

LIVET SKA KÄNNAS

***En studie om lekfulla utemiljöer
för fler barn i samhället***

FÖRFATTARE	Sara Chronvall
PROGRAM/KURS	Landskapsarkitektprogrammet, Projekt i Landskapsarkitektur
	HT 2007
OMFATTNING	15 hp
HANDLEDARE	Klas Eckerberg
EXAMINATOR	Kerstin Nordin

Sammanfattning

De flesta av oss har någon gång upplevt de negativa känslor som utanförskap framkallar. Landskapsarkitektens uppgift i samhället är ofta att skapa mötesplatser som ger förutsättningar för människor att känna gemenskap och tillhörighet. Tillgänglighet och användbarhet är två nyckelord vid utformandet av en mötesplats för alla. Skapandet av fler tillgängliga mötesplatser kan vara en väg att motverka det utanförskap som personer med funktionshinder ofta upplever i samhället.

Kunskapen om att naturen stärker människans välbefinnande har använts inom vården under lång tid. I samband med den industriella revolutionen upphörde vårt direkta beroende av naturen och bidrog till att den starka roll naturen spelar i våra liv försumrades. Medvetenheten om naturens hälsobringande effekter är sakteliga på väg tillbaka och det finns idag ett flertal vetenskapliga teorier som befäster naturens betydelse för vår hälsa. Människan upplever sin omgivning genom smak-, hörsel-, syn-, känsel- och luktsinnet. Upplevelsen av omgivningen ger oss vår verklighetsuppfattning. Det är alltså genom våra fem sinnen vi känner livet. Stimulans av våra sinnen berikar vårt liv och förstärker jagkänslan. Alla människor har inte möjlighet att utnyttja alla sina sinnen till fullo och vissa behöver hjälp för att kunna göra det. Funktionshindrade barn är en grupp i samhället som är starkt beroende av yttre stimulans. Genom att skapa tillgängliga och fantasifulla utemiljöer kan vi hjälpa dessa barn att utvecklas både mentalt och fysiskt, så att de kan bygga upp ett självständigare liv.

Kandidatarbetet "Livet ska kännas" syftar till att ge en sammanfattning över hur lekmiljöer kan gestaltas för att bli mer tillgängliga och stimulerande för fler barn i samhället. Arbetet påvisar vad som krävs av lekmiljöer för att uppmuntra rörelsehindrade och synskadade barn till självständig lek. Resultatet består av en fördjupad inventering och analys av två lekmiljöer som är formgivna för alla barn samt en mycket ytlig inventering av några lekplatser i Göteborg. I arbetet ingår även kortare intervjuer med vårdpersonal och upphovsmakare till en av platserna. De analyserade miljöerna i detta arbete inspirerar till en fantasifull och stimulerande utformning. Av resultatet framgår att det finns brister i vad Göteborgs utemiljö har att erbjuda barn med funktionshinder. För barn som är i behov av vård stora delar av dygnet betyder den frihetskänsla som uteleken ger dem oerhört mycket. Vi som planerar barnens uterum måste förstå att de inte är någon enhetlig grupp som alla har samma behov och förutsättningar. Detta kandidatarbete ger en inblick i hur landskapsarkitekten kan arbeta för att bidra till en roligare vardag för fler barn i samhället.



Innehållsförteckning

Inledning	4
<i>Syfte</i>	4
<i>Metod</i>	4
Bakgrund	8
<i>Historiskt perspektiv på trädgårdens betydelse vid vård av sjuka</i>	8
<i>Tankar om naturens läkande kraft</i>	9
<i>Teoretisk förankring om sambandet mellan natur och hälsa</i>	10
<i>Den terapeutiska trädgården</i>	12
<i>Barn med speciella behov</i>	12
<i>Habilitering och Rehabilitering</i>	13
<i>Konduktiv pedagogik</i>	14
<i>Barns behov och förutsättningar till lek</i>	14
<i>En lekfull miljö</i>	16
<i>Allmänna råd och riktlinjer för utformning som passar alla</i>	21
Inventering och analys	24
<i>Lek-parken i Vårgårda</i>	24
<i>Fritis Bräcke Östergård</i>	29
<i>Diverse lekplatser i Göteborg</i>	32
<i>Sinnegruppen</i>	35
Slutdiskussion och reflektion	42
<i>Inspiration till formgivning för lek och intryck utomhus</i>	44
<i>Referenser</i>	45

Inledning

Enligt min erfarenhet är barn med funktionshinder en grupp i samhället som lätt förbises av landskapsarkitekter och andra planerare. Detta trots att behovet av stimulans genom utevistelse troligtvis är mycket stort bland just dessa barn. Förhoppningen med detta kandidatarbete är att ytterligare betona vikten av utevistelse för alla samt öka intresset av att skapa stimulerande utemiljöer som passar alla barn.

I samband med ett arbete som personlig assistent till en rörelsehindrad flicka väcktes min medvetenhet om funktionshindrade människors kärlek till utemiljöns sinnesintryck. Jag berördes djupt av att se hur lycklig hon blev av att känna regn och vind mot ansiktet, höra konstiga men roliga ljud, köra rullstol över väggupp och många andra saker som bidrog till att skapa spännande intryck. Tyvärr finns det i dagens städer mycket få lekfulla utemiljöer som är anpassade för funktionshindrade barns behov. Min önskan är att genom detta arbete fördjupa mina kunskaper och idéer om handikappsanpassade och lekfulla utemiljöer. Jag vill känna att jag har en inblick i vad funktionshindrade barn behöver och hur man kan skapa en utemiljö som ger dem detta. Jag hoppas öka mina kunskaper så att jag inom mitt framtida yrke som landskapsarkitekt kan förbättra möjligheterna för barns fysiska och psykiska välmående.

Syfte

Syftet med studien är att göra en sammanfattning över vad som krävs av en utemiljö för att den ska vara tillgänglig och stimulerande för rörelsehindrade och synskadade barn. Studien syftar även till att skapa inspiration och idéer till framtida utformningar av utemiljöer.

Metod

Platsinventering och analys

Under november och december år 2007 genomfördes besök till utemiljöer som är utformade för att tillfredställa alla barns behov. De olika platserna inventerades och analyserades sedan utifrån litteraturen i bakgrunden samt tidigare landskapsarkitektstudier. Analysen i arbetet utgår främst ifrån platsens förmåga att stimulera människans fem sinnen; smak-, syn-, hörsel-, känsel- och luktsinne. Kriterierna som är uppställda i frågor på följande sida är hämtade ur

boken *Mer åt fler på lekplatsen* som är författad av Ingegerd Harvard. Vid min platsanalys försöker jag även svara på några av dessa frågor.

Analys ur det rullstolsburna barnets perspektiv

- Fungerar markbeläggningen bra för hjälpmedel på hjul?
- Finns det rullbara ledstråk emellan lekytor och redskap? Är de tillräckligt breda för att en rullstol ska kunna ta sig fram och vända?
- Har lekmiljöns ramper godtagbar lutning och kanter som hindrar avrullning?
- Finns det kanter och trappor inom området som förhindrar framkomligheten för rullstolsburna barn?
- Har viloplatserna utformats på så vis att det finns plats för rullstolar?
- Finns det lekmoment som är upphöjda till bordshöjd, exempelvis sandlåda, affärslek eller vattenlek?
- Finns det handtag på bänkar och plattformar så att barnet har möjlighet att själv hasa ner till lekredskapet?
- Har sluttningar och trappor ledstänger? Om ja, slutar och börjar de i så fall ett stycke före och efter?
- Har till exempel lekhusen vändplats för en rullstol eller två öppningar?
- Innehåller lekmiljön redskap som stimulerar flera sinnen?
- Är lekplatsen välskött?
- Är lekplatsen lättillgänglig, med parkeringsplatser inte för långt bort och gångstråk från områden runtomkring?

Analys ur det synskadade barnets perspektiv

- Är lekmiljön väl inhägnad med tydlig planlösning för bra orientering och säkerhet?
- Har lekmiljön en tydlig ingång eller grind? I så fall är denna inbjudande?
- Finns inspringningsskydd runt eldstad och gungplats?
- Har lekplatsen visuella kontrastfärger och taktil märkning på lekredskap och inhägnader?
- Kontrasterar lekredskapens färg med bakgrunden?
- Finns det orienterande ledstråk (gärna med varierande ytstruktur) och kontrastfärger mellan lekytor och redskap?
- Är markbeläggningen spännande; känns och syns den? Exempelvis färg- och ytkontraster mellan lekytor och redskap?
- Finns det risk för snubbelolyckor, till exempel låga staket eller kanter?
- Är handtagen vid nivåöflyttning visuellt tydliga, till exempel vid klättring?
- Har lekmiljön taktilt och visuellt markerande nivåskillnader i marken vid trappor eller kanter?
- Finns det skyltar med stora färgade ytor, text eller bild för information?
- Har skyltarna punktskrift och taktila kartor eller bilder?
- Har sluttningar och trappor ledstänger? Om ja, slutar och börjar de i så fall ett stycke före och efter?
- Innehåller lekmiljön något ljud som kan hjälpa orienteringen på platsen? Exempelvis en fontän eller bjällror? Är ljuden plötsliga, obehagliga eller skrämmande?
- Är belysningen tillräckligt stark utan att vara bländande? Finns den över hela lekplatsen och på vägen dit? Kanske poängterar den vissa av lekytorna?

Ytterligare en fråga jag ställer mig:

- Upplevs platsen som omsorgsfullt och fantasifullt utformad?

Rundvandring med personal på sinnegruppen

Den femte december år 2007 genomfördes ett studiebesök på Sinnegruppen i Alingsås. Studiebesöket bestod av en rundvandring med en i personalen där hon beskrev verksamhetens pedagogik, hjälpmedel, innemiljöer och mål.

Intervjuteknik

Intervjuerna i detta arbete har bestått av telefonsamtal med berörda personer. Samtalen kan beskrivas vara semistrukturerade intervjuer i fritt format som söker en aktiv och öppen dialog, där intervjuaren kontrollerar samtalet genom att ställa relevanta frågor.¹

Metoddiskussion

Vid sökandet av utemiljöer till detta kandidatarbete ställdes så specifika kriterier som möjligt för att platserna skulle överensstämja med arbetets syfte. Detta gjordes genom samtal med kunniga personer på området och exkursioner till olika platser. Resultatet har framkommit genom inventering och analys av de besökta miljöerna. I resultatet ingår även intervjuer med vårdpersonal som tar hand om de barn som brukar platsen samt initiativtagarna till platsens utformning.

Det var förhållandevis svårt att hitta stimulerande utemiljöer som var anpassade för funktionshindrade barn i Göteborg. De platser kandidatarbetet fördjupar sig i är inte skapade av någon landskapsarkitekt utan av vårdpersonal eller privatpersoner. Detta kan både vara positivt och negativt för kandidatarbetets resultat. Positivt ur det hänseendet att de analyserade platserna är skapade av dem som brukar utemiljön och genom det speglar deras tankar om vad som bör ingå. Det skulle dock kunna ses som negativt att arbetet inte innehåller någon intervju med en yrkesverksam landskapsarkitekt som förklarar hur hon eller han tänker angående utformning av lekmiljöer för alla barn.

En styrka i arbetets metod är att inventerings och analysfrågorna är mycket tydliga. De visar klart vad som krävs för att en lekmiljö ska vara tillgänglig och användbar för fler barn. De foton som visas från de olika utemiljöerna bidrar på ett bra sätt till att klargöra positiva och negativa företeelser i platsernas utformning.

Det kan även ses som en styrka att resultatet presenterar intervjuer som sympatiserar med argumenten i bakgrunden. Intervjuerna skulle dock kunna ha varit fler och mer omfattande. Resultatet av intervjuerna hade antagligen gett en mer nyanserad bild om de intervjuade hade haft mer tid till att fundera över de ställda frågorna. Eftersom samtalen ägde rum under deras arbetstid kom arbetsuppgifter emellan och försämrade ibland deras koncentration. Det hade antagligen varit positivt för resultatet att skicka ut ett frågeformulär till de intervjuade personerna i förväg och sedan gemensamt diskutera hennes eller hans svar. Vid en större

¹ Deacon

studie hade det varit intressant att fördjupa resultatet genom att även intervjua barnen om hur de uppfattar sin utemiljö, exempelvis genom att följa med dem ut och se dem bruka platsen.

En svaghet i kandidatarbetets metod kan bestå i att platserna inte är analyserade utifrån de olika rörelsemoment som lämpligen bör ges möjlighet till på en lekplats. Detta är inte gjort då fokus i arbetet låg på att analysera lekmiljöns tillgänglighet för alla barn och inte deras behov av olika rörelser.

Ytterligare en svaghet i arbetet är att frågorna i metoden bara belyser rörelsehindrade och synskadade barns utelekskriterier. På grund av kandidatarbetets mindre omfattning är inte utvecklingsstörda, hörselskadade och autistiska barns behov med i arbetets analys (se bilaga). Vid analysen av de olika platserna är inte alla frågorna i metoden ställda utan bara de som varit applicerbara på den specifika platsen. Platserna är bedömda utifrån kriterierna i arbetets metod och jämförs inte med varandra.

Källkritik

Citaten i kandidatarbetet är emellanåt tagna ur en andrahandskälla. Tidsbrist har medverkat till att de inte alltid refererats till sin ursprungliga källa.

Det har varit tämligen svårt att få tag i relevant litteratur. Det finns mycket litteratur inom området lekmiljöer, men den tar sällan upp de kriterier och behov som funktionshindrade barn har på lekmiljön. I brist på detta stödjer sig kandidatarbetets bakgrund även på information ur böcker som behandlar alla människors samt äldre med stort vårdbehovs önskan av stimulerande utemiljöer.

De foton som ingår i arbetet är mycket beskrivande. Fotona är dock tagna under hösten vilket kan bidra till att utemiljöer ibland ser tristare ut än vad de är i verkligheten.

Bakgrund

Professor Aaron Antonovski är doktor i medicin och har utarbetat begreppet Kasam, som på svenska kan översättas till människans känsla av sammanhang. Kasam definierar människans förmåga att förstå de sammanhang i tillvaron som inverkar på hennes välmående i livets olika skeenden. En individ med hög Kasam besitter stor självtillit och kan lättare hantera svåra och obegripliga situationer hon råkar ut för. Hög Kasam bidrar till att man ser utmaningar i omvärlden istället för krav och orättvisor. Doktor Antonovski hävdar att en människas Kasam utvecklas vid ung ålder och beror till stor del på människans erfarenhetsbasis. En tänkbar fråga är om en god utemiljö med hög kvalitet stärker människans känsla för sammanhang och bidrar till en hög Kasam och bättre hälsa.² I det följande kapitlet presenteras vikten av utevistelse för alla med speciell tyngdpunkt på barns behov.

