

Mer lek i naturen!

- En inspirationsskrift om att tillgängliggöra naturmiljöer för barn genom att bjuda in till lek.



Denna naturvårdssatsning har medfinansierats genom statsbidrag förmedlade av Länsstyrelsen i Örebro.

Innehåll

Mer lek i naturen.....	3
Del 1: Bakgrund.....	4
Den viktiga leken.....	4
Minskad tillgång till naturmiljöer för lek.....	5
Fattiga och rika lekmiljöer.....	6
Några positiva egenskaper i naturmiljöer.....	7
Inspiration för design: David Sobel och 7 lekmotiv.....	8
Del 2: Platser som kan inspirera.....	9
Skrylleskogens äventyrslek, Lund.....	9
Brunnshögs Kojskog, Lund.....	10
Vildaparken i Väse.....	10
Digifys, Örebro.....	11
Box Hill's Natural Play Trail, London.....	12
Konst- och lekpromenad, Queen Elizabeth Forest Park, Skottland.....	13
Klövermarken, Köpenhamn.....	14
Stöd för att tänka runt kvaliteter i lekmiljöer.....	15
Del 4: Utvecklingsteman.....	18
Fysisk utmaning.....	18
Äventyr.....	20
Eget skapande.....	22
Möte med naturen.....	24
Mötet natur och kultur.....	25
Balanserade riskbedömningar.....	27
Bjuda in naturen i staden.....	28
Referenser och lästips.....	29

Text: Mimmi Beckman, Örebro kommun

Foton:

Skrylleskogen, sida 9: Caroline Löfmarck

Väse, sida 10-11: Lisa Jonsén

Övriga foton: Mimmi Beckman

Mer lek i naturen

I Örebro kommun jobbar vi för att det ska vara lätt att komma ut i det gröna. Vi vet att närhet till attraktiva grönområden är viktigt för trivseln i ett bostadsområde, och för att vi ska må bra – både fysiskt och psykiskt. Forskning visar att en promenad i naturen är en av våra effektivaste ”mediciner” mot vanligaste folksjukdomar som ofta grundar sig i en stressig och stillasittande livsstil.

Örebro kommun har inrättat fler tätortsnära naturreservat än någon annan kommun i Sverige, och alla invånare i Örebro stad når ett naturområde inom tre kilometer från sin bostad, de flesta närmare än så. Under parollen ”natur för alla” har kommunens naturvårdsarbete inriktats på att göra den nära naturen mer tillgänglig, med bland annat trevliga gång- och cykelvägar, grillplatser och bekväma raststugor med naturskön utsikt. Åtgärderna har gjort det lättare att komma ut, men fokus har framför allt legat på den vuxna befolkningen. Barn är dock sällan intresserade av att gå promenader för själva gåendets skull. Det är dags att tillgängliggöra våra naturmiljöer mer för barn. Och det tror vi att vi gör bäst genom leken.

Den här skriften har skrivits inom LONA-projektet Mer lek i naturen. Vi har med länsstyrelsens stöd utforskat hur lek och natur hör ihop, och genom några resor och litteraturstudier låtit oss inspireras om hur vi kan jobba för att bjuda in till mer lek i naturen. Här delar vi med oss av vad vi lärt oss. Den här skriften inleds med en kortfattad bakgrund till varför vi intresserat oss för lek i naturen, därefter beskriver vi några olika exempel på hur andra jobbat för att bjuda in till lek i naturmiljöer. I sista avsnittet presenterar vi förslag på teman för att utveckla stimulerande lekmiljöer i naturen.

Del 1: Bakgrund

Den viktiga leken

Lek är livsviktigt. Det är lika nödvändigt för barn som att äta, sova och röra på sig.

Leken är barns främsta redskap för att lära sig det de behöver kunna för att klara sig som vuxna. Bob Fagen vid Ronin institutet har beskrivit leken som det som förbereder oss på livets oförutsägbara utmaningar. Genom leken tränar och utvecklar barn såväl fysiska, som sociala och mentala färdigheter. I leken utforskar barn sig själva, sin omvärld, och hur andra människor reagerar, de testar även olika idéer, roller och erfarenheter. Med fantasins hjälp kan vi föreställa oss och ”simulera” olika situationer, både sådana vi varit med om tidigare och sådana som vi aldrig stött på.

Det är genom leken barnet utvecklar sin kreativitet och får möjlighet att uttrycka och bearbeta känslor och tankar. En viktig aspekt handlar om utmaning och att testa sina gränser, både fysiskt och mentalt. Leken bidrar på så sätt till en sund kroppsutveckling där barnet utvecklar olika förmågor, sitt självförtroende och sin bedömningsförmåga.

Genom samspelet med andra barn och med vuxna, lär sig barn att förhandla, lösa konflikter, fatta beslut och kontrollera sina känslor. Sociala färdigheter och hur man blir vän med andra lärs inte primärt ut i klassrum, det lär sig barn genom leken. En mycket viktig aspekt av leken är att den också ger möjlighet till mental återhämtning och ökat välbefinnande.

