

Matglede og gode matopplevelser på tur i barnehagen

Hvordan kan måltid på tur bidra til matglede og gode matopplevelse i
barnehagen

Sigrun Elisabeth Hillestad Røst
[kandidatnummer: 619]

Bacheloroppgave
[BNBAC3900]

Bodø, April 2021

Bacheloroppgaven er et selvstendig studentarbeid gjennomført ved Dronning Mauds Minne Høgskole for Barnehagelærerutdanning og er godkjent som en del av barnehagelærerutdanningen. Under utarbeidelse av oppgaven har studenten fått veiledning ved DMMH.



DronningMaudsMinne
HØGSKOLE FOR BARNEHAGELÆRERUTDANNING

Forord

En viktig, lærerik og krevende periode ligger nå bak meg. Aldri har jeg lagt så mye energi og tid inn i et arbeid som andre skal bedømme. Jeg må starte med å sende en stor takk til informantene som har tatt seg tid til å gjennomføre og bidra til min bacheloroppgave. En stor takk må jeg og sende til mine flotte veiledere som har utfordret, veiledet og bidratt til bachelorprosjektet mitt.

Takk til familie, arbeidsgiver og kollegaer som har lagt til rette, vist forståelse og spurt underveis hvordan det går.

I løpet av de siste tre årene har jeg fått noen av de viktigste mennesker inn i livet, takk for all støtte, refleksjon og forståelse Maren og Gøril, dere har betydd alt for tiden på Dronning Mauds minne høyskole «Vi blir bedre sammen».

Den aller største takken går til mine to største støttespillere på sidelinjen igjennom utdanningsløpet min mann, kaffekoker, turvenn og bauta i livet, og ikke minst Bente som har lest over, rettet, veiledet, dyttet, trøstet og ledd, med og av meg, igjennom hele studieløpet, uten deg hadde jeg aldri tatt steget for å bli barnehagelærer.

Sigrun Elisabeth Hillestad Røst

Bodø, april 2021

Innhold

1.0 Innledning:	3
2 Teori:	5
2.1 Måltids glede og barns opplevelse	5
2.2 Voksen- og barnehagerollen i måltids situasjonene og i arbeidet med matglede på tur i barnehagen	6
2.3 Måltid på tur som kulturmøte	7
2.4 Didaktiske forutsetninger for måltider på tur	8
2.5 Barns medvirkning	9
3.0 Metode:	10
3.1 Intervju som metode	11
3.2 Valg av informanter	12
3.3 Metodekritikk	13
3.4 Forskningsetikk	13
4.0 Funn og drøfting:	14
4.1 Måltids glede og barns opplevelse	14
4.2 Rollemodeller: voksen- og barnehagerollen i måltids situasjonene og i arbeidet med matglede på tur i barnehagen	16
4.3 Måltid på tur som kulturmøte	18
4.4 Didaktiske forutsetninger for måltider på tur	20
4.5 Barns medvirkning, aktiv deltakelse og glede	22
5.0 Oppsummering, konklusjon og avslutning	25
6.0 Litteratur	27
7.0 Vedlegg	29
7.1 samtykkeskjema	29
7.2 Intervjuguide	31

1.0 Innledning:

Denne bacheloroppgaven skal jeg se på temaet matglede og gode matopplevelser i barnehagen. Barn spiser i gjennomsnitt 3000 måltider i løpet av sin tid i barnehagen (Ingul, 2018, s. 282). Når jeg ser dette tallet blir jeg genuint nysgjerrig på hvordan dette oppleves for barna i barnehagen når man tar med måltidet ut på tur.

I forkant av min tid på Dronning Mauds minnehøyskole for barnehagelærerutdanning, heretter omtalt som DMMH har jeg tatt et fagbrev som institusjonskokk før jeg jobbet to år som assistent i barnehage. I løpet av min tid som assistent har jeg fått vært med på å innta måltid på tur og i barnehagen med ulikt utfall, noe som har preget mitt tema for bacheloroppgaven. Jeg har også et ønske om å kunne ta i bruk mitt fagbrev og kunnskapen jeg har opparbeidet meg inn i min fremtidige jobb som barnehagelærer. Denne relevansen løfter også rammeplanen frem som aktuell der «Måltider og matlaging i barnehagen skal gi barna et grunnlag for å utvikle matglede og sunne helsevaner» (Utdanningsdirektoratet, 2017, s.11). Som en del av Natur og friluftsliv- kullet har jeg også et ønske om å holde fokuset på måltid på tur. For at min egen interesse for mat og kost i barnehagen ikke skal gjennomsyre mitt valg av problemstilling har jeg måtte tatt noen grep og trukket hovedfokuset på maten bort og heller trukket frem noe som i mine øyne kan ses på som vel så viktig, nemlig matglede og gode matopplevelser.

Måltidet er en stor del av barnas barnehagehverdag og av egeninteresse ønsker jeg å fokusere på måltidet på tur. Når man er på tur i et udefinerbart område, der barna gjerne har en annen tolkning av omgivelsene enn de har innendørs, tenker jeg at det kan legge ulike føringer for hvordan matglede og matopplevelsen blir. Jeg har selv i voksen alder tenkt på hvor mye bedre maten smakte med gode venner på tur når man gjerne har vært i fysisk aktivitet i forkant. Langholm og Tuset (2013) løfter frem at måltidet kan være noe barna ser frem til og noe de gleder seg til (Langholm & Tuset, 2013, s. 11). Hvordan jobber man for at måltidet på tur blir fylt med matglede og barna sitter igjen med gode matopplevelser? Hvilke utfordringer er knyttet til måltid på tur? hva med den voksnes rolle når man skal jobbe for matglede og gode matopplevelser? Hva er sentralt når det kommer til måltid på tur?

Alle disse spørsmålene ledet meg til problemstillingen:

- **Hvordan kan måltid på tur bidra til matglede og gode matopplevelser i barnehagen?**

Hovedfokuset mitt har her vært å få inn fordypningsenheten min måltidet på tur. For jeg har en stor oppfatning av at det er stor forskjell på hvordan opplevelsen er for barn og voksne om måltidet er innendørs eller utendørs. Ved å sette søkelys på måltid på tur har temaet blitt spisset inn på et felt innenfor mat og måltidsituasjon i barnehagen som er aktuelt med tanke på fordypningen min.

Jeg har måtte endre og finspisse på problemstillingen over lang tid med hjelp fra veilederen fra høyskolen. Jeg har endret ordlyd, lagt til aktuelle ord og konkretisert og kuttet kraftig ned. Problemstillingen skal ifølge Larsen (2020) fungere som en ledesnor og et middel for å finne frem til en løsning på problemstillingen (Larsen, 2020, s. 21). Det skal være en rød tråd igjennom hele forskningen noe som er utfordrende, men også til hjelp og støtte. Å hele tiden måtte se tilbake og jobbe seg inn mot den aktuelle røde tråden er utfordrende, men viktig. Temaet er stort, og problemstillingen bidrar til å holde fokuset.

Som nevnt tidligere går jeg også på natur og friluftsliv-linjen på DMMH noe som igjen har vekket min interesse for denne tematikken. Når jeg i har løftet frem temaet og problemstillingen har jeg også opplevd å få god respons på valget av fokus fra medstudenter og andre i barnehagefeltet.

Flere spørsmål har blitt løftet frem jo mer kunnskap og praksis jeg har tilegnet meg. En genuin interesse for forskningstemaet gir meg en fordel og ulempe i den forstand at jeg raskt har fått et eierskap til prosjektet og at det allerede ligger mye kunnskap i ryggen angående tematikken. En ulempe er bekymringen for at jeg kan være førende, ha forutinntatte tanker og holdninger rundt temaet og en bekymring for at intervjupersonene ikke tør å være ærlig i møte med meg.

I denne bacheloroppgaven vil jeg først komme med et teorikapittel som er relevant for drøftingen, før jeg går videre på metodekapittelet som beskriver valgene som er tatt i forbindelse med innhenting av data og ulike hensyn som er tatt med tanke på valg av metode, analyse og etterarbeid. Etter metodekapittelet kommer funn og drøfting i samlet kapittel under samme underoverskrifter som ble brukt under teorikapittelet. For å runde av oppgaven kommer en konklusjon og avslutning før denne bacheloroppgaven avsluttes med litteraturlisten og vedlegg.

2 Teori:

Som en del av barnehagens personale har man en rekke formelle dokumenter man må følge, som rammeplanen, barnehageloven og norske lover, samt andre uformelle normer og regler i samfunnet og barnehagen. Vi har mye vi bør og skal gjøre, som skal gjennomføres i en hektisk hverdag. I denne delen vil jeg gå inn på sentrale, aktuelle deler fra rammeplanen, anbefalinger fra helse direktoratet og det jeg anser som relevant teori rundt de aktuelle temaene som jeg kommer til å drøfte etter hvert sammen med funnene fra analysen av datamaterialet.