Historiskt perspektiv på trädgårdens betydelse vid vård av sjuka

Det har under hela trädgårdshistorien talats om trädgårdens läkande förmåga, även om dessa uttalanden och berättelser inte alltid varit medicinskt vetenskapligt underbyggda. Exempelvis berättar Voltaire om Candide som efter sökandets alla prövningar till sist finner visdom och frid genom att odla sin egen trädgård. Robert Burton skriver i sin bok *The Anatomy of Melancholy* ("Melankolins anatomi") om att långsamma trädgårdspromenader är det bästa botemedlet mot melankoli³ och det sägs att man redan under Antikens Grekland ordinerade patienter helande promenader i trädgården.⁴

Konstigt nog dröjde det lång tid innan västvärlden började utnyttja trädgården inom vården.⁵ Under de senaste tvåhundra åren har naturens positiva inverkan på det mänskliga psyket främst tagits till vara på inom psykiatrin. Under 1800-talets var mentalsjukhusen hemska och bestod vanligtvis av att man isolerade patienter från omvärlden i exempelvis källare. Detta ledde till att sjukhusinriktningen humanismen utvecklades och en ny sorts mentalsjukhus växte fram på många håll i Tyskland och framförallt i USA. Dessa mentalsjukhus byggde på arbetsterapi för patienterna och utvecklades till närapå helt självförsörjande enheter där vissa patienter kom att spendera hela sina liv. Patienterna föreskrevs bland annat arbete i vävsalar, sömnadsavdelningar, skomakerier och möbelsnickerier. Mentalsjukhusen omgavs av stora parker och odlingsträdgårdar som sköttes av de intagna. Det meningsfyllda arbetet gav många positiva hälsoeffekter på patienterna varav den främsta kanske var den ångestdämpande

² Grahn

³ Norfolk

⁴ Sandberg

⁵ Norfolk

effekten arbetet gav. Även patienter med störd verklighets och tidsuppfattning fick även hjälp då de vistades ute och kände av tidens naturliga växlingar.⁶

Den nya synen på mentalsjukhus och patienters behandling kom till Sverige under andra hälften av 1800-talet. Aktivitetsdoktor Ernst Westerlund (1839-1924) använde sig av utemiljön vid behandling av sina patienter. Han lade grunden till dagens arbetsterapi då han redogjorde för vikten av individualitet, meningsfullhet och sammanhang i aktivitet och arbete. I Sverige kallas han inte sällan för arbetsterapiens fader. När psykofarmaka samt andra mediciner kom och lindrade många symptom föll trädgårdsarbete som läkande kraft inom psykiatri och annan sjukvård i glömska.⁷

I samband med industrialismens frammarsch under början av 1900-talet tappade vårdinrättningarna kontakten med naturen. Människans plats i det naturliga kretsloppet försumrades då det uppenbara beroendet av naturen minskade. Under sent 1900-tal började så sakteliga intresset för natur och miljö växa igen. Tyvärr hade redan alltför många sjukhusparker växt igen eller bebyggts och växthusen rivits.⁸

Den handikappsanpassade trädgården har sin utgångspunkt i Storbritannien. Vid de bägge världskrigens slut växte efterfrågan av lättillgängliga och rogivande miljöer för de psykiskt och fysiskt skadade soldaterna som återvände hem. I mitten av 1940-talet växte så tanken om att människan trots handikapp skulle kunna leva ett aktivt vardagsliv. Detta ledde till att en ny yrkeskategori utvecklades, arbetsterapeuter. Redan vid 50-talet hade kunskapen spridit sig till Sverige och utbildningar i arbetsterapi startades även här. Det blev nu viktigt att återanpassa människan till arbetslivet, dagens form av rehabilitering lade sin grund.⁹

Tankar om naturens läkande kraft

År 1982 lade en FN – kommission fram en deklARATION vid namn World Charter of Nature vari man författade följande slutsats:

”Civilisationen har sin grund i naturen som har skapat den mänskliga kulturen och påverkat alla konstnärliga och vetenskapliga verk. Människan har de bästa förutsättningarna att utveckla sin kreativitet, att vila och att få nödvändig rekreation om hon lever i harmoni med naturen.”¹⁰

Genom att odla en trädgård får vi möjlighet att lätt vårda vårt arv och samtidigt ta del av naturen krafter. En trädgård är som en miniatyrvärld av den stora naturen. En liten trädgårdsdamm minner om en stor sjö och den vattensköljda stenen där i blir till en mäktig klippa, samtidigt som några träd ger sinnebilden av en vidsträckt skog.¹¹

Johan Ottoson beskriver i boken ”Möjligheternas Trädgård” betydelsen av naturen i olika livskriser. Han menar att när relationer till andra människor upplevs som komplicerade och

⁶ Sandberg

⁷ Sandberg

⁸ Sandberg

⁹ Sandberg

¹⁰ Norfolk, s37

¹¹ Norfolk

krävande kan man börja med att hämta kraft ur enklare relationer, exempelvis relationen till ett dött ting. Ottosson berättar om sin relation till en sten då han rehabiliterades efter en stroke. Stenen, med sitt täcke av lavar och mossor i olika nyanser av grönt, utstrålade för honom tidlöshet, lugn och harmoni. Han upplevde det som att stenen talade till honom: ”Jag har funnits här alltid och kommer alltid att finnas här, mitt hela värde är att jag finns till, och vad du än gör har ingen betydelse för mig.”¹² Stenen talade inte till honom i ord utan i känslor, detta gjorde kommunikationen dem emellan enkel men stark. Relationen till stenen gav Ottosson en känsla av lugn, trygghet och harmoni.¹³

Natur och trädgård väcker den skapande människan som finns inom oss alla. Detta ger upphov till kommunikation och samspel på flera olika nivåer. Rädsla, oro och lidande kan förminska medan verklighetsuppfattningen förstärks. I trädgården ges möjlighet att självständigt och i sitt eget tempo bearbeta känslor och förstärka sin jagkänsla.¹⁴

Den Hemliga Trädgården, författad av Frances Hodgson Burnett, är en barnbok som mycket vackert skildrar naturens läkande förmåga. Berättelsen handlar om en bortskämd men ensam engelsk flicka, Mary Lennox, som skickas för att bo hos sin okända farbror på landet i Yorkshire Dales, England. I hans stora trädgård hittar hon en mystisk mur, bakom muren döljer det sig en underbar men bortglömd trädgård. Hon tar hand om trädgården och ser snart dess förmåga att lindra hennes farbrors sorg, hennes kusin Colins långvariga sjukdom och hennes egen förtvivlan. I boken upplever man hur den sjuke Colin får lämna sin bädd och komma ut i trädgårdens grönska. Han förundras över alla intryck, gräset och träden, blommornas doftar, binas surrande och solens milda strålar som värmer hans kropp och själ. Hans upplevelse släpper naturens helande krafter fria och ger honom styrkan att bekämpa sin sjukdom. Han ropar till Mary: ”Jag skall bli frisk, jag skall bli frisk! Och jag skall leva i evigheters evighet!”¹⁵

Vi ägnar otroligt mycket tid och pengar på att själva se snygga ut medan vi ofta glömmer bort betydelsen av att även försköna vår omgivning. Trots detta finns det idag medicinsk forskning som visar ett nära samband mellan det mentala välbefinnandet och hur det ser ut omkring oss.¹⁶

Teoretisk förankring om sambandet mellan natur och hälsa

Dagsljus, frisk luft och grönska sägs alla ha en välgörande effekt på människan. Under de senaste decennierna har ett flertal studier gjorts på hur dagsljuset påverkar vår hälsa. Vi känner även till vikten av frisk inandningsluft och att den generellt är friskare utomhus än inomhus trots trafikbelastade utemiljöer. Det dröjde dock ända tills 1984 innan någon forskning som konstaterade naturvyns betydelse för vår hälsa presenterades.¹⁷

¹² Sandberg, s9

¹³ Sandberg

¹⁴ Sandberg

¹⁵ Norfolk, s24

¹⁶ Norfolk

¹⁷ Ottosson, Grahn

En teori säger att människan svarar på olika sinnesintryck genom att skapa hormonella processer. Då människan får se och uppleva naturens krafter stimuleras positiva hormonella processer som leder till ett förbättrat immunförsvar.¹⁸

En annan teori författad av psykologerna Rachel och Stephen Kaplan förklarar att naturupplevelser ger våra ofta överbelastade hjärnor ny kraft.¹⁹ I dagens moderna samhälle utsätts våra hjärnor ständigt för ny information. Den till synes oändliga strömmen av ljud- och synintryck gör att vi ideligen måste fatta beslut och göra val. Detta är självklart mycket tröttsamt för vår hjärna. Vid oavbruten och lång vistelse i dessa miljöer orkar man tillslut mindre. Man känner inte igen sig själv och blir känslig, irriterad, okoncentrerad, intolerant och kanske till och med aggressiv. Dessa känslor resulterar allt som oftast i ett depressionstillstånd. Paret Kaplans teori menar att vi i situationer som ovan använder oss av en såkallad *riktad uppmärksamhet*. Med riktad uppmärksamhet menas att vi hela tiden måste sortera ut oviktiga sinnesintryck för att kunna fokusera på det viktiga (exempelvis vårt arbete eller bilkörning). Denna typ av uppmärksamhet kräver stor koncentration och är mycket påfrestande för hjärnan i längden. För att samla krafter och byta miljö söker vi oss ofta till naturen. När vi befinner oss i ett naturlandskap är vår uppmärksamhet av en annan typ, den *spontana uppmärksamheten*. Denna uppmärksamhet är beroende av en varierande, intresseväckande och lockande miljö. En miljö som kan väcka intresse och engagemang utan att belasta hjärnan nämnvärt, där sinnena omedvetet och avslappnat kan registrera omgivningen; vindens ljud då den blåser genom träden, bäcken porlande, skogens doft och stigens slingrande väg. Den spontana uppmärksamheten kräver inget av oss utan ger oss en stimulerande avkoppling. På så vis bidrar den till vår mentala jämvikt och ger oss kraft att fortsätta det vardagliga livet.²⁰

Ytterligare en teori presenteras av Roger Ulrich och bygger på att människan som biologisk individ är anpassad till att leva i och med naturen. Ulrich menar att det är i naturen vi har våra nedärvda minnen och kan reagera känslö- och reflexmässigt. Han säger att vi mår som bäst i en omgivning där vårt genetiska arv berättar för oss att här kan vi överleva. Dessa omgivningar ska helst vara öppna och ljusa naturområden (likt en savann) där man kan skymta vatten. Det ska finnas möjlighet till skydd, i exempelvis en trädunge, som vi helst vill ha bakom vår rygg. Enligt Ulrich är vi alltså som mest harmoniska då vi har fri sikt, nära till vatten och en tillflyktsort inom räckhåll. I det moderna samhället, som enligt Ulrich är en onaturlig miljö för vår hjärna, tvingas vi använda det logiska tänkandet och kan inte reagera efter våra känslor på samma sätt som vi gör i en naturlig miljö. De onaturliga situationerna vi ofta befinner oss i, vid exempelvis bilkörning och krånglande datorer, skapar stress och otrygghet vilket ger reaktioner på blodtryck, puls, svettning, muskelspänning, hormonbalans med mera.²¹

Det är även troligt att kulturella värderingar spelar in i vår kärlek till naturen. Den allmänna uppfattningen i Sverige är att naturen har stort värde och vi vill därför att våra barn tidigt ska få en relation till den. Naturen ger oss starka känslor vilket har skapat betydelsefulla minnen. Det är ur dessa positiva och starka minnen vi hämtar vår kraft. Denna kraftkälla vill vi föra vidare till våra barn.²²

¹⁸ Sandberg

¹⁹ Ottosson, Grahn

²⁰ Sandberg

²¹ Ottosson, Grahn

²² Sandberg

Den terapeutiska trädgården

En trädgård att vårda i kan fungera på olika vis. Den kan bestå av terapeutiska miljöer som ska stimulera våra sinnen under hela dagen och alla årstider. En såkallad sinnesträdgård ska bjuda på omväxling och bestå av olika rum för gemenskap och avskildhet.²³ Eftersom naturen avspeglar livets rytm är det mycket viktigt att trädgården innehåller växter som tydligt visar årstidernas skiftningar i både aktivitet och passivitet. En trädgård med mycket vintergrönt ger en uppfattning om att tiden står stilla vilket bidrar till att man kan känna sig avskärmad från världen. I en terapeutisk trädgård är brukarna kanske inte synbart aktiva men det är viktigt att förstå att ett passivt deltagande också skapar upplevelser och känslor.²⁴

Trädgårdar för vård som ställer högre krav på planering är behandlings- och rehabiliteringsträdgårdar. Trädgården ska då utformas med utgångspunkt i brukarnas individuella behandlingsplaner, önskemål och idéer. Den skall även bygga på kunskaper om den aktuella verksamheten. I en behandlingsträdgård ska brukaren öva upp färdigheter genom sinnesstimulans, övningar i grovmotorik, finmotorik, balans och intellektuella funktioner. Trädgården ska erbjuda såväl kravlös och stillsam delaktighet i naturen som tung fysisk aktivitet. För att fysiska, kognitiva och psykiska problem ska kunna behandlas krävs det att trädgårdens utformning och innehåll stödjer sig på medicinska, anatomiska, neuropsykologiska och beteendevetenskapliga kunskaper.²⁵

Den viktigaste kvaliteten trädgårdsterapi besitter är att ålder, kön och erfarenhet inte har någon betydelse. All träning går att anpassa till vad individen klarar av, behöver och vill.²⁶

Barn med speciella behov

I Sverige fanns det år 2006 cirka 10 000 rörelsehindrade barn mellan två och sjutton år, 2200 barn med synnedläggelse och 8800 med hörselskada.²⁷

Att ett barn får rörelsehinder från tidig barndom eller födsel kan bero på flera olika sjukdomar och skador. De vanligaste är Cerebral Pares skada (CP-skada), ryggmärgsbräck, muskelsjukdomar och skelett- eller ledmissbildningar. Juvenil reumatoid är även förekommande. Barnen har många gånger kombinationshandikapp såsom syn- och hörselskador och epilepsi vilket kan försvåra deras rehabilitering. Ungefär 40 % av dessa barn är även försenade i utvecklingen.²⁸

Funktionshinder kan definieras som "... varaktiga fysiska, psykiska eller begåvningsmässiga begränsningar av funktionsförmågan som till följd av en skada eller en sjukdom fanns vid födseln, har uppstått därefter eller kan förväntas uppstå".²⁹

