

Vem vågar vara här?

Tryggare platser för idrott,
friluftsliv och motion



Vem vågar vara här?

Tryggare platser för idrott, friluftsliv och motion

Centrum för idrottsforskning (CIF) är ett statligt kunskapscenter som sprider kunskap om individen, platsen och samhället samt bidrar med underlag för att fatta välgrundade beslut om idrott, friluftsliv och motion.

Vi finansierar forskning, följer upp statens stöd till idrottsrörelsen och verkar för bättre anläggningar för idrott, friluftsliv och motion.

Rapporten finns att ladda ner som pdf på www.centrumforidrottsforskning.se

© **Centrum för idrottsforskning 2025:4**

Redaktion och projektledning: Mir Grebäck von Melen,
Daniel Glimvert och Christine Dartsch Nilsson

Språkgranskning: Expressiva AB

Formgivning: Oh My

Omslagsfoto: Bildbyrån

Tryck: Elanders Sverige AB

ISBN: 978-91-531-5004-6

Förord

Platser för idrott och friluftsliv är viktiga för folkhälsa, gemenskap och delaktighet. De rymmer rörelse, återhämtning och möten – men också villkor som påverkar vem som känner sig välkommen, och vem som inte gör det.

Trygghet spelar en avgörande roll för hur människor använder och upplever dessa miljöer. Ändå saknas ofta kunskap om hur planering, utformning och skötsel påverkar trygghetsupplevelsen just i idrottens och friluftslivets rum.

Med denna antologi vill Centrum för idrottsforskning bidra till att bredda och fördjupa samtalet om platsens betydelse för trygghet inom idrott, friluftsliv och motion. Initiativet är en del av vårt långsiktiga arbete för att verka för tillgängliga, inkluderande och hållbara miljöer som uppmuntrar till rörelse och deltagande för alla – ett uppdrag vi fått av regeringen.

I boken undersöker forskare och praktiker från olika fält hur trygghet formas – och ibland hindras – genom gestaltning, förvaltning, medskapande och social närvaro. Bidragen visar att trygghet inte är ett entydigt begrepp, utan rymmer både konkreta och emotionella dimensioner. De pekar också på möjligheterna: hur väl genomtänkta miljöer kan bli grunden för rörelse, gemenskap och tillhörighet.

Vi vill rikta ett varmt tack till alla författare som medverkat, liksom till de organisationer, föreningar och personer vars arbete inspirerat antologins innehåll. Vår förhoppning är att boken ska stimulera nya perspektiv, väcka frågor, bidra till samtal och ge stöd till alla som arbetar med att forma platser för idrott, motion och friluftsliv.

Stockholm, juni 2025

Christine Dartsch Nilsson
Föreståndare, Centrum för idrottsforskning

Daniel Glimvert
Verksamhetssamordnare, Centrum för idrottsforskning

Innehåll

Trygghet – en antologi om platsens påverkan för idrott, friluftsliv och motion	7
Mir Grebäck von Melen, Centrum för idrottsforskning	
Trygghet och platsens psykologiska påverkan	17
Karin Axelsson, miljöpsykolog. Anna Lebisch & Lise Hellström, Landskapslaget	
(O)trygga platser ur ett kriminologiskt perspektiv	39
Karl Kronkvist & Alexander Engström, Malmö universitet	
Trygghet genom strategisk förvaltning – att skapa utemiljöer som kan användas av fler	65
Märit Jansson & Hanna Fors, Sveriges lantbruksuniversitet	
Trygghet genom medskapande	95
Nicolas Keller & Sofie Berg, Växtvärket Malmö	
Trygghet och rörelserikedom – hur kan den gestaltande livsmiljön bidra?	125
Rebecca Rubin, Arkitekturskolan vid Kungliga Tekniska Högskolan och Hemvist	
Trygghet genom att bygga bort brottslighet	149
Magnus Lindgren, Stiftelsen Tryggare Sverige	

Trygghet – en antologi om platsens påverkan för idrott, friluftsliv och motion

Mir Grebäck von Melen, Centrum för idrottsforskning

Trygghet avgör hur vi rör oss genom våra städer och landskap, hur vi använder de platser som erbjuds oss, och om vi väljer att stanna eller gå. På idrotts- och friluftsanläggningar – de platser där människor kan mötas, röra sig, utvecklas och återhämta kraft – är trygghet särskilt viktigt.

Under senare tid har idrottens och friluftslivets rumsliga förutsättningar vuxit till en allt viktigare samhällsfråga. Hur dessa platser utformas och gestaltas har blivit centralt i debatten, eftersom de påverkar människors vardag, hälsa och vilja att delta. En väl gestaltad anläggning kan locka, inspirera och skapa trygghet, medan brister i miljön riskerar att bli hinder för människors deltagande och välmående.

Många av dagens anläggningar för idrott och friluftsliv i Sverige har vuxit fram under förra seklet, i en specifik historisk och samhällelig kontext. Anläggningarna vilar ofta på ett arv från 1960- och 1970-talet, där grundstrukturerna fortfarande utgör basen för många av dagens platser.¹ Under decennierna som följt har nya element, som tennishallar, terrängcykelbanor, padelhallar, naturstigar, utegym och kastburar, successivt lagts till. Effekten har blivit att anläggningar idag ofta präglas av en fragmenterad och ostrukturerad miljö, där nya funktioner placerats ut efterhand utan planering eller samordning. Omklädningsrum och faciliteter kan återfinnas i provisoriska baracker, och däremellan trängs staket, läktargradänger, cykelställ, förbudsskyltar samt vaktmästarnas maskiner och fordon. Resultatet är platser som riskerar att upplevas som otydliga och oinbjudande – egenskaper som i sig utgör otrygghet. Denna avsaknad av sammanhållen gestaltning och tydlig koppling till omgivningen påverkar människors trygghetskänslor negativt, vilket också begränsar anläggningarnas syfte att utgöra välkomnande och tillgängliga platser för alla.

Omfattande forskning har ringat in vilka landskapskvaliteter som är viktiga för att ge upplevelsekvaliteter som stödjer grundläggande hälsofrämjande behov, såsom trygghet.² Vetenskapliga studier, kunskapssammanställningar samt utredningar om hur platser utformning påverkar människan har i Sverige tagit sitt avstamp i flera offentliga miljöer såsom lekplatser, skolgårdar, parkmiljöer, vårdinrättningar och andra offentliga ytor. Men

¹ Engström, A. (2023) *Planning for an urban recreational landscape: tracing the geographies of outdoor recreation in the compact city*. PhD. Sveriges lantbruksuniversitet

² Se exempelvis: Grahn, P. & Stoltz, J., 2022. *Indikatorer för hälsopromoverande urbana grönområden*. Naturvårdsverket. Och Boverket (2024). *Den byggda formens betydelse*.

studier gjorda rörande betydelsen av specifikt idrottens och friluftslivets utformning är desto färre. I en vilja att ändra på det har denna antologi skapats.

Antologi om gestaltningens påverkan på trygghet

Denna antologi har tagits fram av Centrum för idrottsforskning inom ramen för vårt regeringsuppdrag att utveckla, samla och förmedla kunskap om anläggningar för idrott, friluftsliv och motion.

Boken syftar till att inspirera och vägleda alla som på olika sätt planerar, bygger och förvaltar platser för idrott och friluftsliv. Genom att lyfta perspektiv från olika kunskapsfält – där erfarenhet och forskning från andra typer av miljöer använts – utforskar vi hur trygghet kan byggas in i idrotts- och friluftsanläggningar. Genom att undersöka hur dessa anläggningar gestaltas, förvaltas och upplevs, erbjuder antologin insikter i hur trygghet kan formas – både som en fysisk och en social upplevelse. Varje kapitel belyser en aspekt av trygghetens komplexitet och ger verktyg för att skapa inkluderande och levande miljöer.

Antologin är indelad i sex kapitel som belyser trygghet ur olika vinklar – från teoretiska definitioner av trygghet och otrygghet till praktiska exempel på hur utveckling av platser kan bidra till ökad trygghet.

Trygghet och platsens psykologiska betydelse

Antologin inleds med ett bidrag av Karin Axelsson, miljöpsykolog och Anna Lebis och Lise Hellström, verksamma landskapsarkitekter på Landskapslaget – ett landskapsarkitektkontor som arbetat med flera projekt kopplade till idrott och friluftsliv. Kapitlet handlar om hur psykologi och landskapsarkitektur samverkar i utformningen av trygga och inkluderande platser för idrott och friluftsliv. Genom att utgå från begrepp som *affordances* (miljöers erbjudanden) och *platsanknytning* undersöker de hur människor uppfattar och relaterar känslomässigt till miljöer. Trygghet beskrivs som en förutsättning för utforskande och rörelseglädje, vilket gör det centralt att förstå platsers psykologiska påverkan.

Landskapslaget har genom samskapande processer i projekt i till exempel Järfälla och Hallstavik lyckats skapa miljöer som stärker identitet, minnen och gemenskap. I dessa projekt har lokalbefolkningen varit delaktig i både idéarbete och gestaltning. Miljöpsykologiska insikter används för att designa platser som upplevs som välkomnande, meningsfulla och förutsägbara – vilket stärker individers känsla av tillhörighet och trygghet. Resultaten visar att medveten miljöutformning i kombination med socialt engagemang kan bidra till långsiktigt hållbara och uppskattade offentliga platser.

(O)trygga platser ur ett kriminologiskt perspektiv

Det följande bidraget har författats av Karl Kronkvist och Alexander Engström, forskare i kriminologi vid Malmö universitet. Kapitlet handlar om hur fenomenet otrygghet kan definieras, mätas och förstås ur ett kriminologiskt perspektiv. De visar hur olika metoder för att mäta trygghet kan ge mycket olika utfall och att det därför alltid är viktigt att tolka



En idrottsplats som över tid fyllts på med olika funktioner – stängsel, maskiner och ogenomtänkta avlastnings-
ytor skapar en miljö som kan upplevas som rörig, ovälkomnande och svårorienterad.

resultaten av olika studier ordentligt innan eventuella åtgärder vidtas. Kronkvist och Engström ger också en inblick i forskningen om platsbaserad otrygghet och de metoder som används för att förstå var och varför otrygghet uppstår. De betonar att platser utformning och egenskaper i stor utsträckning påverkar trygghetsupplevelsen för olika individer och roller. Deras budskap är tydligt: dra inte förhastade slutsatser. Utgå ifrån den specifika platsen och använd olika metoder för att förstå hur den upplevs.

Trygghet genom strategisk förvaltning – att skapa utemiljöer som kan användas av fler

Märit Jansson och Hanna Fors, forskare vid Sveriges lantbruksuniversitet, har under många år studerat landskapsförvaltning och hållbara utemiljöer – från parker och skolgårdar till bostadsområden. I detta kapitel riktar de nu sina blickar mot idrotts- och friluftsanläggningar, och visar hur trygghet ofta tar sin början i platsens gestaltning och förvaltning.

I kapitlet belyser de hur landskapets övergripande utformning, möjligheter att få överblick och känna kontroll och vegetationens täthet, karaktär och skötsel påverkar trygghet. De förespråkar en förvaltningsmodell som väver samman vardaglig skötsel med långsiktig planering och omsorgsfull utformning – där miljön får utvecklas i takt med användarnas behov.

Särskild uppmärksamhet ägnas åt personer med neuropsykiatriska funktionsvariationer, där små men genomtänkta justeringar i utformning och förvaltning kan göra stor skillnad.

Genom praktiska exempel visar de hur förutsägbara, lugna och lättorienterade miljöer kan bidra till att minska stress och otrygghet – och skapa platser där både barn och vuxna känner sig välkomna och trygga.

Trygghet genom medskapande

Växtvärdet är en förening baserad i Malmö men med verksamhet även i andra delar av Sverige. Inom föreningen arbetar designers, landskapsarkitekter, trädgårdsingenjörer och pedagoger för barnvänliga och hållbara städer. I denna antologi bidrar Växtvärdets hållbarhetspedagog Nicolas Keller och landskapsarkitekt Sofie Berg med en text om hur medskapande kan användas som metod för ökad trygghet.

Ett centralt tema i texten är att social delaktighet är avgörande för att skapa trygghet. Genom tydliga exempel från deras arbete visar författarna hur medskapandeprocesser inte bara stärker tryggheten, utan också bygger gemenskap och engagemang. När människor får vara med och utforma sina miljöer växer en känsla av ansvar och stolthet, vilket leder till att platser både tas om hand och används mer aktivt. Växtvärdets erfarenheter visar att detta också kan minska skadegörelse och göra miljöer mer levande och välkomnande.

Samtidigt understryker de att medskapande inte är en självklar eller enkel process. För att lyckas krävs olika typer av resurser – inte minst kompetens, tid och en förankrad förståelse för hur processen fungerar och kan anpassas efter målgruppen. Medskapande handlar alltså inte bara om att få bättre beslutsunderlag, utan kan utgöra en grundläggande del av platsens identitet och innehåll.

Trygghet som förutsättning för ett rörelserikt liv

Rebecca Rubin är arkitekt och verksam vid Arkitekturskolan KTH. I sitt bidrag visar hon hur trygghet och rörelse hänger samman – och hur båda formas av den fysiska miljön omkring oss. Hon lyfter att fysisk aktivitet är en grundläggande förutsättning för hälsa och välmående, men att känslan av trygghet är avgörande för att människor ska våga utforska sina möjligheter och använda sin kropp fullt ut.

Med begreppet *rörelserikedom* – förmågan och friheten att röra sig på många olika sätt i olika miljöer – sätter Rubin fokus på vikten av att skapa offentliga rum, idrotts- och friluftsanläggningar och vardagsmiljöer som både inspirerar och inkluderar. Genom medveten och kreativ utformning kan fler känna sig trygga i att delta, oavsett ålder, kön eller förutsättningar. Kapitlet lyfter också vikten av en balanserad syn på säkerhet, där möjligheten till utmaning och utveckling inte begränsas av överdriven riskminimering.

Trygghet genom att bygga bort brottslighet

Antologin avslutas med ett bidrag av Magnus Lindgren från Stiftelsen Tryggare Sverige. Stiftelsen grundades 2008 med syfte att bidra med nya lösningar, idéer och samarbetsformer för att minska brottsligheten och öka tryggheten i det svenska samhället. I sitt kapitel lyfter Lindgren vikten av att inte bara arbeta med upplevd trygghet, utan också

med faktisk säkerhet. Han betonar att många miljöer kan kännas trygga men i realiteten vara osäkra – och tvärtom. Därför krävs både professionella riskbedömningar och platsanalyser för att kunna skapa utemiljöer som är både trygga och säkra. Med särskilt fokus på idrotts- och friluftsanläggningar beskriver Lindgren hur den fysiska miljön påverkar människors trygghetsupplevelse och exponering för brott. Han introducerar den brottsförebyggande strategin Crime Prevention Through Environmental Design (CPTED) som ett verktyg för att minska risken för brott och öka tryggheten genom exempelvis god belysning, överblickbarhet, social kontroll och väl underhållna miljöer. En röd tråd i texten är att trygghet inte kan skapas enbart genom fysiska åtgärder – det krävs också social närvaro, samverkan och långsiktig förvaltning.

Mer forskning behövs

Under processen att skapa denna antologi har det blivit tydligt att kunskapen om idrottens och friluftslivets rumsliga förutsättningar är ett eftersatt forskningsfält. De medverkande författarna lyfter återkommande att det saknas kunskap om vad som gör att just platser för idrott och friluftsliv kan upplevas som trygga. Detta är märkligt. Landets idrotts- och friluftsanläggningar har stor betydelse för många människor och är viktiga för att upprätthålla och öka den fysiska aktiviteten i samhället. Trots detta har mycket få studier gjorts om hur idrotts- och friluftsanläggningars utformning påverkar människors fritidsvanor.

Författarna i denna antologi kommer dessutom från olika kunskapsfält. De bidrar med olika perspektiv på trygghet inom idrottens och friluftslivets miljöer. Ingen av dem brukar ha idrotts- och friluftslivsmiljöer som primärt verksamhetsområde. De titulerar sig inte heller som idrotts- eller friluftslivsforskare. Däremot har de, utifrån sina respektive exper-tiser och erfarenheter, riktat blicken mot dessa miljöer och delat med sig av kunskap och insikter av stort värde för idrotts- och friluftslivsområdet.

Idrotts- och friluftsanläggningars särskilda potential

De perspektiv som lyfts fram i denna antologi pekar på att miljöer där starkt engagemang från användare råder, och där positiva relationer främjas, har stor potential att upplevas som trygga. Det borde innebära att just miljöer för idrott och friluftsliv har en särskilt stark trygghetspotential. Genom det utbredda föreningslivet och det ofta starka ideella engagemanget bär dessa platser på en social struktur som få andra offentliga miljöer kan mäta sig med. När författarna betonar vikten av att involvera användare och skapa dialog, är det tydligt att idrotts- och friluftsanläggningar redan har mycket av den infrastrukturen på plats – i form av föreningar, ledare och engagerade medborgare. Denna närvaro av engagerade ledare, föräldrar, ungdomar och eldsjälar skapar en tät väv av social kontroll, tillhörighet och gemenskap – faktorer som i sig kan vara trygghetsskapande. Många delar av dessa miljöer har dessutom vuxit fram genom initiativ från just aktiva användare. Att inkludera dem i arbetet med att öka trygghetsupplevelsen för hela anläggningen borde därför vara mer naturligt här – och mindre resurskrävande – än i andra typer av offentliga rum.



Med rätt verktyg, inte minst de som presenteras i denna antologi, finns alla förutsättningar att förverkliga det som dessa platser redan bär inom sig – att vara inkluderande, meningsfulla och trygga mötesplatser för alla. Det handlar om att bredda perspektivet, förstå trygghetens grundläggande uppbyggnad och se till vilka som faktiskt har möjlighet att påverka – samt hur miljön svarar upp mot de behov som finns.

En fråga om definitioner

Ord kan både vara verktyg och barriärer; de kan öppna dörrar till förståelse men också skapa förvirring, eftersom deras betydelser ofta är mångfacetterade och föränderliga. Ett och samma ord kan betyda olika saker beroende på sammanhang, kultur, tid och personliga erfarenheter. Ett exempel är ordet "hållbarhet" som idag kan syfta på allt från frågor om biologisk mångfald till hur mycket tid du som individ har för återhämtning i slutet av en stressig dag, eller huruvida det senaste IT-systemet uppfyller tillräckliga säkerhetskrav. Att definiera ord blir därför en utmaning, eftersom varje definition riskerar att begränsa det oändliga spektrum av tolkningar och nyanser som språket bär på.

Ett av alla dessa svårdefinierade begrepp är också trygghet. I denna antologi synliggörs tydligt bredden av dess betydelse. Ordet har många dimensioner och kan tolkas på olika sätt beroende på sammanhang. När det gäller anläggningar för idrott och friluftsliv kan trygghet till exempel handla om att känna sig skyddad mot våld eller stöld under en fotbollsträning, eller om att uppleva platsen som överskådlig, upplyst och inkluderande.

Trygghet kan också röra känslor av stabilitet, tillit och förutsägbarhet i tillvaron – sådant som påverkas av sociala relationer, rutiner och tidigare erfarenheter. Den kan ha en ekonomisk dimension, där det handlar om känslan av att ha möjlighet att bekosta det som krävs – som att ha råd med utrustning eller ett medlemskap för att kunna delta. Dessutom kan trygghet kopplas till identitet och tillhörighet; huruvida en person känner sig accepterad och välkommen i en viss gemenskap eller på en viss plats.

Oavsett perspektiv och innebörd är trygghet en central faktor för människors välbefinnande och livskvalitet – inte minst i de miljöer där vi förväntas kunna röra oss, mötas och växa.

Trygghet är ibland en paradoxal balansgång

I denna antologi kan vi också se att arbetet med trygghet ibland kan vara motsägelsefullt, eftersom åtgärder som skapar säkerhet för vissa kan upplevas som otrygghet eller begränsningar för andra. I ett kapitel lyfts exempelvis hur tak kan utgöra en tydlig riskmiljö, vilket kräver åtgärder för att förhindra olyckor och obehörig åtkomst. Samtidigt ser en annan författare taket som en spännande och utmanande plats för rörelse, där barn och unga kan utveckla sin motorik och kroppsliga självständighet.

På liknande sätt kan belysning i offentliga miljöer både skapa trygghet genom ökad synlighet och samtidigt förstärka känslan av övervakning och utsatthet, beroende på vem som vistas där och i vilken kontext. Vissa argumenterar för att täta buskage bör beskäras för att förbättra överblickbarheten och minska risken för brott, medan andra framhåller att grönska bidrar till trivsel och en känsla av trygghet genom att skapa en mer ombonad och naturlig miljö.

Även frågan om medskapande illustrerar trygghetens komplexitet. I vissa bidrag lyfts vikten av att inkludera boende och användare i utformningen av idrotts- och friluftsanläggningar för att skapa platser där fler känner sig hemma. Andra författare pekar dock på att trygghet också kräver expertkunskap och beprövade metoder, där tydliga säkerhetsåtgärder ibland måste prioriteras framför individuella preferenser.

Trygghet är med andra ord inget entydigt begrepp – det formas i skärningspunkten mellan individens upplevelse, fysiska miljöers utformning och samhällets övergripande säkerhetsarbete. Genom att låta dessa olika perspektiv mötas i denna antologi får vi en chans till djupare förståelse för trygghetens dynamik och hur olika aktörer kan arbeta för att skapa inkluderande, säkra och inspirerande miljöer.

En breddad bild av trygghet

Bidragen i denna antologi erbjuder en bredd av perspektiv av vad som krävs för att skapa trygga idrotts- och friluftsmiljöer. De visar att trygghet är en komplex fråga som formas av både fysiska och sociala faktorer, från strategisk design och förvaltning till medskapande och gemenskap belyser antologin vikten av ett helhetsperspektiv och att arbeta med trygghet måste ske kontinuerligt och på många nivåer.

Författarna betonar återkommande hur den fysiska miljön, sociala strukturer och människors interaktioner med platser samverkar för att forma trygghetsupplevelser. Dessa känslor av trygghet är i sin tur avgörande för om och hur människor utnyttjar idrotts- och friluftsanläggningar och huruvida de är fysiskt aktiva.

Denna antologi är framtagen med en stor grupp läsare som tänkt målgrupp. Oavsett om du som läser detta är fritidsstrateg, planerare, chef, arkitekt, forskare eller helt enkelt en engagerad medborgare hoppas vi att denna bok väcker tankar, insikter och inspirerar till handling. Det behövs både kunskap och kreativitet för att skapa platser där människor känner sig trygga, välkomna och hemma.

Sammanfattningsvis: fysiska miljöer är mer än en kuliss

Denna antologi har tagits fram av Centrum för idrottsforskning inom ramen för vårt regeringsuppdrag att utveckla, samla och förmedla kunskap om anläggningar för idrott, friluftsliv och motion.

Med antologin vill vi visa hur trygghet kan förstås och främjas inom idrotts- och friluftsanläggningar. Författarnas bidrag tydliggör att den fysiska miljön inte bara fungerar som en passiv kuliss där sociala relationer och aktiviteter utspelar sig, utan spelar en aktiv och avgörande roll för hur dessa relationer och aktiviteter tar sig uttryck.

De viktigaste lärdomarna kan sammanfattas i fyra punkter:

1. Trygghet är en mångdimensionell fråga

Att verka för trygghet kan ta olika uttryck beroende på vilka perspektiv och vilka grupper vi utgår från. Därför är det också avgörande att tydliggöra vad vi faktiskt menar när vi pratar om trygghet – begreppets innebörd spelar roll. I vissa fall handlar trygghet om att hantera brott och ordningsstörningar, där lösningarna ofta fokuserar på kontroll och reglering. I andra fall ligger fokus på att skapa miljöer som främjar tillhörighet, självförtroende och möjligheten att röra sig fritt och delta i sociala sammanhang.

2. Den fysiska miljön spelar roll

Det vi bygger påverkar hur människor rör sig, interagerar och känner sig trygga. Genom materialval, belysning och öppenhet kan vi skapa miljöer för idrott och friluftsliv som uppmuntrar till rörelse och social samvaro, men också sådana som begränsar och skapar otrygghet. En genomtänkt gestaltning kan därför vara skillnaden mellan en plats som välkomnar alla och en som känns avvisande, obehaglig eller exkluderande.

3. Kraften i medskapande

Medskapandeprocesser kan förstärka tryggheten genom att involvera användare i utvecklingen av sina miljöer. Det skapar inte bara platser som är bättre anpassade till människors behov, utan även en starkare känsla av gemenskap, tillhörighet och ansvarstagande. Särskilt i miljöer för idrott och friluftsliv – där föreningsliv och ideellt engagemang redan utgör en aktiv och organiserad struktur – finns utmärkta förutsättningar att arbeta med medskapande på djupet. Många av dessa miljöer har dessutom vuxit fram genom initiativ från just aktiva användare, vilket gör det mer naturligt att bjuda in till delaktighet även i frågor som rör trygghet. Genom att integrera medskapande genom hela anläggningsprocessen, från planering och design till förvaltning och underhåll, kan dessa platser utvecklas till inkluderande och trygga mötesplatser – med tryggheten rotad i både det fysiska rummet och det sociala sammanhanget.

Och till sist ett medskick inte bara till dig som ansvarar för platser för idrott och friluftsliv utan framför allt till hela forskningskåren:

4. Høj kunskapen om idrottens och friluftslivets platser

Vi behöver mer forskning om hur den fysiska miljön på idrotts- och friluftsanläggningar påverkar oss. Alla i Sverige ska ha möjlighet till ett fysiskt aktivt liv, och detta liv behöver utspela sig på en fysisk plats. Hur den platsen ska utformas, det behöver vi öka vår kunskap om.

Vi hoppas att denna antologi ska inspirera till fortsatt dialog och handling för att göra idrotts- och friluftsanläggningar tryggare, grönnare och mer inkluderande för alla.



Foto: Landskapslaget.

Trygghet och platsens psykologiska påverkan

Karin Axelsson, miljöpsykolog. Anna Lebisch & Lise Hellström, Landskapslaget

Platser känns. Underlaget under våra fötter kan göra att vi vill fortsätta att gå, formen på räcket att vi kan ta oss fram, skugga att vi vill stanna kvar. Andra människors röster kan vara inbjudande, men också verka avskräckande. Platser låter, doftar och förnimms och deras egenskaper bidrar i stor utsträckning till våra upplevelser.

Med vår bakgrund inom miljöpsykologi och landskapsarkitektur ser vi trygghet som något som formas av platserns rumsliga förutsättningar och de människor som befolkar dem. Det handlar om tillgänglighet, orienterbarhet och en känsla av sammanhang, men också om frågor som rör identitet, gemenskap och närvaro av andra människor. Vi är djupt nyfikna på de psykologiska mekanismer som ligger bakom människors relation till platser, och i det här kapitlet ska vi utforska vad det är i miljön som får oss att trivas och känna oss hemma – och vad som kan skapa motsatsen.

Vi tar hjälp av miljöpsykologisk forskning och ger exempel på hur kunskap om samspelet mellan människa och miljö kan omsättas i praktik när platser för idrott och friluftsliv utformas. Trygghet är en förutsättning för utforskande och att förstå detta samband är avgörande för att kunna hjälpa och uppmuntra människor att finna rörelseglädje i sin vardag. I vårt arbete har vi sett att en av de viktigaste framgångsfaktorerna är att sätta användarna i centrum. Genom att involvera de som redan nyttjar platsen i dag och undersöka och förstå varför andra personer inte gör det, kan vi skapa förutsättningar för miljöer som människor vill vara i och värna om. Vår målsättning är att bidra till en djupare förståelse för hur individer uppfattar och skapar mening av vardagliga miljöer och hur en medveten design kan stärka upplevelsen av trygghet på idrotts- och friluftsanläggningar.

Kapitlet består av introducerande teoretiska delar från miljöpsykologin, följt av praktiska exempel på design av ytor som vi skapat i samverkan med användarna och med deras behov i fokus. Dessa ytor är områden som är en del av, eller ligger i nära anslutning till, platser för såväl organiserad som spontan idrottsverksamhet och dit människor söker sig för friluftsliv. Vår förhoppning är att visa att dessa platser med relativt enkla åtgärder kan erbjuda fler invånare en känsla av tillhörighet och sänka trösklarna till att vistas på, och nyttja, dessa platser.

Miljöns påverkan på människor

Vi lever våra liv i ständig interaktion med den fysiska miljön. Dess utseende, dofter, ljud och texturer påverkar oss på sätt vi ibland inte ens är medvetna om. Vissa sinnesintryck är uppenbara och lätta att mäta, medan andra är subtila och svårare att fånga. Oavsett vilket spelar de en avgörande roll för vårt välbefinnande, vår trygghet och våra beteenden i olika miljöer.

Miljöpsykologin, den vetenskapliga disciplinen som studerar samspelet mellan människa och omgivning, har sedan 1960-talet undersökt hur fysiska miljöer påverkar oss mentalt och fysiskt. Det är ett tvärvetenskapligt område som förenar kunskap från bland annat arkitektur, landskapsarkitektur, psykologi, ekologi och geografi. Forskningen rör sig över en bred palett av ämnen, från hur vi hittar och rör oss i städer, till hur naturmiljöer kan förbättra vår hälsa och hur känslomässiga band till platser formas.

Miljöers påverkan på människor utvärderas både med kvantitativa och kvalitativa metoder. Mätningar av biologiska markörer ger svar på det som vi inte alltid tydligt förnimmar men som yttrar sig som variationer i exempelvis puls, hjärtfrekvens och hormon-nivåer. En studie visar till exempel att när människor rör vid trämaterial har det lugnande effekter på hjärnans prefrontala cortex jämfört med när vi rör vid konstruerade material som marmor, kakel och stål.¹ Medvetna och kognitiva upplevelser av miljöer studeras med fördel genom kvalitativa metoder som till exempel intervjuer, deltagande observationer eller kognitiva kartor. Genom att kombinera kvantitativa och kvalitativa metoder ger miljöpsykologin en bred och nyanserad bild av hur miljöer påverkar oss.

I det här kapitlet fokuserar vi på två centrala begrepp som belyser olika aspekter av hur vi förstår och relaterar till vår omgivning – *affordances* och *platsanknytning*. Det engelska begreppet *affordances* har sina rötter i perceptionspsykologin och beskriver hur vi med hjälp av våra sinnen på ett mycket direkt sätt tolkar miljön runt omkring oss. Men *affordances* beskriver också omgivningens erbjudande till oss – vilken möjlighet har jag att använda och interagera med den här miljön? Vi tittar specifikt på vad det är i en miljö som möjliggör en trygg upplevelse. *Platsanknytning* är ett begrepp från utvecklingspsykologin och handlar om på vilket sätt människor knyter känslomässiga band till platser på liknande sätt som vi gör till andra människor. Tillsammans hjälper dessa begrepp oss att bättre förstå de mekanismer som formar vår upplevelse av platser och om vi upplever dem som trygga eller inte.

¹ Ikei, H, Song, C, Miyazaki, Y. (2017). *Psychological effects of touching wood*.

Affordances – platser erbjudande

Affordances är ett användbart begrepp när vi vill analysera, förstå och designa platser. Det saknar en vedertagen svensk översättning så vi väljer att använda det engelska ordet. Termer som ”miljöerbjudande”² och ”möjliggörare”³ har föreslagits som översättningar. Ett annat sätt att beskriva affordances är att se det som vad en miljö ”bjuder in till”. Vi ser det som ett användbart begrepp för att utforska tryggheten på platser för idrott och friluftsliv.

Begreppet myntades på 1970-talet av den amerikanske perceptionspsykologen James J. Gibson.⁴ I grunden handlar det om hur vi med hjälp av våra sinnen tolkar information från omvärlden och hur detta gör det möjligt att läsa av och orientera oss i omgivningen. Ett exempel är hur vi intuitivt förstår att ett runt dörrhandtag ska vridas, medan ett avlångt handtag signalerar att det ska tryckas ner. Ett annat exempel är hur ljud studsar olika beroende på avstånd och material i rummet, vilket påverkar hur vi uppfattar vår omgivning. Denna förmåga är särskilt utvecklad hos vissa personer med synnedsättning. Genom att skapa klickljud med munnen eller slå med en käpp mot föremål kan de använda sig av så kallad ekolokalisering för att orientera sig.⁵

Gibson såg miljön som mer än bara fysiska objekt vi passivt svarar på – han menade att miljön erbjuder möjligheter för aktiv handling. Ett enkelt föremål som en parkbänk kan illustrera detta. En långsmal platt yta på fyra ben är långt ifrån enbart en fysisk konstruktion som vi kallar för bänk. Med Gibsons glasögon blir föremålets yta, färg och struktur i stället något som bjuder in till olika aktiviteter beroende på personers behov. I det här fallet blir föremålet något att sitta på för den som behöver vila sina ben. För ett barn kan möbelen bli en möjlighet till hopp och lek – och i en förlängning att testa gränser och utforska sitt balanssinne och kroppens position i rummet. För en tredje person är bänken ett träningsredskap där man gör övningar som tillägg till sin löprunda.

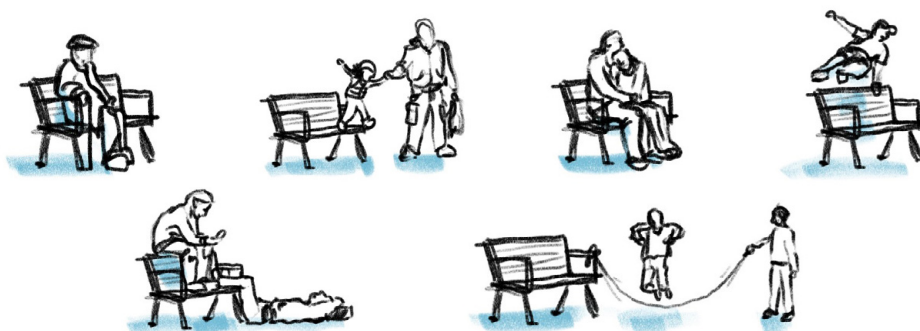


Illustration: Jacob Ekelund.

² Lek på riktigt – om att sluta bygga lekplatser och börja skapa rikare lekmiljöer. (2018).

³ Marcus, L (2022). Städernas stenar. Hur den byggda staden formar den levande staden.

⁴ Gibson, J (2015). *The ecological approach to visual perception*.

⁵ Tirado Aldana, C (2021). *The psychophysics of human echolocation*.

Affordances handlar alltså om de möjligheter som uppstår i relation till användarens behov och förmågor. Den vattenpöl som vuxna undviker för att inte bli blöt om fötterna ser barn som ett erbjudande till lek och utforskande. På samma sätt kan en sluttande yta med snö locka till pulkaåkning, men för någon med nedsatt rörelseförmåga kan den vara ett hinder för framkomlighet. Om ytan i stället fylls med sand eller grus kan den bli trygg att gå på för personer med funktionsnedsättningar, men då på bekostnad av barnets pulkaåkning.



Illustration: Jacob Ekelund.

Miljöns erbjudande består utöver dess färg, form och textur även av atmosfäriska och meteorologiska element som vind, nederbörd och fukt. Vind kan förstärka känslan av frihet på ett öppet fält, medan regn och fukt kan begränsa aktiviteter. Årstider förändrar också vad vi kan och vill göra i en miljö – is bjuder in till skridskoåkning på vintern men kan bli en säkerhetsrisk om våren. I en studie om terrängens och underlagets betydelse för fotgängare och cyklister framkom att markens egenskaper spelade en avgörande roll för motionärernas taktila upplevelser.⁶ Deltagarna valde ofta omvägar för att undvika asfalt och monotona ytor, och föredrog i stället ojämna och mer oförutsägbara underlag. De upplevde att dessa ytor var tillräckligt trygga men ändå utmanande, vilket gjorde att de var villiga att ta vissa risker. Beroende på om underlaget känns hårt, mjukt, jämnt eller ojämnt skapas olika sensoriska upplevelser som i sin tur kan motivera människor att röra på sig. För oss ger detta värdefulla insikter om materialens betydelse när miljöer utformas.

Affordances har utvecklats från att vara ett funktionellt sätt att förstå miljöer till att även inkludera sociala och kulturella aspekter.⁷ De flesta platser och objekt är designade med ett syfte, vilket påverkar hur vi använder dem. Normer och social inlärning styr också vår förståelse av vad som "får" eller "borde" göras på en plats, vilket på många anläggningar för idrott och friluftsliv är särskilt tydligt. I exemplet från Viksjövällan i projektbeskrivningen

⁶ Brown, K. (2017). *The haptic pleasures of ground-feel. The role of textured terrain in motivating regular exercise.*

⁷ Kyttä, M. (2003). *Children in outdoor contexts. Affordances and Independent in the assessment of environmental child friendliness.*

på sida 22 visas hur ett traditionellt pingisbord kan utmanas och bli till ett föremål med fler, och oväntade, användningsområden. Utan att utesluta de som vill spela pingis kan bordet användas av fler målgrupper och också utmana synen på vad en plats är till för, och för vilka.

Kan trygghet vara begränsande?

Att vara välbekant med hur man navigerar och nyttjar en miljö kan göra att vi känner oss trygga och bekväma. Samtidigt riskerar en sådan välbekant miljö att bli begränsande och hämma upptäckarlust och förmågan att utveckla nya färdigheter. Ett exempel på detta är konventionella lekplatser. Lekutrustning är bra på många sätt. De uppmuntrar till lek och rörelse och signalerar att det är en plats för barn. Samtidigt erbjuder de oftast bara en typ av utmaning. När barnet lärt känna och ”klarat av” utrustningen kan den upplevas som utförd och färdig.⁸ Om vi i stället tänker *lekmiljö* och utformar platserna som helhet med många typer av erbjudanden, där topografi, vegetation och lösa material kompletterar utrustningen, bjuds barnen in till att utforska, fantisera och skapa på egen hand. Ett liknande angreppssätt skulle med fördel kunna användas på traditionella platser för idrott och friluftsliv som ofta är förprogrammerade för vissa aktiviteter. Man kan också ställa sig frågan om synen på idrottsanläggningar skulle förändras om man väljer att benämna dem idrottsmiljöer, aktivitetsplatser eller rörelseparker i stället för just anläggningar.

Affordances visar hur miljön och människan alltid står i relation till varandra och sätter användaren i fokus. Mer användarvänliga miljöer kan skapas genom kunskap om hur den fysiska miljön påverkar oss. Faktorer som exempelvis topografi, textur och form kan hjälpa eller stjälpa upplevelser av kontroll, tydlighet och lugn. Vi ska nu illustrera hur trygghet och trivsel kan främjas genom en medveten design genom att titta på några exempel på projekt genomförda av Landskapslaget.

⁸ *Lek på riktigt – om att sluta bygga lekplatser och börja skapa rikare lekmiljöer.* (2018).

Projekt 1 – Stadsdelen Viksjö i Järfälla kommun

Bakgrund: Vi har i uppdrag av Järfälla kommun att tillsammans med en grupp tonårstjejer utveckla en platsstrategi för att undersöka hur tryggheten kan stärkas i stadsdelen Viksjö. Analyser har visat att många tjejer i Viksjö och kringliggande områden väljer att stanna hemma på sin fritid på grund av upplevelser av otrygghet och att inte känna sig hemma i miljön. Målet är att platsernas potential ska komma till sin fulla rätt genom att ungdomarna görs delaktiga i processen. En av de platser som pekats ut som problematisk av tonårstjejerna är Viksjövallen, en inhägnad yta för idrott nära centrum och Viksjöskolan. Viksjövallen består av tre fotbollsplaner med tillhörande klubbhus och omklädningsrum. Planen som projektet undersökte är omringad av ett högt stängsel, träd och buskage. Det finns även ett gångstråk runt planen, en park och parkering. Området har använts av ungdomar som klippt håll i stängslet för att komma in, vilket har skapat ett otryggt intryck.

Process: I workshoppar samarbetade vi som landskapsarkitekter med en grupp tjejer för att stärka känslan av tillhörighet och trygghet på platsen. Tjejerna uttryckte bland annat en oro att killar skulle ta över platsen. För att motverka detta har tjejerna varit måna om att skapa en plats som blir väl omhändertagen, bland annat genom att inkludera blomsterplanteringar. Ett annat inspel från tjejerna var loggan som de skissade fram, vilken kom att bli i form av en kombinerad blomma och kvinnosymbol. De såg loggan som en symbol för platsen.

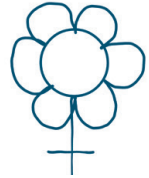
Resultat: Projektet har resulterat i en ny entré med skärmar inspirerade av ungdomarnas känslor för platsen, där vi har plockat upp och använt blomsymbolen i gestaltningen som ett signum. Den nya entrén har öppnat upp området och skapat en tydligare koppling till parken och gångstråket med en förhoppning om att platsen blir mer inbjudande. Platsen är utformad för att främja informell aktivitet och uppmuntra till spontana möten mellan personer av olika åldrar. Platsen består av tre rumsligheter med olika funktioner för aktivitet vilka överlappar varandra för att kunna bjuda in fler grupper att använda platsen samtidigt, med andra ord en mångfald av affordances. En roterande spegelskärm vänder sig både mot fotbollsplanen och inåt platsen. Den fungerar som en länk mellan det gamla och det nya och skapar både rumslighet och en fond för interaktiva spel, lek och rörelse.

I miljön på Viksjövallen har ett traditionellt pingisbord omformats så att det även blir avsett för pyssel och på så sätt fått ett kompletterande användningsområde – ett sätt att skapa flexibilitet och öka användningen utefter olika målgruppers behov. Med James Gibsons ord skulle man kunna säga att miljön har flera olika erbjudanden till sina potentiella användare. Även här kommer blomman igen som en symbol, vilket skapar en god igenkänning på platsen. Sammantaget har platsen möjlighet att bjuda in till en känsla av trygghet i högre utsträckning än vad den gjorde förut.

Alla bilder på sidan är från Landskapslaget.



Den nya entrén som kopplar platsen med det befintliga stråket och parken bredvid. Väggarna har ett integrerat mönster och belysning inspirerat av tjejernas loggor för platsen.



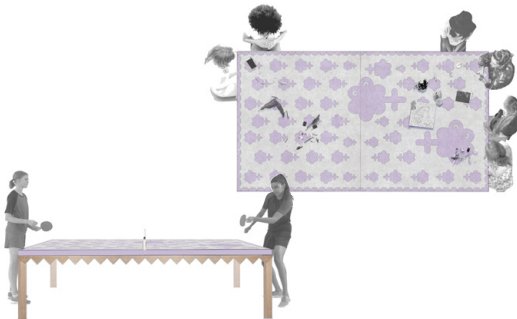
En av de fysiska skissmodellerna som tjejerna skapade för att undersöka sina tankar kring platsens innehåll och gestaltning.



Tjejerna hjälper till att så ängsfrön i de ytor som skapades genom att bryta upp den befintliga asfalten.



Del av den interaktiva skärmväggen som kopplar ihop platsen med idrottsplatsen. Skärmen uppmuntrar till rörelse och lek samtidigt som den utgör en fond för att praktisera exempelvis dans.



Bord med mönster baserat på tjejernas identitet för platsen. Bordet är dimensionerat som ett pingisbord för att bjuda in till fler aktiviteter beroende på besökarens behov.

Projekt 2 – Varbergaskogen i Örebro kommun

Bakgrund: Varbergaskogen är ett stadsnära naturreservat med motionsspår, cykelstigar, spontanytor för idrott, rastplatser och lekmiljöer. Naturreservatet grundades 2009 och har sedan dess anpassats för att främja rekreation och naturupplevelser för örebroarna. Vi har på uppdrag av ÖrebroBostäder tagit fram ett förslag till skyltning och vägbeskrivning för fotgängare och cyklister från Varberga centrum till Varbergaskogen. Syftet är att skapa en tydlighet kring vad besökarna kan förvänta sig samt att locka dem att söka sig vidare in i området.

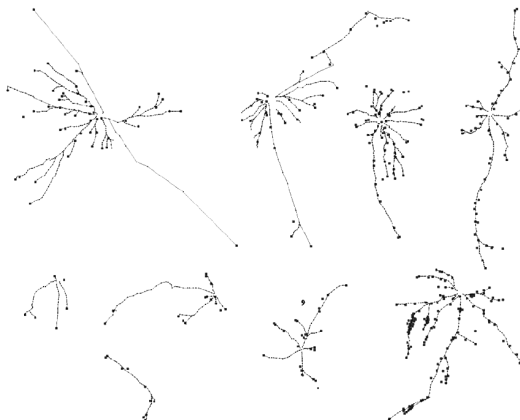
Process: ÖrebroBostäder önskade att en strategi för skyltars utformning skulle tas fram genom en medskapande process. Utmaningen har varit att anpassa strategin efter den mångfald av målgrupper som besöker Varbergaskogen. I tillägg var ambitionen att skyltningen skulle väcka nyfikenhet och bidra till att stärka platsens identitet. I projektet hade vi workshoppar med barn från den lokala skolan, och under en av dessa utforskade vi hur barnen uppfattade sin miljö genom att de fick föreställa sig att de var myror. För att bredda perspektivet på vad rörelse är och kan vara fick barnen fundera på hur de skulle röra sig genom området om de var en myra. Med hjälp av material som de hittade på plats, rep och varandra tolkade de, och lekte sig fram till, hur en myra lever och beter sig. Utifrån sina egna förmågor, fantasier och relationer till skogen formade de nya rumsligheter. Vi kunde observera vad barnen fastnade för och hur de valde att röra sig i området när de inte behövde följa de givna vägar som de är vana vid. Genom att använda och prata om det sinnliga runt omkring sig började de ta in de små detaljerna som småkryp, ett barr eller ett löv. Genom att leka sig in i en myras perspektiv tog de sig an miljön på ett helt nytt sätt och gav på så vis oss nycklar till att utveckla alternativa affordances – sådana som vuxenvärlden helt enkelt inte lägger märke till eller har glömt bort.

Resultat: Utifrån barnens fantasier och förhållningssätt till platser i skogen, designade vi en serie skyltmöbler som påminner om platser man hittar inne i skogen. Till grund för konceptet med skyltmöblerna låg materialet från workshopparna med barnen och kompletterande underlag från dialoger med andra i området. Skyltmöblerna används beroende på individens behov som en informativ skylt, en möbel eller ett objekt för lek och häng. Tillsammans bildar de en igenkännbarhet genom området, men de fungerar också som enskilda objekt att samlas kring. Skyltmöblerna är robusta och har en tydlig identitet genom material eller detaljer som återkommer i varje struktur.

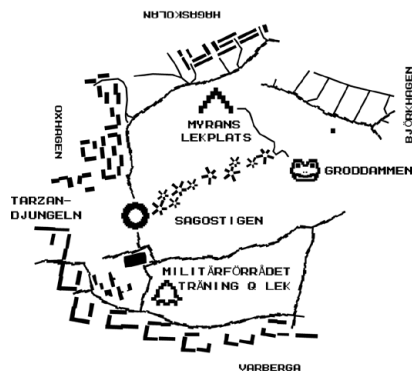
En av de skisser som barnen tog fram under workshopserien, där vi undersökte barnens relation till Varbergaskogen.



Vad kan vi lära oss från en myras rörelsemönster för att hitta nya sätt att planera rum och stråk? Bilden visar en myras rörelse från stacken vid olika stadier i livet.



Barnen släpptes fria att själva upptäcka en plats mellan bostadsområdet och skogen där de fick skapa rumsligheter att leka i och upptäcka detaljer i landskapet.



Kartbild framtagen för att visa de olika målpunkterna i Varbergaskogen.

Till höger en illustration på skyltmöbeln Grodan som ska placeras på Varbergatorg. Skylten är både en möbel att samlas kring, vila på och en informationsskylt.



Alla bilder på sidan är från Landskapslaget.

Platsanknytning – om den känslomässiga relationen till en plats

Platser för idrott och friluftsliv förknippas ofta med umgänge, aktiviteter och prestation – upplevelser som ofta bygger på sociala relationer. I samspel med exempelvis föreningsledare, kompisar och föräldrar skapar vi emotionella band som när de är goda och sunda bidrar till trygghet och berikar våra upplevelser. Men även den fysiska miljön, som till exempel ett elljusspår, en golfbana eller en fotbollsplan, skapar känslomässiga reaktioner. I det här avsnittet utforskar vi vad platsanknytning är och på vilket sätt det ligger till grund för en upplevelse av trygghet. Vi börjar med att utforska hur anknytning skapas mellan människor för att sedan gå vidare till att se på vår anknytning till platser.

Anknytning mellan människor

Som konstaterades i stycket om affordances är det strängt taget omöjligt för människor att undkomma påverkan från den fysiska miljön – vår perception är ständigt påslagen. Detsamma gäller sociala interaktioner. Andra människor är avgörande för vår personliga utveckling, särskilt under barndomen, där relationen till vårdnadshavare spelar en central roll. Psykologerna John Bowlby och Mary Ainsworth utvecklade anknytningsteorin, som betonar trygghet som ett grundläggande biologiskt behov.⁹ Teorin visar hur barn naturligt söker närhet till vuxna för att känna sig säkra och skyddade. När vårdnadshavare är lyhörda och svarar på barnets behov skapas en trygg anknytning som ger barnet mod att utforska världen. Om barnet däremot upplever känslomässig frånvaro eller brist på närhet kan otrygga anknytningsmönster utvecklas, vilket kan påverka framtida relationer och känslomässigt välbefinnande. En grundläggande trygghet ger barnet resurser att utforska världen samtidigt som det vet att det kan återvända till den vuxne vid behov. Balansen mellan trygghet och utforskande förblir viktig genom hela livet.

