Larsen, K. & Wilhelmsen, T. (2026). Risikofylt lek i et spesialpedagogisk perspektiv. I B. Nielsen & T. Wilhelmsen (Red.), *Fra teori til praksis i barnehagen: Spesialpedagogikk og utviklingsarbeid* (s. 93–110). Fagbokforlaget. https://doi.org/10.55669/oa711006

Kapittel 6

Risikofylt lek i et spesialpedagogisk perspektiv

Kenneth Larsen og Terese Wilhelmsen

This work is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International License. To view a copy of this license, visit https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/

Sammendrag: Forskning viser at risikofylt lek er viktig for barns utvikling, men bekymringer for sikkerhet kan begrense denne typen lek. Risikofylt lek gir barn mulighet til å oppleve spenning, mestre utfordringer og teste egne grenser, noe som er avgjørende for deres utvikling. Voksnes engstelse kan påvirke barns trivsel og deres rett til å leke og lære, spesielt i barnehager hvor ansattes holdninger og praksiser setter rammene for daglig lek. Innen spesialpedagogikken er forskning på risikofylt lek begrenset, særlig for barn på autismespektre. Disse barna har ofte en mer strukturert hverdag med voksenstyrte aktiviteter og lavere forventninger til mestring og deltakelse i utfordrende lek. Det er viktig å sikre alle barns rett til lek, inkludert risikofylt lek, samtidig som sikkerhet og individuelle forutsetninger ivaretas. Kapittelet utforsker dette dilemmaet og drøfter implikasjoner for pedagogisk praksis.

Nøkkelord: Autisme, barnehage, risikfylt lek, spesialpedagogikk

Abstract: Risky play is important for children's development, as these forms of play allow children to experience excitement, master challenges, and test their limits. Yet, adults' concerns about safety seem to limit this type of play. Adults' concerns about children's safety can affect children's well-being and their right to play and learn, especially in kindergartens where staff attitudes and practices set the framework for daily play. In special education, research on risky play is limited, particularly for children with developmental disorders such as autism. These children often have a more structured daily life with adult-led activities and lower expectations for mastery and participation in challenging play. It is important to ensure all children's right to play, including risky play, while also considering safety and individual conditions. The chapter explores this dilemma and discusses implications for educational practice.

Keywords: Autisme, kindergarten, risky play, special education

Innledning

Forskning tyder på at risikofylt lek er en viktig del av barndommen, men at den i økende grad trues av bekymringer for sikkerhet (Brussoni et al., 2015). Voksnes frykt kan begrense barns trivsel og deres rett til å leke og lære (Brussoni et al., 2015). Dette er særlig relevant i barnehagekonteksten, der ansattes holdninger og praksiser setter rammene for barns daglige utfoldelse i lek og læring. I Generell kommentar nr. 17 til artikkel 31 (UNICEF, 2013) uttrykker FNs barnekomité bekymring for at barns rett til lek ikke anerkjennes tilstrekkelig. Kommentaren slår fast at selv om barn skal beskyttes mot skade, er en viss grad av risiko og utfordringer en naturlig del av lek og fritidsaktiviteter. Den understreker viktigheten av å minimere uakseptable farer, samtidig som barn skal få informasjon, opplæring og mulighet til å utvikle evnen til å vurdere risiko selv.

Samtidig viser forskning at risikofylt lek er en populær form for lek i barnehagen. Studier av forekomsten av risikofylt lek når barn selv fritt kan velge hva de vil leke inne og ute, med hvem og hvor, har vist at risikofylt lek utgjør 10–12 prosent av lekeatferden (Sando et al., 2021; Sandseter et al., 2021). Sando og kolleger (2021) fant videre at barns engasjement i risikofylt lek var positivt assosiert med trivsel, involvering og fysisk aktivitet i barneinitiert lek. Risikofylt lek, som gir barn mulighet til å oppleve spenning, mestre utfordringer og teste egne grenser gjennom lek, er avgjørende for deres utvikling (Sandseter & Kennair, 2011).

Kanskje særlig innen spesialpedagogikken er forskning på risikofylt lek imidlertid fortsatt begrenset (Stillianesis et al., 2022). Dette kan skyldes både faglige og samfunnsmessige faktorer. Barnehagehverdagen til barn med utviklingsforstyrrelser, for eksempel autisme, er ofte mer strukturert og preget av voksenstyrte aktiviteter. I tillegg møter barna ofte lavere forventninger til mestring og deltakelse i lek som utfordrer grenser (Coughlan & Lynch, 2024). Dermed er det en risiko for at barns rett til medvirkning, utforskning og risiko blir nedprioritert – på tross av at disse barna, i like stor grad og kanskje mer enn andre, har behov for erfaringer med mestring og autonomi (Fahy et al., 2024).