2.1 Måltidsglede og barns opplevelse

Med tanke på måltidsglede og opplevelser velger jeg å skrive definisjoner og beskrivelser av begrepene lykke og opplevelser, før jeg definerer begrepet måltidsglede. I følge Hagström sitert i Drugli er interesse og glede to sentrale positive følelser som bidrar til å fremme barns utvikling. Dette er noe som Hagström trekker frem bør vektlegges i det pedagogiske arbeidet i barnehagen (Drugli, 2018, s. 54). Nes (2018) forklarer hedonisk lykke som betegner her positive følelsetilstander der glede, lyst og fornøyelse er i fokus. På den andre siden finner vi eudaimonisk lykke, eller engasjementslykke, som er knyttet til givende aktiviteter, som gir indre glede av å kjenne på begeistring og mestring. Dette kan igjen gi en følelse av mening, engasjement og personlig vekst (Nes, 2018, s.370).

Lykke har fått større oppmerksomhet blant forskere og søkelyset på lykke målt som velvære, positivitet, trivsel, flyt og glede har skutt fart. Ifølge Nes opplever barn som er lykkelig større trygghet og trivsel både hjemme og i barnehage. Lykkelige barn ser lysere på egen fremtid. Lykke hos barn knyttes også til større tilfredshet i det sosiale felleskapet, mens barn med lavt velværefølelse har økt sjanse for å oppleve mobbing, falle utenfor det sosiale felleskapet og økt risiko for psykiske plager i fremtiden. (Nes, 2018, S. 371). Lykke er ikke direkte knyttet til matopplevelsen, men å være tilfreds og ha det bra er noe henger sammen når det kommer til matglede og gode matopplevelser.

Lillemyr (2011) beskrives barns opplevelse som en bro der lek som fenomen og begrep er på en side mens læring som fenomen og begrep er på den andre. Uten opplevelse er en sentral og viktig del av barns lek borte, spesielt i en genuin og hengiven lek. Selve opplevelsen gir et

viktig grunnlag for meningsfull, personlig og aktiv erfaring. I det tradisjonelle synet på læring er det ikke like selvsagt at opplevelse er en like betydningsfull del som i leken, men Lillemyr trekker frem viktigheten av å se på læring i barnehagen med et bredt perspektiv (Lillemyr, 2011, s. 15). Gjems beskriver hvordan gode opplevelser kan legge fundament for livslang læring ved at voksne og barn som støtter, tar imot og utfordrer barns kunnskapssøking (Gjems, 2011, s. 81).

Måltids glede er et begrep som kan ses på med ulikt syn som rommer mye. Under et måltid i barnehagen er det viktig med matglede, og det å bli mett kan gi lik glede med gode smaksopplevelser. Videre trekkes det frem at måltid i barnehagen må handle om mer enn bare å dekke barnas behov for næringsrik mat, men ses på som en setting der trivsel, læring og et sunt forhold til mat skal fremmes (Lekhal, Slapsø, Lekhal, & Drugli, 2019, s. 75). For å oppleve matglede er det viktig at barna får delta aktivt da deltakelse bidrar til måltids glede. Deltakelse kan være å bidra til selve matlagingen, dekke bord, servere eller pynte. Et annet viktig punkt i å bidra til økt matglede kan være å få medbestemmelse i hva som skal serveres. Små grep som kan bidra til matglede for barna både i barnehagen og på tur (Lekhal, Et al., 2019, s. 77).

2. 2 Voksen- og barnehagerollen i måltids situasjonene og i arbeidet med matglede på tur i barnehagen

Rammeplanen trekker frem hvordan hele personalet skal være tydelige rollemodeller (Rammeplanen, s.15). Her løftes voksenrollen frem og det er dermed ikke barnas ansvar å sikre gode måltids situasjoner, det er den voksnes ansvar (Lundheim, 2014). I barnehageloven §1 trekkes det frem at «barnehagen skal i samarbeid og forståelse med hjemmet ivareta barnas behov for omsorg og lek, og fremme læring og dannelse som grunnlag for allsidig utvikling» (Barnehageloven, 2020, §1). Rollemodeller kan også barna være for hverandre, som Langholm & Tuset (2016) løfter frem kan barn være rollemodeller og måltids venner for hverandre i barnehagen. Barnehagen er viktig med tanke på veiledning og kunnskapsdeling med foresatte som kan ha behov for dette. Videre løftes det frem at kostholdsvaner blir dannet i tidlig alder og kan legge grunnlag for helsen gjennom barndommen og som voksne (Langholm & Tuset, 2016, s. 11). Rammeplanen legger til at personalet i barnehagen skal

«legge til rette for at måltider og matlaging bidrar til måltidsglede, deltakelse, samtaler og fellesskapsfølelse hos barna» (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 50).

Helsedirektoratets retningslinjer for mat og måltider i barnehagen, Heretter omtalt som Helsedirektoratet, har flere anbefalinger som omhandler mat og måltidsituasjonen i barnehagen. Helsedirektoratet (2020) fremhever viktigheten av at personalet deltar aktivt i måltidet og at spisemiljøet skal fremme mat- og måltidsglede. Videre presiseres det at personalet i barnehagen er viktige rollemodeller som barna lærer av gjennom deltakelse for å skape trivsel og sikre at måltidet blir en inkluderende arena som kan bidra til at alle er en del av felleskapet (Helsedirektoratet, 2020).

Hos Lundheim (2014) blir måltidet i barnehagen trukket frem som en setting som kan utnyttes til mer enn bare å innta mat og næring. Ved å jobbe for en setting som er rolig og hyggelig kan man ta i bruk måltidsituasjonen til å snakke om temaene som er aktuelle og interessante for barna i barnehagen (Lundheim, 2014, s. 54). Ifølge Vygotskys sitert i Imsen sosiokulturelle teori er betydningen av sosial samhandling og språket spesielt viktig for læring og utvikling (Imsen, 2015, s. 47).

På tur gjelder de samme reglene og anbefalingen som ved matservering i barnehagen, som sier at man bør etterstrebe et variert kosthold også på tur (Lundheim, 2014, s.55). I Rammeplanen trekkes det frem at barnehagen skal ha en helsefremmed funksjon, i tillegg til at barnehagen skal være med å utjevne sosiale forskjeller (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 11). Kravene fra rammeplanen gjelder også på tur i barnehagen noe som setter krav for måltidsituasjonene.

2. 3. Måltid på tur som kulturmøte

Hos Langholm og Tuset (2016) viser de til at det er to grunnleggende diskurser i barnehagen. Det er en ordensdiskurs og en utforskningsdiskurs. Diskursene opptrer side om side, med ordensdiskursen som handler om regler, mens utforskningsdiskursen handler om utforskning. Et måltid som er dominert av regler om hvordan måltidet skal gjennomføres med lite rom for utforskning kan bidra til at måltidet føles som ufrivillig og tvang fremfor utforsking, glede og lek som mye av barnehagehverdagen ellers har fokus på. Dette kan jobbe mot matgleden

barna bør føle, mens utforskning er viktig for å fremme læring og matglede. (Langholm & Tuset, 2016, s. 73-75).

Larsen (2019) forklarer at kultur er noe felles som medlemmene i et felleskap har. Virkelighetsoppfatning, verdier og normer som man bærer med seg og har inni seg, denne kulturen trenger ikke være korrekt eller riktige, men det er noe som er felles for medlemmene. (Larsen, 2019, s. 21). Kultur er ikke noe man er født med, men noe man blir født inn i og dannet i, gjennom hele livet. «Kultur er noe vi internaliserer gjennom sosialiseringprosessen» (Larsen, 2019, s. 116). Kultur videreføres og endres mellom generasjoner og i møte med nye kulturer og andre holdninger. Dette er noe som til stadighet skjer i barnehagen med nyansettelse av personell, barn og voksne som kommer fra andre kulturer. Endringer i samfunnet som skaper refleksjon og nye perspektiver, utfordres ens perspektiver og tradisjoner (Larsen, 2019, s. 116).

Ser man til rammeplanen for barnehagens innhold og oppgaver kan blir kulturbegrepet fremhevet slik: «Barnehagen skal legge til rette for kulturmøter, gi rom for barnas egen kulturskaping og bidra til at alle barn kan få oppleve glede og mestring i sosiale og kulturelle fellesskap» (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 9). Helsedirektoratet trekker også inn kulturbegrepet inn ved å fremheve at måltidet har stor betydning som en kulturell og sosial arena i barnehagen (Helsedirektoratet, 2020).

2.4. Didaktiske forutsetninger for måltider på tur

I forkant og underveis på tur er det mange ulike forutsetninger som kan legge føringer for hvordan turen blir for de som skal gjennomføre og være med. Når det i tillegg skal lages mat eller spises på tur med barn er det flere ulike forutsetninger som kan være avgjørende faktorer for hvordan opplevelsen og gjennomføringen oppleves. Gunnestad (2016) beskriver didaktiske forutsetninger som et bakteppe i enhver pedagogisk planlegging, der man må gjøre en analyse av de ulike didaktiske forutsetningene som er relevante for de ulike aktivitetene som skal planlegges og gjennomføres. Under ulike faktorer som er relevant er det sosiale, kulturelle og naturgitte forutsetninger og de mer formelle faktorene som rammeplan, lovverk, og årsplan med flere forutsetninger som er relevante å ha i bakhode under planlegging og tilrettelegging (Gunnestad, 2016, s. 133).