²³ Sandberg

²⁴ Dahlenborg

²⁵ Sandberg

²⁶ Sandberg

²⁷ Harvard

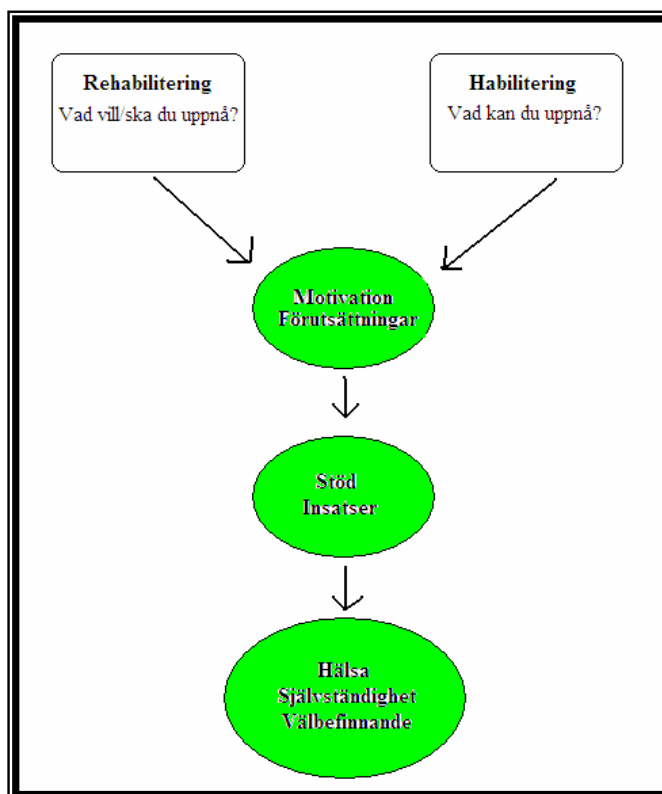
²⁸ Caplan, Sparre

²⁹ Definition av funktionshinder- Högskolan i Halmstad

Habilitering och Rehabilitering

”Begreppet habilitering används då man talar om återgårdar, som syftar till att en individ ska uppnå och upprätthålla en funktion som tidigare inte funnits. Det är alltså en viktig skillnad jämfört med vid rehabilitering då syftet är att återfå en funktion som gått förlorad”.³⁰

Insatser vid habilitering av ett funktionshindrat barn syftar till att hjälpa barnet till fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande. Detta görs i den utsträckning det är möjligt då man anpassar sig efter hennes/hans förutsättningar, behov och möjligheter.³¹



Modellen ovan är utvecklad av U.Bronfenbrenner, USA (Caplan., Sparre, s13)

Habilitering handlar om att använda rörelser som bas för barnens utveckling, man vill samordna träningen med det vardagliga livet. Inom habilitering av barn använder man sig av olika moment/lekar för att fånga in och upptäcka barnens individuella möjligheter och hinder. Lekarna bygger på kommunikation, vardagsaktiviteter, verklighetsuppfattning, motorik och estetisk verksamhet.³² Kommunikation består många gånger av teckenspråk och symbolspråk. Rörelseträning ska utveckla både finmotorik och grovmotorik och bygger ofta på aktiviteter såsom gymnastik, ridning, bollspel och simning. För att förbättra barnens verklighetsuppfattning tränar man på mottagandet och tolkandet av de sinnesintryck som ger oss en bild av vår verklighet. Inom habilitering av funktionshindrade barn ingår även övningar som ska förbättra barnets tidsuppfattning, kroppsuppfattning, rumsuppfattning, kvalitetsuppfattning, kvantitetsuppfattning och orsaksuppfattning. Centrala moment inom barnets rörelsehabilitering består i att stimulera och uppmuntra hennes eller hans egna rörelser och lösningar på motoriska problem. Sjukgymnastikens mål är att förbättra och bibehålla styrka, balans, kondition, uthållighet och koordination. Man vill med hjälp av detta förhindra felställningar och kontrakturer. Genom gymnastiken får barnet mod och djärvhets att utföra fler rörelser och hjälper på så vis träningen framåt. Även intellektuell och känslomässig mognad stimuleras då man förbättrar möjligheterna till motorisk och sensorisk utveckling.³³

Socialtjänstlagen (SoL), hälso- och sjukvårdslagen (HSL), Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS) och Lagen om assistansersättning (LASS) är de lagar som

³⁰ Caplan, Sparre, s11

³¹ Caplan, Sparre

³² Caplan, Sparre

³³ Caplan, Sparre

ligger till grund för individens rätt till insatser och stöd när det gäller rehabilitering och habilitering. Dessa lagar anger de krav som skall uppfyllas av verksamheter aktiva inom detta område. Här finns bland annat en lag som kräver att kommuner och landsting eller regioner tar ansvar för att upprätta individuella habiliterings- och rehabiliterings planer. Lagarna är till för att ge brukaren möjlighet att kvalitetssäkra sin vård.³⁴ En ytterligare lag som berör funktionshindrade barn är Plan och Bygglagen (PBL). Den ställer idag krav på att offentliga lektytor anpassas till alla barn. Lagen uppfodrar till en ny syn på lekmiljön och ett nytänkande bland planerare. Lekmiljöers utseende har nämligen varit desamma i decennier och inte utvecklats i takt med att synen på våra barns rätt till delaktighet, lek och skapande förändrats.³⁵ Barnkonventionen påpekar i synnerhet att ”fysiskt eller psykiskt handikappade barn bör åtnjuta ett fullvärdigt och anständigt liv under förhållanden som främjar självförtroendet och möjliggör barnets aktiva deltagande i samhället.”³⁶

Konduktiv pedagogik

”När kroppen säger mer än orden”³⁷

Konduktiv pedagogik syftar till ett nytt synsätt på barn med funktionshinder. Det är en specialpedagogik som stödjer sig på Petömetoden. Petömetoden är en reaktion mot bristerna i den passiva och inaktiva behandling som ofta möter funktionshindrade barn. En central fråga inom pedagogiken är vilken hjälp barnen får av sin omgivning för att kunna använda sin kapacitet? Denna frågeställning leder till att barnets egen aktivitet bildar kärnan i konduktiv pedagogik.³⁸ All inlärning sker igenom aktivitet och det ska vara roligt att vara aktiv. Detta betyder att barnet måste vara motiverat för att kunna lära sig. Vid behandling av barn handlar det därför huvudsakligen om att motivera till lärande genom lek. Barnet uppmuntras till att hitta sina egna styrkor och anpassa dem efter de utmaningar de möter i vardagslivet. Målet är att barnet ska kunna få ett så självständigt liv som möjligt.³⁹ Konduktiv pedagogik fokuserar på att förstärka det friska, se helheten och bejaka barnets potential.⁴⁰

Barns behov och förutsättningar till lek

Alla borde leka mer. Åtskilliga filosofer har genom tiderna hävdats att det är genom lek vi utvecklar våra personligheter och många pedagoger anser att lek borde ligga till grund för all barnuppfostran.⁴¹ Vid leken utvecklar vi våra sociala, känslomässiga och motoriska förmågor samtidigt som mod och självkänsla förstärks.⁴² Den tyske pedagogen Friedrich Fröbel var grundaren till en ny sorts undervisning i Tyskland. Han ansåg att den ideala förskolan var en trädgård där barnen kunde lära genom aktiva lekar. Härifrån kommer det tyska ordet för förskola *Kindergarten*, på svenska barntädgården.⁴³

³⁴ Caplan, Sparre

³⁵ Harvard

³⁶ Hammarberg, s43

³⁷ Petö pedagogiken (konduktiv pedagogik) i Växjö

³⁸ Petö pedagogiken (konduktiv pedagogik) i Växjö

³⁹ Bräcke Östergård

⁴⁰ Petö pedagogiken (konduktiv pedagogik) i Växjö

⁴¹ Norfolk

⁴² Harvard

⁴³ Norfolk

Barn behöver känna gemenskap. Gemensamma upplevelser skapar känslor av tillhörighet och kan för funktionshindrade barn bidra till att de känner mer lika andra barn. Barn med rullatorer och rullstolar kan exempelvis också plaska i vattenpölar tillsammans med andra barn. Det är mycket viktigt att de vuxna som tar hand om barn förstår att lek inomhus inte kan tillföra de upplevelser och signaler som utelek kan, och därför aldrig på något sätt kan ersätta utevistelsen.⁴⁴ Trädgårdar har alltid fungerat som mötesplatser, ett område där man träffas för att prata, spela spel, underhålla sina vänner med mera.⁴⁵ Vid uteleken kan barnet uppleva oväntade saker och skapa kontakt med andra barn. Genom samspel med jämnåriga får barnen möjlighet att utveckla sina sociala färdigheter.⁴⁶

Barn lär sig att uttrycka sig genom talat språk, skriftspråk eller teckenspråk i samspel med sin omgivning.⁴⁷ De bästa förutsättningarna för ett barns språkutveckling skapas när språket är knutet till situationen, materialet, processen eller fantasin. Ordet får en tydligare innebörd då vi lär oss det samtidigt som vi ser, håller i eller gör något med saken eller begreppet.⁴⁸

Hos ett funktionshindrat barn kan handikappet hämma hennes/hans utveckling och påverka personligheten, forskning visar dock att utemiljön kan ha en förebyggande effekt på detta. Uteleken är för ett barn med funktionshinder av mycket stort symbolvärde. Många av barnen är i ständigt behov av omvårdnad och måste spendera mycket tid inomhus, uteleken kommer därav att symbolisera *frihet*.⁴⁹

Barn med rörelsehinder är ofta beroende av rullstol eller gåhjälpmedel för att självständigt kunna förflytta sig. Ett barn som bara kan röra armarna mår bra av att känna kroppen i rörelse genom att exempelvis få gunga, vicka, studsa, rulla eller rutscha. De måste få möjlighet att komma nära olika moment genom att ha dem i bordshöjd. Exempel på saker som går att höja är en fontän, en växtbädd eller en sandlåda.⁵⁰

Synskadade barn har svårt med orientering på en plats och behöver en tydlig anpassning för att hitta. Det är viktigt att miljön inte är för komplicerad, därför är samlade rum bättre än utspridda. Man skall kunna träna sig på att hitta samtidigt som man upplever olika saker. Orienterbarheten underlättas om man använder hårda material med distinkta kanter, barnet kan till exempel hålla sig i murar och följa dessa runt.⁵¹ Stora skyltar med punktskrift och stor text är viktigt samtidigt som kontrasterande färger i miljön underlättar för en synskadad.⁵² Talande skyltar som kan aktiveras med en knapptryckning eller en fjärrkontroll är också en idé.⁵³ Utomhusinstrument är ett lekredskap som kan vara extra roligt för ett barn med synskada. I en lekmiljö som är visuellt och taktilt anpassad kan det vara svårt för en utomstående att urskilja det synskadade barnets lek ifrån andra barns lek.⁵⁴

För barn med hörselskada kan ljud såsom plötsliga höga ljud, trafikbuller och många röster upplevas som störande på grund av hörselapparaten. Kraftiga ljud som skapar vibrationer i

⁴⁴ Sandberg

⁴⁵ Norfolk

⁴⁶ Harvard

⁴⁷ Bjar, Liberg

⁴⁸ Norén-Björn, Mårtensson, Andersson

⁴⁹ Harvard

⁵⁰ Harvard

⁵¹ Sandberg

⁵² Harvard

⁵³ Svensson

⁵⁴ Harvard

kroppen kan däremot vara en spännande upplevelse. För hörselskadade barn är det viktigt att få möjlighet att träna sin balans då de ofta har problem med denna.⁵⁵

För autistiska barn är det viktigt med lugn och ro då de annars kan ha svårt att ta in sin omgivning. I en stillsam, bullerfri och gärna lite avskild miljö kan barnet ha lättare att förstå exempelvis hur man använder olika lekredskap. Även visuella och taktila anpassningar är positiva för det autistiska barnet då det skapar trygghet, bättre överblick och en tydligare orientering.⁵⁶

Utvecklingsstörda barn leker ofta även som vuxna och behöver därför lekredskap eller andra upplevelser som är anpassade för en vuxen kropp.⁵⁷

Ett rörelsehinder och en synskada är exempel på två funktionshinder som kan kräva motsatta anpassningar av utemiljön. Det är viktigt att komma ihåg att försöka balansera insatserna för en handikappgrupp så att inte en annan hamnar i kläm.⁵⁸

Sömn är vitalt för att kroppens återhämtningsmekanismer ska fungera. Utelek bidrar till bättre sömn och en promenad i naturen på kvällen innan man somnar kan fungera som ett utmärkt sömnmedel, experiment tyder på att rytmen i moderns gång är den bästa takten att vagga ett barn till sömns i.⁵⁹

Leken är viktig för alla barns psykiska och mentala hälsa. Barnens mentala hälsa stimuleras genom att bli sedd och våga ta kontakt, att vara annorlunda utan att skämmas, lära av andra, få impulser, inspiration, erkänsla och mycket mera. Det fysiska bidraget av leken är kanske speciellt viktigt hos ett funktionshindrat barn då den kan förbättra svaga muskelgrupper, träna upp ledernas rörelseförmåga, rätta till felaktiga rörelsemönster, träna kognitions- och perceptionsförmågan, förbättra orienteringsförmågan och stimulera sinnesorganens samordning.⁶⁰

En lekfull miljö

Vid planering av en lekfull miljö bör barnet ses som en individ vilkas kontakt med utemiljön ska prövas utifrån hennes eller hans egna förutsättningar. Detta synsätt ger funktionshindrade barn större legitimitet för sina behov och utmanar landskapsarkitekten vid sin utformning av utemiljöer.⁶¹

De flesta människors första intryck av skönhet är knutna till naturlandskap, även små barn i fyra- femårsålder talar spontant om naturens prakt. Trädgården eller lekmiljön ska inte bara stimulera våra *fem sinnen* utan även locka till fantasi.⁶²

⁵⁵ Harvard

⁵⁶ Harvard

⁵⁷ Harvard

⁵⁸ Sandberg

⁵⁹ Norfolk

⁶⁰ Harvard

⁶¹ Harvard

⁶² Norfolk

Den första känslan en plats förmedlar beror ofta på entréns eller grindens utseende, det är därför viktigt att tänka igenom vad den ska signalera för budskap. Ska den kännas välkomnande eller stängd?⁶³ Ska grinden vara synlig i staketet eller osynlig? Staketets och grindens utseende beror mycket på hur omgivningen ser ut, kanske behövs det inte något staket alls.⁶⁴

Planera in de fyra elementen för att uppmuntra barn till att bättre förstå, respektera och uppskatta naturen.

