

Barnehagens arbeid med bærekraft i måltider

“Hvilket fokus har barnehager på bærekraft i mat - og måltidsituasjoner?”

Sara Hagen Myrnes
[kandidatnummer: 16]

Bacheloroppgave
[BHBAC3990]

Trondheim, april, 2023

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

Innholdsfortegnelse

1.0 Innledning	2
1.1 Valg av tema og problemstilling.....	2
1.2 Oppgavens disposisjon.....	4
2.0 Teori	5
2.1 Kosthold og helse	5
2.2 Bærekraft	6
2.3 Klima og miljø.....	7
2.4 Barnehagemåltidet og matglede	9
3.0 Metode	11
3.2 Valg av metode	11
3.2.1 Intervju	12
3.2.2 Intervjuguide	12
3.2.2 Valg av informanter	13
3.2.3 Gjennomføring av intervju	14
3.3 Forskningsetikk.....	15
3.4 Validitet og reliabilitet.....	16
3.5 Analyse av data	17
3.6 Metodekritikk.....	18
4.0 Funn og drøfting	19
4.1 Måltidet som sosialiseringsarena.....	19
4.2 Bærekraftig utvikling	22
5.3 Økologisk håndtrykk vs. fotavtrykk.....	24
5.4 Den voksnes rolle	25
5.0 Avslutning	28
6.0 Litteraturliste	30
7.0 Vedlegg	32
7.1 Vedlegg 1: Intervjuguide.....	32
1.2 7.2 Vedlegg 2: Samtykkeerklæring.....	34

1.0 Innledning

Store deler av et barnehagebarns kosthold er mat som inntas i barnehagen. Selv om noen av måltidene er medbrakt hjemmefra, har barnehagen stor innflytelse på barnas matvaner og kosthold. I barnehagens måltider er det retningslinjer som må følges. Disse omhandler helse, kosthold og hygiene, b.la., og er nedfelt i rammeplanen for barnehager og barnehageloven. Barnehagemåltidet er en stund med mange muligheter, det handler bare om å se dem.

Måltidene i barnehagen handler om mer enn bare maten som spises, det er også en viktig pedagogisk arena og gir muligheter for læring på mange områder. I dagens samfunn kan man lese og høre mye om mat og kosthold. Det er et stort fokus på hva som er bra for oss å spise, og hvilke matvarer vi burde spise mer av og hvilke vi burde spise mindre av. Bærekraftig utvikling er et begrep det har blitt snakket mye om, men som blir viktigere og viktigere. Hva kan vi gjøre for å ta vare på ressursene vi har for at fremtidens generasjoner også skal få dra nytte av disse.

Gjennom mine praksisperioder og ellers på jobb i barnehager har jeg hørt lite snakk om bærekraft i måltidsituasjonene i barnehagen. I en travel arbeidshverdag går dagene og måltidene sin vante gang. Jeg er interessert i å vite hvilke tanker som ligger bak alle disse måltidene som blir spist. Er det fokus på bærekraft i måltidsituasjonene, vet barnehager om de forskjellige delene av bærekraft og i så fall hvilke er det de fokuserer på.

Det er kjent at det vi velger å handle og spise påvirker hva som produseres av mat og at matvareproduksjonen globalt har en økende negativ effekt på miljøet. I barnehagen har vi en stor mulighet til å bidra med å legge grunnlaget for barnas holdninger og verdier. Vi kan bidra ved å vise barna verdien av å ta vare på naturen, gi de kunnskap om- og et sunt forhold til mat.

1.1 Valg av tema og problemstilling

Når jeg skulle velge tema på dette bachelorprosjektet var det viktig for meg at det var noe jeg selv interesserer meg for og synes er spennende. Dette siste studieåret har jeg i min

fordypning “kreativitet, undring og bærekraft” lært mye om bærekraftig utvikling og fått et enda større innblikk i hvor viktig dette faktisk er og at vi som enkeltindivider må ta vårt ansvar for å stoppe den negative utvikling som er nå.

Tidlig i studieåret skjønte jeg at jeg ville fokusere på bærekraft på et eller annet vis i mitt bachelorprosjekt. Til slutt falt valget på at temaet for oppgaven skulle være “Bærekraftige måltider i barnehagen”. Grunnen til dette er at jeg selv vet hvor mange gode samtaler og stunder som ligger i måltidene i barnehagen. Her har man tid til å roe ned, prate sammen og lære av hverandre. På bakgrunn av dette ble jeg nysgjerrig på om barnehager griper denne stunden til å snakke med barna om bærekraft, om de selv ser hva som er bærekraft i måltidene og hvilket fokus dette har i planleggingen og gjennomføringen av måltidene.