I nyhetsrapportering och debatter om trygghetsskapande åtgärder konstateras ofta att ”tryggheten måste stärkas”, men varför trygghet är så viktigt förklaras sällan. Anknytningsteorin gör det tydligt att upplevd trygghet inte bara är viktig i sig – den är en avgörande förutsättning för att människor ska vilja veta mer, ta sig fram och utforska världen. Det otrygghet å andra sidan gör är således att hämma människors möjligheter till att våga sig ut, ta för sig och anta en nyfiken inställning till sin omgivning.

Kraften i minnen, identitet och historia

Sedan 1980-talet har miljöpsykologer prövat om den mänskliga anknytningsteorin går att använda också för att förstå relationerna mellan människa och plats. Utgångspunkten är att de känslomässiga band som skapas mellan en person och en plats kan vara mycket starka och att platser, likt en anknytningsperson, kan fungera som en trygg hamn dit man söker sig för trygghet och återhämtning. Men de kan också fungera som en säker bas för utforskande av den övriga fysiska världen. Hemmet är ofta den första plats som vi knyter an till, innan relationen till omvärlden växer och omfattar närmiljön såsom förskolan, skolan, grannskapet och så småningom resten av världen.

⁹ Scannell, L., Williams, E., Gifford, R et al. (2020). *Parallels between interpersonal and place attachment: An update.*

De platser forskare intresserar sig för när det kommer till anknytning varierar i skala. Utöver hemmet kan det vara en skolgård, ett helt område eller en viss landskapskaraktär. Det har till exempel visat sig att människor tenderar att känna en stark anknytning till den typ av miljö som de växte upp i, som till exempel havet eller ett skogslandskap, och att man ofta söker sig till miljöer med liknande karaktärsdrag som vuxen.¹⁰ Ett annat, mer småskaligt exempel är hur flyktingar kunnat använda en kolonilott som plats, och odling som aktivitet, för att knyta emotionella band till sin nya hemmiljö.¹¹

En av få studier som berör platsanknytning kopplat till anläggningar för idrott och friluftsliv specifikt kommer från Glasgow.¹² I en omvandling av en stadsdel lades en stor lokal idrottsanläggning ner och små ytor för spontanidrott, såsom bakgator och friytor, försvann i processen. Det gjorde att minnen och tidigare erfarenheter som format en stark anknytning till såväl områdets stora fotbollsarena som små spontanytor för idrott, gick förlorade. Resultaten pekar på att fysiska miljöer för idrott och rörelse är långt ifrån en fond som sociala relationer utspelar sig framför utan snarare en aktiv och viktig del av invånarnas liv i staden.

Platsanknytning är ett brett begrepp som har många olika förgreningar. Vissa forskare pratar hellre om platsidentitet än om platsanknytning, för att poängtera att platser kan bli en del av en persons egna jag.¹³ Likväl som vi identifierar oss utifrån sociala och kulturella roller som syster, muslim, brottare eller AIK:are är också fysisk miljö något som kan ses som en självklar del av en identitet. Uttryck som skåning, göteborgare eller ”jag är en riktigt lantis” säger något om platsens starka kraft till identifikation. En annan vinkel på platsidentitet är att händelser, historier och minnen från en plats formar dess själ och blir till en alldeles unik karaktär som inte går att byta ut. I exemplet från Kvarnbacken som beskrivs längre fram jobbade vi med att återknyta den historiska identiteten till platsen genom att uppmärksamma den kvarn som en gång funnits där. Genom aktiviteter som brödbakning och insamling av personliga berättelser från invånarna i området skapades ett underlag för den framtida utformningen av platsen.

¹⁰ Grahn, P, Adevi, A (2012). *Attachment to certain natural environments: A basis for choice of recreational settings, activities and restoration from stress?*

¹¹ Biglin, J. (2020). *Embodied and sensory experiences of therapeutic space: Refugee place-making within an urban allotment.*

¹² Madgin, R, Bradley, L, Hastings, A. (2016). *Connecting physical and social dimensions of place attachment: What can we learn from attachment to urban recreational spaces?*

¹³ Peng, J, Strijker, D, Wu, Q (2020). *Place identity: how far have we come in exploring its meanings?*

Solastalgi – förlust av en plats

Platsanknytning kan stärkas på olika sätt men också snabbt brytas eller försvagas. *Solastalgi* är ett begrepp som beskriver sorgen över en plats som har förstörts eller helt gått förlorad.¹⁴ I jämförelse med nostalgi, som är den saknad människor uttrycker när de är rumsligt åtskilda från en plats eller ett minne, är solastalgi en saknad och sorg efter ett förändrat landskap som man befinner sig i men inte längre känner igen, till exempel på grund av miljö- eller klimatförändringar. I forskningsprojektet *Landskapet som gick upp i rök*¹⁵ studerades människors psykologiska reaktioner på skogsbränderna i Västmanland 2014. Där konstaterades att invånarna efter branden förlorade sina känslomässiga band till platsen nästan helt och hållet och att deras välbefinnande minskade. Men forskarna fann också att invånarna kunde skapa en ny identitet och relation till platsen genom positiva minnen och erfarenheter från hur platsen var före katastrofen samt genom ett lokalt engagemang i det förändrade landskapet.

Liknande erfarenheter kan anas i rapporteringen om Mälarhöjdens idrottsplats i Stockholm efter den dödsskjutning som ägde rum där hösten 2023.¹⁶ Då förvandlades idrottsplatsen från en trygg miljö till en plats under hot. Tryggheten rapporteras ha återvänt tack vare idrottsföreningarnas snabba mobilisering. Att idrottsplatsen redan tidigare upplevts som trygg av besökarna bidrog troligen också till detta.

Ännu ett exempel som visar på känsloreaktioner på förändringar av en plats är den studie från Glasgow som nämns på föregående sida. I stadsomvandlingen inför en stor internationell idrottstävling byggdes flera idrottsanläggningar om medan andra övergavs och lämnades att förfalla. Deltagarna i studien gav uttryck för stor sorg och ilska över förändringarna av de fysiska byggnaderna men också över att sociala relationer och kollektiva minnen kopplade till anläggningarna gick förlorade. För planerare och förvaltare av anläggningar för idrott och friluftsliv kan det vara värdefullt att förstå att kraftfulla reaktioner på förändring av platser, oavsett om den beror på okontrollerade händelser eller planerade omvandlingar, kan ha sin grund i psykologiska processer och betydelsefulla relationer, minnen och djupt rotade vanor.

Vad skapar en positiv platsanknytning?

Vår uppfattning om en plats skapas genom sinnliga intryck, vissa direkta och omedvetna, andra mer kognitiva och långsamma. Dessa intryck lagras som erfarenheter i våra kroppar och bildar tillsammans grunden för hur vi upplever en viss miljö.¹⁷ Nedan tittar vi närmare på tre aspekter som påverkar platsanknytning. Att ta hänsyn till dem i design av platser kan bidra till att upplevelser av trygghet och av att känna sig hemma ökar. Exempel på hur det kan gå till i praktiken finns i de beskrivna projekten från Norrtälje och Järfälla kommun som följer nedan.

¹⁴ Albrecht G, Sartore G-M, Connor L. et al. *Solastalgia: The Distress Caused by Environmental Change*.

¹⁵ Sarlöv Herlin, I, Knez, I, Butler, A et al (u.å). *Landskapet som gick upp i rök*.

¹⁶ Sveriges Radio P1, *Kropp och själ* den 31 oktober 2023. Webbida.

¹⁷ Küller, R (1991). *Environmental assessment from a neuropsychological perspective*.

Tid på platsen

Enligt vissa teorier tar platsanknytning lång tid att utveckla.¹⁸ När vi tillbringar tid på en plats skapar vi vanor, relationer och beteenden som får oss att känna oss hemma – oavsett om det är i vårt faktiska hem eller någon annanstans. Men tidsaspekten har kommit att nyanseras, särskilt mot bakgrund av att människor idag är mer mobila och har flera olika platser av betydelse i livet. För samtidigt som tid kan ha en avgörande inverkan på anknytningen till platsen kan vi ibland känna oss hemma direkt vid första besöket på en ny plats. Detta kan förklaras med att tidigare erfarenheter och minnen aktiveras och fungerar om en koppling mellan den nya och den gamla platsen.¹⁹ Våra sinnen spelar en stor roll i detta – en doft, ett ljud eller en viss miljö kan omedelbart väcka känslor av igenkänning och trygghet.

Platsanknytning kan alltså uppstå snabbt, men den tenderar att fördjupas när vi återkommer eller tillbringar längre tid på en plats. Ju fler minnen och relationer vi knyter till en plats, desto starkare blir vår känsla av tillhörighet.²⁰

Miljöfaktorer

Hur omgivningen är konstruerad påverkar också hur vi knyter an till den och var vi känner oss trygga. Det kan handla om generella karaktärsdrag, som till exempel urban och byggd miljö jämfört med en mer naturlig. I en studie från 2009 med 1 273 finska medborgare visade resultaten att naturliga miljöer, som till exempel parker och koloniträdgårdar, oftare valdes som favoritplatser och skapade starkare och mer varaktiga emotionella band än urbana miljöer som byggnader och gator. En möjlig förklaring till detta är att natur främjar återhämtning och hjälper individer att reglera sina känslor, tankar och beteenden. Dessa miljöer förändras ofta långsammare än urbana miljöer, vilket kan bidra till en starkare och mer varaktig platsanknytning.²¹

Andra faktorer i miljön som påverkar anknytningen kan vara så påtagliga och småskaliga saker som föremål. Ett exempel är hur souvenirer (ordet betyder ”att komma ihåg” eller ”minne” på franska) i form av samlade stenar från en strand att ta med sig hem från semestern blir en koppling mellan fysiska ting och upplevelse.

Delta gande och andra människors närvaro

Vi påverkas inte bara av en plats utan är även i allra högsta grad medskapare av den. I tid och rum pågår många gånger ett ständigt flöde av möten, rutiner och beteenden. Dessa mönster, som ofta är så för givet tagna att vi knappt tänker på dem, liknar den amerikanske platsforskaren David Seamon med en dans, något han kallar för ”platsbalett”

¹⁸ Giuliani, M. (2003). *Theory of attachment and place attachment*.

¹⁹ Lewicka, M. (2020). *In search of roots: Restoring continuity in a mobile world*.

²⁰ Lewicka (2020).

²¹ Korpela, K. Ylén, M. Tyrväinen, L. et al (2009). *Stability of self-reported favourite places and place attachment over a 10-month period*.

(place ballet).²² Det är miljöer där vi enkelt springer på varandra, där bänken i parken blir till en mycket lokal mötesplats och hundägare nickar igenkännande till varandra på sina dagliga promenader. De här vardagliga rutinerna i relation till andra människor skapar igenkänning och en känsla av sammanhang. Det kan också bidra till att människor håller ett extra öga på platsen och bidrar till dess underhåll. Utifrån detta perspektiv kan det när man planerar en miljö vara värt att ställa sig frågan vilka grupper av människor som är dess "platsdansörer", och om sådana saknas skapa förutsättningar för att locka dem till platsen. Ett exempel är att etablera möjligheter för odling, vilket vi gjorde i projektet Kusbyvägen som beskrivs längre fram, där odlarna genom sin närvaro blir medskapare av platsen och också dess ambassadörer, vilket i sin tur ligger till grund för en trygg upplevelse för fler.

Värden av en positiv platsanknytning:

Trygghet: Att känna sig hemma på en plats skapar upplevelser av trygghet och förutsättningar för utforskande.

Engagemang: Vi tar bättre hand om platser som vi har positiva känslomässiga band till.

Tillhörighet: En stark platsanknytning ger en känsla av sammanhang och välbefinnande.

Projekt 3 – Kvarnbacken i Järfälla kommun

Bakgrund: Kvarnbacken är ett grönområde i anslutning till Jakobsbergs idrottsområde i Järfälla kommun, beläget nära centrum och mellan två bostadsområden med olika socioekonomiska förutsättningar. Det är ett större utvecklingsområde som inkluderas i kommunens översiktsplan och som omfattar nybyggnation i form av nya sportanläggningar och mötesplatser. I dag används ytan främst av skolelever och unga vuxna för spontanidrott och av idrottsföreningar för organiserade aktiviteter. Efter att Järfällas landmärke Kvarnen brann ner 2005 har många av de sociala värdena som var förknippade med byggnaden försvagats. Traditionella firanden vid midsommar och valborg blev mer och mer stökiga och kommunen slutade därför arrangera dessa.

Process: Järfälla kommun har tillsammans med oss utforskat invånarnas relationer till grönområdet i syfte att stärka platsanknytningen och tryggheten i området. Genom att arbeta undersökande och testa oss fram har vi som landskapsarkitekter format ett gestaltningsskoncept för hur olika platsbildningar kan integreras och se ut. I projektet arrangerades workshoppar med brödbakning, som ett sätt att knyta an till den kulturhistoriska kvarnmiljön. Bakningen blev ett sätt att skapa dialog med invånare, och i samtalen kom platsens borttappade värden fram. De äldre besökarna uttryckte en stolthet över det som en gång präglade Kvarnbackenområdet. Aktiviteterna har väckt engagemang kring platsens utveckling och synliggjort efterfrågan på sociala mötesplatser, gröna miljöer för

²² Seamon, D. (2020). *Place attachment and phenomenology: The dynamic complexity of place*.

återhämtning och återkommande aktiviteter. Landskapslaget jobbar bland annat med en av entréerna till området; entrén inkluderar informell lek och pedagogiska möbler för att skapa en djupare förståelse för områdets olika berättelser och sammanhang.

Resultat: Med bakgrund i de erfarenheter och historier som kom fram i workshoppar och dialoger har vi på Landskapslaget designat en serie skyltmöbler, installationer som gynnar biologisk mångfald och platsbildningar som tydliggör och stärker områdets unika värden. Gestaltningsskonceptet har tagit fasta på både det man saknar från förr och det man uppskattar och saknar i dag; det aktiva föreningslivet, firande av högtider och själva kvarnbyggnaden. Det finns många minnen av den gamla Kvarnen, men också en önskan att förstå det som landskapet berättar om platsens historia. Projektet har visat att det, genom att människor fortsatt involveras i platsens utveckling, skapas bättre förutsättningar för att användarna ska känna sig inkluderade och få en känsla av att platsen tillhör användarna gemensamt. När gestaltungs-förslag får ta tid blir det lättare att hitta rätt sorts lösningar och det kan bidra till både ekonomiskt och socialt hållbara platser. Genom att jobba på plats och möta de som bor och lever där, har befintliga nätverk mellan människor stärkts och nya etablerats, vilket är en god grund för en stark platsanknytning.



Till det första medborgarevenet på Kvarnbacken bjöds lokala bagare in för att baka bröd vid den gamla Kvarnen. Foto: Landskapslaget.



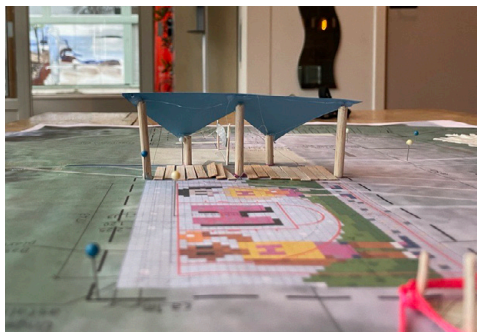
En av pojkarna som deltog på bygglevenet på Kvarnbacken 2024 skapade ett cricketrack. Det finns ett stort behov för platser att utöva Cricket i Jakobsberg och eventet blev en möjlighet för invånarna att dela med sig av detta. Foto: Landskapslaget.

Projekt 4 – Kusbyvägen, Hallstavik i Norrtälje kommun

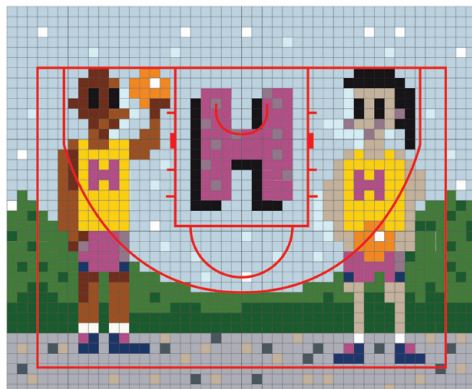
Bakgrund: Vid en bostadsnära plats i närheten av Rospiggarnas speedwaybana ligger en allmän gräsyta, en BMX-anläggning och ett skogsområde med friluftsleder. På 1970-talet hade området en grusad fotbollsplan och en temalekplats, men dessa togs bort för att göra plats för parkering i samband med föreningen Rospiggarnas speedwaytävlingar. På senare år har behovet av parkering minskat i och med att Rospiggarnas verksamhet minskat och ytan står i dag outnyttjad. Sommaren 2022 klagade grannar på att ungdomars spontan-idrottande i området störde. Kommunen ställde då ut två provisoriska fotbollsmål på den allmänna gräsytan och stöket försvann. Kommunen önskade bygga vidare på den positiva trenden och fortsätta utveckla området med fokus på aktivitet och rörelse.

Process: Landskapslaget har tillsammans med Norrtälje kommun drivit en sam-skapandeprocess med invånare och lokala aktörer kring ytans potential som del av ett större frilufts- och idrottsområde. Ju fler aktörer som engagerat sig längs vägen, desto fler möjligheter har kunnat kopplas till platsen och nätverket kring den har stärkts. Under processens gång har kommunen successivt skapat prototyper som testats för olika behov och för att se hur, när och var ytan nyttjas. Dialogen har stärkts ytterligare genom observationer, konversationer och workshops. Invånarna har efterfrågat fler rumsligheter på platsen och uttryckt att de saknar en plats att gå till för att möta och hänga med andra. För många har det också varit viktigt att få ta med sig sin hund utan att känna att man stör.

Resultat: Etapp 1 omfattar en basketplan som togs fram tillsammans med lokala basket-intresserade ungdomar samt ett område med odlingsbäddar. De kommande etapperna kommer bestå av fler ytor som uppmuntrar till olika typer av idrott och rörelse. De olika delarna ska kopplas ihop genom platsbyggda rum för vila och umgänge samt ytor som innehåller lösa delar, som till exempel byggklossar, för att kunna experimentera fram olika typer av rörelse och bygga lekstrukturer med. Detta skapar en flexibilitet kring vad ytan blir i relation till vem som är där och hur hen väljer att använda den. Tillsammans läggs en grogrund för att skapa det som ovan beskrivs som "platsbalett", en miljö där olika människors vägar korsas och där vanor och beteenden blir till en "vardaglig dans".



Fysisk skissmodell av platsen skapad på workshop med ungdomarna. Foto: Landskapslaget.



Tjejerna mäter ut var och hur stor basketplan de har behov av på platsen. Foto: Landskapslaget.



En av initiativtagarna till odlingsföreningen som etablerats på platsen. Foto: Landskapslaget.



H som i Hallstavik. Mönstret för basketgolvet togs fram i dialog med de lokala ungdomarna. Foto: Landskapslaget.

Sammanfattande reflektion

Miljöers karaktär och utformning har stor påverkan på oss. Relationen till en plats kan vara mycket stark och en positiv platsanknytning kan vara en del i god hälsa och välbefinnande. Rakt motsatt kan negativa upplevelser av en plats göra att anknytning försvagas eller bryts. Att analysera människors behov, förmågor och förväntningar är att skaffa sig kunskap om varför människor trivs och känner sig trygga i vissa miljöer medan man väljer bort eller känner sig otrygg i andra. Det är också ett sätt att förstå varför människor kan ha starka åsikter när miljöer förändras.

Anläggningar för idrott och friluftsliv präglas många gånger paradoxalt nog av både otydlighet och förutsägbarhet. Dålig skyltning, otydliga entréer och låg orienterbarhet skapar osäkerhet och en känsla av otrygghet. Särskilt för förstagångsbesökare kan detta bidra till en upplevelse av att inte ha kontroll. Samtidigt är anläggningarna ofta hårt programmerade och förutbestämda – här ska du springa, där borta ska ni spela basket och i pistade backar och dragna spår åker vi skidor. Slagsidan åt det förutbestämda och hårt planerade riskerar att låsa användaren och att hindra, snarare än främja, en nyfikenhet på rörelse och fysisk aktivitet. Det riskerar också att leda till att användningen av en anläggning begränsas till enbart en viss målgrupps behov. Att rucka på det förgivettagna och ställa sig i en annan persons skor är ett första steg för att förstå vad trygghet och utforskande är för olika målgrupper och hur vi kan inkludera fler att nyttja och känna sig hemma på platser för idrott och friluftsliv.

Ett andra steg är att involvera användare för att bidra och medskapa. Att till exempel bjuda in både befintliga och potentiella användare av en plats där det en gång funnits en kvarn att baka tillsammans kan vara ett sätt att locka fram historier och återskapa band till en plats. Att skapa förutsättningar för en gemensam odling på en gammal övergiven fotbollsplan kan väcka nyfikenhet och generera en ny relation till platsen. Och genom att leka och locka barn till att låtsas vara myror kan vi framkalla en perspektivförskjutning och få svar på sådant vi tidigare inte visste.

Att skapa trygga miljöer handlar inte bara om fysisk utformning utan också om att bygga relationer mellan människor och platser. Genom att involvera användare i skapandeprocessen, lyssna på deras behov och låta deras berättelser forma miljön stärks både platsens identitet och känslan av samhörighet. När människor känner att de är delaktiga i en plats utveckling skapas emotionella band som bidrar till ett långsiktigt engagemang och en djupare platsanknytning – goda förutsättningar för en trygg fysisk miljö.

Referenser

- Albrecht G, Sartore G-M, Connor L, Higginbotham, N, Freeman, S, Kelly, B, Helen Stain, Tonna, A & Pollard, G. (2007). *Solastalgia: The Distress Caused by Environmental Change*. I *Australasian Psychiatry*, vol. 15, nr 1, s. 95–98.
- Biglin, J. (2020). *Embodied and sensory experiences of therapeutic space: Refugee place-making within an urban allotment*. I *Health & Place*, vol. 62.
- Brown, K. (2017). *The haptic pleasures of ground-feel. The role of textured terrain in motivating regular exercise*. I *Health & Place*, vol. 46, s. 307–314.
- Gibson, J. (2015). *The ecological approach to visual perception: Classic edition*. New York, Psychology Press.
- Giuliani, M. *Theory of attachment and place attachment*. I Bonnes, M. Lee, T. Bonaiuto, M. Psychological theories for environmental issues. Taylor & Francis, s. 137–170. E-bok.
- Grahn, P., Adevi, A (2012). *Attachment to certain natural environments: A basis for choice of recreational settings, activities and restoration from stress?* I *Environment and Natural Resources Research*, vol. 1, nr 1, s. 36–52
- Ikei, H, Song, C, Miyazaki, Y. (2017). *Psychological effects of touching wood*. I *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 14, s. 1–14.
- Korpela, K. Ylén, M. Tyrväinen, L. & Silvennoinen, H. (2009). *Stability of self-reported favourite places and place attachment over a 10-month period*. I *Journal of environmental Psychology*, vol. 29, nr 1, s. 95–100.
- Küller, R. *Environment assessment from a neuropsychological perspective*. I Gärling, T & Evans Gary W (red.). *Environment, cognition and action. An integrated approach*. Oxford University Press, 1991, s. 111–147.
- Kyttä, M. (2003). *Children in outdoor contexts. Affordances and Independent in the assessment of environmental child friendliness*.
- Lewicka, M. *In search of roots: Restoring continuity in a mobile world*. I Manzo, L & Devine-Wright, P. (red.). *Place attachment. Advances in theory, methods and applications*. Andra upplagan. Routledge, 2020. Sid. 61–76.
- Lek på riktigt – om att sluta bygga lekplatser och börja skapa rikare lekmiljöer* (2018).

Madgin, R. Bradley, L. Hastings, A. (2016). *Connecting physical and social dimensions of place attachment: What can we learn from attachment to urban recreational spaces?* I Journal of Housing and the Built Environment, vol. 4, nr 31, s. 677–693.

Marcus, L (2022) *Städernas stenar. Hur den byggda staden formar den levande staden*. Dokument Press

Peng, J, Strijker, D, Wu, Q (2020). *Place identity: how far have we come in exploring its meanings?* I Frontiers in Psychology, vol. 11: 294.

Raymond, C. Kyttä. M, Stedman, R. (2017). *Sense of place, fast and slow: the potential contributions of affordance theory to sense of place*. I Frontiers in psychology, vol. 8: 1674.

Seamon, D. *Place attachment and phenomenology: The dynamic complexity of place*. I Manzo, L & Devine-Wright, P. (red.). Place attachment. Advances in theory, methods and applications. Andra upplagan. Routledge, 2020, s. 29–44

Sarlöv Herlin, I. Knez, I. Butler, A. Sang, Å. Ångman, E. & Åkerskog, A. (u.å). *Landskapet som gick upp i rök*. Sveriges Lantbruksuniversitet i samarbete med Högskolan i Gävle.

Scannell, L. Williams, E. Gifford, R. & Sarich, C. *Parallels between interpersonal and place attachment: An update*. I Manzo, L & Devine-Wright, P. (red.). Place attachment. Advances in theory, methods and applications. Andra upplagan. Routledge, 2020, s. 45–60

Sveriges Radio P1 (2023). *Kropp och själ* den 31 oktober 2023. Webbsida <https://sverigesradio.se/avsnitt/engagemang-istallet-for-maktloshet-vi-ska-ta-tillbaka-var-idrottsplats>. (Hämtad 2022-12-01).

Tirado Aldana, C. (2021) *The psychophysics of human echolocation*. Avhandling. Psykologiska institutionen, Stockholms universitet.



Foto: Landskapslaget.



(O)trygga platser ur ett kriminologiskt perspektiv

Karl Kronkvist & Alexander Engström, Malmö universitet

Inledning

Frågor som rör otrygghet är återkommande i såväl den politiska som den allmänna debatten. Samtidigt är det viktigt att poängtera att begreppet kan relateras till en rad olika områden, exempelvis ekonomisk och fysisk otrygghet. I detta kapitel är fokus riktat mot kriminologi, ett tvärvetenskapligt ämne med kopplingar till exempelvis sociologi, psykologi och kulturgeografi. Inom kriminologi förenas dessa discipliner när de fokuserar särskilt på brottslighet och andra liknande sociala problem. I ett kriminologiskt perspektiv används därför "otrygghet" som ett begrepp för att beskriva olika reaktioner och känslor kopplade till just brottslighet. I detta kapitel är det alltså genomgående denna typ av otrygghet som avses när begreppet används.

Även om otrygghet kan uppfattas som "bara en känsla" kan det medföra negativa konsekvenser. Forskning visar exempelvis att otrygghet kan leda till minskad fysisk aktivitet och sämre hälsa.¹ Det är därför viktigt att arbeta trygghetsfrämjande för att otrygghet inte ska vara en barriär mot fysisk aktivitet och andra positiva och hälsofrämjande beteenden.

Ett viktigt led i sådant arbete är att motverka den platsspecifika otryggheten. Att försöka förstå hur olika platser påverkar upplevelsen av otrygghet handlar om att se otrygghet som något konkret, en upplevelse som påverkas av den direkta omgivningen. Detta perspektiv är centralt för att förstå hur olika specifika platser upplevs och hur de kan påverkas för att minska otryggheten.

Anläggningar för idrott och friluftsliv är här inget undantag och som platser betraktat är de särskilt intressanta. Detta eftersom de kan sägas vara både offentliga och semioffentliga platser i och med att de ibland är exklusiva för vissa aktiviteter (till exempel träningspass) men samtidigt vid vissa tider är öppna och tillgängliga även för andra personer och aktiviteter. Platsens funktion varierar helt enkelt beroende på olika faktorer kopplat till just platsen. Dessutom kan anläggningar se väldigt olika ut och det är därför inte förvånande att en tydlig definition av begreppet saknas.² Det samtliga anläggningar har gemensamt är dock att de är belägna på en specifik geografisk plats.

¹ Rees-Punia m.fl. (2018) *Crime, perceived safety, and physical activity: A meta-analysis*.

² Norberg, J. R. (2022) *En antologi om anläggningar och ytor för idrott och fysisk aktivitet* J. R. Norberg, C. Dartsch Nilsson & J. Pihlblad (red.) *Idrottsanläggningar – i dag och i morgon. Om behov, tillgänglighet och konkurrerande intressen*, Centrum för idrottsforskning.

I en kriminologisk kontext med fokus på otrygga platser är det heller inte nödvändigt med en specifik definition av idrotts- och friluftsanläggningar. I stället bör fokus riktas brett mot olika platser där anläggningarna är belägna och undersöka hur de alstrar otrygghet. Genom att fokusera på just platser möjliggörs att otrygghet kan kartläggas och i bästa fall motverkas. Dock förekommer en påtaglig begreppsförvirring inom den kriminologiska trygghetsforskningen, vilket försvårar för en gemensam förståelse för hur det trygghetsfrämjande arbetet ska bedrivas, både generellt och specifikt på olika platser.

Följande kapitel riktar därför inledningsvis fokus mot centrala frågor och problem inom kriminologisk trygghetsforskning eftersom dessa är avgörande för att förstå dagens kunskapsläge. Kapitlet tar utgångspunkt framför allt i forskning om platsbaserad otrygghet; därefter diskuteras bland annat metoder och verktyg för ökad förståelse av otrygghet på olika platser och vilka platser och specifika platsegenskaper som kan skapa otrygghet. Även om hela kapitlet är relevant för temat för denna antologi, görs här även konkreta kopplingar till otrygghet i anslutning till platser för idrott och friluftsliv. Avslutningsvis ges en sammanställning över hur kapitlets olika huvudbudskap kan vara av värde i det trygghetsskapande arbetet vid idrottsanläggningar.

Kapitlet kommer att fokusera på följande frågeställningar:

- Vad är otrygghet, hur brukar det undersökas och hur kan det förklaras ur ett kriminologiskt perspektiv?
- Vilken roll spelar miljön för otryggheten?
- Hur kan kriminologisk kunskap om otrygghet bidra till utformandet av trygga platser för idrott och friluftsliv?

Vad är otrygghet, hur brukar det undersökas och hur kan det förklaras ur ett kriminologiskt perspektiv?

Tre centrala teman kan sägas utgöra grunden inom forskning om otrygghet: definitionen av otrygghet, metodologiska frågor samt förklaringar till varför otrygghet upplevs. I detta avsnitt ges en översiktlig bild av dessa teman.

Vad är otrygghet?

Kriminologisk forskning har länge diskuterat definitionen av otrygghet och det råder ingen konsensus kring begreppets innebörd.³ Det finns därför egentligen inget särskilt värde i att ens försöka presentera en generell definition av otrygghet. I stället är det rimligare att se otrygghet som ett paraplybegrepp som innefattar många olika former av reaktioner och beteenden kopplat till brott och liknande fenomen. För att bringa någorlunda klarhet kan dock de flesta varianterna av otrygghet sorteras in i tre övergripande kategorier: känslö-

³ Ferraro, K. F., & LaGrange, R. (1987) *The measurement of fear of crime*. Gray, E., Jackson, J., & Farrall, S. (2012). *In search of the fear of crime: Using interdisciplinary insights to improve the conceptualisation and measurement of everyday insecurities*.

mässiga aspekter, beteendemässiga anpassningar och kognitiva dimensioner.⁴ De känslomässiga aspekterna handlar om såväl omedelbara reaktioner, till exempel stark rädsla i en obehaglig situation, som mer lågintensiva känslor av oro för att bli utsatt för brott. Beteendemässiga anpassningar fokuserar på olika beteenden som kan ses som ett uttryck för otrygghet: skaffa bättre lås/larm i bostaden, undvika vissa platser vid vissa tider eller undvika vissa aktiviteter. De kognitiva aspekterna av otrygghet inkluderar framför allt riskbedömningar av att bli utsatt för brott.

En annan del av definitionen av otrygghet handlar om abstrakt respektive konkret otrygghet. Abstrakt otrygghet kan till exempel ta sig uttryck i form av en generell oro för brottsligheten i samhället. Här är otryggheten relativt svagt förankrad i det egna vardagslivet. Till exempel kan en person vara orolig för brottsutvecklingen i landet men vara helt trygg i det egna bostadsområdet. Denna typ av otrygghet kan kontrasteras mot den konkreta otrygghet som kan upplevas i olika sammanhang i vardagen. Det kan till exempel handla om en platsspecifik otrygghet där vistelse i det egna bostadsområdet på kvälls- eller nattetid upplevs otryggt. Kort och gott kan denna typ av otrygghet ses som en konkret händelse eller erfarenhet vilket skiljer sig från den mer abstrakta oron för brottsligheten i samhället generellt.⁵

När det gäller en diskussion om definitioner är det även viktigt att understryka att otrygghet och utsatthet för brott är två olika saker. Trots detta sammanblandas ofta dessa två, vilket leder till förvirring. Som framkommit hittills i detta kapitel är otrygghet en ytterst *subjektiv* upplevelse. Det betyder att det är individens egen upplevelse som är i fokus. Två personer kan exempelvis uppleva samma situation på olika sätt, den ene kan känna sig otrygg medan den andre är trygg. När det gäller utsatthet för brott tillkommer en *objektiv* komponent i form av att brottsliga handlingar har juridiska definitioner som beskriver vad en viss handling innebär. Att bli utsatt för brott kan därför ses som enklare att definiera: det handlar om huruvida en person blivit utsatt för en viss specifik handling. Detta betyder inte att utsatthet för brott och otrygghet saknar gemensamma beröringspunkter, men det är viktigt att förstå att de är två olika fenomen. Därför krävs olika tillvägagångssätt vid forskning men också i det praktiska arbetet med dessa frågor (det vill säga brottsförebyggande respektive trygghetsskapande arbete). Att hålla isär otrygghet och utsatthet har även betydelse för att förstå förhållandet mellan upplevd och objektiv risk att utsättas för brott. Som exempel kan nämnas att äldre ofta är otryggare än yngre, trots att risken att utsättas för brott i regel är större bland yngre personer. Detta brukar benämnas som ”rädsloparadoxen”.⁶ För att tydliggöra förhållandet mellan den subjektiva otryggheten och den objektiva brottsligheten kan begreppet *säkerhet* vara till hjälp. Utifrån en rapport från

⁴ Jackson, J., & Gouseti, I. (2014) *Fear of crime*.

⁵ För en diskussion om denna indelning, se Farrall, S., Jackson, J., & Gray, E. (2009) *Social order and the fear of crime in contemporary times*.

⁶ Detta betyder inte nödvändigtvis att paradoxen visar att äldre är otrygga i onödan utan det kan handla om att äldre till följd av otrygghet skyddar sig från risken att utsättas för brott och därmed har lägre nivåer av utsatthet, se Greve, W. (1998) *Fear of crime among the elderly: Foresight, not fright*.

Trygghetskommissionen illustrerar Figur 1 att det finns ett teoretiskt samband mellan otrygghet och brottslighet, där säkerhet blir ett centralt begrepp.⁷ Människors säkerhet handlar alltså om deras *faktiska* (eller objektiva) risk att utsättas för brott, medan otrygghet handlar om människors uppfattade (eller subjektiva) risk att utsättas för brott – alltså deras uppfattade säkerhet.



Figur 1. Teoretisk relation mellan otrygghet, säkerhet och brottslighet.

Hur brukar otrygghet undersökas?

Eftersom otrygghet kan ta många olika former uppstår frågan: Hur kan ett så komplext begrepp undersökas? Inom kvalitativ forskning är det vanligt att genomföra djupintervjuer för att förstå människors upplevelser och erfarenheter av otrygghet. Denna typ av studier syftar vanligtvis till att förstå otrygghet på djupet, inte minst i förhållande till vissa specifika samhällsgrupper, till exempel i relation till kvinnors ofta höga nivåer av otrygghet.⁸

Inom de mer kvantitativt inriktade undersökningarna är det vanligt att studera otrygghet genom enkätundersökningar. Varje år genomför Brottsförebyggande rådet (Brå) den nationella trygghetsundersökningen (NTU) som är den mest omfattande undersökningen av otrygghet och utsatthet för brott som genomförs i Sverige. Genom att använda ett stort urval (omkring 200 000 tillfrågade respondenter) har NTU som ambition att ge en nationell bild av befolkningens upplevelser av otrygghet men även möjliggöra jämförelser av otrygghet mellan demografiska grupper (till exempel kön, ålder och utländsk bakgrund). För att mäta otrygghet i NTU används flera standardiserade enkätfrågor som täcker olika former av otrygghet. Det kan handla om en mer abstrakt oro över brottsligheten i samhället, alternativt mer konkreta former av otrygghet som oro över att utsättas för specifika typer av brott eller otrygghet vid utevistelse i det egna bostadsområdet ensam en sen kväll (se Figur 2).⁹

⁷ Trygghetskommissionen (2018) *Aktivera samhället mot livskvalitetsbrott. Trygghetskommissionens förslag på hur säkerhet och trygghet ska kunna öka i människors vardag.*

⁸ Snedker, K. A. (2012) *Explaining the gender gap in fear of crime: Assessments of risk and vulnerability among New York city residents.*

⁹ Holst m.fl. (2024) *Nationella trygghetsundersökningen 2023: Om utsatthet, otrygghet och förtroende.*

I vilken utsträckning är du orolig över brottsligheten i samhället?

- ☐ I stor utsträckning
- ☐ I viss utsträckning
- ☐ Inte alls
- ☐ Vet inte

Har det hänt under det senaste året att du oroat dig för att du ska bli misshandlad?

- ☐ Mycket ofta
- ☐ Ganska ofta
- ☐ Ganska sällan
- ☐ Mycket sällan
- ☐ Aldrig

Om du går ut ensam sent en kväll i området där du bor, hur trygg eller otrygg känner du dig då?

- ☐ Mycket trygg
- ☐ Ganska trygg
- ☐ Ganska otrygg
- ☐ Mycket otrygg
- ☐ Går aldrig ut ensam sent på kvällen

Figur 2. Exempel på enkätfrågor från NTU för att undersöka olika former av trygghet.

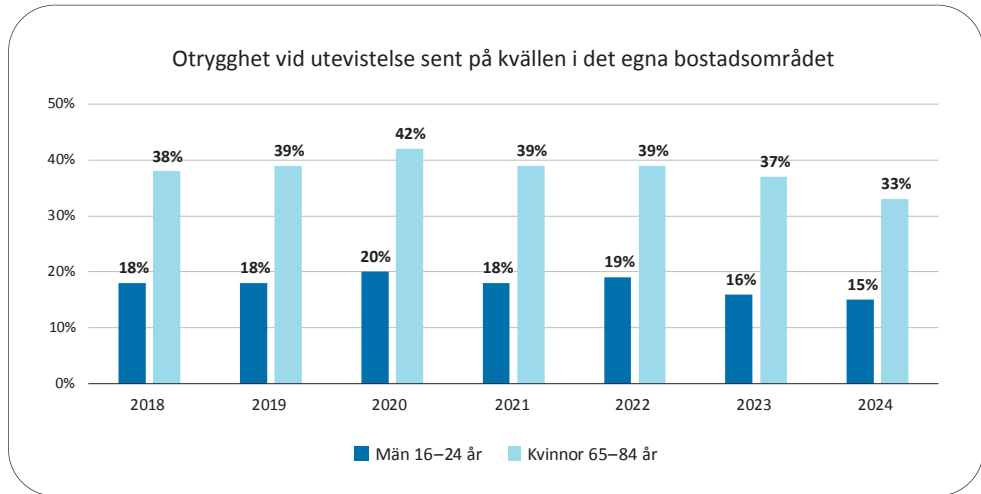
Vilka är mer otrygga än andra?

De mest grundläggande faktorerna som ofta kopplas till otrygghet är individuella faktorer, särskilt ålder och kön. Rent konkret brukar kvinnor vara mer otrygga än män och äldre brukar vara mer otrygga än yngre. Till exempel är det omkring dubbelt så hög andel äldre kvinnor som upplever otrygghet vid utevistelse en sen kväll i det egna bostadsområdet jämfört med yngre män (se Figur 3). Det finns emellertid en del variationer inom dessa demografiska faktorer som ger en mer komplex bild. Exempelvis är unga också ofta otrygga, särskilt kvinnor, vilket visar att det inte generellt går att säga att ju äldre någon är, desto högre nivå av otrygghet. Om enbart breda demografiska faktorer undersöks är det även svårt att fullt ut förklara *varför* otrygghet är vanligare i vissa grupper än i andra. Därför behövs ofta mer information för att gå ett steg längre och faktiskt förklara varför exempelvis äldre kvinnor är mer otrygga än yngre män.

Ett exempel på en sådan förklaring är att kvinnors högre nivåer av otrygghet är kopplat specifikt till en högre oro för att bli utsatt för sexualbrott.¹⁰ En annan förklaring är att utsatthet för brott påverkar otrygghet. Det är dock inte nödvändigtvis så att den som blivit utsatt för brott blir mer otrygg, men utsatthet är en vanlig förklaring till otrygghet inom

¹⁰ Ferraro, K. F. (1996) *Women's fear of victimization: Shadow of sexual assault?*

forskningen.¹¹ Andra individrelaterade förklaringar innefattar exempelvis utbildningsnivå och etnicitet. Det finns också mer ovanliga studier som försöker nå en djupare förklaring genom att fokusera på till exempel skillnader i personlighet och sårbarhet som förklaringar till olika nivåer av otrygghet hos olika personer.¹²



Figur 3. Andelen unga män (16–24 år) respektive äldre kvinnor (65–84 år) som uppger otrygghet vid utevistelse en sen kväll enligt Nationella trygghetsundersökningen 2024.

Sammanfattning

Sammanfattningsvis kan otrygghet enklast beskrivas som ett samlingsnamn för flera olika typer av mer specifika fenomen. Det är viktigt att vara medveten om vilka av dessa fenomen som avses när begreppet otrygghet används. En central del är även att särskilja otrygghet från begreppen *utsatthet* för brott, eller *säkerhet* i form av den faktiska risken att utsättas, eftersom otrygghet är ett bredare och mer komplext fenomen. Det är särskilt viktigt att förstå hur metoder behöver anpassas för att täcka olika aspekter av otrygghet. Stora enkätundersökningar, som exempelvis NTU, brukar undersöka flera olika former av otrygghet. Genom NTU presenteras en bild av utbredningen av olika typer av otrygghet generellt i den svenska befolkningen samt dess utveckling över tid.

En central inriktning i forskningen består av att undersöka vilka personer som är mer otrygga än andra. Det är vanligt att fokusera på demografiska faktorer som ålder och kön för att på så vis ge en bild av vilka grupper som är mer otrygga. Det finns också forskning som med en djupare ansats försöker förklara varför otryggheten är högre i vissa grupper, som exempelvis att oro för sexualbrott kan förklara könsskillnader i otrygghet.

¹¹ Collins, R. E. (2016) *Addressing the inconsistencies in fear of crime research: A meta-analytic review*.

¹² Guedes, I. M. E. S., Domingos, S. P. A., & Cardoso, C. S. (2018) *Fear of crime, personality and trait emotions: An empirical study*.

Vilken roll spelar miljön för otryggheten?

Givet att otrygghet är en subjektiv upplevelse, det vill säga något som upplevs av en specifik individ, är det inte konstigt att mycket forskning har fokuserat på varför vissa grupper av människor upplever högre nivåer av otrygghet jämfört med andra. Samtidigt finns det även en hel del forskning som belyser hur yttre faktorer påverkar individers upplevelser av otrygghet, vilket kan benämnas som ett miljöperspektiv. I praktiskt avseende är detta särskilt relevant eftersom det ofta är enklare att förändra miljöer än individer. "Miljö" är dock ett brett begrepp som innefattar både större geografiska enheter och mindre, mer specifika platser. Rent konkret kan det i ett trygghetsperspektiv handla om att förstå varför ett helt bostadsområde upplevs som särskilt otryggt jämfört med andra områden, men även om varför vissa platser *inom* ett bostadsområde upplevs som särskilt otrygga.

Vilken roll spelar bostadsområdet för otryggheten?

Inom den kriminologiska forskningen finns förhållandevis många studier som har undersökt bostadsområdets betydelse för upplevelser av otrygghet. För att illustrera hur dessa studier vanligtvis genomförs kan NTU användas som exempel igen. Här delas Sverige in i såväl större som mindre geografiska områden varav en av de mindre indelningarna är så kallade demografiska statistikområden (DeSO). I Sverige finns nästan 6 000 sådana områden med mellan 700 och 2 700 invånare i varje område.¹³ I städer är områdena mindre till ytan och kan liknas vid bostadsområden, medan de utanför städer kan vara betydligt större.

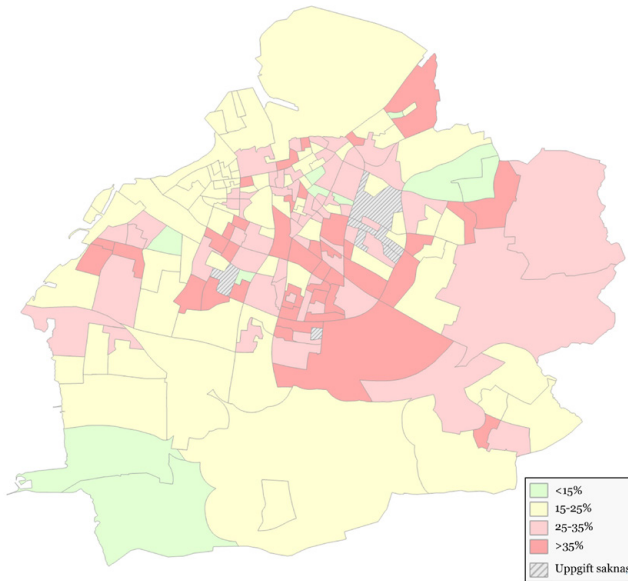
I Figur 4 på nästa sida visas andelen av befolkningen i respektive bostadsområde i Malmö som uppger att de är ganska eller mycket otrygga när de går ut ensamma sent en kväll i området där de bor. Den huvudsakliga frågeställningen som studier med denna forskningsdesign ställer sig är: "Varför är otryggheten högre i vissa bostadsområden än andra?" Här har forskning visat att boende generellt sett är mer otrygga i exempelvis bostadsområden med låg socioekonomisk status, höga nivåer av ordningsstörningar och brott, samt svag social sammanhållning och låg vilja att ingripa för områdets bästa.¹⁴

Forskning om bostadsområden och otrygghet har varit betydelsefull både för teoriutveckling och för en förståelse av vart resurser bör riktas i det trygghetsskapande arbetet, men trots det har denna typ av undersökningar även kritiserats. För det första fokuserar de i huvudsak på otrygghet i relation till området där en individ bor. Många människor tillbringar dock en hel del av sin vakna tid på andra platser än det egna bostadsområdet (till exempel arbete, skola, fritidsaktiviteter och pendling), men områdesundersökningar saknar generellt sett förutsättningar att förklara hur andra miljöer påverkar människors

¹³ Statistiska centralbyrån (u.å.). *DeSO – Demografiska statistikområden*. Webbsida. <https://www.scb.se/hitta-statistik/regional-statistik-och-kartor/regionala-indelningar/deso---demografiska-statistikomraden/>.

¹⁴ Brunton-Smith, I., & Sturgis, P. (2011) *Do neighborhoods generate fear of crime? An empirical test using the British Crime Survey*. Brunton-Smith, I., Jackson, J., & Sutherland, A. (2014) *Bridging structure and perception: On the neighbourhood ecology of beliefs and worries about violent crime*. Lundgren, J., & Strid, Å. (2024) *Risk för otrygghet i bostadsområden. En statistisk analys utifrån Nationella Trygghetsundersökningen (NTU)*.

trygghetsupplevelser. För det andra är bostadsområden ganska stora områden som kan rymma många olika typer av platser. Detta leder till att denna typ av undersökningar snarare kartlägger var otrygga människor bor och inte vilka platser de upplever som otrygga. Ett fokus på bostadsområden innebär därför att det inte finns någon möjlighet att förklara hur platsspecifika faktorer påverkar människors otrygghet. Med andra ord: Vilka specifika platser (i ett bostadsområde) är det som upplevs som otrygga och varför upplevs de som otrygga att vistas på?



Figur 4. Andelen svarande per DeSO i Malmö som uppger att de är otrygga vid utevistelse sent på kvällen. Data från NTU 2024.

Vilken roll spelar specifika platser för otryggheten?

Att skifta fokus från bostadsområden till otrygga platser kan bidra med viktig information som konventionella områdesundersökningar vanligtvis missar. Platsbaserad otrygghet utgår från otrygghet som en konkret händelse på en viss plats vid en viss tid. En plats kan förvisso rent teoretiskt vara såväl stor som liten, exempelvis allt från en del av en stad till en given adress, men det centrala för platsbaserad otrygghet är att fokusera på just specifika platser (till exempel vissa gator, torg eller grönområden). Fokus riktas också mot den tidsmässiga aspekten, alltså i vilken utsträckning dessa platser bara upplevs som otrygga under vissa omständigheter (till exempel när det är mörkt). När otrygghet ”lyfts ned” till denna konkreta nivå blir det också möjligt att studera mer specifikt hur otryggheten varierar i tid och rum och varför otrygga händelser inträffar. Platsbaserad otrygghet kan därför placeras in under den konkreta formen av otrygghet.

Ett konkret platsperspektiv sätter även fingret på varför det är viktigt att förstå hur otrygghet upplevs på vissa platser, utöver det faktum att otrygghet i sig är en obehaglig upplevelse. Att en plats upplevs som otrygg leder till att människor inte vill vistas där, vilket i sin

tur kan medföra att det blir mindre sannolikt att någon (till exempel boende i området) kan, vågar eller vill ingripa när något händer (den så kallade informella sociala kontrollen försvagas). Som följd av detta kan problem- och brottsnivån öka på platsen, vilket kan leda till att resursstarka boende i området flyttar ut. På så vis kan alltså otrygghet vara en del i en negativ spiral som leder till fler och fler problem på en viss plats. Dessutom får otrygghet individuella konsekvenser som till exempel isolering, lägre deltagande i olika aktiviteter och försämrad livskvalitet.

