

[Skriv her]

BACHELOROPPGAVE

Risikolek

Hva har risikolek å si for barns psykiske og fysiske utvikling

av

206 Cecilie Lyche Christiansen

226 Elin Bjørkum

Barnehagelærerutdanning, deltid

BLU3-1006

Januar 2017

[Skriv her]



Avtale om elektronisk publisering i Høgskulen i Sogn og Fjordane sitt institusjonelle arkiv (Brage)

Jeg gir med dette Høgskulen i Sogn og Fjordane tillatelse til å publisere oppgaven (Skriv inn tittel) i Brage hvis karakteren A eller B er oppnådd.

Jeg garanterer at jeg er opphavsperson til oppgaven, sammen med eventuelle medforfattere. Opphavsrettslig beskyttet materiale er brukt med skriftlig tillatelse.

Jeg garanterer at oppgaven ikke inneholder materiale som kan stride mot gjeldende norsk rett.

Ved gruppeinnlevering må alle i gruppa samtykke i avtalen.

Fyll inn kandidatnummer og navn og sett kryss:

206 Cecilie Lyche Christiansen

JA x ___ NEI ___

226 Elin Bjørkum

JA x ___ NEI ___

[Skriv her]

FORORD BACHELOROPPGAVE OM RISIKOLEK

Dette halvåret har vært en spennende og lærerik eventyrreise for oss begge to. Det handler ikke bare om det vi har fått ned på papiret men hele tankeprosessen og samarbeidet vi har hatt gjennom hele oppgaven. Fra start til slutt har vi måttet reflektere over eget liv, egen barndom, andre sin barndom, familie, barn og venner samt alle de forandringene som skjer i et samfunn over tid. Samfunnet, naturen og oss selv er i stadig forandring og utvikling og vi føler det er viktig å være engasjert og følge med på hvordan normer, verdier og livssyn forandrer seg slik at man med et kritisk blikk blir klar over hvilke verdier en vil verne om og hvilke verdier en vil forandre.

Vi vil gjerne takke familie og venner som har heiet på oss og alle vi har fått intervjuet i dette forskningsprosjektet. Vi vil også takke Kjersti Johanssen for hjelp og for å veilede oss på riktig spor. Til slutt vil vi gi en stor takk til oss selv for en kunnskapsrik reise i risikolekens univers og for kjempegodt samarbeid.

[Skriv her]

Innhold

1.0 Innledning.....	5
1.1 Problemstilling.....	6
2.0 Teori.....	6
2.1 Leken	6
2.2 Leken før og nå	6
2.3 Hva er risikolek	7
2.2 Hvorfor oppsøker barnet risiko.	7
2.4 Barns psykiske utvikling gjennom risikolek.	8
2.5 Barns fysiske utvikling gjennom risikolek.	9
2.6 Risikolek og dagens samfunn	10
2.7 Ulykker og ulykkesforebygging.....	10
3.0 Metode	11
3.1 Valg av metode og datainnsamling	11
3.2 Etiske hensyn	12
4.0 Analyse og funn	13
4.1 Gruppeintervju Snowboardere.	13
4.1 Intervju Skihopper.	15
4.3 Intervju barnevernspedagog.	16
4.4 Intervju barnehagegründer.	17
4.5 Intervju fysioterapeut.....	18
5.0 Drøfting og diskusjon.....	18
5.0 Veien videre.....	21
5.1 Tilrettelegging og planlegging	21
6.0 Avslutning.....	22
7.0 Litteraturliste.....	24

[Skriv her]

1.0 Innledning

Året er 1977, en far tar med seg sine to små barn på 3 og 5 år til en nedlagt hoppbakke i Tønsberg. Bakken ligger midt i en igjengrodd skog. Mellom alle trærne kan en skimte unnarennet, en tynn stripe gir akkurat plass til aking. Far fyller to søppelsekker med snø for sine to barn til å ake på ned unnarennet. Så stabbet de opp igjen og akte på ny, i flere timer. «Jeg kan enda kjenne følelsen. Suget i magen, den intense gleden, der vi suste i full fart ned unnarennet» (Cecilie).

Noen år senere, litt lenger vest i landet sitter to små jenter på 3 og 4 år, høyt oppe i et seljetre. De har lekt i treet i flere timer allerede. Der oppe har de både kjøkken og toalett, og der den store seljestammen deler seg i tre er «husets» lenestol. Ganske så avslappet og god lenestol trass i at den ruver 5 meter over bakken. «Her oppe hadde vi vår egen lille verden, som vi hadde skapt, bare oss to, for det var alltid bare oss to der. Tiden sto stille, men gikk likevel så fort» (Elin).

Det var dette barndommen vår var preget av, vi klatret høyt og lavt, vi spikret hytter i skogen, og spikket seljefløyte. Vi akte i både store og små bakker, og vi var ute i nabolaget alene bare 3-4 år gamle, de store barna passet på de små. I barnehagen var utelekene selvkomponert. Både klatrestativ, klatrevegg, lekehus og balansebom var laget på dugnad av foreldre, og de store bjørketrærne sto og ropte «kom å klatre i meg».

Idrettsprofessor Gunnar Breivik, uttrykker stor bekymring for at dette ikke er en del av barndommen til dagens barn, i boken sin *Sug i magen og livskvalitet* (2001). Han mener at barnehagene i Norge er blitt katastrofalt små og kjedelige og er ikke lenger bygget for allsidig lek og utfordring. Det er blitt for mange sikkerhetsregler som resulterer i at trær hogges ned og steiner slipes for å gjøre minst mulig skade. I alle fall i de korte løp. Men er dette virkelig skade- og ulykkesforebyggende i de lange løp?

Dette stemmer heller ikke overens med det som står i rammeplanen for barnehagens innhold og oppgaver. Her står det blant annet at barnehagen skal bidra til at barn skaffer seg gode erfaringer med varierte og allsidige bevegelser og utfordringer. Barnehagen må forstå og gi oppmuntrende bekreftelse på barns sansemotoriske og kroppslige lek og inspirere alle barn til å søke fysiske utfordringer og prøve ut nye kroppslige muligheter. Barnehagen skal i tillegg sørge for god planlegging og tilrettelegging av de fysiske miljøet i og rundt barnehagen. (Kunnskapsdepartementet, 2011, S. 41). Men hvordan skal de få til dette med et hav av sikkerhetsregler?

Dette synes vi i likhet med Breivik, er en uheldig utvikling som vekker et stort engasjement hos oss, og som er grunnen til at vi vil skrive vår bacheloroppgave om nettopp dette temaet, risikolek. Vi var selv glade og utforskende barn som var høyt og lavt og likte fart og spenning. I ungdomsårene og

[Skriv her]

frem til i dag har vi begge vært aktive på ski og snowboard. Dette har gitt oss mye mestring og glede i så mange år. Vi vil til og med gå så langt at vi tror at dette har vært med på å forme oss som mennesker. Kan dette virkelig være tilfellet?

1.1 Problemstilling

På bakgrunn av dette har vi valgt å jobbe med problemstillingen, «hva har risikolek å si for barns fysiske og psykiske utvikling».

2.0 Teori

Under teorikapittelet presenterer vi relevant teori i forhold til problemstilling, der vi først tar for oss generelt om hva risikolek er, og hvorfor barn oppsøker dette samt hvordan samfunnet i dag forholder seg til risikolek. Videre går vi nærmere inn på problemstillingen og hva risikolek har å si for barns fysiske og psykiske utvikling, før vi runder av med om risikolek kan virke ulykkesforebyggende.