Dette kapittelet bygger på en narrativ og tematisk gjennomgang av eksisterende forskning om risikofylt lek og spesialpedagogikk. Analysen tar utgangspunkt i empiriske studier av risikofylt lek blant typisk utviklede barn (Brussoni et al., 2012; Brussoni et al., 2015), samt et mer begrenset, men vok-

sende, forskningsgrunnlag om barn med utviklingsforstyrrelser, særlig barn på autismespekteret (Coughlan & Lynch, 2024; Stillianesis et al., 2022). Der direkte empirisk kunnskap om risikofylt lek hos barn med funksjonsvariasjoner mangler, anvendes teoretiske perspektiver og funn fra beslektede forskningsfelt, som lekeforskning, utviklingspsykologi, ergoterapi og nevrodiversitetsperspektiver (Conn, 2015; Fahy et al., 2021). Kapittelet må derfor forstås som et konseptuelt bidrag som integrerer og problematiserer eksisterende kunnskap, snarere enn som en systematisk oversikt eller empirisk studie.

Å undersøke risikofylt lek med autisme som eksempel gir innsikt i et bredere spesialpedagogisk dilemma: Hvordan kan vi sikre alle barns rett til lek, inkludert lek med utfordring og risiko, samtidig som vi ivaretar sikkerhet og individuelle forutsetninger? Kapittelet utforsker dette ved å sammenstille forskning på risikofylt lek og lekemønstre hos barn på autismespekteret, og drøfter hvilke implikasjoner dette har for pedagogisk praksis.

Perspektiver på risikofylt lek

Risikofylt lek forstås her som barns frivillige engasjement i aktiviteter som innebærer en viss grad av fare eller usikkerhet, og som potensielt kan føre til fysisk, emosjonell eller sosial skade (Sandseter, 2010). Eksempler inkluderer klatring i høyder, lek i stor fart, bruk av skarpe redskaper, utforsking av ukjente steder og sosialt utfordrende situasjoner (Sandseter & Kennair, 2011). Slike aktiviteter gir barn mulighet til å kjenne på spenning, utvide egne grenser og utvikle risikoforståelse og mestringstro.

Sandseter (2007) identifiserte seks hovedkategorier av risikofylt lek: lek i høyder, stor fart, med farlige redskaper, nær farlige elementer, slåssing og tumling, samt å risikere å gå seg bort. Kleppe et al. (2017) la senere til to kategorier: sammenstøt ved å kræsje inn i ting bare for moroskyld og vikarierende risiko, som kjennetegner situasjoner der barn opplever spenning ved å se andre barn (ofte eldre) engasjere seg i risikofylt lek. I tillegg til de fysiske aspektene, beskriver Gill (2010) sosiale risikoer som forhandlinger og konfliktløsning i lek, mens Edgington (2007) fremhever intellektuelle risikoer, som det å våge å tenke nytt eller ta kognitive sjanser.

Fra et utviklingspsykologisk perspektiv oppsøker barn risikofylt lek for å balansere mellom spenning og trygghet. Leken gir «skrekkblandet fryd», som motiverer barnet til å teste egne grenser og regulere risiko (Sandseter, 2009). I tråd med Banduras (1997) teori om mestringsforventning, det vil si self-efficacy, styrker erfaring med å mestre utfordringer barnets tro på egen mestring, noe som igjen fremmer læringslyst og utholdenhet.

Videre gir risikolek trening i emosjonsregulering, da barna lærer å håndtere frykt og frustrasjon. Gjennom gjentatte erfaringer med kontrollerte farer utvikler barnet robusthet og risikomestringskompetanse (Sandseter & Kennair, 2011). Autonomi er også sentralt – barn som får utforske selvstendig, utvikler bedre selvstendighet og sosial trygghet (Dahl, 2019).

Evolusjonspsykologisk forstås risikolek som en mekanisme for å redusere medfødte frykter, som høydeskrekk og redsel for vann. Sandseter og Kennair (2011) beskriver dette som en «antifobisk effekt»: Leken fungerer som eksponering i trygge rammer, og bidrar til at barnet lærer å mestre og ikke unngå. Overbeskyttelse og fravær av slike erfaringer kan derimot hindre utvikling av realistisk risikovurdering og psykisk robusthet (Brussoni et al., 2015).

Læringspotensial i risikofylt lek

Det er godt dokumentert at risikofylt lek har en rekke positive effekter på barns utvikling. Brussoni et al. (2015) fremhever at slik lek kan fremme fysisk aktivitet, sosial kompetanse og psykisk helse. På samme måte viser Sando et al. (2021) at risikofylt lek bidrar til å styrke barns evne til å ta initiativ, regulere atferd og samhandle med andre. Barn lærer å vurdere risiko, håndtere usikkerhet og finne løsninger – ferdigheter som er essensielle både i barndommen og videre gjennom livet (Sandseter et al., 2023). Risikofylt lek støtter også barnets helse og velvære ved å øke fysisk aktivitetsnivå, fremme selvstendighet og stimulere til aktiv deltakelse og egenhandling (Sando et al., 2021). For å kunne mestre slike lekeaktiviteter må barna kontinuerlig holde fokus, samt tilpasse både kroppslige og sosiale strategier for å opprettholde samspill og håndtere utfordringer. Deltakelse i risikofylt lek har også vist seg å kunne styrke barns motstandskraft, konfliktløsningsferdigheter og

sosioemosjonell kompetanse (Beaulieu & Beno, 2024). I en teoretisk drøfting argumenterer Sandseter et al. (2023) for at lek som involverer emosjonelle, sosiale og fysiske risikoelementer ikke bare har umiddelbar betydning for barnets utvikling, men også kan fungere som en forberedelse på framtidige komplekse og uforutsigbare situasjoner i voksenlivet. Dette er en spennende og potensielt viktig antakelse, som imidlertid krever mer empirisk forskning for å kunne bekreftes og videreutvikles.

