

# Børnefamiliers brug af naturen

Danmarks Naturfredningsforening

August 2025



# Formål og metode

Kort beskrivelse af undersøgelsens formål og anvendt metode til indsamling og behandling af data

1



## Undersøgelsens formål

---

- Denne rapport præsenterer resultaterne af en undersøgelse, som Epinion har gennemført på vegne af Danmarks Naturfredningsforening i sommeren 2025.
- Formålet med undersøgelsen er at opnå viden om børn og børnefamiliers brug af naturen – herunder familiernes erfaring med og ønsker til naturoplevelser.
- Formålet med undersøgelsen er samtidig at opnå viden om, hvordan børnefamilierne brug af naturen har udviklet sig over tid. I 2021, 2022, 2023 og 2024 gennemførte Epinion tilsvarende målinger af børnefamilierne brug af naturen for Danmarks Naturfredningsforening, og når det er relevant sammenlignes dette års resultater, med resultaterne af målingen i 2021, 2022, 2023 og 2024. Fremgår der intet årstal på en side, er resultaterne fra 2025.

2



## Metode

---

- Undersøgelsen er gennemført som webbaserede interview blandt 1.015 forældre til børn i alderen 5 til 12 år. Hvis forældrene har flere børn mellem 5 og 12 år er de blevet instrueret i at besvare spørgeskemaet med udgangspunkt i det af deres børn, der senest havde fødselsdag.
- Data er indsamlet i perioden 4. juni – 19. juni 2025 via online panel.
- I overensstemmelse med EU's Persondata-forordning (GDPR) er alle besvarelser anonymiserede. De deltagende har været informeret om anonymitet forud for deres deltagelse i undersøgelsen.

3



## Definition af natur og læsevejledning

---

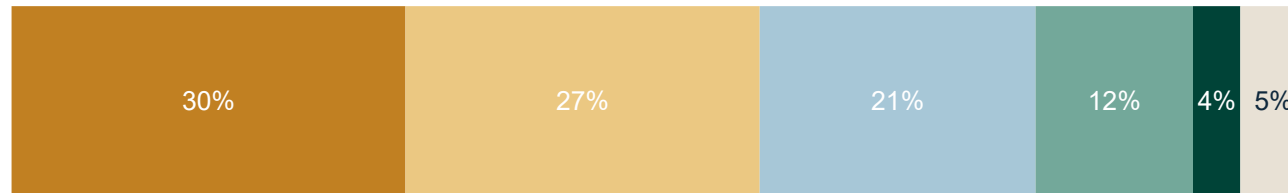
- I denne rapport er natur defineret som skov, krat, eng, hede, mark, strand, hav, sø, å, parker eller grønne områder i byen, hvor planter og dyr i nogen grad får lov til at passe sig selv. Det betyder også, at fx fortovet og fodboldbanen ikke betegnes som natur i denne undersøgelse, selvom der kan være planter og dyr sådanne steder.
- I rapporten præsenteres først undersøgelsens hovedkonklusioner

# Flere end 8 ud af 10 familier tilbringer mindre end 4 timer i naturen om ugen

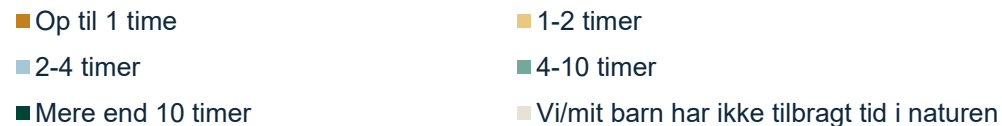
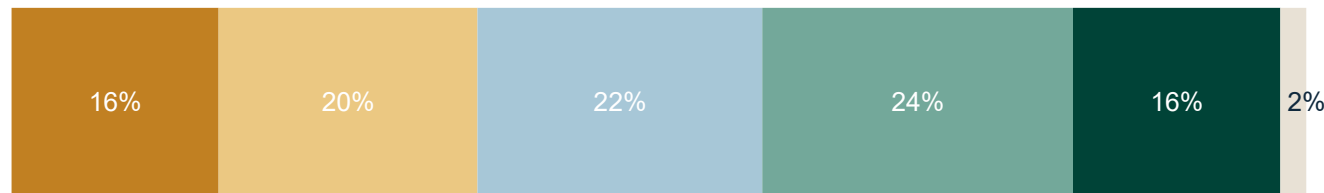
## Børnefamilier og børns tid tilbragt i naturen

N = 1.015

Hvor meget tid vil du vurdere, at **I som familie** har tilbragt sammen i naturen, hvor formålet helt eller delvist var at komme i naturen, i en typisk uge i løbet af de sidste to måneder?



Hvor meget tid vil du vurdere, at **dit barn** har tilbragt i naturen, hvor formålet helt eller delvist var at komme i naturen, i en typisk uge i løbet af de sidste to måneder?



Langt de fleste børnefamilier (83%) har tilbragt mindre end fire timer sammen i naturen i en typisk uge. **35% af børnefamilierne tilbringer højst én time sammen i naturen i løbet af en almindelig uge.**

**Det er særligt familier med større børn, som bruger meget lidt tid sammen i naturen.** 42% af børnefamilier med børn mellem 10 og 12 år har tilbragt mindre end én time i naturen i en gennemsnitlig uge, mens det samme gælder 31% af familier med børn mellem 8 og 9 år og 28% af familier med børn mellem 5 og 7 år.

Når man ser på børnene alene, bruger fire ud af 10 mere end fire timer i naturen i en typisk uge. Omvendt tilbringer næsten ligeså mange børn (38%) højst to timer i naturen om ugen.

