organisation@riskfulplay.se

TACK FÖR ATT NI LYSSNADE!

Följ oss på Instagram (**@riskfulplay**) och LinkedIn (**Riskful Play**) för mer inspiratio och tips varje vecka!



riskfulplay.se

DEGERFORS 16 OKT 2026

riskful play.

En viktig del av barns lärande

Varför vi behöver våga låta våra barn ta risker, och hur vi som vuxna kan stötta dem i sin resa.

ORGANISATION@RISKFULPLAY.SE

RISKFUL PLAY

Xinga Li

Medgrundare, arkitekt & aktivitetsdesigner

Medgrundare av Riskful Play

Arkitekt, parkour- och aktivitetsmiljöer

Medförfattare till Riskfylld lek (Natur & Kultur 2026)



Alla här jobbar för att barn ska vara trygga

Källa: Luleå tekniska universitet, A-K. Lindqvist m.fl., tio familjer i fyra generationer

ÅSA
7 years 1955
Acess area: 2 626 746 m2

JONAS
7 years 1976
Acess area: 472 345 m2
17.9% of Åsa

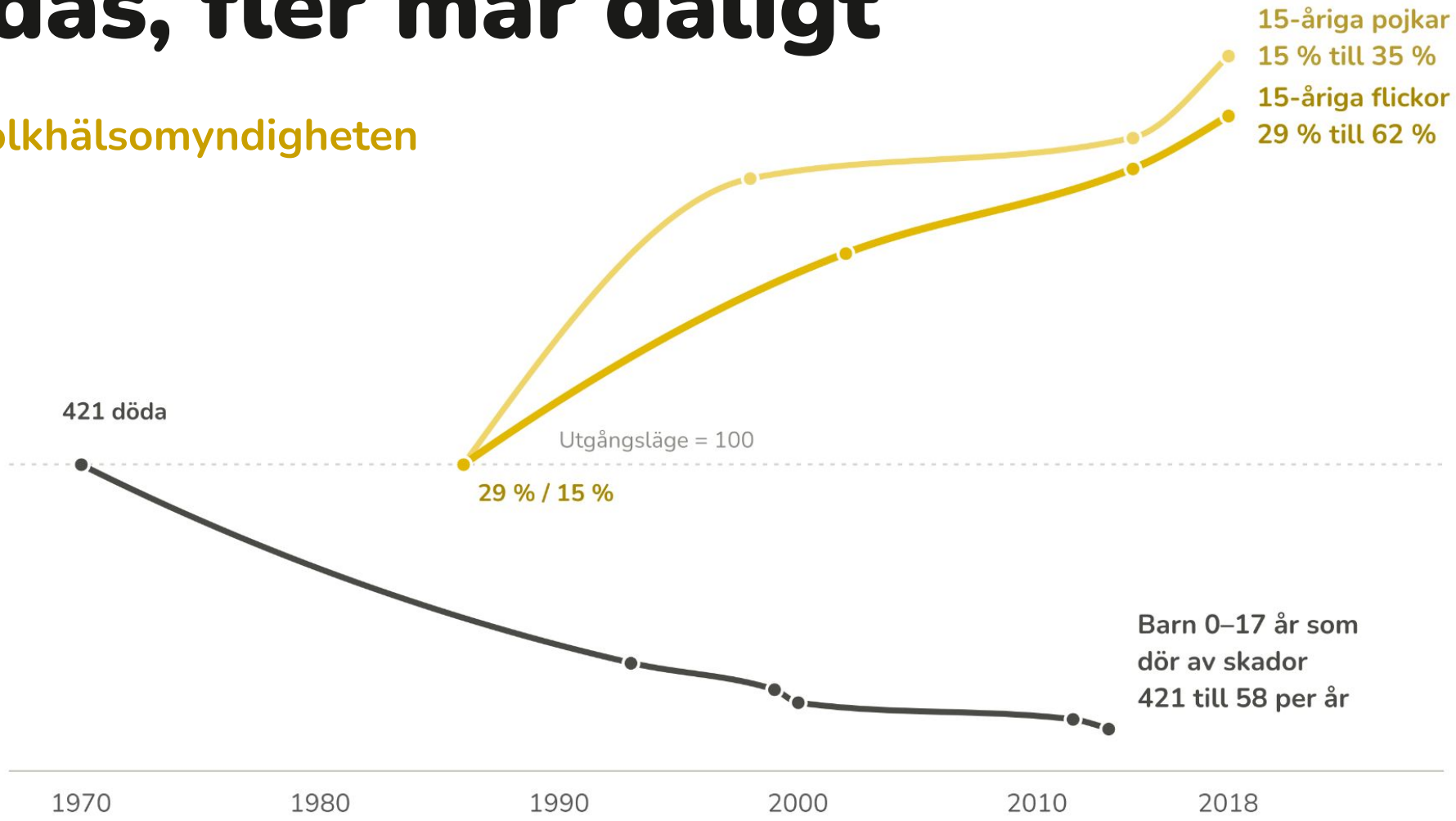
FANNY
7 years 2003
Acess area: 54 944 m2
2,1% of Åsa