Det ska självklart finnas vindstilla ställen på en lekplats men låt även *vinden* komma in och bli en del av upplevelsen på platsen. Genom att barn får känna vinden kan de känna och förstå dess kraft och riktning. En vindflöjel eller saker som skapar ljud då vinden tar tag i dem kan vara roliga inslag i en utemiljö. Plank och växtlighet fungerar bra som vindskydd, för att kunna luckra upp vinden på ett bra sätt får planket dock inte vara för tätt byggt.⁶⁵ Få ljud är så lugnande som lövens prasslande när vinden tar tag i dem. Ett citat ur boken *I grönan skog* av Thomas Hardy beskriver den varierande musik trädens skapar: ”När brisen kommer snyftar och jämrar sig tallen; järneken viner när den kämpar med sig själv; asken väser när den skälver, boken frasar när dess utsträckta grenar höjer och sänker sig. Vintern, som stämmer om tonen i träden när löven faller, förstör ändå inte deras personlighet.”⁶⁶



⁶³ Norén-Björn, Mårtensson, Andersson

⁶⁴ Dahlenborg

⁶⁵ Norén-Björn, Mårtensson, Andersson

⁶⁶ Norfolk, s107

Eld, sol och ljus bör finnas på en plats för barn.⁶⁷ Elden var ett av de centrala elementen i naturfolkens gamla religioner och var även av mycket stor betydelse för de första människorna, en gåva från gudarna och ett första steg mot civilisationen.⁶⁸ Planera till exempel för en eldstad på platsen som kan användas till korvgrillning och skapa en upplevelse av brasans värme med mera. En plats ska planeras med tanke på solens rörelse, skapa gärna solhörner men glöm inte att barn behöver skugga när de leker.⁶⁹ Genom att medvetet skapa mörka mindre rum och ljusa öppna ytor skapas en spännande kontrast emellan mörker och ljus.⁷⁰



Vatten har alltid varit ett viktigt inslag inom trädgårdskonsten, då framförallt inom de grekiska och romerska trädgårdarna.⁷¹ Med vatten kan man skapa mycket roligt och det är ofta väldigt intresseväckande hos barn. Planera till exempel in en bäck eller en fontän på platsen. Av ekonomiska och miljömässiga skäl är det positivt om vattnet cirkulerar. En gammaldags brunn som kräver fysisk aktivitet för att pumpa upp vattnet är ett mycket bra inslag i de flesta lekmiljöer. Regnvatten är gratis men leds ofta bort, försök istället utnyttja det i formgivning. För att lätt skapa ett vackert och renande vattenfall kan man ta hjälp av snäckskalsliknande plattor som finns att köpa på marknaden. Stående vatten ska av säkerhetsskäl inte finnas på platser skapade för barn.⁷² Genom att höja vattenarrangemanget så att även rörelsehindrade barn kan känna på vattnet ökar man säkerheten. För barn med nedsatt syn eller andra orienteringsproblem gör vattnets ljud det lättare att hitta på platsen.⁷³

Sist men verkligen inte minst så har vi **jorden eller marken** som är en ytterst viktig faktor för att förstå helheten i kretsloppet.⁷⁴ Genom att skapa upphöjda växtbäddar blir rabatter tillgängliga för personer med rörelsehinder. Det kan finnas växtbäddar man kan stå, sitta och ligga vid.⁷⁵



Barn bör få en egen liten jordplätt att odla på så tidigt som möjligt. Genom att rabatten ges tydliga gränser, i form exempelvis småsten eller snäckskal, utvecklas barnets rumskänsla. Människan känner en sorts tillfredsställelse då hon odlar sin egen bit jord. Känslor som

⁶⁷ Norén-Björn, Mårtensson, Andersson

⁶⁸ Norfolk

⁶⁹ Norén-Björn, Mårtensson, Andersson

⁷⁰ Bengtsson

⁷¹ Norfolk

⁷² Norén-Björn, Mårtensson, Andersson

⁷³ Sandberg

⁷⁴ Norén-Björn, Mårtensson, Andersson

⁷⁵ Sandberg

tillhörighet, egen kontroll och eget ansvar växer inom oss då vi får odla.⁷⁶ Utnyttja gärna en nivåskillnad som kan kännas som ett hinder till att bli en upphöjd växtbädd. I växtbäddarna eller odlingslådorna kan man förutom växterna placera in föremål som är spännande att se och känna på. Hårda, mjuka, släta, skrovliga, varma, kalla, tunga, lätta material att känna på gör platsen till en upplevelse även under vinterhalvåret.⁷⁷

För att lekmiljön ska fungera som en bra mötesplats som signalerar gemenskap bör det finnas moment eller lekredskap som man kan använda och uppleva tillsammans med andra. Det ska finnas möjlighet till stillsamma möten på platsen i förslagsvis trädgångar, paviljonger, vid ett gemensamt utomhusmatbord eller vid en grillplats. Dessa kan fungera som lugna platser där man kan dra sig undan och hämta andan, samtidigt som de kan fungera som sol- och vindskydd. De lugna och de aktiva zonerna på en plats för barn ska hållas isär så att de som behöver lugn inte störs. En tydlig rumsindelning av olika aktiviteter stödjer även orienteringsförmågan. Det bör finnas upphöjda ytor på platsen, som i barnets ögon kan förvandlas till ett berg att bestiga. På kullar eller i klätterställningar får man möjlighet att skapa sig en överblick över platsen. För rullstolsburna barn som oftast ser sin omgivning nerifrån är det viktigt att få uppleva hur platser och människor ser ut ur ett ovanifrån.⁷⁸ En variation av skala på platsen skapar spännande upplevelser för barn; stora rum och små rum, öppna ytor, små krypin och trånga passager.⁷⁹

På platser för barn placeras nästan alltid färdigproducerade lekredskap. De flesta företag som producerar lekredskap tillverkar diverse produkter som är anpassade för barn med funktionshinder. Det bör finnas ledstråk eller varierande markbeläggning vid eller emellan lekredskapen för att stödja orienteringsförmågan för synskadade barn. Lekredskapens färg ska kontrastera väl med sin bakgrund, de ska ha taktill märkning och många stödjande handtag.⁸⁰

Vid planerandet av en lekmiljö ska man vara noggrann med att se helheten men även detaljerna. En promenadväg som ska locka bör börja med att något fångar ens intresse som till exempel en vacker trädgårdsgrind eller en klättrväxtbåge. Det ska finnas saker att upptäcka längs med gången, kanske något man först bara kan ana bakom en mur men som när man kommer närmare bjuder på en upplevelse. När intresset ständigt väcks på nytt följer fötterna lätt dit blicken faller.⁸¹ Ett konstverk kan exempelvis vara mycket spännande att se och känna på. Det finns konstnärer och skulptörer som specialiserat sig på konst till barn.⁸² För att rörelsehindrade lätt ska kunna ta sig ut och känna på omgivning bör man vara restriktiv med att anlägga kanter längs med gångvägen.⁸³ Det är fördelaktigt att placera en ledstång eller ett räcke som den gående kan stödja sig emot längs med promenadvägen.⁸⁴ För att underlätta orientering för det synskadade barnet kan ledstången eller räcket innehålla inbyggd information eller något roligt mönster att känna på.⁸⁵ Det finns taktilla mönster som översätts till olika färger. Det är en bra idé att bland annat använda dessa för att förklara omgivningen för synskadade.⁸⁶

⁷⁶ Norfolk

⁷⁷ Sandberg

⁷⁸ Harvard

⁷⁹ Bengtsson

⁸⁰ Harvard

⁸¹ Norfolk

⁸² Norén-Björn, Mårtensson, Andersson

⁸³ Dahlenborg

⁸⁴ Dahlenborg

⁸⁵ Harvard

⁸⁶ Taktilla färger

	Det fysiska rummet (mått, material, färg, grönska)	Det sociala rummet (människors närvaro och agerande)
Aktiviteter	1. gunga, åka rutschbana, gräva i sand	3. ta kontakt, samtala, göra tillsammans, tävla, kivas
Upplevelser	2. rumsgestaltning, former, grönska dofter, ljud, färger, ljus	4. uppleva andra människor nära och på avstånd; se sig själv genom andra

Författaren Ingegerd Harvard beskriver i sin bok ”Mer åt fler på lekplatsen” barnens sociala rum med hjälp av en tabell (Harvard, s42). I tabellen står siffrorna 1 och 3 för aktiviteter medan 2 och 4 beror på platsens fysiska och sociala miljö. Tabellen förtydligar vilka moment som kan finnas med i en lek miljö.

Om lek miljön ansluter till en byggnad som till exempel en dagverksamhetsbyggnad, ett gruppboende eller en förskola är det viktigt att det är lätt att komma in och ut. Helst ska golvyta inne och markyta ligga på samma nivå och vara tröskellös. En tröskel på 25 mm klaras bara av en rullstolsburen med god armmuskulatur.⁸⁷ Trädgården ska upplevas som en plats man gärna kommer till, vilket underlättas om upplevelsen börjar inifrån huset och lockar ut.⁸⁸ Ibland krävs det en ramp för att ta upp nivåskillnader mellan ute och inne. Rampen ska följa de måttbestämmelser som finns men bör smälta väl in i omgivningen. Ett sätt att åstadkomma detta är att låta den bli en del av platsens utformning.⁸⁹

För att platsen ska kunna upplevas även på kvällen bör där finnas tillfredställande utebelysning. En kvällspromenad kan skapa helt annorlunda och mycket starkare intryck än under dagen. Ljud och dofter förstärks då mörkret gör sitt intåg.⁹⁰

Vid planering av en plats för barn är det viktigt att se upp med vanliga pollenproducenter (gräs, björk, sälj, al med mera) och växter som kan vara allergiframkallande, välj hellre insektspollinerande växter än vindpollinerande. Placera ej starkt doftande växter eller växter ur familjen korgblommiga vid luftintag eller nära alla parkbänkar på en plats.⁹¹ Undvik även de giftiga växter som listas på hemsidan www.giftinformation.se.

Lekmiljön ska ha nära till allmänna kommunikationer och parkeringsplatser med plats för handikappfordon.⁹²

Det är viktigt att förstå att en lekyta eller trädgård som utformats in i minsta detalj för att tillfredställa brukarnas önskningar och behov kan förstöras inom ett par säsonger om den inte underhålls. De ultimata lösningen är att skötseln säkerställs redan i planeringsskedet, vem ska ansvara för skötseln och vilka medel finns avsatta för detta. En kravspecifikation på skötsel av platsen är att rekommendera.⁹³

⁸⁷ Sandberg

⁸⁸ Dahlenborg

⁸⁹ Sandberg

⁹⁰ Norfolk

⁹¹ Svensson

⁹² Sandberg

⁹³ Sandberg

Allmänna råd och riktlinjer för utformning som passar alla

Samhällets utemiljöer fungerar som bäst då de visar omsorg för både människors och växters behov. Vid skapandet av en vacker yta skall det därför alltid planeras för tillgänglighet för funktionshindrade personer, det är till fördel för alla.⁹⁴ Nyckelorden för en yta som är anpassad för personer med funktionshinder är *tillgänglighet och användbarhet*.⁹⁵ Ett handikapp är inte en egenskap utan en situation individen sätts i när hon eller han möter svårigheter i omgivningens utformning, bemötande eller samhällsförhållande. Om stadens planerare bidrar till att skapa en tillgänglig miljö blir alltså färre personer handikappade.⁹⁶

För en funktionshindrad person är det ofta viktigt men hård markbeläggning och svaga lutningar utan små plötsliga nivåförändringar och oväntade hinder. Hinder såsom trappor eller andra nivåförändringar måste markeras tydligt med till exempel kontrasterande färg eller beläggning. En gångväg får max luta 1:12 men 1:20 är det rekommenderade maxvärdet. Lutar vägen 1:12 krävs ett två meter stort viloplan var sjätte meter. För att skapa en fungerande vattenavrinning krävs det dock att gångvägen lutar minst 1:50, lutar den mindre än detta krävs en sidolutning. En sidolutning upplevs som jobbigt när man kör med rullstol eller rullator. En gångväg ska vara minst en meter bred för att en rullstol ska få plats att köra på den. En manuell utomhusrullstol ska helst ha 130cm i radie för att kunna vända i en cirkel utan backning. Är gångvägen kantad av rabatter skall man räkna med att växterna kan hänga ut lite över vägen, därför bör den alltid göras bredare än vad som krävs. Gångvägen för den rullstolsburne bör inte ha tvära vinklar, svängarna skall istället vara rundade för att lätt kunna följas med rullstol. Den synskadade däremot har lättast för att orientera sig om gångvägarna är raka och korsningarna rätvinkliga. För att underlätta för den synskadade kan man exempelvis markera sidogångar med ett kännbart byte i markbeläggning eller ett räcke på motstående sida. Orienteringspunkter i form av doft eller ljud är att rekommendera.⁹⁷ En variation av markbeläggning gör en promenad eller en plats mer levande.⁹⁸ Nedan följer en redovisning över framkomlighet på olika markbeläggningar:

Asfalt

Mycket god framkomlighet. Använd helst dränasfalt då den gör att dagvatten kan tränga igenom och minskar risken för halka.

Betongplattor

God framkomlighet. Plattläggningen måste vara väl utförd utan sättningar, uppstickande kanter eller ofyllda fogar. En variant till natursten är betong som liknar smågatsten. Den fungerar också då den är tumlad för att efterlikna gammal stenbeläggning.

Marktegel

God framkomlighet. Dessa ger en plan och stabil yta men kan vid temperaturomslag ge upphov till besvärande isbeläggning. I en skuggig miljö trivs alger att växa på dem vilket kan ge halkrisk.

⁹⁴ Sandberg

⁹⁵ Harvard

⁹⁶ Svensson

⁹⁷ Sandberg

⁹⁸ Norfolk

Stenmjöl

God framkomlighet. Detta krossade bergsmaterial (0-4mm) läggs ut i ett 50mm tjockt lager och blir efter vattning och torkning ett mycket hårt och bra underlag.

Trädäck

God framkomlighet. Detta material är inte det ultimata då det blir mycket halt vid frost. Ohyvlade brädor blir mindre halkiga men träflisor kan fastna i rullstolshjul och händer.⁹⁹ Brädor med räfflad yta minskar dock halkrisken utan att avge träflisor.¹⁰⁰ Materialet har mycket goda egenskaper då det inte blir extremt varmt eller kallt som sten kan bli vid olika väderlek. Det är ett mjukt och behagligt material som kombineras väl med växtlighet. Trädäcket bidrar till att rullstolen drar in mindre smuts i huset. Använder man sig av brädor som markbeläggning bör de läggas vinkelrätt mot vägens riktning.

Plattor av natursten

Hyfsad framkomlighet. Underlag av natursten såsom kalksten eller skiffer bör undvikas om stenarna inte är rektangulärt sågade och ytan väl anlagd. Osågade och oregelbundna kanter på stenarna gör det nämligen svårt att styra en rullstol.

Packat grus

Detta material är absolut inget som rekommenderas men kan accepteras. Grusytan har dock väldigt god vattengenomsläpplighet och är därför mycket användbar. Vid användning av pelleplattor blir grusytan mer stabil och med en rasterplatta i hård polyeten kan till och med tyngre fordon köra på den.