2.1 Leken

Før vi sier noe om hva risikolek er vil vi først si noe om hva lek er, siden risikolek er en type lek. I følge Dag Skram (2009, s. 52), er lek et så vidt og mangfoldig sammensatt begrep at det er en nærmest umulig oppgave å fange bare en dekkende definisjon på hva som er lekens egentlige natur. I stedet har en i nyere litteratur heller vært opptatt av å definere ulike perspektiv og karakteristiske trekk ved leken. De grunnleggende karakteristiske trekkene, som går igjen i mange teoretikere og forskeres tekster er at leken er spontan og frivillig, den er morsom, den krever aktivt engasjement, den har ingen tydelige mål, den styres av en indre motivasjon og den gir en følelse av kontroll (Margrethe Øhman, 2001, s. 76). Barn er nysgjerrige av natur, og er preget av en åpen og en utprøvende handling. Leken er altså et mål i seg selv og det er barnets egne interesser som står i fokus (Skram, 2009, s. 52).

Lek er dessuten den dominerende uttrykksformen for barna og den har stor betydning for barns utvikling og læring (Skram, 1995, s. 58).

2.2 Leken før og nå

[Skriv her]

Leken har opp gjennom årene forandret seg drastisk. Dette vil ikke si de karakteristisk trekkene ved lek, men hvordan den blir gjennomført. Bare for et tiår siden var det naturlige sted og rom for lek, ute i naturen uten overvåking og innblanding av voksne. Man var bare inne vist det var ekstremt dårlig vær, eller om man var syk. Dette vil si at mye av tenkingen var knyttet til det å finne på ting sammen med andre barn ute. Som en del av leken ble en disponert for all slas vær og vind. Man måtte selv sørge for å bruke klær som fungerte, eller komme seg inn om man var sultne. Dermed var også leken forbudt med å ta ansvar for egen situasjon. (Breivik 2001, s. 14/15)

«Vi har med andre ord beveget barnas oppvekst fra selvorganisering av aktiviteten til andres organisering. Og stort sett er det voksne, enten det er foreldre, lærere, eller instruktører som organiserer» (Breivik, 2001, s. 15).

Barns lek i dag blir stadig mer kontrollert, programmert og dirigert av voksne. Konsekvensene av dette er ifølge (Breivik 2001, s. 14) at de skjer et stort initiativtap blant barna, de blir dårligere til å sette i gang aktiviteter på egen hånd, og blir vant til at voksne ordner opp.

2.3 Hva er risikolek

Vi har forskjellig typer lek som for eksempel «late som» lek, bråkelek, parallelllek og risikolek. Risikolek går innenfor det vi kaller kaoslek, som er preget av lysten til å eksperimentere med kroppens muligheter (Torben Rasmussen, 1996, s. 77).

Maybritt Jensen, Heidi Osnes og Rasmussen bruker uttrykket «deep play» istedenfor risikolek i sine bøker. Deep play kommer fra den engelske økonomen og samfunnsøkonomen Bentham, som levde for 200 år siden. Han brukte dette uttrykket i forhold til børsen, og ville forby risikobetonte spill med børsen. Dette er en form for lek som man ifølge Bentham skal holde seg unna fordi risikoen for å miste helse, ære eller formue er for høy (Rasmussen, 1996, s. 83).

Ellen Beate Hansen Sandseter (2014, s. 14) definerer risikolek som en spennende og utfordrende lek som involverer usikkerhet og en risiko for fysisk skade. Forskning har funnet at denne type lek som oftest foregår utendørs og i barnehagens frilek. Risikolek kan deles inn i seks ulike kategorier; Lek med stor høyde, lek med stor fart, lek med farlige redskaper, Lek nær farlige elementer, lek som innebærer kamp, og lek der barna kan forsvinne eller gå seg bort.

2.2 Hvorfor oppsøker barnet risiko.

Mennesket er nysgjerrig og utprøvende av natur, og det å drive med skumle og farlige ting er en naturlig del av barns lek (Sandseter, 2013, s. 178). I lekens verden bryter barn egne grenser og

[Skriv her]

barrierer ved å prøve nye og spennende ting, og det å balansere på kanten mellom intens spenning og ren frykt hvor man kjenner på begge følelsene samtidig, er selve poenget med risikofylt lek (Sandseter, 2014, s. 15). I intervjuer av barn har det kommet frem at barn deltar i risikofylt lek for å oppnå positive følelser som moro, glede, spenning, stolthet, grøss og troen på seg selv (Coster og Gleeve, 2008, her: Kvello, 2013, s. 181). Barn driver først med risikofylt lek fordi det gir dem positive opplevelser, og det er viktig for barn å få teste egne grenser og mestre nye oppgaver (Sandseter, 2014, s. 16). I oppveksten er stimulering, utfordring og spenning et av hovedtemaene. Barndommen starter med en lang, lekende barndom, og livet er på sitt sterkeste og lykkeligste når det leves intens. Sterke følelser, eller ekstase er knyttet til de rikeste øyeblikkene (Breivik, 2001, s. 79).

Sandseter (2013, s.54) referer til Zuckerman (1994) når hun snakker om begrepet «arousal». Denne tilstanden av sensorisk våkenhet hvor individets puls og blodtrykk øker kaller man en tilstand hvor man er fokusert og rede til å respondere og mobilisere. Dette er en aktivering av sansene som skjer når barnet opplever noe som er skummel og artig på samme tid. Denne dobbeltheten i følelser som oppstår, gir en helt spesiell kroppslig spenning hvor alle sanser er vidåpne.

Et uttrykk som også blir brukt innenfor risikofylt lek og mestringsfølelse, da særlig av Jensen og Osnes, er «Flow». Csikszentmihalyi lanserte begrepet flow, som er en mental tilstand av glede. En er fullt fokusert på det en driver med, og en opplever en glede og en kontroll over det som skjer (Osnes og Jensen, 2009, s. 94/95). Når man går helt opp i den aktiviteten man holder på med og er i ett med omgivelsene, seg selv og det man gjør, kaller man det dyp flyt eller fullstendig involvering. Som for eksempel en snøbrettkjører som er i ett med brettet, snøen, seg selv, naturen og fjellet man suser nedover. I en dyp flyt situasjon er man hele tiden på hugget, man er totalt til stedet og blir stadig utfordret. Dette krever at man må bruke sine evner og ferdigheter og selv finne ut sin egen grense for hva som er mulig. Dyp flyt er en følelse av at bevissthet, bevegelse og handling smelter sammen og man er i ett med omgivelsene. Fokuset, konsentrasjonene og oppmerksomheten er et begrenset felt hvor aktiviteten er et mål i seg selv, (Breivik, 2001, s. 64/65).