FREJ
6 years 2025
Acess area: 2835 m2
0,1% of Åsa



Färre skadas, fler mår dåligt

Socialstyrelsen och Folkhälsomyndigheten



Index: första mätningen = 100. Punkter = uppmätta värden, linjen mellan dem är utjämnad. Psykosomatiska besvär = minst två besvär mer än en gång i veckan.
Källor: Socialstyrelsen 2015 (Skador bland barn i Sverige); SOU 2003:127; Folkhälsomyndigheten 2011, 2018 och 2022 (Skolbarns hälsovanor).

Ökad säkerhet, minskad rörelsefrihet

MSB: Barns och ungas säkerhet

“Den positiva statistiken har dock en baksida. Flera forskare visar att under samma tidsperiod som trafikolyckorna bland barnen har minskat, så har också deras rörelsefrihet minskat. I dag får barn i betydligt lägre utsträckning än tidigare gå över gatan ensamma, gå till lekplatser och bollplaner själva, eller åka buss på egen hand. Forskarna menar att de stora inskränkningarna i rörelsefriheten är det pris barnen betalar för en ökad säkerhet.”

Källa: MSB (2011), Barns och ungas säkerhet, red. Åsa Olsson, MSB307, s. 9



AI-GENERERAD BILD

HELIKOPTERVUXEN



Trygghetsillusionen

Men? Ska vi släppa barnen helt fria?



Vi har blivit riktigt bra på att hålla barn vid liv.

Men vilket liv får de?

Riskfylld lek

Risky play

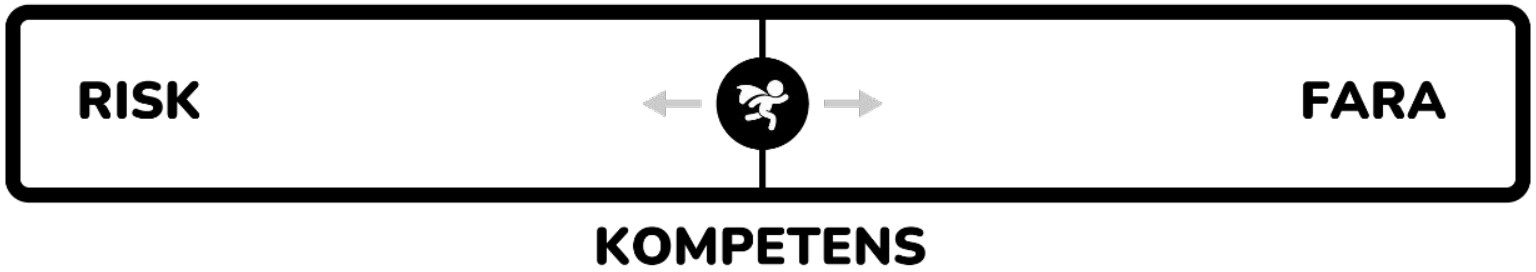
(s.) Kroppslig lek som kan ge behaglig svindelkänsla och pirr i magen.

“...involves thrilling and exciting forms of physical play that involve uncertainty and chance of physical injury.”

Sandseter, 2010, s 22

Risk eller fara?

Att se skillnaden



Tillit till barns riskhantering

Tre delar som samverkar

01

Riskvillighet

Den inre drivkraften att utforska det okända, som viljan att prova, trots osäkerhet.

02

Riskbedömning

Barnets förmåga att läsa av miljön, till exempel om en sten är hal eller hur långt hoppet är.

