



Risikolek

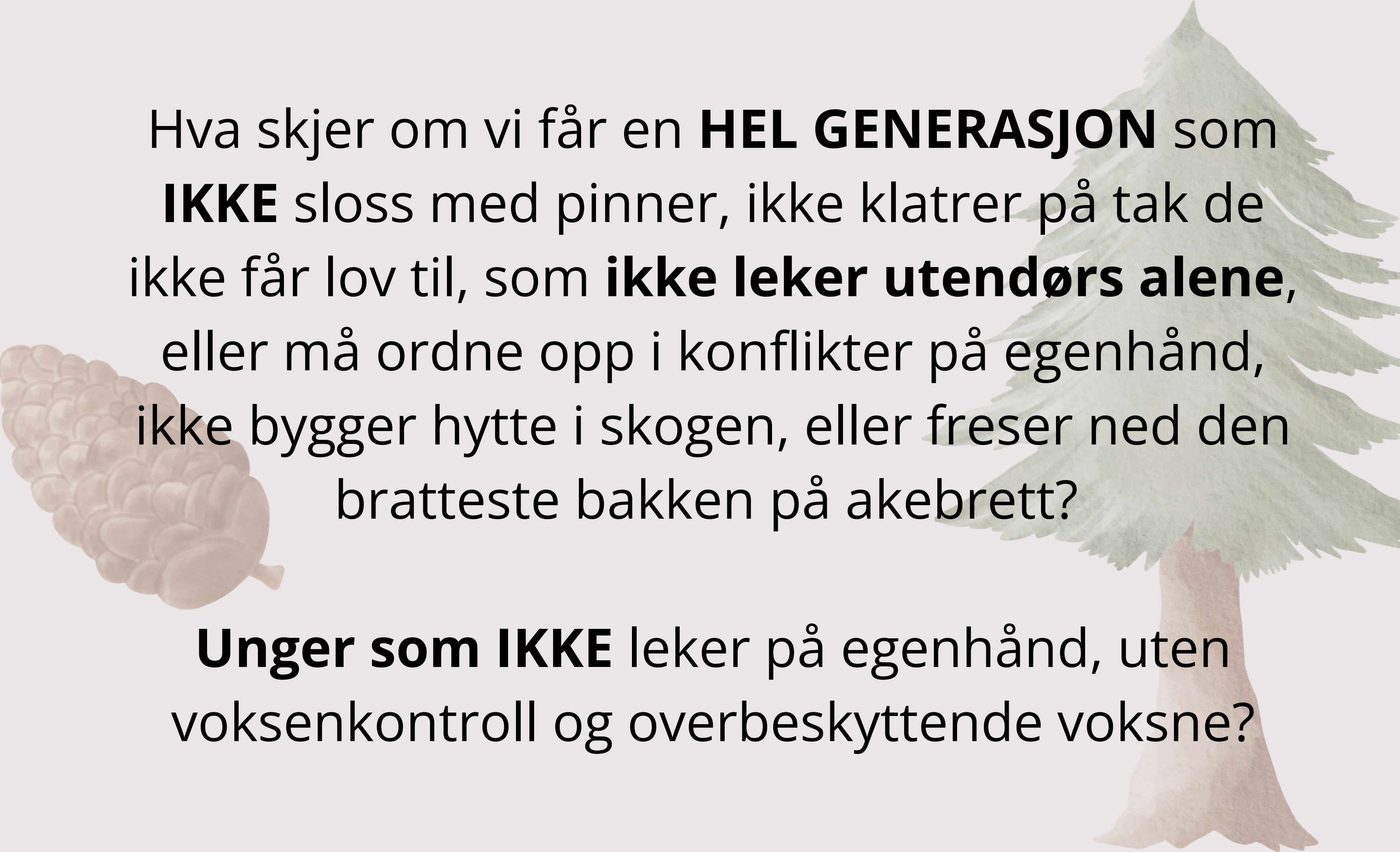
(og annet ubehag)

VEIEN TIL LIVSMESTRING



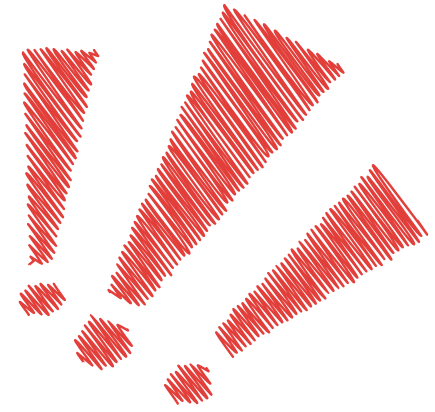


**HVORFOR
FRILUFTSLOFFING?**



Hva skjer om vi får en **HEL GENERASJON** som **IKKE** sloss med pinner, ikke klatrer på tak de ikke får lov til, som **ikke leker utendørs alene**, eller må ordne opp i konflikter på egenhånd, ikke bygger hytte i skogen, eller freser ned den bratteste bakken på akebrett?

