

7.1 Vedlegg 1 PICO- SKJEMA (norsk og engelsk)

P	I	C	O
Pasient	Intervensjon	Sammenligning	Utfall
Mennesker med psykiske utfordringer	Natur	X	God psykisk helse
Psykisk helse	Friluftsliv		Hverdagsmestring
	Ergoterapi		Folkehelse
	Helsefremmende arbeid		Helsefremming
	Forebygging		

P	I	I	I	O
Pasient	Intervention	Intervention	Intervention	Outcome
Mental health	Nature	Occupational therapy	Treatment	Public health
Psychological distress	Outdoor	Occupational therapists	Prevention	Everyday coping
Stress	Green space		Health promotion	Treatment outcome
	Environmental exposure			Health Promotion
	Green environment			
	Natural environment			

7.2 Vedlegg 2: Kritisk vurdering

Kritisk vurdering av inkludert artikler	
<p>Kritiske vurderinger som går igjen i alle artikler:</p> <ul style="list-style-type: none">- Selv-rapportering kan ha påvirket funnene- Personer med psykisk uhelse kan unngå å være i aktivitet/delta på grupper-	
Navn på artikkel	Kritisk vurdering
1. Being and doing in the outdoors brings something extra! Evaluating the Danish Health in Nature Project	Kvalitativ studie som analyserer gruppeintervju. Går i dybden, men har ikke andre lignende studier å sammenligne funnene med. Kan også senere gjøres større studier med samme teoretiske rammeverk.
2. Visiting green space associated with mental health and vitality: A cross – sectional study in four european citites	<p>Tverrsnittstudie- kan ikke konkluderes med årsakssammenheng</p> <p>Generelt var svarprosent lav, men lå på rundt 1000 respondenter i hver by. Samlet inn data fra de ulike byene på ulike måter, kan ha påvirket svarprosent (lavere i den nederlandske byen).</p> <p>Resultatene kan ha blitt påvirket av at respondentene så på naturområder som viktige for fysisk og avslappende aktiviteter (90%) sammenlignet med de som ikke responderte (80%). Dette antyder at forhold til naturen kan påvirker hvorvidt man opplever en effekt.</p>
3. Growing Resilience through interaction with nature (Grin)	<p>Funnene viser til usikkerhet rundt om det var en dempende effekt</p> <p>Studien kan ha blitt påvirket av at flertallet av deltakerne var eldre velstående kvinner, og dermed er det sannsynlig at de ikke representerer den generelle populasjonen.</p> <p>Individer som opplever bedre psykisk helse kan være mer sannsynlig å delta i gruppeturer i naturen.</p> <p>Sammenligningsgruppen kan ha hatt andre muligheter for natureksponering utenom gruppeturene som de blir sammenlignet med</p>
4. Exercise-, nature- and socially interactive-based iniatives improve mood and self-esteem in the clinical population	<p>Variasjon i deltakelse i de ulike gruppene, som svekker reliabiliteten til den longitudinelle analysen i studien.</p> <p>Demografien for hver gruppe varierte også, hovedsakelig kvinnelige deltakere</p>

<p>5. Doses of nearby nature simultaneously associated with multiple health benefits</p>	<p>Tverrsnittstudie- kan ikke konkludere med årsakssammenheng</p> <p>Mange av respondentene hadde tilgang til privat hage (91, 4%) i forhold til ikke-responentene (80%), som derfor sannsynligvis ikke representerer hele den generelle befolkningen.</p>
<p>6.What is the best dose of nature and green exercise for improving mental health? a multi-study analysis.</p>	<p>Kan ikke si noe om langsiktige effekter</p> <p>Studiene ble gjennomført i løpet av en periode på seks år, så funnene kan ha blitt påvirket av fremmede faktorer som ikke kunne kontrolleres for</p>