# Børnefamilier bruger væsentligt mere tid sammen foran skærmen end i naturen

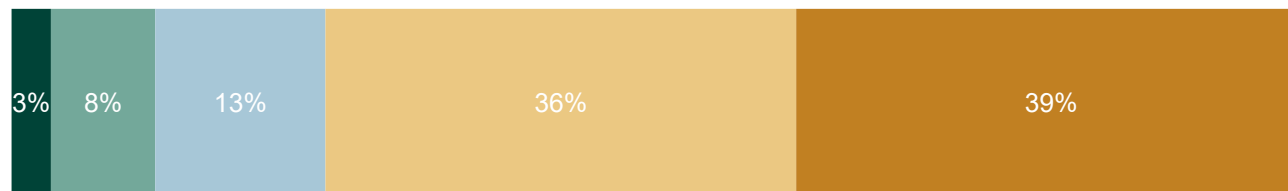
## Børnefamilier og børns tid tilbragt foran en skærm

N = 1.015

Hvor meget tid vil du vurdere, at **I som familie** har brugt sammen foran en skærm i en typisk uge i løbet af de sidste to måneder?



Hvor meget tid vil du vurdere, at **dit barn** har brugt foran en skærm i en typisk uge i løbet af de sidste to måneder?



- Op til 1 time
- 1-2 timer
- 2-4 timer
- 4-10 timer
- Mere end 10 timer
- Vi/mit barn har ikke tilbragt tid i naturen

**Ca. halvdelen af børnefamilierne (51%) tilbringer mindst fire timer sammen foran en skærm i en gennemsnitlig uge.**

Omvendt bruger omtrent hver fjerde børnefamilie højst to timer sammen foran en skærm i en typisk uge.

Ser man kun på børnene, bruger de fleste (75%) mindst fire timer foran en skærm i en typisk uge, og 39% bruger mere end 10 timer.

Note: De fulde spørgsmålsformuleringer har lydt: "Hvor meget tid vil du vurdere, at dit barn har brugt foran en skærm i en typisk uge i løbet af de sidste to måneder? Medregn venligst alle typer skærme, fx telefon, tablet, TV og computer." og "Hvor meget tid vil du vurdere, at I som familie har brugt sammen foran en skærm i en typisk uge i løbet af de sidste to måneder? Medregn venligst alle typer skærme, fx telefon, tablet, TV og computer."

# De simple naturaktiviteter, som gå- og cykelture, strand- og skovture og naturlegepladser, er de mest populære aktiviteter

Tænk på sidste gang jeres familie var i naturen sammen. Hvad lavede I ude i naturen?

N = 1.015



**Blandt børnefamilier er det at tage på tur i naturen (48%) og at tage på stranden (27%) de mest populære aktiviteter.**

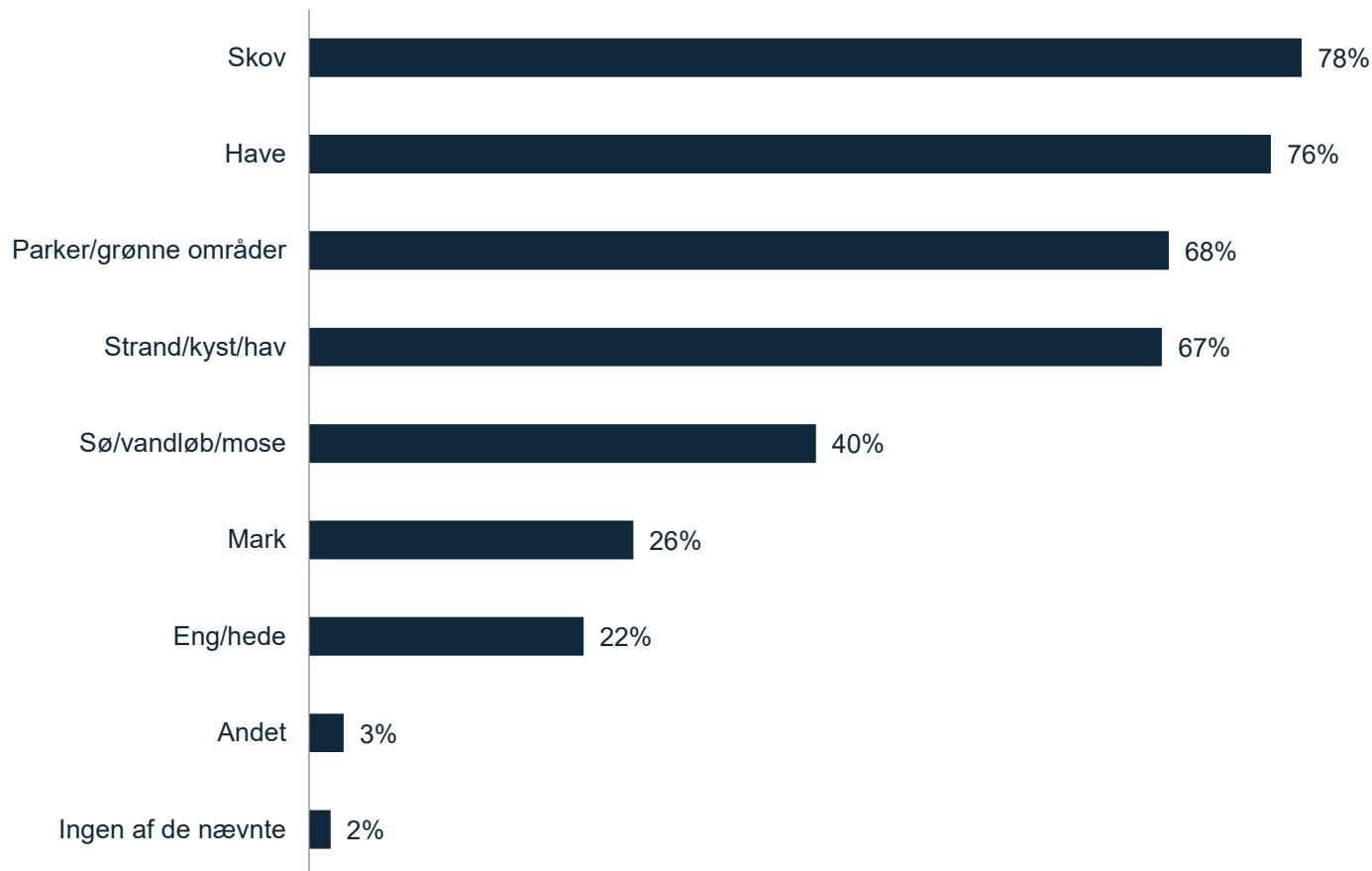
Derudover har flere af familierne været på naturlegeplads (26%), kigget efter dyr, fugle og insekter (23%) samt været på andre udflugter/aktiviteter (22%), sidst de var sammen i naturen.