Forskning antyder også at risikofylt lek kan ha en direkte forebyggende effekt på utvikling av angst. Ifølge Sandseter og Kennair (2011) kan lek som utfordrer barn til å møte og mestre frykt, bidra til å redusere unngåelsesatferd og utvikle såkalte «anti-fobiske» mekanismer. I et evolusjonspsykologisk perspektiv argumenterer de for at risikofylt lek gir barnet mulighet til å eksponere seg gradvis for potensielt skremmende situasjoner i trygge rammer, noe som kan fremme regulering av frykt og bidra til bedre psykisk helse over tid. Dette samsvarer med nyere forskning, som viser at barn som i liten grad deltar i fysisk utfordrende lek, kan utvikle økt sensitivitet for fare og høyere angstnivå (Beaulieu & Beno, 2024; Brussoni et al., 2015).

Slik sett kan risikofylt lek fungere som en form for naturlig eksponeringsterapi, der barnet lærer å håndtere usikkerhet og emosjonell aktivering i trygge omgivelser. Dette er særlig relevant i lys av økende forekomst av angstproblematikk blant barn i vestlige land (Sandseter et al., 2023).

Det finnes også kjønnede forskjeller i tilrettelegging og forventninger. Sandseter (2012) fant at mannlige ansatte i barnehager i større grad enn kvinnelige ansatte tillater risikofylt lek. Foreldre oppmuntrer oftere gutter til utfordrende aktiviteter enn jenter, og jenter får i større grad beskjed om å være forsiktige (Brussoni et al., 2015). Dette kan bidra til ulikheter i barns lekemuligheter og opplevelse av mestring.

Risikofylt lek i spesialpedagogisk kontekst – autisme som eksempel

Barn med autismespekterforstyrrelser (ASD) viser ofte annerledes lekemønstre sammenlignet med nevrotypiske barn. Tradisjonelt har forskning fokusert på

mangler i sosial, symbolsk og rollelek hos disse barna (Mastrangelo, 2009). De foretrekker ofte repetitiv og sansemessig lek, og viser mindre spontan sosial interaksjon (Holmes & Willoughby, 2005). Nyere forskning utfordrer imidlertid dette bildet: mange barn på autismespekteret viser interesse for sosial lek, og motiveres av aktiviteter som innebærer fart, sensorisk stimulans og utforsking (Fahy et al., 2024).

Det er viktig å understreke at den empiriske forskningen på risikofylt lek blant barn på autismespekteret fortsatt er begrenset, og i stor grad basert på kvalitative studier, foreldre- og profesjonsperspektiver, samt praksisnære intervensjoner (Coughlan & Lynch, 2024; Jelleyman et al., 2019; Stillianesis et al., 2022). Mange av antakelsene om risikofylt leks utviklingsmessige betydning for denne gruppen bygger derfor på overføringer fra forskning på typisk utviklede barn, kombinert med kunnskap om autistiske barns lek, sanseopplevelser og psykiske helse (Conn, 2015; Fahy et al., 2021; Sandseter & Kennair, 2011).

Utfordringene i risikofylt lek for barn på autismespekteret handler ofte om kommunikasjons- og samspillsvansker, sansevariasjoner og redusert fareforståelse (Stillianesis et al., 2022). Disse faktorene gjør det vanskelig for barna å navigere i sosiale og fysiske lekerom på egen hånd. Foreldre og ansatte kan derfor bli mer styrende og begrensende i sin tilrettelegging. Mange foreldre uttrykker bekymring for at barnet ikke forstår risiko, og velger derfor tryggere aktiviteter og omgivelser (Jelleyman et al., 2019).

Det er også verdt å merke seg at mange barn på autismespekteret har økt sårbarhet for angstproblematikk, noe som ytterligere aktualiserer behovet for lek som gir mulighet til trygg eksponering og mestring (Fahy et al., 2024; Sandseter & Kennair, 2011).

Samtidig viser studier at strukturerte intervensjoner og tilpasset miljødesign kan fremme deltakelse i risikofylt lek. Forest School-modellen er et eksempel: her får barn på autismespekteret gradvis utforske naturen under veiledning, med mulighet for å bruke redskaper og oppleve kontrollerte risikoer (Friedman et al., 2022). Slike tiltak kombinerer trygghet og utfordring, og gir barna erfaringer med både sosial og motorisk mestring.