Barn behöver ingen yttre motivation för att leka. Att leka är en biologisk drivkraft som även har ett inbyggt belöningssystem. Vi mår helt enkelt bra när vi leker. Alla högre djur leker när de är ungar, och människan är det djur som leker mest av alla. Karl Groos skrev i slutet av 1800-talet att “Animals can not be said to play because they are young and frolicsome, but rather they have a period of youth in order to play. Vi leker inte för att vi är barnsliga, snarare behöver vi vara barn för att hinna leka mycket.

Det finns många kloka citat om lekens centrala roll för vårt lärande. Ett sådant kommer från Albert Einstein: *Play is the highest form of science.*

Ändå har vi i vår kultur en tendens att nedvärdera leken – det är *bara* lek.

Minskad tillgång till naturmiljöer för lek

Naturen har varit människors självklara lekplats genom årtusenden. Naturmiljöer är ofta riktigt bra lekmiljöer, men av olika anledningar har många barn idag inte lika stor tillgång till dem längre. Det här är några förändringar i vårt samhälle som fungerar som hinder för barns fria lek utomhus:

- Tätare bebyggelse – små skogsdungar och andra extensivt använda ytor blir allt mer sällsynta i barns närmiljö.
- Barns minskade rörelsefrihet – på grund av vuxnas oro för att barn ska skadas i trafiken eller utsättas för övergrepp så får många barn idag inte leka utan vuxnas sällskap, även högt upp i åldrarna. Det som tidigare generationer fick höra: ”gå ut och lek och kom hem innan det blir mörkt” tillhör en förfluten tid.
- Mindre tid för lek – längre dagar i skola och fritids, fler schemalagda och vuxenledda aktiviteter på fritiden och mer tid som ägnas åt datorspel och sociala medier har minskat tiden för fri lek, och särskilt har leken utomhus minskat.
- Trender inom lekplatsdesign och ett stort inflytande av lekredskapsindustrin gör att många idag förknippar en modern lekmiljö med häftiga lekställningar och färgglada gummimattor. Naturen sänder inte ut lika tydliga ”leksignaler”, och framför allt vuxna ser och förstår inte lekvärdet i naturmiljöer.



Stranden, skogsdungen, bäcken eller diket – älskade lekmiljöer genom historien...

Tänk tillbaka på när du själv var barn. Vilka platser gillade du att leka på? Hur lekte du där?

Fattiga och rika lekmiljöer

Den här inspirationsskriften handlar om hur vi kan bjuda in till mer lek i naturmiljöer. Men på vilket sätt är naturmiljöer bra lekmiljöer? För att svara på den frågan behöver vi problematisera moderna lekplatser och påminna oss om lekens mångfald.

En typisk modern lekplats är en plats som är helt platt, marken täcks av gummimatta och på mattan står en samling lekredskap som valts ur en katalog. Helen Woolley vid universitetet i Sheffield kallar sådana lekplatser för KFC. Snabbmatslekplatser, där förkortningen inte står för Kentucky Fried Chicken, utan K för *kit* (lekredskapen), F för *fence* (staket runt om), och C för *carpet* (gummimattan). Barn mår inte bra av att äta för mycket snabbmat – de behöver en varierad och väl sammansatt kost med mycket frukt och grönt. På samma sätt behöver de rika, varierade och gröna lekmiljöer. Har de bara tillgång till KFC-lekplatser hämmas de i sin utveckling.

På KFC-lekplatser styr lekredskapen leken. Klättra upp här, gå hit, rutscha ner här. Sätt dig här, gunga fram och tillbaka en stund. Redskapen har ofta ett smalt användningsområde, och fokus ligger på fysisk och motorisk lek: balansera, klättra, rutscha och gunga. Om du observerar hur barn använder platsen kan du ofta se ett enkelt mönster: man testar sig igenom det ena lekredskapet efter det andra, sen är man *klar*.

En bra lekmiljö skapar förutsättningar för så många olika typer av lek som möjligt. Rörelseglädje och utmaning är såklart en viktig och grundläggande form av lek. Men det finns många andra former av lek som är lika fundamentala, som till exempel de här:

1. Utforskande lek, där barn använder sina sinnen för att undersöka hur världen fungerar – hur saker luktar, smakar, känns, och hur en kan använda och manipulera material och saker.
2. Rollek, där barn utforskar och bearbetar sätt att vara och olika sociala situationer, som till exempel att leka mamma-pappa-barn, tjuv & polis med mera.
3. Fantasilek, lek där den vanliga världens regler inte längre styr, utan allt är möjligt.
4. Kreativ lek, då barn skapar och experimenterar med hjälp av olika sorters material och verktyg.