2.4 Barns psykiske utvikling gjennom risikolek.

Begrepet «barns utvikling» er et svært vidt begrep, men når de kommer til barns psykiske utvikling, og hvordan risikolek er fremmende for barns psykiske utvikling sier Sandseter (2010, s.183.) følgende: I evolusjonspsykologisk perspektiv kan den naturlige søken og preferansen barn har, forklares med at dette er en type lek som gir barn den utviklingen og kompetansen barn trenger for å overleve i miljøet de lever i, både som barn og senere som voksen. Denne teorien finner vi også igjen

[Skriv her]

i et utdrag fra boken «Deep play» skrevet av Diane Ackerman (1999) i New York times. Hun beskriver også at leken er fundamental for evolusjonen. Hun mener at risikolek er viktig for å lære problemløsning, for å teste grenser og utvikle strategier i en farlig verden. Uten lek vil mennesker og mange andre dyrearter vært utryddet. Jo mer et individ trenger å lære for å overleve, jo mer trenger det å leke.

I løpet av den siste generasjonen har vi sett en utvikling av at barn og unge stadig blir mindre fysisk aktive. Dette vil igjen få konsekvenser både for deres fysiske og psykiske helse i fremtiden (Breivik, 2001, s. 31). For å få en positiv og god sosial utvikling og lære seg sosiale ferdigheter er det viktig og verdifullt for barn og drive med risikofylt lek. I leken samarbeider barn hele tiden. Barn hjelper hverandre opp på klatrestativet, gir fart på husken, eller sitter sammen på akebrettet. Hele tiden løser de oppgaver, støtter hverandre opp i treet, forhandler og deler ansvar, dette er viktige prinsipper å lære seg for samarbeid og fellesskap, (Sandseter 2013, s.185). Sosiale ferdigheter som forhandling, ledelse, endringskompetanse, manipulering og mellommenneskelige forhold blir prøvd ut og mestret med jevnaldrende, og barn lærer sosiale signaler og hvordan disse brukes i ulike sosiale settinger. Når det gjelder regulering av egen aggresjon og å forstå andres aggresjon, grenser og sosiale signaler har risikofylt lek som for eksempel kampelek vist seg å være svært viktig for den sosiale utviklingen. Barn som deltar i risikofylt lek lærer seg på en naturlig måte og med en naturlig eksponering å ikke være redde og angstfulle for det de i utgangspunktet fryktet. Mange mennesker er for eksempel redde for vann, høyder eller separasjon, hvis denne redselen og frykten ikke blir avvirket i løpet av barndommen så tar vi disse fryktene med oss in i ungdom og voksen alder. Redsel og frykt kan hemme oss i å fungere normalt i samfunnet og kunne vert unngått ved å gjennom leken føle, utforske og gradvis lære seg å mestre det innenfor lekens trygge rammer (Sandseter og Jensen, 2014, s. 18/19). Det er en kjent ting at man ikke behøver å frykte noe man mestrer. Barn som har oppholdt seg mye i og ved vann, klatret masse og er omgitt av trygge omsorgspersoner vokser gjerne opp uten høydeskrekk, vannskrekk og separasjonsangst. (Sandseter, 2014, s.19).

2.5 Barns fysiske utvikling gjennom risikolek.

God livskvalitet er et mål og livet bør inneholde elementer som spenning, utfordringer, glede og fysisk aktivitet. Barns motoriske utvikling og opparbeidelse av en stadig bedre motorisk kontroll er viktig. Leken er sentral når barn skal være aktive og søker motoriske og fysiske utfordringer. For at barn skal lære seg å mestre risikoer, må de også få lov til å nærme seg risikoer, og for at et barn skal mestre risikoer i fremtiden er det viktig å ha en kropp som er sterk, smidig og koordinert. Barn trenger erfaringer som gir mot og mental robusthet i møte med risikofylte situasjoner og ikke minst erfaring i hvordan man skal handle i dem, (Sandseter, 2013, s. 187). Dårlig motorikk og balanse kan

[Skriv her]

gå utover alt fra bilkjøring, fall, reflekser og utholdenhet. Fallskader og trafikkulykker koster samfunnet masse penger. Lange skoledager og mye stillesitting kan gi muskel og skjelettskader, og fysisk aktivitet er slike plagers motvekt (Breivik, 2001, s. 32). Gerd Lise M.N Nordbotten (2014, s. 13/15) skriver i sin bok «Barns fysiske utvikling» om forskning og erfaringer fra skole, barnehager og organiserte idretter som viser at dagens barn er både motorisk og fysisk svakere enn tidligere. Barns fysiske og motoriske utvikling henger sammen. Man trenger god fysisk kapasitet for å utvikle god motorikk som spiller seg i at motorikken må være god nok til barnas kapasitet i lek og idrett. Kroppens fysiske yteevne trenger grunnleggende fysisk trening slik at vi utvikler grunnegenskaper som muskelstyrke, spenst, hurtighet, teknikk, koordinasjon og utholdenhet.

2.6 Risikolek og dagens samfunn

Gunnar Breivik mener at dagens velferdssamfunn misbruker ressurser når det kommer til barnehagen. Han mener dagens barnehage er en tragedie med alt for små arealer uten naturlig underlag og med kjedelige apparater av plast og metall. Barnehagen burde hatt større arealer med variert og knudrete terreng, naturmaterialer, busker, trær og spennende apparater som gir utfordringer og spennende aktiviteter (Breivik, 2001, s. 117). Dagens samfunn har en utfordring med teknologien, data, tv og telefoner som opptar mye av barns tid. Vi kan risikere og ende opp med et samfunn med barn som er passive, feite og klønete. Barn som er overbeskyttet og overvåket med regler, påbud, forbud, kontrollert og fult av sikkerhetstiltak. Livet er uforutsigbart, vi må være villig til å ta noen sjanser. Vi må skaffe oss erfaringer og vi må begynne som barn og dette må vi holde på med hele livet (Breivik, 2001, s. 146/147).

2.7 Ulykker og ulykkesforebygging.

I følge den norske barnehageloven §2 skal barnehagen gi barn muligheten for lek, livsutfoldelse, og meningsfylte opplevelser og aktiviteter (Kunnskapsdepartementet, 2011, s. 22). Lekemiljøet i barnehagen skal utgjøre trygge rammer, men skal også være gode, stimulerende, og ha mulighet til utfoldelse. Dette kan være en utfordring og en hårfin balansegang for barnehagen. Det trygge kan hemme den risikofylte leken, men den risikofylte leken kan også utfordre de trygge rammene. Den pedagogiske praksisen i barnehagen, og personalets holdninger til, og oppfatning av risiko vil ofte bli påvirket av hva barnehagen og den enkelte ansatte tillater av risiko i barns lek, og hvordan de håndterer risikosituasjoner i barnehagen (Sandseter, 2014, s. 193).

[Skriv her]

Norsk skadestatistikk viser at det har aldri vært så få ulykker i norske barnehager som nå og Norge har aldri vært tryggere. Resultat fra en omfattende undersøkelse utført av Ellen Beate Sandseter, Ole Johan Sando, Ingar Pareliussen og Camilla Kalvatn Egset gjort for DMMH i 2013, viser at det i 2012 var svært få alvorlige ulykker i Norske barnehager. De aller fleste skadene som skjer er små og mindre alvorlige skader som ikke trenger videre oppfølging, mens det er beskrevet tre alvorlige skader, skader som kan resultere i varige men eller død. Alle tre kraniebrudd. Disse tre kraniebruddene kom av to fallulykker og ett sammenstøt. Ingen dødsfall er beskrevet i materialet for 2012. Som beskrevet i undersøkelsen er dette skader som de voksne i barnehagen ikke kan gardere seg mot, som hendige uhell både på flatt gulv og fall fra benker eller stoler i lav høyde.