Det är därför centralt att verka för att platser ska vara trygga så att människor vill vara på platsen, dels för att stärka den sociala kontrollen, dels för att enskilda individer ska kunna leva sina liv så som de önskar. Ett första led i ett framgångsrikt trygghetsskapande arbete består därför av att kartlägga vilka platser som upplevs som otrygga.

Hur undersöks platsbaserad otrygghet?

Även om forskningen under det senaste decenniet har haft ett ökat fokus på just platsspecifik otrygghet är detta fortfarande ett förhållandevis outforskat område. De huvudsakliga anledningarna till detta är att det saknas både information om vilka platser som upplevs som otrygga (det finns inga register över ”otrygga platser” jämfört med exempelvis de över anmälda brott) och lämpliga metodologiska lösningar för att samla sådan information.¹⁵

På senare tid har dock några svenska forskningsprojekt utforskat olika metoder för att kartlägga och förstå platsbaserad otrygghet. I bland annat Malmö¹⁶ och Uppsala¹⁷ har områdesundersökningar om otrygghet genomförts. I mångt och mycket liknar dessa undersökningar NTU vad gäller frågeinnehåll och genomförande, men i områdesundersökningarna inkluderades även en öppen fråga där respondenter med egna ord fick ange platser i sitt bostadsområde som de upplevde som otrygga eller obehagliga att vistas på.

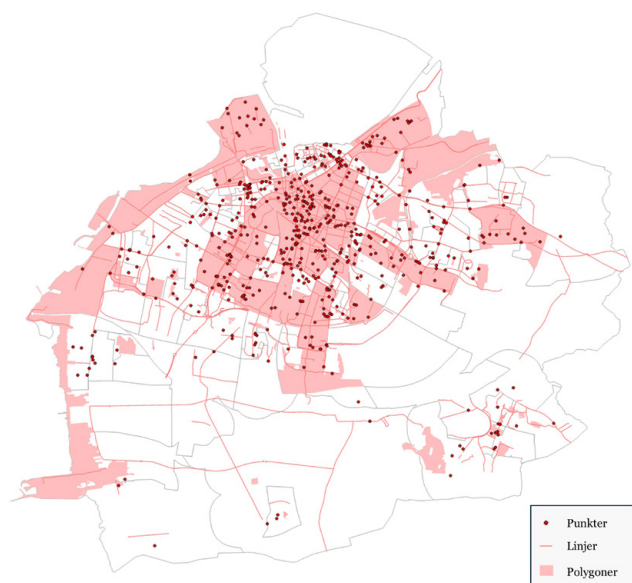
I Malmö områdesundersökning (MOMS) som genomfördes 2012, 2015 och 2018 svarade totalt omkring 11 000 respondenter på enkäten och omkring hälften av dessa gav någon form av svar på den öppna frågan. Utifrån dessa svar gick det att placera ut drygt 3 500 otrygga platser på en karta (se Figur 5). Till skillnad från mer konventionella enkätfrågor fångade alltså denna öppna fråga vilka specifika platser människor upplevde som otrygga att vistas på. En särskild analys av materialet visade att otrygga platser var starkt koncentrerade till ett fåtal små platser (så kallade mikroplatser), vilket indikerar att vissa specifika platser upplevs som otrygga av många olika människor. Ett problem med att använda denna typ av öppna frågor i en enkät är att det alltid finns en risk att information går förlorad på grund av hur olika studiedeltagare definierar en viss plats. En deltagare kan uppge

¹⁵ Solymosi, R., Buil-Gil, D., Vozmediano, L., & Guedes, I. S. (2021) *Towards a place-based measure of fear of crime: A systematic review of app-based and crowdsourcing approaches*.

¹⁶ Kronkvist, K. (2024). *Placing perceptions of unsafety: Examining spatial concentrations and temporal patterns of unsafe locations at micro-places*.

¹⁷ Guldåker, N., Kronkvist, K., Gustavsson, O., Persson, V., Lindbergh, J., & Niedomysl, T. (2024). *Fear of crime, crime and living conditions—a case study of Uppsala, Sweden*.

”Möllan” som en otrygg plats och med detta svar vilja visa att ett helt bostadsområde är otryggt. Samtidigt kan en annan deltagare som uppger samma svar ha en annan uppfattning av vilken specifik plats som faktiskt avses (kanske är det Möllevångstorget).¹⁸ Därtill ska en tredje part (kanske en forskare som hanterar enkätmaterialet) avgöra hur denna plats ska se ut på en karta, det vill säga den geografiska representationen av ”Möllan”. Denna representation kanske inte nödvändigtvis stämmer överens med vare sig den ene eller den andres uppfattning av platsens geografiska utbredning. Ett sätt att undvika denna begränsning är att låta människor själva rita ut eller markera platser på en karta. Inom det geografiska forskningsfältet kallas detta verktyg för ”skisskartor” och en växande mängd litteratur har använt just denna metod för att kartlägga otrygghetens geografi.



Figur 5. Specifika platser i form av punkter, linjer eller polygoner (ytor) som svarande angett som otrygga att vistas på. Data från MOMS 2012, 2015, 2018.

En begränsning med både användandet av öppna frågor om otrygga platser och skisskartor är att dessa metoder ofta bygger på ett retrospektivt metodologiskt angreppssätt där människor ombeds ”tänka tillbaka på” eller försöka ”minnas” platser och händelser. Detta riskerar medföra att informationen i mångt och mycket bygger på vad människor tror eller tänker om platser i efterhand, snarare än deras faktiska upplevelser av att vistas på platserna.

¹⁸ Möllevången (eller Möllan som det kallas i folkmun) är ett bostadsområde i Malmö med formella geografiska gränser, men namnet kan också avse ett mindre geografiskt område eller ett specifikt torg (Möllevångstorget). Här används Möllan som ett lokalt exempel på hur platserns namn kan ha olika geografiska betydelser för olika personer, men denna metodologiska problematik är givetvis relevant även i andra städer.

Ett metodologiskt angreppssätt som syftar till att motverka denna begränsning är att använda mobilapplikationer för att samla in platsspecifik information i realtid. Ett projekt som har testat denna metod genomfördes i Malmö 2018 i form av att universitetsstudenter fick uppge sin upplevda otrygghet vid slumpmässigt valda tillfällen och platser.¹⁹ För att välja ut platser tog deltagarna vid slumpmässiga tillfällen emot en notifikation i applikationen och fick då besvara en kort enkät om sin upplevelse ”här och nu”. Fördelen med att samla in information om platser direkt när en deltagare befinner sig där består främst av möjligheten att få reda på hur platser upplevs just när någon befinner sig där. Då behöver deltagaren inte tänka tillbaka på tidigare upplevda platser och försöka minnas olika upplevelser av otrygghet. Dessutom är det med denna metod enklare att ställa detaljerade frågor om platsen, till exempel vilka övriga personer som befinner sig där och vilken typ av plats som en person befinner sig på. Metoden bidrar också till ett tydligt tidsperspektiv genom att otrygghet undersöks vid olika tidpunkter. Detta är viktigt eftersom otrygghet kan variera i *både* tid och rum. Samtidigt kan denna metod vara svår att genomföra eftersom deltagarna behöver vara med i studien under en längre tid och besvara (om än korta) enkäter vid upprepade tillfällen.

Slutligen är det även viktigt att nämna att den mesta forskningen om otrygga platser undersöker otrygghet utifrån människors liv generellt. Med detta menas att frågorna ställs utan att specificera i vilken roll som en person befinner sig på en viss plats. Samtidigt finns det på många platser personer med olika roller, och dessa roller påverkar i sin tur upplevelsen av otrygghet. På ett torg brukar exempelvis otryggheten bland boende och besökare vara i fokus, men hur otryggheten ser ut bland näringsidkare eller andra personer engagerade i föreningar eller andra verksamheter på platsen glöms ofta bort. När platsbaserad otrygghet undersöks är det därför viktigt att vara tydlig med *vems* otrygghet som är i fokus.

Vilka platser upplevs som otrygga och varför?

Vilka platser är det då som upplevs som otrygga? Här går det att dela upp platser efter funktion (typ av plats, till exempel parker/grönområden) eller geografi (unik plats, till exempel Stadsparken). I materialet från MOMS är fem typer av funktionella platser i högre utsträckning än andra kopplade till otrygghet: parker/grönområden, gator/gatusegment, torg, gång- och cykelvägar samt bostadsområden/kvarter (se Tabell 1). Tillsammans innefattar dessa funktionella platser drygt 70 procent av alla rapporterade otrygga platser. Att dessa typer av platser skulle vara unika för just Malmö är inte särskilt sannolikt. Faktum är att en undersökning med liknande upplägg i Uppsala kommer fram till snarlika resultat där de mest återkommande platserna var specifika parker och grönområden, vissa bostadsområden, torg och köpcentrum, gator samt gång- och cykelvägar.²⁰

¹⁹ Kronkvist, K., & Engström, A. (2020) *Feasibility of gathering momentary and daily assessments of fear of crime using a smartphone application (STUNDA): Methodological considerations and findings from a study among Swedish university students.*

²⁰ Guldåker m.fl. (2024).

Typer av otrygga platser från MOMS

Funktionell plats	Antal rapporterade otrygga platser (%)
Parker/grönområden	849 (23,4)
Gator/gatusegment	702 (19,3)
Torg	451 (12,4)
Gång- och cykelvägar	335 (9,2)
Bostadsområden/kvarter	227 (6,3)

Tabell 1 De vanligaste funktionella platserna som rapporterats som otrygga i MOMS 2012, 2015, 2018 (N = 3 628). Hämtad från Kronkvist (2024).

I en upplaga av MOMS gjordes en särskild analys av samtliga otrygga platser, och där framgick att platser nära skolor, matvarubutiker och livsmedelsaffärer, parker/grönområden samt idrottsplatser (till exempel fotbollsplaner) var kopplade till högre nivåer av otrygghet.²¹ Två tolkningar av dessa resultat lyfts fram i studien. Å ena sidan kan det vara så att dessa platsegenskaper kan medföra att risken för brottslighet på platsen ökar och att människor därför upplever dem som otrygga, alltså till följd av faktiska problem med brottslighet på platsen. Å andra sidan kanske det snarare handlar om att dessa platsegenskaper upplevs som otrygga på grund av de aktiviteter som genereras på platsen. Det vill säga, de fungerar som samlingspunkter där stora mängder människor samlas, inte minst grupper av ungdomar, vilket ökar sannolikheten att man stöter på ”skrämmande” eller helt enkelt ”okända” personer.

Med andra ord kan alltså platser generera olika typer av rutiner som i sin tur påverkar huruvida platsen upplevs som otrygg. Med rutiner menas i detta sammanhang aktiviteter som förekommer varaktigt och med viss regelbundenhet på platsen (till exempel att ungdomar samlas på en viss plats på kvällarna). Inom kriminologisk forskning brukar dessa rutiner delas in i strukturerade respektive ostrukturerade aktiviteter där de strukturerade handlar om aktiviteter med ett tydligt syfte och där det finns personer som har formella ansvarsroller. En fotbollsträning är en strukturerad aktivitet eftersom det finns ett syfte och en ledare som har ansvar. På samma plats kan dock ostrukturerade aktiviteter förekomma, exempelvis i form av att ungdomar ”hänger” där utanför träningstid. Då saknas tydligt syfte och det finns ingen som har direkt ansvar.

Tolkningarna ovan visar att mer information kan behövas för att förstå varför en plats upplevs som otrygg. Det räcker alltså inte att veta *vilka* platser som upplevs som otrygga om syftet är att förstå *varför* de upplevs som otrygga. Därför blir det naturligt att fråga sig mer konkret vad det är som gör att vissa platser upplevs som otrygga. Forskningen har identifierat flera olika platsegenskaper som kan kopplas till otrygghet. Dessa egenskaper

²¹ Kronkvist, K., Ivert, A.-K., & Gerell, M. (2025) *Exploring place-based fear of crime: Associations between place features and perceived unsafe locations in Malmö, Sweden*.

är ibland mycket specifika för en viss plats medan de i andra fall kan framstå som mer generella. Att befinna sig på en ny eller sedan tidigare okänd plats har lyfts fram som en generell förklaring till varför en plats upplevs som otrygg. På liknande sätt har även obehagliga eller okända personer på en plats beskrivits som en faktor som skapar otrygghet.²² Ett exempel kan vara att blotta närvaron av ungdomsgång bidrar till otrygghet på en viss plats. Samtidigt kan en plats *utan* mycket människor också upplevas som otrygg, vilket visar på det faktum att närvaro av andra människor kan bidra till trygghet på en viss plats.²³ Närvaron av andra personer kan alltså på så vis fungera som ett både trygghets- och otrygghetsskapande element på en given plats.

På ett mer specifikt plan lyfts ofta platsens fysiska utformning som en annan aspekt som kan påverka upplevelsen av otrygghet. Till exempel kan platser där det finns möjligheter för andra personer att gömma sig eller där det saknas givna flyktmöjligheter upplevas som mer otrygga.²⁴ Belysning brukar också framhållas som en viktig platsegenskap där dålig belysning/mörker leder till otrygghet.²⁵ Upplevelsen av en plats förändras även över dygnets timmar, dels beroende på om det är mörkt eller ljust, dels till följd av vilka aktiviteter som pågår (eller inte) vid olika tidpunkter.

Ett annat vanligt antagande är att en plats kan upplevas som otrygg till följd av att platsen har problem med brott och ordningsstörningar.²⁶ Forskning visar dock att detta antagande inte är helt självklart. Den tidigare nämnda undersökningen från Uppsala visar att det på vissa platser finns en tydlig överlappning mellan otrygga platser och antalet anmälda brott. Samtidigt finns det andra områden med en koncentration av otrygga platser som har få eller i princip inga polisanmälda brott.²⁷ En tolkning av forskningsläget är därför att vissa platser upplevs som otrygga för att de lider av problem med brott och ordningsstörningar, medan andra platser upplevs som otrygga av andra anledningar.

En annan tolkning, som inte nödvändigtvis säger emot den första, är att det inte är mängden brott på en plats utan snarare enskilda brottsändelser som påverkar lokalsamhället. Till exempel kan en enskild uppmärksammas händelse skapa ett "platsbaserat trauma"²⁸ (till exempel en skjutning på en idrottsplats) och leva kvar i lokalbefolkningens minne under lång tid. Ett liknande begrepp är "signalbrott" som handlar om att när individer nås av information om en specifik brottsändelse (till exempel via media) kan detta resultera i höga nivåer av otrygghet. Ett signalbrott är alltså en enskild brottsändelse som påverkar lokalsamhället, särskilt i form av upplevd hög risk att själv utsättas för ett

²² Brantingham, P. L., & Brantingham, P. J. (1995) *Criminality of place*.

²³ Lorenc, T., Petticrew, M., Whitehead, M., Neary, D., Clayton, S., Wright, K., ... & Renton, A. (2013) *Fear of crime and the environment: Systematic review of UK qualitative evidence*.

²⁴ Fisher, B. S., & Nasar, J. L. (1992) *Fear of crime in relation to three exterior site features: Prospect, refuge, and escape*.

²⁵ Engström, A., & Kronkvist, K. (2023) *Examining experiential fear of crime using STUNDA: Findings from a smartphone-based experience methods study*.

²⁶ Lorenc, T., Clayton, S., Neary, D., Whitehead, M., Petticrew, M., Thomson, H., ... & Renton, A. (2012) *Crime, fear of crime, environment, and mental health and wellbeing: Mapping review of theories and causal pathways*.

²⁷ Guldåker m.fl. (2024).

²⁸ Pain, R. (2021) *Geotrauma: Violence, place and repossession*.

liknande brott.²⁹ I ett platsperspektiv blir detta särskilt relevant eftersom platsen för en sådan händelse kan upplevas som otrygg under lång tid efter det att brottet har ägt rum. Detta resonemang antyder alltså att det inte nödvändigtvis måste vara platsens sociala eller fysiska egenskaper som skapar otrygghet, utan snarare dess rykte baserat på andras erfarenheter eller medias rapportering.³⁰

I linje med detta resonemang visar resultat från MOMS att platsbaserad otrygghet verkar anta åtminstone två olika former.³¹ Deltagarna svarade på frågan om det fanns några specifika otrygga platser i *deras eget bostadsområde*. Som nämnts var de otrygga platserna ofta belägna nära exempelvis skolor och matvarubutiker. I nästkommande fråga ombads deltagarna dock även ange om det fanns några *andra platser i Malmö* som de upplevde som obehagliga eller otrygga att vistas på. När svaren på denna fråga analyserades visade det sig att den viktigaste faktorn som kunde förutspå varför en plats var otrygg var huruvida platsen var belägen i ett utsatt område. Slutsatsen av dessa resultat är att när människor anger otrygga platser i sina egna bostadsområden baseras svaren sannolikt på någon form av personlig erfarenhet av platsen i fråga. När de däremot ombads identifiera otrygga platser i *andra delar av staden* pekar de oftare ut platser i utsatta områden (eller utsatta områden i sin helhet) där svaren mer sannolikt är formade av medierapportering och rykten snarare än egen erfarenhet av platserna. Ett rimligt antagande här är att vid frågor om det egna bostadsområdet speglar svaren en mer konkret form av otrygghet, medan frågor om platser i andra delar av staden sannolikt speglar en mer abstrakt form av otrygghet.

Denna skillnad har naturligtvis även konsekvenser för det trygghetsskapande arbetet. Detta eftersom vissa typer av platser upplevs som otrygga till följd av människors upplevelser och erfarenheter av platsens fysiska och/eller sociala miljö, samtidigt som andra platser upplevs som otrygga på grund av sitt rykte snarare än människors faktiska erfarenheter av platserna.

²⁹ Innes, M., & Fielding, N. (2002) *From community to communicative Policing: 'Signal crimes' and the problem of public reassurance*.

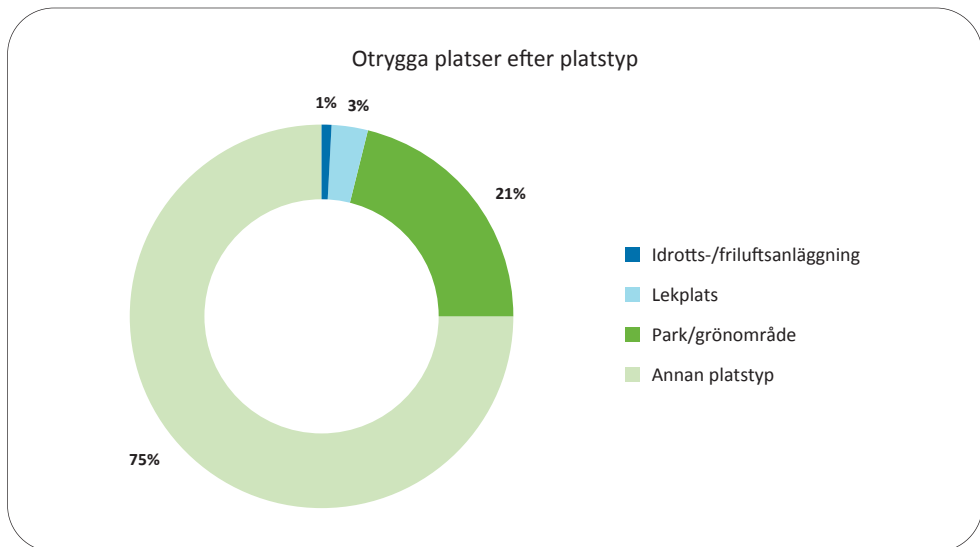
³⁰ Koskela, H., & Pain, R. (2000) *Revisiting fear and place: women's fear of attack and the built environment*. Lupton, D. (1999) *Dangerous places and the unpredictable stranger: Constructions of fear of crime*.

³¹ Kronkvist, K. m.fl. (2024).

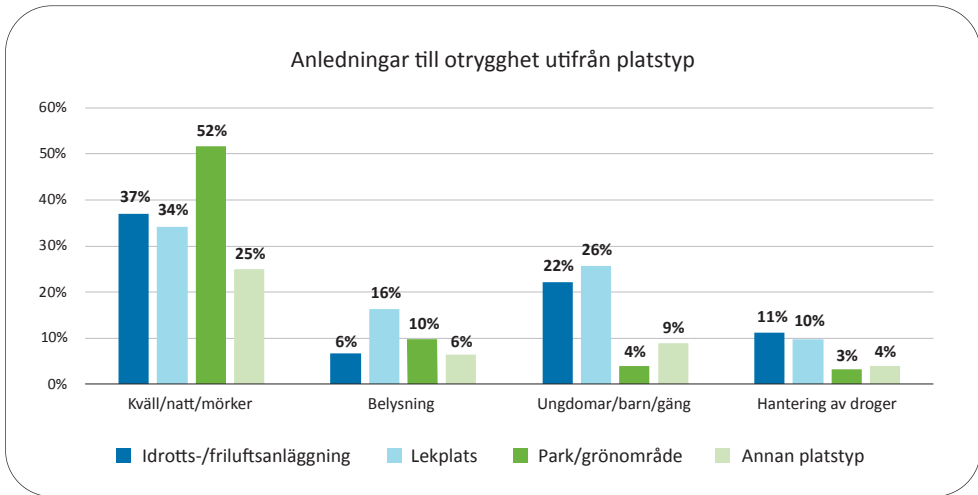
Hur kommer platser för idrott och friluftsliv in i bilden?

Förståelsen för platsbaserad otrygghet är lika relevant för platser för idrott och friluftsliv som för andra typer av platser. Samtidigt kan det vara värdefullt att utifrån några konkreta exempel belysa otrygghet som mer specifikt kan kopplas till just platser för idrott och friluftsliv.

En central fråga att undersöka är i vilken utsträckning det finns ett geografiskt samband mellan otrygga platser och idrotts- och friluftsanläggningar. Med andra ord, upplevs platser som ligger i närheten av dessa anläggningar i högre utsträckning som otrygga jämfört med platser längre bort? Utifrån det material som samlades in i MOMS upplevs vissa sådana platser otrygga. Figur 6 visar att nästan en fjärdedel av alla otrygga platser i bred bemärkelse kan kopplas till idrott och friluftsliv. Majoriteten av dessa platser är parker och grönområden och endast en mindre andel är idrotts- och friluftsanläggningar (1 procent) – såväl inne- som utemiljöer. Det är dock svårt att med säkerhet avgöra om dessa siffror är höga eller låga, men de indikerar att dessa typer av platser i viss utsträckning är kopplade till otrygghet.



Figur 6. Andelen otrygga platser efter platstyp. Data från MOMS 2012, 2015 och 2018.



Figur 7 Anledningar till otrygghet utifrån platstyp. Data från MOMS 2018.

Nästa centrala fråga är varför dessa platser upplevs som otrygga. Deltagarna i MOMS ombads endast ange vilka platser de upplevde som otrygga att vistas på, men det var även en hel del svarande som uppgav anledningar till otrygghet på platsen. Eftersom många inte uppgav någon anledning får dock följande resultat betraktas som ett illustrerande exempel snarare än representativa fakta. Figur 7 visar bland annat att ungdomar, barn och/eller gäng förhållandevis ofta framhålls som en anledning till varför en plats upplevs som otrygg, åtminstone vid idrotts-/friluftsanläggningar och lekplatser, jämfört med andra platser i materialet. Likaså är det något vanligare att kväll, natt och mörker nämns i relation till dessa platser, särskilt när det gäller parker och grönområden. Hantering av droger är en ganska ovanlig anledning till otrygghet generellt, men siffran är rätt hög vad gäller idrotts-/friluftsanläggningar jämfört med andra platser i materialet (11 procent respektive 4 procent). Som nämnts bör dessa resultat betraktas som osäkra och en sammanfattande slutsats är att ytterligare forskning behövs för att kunna ge en säkrare bild av varför just dessa platser upplevs som otrygga.

Sammanfattning

Att studera otrygghet utifrån ett miljöperspektiv innebär att se hur tryggheten skiljer sig mellan olika geografiska områden. Inom detta synsätt är det särskilt värdefullt att inte glömma bort att också rikta uppmärksamhet mot mindre, specifika platser – som entréer, gångtunnlar eller utegym – eftersom otryggheten ofta varierar just där. I arbete mot platsbaserad otrygghet handlar det om att initialt kartlägga vilka platser som upplevs som otrygga men också varför otrygghet upplevs på dessa platser. För att lyckas med en sådan kartläggning krävs metoder som gör det möjligt att samla in platsspecifik information. Detta kräver i regel att fokus riktas bortom storskaliga enkätstudier som visar otrygghetens utbredning i större områden (till exempel NTU); i stället behövs metoder som tillåter insamling av mer detaljrika beskrivningar av upplevelser på olika platser. Dessutom behöver kartläggningsarbetet beakta vilka personer som finns på platsen för att inte enbart undersöka otrygghet bland boende och besökare utan också bland exempelvis näringsidkare och andra verksamheter.

Forskning visar att vissa platsegenskaper leder till otrygghet; det gäller exempelvis mörker och närvaro av obehagliga eller kanske helt enkelt okända personer. Sådana egenskaper är relevanta att beakta även när fokus riktas direkt mot platser för idrott och friluftsliv. Det finns inte mycket kunskap om vad som gör att just platser för idrott och friluftsliv kan upplevas som otrygga. Det finns dock indikationer på att otrygghet på dessa platser kan skapas av både traditionella platsegenskaper som mörker och dålig belysning och av närvaro av ungdomar eller gäng. Därför är det viktigt att både fundera över den fysiska miljön i sig och försöka förstå vilka rutiner som uppkommer i anslutning till platser för idrott och friluftsliv.

Vilken kunskap saknas?

Avslutningsvis går det att konstatera att även om det finns en hel del forskning om otrygghet och oro för brott bygger merparten på ett fåtal återkommande metoder och forskningsdesigner. Det finns med andra ord en hel del kunskapsluckor inom trygghetsforskningen när det gäller otrygghetens nyanser och detaljer, inte minst när det gäller otrygghet specifikt kopplat till platser för idrott och friluftsliv. Ökad kunskap om dessa aspekter kan även gagna det trygghetsskapande arbetet vid idrottsanläggningar genom att de insatser som görs är grundade i bästa tillgängliga kunskap.

Tre områden kan ses som särskilt viktiga att beakta i framtida forskning för att öka kunskapen inom området: (1) otrygghet specifikt i anslutning till platser för idrott och friluftsliv, (2) utvärderingsforskning om trygghetsskapande insatser och (3) hur personliga och platsspecifika variationer i otrygghet samspelar.

Otrygghet i anslutning till platser för idrott och friluftsliv

Detta kapitel har varit tydligt med att det redan i dag finns mycket kunskap om otrygga platser som kan vara till nytta även för trygghetsskapande arbete på platser för idrott och friluftsliv. Däremot finns det stora möjligheter för framtida forskning att mer specifikt studera dessa platser i relation till otrygghet. Det finns till exempel ett behov av att förstå varför platser för idrott och friluftsliv skiljer sig åt i hur de upplevs i termer av otrygghet. Även den viktiga frågan om vems otrygghet behöver belysas ytterligare i relation till detta, och det finns många aspekter kopplat till platsernas varierade användning vid olika tider som behöver utforskas. En startpunkt för ökad kunskap är att komma igång med studier som bidrar till att ge en överblick över problemets omfattning och karaktär. Rent praktiskt är detta inte svårt att genomföra men här krävs resurser.

Utvärderingsforskning om trygghetsskapande insatser

I ett läge där det läggs mer och mer resurser på att genomföra trygghetsskapande (men även brottsförebyggande) åtgärder är det samtidigt viktigt att detta arbete utvärderas. Detta för att på goda grunder kunna avgöra *om*, men även *varför*, en åtgärd har haft önskvärd effekt eller inte. På det brottsförebyggande området finns det i dag en förhållandevis stor mängd internationell forskning som utvärderat olika typer av åtgärder. Mängden forskning som utvärderat trygghetsskapande insatser är däremot mer begränsad. Därtill är utvärderingar som fokuserar på just trygghetsskapande åtgärder vanligtvis av lägre vetenskaplig och metodologisk kvalitet, jämfört med utvärderingar av brottsförebyggande åtgärder. Mot denna bakgrund krävs det dels mer kunskap om lämpliga metoder för att utvärdera trygghetsskapande åtgärder, exempelvis i form av en metodhandbok, dels mer forskning som utvärderar trygghetsskapande åtgärder.

Samspelet mellan personer och platser: situationell otrygghet

Otrygghet har i detta kapitel diskuterats kortfattat utifrån olika individuella egenskaper och med särskilt fokus på platsspecifika faktorer. Eftersom både individuella och miljömässiga faktorer påverkar otrygghet finns dock skäl att försöka integrera dessa perspektiv till ett situationellt ramverk för att förstå otrygghet. Här handlar otrygghet om en upplevelse som uppkommer i ett samspel mellan personer och platser. Detta samspel äger rum när en individ befinner sig på en viss plats vid en viss tidpunkt. Då uppkommer det som kallas för situation. Rent konkret handlar detta perspektiv om att förstå varför två olika personer upplever samma situation på olika sätt. Den situation som är otrygg för en person kan alltså vara trygg för en annan. I stället för att hantera person- och platsegenskaper som två separata förklaringar till varför vissa platser upplevs som otrygga, handlar alltså situationell otrygghet om hur dessa förklaringar samspekar.³² Forskningsläget om situationell otrygghet är dock begränsat. Ett fåtal småskaliga studier med delvis situationella inslag ger stöd åt perspektivet, men mer forskning behövs. För platser för idrott och friluftsliv är detta perspektiv särskilt intressant eftersom dessa platser besöks av många olika typer av människor under varierande omständigheter (till exempel olika tidpunkter, olika former av aktiviteter).

³² Engström, A., & Kronkvist, K. (2022) *Exploring situational fear of crime*.

Hur kan kriminologisk kunskap om otrygghet bidra till utformandet av trygga platser för idrott och friluftsliv?

Detta kapitel har med en bred pensel beskrivit viktiga utgångspunkter i kriminologisk trygghetsforskning, med särskilt fokus på miljö- och platsbaserad otrygghet. Det finns dock inget avsnitt som stakar ut en tydlig väg för hur tryggheten kan främjas på idrotts- och friluftsanläggningar. Detta eftersom kunskapen om just otrygghet vid dessa anläggningar är begränsad. Däremot kan kapitlets innehåll sammanfattas i ett antal punkter som är värdefulla att inkludera i trygghetsskapande arbete, inte minst i relation till platser för idrott och friluftsliv. Dessa punkter är kopplade till trygghetsskapande arbete mer generellt men även specifikt i förhållande till ett platsbaserat angreppssätt på otrygghet.

Definiera utgångspunkter och problemet

- *Håll isär trygghetsskapande och brottsförebyggande arbete.*

Människors otrygghet bygger sällan på korrekta och objektiva bedömningar av faktisk risk för utsatthet. Även om otrygghet och brottslighet är besläktade begrepp, går det därför inte att utgå ifrån att en brottsförebyggande insats per automatik även är trygghetsskapande (och vice versa). På en plats med hög brottslighet och hög otrygghet kan brottsförebyggande åtgärder prioriteras eftersom de kan tänkas ha en positiv effekt även på otrygghet på denna plats. På en plats med låg brottslighet och hög otrygghet kan det i stället vara särskilt viktigt att lägga fokus på trygghetsskapande arbete.

- *Utgå ifrån tydliga definitioner av otrygghet.*

För att kunna förebygga något krävs en klar och tydlig definition av vad det är som ska förebyggas. Eftersom det finns flera olika definitioner av otrygghet krävs alltså tydlighet avseende det som en trygghetsskapande insats är tänkt att påverka. Att ha en målsättning som är att "otryggheten ska minska", utan att definiera vilken typ av otrygghet som avses, gör att både målsättningen, åtgärderna och utvärderingar av arbetet riskerar bli alltför diffusa.

Kartlägg otryggheten

- *Börja med en kartläggning.*

En viktig del i trygghetsskapande arbete består av att kartlägga otrygghetens utbredning och karaktär. I stället för att direkt hoppa till att genomföra åtgärder vid ett uppfattat problem behöver en noggrann kartläggning genomföras. Kartläggningen kan inkludera mer beskrivande frågor om när otrygghet upplevs, var det upplevs och av vem?

- *Undersök olika former av otrygghet i kartlägningsarbetet.*

Flera olika former av otrygghet behöver undersökas för att förstå vilken otrygghet som är särskilt förekommande. NTU är en viktig källa till hur frågor om olika typer av otrygghet kan formuleras. Samtidigt är dessa frågor ganska generella och kan behöva anpassas utifrån den specifika kartläggningens fokus, exempelvis i relation till kartläggningar av platser för idrott och friluftsliv.

□ *Utgå ifrån platsbaserad otrygghet och kunskap om specifika platser.*

Att identifiera var otrygghet upplevs är en del av kartläggningsarbetet. Ett större område/bostadsområde kan uppfattas som "otryggt" men inom dessa områden finns många specifika platser. Genom att fokusera på dessa kan en mer nyanserad och detaljerad bild av otrygghetens utbredning och karaktär tas fram. För att utforma lämpliga trygghetsskapande insatser behövs information om vilka platser, exempelvis specifika delar av idrottsanläggningarna, som upplevs vara otrygga och varför. Det finns olika metoder för att samla in sådan information där relativt enkla instrument (till exempel genom att markera otrygga platser på en karta) kan ge en ganska utförlig bild av platsbaserad otrygghet.

□ *Var tydlig med vems otrygghet som är i fokus.*

En viktig fråga i kartläggningsarbetet är att vara tydlig med vems otrygghet som är i fokus. När det gäller anläggningar för idrott och friluftsliv finns många olika grupper för vilka otryggheten kan se olika ut; det gäller exempelvis organiserade idrottsutövare, spontanidrottare, ledare, personer som arbetar i olika verksamheter på eller i närheten av anläggningen eller delar av lokalbefolkningen som passerar eller bor i närheten av anläggningen. Om syftet är att ge en heltäckande bild av otryggheten på en viss plats behöver därför alla dessa grupper inkluderas så att rätt trygghetsskapande åtgärder kan genomföras. Om syftet i stället är att endast fokusera på otrygghet i vissa grupper måste dessa specificeras så att det framgår vems otrygghet som är i fokus.

Analysera och åtgärda otryggheten

□ *Utgå från kartläggningsarbetet i analysen.*

Att ha kunskap om den lokala problembilden i form av en kartläggning är naturligtvis viktigt för att förstå när och var ett problem uppstår eller vem som drabbas av det. Men en analys av problembilden behöver besvara mer förklarande frågeställningar, det vill säga hur ett problem uppstår, varför det uppstår samt dess potentiella konsekvenser.

□ *Tänk på att nivån av otrygghet kan variera mellan olika bostadsområden.*

Platser för idrott och friluftsliv är inga isolerade öar utan de är belägna i olika områden. Dessa områden kan se olika ut, vilket kan ha betydelse för hur exempelvis idrottsanläggningar i området upplevs i relation till otrygghet.

□ *Använd befintlig kunskap och tidigare erfarenheter.*

Även om allt trygghetsskapande arbete bör utgå från den lokala situationen kan befintlig kunskap om platser inledningsvis guida platsspecifika insatser. Till exempel kan platser som samlar ungdomar och ungdomsgång, särskilt vid ostrukturerade aktiviteter, upplevas som otrygga, vilket visar att sociala aspekter av en plats har betydelse. Samtidigt är mörker och bristfällig belysning också faktorer som alstrar otrygghet, vilket pekar på att även fysiska faktorer på en plats är viktiga. Alltså är det viktigt att tänka på att en åtgärd måste vara baserad på kunskap om de faktorer som påverkar otrygghetsupplevelsen på en specifik plats, vilket framkommer i en noggrann analys av problemet. I den mån det är möjligt är det här även viktigt att ta del av tidigare erfarenheter av trygghetsskapande arbete.

Vilka åtgärder har genomförts? Gav de önskvärda effekter? Vilka framgångsfaktorer eller utmaningar identifierades?

☐ *Fundera på generella respektive riktade åtgärder.*

Vissa åtgärder kan sannolikt ha en generell positiv effekt på otrygghet. Samtidigt finns det tydliga skillnader i otrygghet mellan olika grupper, exempelvis utifrån kön, vilket betyder att det ibland krävs riktade insatser mot specifika grupper. Mot bakgrund i exemplet om platser som samlar ungdomar ovan är det även viktigt att komma ihåg att en plats kan upplevas på ett visst sätt av vissa grupper av individer men inte av andra (till exempel äldre jämfört med yngre). Därför går det inte att förvänta sig att alla personer och grupper påverkas lika av en viss trygghetsskapande insats.

☐ *Fundera på vilken typ av otrygghet din verksamhet kan påverka.*

Olika verksamheter har olika förutsättningar och olika roller att spela i trygghetsskapande arbete. Likaså har olika aktörer skilda möjligheter att påverka olika former av otrygghet. En generell oro för brottsligheten i samhället kan exempelvis vara svår att påverka. En specifik oro för att bli utsatt för brott på vissa platser kan däremot ge en tydligare indikation för när, var och hur trygghetsskapande insatser kan genomföras.

Utvärdera arbetet

☐ *Avsätt resurser för utvärdering.*

I dagsläget läggs det stora samhälleliga resurser på såväl brottsförebyggande som trygghetsskapande åtgärder. Samtidigt är det av stor vikt att det även satsas resurser på att utvärdera dessa åtgärder. Utan utvärdering går det inte att på goda grunder avgöra om eller varför en åtgärd har eller inte haft önskad effekt. Sådan kunskap är nämligen central för att kunna motivera i vilken utsträckning en åtgärd bör fortsätta, förändras eller rent av upphöra. För varje krona som läggs på en åtgärd bör alltså därför resurser även avsättas för utvärdering.

☐ *Dokumentera arbetet.*

För att kunna genomföra en utvärdering av arbetet krävs en noggrann dokumentation av detsamma. Glöm därför inte att kontinuerligt anteckna svar på sex centrala frågor: Vad gjordes? När gjordes det? Var gjordes det? Varför gjordes det? Hur gjordes det? Vem eller vilka gjorde det? Ju mer detaljerad beskrivning av åtgärden desto större möjlighet att genomföra en välgrundad utvärdering.

☐ *Använd de stödresurser som finns.*

Att genomföra kartläggningar och analyser, implementera åtgärder och därtill utvärdera arbetsgången kräver både tid, resurser och kunskap. Tveka därför inte att använda de stödresurser som finns. I dag har samtliga av Sveriges länsstyrelser och kommuner lagstadgat ansvar som rör brottsförebyggande frågor. Här finns sannolikt även stor kunskap om frågor som rör trygghetsskapande arbete. Brottsförebyggande rådet erbjuder kunskapsmaterial men även ekonomiskt stöd för utvärdering. Runt om i landet finns även flera

högskolor och universitet med god kompetens i utvärderingsforskning. Vid flera lärosäten bedrivs även kriminologisk forskning och utbildning.

Checklista för trygghetsskapande arbete

Definiera utgångspunkter och problemet

- ☐ Håll isär trygghetsskapande och brottsförebyggande arbete.
- ☐ Utgå ifrån tydliga definitioner av otrygghet.

Kartlägg otryggheten

- ☐ Börja med en kartläggning.
- ☐ Undersök olika former av otrygghet i kartlägningsarbetet.
- ☐ Utgå ifrån platsbaserad otrygghet och kunskap om specifika platser.
- ☐ Var tydlig med vems otrygghet som är i fokus.

Analysera och åtgärda otryggheten

- ☐ Utgå från kartlägningsarbetet i analysen.
- ☐ Tänk på att nivån av otrygghet kan variera mellan olika bostadsområden.
- ☐ Använd befintlig kunskap och tidigare erfarenheter.
- ☐ Fundera på generella respektive riktade åtgärder.
- ☐ Fundera på vilken typ av otrygghet din verksamhet kan påverka.

Utvärdera arbetet

- ☐ Avsätt resurser för utvärdering.
- ☐ Dokumentera arbetet.
- ☐ Använd de stödresurser som finns.

Diskussionsfrågor

- Otrygghet är ett mångfacetterat begrepp. Fundera på vilken eller vilka former av otrygghet du och/eller din verksamhet kan påverka, och hur.
- Forskning pekar på att både närvaro och avsaknad av andra människor på en plats kan vara en otrygghetsskapande faktor – hur kan denna kunskap användas i praktiskt trygghetsskapande arbete?
- Upplevelser av otrygghet varierar mellan (grupper av) individer. Vems otrygghet är det som ska åtgärdas och går det att beakta allas upplevelser i det trygghetsskapande arbetet?

Referenser

Brantingham, P. L., & Brantingham, P. J. (1995) *"Criminality of place"*. I *European Journal on Criminal Policy and Research*, vol. 3, nr. 3, s. 5–26.

Brunton-Smith, I., Jackson, J., & Sutherland, A. (2014) *Bridging structure and perception: On the neighbourhood ecology of beliefs and worries about violent crime*". I *British Journal of Criminology*, vol. 54, nr. 4, s. 503–526.

Brunton-Smith, I., & Sturgis, P. (2011) *"Do neighborhoods generate fear of crime? An empirical test using the British Crime Survey"*. I *Criminology*, vol. 49, nr. 2, s. 331–369.

Collins, R. E. (2016) *"Addressing the inconsistencies in fear of crime research: A meta-analytic review"*. I *Journal of Criminal Justice*, vol. 47, s. 21–31.

Engström, A., & Kronkvist, K. (2022) *Exploring situational fear of crime*". I *Nordisk Tidsskrift for Kriminalvidenskab*, vol. 109, nr. 1, s. 11–18.

Engström, A., & Kronkvist, K. (2023) *"Examining experiential fear of crime using STUNDA: Findings from a smartphone-based experience methods study"*. I *European Journal of Criminology*, vol. 20, nr. 2, s. 693–711.

Farrall, S., Jackson, J., & Gray, E. (2009) *Social order and the fear of crime in contemporary times*. Oxford University Press.

Ferraro, K. F. (1996) *"Women's fear of victimization: Shadow of sexual assault?"* I *Social Forces*, vol. 75, nr. 2, s. 667–690.

Ferraro, K. F., & LaGrange, R. (1987) *"The measurement of fear of crime"*. I *Sociological Inquiry*, vol. 57, nr. 1, s. 70–97

Fisher, B. S., & Nasar, J. L. (1992) *Fear of crime in relation to three exterior site features: Prospect, refuge, and escape*". I *Environment and Behavior*, vol. 24, nr. 1, s. 35–65.

Gray, E., Jackson, J., & Farrall, S. (2012). *"In search of the fear of crime: Using interdisciplinary insights to improve the conceptualisation and measurement of everyday insecurities"*. I D. Gadd, S. Karstedt, & S. F. Messner (red.), *The SAGE handbook of criminological research methods*, s. 268–281. Sage Publications.

Greve, W. (1998) *"Fear of crime among the elderly: Foresight, not fright"*. I *International Review of Victimology*, vol. 5, nr. 3–4, s. 277–309.

Guedes, I. M. E. S., Domingos, S. P. A., & Cardoso, C. S. (2018) *"Fear of crime, personality and trait emotions: An empirical study"*. I *European Journal of criminology*, vol. 15, nr. 6, s. 658–679.

Guldåker, N., Kronkvist, K., Gustavsson, O., Persson, V., Lindbergh, J., & Niedomysl, T. (2024). *"Fear of crime, crime and living conditions – a case study of Uppsala, Sweden"*. I *Nordic Journal of Criminology*, vol. 25 nr 1, s. 1–23.

Holst m.fl. (2024) *Nationella trygghetsundersökningen 2023: Om utsatthet, otrygghet och förtroende*. Stockholm: Brottsförebyggande rådet.

Innes, M., & Fielding, N. (2002) *"From community to communicative Policing: 'Signal crimes' and the problem of public reassurance"*. I *Sociological Research Online*, vol. 7, nr. 2, s. 56–67.

Jackson, J., & Gouseti, I. (2014) *"Fear of crime"*. I J. M. Miller (red.) *The encyclopedia of theoretical Criminology*, s. 1–5. Blackwell Publishing Ltd.

Koskela, H., & Pain, R. (2000) *"Revisiting fear and place: women's fear of attack and the built environment"*. I *Geoforum*, vol. 31, nr. 2, s. 269–280.

Kronkvist, K. (2024). *"Placing perceptions of unsafety: Examining spatial concentrations and temporal patterns of unsafe locations at micro-places"*. I *Journal of quantitative criminology*, vol. 40, nr 1, s. 191–213.

Kronkvist, K., & Engström, A. (2020) *"Feasibility of gathering momentary and daily assessments of fear of crime using a smartphone application (STUNDA): Methodological considerations and findings from a study among Swedish university students"*. I *Methodological Innovations*, vol. 13, nr. 3, s. 1–15.

Kronkvist, K., Ivert, A.-K., & Gerell, M. (2025) *"Exploring place-based fear of crime: Associations between place features and perceived unsafe locations in Malmö, Sweden"*. I *European Journal of Criminal Policy and Research*, s. 1–25.

Lorenc, T., Clayton, S., Neary, D., Whitehead, M., Petticrew, M., Thomson, H., & Renton, A. (2012) *"Crime, fear of crime, environment, and mental health and wellbeing: Mapping review of theories and causal pathways"*. I *Health & Place*, vol. 18, nr. 4, s. 757–765.

Lorenc, T., Petticrew, M., Whitehead, M., Neary, D., Clayton, S., Wright, K., & Renton, A. (2013) *"Fear of crime and the environment: Systematic review of UK qualitative evidence"*. I *BMC Public Health*, vol. 13, nr. 1, s. 1–8.

Lundgren, J., & Strid, Å. (2024) *Risk för otrygghet i bostadsområden. En statistisk analys utifrån Nationella Trygghetsundersökningen (NTU)*. Brottsförebyggande rådet, Stockholm.

Lupton, D. (1999) *"Dangerous places and the unpredictable stranger: Constructions of fear of crime"*. I Australian & New Zealand Journal of Criminology, vol. 32, nr. 1, s. 1–15.

Norberg, J. R. (2022) *"En antologi om anläggningar och ytor för idrott och fysisk aktivitet"*. I J. R. Norberg, C. Dartsch Nilsson & J. Pihlblad (red.) Idrottsanläggningar – i dag och i morgon. Om behov, tillgänglighet och konkurrerande intressen, s. 14. Centrum för idrottsforskning.

Pain, R. (2021) *"Geotrauma: Violence, place and repossession"*. I Progress in Human Geography, vol. 45, nr. 5, s. 972–989.

Rees-Punia m.fl. (2018) *"Crime, perceived safety, and physical activity: A meta-analysis"*. I Preventive Medicine, vol. 111, s. 307–313.

Snedker, K. A. (2012) *"Explaining the gender gap in fear of crime: Assessments of risk and vulnerability among New York city residents"*. I Feminist Criminology, vol. 7, nr 2, s. 75–111.

Solymosi, R., Buil-Gil, D., Vozmediano, L., & Guedes, I. S. (2021) *"Towards a place-based measure of fear of crime: A systematic review of app-based and crowdsourcing approaches"*. I Environment and Behavior, vol. 53, nr 9, s. 1013–1044.

Statistiska centralbyrån (u.å.). *"DeSO – Demografiska statistikområden"*. Webb sida. <https://www.scb.se/hitta-statistik/regional-statistik-och-kartor/regionala-indelningar/deso---demografiska-statistikomraden/>. (Hämtad 2024-11-05.)

Trygghetskommissionen (2018). *Aktivera samhället mot livskvalitetsbrott. Trygghetskommissionens förslag på hur säkerhet och trygghet ska kunna öka i människors vardag*. Okänd förlagsort.

Tykesson Klubien, M. (2024) *"Effects of CCTV on fear of crime: A systematic literature review"*. Manuskript under granskning.



Foto: Unsplash.

Trygghet genom strategisk förvaltning

– att skapa utemiljöer som kan användas av fler

Märit Jansson & Hanna Fors, Sveriges lantbruksuniversitet

Bakgrund

Idrotts- och friluftsanläggningar är platser av stor betydelse för att främja folkhälsa, genom att de ger människor möjligheter till fysisk aktivitet, rekreation och meningsfull fritid. En förutsättning är dock att miljöerna är välfungerande, välkomnande och upplevs som trygga. Just trygghetsaspekter förbises dock ofta i frågan om människors faktiska tillgång till olika former av miljöer för idrott och friluftsliv.

Att känna sig trygg är något som har stor betydelse för många människors hälsa, livskvalitet och frihet. Som exempel kan rädsla för att röra sig utomhus kvällstid kraftigt begränsa människors handlingsutrymme oavsett om oron är befogad eller ej.¹ Upplevelsen av trygghet har därmed stor påverkan på folkhälsan, men denna upplevelse är ojämnt fördelad i samhället. Studier visar exempelvis att upplevd otrygghet i utemiljöer är betydligt vanligare bland kvinnor, utlandsfödda, unga och äldre, personer med lägre socioekonomisk status och boende i flerfamiljshus än bland andra grupper.²

Tyvärr finns det många miljöer för idrott och friluftsliv som i dag inte upplevs som tillräckligt trygga eller inkluderande. Till exempel beskriver kvinnor i en svensk studie att de undviker att jogga längs spår i skogsområden på kvällstid, eftersom dessa områden uppfattas som otrygga på grund av dålig sikt, hala underlag och otillräcklig belysning.³ Tonåriga tjejer kan uppleva multiplaner och skateparker som både exkluderande och otrygga för dem.⁴ I en portugisisk park med en anläggning för fotboll och volleyboll upplevde särskilt besökare som inte idrottade där området som otryggt, bland annat på grund av tät vegetation som gav begränsad överblick.⁵ Den som upplever sitt bostadsområde som otryggt kan ha ett begränsat deltagande i idrott generellt.⁶

¹ Jansson, M. m.fl. (2013). *Perceived personal safety in relation to urban woodland vegetation – A review*.