Några positiva egenskaper i naturmiljöer

Naturmiljöer stimulerar ofta till alla ovannämnda former av lek, bland annat genom de här egenskaperna:

- Naturen är flexibel och ”okodad” den är inte skapad för en tydlig funktion och styr på så sätt inte leken så mycket som tillverkade lekredskap. I naturen får därför barns fantasi fritt spelrum.
- Naturmiljöer innehåller ofta rikligt med löst material som är den viktigaste ingrediensen för kreativ lek. Pinnar, stenar, löv, kottar, frön och så vidare används som rekvisita för barns skapande och kan också symbolisera allt mellan himmel och jord.
- Naturmiljöer är ofta rikare och komplexare än lekmiljöer som domineras av lekredskap. Det är till exempel ofta möjligt att klättra upp på en stor naturlig sten på många olika sätt, och barn i olika åldrar och med olika förmåga kan hitta lagom nivå av utmaning.
- Naturmiljöer är ofta rika på sinnesupplevelser. Prasslande löv, fågelsång, lukten av jord, kalla stenar, blöt gegga, torra pinnar, stickiga barr, bär att smaka på, blad i alla möjliga färger och så vidare. Barn upplever världen med alla sina sinnen och hela sin kropp, och sinnliga lekmiljöer är viktiga för deras utveckling.
- Naturmiljöer har ofta en utvecklad rumslighet, där speciella träd, buskar, rotvältor, stenar, bäckar, stränder, bergsknallar, gläntor osv gör att man kan hitta mängder av *platser* där leken kan ta fart.



Inspiration för design: David Sobel och 7 lekmotiv

För att kunna skapa riktigt bra lekmiljöer behövs en god förståelse för lekens djup och mångfald. I slutet finns en del tips på böcker och länkar som du kan använda för att läsa på och öka din förståelse. Här tar vi upp ett inspirerande exempel: David Sobel, som är en kanadensisk pedagog och förgrundsgestalt inom platsbaserat lärande. Sobel har beskrivit sju teman som han framhåller som centrala i barns lek i alla kulturer. De här sju lekmotiven kan användas som inspiration vid design och utveckling av lekmiljöer.

Äventyr

Äventyr kan handla om fysiska utmaningar, pirr i magen, spänning och mysterier. Spänningen bygger på att du inte är säker på vad som kommer att hända i leken.

Fantasi

Fantasi är en av lekens grundbultar. Bra lekmiljöer stimulerar fantasin på många olika sätt, till exempel genom att innehålla material som kan användas i olika rollerkar, och många olika rum och platser.

Djurvänner

Barn älskar djur! De vill undersöka djur, de vill ta hand om djur, de vill vara djur. En bra lekmiljö skapar möjligheter både för att hitta många olika små djur, men också för olika fantasilekar som handlar om djur på olika sätt.

Kartor och stigar

Att utforska är spännande. Barn älskar att hitta speciella platser och hemliga stigar dit.

Egna platser

Barn vill gömma sig och hitta och skapa "egna platser". Att bygga kojor är en mycket viktig lek för så gott som alla barn i yngre skolåldern.

Små världar

Att bygga miniatyrvärldar eller lägga vackra mönster är tidlösa lekar. Löst material i många olika former är en viktig förutsättning.

Jägare och samlare

Barn är sakletare, de älskar att hitta och samla på små personliga skatter. Löst material är en ovärderlig resurs.

Del 2: Platser som kan inspirera

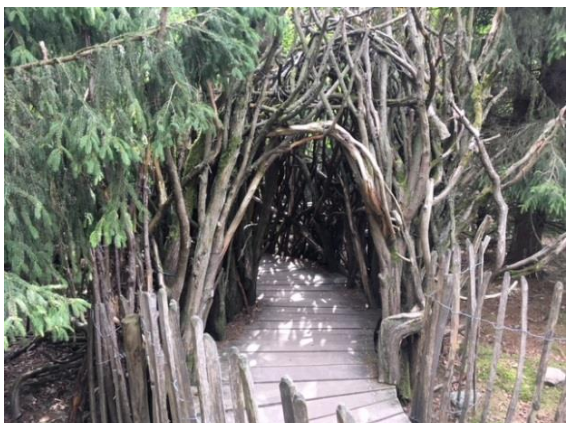
Nya idéer och inspiration är viktiga i alla verksamheter. Här presenterar vi några exempel på lekmiljöer som på olika sätt bjuder in till lek i naturen.

Exemplena nedan är alla sinsemellan olika, och det är olika initiativ och typer av organisationer som står bakom. En gemensam nämnare är att de alla lyckats skapa en målpunkt – en plats med en identitet och med en tydlig invitation. Det här tror vi är en av de viktigaste aspekterna för att ge barn tillgång till lekmiljöer i naturen. Vi behöver förstärka platsers identitet och öppna en dörr in till dem, och därmed tydliggöra att det är en plats för lek.

En gemensam faktor i exemplen här nedanför är att det är en ganska brokig samling aktörer som varit med och skapat platserna. Varför jobbar inte fler traditionella förvaltare av lekplatser eller av naturmiljöer mer med lek i naturen?

Skrylleskogens äventyrslek, Lund

Skrylle är ett stort friluftsområde som ägs av Lunds kommun och förvaltas av Friluftsrådet. Här finns bland annat en äventyrlig naturlekplats. Inspiration till lekmiljön ritades av en konstnär och byggdes under ledning av föreståndaren på Sankt Hans fritidsgård, som är snickare och van att bygga tillsammans med barn. Här finns klassiska motoriska utmaningar som att balansera på stubbar och stockar, och lekredskap som en linbana har integrerats i lekmiljön. De olika installationerna, som gångvägar, trädkojor och plattformar har byggts så att de smälter in i omgivningen, och har en unik karaktär.