Unger som IKKE leker på egenhånd, uten voksenkontroll og overbeskyttende voksne?



15.000 barn skadd i norske barnehager i fjor

En fersk undersøkelse viser at en stor del av ansatte i barnehager mangler grunnleggende sikkerhetsopplæring.



NYHETER

Vil gi barn større naturutfordringer

Av Erlend Skevik

Publisert:
25.08.2023 21:43

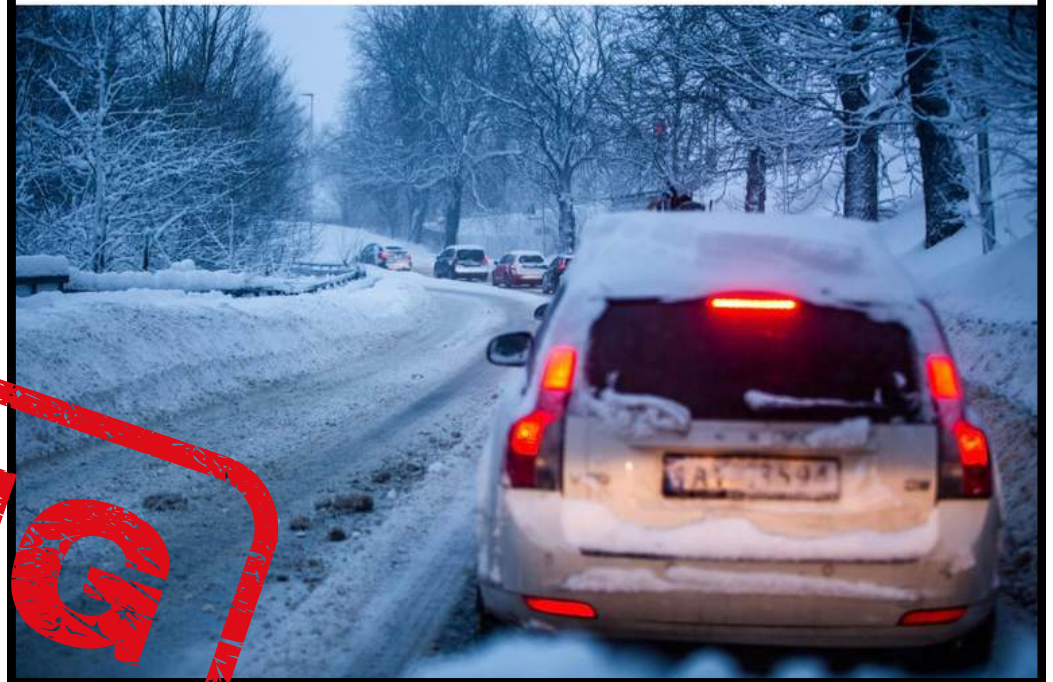
Artikkelen er over 21 år gammel

SKIEN: Speiderledere i Grenland mener ungdom er mindre robuste og dårligere til å klare seg i naturen enn før. De legger



WARNING

Gult farevarsel: - Det kan komme 10-15 centimeter snø



BEHAG = BEHOV

(gjelder i grunn både voksne og barn)

Ofte holder vi **voksne** på med det som er
vårt eget behag og **IKKE** det som er **barnas**
behov...



**- Ingen har vondt
av å være ute i
kulda**

KOMMENTAR

Den engstelige generasjonen

To store tabber har ført til en enorm økning i psykiske lidelser og mistriksel hos unge.

 **Overbeskyttelse
skader barnas
psykiske helse**

**Små barn skjønner hva
som er farlig, men vi
overbeskytter dem**



**Professor: Derfor bør barnet
ditt få klatre i trær og bruke
kniv**

Vil gje barns risikofylte leik tilbake: – Barns frie leik er trua

Risikofylt utandørsleik er viktig for barns psykiske, sosiale og fysiske utvikling, viser forsking. Norsk forskar er nå med på eit internasjonalt opprop for å legge til rette for meir spenning og mindre overbeskytting.

Av Gjermund Erikstein-Midtbø /

Publisert 26. sep. 2025 22:12



Barn leker mindre ute i naturen – det skaper bekymring: – Et tap for barndommen

Ny forskning viser at barn er mindre ute i naturen i dag enn tidligere. NINA-forsker Vegard Gundersen mener det er bekymringsverdig.



REFLEKSJON 1

SER DERE ØKT
OVERBESKYTTELSE I
DERES BARNEHAGE?
HVA LEGGER DU
MERKE TIL?

