



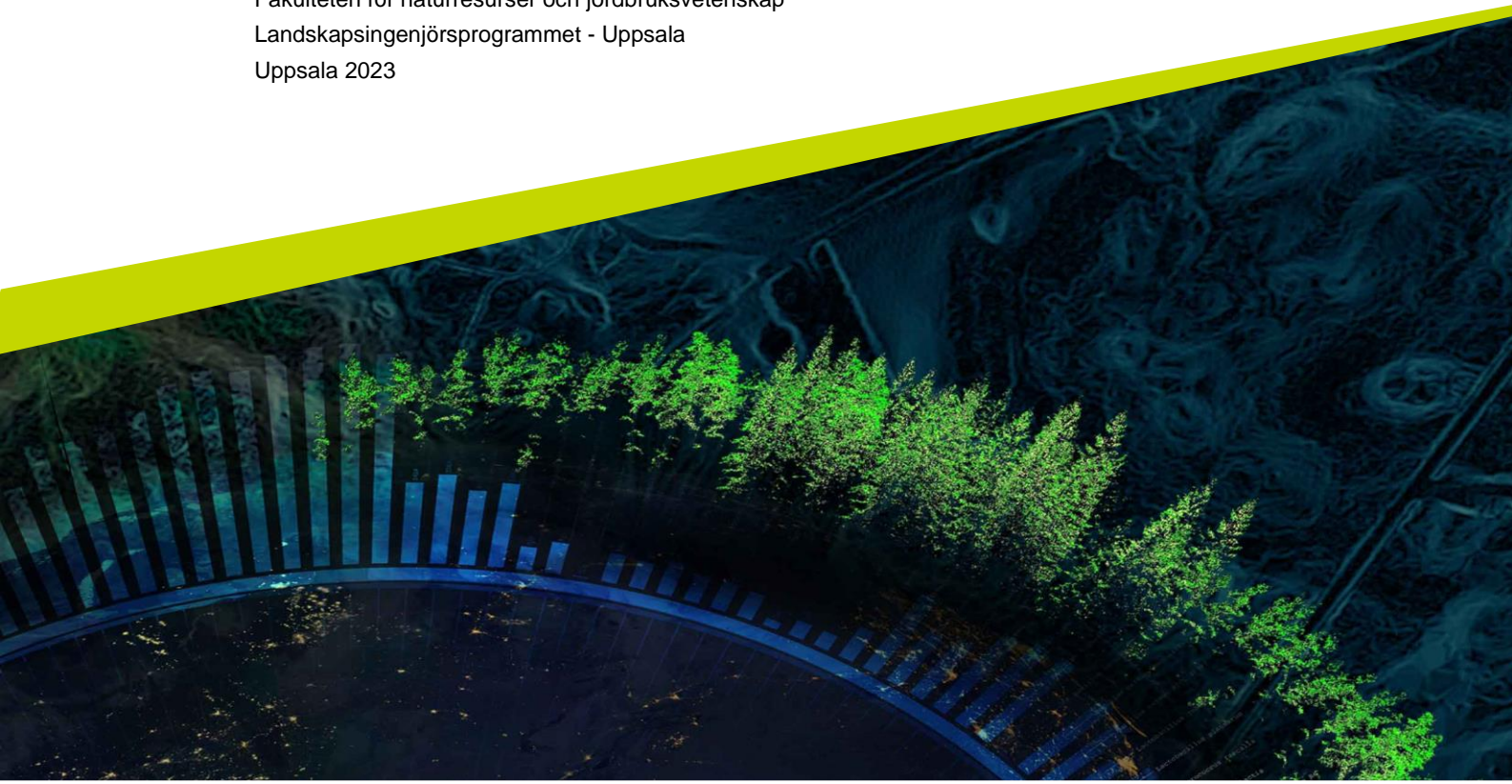
# Barns utomhusmiljöer

## En studie om barns ytor i staden

---

Hannah Hidén Rudander

Självständigt arbete • 15 hp  
Sveriges lantbruksuniversitet, SLU  
Fakulteten för naturresurser och jordbruksvetenskap  
Landskapsingenjörsprogrammet - Uppsala  
Uppsala 2023





# Barns utomhusmiljöer. En studie om barns ytor i staden

*Children's outdoor environments. A study on children's spaces in the city*

Hannah Hidén Rudander

<b>Handledare:</b>	Petter Åkerblom, Sveriges lantbruksuniversitet, institutionen för stad och land
<b>Examinator:</b>	Helena Nordh, Sveriges lantbruksuniversitet, institutionen för stad och land
<b>Omfattning:</b>	15 hp
<b>Nivå och fördjupning:</b>	Grundnivå, G2E
<b>Kurstitel:</b>	Självständigt arbete i landskapsarkitektur
<b>Kurskod:</b>	EX1004
<b>Program/utbildning:</b>	Landskapsingenjörsprogrammet - Uppsala
<b>Kursansvarig inst.:</b>	Institutionen för stad och land
<b>Utgivningsort:</b>	Uppsala
<b>Utgivningsår:</b>	2023
<b>Elektronisk publicering:</b>	<a href="https://stud.epsilon.slu.se">https://stud.epsilon.slu.se</a>
<b>Nyckelord:</b>	Barn, stadsplanering, lekmiljöer

## **Sveriges lantbruksuniversitet**

Fakulteten för naturresurser och jordbruksvetenskap

Institutionen för stad och land

Avdelningen för landskapsarkitektur

## Sammanfattning

Det blir allt vanligare att flytta från landsbygden in till de större städerna. I takt med att fler människor väljer att flytta behöver staden utvecklas. Detta har resulterat i att vissa ytor bortprioriteras. Utrymmen som ofta drabbas är de ytor som barn behöver för att utvecklas och må bra. Exempel är skolgårdar och naturområden. Samtidigt som barns ytor försvinner ökar ohälsan bland yngre. För att stoppa trenden med minskande av barns ytor behövs kunskap och tydliga riktlinjer kring vilken typ av urbana landskap som barn behöver för att må bra, samt konkreta förslag på hur utemiljöer ska utformas för att gynna barnens utveckling. I detta kandidatarbete kommer det att konkretiserats hur olika element i det urbana landskapet samt hur olika element i lekmiljöer påverkar barns mående, både direkt och indirekt.

Syftet med det här arbetet är att undersöka några centrala förutsättningar på barns lekytor som främjar barnens lek, fysiska aktivitet samt barnens mående. Utöver det studeras det även hur stadens utformning påverkas barnens trygghet och därmed rörelsefrihet. Olika aktörer i samhället bär ett stort ansvar för att hjälpa till att forma ett samhälle för alla, inte minst barn. En viktig roll inom denna utveckling är bland annat landskapsingenjören. Vidare, är målet därför att kunna bidra med kunskaper som ska kunna hjälpa landskapsingenjörer att främja barns möjligheter till lek, rörelse och hälsa genom genomtänkta lekytor men också att bidra med information om hur det omkringliggande stadslandskapet bör utformas för att skapa en fördelaktig miljö som främjar utevistelse för barn.

Arbetet grundar sig i en litteraturstudie där olika källor sammanställts för att skapa en översiktlig bild utav problemet och dess potentiella lösningar. Det gjordes en litteratursökning utifrån befintliga sökmeter där databaser såväl som böcker använts. Material analyserades genom att identifiera likheter och skillnader i resultatet. Med utgångspunkt ur detta förhållningssätt har sedan ett resultat kunnat utläsas.

Resultatet påvisade vikten av grönska, lek och utevistelse för barn samt påvisade konkreta exempel på element som främjar ett barns hälsa. Trygga miljöer i form av välutformade och trafiksäkra stadsmiljöer, god belysning samt välkommande ytor där olika åldersgrupper får möjlighet att integrera med varandra har visats vara viktiga inslag för att gynna barn. Sett ur ett mer detaljerat perspektiv är inslag av grönska, lösa material och spännande topografi viktiga faktorer som uppmuntrar barns lek och fantasi.

*Nyckelord: Barn, stadsplanering, lekmiljöer*

## Abstract

It is becoming increasingly common to move from rural areas to larger cities. As more people choose to relocate, the city needs to evolve. This has resulted in certain areas being deprioritized. Spaces that children need to thrive and feel well, such as schoolyards and natural areas, are often affected. As children's spaces disappear, there is an increase in health issues among younger individuals. To counter this trend, knowledge and clear guidelines are needed regarding the type of urban landscapes that promote children's well-being, as well as concrete proposal on how outdoor environments should be designed to benefit children's development. This report will concretize how different elements in the urban landscape and different elements in play environment directly and indirectly affect children's well-being.

The purpose of this work is to examine several key conditions in children's play areas that promote play, physical activity, and well-being. Additionally, it explores how the design of the city impacts children's sense of security and thereby their freedom of movement. Various actors in society bear a great responsibility in shaping a society for everyone, especially children. One important role in this development is the landscape engineer, among others. The goal is therefore to contribute knowledge that can assist the landscape engineer in promoting children's opportunities for play, movement, and health through thoughtful play areas, as well as providing information on how the surrounding urban landscape should be designed to create an advantageous environment that encourages outdoor activities for children.

The work is based on a literature study where different sources were compiled to create an overview of the problem and its potential solutions. A literature search was conducted based on existing search methods, using both databases and books. This material was then analyzed by identifying similarities and differences in the outcome. Based on the approach, a result could be derived.

The result showed the importance of greenery, play, and outdoor activities for children, as well as concrete examples of elements that promote children's health. Safe environment, in the form of well-designing and traffic-safe urban areas, good lighting, and welcoming spaces that allow different age groups to interact with each other, were shown to be important factors in benefiting children. From a more detailed perspective, elements of greenery, loose materials, and exciting topologies are important factors that encourage play and imagination.

