

## **Ny Sifo-undersökning: Svenska föräldrar vill ge barnen en sommar med mer närvaro – och tid att ha tråkigt**

**Mer än var tredje svensk förälder vill helst att barnen minns sommarlovet för dess närvaro, fri lek och tid utan fasta planer – inte för schemalagda aktiviteter. Det visar en ny Sifo-undersökning gjord på uppdrag av First Camp. Samtidigt pekar forskare på att vistelser i naturen kan ge barn utrymme för återhämtning, fantasi och egna upptäckter.**

Varje sommar lägger svenska barnfamiljer stora summor på aktiviteter och upplevelser. Men enligt den nya undersökningen, genomförd av Sifo på uppdrag av First Camp, är det som många föräldrar helst vill ge sina barn betydligt enklare – och helt gratis. Cirka 35 procent av de tillfrågade föräldrarna uppger att närvaro, fri lek och tid utan fasta planer är det viktigaste inslaget under sommarlovet, långt före schemalagda aktiviteter.

Att så många föräldrar prioriterar tid och oplanerade aktiviteter tillsammans ser Maria Hammarsten, doktorand i pedagogiskt arbete vid Göteborgs universitet, som något positivt. I en av hennes forskningsstudier framkommer att barn ofta föredrar mindre tillrättalagda miljöer för lek, där fantasi, kreativitet och egna initiativ får större utrymme.

”Barn är, precis som alla andra människor, i grunden stenåldersmänniskor. Hjärnan har naturligtvis utvecklats, men på många sätt är vi fortfarande skapade för ett annat tempo än det moderna och urbana livet erbjuder. Vi är mer anpassade för långsammare processer, lagom mängder stimulans och aktiviteter som inte kräver konstant uppmärksamhet. Därför behöver semestern i högre grad fungera som en positiv motvikt till den stressiga vardag som många människor lever i. Oplanerad tid kan skapa små pauser för återhämtning. Det är inte spilltid, utan en viktig del för vår mentala balans”, säger Maria Hammarsten.

### **Naturen som källa till återhämtning och upptäckarglädje**

Maria Hammarsten menar att naturen kan skapa goda förutsättningar för just den typ av upplevelser som många föräldrar efterfrågar: närvaro, fri lek och tid tillsammans. Hennes studier pekar på att vistelser i naturen kan bidra positivt till barns emotionella utveckling och ge utrymme för både återhämtning, nyfikenhet och egna upptäckter.

”Vissa barn utvecklar en form av biofobi, där de tycker att småkryp och natur är äckligt eller skrämmande. Därmed tappar de både anknytningen till naturen och förståelsen för varför den är viktig. Men min forskning visar att barn som får tillbringa tid i naturmiljöer kan utveckla ett intresse för insekter, småkryp och växter, vilket stärker deras emotionella utveckling. De behöver få uppleva värmen från en lägereld, höra flammorna spraka och laga mat över öppen eld. Det är upplevelser som kräver närvaro från vuxna och tid utan scheman. Precis det som föräldrarna i undersökningen efterfrågar”, fortsätter Maria Hammarsten.

Johan Söör, VD på First Camp, ser med stort intresse på föräldrarnas önskemål i undersökningen. Koncernen, som har över 90 campingplatser och resorts i norra Europa har i år märkt av en ökande efterfrågan, i synnerhet från barnfamiljer. Kanske beror det just på att fler söker den kombination av natur, enkelhet och frånvaro av fasta program som en campingsemester erbjuder.

”På en campingplats finns inga måsten, inga biljetter och inga köer. Barnen vaknar, går ut och hittar själva på vad dagen ska bjuda på, kanske handlar det om att grilla vid sjön eller bara ligga i gräset och titta på molnen som drar förbi. Vi kan se i våra bokningsciffror att allt fler familjer söker precis den

typen av semester: tid tillsammans utan måsten. I grund och botten är det vad camping alltid har handlat om, och ofta är det just de enkla stunderna som blir de stora minnena. Dessutom är camping väldigt prisvärt jämfört med alternativen”, säger Johan Söör.

#### **5 råd för en närvarande sommarsemester med barn**

**Låt barnen ha tråkigt ibland:** Stå emot frestelsen att fylla hela semestern med fasta program. När barn inte har något konkret att göra börjar de själva skapa lekar och aktiviteter, vilket utvecklar deras fantasi, kreativitet och kognitiva förmåga.

**Sök er ut i naturen utan att planera för mycket:** Välj platser som skogen eller stranden framför färdigbyggda lekplatser. Med rimliga förberedelser och säkerhet i åtanke får barn i naturen större möjlighet att utforska, upptäcka och forma sina egna äventyr.

**Lägg undan mobilen – även din egen:** Folkhälsomyndigheten rekommenderar från och med juni 2026 att föräldrar lägger undan mobiltelefonen när de är tillsammans med sina barn. Forskning visar att barn kan reagera negativt när samspelet avbryts av skärmar. Alla upplevelser behöver heller inte dokumenteras – ibland får minnena gärna stanna i stunden.

**Ge plats åt långsamt tempo:** Tänd en eld, laga mat över öppen låga eller gå en promenad utan att passa en tid. Det är upplevelser som kräver närvaro och tålamod – och det kan vara precis de stunderna som barn kommer ihåg.

**Lyssna på ditt barn:** Prata med barnet om vad hen har lust att göra. En meningsfull semester handlar inte alltid om exotiska resmål, utan om variation, samvaro och utrymme att kunna prova på något nytt.

#### **Fem saker svenska föräldrar allra helst vill att deras barn kommer ihåg från sommarlovet enligt Sifo:s undersökning:**

1. Att alla är närvarande och i nuet (20,9 %)
2. Att bada varje dag utan stress eller tider att passa (19,4 %)
3. Att ha tråkigt – och låta fantasin ta över (13,5 %)
4. Att vara nära naturen dygnet runt (11,8 %)
5. Samtal med varandra utan skärmar (8,8 %)

#### **Om undersökningen:**

Undersökningen genomfördes i Sifos webbpanel, Sifopanelen under perioden 10–14/20–24 maj 2026. Totalt intervjuades 3606 personer i åldern 18–79 år, varav 1076 uppgav att det campat under de senaste 3 åren (tält, husvagn, husbil eller stuga på campingplats). Webbpanelen är riksrepresentativt rekryterad utifrån slumpmässiga urval. Det förekommer ingen självrekrytering Sifopanelen.

#### **Om First Camp**

First Camp Group är norra Europas ledande aktör inom camping och resorts. Koncernen omfattar 91 destinationer i Sverige, Danmark, Norge, Finland, Tyskland och Schweiz, vilka drivs under varumärkena First Camp, Leksand Resort, Jesperhus, Apukka Resort, Kronocamping Lidköping,

Via Claudia, Camp Ripan, Camping Lodge samt Azur Camping. Totalt erbjuder destinationerna över 24 000 platser för husvagn och husbil samt mer än 4 000 stugor. Sedan 2017 har First Camp Group förvärvat över 70 destinationer och fokuserar på tillväxt genom digitalisering, gästnöjdhet och hållbarhet.

Läs mer om First Camp Group på [corporate.firstcamp.se](https://corporate.firstcamp.se) och hitta inspiration till din campingsemester på <https://firstcamp.se>