REFLEKSJON 2

PÅ HVILKEN MÅTE KAN DET
PEDAGOGISKE ARBEIDET
OG RAMMEPLANES
FAGOMRÅDER SKADES AV
OVERBESKYTTELSE?



ØKT OVERBESKYTTELSE



ØKT ANSVARSFRASKRIVING



VILKÅR FOR DELTAKELSE PÅ VÅRE TURER

OBS! Selv om vi stiller med dyktige turledere, må du huske på at du som deltaker er med på egen risiko. Du må selv sørge for eget og tilstrekkelig med utstyr, samt ha gyldig reiseforsikring. Det er ditt ansvar å ha kompetanse turen krever, dersom du er usikker på dette skal du ta kontakt med turleder for nærmere avklaring.

Mener Turistforeningen har ansvaret for at Kari (60) mistet livet på fjelltur

Kari Rødsand falt, skled ned ei snørenne, slo hodet i en stein og døde på en fjelltur i Lofoten. Bistandsadvokaten til de etterlatte mener Den Norske Turistforening må få foretaksstraff fordi sikkerheten ikke var god nok.



Kari Rødsand (60) omkom i ulykken på tur med Lofoten tu...

VANT FREM I TINGRETEN

Småbarnsfar ble lam på lekeland – vant søksmål om ansvar

En bergensmann som ble lam etter en ulykke på et lekeland, har vunnet fram i retten etter at han ble nektet erstatning.



Relling saksøkte Leos Lekeland og vant først i tingretten, som mente at skaden kunne vært unngått med enkle tiltak som bedre merking eller varselskilt. Lekelandet anket dommen, og i lagmannsretten ble det konkludert med at ulykken først og fremst skyldtes uoppmerksomhet fra Rellings side, og han tapte saken .

NRK +2

Dagbladet

TAPTE I LAGMANNSRETEN



Kjenner du deg igjen i
ansvarsfraskrivelse og/eller
unngåelse av ansvar i samfunnet?



Hvilken **påvirkning** har dette for **deg** i din
arbeidshverdag?

“Risikoleken er den mest effektive måten å utvikle seg til å bli et menneske som skal greie seg i samfunnet. I leken kan barna lære alt fra selvkontroll til sosialt samspill”

PER BRODAL



VERDENS BESTE EKSEMPEL PÅ

DISKURSIVE FORSTÅELSER AV HMS



Three stylized evergreen trees are positioned in the background. The central tree is the tallest and most prominent, with a thick brown trunk and a dense, green, conical canopy. To its left and right are two smaller, similar trees, also with brown trunks and green canopies. The trees are rendered in a simple, illustrative style with visible brushstrokes or a watercolor-like texture.

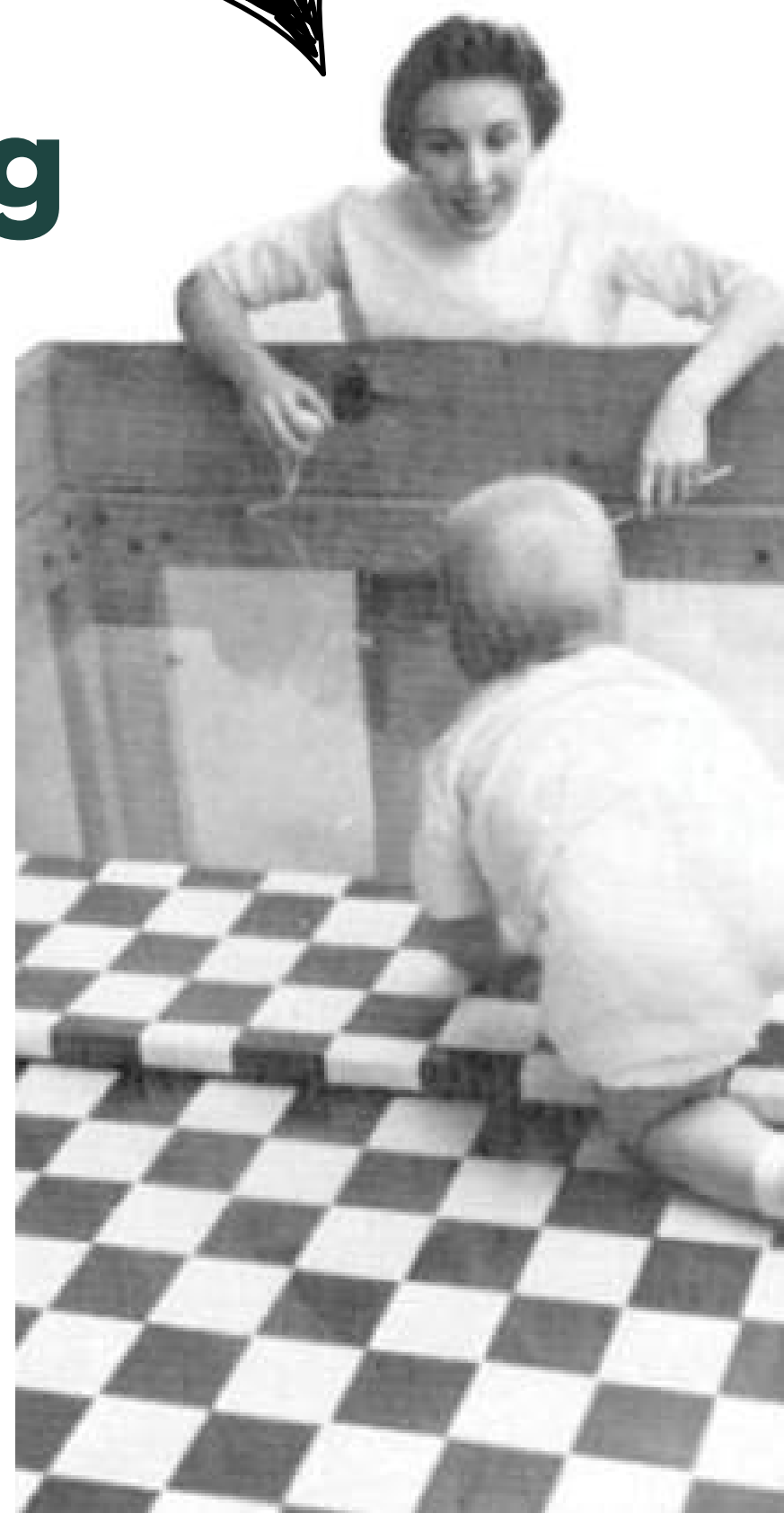
OVER KONGLEGRENSA!