Utforsking av kroppens muligheter og grenser

Som en alternativ fortolkningsramme for barns engasjement i det som kan beskrives som fysisk risikolek, introduserte Sanderud og Gurholt (2014)

hypotesen om at drivkraften i barnas lek kanskje i like stor grad handler om nysgjerrighet og søken etter sterke sanselige opplevelser som om spenningen ved å presse grenser når de utforsker kroppens muligheter i møte med omgivelsene. Hvor høyt kan jeg huske hvis jeg skal hoppe av og fremdeles lande på beina? Eller følelsen av å spinne så fort du kan på gulvet som gir en intens kroppslig opplevelse samtidig som rommet spinner på fascinerende vis. I sin analyse av biografiske fortellinger fra voksne på autismespektre viser Conn (2015) nettopp til barndomsfortellinger om deltakelse i fysisk lek med sterke sensoriske opplevelser, det være løping, klatring, hopping, tumling, gå på tærne, svømming og den sanselige forstyrrelsen ved å henge opp ned, snurre og tvinne seg. Den fysiske utforskningen beskrives av biografiforfatterne som å gi en behagelig, beroligende og oppkvikkende opplevelse av en kroppslig selvfølelse. Conn (2015, s. 1198) tolker det slik at når selvbevisstheten er tydeligere, blir hjernen beroliget med at «hele meg er én samlet enhet». Aktiviteten er selvforsterkende ettersom det gir positive kroppslig opplevelser følelse (Conn, 2015). Opplevelser knyttet til lignende kroppslig utforsking, også beskrevet som en form for stimming, er ofte rapportert som å gi en intens sensorisk og euforisk følelse eller ruslignende følelse. I sin beskrivelse av lignende opplevelser advarte Kedar (2012 sitert i Conn, 2015) om at følelsen kan være fullstendig mentalt oppslukende og en form for tvang eller opplevelsen av å gå seg vill i den kroppslige utforskingen. Denne opplevelsen av å være absorbert er rapportert i flere studier på lek, blant barna på autismespektre, og ofte koblet til avspenning (O'Keeffe et al., 2025).

Lignende beskrivelser av lek som gir sterke sensoriske opplevelser er også gjenkjennbare fra litteraturen om risikofylt lek. Risikofylt lek er en subjektiv erfaring som utvikler seg over tid. Dersom risikonivået er for lavt sammenlignet med barnets ferdigheter, kan det oppleves som «for lett» og ikke gi tilstrekkelig utfordring. Når risikonivået i omgivelsene oppleves som høyere enn barnets egne evner, kan barna derimot oppleve at det er «for farlig» (Hinchion et al., 2021). For at barn skal få risikofylte erfaringer gjennom lek, må risikonivået i miljøet også øke. Dette speiler konseptet om flyt, som beskriver en tilstand av optimal opplevelse når individer er oppslukt i en aktivitet (Csikszentmihalyi, 1990). Hinchion og kolleger (2021) fremhever at tilfredsheten ved risikofylt lek ligger ved grensen, der opplevelsen av flyt er knyttet til høy utfordring, men fortsatt innenfor rekkevidde. På samme måte, når et barn mestrer en oppgave, søker det naturlig større risiko og utfordrin-

ger på et høyere nivå, noe som bidrar til å forbedre barnets risikovurdering (Brussoni et al. 2012).

Voksnes roller og tilrettelegging i praksis

Voksnes holdninger og kompetanse har avgjørende betydning for hvordan risikofylt lek realiseres i barnehagehverdagen. I møte med barn på autismespekteret må voksne balansere mellom å tilby støtte og å la barnet prøve selv. Autoritativ støtte, der den voksne er tilgjengelig men ikke overstyrende, har vist seg å fremme barnets autonomi og trygghetsfølelse (Coughlan & Lynch, 2024). Dette innebærer å veilede heller enn å instruere, og å gi rom for utforskning selv når aktiviteten kan virke uforutsigbar eller krevende.

Et systematisk arbeid med risikofylt lek for barn med ulike typer vansker forutsetter at risikovurdering forstås som en pedagogisk prosess, ikke som et rent sikkerhetsspørsmål (Brussoni et al., 2012; Kvalnes & Sandseter, 2023). I praksis kan dette bety at personalet identifiserer hvilke former for risiko som er utviklingsstøttende for det enkelte barn, og hvilke som representerer uakseptabel fare (Sandseter, 2007; Sandseter & Kennair, 2011). For barn med motoriske utfordringer kan dette for eksempel handle om gradvis progresjon i klatre- og balanselek, mens det for barn med sosiale eller emosjonelle vansker kan være snakk om å støtte deltakelse i lek som innebærer forhandling, uforutsigbarhet og sosial risiko (Hinchion et al., 2021; Sandseter et al., 2023). Bruk av enkle risikologger eller refleksjonsverktøy i personalgruppen kan bidra til felles forståelse og mer konsistente praksiser (Kvalnes & Sandseter, 2023).

