

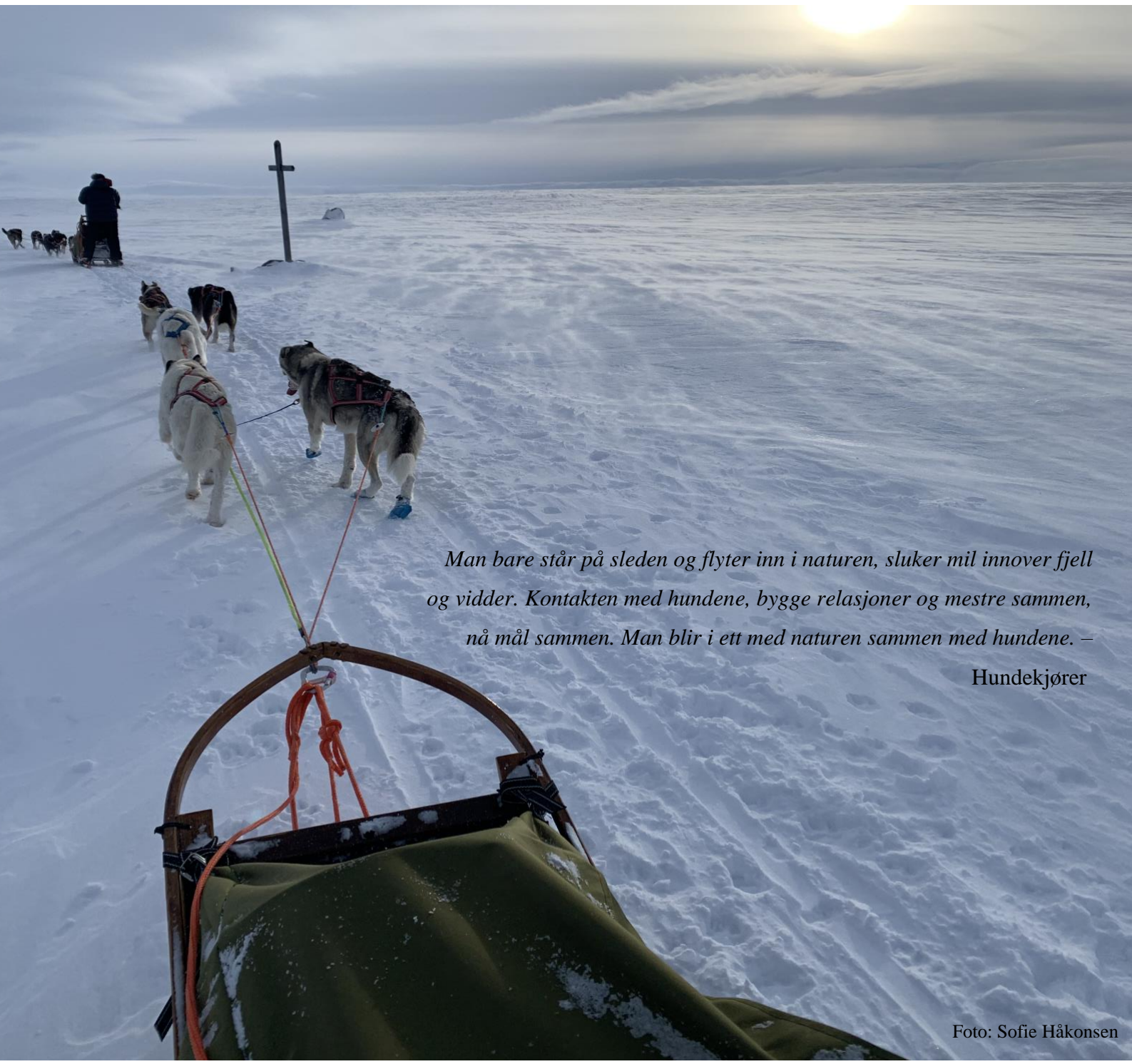
Idrettshøgskolen – det helsevitenskapelige fakultet

## Naturopplevelser i hundekjøring

Frihet og flyt – i ett med naturen og hundene

Sofie Håkonsen

Masteroppgave i idrettsvitenskap – IDR-3901 21H. Mai, 2022.



*Man bare står på sleden og flyter inn i naturen, sluker mil innover fjell og vidder. Kontakten med hundene, bygge relasjoner og mestre sammen, nå mål sammen. Man blir i ett med naturen sammen med hundene. –*

Hundekjører

# Forord

Jeg kunne ikke valgt et bedre tema enn nettopp naturopplevelser i hundekjøring. Jeg har siden barndommen vært både hundinteressert og friluftslivinteressert. Noe av det første jeg ble spurt om ved masterstudiets oppstart var hva jeg kunne tenke meg å skrive om, svaret mitt besto da av flere ulike tema innen både idrett og friluftsliv, vinklet mot både helse – og skolesektor, da jeg er utdannet pedagog og har et brennende engasjement for helse. Derimot, var alltid siste setning: *..eller, noe om hundekjøring hadde vært veldig interessant.* Etter kun en uke i Alta var jeg ikke lengre i tvil, jeg måtte utforske naturopplevelsene i hundekjøring.

Dette masterprosjektet har vært krevende, slik som et masterarbeid skal være. Det har derfor vært svært motiverende å skrive om noe jeg selv har stor lidenskap for. De to siste årene har vært dedikert til masterstudiet og spesielt det siste året hvor jeg har hatt aktiv deltakelse i feltet. Takket være et inkluderende nettverk både i hundekjørermiljøet, Idrettshøgskolen i Alta og Finnmarksløpet AS har jeg fått innsyn i – samt vært en del av dette miljøet. Dermed har jeg tilegnet med mye kunnskap, samt utviklet min forståelse for naturopplevelser i hundekjøring. Jeg har selv fått oppleve hva hundekjøring kan by på av naturopplevelser, gjennom enkeltemne hundekjøring ved Idrettshøgskolen i Alta. Jeg vil derfor takke Ingvild Lakseide Fossøy for all kunnskap og erfaring du har delt om både hunder og hundekjøring. Stor takk også til Idrettshøgskolen i Alta for tilrettelegging for blant annet masterkontor og tilgang til Idrettsseksjonen hele døgnet, som har vært til stor hjelp i skriveprosessen.

Takk til alle hundekjørere som har tatt seg tid til å slå av en prat med meg og delt av sine erfaringer fra hundekjøring. Takk også til hundekjørerne jeg fikk besøke i hundegården og at jeg fikk kose med alle hundene deres.

Takk til Finnmarksløpet, for samarbeidet og at jeg fikk ta del i både Finnmarksløpets Forum høsten 2021 og selve Finnmarksløpet 2022.

Stor takknemlighet rettes til min veileder, Rune Waaler. Takk for god faglig veiledning til masterprosjektet, og samtaler om alt fra A til Å innen både hundekjøring og naturopplevelser.

Takk også til min trofaste kollokvie-gruppe, Hege og Jonathan, som har vært til stor inspirasjon og motivasjon i de to siste årene. Masterstudiet hadde ikke vært det samme uten dere og våre faste kollokvie-møter gjennom to år.

Jeg vil også takke min familie for god støtte under masterprosjektet. Takk til min onkel for femstjerners boplass i Alta. Masterprosjektet hadde virkelig ikke vært det samme uten din gjestfrihet. En spesiell takk til min forlovede for god støtte gjennom hele prosjektet. Takk for at du har holdt ut en periode med husrenoveringen uten meg.

Til slutt vil jeg takke min fribente bestevenn gjennom 13 år, Tiril, som gikk bort i april 2022. Ditt gode selskap gjennom 13 år ga meg privilegiet å oppleve den sterke relasjonen mellom mennesket og hund, du satte virkelig dype spor.

Sofie Håkonsen

Alta, mai 2022

## Sammendrag

Intensjonen med denne kvalitative studien har vært å søke forståelse i hva slags naturopplevelser som kan oppstå i hundekjøring, gjennom et innsyn i 6 norske hundekjørerers erfarte naturopplevelser fra hundekjøring. Ved å løfte frem hundekjørerers beskrivelser og perspektiver på naturopplevelsene fra hundekjøring har det åpnet seg ulike aspekter, som har gjort det mulig å oppnå en forståelse for hva slags naturopplevelser som faktisk kan oppstå i hundekjøring.

Den metodiske tilnærmingen for å oppnå innsyn i hundekjørerers naturopplevelser fra hundekjøring har vært gjennom intervju av seks hundekjørerere. Noe som har dannet grunnlaget for innsamlet empiri. For å fortolke det empiriske materialet ble det også gjennomført samtaler, observasjon og deltakelse i feltet, samt egen praktisk utøvelse i hundekjøring. I tillegg har relevant teori og tidligere forskning om både hundekjøring, naturopplevelser vært grunnleggende for kunnskapsgrunnlag og utvikling av ny kunnskap for analysen.

Studien har vært styrt av det empiriske materialet og dermed er noe av kunnskapsgrunnlaget også bestemt med utgangspunkt i innsamlet empiri.

Det teoretiske kunnskapsgrunnlaget innebærer teori og tidligere forskning om: hundekjøring, mennesket og hund, mennesket og naturen, naturopplevelser, natur, opplevelser, naturopplevelser med hund og naturopplevelser med mestring og i flyt.

Etter fortolkning og utvikling av forståelse om de fire ulike aspektene ved naturopplevelsene fra hundekjøring reflekteres det avslutningsvis med at utvalget hundekjørerers beskrivelser om naturopplevelsene fra hundekjøring kan forstås gjennom: Mihaly Csikszentmihalyi (2014) sin *flyt teori*, om den subjektive opplevelsen i en *flyt tilstand*. Arne Næss (1999) *økosofi*, om *selvrealisering*, *tid til omstilling* og *økologisk selv*. Samt, det Bjørn Tordsson (2010) omtaler som *naturens åpne tiltale*, som i denne studien også er tillagt *hundenes åpne tiltale*. Det er slike perspektiver som er mest fremtredende fra hundekjørerers beskrivelser i denne studien.

Studien viser på bakgrunn av innsamlet empiri at det særlig er fire aspekter ved naturopplevelsene i hundekjøring som er mest fremtredende: *Naturopplevelser med mestringsfølelse*. *Naturopplevelser med frihetsfølelse*. *Naturopplevelser i ett med hundene og naturen*.



# Innholdsfortegnelse

Forord .....	2
Sammendrag .....	4
1 Innledning.....	1
1.1 Hensikt og problemstilling .....	3
1.2 Begrepsavklaringer.....	3
1.3 Studiens oppbygging og struktur.....	5
2 Kunnskapsgrunnlag.....	6
2.1 Hundekjøring som fenomen .....	6
2.1.1 Hundekjøringens historie og utvikling .....	7
2.1.2 Mennesket og hunden.....	8
2.2 Natur.....	10
2.2.1 Mennesket og naturen .....	10
2.3 Opplevelser.....	12
2.3.1 Opplevelser av mestring og i flyt .....	13
2.4 Naturopplevelser .....	15
2.4.1 Naturopplevelser med hunder .....	16
2.5 Oppsummering .....	18
3 Forskningsprosess .....	19
3.1 Vitenskapsteoretisk utgangspunkt.....	20
3.1.1 Fenomenologi.....	21
3.1.2 Hermeneutikk .....	21
3.1.3 Forskerrollen og eget vitenskapssyn .....	24
3.2 Forskningsstrategi .....	26
3.3 Et utvalg hundekjørere .....	26
3.3.1 Utvalgsriterier.....	27
3.3.2 Rekruttering av hundekjørere.....	28

3.4	Intervju av hundekjørere .....	28
3.4.1	Konstruksjon av intervjuguide .....	28
3.4.2	Produksjon av empiri .....	29
3.4.3	Fortolkning av empiri.....	29
3.5	Observasjon, samtaler og egen erfaring fra feltet .....	30
3.6	Empiriens kvalitet .....	31
3.7	Etiske retningslinjer.....	33
4	Presentasjon av empiri – Analyse og drøfting .....	34
4.1	Presentasjon av utvalget hundekjørere .....	34
4.2	Naturopplevelser med mestringsfølelse .....	36
4.3	Naturopplevelser med frihetsfølelse.....	40
4.4	Naturopplevelser i ett med naturen og hundene.....	46
4.5	Naturopplevelser – frihet og flyt, i ett med naturen og hundene.....	52
4.6	Empiriens styrker og svakheter .....	63
5	Avslutning og veien videre .....	65
	Figurer .....	67
	Referanseliste .....	69
	Vedlegg .....	73
	Informasjonsskriv og samtykkeskjema .....	73
	Intervjuguide .....	77
	Godkjenning fra NSD.....	78

## Figurliste

Figur 1 – Figuren viser til spørreskjema hvor om lag 150 hundekjørere besvarte grunnen for at de begynte med hundekjøring (Waalder et al., 2021). .....	7
Figur 2 – Figuren illustrerer hvordan man befinner seg i en flytsone mellom utfordringer og kjedsomhet (Csikszentmihalyi, 2014, s. 147). .....	14
Figur 3 - Illustrerer min forforståelse av naturopplevelser i hundekjøring før studiets start, og de fire aspekter jeg forsto det ut fra.....	24
Figur 4 - Illustrerer egen utviklede forståelse av naturopplevelser i hundekjøring ut fra fortolkning av hundekjørerens beskrivelser. ....	25
Figur 5 – Figuren tar utgangspunkt i Csikszentmihalyi (2014) flyt modell, videre har jeg markert sonen som illustrerer perspektivene i beskrivelsene fra hundekjørerne (Csikszentmihalyi, 2014, s. 147). .....	53



# 1 Innledning

I de siste tiårene har interessen for hundekjøring i Norge økt og utviklet seg til å bli en populær aktivitet innen både idrett og friluftsliv (Waalder & Skjesol, 2019b, s. 10).

Hundekjøring praktiseres både som en individuell naturbasert aktivitet, men også som studie på universiteter, faglinje på folkehøgskoler, store idrettsarrangement, samt organisert turisme (Waalder & Skjesol, 2019b, s. 10). Hundekjøring er komplekst og mangfoldig. Det er idrett og friluftsliv og skjer på tvers av kjønn, alder og erfaring. I tillegg forenes hunder, mennesker og naturen (Sundby, 2018). Det er dette som fascinerer meg så mye med hundekjøring, nemlig samspillet og samhørigheten mellom mennesket, hundene og naturen.

En undersøkelse gjort av Waalder et al., (2021) viser blant at hundene og friluftslivet er de to største årsakene til at hundekjørere begynner med hundekjøring (Waalder et al., 2021).

Naturopplevelser beskrives som selve kjernen i norsk friluftsliv (Hågvar & Støen, 1996; Meld. St. 18 (2015-2016); Rolland & Zoglowek, 2010). Samtidig påpekes det at det er gjennom opplevelsen vi berikes av naturen og friluftslivet (Hågvar & Støen, 1996).

Bakgrunnen for valg av tema er på grunnlag av egen interesse, samtidig har en spesiell uttalelse vært avgjørende for mitt valg av tema. Under et intervju ble en hundekjører spurt om hvorfor de utøver hundekjøring, svaret var da kort og konsist: *Det er på grunn av naturopplevelsene. Det er derfor vi driver med hundekjøring. Naturopplevelser sammen med hundene.* Årsaken til at dette ble utslagsgivende for studiens tema var fordi jeg ville vite mer. Nysgjerrigheten ble for stor. Hvordan er slike naturopplevelser sammen med hundene, hva skjer og hva mer består de av? Slike spørsmål satt jeg igjen med. Dermed ønsker jeg med denne studien å oppnå en bredere forståelse for naturopplevelser i hundekjøring gjennom et innblikk i et utvalg hundekjøreres erfarte naturopplevelser. Målet med studien er også og bringe ny forståelse og nye vinklinger enn tidligere forskning innen feltet, som kan bidra til en bredde og nye dimensjoner.

Eget kunnskapsgrunnlag for studien er tilegnet gjennom teori og tidligere forskning om både hundekjøring og naturopplevelser. Blant annet hvordan hundekjøring har utviklet seg gjennom historien i Norge og etablert seg som en stor del av norsk friluftsliv-kultur.

Likeledes, kunnskap om selve essensen i hundekjøring, hundene. Relasjonen med hundene, hvordan samspillet utartes og hvordan betydning det kan ha for naturopplevelsene.

Naturopplevelser er et mangfoldig begrep, og for å forstå naturopplevelser har jeg tilegnet

meg kunnskap om både natur og opplevelser hver for seg. Deretter har jeg gjennom deltakelse i hundekjøring tilegnet meg kunnskap om naturopplevelser i sammenheng med hundekjøring.

Studien er av relevans for blant annet skolesektor, som i likhet til Miljødepartementet vektlegger naturopplevelser som en viktig faktor i den nye nasjonale læreplanen: *Elevene skal få oppleve naturen og se den som en kilde til nytte, glede, helse og læring* (Kunnskapsdepartementet, 2020). Å tilby elever å oppleve hundekjøring kan bidra til å nå slike verdigrunnlag. Min studies resultat viser blant annet at naturopplevelser i hundekjøring beskrives med glede, mestring og som nytteverdi, men også opplevelsesverdi. Hofmann et al., (2018) beskriver hundekjøring i friluftsliv undervisning som ikke bare en kilde til moro, men også som en måte å oppleve det enkle friluftslivet på, samt oppleve den gjensidige avhengigheten mellom mennesket og dyr i naturen (Hofmann et al., 2018, s. 191).

## 1.1 Hensikt og problemstilling

Valg av problemstilling er utformet for å oppnå en forståelse for naturopplevelser i hundekjøring. Nærmere bestemt, undersøke hva slags naturopplevelser som kan oppstå i hundekjøring. For å nærme meg dette vil jeg være avhengig av innsyn i hundekjøreres erfaringer fra hundekjøring. *For hva slags naturopplevelser kan oppstå i hundekjøring, er det bare hundekjørere selv som kan svare på det?* Dermed vil denne studien gi et innsyn i hundekjøreres beskrivelser om nettopp naturopplevelser fra hundekjøring. Studiens resultater kan bidra til økt forståelse slik at også de som befinner seg utenfor denne livsverdenen, kan få et innblikk i dette gjennom mine forskerbriller og fortolkning av hundekjøreres egne beskrivelser. Problemstillingen er som følger: *Hvordan beskrives naturopplevelser fra hundekjøring av et utvalg norske hundekjørere?*

## 1.2 Begrepsavklaringer

Under følger en begrepsavklaring av min tolkning og forståelse av begrep og fenomen som vil omtales videre i studien.

**Hundekjøring** betegnes som sledehundekjøring av Norges hundekjørerforbund (Norges hundekjørerforbund, u.å.). Sledehundekjøring går ut på at hundene trekker sleden som hundekjøreren står bakpå. Hundekjøreren er utøveren i denne aktiviteten. Hundene er fastspent på liner foran sleden og styres på kommando fra hundekjøreren. Det finnes tre ulike kategorier i hundekjøring: sprint, mellomdistanse og langdistanse (Norges hundekjørerforbund, u.å.). I denne studien vil det være snakk om langdistanse hundekjøring. I langdistanse kjøres det fra 150 til 1600 km. Det lengste løpet i Norge, og Europa er Finnmarksløpet (FL). FL har distansene 1200 km og 600 km. Under et langdistanseløp må utøveren ofte overnatte ute i naturen sammen med hundene sine. Hundene som benyttes i langdistanse er Alaska Husky, som er en blandingshund av ulike raser, og renrasede polarhunder, som Sibirian Husky, Alaskan Malamute, og Grønlandshund (Norges hundekjørerforbund, u.å.).

**Opplevelser** forstås som subjektive bevissthetsfenomener, som har sitt utspring i omgivelsene eller i indre sinnstilstander (Rolland & Zoglwek, 2010, s. 12). Det skilles altså mellom indre og ytre opplevelser. Hvorav omgivelsene vil være ytre sansepåvirkning (persepsjon) og

emosjoner, følelser, tankeprosesser, motivasjon o.l. er indre sinnstilstander (H. Zoglowek, forelesning, 24. oktober 2020).

**Naturopplevelser** beskrives som subjektive opplevelser i møtet med naturen som kaller frem følelser og stemninger i en selv (Mytting & Bischoff, 2018, s. 274). Slike subjektive naturopplevelser, lar seg ikke lett definere. Jeg vil derfor gå dypere inn på fenomenet i kapittel 2. Deretter vil fenomenet drøftes i kapittel 4, i relasjon til hundekjøring med utgangspunkt i innsamlet empiri.

**Friluftsliv** kan ha ulike betydninger. Blant annet: liv i fri luft (Hågvar & Støen, 1996). Friluftsliv beskrives som aktiviteter vi mennesker utøver for å komme nærmere naturen og være i aktivt og oppmerksomt samspill med naturen (Mytting & Bischoff, 2018, s. 272). Da naturopplevelser beskrives som kjernen i friluftslivet, kan vi forstå naturopplevelser som en del av friluftsliv (Meld. St. 18 (2015-2016); Rolland & Zoglowek, 2010). Dessuten, er friluftsliv en stor del av hundekjøring, dermed kan norske hundekjøres beskrivelser være påvirket av norsk friluftsliv-kultur.

### **1.3 Studiens oppbygging og struktur**

Jeg vil først, i kapittel to gi en presentasjon av det teoretiske rammeverket, hvor relevant teori og tidligere forskning om fenomenene presenteres for å redegjøre oppgavens kontekst. I tredje kapittel vil jeg redegjøre for valg av metodisk rammeverk, vitenskapsteoretisk utgangspunkt, refleksjon over egen forskerrolle i feltet, samt bakgrunn for valg av empirisk prosess og innsamling av empiri. I studiens fjerde kapittel vil jeg presentere innsamlet empiri og utvalget hundekjørere, for så drøfte innsamlet empiri videre i analysen opp mot – og i lys av problemstillingen, samt teori og tidligere forskning av relevans. Analysen gir grunnlag for å avslutningsvis reflektere og oppsummere studien i sin helhet, samt foreslå videre forskning og veien videre.

## 2 Kunnskapsgrunnlag

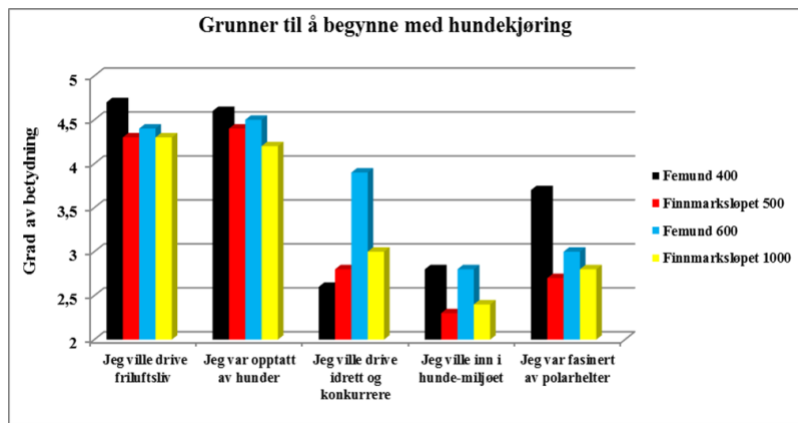
I dette kapitlet følger en presentasjon av teori og tidligere forskning for å gi en forståelse av studiens tema og kontekst. I tillegg til grunnleggende kunnskap om fenomenene, vil kapitlets innhold være delvis empiristyrkt da studiens prosess har vært styrt av innsamlet empiri. Dermed vil det presenteres teori og tidligere forskning om essensen av studiens funn.