03

Riskhantering

Själva handlingen där barnet anpassar kroppen, sänker farten eller ändrar fotfäste för att klara utmaningen.

Riskintelligens

IQ • EQ • RQ

IQ
Intellektuell förmåga

EQ
Emotionell förmåga

RQ
Riskintelligens

RQ – Riskintelligens

”Förmågan att förstå vad som är sannolikt, och att fatta kloka beslut när vi inte vet hur det går.”

- Dylan Evans (2012)

Att bygga resiliens

Den antifobiska effekten i riskfylld lek

01

Barnet bestämmer takten

Utmaningen är självvald

02

Rädslan blir mindre

Lite för varje gång

03

Det sitter kvar

Erfarenheten finns där när livet blir tufft

Källa: Sandseter & Kennair (2011), Evolutionary Psychology

Vad händer med barn som aldrig får misslyckas?

Varför rör jag mig?

Lekens drivkrafter



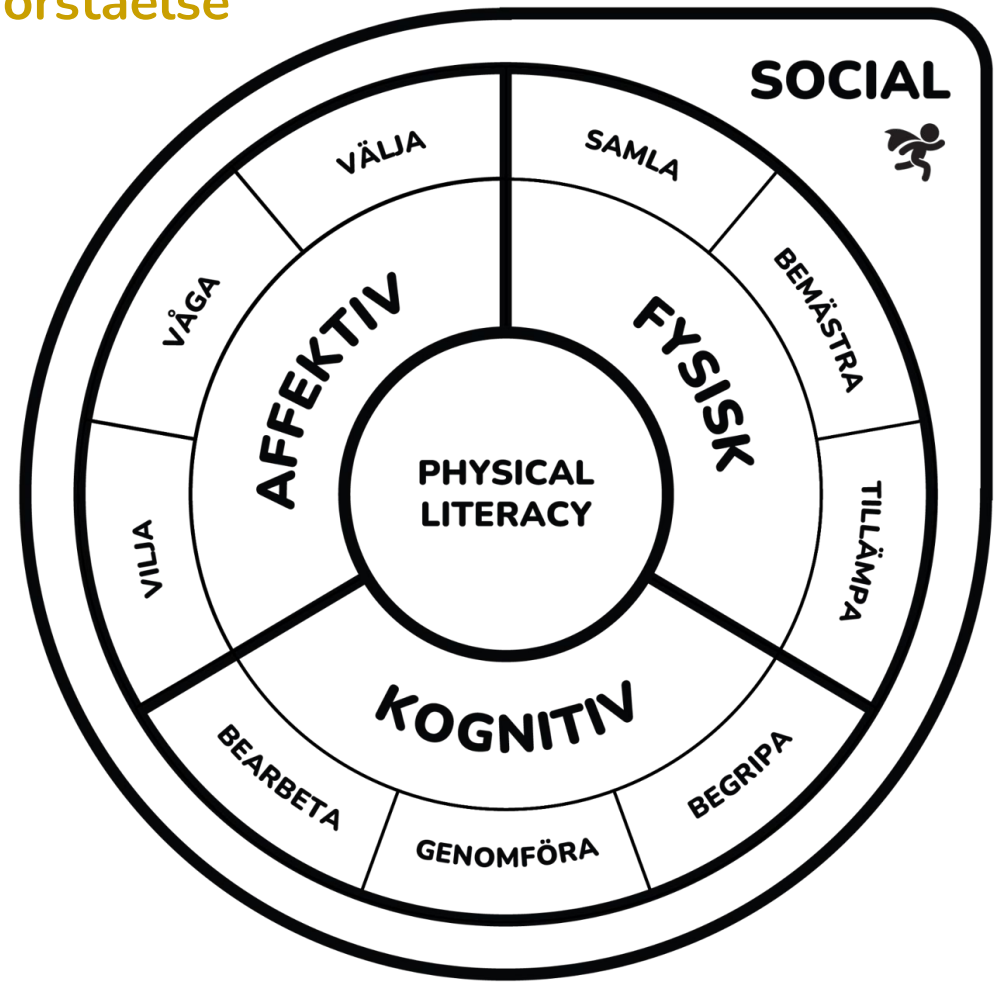
Från prestation till relation

Rörelsekompassen - Physical literacy / Rörelseförståelse

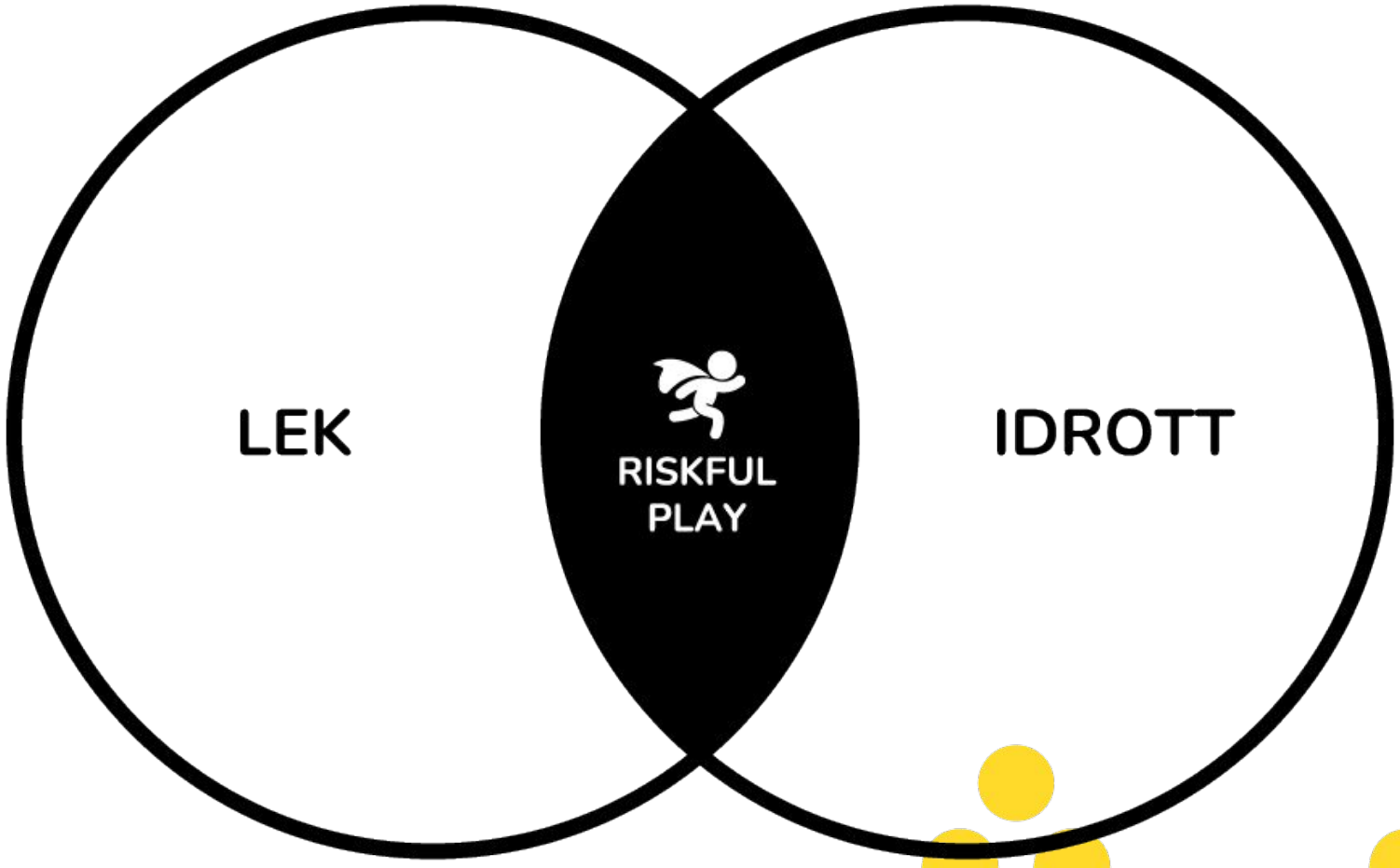
Fysisk hur vi rör oss

Kognitiv hur vi tänker

Affektiv hur vi känner



All rörelse är bra rörelse



Botemedlet för trygghetsillusionen är

Tillit

Från helikopter till flygledartorn



AI-GENERERAD BILD

Vilken barndom ska barnen i Degerfors få?

Nyfiken på hur vi tänker? Välkommen att kontakta oss på organisation@riskfulplay.se så kan vi bolla idéer och strategier för barn och ungas framtid.