Relativt mange tog også på skovtur (21%), men langt færre lavede mad i naturen (6%), samlede planter, blade, svampe eller bær (8%) eller fiskede (6%) sidste gang, de var i naturen sammen.

# Familierne opholder sig oftest i skov eller have, når de er i naturen sammen

Hvilke typer af natur har jeres familie opholdt sig i inden for de seneste to måneder?

N = 1.015



**Mere end tre ud af fire familier har opholdt sig i skov og i have i perioden fra april til juni 2025.** Lidt færre, ca. syv ud af ti, har været i parker eller grønne områder og ved stranden, kysten eller havet i perioden.

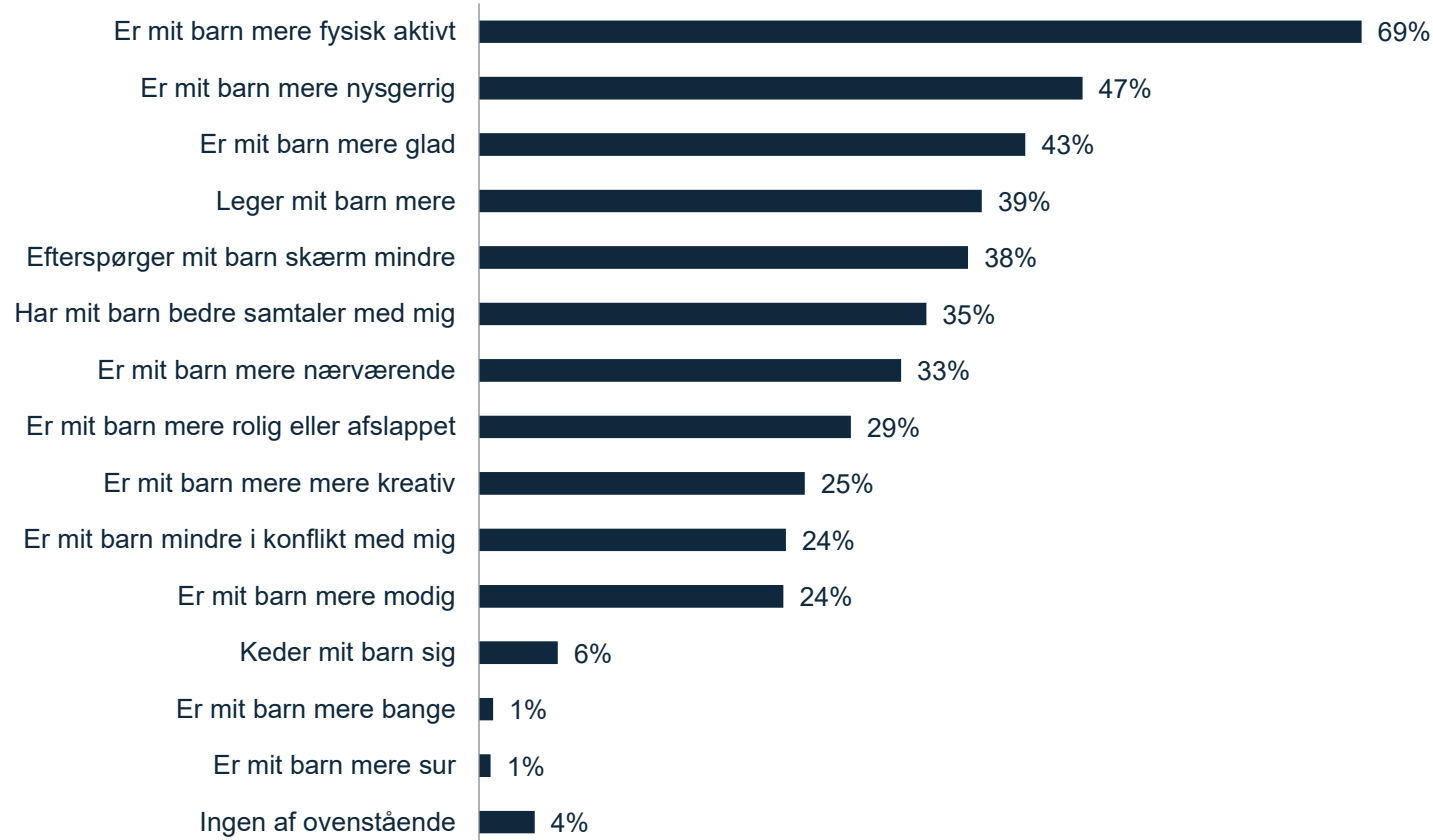
Til gengæld er der væsentligt færre, der har opholdt sig ved søer, vandløb eller moser (40%), på marker (26%) eller på eng eller hede (22%).