Lysklett (2013) har listet opp en rekke viktige punkter for å kunne legge til rette for måltider på tur. Disse punktene trekker frem behov for å holde seg varme og tørre under måltidet, egne sitteunderlag, ekstra skiftetøy og spisevotter som kan være nyttig. Videre er spiseplassen som blir valgt viktig å tenke på alt etter behovene man har, skal man ha ly for vær og vind under måltidet, eller skygge på varme dager, må dette tenkes på. På kalde dager er varm drikke nyttig for å erstatte væsketapet og for å få varmen i kroppen. På ekstra kalde dager bør barna unngå å være rolig for lenge for å unngå å fryse, man kan hjelpe med gjøremål som barna vanligvis klarer selv, slik at de får kommet i gang med aktivitet igjen så raskt som mulig (Lysklett, 2013, s. 91-92). Forberedelse, planlegging og tilrettelegging kan man se på som viktige didaktiske forutsetninger i forkant av måltider på tur da det er mange faktorer som må tas med i beregningen når måltidet skal tas med ut, fremfor inne rundt spisebordet med tilgang på kjøkken. Hos Vedum, Dullerud & Ødegaard (2005) viser de til positive sider med at barna også får kjenne på de ulike forutsetningene og utfordringene naturen kommer med, som å bli sliten, kald, våt og sulten. At dette gir barna kontraster og utfordringer som gir den gode følelsen når man ankommer turmålet (Vedum, Dullerud & Ødegaard, 2005, s. 21).

2.5. Barns medvirkning

I Rammeplanen for barnehagens innhold og oppgaver har barns medvirkning stort fokus «Barnehagen skal være bevisst på barnas ulike uttrykksformer og tilrettelegge for medvirkning på måter som er tilpasset barnas alder, erfaringer, individuelle forutsetninger og behov» (Rammeplan, s. 27). Lekhal, et al (2019) viser til at matgleden hos barna kan bli større ved at barna får bidra i tilberedningen og forberedelse av måltidene, og at de ansatte må bli bevisstgjort betydningen dette kan ha for barnas opplevelse (Lekhal, et al., 2019, s. 73).

Hos Bae i Kristiansen (2011) tydeliggjøres ansvaret som ligger til de ansatte der de voksnes væremåte og dialogen trekkes frem som en viktig forutsetning for det gode samspillet i barnehagen. For å gi barna varierte og ulike muligheter når det kommer til å medvirke i barnehagen er det viktig med ulike og gode samspillsmønstre. Videre kan man se på begrepene romslige og trange samhandlingsmønstre en metafor på samspill mellom voksen og barn. På den ene siden har man trange mønstre, som er kontrollpreget fra den voksne, mens på den andre siden har man romslige mønstre hvor dialog mellom barn og voksen er viktig, og der barns kreativitet blir løftet frem og anerkjent (Kristiansen, 2011, s. 192).

Det er ifølge Bae i Kristiansen (2011) personalet i barnehagen som må legge til rette for barns medvirkning, være bevisst og innhente kompetansen for å sikre barns medvirkning. Dette vil igjen avhenge av hvordan personalet ser på barn, barndom og deres forståelse av demokratisk praksis (Kristiansen, 2011, s. 192). Hvor stor medvirkning barn får oppleve i deres barnehagehverdag er dermed avhengig av de voksne.

Sandseter (2018) løfter frem personalets holdninger i møte med risikofylt lek, der det er hvordan personalets holdninger og toleranse for risiko har betydning for hvordan det blir lagt til rette for det som den enkelte kan oppleve som risikofylt som her inngår bål og spikking (Sandseter, 2018, s. 62). Hos Alme (2010) løftes bålet frem som et samlingspunkt med en magisk tiltrekningskraft. Bålet som samlingsplass er der både barn og voksne kan trives best. Der man kan få varmet seg, senket skuldrene, snakke med andre, en pause eller for gode tenkepauser (Alme, 2010, s. 33).

3.0 Metode:

En metode er ifølge Larsen (2020, s. 17) et redskap for å få svar og data for å innhente ny kunnskap og viten innenfor et tema. Videre skal jeg gå nærmere inn på hva som ligger bak intervju som metode og hvordan jeg har valgt å jobbe med dette i mitt forskningsprosjekt.

Samfunnsvitenskapelig metode beskriver Larsen (2020) som noe man tar i bruk for å tilegne seg ny kunnskap om den sosiale virkeligheten rundt oss (Larsen, 2020, s. 17). Når man skal jobbe med samfunnsvitenskapelig metode er det ikke like observerbart som i naturvitenskapen, da man jobber med mennesker og samfunnet dette legger føringer for hvordan man skal observere og jobbe med forskningen. I større grad må det tolkes (Larsen, 2020, s. 17).

Valget mellom kvalitativ og kvantitativ metode falt naturlig ut fra problemstillingen, covid-19 og tidsperspektivet, altså hjalp problemstillingen meg med å avgrense og konkretisere temaet for undersøkelsen (Larsen, 2020, s. 21). Problemstillingen jeg har jobbet ut fra ledet meg til en kvalitativ metode fremfor en kvantitativ metode som er en av de to hovedtype metodene man bruker å skille mellom (Larsen, 2020, s. 25). Kvantitativ metode forutsetter en presis, avgrenset og satt problemstilling, og går ofte ut på spørreskjema med faste spørsmål. I mitt

arbeid i forkant innså jeg at jeg ønsket muligheten til litt mer fleksibilitet når det kom til datainnsamlingen i tillegg var det ønskelig med direkte kontakt med personer, noe som også hadde betydning for valget av kvalitativ metode fremfor kvantitativ metode (Larsen, 2020, s. 50). Intervju som verktøy for å samle inn informasjon og data er en kvalitativ metode som går ut på å innhente ikke tallfestbar data eller mykdata som Larsen også omtaler det som (Larsen, 2020, s. 25). Ifølge Bergsland & Jæger (2018) foregår analysedelen gjennom hele prosessen og ikke bare i etterkant når man bearbeider det transkriberte materialet noe som passet med problemstillingen (Bergsland & Jæger, 2018, s. 81).

3.1 Intervju som metode

Intervju som metode for å samle inn data ble valgt ut fra problemstillingen. Jeg ønsket i utgangspunktet en kombinasjon mellom observasjon og intervju. Dette måtte tilpasses da jeg jobber i barnehage og den pågående pandemien satte begrensinger, dermed ble det ikke observasjon, kun intervju.

Målet var ansikt til ansikt intervju, men dette ble erstattet med telefon og video intervju på Teams, for å ivareta smittevern hensyn. Intervju som metode ble valgt for å kunne gå dypere inn på tankene og perspektivene som kan dukke opp under intervju. Målet ble å legge til rette for at intervjupersonene skulle føle at deres personvern og smittevern var ivaretatt, i en setting som var komfortabel for både intervjupersonene og som intervjuer.

I forkant av intervjuene ble samtykkeerklæring skrevet og sendt ut, da dette var godkjent, ble intervjuguiden sendt ut til intervjupersonene en til to dager i forkant, den var blitt utarbeidet i samarbeid med veileder. Dette for at intervjupersonene var forberedt på hva vi skulle snakke om og for at de skulle kunne reflektere i forkant dersom de ønsket. Intervjuguiden inneholdt spørsmål, i henhold til problemstillingen.

Under intervjuet innså jeg at noen av spørsmålene ble tolket på andre måter enn tenkt. Noe som ga interessante svar som kanskje ikke var veldig relevant. Samtidig ga det meg informasjon og inspirasjon til videre refleksjon. Under intervjuet hoppet man imellom spørsmålene og svarte litt frem og tilbake, noe som igjen trekker frem hvordan intervju er en mer personlig metode for å innhente data. Ved at det er en mer fleksibel metode fikk tilført fordypende spørsmål for å unngå feiltolkning (Larsen, 2020, s. 29). Ved å gjenta og lese opp noe av det

nedskrevne, fikk vi muligheten til å rette opp misforståelser og for å holde intervjupersonenes ytringer som deres. Ved å være lydhør, sensitiv og oppmerksom jobbet jeg for å ivareta intervjupersonenes interesse.

Jeg fikk sammensatt og variert data og nyttig informasjon under intervjuene som har krevd analyse og tolkning i etterkant. Målet med datainnsamlingen var å belyse og se nærmere på problemstillingen. Valget av intervju som metode fordrer å måtte sette seg dypere inn i hvordan dette bør gjennomføres på en god måte. Ved å gjennomføre intervjuene og notere ned svarene fortløpende, gjenta dersom det er noe man ikke oppfatter klart, for så å transkribere intervju svarene i etterkant av samtalene for å ivareta intervjupersonenes stemme.