### 2.1 Hundekjøring som fenomen

*Hundekjøring er idrett. Det er naturopplevelse, og det er friluftsliv. Det er lagarbeid, og det krever innsikt i både din egen og hundenes psyke og yteevne, Det er en livsstil. Jeg kan knapt forestille meg hvilken annen livsstil som gir så mye tilbake. – Stein P. Aasheim (Hagen, 2000, s. 6).*

Altså, hundekjøring med dens kompleksitet, består blant annet av naturopplevelser og interaksjon med hundene og naturen. Hundekjøring er en måte å oppleve naturen på og det byr på naturopplevelser sammen med hundene: *Even when the mushers compete in the longest sled dog races in the world, they find time to just enjoy being there, out in the ice-cold winter nights in the company of their dogs, with the northern lights ripping across the skies.* (Waalder & Skjesol, 2019a, s. 7). Waalder og Skjesol (2019) beskriver hvordan norsk friluftslivkultur har vært avgjørende for hundekjøringskulturen i Norge: *The Norwegian cultural phenomenon friluftsliv is perhaps one of the most important foundations for dog sledding culture in Norway* (Waalder & Skjesol, 2019a, s. 7).

I en undersøkelse gjort av Waalder et al., (2021) besvarte om lag 150 hundekjørere som deltok i Finnmarksløpet eller Femundløpet spørsmålet: *Hvor viktig er følgende grunner for at du begynte med hundekjøring?* (se figur 1). Undersøkelsen viser størst utslag på friluftsliv og hunder. Altså, hundekjørere flest startet med hundekjøring på grunn av friluftslivet og hundene (Waalder et al., 2021). Undersøkelsen er av relevans for min studie da den støtter natur – og friluftslivperspektivet som motiv for hundekjøring.



Figur 1 – Figuren viser til spørreskjema hvor om lag 150 hundekjørere besvarte grunnen for at de begynte med hundekjøring (Waalder et al., 2021).

### 2.1.1 Hundekjøringens historie og utvikling

Hundekjøring som fenomen kan forklares og forstås gjennom sin historie og utvikling. Hundekjøringen har sin begynnelse i Norge fra tidlig 1900-tall, da nordmenn begynte å utforske arktiske strøk. Før dette hadde urbefolkning i Alaska, Sibir og Grønland benyttet hunder som transportmiddel, skriver Hagen (2000) i sin biografi (Hagen, 2000, s. 20).

Inge Bugge Knudsen (2019) beskriver i artikkelen, *From Polar Exploration to Sled Dog Racing. A brief Overview of Some Important Elements in Norwegian Sled Dog History*, hvordan hundekjøringens historie og utvikling kan ses på fra tre historiske perspektiv: Den polare historien, ambulanseløp og konkurransegren (Knudsen, 2019). Knudsen (2019) diskuterer for hvordan de tre perspektivene har utviklet hundekjøringens identitet i Norge, samt vært avgjørende for hundekjøringens popularitet i Norge i dag. I 1925 bidro nordmannen Leonard Seppala til å frakte livsviktig medisin til en landsby i Canadas villmark, mellom Anchorage til Nome. Da den eneste måten å frakte medisinen på var gjennom hundekjøring, ble Seppala en historisk hundekjører etter dette. Hundekjøring har over tid utviklet seg til å bli konkurransegren, først i Canada og derav i Norge (Knudsen, 2019). I tillegg reiste Seppala tilbake til Norge for å holde inspirerende foredrag for friluft-interesserte og hundekjørere. Noen år etter dro nordmannen Helge Ingstad til Canada for å leve et fangst-liv hvor han benyttet seg av trekkhunder og hundekjøring. I ettertid formidlet han alle hans opplevelser gjennom boken *Pelsjegerliv*, som har inspirert mange generasjoner. I tillegg har polfarere som Nansen, Amundsen, Astrup og Wisting benyttet seg av hundespann på deres polferder. Slike

historiske handlinger har blitt meningsbærende for norsk friluftslivshistorie og hundekjøring som fenomen i dag (Knudsen, 2019).

Brynhild Granås (2018) har sammenfattet en rekke etnografiske historiefortellinger etter egen deltakende observasjon i feltet og kulturen, hundekjøring i Finnmark. Granås (2018) belyser i sin artikkel *Destinizing Finnmark: Place making through dogsledding*, hvordan hundekjøring i relasjon til tid og sted, har utviklet seg til å bli en stor del av norsk friluftslivkultur (Granås, 2018). I likhet til Granås (2018) skriver Iver B. Neumann (2009) i artikkelen *Meningen med hundekjøringen sprenger artsgrensene*, hvordan hundekjøring har utviklet seg gjennom ulike norske diskurser, og på denne måten blitt er en del av blant annet norsk naturdiskurs og norsk hundediskurs (Neumann, 2009). Altså, de har gjennom generasjoner vært omtalt og skrevet om i norske diskurser gjennom den polare historien og dermed opprettholdt sin plass i norsk friluftsliv-kultur.

### **2.1.2 Mennesket og hunden**

Gail Kuhl (2011) presenterer i sin studie *Human-Sled Dog Relations: What Can We Learn from the Stories and Experiences of Musers?* en rekke ulike historier fra ulike hundekjørere hvor det vektlegges i stor grad forholdet mellom hundekjørere og hund. Blant annet hevder Kuhl (2011) at hundekjørere ser på hundene som samhandlende og følende vesener med egne personligheter, som er kapable til å kommunisere og agere sammen med dem og andre dyr. *Agency among animals helps us explain our experience of them as subjects* (Kuhl, 2011). I tillegg viser studien at hundekjørerne vektlegger partnerskap, tillit, og respekt som grunnsteinene i oppbygning av en mennesket-hund-relasjonen. Studiens resultat vil kunne bidra til å oppnå en bredere forståelse for naturopplevelsene i hundekjøring, da Kuhl (2011) presenterer detaljer om hvordan forholdet mellom mennesket og hundene er det mest sentrale ved opplevelsene i hundekjøring (Kuhl, 2011).

Froma Walsh (2009) beskriver i artikkelen *Human-Animal Bonds I: The Relational Significance of Companion Animals* hvordan hundene lenge har vært sett på som et dyr av stor bruksverdi og nytteverdi for mennesker. Derimot, påpeker Walsh (2009) at hunden har



utviklet seg til å bli et kjært dyr som kan gi sjelsettende verdi, samt større opplevelsesverdi. Blant annet ved at relasjonen mellom mennesket og dyr utvider den spirituelle dimensjonen av menneskets opplevelser, og at slike interaksjoner kan påvirke menneskers indre ro. I tillegg viser Walsh (2009) til studiens funn som peker i retning mot at mennesker opplever kontakt og fellesskap med alt annet liv og naturen: *Animals can teach us valuable lessons about life, from the natural rhythms over the life cycle to the joy in living and loving fully in the present*. Walsh (2009) påpeker også hvordan hundene og mennesker kommuniserer godt uten å bruke språket: *Although companion animals do not speak our language, they clearly understand and communicate with us in a myriad of ways* (Walsh, 2009). Studiens funn er av relevans til min studie da mange av hundekjørerne beskriver nettopp slike perspektiver, som dermed vil kunne belyse min studies empiri.

Hans Herlof Grelland (2018) beskriver i sin filosofiske studie *Møtet mellom menneske og dyr – en filosofisk studie*, blant annet at hunden er det dyret som er genetisk tilpasset å leve i fellesskap med mennesker. I tillegg påpeker Grelland (2018) at hunden, i likhet med oss mennesker møter oss med blikket og ser alltid på øynene til et menneske det vil ha kontakt med (Grelland, 2018, s. 23). Hunden vil automatisk forsøke å få øyekontakt, og reagerer når de ser at de blir sett og vil deretter kommunisere med oss. Grelland (2018) belyser at dyrs blick er *ontologisk irrelevant* da deres blick ikke skaper flauhet eller angst og at hvem man er som menneske ikke blir domfelt, man er dermed i dyrs blick *ontologisk trygg* (Grelland, 2018, s. 24). Ontologisk i denne sammenheng vil beskrives ut fra at mennesker som tenkende individer alltid vil ha oppfatninger, fordommer og forventninger om hvem de selv- og andre er, som også ofte bestemmer hvem de er (Gilje & Grimen, 1995, s. 145, 148). Med andre ord, hunden definerer ikke hvordan eller hvem du er og du er i hundens blick: *ontologisk trygg*. Sett i kontrast i møtet med menneskers blick kan man oppleve en form for *ontologisk spenning*, som flauhet, frykt, press og angst. Derimot i kommunikasjon med dyr er det ontologiske spenningsmomentet borte og det blir et slags *ontologisk frirom* hvor mennesket kan kjenne på kjærlighet, kontakt og fellesskap, uten ontologisk spenning (Grelland, 2018). Dette perspektivet vil være av relevans da hundene i hundekjøring ikke stiller andre krav enn nettopp omsorg av hundekjører, og vil dermed kunne benyttes i analysen for å belyse aspekter i kategoriene som fremstilles.

## 2.2 Natur

Natur kan forstås som det uberørte, det ville, det landlige, det grønne, det fysiske, det jordiske og det hele (Fink, 2003, s. 29). Hans Fink (2003) omtaler natur som et mangfoldig naturbegrep og stiller spørsmål til om mennesker hører til i naturen. Videre beskriver Fink (2003) menneskers ulike natursyn og hva mennesker ser på som natur gjennom de syv nevnte forestillingene. Altså, mennesker har ulike syn på naturen og ulik forståelse av hva natur er. Fink (2003) hevder videre at mennesker selv faktisk, er natur (Fink, 2003, s. 29).

Bjørn Tordsson beskriver begrepet natur og dets betydningsinnhold som mangfoldig og at det dreier seg om hvordan verden er før vi ordner den, forandrer den og bearbeider den (Tordsson, 2010, s. 289). Tordsson (2003) belyser også hvordan norske tradisjoner har stor betydning for hvordan forhold nordmenn har til naturen. Blant annet identifiserer flere forskere friluftsliv med norske forhold, samt at nordmenns forhold til naturen er selve kjernen i norsk identitet og væremåte (Tordsson, 2003, s. 24-25). Hvordan norske hundekjørere beskriver naturopplevelsene og hvordan jeg tolker beskrivelse vil være påvirket av deres og eget forhold til naturen. Dette vil være en viktig betraktning å belyse for studiens drøfting da det vil være avgjørende for resultatet i studien.

### 2.2.1 Mennesket og naturen

Nils Faarlund (2015) belyser menneskets opprinnelse i naturen og at våre forfedre har levd i fri natur i hundrevis av generasjoner og at mennesker ikke bare er tilpasset et liv i fri natur, men også har medfødt anlegg til å lære naturen å kjenne (Faarlund, 2015, s. 27). I likhet til Faarlund (2015) beskriver Hjalmar Hegge (1993) hvordan naturen til alle tider har opptatt menneskene av ulike årsaker. Blant annet på grunnlag av at mennesker er avhengige av naturen for egen fysiske eksistens, samt hvordan enkelte mennesker kan føle et slektskap til naturen og derav utvikle en moral for naturen (Hegge, 1993, s. 21-27).

Arne Næss (1999) og hans økologiske og filosofiske grunnsyn, *økoføfi* er inspirert av livsforholdene i biosfæren (Næss, 1999, s. 19). Altså, en måte å oppnå en forståelse av verden og menneskets plass i den, selvets identitet, *at jeg er noe* samt *at jeg hører til*. Slik Næss

(1999) definerer *økosophi*, er av sammensetningen *øko* og *sofi*, som betyr hushold og visdom (Næss, 1999, s. 19). I tillegg beskriver Næss (1999) livsforholdene i biosfæren som en indre sammenheng og samhørighet mellom alt levende, mennesket inkludert, at *alle levende vesen fundamentalt sett er ett* (Næss, 1999, s. 319). Næss (1999) belyser at alt levende lever under samme betingelser, samt at alle arter har lik rett til utfoldelse og påpeker hvordan *vi kan se de andre i oss selv og oss selv i andre* (Næss, 1999, s. 324). Med andre ord, å identifisere seg med andre og se likhetstrekk med seg selv og blant de dyrene vi kjenner. En slik identifisering vil være ulik fra kultur til kultur (Næss, 1999, s. 334). Næss (1999) hevder for eksempel hvordan hundeeiere setter hundens trivsel høyere enn naboens trivsel, samt at identifiseringen hær er sterkere og ønsket om andre levende vesens beste kan føre til stor og rik glede og gjensidig avhengighet (Næss, 1999, s. 325). Næss (1999) beskriver dette i relasjon til selvet i samspill med andre skapningers livsverden og kaller det for *økologisk selv*: *Man opplever seg selv som ekte del av alt liv, ved at dette oppfattes som mål i seg selv, på lik linje med ens eget ego* (Næss, 1999, s. 334). Dette omtaler Næss (1999) som menneskets *selvrealisering* (Næss, 1999, s. 334). I tillegg påpeker Næss (1999) hvordan naturens verdi verdsettes av mennesker gjennom naturens estetikk, som kan påvirker sansene og virker nytende, samt øker opplevelsesintensiteten og følelsen av å leve i og med naturen. Næss (1999) sine perspektiver på selvet i relasjon til alt levende er av stor relevans for min studie da det kan ses i sammenheng med menneskets samhørighet og gjensidige avhengighet til både hundene og naturen i hundekjøring.

I relasjon til Næss (1999) *økosophi*, beskriver Løken & Svagård (2007) i sin biografi om norsk naturfølelse og at nordmenns forhold til natur er preget av lange tradisjoner. Løken & Svagård (2007) påpeker hvordan nordmenn føler en tydelig samhørighet til natur, ved å ferdes fritt, lengsel etter det frie og naturlige livet, og at man hører hjemme i naturen. (Løken & Svagård, 2007, s. 9-11). Blant annet omtaler nordmenn ofte fjellet som *fjellheimen* (Løken & Svagård, 2007, s. 228). Norsk friluftsliv-kultur har lange tradisjoner og forholdet til naturen vil ha innvirkning på måten nordmenn snakker om natur på. Dette er av relevans for studiens resultat, da det tar utgangspunkt i hvordan hundekjørere beskriver og snakker om naturopplevelsene på.

Tordsson (2010) belyser i *Friluftsliv, kultur og samfunn*, den fenomenologiske eksistensialismen som en frihetsfilosofi hvor *menneket bør søke frihet og realisere seg selv gjennom sine handlinger* (Tordsson, 2010, s. 304). Dette dreier seg om menneskelig eksistens og hvordan mennesket realiserer sin frihet og tar ansvar for seg selv gjennom handlinger. Tordsson (2010) påpeker videre at det er ikke frihet fra krav og begrensninger, derimot frihet i selve situasjonen. Med andre ord, situasjoner i naturen, på naturens premisser som vi må handle ut fra og dermed oppnå bekreftelse eller avkreftelse om vår forståelse av naturen og av oss selv. Videre påpeker Tordsson (2010) at naturen er slik den er, den behandler alle likt. Den gir oss direkte og nokså forståelig tilbakemelding på våre handlinger og vår fortolkning: *Gjennom møtet med verden som responderer på våre handlinger, kan vi sammenholde den 'indre' og den 'ytre' virkeligheten, la tilstedeværelsens kvaliteter komme til syne, vokse i selvinnsikt, realisere vår frihet og ta ansvar for oss selv* (Tordsson, 2010, s. 304). I tillegg omtaler Tordsson (2010) naturen som et åpent handlingsrom, uten absolutte regler for hvordan hvert enkelt individ skal forholde seg og utfolde seg. Tvert imot, individet møter naturen som et fritt opplevelses – og handlingsrom som man selv konstruerer av frie valg. Dette kaller Tordsson (2010) for *naturens åpne tiltale* (Tordsson, 2010, s. 209). Slike perspektiver er av stor relevans for min studies empiri og resultat, da dette perspektivet er fremtredende i hundekjøreres beskrivelser av naturopplevelser i hundekjøring.

## 2.3 Opplevelser

I artikkelen *Første gangs, andre gangs – eller hva slags opplevelser finnes i friluftsliv?* av Rolland og Zoglowek (2010) gis det en teoretisk og analytisk betraktning som baserer seg på bruk av opplevelsesbegrepet i ulike vitenskapelige disiplinsammenhenger. Rolland og Zoglowek (2010) skriver videre om faktum at opplevelser, og særlig naturopplevelser utgjør og preger det norske friluftslivet. Mennesker i dag handler ofte opplevelsesrasjonelt, noe som tilsier at opplevelsesverdien har høyere verdi enn nytteverdien i friluftsliv, og at det er siste instans den dominerende faktor for valg som tas (Rolland & Zoglowek, 2010).

*Opplevelser er subjektive bevissthetsfenomener, som har sitt utspring i omgivelsene eller i indre sinnstilstander* (Rolland & Zoglowek, 2010, s. 12).

Opplevelser består altså av både ytre og indre opplevelser. Samtidig som opplevelser er en persepsjonsprosess, er de avhengig av – og påvirkes av ulike faktorer; motivasjon,

oppmerksomhet, øyeblikket, samt bearbeidelse av erfaringen etter opplevelsen. Dette dreier seg om refleksjoner, forståelse, bevissthet og verdisettelse (H. Zoglowek, forelesning, 24. oktober 2020). Dette vil være relevant å ta hensyn til da jeg i denne studien vil fortolke hundekjøreres allerede erfarte naturopplevelser.

Erfaring er den kunnskap eller viten man får gjennom egne opplevelser, som opplevelsen i seg selv, den erfaringen som dannes når opplevelsen er satt og tidligere erfaringer ved tankemessig bearbeidning (H. Zoglowek, forelesning, 24. oktober 2020). I tillegg vil det i en slik bearbeidning produseres mening, altså opplevelsen tillegges mening. Hvilken mening som tillegges opplevelsen vil påvirkes av hvilken interesse man har og hvordan oppmerksomheten under opplevelsen var (Rolland & Zoglowek, 2010). I tillegg vil de to sistnevnte faktorene ha betydning for selve opplevelsen i øyeblikket og hvordan det oppsto. Hvilken motivasjon og interesse man har vil kunne være utslagsgivende for en opplevelse da vi oppsøker noe vi er interessert i eller er nysgjerrig på (H. Zoglowek, forelesning, 24. oktober 2020). For eksempel, om en hundekjører har som motivasjon å oppsøke et nytt område for en tur med hundespennet, vil dette gi utslag på hvordan opplevelsen blir. Hvor og hvordan oppmerksomheten var under opplevelsen vil også være utslagsgivende. For eksempel om en hundekjører opplevde nordlys på himmelen, styres av hvor oppmerksomheten var akkurat i det øyeblikket. Om oppmerksomheten ikke var på himmelen, men med hodelykta lysende ned mot hundene, ville ikke opplevelsen bestått av nordlyset.

### **2.3.1 Opplevelser av mestring og i flyt**

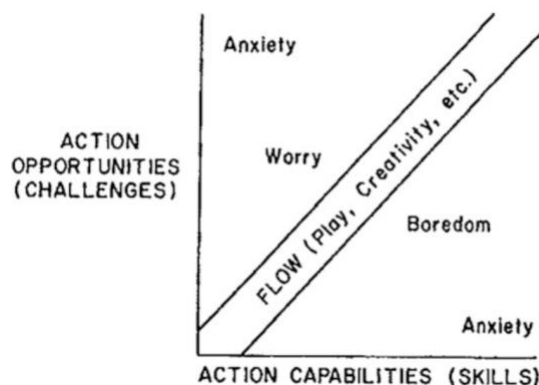
Hågvar & Støen (1996) tar for seg naturopplevelser på bakgrunn av et flertall studier, samt deres egen refleksjon rundt begrepet, i positiv forstand med ulike aspekter. Deriblant, mestring og hvordan mennesker oppsøker særlig vanskelige og farlige aktiviteter og finner stor psykisk tilfredshet ved å teste seg selv og få en bekreftelse på egne evner og mentale status. Videre poengter Hågvar & Støen (1996) at mange mennesker opplever glede av å mestre utfordringer i naturen, både fysisk og psykisk. (Hågvar & Støen, 1996, s. 20).

Mihaly Csikszentmihalyi (2008) har utarbeidet *flyt modellen*, som illustrerer opplevelser og erfaringer av og i flyt (Csikszentmihalyi, 2008). En slik *flyt opplevelse* vil være en balanse

mellom utfordringer og kjedsomhet, samt når en blir i ett med sine handlinger og det ikke blir et konkret skille mellom seg selv og omverden. Csikszentmihalyi (2008) påpeker hvordan mennesker rapporterer sine mest positive opplevelser når de opererer i situasjoner hvor det er stor sjanse for å utføre handlinger med utfordringer:

*Flow is what people feel when they enjoy what they are doing, when they would not want to do anything else. In flow, the human organism is functioning at its fullest capacity. When this happens, the experience is its own reward. In theory, the flow experience can occur anytime, anywhere* (Csikszentmihalyi, 2008).

I følge Csikszentmihalyi (2008) består en *flyt opplevelse* av: Å mestre utfordringer vi har mulighet for å mestre. Å sette seg klare mål. Å utføre noe med en dyp, men uanstrengt innlevelse og konsentrasjon som fjerner bevisstheten rundt bekymringer og frustrasjon fra hverdagslivet. Bekymringer om seg selv forsvinner, derimot vil selvaktualisering være større etter en *flyt opplevelse*. Ved selvaktualisering, menes hær subjektets refleksjon på egne evner, som kan føre til tilfredshet etter mestrede utfordringer. Sist, i en *flyt opplevelse* vil perspektivet på tid forandres: timer forsvinner på hva som kan føles som minutter og minutter kan føles som timer (Csikszentmihalyi, 2008, s. 49)



Figur 2 – Figuren illustrerer hvordan man befinner seg i en flytzone mellom utfordringer og kjedsomhet (Csikszentmihalyi, 2014, s. 147).

Csikszentmihalyi (2008) beskriver hvordan en utøver i *flyt* og *play*, som i denne sammenheng vil være hundekjøring, er i *flyt kanalen* hvor man møter passende utfordringer som man har mulighet å mestre. Dermed blir opplevelsen ikke skremmende eller urovekkende, men heller

ikke kjedelig. Etter en slik opplevelse vil selvet reflektere over mestrede utfordringer, og derav vil selvet berikes med nye ferdigheter til å mestre nye utfordringer (Csikszentmihalyi, 2008, s. 66, 75).

*Flyt modellen* har fått empirisk støtte av et flertall opplevelsesanalyser (Bischoff, 2015; Rolland & Zoglowek, 2010; Tordsson, 2010). Rolland og Zoglowek (2010) påpeker *flyt teorien* i deres opplevelsesanalyse og skriver videre at en slik *flyt tilstand* karakteriseres ut fra fire komponenter: 1. En sammensmelting av handling og bevissthet: individet opplever seg selv og handlingen som enhet. 2. Sentring av oppmerksomhet på et bestemt utsnitt av verden: all oppmerksomhet er rettet mot selve handlingen. 3. Selvforglemmelse: tanker om egen person for eksempel tvil på egne evner forsvinner helt, samtidig økes bevisstheten om egne psykiske og kroppslige forhold. 4. Kontroll over handling og omverden: individet føler en fullstendig kontroll over situasjonen (Rolland & Zoglowek, 2010, s. 13).