² BRÅ – Brottsförebyggande rådet (2024). *Nationella trygghetsundersökningen: Om utsatthet, otrygghet och förtroende*.

³ Lepoška, N. m.fl. (2023). *Negotiating the city during the dark season: a study of recreational running*.

⁴ Barker, A. m. fl. (2022). *What do teenage girls like and dislike about park play spaces and multi-use game areas?* Addendum to the report *What makes a park feel safe or unsafe? The views of women, girls and professionals in West Yorkshire*.

⁵ Pinto, L.V. och Pereira, P. (2024). *Relevant landscape components in a large urban green space in Oporto (Portugal)*.

⁶ Beenackers, M.A. m.fl. (2011). *Sports participation, perceived neighborhood safety, and individual cognitions: how do they interact?*

Det är därför viktigt att utveckla utemiljöer med hänsyn till trygghet och med medvetenhet om att trygghetsupplevelser kan se olika ut för olika personer och grupper.

I detta kapitel analyserar vi idrotts- och friluftsanläggningar utifrån ett landskapsarkitektonisk perspektiv. Inom landskapsarkitekturen formas och utvecklas flera slags miljöer med hänsyn till olika hållbarhetsperspektiv och funktioner. Mer konkret vill vi, med utgångspunkt i främst landskapsförvaltning, resonera kring insatser som kan göras för att utveckla trygga, gröna och hållbara utemiljöer som är mångfunktionella och ger möjlighet till idrott och friluftsliv för olika grupper i samhället..

Vi lägger särskild vikt vid trygghet för marginaliserade grupper. Vad som utgör en marginaliserad grupp kan bero på sammanhang. Lagstiftningen kring diskriminering nämner att människor kan vara marginaliserade på grund av kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, sexuell läggning, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning och ålder. Agenda 2030 ställer genom de globala målen för hållbar utveckling, främst i delmål 11:7, krav på tillgång till säkra, inkluderande och tillgängliga grönområden och offentliga platser, särskilt för kvinnor, barn, äldre personer och personer med funktionsnedsättning. Därtill kan faktorer som socioekonomi skapa marginalisering. Vi kommer i detta kapitel att lägga särskilt fokus på grupper som upplever mer otrygghet än andra, genom att utgå från studier som uppmärksammat bland annat kvinnor och utlandsfödda. Vi fördjupar oss också i förutsättningar för grupperna barn samt personer med autism.

Kapitlet syftar till att beskriva hur landskapsarkitektur, och särskilt landskapsförvaltning, kan bidra till att öka trygghet, inkludering och mångfunktionalitet hos idrotts- och friluftsanläggningar. Vi utgår ifrån följande frågeställningar:

- Hur kan landskapsarkitekturen bidra till att idrotts- och friluftsanläggningar utformas och förvaltas så att de känns trygga och inkluderande för fler?
- Hur kan idrotts- och friluftsanläggningar utvecklas till mångfunktionella utemiljöer som främjar trygghet och flera hållbarhetsperspektiv?
- Vad innebär en användarorienterad förvaltning som bidrar till att främja trygghet hos olika användargrupper?

Landskapsarkitekturens bidrag till trygga och inkluderande idrotts- och friluftsanläggningar

Strategisk förvaltning

Inom landskapsarkitektur är det vanligt att fokusera på enskilda faser i utvecklingen av en utemiljö, såsom planering, gestaltning, anläggning och skötsel. En miljö planeras först i större skala, gestaltas därefter mer i detalj och efter anläggning vidtar drift då den endast sköts om för att uppnå målen med planeringen och gestaltningen. Dessa olika faser tas också ofta om hand av olika personer eller organisationer.

Fler möjligheter att utveckla kvaliteter i utemiljöer uppstår med så kallad *strategisk förvaltning*. Det centrala i strategisk förvaltning är att kortsiktiga, vardagliga skötselinsatser förenas med en mer långsiktig utveckling av de befintliga utemiljöerna. Både kortsiktiga och långsiktiga perspektiv kan vara viktiga i arbetet med att främja trygghet. För de som förvaltar utemiljön kan ett strategiskt förhållningssätt innebära möjlighet att möta förändrade, eller tidigare uppmärksammade, behov hos olika grupper. Detta kan ske genom en cirkulär process, med omplanering, omgestaltning, ombyggnation samt förändrad skötsel och underhåll (se Figur 1).



Figur 1 Strategisk förvaltning är en ständigt pågående process som möjliggör att anpassa idrotts- eller friluftsanläggningar för att möta nya samhällsutmaningar och förändrade behov hos användarna.⁷

⁷ Jansson, M. m.fl. (2020). *Defining urban open space*.

Om de som bor i ett område till exempel vill ha ett nytt utomhusgym i sin park, kräver det omplanering (Var i parken ska gymmet ligga?), omgestaltning (Hur ska gymmet se ut?), ombyggnation (för att fysiskt anlägga gymmet i parken) och därefter förändrad skötsel och underhåll jämfört med före förändringen. Med nya användarbehov kan processen börja om igen.

Genom att utgå från ett perspektiv av strategisk förvaltning blir det möjligt att utveckla miljöer över tid, anpassa dem efter nya behov som uppstår, undvika att de degraderar och därigenom öka såväl trygghetsupplevelser som mångfunktionalitet och hållbarhet över tid. Strategisk förvaltning är ett sätt att utveckla miljöer såsom parker, lekplatser och skolgårdar, men även idrotts- och friluftsanläggningar, med särskilda kvaliteter för de som använder eller skulle kunna använda dem.

Användarorienterad förvaltning

Användarorienterad förvaltning (*user-oriented management*) är ett begrepp som står för ett visst förhållningssätt inom (den strategiska) förvaltningen av utemiljöer.⁸ De som använder en miljö, eller som skulle kunna göra det, blir utgångspunkt för arbetet. Detta är utmanande eftersom användarna kan tillhöra flera olika grupper med olika behov och önskemål. Några kan också ha bättre möjligheter att framföra sina perspektiv än andra.

Det användarorienterade arbetssättet kan därför behöva innehålla många olika strategier för att nå olika grupper. Det kan handla om att låta användare vara med och delta i utvecklingen av utemiljöer. Det kan också omfatta att skapa samarbeten och bygga förtroende mellan både användare och andra som är inblandade i arbetet med utemiljöer.

Genom strategisk förvaltning av utemiljöer går det att dra nytta av engagemang och drivkrafter hos medborgare, lokalsamhällen och företag, liksom av relevant kunskap och praktiska erfarenheter som ofta finns lokalt. Sådan samverkan kan hjälpa till att nå ut till marginaliserade grupper genom lokala nätverk. Idrotts- och frilufts rörelsens starka organisationer och samhällsengagemang kan vara en god grund för att arbeta på detta sätt.

Ett viktigt skäl för att tillämpa användarorienterad förvaltning är att det motverkar den orättvisa fördelning som ofta råder i utemiljöer, även för idrott och friluftsliv. Begreppen miljö rättvisa – och miljö orättvisa – beskriver detta. Det kan handla om hur utemiljöer fördelas i staden (Har alla nära tillgång till anläggningar för idrott och friluftsliv?), hur processerna kring anläggningarna ser ut (Vem inkluderas i deltagande och beslut?), men också om meningsfull användning av anläggningar, vilket är särskilt viktigt att tillgodose för marginaliserade grupper.^{9,10}

⁸ Jansson, M. m.fl. (2020) *User-oriented urban open space governance and management*

⁹ Rigolon, A. m.fl. (2019). *An ecological model of environmental justice for recreation.*

¹⁰ Vogel, N. m.fl. (2020). *Ethical dimensions in urban open space governance and management*

Mångfunktionella utemiljöer

Mångfunktionalitet inom utemiljöer handlar om att kombinera socialt, ekologiskt och ibland även ekonomiskt hållbara funktioner inom samma geografiskt begränsade område. Till exempel kan en utemiljö stödja biologisk mångfald, fungera för dagvattenhantering och samtidigt vara användbar för friluftsliv och idrottsutövning. Mångfunktionalitet kan därför ses som en förutsättning för att alla hållbarhetens olika dimensioner ska rymmas. Att utveckla utemiljöer där människor ur olika samhällsgrupper kan samsas och utföra olika aktiviteter främjar främst social mångfunktionalitet.

Omfattningen av mångfunktionaliteten beror i hög grad på rumslig skala. Det är lättare att hitta mångfunktionalitet inom ett större område än på en mer begränsad plats. Men närhet till där människor bor och vistas är viktigt för att funktionerna ska kunna vara till nytta för dem, vilket kan kräva mångfunktionalitet i den mer detaljerade skalan. Alla behöver tillgång till ren luft, så det kan inte kompenseras genom att det finns på en avlägsen plats. Närhet till platser där man kan utöva idrott och friluftsliv är avgörande för mångas möjlighet att vara fysiskt aktiva.

Mångfunktionalitet på platser kan skapas på olika sätt. Flera funktioner kan ligga nära varandra, eller så kan några få funktioner dominera. Fullständig social mångfunktionalitet kan till viss del uppstå i miljöer som verkligen fungerar för alla, såsom i en del gröna miljöer.¹¹

Omgivningen har betydelse för mångfunktionaliteten. En lekplats eller idrottsplats som ligger nära en högtrafikerad väg har mer begränsade rekreativa kvaliteter än en som ligger intill en skog. Tillgängligheten till och inom platsen samt hur inkluderande den är behöver också hanteras: Kan alla användargrupper ta sig till platsen, använda den på ett givande sätt och känna sig välkomna?

En annan möjlighet är att skapa tidsmässig mångfunktionalitet, där samma plats kan erbjuda olika saker för olika grupper över dygnet, veckan, eller året. Till exempel kan ett grönområde i en stad användas av äldre på förmiddagen och ungdomar på kvällen, eller en idrottsplats för spontanidrott på dagen och organiserad idrott på kvällen. Skillnader mellan olika årstider blir en mer relevant tidsskala när en skog används för terrängcykling på sommaren och längdskidåkning på vintern.

För att social mångfunktionalitet ska fungera väl behöver den utgå ifrån de grupper som allra mest upplever hinder för att använda utemiljöer. Det kan också finnas gränser för hur mångfunktionell en viss yta kan vara, då alltför många olika funktioner på samma plats kan leda till att funktionerna försämras eller försvinner, genom till exempel slitage och trängsel.

¹¹ Sundevall, E.P. och Jansson, M. (2020). *Inclusive parks across ages: Multifunction and urban open space management for children, adolescents, and the elderly*.

I ett naturreservat samsas ofta bevarandet av biologisk mångfald med möjligheter för människors rekreation. Det gäller att hitta en balans och tillgängliggöra området för aktiviteter som vandring, svamp- och bärplockning eller klippklättring, utan att växt- och djurlivet störs i onödan. Kanske kan exempelvis vissa klippor i ett område fredas för rovfåglars häckning, medan andra används för klippklättring. Men även i andra typer av utemiljöer finns det möjlighet att öka den biologiska mångfalden samtidigt som olika användare kan inkluderas.

Det har visat sig att inslag i en miljö som inte har någon tydlig ”programmerad” funktion – som en gräsmatta, en klipphöll eller ett buskage – inbjuder mer till social mångfunktionalitet genom att tillgodose behoven hos flera olika användargrupper. Programmerade inslag däremot, som ett lekredskap, en boulebana eller ett utegym, gör att den tänkta användargruppen känner sig välkommen, medan andra grupper kan känna sig utestängda från platsen.

Olika användargrupper kan behöva ”egna” platser programmerade för dem för att kunna ta plats och känna sig trygga i utemiljön. Det gäller inte minst barn och unga. Samtidigt skapar oprogrammerade inslag möjligheter för mångfunktionalitet där flera grupper av användare kan hitta en användning och mötas.¹²

Trygghet i utemiljöer

Människors trygghetsupplevelser i olika miljöer har studerats inom flera forskningsområden. Olika perspektiv och sätt att arbeta med trygghet kan behövas, eftersom det finns en stor komplexitet bakom otryggheten.

Studier om trygghet i utemiljöer har visat att inte bara fysiska miljöer och deras rumsliga egenskaper har betydelse, utan att även sociala och individuella faktorer spelar in.^{13, 14} Även om rumsliga faktorer är i fokus för detta kapitel, och av stor betydelse för trygghetsupplevelser, behöver de alltså ses i ett större sammanhang.

¹² Sundevall, E.P. och Jansson, M. (2020).

¹³ Maruthaveeran, S. och Konijnendijk van den Bosch, C.C. (2014). *A socio-ecological exploration of fear of crime in urban green spaces – A systematic review.*

¹⁴ Jansson, M. m.fl. (2013).

En studie av upplevd otrygghet längs en gång- och cykelväg invid vegetation i Lund visade komplexiteten i de olika faktorer som kan påverka tryggheten utomhus:

- **individuella faktorer** som personliga upplevelser, vanor och erfarenheter
- **sociodemografiska faktorer** som uppväxtmiljö, kön, ålder, socioekonomi och hälsostatus
- **sociala faktorer** som lokalkännedom, sällskap och andra människor i närheten
- **brottsrelaterade faktorer** kopplade till media, diskurser, erfarenheter och oro
- **förvaltningsrelaterade faktorer** som rör förändringar, kontakter, ansvar och ekonomi
- **rumsliga faktorer** som landskapets övergripande utformning, möjligheter att få överblick och känna kontroll, vegetationens täthet samt karaktär och skötsel.

De individuella och sociodemografiska faktorerna visar betydelsen av att utforma och förvalta miljöer så att de passar flera olika personer och användargrupper. Det behövs en medvetenhet om att trygghet i utemiljöer för idrott och friluftsliv kan uppfattas på olika sätt och att bland annat ålder, kön och personliga erfarenheter och vanor kan påverka det.

Både sociala och förvaltningsrelaterade faktorer kan stödjas genom strategisk förvaltning av idrotts- och friluftsanläggningar. Det är ofta positivt om en plats befolkas av såväl personer som använder den, som de som i olika roller arbetar med dess förvaltning. Det visar betydelsen av hur miljön tas om hand, men också av de personer som tar hand om den. De som är involverade i förvaltning och andra aktiviteter kring anläggningarna kan ha en viktig roll i att främja trygghet bland annat genom hur de bemöter människor. Ett vänligt och engagerat förhållningssätt kan främja trivsel och trygghet.

Det kan även vara värdefullt att möjliggöra för fler att röra sig på och använda idrotts- och friluftsanläggningar vid olika tider på dygnet. Att stängsla in idrottsplatser så att de inte kan passeras eller användas vid alla tider på dygnet riskerar därför att bidra till ökad otrygghet, inte minst i miljöer där idrottsplatser utgör barriärer för passage och rörelse på en ort eller i en stadsdel.

De brottsrelaterade faktorerna kan vara svåra att hantera direkt, men till viss del kan bilden av en utemiljö förbättras genom att arbeta med de andra faktorerna. I det följande kommer fokus att ligga på de rumsliga faktorerna, men med en medvetenhet om att de behöver ses i ett större sammanhang.

Tryggt och hållbart i gröna miljöer

Gröna miljöer kan generellt kopplas till ökad trygghet, både upplevd och i form av mindre risk för brottslighet. Studier har till exempel visat att tryggheten är högre i områden där det finns mycket träd än där trädtäckningen är lägre.¹⁵ Även biologisk mångfald kan leda till många positiva upplevelser, och vegetation upplevs som mer trygg där den kombineras med blommande skikt på marken.¹⁶ Det är därför ofta värdefullt att öka de gröna inslagen och biodiversiteten i olika typer av miljöer för att främja trygghet. Många idrottsanläggningar skulle alltså kunna få mer välkomnande intryck genom mer vegetation.

Samtidigt som vegetation är positivt både för att öka den upplevda tryggheten och för att minska brottsligheten, är dess utformning och inte minst förvaltning och skötsel av stor betydelse för hur den uppfattas.¹⁷ Till exempel kan täta, naturlika planteringar med efterfatt skötsel upplevas som otrygga, särskilt under dygnets mörka timmar.

Det finns risk för att försök att hantera otrygghet gör att vegetation inte tillvaratas tillräckligt i förvaltningen. Ibland röjs den bort i stor omfattning, kanske för att ersättas av enklare former av grönska, som enstaka träd och klippt gräsmatta. Detta riskerar att få negativa effekter i form av förlust av estetiska värden, svalkande skugga och biologisk mångfald vid idrotts- och friluftsanläggningar. Därför behövs kunskap om hur vegetation kan utvecklas på sätt som främjar såväl trygghet som andra funktioner och värden.

Även ur andra perspektiv kan önskan om att främja trygghet leda till att utemiljöer för idrott och friluftsliv utarmas på kvaliteter. Ett exempel på det är när standarder för lekredskap överanvänds så att gröna inslag tas bort. Då minskar både den ekologiska hållbarheten och barns möjlighet till lek och naturkontakt. Ytterligare ett exempel är då ytor beläggs med gummiasfalt och konstgräs trots att detta varken är miljövänligt eller bidrar till ökad trivsel eller trygghet. Det är värdefullt att i stället hitta sätt att utveckla miljöer där trygghet och andra aspekter av hållbarhet hänger samman.

¹⁵ Mouratidis, K. (2019). *The impact of urban tree cover on perceived safety*.

¹⁶ Jorgensen, A. m.fl. (2002). *Woodland spaces and edges: Their impact on perception of safety and preference*.

¹⁷ Lee, S. m.fl. (2024). *Urban Trees and Perceived Neighborhood Safety: Neighborhood Upkeep Matters*.

Utveckling av idrotts- och friluftsanläggningar för mångfunktionalitet, trygghet och hållbarhet

Det finns flera sätt som strategisk förvaltning kan bidra till att göra idrotts- och friluftsanläggningar mer trygga, välkomnande, mångfunktionella och hållbara. Vegetation på idrottsplatser kan vara en del av en gestaltad helhet, introduceras och också vidareutvecklas genom strategisk och användarorienterad förvaltning för att främja trygghet. För miljöer som redan är gröna, såsom skogsbryn längs spår och leder i friluftsmiljöer, kan strategiska och trygghetsfrämjande skötselinsatser vara värdefulla för att främja trygghet och behålla så mycket som möjligt av vegetationen.

På idrottsplatser finns ofta brist på grönska men i stället gott om ytor som egentligen inte har någon särskild funktion, så kallade biyor. De kan vara i form av hårdgjorda ytor, men ibland klippt gräsmatta eller annat som relativt enkelt kan ställas om. Dessa ytor kan lämpa sig bra för att skapa fler ekologiska värden och funktioner, något som skulle kunna tillämpas i mycket större omfattning än vad som görs i dag. Det handlar bland annat om att öka biodiversiteten och ge ett positivt intryck, samtidigt som det minskar kostnader och miljöpåverkan. Att plantera träd, buskage eller häckar kan också skapa ett bättre lokalklimat på idrottsplatser.¹⁸

Också enklare former såsom äng kan vara intressant som alternativ till gräsmattor. Ett av få exempel på detta är hur Göteborgs stad har arbetat med att anlägga äng på gräsytor vid olika idrottsplatser, genom frösådd och inplantering av örtpluggplanter. Försöken gav ytor med ökad artrikedom, låg anläggnings- och skötselkostnad och minskad miljöbelastning samt engagerade personalen på dessa platser. Att ställa om biyor på idrottsplatser till ängsytor kan ge vinster på många plan, även om kopplingen till trygghet kan behöva undersökas mer. Framgångsfaktorer i omställningsarbetet kan vara ett långsiktigt perspektiv, anpassning efter lokala förutsättningar och att börja prova i liten skala.

Trygghet och vegetationsutveckling

Naturmiljöer och naturlika planteringar kan bidra med bland annat ekologiska, estetiska, pedagogiska, termiska, sociala och hälsomässiga fördelar i olika miljöer i idrotts- och friluftssammanhang, där inte minst trygghet, mental återhämtning, stressreducering, svalka och väderskydd är värdefullt. Därför kan fler gröna inslag ingå som en åtgärd för att förbättra idrotts- och friluftsanläggningar ur flera perspektiv.

Olika karaktärer hos vegetation kan dock uppfattas på olika sätt. Träd och andra gröna inslag som inte är i flera skikt upplevs nästan alltid som positivt för såväl tryggheten som andra aspekter såsom estetik och mikroklimat. Tät, flerskiktad och friväxande vegetation kan däremot, främst i naturlika planteringar där skötseln har varit begränsad, oftare bidra till otrygghet. Flerskiktad vegetation har dock många funktioner och värden, och för att ändå kunna ha sådan vegetation till exempel intill olika anläggningar och längs leder och

¹⁸ Elgström, J. (2009). *Idrottens platser: en landskapsarkitekts syn på idrottsplatser*.

spår, kan forskning om upplevd trygghet vid vegetation vara till stöd när dessa miljöer utvecklas genom förvaltningsinsatser.

För många användare är ett begränsat buskskikt positivt för trygghetsupplevelsen, främst under den mörka tiden på dygnet. Eftersom buskar också har många värden i allt från lek-miljöer för barn till boplatser för fåglar, är det viktigt att hitta sätt att utveckla vegetation som främjar trygghet men där det ändå är möjligt att behålla så mycket buskvegetation som möjligt.

Nu återkommer vi till sammanställningen av vilka faktorer som påverkar upplevd trygghet med fokus på det rumsliga och i mörker. Det går att beskriva fyra rumsliga faktorer av särskild betydelse för vegetation som främjar trygghet, även om de ibland är svåra att skilja från varandra:¹⁹

- **landskapets övergripande utformning** omfattar hur en miljö uppfattas som helhet och vad som finns i olika riktningar
- **möjligheter att få överblick** och känna kontroll i en miljö
- **vegetationens täthet** och möjligheter att se igenom vegetationen
- **vegetationens karaktär och skötsel**, där förvaltningsinsatser blir synliga.

Landskapets övergripande utformning

Landskapets övergripande utformning, eller den rumsliga kontexten, handlar om hur utemiljön som helhet är utformad. När vegetation upplevs vara del av ett sammanhängande landskap som är lätt att ”läsa” och orientera sig i, bidrar det till en ökad trygghet. Däremot ökar otryggheten när helheten inte uppfattas. Ofta upplevs slutna rum i parker och andra utemiljöer som otrygga. De kan skapa dolda områden, något som bland annat kvinnor kan uppleva som obehagligt, kopplat till rädslan för sexuellt våld. En studie visade att helt slutna rum tenderar att uppfattas som mer otrygga än delvis slutna rum, vilka i sin tur upplevs som mindre trygga än miljöer med vegetation på endast ena sidan och öppna ytor på den andra.²⁰

Vegetationens placering och struktur spelar därför en avgörande roll. Trots att ett tätt, friväxande buskskikt ofta upplevs som otryggt, kan det fungera bra för trygghetsupplevelsen ifall det endast finns på den ena sidan om exempelvis en gångväg. Dock var den vegetationsstruktur som bedömdes som tryggast i studien bryn utan buskskikt men med blommande fältskikt.²¹ Olika former av vegetation skulle antagligen med fördel kunna kombineras med blommande örter på marken.

¹⁹ Jansson, M. m.fl. (2013).

²⁰ Jorgensen, A. m.fl. (2002).

²¹ Jorgensen, A. m.fl. (2002).

För idrotts- och friluftsanläggningar som används under dygnets mörka timmar betyder detta att det är möjligt att ha mycket vegetation, men att den bör vara placerad på ett sätt som är genomtänkt och där slutna, små rum undviks. Det behöver vara möjligt att förstå och uppfatta platsen som helhet.

Möjligheter för överblick och kontroll

Att vissa platser, såsom slutna rum, upplevs som otrygga kan bero på att de skapar brist på kontroll, med sämre möjligheter att överblicka miljön, avgöra om det finns något där som kan utgöra ett hot och hitta flyktvägar. Överblick kan beskrivas som två olika aspekter: visuell tillgänglighet som gör att det går att se och uppfatta en miljö samt genomsikt som skapar möjlighet att se djupt in i exempelvis vegetation.

Ökad synlighet och igenkänning kopplas både till hur en plats är utformad och till hur belysningen är beskaffad. Att ha belysning av hög kvalitet och bra samspel mellan belysning och vegetation är viktigt för att främja trygghet såväl på idrottsplatser som längs till exempel leder och spår.

Kontroll och överblick handlar också om de uppfattade möjligheterna att kunna fly från en plats, genom fysiska vägar eller närhet till andra människor. De fysiska vägarna kan omfatta flera vägar eller stigar som ger valmöjligheter i miljön, eller vegetation som ger genomsikt och upplevs vara möjlig att ta sig igenom. Om flyktmöjligheterna uppfattas som dåliga ökar oron för att inte kunna undvika en hotfull situation. I ett slutet rum med vegetation på båda sidor kan det vara särskilt viktigt att uppfatta flyktvägar och upptäcka möjliga hot.

Överblick och möjlighet att fly i relation till trygghet kopplas ibland till Appletons teori om prospect-refuge.²² Enligt teorin främjas trygghetsupplevelse av god utsikt över omgivningen (prospect) och möjlighet att gömma sig (refuge), att se utan att behöva bli sedd. Vegetationsdesign och skötsel kan därför riktas mot att skapa utsiktsplatser (prospects) och skydd (refuges). Därtill kommer behovet av att kunna fly (escape) genom flyktvägar.²³

Det finns också andra beskrivningar av vad som främjar trygghet genom överblick och kontroll, exempelvis att kunna se andra, ses av andra, göra egna val, läsa sin omgivning och inte känna sig isolerad. Det kan främjas genom att skapa tydlighet i utformningen av gröna stråk, med jämn belysning och stöd för orientering, att undvika vegetation som skapar skuggiga områden eller potentiella gömställen och ha flera olika ingångar och utgångar till ett område.²⁴ För att främja god framkomlighet, med upplevelse av att det är lätt att ta sig både till och från en plats, rekommenderas jämna, välskötta markbeläggningar, uppstammade träd och noggrant placerade buskar och annan vegetation.²⁵

²² Appleton, J. (1975). *The Experience of Landscape*.

²³ Fisher, B.S., Nasar, J.L. (1992). *Fear of crime in relation to three exterior site features. Prospect, refuge, and escape*.

²⁴ Luymes, D., Tamminga, K., (1995). *Integrating public safety and use into planning urban greenways*.

²⁵ Herzog, T., Kutzli, H. (2002). *Preference and perceived danger in field/forest settings*.

Att främja möjligheter för överblick och kontroll kan vara ett mål i förvaltningen av vissa idrotts- och friluftsanläggningar. Det kan vara applicerbart på anläggningar som helhet, eller på vissa platser. Idrottsanläggningar med många gränser och staket kan rent fysiskt skapa hinder för flyktvägar, även om de har god genomsikt. En annan aspekt är möjligheten att uppfatta utemiljöer, vilket underlättas av om anläggningar av olika typ har en tydlig utformning och jämn belysning.

Det är dock viktigt att inte gå för långt i strävan efter att skapa miljöer som främjar överblick och kontroll. Det kan också finnas behov av miljöer som är mer naturlika för att skapa variation. Studier som rekommenderar utformning av utemiljöer för ökad överblick och kontroll har ibland kritiserats för att inte ta tillräcklig hänsyn till all komplexitet. Upplevd otrygghet kan ha helt andra grunder än möjligheten att kunna fly eller överblicka miljön.²⁶ Rekommendationerna kan leda till att vegetation röjs bort i onödan. Till exempel har unga kvinnor i en studie påpekat att nedklippta buskage till och med riskerar att öka deras upplevelse av utsatthet och samtidigt minska det estetiska värdet.²⁷

Rekommendationer för trygghetsfrämjande vegetationsutveckling på idrotts- och friluftsanläggningar:

- ☐ Utveckla mer vegetation av olika slag för att främja trygghet och hållbarhet.
- ☐ Utveckla miljöer där vegetation passar in som en del av en större helhet.
- ☐ Skapa goda möjligheter att överblicka och uppfatta miljön och att orientera sig där.
- ☐ Undvik att skapa slutna rum eller dolda områden där tät vegetation omsluter en mindre plats eller där det är tät, friväxande vegetation på båda sidor om en passage.
- ☐ Skapa variation och valmöjligheter i hur det går att röra sig i miljön. Undvik onödiga stängsel och avspärrningar.
- ☐ Ha friväxande vegetation där så är möjligt, till exempel som ett valbart stråk.
- ☐ Ha flera ingångar och utgångar till en anläggning och till platser inom den.
- ☐ Ha belysning av hög kvalitet som är jämn och samspelar väl med vegetationen på platsen.
- ☐ Ha jämna och välskötta markbeläggningar på platser som behöver passeras och längs viktiga stråk.
- ☐ Överväg att röja utvalda delar av buskskikt mellan knä- och ögonhöjd för att öka genomsikten och det visuella djupet.
- ☐ Gör väl valda skötselinsatser så att miljön ger ett välskött intryck, till exempel genom att klippa kanter vid ängsvegetation eller göra mindre röjningsinsatser i buskvegetation.
- ☐ Skapa närvaro i miljön vid olika tidpunkter genom exempelvis skötselinsatser, varierade aktiviteter och tillgång till mötes- och vistelseplatser.

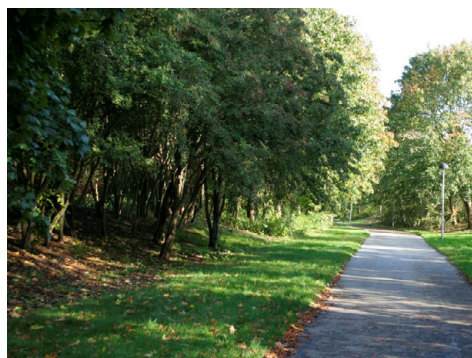
²⁶ Jorgensen, A. (2004). *The social and cultural context of ecological plantings*.

²⁷ Cele, S. (2009). *Genus, identitet och förväntningar – unga kvinnors upplevelser av parker*.

Täthet och genomsikt

Till stor del handlar olika typer av överblick, som visuell tillgänglighet och genomsikt, om hur tät eller täckande vegetationen är, främst mellan knä- och ögonhöjd. Därför kan det vara positivt för trygghetsupplevelsen att röja i buskskikten. Gränsen för där tät undervegetation av buskar och örter börjar upplevas som blockerande går vid en knapp halvmeters höjd²⁸, vilket kan vara kopplat till den upplevda möjligheten att kunna ta sig igenom vegetationen som en flyktväg.²⁹

Många uppskattar också element av mystik, alltså att uppleva att det finns mer att upptäcka längre in i en miljö. Det går att främja såväl visuell tillgänglighet och genomsikt som mystik genom att röja buskvegetation på ett genomtänkt sätt. Det görs genom att kombinera god genomsikt i vegetationen med ett djup som ger mystik längre in i miljön.³⁰ Det kan också vara möjligt att variera tätheten hos vegetationen inom ett område för att möta många olika önskemål; många uppskattar vegetation med viss genomsikt, varken för tätt eller öppet.³¹



Samma plats längs en gång- och cykelväg i Lund före och efter röjningar av buskar och annan undervegetation. Foto: Allan Gunnarsson.

Genom att minska tätheten i buskskikt för att öka genomsikten, har vi i studier provat olika sätt att främja trygghet längs en gång- och cykelväg i Lund. Förutsättningarna där är mycket lika en del miljöer med natur eller naturlika planteringar längs leder och spår vid friluftsanläggningar och även vid en del idrottsanläggningar. Insikterna kan därför vara användbara även i sådana miljöer.

²⁸ Roovers, P., Dumont, B., Gulick, H., Hermý, M. (2006). *Recreationists' perceived obstruction of field and shrub layer vegetation*.

²⁹ Herzog, T.R., Bryce, A.G. (2007). *Mystery and preference in within-forest settings*.

³⁰ Herzog, T.R., Bryce, A.G. (2007).

³¹ Bjerke, T., Østdahl, T., Thrane, C., Strumse, E. (2006). *Vegetation density of urban parks and perceived appropriateness for recreation*.

Det har i studierna visat sig att även ganska små röjningsinsatser i vegetationen kan ha stor betydelse för att öka tryggheten. Genom att endast röja bort en del av buskvegetationen går det därför att behålla mycket vegetation, samtidigt som den ger ett mer tryggt och estetiskt intryck (se nedan). En viktig aspekt för att dessa typer av röjningar ska fungera är att spara lägre träd som kan ge ett skuggande mellanskikt, vilket minskar återväxten från den röjda buskvegetationen och förhindrar framtida skötselproblem. Även att plantera in fältskikt i form av exempelvis blommande örter kan minska återväxten och samtidigt öka trygghetsupplevelsen.³²

Vegetationens karaktär och skötsel

Trygghet kan också påverkas av rädsla för det som upplevs som oskött. Negativa effekter på tryggheten kan bero på associationer till nedskräpning, brottslighet eller rädsla för det ”vilda”, medan tecken på omhändertagande och skötsel kan öka tryggheten. Upplevd otrygghet kan även kopplas till vissa vegetationskaraktärer, där täta naturlika planteringar ibland ses som problematiska.

Mycket tyder på att skötseln av utemiljön generellt, allt från städning av skräp till röjning av vegetation, har betydelse för den upplevda tryggheten. Många uppskattar buskvegetation, men gärna med hög skötselnivå.³³ Det handlar om att göra skötseln synlig genom begränsade men väl valda insatser, samtidigt som mycket av miljön tillåts växa mer fritt. Exempel på detta är när mer friväxande buskage eller ängsvegetation kantas av något som tydligt bryter av genom att se ordnat ut, som en plattsättning, klippt buskage eller klippt gräsmatta (se bild på nästa sida).

Joan Nassauer står bakom konceptet ”cues to care”, som utgår från att tecken på omhändertagande i landskapet kan öka uppskattningen för natur i bebyggd miljö, även om skötseln sker i begränsad omfattning. Tanken är att landskapselement som signalerar igenkänning, mänsklig omsorg och är i linje med lokala traditioner eller normer är uppskattade och accepterade. Konceptet har använts vid många olika typer av platser och landskap och anpassats efter dessa.³⁴ Cues to care skulle kunna vara ett koncept även för idrotts- och friluftsanläggningar. Där är det möjligt att på olika sätt ge ett mer omhändertagande och trivsamt intryck, samtidigt som skötselinsatserna är begränsade till det som har störst effekt.

Andra rumsliga faktorer

Andra rumsliga faktorer kan också vara intressanta att beakta. Studien i Lund om trygghet längs en gång- och cykelväg med vegetation gav resultat som bekräftar de ovan beskrivna aspekterna. Därutöver lyftes bland annat betydelsen av vegetationens höjd och karaktär, samspelet med belysning samt väder och tid.

³² Gunnarsson, A., Jansson, M., Fors, H., Kristensson, E. (2012). *Vegetationsstyrning för ökad trygghet*.

³³ Jorgensen, A., Hitchmough, J., Dunnett, N. (2007). *Woodland as a setting for housing appreciation and fear and the contribution to residential satisfaction and place identity in Warrington New Town. UK*.

³⁴ Li, J., Nassauer, J.I. (2020). *Cues to care: A systematic analytical review*.

Många som deltog i studien pekade också på vikten av att behålla mycket vegetation och att balansera önskan om att röja för ökad trygghet med värdet av att behålla vackra och användbara gröna miljöer. Det visar vikten av att ha gröna miljöer vars olika funktioner inte begränsas alltför mycket. Detta kan uppnås till exempel genom att buskvegetation endast röjs i begränsad omfattning, som närmast där människor passerar eller på bara en sida om exempelvis en gångväg eller led. Det kan också vara möjligt att endast röja i delar av en anläggning eller parkmiljö, särskilt där det går att välja olika vägar för att passera.



En klippt gräsremsa närmast gångvägen signalerar att platsen tas om hand och gör att den upplevs som trygg och välkomnande, trots att vegetationen längre bort tillåts växa fritt. Foto: Hanna Fors.

Användarorienterad förvaltning för upplevd trygghet

Behov hos olika användargrupper och individer förändras över tid. Detta behöver hanteras i parkmiljöer samt idrotts- och friluftsanläggningar för att de ska bli trygga och tillgängliga för fler. Olika användargrupper och individer har också skilda behov och preferenser som kräver anpassningar genom strategisk och användarorienterad förvaltning. De som använder idrotts- och friluftsanläggningar kommer från olika grupper redan i dag, och med fler anpassningar hade ännu fler grupper kunnat inkluderas. Därtill kommer samhällsutmaningar som rör klimatanpassning och bevarande av biologisk mångfald som också behöver hanteras.

Ett sätt att främja både anläggningars användning och den upplevda tryggheten där är att tillämpa strategisk och användarorienterad förvaltning som återkommande involverar användarna i utvecklingen av anläggningarna. Förvaltaren kan då fånga upp förändrade behov i samhället och hos användarna och få signaler om när det är dags att gå från skötsel av anläggningen till omplanering, omgestaltung, ombyggnation och förändrad skötsel.



Figur 2 Det finns flera aspekter som behöver tillgodoses för att idrotts- och friluftsanläggningar ska upplevas som trygga, samtidigt som de är gröna och hållbara med alla de värden som det medför. Foto: "Möjlighet att delta", Karsten Klintø, Frederiksberg kommun, Danmark.

Hur skulle då användarorienterad förvaltning kunna se ut i praktiken? I olika forskningsstudier har vi försökt ta reda på hur utemiljöer kan utformas för att tillgodose behoven hos ett brett spektrum av användare. Vi har sammanställt sju centrala aspekter att tillgodose för att skapa trygga, gröna och hållbara idrotts- och friluftsanläggningar (se Figur 2 på föregående sida):^{35, 36}

- **Tillgänglighet** både till och inom anläggningen samt närhet till anläggningar där människor bor, arbetar, pendlar och vistas är ofta helt avgörande för att främja användning.
- **Skötsel** där nivån bör anpassas efter områdets önskade funktion och karaktär och en hög skötselnivå behövs för de värden som är förknippade med en välskött karaktär.
- **Natur** kan både stödja biologisk mångfald och göra det möjligt för människor att uppleva naturen.
- **Faciliteter** som utegym, basketbollkorgar, bänkar, gångvägar, toaletter och belysning ökar möjligheterna för användning.
- **Variation** i rumslig struktur, karaktär och val av växter på platsen kan erbjuda en mångfald av upplevelser, värden och funktioner och göra det möjligt för användaren att själv välja en plats eller ett stråk.
- **Sammanhållna och tillräckligt stora områden** har flera värden för både hälsa, livskvalitet och biologisk mångfald som inte kan tillhandahållas i små områden, även om också små anläggningar kan vara värdefulla, om de förvaltas väl.
- **Möjlighet att delta** i utvecklingen av anläggningen, exempelvis genom att kartlägga värden, delta i en designworkshop eller utföra skötsel, kan vara en meningsfull aktivitet i sig. Ibland är det också helt avgörande för att anpassa anläggningen efter användarnas behov och intressen.

En viktig följdfråga blir: Om den som förvaltar en anläggning beaktar dessa sju centrala kvalitetsaspekter, leder det till utemiljöer som är anpassade efter alla olika användargrupperns behov? Kommer vi att uppnå miljörättvisa på det sättet? Svaret är att de sju aspekterna ger en bra grund att bygga på och leder till en anläggning som möter behov som många användare har. Däremot kommer inte behoven hos traditionellt marginaliserade grupper att tillgodoses fullt ut, om inte mycket fokus läggs på dessa gruppers möjligheter till deltagande. För att göra utemiljöer tillgängliga för alla är det därför viktigt att även involvera marginaliserade grupper och särskilt beakta vikten av anpassningar för att tillgodose just deras behov. Detta pekar mot att det är särskilt viktigt med dels tillgänglighet och närhet, dels möjlighet att delta.

³⁵ Fors, H. m.fl. (2018). *The Impact of Resident Participation on Urban Woodland Quality – A Case Study of Sletten, Denmark*.

³⁶ Jansson, M. (2014). *Green space in compact cities: the benefits and values of urban ecosystem services in planning*.

Det finns flera skäl att engagera människor att delta, inte minst för att öka tryggheten. Ett sätt att hitta rätt åtgärder för att öka tryggheten och användbarheten kan vara att låta människor vara med och påverka utemiljöer genom brukarmedverkan i olika faser. Dessutom kan organiserade aktiviteter skapa trygghetsfrämjande rörelse och folkliv på en plats.³⁷

Att fokusera på marginaliserade grupper kan dessutom vara viktigt och värdefullt i ett större folkhälsoperspektiv. Det som är mångfunktionellt och inkluderande för traditionellt marginaliserade användargrupper tenderar nämligen att vara bra för alla användare.^{38, 39}

Att tänka på när marginaliserade grupper involveras

Involvering av marginaliserade användargrupper i utveckling av parkmiljöer skiljer sig från andra deltagandeprocesser. Några saker är särskilt viktiga att tänka på när man som förvaltare vill involvera användare som tillhör en marginaliserad grupp.⁴⁰

För det första krävs ett skifte från jämlika till rättvisa deltagandeprocesser. Det innebär att förvaltaren går från att använda en generell metod där alla deltagare behandlas och involveras på samma sätt, till att anpassa deltagandeprocessen till den användargrupp man vill involvera. Om en förvaltare till exempel vill få synpunkter på planerade förändringar av en idrottsanläggning och väljer att skicka ut en digital enkät, exkluderas personer med begränsad datorvana. Då är det bra att komplettera med andra sätt att få in synpunkter.

Ett annat exempel på anpassning gäller valet av plats för deltagandeprocessen, där trygghetsupplevelsen i miljön är central. Ofta finns poänger med att vara på den plats som ska utvecklas, men det kan också behövas undantag. Det blev tydligt när ungdomar skulle göra en värdekartering i en park i South Carolina, USA, där de inte kände sig trygga på grund av andra personer som vistades i parken samt omfattande vandalism och nedskräpning.⁴¹

För att involvera marginaliserade grupper används också fler metoder för att rekrytera deltagare än annars. Det kan vara en god idé att kombinera flera metoder för rekrytering för att nå fler. Några metoder kan vara att sätta upp affischer, dela ut flygblad, starta onlinemarkanjer, arrangera offentliga möten, gå genom skola, fritids eller föreningar och att identifiera nyckelpersoner inom gruppen som sedan rekryterar sina vänner.

Marginaliserade grupper kan ha brist på resurser som tid, tillgänglighet, kunskap, kompetens och inkomst. Det kan handla om att inte ha råd eller tid att ta bussen till en

³⁷ Luymes, D., Tamminga, K., (1995).

³⁸ Clouse, J.R. m.fl. (2020). *Designing Beyond the Americans With Disabilities Act (ADA): Creating an Autism-Friendly Vocational Center*.

³⁹ Kenna, T. (2022). *Cities of neurodiversity: New directions for an urban geography of neurodiversity*.

⁴⁰ Fors, H. m.fl. (2021). *Striving for Inclusion — A Systematic Review of Long-Term Participation in Strategic Management of Urban Green Spaces*.

⁴¹ Gallerani, D.G. m.fl. (2017). 'We actually care and we want to make the parks better': A qualitative study of youth experiences and perceptions after conducting park audits.

plats för att delta i dess skötsel eller att sakna den kunskap och kompetens som krävs för att navigera i kommunens ibland komplicerade system och procedurer.

Marginaliserade grupper behöver också ges tillgång till den information som behövs för att kunna delta. När etniska minoriteter deltar kan det vara bra att informera på gruppens språk, men också att tidigt i deltagandeprocessen förtydliga för deltagarna vad målet och syftet med deras deltagande är och vad som förväntas av dem. Om de förbereds på hur processen kommer att gå till och kommunikationen sker på ett sätt som respekterar användarnas kultur skapas goda förutsättningar för en bra dialog och en givande deltagandeprocess.

Även om det bästa är att marginaliserade grupper involveras, vet vi samtidigt från tidigare forskning en del om behoven hos några av dessa grupper. Denna kunskap kan komplettera involvering av användare från gruppen i fråga när en förvaltare genom strategisk förvaltning vill anpassa en idrotts- eller friluftsanläggning efter gruppens behov.

Två grupper som vi tar som exempel här är dels barn och unga, ofta marginaliserade på grund av ålder, dels personer med autism, ofta marginaliserade på grund av funktionsnedsättning. Detta är två grupper där trygghetsupplevelsen i utemiljöer kan ha stor betydelse för deras möjligheter att använda anläggningar för idrott och friluftsliv, men där det i dag endast finns en mycket begränsad kunskap sammanställd. Medan det är vanligt att försöka anpassa olika miljöer för barn och unga, med varierande framgång, är personer med autism, adhd och andra npf-diagnoser ofta en helt bortglömd grupp i arbetet med såväl idrotts- och friluftsanläggningar som andra miljöer.

Trygghet i utemiljöer för barn och unga

En sammanställning av litteratur har lyft fram tio olika kvaliteter för en barnvänlig bebyggd miljö, där många av kvaliteterna har aspekter som rör trygghetsupplevelse (se faktaruta).⁴²

Tio kvaliteter för barnvänlig bebyggd miljö

- ☐ Platser (en stor variation av både gröna miljöer och andra platser som barn enkelt kan nå och använda sig av)
- ☐ Tillgänglighet (närhet och välfungerande nätverk och strukturer för gång och cykling som möjliggör rörelsefrihet)
- ☐ En ren miljö (en miljö fri från skräp, föroreningar, buller och annat som kan störa och hindra användning)
- ☐ Säkerhet och trygghet (reglering av trafik och andra oförutsägbara risker samt främjande av barns egen riskhantering och trygghet)
- ☐ Frihet (barns rörelsefrihet, möjlighet att använda utemiljön och utmana sig själva)
- ☐ Lek och fritid (en mångfald av möjligheter för lek och aktiviteter)
- ☐ Deltagande (möjligheter för barn att vara aktörer som både formellt deltar och informellt kan påverka sin miljö)
- ☐ Lärande (miljöer som stödjer utveckling och kompetensbyggande)
- ☐ Platsanknytning (både fysisk miljö och människor i den som skapar en känsla av tillhörighet)
- ☐ Inkludering (tillgång till olika platser, aktiviteter och anläggningar, oberoende av sociala faktorer)

Kvaliteten säkerhet och trygghet kan ses som ett grundläggande behov för barn.⁴³ Samtidigt påverkas barn ofta av olika perspektiv på deras trygghet och säkerhet. De kan ha en annan syn på det än deras föräldrar eller pedagoger, liksom än den samhällssyn på säkerhet och trygghet som kommer till exempel genom standarder för lekredskap och rädslor för att låta barn upptäcka sin närmiljö. Dessa olika perspektiv riskerar att begränsa barn onödigt mycket. Säkerhet berör därför både den fysiska och den sociala miljön liksom barns rörelsefrihet.⁴⁴

Säkerhets- och trygghetsskapande faktorer för barnvänlighet omfattar sådant som trafikplanering och belysning men också sociala aspekter som relationer till andra människor. Även upplevelsen av trygghet är en viktig aspekt av barnvänlighet.⁴⁵ Föräldrar har viktiga

⁴² Jansson, M. m.fl. (2022). *Child-Friendly Environments – What, How and by Whom?*

⁴³ Song, H. m.fl. (2020). *Tourism destination management strategy for young children: Willingness to pay for child-friendly tourism facilities and services at a heritage site.*

⁴⁴ Brussoni, M. m.fl. (2020). *A qualitative investigation of unsupervised outdoor activities for 10- to 13- year-old children: 'I like adventuring but I don't like adventuring without being careful'.*

⁴⁵ Wilks, J. (2010). *Child-friendly cities: a place for active citizenship in geographical and environmental education.*

roller i barnets riskhantering i olika situationer. Det är dock problematiskt om barn inte får uppleva självständighet och äventyr eller utveckla sin egen riskhantering.⁴⁶ Det behövs balans mellan ett barns behov av utmaning och skydd.⁴⁷

Tillgång till vegetation har stor betydelse i miljöer som barn och unga använder sig av. Vegetationen främjar ett gott lokalklimat genom att reglera ljus, solstrålning och värme, kopplas till luftkvalitet och immunitet, ger platser för lek och rörelse samt stödjer återhämtning, lärande och psykisk hälsa. Dessa funktioner stärks bland annat av en variation i gröna miljöer, med naturliga karaktärer och stora ytor. Det kräver att vegetation finns nära där barn finns, genom hela uppväxten.⁴⁸

Det finns en hel del forskning kring barns rörelsefrihet, där vikten av att de får röra sig på egen hand i sitt närområde har lyfts fram. Barns rörelsefrihet kopplas bland annat samman med deras möjligheter att få fysisk aktivitet, men också med psykisk hälsa och möjligheten att utveckla självförtroende och olika färdigheter. Rörelsefrihet hos barn påverkas av många olika faktorer, där den fysiska miljöns utformning är viktig. Bland annat är biltrafik och brist på bra platser att använda stora hinder för barn. Barns rörelsefrihet påverkas dock även av sociala faktorer och hur trygg såväl barn som vuxna upplever miljön. Trygghet och rörelsefrihet är därför till viss del sammanflätade.

Kunskapen om just tryggheten i miljöer som ordnas för barn är dock begränsad. Det finns stor risk för att vuxna människors egen upplevelse av att miljöer kan kännas otrygga för dem själva läggs även på barn. Ett exempel är trygghetsupplevelse vid tät vegetation, där barn upp till omkring tio års ålder ofta uppskattar varierad, rik vegetation och inte minst buskage i miljöer de använder. För barn är det i stället ofta andra typer av miljöer och element som ger upplevelse av trygghet.