Risikomestring er den beste ulykkesforsikring

1 VISUAL CLIFF

2 RISIKOVURDERING

Trygg base må være noe barnet selv søker - ikke voksnes innblanding pga kontrollbehov



Allerede fra barn er ganske små, gir leken dem erfaring og lærer dem å mestre risiko.
(Illustrasjonsfoto: Kyle Nieber / Unsplash)

Små barn skjønner hva som er farlig, men vi overbeskytter dem

Barn helt ned i 17 måneder klarer å vurdere farene de møter ute i naturen. Hvis vi overbeskytter dem, lærer de ikke å bli robuste.

Nina Skajaa Fredheim

RISIKOMESTRING

to ulike varianter



Å kjenne at **jeg** selv **mestrer** risikoen

Å **observere** andre utføre **risiko**



FORELDREFRYKTEN

A photograph of a young child sitting on a wooden deck, applying a white ointment from a small bottle to a scraped knee. The child is wearing an orange and white striped shirt and patterned shorts. The background shows green grass and some outdoor furniture.

Etiske dilemmaer i et HMS-perspektiv

Gjøre godt



Unngå skade



PAUSE

15 MIN



A photograph of a young child sitting on a wooden deck, applying a white ointment from a small bottle to a scraped knee. The child is wearing an orange and white striped shirt and patterned shorts. The background shows green grass and some outdoor furniture.

Etiske dilemmaer i et HMS-perspektiv

Gjøre godt



Unngå skade



NÅR?

HVORFOR?

HVORDAN?