Rammeplanen stadfester at barn i barnehagen skal lære å ta vare på seg selv, hverandre og naturen. Bærekraftig utvikling omfatter natur, økonomi og sosiale forhold og er en forutsetning for å ta vare på livet på jorden slik vi kjenner det. Barnehagen har derfor en viktig oppgave i å fremme verdier, holdninger og praksis for et mer bærekraftig samfunn. (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 10).

Dette punktet fra Rammeplanen anser jeg som veldig viktig for mitt tema og noe jeg ønsker å komme nærmere inn på lengre ut i mitt forskningsprosjekt. Sammen med dette utdraget fra Rammeplanen vil jeg også komme videre inn på et punkt i stortingsmeldingen «Tid for lek og læring - bedre innhold i barnehagen» som jeg anser som svært relevant for temaet jeg har valgt og som jeg selv synes er utrolig spennende, da dette viser både de forskjellige dybdene et måltid i barnehagen kan ha, men jeg tror også dette berører noen aspekter ved bærekraft. Utdraget lyder som følger:

«Måltidene har ikke bare en ernæringsmessig verdi, men utgjør en helhetlig ramme med tanke på å utvikle barnas sosiale kompetanse, kulturforståelse og kunnskaper og holdninger til mat og drikke.» (Meld. St. 19, (2015-2016), 2016, s.41).

Ut fra refleksjonene jeg har gjort meg om temaet jeg ønsket å skrive om og disse to utdragene fra Rammeplanen og Stortingsmeldingen “Tid for lek og læring - bedre innhold i barnehagen” har jeg kommet frem til min problemstilling.

“Hvilket fokus har barnehager på bærekraft i mat - og måltidsituasjoner?”

1.2. Oppgavens disposisjon

Denne oppgaven er delt inn i fem hovedkapitler; innledning, teori, metode, funn og drøfting og til sist avslutning. I teorikapitlet presenteres teori jeg mener er relevant for å få svart på min problemstilling. Denne teorien går inn på helsedirektoratets faglige retningslinjer om mat og måltider som går ut på hva vi bør og ikke bør spise blant annet, hva definisjonen på bærekraft er og de ulike dimensjonene innenfor dette. Jeg vil også presentere teori innenfor klima og miljø, herunder blant annet hva som påvirker klimagassutslipp og hva vi kan gjøre for å minske utslipp. Til sist vil jeg gå inn på barnehagemåltidet generelt og matglede.

I neste hovedkapittel handler om metode, og jeg vil redegjøre for valg av metode, etiske retningslinjer og oppgavens validitet og reliabilitet. Videre vil jeg drøfte mine data fra intervjuene opp mot teorien som er blitt presentert i kapitlet «funn og drøfting» Til sist kommer avslutningen der jeg oppsummerer hva jeg har gått gjennom i denne oppgaven og en konklusjon.

2.0 Teori

I dette kapitlet presenteres det relevant teori for å svare på min problemstilling.

2.1 Kosthold og helse

Kostrådene opp gjennom tidene har hatt et stort helsefokus, men hva vi velger å spise har også stor betydning for hva som produseres av mat. Det at matvareproduksjonen globalt har en betydelig og økende negativ effekt på miljøet er noe vi som forbrukere og fagfolk har måttet ta innover oss. (Bere & Øverby, 2011, s. 228)

Helsedirektoratet har utviklet en nasjonal faglig retningslinje om mat og måltider i barnehagen. I denne anbefalingen er det tolv forskjellige retningslinjer. Retningslinjene gir anbefalinger og veiledning for sunne og næringsrike måltider til barn i barnehagen. Blant annet anbefales det at barna tilbys minst ett varmt måltid om dagen og to mellommåltider, samt frukt og grønnsaker til alle måltider. Videre bør måltidene være varierte og tilberedes på en hygienisk måte.

Retningslinjene gir også veiledning om hva slags matvarer som bør inkluderes i måltidene, som for eksempel grovt brød, fisk, magert kjøtt, grønnsaker, frukt og melk. Det anbefales å begrense tilsetning av sukker og salt i maten, og å unngå bruk av transfett. Retningslinjene inneholder også veiledning om samarbeid mellom barnehagen, foreldre og matleverandører, samt om opplæring og kompetanseheving blant de ansatte i barnehagen. Målet med retningslinjene er å fremme god helse og trivsel blant barna, samt å bidra til å forebygge overvekt og andre helseproblemer knyttet til kosthold.