Forskningsetisk er det mange feller å gå i når man jobber med intervju som metode noe jeg kommer inn på ved punkt 3.4.

3.2 Valg av informanter

«Når vi bruker kvalitative metoder, er ikke statistisk generalisering et mål, og vi kan godt benytte *ikke-sannsynlighetsutvelging* når vi bestemmer hvem som skal delta i undersøkelsen.» (Larsen s. 89). Det er ikke tilfeldig hvem som blir valgt ut og hvem jeg har valgt ut til denne undersøkelsen. Da tiden spiller inn i dette prosjektet begrenset det også antallet. Valget av informanter er valgt etter skjønnsmessige grunner. «Skjønnsmessig utvelging er mye brukt i kvalitative undersøkelser. Dette er en form for strategisk utvelging, det vil si at forskeren bevisst velger hvem som skal delta i undersøkelsen» (Larsen s. 91). Her er det opp til meg som datainnsamler og intervjuer hvem som blir valgt ut og hvilke kriterier dem blir valgt ut fra. Mitt utvalg er to ulike informanter som kommer fra forskjellige barnehager for å sikre ulike perspektiver og tanker rundt tematikken.

To informanter, der en er pedagogisk leder og andre er barnehagelærer. Begge har fartstid på rundt 10 år i barnehage og er utdannet førskolelærer/barnehagelærer. De jobber begge i store barnehager med over 90 barn i barnehagen. En i en barnehage med kokk og en i en barnehage uten, men begge jobber i fullkostbarnehager. De jobber også i ulike deler av landet. Jeg har valgt å spørre informanter som ikke nødvendigvis har noen stor egeninteresse for tematikken, men som har en naturlig del av denne tematikken i sin jobb. Disse valgene av kriterier har jeg tatt for å få et sammensatt og variert datamateriale å analysere samtidig som relevansen for andre i barnehagefeltet holdes aktuelt noe som Larsen trekker frem er viktig for å sikre en

overføringsverdi som kvalitative metoder bør ha til andre grupper, her i barnehagefeltet (Larsen, 2020, s. 89).

3.3 Metodekritikk

Valget om kvalitativ metode med intervju har bidratt til et sammensatt og variert datamateriale og jobbe ut fra, men det er viktig å trekke frem at det er personlige meninger og ytringer man jobber ut fra. Det er ulik kunnskap og interesse, noe som kommer tydelig frem når det er mennesker man jobber med. Datamaterialet man har analysert og jobbet med er ikke observerbart igjennom intervju, noe som kan løfte spørsmål rundt validiteten rundt materialet.

Som utdannet institusjonskokk som jobber i barnehage har jeg også med personlige tanker og holdninger rundt tematikken som kan legge føringer for tolkningen, noe som fordrer en bevisst holdning i prosessen. For å sikre validitet i intervjuet løfter Larsen (2020) fram at intervjupersonene og ens svar kan bli påvirket av situasjonen og intervjupersonene (Larsen, 2020, s. 95). Det er intervjueren som lager og stiller spørsmålene, og i etterkant tolker, analyserer og beskriver funnene, noe som betyr at man må ha respekt for hvem som eier sannheten som har blitt delt med meg som intervjuer. Ved å redusere materialet og kutte vekk deler av det som blir sagt kan sammenhenger endre seg noe man må jobbe for å unngå samtidig må man ikke bare løfte frem funn som stemmer med det en selv ser på som rett eller som støtter opp om egne antagelser.

3.4 Forskningsetikk

Man har mange ulike etiske dilemmaer man må tenke på i en slik fase. Hvem eier sannheten? Her kan en kvantitativ metode være en fordel, siden man kan gjenta og få klarhet i misforståelser kan dukke opp (Larsen, 2020, s. 29). Man skal la intervjupersonene tale sin sak og fronte sine egne tanker uten at man som intervjuer er førende. «Når en driver samfunnsforskning, innebærer det ofte kontakt med mennesker; forskeren møter for eksempel informanter i intervjuer eller observerer mennesker. Etikk i denne sammenhengen handler blant annet om hvordan du som forsker møter disse menneskene, hvordan du informerer om undersøkelsen, hvilke spørsmål du stiller, og hvordan du behandler den informasjonen du

får» (Larsen, 2020, s. 15). Som nevnt ble det utarbeidet samtykkeerklæring med informasjon om forskningsprosjektet og rettighetene intervjupersonene har. Denne forskningen er ikke meldt inn til Norsk samfunnsvitenskapelige datatjeneste (NSD) da det ikke er gjort opptak. Det er heller ikke tatt i bruk navn og andre personlige kjennetegn som kan gjøre at intervjupersonene kan bli gjenkjent.

For meg som har en stor interesse for det aktuelle temaet var det viktig at det ikke legger føringer som kan endre svarene som intervjupersonene kommer med. Videre ligger et fokus på å henviser og referere korrekt for å sikre god etisk skikk når det kommer til å vise til funn og kunnskap fra andre kilder (Larsen, 2020, s. 16).

4.0 Funn og drøfting:

Under vil funn fra analysen og drøftingen komme sammen, funn fra analysen der det er sitat vil bli beskrevet i kursiv for så med intervjuperson 1 eller intervjuperson 2 for å tydeliggjøre at det er ens mening man kommer med, ellers vil jeg dra frem funn som en helhet og ikke direkte knyttet til intervjupersonene om det ikke blir presisert. Det er viktig å presisere at det ikke nødvendigvis er ordrett sitat da det er transkribert intervju uten båndopptak det blir henviset til. Egne tanker og holdninger vil komme uten referanser mens referanser vil bli henviset til etter gjeldende reglement fra DMMH.

4.1 Måltidsglede og barns opplevelse

På et spørsmål om de merket forskjell på om barna fikk servert varmmat eller brødmat svarte en av intervjupersonene dette.

«Det blir ofte så stille at man merker at barna syns dette her var kjempegodt. De glemmer å snakke med hverandre og bare nyter. De bare digger maten» Intervjuperson 1.

At barna hengir seg til måltidet og bare nyter. At de “digger” maten tolker jeg som en beskrivelse av matglede og barns opplevelse på en observerbar måte for intervjupersonen. Det er noe som har festet seg. Måltidsglede kan forstås og beskrives på ulike måter. Beskrivelsen til intervjupersonen kom med viser at det er merkbart at barna syns maten de spiser er

kjempegod og at de nyter maten, og dermed at måltidsgleden er på plass. Denne opplevelsen kan man trekke frem når man skal planlegge og legge til rette for neste tur eller i måltidsituasjonene i barnehagen.

Måltidet på tur kan bidra til det sosiale felleskapet der man samles rundt bålet eller et annet samlingspunkt. «Hyggelig» ble nevnt ved flere anledninger i funnene. Begrepet hyggelig løftes frem av intervjupersonene som viktig, at det er hyggelig under måltidet, at det er hyggelig å sitte sammen rundt bålet og spise sammen.

«Men også hvordan man har det når man sitter til bordet når man spiser» informant 1

Det er ikke nok at man bare har det hyggelig som gruppe under måltidet, i datainnsamlingen blir det også fremhevet hvor viktig det er hvordan individet har det. Individets følelser er viktig for måltidsglede, ikke bare at man har det fint i felleskapet, men at hvordan den enkelte har det påvirker opplevelsen. Gjems (2011) løfter frem hvordan gode opplevelser kan bidra til livslang læring. Ifølge Nes (2018) opplever barn som er lykkeligere større trivsel og trygghet i barnehagen. At individet har det godt og er tilfreds er viktig for hvordan individet har det og kan bidra til at dem ser lysere på deres egen fremtid (Nes, 2018, s. 371). På den ene siden har man gruppen der det jobbes for god atmosfære og et felleskap, mens på den andre siden er det viktig å huske på individet når det kommer til matglede og gode matopplevelser for barna.

Alme (2010) løfter frem ildstedet som et felles samlingspunkt og er ofte er en plass både voksne og barn foretrekker å være (Alme, 2010, s. 33). Å utnytte tiltrekningskraften et bål har for både voksne og barn kan bidra til en ro som kan løfte frem glede. I funnene blir bål benevnt flere ganger noe som viser til at dette gjerne blir prioritert når det kommer til måltidsituasjon på tur. At det er samlingspunktet for måltidet for personalet og barna. Lundheim (2014) skriver at en rolig og hyggelig atmosfære er noe man må arbeide for å skape rundt måltidet (Lundheim, 2014, s. 54).

Videre trekkes det frem at måltidet er mer enn bare påfyll av næring, det er også en stund der barnas interesse kan bli samtaleemne eller aktuelle temaer kan undres og reflekteres rundt sammen med barna (Lundheim, 2014, s. 54). Å snakke om noe som opptar en under et måltid kan løfte opplevelsen og bidra til matglede for barna. Her vil også ildstedet kunne være en bidragsyter og kunne løfte innholdet i samtalen til noe annet enn man snakker om inne i barnehagen med ro og tid.