Reflekter i gruppe

Ansvarsfraskrivelse

Konglegrensa

Diskurser – HMS

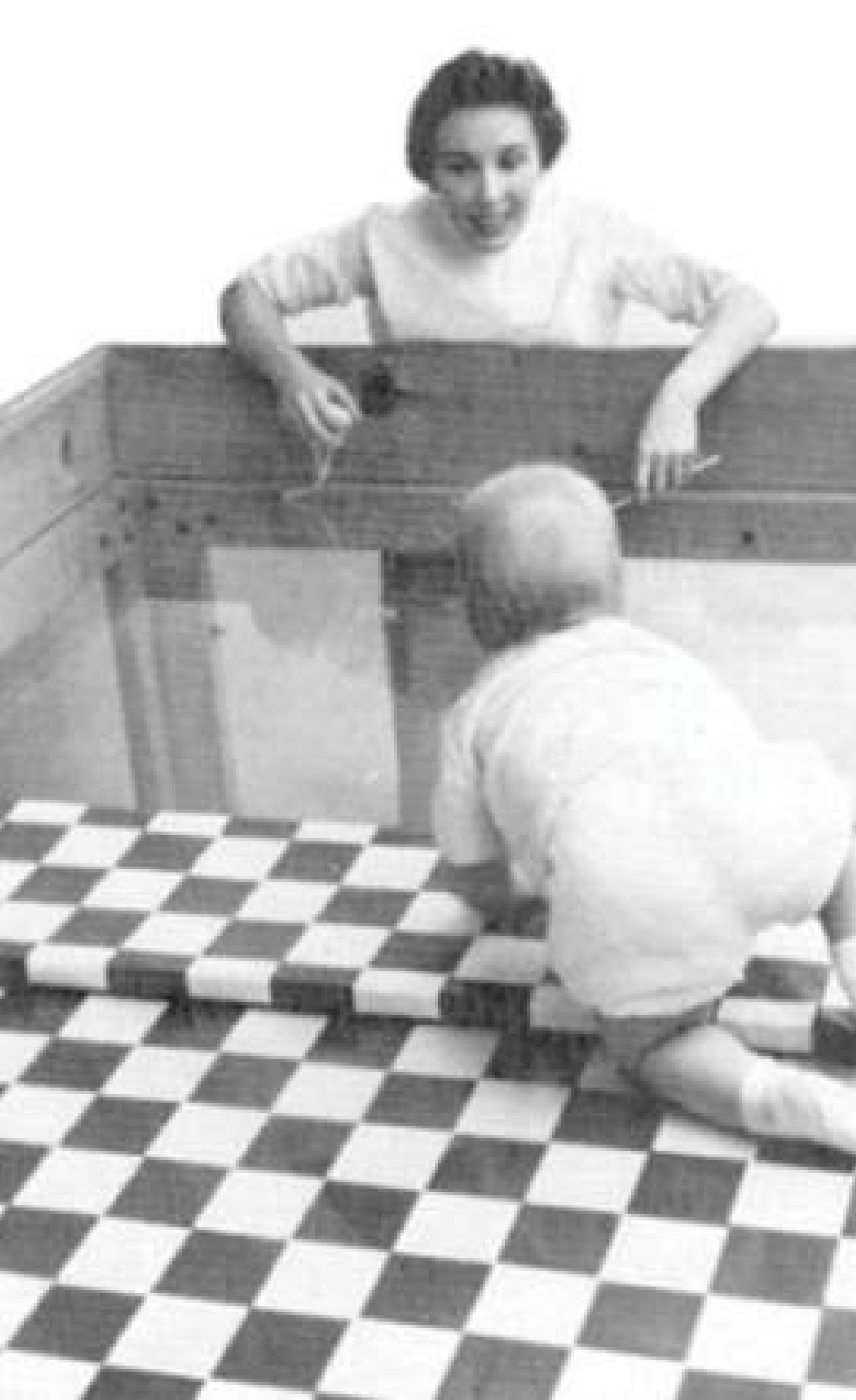
Risikomestring

Foreldrefrykt

Etiske dilemmaer: gjøre godt – unngå skade

**Foreldresamarbeid/kommunikasjon: diskursive
forståelser**





ROBUSTE BARN



**Bygger man
egentlig robuste
barn? Eller er
mennesker født
robuste?**

DENNE ARTIKKELLEN ER FRODOBERT OG
FINANSIERT AV HØGSKOLEN I ØSTFOLD –
[LES MER.](#)



Allerede fra barn er ganske små, gir leken dem erfaring og lærer dem å mestre risiko.

(Illustrasjonsfoto: Kyle Nieber / Unsplash)

**Små barn skjønner
hva som er farlig, men
vi overbeskytter dem**

Barn helt ned i 17 måneder klarer å vurdere farene de møter ute i naturen. Hvis vi overbeskytter dem, lærer de ikke å bli robuste.