Ett exempel på detta är resultaten i ett mastersarbete av Sofie Hallin.⁴⁹ Där återgav barn på två skolor bland annat om det fanns platser som de upplevde som otrygga för dem själva eller andra barn. Resultaten pekade mot att de inte kände sig särskilt otrygga på sina skolgårdar, men att de miljöer som kunde vara problematiska var exempelvis trappnedgångar bakom byggnader och andra avskilda platser. Skolgårdens gröna miljöer sågs däremot inte som otrygga av barnen. Tvärtom var det just platser med vegetation och andra platser där barn upplevde valfrihet i att vara tillsammans med andra eller själva som de upplevde sig som mest trygga.

⁴⁶ Wilks, J. (2010).

⁴⁷ Liu, C. (2020). *Construction of a Children-friendly landscape environment with functions of psychological treatment and physical rehabilitation.*

⁴⁸ Folkhälsomyndigheten (2024). *Grönkans kvaliteter och barns hälsa: Kunskapsunderlag om barns hälsa och utveckling vid vistelse i gröna miljöer med fokus på ekosystemtjänster.*

⁴⁹ Hallin, S. (2018). *Skolgårdar: Barns perspektiv på kvaliteter, användning och socialt stöd.*

Andra studier tyder på att det är först i elvaårsåldern som barn börjar uttrycka den typen av tankar kring otrygga miljöer som vuxna brukar göra, och till exempel föreslår beskärning av buskage.⁵⁰ En översikt av litteraturen kring barns rörelsefrihet och belysning visade dock att mörker kan utgöra ett hinder för barns rörelsefrihet.⁵¹ Många barn är rädda för mörkret vilket påverkar deras trygghet. Väl genomtänkt utformning av utemiljöer och inte minst av belysningens omfattning och kvalitet där kan påverka barns möjligheter att välja aktiva sätt att ta sig fram på egen hand.

Genom att utgå mer ifrån barns egna perspektiv kan insatser göras som ökar deras möjligheter till rörelsefrihet och att använda olika typer av miljöer i deras omgivning.⁵² Samtidigt krävs samarbeten mellan olika professioner och perspektiv för att uppnå barnvänliga miljöer, där även barns egna perspektiv och deltagande är viktigt.⁵³

Autismvänliga utemiljöer

Personer med autism är en marginaliserad grupp som ofta saknar tillgång till offentliga utemiljöer på grund av att dessa miljöer inte är anpassade efter gruppens behov. Autism är en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning med ett brett spektrum. Vad som upplevs som utmanande skiljer sig därför mycket åt mellan olika personer med autism. De har ofta svårt att tolka sociala samspel och vissa har beteenden som kan uppfattas som repetitiva eller ovanliga.⁵⁴ Förändringar och nya situationer är ofta svåra att hantera. Förutsägbarhet och rutiner är därför viktiga för att skapa trygghet. Vissa personer med autism är underkänsliga och söker sinnesintryck, medan andra är överkänsliga och undviker dem.^{55, 56}

Det finns väldigt lite forskning om hur utemiljöer kan utformas för att vara både trygga och autismvänliga. En sammanställning av vetenskaplig litteratur om autismvänlighet i bebyggd miljö såsom skolor och andra inomhusmiljöer, privata (terapi)trädgårdar och lekplatser, lyfter dock nio centrala designaspekter att tänka på (se Figur 3).⁵⁷

Malmö stad har dessutom arbetat med att skapa autismvänliga utemiljöer i praktiken för att främja utevistelse för personer med autism på stadens LSS-boenden.⁵⁸ Kommunen har anpassat en offentlig park efter gruppens behov genom att anlägga en promenadslinga där.

⁵⁰ Johansson, M. m.fl. (2020). *Chapter twelve – urban space for children on the move.*

⁵¹ Litsmark, A. m.fl. (2023). *Children's independent mobility during dark hours: A scoping review.*

⁵² Litsmark, A. m.fl. (2023).

⁵³ Jansson, M. m.fl. (2022).

⁵⁴ Bölte, S. (2020). *Autism*. Webb sida.

⁵⁵ Gaudion, K. och McGinley, C. (2012). *Green Spaces – Outdoor Environments for Adults with Autism*. Helen Hamlyn Centre for Design, Royal College of Art.

⁵⁶ Tola, G. m.fl. (2021). *Built Environment Design and People with Autism Spectrum Disorder (ASD): A Scoping Review.*

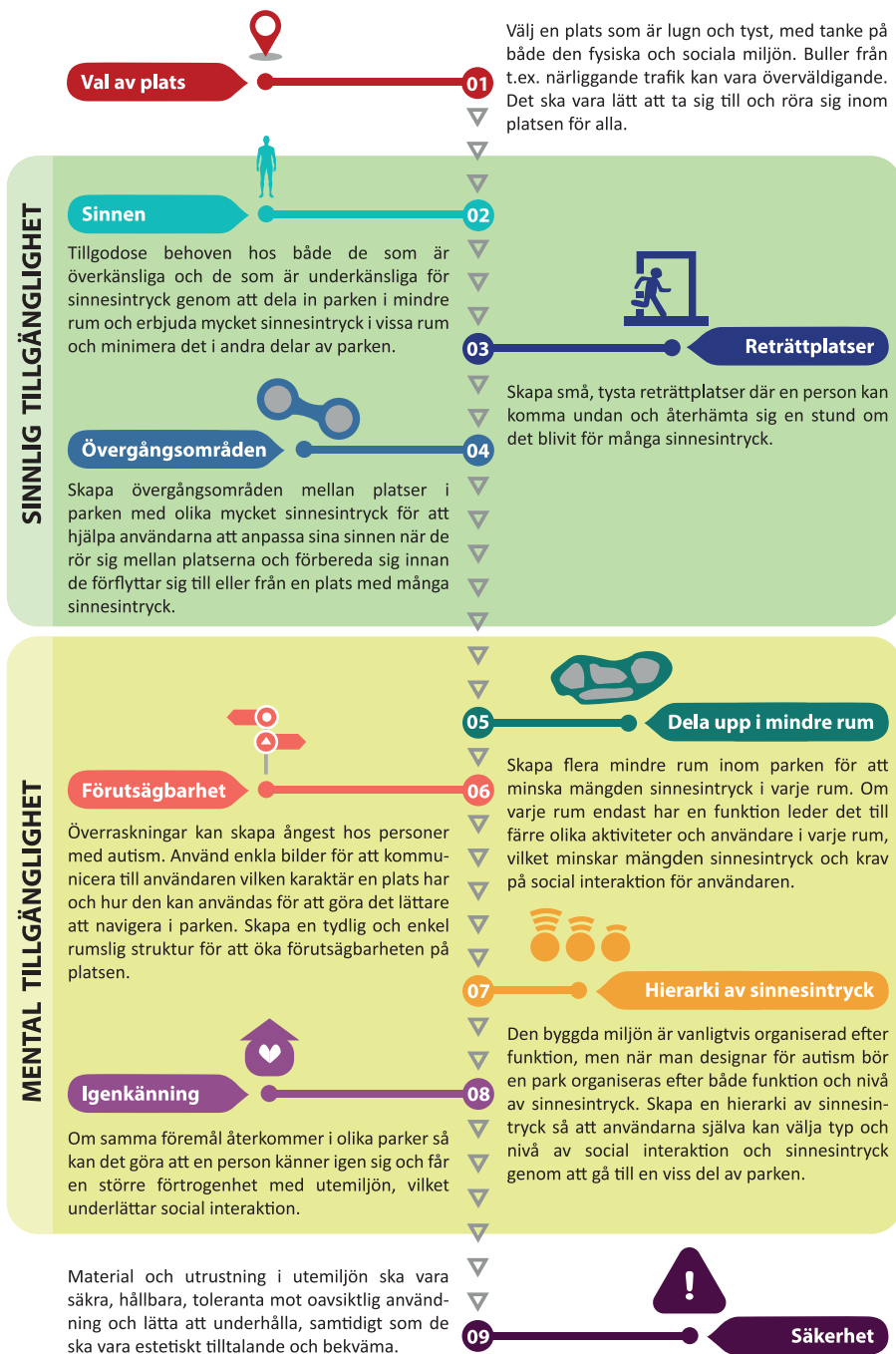
⁵⁷ Fors, H. m.fl. *Autism-friendly public landscape architecture.*

⁵⁸ Parklivsguiden. (2022). *Lugna slingan – Malmö stad.*

Ett återkommande problem i många kommuner är bristen på samarbete över förvaltningsgränserna. För att skapa promenadslingan inleddes därför ett innovativt samarbete mellan Fastighets- och gatukontoret, som bidrog med kunskap om den fysiska utemiljön och parkskötseln, och Funktionsstödsförvaltningen, som bidrog med kunskap om behoven hos personer med autism. Slingan markerades med stolpar som kan följas i valfri riktning. En av symbolerna för autism är en blå pusselbit. För varje stolpe som passeras läggs därför ännu en blå bit till niobitarspusslet på skylten.

Insikter från arbetet med slingan var att den autismvänliga åtgärden i utemiljön bör vara tydlig, men inte så omfattande eller speciell att alltför många användare lockas dit, då det kan leda till att målgruppen inte kan använda platsen. Om samma formspråk för skyltningen återanvänds på andra platser i staden kan det bli ett återkommande objekt som skapar igenkänning (se Figur 3 på nästa sida). Då personer med autism kan vara känsliga för förändringar bör också platsen se likartad ut varje gång den besöks. Det är också viktigt att det finns tillgång till faciliteter som parkering och toalett.

Om en idrotts- eller friluftsanläggning ska anpassas efter en användargrupp som inte fått sina behov tillgodosedda på platsen tidigare, blir resultatet mer inkluderande och bättre förankrat om flera olika intressenter involveras i processen. Det kan handla om kommunala förvaltningar med olika ansvarsområden, idrottsföreningar och skötselpersonal för att nämna några. Det är avgörande att ge tid för samarbetet att utvecklas så att deltagarna kan lära känna varandra och förstå varandras termer, arbetssätt och perspektiv. Med ömsesidig förståelse som grund blir det lättare att enas kring gemensamma lösningar.



Figur 3 Se föregående sida. Nio aspekter av autismsvänlig landskapsarkitektur. Källa: Fors, H. m.fl. "Autism-friendly public landscape architecture".

Förvaltningsprocesser för ökad trygghet

Detta kapitel har beskrivit hur idrotts- och friluftsanläggningar kan utvecklas mot trygghet, inkludering och mångfunktionalitet genom strategisk och användarorienterad förvaltning. Det handlar om de processer, personer och samarbeten som utvecklar dessa miljöer såväl genom den dagliga skötseln som genom mer långsiktig utveckling. Idrotts- och friluftsanläggningar har stora möjligheter att främja trygghet och inkludering bland olika användargrupper och samtidigt bli gröna och hållbara. Det kräver kunskap ur många olika perspektiv, valmöjligheter och variation. Där blir såväl de grupper som är marginaliserade i olika sammanhang som förvaltare och civilsamhälle viktiga aktörer i kontinuerliga förvaltningsprocesser.

Frågor att diskutera

- Hur ser möjligheterna ut att skapa eller behålla gröna miljöer i anläggningar för idrott och friluftsliv för att främja mångfunktion, samtidigt som trygghetsupplevelse främjas?
- På vilka sätt kan personer som arbetar med att förvalta utemiljöer för idrotts- och friluftsliv främja upplevd trygghet hos olika användargrupper? Hur kan förvaltningen bli mer strategisk och användarorienterad?
- Vilka marginaliserade användargrupper skulle kunna ges bättre förutsättningar att använda sig av idrotts- och friluftsanläggningar? Vilka åtgärder skulle kunna göras i form av deltagande, samarbeten och fysiska insatser?

Sammanfattning

Upplevd otrygghet i utemiljöer är ett samhällsproblem kopplat till folkhälsa som drabbar människor i olika omfattning. Det riskerar att utestänga många möjliga användare, och särskilt marginaliserade användargrupper, från idrotts- och friluftsanläggningar. Genom strategisk och användarorienterad förvaltning går det att öka trygghet, inkludering och mångfunktionalitet vid dessa anläggningar. Det sker genom att arbeta med såväl skötsel som mer långsiktig utveckling. Människors upplevda trygghet i utemiljöer påverkas av såväl individuella som sociodemografiska, sociala, brottsrelaterade och förvaltningsrelaterade aspekter, men även miljöns rumsliga faktorer har stor betydelse. De kan beskrivas som landskapets övergripande utformning, möjligheter att få överblick och känna kontroll, vegetationens täthet samt karaktär och skötsel. Genom att arbeta med dessa faktorer är det möjligt att främja såväl trygghet som gröna, mångfunktionella miljöer. Generellt kan det vara viktigt med tillgänglighet och närhet, skötsel, natur, faciliteter, variation, sammanhållna och tillräckligt stora områden samt möjligheter att delta. Dock blir det ofta avgörande med såväl möjligheten att delta som samarbeten mellan olika förvaltningar och organisationer för att stärka trygghetsupplevelsen och användningen hos marginaliserade grupper såsom barn och personer med funktionsnedsättningar. Kapitlet visar vikten av såväl fysiska insatser för att främja trygghet och inkludering som behovet av olika perspektiv i såväl kortsiktiga som långsiktiga förvaltningsprocesser.

Referenser

- Appleton, J. (1975). *The Experience of Landscape*. Wiley, New York.
- Barker, A., Holmes, G., Alam, R., Cape-Davenhill, L., Osei-Appiah, S., Warrington Brown, S. (2022). *What do teenage girls like and dislike about park spaces and multi-use games areas? Addendum to the report What makes a park feel safe or unsafe? The views of women, girls and professionals in West Yorkshire*. University of Leeds
- Beenackers, M.A. m.fl. (2011). "Sports participation, perceived neighborhood safety, and individual cognitions: how do they interact?" I *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, vol. 8, nr. 76.
- Bjerke, T., Østdahl, T., Thrane, C., Strumse, E. (2006). *Vegetation density of urban parks and perceived appropriateness for recreation*. I *Urban Forestry and Urban Greening*, vol. 5, nr. 1, s. 35–44. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2006.01.006>
- Brussoni, M., Lin, Y., Han, C., Janssen, I., Schuurman, N., Boyes, R., Swanlund, D., Måsse, L.C. (2020). "A qualitative investigation of unsupervised outdoor activities for 10- to 13-year-old children: 'I like adventuring but I don't like adventuring without being careful'". I *Journal of Environmental Psychology*, nr. 70, 101460.
- BRÅ – Brottsförebyggande rådet (2024). *Nationella trygghetsundersökningen: Om utsatthet, otrygghet och förtroende*. Rapport 2024:8
- Bölte, S. (2020). "Autism". Webbsida. <https://www.1177.se/Skane/sjukdomar--besvar/hjarna-och-nerver/neuropsykiatriska-funktionsnedsattningar/autism/>. (Hämtad 20 december 2024).
- Cele, S. (2009). "Genus, identitet och förväntningar – unga kvinnors upplevelser av parker". I *Geografiska Notiser*, vol. 9, nr. 3, s. 157–165.
- Clouse, J.R., Wood-Nartker, J., Rice, F.A. (2020). *Designing Beyond the Americans With Disabilities Act (ADA): Creating an Autism-Friendly Vocational Center*. I *Health Environments Research & Design Journal*, vol. 13, nr. 3, s. 215–229. <https://doi.org/10.1177/1937586719888502>
- Elgström, J. (2009). *Idrottens platser: en landskapsarkitekts syn på idrottsplatser*. Examensarbete inom Landskapsarkitektsprogrammet. Alnarp: SLU. Tillgänglig: <https://stud.epsilon.slu.se/150/>
- Fisher, B.S., Nasar, J.L. (1992). "Fear of crime in relation to three exterior site features. Prospect, refuge, and escape". I *Environment and Behavior*, vol. 24, nr. 1, s. 35–65. <http://dx.doi.org/10.1177/0013916592241002>
- Folkhälsomyndigheten (2024). *Grönskans kvaliteter och barns hälsa: Kunskapsunderlag om barns hälsa och utveckling vid vistelse i gröna miljöer med fokus på ekosystem-tjänster*. Artikelnummer: 24020. Tillgänglig: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/g/gronskans-kvaliteter-och-barns-halsa/>

Fors, H., Jansson, M., Nielsen, A.B. (2018). *"The Impact of Resident Participation on Urban Woodland Quality – A Case Study of Sletten, Denmark"*. I *Forests*, vol. 9, nr. 11, 670.

Fors, H., Hagemann, F.A., Sang, Å.O., & Randrup, T.B. (2021). *"Striving for Inclusion – A Systematic Review of Long-Term Participation in Strategic Management of Urban Green Spaces"*. I *Frontiers in Sustainable Cities*, section Urban Greening, vol. 3, nr. 12. <https://doi.org/10.3389/frsc.2021.572423>

Fors, H., Sang, Å.O., Bengtsson, P., Svännel, J., Randrup, T.B. *"Autism-friendly public landscape architecture"*. Manuskript till vetenskaplig artikel.

Gallerani, D.G., Besenyi, G.M., Wilhelm Stanis, S.A., and Kaczynski, A.T. (2017). *"We actually care and we want to make the parks better": A qualitative study of youth experiences and perceptions after conducting park audits"*. I *Preventive medicine*, nr. 95, s. 109–114. doi: 10.1016/j.ypmed.2016.08.043

Gaudion, K., McGinley, C. (2012). *Green Spaces – Outdoor Environments for Adults with Autism*. Helen Hamlyn Centre for Design, Royal College of Art. <https://www.kingwood.org.uk/free-downloads/>

Gunnarsson, A., Jansson, M., Fors, H., Kristensson, E. (2012). *Vegetationsstyrning för ökad trygghet*. Alnarp, Sveriges lantbruksuniversitet. Landskap trädgård jordbruk: rapportserie, vol. 2012:13.

Hallin, S. (2018). *Skolgårdar: Barns perspektiv på kvaliteter, användning och socialt stöd* (Arbetet är skrivet på engelska: *"School grounds: children's perspectives on qualities, use and social support"*). Examensarbete inom mastersprogrammet Outdoor Environments for health and well-being. Alnarp: SLU. Tillgänglig: <https://stud.epsilon.slu.se/13721/>

Herzog, T.R., Bryce, A.G. (2007). *"Mystery and preference in within-forest settings"*. I *Environment and Behavior*, vol. 39, nr. 6, s. 779–796. <http://dx.doi.org/10.1177/0013916506298796>

Herzog, T., Kutzli, H. (2002). *"Preference and perceived danger in field/forest settings"*. I *Environment and Behavior*, vol. 34, nr. 6, s. 858–874. <http://dx.doi.org/10.1177/001391602237250>

Jansson, M., Fors, H., Lindgren, T. & Wiström, B. (2013). *Perceived personal safety in relation to urban woodland vegetation – A review"*. I *Urban Forestry & Urban Greening*, vol. 12, nr. 2, s. 127–133. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2013.01.005>

Jansson, M. (2014). *Green space in compact cities: the benefits and values of urban ecosystem services in planning"*. I *The Nordic Journal of Architectural Research*, vol. 26, nr. 2, s 139–160.

Jansson, M., Vogel, N., Fors, H., Dempsey, N., Buijs, A., Randrup, T.B. (2020). *"Defining urban open space governance and management"*. I: Jansson, M. och Randrup, T.B. (red.) Urban Open Space Governance and Management. Routledge.

Jansson, M., Fors, H., Pritzel Sundevall, E., Bengtsson, A., Lerstrup, I., Hurley, P., Qviström, M., Randrup, T.B. (2020). *"User-oriented urban open space governance and management"*. I: Jansson, M. och Randrup, T.B. (red.) Urban Open Space Governance and Management. Routledge.

Jansson, M., Herbert, E., Zalar, A., & Johansson, M. (2022). *"Child-Friendly Environments – What, How and by Whom?"* I Sustainability, vol. 14, nr. 8, 4852. <https://doi.org/10.3390/su14084852>

Johansson, M., Mårtensson, F., Jansson, M., Sternudd, C., (2020). *Chapter twelve – urban space for children on the move*. I Waygood, E.O.D., Friman, M., Olsson, L.E., Mitra, R. (red.), Transport and children's wellbeing. Elsevier, s. 217–235.

Jorgensen, A., Hitchmough, J., Calvert, T. (2002). *"Woodland spaces and edges: Their impact on perception of safety and preference"*. I Landscape and Urban Planning, vol. 60, nr. 3, s. 135–150.

Jorgensen, A. (2004). *"The social and cultural context of ecological plantings"*. I: Dunnett, N., Hitchmough, J. (red.), The Dynamic Landscape. Taylor and Francis, London, s. 293–325.

Jorgensen, A., Hitchmough, J., Dunnett, N. (2007). *"Woodland as a setting for housing appreciation and fear and the contribution to residential satisfaction and place identity in Warrington New Town. UK"*. I Landscape and Urban Planning, vol. 79, nr. 3–4, s. 273–287. <http://dx.doi.org/10.1016/j.landurbplan.2006.02.015>

Kenna, T. (2022). *"Cities of neurodiversity: New directions for an urban geography of neurodiversity"*. I Area, vol. 54, s. 646–654. <https://doi.org/10.1111/area.12803>

Lee, S., Kim, Y., & Koo, B. W. (2024). *"Urban Trees and Perceived Neighborhood Safety: Neighborhood Upkeep Matters"*. I Environment and Behavior, vol. 56, nr. 3–4, s. 276–321. <https://doi.org/10.1177/00139165241286820>

Lepoša, N., Peinert, H., & Qviström, M. (2023). *"Negotiating the city during the dark season: a study of recreational running"*. I Mobilities, vol. 18, nr. 5, s. 740–755. <https://doi.org/10.1080/17450101.2023.2226357>

Li, J., Nassauer, J.I. (2020). *"Cues to care: A systematic analytical review"*. I Landscape and Urban Planning, vol. 201, 103821.

Litsmark, A., Rahm, J., Mattsson, P., Johansson, M. (2023). *"Children's independent mobility during dark hours: A scoping review"*. I Frontiers in Public Health, nr. 11.

- Liu, C. (2020). "Construction of a Children-friendly landscape environment with functions of psychological treatment and physical rehabilitation". I *Revista Argentina de Clínica Psicológica*. XXIX, nr. 1, 33–38. <https://doi.org/10.24205/03276716.2020.5>
- Luymes, D., Tamminga, K., (1995). "Integrating public safety and use into planning urban greenways". I *Landscape and Urban Planning*, vol. 33, nr. 1–3, s. 391–400. [http://dx.doi.org/10.1016/0169-2046\(94\)02030-J](http://dx.doi.org/10.1016/0169-2046(94)02030-J)
- Maruthaveeran, S., Konijnendijk van den Bosch, C. C. (2014). "A socio-ecological exploration of fear of crime in urban green spaces – A systematic review". I *Urban Forestry & Urban Greening*, vol. 13, nr. 1, s. 1–18, <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2013.11.006>.
- Mouratidis, K. (2019). "The impact of urban tree cover on perceived safety". I *Urban Forestry & Urban Greening*, vol., 44, 126434.
- Parklivsguiden. (2022). "Lugna slingan – Malmö stad", s. 57–58. Tillgänglig: <https://www.livingcc.se/om-oss>
- Pinto, L.V. och Pereira, P. (2024). "Relevant landscape components in a large urban green space in Oporto (Portugal)". I *Urban Forestry & Urban Greening* vol 99, 128421. Rigolon, A., Fernandez, M., Harris, B., and Stewart, W. (2019). "An ecological model of environmental justice for recreation". I *Leisure Science*, s. 1–22. doi: 10.1080/01490400.2019.1655686
- Roovers, P., Dumont, B., Gulinck, H., Hermey, M. (2006). "Recreationists' perceived obstruction of field and shrub layer vegetation". I *Urban Forestry and Urban Greening*, vol. 4, nr. 2, s. 47–53. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ufug.2005.09.001>
- Song, H., Park, C., Kim, K. (2020). "Tourism destination management strategy for young children: Willingness to pay for child-friendly tourism facilities and services at a heritage site". I *International Journal of Environmental Research and Public Health*, nr. 17, 7100.
- Sundevall, E.P., Jansson, M. (2020). "Inclusive parks across ages: Multifunction and urban open space management for children, adolescents, and the elderly". I *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 17.
- Tola, G., Talu, V., Congiu, T., Bain, P. & Lindert, J. (2021). *Built Environment Design and People with Autism Spectrum Disorder (ASD): A Scoping Review*". I *International Journal of Environmental Research and Public Health*, vol. 18, nr. 6, 3203. <https://doi.org/10.3390/ijerph18063203>
- Vogel, N., Arler, F., Gulsrud, N., Jansson, M. (2020). "Ethical dimensions in urban open space governance and management". I: Jansson, M. och Randrup, T.B. (red.) *Urban Open Space Governance and Management*. Routledge.
- Wilks, J. (2010). "Child-friendly cities: a place for active citizenship in geographical and environmental education". I *International Research in Geographical and Environmental Education*, vol. 19, nr. 1, s. 25–38. <https://doi.org/10.1080/10382040903545484>



Trygghet genom medskapande

Nicolas Keller & Sofie Berg, Växtvärket Malmö

Trygghet är något vi alla söker, men som sällan kan byggas enbart genom fysiska strukturer eller regler. Det är en känsla, en förankring, som växer fram när människor känner tillhörighet, delaktighet och närvaro i de miljöer de vistas i. På Växtvärket har vi gång på gång sett hur medskapandeprocesser inte bara kan skapa trygga platser, utan också trygga människor.

I det här kapitlet presenteras vårt arbete med medskapandeprocesser som metod för att skapa miljöer som främjar möten, lek och aktivitet. Vi beskriver hur vi upplever att dessa processer verkar för att skapa trygghet och hur vi arbetar. Slutligen relateras medskapandeprocesser till tryggheten på idrotts- och friluftsanläggningar och vi reflekterar kring hur metoderna skulle kunna användas i dessa miljöer.

Att bjuda in till verkligt medskapande handlar om att våga släppa kontrollen. Det handlar om att inte alltid veta i förväg hur en process kommer tas emot eller vad den kommer leda till, och att förstå att trygghet inte kan påtvingas – den måste få växa fram organiskt, genom att människor tillsammans får forma både sina fysiska miljöer och sina sociala sammanhang.

Växtvärket är en ideell organisation baserad i Malmö med verksamhet även i andra delar av Sverige. Vi är en grupp som består av designer, landskapsarkitekter, trädgårdsingenjörer och pedagoger, som brinner och verkar för barnvänliga och hållbara städer. Sedan starten 2014 har vi arbetat aktionsdrivet med fokus på deltagarinvolvering. Tillsammans med barn och boende skapar och aktiverar vi gröna lärmiljöer och mötesplatser i staden samt genomför verksamhet inom platsutveckling, stadsodling och utepedagogik. Vi arbetar med platsutveckling i dess helhet, från idé- och konceptutveckling och konsultation till gestaltning, genomförande och aktivering. Vårt mål är att skapa miljöer som främjar möten, lek och aktivitet samtidigt som de skapar ekologiska mervärden och stärkt platsanknytning.

Växtvärket började som ett medborgarinitiativ och engagemang i stadsdelen Sofielund i Malmö. Det ursprungliga målet var att skapa en bygglekplats för områdets barn och ungdomar – en plats där de själva kunde bestämma, ta ansvar samt träna på riskhantering, hantverk och skapande. Utifrån denna grund har organisationens form och innehåll utvecklats och våra ambitioner har vuxit. I dag är vi en organisation som arbetar med många olika metoder för att involvera människor i skapandet av gemensamma platser.

Under de tio år vi på Växtväcket arbetat med medskapandeprocesser har vi observerat olika effekter på de platser vi med-utvecklat och förvalt under längre perioder. Vi har upplevt att medskapandeprocesser kan höja tryggheten på en plats, genom att deltagarna känner större ägandeskap, ansvar och tillhörighet till platsen de utvecklar.

Medskapande är ingen enkel väg. Alltför tydliga mål kan kväva kreativiteten och begränsa det inflytande som är själva kärnan i delaktighet. Resurser – tid, kompetens och engagemang – behövs för att skapa en process där alla röster hörs och tas på allvar. Framför allt behövs en närvaro: av dem som leder processen, av deltagarna och med platsen som utvecklas.

När vi argumenterar för välplanerade och väl genomförda medskapandeprocesser gör vi det som en idéburen ideell organisation som sätter barnkonventionen och barnens rätt till bra uppväxtvillkor i centrum. Vi är övertygade om att platser och miljöer som är bra för barn är bra för alla, oavsett ålder. Genom vårt arbete med bygglek vet vi att barn oftare än man tror vet vad de behöver för att trivas i sina områden. Den inställningen är en central pelare i vårt arbete – barnen har koll. Förutom att inkludera barn i skapandeprocesserna, bjuder vi ofta även in föräldrar, grannar och andra vuxna. För samma princip som används med barnen går att applicera och formulera mer allmänt – lokalområdet, grannar och framtida användare vet oftast bäst hur deras platser bör utvecklas och gestaltas.

I det här kapitlet börjar vi med att beskriva vad vi menar med medskapandeprocesser. Därefter presenterar vi hur vi arbetar med dessa processer. Sedan fördjupar vi våra reflektioner kring medskapandeprocesser som ett verktyg för trygghet. Därpå följer tre exempel på verksamhet vi driver i Malmö: *Guldängens bygglekplats*, grannskapsträdgården *Naturmolnet* och projektet *Gatulabba*. Vi ger också exempel på hur vi arbetar med prototyper. Vi avslutar med några medskick kring hur vi ser att medskapandeprocesser skulle kunna användas för att arbeta med trygghet på idrotts- och friluftsanläggningar. Guldängens bygglek, Naturmolnet och Gatulabba är tre av Växtväckets stora projekt och vi använder dem i denna text som exempel på medskapandeprocesser:

Guldängens bygglek är en plats som Malmös barn har skapat utifrån sina egna visioner. De får tillgång till material och verktyg och det finns närvarande, finns vuxna närvarande, så att barnen kan bygga sina drömköror. På Guldängen finns även odlingar, eldstad, bikupor med mera.

Naturmolnet är en grannskapsträdgård som på bara ett par år gick från ödetomt till välbesökt oas i bostadsområdet Sofielund. Platsen är skapat tillsammans med boende och skolor i området och används till bland annat workshops, små konserter, möten, grillkvällar och rekreation.

Gatulabba är ett projekt som jobbat för barnvänligare städer, ökad rörelsefrihet och barninvolvering i stadsplanering. Genom designprocesser med barn har projektet utvecklat och förfinat metoder för barninvolvering och skapat en metodbank för dessa.

Medskapandeprocesser

Medskapande innebär att olika grupper som är eller kommer att bli användare av en plats, tjänst eller produkt involveras i en visions- eller utvecklingsprocess^{1, 2}. Det handlar om att låta deltagarna påverka resultatet och i vissa fall även processen dit. I bästa fall är det även de själva som initierar och leder processen helt. Vi använder oss främst av begreppet *medskapandeprocesser* och vi använder det synonymt med begreppen medskapande och medskapande design. Medskapandeprocesser kan innefatta ett helt spektrum av metoder. Det kan ske genom dialog- och kommunikationsmetoder, skiss- och designarbete eller prototypande. I stället för att målgruppen endast bjuds in för konsultation eller information om redan beslutade projekt arbetar vi systematiskt och processinriktat med medskapande.

Vi på Växtvärket ser medskapandeprocesser som ett verktyg för att stärka demokratiskt deltagande och ge erkännande till medborgarna. Det är särskilt viktigt för grupper som ofta har begränsat inflytande över sin fysiska miljö, såsom barn och unga. Utöver det ser vi möjligheter att förbättra kvaliteten och öka kreativiteten och innovationen, vilket i sin tur kan leda till mer använda och älskade platser och upplevelser.

Vi ser att unga människor har begränsat inflytande över sina fysiska miljöer och därför anser vi att det finns stora demokratiska vinster när människor tar ansvar och känner sig delaktiga, även i liten skala. Demokrati och delaktighet är en muskel som måste tränas redan från tidig ålder.

Det största sociala mervärdet vi ser med medskapandeprocesser, är att det skapar utrymmen som främjar möten, sociala sammanhang och platsanknytning. Vi är övertygade om att detta på sikt kan leda till positiva effekter för folkhälsan och tryggheten i ett område.

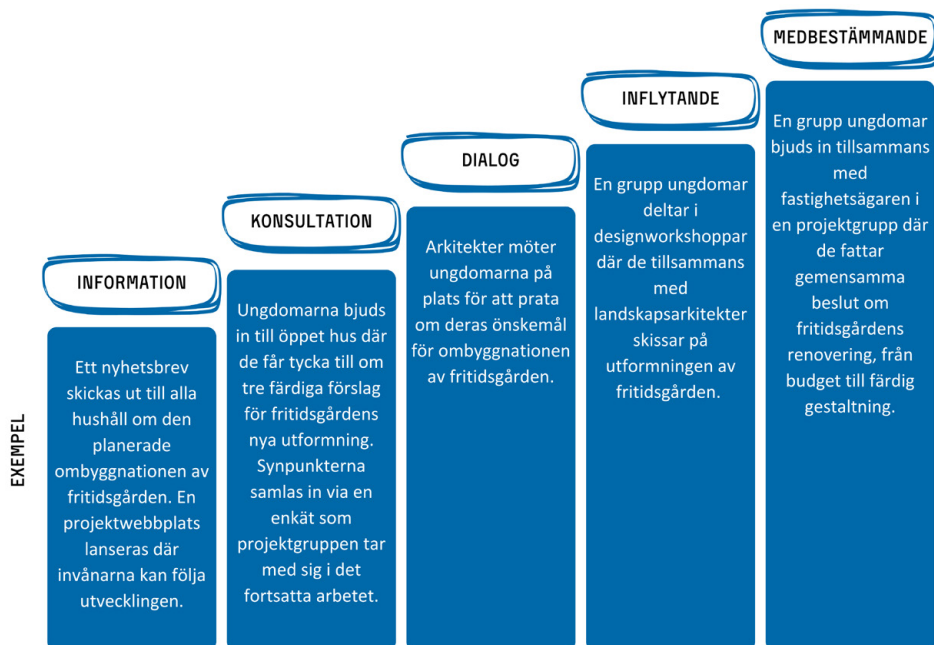
Medskapandeprocesser kan ha olika nivåer av delaktighet. Det finns flera modeller som delar in de olika möjligheter till deltagande i olika kategorier. En sådan modell är *Delaktighetstrappan*.

¹ Bannon, L., Bardzell, J., & Bødker, S. (2019). *Reimagining participatory design*.

² Sanders, E. B. N. & Stappers, P. J. (2008). *Co-creation and the new landscapes of design*.

Delaktighetstrappan

Delaktighetstrappan utvecklades av Sherry Arnstein 1969³ och utvecklades sedan vidare av Sveriges Kommuner och Regioner⁴ för deras arbete med dialogprocesser med barn och unga. Trappan beskriver en skala från minimalt till maximalt deltagande. De lägre nivåerna innebär ett mer symboliskt deltagande i form av information och konsultation där deltagarna har begränsat inflytande. De högre nivåerna öppnar upp för ökad makt och inflytande, från partnerskap till medborgarkontroll.



Figur 2 Växtvärkets delaktighetstrappa inspirerad av Arnstein och Sveriges Kommuner och Regioner.

Vi på Växtvärdet arbetar med olika grader av delaktighet, men vi strävar alltid efter att nå de högre nivåerna. För att uppnå verkligt medskapande krävs att det finns gott om tid och resurser samt att uppdragsgivaren inte satt för strikta resultatmål. Det är i praktiken sällan möjligt att nå den högsta nivån i delaktighetstrappan, men man bör ändå sträva efter att arbeta med processer som går bortom enbart information och konsultation.

³ Arnstein, S.R. (1969). *A Ladder of Citizen Participation*.

⁴ Nordh, A. & Andersson, E. (2023). *Delaktighetstrappan: och liknande modeller*. Stockholm: Sveriges Kommuner och Regioner.

När uppdragsgivare är öppna för nya idéer skapas utrymme för påverkan, inte bara kring små estetiska detaljer utan även större aspekter som funktion och hållbarhet. Medskapandeprocesser kan leda till oväntade men värdefulla idéer, insikter, lokalkännedom och förankring i platsen samt funktioner och koncept som annars inte hade övervägts.

Framgångsfaktorer för medskapandeprocesser

Bygg- och stadsutvecklingsprojekt är komplexa processer med många aktörer, vilket skapar utmaningar i att balansera olika intressen. När man därtill involverar civila ”projektägare” och öppnar för medskapande kan processen framstå som överväldigande. Trots detta har vi sett att nästan alla projekt kan dra betydande nytta av medskapandeprocesser i olika skeden.

Under de år Växtväcket har arbetat med medskapandeprocesser på olika nivåer och med olika uppdragsgivare har det blivit tydligt vilka slags projekt och processer som är mest framgångsrika och innovativa.

Det finns viktiga lärdomar att dela, även om vissa kan tyckas självklara. Dessa insikter förtjänar att upprepas vid varje nytt projekt, samtidigt som vi är medvetna om att det inte finns några universella sanningar. Alla aspekter kan inte appliceras på varje enskilt projekt, men de utgör värdefulla riktmärken för medskapandeprocesser. Här presenteras några framgångsfaktorer för en lyckad process.



Barn var med i alla skeden när Naturmolnet byggdes. Här ser vi en grupp tonåringar från områdets skola som tillsammans med oss byggde de stora odlingsbäddarna – sten för sten. Ett arbete som var fysiskt krävande inte bara för unga men som underlättades väsentligt genom att vi alla hjälptes åt. Foto: Växtväcket.

□ *Målöppenhet*

En framgångsrik medskapandeprocess kräver öppenhet från uppdragsgivaren kring slutmålet, eller åtminstone delar av det. Denna öppenhet gör att processen hamnar högre upp i delaktighetstrappan och ger deltagarna reellt inflytande över både processen och resultatet, med endast grundläggande ramar fastställda i förväg.

□ *Tydlighet om begränsningar*

Projektets begränsningar och deltagarnas påverkansmöjligheter måste kommuniceras tydligt från början. Detta skapar rätt förväntningar och visar respekt för deltagarnas engagemang. Om deltagarna endast kan påverka vissa detaljer ska detta framgå från start.

□ *Tid*

En optimal process sträcker sig över flera träffar där det finns utrymme för att skapa såväl förtroende och kontakt som en verklig förståelse för projektet. När man involverar barn i denna typ av process är det viktigt att bygga relationer och tillit mellan deltagarna och de som leder processen. För barn kan det även ta lång tid att skapa sig en förståelse för projektet och dess kontext, vilket behövs för att genomföra en förankrad och värdefull process.

□ *Budget för kvalitet*

Det behöver finnas en budget som möjliggör en process med flera träffar och där det även finns tillräckligt ekonomiskt utrymme för att förverkliga det resultat som deltagarna jobbat mot.

□ *Fysiskt deltagande*

Vi tror inte att det räcker med att deltagarna ritar och designar visionen eller idén utan de bör även delta i själva genomförandet och förverkliga sina idéer. Detta är särskilt viktigt när man arbetar med barn och unga, både för att se till att slutresultatet motsvarar deras visioner – det är lätt att deras idéer glöms bort längs vägen – och för att stärka banden till projektet och känslan av tillhörighet. Om medskapandeprocessen är del av en lång utvecklingsprocess som löper över flera år kan prototypande skapa delresultat och deltagarna upplever då att det verkligen blev något av deras medverkan. Om resultatet kommer först två år senare är risken stor att deltagarna flyttat eller helt enkelt vuxit upp och tappat intresset, och då samtidigt upplevt att deras deltagande inte ledde någonstans.

□ *Långsiktig planering*

Vad händer med platsen när medskapandeprocessen är över? Att inkludera deltagare även i senare processer kan vara ett bra sätt att skapa förutsättningar för nya grupper att knyta an till platsen. När ursprungliga deltagare flyttar eller växer upp finns det risk att de värden i form av tillhörighet och omhändertagande som etablerades, försvinner. Genom att medskapandet får fortsätta i nya former fortlever och utökas känslan av tillhörighet.

☐ *Autenticitet*

Medskapandeprocessen måste vara genuin på så vis att deltagarnas bidrag värderas och respekteras. Den får inte reduceras till en symbolisk insats eller användas enbart för marknadsföring av projektet.

☐ *Skillnader mellan att involvera barn och vuxna i medskapandeprocesser*

Att involvera barn respektive vuxna i medskapandeprocesser innebär olika förutsättningar, särskilt vad gäller tid, motivation och arbetsformer.

☐ *Tid och tillgänglighet*

Barn och vuxna har olika möjligheter att delta. Barn kan delta genom skola eller fritidsverksamhet, där skolklasser har striktare tidsbegränsningar medan fritidsgrupper är mer flexibla. Barn i fritidsgrupper deltar frivilligt vilket kan ge större engagemang, men energinivån kan vara lägre efter skoldagen. Vuxna behöver delta på kvällar eller helger, vilket kräver särskild hänsyn till den tid de lägger ned. Det kan bli en skillnad på motivation mellan en skolklass som deltar "obligatoriskt" och en grupp vuxna som deltar frivilligt. Det är alltid, oavsett grupp, viktigt att värdesätta deltagarnas närvaro och insats. Att erbjuda mat vid en kvällsaktivitet är en generös gest till deltagarna och det skapar en social mötesplats i sig.

☐ *Anpassa metoder och format efter målgrupp*

Barn är generellt mer öppna för lekfulla och abstrakta inslag, medan vuxna tenderar att vara mer analytiska och kritiska i sitt förhållningssätt. Detta kräver att metoder anpassas för respektive grupp.

☐ *Praktiska förutsättningar*

Barngrupper behöver mer pedagogiskt stöd för att förstå projektets ramar och mål, men också för att förstå moment i processen. Vuxna däremot har ofta lättare att ta till sig information och har tidigare erfarenheter, vilket gör dem mer självständiga.

☐ *Arbetsinsats*

Om processen innehåller fysiska moment kan barn ofta behöva längre tid än vuxna och de behöver vanligtvis fler pauser för att hålla orken uppe. Även äldre personer kan behöva fler pauser än vuxna i arbetsför ålder.

☐ *Uppmärksamhetsspann*

Yngre barn kan uppskatta repetitiva uppgifter, medan äldre barn behöver mer variation för att bibehålla intresset. Vuxna har ofta lättare att slutföra monotona uppgifter.

☐ *Hänsyn till olika behov*

En framgångsrik process anpassas efter deltagarnas specifika behov, till exempel gällande språk och kulturella preferenser. En process som är alltför generaliserad gentemot deltagarna, kan riskera att bli exkluderande.

Utmaningar med medskapandeprocesser

Medskapandeprocesser kan ge många mervärden, men det är viktigt att komma ihåg att de inte är en snabb lösning på bristfällig utformning eller dålig stadsplanering. Dessutom kräver de att man hanterar flera hinder och utmaningar för att säkerställa att processerna blir framgångsrika.

Vi ser två huvudsakliga typer av utmaningar: externa utmaningar, till exempel ramverk, relationer och strukturer, som processen ska förhålla sig till och interna utmaningar, som ligger inom själva processen.

Externa utmaningar kan handla om resursbegränsningar som brist på tid, pengar eller personal med nödvändig kompetens eller olika inställningar hos de olika aktörerna. Vi påverkas också av orealistiska förväntningar på leveranser och resultat, men även av juridiska hinder och lagstiftning. Bygglovsprocesser kan exempelvis utgöra betydande utmaningar som komplicerar genomförandet, särskilt i gränslandet mellan arkitektur, offentlig konst och lekmiljöer som vi i Växtväcket ofta rör oss i.

En utmaning är att motivera människors deltagande i långa processer, särskilt i en tid med många vardagliga åtaganden.

Etiska frågor om deltagande kan skapa utmaningar och konflikter: Vem kan och bör egentligen vara med? Maktfördelning och inflytande är aspekter som vi hela tiden behöver förhålla oss till. God kommunikation mellan intressenter är avgörande då missförstånd kan skada förtroendet för både process och projekt.

Vi ser ofta att uppdragsgivare förväntar sig processer som är både billigare, snabbare och bättre – vilket sällan är möjligt. Medskapandeprocesser är personalintensiva och resurskrävande. Därför är det viktigt att argumentera för processernas sociala mervärden som är svåra att sätta ekonomiska värden på, men viktiga för social hållbarhet och projektkvalitet.

En av de största utmaningarna vi identifierar är risken att medskapande reduceras till en symbolisk gest eller ”dekoration”. Med detta menar vi situationer där medskapandet används som ett yttre attribut för att förbättra projektets framtoning, utan att deltagarna ges reell möjlighet att påverka. Tyvärr ser vi ofta exempel där grupper som barn och unga används som säljargument snarare än som verkliga medskapare. För att en medskapandeprocess ska vara meningsfull måste den integreras i projektets kärna och påverka både estetik och funktion. Processen bör ge deltagarna tillräckligt med tid och resurser att uttrycka sina idéer, präglas av öppenhet och transparens från uppdragsgivarens sida samt ha tydliga och ärliga ramar för deltagande. På Växtväcket strävar vi efter att skapa inkluderande processer som möjliggör meningsfullt deltagande på riktigt för alla inblandade.

Upprätthålla långsiktiga effekter genom medskapande skötsel

En svårbalanserad aspekt av medskapandeprocesser i stadsutveckling är de långsiktiga effekterna. Idealet är att de som utvecklar en plats också ska vara dess långsiktiga användare. Verkligheten ser ofta annorlunda ut – de involverade grupperna, som skolbarn eller familjer, kanske bara stannar tillfälligt på platsen. Detta kan leda till att den initiala ägandekänslan gradvis försvinner.

Hur skapar man då bestående effekter i medskapandeprocesser? Vi har hittat två metoder för att jobba med detta:

- regelbundet återkommande projekt med fasta intervaller, till exempel vart tredje till sjätte år eller oftare, beroende på kontext
- kontinuerliga processer med låg tröskel för deltagande.

Växtvärdet tror på konceptet medskapande underhåll och skötsel, något som tillämpas bland annat i Belgien⁵. Grundtanken är att ägarskap kan utvecklas genom aktiv omsorg om platsen, även när man inte kan påverka dess grundläggande utformning. Ett praktiskt exempel är när en skolklass tillsammans med ett skötselföretag tar ansvar för skolgårdens skötsel och grönområden. Detta skapar en långsiktig process och olika grupper kan rotera ansvaret över tid.

Vi arbetar även med något vi kallar *aktivering*, som ofta bygger på pedagogiska och kulturella aktiviteter. Nya grupper kan därmed komma till en plats, delta i aktiviteter och utveckla en relation till platsen. Den stora utmaningen ligger i finansieringen och den långsiktiga driften av dessa processer. Ett koncept som medskapandeskötsel skulle kunna integreras i löpande underhållskostnader och kombineras med andra medskapandeprocesser, såsom aktivering.

Implementeringen av dessa idéer kräver nya samarbetsformer. Dagens system, där fastighetsägare och skolor ofta anlitar externa underleverantörer för skötsel, skapar särskilda utmaningar. Utmaningen blir då att arbeta med dessa underleverantörer och övertyga skolor och fastighetsägare om att medskapandeprocesser är värdefulla, även i mindre projekt.

⁵ Space for play (2025). *Nature heroes*. Webbsida.

Prototypande

Vi på Växtvärdet använder oss av en rad olika metoder i våra projekt. En av våra grundprinciper är ”medskapande bortom papperet”. Det innebär att de medskapandeprocesser vi genomför inte endast handlar om att göra skisser och design tillsammans eller att utgå från medskaparnas idéer i genomförandet, utan om att deltagarna även får vara med och bygga prototyper av sina visioner.

I våra projekt använder vi oftast två olika metoder för praktiskt skapande. Den ena handlar om växtlighet – att plantera, odla eller skapa gröna delar i designen. Den andra, prototypande, är ett sätt att snabbt skapa delar av en framtida gestaltning för att testa olika aspekter av designen. Det kan handla om att utforska form, estetiskt uttryck, material, färg, funktion, placering eller andra faktorer. Prototyper byggs i skala 1:1, vilket skiljer dem från modeller.

Vi ser följande fördelar med prototypande:

Snabba tester: Prototypande möjliggör snabb gestaltning och utförande, vilket gör att man på kort tid kan testa olika idéer och förslag.

Kostnadseffektivitet: Prototyper är billigare att bygga än att beställa eller skapa dyra och permanenta produkter.

Överskådlighet: Metoden bryter ner långa, tröga utvecklingsprocesser (som ofta tar flera år och är svåra för deltagarna att följa) till kortare och mer hanterbara tidshorisonter. Stadsutveckling blir synlig och konkret.

Synliggörande: Prototyper kan synliggöra parametrar eller aspekter som varken deltagarna eller projektgruppen tänkt på i början av processen.

Flexibilitet: Prototyper kan justeras och anpassas även efter att de placerats ut. Man kan lägga till eller ta bort delar, vilket gör att man inte är låst vid en lösning från början.

Konfliktlösning: Prototyper kan minska konflikter genom att visa deltagarna hur vissa idéer kanske inte fungerar som förväntat.

Permanent användning: Ibland kan älskade prototyper permanentas och bli en fast del av platsen.

Synliggöra uppskattning och mervärde: Prototyper kan fungera som visad uppskattning för deltagarnas tid och insats efter avslutad process. Prototypen kan flyttas vidare till andra platser och användas av andra grupper, vilket skapar mervärde.