4.2 Rollemodeller: voksen- og barnehagerollen i måltidsituasjonene og i arbeidet med matglede på tur i barnehagen

Igjennom intervjuene kommer det frem ved flere punkter at voksne er rollemodeller og må planlegge og tilrettelegge for gode måltidsituasjoner på tur med barn. I tillegg kommer Rammeplanen med krav om at alle ansatte i barnehagen skal være tydelige rollemodeller (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 15). Dette løfter frem ansvaret til hele personalgruppen og den enkelte, ikke bare som et felles ansvar. Den voksne skal jobbe for å legge til rette for et godt måltid. Det ene intervjupersonen løftet frem at det er viktig at de ansatte spiser det samme som barna for å være gode rollemodeller for barna når de spiser sammen. Dette er noe som også kan støttes opp under med Vygotskys sosiokulturelle teori som setter søkelyset mot at den sosiale samhandlingen er viktig for barns læring og utvikling (Imsen, 2015, s. 47). På den andre siden kan det være utfordrende og selv skulle innta næringen som skal til for å være den beste voksne samtidig som man skal følge opp barna under måltidet. Barn ser det den voksne gjør og lærer av det. Om man som voksen i barnehagen må hive innpå maten sin for å bistå barna kan dette også sende feil signaler, fremfor om man klarer å senke skuldrene og være i nuet med barna. Dersom de voksne setter seg ned og prioriterer å kjenne på matgledden som kan oppstå rundt måltidet kan det bidra til at barna ser og lærer av rollemodellene i barnehagen.

I analysen trekkes viktigheten av barnehagen med tanke på barns kosthold og viktigheten av at barnehagen jobber for å løfte frem og fremme et sunt og næringsrikt kosthold og gode kostholdsvaner. Når jeg spurte:

Hva legger du i rammeplanens krav om «Måltider og matlaging i barnehagen skal gi barna et grunnlag for å utvikle matglede og sunne helsevaner»? (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 11). (spørsmål fra intervjuguide)

Hos begge intervjupersonene uttryktes det at barnehagen har et viktig ansvar for å bidra for at barna skal få et grunnlag for sunne helsevaner og at barnehagen kunne spille en viktig rolle. At det som er i skapene, og hvordan planlegging og forberedelser gjennomføres er en del av dette. Av funnene det ble også intervjupersonenes tanker om barnehagens rolle for å unngå å synliggjøre sosiale forskjeller som kan komme til syne når det kommer til mat og kosthold

trukket frem. Barnehagen skal ifølge rammeplanen være med å utjevne sosiale forskjeller og være helsefremmende (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 11).

I denne sammenhengen løfter jeg frem noe Intervjuperson 2 svarte på et tidligere spørsmål, men som er relevant for tematikken i spørsmålet over, nemlig «*dårlig kosthold går i arv*». Videre ble utsagnet utdypet med tanker rundt hva og hvorfor barnehagens arbeid med mat og kosthold kunne bidra til å jevne ut de sosiale forskjellene som kan komme til syne i mat og måltidsituasjonen. Ifølge Langholm & Tuset (2016) kan barn være hverandres måltidsvenner og rollemodeller under måltidet, siden kostholdsvaner blir dannet i tidlig alder og kan påvirke helsen deres gjennom livet. Her er barnehagen spesielt viktig med tanke på å dele kunnskap og veilede foreldre som trenger dette (Langholm & Tuset, 2016, s. 11).

Samfunnsmandatet og tolkningen som intervjupersonene uttrykker når det kommer til barnehagens ansvar, kommer til syne i hvordan de mener at barnehagen har en viktig rolle for å utjevne disse forskjellene, med et fokus på mat og måltidsituasjonen i barnehagen. På den andre siden er det foresattes ansvar å følge dette opp hjemme selv om barnehagen har et ansvar for å veilede og støtte foresatte i denne jobben. Ser man til Barnehageloven (2020) §1 skal barnehagen i samarbeid og forståelse med hjemmet sørge for å ivareta barnas behov (Barnehageloven, 2020, §1). Nøkkelordene samarbeid og forståelse viser til at foresattes perspektiv må tas inn i barnehagens planlegging og tanker, på lik linje som at man må respektere at ting blir gjort på andre måter hjemme kontra barnehagen, så lenge man sammen jobber for barnets beste.

I rammeplanen trekkes det frem at personalet i barnehagen, som skal legge til rette for måltider i barnehagen, har en mulighet til å bidra til alle barn kjenner på måltids glede og at måltidet bidrar til deltakelse og samtaler (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 50). At måltidene er noe barna kan se frem og glede seg til gjelder også på tur. Gode matopplevelser og matglede kan også løftes frem ved de gode samtalene som kommer rundt bålet og samlingspunktet på tur. Her kan man se tilbake på barnehagen- og voksenrollen som viktig for å jobbe for matglede og gode matopplevelser for barna på tur. Prioriteringer og kunnskap hos personalet er viktig for å være trygg på å la barna få kjenne på matglede og gode matopplevelser, men uten refleksjon og fokus på dette området kan dette falle bort. Det er krav fra rammeplanen om at dette skal prioriteres, men i en hektisk hverdag i barnehagen kan dette bli nedprioritert. På den andre siden ser vi at i Rammeplanen (2017) blir barnehagen løftet frem som en lærende organisasjon. Dette krever en reflektert personalgruppe, dette

krever også godt lederskap som prioriterer å jobbe med endring og utvikling barnehagehverdagen (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 15).

«Jeg er ikke den som er mest opptatt av mat og det har nok en del å si. Men vi har tatt tak i dette i barnehagen slik at det skal reflekteres og jobbes med holdninger og erfaringer om hvordan og hvorfor man skal jobbe med mat. Men det lønner seg og ha primus motor som drar i gang» Intervjuperson 2.

Det trekkes frem i funnene at dette er noe som er ønskelig å prioritere og løfte frem viktigheten av, men at det er enklere dersom noen i personalet har stor interesse for tematikken, til tross for at hele personalgruppen har et ansvar for at dette skal prioriteres. Dette var svaret på spørsmålet:

Hvordan legger du til rette for at personalet bidrar til gode matopplevelser på tur?

På den andre siden er det positivt at man får bidra med noe en selv synes er lystbetont når man jobber i barnehagen, samtidig som at hele personalgruppen bør jobbe for samme målet og holdninger når det kommer til matglede og gode matopplevelser på tur.

4.3 Måltid på tur som kulturmøte

«Der voksenrollen må jobbe for fellesskapsfølelsen ved for eksempel å lage langbord. Viktig i matsituasjonen er at man tar barna på alvor og legger til rette for at de får kjenne på dette» Intervjuperson 2.

I et av intervjuene blir fellesskapsfølelsen som nevnt over trukket frem. Hvor viktig det er at de voksne legger inn ekstra innsats for at barna skal få kjenne på dette når de møtes til et måltid. Her kan kulturbegrepet trekkes inn, Larsen (2019) forklarer kultur som fellesskapet har sammen. Dette er noe Rammeplanen også setter krav om der barnehagen skal legge til rette for kulturmøter der barna skal få oppleve glede og mestring i det sosiale og kulturelle fellesskapet (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 9). Måltidet er en mulighet for å kjenne på fellesskapet, der man sammen kan oppleve matglede og mestring sammen med trygge voksne og barn man kjenner. Helsedirektoratet trekker frem i sine anbefalinger for måltid i barnehagen, at måltidet skal fremheves som en sosial og en kulturell arena i barnehagen (Helsedirektoratet, 2020). Dette løfter frem det Larsen (2019) sier om at kultur ikke er noe man fødes med, men noe man er født inn i og dannes i. Dette er noe som kommer frem i

funnene at intervjupersonene trekker frem, at man sammen sitter rundt bålet og opplever å ha det hyggelig sammen. At personalet jobber for å skape mestring sammen med barna og gjennom sosialiseringprosessen internaliserer en felles kultur for avdelingen og barnegruppen (Larsen, 2019, s. 116).

På den andre siden er kultur er i kontinuerlig endring, dette er ekstra merkbart når det kommer nytt personell og nye barn med andre kulturer. Tidene er i endring noe som også setter krav til at kulturen vil være i endring med nye perspektiver og felles refleksjon (Larsen, 2019, s. 116). I Rammeplanen (2017) blir barnehagen løftet frem som en lærende organisasjon. Dette krever en reflekterende personalgruppe, dette krever også godt lederskap som prioriterer å jobbe med endring og utvikling i barnehagehverdagen (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 15).

Matglede og gode matopplevelser krever en annen tilnærming når man er på tur. Man har andre regler og forutsetninger som påvirker hvordan måltidsituasjonen oppleves som et kulturmøte der matglede og gode matopplevelser blir prioritert og jobbet for. Som Larsen (2019) løfter frem er ikke nødvendigvis kulturen, verdiene og normene man har som gruppe rett eller korrekt ovenfor andre, men det er noe som er felles for gruppen (Larsen, 2019, s. 21). Hvordan regler og normer som blir dannet for gruppen under måltidsituasjon på tur vil være opp til personalgruppen og deltakerne i felleskapet. En fordel vil være å reflektere over normene og reglene man skal ha for å prioritere dette, men også for å kunne endre og utvikle dette i felleskap, dersom det er noe man føler man må jobbe mer med og forbedre.