Kostholdet vårt, altså det vi spiser og drikker, påvirker helsen vår både fysisk og psykisk. Spises det riktig og sunt vil det bidra til å fremme optimal utvikling, trivsel og livskvalitet hos både barn og voksne. Gode kostholdsvaner fra barna er små, i tillegg avgjørende for sunne kostholdsvaner senere i livet. Man kan ifølge forfatterne av boka "Kosthold og fysisk helse" bidra til økt folkehelse i dag og i fremtiden ved å bidra til å bedre barns kostholdsvaner. (Lekhal et al., 2019, s. 18)

Ifølge Helsedirektoratet burde barn i barnehagealder spise fem porsjoner frukt og grønnsaker hver dag. For en 4-åring vil en porsjon være ca. 75 gram, som vil si omtrent en håndfull.

I rammeplanens kapittel om bærekraftig utvikling kommer det fram at barna skal lære å ta vare på seg selv, hverandre og naturen. Som nevnt tidligere handler bærekraftig utvikling om å forstå og forbedre alle dimensjonene som ligger i ordet bærekraft - politisk, økonomisk, sosialt og økologisk. Barnehagen har dermed en viktig oppgave i å fremme verdier, holdninger og praksis for et mer bærekraftig samfunn. Barnehagen skal bidra til at barna kan forstå at dagens handlinger har konsekvenser for fremtiden, og legge grunnlag for at barnas evne til å tenke kritisk, handle etisk og vise solidaritet. (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 10)

2.2 Bærekraft

For 36 år siden, i 1987 utga Verdenskommisjonen for miljø og utvikling en rapport med navnet "Vår felles fremtid". I Norge er denne bedre kjent som Brundtland-rapporten. Her definerer de bærekraftig utvikling som "utvikling som møter nåværende behov uten å redusere mulighetene for fremtidige generasjoner til å dekke deres egne behov". Dette betyr at verden, med hensyn til mennesker, forbruk og økonomi må utvikle seg i en retning som ivaretar naturmiljø, økologi, menneskerettigheter og kultur. I tillegg utjevner økonomiske og sosiale forskjeller i verden. (Bjørndal, 2019, s. 23).

Selve begrepet "bærekraftig" stammer fra det latinske ordet "sustenere". Det betyr å støtte opp under eller å opprettholde. (Bjørndal, 2019, s. 23). Bærekraftig utvikling består av fire dimensjoner, disse er politikk (politisk beslutningstaking), økologi (alt levende, naturressurser og naturmiljø), økonomi (jobb, inntekt) og det sosiale og kulturelle (mennesker som lever sammen).

Politikk blir sett på som en viktig dimensjon for å kunne iverksette tiltak for bærekraftig utvikling, men også det å ta avgjørelser etter demokratiske prinsipper. I barnehagen er føringer for bærekraft lagt i rammeplanen, men også barnehageeier og den pedagogiske ledelsen har beslutningsmyndighet. (Bjørndal, 2019, s. 26). Den økologiske dimensjonen, altså økologisk bærekraft, handler om å ivareta naturmiljøet, med andre ord verne om artsmangfoldet på jorda, genetisk mangfold og mangfold av ulike naturtyper som matcher de ulike artenes behov. (Bjørndal, 2019, s. 26).

Økonomisk bærekraft handler om å utjevne forskjeller i verden, redusere forbruk og fordele godene. Vi skal kunne tilfredsstille våre grunnleggende behov og forvalte det naturen har av ressurser på en god måte. Det å ivareta menneskers ve og vel går under den sosiale og kulturelle dimensjonen av bærekraften. Herunder ligger det å danne holdninger og verdier som likeverd, toleranse og respekt mot alle mennesker og kulturer. Den sosiale bærekraften rommer også en utvikling som skal gi alle barn muligheter til å få god utdanning og helse. (Bjørndal, 2019, s. 28). Fattigdom og ulikhet skaper uro og splittelse i verdens befolkning og dette kan føre til store konflikter og politisk opprør - dette truer en bærekraftig utvikling. Hvis vi får til en jevnere fordeling av ressurser og en god og trygg tilgang på utdanning og helsehjelp (offentlige tjenester) er dette viktige forutsetninger for et mer fredelig og rettferdig samfunn. (Rudi, 2021)

Bærekraftig utvikling kan sies å være både en måte å forstå og bringe inn metoder for å løse verdens utfordringer. For å få forståelsen så trengs det kunnskaper og innsikter i hvordan politiske, økologiske, økonomiske og sosiale/kulturelle mekanismer spiller sammen. I tillegg kreves det at vi bidrar aktivt i en bærekraftig retning, det vil si at vi lever og handler bærekraftig. (Bjørndal, 2019, s. 29) Ifølge FN er en nøkkelfaktor for å oppnå bærekraftsmålene utdanning.