Ulykkestillene har altså gått ned, men er dette fordi det er strengere sikkerhetstiltak i dag? En reduksjon i ulykkestillene i seg selv er ikke nødvendigvis meningsfullt. For å sette det på spissen, så kan en for eksempel forhindre ulykker og skader i barnehagen ved å sperre barna inne i et rom med minimale muligheter for å skade seg på noen som helst måte. Dette er en lite meningsfull reduksjon i ulykkestill. Om en derimot lar barn få være barn og gjøre det samme som de alltid har gjort, og ulykkestillene likevel går ned, da er det en meningsfull reduksjon i ulykkestill. Når barnet blir skadet er dette et uttrykk for at man gjør ting som er utfordrende og krevende, som igjen er en viktig del i læringen i oppveksten, som igjen er med videre å forebygge ulykker. Til syvende og sist må man slippe de ut fra de beskyttende rommet, og da har de ingen evne til å vurdere risikoer og vil dermed skade seg (Breivik, 2001, s. 57).

3.0 Metode

Dette kapitlet skal dreie seg om de valgene vi har gjort. Vi vil demonstrere at vi har forstått og lært hvordan kvalitetssikret forskning gjennomføres. Vi vil beskrive metoden så konkret og detaljert som mulig (Aage Rognsaa, 2015, s. 85).

3.1 Valg av metode og datainnsamling

Denne faglige oppgaven består av to deler, første del består av teori og den andre delen av empiri. I teoridelen bruker vi litteratur som vi senere ser om bygger oppunder resultatet i empiridelen. Vi bestemte oss tidlig for at vi hovedsakelig ville samle inn primærdata og bruke kvalitativ metode. Vi ville heller intervjuer en liten håndfull mennesker personlig, enn å sende rundt et anonymt spørreskjema til mange. Ulempen ved å bruke den kvalitative metoden er at vi ikke får like stort

[Skriv her]

datamateriale og vidt spekter av personer og meninger. Vi følte likevel at den kvalitative metoden var den beste fordi vi kom nærmere på fagfolk og andre som hadde god erfaring på området. Vi fikk gå dypere inn i intervjuene, og følte vi fikk hentet ut mer, og således få en bedre forståelse for de menneskene vi intervjuet. Vi diskuterte lenge over hvem vi skulle intervjuer. Skulle vi intervjuer barn, barnehageansatte eller foreldre? Av hvem kunne vi få best svar på problemstillingen vår? Vi fant ut at dette ikke nødvendigvis var barnehagebarn som fortsatt ikke var ferdig utviklet. De som hadde best kunnskap om det vi lurte på måtte være noen som hadde levd en stund, og som hadde erfaringer på området. Vi falt derfor på en barnehagegründer, en barnevernspedagog, en fysioterapeut og tre forskjellige profesjonelle ekstremsportutøvere.

Vi gjorde tre telefonintervju og to hjemmeintervju. Der av det ene hjemmeintervjuet var et gruppeintervju. Vi hadde tidligere gjennom pilotstudien vår testet ut både spørsmål og om vi skulle bruke gruppeintervju eller enkeltintervju. Vi tenkte først at gruppeintervju ville gi oss mer utfyllende svar, og det ville gi et uttrykk om både enighet og uenighet, for å gjøre undersøkelsen troverdig og gyldig, da intervjuingsobjektene kunne snakke, diskutere og resonere sammen. Vi fant ut gjennom pilotstudiet vårt at det var liten forskjell på gruppe og enkeltintervju, men at spørsmålene våre fungerte godt, med unntak av et par som vi måtte endre på. Grunnen for at vi utførte gruppeintervju den ene gangen var at disse to personene var utøvere i samme sport og på samme landslag. Da vi utførte dette intervjuet fikk vi den effekten vi hadde håpet på i pilotstudiet. Disse to idrettsutøverne utfylte hverandre på en god måte og vi fikk gode og utdypende svar. Det var ingen uenighet mellom disse to idrettsutøverne, men spørsmålene førte til mye mimring, og filosofering rundt temaet med tanke på egen utvikling og grunnen til at vi blir som vi blir.

Enkeltintervjuene ble også veldig personlig, og også her kom det frem mye tanker og teorier om barn, lek, og dagens samfunn. Vi følte at spørsmålene våre engasjerte alle, og vi fikk hentet inn mye hjelpfull data.

3.2 Etske hensyn

Forskning skal være forankret i anerkjente etske verdier. De basale verdiene er utformet som forskningsetiske prinsipper. Dette er normer som skal bidra til at forskningsprosessen gjennomføres på en forsvarlig og verdig måte (Edvard Befring, 2010, s. 28).

En av hovedverdiene våre i denne oppgaven er at vi vil være pålitelige og troverdige. Vi føler at forskningen vår er svært relevant i dagens «beskyttelsessamfunn». Vi har her forsket på noe som vi tror på, noe som vi brenner for, og noe vi synes er viktig. Det var derfor svært utfordrende for oss å

[Skriv her]

forholde oss objektive. Vi tror så sterkt på en ting, og vi vil egentlig bare få det bekreftet. Vi har derfor måttet jobbe beinhardt med oss selv for å forholde oss objektive og kritiske til problemstillingen vår, for at forskningen skulle bli så hederlig og redelig som mulig, og således være gyldig. Vi anser at forskningen vår har høy pålitelighet da vi etter gjennomført pilotstue og selve forskningsstudien fikk tilnærmet samme utfall, og at dette viser et riktig bilde av virkeligheten.

Et annet etisk aspekt som vi har lagt vekt på er at vi har informert samtykke. På forhånd av undersøkelsen informerte vi samtlige personer som skulle delta i undersøkelsen om hva undersøkelsen gikk ut på, og hva de kunne vente seg av type spørsmål, så de var forberedte.

Alle deltagere i undersøkelsen har også godkjent at vi referer til de ved fullt navn, men vi har likevel valgt å gi de fiktive navn.

4.0 Analyse og funn

I dette kapitlet presenterer vi analysen og funnene vi gjorde i intervjuene våre. Vi vil gå inn på hvert enkelt intervju, da empirien her er direkte relevant for problemstillingen vår. Vi vil så avrunde med å drøfte likheter og ulikheter i de forskjellige intervjuene.

Vi har gitt menneskene vi intervjuer fiktive navn.

Gruppeintervju snowboardere: Per (23) og Pål (25)

Intervju skihopper: Ola (38)

Intervju Barnevernspedagog: Max (43)

Intervju barnehagegrüder: Pia (55)

Intervju fysioterapeut: Ask (25)

4.1 Gruppeintervju Snowboardere.

«Risikolek er veldig kreativt, utfordrende og en kunst med egen kropp» (Per).

I dette gruppeintervjuet var vi så heldige å få intervjuet to av Norges, ja faktisk verdens beste snowboardkjørere. De er store forbilder for mange unge. Gode forbilder, ikke bare for

[Skriv her]

idrettsprestasjonene sine, men også for sin positive og kreative levemåte og innstilling til livet. Vi ville høre med de hva de tror risikolek har å si for barn psykiske og fysiske utvikling. For disse to har det å kunne prøve ut forskjellige aktiviteter, sporter og leker gjennom barneårene vært med på å forme de som mennesker, ifølge de selv. I egen betegnelse var de «den klassiske prøv-alt-kid». De presset hele tiden grensene, og strakk seg etter de som var eldre. Leken var i all hovedsak egenstyrt, med liten påvirkning eller overvåking av voksne. Lek som voksne blandet seg inn i var ikke like gøy, og de gikk fort lei. Skader var aldri et tema, og ingen av de var noen gang utsatt for noen alvorlige ulykker eller skader i barneårene. Det var heller ingen hysteriske foreldre som kom med hyppige advarsler om alt som var farlig og som man kunne slå seg på, tvert om.