*Keywords:* Children, urban planning, play areas

# Innehållsförteckning

<b>1. Inledning .....</b>	<b>9</b>
1.1 Urbaniseringens påverkan på barns utomhusmiljöer .....	9
1.2 Barns påverkan av stress kopplat till omgivningen .....	10
1.3 Barns hälsa och rörelse .....	10
1.4 Barns lek .....	11
1.5 Barnkonventionen i fysik planering .....	12
1.6 Syfte .....	12
1.7 Frågeställning.....	12
1.8 Avgränsningar .....	13
<b>2. Material och metod .....</b>	<b>14</b>
2.1 Litteratursökning.....	14
2.2 Analys .....	15
2.3 Sammanställning av tabeller.....	16
2.4 Metoddiskussion .....	16
<b>3. Resultat från litteraturgenomgång .....</b>	<b>18</b>
3.1 Omgivningens betydelse för måendet .....	18
3.2 Skildring av barns lek och vuxnas vision av utomhusmiljöer .....	19
3.2.1 Vuxnas vision.....	19
3.3 Viktiga aspekter i stadslandskapets utformning .....	20
3.3.1 Avståndet till natur samt storlek.....	21
3.4 Gynnsamma lekmiljöer .....	22
3.4.1 Lekotoper .....	22
3.4.2 Tillgång till skugga .....	23
3.4.3 Trygghet.....	23
3.4.4 Lösa material och vegetation.....	24
3.4.5 Lekförstärkare .....	24
3.6 Sammanställning av resultat.....	25
<b>4. Diskussion .....</b>	<b>27</b>
4.1 Lekytor .....	28
4.2 Stadslandskapet.....	29
4.3 Samhälle, etik och hållbarhet.....	30
4.4 Avslutande diskussion .....	30

**Referenser..... 32**





# 1. Inledning

Det var föst när jag flyttade från min hemstad Säffle, en liten stad med dryga 10 000 invånare där tillgången till grönytor aldrig varit ett bekymmer, som tanken slog mig. Städer runt om i Sverige är inte som platsen där jag växte upp. Vid mitt barndomshem fanns inga lekplatser, men i stället hade jag hela skogen intill huset att leka i bäst jag ville. Detta är min sanning, men jag har med tiden insett att detta inte är fallet för alla. Olika infallsvinklar har därför valts att studeras kring samhällets utformning i relation till barn. Vikten av barns roll i detta sammanhang kan inte understrykas nog.

Städerna växer och alltmer av det som tidigare betraktats som landsbygd urbaniseras (Sveriges Radio, 2016). En följd effekt av förtätningen av staden kan vara att vissa ytor behöver bortprioriteras, så som naturmarker, lekmiljöer och skolgårdar (Boverket, 2022a). I takt med att dessa ytor försvinner ökar den psykiska ohälsan bland barn och unga (BRIS, 2018). För att stoppa denna trend behövs kunskap och tydliga riktlinjer kring vilken typ av urbana landskap som barn behöver för att må bra, samt konkreta förslag på hur utemiljöer ska utformas för att gynna barnens utveckling. I detta kandidatarbete kommer det att konkretiseras vilka element och faktorer som kan tillföras i det urbana landskapet såväl som i barns lekmiljöer för att främja barns trygghet, utevistelse, lek, och rörelse. Effekter av detta på barns hälsa, både direkta och indirekta, kommer att undersökas. Resultaten kommer även att kort diskuteras ur samhälleliga, etiska samt hållbara aspekter. Tanken är även att denna uppsats ska kunna verka som ett stöddokument för landskapsingenjörer, där sammanställda resultat ska kunna fungera som en enkel guide vid planering av lektytor för barn samt hur övriga ytor i samhället relaterar till barns möjligheter till ett gott liv.

## 1.1 Urbaniseringens påverkan på barns utomhusmiljöer

I dagsläget bor 15 procent av Sveriges befolkning kvar på landsbygden (SCB 2015). Detta är en 75 procentig minskning jämfört med hur läget såg ut för 200 år sedan. I och med den ständiga befolkningsökningen i staden pågår diskussioner kring hur en stad bör utformas för att vara hållbar ur flera olika aspekter. Detta är en essentiell överläggning som kommer vara avgörande för kommande generationer. Detta bekräftar Hern (2010:11) i sin bok *A common ground in a liquid*

*city: Essays in defense of an urban future* där han beskriver hur staden är lösningen på hållbarhetsproblematiken. *‘We need to start sharing resources and land base we do have, to stop spreading out so much, and focus our transportation and energy resources carefully’* (Hern, 2010:10). Hern menar på att städerna är framtiden, att dessa bör prioriteras för att en hållbarare värld ska uppnås. Han antyder att en förtätning är nödvändig. Med utgångspunkt i Herns synsätt kvarstår dock en viktig fråga: Vilka ytor bör prioriteras? Några ytor som i dagsläget inte tycks prioriteras är skolgårdar (Boverket, 2022a). Både grönområden i anslutning till skolgården och själva skolgården har under de senaste åren fortsatt minska. Detta sker trots att Plan- och bygglagen ställer krav på att det ska finnas friyta för lek och utevistelse för barnen, vid såväl skolor som vid bostäder (Boverket, 2015:10). Något som däremot inte regleras utav lagen är friytornas storlek eller ändamålsenlighet. Det blir därför viktigt att god kännedom inom ämnet besitts av olika aktörer verksamma inom området. Barn är framtiden och kan därför ses som en viktig målgrupp. God kunskap är därför nödvändigt kring vad barn behöver för att uppmuntras till lek och rörelse. God kunskap krävs även kring vad som bör inkluderas i stadslandskapet för att bidra till en bättre hälsa och ökad trygghet hos barn. Detta behövs diskuteras på såväl detaljnivå som ur ett större perspektiv. Baserat på denna premis behöver samhället en ökad förståelse för vilka delar av landskapet som gynnar barnen för att i ett senare skede kunna prioritera dessa när staden byggs om.

## 1.2 Barns påverkan av stress kopplat till omgivningen

Ett barns hjärna är under ständig utveckling och är därmed mer påverkbar och sårbar (Hjärnkanalen 2019a). Stress i olika former påverkar därför extra mycket. Unga blir skörare och får sämre inlärningsfunktioner och känner sig ofta mer ängsliga (ibid). Mitt inne i hjärnan sitter amygdala, detta är en liten struktur som är kopplad till rädsla och oro, när denna aktiveras blir dessa celler allt kraftfullare vilket gör att den blir alltmer aktiv. Då barns hjärna inte är fullt utvecklad triggas amygdala lättare (ibid). Den extra känsligheten i amygdala innebär en ökad risk för psykisk ohälsa. Baserat på detta går det att resonera kring att det är extra viktigt att barns utomhusmiljöer känns trygga och bidrar till stressreducering. Som en del av detta är det även viktigt att främja barns lek och rörelse, då tydliga kopplingar mellan välmående och fysisk aktivitet hos barn påvisats (Boverket, 2022b). Därav bör även prioritet läggas på barns lekmiljöer.

## 1.3 Barns hälsa och rörelse

Barn mår bra av att leka och röra på sig (1177 Vårdguiden, 2018). Det är under dessa förutsättningar som barnet utvecklar sina såväl fysiska som psykiska

egenskaper. Dessvärre pågår det i dagsläget en trend som innebär att både vuxna och barn är mer stillasittande (Hellenius.M, 2022). Detta har fått följer i form av minskad allmänhälsa (Folkhälsomyndigheten, 2021). Detta är något som styrker människans behov av fysisk aktivitet. Studier visar på att det är barn som rör sig mycket som senare i livet får en naturlig vana för fysisk aktivitet (Högman 2021:125). Barn i rörelse har även visat ha ett bättre immunförsvar, bättre koncentrationsförmåga, stabilare sömn, starkare skelett, följt av en rad positiva effekter (Magnusson, 2021). Detta påvisar vikten av att miljöer utformas efter barns behov och önskemål, då detta både präglar deras hälsa i realtid likväl som hälsan längre fram i livet. I svensk byggtjänst bok ” Plats för lek, Svenska lekplatser förr och nu” skriver Norén (2016:139) att utemiljöer av god kvalité bidrar till social hållbarhet då mötesplatser uppstår. Vart dessa utemiljöer placeras är därför viktigt så att hela samhället kan få en likvärdig del.

Att barn har börjat röra på sig mindre är en följd utav bland annat ökad biltrafik Beckman (2018:12). I och med ökningen upplevs omgivningen som farligare vilket hindrar barnen att röra sig utanför hemmet själva. Utöver detta pågår även den ständiga urbaniseringen som innebär mer hårdbelagda ytor. Även skolgårdarna, där barnen tillbringar förhållandevis mycket av sin tid krymper (Boverket, 2022a). I takt med att naturliga lekytor försvinner ökar behovet av välkomponerade ytor där barnens lek och hälsa sätts i fokus. Detta bestyrks i Flanning och Dietze (2017:53) studie där det beskrivs hur både skolgårdar och andra lekytor i urbana miljöer krymper.

## 1.4 Barns lek

” Allt stort som skedde i världen skedde  
först i någon människas fantasi”

- *Astrid Lindgren*

Barns nytänkande och kreativa hjärnor ska vårdas. De ska få utlopp för deras fantasier och lekfulla tankar. I och med utvecklingen av samhället försvinner barnens naturliga lekmiljöer och ersätts av monotona lekplatser där vuxna styr leken (Beckman, 2018:5). Det skapas miljöer där val av material är baserat på underhållskostnader och skaderisker. Studier visar på att dessa lekplatser till och med hämmar barns utveckling då deras förmågor att bedöma sina egna risker inte utmanas (Beckman, 2020:10). Den spontana leken har oerhört stor betydelse och är något som behövs tas i beaktning vid utformandet av en stad. Flanning och Dietze (2017:55) bekräftar i sin studie om barns utelek att lek är en viktig del av barns

lärande och utveckling. Ord som kreativitet, anpassning och socialisering är en röd tråd genom studien.

## 1.5 Barnkonventionen i fysisk planering

Den 1 januari 2020 trädde en ny lag i kraft i Sverige som gav Barnkonventionen en mer framstående roll i rättslig mening, där den fick en juridisk ställning jämförbar med övriga nationella lagar (Unicef, 2020). Boverket fick i och med detta i uppdrag att analysera hur det är möjligt att barnkonventionen tillämpas i fysisk planering (Boverket, 2020:11). Barnkonventionen framhäver barns rättigheter och betonar de faktum att de också är självständiga individer med möjlighet till att delta i utvecklingen av samhället (Boverket, 2020:46-47). Även vikten av att alla barn ska ges samma möjligheter oavsett bakgrund betonas. Detta faktum understryker vikten av stadsmiljöer anpassade efter barns behov, och utgör därmed en grundläggande motivation för detta arbete.