Strukturelle tilpasninger kan også være viktige. For barn med sensoriske utfordringer kan skjermede områder, dempet belysning og alternative lekeapparater gjøre risikofylt lek mer tilgjengelig (Fahy et al., 2024). Variert og tilgjengelig utstyr, med gradvis økende vanskelighetsgrad, kan gjøre det lettere for barnet å utfordre seg selv i trygge rammer. I tillegg viser forskning at visuelle støtteverktøy og tydelige regler kan bidra til at barn på autismespekteret føler seg tryggere og mer deltakende i risikofylt lek (Brussoni et al., 2012).

Foreldres involvering og holdninger er også sentrale. Studier viser at mange foreldre til barn på autismespekteret har lav toleranse for risiko og griper raskt inn i leken (Stillianesis et al., 2022). Dette er ofte motivert av reell bekymring for barnets sikkerhet, men kan også føre til at barnet får færre erfaringer med mestring og selvstendighet. Det er derfor viktig å arbeide med

foreldres forståelse og trygghet rundt risikofylt lek, slik at de i større grad kan støtte barnas deltakelse (Jerebine et al., 2024). Involvering av foreldre i arbeid med risikofylt lek kan med fordel struktureres som en dialogbasert prosess, der barnehagen synliggjør både barnets ressurser og de pedagogiske vurderingene som ligger til grunn for tilretteleggingen (Kvalnes & Sandseter, 2023; Stillianesis et al., 2022). Samtaler kan for eksempel ta utgangspunkt i konkrete lekeepisoder, der personalet sammen med foreldrene drøfter hva barnet forsøker å mestre, hvilke former for støtte som er hensiktsmessige, og hvordan risiko kan reduseres uten at utfordringen forsvinner (Brussoni et al., 2012; Jelleyman et al., 2019). En slik tilnærming kan bidra til økt tillit, felles risikoforståelse og større samsvar mellom barnehagens og hjemmets praksiser (Cevher-Kalburan & Ivrendi, 2016; Jerebine et al., 2024).

Kulturelt og samfunnsmessig press på risikofylt lek

Oppfatninger og tolkninger av risiko har, på godt og vondt, formet samfunnets holdninger og atferd knyttet til barns sikkerhet og utvikling. Vår forståelse av risiko og risikofylt lek er i stor grad kulturelt betinget (Little et al., 2012; Liu & Birkeland, 2022; McFarland & Laird, 2018). Politiske føringer, samfunnskulturelle endringer og globale påvirkninger setter sitt preg på barnehagesektoren og barnas muligheter på ulike måter. Risikofylt utelek ser ut til å ha blitt redusert over generasjoner, samtidig som bekymringer for barns sikkerhet og vektlegging av skadeforebygging har økt (Brussoni et al., 2015). Dette kommer blant annet til uttrykk i barnehager og på lekeplasser, der lekeutstyr som husker og sklier er blitt betydelig lavere, med mykere underlag, og enkelte «farlige» apparater er fjernet fordi de ikke lenger oppfyller dagens sikkerhetsstandarder (Harper, 2017). Forskere har lenge påpekt at overdreven frykt for risiko, eller overflødig sikkerhet, kan hemme de yngste barnas vekst, utvikling og livsglede (Tremblay et al., 2015; Wyver et al., 2010). De hevder at restriksjonene som nå pålegges barns lek i sikkerhetens navn, paradoksalt nok kan utsette barna for mer alvorlige helseutfordringer både på kort og lang sikt.

Spørsmålet om risikolek er under press i norsk kontekst er komplekst. Norge, og de nordiske landene generelt, har en lang tradisjon for å vektlegge verdien av fysisk utforsking i natur og risikofylt lek i barnehagen. Likevel viser forskning tendenser til en praksis i endring også innen de nordiske landene. På den ene siden viser offisielle dokumenter tendenser til en økende forståelse for hvor viktig risikofylt lek er for barns utvikling (Kvalnes & Sandseter, 2023). Samtidig tyder forskning på at praksis i barnehagesektoren i økende grad preges av et sikkerhetsfokus. Tidligere undersøkelser viste at barnehagelærere uttrykte relativt liten bekymring for barns deltakelse i risikofylt lek (Sandseter, 2012), men nyere studier indikerer at Norges tidligere mer tillatende holdning til barns risikotaking er i endring (Sandseter & Sando, 2016). Ansatte rapporterer nå oftere om restriksjoner og begrensninger i barns lek og aktiviteter, noe som kan sees som et uttrykk for et økende press om å gjøre barns sikkerhet til hovedfokus i barnehagens praksis.

Dette er særlig problematisk for barn som allerede har lavere erfaringsgrunnlag for sosial og fysisk lek. For disse barna kan konsekvensene av en overdrevent beskyttende praksis være enda større. Når både ansatte og foreldre har lav tillit til barnets evne til å vurdere og håndtere risiko, kan det føre til en ond sirkel der barnet holdes unna utfordrende aktiviteter, og dermed heller ikke får utviklet mestringsstrategier (Stillianesis et al., 2022). Annerledeshet hos barn på autismespekteret tolkes ofte som sårbarhet, noe som kan føre til lavere forventninger og mindre tiltro til barnets kapasitet.