Platsidentitet: Prototyper kan bidra till en konkret platsidentitet och fungera som tydliga fixpunkter för deltagarnas engagemang.

Under rubriken Växtvärkets arbete med prototyper på s. 116 visar vi olika exempel på hur vi har arbetat med prototyper i våra projekt. Om du vill läsa mer om att prototypa som metod kan vi rekommendera sammanställningen *Prototypa! Bygga platser tillsammans* (2023)⁶.

Mod att misslyckas

Rädslan för att misslyckas eller få negativ respons är något vi i Växtvärdet ofta möter när vi förespråkar medskapandeprocesser. Under våra tio år har vi genomfört många projekt – inte alla har blivit perfekta, men samtliga har förbättrat platsen och skapat värde. Det är alltid bättre att involvera barn och ungdomar än att inte involvera någon alls. Det verkliga misslyckandet är när ingen involveras.

En viktig observation är att det finns en risk att vilseleda deltagare, oavsett ålder. Barn och ungdomar genomskådar snabbt om de endast används för marknadsföring eller om ingen verkligen lyssnar på deras åsikter. De värderar sin tid och vad de får ut av processen – precis som vuxna gör. När det finns begränsningar är det bättre att genomföra en mindre process med fokus på specifika detaljer, än att utlova något man inte kan leverera. Tydlig kommunikation är avgörande för förtroendet.

Om man jobbar återkommande i samma område sprider det sig ganska snabbt om man förtjänar deltagarnas tid eller inte. Viktigt att notera är att det vi syftar på när vi skriver om lyckade processer till liten del handlar om hur resultatet blev utan snarare om hur processen dit såg ut.

Medskapandeprocesser som ett verktyg för trygghet

Under de tio år vi har arbetat med medskapandeprocesser har vi kunnat observera olika effekter på de platser vi har utvecklat och förvaltat. Vi vet att medskapandeprocesser kan öka känslan av trygghet genom att deltagarna får en starkare känsla av ägandeskap, ansvar och tillhörighet till platserna.

I projekt som pågår under längre tid ser vi att tryggheten förstärks ytterligare. När människor i närområdet möts regelbundet i workshoppar, utformningsaktiviteter eller evenemang, skapas sociala kontakter och anonymiteten minskar. Vi ser också att platser som utvecklas genom medskapande ofta får fler funktioner, vilket ökar rörelse och aktivitet i området. Detta minskar risken för skadegörelse och antisocialt beteende.

⁶ Göteborgs Stad, SLU Tankesmedjan Movium (2023). *Prototypa! Bygga platser tillsammans*.



Vi vet att Naturmolnet bidrar till ett tryggare område genom att platsen har blivit en viktig pusselbit i det sociala och kulturella nätet i området. Tack vare platsens mångfald används den för en rad olika aktiviteter. Här ser vi skolans orkester som spelar en konsert för föräldrarna och grannskapet. Foto: Växtvärket.

Utifrån dessa erfarenheter ser vi att medskapandeprocesser inte bara gör platser tryggare utan också bidrar till trygghet på en större, samhällelig nivå. När utomstående ser att områden tas om hand och att demokratiska processer fungerar, stärks både deltagarnas självkänsla och tilliten till samhället.

Här nedan presenterar vi fyra aspekter som vi ser bidrar till trygghet: platsanknytning, social gemenskap, multifunktionalitet och känslan av att vara en betydelsefull samhällsaktör.

Platsanknytning

Platsanknytning är ett centralt koncept inom miljöpsykologin som beskriver människors kognitiva och emotionella relationer till en plats.⁷ Detta koncept är särskilt relevant när man arbetar med att skapa tryggare miljöer genom medskapande metoder.

⁷ Vorkinn, M., & Riese, H. (2003). *Environmental Concern in a Local Context: The Significance of Place Attachment*.

Vår erfarenhet visar att medskapandeprocesser verkar öka tryggheten på en plats genom att deltagarna utvecklar starkare ägandeskap, ansvar och tillhörighet. Precis som de flesta av oss är mer försiktiga med saker vi själva har skapat – till exempel ett hantverk – ser vi samma mönster i relation till platser.

I vårt praktiska arbete blir platsanknytningens fördelar särskilt tydliga. När samma grupp återkommande arbetar med en plats genom att bygga, odla eller måla, ser vi att deras band till platsen stärks. Det praktiska görandet främjar en stolthet över både det gemensamma verket och den egna förmågan, oavsett deltagarnas ålder.

Vår upplevelse är att detta skapar en positiv spiral: positiva platsupplevelser genom skapande ökar anknytningen, vilket i sin tur leder till mer interaktion med platsen. Vi ser ofta hur unga människor som varit med och skapat platser återvänder, tar med sig familj och vänner, och uppvisar en skyddsinstinkt. På våra platser har vi till och med sett hur barn med stark platsanknytning aktivt motverkar negativt beteende från andra besökare.

Ett konkret exempel är våra två projekt Guldängens bygglek och Naturmolnet i Sofielund. Trots att platserna har mycket löst material och enklare konstruktioner är skadegörelse relativt ovanligt. Vi är övertygade om att detta beror på det lokala medskapandet och att det syns på platsen. När många boende, särskilt barn, har varit involverade i att skapa platsen blir tröskeln för destruktivt beteende sannolikt högre, även för dem som inte själva deltog men känner någon som gjorde det.

Social gemenskap

I många medskapandeprocesser, särskilt de som pågår under längre tid, kan processen bidra till trygghet genom att stärka den sociala gemenskapen. När människor i närområdet träffas flera gånger under en process, till exempel i workshoppar, aktiviteter relaterade till utformningen eller olika sorters evenemang, kan sociala kontakter skapas, vilket kan minska anonymiteten. Att känna sina grannar och veta vilka som bor i området ser vi skapar trygghet, särskilt när de som bor i området deltar aktivt i att påverka sin närmiljö.

I våra processer arbetar vi för att främja gemenskap genom metoder som uppmuntrar samarbete och dialog. Våra workshoppar innehåller ofta kollektiva designmoment där deltagarna lär känna varandra och diskuterar gemensamma idéer. Vi inkluderar också måltider, som grillning eller fika, eftersom detta kan skapa samhörighet och utrymme för att lära känna varandra bättre. Dessa sociala band fortsätter ofta att utvecklas även utanför våra organiserade aktiviteter.

Deltagare efterfrågar ofta själva gemenskap i medskapandeprocesser, medvetna om att det finns få platser där de kan mötas i det offentliga rummet. Detta återspeglas i designönskemål som främjar samvaro, exempelvis grillplatser, pizzaugnar eller utekök. Vid möblering ser vi ofta en önskan om gemenskapsfrämjande möblering, som långbord där många kan

samlas för att äta, arbeta, ha studiecirkel, spela kort eller bara umgås. Ett annat exempel är att i stället för en solstol för en person, skapa en lång version för fem personer. Denna önskan om gemenskap har vi tydligt sett hos både tonåringar och seniorer i våra projekt.

Multifunktionalitet

Ett sätt att skapa trygga platser är att öka användning och rörelse, så att det så ofta som möjligt finns människor som rör sig på och omkring platsen. Det gör den mer levande. Vi har lyckats bäst med detta genom att skapa många olika element och funktioner som attraherar olika målgrupper. Detta sker ofta naturligt i våra medskapande designprocesser, där olika grupper bidrar med sina specifika behov och önskemål. Även om vi främjar en gemensam vision är det viktigt att inkludera och kombinera individuella intressen.

När vi pratar om multifunktionalitet kopplad till trygghet tänker vi att en plats till exempel inte bara är en lekplats utan kan fylla flera funktioner. Exempelvis finns på Naturmolnet en grillplats intill ett långbord under ett solsegel; denna plats fungerar både som utekontor och lunchställe. Platsen används bland annat av barn, av skol- och hemtjänstpersonal under lunchen och av vuxenutbildningar, samt för lektioner, rast och fritid. Där finns även en mindre scen som används vid luciafiranden, skolfester, kulturevenemang och kommunala möten.

Utemöblerna är varierade och färgglada och bjuder in olika åldrar och fysiska förmågor att använda dem. Platsen är vild, och samtidigt har vi en rullstolsramp som tillåter rörelse för flera. Seniorer går dit för mindre promenader och för att titta på de växter barnen har planterat. Hundägare bidrar till en kontinuerlig rörelse i området eftersom de är aktiva större delen av dygnet. Även om det kan bidra till nedskräpning är hundrastning i stort ett positivt tillskott.

Lek med löst material

En funktion som vi gärna bygger in i våra platser är möjligheten till lek med löst material, inspirerat av bygglekens principer. Detta innebär att vi placerar ut behållare med stabila men lösa material som plankor, stockar och stora stenar, ofta återvunnet spillmaterial. Materialen kontrolleras för säkerhetsrisker men lämnas sedan fritt för lek. Denna strategi kräver kontinuerligt underhåll genom regelbunden inspektion, borttagning av slitet material och påfyllning av nytt. Trots dessa insatser överväger fördelarna ofta underhållskostnaderna. Medan platser med fasta installationer efter ett tag blir repetitiva, för att elementen bara tillåter en viss funktion, är löst material bara begränsat av användarens kreativitet.

Vi upplever att barn oftast älskar att bygga hinderbanor. De kopplar ihop olika element med plankor och skapar nya lekmöjligheter. Detta ökar inte bara deras fysiska aktivitet utan resulterar också i att de besöker platsen oftare. Vid vårt veckovisa underhåll samlar vi in material, sorterar bort utslitna delar och tillför nytt, vilket ger barnen nya kreativa

möjligheter varje vecka. Detta är en stor kvalitet för platsen som inte kostar oss mycket, men användningen ökar betydligt.

Lek med löst material har alltså positiva effekter på multifunktionalitet och ökad vistelse, iakttagelser som stöds av resultaten i en sammanställning om riskfylld utelek som Folkhälsomyndigheten gjort.⁸ Sammanställningen konstaterar att de positiva hälsoeffekterna av den sortens lek överväger de risker som finns. Detta är särskilt relevant för platser med regelbunden tillsyn av personal som enkelt kan inkludera arbetet med lösa material i sina rutiner.

Känslan av att vara en betydelsefull samhällsaktör

Om vi höjer blicken och betraktar trygghet ur ett bredare perspektiv ser vi att medskapande metoder kan ge ytterligare positiva effekter. Genom processen kan både deltagare och utomstående se att det finns människor – barn, föräldrar och andra – som bryr sig om sitt område och samhällsutvecklingen. Detta kan i sig stärka trygghetskänslan i området.

Barn och unga, men även andra, som deltar i medskapande projekt får uppleva att demokratiska processer fungerar och leder till konkreta resultat. Vi märker att det stärker deras tillit till demokratiska institutioner och processer. Att involvera barn och unga, lyssna på dem och låta dem påverka, bidrar dessutom till deras självbild och förståelse för demokrati.

I projektet Gatulabba har vi sett att barn som deltagit utvecklats mycket under de månader processen pågått, vilket även bekräftats av lärare och förskolepersonal. När barn märker att vuxna lyssnar på riktigt, värderar de sina idéer högre och arbetar mer engagerat. När deras idéer sedan omsätts i prototyper som får synas i stadsrummet kan deras självförtroende växa ytterligare. Det finns få platser där barn i dag får en verklig chans att påverka sin omgivning och lämna avtryck. Känslan av att faktiskt kunna påverka upplever vi leder till mer självständiga individer.

Vi märker också att deltagarna upplever stolthet över att ha skapat något tillsammans, vilket stärker deras självkänsla, resiliens och handlingskraft. Genom att Växtväcket är en ideell förening och en civilsamhällesaktör kan lyckade projekt dessutom visa på civilsamhällets förändringskraft. Detta hoppas vi bidrar till en känsla av trygghet i att även icke-kommunala aktörer kan driva positiv utveckling.

⁸ Folkhälsomyndigheten (2024). *Riskfylld utomhuslek har positiva effekter på barns hälsa*. Webb sida.

Exempel på Växtvärkets arbete

Växtvärdet driver i dag många olika projekt som varierar i både skala och syfte. En del av projekten initieras av själva medan andra beställs av bland annat offentliga aktörer. För att konkretisera vårt arbete presenterar vi här tre av de projekt vi driver i Malmö: Guldängens bygglekplats, grannskapsträdgården Naturmolnet och projektet Gatulabba. Genom dessa exempel vill vi ge en tydligare bild av hur våra idéer och metoder tar form i verkliga miljöer, samt hur vi ser att de knyter an till trygghet.

Gatulabba – barns vägar till rörelse

Gatulabba är ett projekt med fokus på barns rörelsefrihet och deras delaktighet i stadsplanering. I början finansierades projektet av Allmänna arvsfonden. Under två år genomfördes designprocesser tillsammans med olika barngrupper på olika platser i Malmö, där de fick skapa visioner och bygga prototyper för hur en barnvänlig gata skulle kunna se ut. I dessa processer testade och utvecklade vi flera metoder för att arbeta med barn, vilket resulterade i en bred verktygslåda för barninvolvering. Metoderna samlade vi i Gatulabbas metodbank på gatulabba.se. Ett centralt mål var att tillgängliggöra dessa metoder för andra som vill involvera barn i stadsutveckling och göra så att metoderna går att använda i andra medskapandeprocesser.



Gatulabbas gatufest. Gatulabbas designprocesser avslutas med en gatufest där barnen får inviga och presentera sina prototyper och visioner om hur en barnvänlig gata kan se ut. Foto: Andreas Åberg.

Designprocesserna pågick under fem månader med barngrupper som återkom varje vecka. Vi valde gator att jobba med och bjöd in elever från intilliggande skolor och förskolor. De delades in i tre åldersgrupper – 5–7 år, 8–12 år och 13–18 år – med anpassade metoder och upplägg för varje grupp. De långa processerna möjliggjorde att projekten blev väl förankrade hos barnen och att barnen kunde utveckla en stark tillhörighet till resultaten. Designprocesserna avslutades med att barnens idéer om hur en barnvänlig gata kan se ut för dem, byggdes i verklig skala i form av prototyper.

Installationerna placerades ut längs de utvalda gatorna under sommaren, vilket vi kunde se ökade tryggheten längs gatan och synliggjorde de ungas närvaro för förbipasserande bilister. De nya elementen tycktes också främja spontan lek och skapade mötesplatser som bidrog till fler naturliga möten i närområdet.

Framgångsfaktorer för Gatulabba:

- många och regelbundna workshoppar
- prototyper som byggs tillsammans och placeras ut i det offentliga rummet
- involvera grupper som använder platsen
- anpassa upplägg och metoder efter ålder
- relationsbyggande genom återkommande träffar.

Hur upplever vi att Gatulabba har bidragit till trygghet?

Vi upplever att Gatulabba har bidragit till trygghet genom att prototypa platser där barns närvaro och engagemang är centralt. När barn deltar i att designa och bygga prototyper, kan vi se att de utvecklar en stark känsla av ägandeskap och ansvar för platsen. Detta kan vi bland annat se genom en mycket låg nivå av vandalism – att både barnen och andra i området värnar om något som skapats tillsammans.

Om något väl inträffade, som mindre skadegörelse, var barnen ofta de första att berätta för oss och ibland visade det sig till och med att de visste vem som låg bakom. Deras relation till platserna och engagemang i projektet skapade en naturlig kontrollmekanism och ett skydd för miljön.

Vi ser dessutom att de fysiska installationerna har gjort tidigare otrygga miljöer tillfälligt mer levande och aktiva, eftersom fler människor samlas och använder platserna. Detta verkar ha skapat en ökad social närvaro och stärkt trygghetskänslan, för både barn och andra boende i området.

Sammantaget ser vi att Gatulabba har bidragit till trygghet genom att minska anonymiteten, förebygga vandalism och bygga gemenskap kring temporära platser. Projektets utvecklade metoder för barninvolvering ger flera möjligheten att arbeta för ökad trygghetskänsla genom medskapandeprocesser.

Naturmolnet – från ödetomt till grannskapsträdgård

Naturmolnet är en 700 m² stor offentlig plats i Malmö-stadsdelen Sofielund. Efter att ha varit en ödetomt i 25 år transformerades platsen 2020 genom projektet Case Sofielund 2030 till en grannskapsträdgård och populär mötesplats. Projektet drivs i skrivande stund av Växtväcket i samarbete med lokala krafter från boende, skolor, förskolor, föreningar och konstnärer i närområdet.

I uppstarten arbetade vi med traditionella medskapandemetoder där olika grupper bjöds in till workshoppar för att utveckla kreativitet och framtidsvisioner för platsen. Genom demokratiska processer valdes genomförbara idéer ut, som låg inom budget och var praktiskt möjliga att förverkliga.



Tomten som i dag kallas för Naturmolnet, låg öde under 25 år och upplevdes som en otrygg plats i grannskapet. Genom medskapandeprocesser har det blivit en omtyckt och tryggare plats. Foto: Växtväcket.

En nyckelfaktor har varit den långsiktiga processen där cirka 4 000 barn har involverats, varav många har deltagit flera gånger. Det praktiska arbetet med att etablera platsen genomfördes tillsammans med barnen – från att skyffla jord och bygga odlingsbäddar till att plantera, vattna och måla. Det som utmärker projektet är den omfattande fysiska arbetsinsatsen, där barnen fick konkret erfarenhet av vad som krävs för att genomföra ett projekt. Detta engagemang har skapat stark förankring i närområdet och resulterat i mindre skadegörelse än förväntat.

Underhållet sköts löpande tillsammans med deltagarna, där särskilt barn från närliggande skolor hjälper till med städning. Städningen har integrerats som en naturlig del av alla aktiviteter, vilket vi ser har gjort att barnen ser det som både meningsfullt och roligt. Detta har sannolikt ökat deras vilja att hålla platsen ren.

Framgångsfaktorer för Naturmolnet:

- praktiska workshoppar
- demokratiska processer i alla delar
- temporära och föränderliga platser skapar nyfikenhet
- många olika grupper i närområdet har inkluderats
- skötsel som en del av medskapande
- grannars starka förankring på platsen leder till ökat ansvarstagande.

Hur upplever vi att Naturmolnet har bidragit till trygghet?

Naturmolnet har utvecklats till en naturlig mötesplats i Sofielund och på så sätt bidragit till att minska anonymiteten bland invånarna i området. Vi kan se att platsen har blivit väl förankrad hos olika grupper som känner ägandeskap, vilket visar sig genom att användarna också tar hand om den. Naturmolnet är en flexibel plats med många olika funktioner vilket gör att den används av många olika grupper som aktiverar platsen över större delen av dygnet – vilket bidrar till ökad trygghet i området.



Foto: Växtväcket.

Guldängen – på bygglekplatsen är barnen bygg- och trädgårdsmästare, medan vi vuxna är medhjälpare

Guldängen är en av Sveriges få bygglekplatser – en plats där barn själva skapar sin lek-miljö. Vi tillhandahåller personal, material och verktyg, medan barnen förverkligar sina egna visioner. Under 1960- och 1970-talen var Sverige ett föregångsland för bygglekplatser, men i dag finns endast ett fåtal kvar. Guldängen, som öppnade 2017, är Malmös enda bemannade lekplats av detta slag.



Guldängen ligger på allmän parkmark och drivs därför utan staket eller grind. Platsen är därmed tillgänglig dygnet runt och kan användas även utan personal på plats. Foto: Växtväcket.

För Växtväcket fungerar Guldängen som mer än bara en bygglekplats – den är en nod för medskapande inom arkitektur och stadsplanering och utgör grunden för vårt arbete med medskapandeprocesser. Det unika med Guldängens processer är att barnen skapar platsen utan externa ändamål, styrda enbart av sin egen kreativitet och sina idéer. De enda begränsningarna rör säkerhet samt tillgång till material och verktyg. Detta gör platsen till ett perfekt labb för att studera hur barn agerar när de får fullt förtroende att utforma sina miljöer.

Vi ser tydliga lärlurvor i barnens utveckling. Förstagångsbesökare kan inledningsvis ha svårt att hantera den kreativa friheten. De börjar ofta försiktigt med bekanta former och funktioner. Vid återkommande besök sker en märkbar förändring – barnen börjar se sig själva som platsens ägare och skapare.

De utvecklar även en förståelse för platsens kollektiva natur. Större delen av byggandet består av vidareutveckling av befintliga projekt, eftersom det är tidskrävande att bygga helt nya kojor från grunden. Detta skapar en naturlig respekt för andras skapelser och en omsorg om de gemensamma byggnaderna.

Att djupdyka i och utforska medskapande metoder på en bygglekplats är en process utan slut. Varje arbetspass med barngrupper ger nya insikter och perspektiv.

Framgångsfaktorer för Guldängen:

- tillåtande plats
- möjlighet till löpande medskapande av platsen
- kontinuerlig förändring av platsen ökar attraktiviteten och vistelse
- målöppenhet skapar spännande resultat.

Hur upplever vi att Guldängen har bidragit till ökad trygghet?

Guldängen levandegör i dag en park som tidigare knappt användes av de boende i området på grund av otrygghet. I dag använder de boende parken, även utanför byggleken, och vi märker att de gärna placerar sina picknickfilar strax intill Guldängens område. Vi upplever det som att byggleken har *tryggt* området.

Platsen bjuder in till längre uppehåll för familjer och områdets barn och skolklasser från hela staden kommer på besök. Att platsen är bemannad under dagtid bidrar till mer rörelse under en tid när inte många andra är ute i parken och närvaron av vuxna är betydelsefull.

Växtvärkets arbete med prototyper

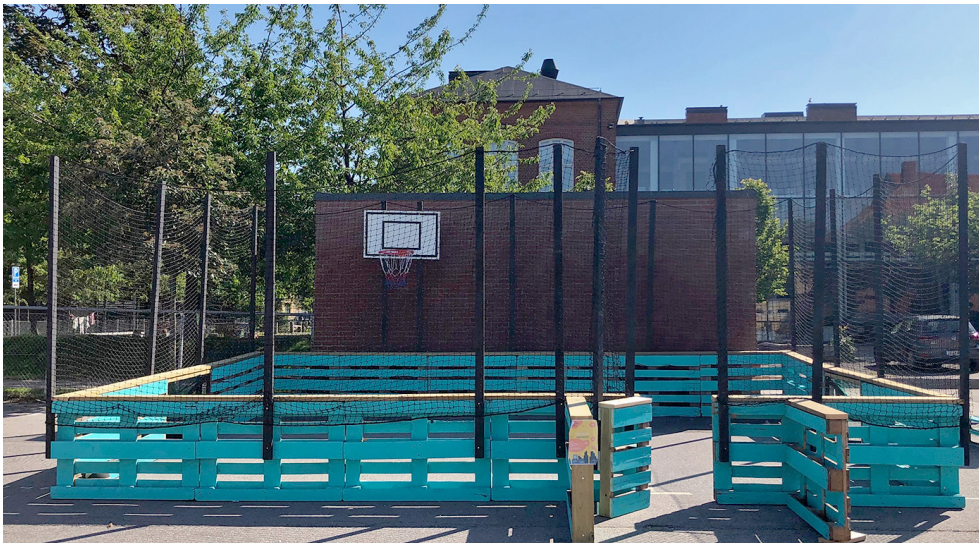
Tillsammans med deltagarna bygger vi deras idéer. Prototyperna skapas i workshop-format, där vi som leder den ansvarar för material, verktyg, tekniska ritningar och för att skapa en trygg miljö. Även de som inte har tidigare erfarenhet av att bygga ska känna sig inkluderade och trygga i att delta. Ofta är själva byggandet en stor del av upplevelsen. Vi skapar en trevlig stämning genom att inkludera gemensamma måltider eller fika som en del av processen.

I våra prototypverkstäder lägger vi särskild vikt vid att tekniska ritningar och designskisser är enkla, repetitiva och modulära. Detta gör det möjligt för fler att delta och förstå processen, eftersom lösningarna är enkla att kopiera. Vi använder återbrukade material för att tillföra en dimension av ekologisk hållbarhet och visa hur man kan arbeta kreativt med befintliga resurser.

När vi inte kan använda material från cirkulära flöden, arbetar vi med traditionella byggmaterial, särskilt trä. Det är ett material som många redan har erfarenhet av och känner sig trygga med att använda. Det kräver inga tekniskt avancerade verktyg, vilket främjar aktivt deltagande. Dessutom är trä enkelt att underhålla och byta ut vid behov.

Eftersom vi arbetar med offentliga miljöer siktar vi på robusta och stabila designlösningar. Detta påverkar både materialval och utformning och bidrar till lång hållbarhet och överlevnad för prototyper i utomhusmiljöer.

Följande bilder visar fyra exempel på prototyper som byggts i Växtvärkets medskapandeprocesser:





Multisportarenan: Inom projektet Gatulabba ville en grupp ungdomar ha ett ställe där de kunde umgås och röra på sig utan att känna sig i vägen för andra. De upplevde att det var svårt att hitta platser utomhus i staden som de inte blev bortkörda från. Fem parkeringsplatser stängdes av och gav plats till denna multisportarena, byggd av lastpallar, för en sommar. Foto: Andreas Åberg och Växtväcket.



Cykelguppbanan: Banan byggdes av femåringar i projektet Gatulabba. De upplevde att den vanliga cykelbanan var för snabb och tråkig. De ville ha en egen rolig och fin cykelbana intill den vanliga. Foto: Andreas Åberg och Växtväcket.



Vulkantrontrappan: Tillsammans med en fritidsklass skissade och byggde vi en temporär möblering utanför Malmö stadsbibliotek under höstlovet 2023. Barnens önskemål var topografi, en stor tron, samt en sittmöbel som samtidigt skulle fungera som en lekkoja. Materialet som användes var enkla byggreglar och paneler från bygghandeln. Foto: Växtvärket.



Fantasiträd: I projektet Street Moves, tillsammans med ArkDes och Södertälje kommun, genomförde Växtvärket medskapandeprocesser. Projektet skapade moduler för att möblera en gata. Barn fick skapa löv som sedan monterades ihop till fantasiträd. Foto: Daniel McCarthy.

Förslag och rekommendationer för idrotts- och friluftsanläggningar

Vi ser att medskapandeprocesser har stor potential att bidra till tryggare miljöer på många olika typer av platser – så också anläggningar för idrott och friluftsliv. Som avslutning på detta kapitel vill vi därför skicka med några idéer som skulle kunna appliceras på just idrotts- och friluftsanläggningar.

Medskapande i idéfasen

I våra projekt använder vi oss av olika metoder för att få in tankar och åsikter från användare eller människor som rör sig eller bor i området. Några metoder är mer *aktiva* och kräver att vi spenderar mycket tid på plats, medan andra är mer *passiva* och därigenom behöver mer tid för design och spridning. Nedan beskrivs några av våra olika metoder.

Minifest

Ett av de mest effektiva sätt som vi har samlat in input från ett område är att bjuda på korv och bröd. Gratis mat och dryck skapar ett incitament att dyka upp och när man är på plats är det lättare att svara på frågor, fylla i en enkät, eller bygga en modell.

Break-up letter

En mer passiv metod vi har arbetat med är att designa vykort som ger användare möjlighet att skriva om en plats och hur den upplevs. Vi använder oss här av antropomorfism (vilket innebär att man föreställer sig att ett icke-mänskligt föremål har mänskliga egenskaper), och låter personer skriva vad vi kallar för ett *break-up letter* där deltagarna ska avsluta sin relation med sin gata. Det ger utrymme för att på några få rader skriva om man är missnöjd med utformningen av platsen. Vykort med frimärke delas ut till grannar eller verksamheter i området. Denna metod används inför en längre process för att samla in åsikter och etablera kontakt med användare.



Kära Badhusgatan,
det är inte jag, det är du...

*Beskriv varför du gör slut med Badhusgatan. Vad är anledningen - vad har varit dåligt? Hade ni också några fina stunder ihop?

Växtvärket
Norra Grängsbergsgatan 35
214 48 Malmö

Break-up letter från projektet Street Moves i Södertälje, via ArkDes. Verksamheter och användare av platsen fick fylla i vykortet, som ett enkelt sätt att samla in åsikter under idéfasen.

Drömmarnas fönster

Detta är en enkel och lågintensiv metod för kreativt skissande på plats. Vi använder oss av plastfolie som vi spänner flera varv mellan två träd, ljusstolpar eller gatuskyltar på platsen eller monterar upp ett fönster på stolpar. Besökarna får sedan använda den genomskinliga ytan för att skissa direkt på platsen; på så sätt kan de rita hur de vill att platsen ska se ut och testa sina idéer.



På en genomskinlig yta får deltagare i workshop rita in och testa sina idéer för platsen. Foto: Växtvärket.

Medskapande i implementeringsfasen

För att komma vidare från önskemål och idéer till fysiska förändringar krävs särskilda format som har låga trösklar och är inbjudande för de som ska inkluderas i processen.

Byggverkstad

Tillsammans med organiserade barn- och ungdomsgrupper, i form av fritidshem eller föreningar, genomförs design- och byggworkshoppar för att tillsammans skapa enklare utemöbler. Barnen får ta fram idéer samt tydliggöra önskemål och utformning, och sedan även bygga själva möblerna. Denna process kan användas för att utveckla eller komplettera anläggningens möblering tillsammans med de som använder platsen regelbundet.

I Växtvärket upplever vi att det genom att medskapandeprocesser inkluderas i designskedet utvecklas möbler som kombinerar olika funktioner och därmed främjar både lek, återhämtning och exempelvis fungerar som utekontor. På detta sätt kommer platserna användas av flera målgrupper och under flera tidpunkter under dygnet.

Familjeodling

Många familjer vill odla men har varken plats eller kunskap. I Växtvärket har vi erbjudit gemenskapsodlingar för familjer och andra grupper en gång per vecka på olika platser i staden. Detta är ett enkelt sätt att skapa snabba förbättringar av en plats samtidigt som det bygger gemenskap. Odlingarna kan även ses som prototyper för till exempel framtida grönytor. Odlingsslådorna kan flyttas och arrangeras om, vilket kan vara ett verktyg för att undersöka en framtida mer permanent utformning. Familjeodlingen aktiverar människor och visar på omsorg om platsen.

Medskapande i förvaltningsfasen

Utepedagogik – Ett sätt att inkludera medskapande i förvaltningen är att utveckla oprogrammerade lekmiljöer tillsammans med de barn som använder platsen. Skötselpersonal på anläggningen kan samla in löst material i form av grenar och stockar som sedan kan bli grunden för lek och kojbygge. I workshoppar med barngrupper påbörjas kojbyggena och sedan lämnas mer löst material kvar på platsen för att uppmuntra till fortsatt kojbygge. Detta aktiverar platsen och blir i sin tur ett tecken på att platsen är omhändertagen. En plats som är synligt föränderlig skapar en grund för fler medskapandeprocesser.

Skötsel – Medskapande i skötselfasen kan ske på många olika sätt och nivåer. Läs mer under *Upprätthålla långsiktiga effekter genom medskapande skötsel* på sida 103.



Foto: Daniel McCarthy.



Foto: Daniel McCarthy.

Referenser

Arnstein, S.R. (1969). *A Ladder of Citizen Participation*. I Journal of the American Institute of Planners, vol. 35, nr 4, s. 216–224.

Bannon, L., Bardzell, J., & Bødker, S. (2019). *Reimagining participatory design*. I Interactions, vol. 26, nr 1, s. 26–32.

Göteborg Stad, SLU Tankesmedjan Movium (2023). *Prototypa! Bygga platser tillsammans*. I Stad & Land, nr 194. SLU Tankesmedjan Movium.

Folkhälsomyndigheten (2024). *Riskfylld utomhuslek har positiva effekter på barns hälsa*. Webbsida. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/miljohalsa-och-halsoskydd/miljorelaterad-halsa/barns-utemiljo/riskfylld-utomhuslek-har-positiva-effekter-pa-barns-halsa/>. (Hämtad den 15 december 2024.)

Nordh, A. & Andersson, E. (2023). *Delaktighetstrappan: och liknande modeller*. Stockholm: Sveriges Kommuner och Regioner.

Sanders, E. B. N. & Stappers, P. J. (2008). *Co-creation and the new landscapes of design*. I CoDesign, vol. 4, nr 1, s. 5–18.

Space for play (2025). *Nature heroes*. Webbsida. <https://www.spaceforplay.org/nature-heroes> (Hämtad den 18 februari 2025).

Vorkinn, M., & Riese, H. (2003). *Environmental Concern in a Local Context: The Significance of Place Attachment*. I Environment and Behavior, vol. 33, nr 2, s. 249–263.



Arkitekt: CF Möller. Foto: Lokale og Anlægsfonden.

Trygghet och rörelserikedom – hur kan den gestaltande livsmiljön bidra?

Rebecca Rubin, Arkitekturskolan vid Kungliga Tekniska Högskolan och Hemvist

Hur kan vi förstå den fysiska miljön, i relation till den fysiska hälsan? Ledtråden ligger i själva ordet ”fysisk”. Både kroppen och vår livsmiljö är fysiska, materiella. Den materiella kroppen behöver en fysisk plattform att landa i.

Gestaltningen av vår fysiska livsmiljö påverkar oss utifrån både ett funktionellt och ett estetiskt perspektiv. Staden, rummen och naturens form påverkar kroppen: hur den rör sig, var den kan röra sig, dess motoriska och sinnliga upplevelse. Även vår känsla av trygghet är formbar – känslan påverkas av hur vi utformar och gestaltar vår livsmiljö.

Jag vill med denna text utforska hur den fysiska miljön kan främja trygghet och långsiktig hälsa. Min ambition är att blicka mot det fysiska rummet och den fysiska kroppen, för att adressera hur utformningen och gestaltningen av våra livsmiljöer påverkar våra möjligheter och vår vilja att röra på oss. Med utgångspunkt i begrepp som rörelserikedom¹ vill jag lyfta fram potentialen i att skapa inkluderande, inspirerande, mångfacetterade och utmanande rum för fysisk aktivitet.

Vi kan gestalta och utforma rum för rörelse, så att de ger förutsättningar till lustfylld och trygg rörelse, för fler personer och fler grupper. För att göra det, behöver vi förståelse för de olika fysiska, sociala och kulturella förutsättningar som människor har, samt hur vi kan möta dem med olika gestaltungs-lösningar. Vi behöver också förståelse för rummets fysiska och sociala kontext.

Texten belyser hur stadsplanering, arkitektur samt sociala normer påverkar i vilken utsträckning vi och våra kroppar är aktiva, liksom hur detta formar våra rörelsemönster och vår fysiska aktivitet. Jag vill särskilt betona trygghet som en grundläggande förutsättning för utveckling, och visa hur medskapande kan bidra till mer inkluderande miljöer.

Utifrån konkreta exempel och forskning om rörelse visar jag hur den byggda miljön kan gestaltas med både glädje och utmaning i fokus, för att bidra till livslång rörelse och en bred rörelserepertoar.

¹ På engelska ”physical literacy”

Jag reflekterar över hur anläggningars placering kan påverka tillgång och tillgänglighet samt hur flerfunktionella rum kan bidra till att fler får möjlighet att röra sig mer. Jag lägger särskild tonvikt vid grupper som ofta exkluderas från idrott och fysisk aktivitet, såsom flickor och personer från socioekonomiskt svaga områden. Utifrån detta diskuterar jag hur vi kan arbeta strategiskt, för att bidra till mer inkluderande miljöer för idrott, motion och friluftsliv.

Behovet av rörelserikedom

Historikern och författaren Rebecca Solnit skriver i boken *Wanderlust* att det är dags att återigen tänka på kroppen som en kompetent rörelsemaskin, snarare än som en massa, som behöver hjälp med även de enklaste av förflyttningar.² Behöver vi verkligen rullband för att röra oss 200 meter på en flygplats, eller elsparkcykel för en kort förflyttning i staden?

Våra kroppar behöver utforska och utvecklas som rörelsemaskiner för att må bra. Det är en förutsättning för såväl vår fysiska som vår psykiska hälsa. För detta finns ett brett stöd. Men förändrade livsförutsättningar och arbetssätt, och teknikens utveckling, har skapat ett vardagsliv som i allt högre grad är passivt, och få lever i dag upp till WHO:s rekommendationer för fysisk aktivitet.³

I utveckling och tillämpning av forskning om människans motoriska färdigheter, och rörelsens betydelse för hälsa och välbefinnande, hämtar många inspiration från *physical literacy* – ett begrepp som både rymmer en teoretisk modell och har utvecklats till något av en internationell rörelse. På svenska översätts det ofta till ”rörelserikedom”, och syftar till att främja förmågan, viljan och möjligheterna att vara fysiskt aktiv och utveckla sin rörelsekompetens genom hela livet.

Rörelserikedom omfattar rörelseförmåga (vad vi kan), rörelseglädje (hur det känns) och rörelserepertoar (hur mycket variation vi behärskar). Neuroforskaren Dean Kriellaars beskriver rörelserikedom som hur fysisk aktivitet hänger samman med lust, utmaningar, trygghet och sociala sammanhang.⁴

Rörelserikedom bygger alltså på en kombination av motivation, självförtroende, kompetens, kunskap och förståelse för rörelser. Genom att bygga upp en grundläggande rörelseförmåga och trygghet i olika moment kan man öka lusten att delta i vardags- och fritidsaktiviteter. De rörelsemoment en individ behärskar, både som isolerade färdigheter och i samspel med olika kontexter och miljöer, utgör hens rörelserepertoar. Det kan handla om att röra sig i vatten eller på snö, is eller jord, men också om att navigera sociala och fysiska situationer, att röra sig i en okänd eller bekant grupp eller som ensam individ.

² Solnit (2001). *Wanderlust, a history of walking*.

³ Idrottsstatistik (2024). *Stillasittande*.

⁴ Kriellaars m.fl. (2020). *The Association Between PLAYfun and Physical Activity*.

Rörelserikedom och vår gestaltade livsmiljö

I den fysiska miljön finns möjlighet att skapa och erbjuda rörelseutmaningar som utvecklar våra rörelseförmågor och stärker våra motoriska och sensoriska förmågor. Varje bemästrad utmaning ökar vår fysiska kapacitet och skapar självförtroende och trygghet att använda kroppen, rörelsemaskinen, i nya rörelseutmaningar.

Med detta perspektiv kan vi blicka mot våra rum för rörelse, och fråga oss: är de platser som stimulerar och utmanar våra kroppars rörelseförmåga – som möjliggör att våra ”rörelsemaskiner” når sin fulla potential? Eller är de snarare utformade för att erbjuda minsta möjliga motstånd, med begränsade möjligheter till utveckling och variation?

Gestaltad livsmiljö

Begreppet gestaltad livsmiljö är ett sammanhållet och brett kunskapsområde och omfattar stadsbyggnad, arkitektur, form, design, konst och kulturarv. I planerings- och byggprocessen är arkitektur det övergripande verktyget. Arkitektur är allt mänskligt byggande och formande av den fysiska miljön.



Illustrationen visar ett rum som är gestaltat utan rörelseutmaningar. Marken är platt, utan lutning i någon rörelseriktning. Materialet skapar minimal friktion. Barnets egna muskler kan vila, eftersom elsparkcykeln står för den energi som krävs för att transportera kroppen. I denna förflyttning utvecklas få rörelseförmågor. Barnet blir en fysisk massa som förflyttas.

Ytor som erbjuder minsta möjliga motstånd ger begränsade möjligheter att utveckla rörelseförmågan. Kroppen, rörelsemaskinen, behöver utmaningar och variation.

När vi klättrar uppför en sluttning, där kroppen rör sig försiktigt i sidled eller parerar markens ojämnheter, är varje steg en utmaning, varje rörelse en balansakt. På hala underlag finslipas kroppens finmotorik, och balansen blir till en konstform i ständig utveckling. Ojämn mark erbjuder liknande provningar, där varje fotsteg kräver uppmärksamhet och precision. I vatten, å sin sida, öppnas en annan värld, där rotation, flytkraft och muskelstyrka kan utforskas och förstärkas. I vattnet är kroppen fri från markens grepp, och rörelsen får ett nytt språk.

Andra rörelseutmaningar är när vi rör oss till musik, koordinerat med en grupp eller med en boll. Hur läser vi av bollens hastighet i relation till kroppens, hur använder vi styrka och pendel för att sätta bollen i rullning, hur kommer bollen att möta en annan kropp och hur kommer den att röra sig i rummet?

Allt detta är exempel på rörelseförmågor som kroppen kan utveckla. De kan liknas vid språkförmågor som ordförråd, grammatisk kunskap och läskunnighet – färdigheter som tillsammans möjliggör läsförståelse och kommunikation. Precis som språket utvecklas i möten med det talade och skrivna ordet, utvecklas rörelseförmågan i samspel med en väl gestaltad miljö.

Våra kroppar är och landar olika

Våra kroppar är på många sätt lika varandra – de är gjorda för att röra på sig, de har potential för och behov av att utveckla sina förmågor som rörelsemaskiner. Samtidigt är våra kroppar olika, exempelvis i bredd, längd, funktionalitet, styrka, vikt och rörlighet.



Kroppen i relation till rummet. Kroppens storlek förändrar rummets nivå på utmaning och rummet påverkar i sin tur vilka rörelseutmaningar som erbjuds kroppen.

Våra kroppars skillnader blir extra tydliga när vi placeras i en fysisk miljö: någon når hela vägen upp, någon annan inte; för vissa blir det trångt att stå två bredvid varandra i korridoren, andra kan stå tre i bredd; för någon är det lätt att hoppa upp till andra trappsteget, för någon annan är det en utmaning att komma upp på det första.

Beroende på den egna kroppens förutsättningar kommer vi också att ha olika känslor inför en fysisk utmaning. Vi kan känna oss trygga och uppfyllda av lust – eller otrygga, med en växande känsla av olust.

I vårt samhälle har olika personer olika grundförutsättningar för att vara fysiskt aktiva. Det beror inte bara på fysiologi, utan även på vilken social och kulturell kontext de är uppvuxna i och lever i. Till exempel påverkar kön, ålder, utbildningsnivå och socioekonomi sannolikheten för att en person är medlem i en idrottsförening respektive nyttjar idrotts-hallar, natur och andra rörelserum i vardagen.⁵ Pojkar rör sig mer än flickor.⁶ Personer med hög utbildningsnivå och goda socioekonomiska förutsättningar rör sig mer, än personer med lägre utbildningsnivå och sämre socioekonomiska förutsättningar.⁷ Dessa skillnader syns redan bland barn i förskoleåldern, och även i andra länder och samhällen än Sverige.

Trygghet är en förutsättning för utveckling

I vår samtid finns ett stort fokus på trygghet. Ofta talar vi dock om trygghet med ett uttalat eller outtalat prefix, ”o”, alltså snarare utifrån perspektivet ”otrygghet”. Trygghet (och otrygghet) som begrepp används i många olika sammanhang, och ofta är betydelsen odefinierad, men konnotationerna går ofta till brott, våld och kriminalitet. Dessutom sammanblandas och förminskas ”trygghet” ofta med begreppet ”säkerhet”.

Kärnan i trygghet är att det är en personlig känsla, som bygger på individens egna erfarenheter. Varje individ är därmed experten, den ensamma bedömare av om en situation eller en plats är trygg eller otrygg – känns det tryggt så är det tryggt. En otrygg plats behöver därmed inte vara en osäker plats, och vice versa. Det är fullt möjligt att känna sig trygg i en osäker situation, eller känna sig otrygg på en helt säker plats.

Känslan av otrygghet får ofta konsekvenser, som att individer begränsar sina aktiviteter eller tiden de vistas och rör sig i miljöer. I Stockholms stads sammanställning av trygghet uppger var tionde kvinna att de varje dag eller varje vecka känner sig oroliga för att utsättas för brott.⁸ Oron är så stor, att de avstår från att gå ut under vissa tider på dygnet. Tre fjärdedelar (73 procent) av dessa kvinnor berättar att känslan av otrygghet gör dem extra vaksamma och drygt hälften (54 procent) att känslan av otrygghet gör att de avstår från att gå ut ensamma på kvällen.

Otryggheten leder därmed till att vissa låter bli att träna, ta en promenad, ta ett jobb, träffa vänner eller delta i fritidsaktiviteter. Vårt fokus på otrygghet har med andra ord relevans, när vi talar om förutsättningarna för rörelserikedom.

⁵ Faskunger, J. & Sjöblom, P. (red.) (2017). *Idrottens samhällsnytta: En vetenskaplig översikt av idrottsrörelsens mervärden för individ och samhälle*.

⁶ Folkhälsomyndigheten. (2024). *Barns och ungas rörelsevanor – mer rörelsefrämjande samhällen behövs*.

⁷ Blomdahl, U. & Elofsson, S. (2018). *Jämställd och jämlik! – Hälsa och offentligt resursutnyttjande på fritidsområdet bland barn och ungdomar*.

⁸ Stockholms stad (2023). *Staden totalt – Trygghetsmätning 2023*.

Trygghet är alltså mycket mer än frånvaron av rädsla för att utsättas för brott, eller frånvaron av faktisk risk att utsättas för brott. Trygghet är något som varje människa har rätt att uppleva (social, ekonomisk och kulturell) och som det allmänna har ett särskilt ansvar för (kommun, region, stat och de verksamheter som finansieras med offentliga medel). Trygghet är också en grund för handlingskraft, utveckling, hälsa och välmående. Studier visar att trygghet är A och O för att lärande ska kunna ske och för att människor ska utvecklas på bästa möjliga sätt,⁹ att psykologisk trygghet stöder framgång, särskilt i krävande och kreativt expertarbete i en alltmer komplex värld, liksom att trygghet stärker kreativitet, initiativförmåga och lärande, engagemang och känsla av sammanhang samt förbättrar en grupps prestationer.¹⁰

För att vi inte ska fortsätta att förminska begreppet trygghet, behöver vi vidga vår förståelse och tolkning. I regeringsformen återfinner vi såväl *trygghet* som dess systerbegrepp *trygga*:

Den enskildes personliga, ekonomiska och kulturella välfärd ska vara grundläggande mål för den offentliga verksamheten. Särskilt ska det allmänna trygga rätten till arbete, bostad och utbildning samt verka för social omsorg och trygghet och för goda förutsättningar för hälsa.

1 kap. 2 § Regeringsformen

Trygghet framträder, i sin fylligare form, som ett begrepp som berör livets och samhällets allra mest grundläggande fundament, samtidigt som trygghet är en förutsättning för individens utveckling. Känslan av trygghet är positiv och öppnar dörrar till nya möjligheter. Den är en förutsättning för utveckling, lärande och välbefinnande. När vi känner oss trygga, vågar vi utforska, testa nytt och växa – både som individer och som samhälle.

⁹ Edmondson, A. C. (1999). *Psychological Safety and Learning Behavior in Work Teams*.

¹⁰ Aalto-universitetet (2024). *Hur lägger psykologisk trygghet grunden för lärande, innovation och kreativitet?*

Gestalta för rörelserikedom

Idén om rörelserikedom vidgar förståelsen för vad som är rum för rörelse, från idrottsanläggningen till hela vår gestaltade livsmiljö. Rörelse finns i promenaden till skolan eller jobbet, i vardagens rum såsom skolan eller kontoret, och i de rum som naturen erbjuder, som skogen och vattnet. Idén om rörelserikedom erbjuder inte en färdig lösning att tillämpa när vi gestaltar den byggda miljön, eller ens när vi gestaltar idrottsanläggningar specifikt. Den ger dock en tydlig input till planering och gestaltning, genom att betona *lust och glädje* för rörelse samt en *variation av rörelseutmaningar* och behovet av att livslångt kunna utveckla våra kroppar och deras rörelserepertoarer.

En bred rörelserepertoar ökar känslan av trygghet, eftersom en kropp som behärskar många olika rörelser klarar fler utmaningar. Erfarenheten att kunna lära kroppen nya sätt att röra sig skapar dessutom en trygghet i att våga testa nytt och stärker förmågan att anta nya utmaningar.

Gestalta med rörelseglädje och rörelserepertoar i fokus

En av de främsta anledningarna till att barn börjar och fortsätter att idrotta är att de upplever rörelse som roligt och givande.¹¹ Glädjen för rörelse föds ur deltagandet i sociala gemenskaper, och ur tillfredsställelsen över att lära sig nya färdigheter och utvecklas, som individ eller som grupp. Därför bör vi gestalta platser för rörelse så att de är flexibla, inbjudande och variationsrika – miljöer som stödjer rörelseglädje och erbjuder olika typer av rörelseutmaningar. Syftet är att främja deltagande och utveckling snarare än att enbart betona prestation och resultat. Genom gestaltningen kan själva anläggningen ges en tydlig rörelseidentitet – ett arkitektoniskt uttryck som kommunicerar att platsen är till för fysisk aktivitet, delaktighet och tillgänglighet. Den fysiska formen kan i sig bidra till att sänka trösklarna för rörelse och låta rörelseglädjen sprida sig även till den omgivande miljön.

Det finns rum som hjälper oss att känna lust, och det finns rum där vi *känner* rörelse. Rum med fart och rörelseutmaningar sätter i gång vår fantasi: ett högt torn kan skapa nyfikenhet på vad som finns högst upp; en lång ruschkana kan väcka ett pirr i magen; ett rum som först är lågt och smalt och sen högt och brett kan skapa riktning och hastighet. Om vi tittar närmare på rum som är gestaltade för att främja rörelseglädje och en bred rörelserepertoar ser vi att de är fyllda av flera sätt att röra sig vertikalt: trappor, ribbstolar, rep hopp, kanor och träd som skapar klätterutmaningar. Gestaltningen erbjuder också rörelse i sidled på mark, vägg och golv, genom klättergrepp eller ribbstol. Gymnastikhallen har trampoliner och olika typ av underlag att landa på för att träna hopp. Även förskolemiljön kan erbjuda en variation av underlag. Byggnaderna tar hjälp av det halvt dolda för att lotsa barnen vidare i rummen och i rörelsen: fönster mellan våningsplanen och genomskärningar i bjälklagen låter barnen bli nyfikna på nästa plats och driver dem framåt i utforskande rörelse och lek.