## 1.6 Syfte

I den här uppsatsen undersöks några centrala förutsättningar på barns lekytor som främjar barnens lek, fysiska aktivitet samt barnens mående. Utöver det studeras det även hur stadens utformning påverkas barnens trygghet och där med rörelsefrihet. Vidare, är målet att kunna bidra med kunskaper som ska kunna hjälpa landskapsingenjörer att främja barns möjligheter till lek, rörelse och hälsa genom genomtänkta lekytor men också att bidra med information om hur det omkringliggande stadslandskapet bör utformas för att skapa en fördelaktig miljö som främjar utevistelse för barn.

## 1.7 Frågeställning

- Vilka faktorer och element kan identifieras som främjande av lek och rörelse samt hälsa hos barn på lekytor?
- Vad bör prioriteras i det svenska stadslandskapet för att det ska bidra till barnvänliga och trygga stadsmiljöer som främjar barns utevistelse?

I detta arbete görs en viss distinktion mellan begreppen faktorer och element, där element syftar till mer materiella ting som kan finnas på en plats, medan faktorer mer betraktas som förutsättningar för/på platsen.

## 1.8 Avgränsningar

Detaljnivån har anpassats utefter de tio veckors heltidsstudier som en kandidatuppsatts innefattar. För att avgränsa arbetet gjordes valet att upprätthålla ett kandidatarbete som endast innefattar studier som undersöker vilka element och faktorer i barns lekmiljöer som främjar lek, rörelse och en förbättrad hälsa, samt vilka element som bidrar till ett tryggt stadslandskap som gynnar barns trygghet och därmed rörelsefrihet och utevistelse.

Arbetet är även avgränsat på så vis att det endast bygger på en litteraturgenomgång, och inte egna praktiska undersökningar. Ytterligare avgränsning på arbetet är valet av att enbart fokusera på barn och deras behov. Uppsatsen innehåller inga platsspecifika förslag, utan behandlar barns ytor i staden ur ett mer generellt perspektiv. Att dessa avgränsningar gjorts beror på det faktum att arbetet i detta fall annars inte hade rymts inom ramen för en 15 poängs uppsats. I arbetets resultatdel har valet gjorts att sammanställa två tabeller med samtliga förslag på faktorer och element som kunde identifieras i litteraturen. Dessa förslag är utan inbördes ordning med avseende på prioritering då arbetet hade blivit betydligt mer omfattande om det även skulle vägas in hur stor påverkan de olika förslagen har.

## 2. Material och metod

Viktig inspiration till denna uppsats finns i boken *A common ground in a liquid city: Essays in defense of an urban future*, en bok där författaren Matt Hern tar ställning för att svaret på hållbarhetsfrågan, och hävdar att nyckeln till ett mer hållbart samhälle är att människor väljer att bosätta sig på en mindre geografisk yta genom att flytta till städer. Detta ska uppnås genom att utforma staden på ett så optimalt vis som möjligt. Något som boken dock inte tar i beaktning är barnen, och deras behov. I och med bokens bristande fokus på barn uppkom inspirationen till arbetet. Ur denna inspiration gjordes vidare sökning kring barns ytor i staden kopplat till deras mående, lek, rörelse och utevistelse vilket då lade temat för uppsatsen.

### 2.1 Litteratursökning

Arbetsprocessen inleddes med en initierande litteratursökning där en grundläggande förståelse för ämnet etablerades. Detta lade grunden för det efterföljande sökandet. Denna förstudie var värdefull för att avgränsa arbetsområdet och identifiera en lämplig riktning på arbetet. Processen medförde en essentiell överblick. Därefter fortsatte arbetet med den primära litteratursökningen, vilket inbegrep en mer preciserad och ändamålsenlig sökstrategi. Både systematiska och osystematiska sökningar genomfördes, vilket dels innebär sökande med hjälp av olika metoder enligt en strukturerad plan, såväl som ostrukturerat arbete för att komplettera övrig information och hitta ytterligare inspiration till arbetet (Friberg et al. 2006 se Nyberg 2000). Vid den systematiska sökningen användes olika typer av sökmetoder. För att hitta material inom ämnet barn och landskap tillämpades boolesk sökologi (Friberg, 2006:59). Detta utgör en teknik där specifika relationer mellan ord utnyttjas för att åstadkomma önskad semantisk koppling. För ytterligare precision användes närhetsoperatorer, där AND var mest förekommande. För att inte begränsa sökningen användes även trunkering i vissa fall. Med tiden smalnades sökningarna av från den ursprungliga bredden för att nå fram till problemställningens kärna. Utöver publicerat material har även internetbaserade källor används men då främst som komplement till övrig information.

### *Databas*

Sökningar har främst gjorts i PRIMO med exempelvis följande sökning: *Barn\* AND Landskap\**. Denna sökning gav ett resultat på 380 träffar där fåtalet studentarbeten granskades för inspiration men sedan applicerades ett filter så att studentarbeten valdes bort. Sökningar gjordes även efter specifika författare, så som Fredrika Mårtensson och Patrik Grahn. Ytterligare sökning gjordes med följande form: *Barn\* AND Natur\** som gav 40 589 sökträffar. Val av avgränsning gjordes genom att begränsa sökningen till endast svenska. Utöver det gjordes en ytterligare avgränsning genom att studentarbeten återigen valdes bort. En kompletterande sökning var: *Barn\* AND Hälsa\* AND Natur\** vilket gav 226 träffar. Alla dessa titlar ögnades igenom för ett ytterligare urval där sedan ett fåtal studier valdes ut efter uppskattad relevans. Vid sökandet användes även ett visst antal studentarbeten för att kunna hämta inspiration samt lämpliga referenser.

### *Urval*

Vid informationssökning prioriterades svenskspråkiga arbeten. Till en början lades även störst fokus på vetenskapligt granskade artiklar, men senare i processen kompletterades materialet med icke vetenskapligt granskade för att fördjupa ämnet vidare. Senare i arbetsprocessen kompletterades arbetet med ett fåtal utländska källor skrivna på engelska.

### *Vanlig sökmotor*

Utöver databasen PRIMO användes även Google. Detta var till fördel då arbeten från andra universitet blev lättare att hitta. Utöver det var Google behjälplig vid att ta fram ett begränsat urval av Boverkets skrifter samt hjälpsamma texter från Folkhälsomyndigheten, 1177 Vårdguiden, BRIS och dylikt.

### *Fysiska källor*

Diverse böcker har lästs, dels som inspiration för uppsatsen men även som källor. Vissa av de fysiska källorna hittades med hjälp av PRIMO, andra med hjälp av Google.

## 2.2 Analys

En kartläggning av kunskapen inom området som rör barn och deras samband till landskapet har genomförts. Redan vid arbetes begynnelse påbörjades analysen, där en överblick erhöles av relevant publicerad forskning inom ämnesområdet. Vid detta steg framkom vilka sammanhang som tidigare har studerats, vilka länder som uppvisar vanligt förekommande forskning inom området och övriga liknade faktorer. Denna information bidrog till en förståelse av områdets karaktär.

Vid den mer grundläggande analysen hade ett flertal frågor formulerats för att underlätta granskningen av studierna:

- Är syftet relevant?
- Vilka argument förs fram?
- Vad visar resultatet?

Vid analys av texterna har likheter och skillnader identifierats mellan dessa. Likheter och olikheter mellan strategier, tekniker, metoder som använts vid planerandet, genomförandet och utvärderat av forskningen har utvärderats, ett så kallat metodologiskt tillvägagångssätt. Anteckningar fördes löpande som sedan var behjälpliga vid sammanställandet av den fullständiga uppsatsen. Med utgångspunkt i detta förhållningssätt har sedan ett resultat kunnat utläsas.

## 2.3 Sammanställning av tabeller

När all information inhämtats och sammanställts gjordes valet att upprätthålla två tabeller. Målet med tabellerna var att konkretisera resultatet och göra det mer lättförståeligt och lättillgängligt, för att läsaren snabbt och enkelt ska kunna få en överblick av resultatet. Anteckningar fördes löpande för att sammanställa de specifika element och faktorer som påvisats påverka barn. Ena tabellen visar vilka av elementen och faktorerna som kan appliceras på främjandet av lek, rörelse och god hälsa vid lekytor och den andra tabellen visar vilka element och faktorer som främjar barnvänliga och trygga stadsmiljöer som bidrar till barns utevistelse. Samtliga element och faktorer som redovisats tidigare i kandidatarbetet inkluderades.

## 2.4 Metoddiskussion

Arbetet är litteraturbaserat vilket innebär vissa begränsningar. Hade litteraturen som använts kompletterats med intervjuer med människor verksamma inom området hade arbetets trovärdighet ökat ytterligare samt potentiellt bidragit med nya infallsvinklar. Ytterligare informationsinhämtning i form av exempelvis interjuver hade även kunnat innebära upptäckten av vissa motsättningar vilket hade skapat en intressant och givande diskussion. Platsbesök och dylikt hade också kunnat vara fördelaktigt för att skapa en djupare förståelse för ämnet.

Ytterligare en begränsning i arbetet är det faktum att det främst bygger på svensk litteratur. Hade fler källor från andra länder används hade arbetet kunnat vara mer



representativt för ett större geografiskt område, samt att ett större antal av stora forskares arbeten hade kunnat vägas in och ställts emot varandra. Det snäva geografiska omfånget är dock inte nödvändigtvis en nackdel, då den initiala tanken med arbetet var att det skulle vara representativt för Sverige. Det kan då snarare ses som en fördel att övervägande del svenska källor används, då dessa troligtvis ger en mer korrekt bild av hur situationen är i Sverige.

De sökningar som gjordes utfördes främst i PRIMO. Dessa sökningar hade även kunnat göras från fler databaser, exempelvis Google Scholar. Detta hade inneburit ytterligare material att göra urvalet ifrån. Ytterligare en begräsning kopplat till sökandet är antalet sökningar som utfördes. Vid den systematiska sökningen användes ett begränsat antal sökord då dessa gav tillräckligt med resultat. Att utvidga till fler sökord hade dock varit fördelaktigt då detta eventuellt hade bidragit med andra typer av relevanta arbeten.