Träkubb

Detta material är heller inget att rekommendera för god framkomlighet då de har oregelbundna skarvar, blir hala vid regn och lätt bildar en ojämn yta. Vill man använda sig av materialet ändå är en fyrkantigkubb bättre än en rundkubb.

Gräs

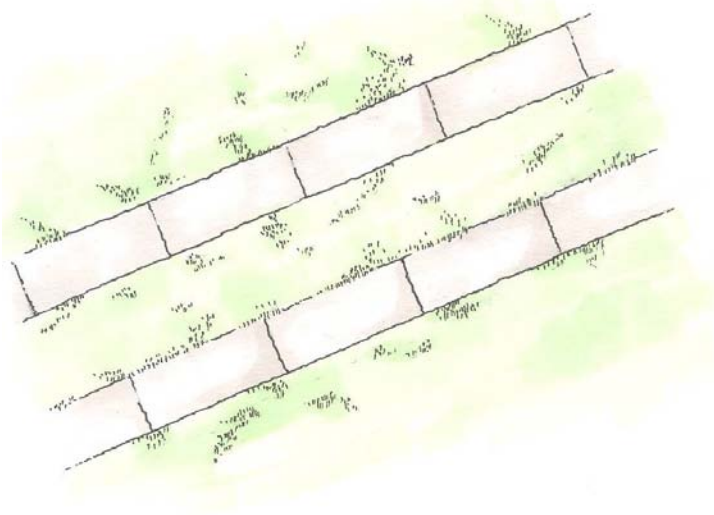
Gräsytor är självklart inget idealiskt underlag för en rullstolsburen eller för en person med rullator, speciellt inte om den är dåligt dränerad. Med halvgömda tramp och körmattor i gräsmattan kan framkomligheten dock bli mycket god. Använd *gräsarmeringsplattor* i betong eller plast som även en gräsklippare passera utan problem.

⁹⁹ Sandberg

¹⁰⁰ ideck

Material som ger direkt dålig framkomlighet är löst grus, huggen natursten och kullersten. För att motverka att trädgården uppfattas som hård och grå av all markbeläggning kan man anlägga ett körspår av marktegel eller anpassade plattor för rullstolar och däremellan plantera gräs eller marktäckare (se bild nedan).¹⁰¹

Sittplatser som är lättillgängliga och ger plats för en rullstol bör finnas med jämna mellanrum längs med en gångväg. I alla ramper, trappor och backar skall det finnas ledstänger. Anläggningar för allmänheten såsom toaletter, caféer, bryggor och kiosker bör vara utformade så att de är lättillgängliga för en funktionshindrad person. Rullstolsburna personer kräver till exempel att ytterdörrar har ett frittpassagemått på minst 80cm.¹⁰² För fler och mer exakta mått kan man läsa boken *Bygg Ikapp Handikapp* av Elisabet Svensson.



¹⁰¹ Sandberg
¹⁰² Sandberg

Inventering och analys

Lek-parken i Vårgårda

Samtal med Inger Bjursell

Inger Bjursell är mormor till två funktionshindrade barn och eldsjäl som tillsammans med andra såg till att Lek-parken i Vårgårda byggdes, en lekplats som är tillgänglig och anpassad för alla barn. Under ett telefonsamtal berättar hon om varför och hur lekplatsen blivit till. Hon beskriver att hon genom ett möte med fritidskontoret kom i kontakt med en pojke vid namn Christoffer och hans mor. På mötet konstaterades att det inte fanns någon lekplats eller motsvarande för barn med funktionshinder i Vårgårda kommun. Den rullstolsburne pojken Christoffer berättade att han var tvungen att färdas till Borås för att hitta en lekplats som var tillgänglig för honom. Christoffers mamma och Inger Bjursell började entusiastiskt samla ihop pengar från traktens företag och spåna på idéer till en framtida lekplats tillgänglig för alla barn. Mötet med fritidskontoret tog plats 1998, den första pengainsamlingen 1999 och 2003 invigdes lekplatsen av självaste kronprinsessan. Under planeringen av lekplatsen har Inger, Christoffer och hans mamma haft kontakt med en arbetsterapeut från barnhabiliteringen i Alingsås samt ett korttidsboende i Vårgårda. De problem de stötte på under arbetets gång löstes i och med alla kontakter de har i det lilla samhället Vårgårda. Någon negativ kritik har lekplatsen inte mottagit, förutom klagomål om att den är låst ibland då saker behöver lagas. Inger nämner att den största svårigheten har varit pengabristen, de önskar att de haft en större budget så att de hade kunnat erbjuda barnen fler sinnesintryck och upplevelser. Utan Inger Bjursell, Christoffer och hans mammas engagemang, slit och pengar hade Lek-parken i Vårgårda aldrig blivit till. Många engagerade föräldrar och företag har också bidragit stort. I framtiden hoppas Inger på att kommunen tar över skötseln.

Lekplatsens koncept bestod i att den skulle vara tillgänglig för alla barn och att den efter Christoffers starka önskan skulle vara en utmanande plats. Han menade att bara för att han är rullstolsburne så behöver inte allt vara platt. Detta ledde till att lekplatsen ligger belägen i en backe nära Vårgårdas skolor och



byns centrum. Lekplatsen är skapad för att erbjuda aktivitet och stilla iakttagelse. Inger Bjursell poängterar starkt att hon tycker alla barn har rätt till lek och upplevelser. Sådär i efterhand kan Inger glädjas åt att hennes mål med lekplatsen blivit uppfyllda. Platsen uppskattas av alla barn, inte bara funktionshindrade, och har även varit en plats för skolavslutningar. Den är mycket välbesökt och börjar redan bli något sliten.

Beskrivning och analys av Lek-Parken

Utav alla de lekplatser jag besökt är Lek-Parken den första med namnskylt. Skylten är stor, välkomnande och mycket färgglad vilket drar till sig uppmärksamhet (se bild t.h.).

Lekplatsens namn, Lek-Parken, visas upp tydligt och omsorgsfullt vid entrén och bidrar till att stärka platsens identitet. Det är positivt att texten kombinerats med bilder för de barn som inte kan läsa. Skylten skulle dock kunna placeras lägre för att bättre fånga barns uppmärksamhet. För att kunna erbjuda information till alla borde den även innehålla

punktskrift eller taktila kartor och bilder med information om platsens utformning. Grinden med sitt hänglås och gallerstaketet som går runt lekplatsen är inte inbjudande men de är troligtvis nödvändiga på grund av att platsen vid ett flertal tillfällen utsatts för sabotage. Staketet behövs dessutom för att skydda barnen mot de förbipasserande tågen. Jag kan tänka mig att det vid en stram budget inte läggs några större pengar på att ett staket och en grind ska ha ett tilltalande utseende. På en lekplats som Lek-Parken i Vårgårda är grindens utseende kanske inte av största betydelse. Vid en entré till ett gruppboende eller en dagverksamhet är dock grindens utformning av större betydelse då personal, föräldrar och brukare möter den dagligen och påverkas av dess yttre. Inne på lekplatsen markeras asfaltgången här och där med ett lågt rött staket. Det låga staketet förhindrar att rullstolsburna barn glider ner i slänter samtidigt som det skapar trygghet för synskadade barn. Den röda färgen staketet har uppfattas lätt av ögat och kontrasterar väl mot bakgrunden.

Ifrån toppen av backen har man utsikt över lekplatsen och alla tåg som går förbi byn. Det finns en asfalterad gång uppför kullen vilket gör det möjligt för rullstolsburna barn att komma upp och uppleva fågelperspektivet. Uppe på kullen finns två populära kungasäten som en förälder bidragit med (se bild t.h.). Ingrid Bjursell nämner att den intilliggande tågrälsen är mycket uppskattad av barnen, speciellt av de autistiska som älskar att stå och titta på de förbipasserande tågen. Hon säger att om tågföraren tutar då han passerar är hela dagen lyckad. Kullen bidrar alltså bland annat till spännande hörsel och synintryck.

De olika aktiviteterna i Lek-parken binds ihop av en cirka 1,5 meter bred asfaltgång (se bild t.h.). På vissa ställen är asfaltytan större så att rullstolar ska



kunna mötas och vända. Emellan asfaltytorna är det sand och under vissa lekredskap finns fallskyddsplattor. Alla aktiviteter på platsen är i stort sätt tillgängliga för barn med rörelsehinder. Lek-parken är däremot inte lika anpassad för synskadade barn. Det finns inget insprängningsskydd runt gungplatsen, inga färgglada skyltar med text- eller bildinformation vid lekredskapen och ingen taktill märkning på lekredskapen.

Bilden till höger visar en rallybil i trä som är skapad av en konsthantverkare i norra Sverige. Asfalten har letts in mot bilen så att rörelsehindrade barn lätt ska kunna komma nära intill. I bakgrunden av bilden ser vi brädor, små stockar och bildäck som barnen kan hoppa och balansera på. Många rörelsehindrade barn har inte kapacitet till detta men för att lekplatsen ska kännas utmanande för alla barn är det viktigt att dessa moment finns med. För barn med mindre rörelsehinder kan balansleken bli en viktig träning. Fler barn hade dock kunnat delta i balansleken om där funnits ett räcke eller en ledstång att stödja sig mot. Den gröna träkrukan som står framför rallybilen på bilden har antagligen innehållit blommande växter under sommarsäsongen. Rätt val av växter stimulerar lukt-, känsel- och synsinnet och är ett viktigt inslag på alla platser för barn. Träkrukan skulle kunna vara något högre och placeras närmare asfaltytan för att ge alla barn bättre möjlighet att komma nära och känna och lukta.



Bild 1



Bild 2

Bild 1 visar asfaltgången som leder uppför backen till en hydda och en stor rutschkana. Bild 2 visar en trappa som leder upp till en mindre rutschkana. På en lekplats som skapas för alla barn ska man inte vara rädd för att använda moment som trappor även om det bör finnas andra vägar att ta sig till målet också. Trappgång kan vara utmanande och utvecklande träning för barn med rörelsehinder. För att göra träningen möjlig bör det dock alltid finnas räcken på bägge sidor om trappan som bilden visar. Räckena på bilden borde ha börjat en bit innan trappan och slutat en bit därefter för att underlätta för funktionshindrade barn. Det är mycket viktigt att alla barn kan ta sig upp för kullen men det kan med fördel finnas olika sätt att göra det på.



Bild 3



Bild 4



Bild 5

På bild 3 syns en hydda som Vårgårdas scouter byggt till lekplatsen. Hyddan stimulerar fantasin och skapar rumskänsla. Hyddan är mycket fin och välgjord men hade kunnat göras större eller haft två öppningar för att fungera bättre för barn med gåhjälpmedel. Hyddan skulle även ha kunnat vara mer färgglad för att öka kontrasten mot bakgrunden och därmed underlätta för synskadade. Bild 4 visar en gammal vattenpump som fungerar och är tillgänglig för alla barn. En vattenpump skapar en mycket aktiv vattenlek. Barnet får arbeta själv och kanske samarbeta för att vattnet ska forsa ut. Bild 5 visar två trummor. Trummorna är placerade högst upp på kullen, bredvid hyddan, och ger barnen både fysisk och psykisk stimulans. Fler trummor i varierande höjder hade skapat större möjlighet för alla barn att slå på dem. De tre olika lekmomenten ovan stimulerar tillsammans syn-, hörsel- och känselsinnet.

I fågelbogungan kan barnen ligga och titta på björkens vackra grenverk (se bild t.h.). Björken ger både syn- och hörselintryck. Den ger grönska och förändring över årstiden samt ljud av vindens sus i kronorna och fåglarnas kvitter bland grenarna. Notera att inte finns inspringningsskydd runt gungplatsen. Detta kan skapa osäkerhet för barn med synskada.



På Lekplatsen finns möjlighet till regn- och vindskydd samt bord och bänkar för gemenskap. Vid borden och bänkarna finns plats för rullstolar. Lekplatsen ligger i direkt anslutning till en stor parkeringsplats med handikapparkering (se bild ovan). Den intilliggande parkeringsplatsen underlättar troligtvis mycket för besökande.

Analysen av denna lekplats kan sammanfattas i orden tillgänglighet, användbarhet och personlighet. Självklart finns det vissa brister i lekplatsens utformning, bland annat saknaden av taktill märkning för synskadade och användning av växter som rumsskapare. Saknaden av

tydliga rum på platsen gör orientering för synskadade svårare och det finns ingen möjlighet till att dra sig undan till en lugn, privat plats. Det finns heller ingen belysning på lekplatsen. Vissa av bristerna beror troligtvis på en mycket stram budget. I det stora hela är Lek-Parken i Vårgårda den mest omsorgsfullt anpassade utelek-miljön av de besökta. Det är intressant att projektet genomdrivits av privatpersoner och utan någon utbildad planerare inblandad och visar på ett mycket välfungerande och uppskattat resultat. Kanske är det faktumet att många personer i det lilla samhället Vårgårda varit inblandade i projektet som gör att majoriteten tycker om Lek-Parken och verkar stolta över att den finns. I utkanten av platsen påträffas en diskret skylt som visar namnen på de cirka 76 företag som sponsrat tillkomsten av lekplatsen samt namnet på platsens största drivkraft Ingrid Bjursell.

Samtal med Korttidsboende i Vårgårda

Vårgårda korttidsboende ligger nära Lek-Parken och erbjuder familjer med funktionshindrade barn avlastning i kortare perioder. På korttidsboendet bor barn mellan åldrarna fem och tjugo år. Personalen och barnen på boendet har hjälpt Ingrid Bjursell med synpunkter och idéer angående lekplatsens utformning.

Ett samtal med Maria Sirjälla, som är personal på korttidsboendet, förklarar kortfattat hur barnen uppfattar sin relativt nya lekmiljö. Precis som Ingrid Bjursell, nämner Maria Sirjälla tågen som en mycket populär attraktion. Maria säger att lekplatsen fungerar väl för de olika funktionshinder som barnen på boendet har. De olika markunderlagen hjälper den synskadade flicka de tar hand om att orientera sig. Hon förklarar att Lek-Parken är mycket populär och att det ofta är lättare att motivera vissa barn till utevistelse när de vet att de ska dit. Maria berättar även att barnen reagerar väldigt individuellt på utevistelsen men att de allra flesta blir piggare. Vid frågan om uteleken erbjuder barnen något inneleken inte kan erbjuda svarar hon direkt att det ger barnen en känsla av frihet. Hon säger även att barnen får motion på lekplatsen då de rör sig spontant. Upplevelsen av platsen varierar från barn till barn och alla hittar sina egna favoritplatser. Många uppskattar en upphöjd platt yta där de fantiserar om att de står på en scen och "showar". Enligt Maria finns det inga direkta brister i lekplatsen utformning. Den enda är att barnen varit väldigt ledsna då platsen var låst under sommaren på grund av sabotage. Hon säger även att vissa saker blivit slitna och måste skötas om för att säkerheten ska upprätthållas. Det bästa med platsen anser Maria vara att den är stor, det finns mycket att välja mellan, rullstolar kan ta sig fram samt att det finns sittplatser och bord för medhavd matsäck.