Langholm & Tuset (2016) viser til at det er to grunnleggende diskurser som er rådende under måltid som både kan fremme og begrense matgleden under et måltid. Dette er ordensdiskurs og utforskingdiskursen (Langholm & Tuset, 2016, s73-75). Det at man har andre regler og en annen kultur når man spiser på tur, man kan tøyne grensene for hva som er tillatt ved matbordet på en annen måte, matkulturen tillater kanskje at man kan bevege seg mer, snakke om andre ting enn man gjør inne og samtalen omhandler kanskje andre temaer enn innendørs. Her kan utforskingdiskursen få en større rolle samtidig som ordensdiskursen er en del av opplevelsen, der det er noen regler som danner rammer for måltidsituasjonene på tur samtidig som det er rom for at barna får utforske, prøve ut og medvirke i forberedelsen og under måltidet. For barna er dette er noe som blir fokusert på i resten av barnehagehverdagen og bør derfor også være en del av måltidsituasjonen på tur, for å løfte frem glede, leken, læringen og mestringen som kan ligge i et måltid på tur (Langholm & Tuset, 2016, s. 73-75). Det er personalets ansvar

å reflektere rundt kulturen og de ulike diskursene som er rådende i barnehagen og for den aktuelle barnegruppen.

4.4 Didaktiske forutsetninger for måltider på tur

Begge barnehagene jeg har intervjuet, er som nevnt tidligere fullkostbarnehager som både tilbyr varmmat og brødmat. I funnene blir det trukket frem at det oftest blir tatt med brødmat, for at det er enkelt å praktisk å ta med seg på tur. Det kom også frem av funnene at det er forskjell på om det er varm eller kald mat som blir servert. At når det servers varmmat blir det en annen atmosfære, at barn nyter og glemmer å snakke med hverandre for at det er godt. På den andre siden ble det også trukket frem fra funnene at det er forskjell på om det er de matglade barna som får servert varmmat eller om det er de som er mer skeptiske. At det kan oppleves at de som er mer skeptisk er mer utryg på varmmat, enn om det er brødmat som blir servert. Videre presiserte intervjupersonen;

«Om de spiser lite på tur til lunsj legger vi gjerne til rette for at de som har spist lite til lunsj får mer til frukt, slik at barna får dekt deres individuelle behov» intervjuperson 2.

At barna får dekt sine individuelle behov kan bidra å sikre barnas matglede og den gode matopplevelsen, for selv om man kanskje ikke får i seg så mye mat til lunsj kan dette dekkes til neste måltid eller ved å tilpasse måltidet for å sikre at alle har noe å spise. Som Lundheim løfter frem skal måltidet på tur basere seg på gjelder de samme reglene og anbefalingene for matservering på tur som i barnehagen (Lundheim, 2014, s. 54).

I funnene kommer det frem at varmmat eller varm drikke som er planlagt kan være viktig når det kommer til kulde og måltid på tur. Dette er noe Lysklett (2013) også trekker frem er viktig å ha fokus på. Det å forberede seg i forkant av turen ved å ta med seg spisevotter og det å la barna slippe å gjøre en del av de praktiske gjøremålene som krever stilleståing, som personalet kan gjøre for at barna skal få holde kroppen i gang så den holder seg varm. Dette kan jo være motsigende med tanke på at barna skal være selvstendige, samtidig er de grunnleggende behovene barna har for å få i seg næring og holde varmen viktig. Det at barna kanskje ikke spiser så mye på grunn av skepsis, men at personalet allikevel legger til rette for at de får i seg litt ekstra mat ved neste måltid kan sikre at de får næringen de trenger uten at de

nødvendigvis ikke får et alternativ foran de andre barna uten at de opplever at måltidet blir en dårlig opplevelse.

«Å fryse når man spiser er ikke noe særlig» intervjuperson 1.

Sa dette i sammenheng med en opplevelse der måltidet på tur på en svært kald dag tok mye mer tid enn beregnet og mye energi og innsats måtte til for å få ferdig maten. Denne opplevelsen ble ikke løftet frem som noe positivt. Barna ble kalde, maten var fryst og det ble ikke helt som planlagt. På den andre siden ble denne opplevelsen en lærdom som intervjupersonen har båret med seg og reflektert over, slik at de ikke vil oppleve det samme ved en senere anledning. Så lenge man tar lærdom av opplevelsen kan dette bidra til å gjøre de neste turmåltidene til en god matopplevelse og matgleden kan bli enda større hos både voksne og barn. Som Gunnestad (2016) trekker frem er didaktiske forutsetninger bakteppe ved pedagogisk planlegging der man må planlegge ut ifra, her, naturgitte forutsetninger som spiller inn for den aktuelle gjennomføring av måltid på tur (Gunnestad, 2016, s, 133). Dette er også noe Lysklett (2013) løfter frem som viktige punkter å ta hensyn til når man skal ha måltid på tur i barnehagen (Lysklett, 2013, s.91-92).

«De dager med brød skal det være noe varmt og godt å drikke når det er kaldt ute. Dette både for at de skal få inntrykket og følelsen av å få noe varmt i koppen og i kroppen. Dette bruker vi mye tid på å snakke om og nyte» Intervjuperson 2.

At varm drikke er noe som blir prioritert på tur for at barna skal få noe varmt i kroppen på kalde dager er også noe Lysklett (2013) løfter frem, at varm drikke er viktig på kalde dager for å erstatte væsketapet og for å holde på varmen. Ved å unngå å tilføre kald væske slipper kroppen å bruke energi på å varme opp væsken som blir tilført kroppen slik at barna kan bruke den energien på annet (Lysklett, 2013, s.91-92). Som funnene viser til kan det ha en dobbel effekt der kroppen blir varm av væske samtidig som følelsen av varmen har god effekt for barna.

Sammenheng mellom dårlige opplevelser, med kombinasjonen kulde og måltid på tur blir trukket frem i funnen:

«Gleden over å sette seg ned å spise blir litt borte når barna må opp å stå for å bevege seg underveis i måltidet» Intervjuperson 1.

Hvordan kulde kan ødelegge noe som skulle bli en hyggelig og koselig turmåltid for så å bli ødelagt fordi man må opp og hoppe for å få varmen i oss eller at man fryser sånn på fingrene at man ikke orker å spise seg mett. På den andre siden er det positivt av barna finner løsninger for å få varmen i seg selv om det kanskje avbryter et godt måltid, og man kan gjøre det til en morsom fellesaktivitet. Dette er noe som blir løftet frem hos Vedum, et al., (2005) trekkes det frem positive sider med at barna får kjenne ulike på utfordringer og kontraster. Det fremheves at de opplevelsene kjenner på i møte med utfordringene som for eksempel sulten, kald eller sliten, er viktig å kjenne på disse følelsene for å kjenne på kontrasten ved å nå turmålet og kjenne på gleden og mestringen av å nå destinasjonen (Vedum, et al., 2005, s. 21). At den gode følelsen av å nå turmålet for å kle seg om og innta mat blir forsterket av kontrastene som naturen bidrar med. Samtidig, kan en varm kopp kakao som sprer varmen fra fingertuppene til magen bidra til at man blir sittende lengre å nyte måltidet med iver og glede. Her kan man igjen trekker slutning til viktigheten av planlegging og strukturering av måltidet når det kommer til ulike forutsetninger som vind, ly og kulde, men å få erfaring med de ulike elementene ikke nødvendigvis er utelukkende negative.

Kulde kan også ha en ødeleggende effekt om man ikke har planlagt for det, man må tenke på hvor man går, bekledning, hvordan mulighetene er for å søke ly ol. Dette ble også nevnt at man må gjerne ha med seg mer utstyr på turer når det er ekstra kaldt. Dersom man skal ha bål må man beregne å bruke mer tid, enn om det skulle være varmt og fint ute, for å passe på at barna er i tilstrekkelig aktivitet for å holde på varmen. Her vil også det å kjenne på de individuelle behovene til barna være viktig. Noen er mer robuste og tolerante mot kulde mens andre fryser raskere og krever å bli holdt i aktivitet av voksne.

4.5 Barns medvirkning, aktiv deltakelse og glede

I mine funn trekkers barns deltakelse frem som et viktig element i for barnas medvirkning. medvirkning og hvordan det legges opp til at barna skal få medvirke kan ha betydning for barnas opplevelse. At de kan få bidra med å spikke egne spyd igjennom spikkekurs eller bidra til å tenne opp bål kan gi en større verdi for hvordan måltidet blir.