Något som kan ses som fördelaktigt med metoden är att både lekytor och omkringliggande stadslandskap valts att studeras, i stället för att fokusera på endast en av kategorierna. Detta ger ett bättre helhetsperspektiv över barns ytor i staden, då det exempelvis inte är meningsfullt att diskutera hur en lekyta bör utformas om barn ändå inte tar sig dit på grund av brister i stadsplaneringen.

Arbetets tabeller påvisar element och faktorer som kan inkluderas i lek- och stadsmiljöer. Dessa tabeller ger en bra översikt, men dessvärre framgår det inte om de olika elementen och faktorerna är olika viktiga. Vid anläggandet av exempelvis en lekyta kan det finnas vissa ekonomiska begräsningar. Att då inte kunna väga in vilka faktorer och element som bör prioriteras försvårar arbetet. Däremot framgår det i tabellerna vad de olika elementen och faktorerna bidrar till vilket skapar någon form av beslutsunderlag.

### 3. Resultat från litteraturgenomgång

I detta avsnitt presenteras de fakta och den information som inhämtas under litteraturgenomgången. Materialet har delats upp under ett flertal olika underavsnitt i ett försök att på ett så tydligt sätt som möjligt återge relevant fakta ur olika perspektiv, som sedan ska kunna användas för att besvara uppsatsens frågeställningar (se avsnitt 1.3).

Resultatets första underavsnitt fokuserar främst på den del av frågeställningarna som berör hälsan hos barnen. Detta är sedan följt av konkreta faktorer som påverkar barnen i form av både störningar som exempelvis bullerljud men även naturens positiva inverkan på måendet. Detta följs upp av information om hur vuxna sätter upp vissa begränsningar för barns lek samt hur detta skiljer sig från barns sätt att leka.

Resultatet bygger sedan vidare med information om stadslandskapet och viktiga faktorer och element kring detta. Efter detta läggs fokuset på vilka faktorer och element som behövs för att skapa gynnsamma lekmiljöer.

Avsnittet avslutas med en sammanställning av tidigare underavsnitt i form av två tabeller, vilka är tänkta att användas för att smidigt och enkelt kunna ta del av de funna resultaten från litteraturgenomgången.

#### 3.1 Omgivningens betydelse för måendet

En viktig faktor för såväl vuxnas som barns välmående tycks vara omgivningens uppbyggnad. God kunskap om hurdan olika element påverkar människan anses därför viktigt vid utformandet av stadens olika delar. Människan påverkas av ljud, ljus, tillgång till grönska följt av en rad andra komponenter (Folkhälsomyndigheten 2019; Folkhälsomyndigheten 2017:22; Folkhälsomyndigheten, 2022). Niklasson och Sandberg (2010) beskriver hur naturen är en plats där både vuxna och barn blir mindre stressande och känner sig både fria och lekfulla. Naturens positiva inverkan på barn styrks ytterligare av en artikel i Viola. I artikeln beskriver författaren Ansari Poolman (1997) om en studie som genomförts i Skåne där barnen på två daghem med likvärdiga egenskaper bortsett från dess omgivning jämfördes med varandra.

Ena daghemmet var ett typiskt innerstadsdaghem medan det andra klassades som naturnära och daghemmet tillbringade märkvärdigt mer tid utomhus. Studien visade att barnen som gick på det naturnära daghemmet hade bättre koncentrationsförmåga, motorik, mer varierat leksätt samt bättre allmänhälsa. Utifrån detta går det att resonera att omgivningen även påverkar barnen i hög grad.

God tillgång till grönytor främjar den psykiska såväl som fysiska hälsan på flertalet sätt (Folkhälsomyndigheten, 2022). Sandro (2019) beskriver hur grönska har en positiv inverkan på barns stressnivå och därmed mående. Det beskrivs även hur det även gynnar barns lek, psykiska återhämtning samt deras välbefinnande överlag.

Ytterligare en faktor som bör tas i beaktning är ljudföroreningar (buller). Bullerljud främjar stress (Arbetsmiljöverket, 2020). Parker och diverse grönytor har en positiv inverkan på stadens buller (Forssén, 2017). I en annars hårdbelagd stad hjälper det mjuka naturmaterialet till att absorbera ljud. Utöver grönskas absorberande effekt påverkar den även vind, luftfuktighet samt temperatur, tre faktorer som i sin tur reglerar ljudnivåer (Boverket, 2021). Folkhälsomyndigheten (2021) skriver att barn och ungas organ inte är helt färdigutvecklade vilket innebär att de påverkas extra mycket utav diverse föroreningar i omgivningen, så som ljudföroreningar (buller). Fortsatt skriver folkhälsomyndigheten att bullerljud påverkar unga extra mycket då deras öron har visat sig vara känsligare för ljud än vuxnas öron som en följd av kortare hörselgångar (Folkhälsomyndigheten, 2019 a).

## 3.2 Skildring av barns lek och vuxnas vision av utomhusmiljöer

### 3.2.1 Vuxnas vision

Jones (2000:31) menar på att samhället är utformat efter hur vuxna använder det och vad som tillfredsställer deras behov. Jones menar på att det finns en social konstruktion som skapat en begränsning i att vuxna och barn kan dela på landskapets ytor. Vuxna delar upp landskapet inom olika gränser, något som barn däremot inte är fullt lika medvetna om. Barn rör sig fritt utanför oskrivna regler. Jones menar på att de vuxna strikta ytorna kan omkonstrueras till barnens fördel utan att det blir märkvärdigt.

Ytor går att konstrueras på så vis att de är fortsatt tilltalande för vuxna men med inslag för barnen. Dessa gränser som de vuxna konstruerat kan bli mer flytande. Jones menar på att man i stället för att expandera konkreta lekytor bör skapa en mindre tydlighet i gränserna mellan barnens lek och de vuxnas ytor (Jones,

2000:34). Fokuset försvinner då från specifika bruksgrupper och öppnar upp samhället för alla. Ett samhälle utan åldersdiskriminering som kommer gynna barnens fysiska såväl som psykiska hälsa. Jones beskriver hur barn, bara genom att få tillgång till de vuxnas ytor inte behöver så mycket mer. När möjligheten ges kan de själva skapa sig den miljö de behöver (Jones, 2000:35). Om de vuxnas miljöer blir mer varierande, accepterande samt mindre begränsade öppnar detta upp för barns kreativitet och spontanitet. Två världar möts. Mårtensson beskriver hur vuxnas inslag i landskapet, så som staket eller val av fallskydd kring lekparken begränsar barnen. Hon beskriver utmaningen i att utforma en miljö som både är säker men som inte begränsar barnens lek (Mårtensson, 2013:503). Mårtensson (2022:24) beskriver även hur vuxna påverkar barns ytor negativt genom att minska rumsligheter. Detta beror återigen på vuxnas behov av kontroll då detta skapar bättre sikt.

### 3.3 Viktiga aspekter i stadslandskapets utformning

En stad består av många olika komponenter som på ett eller annat vis fyller en viktig funktion (Dock 2013:3). I vissa fall görs val på grund av estetiska överväganden, medan i andra fall kan de ha ekonomiska eller praktiska skäl. Utformningen av en stad kan ha varierande grad av gynnsam inverkan på människors hälsa. Marianne Dock (2013:4), programarkitekt för stadsbyggnadskontoret i Malmö skriver att det behövs en bra balans i samhället. Vid ogynnsam stadsplanering bildas det barriärer mellan områden som påverkar barn negativt (Aziz & Said, 2010:209). Även Dock (2013:5) beskriver hur det bildas barriärer och exemplifierar med den barriär som ofta uppstår när gatorna inte har några trottoarer. Vägen ses då som ett hinder då det inte är lika enkelt att röra sig längs med, eller över vägen (Dock, 2013:5). Aziz och Said (2010:209) beskriver även de hur vägars placering påverkar barnets rörelsefrihet. I Aziz och Suids sammanställning beskrivs det hur de barn som bor vid en återvändsgränd i slutet av en gata tillbringar mer tid utomhus som en följd av den minimalt trafikerade vägen. Utöver barriärer är ett annat återkommande ord i studier om hur staden bör utformas ”närhet”. Flertalet studier visar att närhet till skola, parker, jobb med mera. gynnar människans hälsa då närhet bidrar till ökad fysisk aktivitet (Dock, 2013:6; Boverket, 2013:21; Lindeskog, 2014). Närheten gynnar både hälsan och miljön (ibid). När stadsplaneringen underlättar för gång och cykeltrafik väljer fler att avstå från att ta bilen, något som bidrar till ökad fysisk aktivitet samt mindre utsläpp.

I Boverkets rapport om Barnkonventionen i fysisk planering och stadsutveckling beskrivs vikten av en välutformad trafikmiljö (Boverket 2020:47). Detta bekräftas även utav Mårtensson som understryker att barn är beroende av säkra färdsträckor och lekytor (Mårtensson m.fl. 2011:21). Mårtensson m.fl. (2011:49) beskriver att

transportering via cykel eller till fots måste bli en naturlig del av barns vardag vilket i sin tur kommer skapa en naturlig naturkontakt. Barn är beroende av den trygghet en säker trafikmiljö medför för att självständigt kunna röra sig i samhället. Även Dock skriver att trygghet är en viktig aspekt för folkhälsan men trycker mer på det faktum att staden ska utformas på så vis att fler människor är i rörelse och samlas på gemensamma ytor är ett sätt att bidra med ökad trygghet (Dock, 2010:13). Dessa ytor behövs för barn likväl som vuxna (Boverket, 2020:48). Utöver att de bör uppfattas som trygga är det viktigt att de är lättillgängliga, inkluderande och kravlösa. Dessa miljöer gör det möjligt för barn att utveckla sociala kontakter samt bidrar till fysisk aktivitet. Lekplatser är ett viktigt inslag i staden då detta skapar en naturlig mötesplats där olika delar ur samhället kan integrera med varandra (Beckman m.fl. 2022). Viktigt att ha i beaktning är att det krävs en strategisk placering samt en god variation mellan platserna (Norén Björn, 2016). En god idé är att lägga lekparken i anslutning till befintliga grönområden samt gärna med olika teman. Men det är inte alltid nödvändigt med lekparker. Naturen och grönområden är minst lika viktiga (Boverket 2020:49). Dessa ytor bidrar till barns utveckling, både genom fysik aktivering, men även genom ökad fantasi.