«På sommeren fikk jeg beskjed om at om jeg ikke hadde blåmerker og skrubbsår når jeg kom hjem så hadde jeg ikke vært ute nok» (Pål).

De legger til at det at de hele tiden har kunnet boltre seg ute å prøvd fritt ut forskjellige ting, har hatt mye å si for de som person, måten de er på, kreativiteten deres og hvordan de ser på ting.

Ifølge Per gir det kicket du får av å overkomme noe skummelt deg ikke bare en enorm mestringsfølelse, men veldig mye energi. Han legger til at etter å ha vært skadet en stund, og ikke har hatt muligheten for å gjøre noe skummelt hver dag og ikke har fått det kicket, gjør at han blir lat, sliten og hjernedød. Han mister energien og overskuddet, og får nesten følelsen av å være deprimert.

Etter mange år innen risikofylt sport og lek, kan de begge skrive under på at man fort blir selvstendig. Risikolek har ifølge disse to ingen bestemt oppskrift. Som med alt annet i livet må man finne ut alt selv. Meninger, hva du står for, hvor langt du vil gå og sette dine egne grenser. Dette starter når du er liten og stopper aldri. En blir således flink til å ta beslutninger og vurdere risiko, som kan være en viktig ulykkesforebyggende faktor senere i livet fordi man er vant til å håndtere skumle situasjoner. De vokste opp kjapt, men stoppet likevel opp på 18, og der er de fortsatt ifølge seg selv. De mener at de er viktig å bevare barnet i seg og aldri slutte å leke, da dette gir deg dette kicket, overskuddet og livsenergien som er med på å heve livskvaliteten. De streker også under at denne mestringsfølelsen man får ved å overkomme noe skummelt er med på styrke selvbildet og selvtilliten. Det at du føler at du oppnår noe, har så mye å si for selvfølelsen og selvtilliten legger Per til.

«Jeg tror det er sunt å gjøre noe skummelt hver dag. Når du overkommer frykten din er det den beste følelsen du kan ha» (Per).

De er enige om at beskyttelsessamfunnet i dag hemmer både den fysiske og psykiske utviklingen. Det er veldig fokus på det som er farlig om dagen, alt er farlig. De trekker paralleller til da de selv var små og det var fullt av barn ute i nabolaget. Det er i dag fortsatt fullt av barn i nabolaget, men det er ingen

[Skriv her]

å se ute. Det kan umulig være bra for utviklingen. Livet blir mer spennende og levende med risikoer. Med mindre det ikke er risiko, så er det ikke noe gøy, det er ikke spennende, for da vet du hva som skjer, og da utvikler en seg ikke heller. De føyer til at det er gøy å slå seg litt så lenge det ikke er alvorlig. En kjenner at en lever litt, rett og slett. Men man må selvfølgelig bruke logisk sans, som man igjen får utviklet av erfaringer gjennom oppveksten. Erfaringer man ikke får ved å sitte trygt inne på ipaden.

«Jeg tror at å teste sine egne grenser er et grunnleggende behov mennesker har» (Pål).

Når det kommer til den motoriske utviklingen gjennom risikolek legger de begge kjapt frem at en blir godt kjent med egen kropp. En er aldri stillesittende, en prøver ut nye ting hele tiden. En prøver og lykkes, og en prøver og feiler. En finner ikke ut om en er flink til noe om en ikke prøver. Men en må få muligheten får å prøve. Og slik vil man utvikle de motoriske ferdighetene sine.

«Vi løp rundt og skulle klatre i det treet, det treet, og det treet, og konkurrerte om hvem som kunne hoppe fra høyest. Du kunne knekke beinet liksom, men da har du utvikla deg» (Per og Pål)

4.1 Intervju Skihopper.

Hopplegende Ola er en friluftskar med en sønn på fem år som han elsker å tilbringe tid ute i naturen med. Han hadde en barndom som var preget av mye forskjellige aktiviteter blant annet, sykkel, ski og annen frilek ute i naturen. Allerede som barn begynte han å hoppe i store skibakker og har tatt med seg både OL gull og VM gull hjem til bygda. Vi fant det derfor svært interessant å høre med han hva hans oppfatning er på risikolek og hva det har å si for barn psykiske og fysiske utvikling. Olas hovedfokus gjennom spørsmålene våre var det å være trygg. At man gjennom risikolek og mestring føler seg trygg på seg selv, og trygg på å mestre livets utfordringer videre.

«I dagens samfunn blir barn mer og mer skjermet, det er mye frykt, skremsel og propaganda», (Ola).

Han mener at dagens barn blir i mye større grad overvåket av voksne i forhold til egen barndom hvor man ble ropt inn når det var tid for mat og leggetid. Videre er han opptatt av at barn må få lov til å utfolde seg, kjenne på følelser og lære seg å vurdere sine egne risikogrenser.

«Hvis et barn aldri får utfolde seg gjennom risikolek mener jeg det kan slå ut begge veier, enten blir de redde eller så skal de i alle fall gjøre det ut av nysgjerrighet, da uten velsignelse og veiledning», (Ola).

[Skriv her]

Det er gjennom erfaring at man bygger trygghet og for å bygge trygghet må man ha frihet til å øve og prøve ut sine egne tanker, ider, ønsker og drømmer. Han mener også at det er gjennom erfaring og utprøving at barn lærer seg å sette sine egne grenser noe som er en stor kunnskap å ta med seg videre i livet.

«Når du vet dine egne grenser så bli du trygg», (Ola).

4.3 Intervju barnevernspedagog.

Max er en gründer, skikjører, en av verdens beste dødsere, og barnevernspedagog. For ti år siden solgte han selskapet sitt, flyttet fra Oslo til bygda og ble bringebærbonde, og aktiv skikjører på heltid. Han ville bort fra byens bråk og mas, og tilbake til naturen, leken og et friere liv. Max mener at risikolek er en helt naturlig del av barns utvikling. Barn søker risiko og han setter spørsmål ved bruken av ordet risikolek.

«Barns nysgjerrighet og eventyrlyst er like stor nå som før, i dag kaller vi visse typer lek for risikolek, en lek som før bare gikk unner navnet lek. Hva gjør dette med leken når det får navnet risikolek», (Max).

Han mener at vi generelt lever i et samfunn fylt av frykt. Frykt i samfunnet og verden kan speile seg i at man har flere bekymrede foreldre nå enn før. Dette skaper igjen en frykt som overføres til barna. Konsekvensene av at barn av frykt ikke får utfolde seg kan gå utover en del kompetanse. Viktig fysisk og psykisk kompetanse som hva klarer jeg og hva klarer jeg ikke.

«Vi lever ikke i et normalt samfunn og har ikke gjort det på lange tider, samfunnet og samspillet er fylt av frykt, det som gjelder er jobb, jobb, jobb. Før var fysisk aktivitet en del av livet, nå virker det som allmenn fysisk aktivitet og utfoldelse som vi hadde før har blitt til risikolek», (Max).