2.3 Klima og miljø

De globale atmosfæriske konsentrasjonene av klimagassene karbondioksid CO₂, metan CH₄, dinitrogenoksid (lystgass N₂O) har økt markant siden 1750. (Bere & Øverby, 2011, s. 230) Det vil si mengden av disse stoffene i atmosfæren. Stigningen av karbondioksid i atmosfæren skyldes i hovedsak forbruket av fossilt brensel og endringer i arealbruk som for eksempel avskoging. Økningen i metan og dinitrogenoksid kan i hovedsak skyldes jordbruket. (Bere & Øverby, 2011, s. 230)

Det er ikke bare produksjonen av mat som påvirker klimagassutslipp, men også transport, foredling, handel, lagring og tilberedning. Animalske produkter skiller seg spesielt ut i negativ retning her. (Bere & Øverby, 2011, s. 230). Et eksempel som blir brukt i boka "Om mat og ernæring - en introduksjon til hva man bør spise" er at per kilo gulrot dyrket på friland (dvs.

ikke under glass eller plasthus) er det et utslipp på 0,42 kg CO₂-ekvivalenter, mens tropisk frukt som kommer med fly kan ha et utslipp på 11 kg CO₂-ekvivalenter per kilo.

Klimagassutslippene våre varmer opp havet og luften, ødelegger hele økosystemer og bidrar til at arter utrykkes for godt. Klimagassutslipp gjør oss også mer sårbare for naturkatastrofer og kan skape konflikter om naturressurser rundt om i verden. (Rudi, 2021)

Det at matproduksjon og matforbruk påvirker miljøet vet vi. Landbruket intensiveres stadig. Dette fører til et lavere behov for arbeidskraft, men en større avhengighet av innkjøpte midler som kunstgjødsel og sprøytemidler. Det vi sitter igjen med etter dette er billigere matvarer, men flere alvorlige miljøproblemer som forurensning av jord, vann og luft, nedhugging av store skogsområder, utarming av jord og et tap av biologisk mangfold. (Bere & Øverby, 2011, s. 229).

Sammenhengene mellom klima, miljø og helseproblemer er komplekse og sammenviklede, og det er en stor utfordring å ta hensyn til alle faktorene og finne effektive løsninger på disse problemene. Men, på tross av at det er en stor utfordring er det mulig for hvert enkelt individ å ta valg i hverdagen som kan bidra til et bedre miljø og en bærekraftig utvikling. (Bere & Øverby, 2011, s. 230)

Begrepet økologisk fotavtrykk er et ofte brukt mål på hvor stor virkning menneskelige aktiviteter har på jordens økosystem. (Hofstad, Andersen, Halleraker, 2021) Ulike økosystemer og naturtyper har ulik tåleevne når det kommer til påvirkninger fra forurensning, arealbruksendringer og klimaendringer blant annet.

Økologisk fotavtrykk måler menneskenes forbruk av naturressurser gjennom forbruk i snitt i hvert enkelt land, ifølge FN. Jo flere mennesker man er i et land, jo mindre kvote har hver enkelt. (FN, 2022)

Forfatterne av boka "Bærekraft i praksis i barnehagen" spør om hva som gjør at mennesker blir opptatt av å ta vare på miljøet og naturen rundt seg. For å få svar på dette har forskere spurt voksne mennesker om deres holdninger til og hvilke handlinger de gjør for miljøet. Denne undersøkelsen viser at erfaringer som kan spores helt tilbake til barndommen er viktig for dette engasjementet. Eksempler som trekkes frem er gode minner fra å leke i naturen og gode voksne rollemodeller. Rollemodellene som i hovedsak blir trukket frem er foreldre og

besteforeldre, men også andre omsorgspersoner som blant annet lærere i barnehage og skole. (Bjørndal, 2019, s. 115).