### 3.3.1 Avståndet till natur samt storlek

Forskning har visat att avståndet till grönytor har stor betydelse för hur mycket tid människan väljer att spendera utomhus. Extra prioritet bör ligga på områden kring bostäder, men även omkring skolor. Forskningsresultatet visar på att 300 meter är det absolut maximala avståndet för att grönområdet ska användas regelbundet. För barn krävs ytterligare närhet, inte längre än 200 meter (Naturvårdsverket, 2021:7). Även storleken av grönområden spelar roll samt en mångsidighet. Boverket, med stöd av Grahns forskning skriver att det finns tydliga belegg för att dessa faktorer är avgörande huruvida grönskan har en positiv inverkan på människans mående (Boverket, 2022c). Barn är beroende av att naturen ska vara lättillgänglig eftersom de annars blir svårt för dem att bestämma själva när de vill dit. Utöver miljön kring hemmet behövs även välutformade skolgårdar.

Studier visar att tillgång till natur samt omgivningens inställning till den även är avgörande för huruvida barn skapar ett intresse för naturen eller inte (Chawla, 2007:147). Mårtensson m.fl. (2011:18) menar på att det är viktigt att barnens naturupplevelse är positiv då det annars kan få omvänd effekt. En bra upplevelse av naturen under barndomen har påvisats ha positiv påverkan även senare i livet. Mårtensson menar att tillbringa tid i naturen som ung kan bidra till ett bättre immunförsvar i vuxen ålder och en sammantaget sundare livsstil. Vidare fortsätter Mårtensson m.fl. (2011:46) med effekterna av minskad biologisk mångfald i staden till en följd av stadsutbygganden. En stor artvariation har påvisats höja upplevelsevärde och bidra med en positiv känsla.

I Hammarstens studie *Det viktigaste är att växterna får leva och sånt: en studie om att förebygga barns växtblindhet* (2020) beskriver hon hur barn är mycket uppmärksamma på växternas form och färg och att barn ofta väljer att leka med växterna trots att det finns andra redskap att välja på. Hon menar även på att barnen utvecklar ett bättre sinne för empati genom att röra sig i miljöer där det finns planerad växtlighet där de har möjlighet att lära sig om växterna. Så som kunskap om växternas namn samt vad de har för levnadsvillkor. Att barn får en god kontakt till naturen tycks ha en avgörande faktor för både deras nuvarande hälsa och senare i livet.

### 3.4 Gynnsamma lekmiljöer

”Det skapas alldeles för många tråkiga och själlösa lekplatser idag” inleder Mimmi Beckman (2018:4) rapporten *Lek på riktigt – om att sluta bygga lekplatser och börja skapa rikare lekmiljöer* första stycken. Beckman (2018:4) beskriver bland annat hur typiska lekplatser styr barnens lek. Lekredskapen är utformade på så vis att det är svårt för barnen att fatta egna beslut. Beckman (2018:5) menar på att dessa lekplatser används intensivt en kortare stund då barnet snart därefter tröttnar på redskapen. Som tidigare nämnts är dessvärre många av dagens lekplatser utformade på detta vis. Dietze och Flanning (2017:54) bekräftar att ett välutformat naturlandskap i stället skapar goda möjligheter för barnen att göra egna riskbedömningar och vidareutveckla problemlösande egenskaper.

#### 3.4.1 Lekotoper

Beckman beskriver att det finns vissa kunskapsluckor vilket troligtvis är en bidragande anledning till att det råder en sådan stor brist på bra lekmiljöer för barn (2018:5). När fler aktörer inom branschen delges information om barns lek är sannolikheten stor att det blir allt vanligare med integrerad lek i form av leklandskap (lekotoper). Lekotoper är en utmärkt kompromiss mellan de växande städerna och barns spontana lek. Örebro kommun har under samråd med flertalet av landets större universitet tagit fram en plan för hur lek tillsammans med ekosystemtjänster kan kombineras med urbana grönområden (Boverket, 2022d). Lekotoper förekommer ofta i kombination med en naturliknande miljö som på grund av detta både bidrar till ökad fysisk aktivitet bland barn, men även ytterligare hälsoeffekter som naturen visats ha på människans psykiska mående. Beckman m.fl (2022) har tagit fram en vägledning för lekotoper. I den sammanställningen beskrivs det bland annat att lekotoper efterliknar naturliga miljöer som bidrar till en rad olika lekvärden. I naturen får människan chans till olika typer av sinnesupplevelser. Naturen är vanligtvis även naturligt uppdelade i olika rum vilket skapar en ombonad

och trygg känsla. Naturen är heller inte tillrättalagd, något som skapar en spännande och utmanande miljö att röra sig genom. Dessa faktorer är något som eftersträvas vid skapandet av en lekotop (Beckman m.fl. 2022:20). Vid utformandet av lekotoper ska platsens naturliga uttryck tas i beaktning. Utöver det ska olika element som barn uppskattar tillföras på platsen, såsom en spännande topografi, växtlighet, löst material och i vissa fall lekförstärkare i form av lekstugor, gungställningar och dylikt. Poolman Ansari (1997) skriver att det inte behövs särskilt komplexa medel för att skapa en naturlig miljö. Saker som fruktträd eller bärbuskar kan relativt enkelt implementeras i både skolmiljöer, bostadsområden eller andra ytor där barn rör sig.

### 3.4.2 Tillgång till skugga

Tillgång till dagsljus är viktigt (Grahn & Stoltz, 2022:10). Dagsljus har en rad positiva effekter. Däremot är det viktigt att inse att dagsljus och solljus inte är samma sak. Det finns risker med solstrålning, såsom ökad risk för Malignt melanom (hudcancer) där det dessvärre även finns en stigande trend (SSM 2015:23 et al. se Jungmark & Åkerblom 2016:4). Barns hud är även extra känsliga för exponering för solljus (1177 Vårdguiden, 2022). I och med den insikten bildas en uppfattning om vikten av skuggiga lekmiljöer. Detta är något som bekräftas av Jungman och Åkerblom (2016:6) som beskriver hur skapande av skuggiga miljöer går bra att kombinera med miljöer barn gärna leker i. De beskriver även att växtlighet är ett tacksamt inslag med att hänsyn även måste tas till vårens första solstrålar när löven inte slagit ut än. Det kan därför vara att föredra att kombinera växtligheten med fasta tak alternativt tillfälliga lösningar i form av exempelvis solseglar. Vidare beskriver författarna hur essentiellt det är med informationsspridning till de som förvaltar platserna (Jungman & Åkerblom, 2016:8). De beskriver hur misstag annars kan göras som påverkar mängden skugga, exempelvis att en gren tas ned som har stor betydelse för skuggan på platsen.

### 3.4.3 Trygghet

Att en plats ska upplevas trygg är viktigt ur många olika aspekter (Boverket, 2020). En anledning är exempelvis att föräldrar ger sina barn en större frihetsgrad när omgivningen uppfattas som säker, trygghet är lika med rörelsefrihet (Boverket, 2020: 48). Detta kan uppnås på olika sätt. Bland annat kan belysningen ha en stor betydelse för huruvida att en plats kan uppfattas som trygg (Ceccato, & Petersson, 2019: 38). En stads ljussättning har påvisats ha effekt på brottsförekomsten. Ett landskaps belysning går att placera mer eller mindre strategiskt beroende på vilket resultat som ska uppnås (Göteborgs stad, 2015: 18). Det är exempelvis viktigt att väga in barns ögonhöjd då ljuset kan uppfattas olika från olika vinklar (Göteborgs stad, 2015: 8). Målsättningen är att ljuset ska minimera kontrasterna mellan ljus och

mörker och därmed underlätta sikten och på så vis kommer miljön upplevas som tryggare. Stadens ljussättning har även en avgörande roll i trafikmiljöer då detta kan vara behjälpligt vid markering av vilken yta som är tänkt till vad (Boverket, 2010:70). Ytterligare åtgärder finns för att säkerhetsställa en säkrare trafikmiljö för barnens skull (Boverket, 2022e). Saker som avsmalnande körbanor eller fartgupp är exempel på fysiska åtgärder som ökar tryggheten i trafiken. Det är även viktigt att vanliga färdvägar för barn, som sträckan mellan bostadsområden och skola är välutformad med god framkomlighet med cykel och begränsad framkomlighet med bil. Nilsson (2002: 59) skriver att barn är fullgoda trafikanter först vid 15-års ålder. Detta beror på olika faktorer, bland annat barns längd då de i och med det inte har samma möjlighet till en god överblick, bristande koncentration, snävare synfält samt svårare att bedöma varifrån ljud kommer.

#### 3.4.4 Lösa material och vegetation

Lösa material är ett bra inslag som skapar en varierande miljö utan begränsningar för barnen menar Caileigh Flanning tillsammans med Beverlie Dietze (2017:53) i sin studie om barns utelek. När löst material inkluderas i landskapsutformningen stimuleras barns nyfikenhet samt ger dem möjligheten att forma sin egen lek. Ett och samma objekt kan ha flera olika typer av användningsområden för ett barn. *''A rock could be perceived as something to throw or to climb over. A stick could be perceived as a sword or as a tool for digging''* skriver Dietze och Flanning (2017:54). Ett landskap som inbegriper löst material öppnar upp för varierad lek som passar olika typer av intressen.

Mårtensson (2013) stämmer in med vikten av ett tolkningsbart landskap. *''En viktig kvalitet är platsens utsträckning i rummet, om platsen uppfattas som en del av ett landskap som fortsätter bort mot horisonten''* skriver Fredrika Mårtensson, lektor i miljöpsykologi (2013:504). Landskapets gränser är alltså något som återkommer då både Jones och Mårtensson understrukt hur detta bidrar till förbättrad lek. Vidare beskriver även Mårtensson vikten av naturliga, gärna lösa material som sand, då detta bidrar till den sponta leken (Mårtensson, 2013:505). I boken *Plats för lek: Svenska lekplatser förr och nu* bестryks detta ytterligare då Eva Norén Björn (2016:138) även hon skriver om vikten av lösa material så som pinnar, blommor, vatten med mera. Norén (2016:138) beskriver även hur vegetation förbättrar ett lekklimat. Träd och buskage kan dels bidra med en lummig lekyta, men även bidra med välbehövlig skugga.