På spørsmålet om hva han tror risikolek har å si for barns selvtillit mener han at det helt klart styrker både selvtilliten og selvbildet når man får teste egne grenser og mestre noe. Man tilegner seg kompetanse som en kan gå glipp av hvis man ikke får utfolde seg i risikolek og man kan fort føle seg utenfor. For å styrke barns egen grensesetting er det greit å få hjelp, ingen barn er like og har dermed forskjellige grenser. Grensesettingen må være i samspill med foreldre, personale og andre omsorgspersoner. Samspill og grensesetting er hele veien en balansegang som man må respektere og reflektere over.

Max mener at utviklingen av fysiske ferdigheter er svært viktig og at det er skremmende at så mye av leken er flyttet fra naturen inn i stuen foran en skjerm, som alt annet er dette også en balansegang

[Skriv her]

man må ta til etterretning. Hans egen barndom var preget av fart, spenning, alle former for ballspill og alt foregikk ute og var i veldig liten grad overvåket av voksne. Som liten vil man prøve ut alt til man kommer i en alder hvor man finner de aktivitetene man trives best med. I lek og fysisk aktivitet er det mye lærdom og viktige følelser man må kjenne på som å tape, stå i kø, bli utestengt, være ute å føle på kulde, kupert terreng og mye mere.

«Hele livet er en risiko så det er bare å begynne så fort som mulig å finne ut hvor ens egne grenser går og lære seg når det er en risiko og at alt har en konsekvens, (Max).

4.4 Intervju barnehagegründer.

På en øy utenfor Nøtterøy ligger en vakker gård som var i drift frem til 40- tallet, i senere tid har dette blitt brukt som sommersted. Da Pia ventet sitt andre barn satte hun og mannen i stand gården, fikk seg skotsk storfe og ble øyboere og forpaktere av skog og andre sommersteder på øya. I 1997 da hennes fjerde barn ble født og trangen til barnehage meldte seg så startet Pia like godt sin egen naturbarnehage, en liten båttur fra øya over til Nøtterøy.

«Vi ville ha en barnehage hvor vi var mye ute og vi ville bruke nærmiljøet og sansene våre. Vi lagde våre egne formålsparagrafer og satte egne mål. Det var en dugnadsbarnehage hvor vi ville lage egne leker av naturmaterialer og andre artige ting vi fant og fikk, men så kom EU-godkjenningene og jeg føler at myndighetene her i landet tolket reglene mye strammere enn de i realiteten var», (Pia).

Når vi spør Pia hvordan barns lek har forandret seg over årene mener hun at i dag fotfølges barn fra a- å, de har alltid noen som ser på eller overvåker leken. Hun mener at vi nå har blitt mer obs på frileken men at den blir satt i rammer og i større grad organisert. Dette mener hun har gått for langt og hemmer barna i deres utfoldelse. Det er veldig viktig at barn får utvikle et positivt selvbilde og dette utvikles gjennom mestring.

«Barn som mestrer blir trygge, glade, stolte og ikke minst frimodige. Et barn som får utfolde seg fritt våger mere hver gang de har en mestringsfølelse som gir positive ringvirkninger. Hver gang et barn blir hemmet eller forhindret, tørr det mindre som leder til stopp i utviklingen som igjen gjør dem mindre glade og frimodige», (Pia).

Etter selv å ha gått i barnehage en kort stund valgte Pia å være hjemme. Hun likte friheten som fulgte med en barndom ute, løpe fritt rundt, leke i skogen som var magisk med mange hemmeligheter. Det var spennende og det gav en et adrenalinkick, man kjenner at man lever. Leken var aldri overvåket, hun forteller at de tok ansvar selv, de avgjorde selv innholdet og hvordan de skulle gjennomføre det.

[Skriv her]

De vurderte og kjente selv på risikoen og hva som var innenfor deres egne grenser noe som hun ser på som kjempeviktig.

«Å sette sine egne grenser og i forhold til fysisk utvikling så er det uhyre viktig at barn får teste seg ut gjennom risikolek, jeg synes barn blir stoppet alt for tidlig. Det er viktig for barn at vi viser dem tillit og respektere deres følelser, sanser og trang til å utforske egne grenser og risiko», (Pia).

Pia fortsetter med å understreke at når man er trygg på seg selv så vet man sine egne grenser.

4.5 Intervju fysioterapeut

Vi snakket med fysioterapeut Ask for å høre hans mening om det å være fysisk aktiv og hva dette har å si for den fysiske utviklingen. Han mener at det er essensielt å holde kroppen i gang og bevege seg. Kroppen vår er til for å brukes, ikke for å sitte stille.

«Hvis man ikke bruker kroppen påvirker dette blodsirkulasjonen som igjen fører til at musklene blir kortere, som igjen fører til at man mister bevegelse i ledd. Kroppen kompenserer som kan føre til smerte og feilstillinger, og dårlige holdninger, og som resultere i smerte, leddplager og sykdom senere i livet.» (Ask)

5.0 Drøfting og diskusjon

Så da er det store spørsmålet, har vi funnet ut om risikolek har noe å si for barns psykiske og fysiske utvikling. Etter gjennomgang av teorikapitlene har vi gjort funn som tyder på dette. Både Ellen Beate Sandseter og Gunnar Breivik er klare i sine taler når det kommer til risikolek og de åpenbare konsekvensene av dette. Breivik (2001, s. 43) skriver i boken sin at bevegelse er naturlig og normalt for mennesket, og at vi er mest lykkelige når vi er aktive. Dette underbygger i stor grad «livssynet» til Per, som forteller at han både blir lat, hjernedød og på grensen til deprimert når han ikke får være aktiv og utfordre seg selv.

Sandseter (2014, s. 25) er også her av samme oppfatning som Breivik. Hun er opptatt av spenningen og den intense gleden som utspringer seg i barnet når de velger utfordrende, farefulle, kreative kroppslige og mentale aktiviteter, slik at opplevelsen blir ekstra intens. Dette får barnet til å kjenne på følelsen og opplevelsen av spenning og fryd når de driver med risikofylt lek med glede og mestring som den dominante følelsen.

[Skriv her]

Denne livsgleden som utspringer seg, som Sandseter og Breivik beskriver, er også en faktor som går igjen hos samtlige av deltagerne i undersøkelsen. At å være aktiv, nysgjerrig og å få utforske verden er en naturlig del av det å være et menneske, og er essensiell i søken etter glede og livskvalitet.

Dette er også noe vi relaterer oss til, og en av hovedgrunnene for at vi ville forske på nettopp dette, da vi tror vår livsglede og lykke har utspring i blant annet risikolek og stadig testing av egne personlige grenser.

Når vi analyserer intervjuene, ser vi at alle de vi intervjuet har hatt en tilnærmet lik aktiv barndom. De har prøvd ut og utforsket alt av aktiviteter. De ble aldri stoppet og leken var i liten eller ingen grad overvåket av voksne. De måtte selv prøve og feile, og de måtte selv finne ut hvor grensene gikk. I tillegg foregikk all aktivitet ute. Dette gjenspeiles i teorien til Breivik (2001, s. 41) der han understreker viktigheten av å lære så mange aktiviteter som mulig slik at barn utvikler mer komplette programmer for bevegelse og aktivitet. Det betyr at et fysisk miljø som er mest mulig kompleks og allsidig hvor barna stimuleres til aktivitet er et gunstig sosialt samfunn og vokse opp i.