SELVOPPRETTTHOLDELSES DRIFT

-den medfødte menneskelige egenskapen



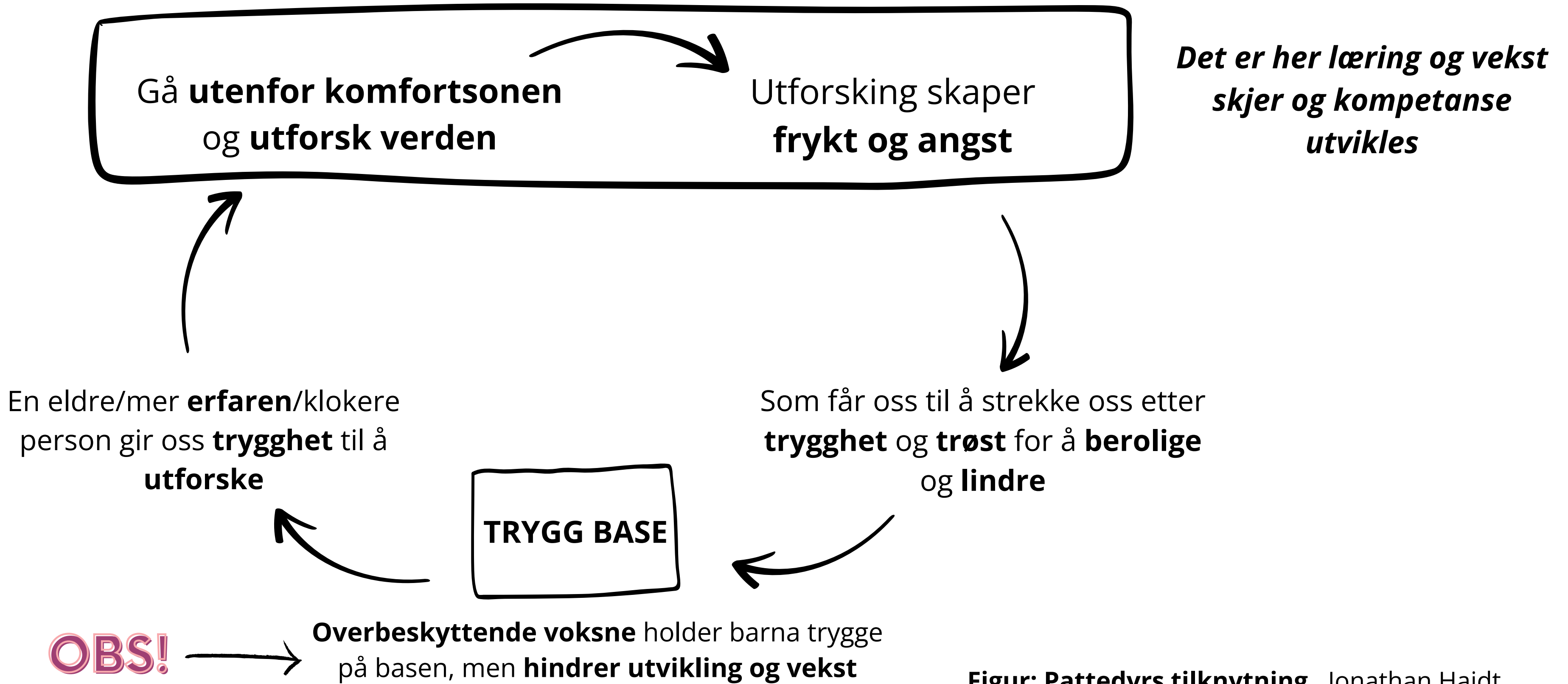
Forsvarsmodus



Oppdagermodus

Troen på barnet som kompetent står sterkt i stort sett alle urkulturer

TILKNYTNINGSSYSTEMET



Figur: Pattedyrs tilknytning. Jonathan Haidt

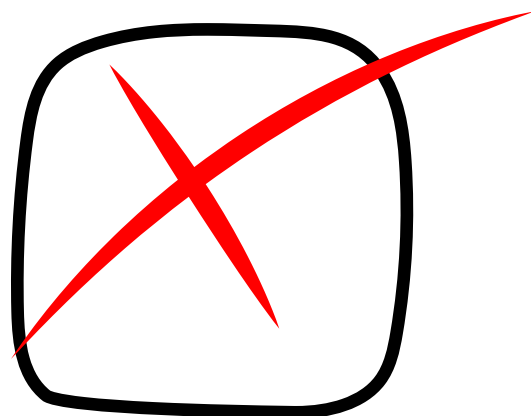
SELVREGULERING

**VÆR
FORSIKTIG**

HVORDAN DU MØTER BARNETS
UBEHAG PÅ HAR **AVGJØRENDE**
BETYDNING !!

Møtes ubehaget med **stress og
engstelse**? Da signaliserer du at
ubehaget er farlig.

**Vær
konsentrert!**



Vi må ha en grunnleggende tanke om at barn er ANTISKJØRE!

Reflektere sammen



- Hva mener du er **ROBUSTHET**?
- Hvordan møter vi evt barn ut i fra tanken om at **alle mennesker er født robuste**?
- Hva blir særlig viktig i **foreldresamarbeidet** i tematikken ROBUSTE BARN?

EGEN FRYKT= KONTROLLBEHOV!

(Veldig ødeleggende...)

OBS! OBS!