#### 3.4.5 Lekförstärkare

Beckman m.fl. (2022:23) beskriver att det kan vara bra att tillföra lekförstärkare i form av färdigkonstruerat material. Detta är något som kan tyckas motsägelsefullt



då det i övrigt ligger stort fokus på barnens egen fantasi. Däremot beskrivs det hur vissa saker faktiskt inte går att åstadkomma med hjälp av naturen. I *Lekotoper: En vägledning för naturlika gröna leklandskap* exemplifierar Beckman m.fl. (2022:23) hur en färdigkonstruerad gunga kan uppnå betydligt högre hastighet och häftigare effekt än en trädgren. Detta beskriver även Poolman Ansari (1997) som påpekar att kana, gungor och sandlåda är nödvändiga ting, men att klätterborgar och dylikt i stället bör ersättas av något mer naturligt.

### 3.6 Sammanställning av resultat

Olika inslag bidrar till olika typer av miljöer och där med olika typer av inverkan på barnet. Nedan följer två sammanställda tabeller där viktiga aspekter i en stads utformning, samt viktiga faktorer och element på lekytor uppmärksammas. Utifrån tabellerna är det möjligt att hämta inspiration utifrån vilken typ av miljö målet är att skapa. Ena tabellen innefattar lekytor och den andra tabellen stadsmiljöer, då det är dessa två miljöer som uppsatsens frågeställningar handlar om. I de olika tabellerna har lämpliga faktorer och element i de olika miljöerna sammanställts utan inbördes ordning för vad som bör prioriteras mest. Samtliga element och faktorer som kunde identifieras i litteraturen förekommer i tabellerna. Korta förklaringar till varför elementen och faktorerna bör prioriteras finns under kolumnerna ”varför?”. Tabellerna innehåller även referenser, så att läsaren enkelt ska kunna gå tillbaka och se varifrån fakta är hämtad.

Tabell 1. En sammanställning av viktiga faktorer och element för barns lekmiljöer.

<b>Främjande av lek, rörelse och god hälsa vid lektytor</b>		
<b>Element/ Faktorer</b>	<b>Referenser</b>	<b>Varför?</b>
Spännande topografi	Beckman m.fl. 2022:20	Bidrar med att naturligt intryck och ett bra lekklimat
Växtlighet	Beckman m.fl. 2022:20; Jungman & Åkerblom, 2016:6; Norén, 2016: 138; Hammarsten, 2022	Bidrar med skugga, kunskap, redskap i leken & lekklimat
Löst material	Flanning & Dietze, 2017:53; Mårtensson, 2013:505; Norén, 2016:138; Beckman m.fl. 2022:20	Bidrar till nyfikenhet och främjar formandet av egen lek
Fruktträd	Poolman Ansari, 1997	Bidrar till en naturlig miljö
Växtlighet och fasta tak	Jungman & Åkerblom, 2016:6	Bidrar med tillgång till skugga
Lekförstärkare, t.ex. gunga eller kana	Beckman m.fl. 2022:23; Poolman Ansari, 1997	Ger en häftigare effekt i vissa lägen
God artvariation	Mårtensson m.fl. 2011:46	Högre upplevelsevärde
Undvik klassiska lekplatser	(Beckman, 2018:5)	Hämmar lek och utveckling
Informationsspridning kring förvaltning av lektytor	Jungman & Åkerblom, 2016:8	För att bibehålla de tänkta ytorna

Tabell 2. En sammanställning av viktiga faktorer och element för stadsmiljöer.

<b>Främjandet av barnvänliga och trygga stadsmiljöer som bidrar till barns utevistelse</b>		
<b>Element/ faktorer</b>	<b>Referenser</b>	<b>Varför?</b>
God belysning	Ceccato & Petersson, 2019: 38; Göteborgs stad, 2015:18	Förbättrad sikt vilket ökar tryggheten
Fartgupp	Boverket, 2022e	Begränsa biltrafik
Avsmalnade körbanor	Boverket, 2022e	Begränsa biltrafik
Minska biltrafik	Aziz & Said, 2010: 209; Beckman 2018:12	Säkrare färdsträckor
Generell geografisk närhet	Dock, 2013:6; Boverket, 2013:21; Lindeskog, 2014	Rörelsefrihet
Främja cykelmöjligheter	Mårtensson m.fl. 2011:49	Säkrare färdsträckor och naturlig naturkontakt
Gemensamma ytor	Dock, 2010:13; Boverket, 2020:48; Beckman m.fl. 2022	Mer människor i rörelse vilket ökar tryggheten
Max 200 meter till natur	Naturvårdsverket, 2021:7	Underlättar utevistelse
Undvika barriärer	Dock, 2013:3; Aziz & Said, 2010:209	Rörelsefrihet
Växtlighet & natur	Ansari Poolman, 1997; Folkhälsomyndigheten 2017:22; Niklasson & Sandberg, 2010	Förbättrar måendet
Växtlighet & natur	(Forssén, 2017)	Absorberar bullerljud

## 4. Diskussion

Kandidatarbetets resultat påvisar barns behov av naturliga lekmiljöer där utformningen av platsen inte sätter några gränser. För att åstadkomma en naturlig känsla på platsen tillförs diverse inslag i form av växtlighet, lösa material och om möjligt en spännande topografi. Resultatet påvisar också hur stadslandskapet är en avgörande faktor till huruvida barn kan röra sig självständigt i sin omgivning. Landskapet kan sätta begränsningar i hur mycket barn har möjlighet till att vara ute samt begränsar deras möjligheter till lek och rörelse.

Syftet med uppsatsen var att undersöka centrala förutsättningar på barns lekytor som främjar barnens lek, fysiska aktivitet samt barnens mående. Utöver detta var syftet även att studera hur stadens utformning påverkar barnens trygghet och där med rörelsefrihet. Vidare, var målet att kunna bidra med kunskaper som ska kunna hjälpa landskapsingenjörer att främja barns möjligheter till lek, rörelse och hälsa genom genomtänkta lekytor men också att bidra med information om hur det omkringliggande stadslandskapet bör utformas för att skapa en fördelaktig miljö som främjar utevistelse för barn.

Kandidatarbetets resultat visar på en bredd av olika faktorer och element som kan inkluderas för att främja lek, rörelse och hälsa på lekytor samt olika element och faktorer som bör prioriteras i det svenska stadslandskapet för att bidra till barnvänliga och trygga stadsmiljöer som främjar barns utevistelse (se tabell 1 & 2). Utifrån kandidatarbetets resultat anses syftet vara uppfyllt, då målet var att identifiera denna typ av element och faktorer. Valet gjordes att sammanställa resultatet i två tabeller. Vid användandet av tabellerna är det inte alltid möjligt att ta beaktning till samtliga kriterier. I vissa fall kan det exempelvis finnas ekonomiska gränser i vilka åtgärder som kan vidtas. I andra lägen kan det vara platsens ursprungliga utseende som gör att alla element och faktorer inte känns relevanta.

## 4.1 Lekytor

I avsnitt 1.3 introducerades arbetets två frågeställningar, där den ena handlar om barns lekytor. Denna löd: *"Vilka faktorer och element kan identifieras som främjande av lek och rörelse hos barn på lekytor?"*. Genom litteraturgenomgången har efterliknande av natur i form av bland annat spännande topografi, växtlighet i form av bland annat fruktträd, löst material, fasta tak (skugga), vissa lekförstärkare, en god artvariation, ett generellt undvikande av klassiska lekplatser samt informationsspridning kring förvaltning identifierats som sådana faktorer och element.

Mycket av litteraturen beskriver hur lekmiljöer bör utformas för att möjliggöra för barnen att forma sin egen lek (Beckman, 2018:5; Flanning & Dietze, 2017:53; Mårtensson, 2013:504; Norén Björn, 2016:138). Ett genomgående tema tycks vara naturlika miljöer där så lite som möjligt lagts till rätta och justerats av människan. Litteratur beskriver även hur barn lätt tröttnar på klassiska lekplatser (Beckman, 2018:5). Samtidigt kan lekförstärkare såsom gungor och kanor, som är mer klassiska lekplatskonstruktioner, även de inbjuda till lek och rörelse. Utifrån detta går det att resonera att lekmiljöer med mycket naturinspirerade inslag, men också inte helt utan lekförstärkare, skapar lekmiljöer som uppmuntrar barn till att leka längre stunder vilket innebär att barnen rör på sig mer. Utifrån detta resonemang bidrar denna typ av lekplatser indirekt till en sundare livsstil hos barn, eftersom ökad rörelse kommer med en rad positiva hälsorelaterade faktorer (Magnusson, 2021; 1177 Vårdguiden, 2018). Att vistas ute i naturliga miljöer har också mer direkta gynnsamma effekter på måendet och därmed hälsan hos barn (Niklasson & Sandberg, 2010; Sandro, 2019; Folkhälsomyndigheten, 2022), vilket ytterligare talar för att naturlika lekytor bör vara en prioritet.

Trots att ett större antal faktorer och element lyckats identifieras, finns det vissa brister i resultatet gällande barns lekytor. Det är viktigt att poängtera att även om listade faktorer och element tycks vara bra inslag vid skapandet av lekytor, har ingen inbördes värdering gjorts mellan dessa. Vid utformandet av en lekyta finns begränsningar i såväl ekonomi som tillgänglig yta och därför kan inte alla listade faktorer och element alltid tas hänsyn till. Ytterligare prioriteringar hade då behövts göras, där en inbördes rangordning hade kunnat underlätta. Förvisso hade detta kanske hamnat utanför denna uppsats syfte, då syftet enbart var att identifiera. Dock hade en inbördes värdering varit värdefull vid ett potentiellt användande arbetet som inspiration till utformande av riktiga lekytor. Ytterligare en nackdel är att resultatet enbart är kvalitativt. Inget nämns om vilka kvantiteter som krävs, exempelvis hur många träd eller hur mycket skugga som behövs.