Brunnshögs Kojskog, Lund

I Brunnshög i norra Lund tog några studenter initiativ till att starta en kojskog. De kontaktade kommunen och ett projekt startades upp. I kanten av ett lövskogsområde i en extensivt använd park skapades en slags entrézon. Här byggdes bland annat en större pilkoja i en workshop, och kojbyggarmaterial lades ut på några platser i skogen. Utan någon vidare styrning har sedan dess besökare på platsen fortsatt att bygga kojor i skogen. Det finns alla sorter – stora och små, avancerade och enkla.



Vid entrén till kojskogen finns en välkomstskylt och en större pilkoja. Längre in i skogen har barn och vuxna byggt sina egna kojor.

Vildaparken i Väse

I Väse utanför Kristinehamn har en spontanidrottsplats utvecklats med stöd av Allmänna arvsfonden. Platsen förvaltas av den ideella föreningen Vildaparken. I en skogsmiljö har en skatepark byggts, liksom banor för mountainbike och BMX, samt en lekfull så kallad låghöjdsbana. Här tränar, trixar, leker och umgås lite äldre barn och ungdomar. Framst pojkar, men platsen fungerar även som utflyktsmål för till exempel familjer och förskolor.



En skatepark i betong ligger omgiven av tallskogen i Vildaparken. Intill finns även "låghöjdsbana" som en inte-nudda-mark-utmaning. Här kan man ta sig runt mellan olika plattformar som byggts runt träd, på vingliga trappsteg, hängbroar, klätternät med mera. Den grusade cykelbanan som går i en slinga i skogen innehåller både naturliga och byggda utmaningar. I Vildaparken ligger fokus på fysisk utmaning.



Digifys, Örebro

Traditionella lekredskap med fokus på motorisk lek erbjuder ofta mycket begränsade möjligheter till interaktion. Men med digitala komponenter öppnas en ny värld av möjligheter för att bygga mer interaktiva lekredskap - redskap som stimulerar till utforskande och experimenterande.

I forskningsprojektet Digifys utvecklades och byggdes digitala lekredskap som går att interagera med. De digitala komponenterna kan ses som en brygga mellan inne- och utemiljön och fungera som en tydlig lekinvitiation. Ett av syftena i projektet var att utveckla lekmiljöer som kombinerar lekvärdena i en naturmiljö med det intresse som digitala instrument väcker. De lekredskap som utvecklats sänder ut ljus och ljud i olika former som en respons på barnens aktiviteter, men inte likt ett spel. Det finns inget ”rätt” sätt att använda lekredskapen och vad barnen bestämmer att feedbacken betyder i just deras lek avgörs av deras egen fantasi och inte av redskapen.



*På de två testbäddar som byggts i Örebro skapades tre olika typer av lekredskap inom Digifysprojektet. Så kallade **laddrör** där barn kan släppa ner löst material i ett rör och få olika typer av feedback i form av ljud och ljus, **spring-** respektive **musikspår**, med grupper av stolpar utrustade med tryckknappar, ljus- och ljud, samt en **ljusring** som monterades uppe i några träd för att skapa en mystisk plats.*

Box Hill's Natural Play Trail, London

Box Hill är ett naturområde som ägs av engelska National Trust och som är öppet för besökare. Här finns en ca 3 km lång promenad som utvecklats som en lekslinga. Med hjälp av framför allt stockar har rustika balansbanor och liknande byggts här och var längs med slingan, och olika platser för kojbyggen har skapats genom att bygga enkla ställningar som det går att luta pinnar mot. Det är med mycket enkla medel som de olika platserna har utvecklats, men det har varit framgångsrikt och Box Hill har fått ett markant uppsving i antalet besökare. Den viktigaste frågan för förvaltarna har varit att tillämpa så kallad *risk benefit assessment*, och att skapa förutsättning för barn att utmana sig själva under rimligt säkra förhållanden (se avsnittet om balanserade riskbedömningar längre ned).



Promenadslingan utgörs av en lerig gångväg, och på flera olika platser man kommer förbi kan man stanna och lek. Mycket handlar om motoriska utmaningar, men även platser för kojbyggen.



Konst- och lekpromenad, Queen Elizabeth Forest Park, Skottland

Queen Elizabeth Forest Park vid Aberfoyle förvaltas av skotska Forestry Commission. Här anlitas lekdesignern Judi Legg för att utveckla en lekfull promenadslinje. Längs med promenaden kommer man förbi flera natursköna platser, flera platser med konstinstallationer och flera platser som utvecklats för lek. Här finns till exempel en plats med två hobbitus, en plats med hängmattor upphängda i träden, och en fantastisk vattenlekmiljö där en del av flödet från en bäck leds in i ett stensatt område där man kan dämna vattnet på olika ställen. Man kan gissa att det uppstår en viss intressekonflikt mellan föräldrar och barn som går promenaden – med föräldrar som vill gå vidare, och barn som vill stanna överallt och leka mer.





Hobbithus, hjortar, samt en inspirerande vattenleksmiljö.