Samtidig viser nyere forskning at med riktig støtte og tilrettelegging kan barn på autismespekteret delta i og ha stor glede av aktiviteter med risiko (Friedman et al., 2022). Dette krever en endring i hvordan vi forstår både risiko og kompetanse, ikke som noe som enten er til stede eller ikke, men som noe som utvikles i relasjon med omgivelsene. En inkluderende praksis må derfor utfordre kulturelle normer som setter visse barn på sidelinjen. I stedet bør barnehager arbeide for en kultur der alle barn, uavhengig av funksjonsvariasjoner, får mulighet til å leke utfordrende, men trygt, og med støtte tilpasset egne behov og forutsetninger.

Foreldres perspektiver på risiko og risikofylt lek påvirker rammene de setter for egne barns deltakelse i lek. Cevher-Kalburan og Ivrendi (2016) fant blant annet samvariasjon mellom foreldrestil, kjønn, utdanningsnivå og antall barn og foreldres perspektiv på – og selvrapporterte praksiser rettet mot – risikofylt lek. Jerebine et al. (2024) viste at barn i større grad oppfyller

anbefalingene for moderat til høy fysisk aktivitet, og deltar mer i daglig eventyrlysten lek, når foreldre har en høyere toleranse for risiko og skader, samt en mer positiv holdning til risikofylt lek. En studie med foreldre med barn på autismespekteret viste at mange foreldre uttrykte frykt for barnets sikkerhet, særlig med tanke på barnets kognitive og intellektuelle forutsetninger til å håndtere risiko på en hensiktsmessig måte (Stillianesis et al., 2022). Utelek og lek med jevnaldrende ble ofte oppfattet som spesielt utfordrende. I slike situasjoner beskrev foreldrene at de ofte grep inn og styrte leken for å forhindre mulige fysiske, emosjonelle eller sosiale skader. Studien viste en tendens til at foreldrenes oppfattelse av risiko i lekemiljøet og lekesituasjoner medførte større grad av voksnes involvering, tilrettelegging og kontroll av leken (Stillianesis et al., 2022). Studier viser videre at selv om foreldre er enige i at barnet deres sannsynligvis vil ha nytte av risikofylt lek, tør de ikke nødvendigvis å la barna delta i slike aktiviteter (Jelleyman et al., 2019).

Avsluttende refleksjoner og anbefalinger

Til tross for økende interesse for risikofylt lek, finnes det fortsatt betydelige kunnskapshull når det gjelder barn med funksjonsvariasjoner (Coughlan & Lynch, 2024; Stillianesis et al., 2022). Særlig mangler det empiriske studier som undersøker hvordan barn med ulike utviklingsforstyrrelser selv opplever risikofylt lek, og hvordan slike erfaringer påvirker deres trivsel, mestring og psykisk helse over tid (Conn, 2015; O'Keeffe & McNally, 2025). Fremtidig forskning bør derfor i større grad inkludere barnas egne perspektiver, samt undersøke hvordan ulike former for støtte og tilrettelegging påvirker deltakelse i risikofylt lek. Et slikt kunnskapsløft vil være avgjørende for å utvikle mer presise og rettferdige pedagogiske praksiser.

Risikofylt lek utgjør et viktig og naturlig element i barns utvikling. For barn på autismespekteret representerer denne formen for lek både muligheter og utfordringer. Studier og litteraturen vi har gjennomgått, viser at mange barn på autismespekteret har motivasjon og glede knyttet til lek som innebærer risiko, utforskning og sanseopplevelser (Fahy et al., 2024). Samtidig eksisterer det strukturelle og relasjonelle barrierer – alt fra sensoriske og sosiale utford-

ringer til voksnes oppfatninger om risiko og barns mestringsevne (Stillianesis et al., 2022).

Et gjennomgående tema i forskningen er behovet for balanserte tilnærminger. Voksne må lære å skille mellom uakseptabel fare og utviklingsstøttende risiko (Brussoni et al., 2012). Særlig for barn på autismespekteret kan det være avgjørende at de får tilgang til trygt tilrettelagte arenaer der de kan utforske sine grenser under profesjonell veiledning. Forest School-programmer og lignende strukturerte leketilbud gir gode eksempler på hvordan risikovurdering og mestring kan integreres (Friedman et al., 2022).

Det er også viktig å utfordre snevre forestillinger om hva som regnes som «god lek» innen spesialpedagogikk og autisme. Barnas egenartede uttrykksformer – som repetitiv sensorisk lek, fantasifortellinger med egen logikk, eller sosial lek med ukonvensjonelle roller – må anerkjennes som gyldige og verdifulle uttrykk for nysgjerrighet, utforsking og mestring (Coughlan & Lynch, 2024). En utvidet forståelse av lek, som inkluderer nevrodiversitetens mangfold, bidrar til mer inkluderende praksis. Barnehagens rolle er derfor ikke bare å «tillate» risikofylt lek, men å skape betingelser for at alle barn, inkludert de med behov for støtte, kan erfare mestring, fellesskap og glede gjennom risikofylt utforskning. Dette fordrer en inkluderende pedagogisk kultur der voksne er trygge, informerte og villige til å reflektere over egne risikoforestillinger (Kvalnes & Sandseter, 2023).

