

Innhold

Forord	7
Innledning	9
Kapittel 1 Bekymringsmelding – fratar vi barna lærelysten?	13
Hva bygger vi våre bekymringer på?	13
Endringer i barns oppvekstvilkår	15
Langtidskonsekvenser	16
Når systemet blir en del av problemet	20
Vi har tatt fra barna tid og rom for lek	28
Risikolek	31
Testing og læring	33
Kapittel 2 Hjernen, læring og lek	42
Et fugleperspektiv	42
Hjernens bygning: Nerveceller danner komplekse nettverk	44
Nettverk og psykiske lidelser	70
Begrensninger i hva hjerneforskning kan gi svar på	73
Kapittel 3 Grunnleggende forutsetninger for læring	80
Læring: grunnlag for vekst og utvikling	80
Motivasjon, mening og utfordring	82
Oppmerksomhet	87
Emosjoner og læring	96
Hva kjennetegner et godt læringsmiljø?	100

Kapittel 4	Lekens betydning for barns læring og utvikling	103
	Leken er egenmotivert	103
	Et evolusjonsperspektiv på hvorfor dyr leker	104
	Lek og læring	107
	Leken utvikler oss til sosiale vesener	108
	Leketerapi med barn	113
	FNs barnekonvensjon og barns lovfestede rettighet til fri lek	115
Kapittel 5	Når noe går galt	120
	Når barn ikke kan leke	120
	Epigenetikk – hvordan miljøet påvirker geners uttrykk	123
	Orkidébarn og løvetannbarn	126
	Dissosiative lidelser – når stresset blir overveldende	128
	ADHD: kroppslig uro og lærevansker	133
	Tommel opp eller ned for medisiner?	137
	Negative langtidseffekter	140
	Hvordan gikk det med Trym? Noen sluttord om ADHD, lærevansker og lek	143
	Sluttord	149
	Stikkord	151