¹¹ Centrum för idrottsforskning (2017). *De aktiva och de inaktiva*.



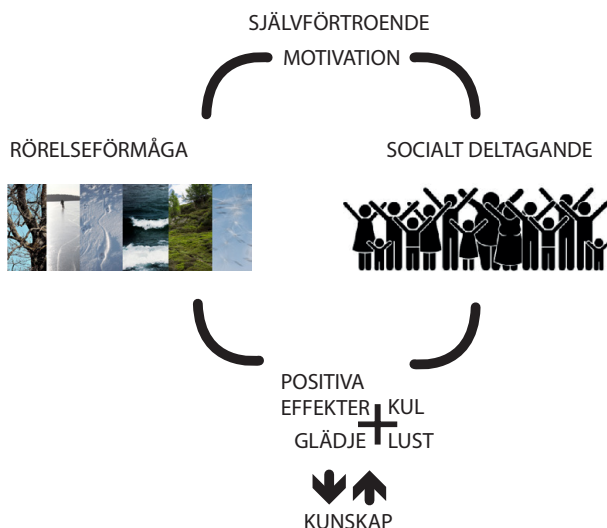
Vill du speja ut från taket över taken? Att väcka nyfikenhet och använda idrottshallens tak för rörelse fyller flera funktioner: den direkta rörelsen förstås, men det skapar också en stark identitet, Spejderhuset i Broenshoej. Foto: Lokale og Anlægsfonden.



Exemplen är många! Dessa rum är specifika till sin form och gestalt men har gemensamt att de skiljer sig från de mer generiska rum med platt golv, platt och högt tak, den typ av rektangulärt formade rum som vi är vana att vistas i. De specifikt gestaltade rummen är flerfunktionella och erbjuder en mängd rörelseutmaningar, vilket lockar till glädje för rörelse för en variation av kroppar, individer och grupper. Bilderna och och till höger från Aarhus gymnastikhall. Arkitekt: CF Möller. Foto: Lokale og Anlægsfonden.



Foto: Lokale og Anlægsfonden.



Bilden visar rörelserikedomens grundläggande komponenter för livslång rörelseglädje: lärande ger skaparglädje och lusten i sin tur möjliggör lärande. Bemästrade rörelseutmaningar och trygghet i den egna rörelseförmågan skapar motivation och självförtroende, vilket främjar ett tryggt socialt deltagande, som i sin tur stärker skaparglädje, lust och trygghet – vilket främjar motivation och lust att anta ytterligare rörelseutmaningar.



Fastigheten för förskolan var begränsad, en vanlig förutsättning i täta städer, men uppdraget för arkitekten var att skapa rum med ändlös rörelse. Förskolan gestaltades därför med en rund form och såväl tak som innergård fungerar som lekyta för barnen. Takets cirkulära löpbana skapar en ändlös löpning för barnen. Japansk förskola i Tokyo. Arkitekt: Tezuka. Foto: Dezeen.

Säkerhet kan begränsa – utmaningar kan möjliggöra

Samtidigt som en genomtänkt och trygg byggd miljö kan vara ett verktyg för att utveckla vår rörelseförmåga, kan säkerhetsperspektivet begränsa denna potential. Paradoxalt nog kan det därmed i förlängningen medföra ohälsa och otrygghet. I litteraturen om rörelserikedom beskrivs ofta två typer av säkerhet: överflödigt säkerhet och adekvat säkerhet (på engelska *surplus safety* och *adequate safety*).¹²

För att miljön ska möjliggöra för kroppen, rörelsemaskinen, att utveckla rörelseförmågor, och möjliggöra för en person att utveckla sin rörelse-repertoar, behöver det finnas möjlighet att ta risker.

När vi skapar rum för rörelseutmaning och rörelseglädje, bör därför *överflödigt* säkerhet undvikas och *adekvat* säkerhet eftersträvas. En överflödigt säkerhet kan begränsa rörelserikedomen, genom att man bygger bort variationen av rörelseutmaningar. En adekvat säkerhet ger stöd för människor att tryggt ta sig an fler rörelseutmaningar, med lagom utsatthet för risk.

Ett exempel är ”säkert” planerade lekplatser. Om lekplatser gestaltas och granskas enkom utifrån perspektivet säkerhet, finns det en risk att de inte ger tillräckligt utrymme för den utvecklande och undersökande lek som barn behöver för sin fysiska och kognitiva utveckling.¹³ Barn behöver klättra, utmana kroppens förmågor och rörelse-repertoar även på vertikalen. Att falla är en naturlig risk vid klättring. Värdet och funktionen hos en lekplats bör alltså bedömas även ur perspektivet rörelseutveckling.

Gestalta för tryggt risktagande och rörelseutveckling

Att utvecklas innebär att göra saker som vi inte gjort förut: att ta risken att utmana kroppens gränser och förmågor. Det kan till exempel handla om att som liten för första gången våga klättra upp i ett träd, hoppa från en högre avsats eller prova att cykla utan stödhjul. Om vi uppfattar risken som alltför stor – exempelvis att avsatsen känns för hög – är det sannolikt att vi känner otrygghet och tveksamhet inför rörelseutmaningen. Men om miljön ger möjlighet till gradvisa utmaningar kan vi i stället känna trygghet och lust i vårt risktagande, såsom om trädet erbjuder grenar i olika höjder, eller att någon håller en hjälpsam hand på pakethållaren. Detta främjar utveckling.

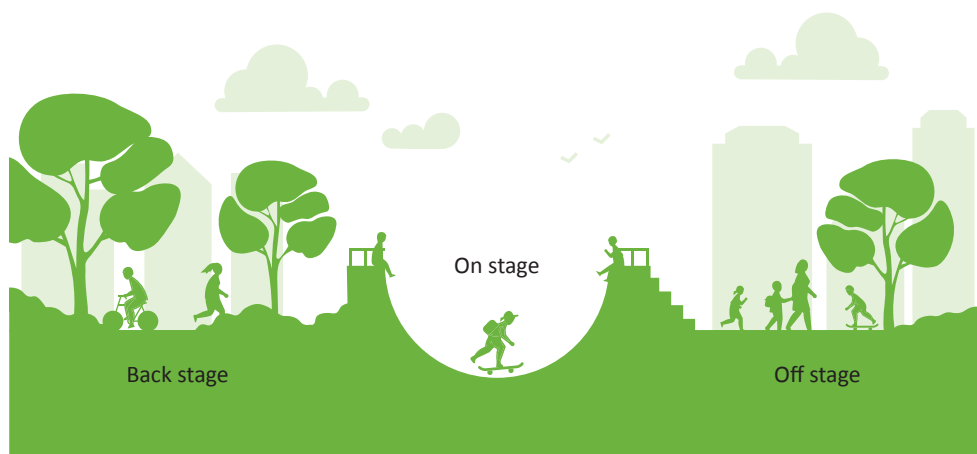
När ett barn lyckas balansera på en låg stock, och därefter vågar sig på en högre eller smalare, stärks gradvis tilliten till den egna kroppen. Att bemästra en ny eller svårare rörelseutmaning stärker vår trygghet och motivation inför nya utmaningar.

¹² Wyver m.fl. (2009). *Ten Ways to Restrict Children’s Freedom to Play*

Gestalta för olika grad av exponering

Den gestaltade livsmiljön kan också ge möjlighet till olika grad av exponering. Det är sällan bekvämt att stå på en öppen scen framför en publik och testa något nytt. På samma sätt kan det kännas obehagligt att göra det mitt i en stor hall. Om miljön även har rum med lägre exponeringsgrad, alltså platser där man kan pröva sig fram utan att känna sig uttittad, kan det främja ett tryggt risktagande och en vilja att anta nya rörelseutmaningar. Samtidigt bör rummen med hög exponeringsgrad, ”scenerna”, finnas kvar, eftersom dessa kan inspirera till att vilja ”stå på scen”. Det kan sporra fler att vid tillfälle också ”inta scenen”.

Vi kan dela in rum i tre nivåer av exponeringsgrad: onstage, offstage och backstage. Onstage-rummen har högst exponeringsgrad – här står du på scenen och andra tittar på dig. Offstage-rummen finns i utkanten av scenen, så att du syns men inte är lika exponerad som de som befinner sig mitt på scenen. Du ser vad de med ”scenfärdigheter” gör, och du kan inspireras, utan att ha allas blickar på dig. Backstage-rummen är mer avskilda. Här har du dragit dig undan, utan publik, och är inte en del av scensammanhanget – även om närheten gör att du kan känna av scenens identitet och energi.



Mer rörelse genom flerfunktionella rum och volymeffektivitet

En breddad rörelserepertoar handlar alltså om trygghet – om att känna sig säker och fri i sin rörelse. Denna känsla är en viktig grund för hälsa. Därför behöver vi skapa förutsättningar för rörelse för fler, och genom hela livet.

I många av dagens anläggningar finns potential till att locka fler till mer rörelse. Exempelvis bland de passiva åskådarna såsom föräldrar. I en studie om vad föräldrar gör i idrottshallen

angav 64 procent att de tittar på sina barn som tränar.¹³ På frågan om vad de skulle vilja göra, medan barnen tränar, svarade drygt en tredjedel att de skulle vilja träna själva – ungefär lika många som svarade att de bara vill titta på sina barn. Detta gäller i hög utsträckning även medföljande syskon. Det finns med andra ord potential att utveckla idrottsanläggningar så att även åskådare ska möta rörelseutmaningar och lockas att känna rörelseglädje.

Anläggningar med flerfunktionella rum, där volymen används för att skapa fler platser för rörelse, kan erbjuda just detta. Detta är eftersträvarsvärt i en tid där allt fler är stillasittande.

Hur kan då en volymeffektiv flerfunktionell miljö gestaltas? Det finns givetvis en mängd möjligheter och variationer, men för att bli konkreta kan vi titta på en konceptbild av White arkitekter från programmet Framtidens idrottshall.



Bilden visar en hall där (1) Ribbstolen förbinder nivåerna och möjliggör cirkulära hinderbanor som några kan använda medan det centrala rummet används av andra. (2) En offstage-yta med lägre takhöjd som skapas under "hyllan", där syskon, föräldrar och andra kan testa övningar. (3) Madrasser bredvid instruktionstavlan som ger rum för minigymna. (4) Ett offstage rum uppe på hyllan där det finns plats att träna, stretcha och göra muskelstärkande övningar, och samtidigt vara en del av det stora rummet. (5) En böljande ramp som erbjuder en löprunda medan spel pågår på planen, och den vågade formen skapar ytterligare en typ av motorisk träning än det släta golvet. (6) En klättervägg som ger möjlighet för rörelse både vertikalt och horisontellt längs väggen. Under den finns en mjukgjord yta. (7) Slutligen, öppningen i väggen som leder utomhus, och tillgängliggör den exteriöra miljön, i detta fall berget i anslutning till hallen som kan användas för en del av träningen.

¹³ White Arkitekter (2020). *Framtidens idrottshall*.

Placeringsens roll för tillgänglighet och trygghet

Det krävs alltså trygghet för att vi ska välja att röra oss i det offentliga rummet. Känslorna påverkar om vi går ut, när på dygnet vi gör det och hur vi upplever den fysiska miljön. Att känna sig trygg på vägen till och från en plats kan därför vara avgörande för om vi deltar i fysisk aktivitet över huvud taget.

Förutsättningarna påverkas också av hur nära och lättillgängliga platserna för fysisk aktivitet är – både i geografisk och social bemärkelse. En jämlik tillgång till rörelse, rörelseglädje, rörelserikedom och hälsa kräver att alla har tillgång till platser för idrott och friluftsliv, liksom möjlighet att delta i skolans idrott och i föreningslivet.

Central synlig placering gör miljön tillgänglig för fler

Anläggningar bör placeras centralt och tryggt, så att det är enkelt att ta sig dit till fots eller med cykel – från olika typer av bostadsområden. Då blir de tillgängliga för dem som har störst behov av dem. Samtidigt finns möjlighet för kroppen, rörelsemaskinen, att vara aktiv och utmanas redan på vägen dit.

När anläggningar får en synlig och självklar plats i samhället blir de en del av vardagslivet – något som passerar i förbifarten. Det skapar både en bredd i användningen och ökar deltagandet. Centrala lägen innebär dessutom mer mänsklig rörelse under fler timmar av dygnet, vilket minskar den otrygghet som annars lätt uppstår på ödsliga platser utan bostäder, människor eller service. En anläggning med stark identitet och hög synlighet kan därmed bli en naturlig del av den gestaltade livsmiljön.

Planera för synergier mellan rörelse utomhus och inomhus

Även kopplingarna påverkar rörelserikedomen. En hall som är placerad vid ett naturområde med rekreationsslingor kan öka möjligheterna till utevistelse, och därmed tillgängliggöra rörelsevärden för fler. Det kan skapa synergier mellan rörelse inomhus respektive utomhus. Det går exempelvis att värma upp i naturen och sedan göra själva träningen inomhus, och omklädningsrummen kan tillgängliggöras för dem som vill springa utomhus.

Kontraproduktivt om hallens placering kräver bil

I dag är många anläggningar placerade i utkanten av tätorten.¹⁴ Detta försvårar för människor att nå dem, och dessutom att få röra sig på vägen dit. Många barn är därmed på grund av samhällsplaneringen beroende av föräldrar eller andra vuxna för att ta sig till sin idrottshall. De barn som bor nära sin idrottshall, med goda gång- och cykelbaneförbindelser, kan gå eller cykla själva eller med kompisar under sommarhalvåret. De barn som behöver åka kollektivt blir ofta hämtade med bil från träningen, eftersom busskorten har slutat gälla och föräldrarna generellt tycker att det är för mörkt och sent för barnen att ta sig hem på egen hand.

¹⁴ Boverket (2016). *Planera för rörelse*.

I en studie av White arkitekter svarade 70 procent av barnen och 80 procent av tränarna att de tar sig till och från anläggningen med bil.¹⁵ Det är kontraproduktivt utifrån flera perspektiv: rörelsefrihet, jämlikhet, miljö och folkhälsa. Om en anläggning kräver skjuts med bil, och därmed en medföljande vuxen, blir den mer otillgänglig för många. Att ha bil är ett privilegium, liksom att ha en förälder eller annan vuxen som har möjlighet att skjutsa och hämta.

Även om hallen ligger nära, kan den faktiska tillgången vara begränsad

Även andra faktorer än fysisk närhet kan begränsa den faktiska tillgången. Exempelvis är trygghet avgörande för tillgängligheten. Om det är tryggt runt anläggningen kan barnen ta sig dit själva, annars varken får de eller vill de. Detta gäller även för vuxna och äldre, främst för kvinnor och personer med funktionsnedsättning, som har en högre nivå av upplevd otrygghet.¹⁶ Vad som skapar en känsla av trygghet är subjektivt och situationellt. Men aspekter som brukar bidra till att skapa trygghet, och som därför bör beaktas vid placering, gestaltning och utformning, är bland annat

- att inte uppleva sig ensam på platsen
- att tillräckligt många personer befinner sig i omgivningen, så att en individ inte ska känna sig utsatt i relation till en mindre gruppering.

Faktisk tillgång och närhet kan också begränsas av kunskap om vem som får använda anläggningen, hur den används och vilka vägar som finns in i föreningslivet. Studier visar att deltagande i föreningsliv och nyttjande av idrottsanläggningar har en stark korrelation med utbildningsnivå och socioekonomisk status. Barn till föreningsaktiva föräldrar är i högre grad själva föreningsaktiva, jämfört med jämnåriga vars föräldrar saknar föreningsvana.¹⁷

En anläggning har potential att främja ett ökat deltagande bland de grupper och individer som annars inte aktivt skulle ha sökt sig dit, om den

- finns nära och är lättillgänglig
- har en stark identitet
- lockar till rörelse och deltagande.

Föreningslivet har i decennier sökt efter lösningar för att inkludera fler, för att tillgången ska bli mer jämlik till aktiviteter, rörelse, hälsa, trygghet och välmående. Placering, gestaltning och utformning av anläggningar, samt av andra platser och stråk för rörelse, kan och bör i högre grad beaktas som en möjliggörare i detta utvecklingsarbete.

¹⁵ White Arkitekter (2020). *Framtidens idrottshall – konceptprogram*.

¹⁶ Brottsförebyggande rådet (2024). *Nationella trygghetsundersökningen 2024*.

¹⁷ Centrum för idrottsforskning (2023). *Idrott och segregation – om idrottens roll i ett ojämlikt samhälle*.

Medskapad gestaltning borgar för fler typer av rörelsemöjligheter

En mångfald av perspektiv borgar för en mångfald av gestaltade livsmiljöer och en bred rörelserepertoar. Inom föreningsidrotten har deltagandet minskat under de senaste decennierna,¹⁸ och det finns en betydande ojämlikhet i vem som deltar och vem som står utanför. Som tidigare nämnts skiljer sig våra förutsättningar för livslång rörelserikedom. Vem som deltar, påverkas av såväl våra kroppars olikhet som den sociala och kulturella kontext vi är uppvuxna i och lever i. Kön, ålder, utbildningsnivå och socioekonomi påverkar vårt nyttjande av idrottsanläggningar, natur och andra rörelserum, och påverkar vårt föreningsdeltagande.

Trots att det finns ambitioner att bredda gruppen föreningsaktiva, gestaltas ofta nya rum för fysisk aktivitet med gruppen ”redan idrottande eller friluftsktiva” i åtanke. Men om vi vill gestalta trygga rörelserum för dem som inte tillhör den normativa gruppen, behöver vi vidga normen för rörelserummens funktion och identitet.

För att aktivt inkludera dem som i dag inte är en del av föreningsidrotten, krävs en ökad förståelse för deras förutsättningar och behov. Gestaltningen av rummet kan bidra till att just dessa grupper känner lust och trygghet att delta i rörelseaktiviteter och därmed får tillgång till rörelserikedom. Genom att lyfta fram detta kan vi bredda perspektiven – och därmed också öka variationen av rum för rörelse.

Våga prioritera, fråga och testa nya lösningar

Eftersom det svenska föreningslivet har som uppgift att vara mer inkluderande, nå fler och skapa mer rörelse för fler (olika), behöver vi ta utgångspunkt i insikten om att förutsättningarna för rörelserikedom och tillgången till rum för rörelse är ojämlika och ojämställda. Vi behöver *förstå* vilka grupper av individer som ”står utanför”, *prioritera* dessa grupper och arbeta aktivt inkluderande för att *identifiera* vad som kan locka fram rörelseglädje för just denna grupp. Målet är att nå en lösning och gestaltning som motsvarar gruppens behov.

Att arbeta aktivt inkluderande innebär att söka upp den prioriterade gruppen, att identifiera deras intressen, behov och eventuella trösklar för deltagande, genom att förklara sammanhang, nyfikenhet ställa frågor och lyssna på svaren.

¹⁸ Centrum för idrottsforskning (2024). *Statens stöd till idrotten – uppföljning 2024*.

Medskapande med vem, hur och var?

Hur identifierar vi då vilka grupper som bör prioriteras på vilken plats? Utgångspunkten är projektets syfte, exempelvis trygg rörelserikedom för fler. Här behöver vi som professionella inhämta mer kunskap och förståelse om både trygghet och rörelserikedom:

- Vad innebär rörelserikedom, och vad främjar respektive begränsar rörelserikedom?
- Vilka har strukturellt en sämre tillgång till rörelserikedom och platser för rörelse?
- Vilka strukturella möjliggörare och hinder finns för rörelserikedom?
- Hur kan vi främja möjliggörare och sänka trösklar för rörelserikedom?

Vi kan komplettera dessa rörelserikedomsglasögon med en fördjupad platsanalys: Vilka bor eller rör sig på platsen i dag, och vilka gör det inte? Vilka förutsättningar har livsmiljön, i form av målpunkter och kopplande stråk för rörelse eller annan aktivitet, där rörelse skulle kunna adderas? Vilken identitet och karaktär har platsen, som främjar eller begränsar tillgången till rörelse och till rum för rörelse?

Om vi ställer dessa frågor, framträder sannolikt en eller flera målgrupper som särskilt prioriterade. Det är för dessa som vi behöver hitta gestaltungs-lösningar som främjar deras deltagande och ökar deras tillgång till rörelserikedom.

Unga tjejer – en prioriterad grupp

Flickor är en av de målgrupper som, oavsett plats, kommer att träda fram som särskilt prioriterad när vi talar om mer rörelserikedom för fler. Vi såg detta för Londons offentliga rum, och vi ser ett liknande mönster här hemma.¹⁹

Utifrån ett jämställdhetsperspektiv har idrotten gjort en lång resa, men resan är långt ifrån slut. Idrottsrörelsen är inte jämställd. Färre kvinnor än män sitter på förtroendeposter; färre kvinnor än män är aktiva som tränare och ledare; färre flickor än pojkar idrottar som barn, och fler flickor än pojkar slutar idrotta i högstadieålder eller tidigare; färre kvinnor än män kan försörja sig på elitidrott; färre flickor än pojkar kan drömma om idrottsframgång som nyckeln till en social förändringsresa.

Studier visar att en viss grupp flickor står särskilt långt ifrån föreningsliv och rörelserikedom: flickor i lågstatusområden. De är ”de stora förlorarna”.²⁰ På gruppnivå finns det alltså en grupp barn som särskilt sällan tar del av det samhällserbjudande och den fysiska aktivitet som idrotts- och friluftsanläggningar erbjuder.

Om vi vill uppnå en mer jämlik och jämställd rörelserikedom, är alltså gruppen flickor i lågstatusområden en lämplig målgrupp att börja med. Med denna kunskap behöver vi

¹⁹ Elofsson m.fl. (2012). *Spontanidrott för vilka?*

²⁰ Elofsson m.fl. (2020). *Vilka slutar i en idrottsförening men är kvar i en annan idrottsförening och vilka slutar helt i idrottsförening?*

fråga oss hur vi kan placera och gestalta rörelserum på ett sådant sätt att de blir mer tillgängliga för denna grupp.

Om gruppen avfärdar eller inte använder de rum för rörelse som erbjuds i dag, ska det inte ses som ett tecken på att de inte vill röra på sig och sin rörelseförmåga. Det ska snare ses som att de gestaltade livsmiljöer som erbjuds inte är tillgängliga, inte är lustfyllda eller inte har en användbarhet och identitet som lockar gruppen till rörelseglädje.

Inte bara kroppens fysiska förmåga påverkar vår rörelse, utan även normer. Beroende på vem du är – kulturell bakgrund, självkänsla, ålder, tillhörighet till en grupp – känns det mer eller mindre självklart att utöva fysisk aktivitet. Det gäller kanske särskilt när det handlar om att gå till en idrottshall, att stå i centrum, att bege sig ut på vandring eller att testa något nytt.

Exempel – medskapande med unga tjejer

Den byggda miljöns möjligheter att främja en bredare rörelserepertoar kan stärkas om vi vågar prioritera och inkludera grupper vars röster sällan hörs – och om vi är öppna för fler sätt att röra kroppen och för fler gestaltungs-lösningar.

Det finns flera exempel på medskapande gestaltungsprojekt som har genomförts i dialog med unga tjejer. Slående är att slutsatsen alltför ofta var att ”allt tjejerna ville göra var att hänga och umgås, så vi gjorde en hängmöbel” och att denna placerades i anslutning till en plats för rörelse eller aktivitet.

Flickor rör sig generellt mindre än jämnåriga pojkar, och de skattar sin hälsa sämre. Därför behöver vi se bortom ”hängmöbler” och vidare utforska hur platser för rörelse bättre kan möta även flickors behov och preferenser. Två exempelprojekt, ”Dansbana” och ”Orten i rörelse – rum för cykling”, har utforskat hur platser för rörelse kan gestaltas och programmeras för att skapa lustfyllda rörelsemiljöer för målgruppen.

Dansbanan i Vårberg

Projektet ”Dansbana” genomfördes i Vårberg för att bidra till ett mer jämställt nyttjande av de offentliga rummen. Genom Boverkets jämställdhetssatsning 2015 möjliggjordes en kreativ medskapande dialogprocess. Utifrån dialogen förvandlades ett utrymme under en bro, bredvid en skola, till en dansbana med stark rumslig karaktär och identitet. Den prioriterade målgruppen var tonårsflickor, som deltog i den medskapande processen och skapade rummets gestalt utifrån identitet och aktivitet.

Dansbanan har bidragit till att öka användarnas rörelserepertoar i det offentliga rummet. Dessutom har platsens närhet till skolan lett till ett bredare och mer inkluderande användande av rummet. Efter dansbanan i Vårberg har processerna utvecklats och dansbanorna blivit fler. Exempelvis finns även en i Södertälje.



Bilden visar dansbanan i Vårberg. Arkitekt: Föreningen Dansbana. Foto: Maja Zachrisson.

Orten i rörelse – en rörelsesatsning på cykel

Som en del av samma satsning 2015 möjliggjordes projektet "Orten i rörelse" för att öka jämställdheten i trafiksatsningar. Haninge kommun hade investerat stora summor i biltrafikinfrastruktur, men såg ett behov av att också investera i mobilitet för grupper som inte i första hand tar sig fram med bil. Fokus i detta projekt var unga tjejers mobilitet.

Genom en kreativ medskapandeprocess identifierades trösklar för unga tjejers rörelsefrihet. I processen framkom potentialen i att använda cykeln som transportmedel mellan hemmet och vardagens målpunkt, skolan. Strategiska cykelstråk identifierades, och kommunen rustade upp dem. Tjejernas tillgång till cyklar stärktes, genom att kommunen skapade en möjlighet att låna en cykel med lånekort.

Dessutom undersöktes i processen vilka faktorer som kunde bidra till ett lustfyllt cyklande. Det ledde till att man gestaltade en karaktärsstark cykelhubb, för samvaro och kreativt cyklande.

De två lösningarna har flera likheter

Trots att de två medskapade rummen har skilda karaktärer och erbjuder olika rörelsemöjligheter, har de likheter. Utifrån ett geografiskt perspektiv kan vi se att frågan "var är tjejerna?" var utslagsgivande för valet av plats. I stället för att först välja platsen och därefter undersöka vad den prioriterade gruppen önskar i form av aktivitet, var utgångspunkten den prioriterade målgruppens vardagsmiljöer – platser som är nära och centrala för gruppen. I *Dansbana* valdes en plats nära skolan – en självklar del av vardagen. I *Orten i rörelse* riktades uppmärksamheten mot miljön mellan hemmet och skolan.

Ingen av platserna gestaltades för tävlingsinriktad idrott, utan för *kreativ rörelse* i ett socialt sammanhang. Målet med cykelhubben är inte att cykla snabbast, utan den är gestaltad för att skapa med cykel, utöva olika typer av cykelrörelser och möta en mängd rörelseutmaningar.



Orten i rörelse. Till vänster en modell från medskapandeprocessen och till höger det färdiga resultatet.
Foto: White Arkitekter.

Rummens gestaltning har *stark karaktär och identitet*. Dee är inte lika varandra, men lika i att de med självklarhet adderar en karaktär till platsen som inte finns i området i övrigt. Identiteten signalerar självförtroende och väcker mångas nyfikenhet och lust.

Utifrån ett geometriskt perspektiv är rummen *avgränsade i vertikal led*. Detta skapar ett mer intimt rum, vilket ofta efterfrågas av den prioriterade målgruppen. De erbjuder olika *exponeringsgrader*. Dansbanan erbjuder onstage och offstage. Cykelhubben erbjuder även en tredje exponeringsgrad. Därtill finns det en *sinnlig dimension*: cykelhubben lockar till nyfikenhet genom speglingar och vrår, medan dansbanan vidgar rummet och sinnet med musik.

Dessa och andra rum visar att en mångfald av perspektiv borgar för en mångfald av gestaltade livsmiljöer. Medskapande gestaltning slutar inte i en modell, eller i ett platsbesök. Den slutar (och börjar) i våra fysiska rum, på platserna som får en ny gestaltning, där vi sedan kan se om vi verkligen lyckades skapa mer rörelserikedom för fler.

Slutord

Att springa snabbt i brant nedåtlut, balansera mellan rötter, klättra upp för att se vad som finns ovanför väggen, glida på is, studsa i ett nät, fånga en studsande boll, med kroppen omsätta musik till dans. Alla dessa är rörelsemöjligheter, som den gestaltade livsmiljön kan erbjuda rum för. Den fysiska kroppen behöver stöd av det fysiska rummet, av den gestaltade livsmiljön, för att utveckla rörelserepertoaren och de fysiska förmågorna.

I arbetet med att gestalta och utforma rum för rörelse, kan vi finna möjligheter genom att bredda perspektiven. Då kan vi utforma rum som skapar förutsättningar för lustfylld och trygg rörelserikedom, för fler olika personer och för fler olika grupper.

För att kunna göra det, behöver vi förståelse för hur människor är olika – fysiskt, socialt och kulturellt – med skilda förutsättningar, samt och hur vi i professionen kan möta dessa skilda förutsättningar med gestaltningslösningar. Genom detta och med förståelse för rummets kontext – fysiskt, socialt och i vår samtid kan gestaltningen bidra till mer trygg rörelse för fler.

Referenser

Aalto-universitetet (2024). *Hur lägger psykologisk trygghet grunden för lärande, innovation och kreativitet?* Webb sida. <https://www.aalto.fi/sv/aaltogether/hur-lagger-psykologisk-trygghet-grunden-for-larande-innovation-och-kreativitet> (Hämtad 2 april 2025.)

Blomdahl, U. & Elofsson, S. (2018). *Jämställd och jämlik! – Hälsa och offentligt resursutnyttjande på fritidsområdet bland barn och ungdomar*. Rapport. Ung livsstil.

Boverket (2016). *Planera för rörelse*. Rapport. Karlskrona: Boverket.

Brottsförebyggande rådet (2024). *Nationella trygghetsundersökningen 2024*. Rapport. Stockholm: Brottsförebyggande rådet.

Centrum för idrottsforskning (2017). *De aktiva och de inaktiva – Om ungas rörelse i skola och på fritid*. Rapport 2017:2. Stockholm: Centrum för idrottsforskning.

Centrum för idrottsforskning (2023). *Idrott och segregation – om idrottens roll i ett ojämlikt samhälle*. Rapport 2023:2. Stockholm: Centrum för idrottsforskning.

Centrum för idrottsforskning (2024). *Statens stöd till idrotten – uppföljning 2024*. Rapport 2025:2. Stockholm: Centrum för idrottsforskning. ISBN: 978-91-988551-8-0

Edmondson, A. C. (1999). "Psychological Safety and Learning Behavior in Work Teams". *Administrative Science Quarterly*, vol. 44, nr. 2, s. 350–383. <https://doi.org/10.2307/2666999>.

Elofsson, S., Blomdahl, U. & Åkesson, M. (2012). *Spontanidrott för vilka?* Rapport. Ung livsstil.

Elofsson, S., Åkesson, M., Blomdahl, U. & Bergmark, K. (2020). *Vilka slutar i en idrottsförening men är kvar i en annan idrottsförening och vilka slutar helt i idrottsförening?* Rapport. Ung livsstil.

Faskunger, J. & Sjöblom, P. (red.) (2017). *Idrottens samhällsnytta: En vetenskaplig översikt av idrottsrörelsens mervärden för individ och samhälle*. Rapport. Stockholm: Riksidrottsförbundet.

Folkhälsomyndigheten (2024). *Barns och ungas rörelsevanor – mer rörelsefrämjande samhällen behövs*. Webb sida. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/a18db5362c344971936bfoeefb332a95/barns-ungas-rorelsevanor.pdf> (Hämtad 2 april 2025.)

Greater London Authority (2024). *Safety in Public Space: Women, Girls and Gender Diverse People – Phase II*. London: Greater London Authority.

Idrottsstatistik (2024). *Stillasittande*. Webb sida. <https://idrottsstatistik.se/motion-och-fysisk-aktivitet/stillasittande/> (Hämtad 3 april 2025.)

Kriellaars, D., Bremer, E., Graham, J. D., Bedard, C., Rodriguez, C. & Cairney, J. (2020). *"The Association Between PLAYfun and Physical Activity: A Convergent Validation Study"*. Research Quarterly for Exercise and Sport, vol. 91, nr. 2, s. 179–187. <https://doi.org/10.1080/02701367.2019.1652723>.

Solnit, R. (2001). *Wanderlust: A History of Walking*. New York: Viking.

Stockholms stad (2023). *Staden totalt – Trygghetsmätning 2023*. Rapport. Stockholm: Stockholms stad.

Sverige (1974). *Regeringsformen (1974:152)*. Stockholm: Sveriges riksdag.

White Arkitekter (2020). *Framtidens idrottshall*. Rapport. Göteborg: White Arkitekter.

Wyver, S., Tranter, P. & Naughton, G. A. (2009). *Ten Ways to Restrict Children's Freedom to Play: The Problem of Surplus Safety*". *Contemporary Issues in Early Childhood*, vol. 10, nr. 3, s. 263–277.



Trygghet genom att bygga bort brottslighet

Magnus Lindgren, Stiftelsen Tryggare Sverige

Polisstationen med den lysande skylten är borta och medborgarkontoret har lagts ned. Kyrkans minigolfbana och tonårsfredagar är ett minne blott. Korvkiosken har gått i konkurs och bensinmacken flyttat. På många platser är idrotten den enda strukturerade fritidsverksamhet som finns kvar.

Den organiserade idrotten i Sverige samlar nästan 20 000 föreningar och över 3 miljoner människor, varav många barn och ungdomar. Idrott är glädje, spänning, gemenskap och rent spel, men det finns också en baksida med brott och otrygghet i olika former.

Det handlar om allt från hot och trakasserier mot utövare och ledare till matchfixning och gängrelaterad brottslighet. På senare tid har också ett annat problem börjat uppmärksammas, nämligen en påtaglig otrygghet på och i anslutning till idrottsanläggningar. En kartläggning från tankesmedjan Stiftelsen Tryggare Sverige¹ visar att otrygghet upplevs dels på vägen till och från anläggningen, dels på själva anläggningen.

Utifrån ett barnperspektiv handlar det om en otrygghet på vägen till och från idrottsanläggningarna. Orsaken är ödsliga gång- och cykelvägar, dåligt upplysta platser samt låg vuxennärvaro och en bristande social kontroll.

Ligger anläggningarna i något av de 60-tal områden som polisen definierar som utsatta tillkommer ofta en problematik med ungdomar som vistas på platsen och tillhörande brott och ordningsstörningar i anslutning till anläggningarna, vilket bidrar till otrygghet för besökarna. Detta är ett problem som bland annat ökar unga flickors samt kvinnors otrygghet, då de blir utsatta för kränkande kommentarer eller ofredanden.² Ibland uppstår också direkta konfrontationer mellan föreningsverksamma och de lokala ungdomarna, där det i enstaka fall har utmynnat i slagsmål och misshandel samt rån. Till detta kommer rapporter om rekryteringsförsök av barn till kriminella gäng i anslutning till idrottsanläggningar.

En annan faktor som skapar otrygghet på idrottsanläggningarna är att obehöriga kommer in och stör i korridorerna och utanför omklädningsrummen. I vissa fall handlar det om hemlösa som söker skydd och värme, och i andra fall handlar det om ungdomar som uppehåller sig på och i anslutning till idrottsanläggningar och stör ordningen.

¹ Stiftelsen Tryggare Sverige (2023).

² Stiftelsen Tryggare Sverige (2023).

Idrotten har blivit allt viktigare för såväl folkhälsan som integrationen i samhället. Det är därför viktigt att adressera frågor som rör säkerhet och trygghet på och kring idrottsanläggningar och andra typer av friluftsanläggningar, inte minst då många av användarna utgörs av barn och unga.

Här har vi två perspektiv att ta hänsyn till. Det handlar dels om säkerheten och tryggheten på och kring alla befintliga idrotts- och friluftsanläggningar, dels om planeringen och byggandet av nya anläggningar.

Fokus i detta kapitel är på det senare, det vill säga vilken betydelse utformningen av den fysiska miljön har på säkerheten och tryggheten och vilka aspekter som är viktiga att beakta i samhällsbyggnadsprocessen för att kunna bygga bort brottsligheten och bygga in tryggheten.

I detta kapitel beskrivs inledningsvis begreppen säkerhet och trygghet. Därefter redogörs för den fysiska miljös betydelse för uppkomsten av brott och otrygghet på och kring idrotts- och friluftsanläggningar. Slutligen innehåller kapitlet en beskrivning av faktorer som påverkar risken för att det uppstår brott och otrygghet, och som därför är viktiga att beakta i planerings- och byggskedet.

Utgångspunkten är det arbete som den oberoende och icke-vinstdrivande tankesmedjan Stiftelsen Tryggare Sverige bedrivit under de gångna 17 åren med fokus på så kallad situationell brottsprevention och CPTED³ (Crime Prevention Through Environmental Design). Detta arbete har bland annat kommit till uttryck i handboken BoTryggt2030⁴ som innehåller riktlinjer och checklistor, och som används av många kommuner för att göra medvetna val kopplat till säkerhet och trygghet i samhällsbyggnadsprocessen, exempelvis vid utformningen av nya bostadsområden.

Kortfattat innebär denna del av det brottsförebyggande arbetet att förhindra eller försvåra att brott begås genom att förändra den aktuella platsen eller situationen. Om brotten blir svårare att utföra, mindre lönsamma och mer riskabla, minskar sannolikheten för att de utförs. Konkreta åtgärder kan vara olika tekniska lösningar för att göra stöldbegärliga objekt mindre tillgängliga. Men det handlar långt ifrån enbart om lås och larm. Andra åtgärder kan vara att bygga bort brottsligheten genom den fysiska utformningen av exempelvis idrotts- och friluftsanläggningar för att på så sätt skapa levande och attraktiva miljöer.

I Sverige är forskningen om den situationella preventionen begränsad. Internationellt finns däremot hundratals studier som visat på en rad olika brottstyper. Effekten har oftast uppnåtts med liten eller ingen förflyttning av brottslighet till andra tider, andra mål eller andra typer av brott.

³ Stiftelsen Tryggare Sverige är den svenska representanten för den internationella CPTED-organisationen International CPTED Association (ICA) och ansvarar för utbildning och certifiering utifrån principerna i CPTED.

⁴ Stiftelsen Tryggare Sverige (2020).

Vad är säkerhet och trygghet?

Begreppen säkerhet och trygghet används frekvent i den allmänna samhällsdebatten, men begreppen är mångtydiga vilket gör det viktigt att inledningsvis tydliggöra och definiera samt beskriva sambandet mellan dem.

Säkerhet

Begreppet säkerhet betyder ofta att man kan skydda sig mot något. Ibland inkluderas en riskbedömning i begreppet och det avser då huruvida den enskilde kan skydda sig tillräckligt i förhållande till risken. Säkerhet handlar om kunskapen om hot och risker och hur dessa hot och risker i sin tur kan förebyggas och undvikas.⁵ Människans ökade ansvar för den egna säkerheten och medvetenhet om risker i samhället har betydelse för rädslan för brott.⁶ När det gäller brott och ordningsstörningar innefattar säkerhet framför allt fysiska aspekter såsom larm, säkerhetsdörrar och kamerabevakning. Säkerhet kan även vara kopplat till individuella faktorer. En person med starka fysiska egenskaper kan känna sig säker och inte tro sig löpa någon risk att utsättas för brott. Trots att människor uppfattar säkerhet på olika sätt på grund av den egna bedömningen av risker, säkerhetsåtgärder och möjligheten att skydda sig, behandlas begreppet ofta som om det vore ett objektivet och oproblematiskt begrepp.

Trygghet

Den amerikanske psykologen Abraham Maslow presenterade 1943 i artikeln "A Theory of Human Motivation" en behovshierarki som en förklaringsmodell inom psykologin för hur människor prioriterar sina behov. Den primära idén innebär att behoven på en lägre nivå måste vara tillfredsställda innan högre mål blir viktiga för individen. Fysiologiska behov kommer först. Sedan kommer trygghetsbehoven som handlar om att man ska vara skyddad från till exempel fysiskt och psykiskt våld och kriminalitet.

Utifrån perspektivet att trygghet kan anses vara ett grundläggande behov för individen kan det te sig naturligt att allmänhetens behov av trygghet har kommit att bli en central utgångspunkt i svensk kriminalpolitisk debatt, särskilt när mätningar indikerar att otryggheten ökat. Samtidigt saknas det en gemensam definition av begreppet trygghet och hur det förhåller sig till begreppet säkerhet.

Bristen på gemensam definition blir problematisk när begreppet används i till exempel trygghetsmätningar. Vad är det då som mäts och diskuteras? Den största nationella trygghetsundersökningen i Sverige genomförs årligen av Brottsförebyggande rådet (Brå), och dess syfte är bland annat att undersöka upplevelse av oro och otrygghet. Men någon definition av vad som specifikt avses med begreppet trygghet går inte att hitta – tvärtom pekar Brå på svårigheterna med begreppet på grund av dess otidlighet.⁷ Det anges

⁵ Säkerhetspolitik (2010).

⁶ Heber (2007).

⁷ Brå (2023:9).

att trygghet är ett komplext och mångfacetterat fenomen och att ambitionen med den nationella trygghetsundersökningen inte är att ge en heltäckande bild av hela fenomenet otrygghet.

Vanliga begrepp kopplade till en diskussion om otrygghet är rädsla, oro, misstänksamhet och risk, medan vanliga begrepp kopplade till trygghet är säkerhet och tillit. Det finns anledning att här göra några korta anmärkningar gällande dessa begrepp för den fortsatta diskussionen.

Vad inkluderar trygghetsbegreppet?

Begreppet trygghet har funnits i det svenska språket under lång tid. Enligt Svenska Akademiens ordbok finns belägg för att det användes så tidigt som under 1500-talet, och redan då i en rad olika sammanhang med delvis olika betydelser, dock genomgående med en positiv innebörd. Exempelvis kunde det användas för att beskriva en person som man säkert kunde lita på eller en väg som inte innebar någon fara att färdas på. Det kunde också användas för att beteckna något som var utom fara för skada och, när det var fråga om en person, även en känslomässig upplevelse av frihet från sådan fara. Begreppet har även använts för att beskriva en person som inte är rädd eller orolig, som känner sig utom fara eller som känner förtröstan eller tillförsikt, är obekymrad och sorglös.

Begreppet är alltså väletablerat i det svenska språket och kan betraktas inom ramen för en mängd olika kontexter; förutom brottslighet kan det handla om exempelvis hälsa, ekonomi och uppväxtförhållanden. Dessutom kan trygghet uppfattas helt olika beroende på vem du är, var du är och vid olika tider på dygnet. Det som är tryggt för en, kan vara otryggt för en annan.

Rädsla är ett närliggande begrepp som i samband med brott vanligen syftar på den negativa reaktion som uppstår hos någon under eller efter en situation som uppfattas som farlig. Vid rädsla känner personen att det finns en risk att skadas av det som sker eller skulle kunna ske. Rädslan är på så sätt inte alltid bara känslomässig utan kan ha sin grund i den riskbedömning personen gör av situationen.⁸ Rädslan är situationsbunden och dynamisk samt kan uppkomma hastigt och sedan avta efter kort tid.⁹ Den kan ha stark påverkan på människors aktiviteter.¹⁰

Oro grundar sig i en reflektion över vad som skulle kunna hända och är på så sätt en framåtblickande känsla. Oron för att något ska hända närstående kallas altruistisk oro och kan påverka fler människor än vad oron för att något ska hända en själv gör. Det sägs att oron för brott ofta är en del av en mer generell otrygghetskänsla som inte alltid är inriktad på brottsligheten och att den ofta handlar om tankar som inte behöver gå att hänföra till

⁸ Listerborn (2000).

⁹ Heber (2007).

¹⁰ Litzén (2007).

ett faktiskt brott. Detta hindrar inte att oron kan grundas på sådant som den enskilde har upplevt eller hört talas om. Eftersom en ökad risk att utsättas för brott kan göra att oron ökar finns en koppling mellan dessa begrepp. Oron för brott är en aspekt i människors vardag och knyts till specifika platser, tider och situationer. Oftast leder oron inte till att människor avstår från att göra olika aktiviteter, i stället planerar människor efter sin oro genom att exempelvis undvika att vistas på platser som skapar oro.¹¹ Det kan handla om att installera larm (aktiv åtgärd) eller undvika särskilda platser eller personer (passiv åtgärd).

Funktionell oro är ett annat närliggande begrepp som innebär att individen, utifrån en oro att utsättas för brott, genomför olika typer av brottsförebyggande åtgärder i sitt vardagsliv. Det kan vara allt från en ökad vaksamhet till att låsa ytterdörren. Det vill säga riskreducerande strategier som inte medför någon större begränsning av de vardagliga aktiviteterna. Funktionell oro leder till en typ av riskreducerande åtgärder som i sin tur bidrar till en känsla av kontroll i vardagslivet och i många fall leder till en minskad oro.¹²

Risk avser ofta en uppskattning av sannolikheten för att en viss händelse ska inträffa och hur stor negativ konsekvens händelsen har. Exempelvis görs bedömningar av hur farlig en situation är när det gäller brott på grundval av brottets möjliga konsekvenser och sannolikheten att utsättas samt ibland föreställningar om gärningspersoner. Även oron för brott kan påverka bedömningen. En individs riskbedömning görs alltså på förhand och är till stor del subjektiv.

Detta hindrar dock inte att bedömningen görs samtidigt som den enskilde befinner sig i en riskfylld situation. Faktorer som då vägs in kan vara om det finns människor i närheten som kan komma till undsättning eller hur den fysiska omgivningen ser ut. Det framhålls vidare att allmänheten vanligtvis grundar sina riskbedömningar på andra faktorer än experterna.¹³ De senare baserar ofta sina bedömningar på statistik, vilket allmänheten inte i normalfallet gör. Det behöver inte betyda att den ena bedömningen är bättre än den andra, men det leder ofta till att bedömningen inte överensstämmer varvid diskussioner om människors över- eller underskattning av risker uppkommer.

Tillit innebär att människor känner förtroende för varandra. En person som känner tillit har förtroende för att dennes medmänniskor vill väl, och det kan gälla såväl bekanta som obekanta människor. Tillit som begrepp bör även ses i förhållande till risk eftersom en person som känner tillit till andra människor också är medveten om att det finns riskabla omständigheter.¹⁴ Tillit har även koppling till oro för brott på så sätt att personer med många och starka sociala relationer ofta känner mindre oro för brott. Det finns olika former av tillit: självtillit (självförtroende), partikulär tillit (till familj, grannskap, den egna sociala gruppen) samt generell eller social tillit (som handlar om att lita på människor i

¹¹ Litzén (2007).

¹² Litzén (2006).

¹³ Beck (1998).

¹⁴ Giddens (1990).

allmänhet).¹⁵ Till detta kommer ”lokalsamhällestillit” som påverkas av personliga erfarenheter av människor och händelser.¹⁶

Vidare kan man prata om tillit i förhållande till olika institutioner, politiska partier och stora företag (vertikal tillit) och man brukar då också använda begreppet förtroende. Förtroende kan ses som något man har i förväg, medan tillit inte behöver finnas på ett så tidigt stadium. Exempelvis är förtroendet för rättsväsendet viktigt i samband med brott. Förtroendet kan då innebära att människor litar på att polisen utreder brott, att åklagare åtalar de misstänkta och att domstolen utdömer rimliga påföljder.

Trygghetsbegreppet påverkas av alla begreppen ovan, inklusive den faktiska risken att drabbas av brott och ordningsstörningar. Exempelvis upplever en person trygghet om denne har tillit till sina medmänniskor men också kan skydda sig själv och därmed känna sig säker. När man talar om trygghet avser man normalt också en avsaknad av rädsla, oro och risk.

Vissa forskare menar att otrygghetskänslor kan kanaliseras i en oro för att utsättas för brott. Det betyder att det inte alltid är en oro för brott som skapar otrygghet utan att en persons otrygghet ibland kan göra att personen oror sig för att utsättas för brott.

Sambandet mellan säkerhet och trygghet

Begreppen säkerhet och trygghet är nära kopplade till varandra. Ett framgångsrikt brottsförebyggande arbete i syfte att öka säkerheten på och kring idrotts- och friluftsanläggningar behöver emellertid inte per definition bidra till ökad trygghet. I vissa fall kan ett brottsförebyggande arbete till och med ha en motsatt verkan genom ett för stort fokus på riskerna. Omvänt kan effekten av att i för hög grad främja tryggheten bli att individer väljer att ignorera vissa skyddsåtgärder, vilket i sin tur gör att risken att utsättas för brott ökar.

Konkret innebär detta att ett alltför stort fokus på att öka tryggheten på en plats med mycket brott och ordningsstörningar kan leda till beteenden som innebär en ökad risk att utsättas. Alltså måste de åtgärder som ska främja trygghet syfta till att förebygga endast *omotiverad rädsla*, inte att ta bort den *funktionella oron* eftersom det är ändamålsenligt att känna sig otrygg på en plats som inte är säker.

Ett arbete för säkrare och tryggare idrotts- och friluftsanläggningar bör därför i första hand fokusera på säkerheten för att på så sätt minska den faktiska risken att utsättas för brott och ordningsstörningar. Tryggheten kan då öka som en naturlig effekt av säkerhetsåtgärderna och förstärkas ytterligare genom specifika trygghetsåtgärder.

Som framgått ovan framkommer det en rad svårigheter vid ett försök att närmare defi-

¹⁵ Holmberg & Rothstein (2020).