*Flyt modellen* er svært relevant i denne studien, da den tar for seg mye av det samme som hundekjørerne beskriver rundt egne erfarte naturopplevelser fra hundekjøring. Dermed vil *flyt modellen* benyttes videre i analyse og drøfting, for å belyse det empiriske materialet og oppnå en forståelse for nettopp hva slags naturopplevelser som kan oppstå i hundekjøring.

## 2.4 Naturopplevelser

Naturopplevelser handler om å oppleve ting slik de spontant forekommer for hvert enkelt individ i naturen, når alle sansene og erkjennelsesveier er åpne (Tordsson, 2010, s. 289). Altså, naturopplevelser er subjektive opplevelser i naturen, et kroppslig og følelsesmessig møte med naturen (Bischoff, 2015, s. 200, 228). I naturen oppnår vi altså både indre sansepersepsjon, som følelser og emosjoner, samt ytre sansepersepsjoner som se, høre, lukte og kjenne (Løken & Lyngstad, 2019)

Løken & Svagård (2007) beskriver naturopplevelsen i sin biografi som: *Det handler om tilstedeværelse, om sanseevne, om selve intensiteten i naturopplevelsen. Om å vende hele sin oppmerksomhet mot det eller dette, og sanse og se – se hva det er som virkelig foregår. Og*

om å nyte det å oppleve noe så intenst (Løken & Svagård, 2007, s. 54). Videre hevder Løken & Svagård (2007) at naturopplevelser beriker sinnet med erfaringer og en følelse av samhörighet med noe større enn oss selv. Samtidig som at naturen har evne til å fremkalle emosjoner i mennesker og en slags fascinasjon for naturen og dens overveldende livskraft med et mangfold av potensialer. Slike naturopplevelser kan føre til en åpenbaring om menneskets eksistens i og av naturen og at naturen har både estetisk ytre, men også indre påvirkning hos mennesker. Løken & Svagård (2007) påpeker at for å oppnå en slik indre følelse av samhörighet til naturen vil det være avgjørende å føle tilhörighet og at en er *til stede – med hele seg* (Løken & Svagård, 2007, s. 181). Dette innebærer blant annet at sinnet ikke er distraherert av overanstrengende gjøremål eller teknologiske forstyrrelser som fratrar mye av oppmerksomheten og menneskets naturlige rytme og bevegelsesform (Løken & Svagård, 2007, s. 181). Dette er av relevans for studiens drøfting av empiri, da slike perspektiver kommer tydelig frem i respondentenes beskrivelser.

Hågvar & Støen (1996) påpeker at det er i opplevelsen vi berikes, og viser til forskjellige positive opplevelser som mennesker *blir til del i naturen*: mange opplever frihet fra plikter, ansvar og tidspress i naturen. En slik frihetsfølelse kan være udefinerbar, men derimot innebære en glede over å ha egen tid, å gå omkring hvor man vil, ikke forholde seg til et tidsskjema, samt bare være seg selv. Hågvar & Støen (1996) belyser opplevelsen av stillhet og ro i naturen og hvordan dette skaper gode rammer for menneskets mentale oppbygging. Hvordan mennesker i naturen får tid til å tenke egne tanker uten å bli forstyrret og ta stilling til noe hele tiden (Hågvar & Støen, 1996, s. 17). Videre viser Hågvar & Støen (1996) til forskning om hva det er ved naturopplevelsen som virker mentalt oppbyggende. Hvorav svarene varierte, ulike personer vektla frihetsfølelsen ved å streife rundt i naturen, noen nevnte umiddelbart stillheten i naturen og andre påpekte fascinasjonen for det mangfoldige plante – og dyrelivet (Hågvar & Støen, 1996, s. 16). Hågvar & Støen (1996) belyser hvordan en slik avstand fra hverdagen fremmer en omstillings- og rekreasjonsprosess (Hågvar & Støen, 1996, s. 56). Slike perspektiver vil være av relevans og kunne bidra til å støtte, samt belyse egen tolkning av empiri.

#### **2.4.1 Naturopplevelser med hunder**

Aase Løken og Idar Lyngstad (2019) artikkel *Experiences in Nature with Dogs on Outdoor Excursions and Wildlife Trips*, tar utgangspunkt i Aase Løkens mastergradsoppgave fra 2013



som setter søkelys på menneskers friluftsliv med hunden som følgesvenn, hvilke grunner mennesker har for å ta hund med på tur, samt hvilken innflytelse hunden har på naturopplevelsen på friluftslivsturer. Løken & Lyngstad (2019) diskuterer hvordan hunder har innflytelse på menneskers sanser, persepsjon og at selve naturopplevelsen blir større og mer innholdsrik på grunn av hundene. Ifølge Løken & Lyngstad (2019) kan kontakten med hunden være med å påvirke naturopplevelsen vår, gjennom blant annet hundens særlige gode hørsel og luktesans. Dermed vil dens oppmerksomhet ofte være rettet mot de ulike elementene i naturen. Menneskers sanseapparat er ikke utviklet i like stor grad og vi har derfor heller ikke forutsetningene for å oppfatte de samme lydene, luktene, og bevegelsene som hunden. Løken & Lyngstad (2019) påpeker at vi kan imidlertid skape en sterkere kontakt med naturen ved å observere og lese hundens atferd og derav oppleve ting som vi ellers ikke ville opplevd. Hunden kan dermed sies å ha en evne til å skjerpe oppmerksomheten vår når vi oppholder oss i naturen, og på den måten gi oss bedre forutsetninger for gode naturopplevelser (Løken & Lyngstad, 2019, s. 107). Funnet i studien viser at hundene har en innflytelse på naturopplevelsene, og vil dermed være av relevans for min studie for å oppnå en bredere forståelse for naturopplevelser i hundekjøring og kan bidra belyse ulike perspektiver hundekjørerne beskriver rundt deres naturopplevelser.

Rune Waaler (1993) har i sin hovedfagsoppgave *Hundekjøring som naturkontaktsformforvalterskap for natur*, undersøkt naturkontakten til folkehøgskoleelever når de driver med hundekjøring. Waaler (1993) argumenterer for at resultatet bygger på tidligere erfaringer og vurderinger og at det er en ren tilpasningsprosess som skjer kognitivt: *De kognitive delene av hjernen setter sitt preg på opplevelsene fordi det i persepsjonen skjer en utvelgelse og tolkning av informasjonen* (Waaler, 1993). Funnene i studien viser hvordan kontakten og deltakelsen på tur med hunder virket positivt på naturopplevelsen hos elevene. Blant annet ble elevene mer mottakelig for å se og oppleve naturen, de la merke til hundenes reaksjoner som igjen hjalp de med å reagere, samt vekket oppmerksomheten rundt ulike elementer i naturen de ellers ville gått glipp av (Waaler, 1993). Studiens resultat vil være av relevans til min studie og vil benyttes i drøftingen for å belyse min fortolkede empiri.

## 2.5 Oppsummering

Kunnskapsgrunnlaget viser hvordan hundekjøring og naturopplevelser i sammenheng kan forstås ut fra ulike perspektiv. Videre inn mot analysen vil følgende perspektiver være hovedgrunnlaget for drøfting av empiri: *økosofi – tid til omstilling og selvrealisering* av Næss (1999). *Flyt teori – flyt opplevelsen* av Csikszentmihalyi (2014). Samt, det Tordsson (2010) beskriver som *naturens åpne tiltale*, som jeg videre også vil tillegge *‘hundenes åpne tiltale’*. De tre perspektivene vil særskilt anvendes i drøfting av studiens empiriske materiale, da det mest fremtredende ved hundekjøreres beskrivelser er av slike perspektiv. Noe som kan vises gjennom følgende uttalelse:

*Hundekjøring gir meg avkobling sammen med hundene, som om tid og sted blir borte. Du kommer deg så langt og du flyter inn i naturen på sleden, sluker mil innover fjell og vidder, du får være på så mange forskjellige steder på kort tid. Du er i en boble, akkurat der og da, sammen med hundene i opplevelsen og i naturen. Det gir bare en så enorm(!) frihetsfølelse. – Hundekjører*

### 3 Forskningsprosess

I følgende kapittel vil studiens metodologiske grunnlag avklares. Jeg vil redegjøre for valg av metode, vitenskapsteoretisk forankring, eget vitenskapssyn, samt andre metodiske veivalg jeg har tatt underveis i forskningsprosessen for å kunne nærme meg studiens hensikt på best mulig måte. Avslutningsvis følger egen refleksjon over empiriens kvalitet, samt etiske vurderinger i forbindelse med innsamling av empiri.

Jeg ser det som hensiktsmessig å benytte en kvalitativ metodologisk tilnærming, da kvalitativ forskning innebærer å utforske menneskelige prosesser i en virkelig setting, hvor forsker er åpen for hva deltakerne gjør og sier forså løfte deres perspektiver frem (Postholm, 2010, s. 9). Valg av metode pekte mot neste veivalg, og valg av kvalitative semi-strukturerte intervju med et strategisk utvalg.

Etter produksjon av empiri, gjennomførte jeg koding – og kategorisering i fortolkningen av empiri, for å komme frem til essensen og ulike kategorier i det empiriske materialet. Deretter gjennomførte jeg deltakervalidering for å få bekreftet eller avkreftet om min tolkning av intervjuet stemte overens med respondentenes meninger. For å styrke tolkning av empiri ble det også utført fagfellevurdering av innsamlet empiri, en såkalt intersubjektivitetskontroll. Videre har tilnærmingen i studien i hovedsak vært en empiristyrte prosess, hvor jeg har jobbet med empirien som utgangspunkt mot interessante kategorier innenfor tema. Imidlertid har jeg hatt trinnvise tilbakekoblinger. En slik tilnærming beskriver Tjora (2021) som en som *stegvis deduktiv induktiv metode (SDI)* (Tjora, 2021, s. 296). Hvor trinnvise tilbakekoblinger til empirien, vil være deduktive tilbakekoblinger, forså tilnærme meg ytterligere teori og nye konsepter fra empiri, som vil være induktiv prosess. En slik prosess har vært styrende for studiens videre retning inn mot teoriutvikling (Tjora, 2021, s. 20-21). Tilnærmingen kan også ses i sammenheng med min hermeneutiske fortolkningsprosess, som vil redegjøres senere i kapitlet.

I tillegg til intervju har jeg gjennom egen deltakelse observert hundekjøring, ført flere samtaler med ulike hundekjørere i feltet, samt erfart og opplevd hundekjøring selv. Dette har styrket mine fortolkningsmuligheter, samt utviklet min forståelse som jeg vil redegjøre senere i kapitlet.

### 3.1 Vitenskapsteoretisk utgangspunkt

Vitenskapsteori kjennetegner det å arbeide med forskning og utvikle vitenskapelig kunnskap (Brottveit & Del Busso, 2018). Innen vitenskapsteorien finnes det ulike syn på virkeligheten og ulike syn på kunnskap. Begrepene ontologi og epistemologi er sentrale når man forholder seg til tekst som kunnskapskilde og datamateriale. *Ontologi er læren om det som finnes* (Brottveit & Del Busso, 2018, s. 23). Med andre ord, hva et fenomen er, på hvilken måte det eksisterer og om det faktisk eksisterer. *Epistemologi er læren om viten eller kunnskap* (Brottveit & Del Busso, 2018, s. 23). Epistemologi stiller spørsmål til hvordan man oppnår kunnskap, hva slags kunnskap det er snakk om, på hvilken måte kunnskapen kan anvendes og erkjennes. Det stiller også spørsmål til hva vi kan vite noe om, samt når og hvordan vi kan vite noe helt sikkert (Brottveit & Del Busso, 2018, s. 23). Studiens problemstilling er av både ontologisk og epistemologisk art da det søkes kunnskap og forståelse om fenomenene naturopplevelser og hundekjøring, gjennom intervju og samtaler. Jeg som forsker har tilegnet meg kunnskap gjennom teori og tidligere forskning om tema, i sammenheng med intervju, samtaler og deltakelse i feltet. En slik prosess har vært avgjørende for min utviklede forståelse for fenomenene og for å kunne videre anvende tilegnet kunnskap. Nemlig, å forklare hva slags naturopplevelser som kan oppstå i hundekjøring og hvordan de beskrives av hundekjørere.

På bakgrunn av studiens hensikt og valg av forskningsstrategi har jeg i denne studien anvendt kvalitativ metode med en hermeneutisk tilnærming, inspirert av fenomenologi. Dette hermeneutisk-fenomenologisk perspektivet, er min inngang til å forstå og fortolke hundekjøreres egne beskrivelser av deres erfarte naturopplevelser fra hundekjøring. Jeg søker en fenomenologisk forståelse gjennom intervju, observasjon og deltakelse i feltet, som jeg deretter vil fortolke i en hermeneutisk prosess, hvor jeg gjennom mine forskerbriller fortolker deres fortolkninger i sin rette kontekst, sammenheng og helhet.

### 3.1.1 Fenomenologi

Jeg er inspirert av fenomenologien da det sentrale i fenomenologien er: *hvordan verden erfares av mennesker og hvordan noe oppleves for hver enkelt person*. (Thagaard, 2018, s. 36). Altså, det undersøkes spørsmål som hvordan det er å ha en opplevelse, hva som oppleves og på hvilken måte opplevelser beskrives av forskningsdeltakere (Brottveit & Del Busso, 2018, s. 46). Slike spørsmål er det jeg vil undersøke gjennom dialog med hundekjørere, for å nærme meg en forståelse gjennom andres erfarte opplevelser. Dermed er studien inspirert av fenomenologien, da fenomenologien tar utgangspunkt i det subjektive og man ønsker å oppnå forståelse i den enkeltes erfaringer (Thagaard, 2018, s. 36). Jeg vil videre trekke frem noen grunnleggende trekk fra fenomenologien som jeg mener er grunnleggende for forståelsen.

*Livsverden* står sentralt i fenomenologien, som betyr *vår direkte erfarte verden* (Tjora, 2018, s. 32). Med andre ord, hvordan verden erfares for en person. Noe som kan forklare livsverden er, hvordan enkelte mennesker kan føle seg hjemme i noen sammenhenger, og fremmede i andre. Menneskelige erfaringer er ulikt fra person til person da ulike forhold konstituerer ulike livsverdener og sosialt liv (Tjora, 2018, s. 32). I denne sammenheng vil hundekjøring være en livsverden. Når jeg i denne studien undersøker naturopplevelser i hundekjøring vil jeg på en måte føle meg hjemme i relasjon til naturopplevelser. Derimot, vil jeg føle meg noe fremmed i hundekjøring som livsverden. Imidlertid, har jeg underveis i forskningsprosjektet nærmet meg denne livsverden gjennom egen deltakelse i feltet. Noe som har styrket min forståelse av denne livsverden.

*Intersubjektivitet* står også sentralt i fenomenologien og *livsverden*, hvor en intersubjektiv forståelse kan skapes gjennom møte mellom personer. Å sette seg inn i den andre personens meninger og situasjoner vil være nøkkelen til å forstå andres opplevelse av en livsverden, eller et annet syn på virkeligheten enn seg selv (Dahl, 2013)

### 3.1.2 Hermeneutikk

For å fortolke studiens empiri, samt oppnå forståelse for naturopplevelser i hundekjøring har jeg valgt å ta utgangspunkt i hermeneutikken som tolkningslære. Målet i hermeneutikken er nettopp, å forstå og fortolke mening i innsamlet data og å konstruere nye meningssammenhenger av den virkeligheten som forskes på (Brottveit & Del Busso, 2018). *Hermeneutikk betyr å tolke, oversette, tydeliggjøre, klargjøre, forklare og si* (Widerberg,

2001, s. 24). Da jeg i denne studien skal tolke, oversette, tydeliggjøre, klargjøre og forklare hundekjørerens egne beskrivelser om naturopplevelser fra hundekjøring anser jeg derfor dette veivalget som hensiktsmessig. Denne tilnærmingen beskrives i hermeneutikken som en *Dobbel hermeneutikk*. Hvorav det fortolkes en verden som allerede er fortolket av sosiale aktører. Jeg vil dermed fortolke og forstå noe som allerede er fortolket av hundekjørerne, og gjennom deres språklige beskrivelser vil det kunne være forståelig for meg og andre (Gilje & Grimen, 1995, s. 145).

Hermeneutikk beskrives som en tolkningslære på grunnlag av at meningsfulle data ikke lar seg forklare ut fra sosiale og allmenne lover, men er forståelige bare i den sammenheng eller kontekst de forekommer i (Widerberg, 2001). Altså, for å kunne oppnå en bredere forståelse for naturopplevelser i hundekjøring vil det være hensiktsmessig å forske på fenomenene i sin kontekst og i sammenheng med de som erfarer denne virkeligheten, deres tolkninger, handlinger og verdier.

Så, hvordan kan mennesker utenfor denne livsverdenen forstå slike subjektive naturopplevelser? Rubenson (1978) beskriver det som en umulig oppgave å beskrive noe så personlig og som man føler sterkest: *De som har følt hvad livet blandt tinderne er eller kan være for et menneske, behøver ikke at læse om det, og de som aldri har følt det, vil saa allikevel ikke forstaa* (Rubenson, 1978, s. 117). Derimot diskuterer Pike & Beames (2013) for hvordan vi gjennom samtaler kan *make sense out of their worlds* (Pike & Beames, 2013, s. 4). Videre skriver de at utendørsaktiviteter ikke bare påvirkes av aktiviteten, men det tillegges andre sosiale faktorer. Altså, hundekjøring i sin helhet består av sosiale faktorer som påvirker samspillet og handlingene. Blant annet hundene, at mennesket og hundene i naturen sammen konstruerer og tillegger mening til fenomenet og den livsverden fenomenet er en del av: *The ways in which adventurous activities are practised by participants are significantly influenced by numerous and varied sosial factors*. (Pike & Beames, 2013, s. 4). En slik tilnærming har jeg nærmet meg gjennom både observasjon og samtaler i feltet, som jeg ser på som en hermeneutisk tilnærming – og forske på fenomenet i kontekst og sammenheng. Samtidig har jeg tillagt teori og tidligere forskning av relevans i denne sammenhengen.

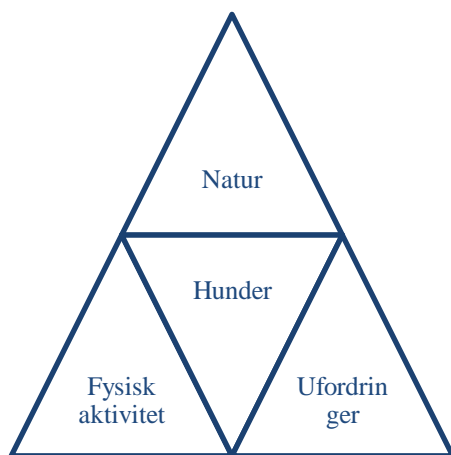
Hermeneutikken baserer seg på flere grunnleggende forutsetninger i analysemetoden: *All tolkning og forståelse er deler avhengig av helhet. All forståelse forutsetter eller bygger på en form for forforståelse og enhver tolkning har visse forventninger eller forutinntatte meninger* (Widerberg, 2001, s. 24). Jeg vil dermed trekke frem noen grunnleggende forutsetninger ved hermeneutikken som dreier seg om nettopp dette.

*Den hermeneutiske sirkel* er noe av det viktigste innen hermeneutikken, som peker på forbindelsene mellom det som skal fortolkes, forforståelsen og den sammenhengen eller konteksten det må fortolkes i. *Det er sammenhengen som tillegger fenomener en bestemt mening og framskaffer de nøkler man må ha for å kunne forstå dem* (Gilje & Grimen, 1995, s. 152). Altså, all tolkning må begrunnes i sin kontekst og sammenheng. I all tolkning og forståelse er delene avhengig av helheten og helheten er avhengig av delene. Hvordan delene skal fortolkes, avhenger av hvordan helheten fortolkes, og hvordan helheten fortolkes avhenger av hvordan delene fortolkes. (Gilje & Grimen, 1995, s. 153-155). Min tilnærming til den hermeneutiske sirkel har vært å knytte fenomenene opp til relevant teori og tidligere forskning for å tillegge dem mening og gjøre de forståelig. Denne tilnærmingen kan ses i sammenheng med det Tjora (2021) omtaler som en *stegvis deduktiv induktiv metode*, hvor man stadig beveger seg fra empiri til teori med gjentatte tilbakekoblinger (Tjora, 2021, s. 296). En slik tilnærming kan også forklares ut fra tre faser hvor utvikling av forståelse skjer: Den første fasen er den stilltiende forståelsen jeg har av for meg selv, hvordan jeg betrakter mitt liv i interaksjon med andre og omgivelsene rundt. Den andre fasen av forståelse er der tidligere erfaringer reflekteres og kritisk vurderes, nye ting blir oppklart og tenkt gjennom. Denne prosessen kalles produksjon med mening. Den tredje og siste fasen bearbeides det man har oppdaget, reflektert over og denne forståelsen formuleres så på nytt og danner grunnlaget for ny forståelse (Dahl, 2013, s. 119-120).

*Forforståelse* er som nevnt en avgjørende faktor i fortolkningen. Vi forstår alltid noe på grunnlag av visse forutsetninger. Før prosjektets start vil jeg som forsker alltid ha forventninger og en forforståelse av fenomenene jeg skal forske på, og møter dermed ikke denne livsverden forutsetningsløst. Imidlertid, vil en forforståelse være nødvendig for å i det hele tatt kunne utvikle forståelse og for å kunne fortolke oppgavens fenomener og empiri (Gilje & Grimen, 1995, s. 148-149). Min forforståelse vil redegjøres for senere i kapittelet.

### 3.1.3 Forskerrollen og eget vitenskapssyn

Jeg vil først redegjøre for min forforståelse for naturopplevelser i hundekjøring før prosjektets start. Til slutt vil jeg redegjøre for min utviklede helhetlige forståelse. Jeg har utformet følgende figur for å illustrere min forforståelse:



*Figur 3 - Illustrerer min forforståelse av naturopplevelser i hundekjøring før studiets start, og de fire aspekter jeg forsto det ut fra.*

Da jeg før studiets start befant meg utenfor denne livsverden, hadde jeg kun en viss forforståelse av naturopplevelser i hundekjøring. Som figuren illustrerer har jeg plassert hundene i kjernen av figuren, da min forforståelse var nettopp at hundene var selve midtpunktet. I tillegg var min forforståelse at naturopplevelsene i hundekjøring besto av fysisk aktivitet, utfordringer og naturen sammen med hundene.

Gjennom egen rolle i feltet har jeg utviklet min forforståelse, gjennom intervju, observasjon og samtaler i feltet, samt egen erfaring i hundekjøring. Intervjuene ble gjennomført under Finnmarksløpets Forum 2021, som var en passende kontekst å gjennomføre intervjuene i, da jeg samtidig fikk ta del – og observere miljøet. Finnmarksløpets Forum 2021 fant sted i Alta hvor ulike friluftsliv-interresterte kom reisende fra hele landet for å høre på foredrag fra eventyrere, hundekjørere og andre erfarne friluftsliv-personer. Denne konteksten i sammenheng med intervjuene bidro til en større forståelse om denne livsverden allerede da.