Familier, der er i naturen mindst én gang om ugen, og familier med mindre børn har typisk opholdt sig i flere forskellige typer natur i perioden fra april til juni 2025 end familier, der bruger naturen sjældnere end én gang om ugen, og familier med større børn.

# Forældre oplever mange positive effekter på deres børn, mens børnene er i naturen

## Hvilke af følgende oplever du, når dit barn er i naturen? Mens mit barn er i naturen...

N = 1.015



Mange forældre oplever både, at deres børn er mere aktive, når de er i naturen (69%), og at de er mere glade (43%) og nysgerrige (47%). **Samtidig oplever en stor del af forældrene, at de har bedre samtaler med deres børn, når de er i naturen (35%), og at deres børn er mere nærværende, når de er i naturen (33%).**

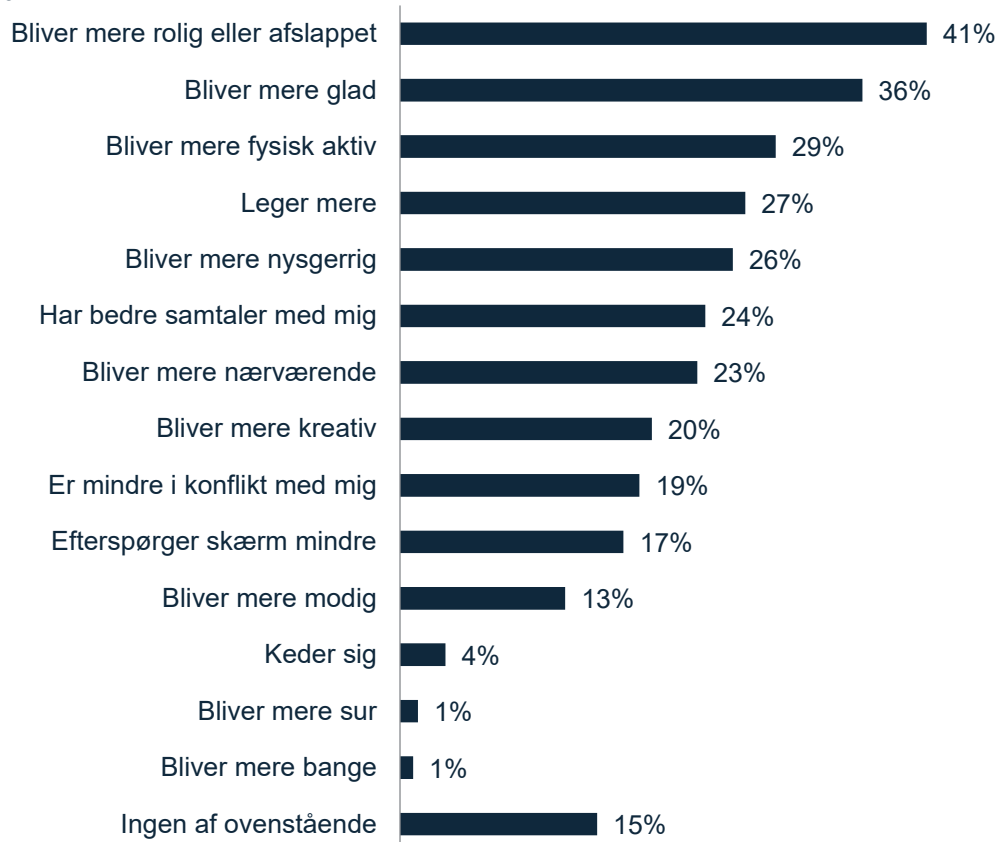
Der er kun meget få forældre (4%), der ikke oplever, at det påvirker deres børn at være i naturen, og det er samtidig få, der oplever, at naturen påvirker barnet negativt. 6% oplever, at deres barn keder sig, når det er i naturen, 1% oplever, at deres barn er mere bange, og 1% oplever, at deres barn er mere sur.

**Det er særligt forældre, der er højfrekvente naturbrugere, der oplever, at det påvirker deres børn positivt at være i naturen.** Det kan både skyldes, at de opholder sig mere i naturen og derfor er mere vant til det, eller at familier, som er højfrekvente naturbrugere, er sammen i naturen på en anden måde end lavfrekvente naturbrugere.

# Mange forældre oplever, at naturen har en positiv indflydelse på deres børn, efter at de er kommet hjem

Hvilke af følgende oplever du, efter at dit barn har været i naturen? Når mit barn har været i naturen, oplever jeg, at mit barn...