I tillegg kan risikofylt lek ha en viktig forebyggende funksjon, særlig når det gjelder å redusere angstrelatert atferd gjennom eksponering for kontrollerte utfordringer (Sandseter & Kennair, 2011).

Med utgangspunkt i gjennomgangen over, er det hensiktsmessig å peke på noen områder som fremstår som særlig relevante for videre utvikling av praksis og kunnskapsgrunnlag. For det første antyder forskningen at det kan være behov for kompetanseheving blant ansatte i barnehager når det gjelder hvordan risikofylt lek kan forstås og tilrettelegges i møte med barn med autismespekterforstyrrelser. Spesielt synes det viktig at personalet får innsikt i nevrodiversitetsperspektiver og hvordan sensoriske forskjeller kan påvirke barns lekepreferanser og behov (Fahy et al., 2024; Stillianesis et al., 2022). En slik forståelse kan bidra til mer nyanserte vurderinger av hva som er utviklingsstøttende risiko for ulike barn.

Videre indikerer studier at tverrfaglig samarbeid kan styrke kvaliteten på tilretteleggingen av lek for barn med særskilte behov. Spesialpedagoger,

ergoterapeuter og andre faggrupper med kunnskap om barns utvikling og sensorisk profil kan bidra med komplementære perspektiver som beriker både vurderinger og tiltak (Coughlan & Lynch, 2024). Samarbeid med foreldre vil også være sentralt, ettersom disse har unik innsikt i barnets ressurser og utfordringer, og fordi deres risikovurderinger ofte påvirker barnets faktiske deltakelse (Jelleyman et al., 2019).

Forskningen viser at det fysiske lekemiljøet har stor betydning for om, og på hvilken måte, barn engasjerer seg i risikofylt lek. En variert utforming av uteområder med ulike soner og materialer gir flere barn tilgang til tilpassede utfordringer, både når det gjelder motorisk mestring og sensorisk stimulans (Sandseter et al., 2023). Tiltakene trenger ikke være omfattende eller kostbare, men krever en bevissthet om lekens betydning og dens mangfoldige uttrykksformer.

Når det gjelder foreldreinvolvering, viser flere studier at foreldre til barn på autismespekteret ofte har lavere toleranse for risiko og griper raskt inn i lekesituasjoner (Stillianesis et al., 2022). Dette er forståelig, men kan samtidig begrense barnets mulighet til å utvikle egne strategier og oppleve mestring. Å støtte foreldre gjennom dialog og informasjon om hvordan barn gradvis lærer å håndtere risiko, og hvilke former for støtte som fremmer trygghet, kan derfor være en viktig del av det spesialpedagogiske arbeidet (Jelleyman et al., 2019).

Avslutningsvis bør barns rett til lek fortsatt holdes høyt i barnehagefeltet, i tråd med rammeplan for barnehagen (Kunnskapsdepartementet, 2017) og Barnekonvensjonens artikkel 31 (UNICEF, 2013). Samtidig må denne rettigheten tolkes i lys av barns ulike forutsetninger. Det kan være verdifullt å arbeide videre med hvordan prinsippet om lek som rettighet kan ivaretas for barn som har behov for særlig støtte, uten å overse hensynet til trygghet og individualitet. En nyansert og inkluderende praksis innebærer å sikre at alle får tilgang til meningsfulle og utfordrende lekeerfaringer på måter som gir rom for utforskning, autonomi og deltakelse.

Risikofylt lek i barnehagen handler ikke bare om barns behov for spenning og bevegelse, men også om barns rett til autonomi, selvuttrykk og utvikling. For barn med behov for individuell tilrettelegging, som for noen på autismespekteret, kan det være nettopp i møte med en steinrøys, en utfordrende balansebom eller et kreativt lekeunivers at grunnlaget for trygghet, mestring og livslang nysgjerrighet legges.

Referanser

Beaulieu, E., & Beno, S. (2024). Healthy childhood development through outdoor risky play: Navigating the balance with injury prevention. *Paediatrics & Child Health*, *29*(4), 255–261.

Brussoni, M., Gibbons, R., Gray, C., Ishikawa, T., Sandseter, E. B. H., Bienenstock, A., … & Tremblay, M. S. (2015). What is the relationship between risky outdoor play and health in children? A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *12*(6), 6423–6454.

Brussoni, M., Olsen, L. L., Pike, I., & Sleet, D. A. (2012). Risky play and children's safety: Balancing priorities for optimal child development. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 9(9), 3134–3148.

Cevher-Kalburan, N., & Ivrendi, A. (2016). Risky play and parenting styles. *Journal of Child and Family Studies*, 25, 355–366.