Fritis Bräcke Östergård

Fritiset Bräcke Östergård ligger på Hisingen i norra Göteborg och är ett fritis för funktionshindrade barn som drivs av Bräcke diakoni. Vid fritiset och skolan finns även bostäder och korttidsboenden för funktionshindrade barn. På fritiset använder man sig av konduktiv pedagogik och lärandet sker genom aktiviteter och upplevelser. Aktiviteterna och upplevelserna syftar till att stimulera barnets sinnen, motorik, kommunikation och kreativitet.

Pers Paradis

På en av fritisets innejårdar finner vi Pers Paradis, en liten park som innehåller en stimulerande gångslinga. Gångslingan är anpassad för barn med synnedsättning och rörelsehinder. Pers Paradis byggdes på initiativ av en arbetsterapeut under början av nittiotalet och parken är idag ganska sliten. Gångslingan är cirka hundra-tjugio meter lång och går emellan blommande buskar, träd och perenner. En vit linje markerar gångslingans sträckning i asfalten och underlättar orienteringen för synskadade barn.



Den vita linjen består av metall och är fastskruvad i asfalten. Skruvarna börjar tyvärr lossna och är då lätta att snubbla över. I parken finns tre olika markunderlag; asfalt, smågatsten och trädäck. Underlagen skapar olika känselupplevelser för det besökande barnet och stödjer deras orienteringsförmåga. Asfalt- och smågatstenytorna är slitna och behöver läggas om för att ge fortsatt bra framkomlighet. Längs med gångslingan finns belysningsstolpar som gör promenader möjliga under kvällstid, de lyser även upp och poängterar vissa platser.



Det finns en damm mitt på gården och en liten gångbro av trä som leder över ett mindre vattenfall (se bilder ovan). Ljudet av vattenfallet blir en rogivande och stimulerande upplevelse samtidigt som ljudupplevelsen underlättar orienteringen för synskadade. För att öka upplevelsen av vattnet kan det göras mer tillgängligt för barnen att känna på, till exempel genom en upphöjd fontän. Brons räcken är mycket fina och fantasifullt utformade, men kan

vara aningens svåra att stödja sig emot. De skulle även ha börjat redan innan det börjar slutta uppåt och fortsätta ännu en liten bit väl nere på marken. För att uppmärksamma bron hade markbeläggningen innan dess början kunnat bestå av en taktil platta eller en kontrasterande ljus färg. Dessa enkla åtgärder hade underlättat för synskadade och rörelsehindrade barn och gjort de än mer självständiga i sin promenad. Gångslingan leder igenom rumsliga upplevelser i form av en paviljong och en låtsasfisk. Det är positivt att gångslingan passerar rakt igenom paviljongen då man slipper vända och krångla med rullstolar. Paviljongen skulle ha kunnat vara större för att erbjuda plats för flera rullstolar och större gemenskap. Paviljongen och fisken erbjuder regn- och solskydd samtidigt som de gör upplevelsen av platsen mer intressant och fantasifull. Gångslingan leder barnet rakt in i fiskens gap och erbjuder rums-, ljus- och mörkerupplevelse. Draperiet av plast (fiskens tänder) skapar även en känselupplevelse då man passerar igenom det (se bilder på följande sida).





Fisken är ett roligt synintryck



Rakt in i fiskens gap! Spännande!



Tydlig rumskänsla, ljus och mörker



Inifrån fiskens mage ser man ut genom ögat på omvärlden



Väl ute ur fiskens mage passerar barnet en pergola med doftande klättrväxter.

Promenadslingan i Pers Paradis skulle kunna erbjuda fler sittplatser och ledstänger för barnen att vila på och stödja sig emot. Det saknas helt skyltar som beskriver platsen eller ens indikerar på att den existerar. Rummen som väter mor innegården saknar ramper vilket hindrar de rörelsehindrade barnen till självständig förflyttning (se bild t.h.). Ifrån uteplatserna finns heller ingen möjlighet att ta sig till gångslingan. Huvudutgången mot gården har en ramp.



Vattenfallet och den tydligt avgränsade innegården underlättar orienteringen för synskadade barn. Belysningen av gångslingan gör att platsen går att utnyttja bättre på kvällen och under vinterhalvåret. Det märks att de som planerat platsen tänkt på stimulering av människans fem sinnen. Frukträd och doftande blommor erbjuder smak-, lukt-, känsel-, hörsel- och synintryck. Låtsasfisken och paviljongen skapar känsel- och synintryck. Vattenfallet och dammen erbjuder syn-, känsel- och hörselintryck. Pers paradiset är ett exempel på att det inte behöver krävas en stor yta och dyra pengar för att skapa upplevelser för funktionshindrade barn. Säkerligen skulle även barn utan funktionshinder uppskatta en plats som Pers Paradis. Platsen visar dock tydligt att det krävs underhåll och skötsel för att framkomlighet och användbarhet för personer med funktionshinder ska bibehållas.

Diverse lekplatser i Göteborg

Barbro Skröder, landskapsarkitekt på Park & Natur i Göteborg, informerade om några lekplatser i staden som är delvis anpassade för funktionshindrade barn. Ingen är helt anpassad, oftast är det en gunga som är tillgänglig eller en upphöjd sandlåda. Detta beror troligtvis på att lekplatserna är gamla och de anpassade momenten är tillagda i efterhand. Efter ett besök vid platserna inventerades och analyserades några stycken utav de lekmoment som anses vara anpassade för alla barn.

Lekplats i Bräcke Östergård



En fantasifullt utformad sandlåda som går att vrida på och är anpassad för olika höjder.



Ett dåligt exempel, rampen slutar rakt i gräset.

Lekplatsen Plikta vid Slottsskogen



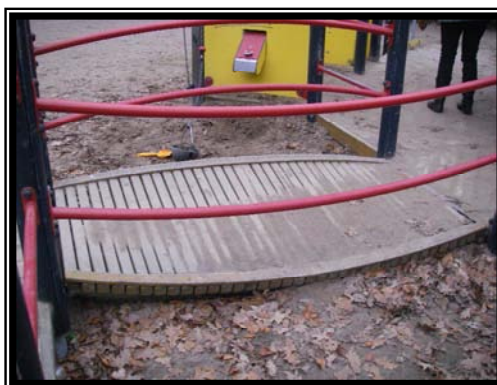
En anpassad lekställning med handtag upp till och räcken i trappan.



En väl utformad ramp med kanter som hindrar avrullning. Bilden visar även att barn utan funktionshinder uppskattar lekställningen.



En annorlunda rutschkana där man kan rutscha tillsammans med andra.

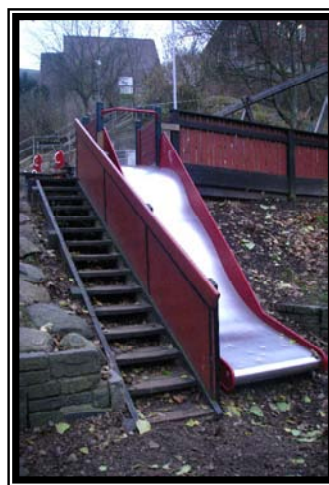


Ett snett trädäck på lekställningen kan bli en rolig utmaning för ett rullstolsburet barn.

Lekplats vid Oskar Fredricks kyrka



Fågelgungan är populär bland alla. Här med träflis som fallunderlag. Träflis är godkänt av handikappförbundet.



Det är praktiskt att utnyttja en nivåskillnad vid placering av en rutschkana.

Gröna Gatans lekplats



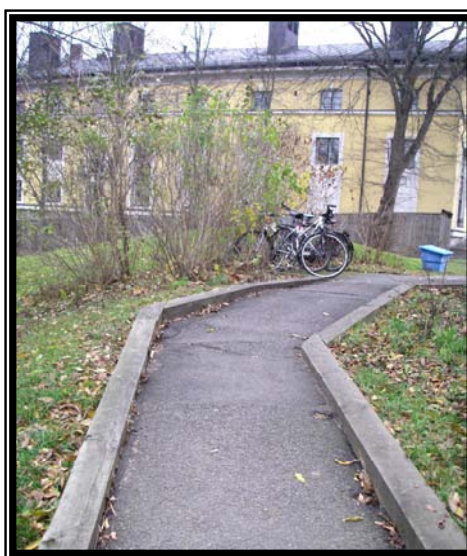
Det finns många olika typer av handikappsanpassade gungsitsar.



Upphöjda sandlådor finns färdigproducerade. På bilden är den placerad i anslutning till den vanliga sandlådan, detta bidrar troligtvis till känslan av gemenskap. Upphöjda sandlådor töms lätt på sand, regelbunden påfyllning är därför viktig.



En asfaltgång leder runt barnen i lekplatsen.



Kanter längs med en gångväg underlättar orienteringen för ett synskadat barn men förhindrar rörelsehindrade att ta sig ut på gräsmattan. Genom att bara placera en kant på ena sidan gångvägen kan man skapa ett självständigt rörelsemönster för både synskadade och rörelsehindrade.

Sinnegruppen

Sinnevägen Resurscenter erbjuder dagverksamhet i första hand för personer med rörelsehinder, utvecklingsstörning, förvärvade hjärnskador, flerfunktionshinder och autism. De är verksamma inom konduktiv pedagogik och besökarna tränas aktivt i att utvecklas genom självständiga val. Sinnegruppen är en del av den verksamhet som drivs på Sinnevägen Resurscenter. Sinnegruppen startade sin verksamhet 1998 på initiativ av mycket engagerad personal som ville ifrån den passiva vård barn med grova funktionshinder ofta lever i. Varje vecka besöker cirka 150 personer med funktionshinder sinnesgruppen tillsammans med minst en personal var. Detta resulterar i att mer än 300 personer besöker verksamheten varje vecka. Jag besökte sinnegruppen den femte december år 2007 och fick en rundvisning i lokalerna av Maria Bruto.

Sinnegruppens verksamhet bygger på att funktionshindrade barn och ungdomarna besöker upplevelserum tillsammans med sina assistenter. Alla sinnesrummen är olika men innehåller liknande grundelement. Målet med ett besök på sinnegruppen är att skapa intryck i besökarnas vardag och främja deras mentala och fysiska utveckling. Ljuskontraster, ljud, former och olika ytor är element som återkommer i alla rummen, genom dessa element görs omvärlden så tydlig som möjligt för besökaren. Miljön ska erbjuda möjligheter till stimulans och upplevelser som den funktionshindrade besökaren kan registrera med sina sinnen. Verksamheten vill även främja aktiviteter som ger förutsättningar till kommunikation, rörelse och utveckling.

Vid besök i upplevelserummen erbjuds besökaren möjligheter att få känna förväntan och glädje, överraskningar, men också lugn och välbehag. Det är viktigt att kunna anpassa sinnestimuleringen i upplevelserummen så att besökaren inte blir överstimulerad. Vilket rum som passar vem bäst är helt individuellt och kan variera från dag till dag. Det beror till viss del på vilket funktionshinder besökaren har. Exempelvis kan ett upphetsat autistiskt barn som anländer till sinnesgruppen må bra av att besöka ett lugnande och sövande rum. Andra besökare behöver istället bli väckta, som Maria Bruto uttrycker det, och besöka ett rum som stimulerar hjärnan genom förstärkta sinnesupplevelser.

Sinnevägens syfte

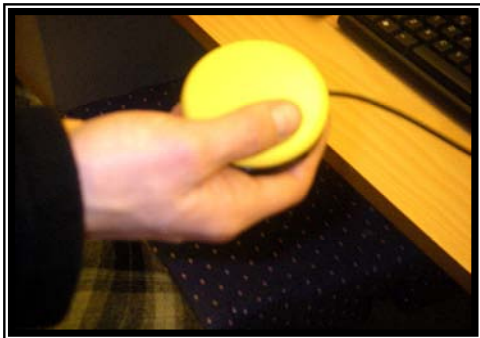
Verksamheten önskar i en trygg relation med en erbjudande och tillåtande miljö skapa förutsättningar för kommunikation, kontakt, samspel och delade upplevelser. Vidare önskar verksamheten väcka lust till att upptäcka och utforska omvärlden och att stimulera till aktivitet eller avslappning.

Mål

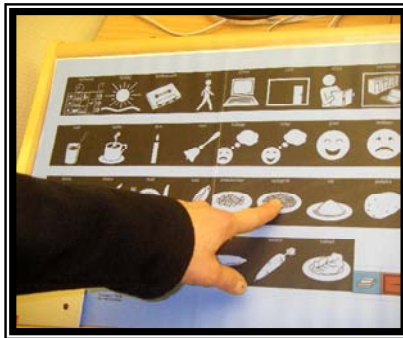
Målsättningen med verksamheten är individuell utifrån besökarens behov. Medföljaren är lyhörd och uppmärksam så att besökarens reaktioner och motivation får styra. Det handlar om ett stödjande och bekräftande förhållningssätt.

Hjälpmedel och lekmoment

Inom vården av funktionshindrade personer används vissa hjälpmedel som återkommer i de olika rummen. Flera av dessa hjälpmedel skulle kunna tillämpas i en utomhusmiljö. På följande sida presenteras de tillsammans med några av de lekmoment som finns på sinnegruppen.



Händelseknappen (touchknappen) går att koppla till olika händelser. Knappen syftar till att hjälpa de funktionshindrade besökarna att förstå sammanhang. Genom att trycka på knappen utlöses exempelvis ett ljussken.



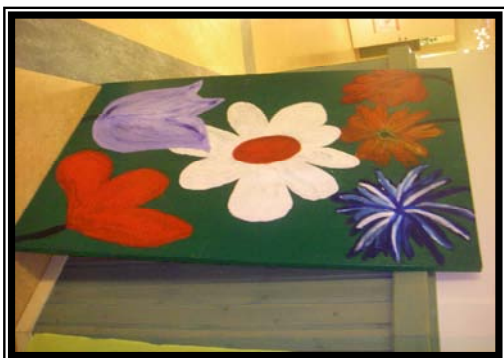
Genom att peka på olika bilder kan barn med funktionshindrade lättare kommunicera med sin omgivning.



Utänför för varje sinnesrum finns en liten sak att känna på. Besökaren får känna på saken innan han eller hon träder in i rummet och lär sig koppla den till det specifika rummet. Detta moment hjälper den funktionshindrade att förstå vart han eller hon är på väg.



När man lyfter på de färgade rektanglarna kommer olika ljud. En rörelse kopplas på så vis ihop med en konsekvens och bidrar till att barnet förstår sammanhang bättre.



Bilden visar en resonansplatta. Grovt funktionshindrade besökare lägger sig på plattan för att kan känna vibrationer och ljud som skapas när olika saker slås försiktigt mot plattan.