N = 1.015



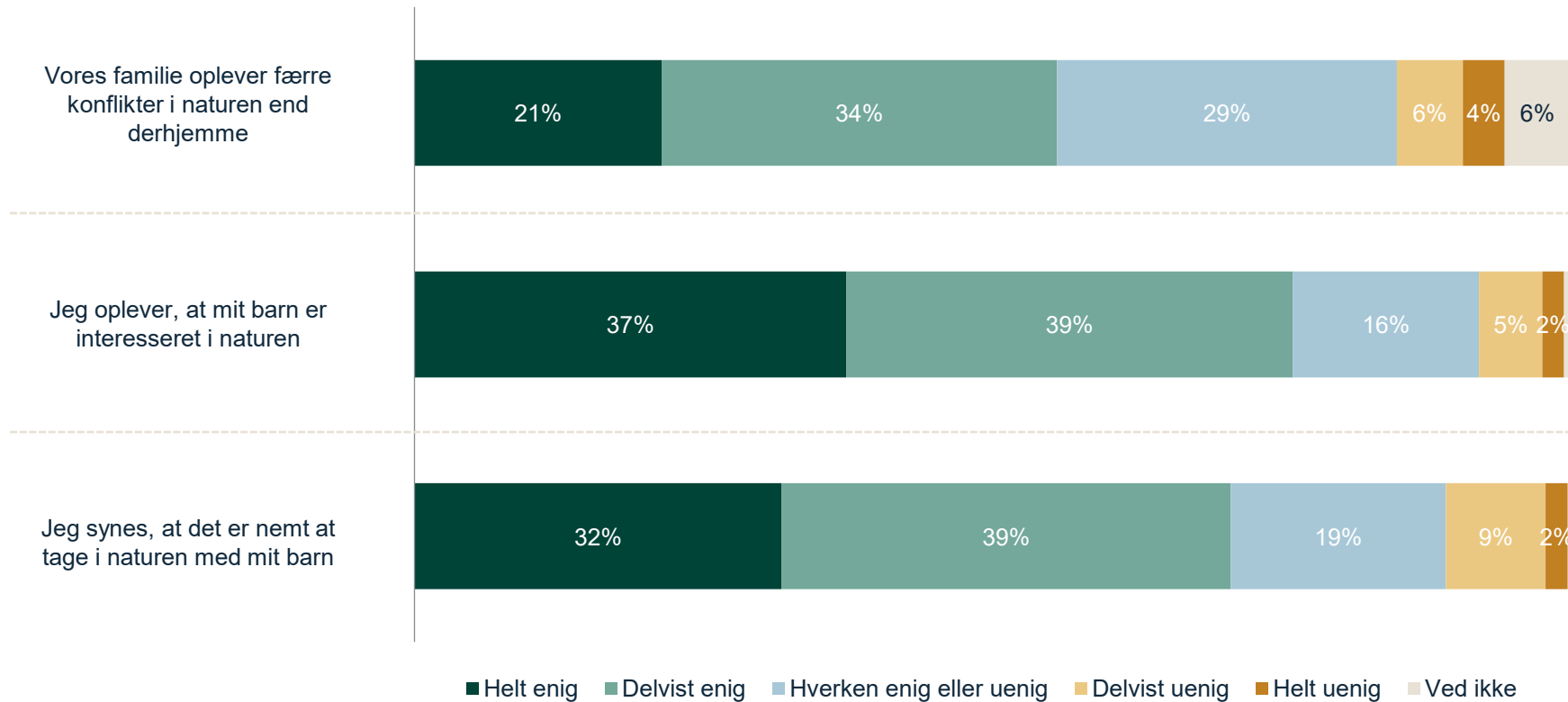
Mange forældre oplever, at de positive effekter, naturen har på deres børn, mens de er ude i naturen, også fortsætter efter, de er kommet hjem. Forældrene oplever særligt, at deres børn er mere rolige og afslappede (41%) og at de er gladere (36%) efter, de har været i naturen. 15% oplever ikke, at det påvirker deres børn, at de har været i naturen.

**Ligesom det særligt er forældre, som er højfrekvente naturbrugere, der oplever, at naturen har positiv indflydelse på deres børn, er det også langt oftest dem, der oplever, at naturen har positiv indflydelse på deres børn selv efter, de er kommet hjem.**

# De fleste forældre har nemt ved at tage deres børn med ud i naturen, og mange oplever færre konflikter, når de er i naturen

Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn:

N = 1.015



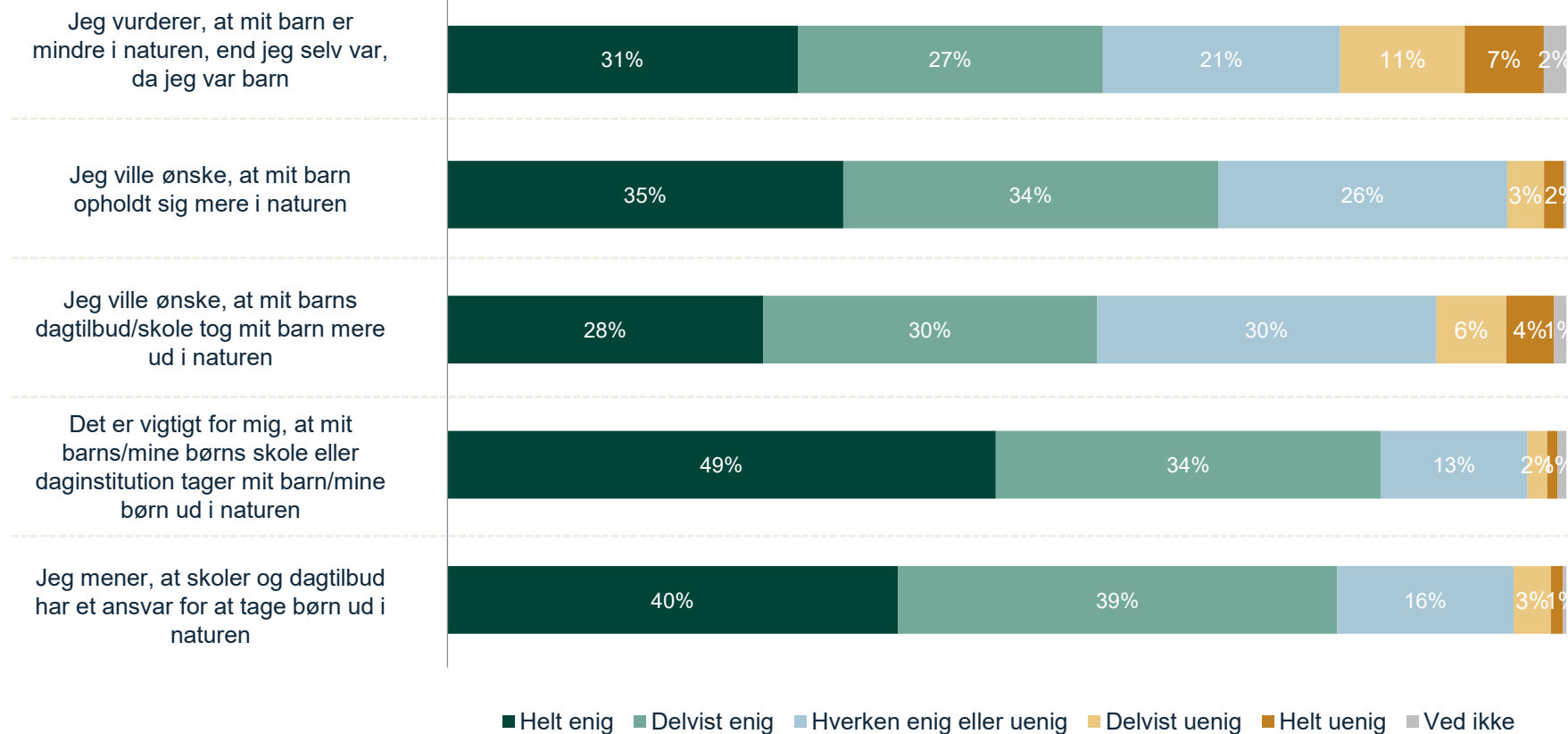
De fleste forældre oplever, at deres børn er interesserede i naturen (76%), og mere end halvdelen (55%) oplever færre konflikter i naturen end derhjemme. De fleste (71%) oplever også, at det er nemt at tage deres børn med i naturen.