Det som også har vært en rød tråd gjennom alle intervjuene er dette med selvbilde og selvtillit. Samtlige av de vi har intervjuet har lagt stor vekt på at risikolek og risikomestring har mye å si for et barn og et menneskets utvikling av positivt selvbilde. Per var veldig klar på at denne risikomestringen har vært med på å forme han som den personen han er i dag. Både for at han fikk lov å teste grenser og være kreativ, og selve mestringen i seg selv. Det er noe som også de andre legger frem som hovedfaktorer når de svarte på spørsmålene i intervjuet.

Gjennom denne undersøkelsen ser vi at deler av materialet har større tyngde enn andre deler. Med dette mener vi da den psykiske utviklingen i forhold til den fysiske utviklingen. Grunnen til det er at vi ser at det er en tynn linje mellom den psykiske og den fysiske utviklingen i forhold til risikolek. Faktisk så er det knapt en linje der. Vi har funnet ut at de henger sammen som ying og yang. Det en utvikler på det psykiske plan gjennom risikolek får utspring i det fysiske, og omvendt. Når et barn får prøve, når et barn mestrer eller eventuelt mislykkes, men prøver igjen før det til slutt mestrer, utvikles mestringsfølelsen, som igjen fører til selvtillit og godt selvbilde, som igjen motiverer barnet til å fortsette den fysiske aktiviteten. Som igjen fører til utvikling av god motorikk, som igjen fører til at en mestrer mer og presser grensene enda lenger, som igjen fører til mestringsfølelse og enda bedre selvbilde. Slik kan det gå i en evig positiv runddans, og de vi intervjuet var alle enige om at dette var med på å styrke livskvaliteten og en videre god psykisk helse.

Dette blir underbygget av Maslows behovspyramide (1954) (Kjell-Åge Gotvassli, 2013, s. 153), der hovedteorien er menneskets behov for å ha, være, lære og oppleve. Toppen av denne pyramiden og selve hovedmålet er å realisere seg selv, og få bruke sine evner og anlegg. For å kunne nå dette

[Skriv her]

hovedmålet må de grunnleggende behovene være dekket. Videre opp i pyramiden søker en trygghet, kontakt og anerkjennelse. Når vi føler oss trygge, går vi mot toppen og hovedmålet.

Det er nettopp dette Ola snakket om i intervjuet sitt når han er inne på temaet selvbilde. At det er viktig å lære å bygge trygghet gjennom erfaringer. Det å få lov til å øve på å bli flink og trygg, for når du vet dine egne grenser blir du trygg. Dette gjør man på vei oppover i behovspyramiden, på vei mot toppen og selvrealiseringen. En må få øve opp sine egne evner og anlegg.

Ulikheten i de forskjellige intervjuene måtte vi grave dypt etter. Vi oppfattet at samtlige var av samme oppfatning når det kom til risikofylt lek, og vi kunne bare finne noen små ubetydelige ulikheter mellom de forskjellige. Dette var i hovedsak hva de forskjellige deltakerne i intervjuene la vekt på i intervjuene. Max la mye vekt på samfunnet, og frykten vi overfører til barna. Han setter også spørsmålsteget ved betegnelsen «risikolek», og om denne betegnelsen kan være med å farliggjøre denne leken, som bare ble kalt lek før. De øvrige hadde mindre fokus på samfunnet, og heller mer fokus på selvrealisering og hvordan en selv har utviklet seg og hvorfor.

Til å begynne med i denne undersøkelsen var vi redd for om oppgaven vår hadde en begrenset gyldighet da vi ikke hadde en motpart. En part som så på risikolek med et kritisk syn, og hvorfor. Vi hørte på en radiodebatt mellom Alex Rosèn og barnepsykolog Magne Raundalen en søndags formiddag, der Raundalen kritiserte Rosèn for uttalelser i boken sin «la gutter være gutter». Der argumenterer Rosèn for at det er sunt å slå seg litt. Dette var ikke Raundalen enig i, og mente tvert om at det var uforsvarlig å hevde dette da han ikke hadde akademisk kunnskap på området, og at det kan være svært traumatisk for et barn å oppleve en skade som et beinbrudd. Han var også inne på at det var en skam at Rosèn brukte betegnelsen «beskyttelsessamfunn» som et skjellsord, og at vi heller burde hylle «beskyttelsessamfunnet» fordi at det aldri hadde vært så få barnedødsfall som nå. Vi mislyktes dessverre med å få Raundalen til å stille til intervju, da vi ikke lyktes i å få tak i han verken på mailer, eller private meldinger. Vi var stadig på jakt etter andre kritiske øyner både i barnehager, skoler og andre institusjoner som er involvert med barn, da vi følte at dette var viktig å få med. Det viste seg at dette var ingen enkel sak. Ironisk nok så viser det seg at uansett om samfunnet er blitt mer beskyttet så er folk likevel negative til å overbeskytte, og lovpriser risikolek. I alle fall i teorien. Dette finner vi veldig rart med tanke på den utviklingen vi har hatt de siste årene. Vi føler likevel at resultatet i undersøkelsen vår taler så sterkt i en og samme retning. Og selv om Raundalen hyller beskyttelsessamfunnet som grunnen til færre barnedødsfall har vi likevel filosofien til Brevik om meningsfull skadereduksjon i bakhodet. At færre skader blant barna i dag nødvendigvis ikke er en bra utvikling om man hindrer barna i å utfolde seg og dermed hemmer utviklingen deres, men at færre

[Skriv her]

skader selv om barna leker som de alltid har gjort, og likevel skader seg mindre, er en bra og meningsfull utvikling.

5.0 Veien videre

Ut fra funnene våre har vi kommet frem til at vi på veien videre vil legge fram hva vi mener norske barnehager bør gjøre for å fremme den psykiske og fysiske utviklingen til barnet gjennom risikolek.

5.1 Tilrettelegging og planlegging

Rammeplanen understreker at vi må gi barna oppmuntrende bekreftelse på barns sansemotoriske og kroppslig lek og inspirere alle barn til å søke fysiske utfordringer og prøve ut sine kroppslige muligheter. (Kunnskapsdepartementet, 2011, s. 42)

I følge høgskolelektor Henrik Rosted Neegaard ved høgskolen i Oslo og Akershus, velger en profesjonell barnehagelærer bevisst et terreng og et miljø som kan innby til forskjellig friluftsliv, både risikofyllt lek i naturen og et rolig liv i naturen. Videre peker han også en kritisk finger på lekeplasskontrollørene. Han mener at lekeplasskontrollørene, som forøvrig har liten innsikt i barns behov for fysisk utfoldelse og for risikofyllt lek ikke burde være de som håndhever forskrift om sikkerhet ved lekeplassutstyr i barnehager, men at dette heller er noe barnehagelærerne som er eksperter på området burde ha ansvar for (Høgskolen i Oslo og Akershus, 2013).