Subjektiv fare VS Objektiv fare

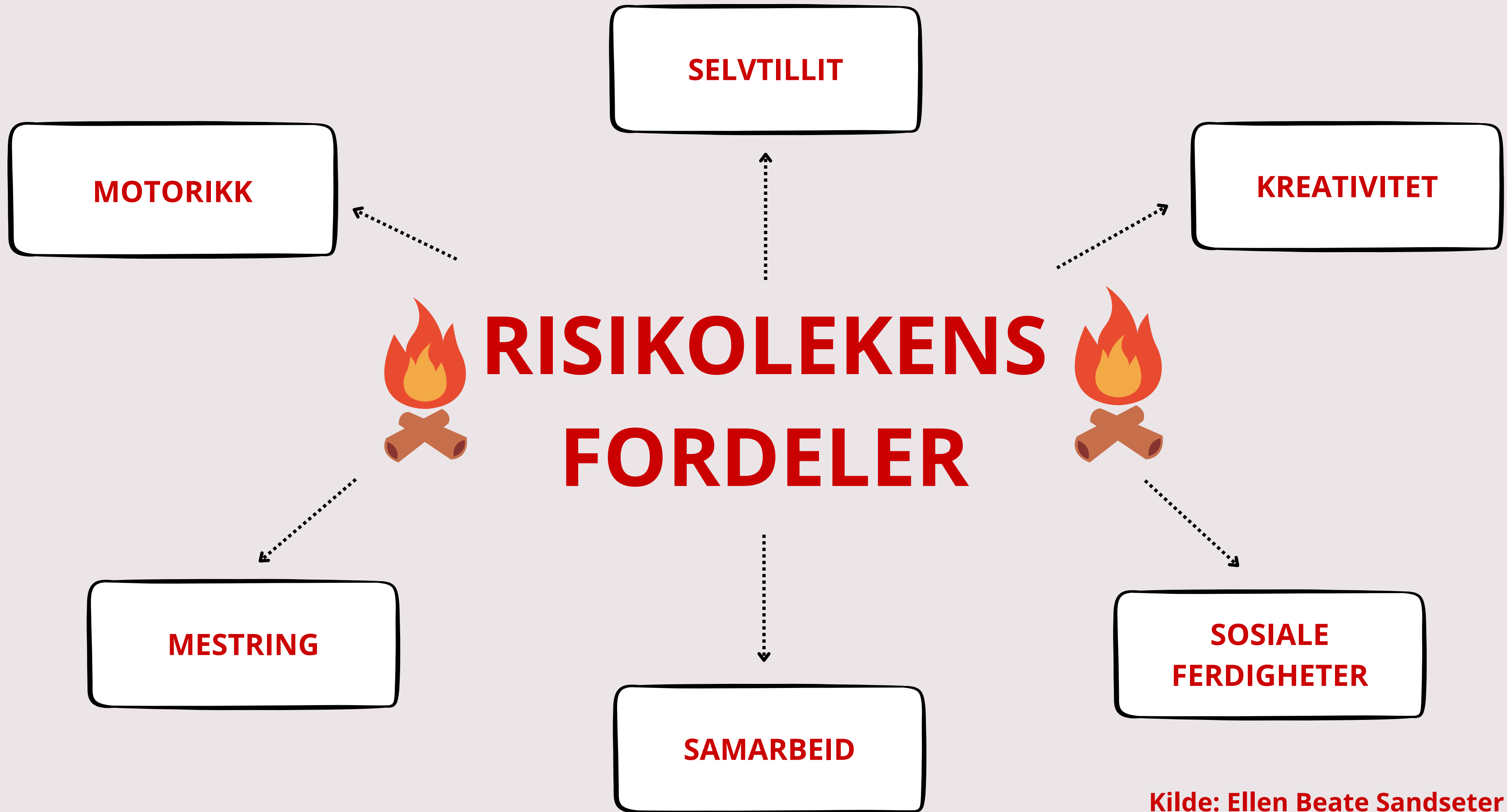


Foreldresamarbeid

–en forventningsavklaring



UNGEN DIN
KOMMER TIL Å
FALLE UT AV
HENGEKØYA!



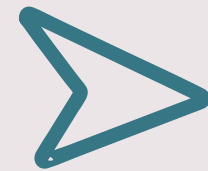
Kilde: Ellen Beate Sandseter

OFFROAD ACTION LØYPA

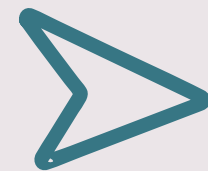


Risikofylt lek har en forskningsbevist ANTIFOBISK EFFEKT (Sandseter & Kennair, 2011)