Det er særligt højfrekvente naturbrugere, der oplever, at de har færre konflikter i naturen end derhjemme. De synes også langt oftere, at det er nemt at tage deres børn med i naturen, og oplever oftere, at deres børn er interesserede i naturen.

# Mange forældre ønsker, at deres børn er mere i naturen – det er vigtigt for dem, at skoler og dagtilbud bidrager

Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn:

N = 1.015



**Næsten 7 ud af 10 forældre ville ønske, at deres barn opholdt sig mere i naturen, og endnu flere (83%) siger, at det er vigtigt for dem, at deres barns skole eller daginstitution tager børnene med ud i naturen.**

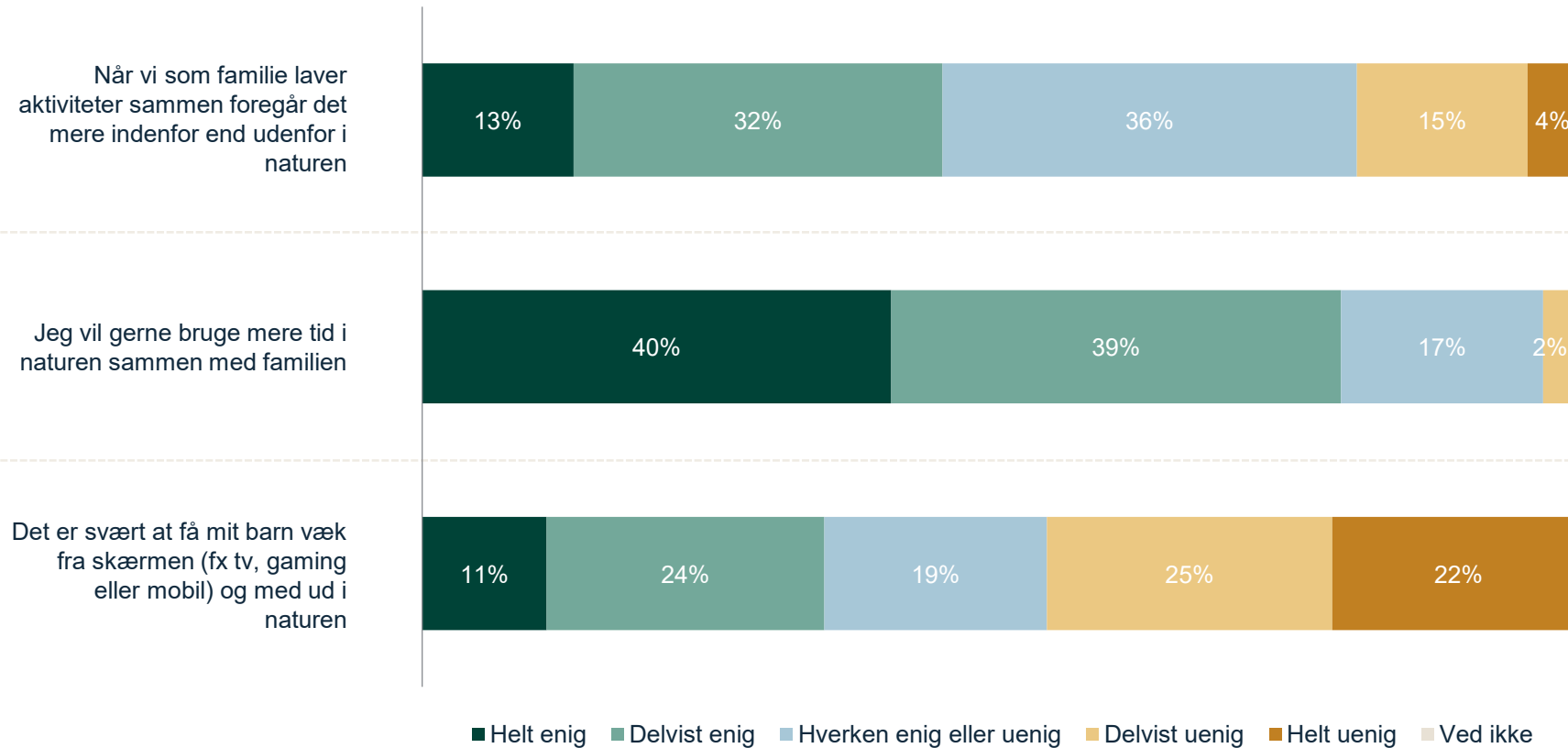
Knap 6 ud af 10 (58%) forældre vurderer også, at deres barn er mindre i naturen, end de selv var, da de var børn.