Gungan är ett självklart lekmoment på en plats för funktionshindrade barn.



Med deltasand kan besökaren skapa olika former. Det blir en rolig känselupplevelse.



Bilden visar en Akka-platta. Under plattan sitter en kamera som följer efter kontraster i marken. Den funktionshindrade besökaren kan genom att sätta sig på plattan förflytta sig självständigt och stanna där hon eller han själv vill genom en knapptryckning. På sinnegruppen följer plattan en svart tejplinje som leder runt mellan rummen. Akka-plattan fungerar även utomhus.

Taktilrummet

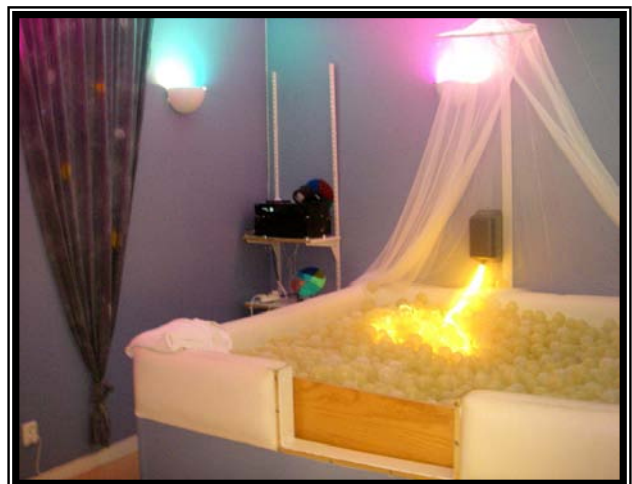
Taktilrummet har ljusblåa väggar och dämpad belysning, rummet verkar lugnande på besökaren. Många funktionshindrade har problem med beröring och får därför beröringsmassage här. I rummet spelas lugn musik och det finns många mjuka kuddar.

Taktilrummet kan översättas till att vara lugn plats i en utemiljö. Det är viktigt att det finns lugna platser i utemiljöer för barn där de kan leka stillsamt och återhämta sig. Kanske kan den lugna upplevelsen utomhus förstärkas med dämpad belysning, lugna färger och mjuka material.



Bollrummet

Bollrummet verkar uppiggande på de flesta av besökarna. I mitten av rummet står en säng full med mjuka vita plastbollar vari besökaren lägger sig. Den speciella beröring bollhavet ger stöttar kroppen i alla ställningar och underlättar rörelser. Bollhavet verkar även avslappnande då deras beröring stimulerar produktionen utav oxytocin. Oxytocin är ett hormon och en signalsubstans i hjärnan som motverkar stress och har en

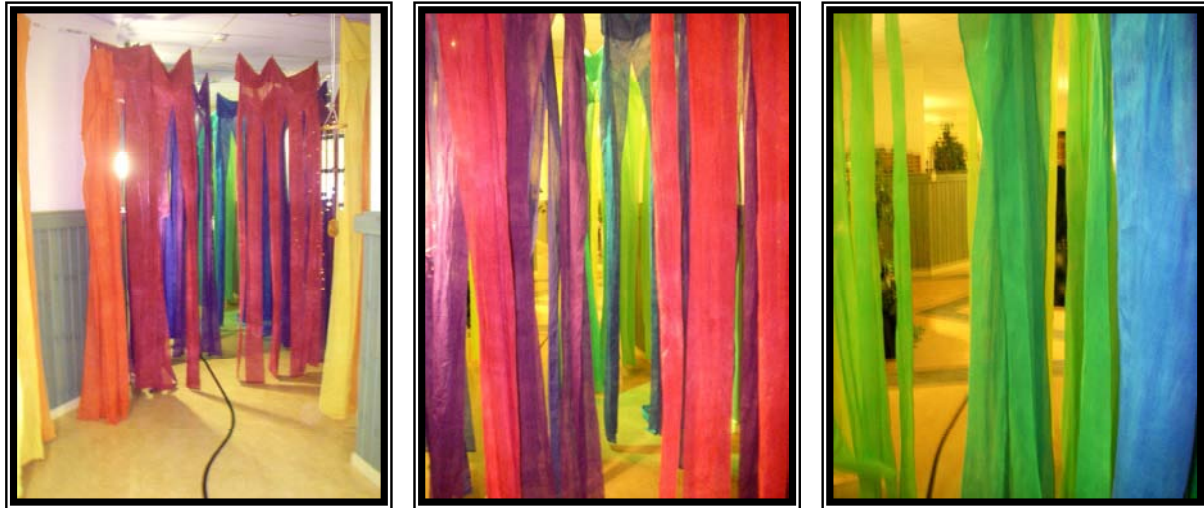


lugnande och avslappnande effekt. Det livsviktiga hormonet sänker stressnivån, skyndar på läkeprocessen, höjer smärtröskeln och ökar livsviljan. Vid långvarig brist av hormonet sägs det bland annat att människan kan bli lätt handlingsförlamad. Bristssymptom kan vara mycket ångest, kroniska sömnstörningar, nedsatt social förmåga och nedsatt livsglädje.¹⁰³ Taktill stimulering stärker även kroppsuppfattningen och kan vara ett redskap i bemötande och empati. Under bollarna i bollhavet ligger en ljusväxlare som gör att bollarna kan växla färg. Bollarnas rörelse mot varandra skapar ljud som stimulerar hörselsinnet. I en utemiljö ska det finnas spännande former liknande bollarna i bollrummet att känna på eller befinna sig i.

Gröna rummet

I det gröna rummet täcks väggar och tak av hängande gröna tygstycken. Mitt i rummet finns en vattensäng med högtalare installerade undertill. Basljudet i musiken skapar vibrationer i sängen som är mycket rogivande för besökarna. Maria Bruto nämner dock att för mycket vibrationer kan vara ångestframkallande. Täcket i sängen består av ett påslakan som innehåller massa mjuka plastbollar. Bolltäcket lägger sig lätt och luftigt mot kroppen och stimulerar hormonet oxytocin. Det gröna rummet verkar mycket sövande och lugnande på de flesta av besökarna.

Sängen och de hängande gröna tygstyckena i detta rum kan återspeglas i en utemiljö innehållandes en gungande hängmatta vid en hängbjörk. Det går att skapa effekter med ljud även utomhus. En utemiljö kan till exempel upplevas som lugnare om där spelas stillsam musik. Vibrationer eller rörelser av föremål utomhus, exempelvis av gummistudskullar som de i Vasaparken i Stockholm, torde fungera väl.



I korridoren mellan rummen leds besökarna igenom färgglada tygstycken som skapar känsel- och synintryck (se bilder på föregående sida). Tygstyckena är draperier som går att dra undan ifall någon skulle uppleva dem som obehagliga. Den svarta linjen på golvet som visas på bilderna ovan leder besökarna runt i rummen och underlättar för synskadade.

Detta moment hos Sinnegruppen återspeglas utomhus i Pers Paradis. Där har de använt en vit linjemarkering som hjälpmedel för synskadade utomhus. Låtsasfisken som barnen kan gå igenom i Pers Paradis har även draperier som skapar syn- och känselintryck.

¹⁰³ Wikipedia, Oxytocin

Musikrummet

I musikrummet finns huvudsakligen gitarrer, trummor och maraccas. Gitarrerna är förinställda på tre ackord vilket gör att fler kan spela på dem. Känslan av att själv åstadkomma ett ljud samtidigt som man lyssnar och ser på andra som spelar är troligtvis mycket utvecklande för barn.

Många instrument skulle fungera väl som stimulerande lekmoment utomhus. Maraccas kan exempelvis hängas upp i rep eller monteras fast i marken så barnen kan komma åt att slå på dem. Trummor är instrument som kan anpassas för olika höjder och bli mycket uppskattade utomhus.



Bild 7

Bild 8

Bild 9

Vita rummet

I det vita rummet är allting vitt. Där finns en vit säng med vita kuddar och genomskinliga vita tygstycken som draperier. Detta är ett rum som uppskattas mycket av personer som är hjärntrötta. Människor som varit med om någon hjärnskada kan drabbas av en otrolig hjärntrötthet. Detta rum är avslappnande och verkar uppiggande på hjärnan. Maria Bruto berättar om hur de olika sinnesrummen tillfredställer olika behov. Exempelvis beskriver hon att en hjärnskadad besökare somnar i det gröna rummet och kommer därifrån helt yrvaken. När han är i det vita rummet somnar han inte men vilar ändå hjärnan, han kommer därifrån utvilad och pigg.

I det vita rummet använder man sig av ljuset för att skapa olika färger och former. Genom en knapptryckning ändras motivet på väggarna (se bild 7 och 8) och skapar olika stämningar. Besökaren får träna synen genom att se och följa rörelser i ljusupplevelserna. På bild 9 ser vi en bodyrocker som går att vagga fram och tillbaka. Den funktionshindrade besökaren ligger i den och får känna sin kropp luta åt olika håll eller gunga försiktigt åt sidorna. Detta stimulerar leder, muskler och balans på ett varsamt sätt.

Ett lysrör som ger ifrån sig ett lugnande bubblande ljud står i ena hörnet av det vita rummet. Genom att trycka på olika händelseknappar (touchknappar) ändras färgen i lysröret.

Ljusskiftningarna kan även kopplas till en mikrofon och på så sätt röststyras. Denna övning hjälper de funktionshindrade besökarna att förstå kopplingen mellan rörelse och händelse. Han eller hon lär sig alltså att trycker jag på den röda knappen händer detta, de kan själva påverka en förändring av tillvaron. Liknande övningar finns i nästan alla sinnesrummen.

Ljuseffekter används ofta i utemiljöer för att skapa stämningar och effekter. Det är dock sällan lek miljöer utomhus innehåller ljuseffekter. Troligtvis skulle knapptryckningar som skapar olika ljussken vara mycket populära bland barn. Med hjälp av en projektor skulle man kunna sända upp ljusmönster på en husvägg utomhus och skapa stämningar som väcker intresse.

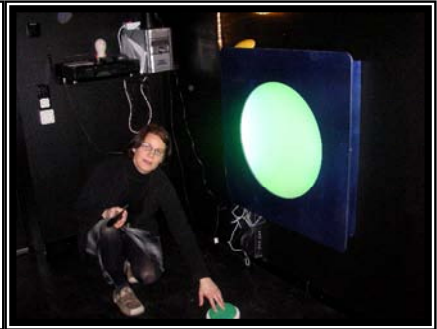
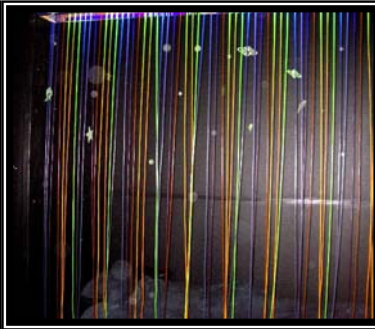


Bild 10

Bild 11

Mörka rummet

I det mörka rummet är alla väggar svarta vilket skapar en stark kontrast mellan ljuset och alla färgerna i rummet. Längst bort i rummet hänger det ett fiberoptiktråddraperi som lyser i alla möjliga färger (se bild 10), bakom draperiet finns en säng med självlysande stjärnor i det svarta taket ovanför.

Maria Bruto berättar att många av de funktionshindrade barnen tycker om att gömma sig i sängen bakom draperiet. Där känner de sig trygga samtidigt som de kan spana ut över omgivningen. I rummet används fiberoptik, färgväxlare, lavalampa, ljusbollar och en ljusorm för att förstärka synintryck. På bild 11 visar Maria mig händelseknappen som ändrar färgen på en lysande cirkel. En av bilderna till vänster visar ett lätt men roligt konstruerat upplevelsemoment som består av ett cykelhjul fastskruvat i väggen. Hjulet går att snurra på och dess ekrar är trädde med pärlor som lyser i mörker. På en annan bild till vänster ser vi de självlysande maraccas personalen har tillverkat av plastflaskor och lysande pärlor. I rummet finns även kuddar som är inklädda i olika tyger för att skapa varierande känslupplevelser. Vissa av kuddarna vibrerar när man lutar sig emot dem.



I en lekstuga eller hydda utan fönster skulle ljuseffekter kunna användas utomhus även under dagtid. Hyddan eller lekstugan bör ha mörka draperier vid ingången för att inte släppa in dagsljus. Ljud-, ljus- och känselintryck förstärks ofta i en mörkare och mindre tillvaro och de skarpa ljuskontrasterna stödjer synskadade personers syn.

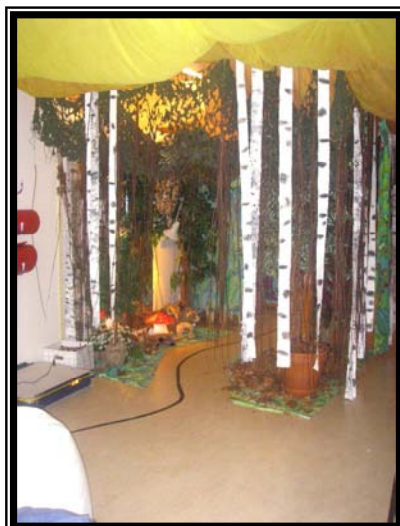


Bild 12



Bild 13



Bild 14

Upplivelsesrummet

I upplivelsesrummet leds besökaren in i en hydda uppbyggd av tygstycken och plastväxter. På bild 12 ser vi ett böljande gult tyg i taket som ska symbolisera solen. På golvet i bild 13 påträffas en massa gosedjur föreställande olika skogsdjur. Gossedjuren ger ifrån sig olika ljud eller vibrerar vid tryck. Utanför hyddan står en fläkt som skapar känslan av vind, fläkten går att reglera med hjälp av händelseknappar. Maria Bruto talar om att många av barnen tycker väldigt mycket om att uppehålla sig inne i hyddan. Bild 14 visar en fågelholk, några löv och gosedjur och är en av alla de små detaljer som går att upptäcka i hyddan. På bild 15 hänger en gossedjursapa i låtsaslianerna. Ena väggen i hyddan består av en spegel. Spegeln gör att hyddan känns större och besökaren kan se sig själv bland grönskan.

Hyddan i skogsrummet visar tydligt på hur sinnesgruppens idéer skulle kunna appliceras utomhus. I en utemiljö skulle moment som vind, solljus, växter, olika ljud och djur uppstå naturligt. Detta skulle antagligen bidra till att upplevelsen blir både billigare och mer uttrycksfull.