¹⁶ Trägårdh m.fl. (2013).

niera i första hand trygghetsbegreppet. Utifrån genomgången av begreppen bör trygghet betraktas som en känsla. Därmed är det inte relevant att tala i termer av upplevd trygghet och faktisk trygghet. Ingen skulle exempelvis komma på tanken att tala i termer av upplevd och faktiskt kärlek, ilska eller andra känslor. I och med att trygghet per definition är en känsla är det i stället mer korrekt att använda termen säkerhet när man pratar om en faktisk risk och trygghet när man pratar om hur olika människor upplever denna risk.¹⁷

Ett sådant synsätt tar människors otrygghet på allvar och kommer närmare de reella problemen kring otrygghet på och kring idrotts- och friluftsanläggningar. Trygghet baseras således på den enskilde individens subjektiva känsla i stället för på statistiska resonemang om den faktiska sannolikheten att utsättas för brott och ordningsstörningar. Oavsett om det finns fog för den rädsla/oro som skapar otrygghet eller om upplevelsen endast bygger på upplevda risker, är otryggheten reell för den enskilde och kräver åtgärder. Vilka dessa åtgärder är får anpassas efter den aktuella situationen. I vissa fall kanske det krävs förändringar av den fysiska miljön i ett bostadsområde eller en informationsinsats om hur brottsligheten faktiskt ser ut. I andra fall krävs kraftfulla insatser mot brottsligheten för att öka säkerheten.

Säkerhet

Med säkerhet avses den faktiska risken för att det ska inträffa brott och ordningsstörningar.

Trygghet

Med trygghet avses hur individer upplever risken för att det ska inträffa brott och ordningsstörningar.

Utifrån ovanstående definition kan en operationalisering av trygghet göras där fyra områden som påverkar individens trygghet utkristalliseras. Dessa områden är:

1. Individens känsla av kontroll. Detta handlar om formell och informell social kontroll (närvaro av andra människor, att ”känna sig sedd”), lämplig utformning av den fysiska miljön (till exempel belysning, rumslig tydlighet och förutsägbarhet) och bra information (realtidsinformation till exempel i kollektivtrafiken, information om trygghetsinsatser, information till brottsdrabbade).

2. Tillit till samhället och andra människor. Med detta avses bland annat god förvaltning och skötsel (åtgärda skadegörelse, sköta parker, hålla ”rent och snyggt” etcetera) och bra stöd till de individer som drabbas av brott.

¹⁷ Resonemanget följer Stiftelsen Tryggare Sveriges definition av begreppen säkerhet och trygghet (se Stiftelsen Tryggare Sverige 2018:1).

3. Anhörigas och andras säkerhet. Med detta menas att det inte bara är individens egna livsförhållanden som påverkar tryggheten utan även hur andra uppfattar situationen som riskfylld, löper risk för att utsättas för brott eller har utsatts för ett brott. Altruistisk oro och andras utsatthet, säkerhet och trygghet är betydelsefulla aspekter som spelar en roll för ens egen trygghet och hur man upplever en plats och situation.

4. Individens tro på sin egen och andras förmåga att förhindra brott och hantera eventuella konsekvenser av att utsättas. Här handlar det om till exempel uppväxtförhållanden, enskilda personers fysiska eller psykiska funktionsnedsättningar och socioekonomiska förhållanden.

Den fysiska miljöns påverkan på säkerheten och tryggheten

Under tusentals år var säkerheten en viktig del av stadsbyggandet runt om i världen eftersom det ytterst handlade om städernas överlevnad. Städerna bestod av en mix av bostäder, arbetsplatser och näringsverksamheter med naturliga mötesplatser, vilket medförde att människor genom sin närvaro skapade trygghet. Sättet att planera och bygga städer, stadsdelar, bostadsområden och bostäder har emellertid förändrats genom åren. För cirka hundra år sedan, men framför allt från 1960-talet och framåt, tog tankar och ideologier om funktionalism över i stadsbyggandet i många västländer. Till följd av en påtaglig bostadsbrist byggdes på kort tid många nya bostäder. I stället för en mix av funktioner, småskalighet och naturliga mötesplatser byggdes ABC-städer¹⁸ med uppdelade och utspridda arbets-, bostads- och centrumområden. Samtidigt började gränserna mellan vad som var offentligt respektive privat luckras upp. Öppna framsidor och stängda baksidor ersattes av bostadskvarter som vändes inåt med stängda framsidor och öppna baksidor, vilket skapade förändrade förutsättningar för livet i staden. Dessutom har trafiksepareringen bidragit till isolerade stadsenkla, ödsliga gång- och cykelvägar, samt en oklar rumslig orientering med många återvändsgator och små gränder.¹⁹

Det modernistiska och funktionalistiska sättet att planera och bygga har alltså inneburit en rad problem i form av anonymitet och bristande social kontroll som kan bidra till brott och otrygghet. En konsekvens av detta är att många människor i dag är otrygga. Det gäller inte minst de som bor, arbetar eller vistas i områden med många brott. En annan konsekvens är att kommuner, kommundelar och bostadsområden med en hög problemnivå riskerar att få dåligt rykte, vilket i sin tur kan leda till en stor omsättning av boende och affärsidkare med minskade fastighetsvärden till följd. Det kan med andra ord uppstå en negativ spiral som ytterligare riskerar att försämra situationen med brott och otrygghet. Behovet av socialt hållbara bostadsområden är stort, och trygghetsproblematiken är grundläggande för att de lokala behoven och förväntningar på säkerhet och trygghet ska kunna uppfyllas.

¹⁸ ABC står för Arbete Bostad Centrum.

¹⁹ Stiftelsen Tryggare Sverige (2020).

Den fysiska miljön är alltså av stor betydelse när det gäller uppkomsten av brott och otrygghet. Under många år har det emellertid i Sverige funnits en föreställning om att det bästa och enda sättet att komma åt brottsligheten är att göra människor mindre motive-
rade att begå brott. Utgångspunkten har varit att brott sker på grund av bristande moral, svag anknytning till samhället och dålig impuls kontroll. Åtgärderna har därför främst handlat om insatser för barn och unga för att på så sätt stärka individens förmåga till själv-
kontroll och stärka de sociala banden till samhället.

Kanske är en av orsakerna bakom detta ensidiga fokus på så kallad social prevention att många av de kriminologer som startade sin bana under 1960-talet hämtade sin inspiration från sociologi, socialt arbete och, i vissa fall, psykologi. Följaktligen söktes förklaringar till brottsligheten främst i gärningspersonens uppväxtförhållanden och sociala bakgrund respektive i interna faktorer som personlighet och karaktärsdrag, snarare än i situations- och möjlighetsfaktorer.

Mycket talar för att den sociala preventionen har mindre betydelse för att minska brotts-
ligheten än vad många trott. Det betyder inte att den är oviktig; tvärtom är den avgörande för att bygga hållbara samhällen. Den sociala preventionen har emellertid fått allt sämre förutsättningar att lyckas då både skolan och socialtjänsten dras med stora organisatoriska utmaningar.

Det finns alltså behov av att hitta nya arbetssätt för att kunna minska brottsligheten och öka tryggheten. Genom att inte bara försöka påverka de potentiella gärningspersonerna, utan också rikta insatser mot de omständigheter och situationer som gör det möjligt för personer att begå brott, kan brottsligheten minskas. Utifrån den så kallade situationella preventionen är det också helt andra aktörer som har förutsättningar att göra skillnad. Det kan exempelvis vara arkitekter, fastighetsägare, säkerhetsföretag och handlare.

Som tidigare nämnts innebär denna del av det brottsförebyggande arbetet att förhindra eller försvåra att brott begås genom att förändra den aktuella platsen eller situationen. Om brotten blir mindre lönsamma, mer riskabla och svårare att utföra, minskar sannolikheten för att de utförs.

Bygg bort brottsligheten och bygg in tryggheten

Utifrån definitionerna och operationaliseringen ovan kan begreppet trygghet brytas ned i åtta aspekter (se figur 1)²⁰. Aspekterna påverkar tryggheten för olika individer på olika sätt och i olika grad, varför det är viktigt att arbeta aktivt med samtliga aspekter. I praktiken griper aspekterna in i varandra och är ofta ömsesidigt beroende av varandra.

I sammanhanget ska noteras att säkerheten alltid ska prioriteras innan eventuella trygghetsåtgärder genomförs. Ekonomiska, sociala och andra grundläggande faktorer kan göra en speciell miljö mycket utsatt för brott och därmed blir det svårt att öka tryggheten enbart utifrån de åtta aspekter som beskrivs i detta kapitel. Med en hög säkerhet som fundament kan tryggheten ökas ytterligare genom det fysiska rummets utformning.



Figur 1. Faktorer som påverkar tryggheten.

Gestaltning

Gestaltning är ett svenskt arkitektord för formgivning eller design. Gestaltning är både den process som ger form och dess resultat. Utformningen av en plats har stor påverkan på om vi känner oss trygga och föredrar att vistas där eller inte.

Gestaltning handlar samtidigt om att arbeta på olika skalor och med olika inriktningar: stadsbyggnad, landskap, byggnader samt design av mindre objekt. Det är viktigt att den övergripande kompositionen är harmonisk. En bra gestaltning jobbar utifrån en variation av olika byggnader, former och färger.²¹

²⁰ Stiftelsen Tryggare Sverige (2020).

²¹ Stiftelsen Tryggare Sverige (2020).

Människan som mått

I människans livsvärld är kroppen och våra sinnen de dimensioner som vi kan förhålla oss till. Kroppens och andras placering i rummet samt möjligheten till skydd och flykt skapar våra trygghetsdimensioner. Ser vi att en plats ger oss skydd samtidigt som den kan ge oss kontroll över andras närvaro och aktiviteter samt möjliga lösningar om problem uppstår, känner vi oss tryggare än när något av detta saknas. Människor sätter sig till exempel sällan på en bänk som är placerad mitt på ett öde torg men väljer i stället en plats vid kanten av torget eller framför en vägg eller ett buskage för att skydda ryggen.

Att något har en mänsklig skala relateras till vår kropp. Höga byggnader och stora ytor skapar en känsla av litenhet och kan öka otryggheten. Eftersom vi normalt relaterar upplevelser till våra egna dimensioner, känner vi oss tryggare när vår omgivning är i en mänsklig skala. Detta kan förstås på flera sätt, inte bara som höjd eller längd på en och samma byggnad eller längd och bredd på en plats. Det handlar också om mänsklig skala i kroppens omedelbara närområde i till exempel utformningen av fasadens bottenvåning.

Vid utformning av idrotts- och friluftsanläggningar är det även viktigt att beakta att platserna ska användas av barn. Barn upplever den fysiska miljön på ett annat sätt än vuxna, eftersom deras längd påverkar hur de uppfattar sin omgivning. Således är det viktigt att beakta barnets perspektiv vid utformning av idrotts- och friluftsanläggningar för att säkerställa att miljön även är anpassad till barnens behov. Det innebär bland annat att placering och höjd på fönster bör anpassas, att sikten för barn inte får blockeras av objekt, samt att byggnader utformas på ett sätt som undviker att de upplevs som överväldigande eller skrymmande.

Miljö, känsla och stämning

Människans sinnen och känslor är utvecklade för att uppleva natur. Naturen är komplex och människan förväntar normalt att den har många olika skalor och geometriska former på en gång. Det mest intressanta i naturen är det levande: andra människor, djur och växter. Våra hjärnor stimuleras också av färger (rött och gult drar till sig uppmärksamhet, medan grönt och blått är vanligt förekommande i naturen och rogivande) och ljus (sol, skugga, glittrande vatten). Vi upplever också tidsdimensioner, bl.a. en förståelse av vad som är nyare och vad som är äldre, och vi bär också runt på minnen av vad som tidigare har skett. Allt detta bidrar till en upplevelse av en särskild stämning på en bestämd plats på en viss tidpunkt.

Nästan alla människor är i grunden empatiska i förhållande till annat levande och speciellt andra människor. En miljö eller en plats kan göra människor glada, vänliga och kärleksfulla, eller det motsatta. En miljö där man ser att någon och helst flera bryr sig och har bidragit positivt till miljön skapar mer empati. Miljöer vars utformning väcker tankar om möjliga fiender, oönskade personer eller skadegörelse ger motsatta känslor, liksom miljöer som är enformiga och anonyma.



Gestaltning som fysiskt helhetsgrepp

Gestaltning som fysiskt helhetsgrepp handlar om ett områdes eller en plats relationer till omgivningarna och om huvudidén med användningen och utformningen av området eller platsen. Helhetsgreppet handlar därför både om själva rummet och rörelser i rummet, bl.a. rumslig integration och tillgänglighet. Om platsen byggs med kontinuitet i bebyggelse och rörelsestråk kan tryggheten ökas, till skillnad mot när det bildas stora isolerade enklaver, stora barriärer eller lågt utnyttjade stora mellanrum vilka kan minska tryggheten.

Integritet och genus

Världen har i och med digitaliseringen förändrats dramatiskt de senaste 25 åren, och i planeringen av idrotts- och friluftsanläggningar är det särskilt viktigt att beakta integritet, med tanke på de ökade riskerna kopplade till mobilkameror och internet. Utformningen av hygienutrymmen och omklädningsrum ska bidra till att skydda individens integritet och säkerhet. Exempelvis bör toalettdörrar vara ljuddämpande, duschutrymmen bör vara utrustade med individuella duschbås och insynsskydd, och omklädningsrummen ska utformas med insynsskydd från in- och utgången. Det är också viktigt att se över detaljer som placeringen av handdukskrokar för att ytterligare stärka integriteten och ge användarna en trygg upplevelse.

Eftersom en fjärdedel av alla flickor och kvinnor i fertil ålder vid varje given tidpunkt menstruerar har flickor ett stort behov av rymliga toaletter med tillgång till tvål, vatten och sanitära behållare. Det ska vara möjligt att byta mensskydd på idrotts- och friluftsanläggningen utan att komma i kontakt med väggar eller objekt i toalettutrymmet. Omklädningsrum ska också utformas på så sätt att de inte är diskriminerande gentemot transpersoner eller individer med annan könsidentitet än flicka/pojke. Det kan handla om att ha tillgängliga och inkluderande separata omklädningsrum.

Takspring

Under senare tid har det inträffat ett flertal dödsfall och allvarliga olyckor till följd av att barn och ungdomar tar sig upp på tak till idrottsanläggningar. Det är därför viktigt att förhindra obehörig åtkomst till tak för att förebygga olyckor. Genom att utforma byggnader och fasader på ett sätt som gör det svårt att klättra, kan man effektivt minska risken för att någon obehörigen tar sig upp till taket. Ett tak med en överhängande kant är ett exempel på en fysisk barriär som gör det svårare att komma upp. Även placeringen och utformningen av stuprör är avgörande för att försvåra klättring.

Denna aspekt är inte bara viktig under byggskedet, utan måste också beaktas vid förvaltning och under drift. Temporära objekt som placeras längs fasader kan skapa nya möjligheter för klättring, och det är därför avgörande att dessa risker åtgärdas även i senare skeden av byggprocessen och förvaltningen.

Övergripande gestaltsmål för trygg miljö

Övergripande handlar gestaltning om att skapa attraktiva, levande, trivsamma och trygga stadsmiljöer, som stimulerar interaktion mellan (olika) människor. Detta leder till en ökad vilja hos medborgarna att använda sin stad. Det betyder att man ska jobba med att skapa välkomnande platser.

Gestaltning av platsen främjar trygghet när detaljerna har tagits hänsyn till och den övergripande kompositionen harmoniserar med platsens funktioner och huvudidé. Tryggheten kan ökas genom till exempel plantering av träd och blommor, konst i rummet, ornamentering, färgsättning, goda materialval, översiktlig planlösning, olika delområden, mänskliga mått samt möjlighet för att stå och sitta komfortabelt.

Mix av funktioner

Med funktioner menas olika ändamål och bruk i användning av byggnader, platser, uterum, etcetera. En mix av funktioner har ur trygghetssynpunkt som mål att främja en lämplig mångfald av ändamål och bruk samt en passande överlappning av användningstider och öppettider för att stödja trygghet under en så stor del av dygnet, veckan och året som möjligt. En mix av funktioner påverkar inte bara användningen och bruket av platser och byggnader, men också blandningen av de människor som vistas där. På så sätt skapas förutsättningar för en passande blandning av kvinnor och män, vuxna och ungdomar samt personer från olika grupper i samhället. En mix av funktioner innebär också att områden och platser har flera verksamheter av olika slag med personal som arbetar på plats. För att uppnå en balanserad mix av funktioner ska de funktioner som finns i ett område vara tillgängliga för alla.²²

En förutsättning för en mix av funktioner är att rörelsenätet i staden har en passande grad av integration, så att det uppstår stråk där funktioner och aktiviteter gärna vill placera sig för att dra nytta av läget, varandra och de människor som naturligt passerar där. Det kan och bör inte vara en lika stor mix av funktioner överallt i staden, men större ensidiga enklaver bör undvikas. Dessutom bör avståndet vara kort från olika funktioner och delar av staden med huvudsakligen bostäder eller arbetsplatser till platser och stråk med en mix av funktioner. Spridningen av de olika funktioner som finns i en stad och i ett område ska således planeras för att undvika stora koncentrationer.

Idrotts- och friluftsanläggningar tenderar att placeras i utkanten av ett samhälle, men det är viktigt att en idrotts- eller friluftsanläggning har mer än en primär funktion. I utformningen av anläggningar är det viktigt att eftersträva en mix av funktioner som attraherar olika målgrupper. Dessutom bör det i närområdet finnas en mix av olika funktioner som affärer, bostäder, arbetsplatser, utbildningsställen, mötesplatser, uteserveringar, lekplatser, med mera. En mix av funktioner kan dessutom styrkas med olika förvaltningsformer och variation av bostadsutbudet (bostadsrätter, hyresrätter) i närområdet. En mix

²² Future Place Leadership, LINK arkitektur & Stiftelsen Tryggare Sverige (2020).

av funktioner kan också bidra till att personer uppehåller sig i längre tid på en gata eller plats, i stället för att bara skynda sig vidare.

Att planera för en mix av funktioner är inte bara viktigt när byggnader ritas/byggs, utan också när man designar platser och uterum. Dessa behöver fyllas med olika aktivitetsmöjligheter, och det är kanske också lämpligt med en viss grad av tematisering för att ge variation och valmöjlighet mellan platser och uterum av delvis olika karaktär. Olika aktiviteter attraherar olika människor. Aktivering av platser och uterum kan styrkas genom bra gestaltning och målmedveten platsprogrammering och aktivitetsstöd.

Alla funktioner passar dock inte alltid bra tillsammans. Det kan gälla både deras skala och användningsområde. Exempel på funktioner som i vissa fall kan ge trygghetsproblem och bör undvikas i anslutning till idrotts- och friluftsanläggningar, är till exempel krogar, Systembolaget, butiker, sprututbytesprogram, härbärgen och stora evenemangsarenor.

Det är även viktigt att beakta var funktionerna på en idrotts- eller friluftsanläggning placeras. Till exempel är det positivt att placera en reception eller expedition nära anläggningens huvudentré, så att personalen enkelt kan ha uppsikt över vilka som vistas på anläggningen. Detta bidrar till att skapa en trygg miljö för besökare och användare. En synlig och tillgänglig reception möjliggör dessutom kontaktskapande, vilket kan få besökare att känna sig välkomna och sedda av personalen när de anländer. Även vaktmästares arbetsrum bör placeras centralt.

Tydlighet

Platsens tydlighet och territoriefrågor har länge spelat en stor roll för tryggheten. På samma sätt är formgivningen av stadsmiljöer och byggnader viktig för hur vi förstår oss på olika platser och hur vi agerar i olika rum.

Lagstiftning och regler för allmän plats respektive privat område visar att uppdelningen av staden i offentliga och privata rum är en grundläggande distinktion i det svenska samhället. Ägandeskap, normal användning av plats och rum oavsett ägandeskap (bruksrätt) och ansvar förväntas hänga ihop, och utformningen av städer och byggnader spelar en roll i det sammanhanget.

De olika typer av rum som finns i en stadsmiljö kan återges på en graderad skala: offentliga rum, halvoffentliga rum, halvprivata rum och privata rum. Denna gradering bör ses i sin specifika kontext, som kan vara en stadsdel eller ett bostadsområde, men också inne i en fastighet. Den graderade skalan av offentlighet/privathet är sålunda inte absolut utan relativ. I en stadsdel är gator och torg exempel på offentliga rum; gallerior och bibliotek är exempel på halvoffentliga rum inomhus medan stora öppna gårdar i bostadsområden är exempel på halvoffentliga rum utomhus; förträdgårdar till hus och radhus liksom klart definierade gårdar i mindre kvarter är exempel på halvprivata rum. Privata rum är på

stadsbyggandets nivå till exempel privata trädgårdar utan genomgång till huvuddörr eller inhägnade uterum till företag och institutioner.²³

Det traditionella sättet att bygga stad på genom tydliga kvarter med entréer och fasader mot gatan skapar i sig själv en klar uppdelning på skalan från offentligt till privat. När situationen är annorlunda är det ur trygghetssynpunkt nödvändigt att arbeta med andra åtgärder för att tydliggöra var på skalan man befinner sig. Det kan göras med symboliska medel eller mer hårda gränser, men det handlar om att styra uppfattningen av tillgänglighet och lämpligt uppförande. Symboliska medel kan vara låga staket, murar eller häckar, olåsta låga grindar, planteringar, en mindre höjdskillnad, en portal, ändrad beläggning, ändrad belysning eller liknande. Hårda gränser kan vara höga staket och murar samt höga grindar, låsta eller olåsta beroende på läge och tidpunkt. Sådana gränser bör dock undvikas så långt som möjligt.

Tydlighet i stadsrummet handlar också om att det ska vara lätt att skilja på vem som ansvarar för vad i ett område. Skyltning kan bidra till det, men är sekundärt i förhållande till de direkta signaler som utformningen av rummet sänder i sig själv. Rummet i sig ska skapa en förutsebar situation utan att det behöver förklaras.

Tydlighet innebär möjlighet till att orientera sig, så att man vet var man är och vart man ska, men den frågan är direkt länkad till utformningen av gatunätet, placeringen av funktioner, placering och utformning av stationer och hållplatser i kollektivtrafiken, synliga människor och överblickbarhet. Medel för att öka tydlighet kan också vara viktiga för att styra flöden och köer i rummet. Som komplement bör skyltar och kartor användas. Vid entréer till idrotts- och friluftsanläggningar bör ha välkomnande skyltar samt områdeskartor för att undvika att platsen blir anonym och otydlig.

För att underlätta för användare att orientera sig på anläggningen samt för räddningstjänsten bör huvudentréer in till idrotts- eller friluftsanläggningen samt in till byggnader och hallar vara väl definierade och markerade. Detta kan exempelvis åstadkommas genom att låta entrén skjuta ut från fasaden eller genom att använda ett utmärkande färgval och belysning som gör den enkel att identifiera.

Platser med otydliga avgränsningar mellan olika trafikanter kan öka risken för aggressioner och konflikter. Det är därför viktigt att dessa gränser är mycket tydliga i anslutning till idrotts- och friluftsanläggningar. Sådant tydlighet kan uppnås genom nivåskillnader, markeringar och skalskydd. Det är också viktigt att fotgängare ges tillräckligt utrymme i förhållande till användningen.

²³ Stiftelsen Tryggare Sverige (2020).

Social kontroll

Social kontroll kan vara både *formell* och *informell*. Den första utövas av människor som inom ramen för sin yrkesutövning har i uppdrag att på ett eller annat sätt aktivt kontrollera miljön. Den andra utövas främst av boende och förbipasserande. Social kontroll gäller både närvaro av synliga människor och överblickbarhet i rummet. Det handlar både om att kunna se och om att känna sig sedd.²⁴

Ett sätt att stärka den informella sociala kontrollen är att bygga områdena så att de underlättar naturlig övervakning med ögon som bevakar gatan och andra offentliga rum. Genom att förlägga mötesplatser så att de är naturligt övervakade av människor som rör sig kan den sociala kontrollen stärkas. Det är viktigt att aktivera bottenvåningar genom att exempelvis bygga lokaler, lägenheter eller andra funktioner som tvättstugor, cykelförråd, gym etcetera, eftersom det är där människor rör sig och där de flesta människor fäster sina ögon på gällande närområdet.

Den formella sociala kontrollen hanteras av personer som har i uppdrag att utöva kontroll på en plats. För en ökad trygghet ska dessa personer inte bara finnas på plats utan även vara synliga i rummet; det ska tydligt framgå att de är där för att övervaka platsen. Formell social kontroll kan även i viss grad ske genom teknik, som till exempel kameror.

Tryggheten påverkas av social kontroll både direkt och indirekt. Det handlar om överskådligheten i ett och samma rum samt överskådligheten till och från olika rum. *Direkt social kontroll* handlar om att människor i offentliga, halvoffentliga och halvprivata rum klart ska kunna se vad som händer där för att direkt kunna utöva social kontroll genom aktiva iakttagelser. *Indirekt social kontroll* handlar om att utforma rummets omgivningar på ett sätt som ger möjligheter för kontroll via människor i byggnader och en upplevelse i det offentliga rummet av att man är under uppsikt, även utan att social kontroll medvetet utövas.

Överskådlighet i rummet ökar den direkta kontrollen. Det handlar om möjlighet till uppsikt från olika positioner i rummet (isovister) och om hur stor del av ett rum och dess omgivning som samtidigt kan iakttas från flest möjliga punkter i rummet (konvexa rum). Möjligheten att ha överblick i ett rum kan förbättras om grönska beskärs och om skymmande objekt flyttas eller tas bort. Siktlinjer längre ut ur rum har också betydelse för både den sociala kontrollen och orienteringen.

För att främja den sociala kontrollen vid utformning av idrotts- och friluftsanläggningar ska ett fritt, öppet synfält från 0,5 meter upp till 2 meter säkerställas i planeringen. Med medvetna val undviks risken att grönska hindrar siktlinjer. Till exempel rekommenderas låga buskar och plantor eller träd/buskar där grenarna börjar växa på stammen från 2 meters höjd och uppåt. Objekt och staket bör också ha en höjd på upp till 0,5 meter alternativt bestå av transparent material i synfältets höjd. Detta gäller även objekt och grönska

²⁴ Stiftelsen Tryggare Sverige (2020).

som har placerats i syfte att avgränsa vissa funktioner. För att öka överblickbarheten längs med gångstråk till och från idrotts- eller friluftsanläggningen bör ytan bredvid hållas fri från tät grönska som inte går att se igenom.

Förutsättningarna för indirekt social kontroll är att det är möjligt att se människor i byggnaderna runt om, men också om deras möjlighet att höra det som sker. Aspekter att ta hänsyn till här är placering av dörrar och fönster, antal och storlek på glasade ytor, samt balkonger, balkongräcken och burspråk som går att se igenom. Arkader i bottenvåningar kan fungera motsatt genom att skymma sikten ut och skapa djupa skuggor. Tekniska lösningar för indirekt social kontroll inkluderar exempelvis kameror men även speglar för att det ska gå att se runt hörn och smart belysning som signalerar närvaro.

Vissa aspekter behöver extra omtanke när det gäller överblickbarhet både i själva rummet och från byggnader. Det handlar bl.a. om parkeringsplatser för bilar och cyklar, gång- och cykeltunnlar, hållplatser och stationer i kollektivtrafiken samt synligheten av offentliga toaletter. Även flyktvägar är en viktig aspekt när det gäller social kontroll. De behövs av flera orsaker, för människor måste veta att de har ett antal alternativa vägar ut om något händer; dock ska flyktvägarna inte vara fler än nödvändigt.



Foto: Jonas Eriksson/Unsplash.

Belysning

Genom att säkerställa att ett område har en god belysning skapas förutsättningar för social kontroll under dygnets mörka timmar. Det gör det också möjligt för individen att ha en bra överskådlighet i sitt närområde och därigenom uppleva en ökad trygghet. Belysning har en påvisad positiv effekt på trygghet och reducerar kriminalitet. En god belysning bidrar också till att fler människor rör sig ute. Dessutom kan god belysning hjälpa till att tydliggöra skillnaden mellan offentliga och mer privata rum.²⁵

Den fysiska utformningen av en plats skapar grundläggande förutsättningar för att god belysning kan upprättas; det handlar alltså inte bara om lamporna i sig. Viktiga gångstråk utan fasader med belysning eller fönster i bidrar till mörker, även när det finns gatu-belysning och parklampor. Här är det omgivningarna som blir till "svarta hål", jämfört med rum där fasader finns längsmed stråket, där ljuset lättare kan kontrolleras och dessutom reflekteras av vertikala ytor. Ljus från skyltfönster och andra fönster bidrar också till en bättre täckningsgrad och mindre kontrast och skapar på så sätt trygghet.

För att belysning ska räknas som god bör den vara jämn och kontinuerlig "från start till destination", inte minst på viktiga platser och huvudstråk. Ljusstyrkan på offentlig belysning bör justeras vid för stora ljuskontraster. Otrygghet kan nämligen även uppstå när platser är för upplysta, eftersom det då skapas större kontraster och mörka utrymmen utanför. För höga ljusnivåer ska därför skruvas ned och för låga ljusnivåer ska skruvas upp. Interaktivt ljus, som tänds automatisk när någon kommer, är också en möjlighet till exempel vid entréer.

Belysningen ska vara utformad så att personer kan urskiljas från omgivningen. Till exempel kan torg och mindre parker med fasader runt om ha enbart kantbelysning medan mitten ligger i mörker och närvaro av människor där kan ses som silhuett. Bländande belysning ska alltid undvikas eftersom det omedelbart skapar en hög kontrast och minskar synligheten därifrån ljuset kommer. Det gäller också att kunna känna igen ansikten, det vill säga att det inte kommer kraftiga skuggor i ansiktet. Bländande belysning skapar helt svarta, icke-igenkännbara ansikten. God belysning ska göra det möjligt att känna igen ett ansikte inom en 10 meters radie.

Speciella problem kan uppstå när olika funktioner i ett rum har olika stark belysning. Det kan till exempel handla om kommersiellt ljus (ljusskyltar, med mera) och stark byggarbetsplatsbelysning, som kan göra effekten av övrigt ljus i närheten helt obefintlig. Om möjligt bör det genomföras en särskild belysningsanalys och utarbetas en belysningsplan, som också försöker att koordinera offentligt och privat ljus.

Tryggheten ökar när rätt belysning finns på rätt plats. Särskilt otrygga platser bör därför lysas upp. Viktiga objekt, mörka utrymmen, ingångar och tunnlar kan kräva särskilt ljus,

²⁵ Stiftelsen Tryggare Sverige (2020).

även dagtid. Belysningsplanering är viktigt från början eftersom felaktigt placerad belysning skapar otrygghet. Exempelvis bör träd inte stå i vägen för ljus från gatu- och parklampor, så antingen ska träd och lampor skiljas tillräckligt åt eller träden beskåras.

Effektbelysning kan bidra till god stämning, mer interaktion och användning och mer trivsel på utvalda platser.

Numera finns många slags bra LED-lampor med låg energiförbrukning, mindre underhåll och bättre färgåtergivning. Det kan snabbt löna sig att byta lampor i kommuner och områden som inte redan gjort det. Det blir också i högre grad möjligt att låta lamporna lysa en större del av natten.

Belysning kan användas för att förtydliga målpunkter både inom och utanför idrotts- eller friluftsanläggningen. Den kan även hjälpa individer att bättre förutse situationer genom att skapa god sikt både in i och ut ur byggnaden. Huvudentrén till idrotts- eller friluftsanläggningen bör framhävas med ljussättning i både den inre och yttre miljön för att fungera som en tydlig orienteringspunkt för användare och besökare.

Skalskydd

Med skalskydd refereras vanligtvis till en typ av inbrottsskydd i form av fysiskt skydd av lokaler och rum. Bra skalskydd handlar då mest om tillräckligt inbrottsskyddade väggar, dörrar, fönster och lås.^{26, 27}

Det är viktigt att skalskyddet är väl integrerat i byggnaden. Under alla omständigheter bör lås vara välfungerande, även till trappuppgångar och sekundära utrymmen, om dessa önskas låsas. Elektroniska nycklar bör vara tillräckligt kopieringsskyddade, så att illegala nycklar inte kommer i omlopp genom illegal kopiering. Inbrott och annan brottslighet kan också begränsas genom sektionering, det vill säga att olika utrymmen låses separat och endast berättigade har tillgång till dem.

Utformningen av staket och häckar samt placering av dörrar spelar en roll för inbrotts-skyddet i praktiken. Höga häckar samt dörrar på sidan eller baksidan av huset leder ofta till flera inbrott. Synliga entréområden ger mer synliga tjuvar och ökar tryggheten.

Galler och jalousier bör undvikas, om det är möjligt att på annat sätt begränsa fönsterkross och inbrott. Det finns i dag flera exempel på synliga galler och jalousier som snarare ökar än minskar otryggheten. Om galler och jalousier måste användas, bör de anpassas så att det är möjligt att se in i byggnader eller lokaler på kvällen, så att det inte då uppstår döda fasader i ögonhöjd. Taggråd bör också undvikas i den mån det är möjligt utan att brottsligheten ökar.

²⁶ Stiftelsen Tryggare Sverige (2020).

²⁷ Stiftelsen Tryggare Sverige (2024).

För företag, offentliga lokaler och byggplatser kan andra former av tillträdeskontroll än lås också vara aktuellt, till exempel personkontroll, personregistrering och ID-brickor. Generellt sett ska även dessa slags tillgänglighetsbegränsningar vara välintegrerade samtidigt som de gör det svårare att komma åt olika platser.

Vissa funktioner, byggnader och utrymmen behöver förstärkt skalskydd på grund av deras känslighet, utsatthet eller placering. Det som gäller då är att jobba med välintegrerade skalskydd som fyller den funktion som de ska ha utan att ha någon större effekt på allmänhetens upplevelse av platsen och trygghet. Exempel på platser där skalskydd och eventuellt också elektronisk ID-registrering är viktigt, är källare, tvättstugor, bilgarage och cykelrum.

Som tidigare beskrivits i detta kapitel står säkerhet och trygghet ibland i konflikt med varandra, vilket ofta blir extra tydligt i diskussioner om just skalskydd. Några exempel på detta är utanpåliggande galler eller jalousier för fönster vid omklädningsrum eller höga stängsel runt en fotbollsplan. Denna typ av åtgärder minskar generellt sett risken för inbrott och att obehöriga tar sig in på området, och ökar därmed säkerheten. Samtidigt kan denna typ av åtgärder sända signaler att det är en "farlig" plats med många problem, vilket kan öka otryggheten. För att motverka en sådan utveckling kan man i stället göra medvetna val och sträva efter mer integrerade skalskyddslösningar, som exempelvis galler på insidan av fönster (om galler överhuvudtaget krävs) eller okrossbart glas. Det kan också handla om en bättre mix av funktioner och därmed en ökad informell social kontroll, vilket i vissa fall kan ersätta behov av höga staket och stängda områden.

Hämta/lämna-zoner i anslutning till idrotts- och friluftsanläggningar riskerar att bli stressiga och konfliktfyllda zoner och det är därför viktigt att planera in hastighetsbegränsningar, som farthinder (vilket är en del av det som benämns skalskydd), som säkerställer lägre hastigheter.

Vid val av alla typer av skalskydd är det också viktigt att ta hänsyn till möjliga flyktvägar vid till exempel brand men också (våldsamma) brott som olika typer av terrorattacker, skolskjutningar etcetera.

Förvaltning

Trygghet och oro att utsättas för brott hänger nära ihop med hur ett område förvaltas och sköts, det vill säga vilken omsorg och lyhördhet som finns både för människorna i området och skötsel av byggnader och offentliga rum. Att det är rent och snyggt visar att platsen är under kontroll. Välvårdade områden bidrar också till ett positivt signalvärde i den allmänna opinionen. Är det ordning och reda i området visar det på engagemang och kontroll jämfört med om det finns mycket skräp, saker som har ställts på fel plats, felparkerade bilar och cyklar, med mera.²⁸

²⁸ Stiftelsen Tryggare Sverige (2020).

Ett område där förvaltningen är eftersatt sänder signaler om att ingen bryr sig, vilket riskerar att öka otryggheten. Utifrån ”Broken Windows”-teorin förklaras en nedåtgående spiral med ökad risk för brott i det offentliga rummet och bostadsområdet med ett trasigt fönster som är början på spiralen. En stökig stadsmiljö påverkar invånarnas trygghet negativt och kan också leda till ytterligare kriminalitet som även kan övergå till grövre brott.

Förvaltningens utgångspunkt är allmän renhållning, god skötsel av utemiljöer som till exempel beskärning av grönska, samt vanligt byggnadsunderhåll och underhåll av belysning. Smuts och slitage ska minskas på byggnader, fasader samt det offentliga rummet och alla fasta objekt som finns i det rummet.

Väl omhändertagna buskage, träd och växter skapar en trivsamt och attraktiv miljö. Förvaltning av grönskan handlar om att bibehålla en bra begränsad höjd på grönskan och beskära den med jämna mellanrum. Skötsel av utemiljöer bör bibehållas både sommar- och vintertid. I den allmänna förvaltningen av platsen ska lövstädning, snöskottning och klippning av träd och buskage vara självklart.

För att bryta en nedåtgående spiral bör åtgärder mot klotter och skadegörelse vidtas skyndsamt, helst inom 24 timmar. Materialval kan vara avgörande för förekomsten av skadegörelse och klotter. Bra material, som är beständigt mot skadegörelse, gör klotter svårare att applicera och lättare att ta bort. Skötseln blir därmed enklare och tryggheten ökas. Klotter kan också reduceras av grönska på staket, murar och delar av fasader, liksom av en avståndsmarkering framför plantering. Även lampor, utemöbler, lekutrustning, med mera bör vara utformade så att de är tillräckligt robusta för platsen i fråga, men robustheten bör inte ha ett signalvärde i sig själv. I extrema situationer kan det övervägas att ta bort viss utrustning om det inte går att ersättas.

Förvaltning bör ske enligt en underhållsplan, som också kan ha inbyggda mätvärden. Underhållsplaner och efterlevnad av dem är dock komplext. Ett exempel på en specialfråga är klotter på skåp som hör till elförsörjning, telesystem och liknande, där fastighetsbolag inte har underhållsplikt. Här krävs inte sällan bättre kommunikation och koordinering av underhållet. Goda förutsättningar för ett lyckat trygghetsarbete kan skapas genom att använda sig av webbplatser och appar hos kommun och fastighetsägare, där klotter, nedskräpning, skador och fel kan rapporteras samt relaterade åtgärder dokumenteras med tidsstämpel.

Aspekten förvaltning är extra viktig att beakta när det gäller att säkerställa tryggheten på temporära platser, som till exempel under byggandet av en idrotts- eller friluftsanläggning. Detta eftersom både brottsligheten och otryggheten tenderar att öka i samband med nyproduktion och ombyggnation. Det handlar om allt från brott som skadegörelse, olaga intrång och inbrott till otrygghet till följd av dåliga siktlinjer, tillfällig belysning och låg social kontroll vid byggarbetsplatser.

Information

Belysning, social kontroll, skalskydd etcetera är alltså viktiga aspekter för att minska risken för brott och säkerställa att användarna av idrotts- och friluftsanläggningar är trygga. På samma sätt är också den information som finns på platsen central. Information ger en känsla av kontroll, och kontroll skapar trygghet.²⁹ Här handlar det primärt om den information som finns på idrotts- eller friluftsanläggningen om ägandeförhållanden, ansvarig personal och kontaktinformation, öppettider samt information om vart personer kan vända sig om de utsatts för brott eller vid otrygghet. Den information som förmedlas ska vara platsspecifik och röra vad som händer i området, hur man felanmäler skadegörelse, information om trygghetsskapande insatser i området etcetera.

Realtidsinformation bidrar till att öka individens känsla av kontroll i en given situation. Realtidsinformation handlar i trygghetssammanhang först och främst om elektronisk skyltning i kollektivtrafiken samt appar på mobilen. Mobiler ger också många andra möjligheter, som kan kopplas till GPS-position och GPS-stödd "wayfinding".

Offerstöd till de som är oroliga för att utsättas för brott eller har drabbats av brott handlar om att informera människor om vad de ska göra om de skulle drabbas av brott. Bra och tidig information underlättar för den som drabbats av brott att klara av sin situation trots det som inträffat, så att personen därmed kan ha fortsatt hög tillit till samhället. När ett brott väl sker, är det viktigt att den brottsdrabbade får korrekt stöd och hjälp på olika språk.

Information om trygghetsskapande insatser i området. Det är viktigt att berätta för människor om de insatser som genomförs i syfte att öka tryggheten. Om det till exempel finns kameror i ett område behövs det tydlig information om varför kamerorna finns och hur de används. Det är också viktigt att tydliggöra ordningsregler, det vill säga vad man får respektive inte får göra på platsen.

Mix av människor

Genom att arbeta med de åtta aspekter som beskrivs ovan på en plats ges förutsättningar för en *mix av människor*. En mix av människor är viktigt för tryggheten, så att eventuella problemgrupper inte så lätt tar över kontrollen i rummet. För att ett område ska vara fritt från grupper som stör ordningen eller begår brott behövs en mix av människor som kan utöva en indirekt social kontroll (se avsnittet *Social Kontroll*).³⁰

En mix av funktioner hjälper till att öka mixen av människor, genom att öka antalet besöksmål och vistelsemöjligheter. Aktiviteter som satsar på det lugna och vuxna segmentet av befolkningen kan bidra till att reducera önskad dominans på platsen. Det är således av vikt att planera in funktioner riktade till vuxna på idrotts- och friluftsanläggningar.

²⁹ Stiftelsen Tryggare Sverige (2020).

³⁰ Stiftelsen Tryggare Sverige (2020).

Fotgängare som rör sig genom offentliga rum försvinner oftast ur socialt synhåll på en eller ett par minuter, och en del av dem ännu snabbare runt ett hörn eller in genom en dörr. Därför är det viktigt att få folk att stanna till och uppehålla sig på en plats under kortare eller längre tid, för att öka möjligheten för social kontroll och trygghet. Om alla bara satte sig ner och såg på andra i två minuter, skulle antalet ögon på gatan omgående fördubblas. Det är därför viktigt att det finns sittmöjligheter och aktivitetsmöjligheter i det offentliga rummet både för enskilda och grupper. Detta står i rak motsats till dagens globala trend att ta bort bänkar, sittplatser och stolar med ursäkten att inte skapa "hängplatser" eller ställen där oönskade personer, som till exempel hemlösa och alkoholister, kan vistas. För att uppmuntra människor att stanna på en plats är det viktigt att planera för tillgång till toaletter, möjligheter att fylla på vattenflaskor och närhet till matställen.

Att jobba enligt konceptet "Power of Ten" skapar just dessa förutsättningar att stanna kvar. Enligt detta koncept ska varje plats ha minst tio fokuspunkter eller saker att göra för att den ska upplevas som trevlig och attraktiv. Dessa tio saker kan vara mycket enkla och innebära allt från att rasta sin hund, sitta på en bänk, läsa en bok eller fika, till att handla, spela spel eller träna, med mera.

För att människor ska vilja befolka de offentliga rummen krävs att rummen utformas på ett tilltalande sätt och lockar människor med olika intressen och livsstilar. Bänkar och stolar, grönska, skydd mot sol, regn och blåst samt papperskorgar bidrar till det. Goda möjligheter och service för hundägare är också viktigt. De måste ändå ofta gå ut med hunden och bidrar därigenom också till den informella sociala kontrollen på platsen.

Avslutning

Många av Sveriges idrotts- och friluftsanläggningar ligger avsesides, med ödsliga gång- och cykelvägar, dåligt upplysta platser samt låg vuxennärvaro och en bristande social kontroll. Detta ökar risken för både brott och otrygghet. Historiskt sett har emellertid frågor som rör säkerheten och tryggheten på och kring idrotts- och friluftsanläggningar inte uppmärksamats, vare sig vid befintliga anläggningar eller vid utformningen av nya anläggningar.

Sverige har i dag ett 60-tal utsatta områden, mängder med öppna drogsener, ovälkomna rekord i antal sprängningar, skjutningar och kriminella gäng samt en påtaglig otrygghet i många kommuner. I detta nya Sverige måste frågor som rör säkerheten och tryggheten beaktas på ett helt nytt sätt också när det gäller idrotts- och friluftsanläggningar.

Det billigaste och bästa sättet att göra detta är vid utformningen av nya anläggningar för att så långt som möjligt bygga bort brottsligheten och bygga in tryggheten. Här finns mycket kunskap att hämta från den situationella brottspreventionen och kunskapen om CPTED.

En viktig aspekt att beakta vid utformningen av nya idrotts- och friluftsanläggningar och vid ombyggnation av befintliga anläggningar är att det finns en mix av funktioner i anslutning till anläggningen, vilket kan skapa ett naturligt flöde av människor som kan se, ingripa och framför allt interagera på ett naturligt sätt. Andra aspekter av extra stor betydelse handlar om förutsättningarna för att stärka den sociala kontrollen genom en mix av människor på platsen och en god förvaltning av anläggningen och dess närområde med fokus på allmän renhållning, god skötsel av utemiljöer genom bl.a. beskärning av grönska, samt vanligt byggnadsunderhåll och underhåll av belysning.

Avslutningsvis är det min uppfattning att både beställare och utförare i större utsträckning måste ta till sig av den kunskap som faktiskt finns när det gäller situationell brottsprevention och CPTED/arkitektonisk design – allt för att bidra till att minska brottsligheten och öka tryggheten. Kunskapen om hur brott och otrygghet kan förebyggas finns i dag, men problemet är att den varken efterfrågas eller används.

Referenser

Beck, U. (1998). *Risk society. Towards a new modernity*. Bath: Sage Publications.

Brottsförebyggande rådet (2023:9). *Nationell trygghetsundersökning 2023*. Stockholm, Brottsförebyggande rådet.

Future Place Leadership, LINK arkitektur & Stiftelsen Tryggare Sverige (2020). *Placemaking in the Nordics. A guide to co-creating safe and attractive public spaces in the Nordic region*. Stockholm, Stiftelsen Tryggare Sverige.

Giddens, A. (1990). *The Consequences of Modernity*. Cambridge, Polity Press.

Heber, A. (2007). *Var rädd om dig! Rädsla för brott enligt forskning, intervjupersoner och dagspress*. Kriminologiska institutionen, Stockholms universitet.

Holmberg, S. & Rothstein, B. (2020). *Minskar mångkulturella samhällen den sociala tilliten?* Hämtad från <https://www.gu.se/sites/default/files/2020-08/027-040%20Holmberg%20o%20Rothstein.pdf>

Listerborn, C. (2000). *Om rätten att slippa skyddas. En studie av trygghetsskapande och brottsförebyggande projekt och kvinnors rädsla för att röra sig i stadens rum*. [Licentiatuppsats] Chalmers Tekniska Högskola.

Litzén, S. (2006). *Oro för brott i urban miljö. Trygghetsundersökningar med anknytning till Stockholm*. Rapport 2006:1. Kriminologiska institutionen, Stockholms universitet.

Litzén, S. (2007). Komlicerad relation mellan brott och trygghet. I Brottsförebyggande rådet (2007) *En dokumentation från Trygghetskonferens 12–13 juni 2007*. Hämtad från <https://docplayer.se/117567051-En-dokumentation-fran-trygghetskonferens-juni-2007.html>

Stiftelsen Tryggare Sverige (2018:1). *Trygghet i samhället*. Stockholm.

Stiftelsen Tryggare Sverige (2020). *BoTryggt2023. Handboken för planering av säkra och trygga livsmiljöer*. Stockholm, Stiftelsen Tryggare Sverige.

Stiftelsen Tryggare Sverige (2023). *Brott och otrygghet inom svensk idrott – en kunskapsöversikt*. Stockholm, Stiftelsen Tryggare Sverige.

Stiftelsen Tryggare Sverige (2024). *PluggaTryggt. Handboken för planering av säkra och trygga skolmiljöer*.

Trägårdh, L., Wallman Lundåsen, S., Wollbeek, D. & Svedberg, L. (2013). *Den svala svenska tilliten. Förutsättningar och utmaningar*. Stockholm, SNS Förlag.



Foto: Miguel Lindo/Unsplash.

Vem vågar vara här? Tryggare platser för idrott, friluftsliv och motion är en antologi som samlar forskare och praktiker som utforskar trygghetens många dimensioner i miljöer för friluftsliv, idrott och motion. De olika kapitlen visar hur platser kan formas, förvaltas och förstås för att inkludera fler och stänga färre ute. Här får du insikter om strategisk förvaltning, platsanknytning och vardagsnära lösningar som möjliggör en trygg upplevelse. Boken syftar till att inspirera och vägleda alla som på olika sätt planerar, bygger och förvaltar platser för idrott och friluftsliv.

- Vad får oss att känna oss trygga på en plats – och vad får oss att undvika den?
- Hur kan vi designa miljöer som bjuder in fler, snarare än att stänga ute?
- Vilka röster saknas när trygghet planeras?

Medverkande:

Mir Grebäck von Melen, Centrum för idrottsforskning

Karin Axelsson, miljöpsykolog, Anna Lebisch & Lise Hellström, Landskapslaget

Karl Kronkvist & Alexander Engström, Malmö universitet

Märit Jansson & Hanna Fors, Sveriges lantbruksuniversitet

Nicolas Keller & Sofie Berg, Växtvärket Malmö

Rebecca Rubin, Arkitekturskolan vid Kungliga Tekniska Högskolan och Hemvist

Magnus Lindgren, Stiftelsen Tryggare Sverige

Centrum för idrottsforskning

www.centrumforidrottsforskning.se

ISBN | 978-91-531-5004-6