Klövermarken, Köpenhamn

Klövermarken är en av Köpenhamns naturverkstäder där bland annat förskolor kan boka in sig för besök. Det är inte en jättestor plats till ytan, men den har en stor själ. Här finns rustika hus och förråd med olika material som kan användas för olika pedagogiska syften, flera olika samlingsplatser, en damm, platser för olika småprojekt, och framför allt en vild naturmiljö med höga lekvärdar. Naturverkstäderna är bemannade och drivs av Köpenhamns kommun.



I Klövermarkens naturverkstad finns många platser som är avsedda för pedagogiska ändamål, liksom lekmiljöer med egentillverkade och enstaka köpta lekredskap. En brant vegetationsklädd jordvall går längs egna kanten och inspirerar till många springlekar.

Stöd för att tänka runt kvaliteter i lekmiljöer

För att analysera en lekmiljö, och beskriva styrkor och brister kan det vara bra att utgå från en struktur med grundvärden. Här nedanför presenteras en sådan struktur som kan användas som ett ramverk i bedömningar av en lekmiljö.

Det finns ingen ultimata, perfekt lekmiljö. En lekmiljö är inte en produkt, det är en miljö som skapar förutsättningar för olika upplevelser, och där besökarna är medskapare i sin egen upplevelse. Bedömningar av lekmiljöer lämpar sig därför inte så bra för poängräkning där syftet är att nå full pott. Olika platser är olika, så måste det vara. Vissa har ett smalare spektrum av vilka aktiviteter och upplevelser de erbjuder, men om det är positivt eller negativt avgörs av sammanhanget som platsen ingår i.

Det här protokollet innehåller nio kvalitetsaspekter med en beskrivning av viktiga ingredienser. De första aspekterna i listan kan sägas handla om det första intrycket man får av en plats och vilka känslor den väcker. Sedan följer aspekter som berör den fysiska miljön och hur platsen upplevs. Den sista halvan av protokollet beskriver olika lekvärden.

Kvalitetsaspekt	Beskrivning av önskvärda kvaliteter	Analys och bedömning
Inbjudande	<i>Lekmiljön känns välkomnande och lockar till lek. En omsorgsfull utformning av platsen visar att barns lek är viktig och bidrar till att miljön upplevs som inbjudande. Lekmiljön har en tillåtande atmosfär – den är till för att användas. Grönska bidrar till att platsen upplevs som vacker och trevlig.</i>	
Karaktär	<i>Lekmiljön uppfattas ha en egen karaktär eller "själ". Lekmiljön har utformats med utgångspunkt från den specifika plats där den är lokaliserad. Unika eller personliga inslag gör det lätt att skapa en egen relation till platsen, som t.ex. att ge platsen ett eget namn.</i>	
Lokalisering och samspel med omgivning	<i>Platsen för lekmiljön är väl vald. Det är en plats som upplevs som tillgänglig och trygg. Omsorg vid utformningen av platsen gör att lekmiljön samspelar med omgivningarna.</i>	
En skön plats att vara på	<i>Naturliga och byggda element skapar ett behagligt mikroklimat med balans mellan sol och skugga, goda vindförhållanden och möjlighet till regnskydd. Gröna väggar och tak är ett av de bästa sätten att skapa ett</i>	

	<i>bra klimat och bidrar även med estetiska kvaliteter som årstidsväxlingar.</i>	
Rumslighet och skala	<i>Lekmiljön har en varierad topografi som bidrar till att skapa ett intressant leklandskap. Topografin samt gröna väggar och tak, eller byggda element, bidrar till miljöns rumslighet och en oönskad känsla. Det finns både platser med utsikt och lägre liggande gömslen. Utformning av olika "rum", lekredskap eller annat har gjorts med hänsyn till en barnskala – barns storlek och synfält.</i>	
Sociala kvaliteter	<i>Lekmiljön har en variation av olika typer av platser – platser för fart och aktivitet och platser lugn och grejande, öppna och fria platser, och undangömda, hemliga platser. Det finns platser där man kan vara i händelsernas centrum, vara åskådare eller vara i fred. Majoriteten av fasta element och föremål är mångfunktionella och flexibla i sitt användningsområde. Design av dessa ger inte tydliga signaler om tänkt målgrupp eller användning. <i>Lekmiljön skapar förutsättningar för barn med olika förmågor att leka tillsammans och umgås. Att miljön är varierad och rik på innehåll gör att det finns något för alla. <i>Det finns gott om inbjudande sittplatser, samlingsplatser, och andra mer informella platser att hänga på.</i></i></i>	
Fantasi och skapande	<i>Miljön och redskap styr inte leken, snarare skapar de förutsättningar för en stor variation av lekar och aktiviteter. Det finns inbyggda möjligheter för att interagera med, förändra och manipulera miljön och fasta element. Det finns möjlighet för barn och unga att skapa och ta i anspråk "egna platser" i lekmiljön. Det finns gott om lösa material av olika sorter. Lekmiljön är en plats där fantasin kan flöda, i skapande lekar, rollekar mm.</i>	

