, E. (2007). Psykologiske perspektiver på forholdet mellom menneske og natur. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 44 (8): 988-990.
- Søgaard, G., Eriksen, R., Astrup, R. & Øyen, B.-H. (2012). Effekter av ulike miljøhensyn på tilgjengelig skogareal og volum i norske skoger. 02/2012: Norsk institutt for skog og landskap. 38 s.
- Tordsson, B. (2003). *Å svare på naturens åpne tiltale: en undersøkelse av meningsdimensjoner i norsk friluftsliv på 1900-tallet og en drøftelse av friluftsliv som sosiokulturelt fenomen*. Oslo: Norges idrettshøgskole, Institutt for samfunnsfag. VIII, 478 s.
- Vaage, O. F. (2004). Trening, mosjon og friluftsliv: resultater fra Levekårsundersøkelsen 2001 og Tidsbruksundersøkelsen 2000. Oslo: Statistisk sentralbyrå. 63 s.
- Valentine, G. (1997). Tell me about...: using interviews as a research methodology. I: *Human Geography -A guide for students doing a research project*, s. 110-126: Harlow: Addison Wesley Longman Limited.
- Vorkinn, M., Vittersø, J. & Riese, H. (2000). *Norsk friluftsliv - på randen av modernisering?* ØF-rapport, b. nr 02/2000. Hamar: Østlandsforskning. 66 s.

- Williams, D. R. & Stewart, S. I. (1998). Sense of place: An elusive concept that is finding a home in ecosystem management. *Journal of Forestry*, 96 (5): 18-23.
- Wilson, J. Q. (1980). *The Politics of regulation*. New York: Basic Books. xii,468 s.

## Vedlegg A: Intervjuguide

| Ved lokaltetene                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Prefranser                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Tilgjenglighet                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Bruk                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Reaksjonsverdi                                                                                                                                                                                                                                                              | Annet/Eventuelt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Hvordan vil du beskrive dette området?</p> <p>a) Positivt<br/>b) Negativt</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Vann</li> <li>Grusvei</li> <li>Utsikt</li> <li>Gammelt plantefelt</li> <li>Gammel skog</li> <li>Myr</li> <li>Ungskog</li> <li>Flatehogst</li> </ol> <p>Elementer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Avstikkere</li> <li>Vann</li> <li>Variert topografi</li> <li>Spesielle formasjoner eller elementer</li> <li>Stillehet</li> <li>Variasjon</li> <li>Åpne glenner</li> <li>Landskapsrom</li> <li>Kraftlinjer, bilveier</li> <li>Industridreven skog</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Hva er viktig for deg når du velger turområde?</li> <li>Hva tror du er viktig for folk flest når de går i skogen? Er dette viktig for deg?</li> <li>Hva skal til for at en skog skal gi deg gode opplevelser?</li> <li>Hva får du i dette området som du ikke får andre steder?</li> <li>Hva blir borte for deg hvis dette området forsvant? For eksempel bygges ut eller hogges ned?</li> <li>Er det noe ved området som du synes er negativt?</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Hva betyr det å ha Osloomarka så nærmere dere bor?</li> <li>I hvilken grad ønsker du tilrettelegging i skogen?</li> </ul> <p>Sti<br/>Kart<br/>Benk</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Er det noen tiltak du skulle ønske det var mer av?</li> <li>Er det noen tiltak du ikke ønsker i skogen?</li> <li>Syntes du skogen skal stelles eller overlates til egen utvikling?</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Er det andre områder du bruker i Osloomarka enn dette?</li> <li>Hvilke områder har du brukt?</li> <li>Hva er det ved disse områdene som gjør at du oppsøker de?</li> <li>Er det noen steder du velger å unngå? Hvorfor?</li> <li>Er det noen spesielle steder i Osloomarka som betyr mye for deg/du setter høyere enn andre? Hvorfor det, og hvilke kvaliteter har disse områdene?</li> <li>Hvis mer urørte områder lenger inn i marka som du bruker eller evt. som du ikke bruker skulle forsvinne/hugges ned hvordan ville du reagert på det?</li> <li>Hva syntes du om at andre bruker skogen?</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Hva setter du pris på ved å være ute i naturen?</li> <li>Hva er det viktigste skogen gir deg?</li> <li>Føler du at naturen har noen virkning på helsen din? Psykisk og/eller fysisk?</li> <li>Føler du deg trygg i skogen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Er du bekymret for Osloomarka?</li> <li>Har det noen betydning for deg hvem som eier skogen?</li> <li>Vet du hvem som eier denne skogen?</li> <li>Syntes du eieren tar vare på skogen ut ifra lokalmiljøets behov?</li> <li>Føler du at det er noen konflikter i området du bruker</li> </ul> |



## Vedlegg B: Alders- og kjønnsfordeling

| Aldersfordeling                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Kjønnsfordeling                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• 20-30 år: 1 mann og 1 kvinne (totalt 2 stykker)</li><li>• 30-40 år: 1 mann og 1 kvinne (totalt 2 stykker)</li><li>• 40-50 år: 3 menn og 2 kvinner (totalt 5 stykker)</li><li>• 50-60 år: 2 kvinner og 1 mann (totalt 3 stykker)</li><li>• 60-75 år: 3 menn og 1 kvinne (totalt 4 stykker)</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Antall kvinner: 7 stykker</li><li>• Antall menn: 9 stykker</li></ul> |