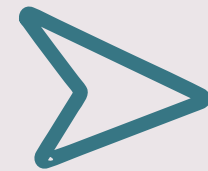
RISIKOLEKENS overføringsverdi til LIVET



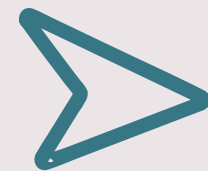
Lek med stor høyde



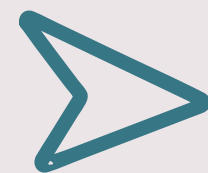
Lek med stor fart



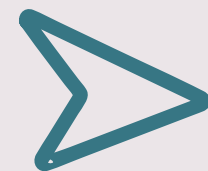
Lek med farlige redskaper



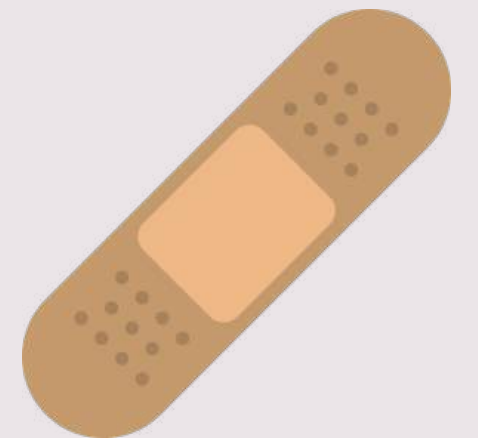
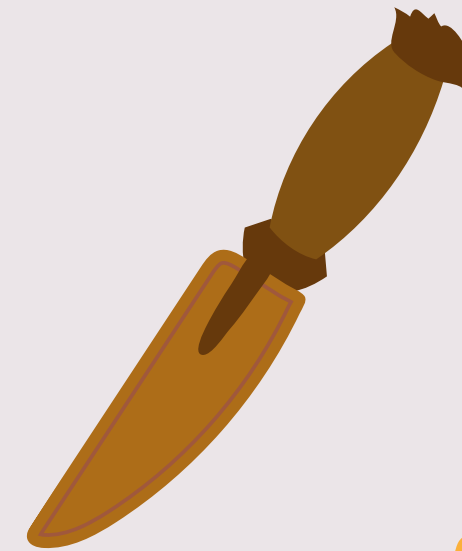
Lek nær farlige elementer



Lek som innebærer kamp



Lek med fare for å gå seg bort



LEKESLOSSING – RISIKOLEK

**VOKSNES
KONTROLLBEHOV**

Frykt

Definisjonsmakt

HMS

Ansvar



BARNES BEHOV

Erfare ubehag

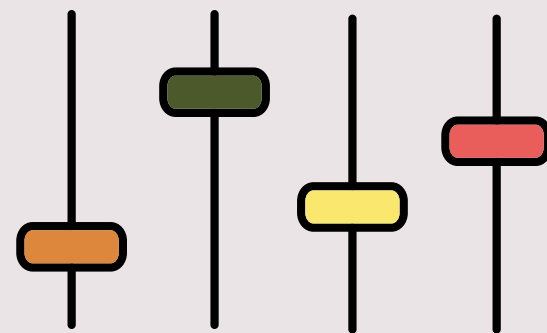
Selvregulering

Personlige grenser

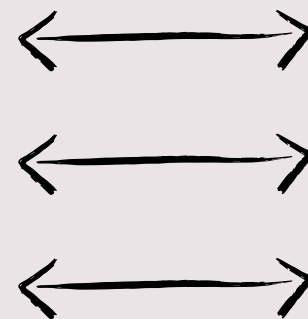
SKREKKBLANDET FRYD



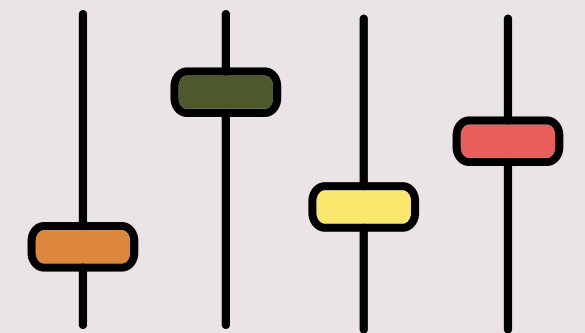
finnes i spenningsfeltet mellom



Trygghet
Kontroll
Behag



Utrygghet
Ikke kontroll
Ubehag



og man veksler mellom

FORSVARSMODUS



OPPDAGERMODUS

JEG KALLER INN TIL



KOLLEKTIV DUGNAD



Vi SKAL SAMMEN jobbe for begrepet LIVSMESTRING

RESILIENS

Robusthet

Selvregulering

Livsmestring

Problemløser

Oppdagermodus

Selvstendighet



**"DET FINNS SAKER SOM MAN MÅSTE
GÖRA, ÄVEN OM DET ER FARLIGT,
ANNARS ÄR MAN BARA EN LITEN
LORT!"**

Brødrene Løvehjerte

Tusen takk for meg!

 **friluftsløffing**

 **friluftsløffing@gmail.com**