## 4.2 Stadslandskapet

Arbetes andra frågeställning, gällande det omkringliggande stadslandskapet löd: *”Vilka faktorer och element bör prioriteras i det svenska stadslandskapet för att det ska bidra till barnvänliga och trygga stadsmiljöer som främjar barns utevistelse?”*. Ur resultatet utläses att god belysning, fartgupp, avsmalnade körbanor, minskning av biltrafik, geografisk närhet till bland annat natur, främjande av cykelmöjligheter, gemensamma ytor, undvikande av barriärer samt inkludering av växtlighet och natur är exempel på element och faktorer som på ett eller annat vis kan kopplas till främjande av trygga stadsmiljöer och därmed en ökad utevistelse bland barn. Dessa bör därför med fördel prioriteras i det svenska stadslandskapet.

Bra lek miljöer är inte det enda som behövs. För att de ytorna överhuvudtaget ska kunna användas krävs det att även övriga stadsdelar är anpassade utefter barn. Litteraturen har sammantaget en gemensam syn på vad trygghet innebär och ett visst fokus läggs på bland annat mötesplatser samt säkra trafikmiljöer (Dock, 2013:5; Boverket, 2013:21; Lindeskog, 2014). Det beskrivs hur barn utvecklas utav att ha tillgång till platser där olika åldrar sammansluts (Dock 2010:13). Det tycks dock finnas en viss målkonflikt mellan vad barn och vuxna anser vara en bra yta. Vuxna tenderar i vissa fall att föredra tydlig funktionsindelning där då även åldersgrupper delas upp (Jones, 2000:34; Mårtensson, 2022:24). Detta kan ses som något av en paradox där motsättningar finns. Till viss del kan detta tänkas beror på okunskap, och därför kan det behövas en kunskapsspridning för att alla parter ska bli medvetna om att gemensamma ytor i stadslandskapet är viktiga för barn. Det behövs en balans och ett samförstånd där de vuxna lär sig acceptera ytor utan tydlig funktionsindelning, men det krävs även en förståelse för att delar av samhället behöver tillgång till barnfria ytor.

Ytterligare faktorer som skapar ett tryggt samhälle har begrundats, så som belysning (Göteborgs stad, 2015:18). Det är en faktor som inte enbart främjar trygga miljöer för barn. Däremot går det att argumentera för att stor vikt även läggs vid vuxnas trygghet då det trots allt är de som bestämmer huruvida en miljö känns trygg nog för ett barn att röra sig i.

I en optimal stad ska lek och rörelse vara lättillgänglig för barnet. Detta innebär att avståndet mellan barnens lekyta och hemmet ska vara kort och upplevas som trygg. För att detta ska uppnås krävs det en välgrundad stadsplan där utformningen inte skapar barriärer. Utöver detta krävs det även att trafiken är begränsad samt att belysningen uppfattas som tillfredställande. Hur tryggt och enkelt det är för barnen att förflytta sig genom landskapet är avgörande för barnens möjligheter till lek och rörelse.

### 4.3 Samhälle, etik och hållbarhet

Som nämns i inledningen (se avsnitt 1.1.3) är en grund i detta arbete bland annat den lag som givit barnkonventionen en mer framträdande roll i rättslig mening (Unicef, 2020). Denna lag kan tas i beaktning på många olika sätt, men ett sätt är genom planering av fysiska miljöer. Utifrån detta går det att resonera att stadslandskapet och lektytor är en viktig del av samhällets sociala inkludering. Hur dessa ytor utformas kan vara avgörande för hur inkluderande de är. Det går alltså att resonera att välplanerade ytor bidrar till en mer jämlik fördelning av resurser och möjligheter för barnen.

I arbetet lyfts vikten av att naturen ska vara nära och lättillgänglig, då den annars inte används (Naturvårdsverket, 2021:7). En ytterligare tänkbar anledning till att natur och lektytor ska vara lättillgängliga är det faktum att alla barn, oavsett socioekonomisk status ska ha tillgång till dessa typer av ytor. Detta är viktigt då natur, lek och rörelse enligt flertalet studier har stark påverkan på barns mående (Niklasson & Sandberg, 2010; Sandro, 2019; Folkhälsomyndigheten, 2022). Att se till att stadslandskapet är utformat utan barriärer, med trygga trafikmiljöer och god belysning är alltså viktigt för att öka rörelsefriheten för så många som möjligt. Att ha trygga trafikmiljöer skulle även kunna tänkas innebära öka barnens mobilitet vilket hade skapat en ökad frihetsgrad. Att främja cykel genom att minimera biltrafik är ett sätt (Nilsson 2002: 59). Detta hade då även kunnat tänkas innebära en fördel för miljö i och med de minskade utsläppen.

Att utforma naturlika lektytor främjar barnens lek och mående. Studier beskriver hur stor artvariation skapar ett upplevelsevärde på ytor för barnen (Mårtensson m.fl. 2011:46). Tack vara att flertalet studier förespråkar naturliga lekmiljöer (Beckman m.fl. 2022:20; Poolman Ansari, 1997) kan detta även tänkas gagna miljön. De lekmiljöer som främst främjas är miljöer som bidrar till minimal resursförbrukning i och med att huvudfokus ligger på växtlighet, lösa material och dylikt.

### 4.4 Avslutande diskussion

Utifrån de material som använts har det påvisats att barns behov behöver tas i beaktning ur många olika aspekter. God kunskap behövs därför för att ge barn så bra förutsättningar som möjligt. Vid begrundan av litteraturgenomgången och dess olika källor uppmärksammas det att kunskap behövs i olika delar av stadsplaneringen. I och med detta går det att konstatera att landskapsingenjören behöver kunnande inom ämnet för att på så vis påverka stadsutformningen till det bättre för barn.

Avslutningsvis går det att konstatera att det finns en mängd olika element och faktorer som bidrar till en bra levnadsmiljö för barn och unga. Om dessa prioriteras vid planering och byggnation av urbana miljöer och lektytor är det mycket troligt att

lek, rörelse och hälsa främjas bland barn och unga samt att det bidrar till barnvänliga stadsmiljöer.

## Referenser

- 1177 Vårdguiden (2018). *Så utvecklas barn av att röra på sig*.  
<https://www.1177.se/Uppsala-lan/barn--gravid/sa-vaxer-och-utvecklas-barn/lek-ochsagor/sa-utvecklas-barn-av-att-leka/> [Hämtad 2023-02-18]
- 1177 Vårdguiden (2022). *Så skyddar du dig mot solen*.  
<https://www.1177.se/skane/liv--halsa/sol-och-varme/sa-skyddar-du-dig-mot-solen/> [Hämtad 2023-03-28]
- 1177 Vårdguiden (u.å.). *Barnets utveckling*.  
<https://www.1177.se/Uppsala-lan/barn--gravid/sa-vaxer-och-utvecklas-barn/barnets-utveckling/> [Hämtad 2023-05-03]
- Arbetsmiljöverket (2020). *Risker med buller*.  
<https://www.av.se/halsa-och-sakerhet/buller/risker-med-buller/> [Hämtad 2023-01-27]
- Beckman, D. (2020). *Lekmiljöer som uppskattas av barn – En observationsstudie*. Sveriges Lantbruksuniversitet. Institutionen för stad och land.  
[https://stud.epsilon.slu.se/16287/3/beckman\\_d\\_201112.pdf](https://stud.epsilon.slu.se/16287/3/beckman_d_201112.pdf) [Hämtad 2023-02-06]
- Beckman, M. (2018). *Lek på riktigt – Om att sluta bygga lekplatser och börja skapa rikare lekmiljöer*. Örebro kommun.  
<https://www.orebro.se/download/18.5343a44a16a31b1864f2904/1557410812963/Lek%20p%C3%A5%20riktigt.pdf> [Hämtad 2023-02-06]
- Beckman, M. et al. (2022). *Lekotoper – en vägledning för naturlika gröna leklandskap*. Örebro kommun. Urbio.  
<https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/stadsutveckling/halsa-forst/lek-och-rorelse/lekotoper/> [Hämtad 2023-02-23]
- Boverket (2013). *Planera för rörelse! – en vägledning om byggd miljö som stimulerar till fysisk aktivitet i vardagen*. Karlskrona. Boverket.  
<https://www.boverket.se/globalassets/publikationer/dokument/2013/planera-for-rorelse.pdf> [Hämtad 2023-02-03]
- Boverket (2020). *Barnkonventionen i fysisk planering och stadsutveckling – Kartläggning och analys*. (2020:24). Karlskrona.  
<https://www.boverket.se/globalassets/publikationer/dokument/2020/barnkonventionen-i-fysisk-planering-och-stadsutveckling.pdf> [Hämtad 2023-03-06]
- Boverket (2021) *Mer grönska reducerar ljud*.  
<https://www.boverket.se/sv/PBL-kunskapsbanken/teman/ekosystemtjanster/praktiken/ljud/> [Hämtad 2023-01-26]