Planlegging og forberedelse med barnas behov og interesse i bakgrunn trekkes frem som noe som kan bidra til matglede og gode matopplevelser på tur. Om barna er mer opptatt av å hive innpå maten for at de skal få fortsette å leite etter krabber eller fortsette med aktingen er nok

ikke maten og matatmosfæren det som er viktigste, men næringen. Litt hvile med maten er likevel viktig, men hvorfor ikke hoppe over varmmaten og heller la barna spise når de er klare fremfor å ødelegge den gode opplevelsen de har? Barnas matopplevelse blir nok ikke bedre om man ikke legger det til rette for deres ønsker og behov. Å legge til rette for at barna skal få kjenne på valgmulighet, medvirkning samtidig som deres grunnleggende behov blir dekt kan bidra til glede som kan trekke tråder til hvordan måltidsopplevelsen blir.

Som Lysklett (2013) trekker frem er planlegging en viktig del av selve tur og turopplevelsen for barn, god planlegging og forberedelser løfter og bidrar til en god tur for både voksne og barn (Lysklett, 2013, s. 91-92). I funnene trekkes også det å involvere barna i hva man skal gjøre på turen som viktig. Å planlegge i forkant og la barna komme med tanker og ønsker for måltidet. Hva ønsker de skal bli servert? Kanskje gi dem alternativer. Om det er matpakke kan man sende ut melding i forkant med info om det blir bål for å varme matpakken eller om de kan med varm saft eller kakao. Bae i Kristiansen (2011) løfter frem begreper om romslige og trange samspillsmønstre trekkes frem. For ved romslige samspillsmønstre hvor dialogen mellom personalet og barna der barnas kreativitet blir løftet frem og dialogen er viktig. Fremfor trange mønstre der det er et kontrollpreget mønster fra personalet der barnas medvirkning og stemme kan bli overkjørt av personalets avgjørelser og behov (Kristiansen, 2011, s. 192). Å la barnas stemme komme tydelig frem blir sett på som en del av romslig samhandlingsmønstre der det er mindre kontroll fra personalet, men heller rom for at barnas kreativitet, medvirkning og deres stemme kommer frem. Som funnene viser er dette noe som sett på som viktig for intervjupersonene og dette er noe som er lettere å få til om man planlegger for måltidet på tur i forkant.

På barnas premisser vil også valg av turmål og deltakelse i forkant av måltidet være gode bidragsyttere til det gode måltid. Opplevelsen av å få delta i å fyre opp og kanskje røre i gryta, slik som de voksne i barnehagen får lov til, kan gi en følelse av mestring og bidra til gode minner fra turen. Dette må tilrettelegges ut fra barnas alder og kunnskapsnivå for at det skal kjennes ut som at det er på deres premisser. Man må tenke på om det er en tur for at personalet skal kose seg, eller for at barna skal kose og få nye opplevelser.

La barna delta og bidra etter deres ønsker og behov. Spør, snakk og la dem observere. Vi er rollemodeller som skal gi barna muligheten til å oppleve, utforske og mestre etter deres nivå og behov. Det er ikke alt man får være med på i hjemmet og ved å tilrettelegge for at barna skal få utforske, oppleve og mestre i felleskap med andre barn og gode trygge voksne vil man

kanskje kunne bidra til at barna har felles opplevelser som kan bidra til større matglede og gode matopplevelser på tur. Tenk å være det barnet som har fått bygge opp bålet for så å tenne det som igjen har bidratt til å varme opp maten som resten av barnegruppa får spise til lunsj. Mestring, opplevelse og glede!

Opplevelsen av å få bidra å tenne opp eller bygge bålet bidrar til læring som både kan være nyttig, men ikke minst bidra til å løfte opplevelsen som barnet sitter igjen med. På den andre siden kan det være utfordrende å la barna slippe til når det kommer til opptenning av bål og det å jobbe med flammer noe som kan begrense mulighetene barna får til å prøve ut dette i barnehagen. Dette er igjen noe personalet kan jobbe med å bli trygge på eller sette regler for hvordan håndtere for at barna skal få muligheten til å oppleve noe som kan løfte barnas opplevelse for å få delta i en setting der trivsel og læring blir fremmet. Matglede kan bli større i følge Lekhal, et al., (2019) om barna får delta og bidra i forkant av måltidet, og dette må personalet være bevisst hvilken effekt deltakelse kan ha for barns matglede (Lekhal, et al., 2019, s. 75).

De må lære å respektere og oppholde seg rundt et bål noe som har stor nytteverdi når det gjelder risikohåndtering, men mestringen og læringen å varme sin egen mat er viktig å løfte frem. I mine funn ble bålet som nevnt en viktig del av måltidet og måltidsopplevelsen på tur, barns medvirkning og deltakelse under måltidet. Selv om det var to forskjellige tanker rundt hva barna fikk være med på når det kom til det å lage et bål, viste dem til to metoder som kan være aktuelt å ta inn i barnehagen. En av intervjupersonene lager rammer som bidro til at barn skulle bygge opp, legge klart og fyre opp bålet og røre i grytene, som et slags båtsertifikat. Den andre lot barna bære hver sin vedkubbe til turmålet, så fikk de delta i å bygge opp bålet, mens en voksen fyrte på og rørte i grytene ol. for å ivareta sikkerheten.

Sandseter (2018) løfter frem at det her vil ha mye å si hvilke holdninger og toleranse personalet har i forhold til det som her kan ses på som risikofylte aktiviteter med redskaper som kniv, øks og fyrstikker for å spikke eller tenne opp bål, som spiller inn for barnas aktive rolle. Personalet bør være bevisst om det er barnas behov for å utforske og delta i risikofylte aktiviteter som skal legge føring eller om det skal være den voksnes bekymringer som skal sette føring (Sandseter, 2018, s. 62). Dette krever at personalet har reflektert over egne holdninger og ens rolle i møte med slike aktiviteter for å ikke begrense barnas behov for å delta i risikofylte aktiviteter. Her kommer rammeplanen inn som krever at barnehagen skal bidra til å utjevne sosiale forskjeller og bidra til mestring, lek og læring, som er aktuelt når det

kommer til risikofylte oppgaver. Det er ingen selvfølge at man får delta og bruke ulike redskaper i hjemmet så å få muligheten i barnehagen vil kunne bidra til å utjevne forskjellen mellom de ulike opplevelsene som barna får være med på. På den andre siden må det være nok voksne og trygge voksne som skal bistå og veilede barna under slike aktiviteter.

5.0 Oppsummering, konklusjon og avslutning

Læring og opplevelse hand i hand med matglede og gode matopplevelser. Hvordan barna blir veiledet og har lydhøre og oppmerksomme voksne med seg i utforskning, prøving og feiling har mye å si for opplevelsen. Det er nok en grunn til at rammeplanen har medvirkning, opplevelser og voksenrollen trukket frem ved flere anledninger. Vi som ansatte har en stor og viktig rolle når det kommer å legge til rette for matglede og gode matopplevelser på tur i barnehagen. For å bidra til å minske sosiale forskjeller, men også for å gi barna gode opplevelser på tur noe gode matopplevelser kan være med på.

Hvordan kan måltid på tur bidra til matglede og gode matopplevelser i barnehagen?

Ut fra min datainnsamling er for meg tydelig at det fins mange måter å jobbe for at barn opplever matglede og gode matopplevelser på tur i barnehagen, men det krever gode rollemodeller, aktiv deltakelse og tilstedeværende voksne. Det krever planlegging og ikke minst prioritering. At personalet har en felles forståelse for hvordan måltidskulturen på tur skal være vil kunne spille en stor rolle for hvordan måltidet innbyr til matglede og gode matopplevelse for barna. At de får medvirke i prosessen med alt fra planlegging av turmål og maten til opptenning av bål, spikking av grillspyd til oppvarming og tilberedning av måltidet.

Om ikke det prioriteres å jobbe for matglede og gode matopplevelser på tur vil det ikke bli fokusert på og løftet frem. Det må skapes en felles kultur i de aktuelle barnehagene for å løfte dette frem noe som også krever kunnskap hos personalet som skal jobbe for dette. Det er mange didaktiske forutsetninger som er viktig å tenke på i planleggingsfasen, og ikke minst krever det planlegging for at barna skal få være aktive deltakere i måltids situasjonen på tur. Her må man prøve og feile, for så å reflektere over hva som fungerer og hva som kan endres til senere.

jeg føler at svarene til intervjupersonene var frie og på grunn av egne tanker, holdninger og erfaringer som er selvopplevd. Jeg opplever at begge har vist til en interesse og et behov for at mat og måltid er mer enn bare næring, men også en dannelsesreise som kan være fylt med glede, begeistring og en mulighet for læring og mestring som kan bli avglemt om man ikke er seg bevisst dette i ens jobb med barn. At måltid på tur kan innby til læring og medvirkning er de seg bevisst, men kanskje ikke alltid like lett å få til i møte med en travel hverdag med mange barn og begrenset antall voksne. Tiden, planlegging og mere til setter sine spor og preger hvordan man får la barna ta del underveis, men opplevelsen av måltid på tur kan allikevel bli god om man ikke alltid mestrer og gjør en fantastisk jobb med maten. Gleden kan være i å snakke om maten man har foran seg eller det å sitte sammen med vennene sine mens man spiser, snakker og varmer seg på bålet eller koppen med varm kakao.