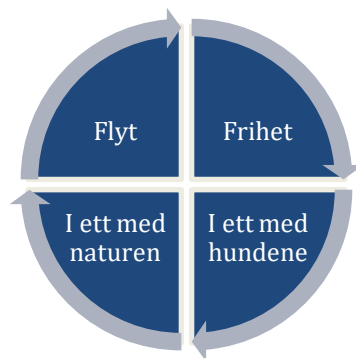


I tillegg har også egen praktiske erfaring fra feltet styrket min forståelsesramme, ved at jeg selv har utøvet hundekjøring. Som Rubenson (1978) påpeker: *De som aldri har følt det, vil saa likevel ikke forsaa* (Rubenson, 1978, s. 117). Da min intensjon med dette studie har vært å oppnå forståelse for naturopplevelser i hundekjøring, så jeg det hensiktsmessig å selv utøve hundekjøring, hvor jeg fikk føle på noe det hundekjørerne har beskrevet.

Denne måten jeg har tilegnet meg feltet på er en måte og gi en hermeneutisk beskrivelse. Prosessen har styrket mine fortolkningsmuligheter og vært avgjørende for min forståelsesramme for hundekjøres beskrivelser, slik at jeg ser det fra et mer kyndig blikk.

Min ontologiske og epistemologiske utvikling har ført til en helhetlig forståelse for naturopplevelser i hundekjøring. Hvorav jeg har tilegnet meg kunnskap og kompetanse, innsikt og forståelse om denne livsverden. Gjennom en hermeneutisk prosess hvor har forsket på fenomenene i sin kontekst, sammenheng og helhet. Nemlig, intervju, samtaler med hundekjørerne i feltet, observasjon, egen deltakelse i hundekjøring, samt tillagt relevant teori og tidligere forskning om fenomenene.

For å illustrere min utviklede og helhetlige forståelse av naturopplevelser i hundekjøring etter forskningsprosessen har jeg utformet følgende figur:



Figur 4 - Illustrerer egen utviklede forståelse av naturopplevelser i hundekjøring ut fra fortolkning av hundekjøres beskrivelser.

De fire ulike faktorene er illustrert som en 'runddans' og sirkel hvor de er i relasjon til hverandre og må ses i sammenheng for å forstås i sin helhet. De innebærer både indre sansesepersjon, som emosjoner og følelser, og ytre sansestimuli, som i denne sammenheng

er naturen og hundene. De indre sansene skjer som reaksjon av de ytre sansene. Blant annet da følelser som frihet og å være i ett med naturen og hundene kan være en konsekvens av det ytre, et kroppslig møte med naturen og hundene som derav fører til indre emosjoner i slike opplevelser. Dette vil videre redegjøres for i kapittel 4.

## 3.2 Forskningsstrategi

Da studiens hensikt er å oppnå forståelse for naturopplevelser i hundekjøring, gjennom hundekjøreres egne beskrivelser fra nettopp det, anser jeg kvalitativ metode som den mest hensiktsmessige tilnærmingen. Da kvalitativ forskning har som formål å klargjøre et fenomenets karakter eller egenskaper, og søker svar på innhold som: *hva betyr det og hva handler det om?* (Widerberg, 2001, s. 15). Dessuten, finnes det lite tidligere forskning om oppgavens tema, noe kvalitative metoder egner seg godt til, nemlig å studere fenomener som det er vanskelig å få tilgang til ved andre metoder (Thagaard, 2018). Kvalitative tilnærminger gir også grunnlag for å fordype seg i noe, samt utføre intensive analyser av de sosiale fenomenene som studeres, for å oppnå en forståelse (Thagaard, 2018).

For å forstå naturopplevelsene i hundekjøring mener jeg at å samtale med hundekjørere og få innsyn i deres beskrivelser rundt erfarte naturopplevelser fra hundekjøring er avgjørende for forståelsen. Altså subjektet vil være avgjørende for oppgavens hensikt. Basert på fenomenologi og hermeneutikken hvor sosiale faktorer tillegger et fenomen mening, beskriver også diskursanalytikere hvordan mennesker gjennom språket konstruerer virkelighet: *Our access to reality is always through language. With language, we create representations of reality that are never mere reflections of a pre-existing reality but contribute to constructing reality. Meanings and representations are real. Physical objects also exists, but they only gain meaning through discourse* (Jorgensen & Phillips, 2002, s. 8-9).

## 3.3 Et utvalg hundekjørere

Jeg har valgt å benytte et strategisk utvalg i denne studien, nærmere bestemt et strategisk utvalg hundekjørere. Et strategisk utvalg vil si at utvalget er ikke tilfeldig, derimot er personene valgt ut fra at de har egenskaper eller kvalifikasjoner som er strategiske i forhold til at de kan uttale seg på en reflektert måte om det aktuelle tema (Tjora, 2021, s. 145). Et slikt

utvalg vil kunne bidra til å oppnå studiens formål, nemlig å oppnå en forståelse for fenomenene som studeres gjennom beskrivelser rundt fenomenene som studeres (Thagaard, 2018, s. 54).

Utvalget hundekjørere i studien består av seks hundekjørere jeg har intervjuet. I tillegg har jeg gjennom deltakelse i feltet, gjennomført samtaler med flere hundekjørere.

### 3.3.1 Utvalgskriterier

Et av kriteriene for å delta i dette forskningsprosjektet var at utvalget hundekjørere måtte være over 18 år. Dette kriteriet ble satt først og fremst på grunn av etiske retningslinjer, samt at studien søker innsyn i opplevelser og erfaringer, jo yngre respondenten er, jo mindre erfaring. Dermed ble 18 år satt som aldersgrense. I tillegg ble det satt kriteriet om å oppfylle minst et av følgende punkt: *driver aktivt med hundekjøring eller har drevet med hundekjøring*. Dette kriteriet ble satt på bakgrunn av kun personer som har særegne kunnskaper om – og som selv har opplevd hundekjøring, kan svare på en reflektert måte om tema (Kvale & Brinkmann, 2015). Antall års erfaring vil presenteres under hver respondent i kapittel 4 for å vise til mengde erfaring. Derimot vil antall år refereres til i samlebetegnelser, for å sikre hundekjørernes anonymitet.

I tillegg har jeg også valgt å inkludere antall deltakelser i konkurranseløp i langdistanse hundekjøring da dette kan peke mot at utvalget har lagt ned mye trening, som med andre ord vil tilsi at de har vært mye ute i naturen med hundespennet og derav kunne svare på mine spørsmål. Derimot var det ikke et kriterium å ha deltatt på løp, men slik informasjon kan være hensiktsmessig å nevne da de som deltar på konkurranseløp driver aktivt med hundekjøring jevnlig i løpet av hele året også når de ikke deltar på løp. Dermed har de mye erfaring og sitter på mange opplevelser i naturen gjennom hundekjøring. Hundekjørere som trener mot et mål, er som oftest ute på trening til alle døgnets tider, og muligens opplever naturen på en annen måte enn folk flest.

### **3.3.2 Rekruttering av hundekjørere**

Etter utforming av annonse om forespørsel til deltakelse i intervju (se vedlegg), ble annonsen sendt ut via epost fra Finnmarkløpet AS (FL) til alle påmeldte, samt foredragsholdere til FL-Forum 2021. Det var to personer som tok kontakt via e-post som respons på annonsen.

Deretter tok jeg kontakt for å avtale tidspunkt for intervjuet i løpet av FL-Forum. Jeg deltok aktivt på FL-Forum og det ble kunngjort på scenen ved forumets start at jeg ønsket å intervju hundekjørere i forbindelse med mitt masterprosjekt. På denne måten fikk alle en påminnelse om eposten, samt at de som ikke hadde sett eposten også fikk informasjonen. Slik kom jeg i kontakt med flere hundekjørere i løpet av forumet, hvor det ble avtalt å gjennomføre intervju underveis. Under forumet fikk jeg gjennomført seks intervju.

## **3.4 Intervju av hundekjørere**

Intervjusamtaler bidrar til å kunne utvikle en forståelse av hvordan personer opplever og reflekterer over egen situasjon (Thagaard, 2018). På bakgrunn av studiens hensikt har jeg derfor valgt intervju som metode å samle inn empiri, nærmere bestemt kvalitative semi-strukturerte intervju. I kvalitative semi-strukturerte intervju er spørsmålene som stilles åpne, men med fastsatt tema (Kvale & Brinkmann, 2015). Denne studien er inspirert av fenomenologien, hvor hensikten er å løfte frem respondentenes perspektiver på erfarte opplevelser i en naturlig setting. Dermed anser jeg semi-strukturerte intervju som en god metode å få innsyn i naturopplevelsene fra hundekjøring. I et slikt intervju vil studiens empiriske materiale bli til i et intersubjektivt møte hvor forståelse kan skapes mellom personer (Dahl, 2013). I intervjusamtalen vil jeg som forsker sette meg inn i hundekjørers situasjon og være åpen for hver enkelt hundekjørers meninger og perspektiver.

### **3.4.1 Konstruksjon av intervjuguide**

Intervjuguiden ble nøye utformet og konstruert opp mot studiens hensikt og hva jeg søker svar på. På bakgrunn av valg av semi-strukturerte intervju, ble spørsmålene i intervjuguiden utformet med en balanse mellom åpne og lukkede spørsmål om tema for å løfte respondentens perspektiver rundt tema frem (Kvale & Brinkmann, 2015; Thagaard, 2018). Spørsmålene ble delt inn i tre deler: innledning, hoveddel og avslutning. I innledningen ble det utformet innledende spørsmål til hovedtema. I hoveddelen ble de største spørsmålene stilt, med vekt på

hovedtema, i forsøk på å fremme essensen i det jeg ønsker å finne ut av, samt oppnå studiens hensikt. Avslutningsvis ble det stilt et spørsmål om respondenten hadde noe å tilføye tema eventuelt kunne oppsummere tema.

### **3.4.2 Produksjon av empiri**

I forkant av intervjuene, ble et lokale klargjort. Jeg fikk låne et klasserom ved UiT til fri disposisjon under hele FL-forum. I tillegg til lokale, fikk jeg låne lydopptaker av UiT.

Lydopptakeren ble testet flere ganger før gjennomføring av intervju. Da jeg i denne undersøkelsen ønsket å intervju seks hundekjørere hadde jeg i forkant også utskrift av seks samtykkeskjema. I tillegg til utskrift av intervjuguide, som jeg benyttet som utgangspunkt for samtalen.

Gjennomføringen av hvert intervju foregikk ved UiT under FL-Forum oktober 2021. Før jeg satte i gang intervjuet, gjentok jeg at det vil bli gjennomført lydopptak under intervjuet, samt en kort repetisjon om deres rettigheter og samtykkeskjema, som samtlige skrev under på før intervjuet startet. Underveis i intervjuet ble noen spørsmål tilpasset i forhold til hva de hadde svart på tidligere spørsmål. I tillegg stilte jeg ulike oppfølgingsspørsmål på enkelte svar jeg selv mente var interessant å høre mer om. Varigheten på intervjuene varierte mellom 15-45 min. Hvorav noen besvarte spørsmål konkret og tydelig i løpet av en til to setninger, og derav ikke behov for oppfølgingsspørsmål. Hvorav andre brukte lengre tid på å formulere lengre setninger for å besvare spørsmål, samt at noen hadde lengre fortellinger fra egne opplevelser.

### **3.4.3 Fortolkning av empiri**

Det empiriske materialet har jeg fortolket gjennom en hermeneutisk prosess. Hvor jeg har tolket meg frem til kategorier og deler, for så og se helheten av det empiriske materialet. I sammenheng med observasjon og samtaler i feltet, samt egen erfaring fra hundekjøring, som har styrket min fortolkningsramme.

### **3.4.3.1 Transkribering**

Gjennomføring av transkripsjon gjør intervjusamtalene bedre egnet for fortolkning (Kvale & Brinkmann, 2015). Kort tid etter gjennomføring av intervju, transkriberte jeg samtlige intervju. Lydopptakene fra hvert intervju var av god kvalitet slik at det som ble sagt, fremsto tydelig. Transkripsjonen er utført ordrett, derimot har jeg valgt å rette på det muntlige språket, slik at det lettere kan forstås i en skriftlig sammenheng. Tegnsetting ble benyttet der det fremsto som naturlig i samtalen. Lange pauser ble markert med: (...). Ved ord som respondenten la trykk på et spesielt ord for å uttrykke seg ble markert med (!). Andre verbale uttrykk som smil eller latter ble inkludert hvor jeg anså det som relevant for tolkningen av svaret. Etter en tidkrevende prosess med transkribering av samtlige intervju, ble totalt 20 sider med om lag 7000 ord råmateriale renskrevet.

### **3.4.3.2 Koding og kategorisering**

Første steg i analysen av innsamlet empiri besto av koding og kategorisering, som har vært avgjørende for studiens empiristyrte prosess og resultat (Tjora, 2018). Min tilnærming til koding og kategorisering var ved å tolke og analysere hundekjøernes beskrivelser. Hvorav ord, begrep og temaer som ofte ble nevnt ble om til kategorier. Jo mer jeg arbeidet med materialet, jo mer ble jeg kjent med utsagn og språket, som styrket mine fortolkningsmuligheter og at jeg kom frem til selve ´essensen´ i det hundekjøerne forsøkte å beskrive. I tillegg har det vært en del av min hermeneutiske tilnærming, som den hermeneutiske sirkel dreier seg om, nemlig å gå fra delene til helheten og gå fra helheten tilbake til delene igjen. Som Tjora (2021) omtaler som en *SDI-metode*, hvor jeg går fra empiri mot teori og gjentatte tilbakekoblinger til empiri (Tjora, 2021, s. 296).

## **3.5 Observasjon, samtaler og egen erfaring fra feltet**

I tillegg til intervju har jeg hatt en aktiv deltakelse i feltet over en lang periode, som blant annet har gått ut på å besøke flere hundegårder hvor jeg har ført samtaler med hundekjørere og observert dem sammen med hundene. Samtalene dreide seg om alt fra A til Å innen hundekjøring, samt tema naturopplevelser i hundekjøring. Samtalene foregikk både i

hundegården og på sleden med hundene løpende foran. På det ene besøket fikk jeg selv for første gang stå på sleden.

Ytterligere fikk jeg ta del i både Finnmarksløpets forum 2021, samt Finnmarksløpet 2022. Under Finnmarksløpet 2022 fikk jeg observere hundespann ved start og målgang, sjekkpunkt Karasjok og ute i sporet langs Alta-elva. Jeg fikk også føre et flertall samtaler med andre erfarne hundekjørere som delte av sine historier og opplevelser fra hundekjøring. I denne prosessen har jeg tilegnet meg nye kontakter fra feltet. Noen av hundekjørerne jeg har intervjuet eller ført samtaler med i feltet, har jeg kunne kontakte i ettertid for å spørre videre om noe jeg noterte meg eller ønsket et mer utdypende svar på. Dette har styrket min tolkning og forståelse av deres beskrivelser, og gitt meg muligheten å sette meg grundigere inn i deres perspektiver.

Jeg har også tatt hundekjøring som emne ved UiT i Alta. Her har jeg tilegnet meg kunnskap og kompetanse om det meste innen hundekjøring. Da jeg verken hadde kunnskap eller erfaring innen dette feltet før prosjektet, har læringskurven vært bratt. Via emnet har jeg selv fått utøve hundekjøring, samt dra på overnattingstur med mange hunder, sleder, hundekjørere og hundekjøring-studenter. Overnattingsturen varte i tre dager hvor jeg fikk erfare naturopplevelser i hundekjøring. Jeg fikk kjenne på noen av følelsene hundekjørerne har beskrevet i intervjuene, gjennom eget møte med naturen sammen med hundene. Denne turen var avgjørende for min forståelse av det hundekjørerne hadde beskrevet i intervjuene.

Min praktiske erfaring har virket berikende for meg som forsker og har vært utslagsgivende for produksjon av ny kunnskap, for å kunne tolke hundekjøreres beskrivelser, samt oppnå en helhetlig forståelse for nettopp naturopplevelser i hundekjøring.

### **3.6 Empiriens kvalitet**

For å styrke empiriens gyldighet og pålitelighet, har jeg valgt følgende valideringsprosedyrer: Deltakervalidering og fagfellevalidering også kalt intersubjektivitetskontroll.

Etter produksjon, fortolkning og kategorisering av empiri valgte jeg å gjennomføre fagfellevalidering. Bakgrunnen for dette var for å kontrollere om jeg faktisk har undersøkt det jeg hadde som intensjon å undersøke, samt for å avdekke eventuelle viktige aspekter jeg kunne oversett. Altså, kontrollere fortolket empiri (Kvale & Brinkmann, 2015).

Fagfellevalideringen ble gjennomført av en medstudent. Dette foregikk ved at medstudenten fikk tilgang til de transkriberte intervjuene. Hvert intervju var anonymisert og uten mine notater. Etter en gjennomgang fikk jeg hennes synspunkter og tolkning av innholdet. Jeg gikk deretter over til gjennomføring av deltakervalidering for å bekrefte eller avkrefte tolkningen av intervjuene, hos respondentene selv.

Gjennomføringen av deltakervalidering gikk ut på at jeg kontaktet respondentene, og gjennom dialog med hver enkelt fikk jeg bekreftet at min tolkning av intervjuene stemte overens med det forsøkte å beskrive. En slik validering ville også kunne avkrefte en eventuell feil tolkning. Derimot, var samtlige enig i tolkningen og kunne dermed bekrefte at det stemte overens med deres beskrivelser. Imidlertid var det en respondent jeg ikke fikk tak i. Da jeg operer i et felt hvor respondentene sjelden sitter parat med mobilen, men derimot er oftere ute med hundene, er de ikke så tilgjengelig per telefon. Derimot, var denne personen svært tydelig og reflektert under intervjuet og nevnte ordrett de kategorier jeg tolket meg frem til.

I tillegg til tolkning av empiriens språklige innhold, har jeg gjennom egen deltakelse i feltet, sett sammenhenger. Altså, å se sammenhengen mellom beskrivelsene fra intervjuene mot hva jeg har observert og selv erfart, samt i relasjon til teori og tidligere forskning rundt de ulike kategorier og aspekter.

Dessuten, har jeg som forsker reflektert over empiriens pålitelighet i relasjon til min egen forforståelse og forutinntatte meninger om tema. Jeg hadde lite kunnskap om hundekjøring, og dermed betraktelig færre forutinntatte meninger om naturopplevelsene i hundekjøring. Dette ser jeg på som en styrke, da jeg selv har vært åpen for alle perspektiver og kategorier som var fremtredende fra hundekjøreres beskrivelser. Noe som styrket mine muligheter til å sette meg inn i hundekjørernes situasjon for å forstå deres synspunkter bedre. Bruk av lydopptak under intervjuene, styrket ytterligere påliteligheten ved at jeg kunne transkribere direkte sitater akkurat slik hundekjørerne selv la det frem (Tjora, 2018).

Når det gjelder studiens repeter barhet, vil den ikke kunne gjennomføres på eksakt samme tilnærming med tanke på eget ontologiske og epistemologiske ståsted, samt egen forforståelse, som vil være subjektivt og unikt. Derimot, kan en slik kvalitativ metodisk oppgave gjennomføres på samme metodiske måte, men veivalg som har blitt tatt i fortolkningsprosessen og den empiristyrte prosessen, vil være utslagsgivende for studiens videre resultat.



Studien har en viss grad av overførbarhet til andre former for hundekjøring, for eksempel: naturopplevelser i snørekjøring, sprint og mellomdistanse. Studien kunne forvente noe likhet i funn ved undersøkelser i andre felt som: naturopplevelser i hundekjøring med utgangspunkt i andres beskrivelser. Altså, ikke hundekjøreres beskrivelser, men andre mennesker som har erfart naturopplevelser fra hundekjøring.

### **3.7 Etiske retningslinjer**

De etiske retningslinjene i forhold til deltakere i oppgaven gjelder deres anonymitet, privatliv og deres rett til å delta eller ikke delta i dette prosjektet (Thagaard, 2018, s. 60).

Når det gjelder oppbevaring av lydfil ble dette gjort via UiT sin utlånstjeneste av lydopptaker. Kort tid etter alle intervju var gjennomført ble lydfilene fjernet fra lydopptaker. Deretter ble lydfilene videre oppbevart på en lånt pc i kort tid under transkripsjonen. Transkripsjonen av lydfilene ble gjennomført dager etter intervjuene og lydfilene ble da fjernet fra pc. Intervjuene ble heretter i skriftlig form på et Word-dokument på egen Mac, hvor navnene deres ikke kom frem, men ble gjort om til initialer for å sikre deres anonymitet.

Ingen av respondentene eller hundekjørere jeg har samtalt med vil navngis i oppgaven. Deres uttalelser vil heller ikke kunne gjenkjennes da eventuell privat info ikke vil bli inkludert i oppgaven. Jeg har i tillegg valgt å holde eksakt antall års erfaring anonymt, derimot laget samlebetegnelser for antall år. Det samme gjelder også antall deltakelser på konkurranseløp. Kjønn vil også holdes anonymt.

## 4 Presentasjon av empiri – Analyse og drøfting

I dette kapittelet vil jeg først presentere utvalget hundekjørere. For å unngå å gjenta meg selv vil jeg drøfte empirien underveis som den presenteres. Dermed følger en presentasjon og analyse hvor jeg drøfter det empiriske materialet i lys av teori og tidligere forskning gjennom min fenomenologiske forståelsesramme og hermeneutiske fortolkning. Min tolkning av empiri vil fremstilles ut fra kategorier som har kommet frem gjennom min

kategoriseringsprosess. I fremstillingen vil jeg først ta for meg delene, deretter helheten som delene utgjør. De ulike delene vil drøftes i analysen under følgende underkapitler:

*Naturopplevelser med mestringsfølelse. Naturopplevelser med frihetsfølelse.*

*Naturopplevelser i ett med naturen og hundene.* Avslutningsvis følger en helhetlig drøfting hvor alle delene ses i sammenheng med hverandre, under følgende underkapittel:

*Naturopplevelser – frihet og flyt, i ett med naturen og hundene.*

### 4.1 Presentasjon av utvalget hundekjørere

Studiens respondenter består av seks hundekjørere, både kvinner og menn i ulike aldersgrupper med ulik mengde erfaring i hundekjøring. Hvorav noen har mer erfaring innen konkurransekjøring og andre har mer erfaring utenfor konkurranse. Respondentene vil presenteres og heretter omtales under hvert sitt anonyme navn. Jeg har valgt å navngi respondentene som: Hundekjører inkludert hvert sitt tall. Fortellinger fra andre hundekjørere jeg har samtalt med i feltet vil omtales som: Hundekjører.