Forældrene mener også, at deres børns skole eller daginstitution har et stort ansvar for at sikre, at børnene kommer ud i naturen. Hele 79% mener, at skoler og dagtilbud har ansvar for at tage børn med ud i naturen. Det er særligt forældre, som også selv ofte bruger tid i naturen med deres børn, der mener, at skole og dagtilbud har ansvar for at tage deres børn med ud i naturen.

# De fleste forældre vil gerne bruge mere tid i naturen med familien, men flere kæmper med at få børnene væk fra skærmen

Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn:

N = 1.015



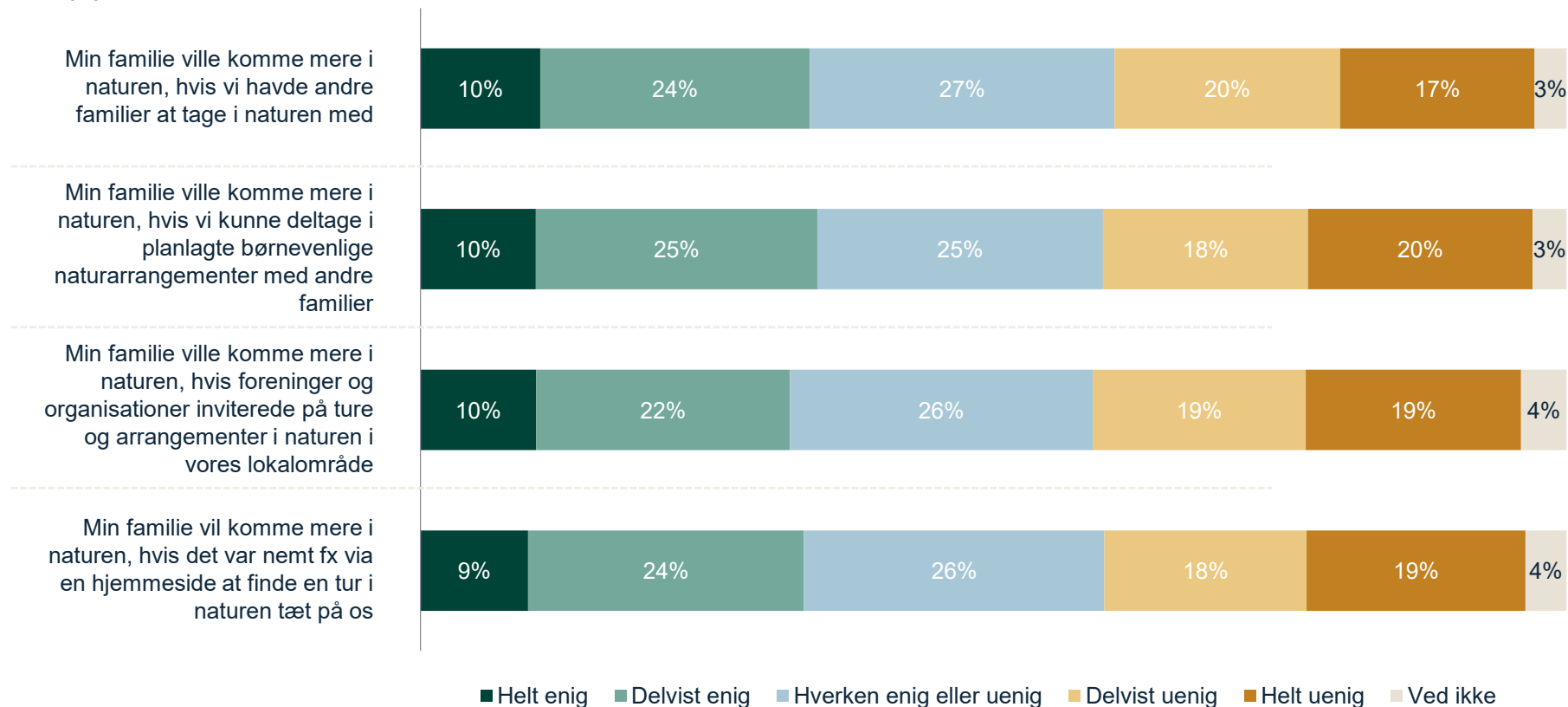
**Langt størstedelen af forældre (79%) vil gerne bruge mere tid i naturen sammen med familien**, og omkring hver tredje forælder (35%) oplever, at det er svært at få deres børn væk fra skærmen og med ud i naturen.

En større andel af familiernes aktiviteter foregår indenfor end udenfor i naturen: Næsten halvdelen (45%) af forældrene erklærer sig helt eller delvist enige i, at de aktiviteter de laver som familie oftere foregår indenfor end udenfor i naturen, hvorimod kun 19% af forældrene erklærer sig helt eller delvist uenige heri. 36% er dog hverken enige eller uenige i udsagnet.