<p>Utforska och experimentera</p>	<p><i>Lekmiljön stimulerar alla sinnen. Det är en plats där det är möjligt att utforska hur olika material, levande och människoskapade, känns och har för egenskaper. Det finns gott om löst material. Utformning med tanke på biologisk mångfald gör att barn kan skapa en positiv relation till naturen, t.ex. genom att hitta och undersöka småkryp.</i></p> <p><i>Lekmiljön inbjuder till fortsatt upptäcksfärd i landskapet runt omkring. Åtminstone yngre barn kan förväntas uppleva miljön som spännande.</i></p>	
<p>Rörelseglädje och utmaning</p>	<p><i>Miljön inbjuder till rörelse och aktivitet. Miljön och byggda element ger många och varierade möjligheter att springa, rulla, kana, balansera, klättra och hoppa. En uppskattad kvalitet är att miljön skapar förutsättningar för klassiska regellekar som t.ex. dunken.</i></p> <p><i>Miljön och byggda element har valts och utformats utifrån ett balanserat förhållningssätt till risk, som vägt in barn och ungas behov av att utmana sig själva. Det är möjligt för barn i olika åldrar att uppleva pirr i magen, men det är inte en miljö som bedöms vara farlig, där det finns uppenbara risker för att barn ska få allvarliga skador.</i></p>	
<p>Utvecklingsmöjligheter</p>		

Del 4: Utvecklingsteman

Här nedanför beskriver vi fem olika teman som kan fungera som inspiration i arbetet för att stimulera till mer lek i naturen.

Fysisk utmaning

Den motoriska leken är ofta det första många människor tänker på när det gäller lekplatser. Platser och redskap som lockar till att springa, klättra, balansera, hoppa och kana. Många naturmiljöer erbjuder ofta möjligheter till sådana fysiska utmaningar – stockar att balansera på, träd att klättra upp i, stenar eller klippor att klättra på och kana ner för. Det är också förhållandevis enkelt att förstärka de naturliga förutsättningarna genom att lägga ut fler stockar och stenar i en miljö.

En fördel med till exempel stenar framför färdigtillverkade lekredskap är att de ofta har en större komplexitet i sin utformning, det kan till exempel vara olika lätt att klättra upp på stenen från olika håll, och olika barn med olika förmåga kan därmed välja sin egen nivå på utmaning. En annan fördel är att naturliga element inte skapar samma förväntan på att det är meningen att man ska klättra upp på ett visst ställe. Det gör att barn ofta är mer uppmärksamma på eventuella risker i miljön, och provar vad som är möjligt och vad de klarar av lite försiktigare än på en modern lekplats (där till exempel fallskyddsunderlag och tillverkade ställningar kan uppfattas som att miljön är ”säker” vad man än hittar på).

Hinderbanor, inte-nudda-mark-banor och andra balans- och klätterutmaningar är klassiska. De kan vara mycket rustika och bestå mest av stock och sten, eller ha inslag av tillverkade redskap. Att skapa förutsättningar för att bygga sin egen hinderbana med stubbar och plankor är ytterligare en variant. Det som man hittar på, kan påverka, eller skapar själv är ofta roligare än det färdiga och förutbestämde.





Inte-nudda-mark är ofta uppskattade fysiska utmaningar. Här på Lustiga landet, ett privat initiativ utanför Örebro. Där finns också den här utmaningen om hur långt man klarar att hoppa:



Klätterträd är alltid mycket uppskattade! Liksom trädgungor och lianer.

Äventyr

Äventyr innebär utmaningar i ett bredare perspektiv, med mer fokus på mental utmaning. Äventyret innebär ofta att fantasin styr leken (inte lekredskapen) och det kan bli extra spännande om det finns inslag av mystik och magi. Att stimulera till lekäventyr kan vara helt vuxenstyrt – där vuxna planerar för vad som ska hända, till exempel genom en skattjakt där en skatt och ledtrådar placeras ut. Men styrda aktiviteter är ofta bara kul en gång. Mer fokus på att skapa spännande inslag i naturmiljön kan bädda för många fler äventyr – äventyr som uppfinns av barnen själva.



Stigar bjuder in till utforskande, och kan vara olika påkostade och tillgängliga. Vem följer med på upptäcktsfärd?

Labyrinter har ett tidlöst lekvärde. En labyrint behöver inte vara hög och bestå av planterade buskar. En stenlabyrint är också spännande för yngre barn.



Det måste inte finnas en fysisk skatt för att stimulera till skattsökande. Genom att skapa inslag i miljön som för tankarna till skatter kan äventyrslekar också stimuleras.



Fantasilekar kan ta fart på platser som har en stark karaktär eller identitet. Mystik kan skapas genom att bygga upp miljöer som ser övergivna ut, som en gammal ruin. Andra fantasifulle inslag som stubbar som skulpterats till djur eller andra former kan också vara spännande.

Eget skapande

Det egna skapandet är ett centralt tema i barns lek. Barn vill se effekter av vad de hittar på, och kunna påverka och förändra sin omgivning. Bra lekmiljöer innehåller rikligt med löst material, och tillåter förändring, grejande, byggande, raserande och omstart.

Pinnar är ett av världens viktigaste lekmaterial, liksom sand, jord och vatten. Strandkanter och bäckar är ofta mycket uppskattade lekmiljöer. Tillgång till vatten öppnar upp för många olika sorters utforskande lekar och experimenterande.