**Hundekjører 1** har mellom et til fem års erfaring med hundekjøring. Hundekjører 1 har ikke deltatt på konkurranseløp enda, men det ligger i fremtidsplanene. *Interessen for å drive med hund i naturen har jeg alltid hatt, og jeg har i de siste årene hatt en livsstil bestående av hundekjøring samt vært en del av et team som trener hundespenn.* – Hundekjører 1

**Hundekjører 2** har mellom seks til femten års erfaring med hundekjøring. Deltatt mellom en til fem ganger i konkurranseløp. Respondenten begynte med hundekjøring på grunnlag av interessen for både hunder og friluftsliv. *Jeg er 50/50 friluftsliv – og hundeinteressert. Jeg*

*kunne kanskje drevet med agility, men hundekjøring har den fordel at du kan ta med hundene i fjellet. – Hundekjører 2*

**Hundekjører 3** har mellom et til fem års erfaring med hundekjøring. Deltatt mellom en til fem ganger på konkurranseløp. *Jeg har snørekjørt med hund hele livet, men begynte med hundekjøring da jeg ville utfordre meg selv, strekke turene lengre og leve en polar-livsstil. Jeg ble bitt av basillen med en gang. Jeg farter mye mer med hundene enn jeg ville gjort uten hundekjøring. – Hundekjører 3*

**Hundekjører 4** har mer enn tjuvfem års erfaring med hundekjøring og deltatt mellom seksten til tjuvfem ganger på konkurranseløp. Bakgrunnen for at respondenten begynte med hundekjøring var: *Det er innfallsvinkelen til et kjempebra friluftsliv, det er tur-biten som gjør at jeg driver med hundekjøring. Ikke løpskjøringa, men friluftslivet. – Hundekjører 4*

**Hundekjører 5** har over tjuvfem års erfaring med hundekjøring. Antall deltakelser på konkurranseløp har vært mellom seks til femten ganger. *Første gang jeg prøvde hundekjøring gikk jeg rett i grøfta, men det gikk bra. Det var fartsfylt og fryktelig gøy. Det ga absolutt mersmak. Det har blitt en livsstil, det er et holdepunkt i livet for meg. – Hundekjører 5*

**Hundekjører 6** har mer enn tjuvfem års erfaring med hundekjøring. Har deltatt mellom seksten til tjuvfem ganger i konkurranseløp. Respondenten startet først med snørekjøring med hund, og deretter hundekjøring: *Jeg tente med en gang og ble bitt av basillen. Jeg fikk meg flere og flere hunder, bygde egen Nome-slede og til slutt hadde fullt spann og var da i gang med langdistanse hundekjøring. Jeg var frelst for lenge siden, det var bare en vei etter det. – Hundekjører 6*

**Hundekjører** – I tillegg til de seks hundekjørerne jeg har intervjuet, vil også beskrivelser fra andre hundekjørere jeg har ført samtaler med i feltet fremtre videre i drøftingen.

## 4.2 Naturopplevelser med mestringsfølelse

Da jeg stilte åpne spørsmål om naturopplevelser i hundekjøring, nevnte samtlige hundekjørere mestringsfølelsen, og det kom tydelig frem ut fra deres beskrivelser og fortellinger at naturopplevelsene fra hundekjøring er mestringsorienterte. Respondentene beskriver mestringsfølelsen som å mestre seg selv og hundespannet i naturen, samt uforutsette utfordringer underveis. Naturopplevelser med mestringsfølelse vil være avgjørende for de neste kategorier som fremstilles videre i analysen. Altså, mestring kan føre til følelsen av frihet og å være i ett med hundene.

Flere hundekjørere vektlegger mestringsfølelsen av å mestre både hundene og naturen:

*Jeg får en enorm mestringsfølelse av å mestre naturen, temperaturen, ulikt vær, sammen med å kombinere det med et hundespann, å mestre det hundespannet og alle værphenomener –*  
Hundekjører

Hundekjøreren beskriver mestring i sammenheng med å mestre naturen og de utfordringer naturen stiller oss, og samtidig mestre hundespannet i naturen. Slike aspekter beskriver Tordsson (2010) gjennom naturens rom for en mer allsidig og helhetlig utfoldelse, enn mange hverdagslige situasjoner (Tordsson, 2010, s. 211). Noe som vil føre til å se nye sider av seg selv, og dermed selvets evner til å mestre. Mestringsfølelsen som hundekjøreren beskriver, vil dermed skje på konsekvens av selvets kapabilitet. Perspektiver som hundekjøreren nevner, fremtrer også hos flere hundekjørere:

*Mestringsfølelsen. Det var litt derfor jeg startet med hundekjøring, jeg ville ha en ny utfordring når jeg er på tur. Det å mestre og behandle et hundespann slik at det fungerer rett. Også er det å strekke turene lengre og lengre, skaffe mat til hundene underveis, det er noe med det å sette seg et tøft mål for deg selv og hundene, det er toppen følelsesmessig for meg. Det å mestre så mye, etter alt man går igjennom sammen med hundene der ute gir en så enorm mestringsfølelse jeg aldri før har hatt –* Hundekjører 3

Hundekjørerne nevner naturopplevelser hvor de mestrer seg selv og hundespannet i naturen. I tillegg beskriver hundekjører 3 hvordan å nå målet, samt å mestre utfordringene underveis.

Dette tolker jeg gjennom Csikszentmihalyi (2008) sin flyt teori, da beskrivelsene fra hundekjørere 3 består av samme aspekter som det Csikszentmihalyi (2008) kaller for en *flyt opplevelse*: å mestre utfordringer vi har mulighet for å mestre og sette seg klare mål (Csikszentmihalyi, 2008, s. 49). I likhet med Csikszentmihalyi (2008) beskriver Hågvar & Støen (1996) hvordan naturopplevelser med mestring øker menneskets tilfredshet, samt at forutsetningen er at utfordringene står i forhold til våre evner og behov (Hågvar & Støen, 1996, s. 72). Noe av det samme beskriver også en annen hundekjører:

*Hundekjøring er en psykisk reise, du mestrer ditt eget sinn. De gamle jegerne måtte ut å mestre uansett vær, i dagens samfunn må man ingenting. Hvis du ikke har lyst så gjør du det ikke, men når du gjør det får du en enorm mestringsfølelse og du får kjenne på følelser og egne evner til å håndtere og mestre naturen og hundespennet. Det går ikke an å erstatte slike sterke opplevelser som jeg opplever i hundekjøring. Jeg kan ikke slutte med hundekjøring, det blir ikke det samme å gå en topptur eller fjelltur forså gå hjem... ikke etter man har begynt med hundekjøring, da går man liksom motsatt vei. Det er bare en ekstrem (!) mestringsfølelse*  
– Hundekjører

Som hundekjøreren poengterer vil det å skulle gå tilbake til fjellturer uten hundekjøring oppleves som feil retning. I relasjon til flyt-modellen av Csikszentmihalyi (2014), forklares dette gjennom hvordan man i en *flyt opplevelse* stadig befinner seg i en balanse mellom utfordringer og kjedsomhet. Altså, stadig nye utfordringer og gå i 'riktig retning' i flyt-modellen, vil utvikle selvet og selvets evne til å mestre stadig nye utfordringer: *This is the way the self grows* (Csikszentmihalyi, 2008, s. 42). Derimot, beskriver også flere hundekjørere hvordan enkelte mestringsorienterte opplevelser fra hundekjøring beveger seg utover i den andre retningen i flyt-sonen, nemlig mot for store utfordringer i forhold til egne evner:

*Jeg hadde en opplevelse i januar i år hvor vi hadde kjørt, og vi var 1 mil unna veien på tur tilbake, hvor jeg kjører igjennom elva med sleden og detter ned i vannet, og det var 25 minusgrader. Den opplevelsen husker jeg. Jeg klarte å håndtere det, jeg klarte å beholde roen. Jeg mestret det, jeg kom meg til veien, jeg fikk hundene i bilen og kjørte hjem. Det går på det indre og det å mestre situasjonen, dette håndterer jeg og dette kan jeg.* – Hundekjører

Hundekjører 1 beskriver hvordan det opplevdes å mestre en svært utfordrende situasjon, og at mestringsfølelsen var en sterk indre emosjon etter selve øyeblikket.

*Det gir mye mestring når du holder på med hundekjøring. Det å ta vare på seg selv og hundene i naturen. Ha med nok utstyr i sleden til å overleve i naturen. Jeg lå en gang i jerven duk 11 timer værfast, med sleden foran, og hundene var 'nedføket' lenge før meg. Det mestrer hundene, også må man selv mestre både kulde og vindforhold. – Hundekjører 6*

Altså, en *flyt opplevelse* vil ikke alltid føles like hyggelig der og da, i selve øyeblikket (Csikszentmihalyi, 2008, s. 3). Ut fra hundekjørerens beskrivelse virker det som man beveger seg ut av flyt-sonen i slike øyeblikk. Som flyt modellen viser (se figur 2), vil slike opplevelser med større utfordringer enn egne ferdigheter kunne bevege seg over til angst og frykt i den situasjonen (Csikszentmihalyi, 2014). Dette beskriver Csikszentmihalyi (2008) som en *flyt opplevelse* hvor mestringsfølelsen skjer i etterkant av opplevelsene. Altså, verdisettelsen skjer etter selve opplevelsen og derav er erfaringen bedre enn opplevelsen i det øyeblikket. Noe flere hundekjørerere beskriver:

*Jeg kommer på når jeg kjørte et løp, så ble jeg så trøtt at jeg begynte å hallusinere, det er første gang jeg har kjent på, jeg begynte å se ting ved løypa, visste ikke om jeg sov eller var våken, det er noe med den lyden hundene lager 'tassingen' hvis man er skikkelig trøtt og sliten som virker hypnotiserende, jeg gikk helt i en mellom søvn og våken tilstand. Du trakter ikke etter den følelsen, men det er spesielt å kjenne på. – Hundekjører 3*

En slik opplevelse som hundekjører 3 beskriver tolker jeg som en situasjon hvor selvet ikke opplever å ha kontroll, som hundekjører 3 selv beskriver som en følelse man ikke trakter etter, derimot at det er en spesiell følelse å kjenne på. Altså, en *flyt opplevelse* som Csikszentmihalyi (2008) beskriver som setter seg på minnet og man kan i etterkant se tilbake på det som en opplevelse med mestringsfølelse: *You look back in awe at the self, at what you've done, it just blows your mind* (Csikszentmihalyi, 2008, s. 41). Dette kommer også frem i flere av hundekjørerernes beskrivelser:

*Det er en emosjonell følelse, vi er i kontakt med instinkter, kommer i kontakt med ulike følelser som frykt, redsel, angst, overlevelsesinstinkt, man blir kjent med seg selv og får kjenne på hva man er lagd av. Man håndterer de vonde tingene under harde treninger eller*

*løp, forså mestrer de etterpå, neste gang du skal ut å gjøre det samme har du en trygghet etter å ha mestret det tidligere – Hundekjører*

Hundekjøreren beskriver mange aspekter som inngår i nettopp en *flyt opplevelse*, samt at neste gang vil det ikke oppleves med like stor frykt og angst da man allerede har mestret det tidligere. I tillegg beskriver flere hundekjørere gode situasjoner i naturopplevelsene:

*Gode situasjoner for meg er når alt 'flyter', hundene gjør det jeg ber dem om og bare drar av gårde. Følelsen av å få det til. Og når det går bra etter skumle utfordrende situasjoner – Hundekjører 1*

*Situasjoner når ting fungerer, hundene er glade, spannet går godt, du raser av gårde og føler du har et team som er glad og fornøyd, det er det 'optimale' livet. Det er de opplevelsene som holder deg oppe og de som gjør at du fortsetter med hundekjøring – Hundekjører 4*

Slike gode situasjoner kan ses i relasjon med Csikszentmihalyi (2008) flyt teori som bygger videre på *flyt opplevelsen* som han kaller *optimal opplevelse*. En *optimal opplevelse* er når subjektet opplever å ha kontroll på handlingene sine med en dyp indre nytelse i selve opplevelsen som blir med deg videre på minnet (Csikszentmihalyi, 2008, s. 3). Noe flere hundekjørere beskriver:

*Å dra innover fjellet en dag i april, med gode spor, i solskinn, hundene springer og spannet går, det er koselige og gode opplevelser. Å ha god tid. Å bare seile innover naturen på den måten, gjør nesten at man får lyst å bli maler, å male det man opplever av naturen, det inntrykket man får og den følelsen det gir, og gleden man opplever. – Hundekjører 6*

I likhet med Csikszentmihalyi (2008) beskrives en slik *flyt opplevelse* av Tordsson (2010) som den optimale subjektive opplevelsen, hvor menneskers sanselige evner er til stede som potensialer og muligheter, med ingen absolutte grenser. Som gjør verden rikere og mer mangfoldig, og at tingene taler til oss. Opplevelsen hundekjører 6 beskriver, beskrives av Tordsson (2010) som kroppens evne til å være i rytme med tilstedeværelsen, som gir glede.

### 4.3 Naturopplevelser med frihetsfølelse

I forbindelse med naturopplevelser fra hundekjøring omtaler flere respondenter en følelse av frihet. Frihetsfølelsen er subjektiv og beskrives med ulike aspekter og perspektiv. Imidlertid vil det være viktig å påpeke at i tillegg til at følelsen av frihet er subjektiv, vil 'frihetsfølelse' som begrep være en måte å uttrykke seg på gjennom språket. Frihetsfølelse vil være en konsekvens av en opplevelse, med andre ord en måte å sette ord på følelser og sette ord på opplevelsen (Bischoff, 2015, s. 51). Med det tatt i betraktning, har min fortolkning av deres beskrivelser rundt frihetsfølelse ført frem til følgende perspektiv:

*Frihet fra tid, sted og forventninger – i stillhet og ro, sammen med hundene.*

Perspektivet rommer flere aspekt som vil kunne ses i relasjon til hverandre. Alle hundekjørerne beskriver hundene i relasjon til tid, sted, forventninger, stillhet og ro. Noe jeg tolker som at hundene er avgjørende for å oppleve nettopp frihet fra tid, sted, forventninger, stillhet og ro.

#### **Frihet fra tid, sted og forventninger – i stillhet og ro, sammen med hundene**

Min tolkning av hundekjørernes beskrivelser rundt følelsen av frihet er blant annet gjennom hvordan de opplever frihet fra forventninger, og vektlegger stillheten og roen i naturen. Forventninger som hverdagens plikter og krav virker å forsvinne under naturopplevelsene i hundekjøring. Perspektivet på tid og sted oppleves annerledes. Tid, hvorav det å forholde seg til naturens rytme oppleves sterkere. Sted, da det i hundekjøring er mulig å forflytte seg til steder langt unna sivilisasjon på relativt kort tid, på en u-motorisert måte sammen med hundene. Til steder hvor stillhet og ro råder:

*I motsetning til scooterkjøring som bråker og har svært høy fart, er hundekjøring stille og rolig, men i en behagelig fart. Man bare 'tasser' av gårde på en rolig og behagelig måte, det er helt stille. – Hundekjører 6*

Hundekjører 6 beskriver hvordan hundekjøring oppleves som stille og rolig, og hvordan man hundenes 'tassing' poengteres i denne stillheten. I tillegg beskriver Kasin (2018) hvordan nordlyset som naturfenomen har gitt naturmystikk i flere årtusener om at man kan høre nordlyset når det kommer, ved både blafring, knitring og smell. Nordlys kalles 'guovssahas' på samisk, og betyr 'lyset du kan høre'. Kasin (2018) skriver videre at hun opplevde å høre



nordlyset under et finnmarksløp: *Jeg slo av hodelykta og ble stående i undring. Da hørte jeg lyden. Det knitret og blafret. Først susing, så et smell. Som en elektrisk ladning som gikk i oppløsning i luften* (Kasin, 2018, s. 126). Altså, naturopplevelsene i hundekjøring er fylt av stillhet og ro i naturen, så stille at man kan høre nordlyset. Hundekjøringens mulighet til å forflytte seg langt inn i fjell og vidder fører med seg muligheter som å høre naturen, observere hver minste detalj, om man tar seg tid.

Naturopplevelsene i hundekjøring kan altså være steder i naturen hvor stillheten og roen tar over. Slike steder hvor stillhet og ro oppleves sterkt, beskriver av flere hundekjørere i relasjon til en frihetsfølelse i forhold til forflytning, å ha friheten til å kunne ferdes fritt i naturen. Nettopp til steder hvor stillheten råder, hvor tid – og stedsperspektiv oppleves annerledes:

*Frihetsfølelsen, når du står på sleden, du kan ha med alt du trenger, og kjøre hvor du vil i naturen, du bare står på sleden og bare sluker kilometer. Det er frihetsfølelsen – Hundekjører 3*

Hundekjører 3 beskriver frihetsfølelsen som å stå på sleden og dra hvor man vil i naturen og 'sluke kilometer'. Altså, en frihet når det gjelder å kunne forflytte seg i naturen. Noe også en annen hundekjører beskriver:

*Følelsen av frihet tror jeg de fleste hundekjørere vil oppleve, særlig i begynnelsen. Den rekkevidden man får om vinteren. Vanlige helger kjørte jeg lange distanser med stor rekkevidde og spiste middag hos en venn på vidda flere titalls kilometer unna og så kjørte jeg hjem senere på kvelden. Enorm frihet i forhold til bevegelse. – Hundekjører 6*

Flere hundekjørere nevner følelsen av frihet i relasjon til forflytning og bevegelse. Hundespannet bidrar altså til å kunne forflytte seg på relativt kort tid til usiviliserte steder. Steder man kan se på kartet og ha et ønske om å besøke, som hundekjøring bidrar til å kunne gjennomføre på relativt kort tid. Så, perspektivet på tid og sted oppleves annerledes i hundekjøring. Noe Csikszentmihalyi (2008) beskriver som et moment ved en *flyt opplevelse*: timer forsvinner på hva som kan føles som minutter og minutter kan føles som timer (Csikszentmihalyi, 2008, s. 49).

I tillegg beskriver flere hundekjørere hvordan de i naturopplevelsene fra hundekjøring opplever frihet fra forventninger og krav:

*Du får en sånn frihetsfølelse med en gang man kjører ut av hundegården, kroppen bare slipper og man føler seg vel etter en sledetur. Når jeg kjører hund så føles det som om at hjernen tømmes, jeg tenker ikke på noe annet. Det er en måte å få klarhet på. Alt stress blir borte. Man er i en boble. Det er så unikt da, i dagens samfunn, med alle plikter man har i dag, familie og jobb osv., men når du spenner opp spannet så er det en så fantastisk frihetsfølelse. – Hundekjører*

Min tolkning av slike følelser av frihet fra forventninger tar utgangspunkt i flyt-modellen. Csikszentmihalyi (2008) hevder at slike følelser som hundekjøreren beskriver er noe av aspektene som skal til for å oppnå en *flyt opplevelse*, nemlig: Å utføre noe med en dyp, men uanstrengt innlevelse som fjerner bevisstheten rundt bekymringer og frustrasjon fra hverdagslivet. Bekymringer om seg selv forsvinner, derimot vil selvaktualisering være større etter en *flyt opplevelse*. Slike aspekter fremtrer i beskrivelsene fra hundekjøreren. I tillegg påpekes selvet i forbindelse med at hundekjøreren føler seg avkoblet, bort fra stress og hverdagslige plikter. Blant annet beskriver Tordsson (2010) frihet fra forventninger og krav gjennom *naturens åpne tiltale*. Tordsson (2010) hevder blant annet at det i dagens samfunn finnes ulike regler og normer og ulike forventninger til oss mennesker. Derimot kan man i naturen være og agere på hver sin måte i hver sin rytme, uten forstyrrelser fra hverdagen (Tordsson, 2010). Hundekjøreren nevner flere av slike perspektiver som *naturens åpne tiltale*. Blant annet nevner hundekjøreren hvordan dagens samfunn med alle dens plikter, samt at alt stress blir borte, noe jeg tolker som hverdagsstress. Hegge (1993) belyser hvordan naturen ikke stiller slike krav: *Naturen stiller ikke krav annet enn å respektere og forstå den* (Hegge, 1993, s. 21-27). Også Næss (1999) omtaler naturen som et sted hvor man kan være seg 'selv': *Den lar en 'være i fred'. Ikke så å forstå at den ikke utfordrer og gir oppgaver å løse, men det er et element av frivillighet i omgangen som ikke preger det sosiale miljø* (Næss, 1999, s. 365). Som Tordsson (2010) beskriver som naturens naturlige utfordringer til oss mennesker, som vi må forholde oss til og agere ut fra.

Flere av hundekjørerne beskriver frihetsfølelsen i relasjon til stillhet, imidlertid virker det som at omgivelsene og faktorene rundt oppleves sterkere i denne stillheten. Naturen og hundene

beskrives hos alle hundekjørere når det gjelder frihet, både i relasjon til stillhet, ro, tid, sted og frihet fra forventinger:

*Frihetsfølelsen når du står på sleden, du kan ha med alt du trenger, du bare står på sleden og bare sluker kilometer, du kan kjøre hvor du vil, det er et eller annet med den frihetsfølelsen, veldig avslappende å høre på ´tassing´ til hundene, og pesingen, helt stille, og bare gli gjennom snøen, helt magisk, veldig beroligende, det er frihetsfølelse. – Hundekjører 3*

Hundekjører 3 nevner ´tassing´ og ´pesing´ til hundene, samt hvordan dette fremstår underveis i stillheten. Hvordan det å bare gli gjennom snøen oppleves beroligende. Løken & Lyngstad (2019) hevder i sin artikkel hvordan hundene kan utgjøre en estetisk opplevelse i seg selv (Løken & Lyngstad, 2019). Som hundekjører 3 beskriver hvordan hundenes ´tassing´ og ´pesing´ oppleves avslappende å høre på og relaterer dette til frihetsfølelsen. Hågvar & Støen (1996) belyser opplevelsen av stillhet og ro i naturen og hvordan dette skaper rom for menneskets mentale oppbygging. Hvordan mennesker i naturen får tid til å tenke egne tanker uten å bli forstyrret og ta stilling til noe hele tiden, som virker mentalt oppbyggende. Hågvar & Støen (1996) hevder det kan oppleves en frihetsfølelse ved å streife rundt i naturen, gjennom stillheten i naturen, samt menneskets fascinasjonen for det mangfoldige plante – og dyrelivet (Hågvar & Støen, 1996, s. 16). Flere hundekjørerne nevner også mestring og samspillet med hundene i relasjon til frihet:

*Friheten du får av å få til et spann, man står bare bakpå sleden og nyter naturen og følger med på hundene, at de har det bra og går godt. Da har jeg det godt. Også snur de seg av og til og kikker på meg, også tar vi en snack pause. Også legg vi av gårde innover fjellet igjen – Hundekjører 6*

I tillegg til hundenes evner og sanser, har de også egenskaper som fremtrer i relasjonen, nemlig samholdet mellom hundekjøreren og hundene. Hundekjører 6 beskriver hvordan det å mestre hundene gir til opplevelsen som igjen gjør at opplevelsen sammen med hundene virker

positivt på naturopplevelsen. I tillegg påpeker flere hundekjørere samholdet med hundene og at opplevelsene sammen med hundene verdsettes:

*Opplevelsene i hundekjøring er uvurderlig, du har fysisk helse og psykisk helse. Det er godt for hodet og for hele kroppen. Man går inn i en tankeløs verden, man er kun sammen med hundene og har en indre ro med hundene i naturen, det ukompliserte livet og man trenger ikke å forholde seg til andre. Ingen andre mennesker forventer noe fra meg, bare hundene som krever min omsorg. Hundene som subjekter og som levende vesen, det er et godt selskap, og hundene gir meg en indre ro. – Hundekjører 1*

Slike perspektiver som hundekjører 1 beskriver, fremtrer blant annet i studien av Walsh (2009) hvor det belyses at dyrene verdsettes på grunnlag av deres ikke-dømmende og aksepterende egenskaper. Med andre ord, hundene aksepterer mennesker og dømmer dem ikke ut fra ulike fordommer på hvem man er. Likeledes, påpeker Kuhl (2011) hvordan hundekjørere ser på hundene som samhandlende og følende vesener, noe også hundekjører 1 beskriver.