Bild 15

Sinnegruppens verksamhet är mycket inspirerande. De belyser hur oerhört viktigt det är för människor med funktionshinder att få tillgång till upplevelser och utmaningar genom förstärkta sinnesintryck. Alla sinnesrummen stimulerar människans hörsel, känsel och synsinne på ett sätt som besökaren kan delta aktivt i. Med fantasi, engagemang, pengar och kunskap skulle det kunna byggas upplevelsecentra utomhus som har liknande mål som Sinnegruppens verksamhet. I ett upplevelsecentrum utomhus skulle även lukt- och smaksinnet kunna stimuleras genom doftande växter och ätbara bär och frukter. Vissa av momenten hos sinnegruppen skulle kunna tas med i skapandet av lekmiljöer för alla barn.

Slutdiskussion och reflektion

Detta kapitel är en sammanvävning av bakgrund, resultat och analys. Ambitionen med kapitlet är att reflektera och diskutera över min nyvunna kunskap samt att presentera några idéer över vad som kan ingå i lekmiljöer. Jag hoppas genom detta att uppmuntra till större kreativitet vid skapande av platser anpassade för alla barn.

I bakgrunden nämns den tyske pedagogens Friedrich Fröbels¹⁰⁴ tankar om trädgården som komplement vid barnuppfostran. Efter att ha sammanställt detta arbete upplever jag hans tankar som mycket sympatiska och delar hans tro i att lekplats och trädgård borde kombineras. En trädgård har potential att ge så mycket fantasi, spontan lek och lärdom om hur livet egentligen hänger ihop. Det är större sannolikhet att den vuxna människan respekterar och tar hand naturen om hon har lärt sig tycka om den redan som liten. Idag är barnets stadsrum begränsade till lekplatsen och människor går sällan in på en lekplats utan att ha med sig ett barn. Om lekplatsen, trädgården och staden tillåts flyta ihop kan utemiljöerna upplevas av fler människor och möjliggöra till ytterligare spontana möten.

Bronfenbrenners modell¹⁰⁵ ger en förenklad bild av behandling inom rehabilitering och habilitering. Kandidatarbetet påvisar att utformningen av en anpassad och tillgänglig utemiljö kan bli en betydande del av behandlingen. Troligen kan utemiljön ingå i det stöd och de insatser som leder till motivation och självständighet hos ett funktionshindrat barn.

I arbetet diskuteras det faktum att taktila och visuella anpassningar skapar trygghet hos autistiska och synskadade barn. Min generella förvisning är att barn tycker om detaljer och älskar att ”pilla på” saker. Jag vill därför anta att användning av taktila och visuella hjälpmedel vid utformning av en plats kan stimulera och skapa trygghet för alla barn, oavsett funktionshinder. Kapitlet om studiebesöket hos Sinnegruppen presenterar hjälpmedlet händelseknappen (touchknappen). Barnet rör vid knappen och ett ljus eller ljud utlöses. Övningen hjälper, som tidigare nämnts, barnet att förstå sambandet mellan rörelse och händelse. Denna enkla övning skulle kunna ses som en blygsam med viktig väg mot en bättre känsla för sammanhang. En väl utvecklad känsla för sammanhang (ett högt Kasam) bidrar enligt Doktor Aaron Antonovski till fysiskt och psykiskt välmående.

Detta kandidatarbete hade troligtvis blivit mer fullständigt om det hade analyserat fler utemiljöer som varit helt anpassade för alla barn. Sinnegruppens verksamhet har inte någon direkt koppling till landskapsarkitektur men studiebesöket hos dem var väldigt givande då det gav en klar bild över funktionshindrade barns behov. Vid utformning av en lekmiljö för alla barn torde det vara en styrka för resultatet att ta vara på den kunskap och de idéer som

¹⁰⁴ Norfolk

¹⁰⁵ Caplan., Sparre, s13

vårdpersonal till funktionshindrade barn har. Fallstudierna och intervjuerna i mitt resultat har tillsammans bidragit till att ge idéer om hur utformning av utemiljöer för alla barn kan se ut. Vid sökandet av relevanta platser att analysera förvånades jag över det lilla utbud av anpassade utemiljöer som finns att tillgå för barn med funktionshinder i Göteborg. Lek-Parken och Pers Paradis som jag valt att studera mer ingående i kandidatarbetet är båda utformade på initiativ av privatpersoner och kommunen har inte varit inblandad. Det är beklagligt att kommunen inte inser vikten av att lägga pengar på stimulerande utemiljöer som är anpassade för alla barn. Föräldrar till barn med funktionshinder är ofta mycket trötta på att andra barn och vuxna stirrar på deras barns funktionshinder då de passerar. Detta beror sannolikt på att människor inte är vana vid att möta personer som inte ser ut och beter sig som alla andra. Genom att planera för utemiljöer där alla barn kan mötas oavsett funktionshinder tror jag att förståelsen och acceptansen för människors olikheter skulle öka. Långsiktigt kan detta vara en del i utvecklingen mot ett mer empatiskt samhälle.

Kandidatarbetets titel "Livet ska kännas" sammanfattar vad jag skulle önska att våra utemiljöer erbjöd alla människor. Naturen kan på ett kravlöst sätt stimulera, erbjuda vila och vara utmanande. Patrik Grahn är landskapsarkitekt och forskare vid Sveriges Lantbruksuniversitet i Alnarp och skriver i artikeln *Egen härd guld värd för själens harmoni*¹⁰⁶ om vikten av utevistelse. I texten refererar han till filosofen René Descartes ord "Jag tänker, alltså är jag". Grahn sammanfattar därefter sina egna tankar med orden "Jag känner, alltså är jag". Med dessa ord vill han stärka synen på kropp och själ som en helhet. Han skriver att sinnena, känslorna, kan vara bedrägliga men bör tas på största allvar. Grahns ord sammanfattar en del av detta kandidatarbetets mening som består i att förklara varför väl utformade utemiljöer måste vara en viktig del i den stora utbyggnad som sker i många av Sveriges städer idag. Tillgången till bra utemiljöer bör vara speciellt angeläget då det gäller barn. Eftersom funktionshindrade barn inte kan leva lika självständigt som andra barn är de framförallt beroende av den frihetskänsla utemiljön kan ge dem. En passiv vård av barn med funktionshinder skapar inga intryck från omgivningen och deras liv blir sannolikt tomma och innehållslösa. Denna studie vill bland annat påvisa att det krävs stimulerande sinnesintryck för att människan ska känna att hon lever. Det kan ses som ett resursslöseri att värden inte alltid kan utnyttja de intryck naturen har förutsättningarna att skapa.

De flesta lekplatser i Göteborg är inte tillgängliga för funktionshindrade barn. Platser som Lek-Parken i Vårgårda och Pers Paradis i Bräcke Östergård är bra förebilder för formgivning av framtida utemiljöer. Många av de faktorer som bör finnas i anpassade lekmiljöer togs upp i bakgrunden och speglas väl i de två utemiljöerna. Sinnegruppens verksamhet i Alingsås kan fungera som en otrolig inspirations- och kunskapskälla över hur personer med funktionshinder kan stimuleras genom yttre sinnesintryck. Sinnegruppens sinnesrum visar att det med engagemang, fantasi och kunskap inte behöver bli så dyrt att konstruera spännande miljöer.

Efter att ha författat detta arbete ser jag det som landskapsarkitekters skyldighet och ansvar som stadens planerare att lägga fokus på alla människors behov av tillgängliga och stimulerande mötesplatser. Kandidatarbetet bidrar med säkerhet till att jag som framtida landskapsarkitekt kommer att ställa högre krav på utformningen av utemiljöer.

Eftersom det är svårt att mäta lönsamheten av naturens inverkan på vår hälsa i siffror är det mycket lätt att försumma dess vikt i samhället. All forskning och information om människan

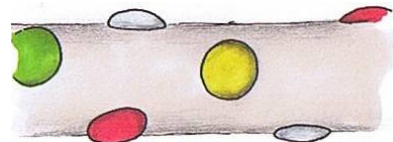
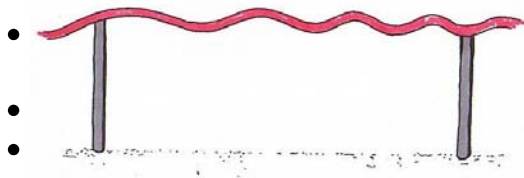
¹⁰⁶ Grahn

med naturen talar dock sitt entydiga språk; för att kunna bygga ett hållbart samhälle behöver vi tillgängliga och stimulerande grönområden nära våra bostäder och institutioner. Det skulle vara gynnsamt om denna forskning spreds skickligare till politiker och resten av samhället. Förhoppningsvis skulle detta leda till att forskningsresultaten implementerades bättre inom vården. Mer pengar och engagemang till att skapa omsorgsfullt formgivna utemiljöer med hög kvalitet skulle i längden bidra till ett friskare samhälle. Ett friskare samhälle kräver mindre vård och torde slutligen resultera i ekonomiska besparingar.

Inspiration till formgivning för lek och intryck utomhus

Sist i detta kandidatarbete redovisas några idéer över fantasifulle lekmoment för alla barn.

- Ett vindspel skapar ett behagligt ljud när det blåser.
- En fantasifull form på markbeläggning kan bli en spännande och rolig känselupplevelse. Ett mönster som känns i marken kan vara roligt för ett barn med synskada att följa. Gupp på en gångväg är roliga att åka över med rullstol. (På bilden till höger saknas kanter som en upphöjd gångväg alltid ska ha för att förhindra att rullstolen glider av.)
- En studsatta ger barn med rörelsehinder känslan av att vara lätta och rörliga.
- En fantasifullt formad ledstång kan skapa en rolig känsel- och synupplevelse. Ledstång med mönster på kan ge information till synskadade.



- Varma lekskulpturer eller lekskulpturer som lyser i mörkret gör platsen till en speciell upplevelse även under vinterhalvåret.
- En varm pool utomhus i anslutning till exempelvis en dagverksamhet ger aktivitet och intryck.
- Ljud eller ljus som uppenbarar sig vid knapptryckningar är oftast mycket roliga och utvecklande för barn med syn- eller rörelsenedsättning.
- Hängträd kan när de vuxit till sig skapa mörka och små rum för barn att leka i.
- Vatten i en upphöjd ränna längs med en gångväg skapar känsel-, hörsel- och synintryck.

Referenser

Tryckta källor

- Bengtsson, A. (1981). *Lekmiljö-Livsmiljö*, Gummessons Tryckeri AB, Falköping
- Bjar, L., Liberg, C. (Red.)(2007). *Barn utvecklar sitt språk*, Studentlitteratur, Lund
- Caplan, S., Sparre, H. (2002). *Rehabilitering & Habilitering*, Bonnier Utbildning AB, Stockholm
- Dahlenborg, I. (2003). *Trädgård - en möjlighet i all vård*, Demensförbundet, Lätta Trycket AB, Stockholm
- Deacon, D., Pickering, M., Golding, P., Murdock, G. (1999). *Research Communications. A Practical Guide to Methods in media and Cultural Analysis*. Hodder Arnold. London
- Hammarberg, T. (2006). *Mänskliga rättigheter, Konventionen om barns rättigheter*, Edita Nordstedts Tryckeri AB, Stockholm
- Harvard, I. (2006). *Mer åt fler på lekplatsen – Bra lekplats för barn med funktionshinder blir bättre lekplats för alla*, Sveriges kommuner och landsting, Åtta.45, Solna
- Norén-Björn, E., Mårtensson, F. & Andersson, I. (1993). *Uteboken*, Barnmiljörådet, Movium, Liber utbildning AB, Almqvist & Wiksell Tryckeri AB, Uppsala
- Norfolk, D. (2003). *Läkande Trädgårdar*, org. titel *The therapeutic garden*, svenska utgåvan, Natur och Kultur, LTs förlag
- Grahn, P. (1998). Egen härd guld värd för själens harmoni. Olsson, Titti (Red.) *Människans natur - de grönas betydelse för vårt välbefinnande*, Bygghälsningsrådet Stockholm, BTJ Tryck AB, Lund
- Ottoson, J., Grahn, P. (1998). *Utemiljöns betydelse för äldre med stort vårdbehov*, Movium, Förvaltningsavdelningens repro vid SLU, Alnarp
- Sandberg, K. (Red.)(1999). *Möjligheternas trädgård - en trädgård för alla*, Hjälpmedelsinstitutet och Sveriges Utbildningsradio AB, Stockholm
- Svensson, E. (2001) *Bygg ikapp handikapp*, Svensk Byggtjänst, Elanders Svenskt Tryck AB, Stockholm

Elektroniska källor

Bräcke Östergård. Stegen Konduktiv pedagogik - En möjlighet till lärande och utveckling, Bräcke Diakoni (Online). Available from:

<http://www.brackediakoni.se/index.php?level1=utbud&level2=content/utbud/rorelsehinder.php&level2=content/utbud/stegen.php> (22 Nov. 07)

Petö pedagogik (konduktiv pedagogik) i Växjö (Online). Available from:

<http://www.konduktivpedagogik.se/html/konduk/koninl.html> (22 Nov. 07)

Defintion av funktionshinder – Högskolan i Halmstad (Online). Available from:

<http://www.hh.se/utbildning/studentcentrum/studeramedfunktionshinder/definitionavfunktionshinder.4.7ba16c7a111267a0653800055267.html> (22 Nov. 07)

Ideck (Online). Available from: http://www.dlh-nordisk.com/massaranduba_sv.pdf

(7 Dec. 07)

Taktila färger (Online). Available from: <http://www.galleritaktil.se/deepcolour.html> (7 Dec.

07)

Wikipedia, Oxytocin (Online). Available from:

http://sv.wikipedia.org/wiki/Oxytocin#Vid_brister_p.C3.A5_oxytocin (9 Dec. 07)

Bildhänvisning

Alla foton är tagna av arbetets författare Sara Chronvall.

BILAGA 1

Nedan följer frågor som belyser fler barns kriterier på lekmiljön. Dessa frågor har inte tagits med i kandidatarbetet på grund av dess mindre omfattning.

Utvecklingsstörning

- Finns information via bildsymboler eller tydliga bilder istället för text?
- Innehåller lekmiljön lekredskap i vuxenstorlek?
- Har gungplatser och eldstäder insprängningsskydd?
- Är gungplasten inhägnad för att motverka rymning?
- Är lekredskapen tydliga och enkla att använda?
- Stimulerar lekmiljön flera sinnen?

Autism

- Är lekmiljön väl inhägnad med tydlig planlösning för bra orientering?
- Är huvudentrén tydlig? Kanske i kontrasterande färg?
- Finns det tydlig information om lekmiljöns form och innehåll och vägledning vid det enskilda redskapet?
- Innehåller lekmiljön mindre lekytor som är avskärmade ifrån ljud för att ge möjlighet till lugn lek?

Hörselskada och dövhet

- Innehåller lekmiljön tydlig visuell information?
- Finns det lekredskap i miljön som avger starka ljud, brus eller långvarigt buller som kan störa barnens hörapparater?
- Innehåller lekmiljön bra belysning som inte bländar?

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.
This page will not be added after purchasing Win2PDF.