Barn behöver alltså en rik tillgång till lösa material, och tillåtelse att få använda dem på alla möjliga sätt. Minst lika viktigt som den fysiska tillgången är en tillåtande attityd bland vuxna, som förvaltare och föräldrar. Barn blir smutsiga när de leker, och det kan se stökigt ut i en spännande lekmiljö. En prydlig och tillrättalagd miljö kanske tilltalar många vuxna, men det är sällan en utvecklande miljö. I vår kultur begränsar vi vuxna ofta barns möjligheter att utforska och lära – genom vår rädsla för att de ska göra sig illa, eller motvilja mot att de blir blöta och smutsiga. Men vi behöver kreativa problemlösare i framtiden! Därför behöver vi erbjuda våra barn rika miljöer fulla av möjligheter, och även ge dem frihet att få experimentera och upptäcka vad som finns i vår värld.



Barn behöver utrymme att skapa sina egna platser, att sätta avtryck och förändra olika platser. Möjligheten att bygga egna kojor är ett viktigt exempel. Kojor och egna rum kan se ut på många olika sätt. Många kan hittas av barnen själva, andra kan skapas av vuxna.





Vatten – världens bästa lekmaterial. Med tillgång till vatten och jord, samt en del köksgeråd, så har du förutsättningar för ett kreativt kök eller restaurang.



Löst material kan behöva tillföras även i naturmiljöer. Sådant material kan både vara olika former av trämaterial, men ibland tillför också leksaker stora lekvärden.



Barn skapar gärna och fascineras av miniatyrvärldar. Vem bor här?

Möte med naturen

Naturmiljöer erbjuder ofta rika sinnesupplevelser. Man kan känna olika lukter, höra olika ljud, det kanske finns bär att smaka på, och en rikedom av olika material att känna på – runda, kantiga, mjuka, hårda, stickiga, kala, håriga och så vidare.

Ibland kan en rikare miljö skapas genom kompletterande planteringar som tillför lekvärden. Ibland kan anpassningar som gör det lättare att komma nära naturen också öppna upp för fler upplevelser. Information som till exempel skyltar kan också väcka större intresse för något.

I naturen bor djuren, och barn älskar djur. De kan vara små och stora, och de måste inte vara levande. Skulpturer kan vara minst lika intressanta.



Planera för möten med olika djur. Djurskulpturer är alltid spännande. Men det går också att skapa miljöer där riktiga djur trivs och som underlättar möten, som till exempel maskkomposter och fjärilsträdgårdar.

Spänger och mer avancerade gångbanor gör det lätt att komma ut även om det är blött eller för personer med nedsatt rörelseförmåga. Plantering av hallon, smultron och andra ätliga bär kan öka värdet i en inte så rik miljö.

Mötet natur och kultur

Det oväntade är ofta spännande. Platser där natur och kultur möts på olika sätt blir ofta bra målpunkter och kan inspirera till lek. Det mötet kan se ut på många olika sätt, det kan handla om en övergiven plats som håller på att återerövas av naturen, men där spåren efter tidigare markanvändning finns kvar, som till exempel ett ödetorp. Eller olika konstnärliga inslag som till exempel en skulptur som placerats i ett grönområde, eller något annat inslag som överraskar och får en att stanna upp.



Gamla spår och kulturhistoriska miljöer är ofta spännande. Det kan vara en gammal jordkällare, eller en torpruin i skogen med tillhörande äppelträd och förvildade påskliljor. Sådana miljöer behöver ju inte vara äkta – de kan ju nyskapas på platser som är fattiga på mystik.



Det oväntade är kul. Liksom kontraster mellan natur och människotillverkade element. Som att till exempel komma fram till en glänta med en hängmatta mitt i skogen.



Lek med skala är ofta roligt. På bilderna syns Jättens matbord i Barnens trädgård och en parkbänk i Henry Allards park, båda i Örebro. I en naturmiljö skulle ovanligt stora versioner av något man vanligtvis hittar i naturen bli effektivt. Ett jättestort fågelbo att klättra upp i, jättestora blåbär på marken, eller kanske en gigantisk myrstack?

Balanserade riskbedömningar

Markägare är enligt Plan- och bygglagen skyldiga att underhålla lekplatser så att risker för olycksfall begränsas. Ett allt för stort fokus på säkerhet kan dock motverka själva syftet med lekplatserna – det vill säga att skapa attraktiva och spännande lekmiljöer och mötesplatser som bidrar till barns hälsa och utveckling. Utmaningar som barn själva väljer innebär möjligheter till lärande. Barn behöver tidigt lära sig att bedöma och hantera risker i sin omgivning, och inläringen sker i första hand genom egna erfarenheter. Att våga lita på sin förmåga och att själv kunna sätta sina egna, personliga gränser, skapar trygghet och är en mycket viktig säkerhetsfråga ur ett långsiktigt perspektiv.

Forskning om barns utveckling lyfter fram att barn aktivt söker utmaning i sin lek. Barn testar sina gränser, både kroppsligt och mentalt. Det är genom erfarenheter av sådana valda risker som barnen bygger upp en sund riskbedömningsförmåga och även sitt självförtroende. Ellen Beate Sandseter vid universitetet i Trondheim kallar sådan lek för ”scary-funny”, kittlande lek där det läskiga också är det roliga. Lekmiljöer behöver erbjuda barn möjligheter att utforska och utveckla sina förmågor.