Min tolkning av hundekjører 1 sin beskrivelse kan også forstås gjennom det Tordsson (2010) omtaler som *Naturens åpne tiltale*, jeg vil i min tolkning se det i sammenheng med *Hundenes åpne tiltale*. Altså, å mestre hundene vil kunne føre til en åpen tiltale fra hundenes side. I motsetning til mennesker og samfunnet generelt, har ikke hunder visse regler og forventninger om hvordan vi skal opptre. Hunder vil ikke ha oppfatninger, fordommer og forventninger til oss mennesker, annet enn at de krever omsorg og respekt av mennesker (Berget et al., 2018, s. 15). Fra et slikt perspektiv kan hundenes blick ses på som det Grelland (2018) beskriver som et *ontologisk frirom*. Grelland (2018) hevder at dyrs blick er *ontologisk irrelevant* da deres blick ikke skaper flauhet eller angst. Du er i deres blick, *ontologisk trygg*. I tillegg hevder Grelland (2018) at hvem man er som menneske blir ikke domfelt og er dermed *ontologisk trygt*. *I møtet med den andres blick, der det er ubestemt for meg hvordan jeg blir sett, har jeg også en erfaring av det ubestemte ved min identitet – og dermed min frihet* (Grelland, 2018, s. 24).

Altså, frihet fra å bli fordomsdømt, som flere hundekjørere nevner, er naturopplevelsene i hundekjøring fri fra slike forventninger og krav. Dette tolker jeg som en opplevelse med en

frihetsfølelse for selvet, samt frihet fra å oppfylle andre menneskers forventninger og krav. Imidlertid har dyret mange følelser og kommunikasjonsformer i blikket mot mennesket, som for eksempel kjærlighet, nærhet, omtanke, trøst, gjensynsglede og felleskap. Noe jeg tolker ut fra flere hundekjøreres beskrivelser er at hundene har stor innvirkning på selve opplevelsen, men også følelsene og emosjonene. Dette vil si at hundekjører er i samspill med hundene og har en relasjon med dem, derimot uten slike krav og forventninger som mennesker, altså et *ontologisk frirom* (Grelland, 2018, s. 24).

## 4.4 Naturopplevelser i ett med naturen og hundene

Det mest fremtredende i beskrivelsene fra samtlige hundekjørere er: hundene og naturen. Det virker å være selve essensen i naturopplevelsene fra hundekjøring. Hundekjørerne beskriver hundene og naturen som: å være på lag med hundene og naturen, samspillet og samarbeidet med hundene og naturen, den gjensidige avhengigheten, samt å være en del av noe sammen. I tillegg har jeg sitert flere hundekjørere uttale seg om å være *i ett med naturen og i ett med hundene*. Dette har jeg dermed valgt som kategori. De to nevnes ofte i sammenheng, derimot i min hermeneutiske fortolkningsprosess vil jeg først drøfte delene, deretter helhetlig.

### I ett med naturen

Å være i ett med naturen forstår jeg ut fra beskrivelsene fra hundekjørerne som: en følelse av kontakt med naturen, tilhørighet til naturen, slektskap til naturen. Å føle seg hjemme i naturen. Å være en del av noe større enn seg selv. Å bli i ett med naturens rytme.

Flere hundekjørere nevner aspektet ved å lese naturen og hvordan de forstår den. Følelsen av å være i ett med naturen kan altså se ut til å oppstå ved opphold i naturen, om man forstår den. Ved en slik naturforståelse kan man samarbeide med naturen på dens premisser. Naturen er som den er, den er umiddelbart forståelig om man observerer den og respekter den, som flere hundekjørere påpeker, og dermed kan man også oppnå en følelse av å være en del av naturen, altså i ett:

*I ett med naturen sammen med hundene. Kommer i kontakt med instinktene i oss, de fleste i verden får ikke kontakt med dette i dagens samfunn, som man ikke legger merke til i en vanlig hverdag, instinktene blir skjerpet. Instinktet i oss blir vekket. Energier. Sult. Kulde. Overlevelsesinstinkt. Jeg kommer nærmere naturen. – Hundekjører*

Å være ett er noe Næss (1999) omtaler i sin *økologisk selv*, noe som kan gjennom hundekjørerens beskrivelse som en selvrealisering hvor selvet kommer nærmere naturen og innser dermed at man selv er økologisk (Næss, 1999, s. 334). Som Fink (2003) også påpeker hvordan mennesket selv er, natur (Fink, 2003, s. 29).

*Langdistanse hundekjøring gir naturopplevelser og glede av naturen, man er i ett med all slags vær i naturen. – Hundekjører 5*

Hundekjører 5 beskriver gleden av naturen, samt å være i ett med all slags vær. Noe jeg tolker som en naturforståelse og respekt for naturen, i et samspill på lag med naturen. Blant annet beskriver Rubenson (1978) hvordan han lærte fjellet å kjenne, og kjennskap til fjellet er det samme som kjærlighet og respekt. *Uten respekt bør en heller aldri våge seg opp blant de riktige tindene* (Rubenson, 1978, s. 118). Likeledes omtaler Faarlund (2015) naturen i relasjon til: *Kjennskap er veien til vennskap, og vennskap forplikter* (Faarlund, 2015, s. 26). I likhet til hundekjører 5, beskriver Kasin (2018) i sin biografi, at man i hundekjøring opplever endringer i naturen dag for dag eller fra årstid til årstid, i naturens rytme og påpeker videre hvordan hun og hundene er en del av naturen: *Vi er ikke lenger bare på besøk i naturen. Vi er en del av det hele. Det gir meg mye å tilbringe tid ute, i naturens rytme, sammen med bikkjene* (Kasin, 2018, s. 136).

Samarbeidet med naturen beskrives av samtlige hundekjørerne, og virker å være en fremtredende faktor for følelsen av å være i ett med naturen. I tillegg etter mye tid i naturen beskriver flere at de får en annen forståelse for naturen, hvor de tolker ulike værsignaler:

*Man må være på lag med naturen, ikke kjempe imot naturen, man kjenner mye på det hvis man overnatter med hundespannet i naturen eller lange turen. Man må tolke værsignaler og være litt på vakt enn ellers på korte turer. Man er med på naturens premisser. – Hundekjører 2*

Hundekjører 2 påpeker å være med på naturens premisser, noe Tordsson (2010) beskriver som at naturen gir oss direkte og nokså forståelig tilbakemelding på våre handlinger og vår fortolkning: *Gjennom møtet med verden som responderer på våre handlinger, kan vi sammenholde den 'indre' og den 'ytre' virkeligheten, la tilstedeværelsens kvaliteter komme til syne, vokse i selvinnsikt, realisere vår frihet og ta ansvar for oss selv* (Tordsson, 2010, s. 304).

Ved spørsmålet om hundekjører 6 hadde én spesiell opplevelse fra hundekjøring å trekke frem, besto svaret av flere ulike opplevelser og det var vanskelig å bare velge én. Jeg har valgt å inkludere alle da jeg ønsker å gi innsyn i hva slags opplevelser som kan oppstå i hundekjøring:

*Det er en artig opplevelse som jeg kan si til mange at jeg har opplevd, at selv med en liten måneskalk og du ikke har brukt hodelykta, så kaster til og med den måneskalken skygge, jeg trengte ikke hodelykta og det kan være artig å se månelys der borte også ser du skyggen av hunderekka som springer bortover som ligg ute i snøen. Og nordlys(!) Da jeg hadde en 'snack-pause' en gang var det et alvorlig(!) nordlys, strålene kommer ned på alle kanter, akkurat som om det var noe som kom ned for å fange meg, jeg ble nesten utrygg (sier han mens han smiler og ler). Også er det en spesiell opplevelse jeg stadig forteller; det var ganske kraftig nordavind, men det var det vi kaller for markfokk og da er det bare vind nært bakken opp til en viss høyde, så jeg så nesten ikke hundespannet på grunn av fokket, men jeg var veldig obs og kjørte så jeg så sporet akkurat ned mellom beina og sleden, men så mistet jeg sporet. Da kjørte jeg nordstjerne-navigering, jeg kjører litt sør for retning øst, for da vet jeg at jeg kommer til skogen og da vet jeg hvor jeg er. Og plutselig dukker det opp skog og trær, også havna jeg på scooterløypa. Det var også en spesiell opplevelse, å stjerne-navigere, kun ved hjelp av naturen som vi kjenner den og som et fast holdepunkt.*

Hundekjører 6 nevner flere ulike naturfenomener, blant annet måneskinnet, nordlyset og hvordan vi kan navigere ved hjelp av naturens faste holdepunkt. Hundekjører 6 påpeker også det å ikke være avhengig av en hodelykt, GPS. Så, ved hjelp av naturens faste holdepunkt, en naturforståelse og et samspill i ett med naturen kan man stole på naturen og forholde seg til den. Hågvar & Støen (1996) beskriver blant annet naturen som et fast holdepunkt i tilværelsen. Det kan gi trygghet å ha mulighet til å vende tilbake til naturen, da den ikke endrer seg eller flytter på seg (Hågvar & Støen, 1996).

## **I ett med hundene**

Naturopplevelsene i ett med hundene vil jeg beskrive ut fra hundekjøreres beskrivelser som: Å være en del av hundespannet som en flokk og som et lag. Dette vil dreie seg om både samspill, samhandling og relasjon mellom hundekjører og hundene. I tillegg vil i ett med



hundene dreie seg om hvordan hundene gir til naturopplevelsene eller påvirker naturopplevelser, samt at de i noen tilfeller er selve naturopplevelsen gjennom estetiske og sjelelige egenskaper. Slike aspekter vil dermed utgjøre at hundene er en del av opplevelsen.

På spørsmålet om Hundekjører 4 kan nevne én spesiell opplevelse fra hundekjøring som personen husker ekstra godt er svaret:

*Det jeg spesielt husker med hundekjøring må være hvor jeg lå ute sammen med bikkjene i slutten av løpet og følte en ekstra tilhørighet, jeg lå sammen med dem og var i ett med omgivelsene, naturen og hundene mine. Det er det jeg husker best, og ligge i soveposen ved hundene og være i ett med hundene og naturen - Hundekjører 4*

Hundekjører 4 vektlegger altså aspektet med å være i ett med hundene og naturen, sammen med hundene og en følelse av tilhørighet til hundene. Altså, relasjonen og kontakten dem imellom. Kontakten med hundene viser seg å virke positivt inn på naturopplevelsene i flere studier blant annet hevder Løken & Lyngstad hvordan hundene bidrar til å dekke sosiale behov gjennom kameratskap og samspill med hundene. I tillegg belyser Walsh (2009) hvordan relasjonen mellom mennesket og dyr kan påvirke menneskers indre ro. Likeledes, oppsummerer Kuhl (2011) sin studie med å påpeke at kontakten med hundene er noe en hver hundekjører er avhengig av for å kunne drive med hundekjøring (Kuhl, 2011).

Kasin (2018) beskriver i sin biografi at relasjon mellom menneske, hund og natur vokser sterkt i hundekjøring. Hun tillegger at hundene og hundekjører er avhengige av å samarbeide med hverandre, samt forstå hverandre og naturen for å klare seg. Videre påpeker Kasin (2018) at det i tillegg til å forstå hundene er vel så viktig å føle hverandre. *Vi må bli ett, i både hodet og hjertet* (Kasin, 2018, s. 67). Kasin (2018) hevder at menneskelig intellekt tillegges i samspillet med hundene. Altså, mennesket og hundene utgjør et lag. Kasin (2018) skriver videre at mennesket er et tenkende og følende dyr som er vant med å kommunisere med ord, hunder derimot kommuniserer med kroppsspråk og bryr seg dermed lite om hva vi mennesker sier. Derimot kan de merke hvordan du føler og hvilken energi du sender ut, de kan kjenne om vi er trist, sint eller nervøs (Kasin, 2018, s. 67). Altså hundene kan bidra til en naturkontakt og andre levende vesen. Å se hundene som subjekter, og føle slektskap til dem. Oppnå relasjon til dem, kommunisere og samhandle med dem. Mange beskriver å ha god kontakt med hunden.

*Jeg leser ut fra blikket til hundene hvordan de har det og om de er lykkelige eller er klare, man ser det. De er lett å tolke om du ser deres signaler. Også er det det at hundene lever i nuet og du er i nuet sammen med hundene, i naturen. – Hundekjører*

Hundekjørereren beskriver hvordan man kan se på hundene ut fra deres blikk og andre signaler om de har det bra og er klare for tur. Altså, kommunikasjon gjennom øyekontakt og kroppsspråk.

En annen hundekjører beskriver hvordan hundene i noen tilfeller også kan fungere som en trygghet og noen å stole på i naturen. Blant annet hundenes 'innebygde GPS':

*En spesiell opplevelse da vi skulle på en hytte vi hadde vært på en gang tidligere den vinteren. Det var snøstorm, jeg så ingenting, det var ingen spor eller løype, jeg hadde ikke kart eller GPS, men tenkte vi kunne bare prøve og se om vi kommer oss innover, jeg sa ingenting til hundene eller lederhundene, sa ikke et eneste ord, jeg bare selet opp og startet å kjøre sånn 'høyre/venstre' og de sprang hele turen 3 mil uten at jeg sa noe, plutselig stopper de og jeg ser så vidt i lyset en hyttevegg, da hadde de sprunget 3 mil liksom, og vi var fremme på den hytta vi skulle til. Jeg merket underveis at de var litt usikre, men så de en stein som de kjente igjen og så vinklet de seg inn og var på sporet sitt igjen, der de sprang sitt. Så de har en enorm memoreringskapasitet da, og det imponerte meg, de er kloke, jeg er sluttet å bli imponert over de hundene, de er helt rå altså, det er fasinerende, så det er en opplevelse som sitter igjen. Det å få det samspillet med hundene – Hundekjører 3*

Hundekjører 3 beskriver hvordan det var å oppleve hundenes sanseapparat og hvordan det påvirker naturopplevelsen. Hundene har altså egenskaper vi mennesker kan fascineres over, de har et sanseapparat langt sterkere enn oss mennesker og vi kan dermed ta del i deres evner via å lytte, se, høre og være oppmerksom på deres agens. Noe blant annet Løken & Lyngstad (2019) viser i sin studie, hvordan hundene tilfører en ny dimensjon til naturopplevelsen ved å følge med på hva de foretar seg og dermed skjerpe egne sanser. Det samme viser Waaler (1993), hvorav hundenes reaksjoner vekket oppmerksomheten rundt ulike elementer i naturen man ellers ville gått glipp av.

Naturopplevelser – i ett med hundene er naturopplevelser som hundene gir, naturopplevelser som deles sammen med hundene. Hundene er en del av opplevelsen, i noen tilfeller også grunnen til at opplevelsen oppsto. Følelsen av å være i ett med hundene, som subjekter og levende vesen som kommuniserer og utgjør et lag, sammen, en flokk. Altså hundenes agens og samspillet mellom dem og hundekjører virker å ha innvirkning på selve naturopplevelsen:

*Jeg er glad for å få de ulike opplevelsene fra dem. Hundene tar meg med til plasser jeg ikke ville dratt til uten. Så det er en glede å være en del av det. Hundene har også ekstremt mye bedre sanser enn oss, så når du har lært spannet ditt å kjenne så ser spannet ting mye tidligere enn deg og kan ense ting, så da får man være en del av deres sanser, så hvis de ser en elg så snur jeg meg og ser samme vei og får sett den elgen da, som jeg ellers ikke ville sett. De gir litt ekstra til naturopplevelser. – Hundekjører 2*

Hundekjører 2 nevner både hvordan hundene gir til naturopplevelsene ved deres egenskaper som forflytning over store områder i naturen, som kan ses på som en bruksverdi og nytteverdi, derimot som igjen påvirker opplevelsesverdien i den grad hva som er motivasjon for turen blir utslagsgivende for hva slags naturopplevelse som kan oppstå (Rolland & Zoglowek, 2010). I tillegg nevner hundekjører 2 opplevelsene av andre dyr som hundene oppfatter ved deres sanser, som man ellers ikke ville opplevd, dette viser også Løken & Lyngstad (2019) sin studie. Hundekjører 2 påpeker også gleden ved at hundene er en del av naturopplevelsen. Noe jeg tolker som hundenes opplevelsesverdi som Walsh (2009) belyser gjennom hundenes sjelsettende verdi, dette beskrives også av en annen hundekjører:

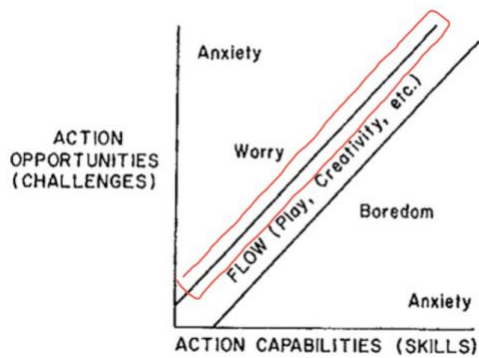
*De enorme naturopplevelsene er ikke noe jeg jager etter, det er noe som plutselig bare kommer når man er ute også er det bare så mektig og sjelsettende, så det bare blir med deg videre og som en del av deg. Det kan være ting som skjer som man ikke bestandig kan forklare til folk eller kollegaer som ikke driver med hundekjøring: du vet du hva i går så opplevde jeg noe skikkelig mektig noe.. så sitter de liksom bare sånn: ok? så skjønner jeg at det er faktisk bare jeg og hundene som deler det, det er veldig sterkt. - Hundekjører 5*

## 4.5 Naturopplevelser – frihet og flyt, i ett med naturen og hundene

Som det vektlegges i den hermeneutiske sirkel, i all tolkning og forståelse er delene avhengig av helheten og helheten avhengig av delene (Gilje & Grimen, 1995, s. 152). Jeg har hittil i min hermeneutiske fortolkning tatt for meg delene for å kunne utvikle en helhetlig forståelse, som jeg nå vil forsøke å beskrive og forklare. Min helhetlige forståelse av hundekjørernes beskrivelser, tar utgangspunkt i de ulike delene som sammen med hverandre gir helhetlig mening, tillagt relevant teori og tidligere forskning.

Naturopplevelsene fremtrer i hundekjørernes beskrivelser som *flyt opplevelser*, hvor mestring skjer, i tilstedeværelse med følelsen av å være i ett med naturen og hundene, som igjen kan lede til en følelse av frihet. Det er altså mange aspekter, som er vevd sammen med hverandre og er avhengig av å ses i sammenheng for å forstås.

Bakgrunnen for denne tolkningen er basert på min utviklede forståelsesramme om at alle kategorier beskrevet rundt naturopplevelsene i hundekjøring ser ut til å kunne belyses, samt forstås i sin kontekst og sammenheng. Blant annet gjennom Csikszentmihalyi (2008) sin *flyt-teori*, samt det Tordsson (2010) omtaler som *naturens åpne tiltale*, tillagt egen tolkning og sammenkobling til *hundenes åpne tiltale*. Likeledes vil følelsen av å være i ett med naturen og hundene kunne forstås gjennom Næss (1999) sin *økosofi – økologisk selv*. Da det i et slikt perspektiv vil kunne oppleves å være sammensmeltet med omgivelsene og de som er involvert, altså hundene. Som i relasjon til Næss (1999) kan forstås gjennom selvrealisering og at vi er *økologisk selv*. Likeledes det Næss (1999) omtaler som *tid til omstilling*, som i en flyt opplevelse vil være en forutsetning for tilstedeværelsen og selvforglemmelsen. For å illustrere min tolkning har jeg markert på Csikszentmihalyi (2014) flyt modell, som utgjør følgende figur:



Figur 5 – Figuren tar utgangspunkt i Csikszentmihalyi (2014) flyt modell, videre har jeg markert sonen som illustrerer perspektivene i beskrivelsene fra hundekjørerne (Csikszentmihalyi, 2014, s. 147).

Figuren illustrerer sonen i naturopplevelsene som beskrives av hundekjørerne, markert i rødt. Det er i denne flyt-sonen at selvforگlemmelse og mestring skjer – i tid til omstilling – i ett med naturen og hundene. På det høyeste punktet i sonen vil refleksjon og selvrealisering kunne oppstå. Ved å markere til venstre i figuren illustreres det at hundekjørerne vektlegger perspektivet på mestring og utfordringer, nettopp derfor er den røde sonen markert til venstre i flyt sonen hvor balansen mellom utfordringer skjer med forutsetning for å mestre.