- Boverket (2022a). *Skolgårdarnas ytor fortsätter att minska*.  
<https://www.boverket.se/sv/om-boverket/publicerat-av-boverket/webbseminarier/kartlaggning-av-skolgardar/> [Hämtad 2023-01-23]
- Boverket (2022b). *Utrymme för lek och rörelse för god hälsa*.  
<https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/stadsutveckling/halsa-forst/lek-och-rorelse/> [Hämtad 2023-06-09]
- Boverket (2022c). *Grönplanering i fysisk planering*.  
<https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/stadsutveckling/halsa-forst/grona-omraden/gronplanering/> [Hämtad 2023-01-30]
- Boverket (2022d). *Lekotoper – en ny typ av lekplats*.  
<https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/stadsutveckling/halsa-forst/lek-och-rorelse/lekotoper/> [Hämtad 2023-02-01]
- Boverket (2022e). *Säkra och trygga vägar till förskola och skola*.  
<https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/arkitektur-och-gestaltad-livsmiljo/arbetsatt/skolors-miljo/larmiljoer-samhallsbygget/skolvagar/> [Hämtad 2023-02-27]
- BRIS (2018). *Fokus psykiskt ohälsa*.  
<https://www.bris.se/om-bris/press-och-opinion-old/fokus-psykisk-ohalsa/>  
 [Hämtad 2023-01-23]
- Ceccato, V. & Petersson, R. (2019). *Trygg stadsmiljö i praktiken: Visioner, exempel & tips*. Stockholm: Institutionen för samhällsplanering och miljö, Kungliga Tekniska Högskolan. [Trygg stadsmiljö i praktiken : Visioner, exempel & tips \(diva-portal.org\)](https://www.diva-portal.org) [Hämtad 2023-02-27]
- Chawla, L. (2007). Childhood Experiences Associated with Care for the Natural World: A Theoretical Framework for Empirical Results. *Children, Youth and Environments* 17(4): 144-170.  
[https://www.researchgate.net/publication/284662165\\_Childhood\\_experiences\\_as\\_sociated\\_with\\_care\\_for\\_the\\_natural\\_world\\_A\\_theoretical\\_framework\\_for\\_empirical\\_results](https://www.researchgate.net/publication/284662165_Childhood_experiences_as_sociated_with_care_for_the_natural_world_A_theoretical_framework_for_empirical_results) [Hämtad 2023-02-06]
- Dietze, B Flanning, C. (2017) Children, Outdoor Play, and Loose Parts. *Journal of childhood studies*. 42(4), 53-60. [PDF Children, Outdoor Play, and Loose Parts \(researchgate.net\)](https://www.researchgate.net) [Hämtad 2023-02-06]
- Dock, M. (2010). *Trygghet & Välmående – utformning av Den goda staden*. Helsingborg Kommunstyrelsen förvaltning, Helsingborgs stad. [https://healthycities.se/wp-content/uploads/2013/07/Trygg-och-valmaende-2\\_infrastruktur-identitet\\_2010-2.pdf](https://healthycities.se/wp-content/uploads/2013/07/Trygg-och-valmaende-2_infrastruktur-identitet_2010-2.pdf) [Hämtad 2023-02-02]
- Dock, M. (2013). *Hälsofrämjande stadsplanering*. Malmö. Nationella healthy city nätverket. [https://healthycities.se/wp-content/uploads/2014/10/Halsoframjande\\_stadsplanering.pdf](https://healthycities.se/wp-content/uploads/2014/10/Halsoframjande_stadsplanering.pdf) [Hämtad 2023-02-03]
- Folkhälsomyndigheten (2017). *Ljus och hälsa*. Stockholm. Folkhälsomyndigheten.  
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/6787e3675a6046ba9d6fc38234c016b2/ljus-halsa-03573-2017-webb.pdf> [Hämtad 2023-01-28]

- Folkhälsomyndigheten (2019a). *Om ljus och buller*. Folkhälsomyndigheten. Gotland  
<https://www.gotland.se/109158> [Hämtad 2023-01-27]
- Folkhälsomyndigheten (2019b). *Hälsoeffekter av buller och höga ljudnivåer*.  
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationerochmaterial/publikationsarkiv/v/h/haloeffekter-av-buller-och-hoga-ljudnivaer/?pub=60532> [Hämtad 2023-01-28]
- Folkhälsomyndigheten (2021) *Miljörapporten 2021 – Barns miljörelaterade hälsa*.  
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/m/miljohalsorapport-2021/?pub=88328#88342>  
 [Hämtad 2023-01-27]
- Folkhälsomyndigheten (2021). *Fysisk aktivitet och svenska riktlinjer*.  
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/fysisk-aktivitet-och-matvanor/fysisk-aktivitet/> [Hämtad 2023-05-03]
- Folkhälsomyndigheten (2022) *Fridliftsliv*.  
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/friluftsliv/>  
 [Hämtad 2023-01-25]
- Forssén, J. (2017) *Grönytor för goda utemiljöer*. Göteborg. Chalmers.  
<https://www.cocity.se/vagledning-och-exempel/gronytor-for-god-ljudmiljo/>  
 [Hämtad 2023-01-26]
- Friberg, F. (2006). *Dags för uppsatts – vägledning för litteraturbaserade examensarbeten*. Uppl. 8. Lund. Studentlitteratur AB.
- Grahn, P & Stoltz, J. (2022). *Indikationer för hälsopromoverande urbana grönområden*. Stockholm. Naturvårdsverket.  
<https://www.naturvardsverket.se/globalassets/media/publikationer-pdf/7000/978-91-620-7043-4.pdf> [Hämtad 2023-01-30]
- Göteborgs stad (2015). *Stadens ljus – Policy för ljussättning i Göteborg*. Göteborg.  
[https://goteborg.se/wps/wcm/connect/56935e92-1e8f-4adf-85c2-1c6718cbbd73/stadens\\_ljus.pdf?MOD=AJPERES](https://goteborg.se/wps/wcm/connect/56935e92-1e8f-4adf-85c2-1c6718cbbd73/stadens_ljus.pdf?MOD=AJPERES) [Hämtad 2023-02-27]
- Hammarsten, M (2020). ”Det viktigaste är att växterna får leva och sånt”: en studie om att förebygga barns växtblindhet. *Barn* nr. 3 2020: 37-49 ISSN 2535-5449  
<https://tidsskriftetbarn.no/index.php/barn/article/view/5005/7651>  
 [Hämtad 2023-02-06]
- Hellenius, M (2022). *Sverige ligger i Europatopp när det gäller stillasittande*. IVA.  
<https://www.iva.se/publicerat/sverige-ligger-i-europatopp-nar-det-galler-stillasittande/> [Hämtad 2023-02-06]
- Hern, M. (2010). *Common ground in a liquid city : Essays in defence of an urban future*. Oakland, CA USA, AK Press.
- Hjärnkanalen (2019a) *Varför är tonåringar som de är?* [Video]  
<https://www.youtube.com/watch?v=C9buw6Qx5E0> [Hämtad 2023-01-26]
- Hjärnkanalen (2019b) *Hur påverkas hjärnan av vår barndom?* [Video]  
<https://www.youtube.com/watch?v=Prcey4A5dbs> [Hämtad 2023-01-26]

- Högman, J.(2021). *Barn i rörelse – om förutsättningar för utveckling i alternativa (?) idrottsaktiviteter*. Karlstad. Karlstad Universitet. Humaniora och samhällsvetenskap <http://kau.diva-portal.org/smash/get/diva2:1583361/FULLTEXT02.pdf> [Hämtad 2023-03-12]
- Jones, O. (2000). *Melting geography - Purity, disorder, childhood and space. 1 uppl*, London. Routledge
- Jungmark, L & Åkerblom, P (2016). *Sol och skugga – Att tänka på i utemiljöer för barn och unga*. Alnarp: Movium
- Länstyrelserna Skåne, Uppsala & Västerbotten. Naturvårdsverket.  
[https://www.naturvardsverket.se/contentassets/27d6a2ce95514db8b1b0d9e72e9fdf34/textdokument\\_var dagsnara-natur.pdf](https://www.naturvardsverket.se/contentassets/27d6a2ce95514db8b1b0d9e72e9fdf34/textdokument_var dagsnara-natur.pdf) [Hämtad 2023-02-08]
- Mårtensson, F. (2013). *Vägledande miljödimensioner för barns utomhuslek*. Socialmedicinsk tidskrift. <https://docplayer.se/26191624-Vagledande-miljodimensioner-for-barns-utomhuslek.html> [Hämtad 2023-05-09]
- Mårtensson, F et al. (2011). *Den nyttiga utevistelsen? Forskningsperspektiv på naturkontaktens betydelse för barns hälsa och miljöengagemang*. (6407). Bromma. Naturvårdsverket. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1419631/FULLTEXT01.pdf> [Hämtad 2023-02-02]
- Naturvårdsverket (2021). *Tillgång till vardagsnära natur är bra för folkhälsan*. <https://www.naturvardsverket.se/amnesomraden/friluftsliv/var dagsnara-natur> [Hämtad 2023-02-21]
- Niklasson, L & Sandberg, A. (2010). *Children in outdoor Environments*. European Early Childhood Education Research Journal. Vol. 18, NO.4, s. 485- 496.
- Nilsson, N. (2002). *Barnens stad : en barnvänlig stad för barns bästa, lek och inflytande*. Stockholm: IPA - Barns rätt till lek.
- Norén-Björn, E. (2016) ”Plats för lek: Svenska lekplatser förr och nu. Stockholm: Svensk byggtjänst.
- Poolman Ansari, L. (1997). *Naturlig utemiljö ger friskare barn*. Viola: annonsblad för trädgården. Vol. 10, pp. 8-9
- Sandro, J. (2019). *The outdoor environment and children’s health: a multilevelapproach*. International Journal of play. Vol.8. NO.1, 39-52.  
<https://doi.org/10.1080/21594937.2019.1580336> [Hämtad 2023-05-23]
- SCB (2015). *Urbaniseringen – från land till stad*. <https://www.scb.se/hitta-statistik/artiklar/2015/Urbanisering--fran-land-till-stad/> [Hämtad 2023-05-03]
- Sverige’s Radio (2016). *Allt fler svenskar flyttar från landsbyggden till städerna*. <https://sverigesradio.se/artikel/6516857> [Hämtad 2023-01-23]
- Unicef (2020). *Barnkonventionens ställning i Sverige*. <https://beta.unicef.se/barnkonventionen/barnkonventionens-stallning-i-sverige> [Hämtad 2023-02-21]



## Publicering och arkivering

Godkända självständiga arbeten (examensarbeten) vid SLU publiceras elektroniskt. Som student äger du upphovsrätten till ditt arbete och behöver godkänna publiceringen. Om du kryssar i **JA**, så kommer fulltexten (pdf-filen) och metadata bli synliga och sökbara på internet. Om du kryssar i **NEJ**, kommer endast metadata och sammanfattning bli synliga och sökbara. Även om du inte publicerar fulltexten kommer den arkiveras digitalt. Om fler än en person har skrivit arbetet gäller krysset för samtliga författare. Du hittar en länk till SLU:s publiceringsavtal på den här sidan:

- <https://libanswers.slu.se/sv/faq/228316>.

JA, jag/vi ger härmed min/vår tillåtelse till att föreliggande arbete publiceras enligt SLU:s avtal om överlåtelse av rätt att publicera verk.

NEJ, jag/vi ger inte min/vår tillåtelse att publicera fulltexten av föreliggande arbete. Arbetet laddas dock upp för arkivering och metadata och sammanfattning blir synliga och sökbara.