6.0 Litteratur

Alme, H. (2010). *Barnehage på naturleg vis*. Oslo: Kommuneforlaget

Barnehageloven. (2021). Lov om barnehager (LOV-2020-06-19-91). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-64>

Bergsland, M. D. & Jæger, H. (2018) *Bacheloroppgaven i barnehagelærerutdanningen*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk

Drugli, M. B. (2018). Emosjonell utvikling og tilknytning. I V. Glaser., I. Størksen. & M. B. Drugli. (Red.), *utvikling lek og læring*. (2.utg., s. 49-77). Bergen: Fagbokforlaget

Gjems, L. (2011).Læring i samtaler og samhandling mellom voksne og barn i barnehagen. I V. Glaser., K. H. Moen., S. Mørreaunet. &F. Søbestad. (Red.), *Barnehagens grunnsteiner*. (s. 71-82) Oslo: Universitetsforlaget

Gunnestad, A. (2016). *Didaktikk for barnehagelærere*. Oslo: Universitetsforlaget

Helsedirektoratet. (2020, 24. November). *Anbefalinger for mat og måltider i barnehagen*. hentet fra <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/mat-og-maltider-i-barnehagen/anbefalinger-for-mat-og-maltider-i-barnehagen#spisemiljoet-i-barnehagen-skal-fremme-helse-mat-og-maltidsglede-og-personalet-bor-delta-aktivt-i-maltidet-sterk>

Imsen, G. (2015). *Elevens verden* (5. utg.). Oslo: Universitetsforlaget

Ingul, C. B. (2018). Måltider og kosthold for barn i barnehagealder. I E. B. H. Sandseter., T. L. Hagen. & T. Moser. (Red.), *Kroppslighet i barnehagen*. (3.utg. s. 281-302). Oslo: Gyldendal Akademiske

Kunnskapsdepartementet. (2017) Rammeplan for barnehagen: Forskrift om rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver. Hentet fra <https://www.udir.no/globalassets/filer/barnehage/rammeplan/rammeplan-for-barnehagen-bokmal2017.pdf>

Langholm. G. & Tuset. E. H. (2016). *Matglede i barnehagen*. Bergen: Fagbokforlaget

Larsen. A. K. (2019). Barn og samfunn. I A. K. Larsen & M. V. Slåtten. *En bok om oppvekst*. (5. utg. s.19-39). Bergen: Fagbokforlaget

Larsen, A. K. (2020). *En enklere metode*. (2. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.

Larsen. A. K. (2019). Kultur, mangfold og tverrkulturell kompetanse. I A. K. Larsen & M. V. Slåtten. *En bok om oppvekst*. (5. utg. s.115-134). Bergen: Fagbokforlaget

Lekhal, A., Slapsø, H., Lekhal, R. & Drugli, M. B. (2019) *Kosthold og fysisk helse*. Oslo: Cappelen Damm Akademiske

Lillemyr. O. F. (2011). *Lek - opplevelse – læring* (3. utg.). Oslo: Universitetsforlaget

Lundheim. R. (2014) *Helse*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk

Lysklett, O. B. (2013). *Ute hele uka*. Oslo: Universitetsforlaget.

Nes. R. B. (2018). Lykke som ressursbygger. I V. Glaser., I. Størksen. & M. B. Drugli. (Red.), *utvikling lek og læring*. (2. utg., s. 369-382). Bergen: Fagbokforlaget

Vedum, t. V., Dullerud. O. & Ødegaard. T. (2005) *natur og gårdsbarnehagen*. Bergen: Fagbokforlaget

7.0 Vedlegg

7.1 samtykkeskjema



DronningMaudsMinne
HØGSKOLE FOR BARNEHAGELÆRERUTDANNING

Vil du delta i bachelorprosjektet

Matglede på tur

«Hvordan kan måltid på tur, i natur og friluftsbarnehage bidra til matglede og gode matopplevelser??»

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et bachelorprosjekt hvor formålet er å *få innsikt i hvordan måltid på tur kan bidra til matglede, og hvordan det jobbes med dette*. I dette skrevet gir jeg/vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Igjennom prosjektet ønsker jeg å få en innsikt i hvordan måltid på tur kan bidra til matglede, om dette er noe som blir jobbet med og hvordan det eventuelt blir jobbet med av det pedagogiske personellet. Jeg ønsker igjennom dette prosjektet å få innsikt i ulike måter barnehager jobber med matglede og hva som ligger bak de ulike valgene som blir tatt med fokus rettet mot måltid på tur.

Igjennom intervju er spørsmål om hva en selv synes er viktig når det gjelder temaet sentralt, hvordan mattilbudet i barnehagen er og om barnas rolle i måltidsserveringen

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning er ansvarlig for prosjektet.

Hva innebærer det for deg å delta?

Beskriv metode (spørreskjema, intervju, observasjon etc.), omfanget, hvilke opplysninger som samles inn og hvordan opplysningene registreres, f.eks.:

- «Hvis du ønsker å delta i prosjektet, innebærer det at du stiller til et intervju/ digitalt eller fysisk alt etter hva som passer. Spørsmålene vil du få tilsendt i forkant og selve intervjuet vil ta ca. 30 minutter. Spørsmålene vil ta utgangspunkt i dine tanker rundt matglede og måltid på tur og tilbudet barnehagen har i forhold til matservering.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke ditt samtykke fram til prosjektets slutt, uten å oppgi noen grunn.

Hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Jeg/vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene jeg/vi har fortalt om i dette skrivet. Jeg/vi behandler opplysningene konfidensielt og alle navn anonymiseres.

Prosjektet skal avsluttes [30.04.2021].

Med vennlig hilsen

Sigrun E. H. Røst

Prosjektansvarlig
(Veileder)

Student

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet [sett inn tittel]. Jeg samtykker til:

- å delta i *intervju*

Dato:

Siden prosjektet ikke er behandlet av NSD, kan jeg/vi ikke innhente din underskrift. Samtykket blir derfor gitt ved at du krysser av i boksen ovenfor.

7.2 Intervjuguide

Hvordan kan måltid på tur, i natur og friluftsbarnehager bidra til matglede og gode matopplevelser?

Kvalitativ metode med datainnsamling igjennom en liten undersøkelse i volum, for å få et innblikk i hvordan det utvalgte pedagogiske personellet i de utvalgte barnehagene jobber med tematikken. I de utvalgte barnehagene for å kunne få sammenlignbare og valid datainnsamling er det ønskelig at en til to pedagogiskledere eller barnehagelærere per barnehage besvarer intervjuguiden med egne ord og tanker da det er forskjell på opplevelser og observasjoner man gjør svarene blir anonymisert i bacheloren, men det er av interesse at man vet om det er pedagogiskleder eller barnehagelærer som svarer.

Beskriv kort barnehagens verdier/ hovedfokus:

Yrke/tittel/stilling:

Antall år du har jobbet i bhg:

Kjønn:

Hva er din rolle i barnehagen:

1: Hvordan er mattilbudet i din barnehage:

Hvorfor/hvordan har dere kommet frem til dette tilbudet?

Hvordan fordeles ansvaret for måltidene blant personalet på avdelingen?

2: Hva mener DU er viktig når det kommer til måltidet på tur?

Hvorfor mener du dette er viktig?

Hva tenker du er det gode måltidet på tur i barnehagen, har du et eksempel?

Har du eksempler på negative /positive måltidsituasjoner på tur?

3: Er det forskjell på hva som blir servert på tur eller i barnehagen?

Om det er forskjell, hvorfor er det slik tror du?

4: Hva legger du i rammeplanens krav om «Måltider og matlaging i barnehagen skal gi barna et grunnlag for å utvikle matglede og sunne helsevaner» (kunnskapsdepartementet, 2017, s. 11)?

5: Hvordan får barna medvirke i måltidsituasjonen på tur?

6: Om det lages mat på tur får barna delta i matlagingen?

Hvorfor og hvordan?

7: Hvordan legger du til rette for at personalet bidrar til gode matopplevelser på tur?

Hvorfor?

8: Merker du forskjell på barna om det serveres matpakke, varmmat eller brødmat på tur?

Hvorfor tror du det er slik?

9: Hvem bestemmer hva som skal lages og serveres til barna i deres barnehage?

10: Hva mener du om barnehagens praksis når det kommer til matservering på tur?

Hva mener du kan gjøres bedre?

11. Hvilke muligheter ser du?

12: Hva opplever du som utfordring med mat og måltidsituasjon på tur?

Kan det være ulike faktorer måltidsituasjonen som for eksempel vinter vs. sommer, tid, renhold, ressurser, kunnskap, vær?

13: Er det noen andre tanker du har rundt matglede og gode matopplevelser for barna på tur som ikke har kommet frem her?

Takk for at du har tatt deg tiden til å delta i mitt bachelorprosjekt!

Med vennlig hilsen Sigrun E, H, Røst