# Både arrangementer og informationer, der er let tilgængelige, kan få familier mere ud i naturen

Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn:

N = 1.015



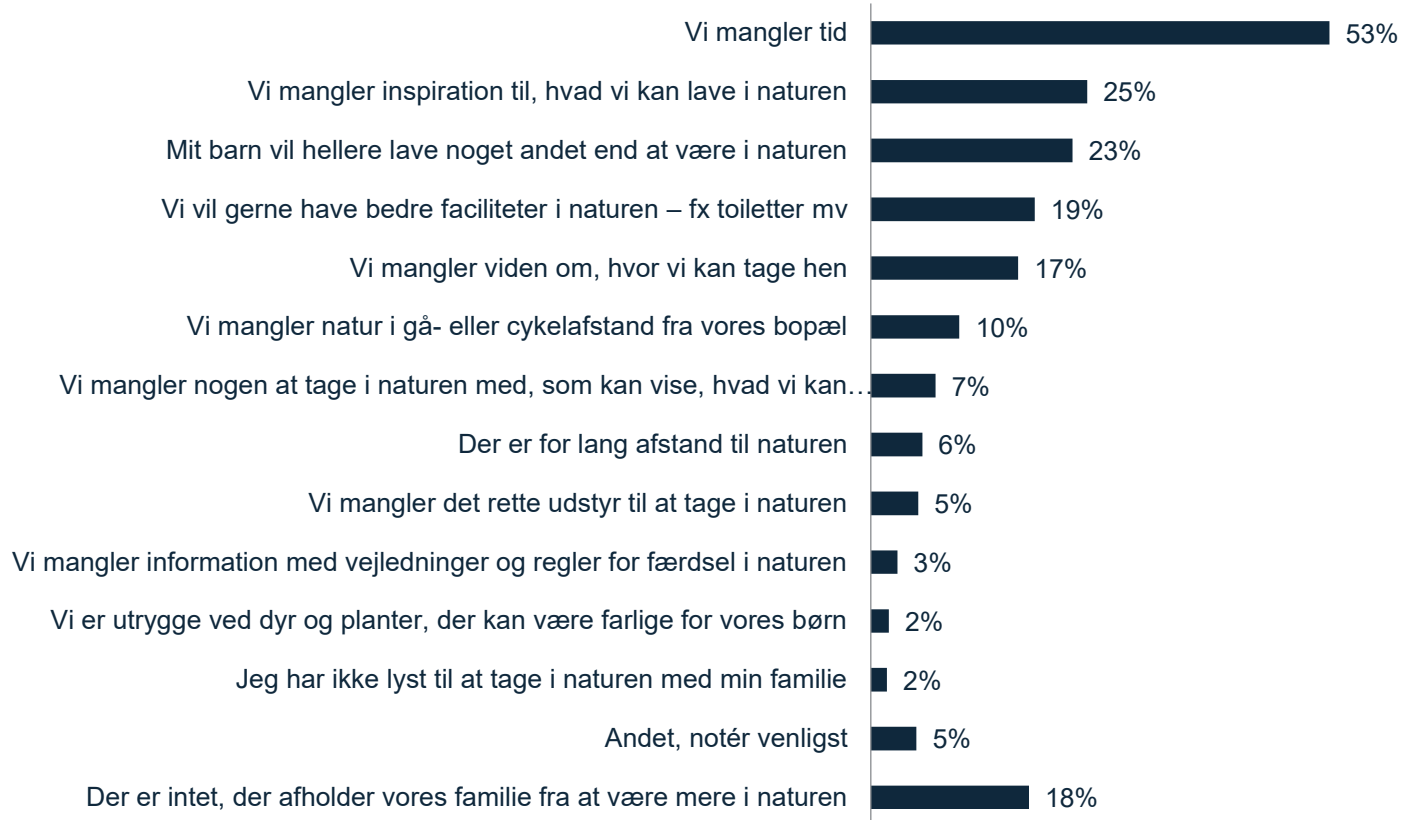
**Forældre udviser stor åbenhed over for tiltag, som kunne hjælpe dem til at komme mere ud i naturen.** Mange siger således, at de ville komme mere i naturen, hvis de havde andre familier at tage afsted med, hvis de kunne deltage i planlagte aktiviteter, hvor lokale organisationer inviterede til arrangementer i naturen, og hvis det var nemt at finde information om ture i naturen online.

Det er særligt enlige forældre, som vurderer, at tiltagene kunne hjælpe dem til at komme mere ud i naturen.

# Manglende tid er det, der afholder de fleste familier fra at være mere i naturen

## Hvilke af følgende forhold afholder jeres familie fra at være mere i naturen?

N = 1.015



Ligesom i 2024 er den barriere, der afholder flest familier (53%) fra at være mere i naturen, at de mangler tid til det, selvom mange gerne ville.

Samtidig angiver hver fjerde, at en barriere for at komme mere i naturen er, at de mangler inspiration til, hvad de kan lave i naturen. Det er både forældre til mindre og større børn, som savner inspiration til, hvad de kan lave i naturen.

Mange forældre (23%) oplever dog også, at deres børn hellere vil lave noget andet end at være i naturen, og denne barriere fylder mere, jo ældre børnene bliver. Det er også i tråd med, at de større børn viser mindre interesse i naturen end de mindre børn. Nogle forældre oplever også barrierer af mere praktisk karakter, fx at de savner bedre faciliteter i naturen (19%) eller at de mangler natur i cykel- eller gåafstand fra deres hjem (10%).

Note: Den fulde spørgsmålsformulering er "Hvilke af følgende forhold afholder jeres familie fra at være mere i naturen? Hvis intet afholder jer fra at være mere i naturen, kan du angive det som et svar. Vælg gerne flere muligheder.". Tal fra 2024 er ikke vist af hensyn til layoutet, og fordi resultaterne ikke adskiller sig signifikant fra 2025.