Att barn ibland ramlar och slår sig är en normal konsekvens av deras lek. Ett förhållningssätt som syftar till riskminimering riskerar att skapa miljöer som barn tycker är tråkiga och oinspirerande. Däremot är det naturligtvis fortfarande lika viktigt att försöka identifiera och få bort aspekter i utemiljön som innebär fara för allvarliga, svåra skador. Sådana faror och risker som barnen inte själva kan uppfatta är inte önskvärda i lekmiljöer.

Lagrum och balanserade bedömningar

Plan- och bygglagen, Produktsäkerhetslagen och Boverkets byggregler berör den fysiska miljöns utformning och har till syfte att begränsa olycksfall. *Standarderna EN-1176 och EN-1177* utgör inget lagkrav men är en utgångspunkt vid besiktning av fasta lekredskap som beskrivs i standarderna. Besiktningen är en teknisk bedömning och ett viktigt underlag för beslut om eventuella risker i en lekmiljö. Ett annat viktigt underlag är bedömningar av lekvärde och vilka positiva aspekter för barnens lek och lärande som ett visst föremål har i lekmiljön.

I England har en metod som kallas *Risk Benefit Assessment* utvecklats. Den stöds av brittiska *Health and Safety executive*, en myndighet med ansvar för barns hälsa och säkerhet, som i ett utlåtande framhåller att det är viktigt att ha ett balanserat förhållningssätt till risker i barns lekmiljöer och inte låta rädslan för att barn ska göra sig illa gå till överdrift. I en balanserad riskbedömning bedöms alltså både värden och risker med olika aspekter i en lekmiljö. Syftet är att skapa miljöer där barn kan testa sina gränser inom rimligt säkra förhållanden. Förhållningssättet kan beskrivas som att det inte handlar om att skapa miljöer som är så säkra som möjligt, utan miljöer som är tillräckligt säkra.

Rädsla för att ställas till svars för att barn skadar sig är ofta ett av de största hindren för att skapa stimulerande utemiljöer. För att kunna tillämpa ett balanserat förhållningssätt till säkerhets- och riskfrågor i en organisation behövs därför följande:

- Utbildning i och förståelse för balanserade riskbedömningar (risk/benefit assessment).
- Utbildning och förståelse för teknisk riskbedömning utifrån standarder för lekredskap.
- Styrdokument som anger att balanserade riskbedömningar ska tillämpas och syftet med detta.
- Dokumentation av riskbedömningar som gjorts och av skador som uppstått och som man har kännedom om.

Bjuda in naturen i staden

Mer lek i naturen behöver inte betyda att man ska ta sig ut till ett naturområde, det kan också handla om att skapa mer naturrika lekmiljöer mitt inne i staden.



Med djungelkulisser och odlingslådor förvandlas en helt hårdgjord miljö till en grön oas. Plantering av ängar gör det möjligt att plocka blommor mitt i stan.



Istället för att bara ställa ut lekredskap kan en grön lekmiljö skapas, till exempel genom att skapa mindre kullar och plantera salix-tunnlar i kanterna, eller andra buskage som barn kan uppleva som en vild och spännande miljö.

Referenser och lästips

- *Ball, D, Gill, T & Spiegel, B. (2012) Managing Risk in Play Provision: Implementation guide. Play England.*
- *Brown, S. (2010) Play. How it shapes the brain. Opens the imagination and invigorates the soul. Avery publishing group.*
- *Gray, P. (2008) The Value of Play I: The Definition of Play Gives Insights. Webb-publication på Psychology today.*
- *Hughes, B. (2002) A Playworker's Taxonomy of Play Types. 2nd edition, London, PlayLink*
- *Jansson, M & Klintborg Ahlklo, Å (red) (2016) Plats for lek – lekplatser förr och nu. Svensk Byggtjänst.*
- *Masiulanic, K & Cummins, E. (2017) How to grow a play space. Development and design. Routledge.*
- *White, J. (2014) Playing and learning outdoors. Making provision for high quality experiences in the outdoor environment with children 3-7. London, Taylor & Francis Ltd.*
- *Mårtensson, F. (2009) Lek i verklighetens utmarker. Kapitel i Jensen M. & Harvard Å (red). Leka för att lära, Lund, Studentlitteratur.*
- *Risk in play and learning. Ubud-Höör declaration 2017. (Se referenslistan).*
- *Sandseter, E. (2012) Children's risky play in early childhood education and care. Childlink 3(2012)*
- *Shackell, A, Butler, N, Doyle, P and Ball, D. (2008) Design for Play Play. A guide to creating successful play spaces. Play England.*
- *Sobel, D. (2008) Childhood and Nature – design principles for educators. Stenhouse Publishers.*
- *Solomon, S (2014). The science of Play. How to Build Playgrounds That Enhance Children's Development. University Press of New England.*
- *Statement from Health and Safety Executive. Children's play and leisure – promoting a balanced approach: <http://www.hse.gov.uk/entertainment/childrens-play-july-2012.pdf>*
- *Woolley, H. (2008). Watch this space! Designing for play in public open spaces. Geography Compass 2: 495-512.*