De ulike aspektene i opplevelsen som illustrert i figur 5, fremtrer i samtlige av hundekjørernes beskrivelser:

*Hundekjøring gir meg avkobling sammen med hundene, som om tid og sted blir borte. Du kommer deg så langt og du flyter inn i naturen på sleden, sluker mil innover fjell og vidder, du får være på så mange forskjellige steder på kort tid. Du er i en boble, akkurat der og da, sammen med hundene i opplevelsen og i naturen. Det gir bare en så enorm(!) frihetsfølelse. – Hundekjører*

Som hundekjøreren beskriver, gir hundekjøring avkobling, som i likhet til det figur 5 illustrerer vil skjje en selvforگlemmelse i denne *flyt sonen* på grunnlag av selvets fulle tilstedeværelse i opplevelsen. Dette tolker jeg som at man er til stede med hele seg hvor man sammensmelter med naturen og hundene. Altså, i ett med hundene og naturen. Dette kan også ses i relasjon til det Næss (1999) omtaler som tid til omstilling. Hundekjøreren beskriver

videre at en slik opplevelse gir en frihetsfølelse, noe som vil være en refleksjon på opplevelsen. Løken & Svagård (2007) påpeker hvordan man i naturen kan: *føle tilhørighet og kan kjenne at en er til stede – med hele seg* (Løken & Svagård, 2007, s. 181). Det er dette Næss (1999) beskriver som tid til omstilling. Det innebærer blant annet at sinnet ikke er distraherert av overanstrengende gjøremål eller teknologiske forstyrrelser som fratar mye av oppmerksomheten og menneskets naturlige rytme og bevegelsesform (Løken & Svagård, 2007, s. 181). Noe flere hundekjørere nevner som en faktor i frihetsfølelsen:

*Du kobler av fra hele verden, kobler vekk fra konflikter, tanker og bekymringer. Man er så i nuet og i øyeblikket der og da. Jeg har masse prosesser hele tiden i hverdagen, men det å være ute sammen med hundene er uten press på hva man skal gjøre, man får ikke gjort så mye uansett, man kan ikke følge med på mobilen eller ta opp pc 'n, det blir bare en nullstilling og reset for hjernen – Hundekjører*

Hundekjøreren nevner mange aspekter ved en *flyt opplevelse*: Å mestre utfordringer man har mulighet for å mestre. Å sette seg klare mål. Å utføre noe med en dyp, men uanstrengt innlevelse og konsentrasjon som fjerner bevisstheten rundt bekymringer og frustrasjon fra hverdagslivet. Bekymringer forsvinner, selvforglemmelse, og perspektivet på tid forandres: timer forsvinner på hva som kan føles som minutter og minutter kan føles som timer (Csikszentmihalyi, 2008, s. 49). I tillegg beskriver hundekjøreren det å koble vekk fra alt annet, og å være til stede i opplevelsen. Noe flere hundekjørere beskriver:

*Hundekjøring er en verden hvor tiden går sakte, det har ingen paralleller som skjer rundt som avbryter, det er selve livet og tankene, hundekjøring. Å være til stede her og nå, i naturen. Livet er ukomplisert på sleden. Man tenker ikke på så mye annet, og man opplever ikke tiden der, opplevelsen av tid er forskjellig fra hverdagen. Det er ingen tidsbegrensninger. Det kan oppfattes som å rømme fra hverdagen. Får en følelse av frihet i hundekjøring. Frihet fra forventninger og krav. Verden stopper opp må mange måter. Og, friheten til å stoppe opp å nyte naturen. – Hundekjører 1*

Som hundekjører 1 beskriver, vil det i slike opplevelser oppstå selvforglemmelse. Som jeg har illustrert i figur 5, er det i denne sonen at selvforglemmelse skjer på grunnlag av den fulle tilstedeværelsen, endret perspektiv på tid, samt balansen mellom utfordringer og kjedsomhet. Blant annet beskriver Bischoff (2015) hvordan vi i naturen får blant annet stillhet, ro og tid til å tenke og reflektere, samt oppfatte naturen fra et annet perspektiv uten forstyrrelser. I tillegg beskriver hundekjører 1 frihetsfølelsen som både naturen og hundene gir. Grelland (2018) hevder dyrs blikk er ontologisk irrelevant og at dyr heller ikke stiller krav til oss mennesker annet enn omsorg. I likhet med at naturen heller ikke stiller krav, annet enn å respektere den. Frihetsfølelsen nevnes av flere hundekjørere i relasjon til å mestre hundene og naturen:

*Å mestre godt og dårlig vær sammen med hundene. Det gir en indre glede med å drive med dette. Samholdet mellom deg og hundene. Det gir både mestring – og frihetsfølelse. – Hundekjører 4*

Hundekjører 4 beskriver også frihet gjennom å mestre hundespannet. I tillegg vektlegges samholdet mellom hundene og hundekjøreren. Noe jeg tolker i retning mot at samholdet med hundene fører til mestring, som igjen fører til en frihet. Dette forstår jeg gjennom det Tordsson (2010) omtaler som *naturens åpne tiltale*, og som jeg tillegger *hundenes åpne tiltale*. Tordsson (2010) beskriver naturens åpne tiltale som naturens rom for frie handlinger, men visse utfordringer som stilles til oss underveis. I likhet belyser Grelland (2018) hvordan hunder har et *ontologisk trygt* blikk uten fordommer mot oss, derimot stiller krav til å vise omsorg for hundene. Altså, *naturens åpne tiltale*, som et fritt rom for handling, og *hundenes åpne tiltale* som et *ontologisk frirom*. Flere hundekjørere beskriver slike perspektiver:

*Det som gjør naturen og hundekjøring så bra er at det stilles ikke vanlige krav, og man oppnår både glede, utfordringer og mestring på alle nivåer. Det er mestringsfølelsen man higer etter. Man blir lykkelig av det. Å mestre hundene, å ta vare på en flokk med hunder på fjellet og komme seg trygt ned igjen. Jeg føler også at hundene vil være med på opplevelsen, alt de vil er å springe til fjells, jeg ser de blir lykkelig av å få være en del av opplevelsen. De gir jo meg opplevelsen, så da ønsker jeg å gi dem opplevelsen. – Hundekjører 2*

Hundekjører 2 nevner flere aspekter ved naturopplevelsen, blant annet samholdet og relasjonen mellom hundene og hundekjøreren. Hundene virker å ha stor opplevelsesverdi,

som også Walsh (2009) belyser i sin studie, samt hevder Kuhl (2011), at samholdet og relasjonen mellom hundekjørere og hundene er det viktigste i hundekjøring. Hundekjører 2 nevner at det ikke stilles krav, men at det skjer mestring både av hundene og seg selv i naturen. Altså, jeg tolker det som en mestring av *naturens – og hundenes åpne tiltale*. Da de krav som naturlig stilles av naturen og hundene, ikke fremtrer som de hverdagslige krav fra samfunnet og andre mennesker generelt. I tillegg beskriver hundekjører 2 noe av det som Csikszentmihalyi (2008) definerer som en *flyt opplevelse* hvor følelsen av glede, nytelse og økt selvtillit oppleves. Slike opplevelser vil fremtre i den røde sonen av flyt sonen, som illustrert i figur 5. Samtidig som hundekjører 2 beskriver hvordan det å mestre hundene, samt ta vare på dem og få dem, og seg selv trygt ned fra fjellet, vil gi en utvikling av selvet i den forstand at man vil føle seg mer unik og kapabel til å mestre utfordringer igjen. Som illustrert i figur 5, i den markerte sonen. I relasjon til det hundekjøreren beskriver, 'å hige etter mestringsfølelsen', vil man etter å ha kjent på mestringsfølelsen og en flyt opplevelse, oppsøke nye utfordringer for å oppleve en ny *flyt opplevelse* igjen. Csikszentmihalyi (2008) omtaler dette som *utvikling av selvet* (Csikszentmihalyi, 2008, s. 42). I likhet beskriver også Tordsson (2010) hvordan vi gjennom møtet med naturen får rom til utfoldelse og dermed oppdage nye sider ved oss selv (Tordsson, 2010, s. 210-211). Noe som fremtrer i en hundekjørers beskrivelse:

*Vi kommer i kontakt med instinktene i oss, de fleste i verden får ikke kontakt med dette i dagens samfunn, man legger ikke merke til det i en vanlig hverdag, men instinktene blir skjerpert. Instinktet i oss blir vekket. Energier. Sult. Kulde. Overlevelsesinstinkt. Jeg kommer nærmere naturen, etter jeg har vært lenge ute i naturen, begynner å kjenne på andre energier og følelser. – Hundekjører*

Slike perspektiver som hundekjøreren beskriver, tolker jeg i relasjon til både en *flyt opplevelse* og som *naturens åpne tiltale*, hvor man handler fritt, derimot på naturens premisser. Csikszentmihalyi (2008) beskriver dette som en del av *flyt opplevelsen* hvor man ved en selvrealisering, relaterer til noe i realiteten selv, er integrert – og handler fritt i omgivelsene rundt. I likhet til Tordsson (2010) som beskriver naturmøter hvor mennesket reflekterer over at naturen som storhet har ulike retningslinjer vi må forholde seg til.



I tillegg nevner blant annet hundekjørere 3 hvordan møter med naturen oppleves sterkere sammen med hundene:

*Naturopplevelsene i hundekjøring er toppen av alt jeg opplever egentlig, jeg synes det er de sterkeste øyeblikkene jeg får. For eksempel når du kjører på morgenen eller på natta også kommer sola opp og du bare er der sammen med hundene dine, opplevelsen blir ekstra sterkere da, sammen med dem enn hvis man er helt alene. Reisen med hundene og kontakten oss imellom, som bare vi kan kjenne på, det er en opplevelse for livet. Det å dele det sammen med hundene. Jeg er helt sikker på at alle naturopplevelser blir sterkere hvis du deler det med noen, og kanskje spesielt hunder, spesielt hunder som du kjenner godt eller dine egne hunder. At man er skikkelig på tur med hundene. - Hundekjørere 3*

Hundene nevnes stadig som en stor del av naturopplevelsene i hundekjøring og de omtales som subjekter med stor verdi for hundekjøreren selv, og noen å dele opplevelsen sammen med. Walsh (2009) belyser i sin studie hvordan relasjonen mellom mennesket og dyr utvider den spirituelle dimensjonen av menneskets opplevelser, og at slike interaksjoner kan påvirke menneskers indre ro. I tillegg påpeker Kuhl (2011) at hundekjørere ser på hundene som samhandlende og følede vesener med egne personligheter, som er kapable til å kommunisere og agere sammen med dem. I relasjon til en *flyt opplevelse* vil det kunne ses som det Rolland og Zoglowek (2010) påpeker i deres opplevelsesanalyse, nemlig en sammensmelting av individet og handlingen. Altså, hundekjøreren opplever seg selv og hundekjøring som enhet. Da hundene fremtrer som selve essensen i hundekjøring, vil dermed dette også kunne ses i sammenheng med en flyt opplevelse. I lys av Næss (1999) *økosofi*, vil dette kunne forklares gjennom å ikke differensiere mennesker og hunder, tvert imot likestille dem med like stor verdi. være i ett med hundene.

I tillegg påpeker Csikszentmihalyi (2008) at man i en *flyt opplevelse*: relaterer til realiteten selv og identifiserer seg med andre, er til stede i selve opplevelsen og at en slik opplevelse vil sette seg på minnet. Slike perspektiver fremtrer hos flere hundekjørere:

*Følelsen av å være 'i det'. Å være i ett med omgivelsene og hundene. Det er opplevelser jeg aldri glemmer - Hundekjørere*

I relasjon til Næss (1999) kan dette ses i sammenheng med refleksjonen etter en *flyt opplevelse*, hvor alt er ett, hundene, naturen og hundekjørereren blir ett i opplevelsen. Hvorav naturopplevelsen blir en identifisering – og selvrealisering hvor hundekjørerene ikke gjør forskjell på seg selv, hundene eller naturen, men samarbeider og er i samspill med både hundene og naturen. Kasin (2018) beskriver blant annet det å være ett med hundene og naturen i sin biografi. Hvorav hundene trekker henne til en endret bevissthetstilstand: *Hvor alt er ett. En følelse av fullstendig tilstedeværelse, samtidig som tid og sted opphører. Stillheten er en del av vårt felles språk. Tid føles mye verdt i stillhet, uten stress og mas* (Kasin, 2018, s. 136). Kasin beskriver blant annet at stillheten blir et felles språk, som jeg tolker som språket til både hundene og naturen, som vi mennesker må forholde oss til og samarbeide med på en annen måte enn mennesker seg imellom. Blant annet beskriver Faarlund (2015) dette som *naturen taler til oss ved å tie*, i likhet til Walsh (2009) som påpeker hundenes kommunikasjonsevne via blikk og kroppsspråk. Samtlige hundekjørerere nevner hundene og naturen i sine beskrivelser, og det virker å være selve essensen i naturopplevelsene:

*Jeg har mange sjelsettende historier, og noen er jo relatert til der man opplever ekstremt fine relasjoner med hundene og noen opplevelser er relatert til ekstreme naturfenomener og natursituasjoner, og møte med vilt dyreliv – Hundekjører 5*

Hundekjører 5 beskriver hvordan relasjonen med hundene setter følelsesmessig preg på naturopplevelsene, samt hvordan naturen og møtet med andre levende dyr også oppleves sjelsettende. Sjelsettende, tolker jeg som indre opplevelser. Altså, emosjoner og følelser som vekkes i hundekjørereren, på grunn av relasjonen med hundene og møtet med naturen og andre ville dyr. Med andre ord, følelser og emosjoner vekkes i oss mennesker ved slike møter med naturen.

Næss (1999) beskriver blant annet *økologisk selv* i relasjon til en selvrealisering. Altså, man vil kunne oppfatte at naturen faktisk kommuniserer med en om man har realisert at vi selv er økologisk, natur. Fra et slikt perspektiv kan opplevelsen av frihet være reell. Nettopp gjennom frihet fra det Næss (1999) omtaler som en komplisert og utfordrende verden. Likeledes,

påpeker Tordsson (2010) frihet til å tenke, reflektere, sanse og oppleve naturen og hundene, som levende. I likhet påpeker Walsh (2009) at relasjonen mellom mennesket og hunden utvider den spirituelle dimensjonen av opplevelser, og at mennesker opplever kontakt og fellesskap med alt annet liv og naturen. Slike perspektiver viser seg i flere av hundekjøernes beskrivelser:

*Når du er lenge nok ute i naturen, uten teknologiske forstyrrelser som internett, mobil osv. Får du en annen kontakt med naturen. Naturen starter å kommunisere med deg. En gang følte jeg på meg at det var noe i luften, og rett etterpå kommer det en bjørn i leieren. – Hundekjører 3*

Det er dette Næss (1999) omtaler som tid til omstilling, hvor selvet får tid til å omstille seg fra en hektisk hverdag, til naturens rytme. I en slik omstilling hevder Næss (1999) at følsomheten for natur vil bli såpass utfyllende at den fyller sinnet. I likhet, beskriver Bischoff (2015) hvordan mennesker kommer nærmere selvet, i naturopplevelsen, gjennom tid og ro til å tenke, reflektere, føle og erfare (Bischoff, 2015, s. 206-207). Noe en annen hundekjører også beskriver:

*Å være ute i naturen noen dager uten mobil og internett, da kan man merke at andre dyr også prøver å kommunisere med deg, opplevelse av å bli i ett med naturen. Fjernt fra hva andre i byer opplever. - Hundekjører 4*

Hundekjører 4 beskriver mye av det samme som hundekjører 3. I tillegg til opplevelsen av å bli i ett naturen, samt andre dyr. Noe blant annet Waaler (1993) belyser gjennom Arne Næss økosofi i relasjon til: *naturen som en del av mennesket og mennesket som en del av naturen* (Waaler, 1993). Oppfølgingsspørsmålet til denne beskrivelsen var om hundekjører 4 hadde formening om hundene hadde påvirkning på en slik opplevelse. Hundekjører 4 svarte ja, absolutt. Noe studien av Walsh (2009) belyser, hvordan mennesker gjennom å være sammen med hundene, opplever kontakt og fellesskap med alt annet liv og naturen.

Som mange av hundekjørerene beskriver må man samarbeide med naturen. Vi vet når det blir mørkt. Vi vet at vi må søke ly om det blir det uvær. *Naturen stresser aldri, den livsløp går sin jevne gang* (Løken & Svagård, 2007, s. 91). Slike naturmøter fremtrer fra en hundekjører:

*Hundekjøring er en spennende reise ut i naturen og inn i deg selv. Hundene følger deg. Sterke naturopplevelser sammen med et hundespann kan være når været er på sitt mest ekstreme, det er så sterke opplevelser å mestre sammen med hundene. Du oppnår en helt spesiell kontakt med hundene som ikke kan beskrives. Det er utfordringer og følelser man kommer i kontakt med da som man aldri gjør ellers. Alt levende spiller på lag, og det er en glede å være en del av det samspillet. - Hundekjører*

Hundekjørerens beskrivelse kan kobles direkte mot Næss (1999) som beskriver nettopp: ´inni selvet´ og ´ut i naturen´ (Næss, 1999, s. 354). Derimot, beskriver Næss (199) hvordan vi må undergrave en slik distinksjon da den gjør det vanskeligere å beskrive vårt forhold til natur. I motsetning, beskriver hundekjørerene at alt spiller på lag og at det er en glede å være en del av det samspillet. Noe som tyder på at hundekjørerene har reflektert over hundene og naturen som levende, samt å samarbeide med dem som – *økologisk selv*.

Imidlertid hevder Tordsson (2010) at det finnes et stadium før en slik selvrealisering skjer, som jeg vil illustrere gjennom en hundekjørers sitat:

*Jeg får en slags tristhetsfølelse av å se fjell, man føler seg så innmari liten i den sammenhengen, man blir så fascinert og nesten religiøs av alle sammensetninger og hvordan ting fungerer i naturen, man må aldri jobbe mot naturen, men med. Det er det at det er så komplekst, som gjør at jeg får en slags guddommelig følelse. – Hundekjører 2*

Tordsson (2010) beskriver gjennom Arne Næss hvordan vi kan føle oss liten når vi ser stjernehimmel eller fjellet. Derimot at dette er et overgangsstadium fra å føle seg liten, til å føle seg like stor og sterk som fjellet; sterk i det man gjør (Tordsson, 2010, s. 221). Dette tolker jeg i relasjon til det hundekjørerene beskriver om mestring, å mestre naturen og hundene, slik som både Tordsson (2010) og Csikszentmihalyi (2008) beskriver som en

utvikling av selvets evne til å mestre stadig nye utfordringer. Næss (1999) beskriver videre hvordan en selvrealisering vil føre til en identifikasjon med alt levende, å identifisere seg med alt, som i denne sammenhengen beskrives av flere hundekjørere som å være i ett med naturen og hundene. At til og med melkeveien kan gi selvfølelse, som Næss (1999) beskriver: vi blir ikke mindre av å ses i melkeveisperspektiv, så lenge vi har en viss sans for delaktighet i noe stort (Næss, 1999, s. 358). Flere hundekjørere beskriver liknende perspektiver gjennom deres kontakt med hundene, andre dyr og naturen:

*En gang var jeg uenig med lederhunden min, jeg mente at løypa gikk der, men lederhunden mente den gikk andre veien. Så skjønner jeg etterpå at jeg har tatt feil. Den husket at det var der den gikk i fjor, de har en innebygd GPS, og man blir så ydmyk og må bli flinkere til å tørre å stole på hundene og deres intuisjon. Og i det spekteret der så ligger det så mye hvis man slipper mobilen og tekniske "duppeditter" og viker unna sivilisasjonen og får vært noen døgn i naturen, så dukker det opp andre dyr som kommuniserer med deg og følger deg i naturen. – Hundekjører 5*

Hundekjører 5 beskriver hvordan kontakten med hundene og andre dyr i naturen påvirkes etter opphold i naturen over tid, altså etter hvert vil en slags selvrealisering kunne oppstå. Hvor man innser at man selv, faktisk er natur (Fink, 2003, s. 29). Som Næss (1999) beskriver som *økologisk selv*. Flere hundekjørere beskriver slike perspektiver i sine naturopplevelser fra hundekjøring:

*Jeg har opplevd uforklarlige naturopplevelser, med nordlyset for eksempel. En gang så jeg nordlyset som danset på himmelen og formet seg som et gutteansikt, en stund etterpå så kommer jeg til sjekkpunkt og der står han gutten jeg så i nordlyset. En annen gang pekte nordlyset på meg og fulgte med og hundespannet mitt, det var flere som observerte det fra sjekkpunktet - Hundekjører*

Jeg tolker hundekjørerens beskrivelse i relasjon til å være en del av noe større enn seg selv, som både Næss (1999) og Csikszentmihalyi (2008) omtaler. I tillegg påpeker Løken & Svagård (2007) hvordan naturopplevelser beriker sinnet med en følelse av samhørighet med

noe større enn oss selv, samt at naturen fremkaller emosjoner i mennesker og en fascinasjon for naturen og dens overveldende livskraft. Dette synes jeg er fremtredende i flere av hundekjørernes beskrivelser, at det estetiske ved både hundene og naturen vekker emosjoner som gir en indre opplevelse og beskrives som følelser av frihet, takknemlighet, glede og lykke. Flere hundekjørere beskriver frihetsfølelsen i relasjon til mestringsfølelse og samtlige beskriver frihetsfølelse i relasjon til naturen og hundene, i tilstedeværelse, stillhet og ro, samt fra tid, sted, forventninger og krav fra hverdagen.

Selv om naturopplevelser vil være subjektive, har samtlige respondenter beskrevet mye av samme følelser og emosjoner. De bruker mye av samme ord og uttrykk, selv om opplevelsen alltid vil føles ulikt fra individ til individ kan man se likheter og dermed peke i retning av at det faktisk finnes slike opplevelser i hundekjøring. *The general idea that language is structured according to different patterns that people's utterances follow when they take part in different domains of social life* (Jorgensen & Phillips, 2002, s. 1). Det finnes altså bestemte måter og snakke om noe på. Samtidig som det finnes ulike måter å forstå verden på og ulike syn på virkeligheten. Dette har betydning når det gjelder hvordan hundekjørerne beskriver sine opplevelser, samt hvordan jeg tolker dette ut fra eget ståsted. Dette er i tillegg utslagsgivende for resultatet som har blitt fremstilt, og er viktig å ta i betraktning. Imidlertid, beskriver hundekjørerne deres erfarte naturopplevelsene med ord som frihet, takknemlighet, glede, lykke og eufori. Med andre ord, naturen og hundenes estetikk vekker emosjoner i oss.

Å være i ett med hundene og naturen vil kunne tolkes og forklares gjennom Næss (1999): *Å være en del av noe større enn seg selv*. Næss (1999) sin *økosofi* – som inkluderer selvrealisering hvor man identifiserer seg med alt levende som *økologisk selv*, ser ut til å fremstå i flere av hundekjørernes beskrivelser. I likhet omtaler Csikszentmihalyi (2008) og Tordsson (2010) en slik selvrealisering i tiden etter opplevelsen, hvor selvutvikling skjer. Dermed kan de tre perspektivene, *økosofi, flyt opplevelse og naturens – og hundenes åpne tiltale* ses i relasjon til naturopplevelsene som beskrives av hundekjørerne i denne sammenheng.

## 4.6 Empiriens styrker og svakheter

Svakheter ved denne studien vil som i all kvalitativ forskning være egen forforståelse, fortolkningsramme og egen stemme, da den alltid vil være ledende for resultatet som fremstilles. I tillegg vil det å sette seg inn i en annens subjektive opplevelse være utfordrende, å forstå noe på samme måte som det forstås for subjektet selv. Flere hundekjørere beskriver mye av samme perspektiver. På den annen side, vil språket være avgjørende for hvordan både respondentene snakker om tema på, samt hvordan jeg tolker dette språket. I all tolkning av språklig innhold er det en viss usikkerhet i det som tolkes, da språket er kun ord som benyttes i forsøk på å beskrive følelser. Noe Bischoff (2015) beskriver som, det å sette ord på opplevelser (Bischoff, 2015, s. 51). Samtlige hundekjørere forsøker å sette ord på sine følelser, noe som kan være en utfordring å gjøre ved ord. Rubenson (1978) beskriver det som en umulig oppgave å beskrive noe så personlig og som man føler sterkest: *De som har følt hvad livet blandt tinderne er eller kan være for et menneske, behøver ikke at læse om det, og de som aldri har følt det, vil saa allikevel ikke forstaa* (Rubenson, 1978, s. 117).

Derimot viser teorier og tidligere forskning relevante perspektiver som belyser og støtter resultatet. Blant annet påpeker Tordsson (2010) hvordan fortellinger, symbolverdier og følelseskvaliteter blir måter å si noe om oss selv på, de minner om egne erfaringer og opplevelser (Tordsson, 2010, s. 219). Likeledes, påpeker diskursanalytikere hvordan mennesker gjennom språket konstruerer virkelighet og at alt gir mening gjennom språk og diskurs (Jorgensen & Phillips, 2002, s. 8-9). I tillegg diskuterer Pike & Beames (2013) for hvordan vi gjennom samtaler kan *make sence out of their worlds* (Pike & Beames, 2013, s. 4).

Jeg, som kvalitativ forsker, har vært interessert i å forstå hva respondentene beskriver og løfte frem deres perspektiver gjennom min egen tolkning. Dermed har det vært en styrke å gjennomføre deltakervalidering, som bekreftet min tolkning av deres beskrivelser gjennom en dialog. Derimot kan det igjen være en svakhet ved denne styrken, da respondentene kan gi uttrykk for å si seg enig for å ikke skuffe meg eller for å unngå å forklare seg på nytt.

Imidlertid, noe som styrket dette igjen, var fagfellevalidering, også kalt intersubjektivitetskontroll. Hvor en fagfelle tolket mine transkriberte intervju. Min fagfelle var upåvirket av min egen tolkning, likevel stemte hennes tolkning overens med min egen, som dermed kan ses på som en styrke ved studiens empiri.

Nok en svakhet ved det empiriske materialet er at det finnes flere teorier som kunne vært en styrke å trekke frem. Dermed er det en svakhet ved empiriens teoretiske grunnlag at det også kan støttes av blant annet Maslows behovsteori (Marshall, 2003). Da slike naturopplevelser i stor grad kan ses i relasjon til menneskets opprinnelse i naturen og dermed også menneskelige behov, blant annet selvrealisering, som Maslows behovsteori i stor grad dreier seg om. I tillegg vil det være en svakhet å ikke inkludere *SDT* – selvbestemmelsesteorien, som inkluderer indre motivasjon og lidenskap (Thomassen et al., 2019). Slike teorier kan ses i relasjon til naturopplevelser som beskrives av hundekjørerene i denne studien.