Vi i barnehagen må gi rom for at barna skal få prøve ut, og prøve seg fram, slik at de utvikler kreativitet og evne til å løse egne problemer og hindringer. I barnehagen må vi gjøre dette under trygge rammer, og for at vi skal la barna få prøve ut og utforske sin nysgjerrighet på en sikker måte har voksenrollen en stor betydning. Det er de voksnes praksis og holdninger til risikolek som er med på å sette rammene og mulighetene på hvordan barna får utfolde seg i leken. Det er da viktig at de voksne først starter med å reflektere over seg selv og sitt eget forhold til risiko, både nå og i sin egen barndom. Man må reflektere over sine egne grenser for hva en kan akseptere av risiko, og hvordan denne grensen påvirker barna i deres møte med utfordringer i leken. (Sandseter, 2010, s. 193).

For å kunne gi barna i barnehagen denne muligheten til risikofyllt lek er det ikke bare den enkelte ansatte som må reflektere over egne verdier og holdninger til risikolek, men barnehagen må også komme frem til en felles forståelse med foreldrene til barna. Foreldrene må innlemmes i verdivalgene til barnehagen, og om de aksepterer småskader, skrubbsår og forutsetninger for ett og annet beinbrudd, for at barna skal få med seg de fysiske, motoriske, sosiale og mentale fordelene

[Skriv her]

som er så viktige for deres helhetlige utvikling og risikostyring. Man må selvfølgelig understreke at man samtidig skal jobbe for å unngå store skader. (Sandseter, 2010, s. 193)

Tidligere i oppgaven skrev vi litt om det at vi må finne en gylden middelvei mellom hva som er trygt og hva som er uforsvarlig. Vi tenker derfor at det er lurt å være godt forberedt, og for å kunne forebygge alvorlige skader ved risikolek i barnehagen tror vi at det er viktig at de voksne, for det første kan førstehjelp, men også at de har kunnskap om aktiviteter som blir gjort og har god vurderingsevne med tanke på ferdigheter, og alder og modning til hvert enkelt barn.

6.0 Avslutning

I denne oppgaven har vi vært innom både lek, risikolek, psykisk og fysisk utvikling knyttet til risikolek, ulykkesstatistikker og ulykkesforebygging samt hva vi kan gjøre i barnehagen for å fremme risikolek, men under trygge rammer i barnehagen. Vi ville finne ut om det var tilfellet at risikolek har hatt så mye å si for vår personligdomsutvikling og motoriske utvikling som vi først trodde. Og vi har kommet fram til at vi i aller høyeste grad har fått svar på hva vi lurte på. Vi har funnet ut gjennom både den teoretiske delen der vi brukte Sandseter og Breivik som hovedkilder og gjennom vår egen forskning der vi intervjuet aktuelle personer for temaet, funnet ut bare fordeler med risikolek. Gjennom intervjuene med idrettsutøverene fikk vi bekreftet teorien vi brukte i første delen av oppgaven. Vi så at idrettsutøverene noen steder nærmest understreket det Breivik og Sandseter skiver om i bøkene sine, uten å være kjent med denne litteraturen fra før. Det at riskokofylt lek eller «deep play» er et grunnleggende behov et menneske har. Dette går også igjen i et utdrag fra boken «Deep play» til Diane Ackerman(1999), publisert New York times, som sammenligner alle pattedyr da også inkludert mennesker. Det er en naturlig del av oppveksten vår for å kunne lære om alt fra sosialisering til overlevelse. Ackerman går så langt som å si at mennesker og mange andre dyrearter hadde vært utryddet om det ikke var for leken og «deep play» da dette har vært nødvendig for å kunne overleve siden lenge før mennesket eksisterte.

I samfunnet i dag er det et stort sikkerhetsfokus, og vi har gjennom vår forskning på risikolek kommet fram til at dette hemmer mennesket sin utvikling både psykisk og fysisk. Når alt er farlig, og når du hele tiden får høre om at en må passe seg for alt som kan være farlig, våger en ei å prøve. Våger en ei å prøve, stagnerer utviklingen. En får ikke bruke sine grunnleggende ferdigheter, og en mister evnen til å utvikle seg til et selvstendig, frimodig og trygt menneske. En blir i dårligere fysisk form og alt dette virker også inn på selvbilde og selvtilit som gir deg en dårligere psykisk helse.

Det vi så på som særlig spesielt i denne studien var at pilen pekte i samme retning hele veien. Gjennom diverse teori, gjennom pilotstudiet vårt, og gjennom forskningen vår. Samtlige vi har

[Skriv her]

snakket med gjennom hele denne prosessen har vært av samme oppfatning når det kommer til risikolek. Vi har lært gjennom denne studien hvor viktig det er for den psykiske og fysiske utviklingen, at barn å få utfolde seg gjennom risikolek. Og dette er noe vi som nyutdannede barnehagelærere vil ta med oss inn i praksis, det å være oppmerksom på og reflektere over holdninger og verdier som støtter disse teoriene om at risikolek er bra for barns psykiske og fysiske utvikling. Dette føler vi også er veldig aktuelt da samfunnet er i stadig utvikling, og vi er med på å bestemme denne utviklingen.

«En må lære å kjenne på livet for å klare å stå på egne ben» (Per)

[Skriv her]

7.0 Litteraturliste

- Ackerman, D. (1999). *nytimes.com*. Hentet fra *nytimes.com*:
<http://www.nytimes.com/books/first/a/ackerman-play.html>
- Befring, E. (2007). *Forskningsmetode med etikk og statistikk*. Oslo: Det Norske Samlaget.
- Breivik, G. (2001). *Sug i magen og livskvalitet*. Oslo: Tiden Norsk Forlag.
- Ellen Beate Hansen Sandseter, J. O. (2014). *Vilt og farlig - om barns og unges bevegelseslek*. Oslo: Gylendal Norsk Forlag.
- Ellen Beate Hansen Sandseter, O. J. (2013, Februar). *udir.no*. Hentet fra
www.udir.no/globalassets/filer/tall-og-forskning/rapporter/2013/skaderapporten.pdf
- Ellen Beate Hansen Sandseter, T. L. (2013). *Barnas barnehage 3 - Kroppslighet i barnehagen - pedagogisk arbeid med kropp, bevegelse og helse*. Oslo: Gylendal Akademisk.
- Gotvassli, K.-Å. (2013). *Boka om ledelse i barnehagen*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Høgskolen i Oslo og Akershus. (2013, Juni 27). *forskning.no*. Hentet fra *forskning.no*:
<http://forskning.no/barn-og-ungdom-pedagogiske-fag-skole-og-utdanning/2013/barna-har-godt-av-risikolek>
- Jacobsen, D. I. (2013). *Forståelse, beskrivelse og forklaring- innføring i metode for helse og sosialfagene*. Kristiansand: Høyskoleforlaget.
- Kunnskapsdepartementet. (2011). *Rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver*. Oslo: Kunnskapsdepartementet.
- Maybritt Jensen, H. O. (2009). *Kroppen i lek og læring - Sirkus i barnehage og skole*. Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.
- Nordbotten, G. L. (2014). *Barns fysiske utvikling - hvordan stimulere barns fysiske utvikling*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Rognsaa, A. (2015). *Bacheloroppgaven - skriveråd og regler for utformingen*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Sandseter, Ø. K. (2013). *Barnas barnehage 2 - barn i utvikling*. Oslo: Gylendal Akademisk.
- Skram, D. (1995). *Det beste fra barnehage og skole - en ny småskolepedagogikk*. Otta: Engers boktrykkeri AS.
- Skram, D. (2009). *Leik og Læring i samspel - pedagogisk arbeid i småskulen*. Oslo: Det Norske Samlaget.

[Skriv her]