Conn, C. (2015). «Sensory highs», «vivid rememberings» and «interactive stimming»: children's play cultures and experiences of friendship in autistic autobiographies. *Disability & Society*, *30*(8), 1192–1206.

Coughlan, M., & Lynch, H. (2024). «Can I Play Too?» A qualitative study of outdoor play and participation among autistic preschoolers. *The American Journal of Occupational Therapy*, *78*(4), 7804185130.

Edgington, M. (2007). Supporting young children to engage with risk and challenge. *Early Years Update*, 48, 6–8.

Fahy, S., Delicâte, N., & Lynch, H. (2021). Now, being, occupational: Outdoor play and children with autism. *Journal of Occupational Science*, 28(1), 114–132.

Harper, N. J. (2017). Outdoor risky play and healthy child development in the shadow of the «risk society»: A forest and nature school perspective. *Child & Youth Services*, *38*(4), 318–334.

Hinchion, S., McAuliffe, E., & Lynch, H. (2021). Fraught with frights or full of fun: perspectives of risky play among six-to-eight-year olds. *European Early Childhood Education Research Journal*, *29*(5), 696–714.

Jelleyman, C., McPhee, J., Brussoni, M., Bundy, A., & Duncan, S. (2019). A cross-sectional description of parental perceptions and practices related to risky play and independent mobility in children: the New Zealand state of play survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *16*(2), 262.

Kleppe, R., Melhuish, E., & Sandseter, E. B. H. (2017). Identifying and characterizing risky play in the age one-to-three years. *European Early Childhood Education Research Journal*, *25*(3), 370–385.

Kunnskapsdepartementet. (2017). *Rammeplan for barnehagen: Forskrift om rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver*.

Kvalnes, Ø., & Hansen Sandseter, E. B. (2023). *Risky play: An ethical challenge* (s. 113). Springer Nature.

Little, H., Sandseter, E. B. H., & Wyver, S. (2012). Early childhood teachers' beliefs about children's risky play in Australia and Norway. *Contemporary Issues in Early Childhood*, *13*(4), 300–316.

Liu, J., & Birkeland, Å. (2022). Perceptions of risky play among kindergarten teachers in Norway and China. *International Journal of Early Childhood*, *54*(3), 339–360.

McFarland, L., & Laird, S. G. (2018). Parents' and early childhood educators' attitudes and practices in relation to children's outdoor risky play. *Early Childhood Education Journal*, *46*, 159–168.

O'Keeffe, C., & McNally, S. (2025). «Like it's making my heart run»: A strengths-based understanding of the play of autistic children. *Autism*, *29*(6). https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/13623613251315985

Obee, P., Sandseter, E. B. H., Gerlach, A., & Harper, N. J. (2021). Lessons learned from Norway on risky play in Early Childhood Education and Care (ECEC). *Early Childhood Education Journal*, *49*, 99–109.

Sanderud, J. R., & Gurholt, K. P. (2014). Barns nysgjerrige lek i natur–Utforskende dannelse. *Nordic Studies in Education*, *34*(1), 3–20.

Sando, O. J., Kleppe, R., & Sandseter, E. B. H. (2021). Risky play and children's well-being, involvement and physical activity. *Child Indicators Research*, *14*(4), 1435–1451.

Sandseter, E. B. H. (2007). Categorising risky play – how can we identify risk-taking in children's play?. *European Early Childhood Education Research Journal*, *15*(2), 237–252.

Sandseter, E. B. H. (2012). Restrictive safety or unsafe freedom? Norwegian ECEC practitioners' perceptions and practices concerning children's risky play. *Child Care in Practice*, 18(1), 83–101. https://doi.org/10.1080/13575279.2011.621889

Sandseter, E. B. H. (2014). Early childhood education and care practitioners' perceptions of children's risky play; examining the influence of personality and gender. *Early child development and care*, *184*(3), 434–449.

Sandseter, E. B. H., & Kennair, L. E. O. (2011). Children's risky play from an evolutionary perspective: The anti-phobic effects of thrilling experiences. *Evolutionary psychology*, *9*(2), 257–284.

Sandseter, E. B. H., Kleppe, R., & Ottesen Kennair, L. E. (2023). Risky play in children's emotion regulation, social functioning, and physical health: an evolutionary approach. *International journal of play*, *12*(1), 127–139.

Sandseter, E. B. H., Kleppe, R., & Sando, O. J. (2021). The prevalence of risky play in young children's indoor and outdoor free play. *Early Childhood Education Journal*, *49*, 303–312.

Stephenson, A. (2003). Physical risk-taking: Dangerous or endangered? *Early years*, 23(1), 35–43. https://doi.org/10.1080/0957514032000045573

Stillianesis, S., Spencer, G., Villeneuve, M., Sterman, J., Bundy, A., Wyver, S., … & Beetham, K. S. (2022). Parents' perspectives on managing risk in play for children with developmental disabilities. *Disability & society*, 37(8), 1272–1292.