Et bifunn ved studien er naturopplevelser av naturens estetikk – og hundenes estetikk og egenskaper. Ved estetikk, menes her det aktivt sanselige og passivt nytende i opplevelsesøyeblikket i møtet med naturen, samt av og med hundene, noe som har vært fremtredende i hundekjørerens beskrivelser.



## 5 Avslutning og veien videre

Hva slags naturopplevelser som kan oppstå i forbindelse med hundekjøring vil være feil å konkludere med, da det er subjektive opplevelser i subjektive møter med naturen og hundene. Det er altså komplekst og mangfoldig, slik som både naturopplevelser og hundekjøring er. Imidlertid, viser det seg at i hundekjøring kan det oppstå naturopplevelser som du kan dele med hundene, hvor du er i ett med hundene og i ett med naturen. Det kan oppstå *flyt opplevelser* hvor mestring oppstår både av *naturen og hundenes åpne tiltale*. Som konsekvens av dette kan frihet og selvrealisering oppstå.

Så, ved opphold i naturen sammen med hunder, kan naturopplevelser med en selvrealisering oppstå. Gjennom *flyt opplevelser* med mestring av naturens – og hundenes åpne tiltale. I etterkant av en slik opplevelse vil selvet reflektere over både egne ferdigheter ved å mestre naturen og hundene, samt identifisere seg med naturen og hundene som en del av opplevelsen – og dermed realisere seg – økologisk selv.

Hvordan naturopplevelsene beskrives av hundekjørerne er med positive ord for å forsøke å sette ord på følelser. Naturopplevelsene i hundekjøring beskrives med ord som frihet, glede, mestring, eufori, lykke og andre følelsesladde ord om både hundene og naturen. Basert på min tolkning av hundekjørernes beskrivelser virker det som at hundene er selve essensen i naturopplevelsene i hundekjøring. Det å være sammen med hundene å dele opplevelsene med hundene vektlegges i stor grad i samtlige hundekjøreres beskrivelser.

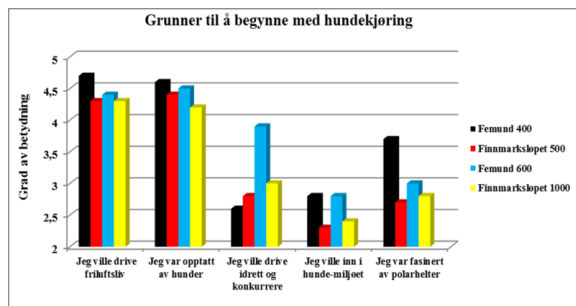
I tillegg vektlegges egne følelser og emosjoner av samtlige. Så, det mest fremtredende ved naturopplevelsene i hundekjøring virker å være samspillet mellom hundekjøreren, hundene og naturen. Samtidig, en befrielse for selvet, en avkobling og en form for selvrealisering av at alt levende spiller på lag, dem, hundene og naturen – i ett. I en slik selvrealisering vil det i kontakt og samspill med hundene og andre levende vesen, oppnås en kontakt med seg selv, samt følelsen av å være en del av *noe større enn seg selv*. Dette har ført frem til min selve helhetlige forståelse som: Naturopplevelser – frihet og flyt – i ett med naturen og hundene. Altså, basert på Csikszentmihalyi (2008) *flyt-teori* og Næss (1999) *økosofi* vil min tolkning kunne ses i sin sammenheng og helhet. Min utviklede forståelse av naturopplevelser i hundekjøring er at det er en indre reise og selvrealisering, hvor opplevelsen av naturen og hundene oppleves så sterkt i stillhet og ro, at alt det estetiske ved naturen og hundenes

estetikk og egenskaper fører til en indre reise hvor man innser at man er *økologisk selv* Næss (1999). *Naturen taler til oss ved å tie* Faarlund (2015). Hundene taler til oss med blikket og kroppsspråket. *Kjennskap er veien til vennskap, og vennskap forplikter*, slik Faarlund (2015) hevder. Naturkontakt, kontakt med hundene, kontakten med elementene kan oppleves sterkere da ingen forstyrrelser ser ut til å forekomme i omgivelsene hvor hundekjøring foregår.

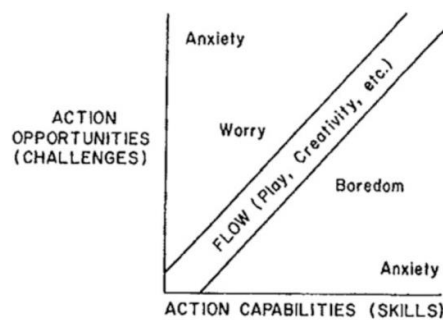
Forslag til videre forskning kan være hvilken betydning slike naturopplevelser kan ha for andre mennesker i samfunnet. Hunder har vist seg å ha positiv effekt på mennesker, og benyttes særlig i eldreomsorg, samt for barn med lese- og skrivevansker. I tillegg har naturen vist seg å ha positiv effekt på menneskers helse og velvære (Braastad, 2018; Johannessen, 2018). Dette i kombinasjon kan være interessant å undersøke i relasjon til naturopplevelser i hundekjøring, og hvordan dette kan gi en positiv gevinst for ulike mennesker.

En annen interessant vinkling til videre forskning er å undersøke hvordan naturopplevelser i hundekjøring kan bidra positivt i skolesektor. Da både bærekraft, livsmestring og naturopplevelser har sin plass i læreplanen vil naturopplevelser i forbindelse med hundekjøring være en interessant vinkling inn mot ny forskning. Som drøftingen av empirien viser til, innebærer naturopplevelser i hundekjøring selvrealisering og møtet med selvet i naturen sammen med hundene. Noe som kan bidra positivt til bærekraft og livsmestring. I tillegg vektlegges mestring av samtlige hundekjørere i denne studien. Mestring står sentralt i læreplanen, det samme gjelder tilrettelegging for mestring for alle elever. Dermed kan det være et interessant tema for videre forskning hvordan naturopplevelser i hundekjøring kan bidra til både mestring, men også læring gjennom mestring.

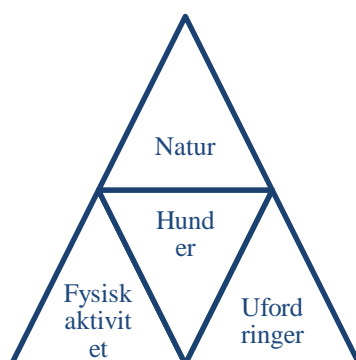
# Figurer



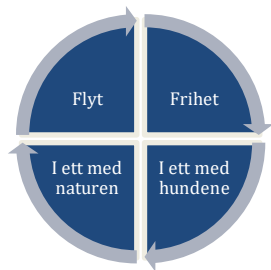
Figur 1 – Figuren viser til spørreskjema hvor om lag 150 hundekjørere besvarte grunnen for at de begynte med hundekjøring (Waalder et al., 2021).



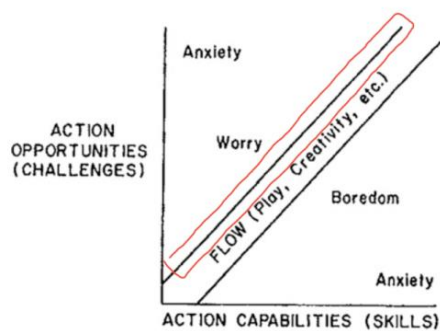
Figur 2 – Figuren illustrerer hvordan man befinner seg i en flytsone mellom utfordringer og kjedsomhet (Csikszentmihalyi, 2014, s. 147)



Figur 3 - Illustrerer min forforståelse av naturopplevelser i hundekjøring før studiets start, og de fire aspekter jeg forsto det ut fra.



Figur 4 - Illustrerer egen utviklede forståelse av naturopplevelser i hundekjøring ut fra fortolkning av hundekjøreres beskrivelser.



Figur 5 – Figuren tar utgangspunkt i Csikszentmihalyi (2014) flyt modell, videre har jeg markert sonen som illustrerer perspektivene i beskrivelsene fra hundekjørerne (Csikszentmihalyi, 2014, s. 147).

## Referanseliste

- Berget, B., Krøger, E. & Thorød, A. B. (2018). *Antrozoologi: Samspill mellom dyr og menneske*. Universitetsforlaget.
- Bischoff, A. (2015). *Stier, mennesker og naturopplevelser*. Novus.
- Brottveit, G. & Del Busso, L. (2018). *Vitenskapsteori og kvalitative forskningsmetoder: Om å arbeide forskningsrelatert*. Gyldendal akademisk.
- Braastad, B. O. (2018). Forord. I B. Berget, E. Krøger & A. B. Thorød (Red.), *Antrozoologi: Samspill mellom dyr og menneske* (s. 9-12). Universitetsforlaget.
- Csikszentmihalyi, M. (2008). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper Perennial.
- Csikszentmihalyi, M. (2014). Play and Intrinsic Rewards. I *Flow and the foundations of positive psychology: The collected works of Mihaly Csikszentmihalyi* (s. 135-153). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-94-017-9088-8\\_10](https://doi.org/10.1007/978-94-017-9088-8_10)
- Dahl, Ø. (2013). *Møter mellom mennesker: Innføring i interkulturell kommunikasjon* (2. utg.). Gyldendal Akademisk.
- Fink, H. (2003). Et mangfoldigt naturbegreb. I R. A. Agger P., Læssøe J., Hansen H. P. (Red.), *Naturens værdi: Vinkler på danskernes forhold til naturen*. Gads Forlag.
- Faarlund, N. (2015). *Friluftsliv: En dannelsesreise*. Ljå forlag.
- Gilje, N. & Grimen, H. (1995). *Samfunnsvitenskapenes forutsetninger: Innføring i samfunnsvitenskapenes vitenskapsfilosofi* (2. utg.). Universitetsforlaget.
- Granås, B. (2018). Destinizing Finnmark: Place making through dogsledding. *Annals of tourism research*, 72, 48-57. <https://doi.org/10.1016/j.annals.2018.05.005>
- Grelland, H. H. (2018). Møtet mellom mennesket og dyr - en filosofisk studie. I B. Berget, E. Krøger & A. B. Thorød (Red.), *Antrozoologi: Samspill mellom dyr og menneske* (s. 21-28). Universitetsforlaget.
- Hagen, B. (2000). *Hundekjøring: Fra tur til Iditarod*. Landbruksforlaget.
- Hegge, H. (1993). *Mennesket og naturen: Naturforståelsen gjennom tidene, med særlig henblikk på vår tids miljøkrise* (2. utg.). Antropos.
- Hofmann, A. R., Rafoss, K., Rolland, C. G. & Zoglówek, H. (2018). *Norwegian friluftsliv: A way of living and learning in nature*. Waxmann.
- Hågvær, S. & Støen, H. A. (1996). *Grønn velferd: Vårt behov for naturkontakt: Fra bypark til villmarksopplevelse*. Kommuneforlaget.

- Johannessen, B. (2018). Hund som helsefremmende relasjon for mennesker med psykiske lidelser. I B. Berget, E. Krøger & A. B. Thorød (Red.), *Antrozoologi: Samspill mellom dyr og menneske* (s. 159-165). Universitetsforlaget.
- Jorgensen, M. W. & Phillips, L. (2002). *Discourse Analysis as Theory and Method*. London: SAGE Publications. <https://doi.org/10.4135/9781849208871>
- Kasin, M. B. (2018). *Vinterdans: 1000 kilometer. 14 hunder. Èn kvinne*. Aschehoug & Co.
- Knudsen, I. B. (2019). From polar exploration to sled dog racing: A brief overview of some important elements in norwegian sled dog history. I R. Waaler & K. Skjesol (Red.), *Dog sledding in Norway: Multidisciplinary research perspectives* (s. 15-44). LIT Verlag.
- Kuhl, G. (2011). Human-Sled Dog Relations: What Can We Learn from the Stories and Experiences of Mushers? *SOAN*, 19(1), 22-37. <https://doi.org/10.1163/156853011X545510>
- Kunnskapsdepartementet. (2020). Overordnet del - Respekt for naturen og miljøbevissthet. <https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/opplaringens-verdigrunnlag/1.5-respekt-for-naturen-og-miljobevissthet/>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (T. M. Anderssen & J. Rygge, Overs.; 3. utg.). Gyldendal akademisk.
- Løken, A. & Lyngstad, I. (2019). Experiences in nature with dogs on outdoor excursions and wildlife trips. I R. Waaler & K. Skjesol (Red.), *Dog sledding in Norway: Multidisciplinary research perspectives* (s. 95-116). LIT Verlag.
- Løken, B. & Svalgård, M. (2007). *Naturlig rik: Om norsk naturfølelse med Arne Næss og utdrag av H.D. Thoreaus livsfilosofi*. Tun.
- Marshall, I. (2003). *Peak experiences: Walking meditations on literature, nature, and need*. University of Virginia Press.
- Meld. St. 18 (2015-2016). *Friluftsliv: Natur som kilde til helse og livskvalitet*. Klima- og miljødepartementet. <https://www.regjeringen.no/contentassets/9147361515a74ec8822c8dac5f43a95a/no/pdfs/stm201520160018000dddpdfs.pdf>
- Mytting, I. & Bischoff, A. (2018). Naturnærvær. I *Friluftsliv: Idrettsfag* (3. utg.). Gyldendal.
- Neumann, I. B. (2009). Meningen med hundekjøringen sprenger artsgrensene. I I. B. Neumann & K. Steen-Johnsen (Red.), *Meningen med idretten* (s. 91-114). Unipub.
- Norges hundekjørerforbund. (u.å.). *Slede*. Hentet 23. april 2022 fra <https://www.sleddog.no/grener/slede/>

- Næss, A. (1999). *Økologi, samfunn og livsstil: Utkast til en økosofi* (5. omarb. utg.). Bokklubben dagens bøker.
- Pike, C. J. E. & Beames, S. (2013). *Outdoor adventure and social theory*. Routledge.
- Postholm, M. B. (2010). *Kvalitativ metode: En innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier* (2. utg.). Universitetsforlaget.
- Rolland, C. G. & Zoglowek, H. (2010). Første gangs, andre gangs - eller hva slags opplevelser finnes i friluftsliv? *LFF, Kroppsøving, Nr: 1*, 10-14.
- Rubenson, C. W. (1978). Vor sport. I G. Breivik & H. Løvmo (Red.), *Friluftsliv: Fra Fridtjof Nansen til våre dager* (s. 117-120). Universitetsforlaget.
- Sundby, J. (2018). *Hundekjøring: For oss som ennå ikke har vunnet Finnmarksløpet* (2. utg.). Blikke forlag.
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitative metoder* (5. utg. utg.). Fagbokforlaget.
- Thomassen, T. O., Waaler, R. & Ulstad, S. O. (2019). The Effect of Passion on Need Satisfaction and Vitality, Pressure and Effort among Musers in Sled Dog Racing. I R. Waaler & K. Skjesol (Red.), *Dog sledding in Norway: Multidisciplinary Research Perspectives* (s. 249-275). LIT Verlag.
- Tjora, A. H. (2018). *Viten skapt: Kvalitativ analyse og teoriutvikling*. Cappelen Damm akademisk.
- Tjora, A. H. (2021). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (4. utg.). Gyldendal.
- 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* [Norges idrettshøgskole, Institutt for samfunnsfag]. Oslo.
- Tordsson, B. (2010). *Friluftsliv, kultur og samfunn*. Høyskoleforlaget.
- Walsh, F. (2009). Human-animal bonds I: The relational significance of companion animals. *Family Process*, 48(4), 462-480. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2009.01296.x>
- Widerberg, K. (2001). *Historien om et kvalitativt forskningsprosjekt: En alternativ lærebok* (K. Bolstad, Overs.). Universitetsforl.
- Waaler, R. (1993). *Hundekjøring som naturkontaktsform: - Forvalteransvar for natur: En preliminær undersøkelse om sammenhengen mellom hundekjøring som naturkontaktsform og en folkehøyskoleklassenes naturiakttagelser, opplevelser og refleksjoner i forhold til ansvar for natur* [Hovedfagsoppgave]. Høgskolen i Levanger.
- Waaler, R. & Skjesol, K. (2019a). *Dog sledding in Norway: Multidisciplinary research perspectives*. LIT Verlag.

- Waalder, R. & Skjesol, K. (2019b). Dog sledding: A diverse phenomenon. I *Dog sledding in Norway: Multidisciplinary research perspectives* (s. 9-14). LIT Verlag.
- Waalder, R., Skjesol, K., Ulstad, S. O. & Thomassen, T. O. (2021). *Motiver for ferdsel i naturen med hundespenn*. Upublisert.



# Vedlegg

## Informasjonsskriv og samtykkeskjema

### Forespørsel om å delta i forskningsprosjekt ” En studie om hundekjøring og naturopplevelser ”

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å oppnå en bredere og dypere forståelse rundt fenomenet hundekjøring og naturopplevelser. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formålet med dette masterprosjektet er å oppnå en bredere og dypere forståelse rundt fenomenet hundekjøring med fokus på hvilke naturopplevelser som skapes ved hundekjøring.

Masteroppgavens problemstilling er som følger: *“Hvilke naturopplevelser skaper hundekjørere gjennom hundekjøring?”*

#### Ansvarlig for forskningsprosjektet

UiT avd. Idrettshøgskolen i Alta er ansvarlig for prosjektet. Det er i tillegg et samarbeid med Finnmarksløpet.

#### Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Dette masterprosjektet søker deg som er hundekjører (over 18 år) og har erfaring med hundekjøring, driver med og ønsker å fortsette med hundekjøring.

#### Hva innebærer det for deg å delta?

Ved å delta på dette prosjektet innebærer det å stille til personlig intervju som tar ca. 30 min. I dette intervjuet vil det innhentes personlige erfaringer, meninger og opplevelser rundt hundekjøring og naturopplevelser ved hundekjøring. Opplysningene vil registreres via lydopptak under intervjuet og det vil tas notater underveis. Informasjon som fremkommer under intervjuet, vil kunne bli brukt som empirisk grunnlag for vitenskapelig formidling i mastergradsoppgaven.

### **Det er frivillig å delta**

Det er frivillig å delta i prosjektet. Deltakere vil holdes anonym. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

### **Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger**

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Det er kun masterstudent med veileder ved UiT som vil få tilgang til innhentet informasjon. Tiltak som vil gjøres for at uvedkommende ikke skal få tilgang til personopplysningene er at navn vil erstattes med kode eller kallenavn. Navn og personlige opplysninger vil dermed lagres adskilt. I publikasjonen vil ikke deltakerne kunne gjenkjennes.

### **Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?**

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes/oppgaven er godkjent, noe som etter planen er mai 2022. Lydopptakene slettes tidlig underveis i prosjektet etter transkribering. Alle personlige opplysninger vil slettes ved prosjektslutt.

### **Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?**

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra UiT avd. Idrettshøgskolen i Alta har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

### **Dine rettigheter**

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke opplysninger vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene
- å få rettet opplysninger om deg som er feil eller misvisende
- å få slettet personopplysninger om deg
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å vite mer om eller benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- UiT avd. Idrettshøgskolen i Alta ved veileder og førstelektor Rune Waaler (784 50 118, [rune.waaler@uit.no](mailto:rune.waaler@uit.no)) og masterstudent Sofie Håkonsen (917 33 306, [sha269@uit.no](mailto:sha269@uit.no)).
- Vårt personvernombud: Joakim Bakkevold ([personvernombud@uit.no](mailto:personvernombud@uit.no))

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost ([personverntjenester@nsd.no](mailto:personverntjenester@nsd.no)) eller på telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

*Rune Waaler*

*Sofie Håkonsen*

(Veileder/forsker)

# Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet [*sett inn tittel*], og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju
- at masterstudenten kan benytte mine opplysninger i masterprosjektet

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

-----

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

# Intervjuguide

## Introduksjon

1. Hvor lenge har du drevet med hundekjøring?
2. Har du eller hvor mange ganger har du deltatt på Finnmarksløpet/Femundløpet?
3. Hvis ikke, hvor ofte utfører du hundekjøring i forbindelse med friluftsliv?
4. Husker du første gang du prøvde hundekjøring?
5. Hvis ja, hvordan var den opplevelsen?
6. Hvorfor fortsatte du med hundekjøring?
7. Hvor lenge ønsker du å drive med hundekjøring?
8. Hvorfor ønsker du å drive med hundekjøring?

## Hoveddel

9. Kan du nevne én spesiell opplevelse med hundekjøring (ferdsel med hundespennet) som du husker ekstra godt og som har spesiell betydning for deg? (Evt.: Hva kan være typiske gode situasjoner for deg i hundekjøring? Hvilken betydning har slike situasjoner for deg?)
10. Hvordan skiller denne opplevelsen seg ut? Kan du utdype dette? Gjentas dette ofte? Ønsker du at slike opplevelser skal oppstå igjen? Og, hvorfor?
11. Hvordan opplevde du denne situasjonen? Hvilke tanker sitter du igjen med?
12. Hvordan verdsetter du disse betydningsfulle opplevelsene i naturen ved hundekjøring? På hvilken måte og på hvilke konsekvenser?
13. Hva påvirker din opplevelse av naturen underveis i hundekjøring?

## Avslutning

14. Kan du gi en sluttkommentar til dette tema? Hvordan vil du oppsummere dette? Har du noe du vil tilføye rundt dette tema?

## Godkjenning fra NSD



### Referansenummer

733138

### Prosjekttittel

En studie om naturopplevelser og hundekjøring

### Behandlingsansvarlig institusjon

UiT Norges Arktiske Universitet / Det helsevitenskapelige fakultet / Idrettshøgskolen

### Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Rune Waaler, rune.waaler@uit.no, tlf: +4778450118

### Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

### Kontaktinformasjon, student

Sofie Håkonsen, sofiehaakonsen@gmail.com, tlf: 91733306

### Prosjektperiode

01.09.2021 - 30.05.2022

### Vurdering (1)

---

#### 22.09.2021 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg den 22.09.2021 samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte.

## TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 30.05.2022.

## LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a.

## PERSONVERNPRINSIPPER

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

- lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke behandles til nye, uforenlige formål
- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

## DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), og dataportabilitet (art. 20).

NSD vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

## FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

Ved bruk av databehandler (spørreskjemaleverandør, skylagring eller videosamtale) må behandlingen oppfylle kravene til bruk av databehandler, jf. art 28 og 29. Bruk leverandører som din institusjon har avtale med.

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og/eller rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

#### MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke typer endringer det er nødvendig å melde: <https://www.nsd.no/personverntjenester/fylle-utmeldeskjema-for-personopplysninger/melde-endringer-i-meldeskjema> Du må vente på svar fra NSD før endringen gjennomføres.

#### OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!



*Frihetsfølelsen når du står på sleden, du kan ha med alt du trenger, du står på sleden og bare sluker kilometer, du kan kjøre hvor du vil, det er en frihetsfølelse, veldig avslappende å høre på ´tassingene´ til hundene, og pesingen, helt stille, og bare gli gjennom snøen, helt magisk, veldig beroligende, det er frihetsfølelsen. – Hundekjører 3*