2.4 Barnehagemåltidet og matglede

Måltidene i barnehagen betyr mer enn hva de spiser og hvilken mat de får servert. Dette er noe rammeplanen løfter frem og vektlegger. De trekker frem begreper som måltidsglede, matkultur og fellesskapsfølelse i kapittelet om kropp, bevegelse, mat og helse.

Måltidene i barnehagen er en anledning for barnegruppa å roe ned, ha tid til sosialt samvær og hygge. Måltidene i barnehagen spiller også en viktig rolle når det kommer til helse, trivsel og læring. (Langholm & Tuset, 2021, s.11). Ifølge kunnskapsheftet “Matjungelen - mat som er bra for kroppen og kloden” er et måltid preget av barn og voksnes tilstedeværelse, trivsel fellesskap og samtaler noe som kan bidra til måltidsglede.

I 2021 gikk 93,4 prosent av barn i alderen 1-5 år i barnehagen, ifølge Udir. (Udir, 2022). Barnehagen har en unik mulighet til å bidra til at barn og dette uavhengig av foreldrenes kjøpekraft eller kunnskap om mat og kosthold, får prøvd nye råvarer, ulike smaker og sammensetninger av matvarer. (Langholm & Tuset, 2021, s.11)

Det å lage mat sammen med barna er en morsom og god pedagogisk aktivitet vi kan gjøre i barnehagen. Her får barna utforske, mestre og erfare hvordan diverse mat og retter blir laget. Det at barna får delta på slike type matlagingsaktiviteter gjør at det er større sannsynlighet for at de smaker på nye råvarer og retter. Ved å lage mat sammen med barn får man også en naturlig anledning til å sette fokus og prate om hvor maten kommer fra og hva som er bra for oss å spise. (Folkelig og Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet, 2023).

Gode rammer rundt måltidet er med på å bidra til at måltidet blir en positiv opplevelse for både barn og voksne, skriver Langholm og Tuset. Er det for mange regler rundt matbordet, kan dette føre til at spisestunden blir preget av kjefting og irettesettelser, i stedet for ro og god appetitt. (Langholm & Tuset, 2021, s.22)

Barnehagehverdagen er travel både for ansatte og barn. Det er mye som skjer, høyt støynivå, mange å forholde seg til og alle dager er forskjellige. Derfor er måltidet et viktig samlingspunkt for barna. Måltidet er en sosial og kulturell arena og der er det tid og rom for at barna kan få oppleve mestring og tilhørighet til fellesskapet. (Folkelig og Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet, 2023).

3.0 Metode

I dette kapitlet vil jeg presentere hva en metode i et forskningsprosjekt er, hvilken metode jeg selv har valgt og hvorfor og til sist vil jeg komme inn på metodekritikk for dette bachelorprosjektet.

3.1 Hva er metode

Vitenskapelig metode er forskjellige fremgangsmåter eller teknikker som kan brukes for å gi svar på ulike forskningsspørsmål. (Bergsland, 2018, s. 66). En metode kan ses på som et verktøy, som i denne sammenhengen blir brukt som en fremgangsmåte for å få svar på spørsmål og få ny kunnskap innenfor et spesielt felt. (Larsen, 2017, s. 17).

I hovedsak er det to forskjellige hovedmetoder, dette er kvalitativ og kvantitativ metode. Den største forskjellen på disse metodene er hvordan man samler inn data og hvordan det analyseres. (Bergsland, 2018, s. 67). Den kvantitative metoden går på utbredelse og større antall, og har gjerne større avstand mellom forsker/datainnsamler og informanter. Kvalitativ metode derimot går mer i dybden og vektlegger betydning i større grad. Intervju og observasjon er to metoder som ofte blir brukt i kvalitative studier. (Bergsland, 2018, s. 67).

3.2 Valg av metode

Metoden man velger skal gi en data til å belyse problemstillingen på en faglig og interessant måte, derfor er det veldig viktig å velge en metode som passer ens forskning. Gjennom kvalitativ forskning er det et mål å utvikle en dypere forståelse av fenomener som er knyttet til personer og/eller situasjoner i deres sosiale virkelighet. (Dalen, 2013, s. 15). Kvalitativt intervju er godt egnet for å få en dypere innsikt i informantenes tanker, følelser og erfaringer. (Dalen, 2013, s. 13).

Da min problemstilling handler om hvordan barnehager fokuserer på bærekraft under måltidet, mener jeg at intervju er en god metode å bruke da jeg da får muligheten til å gå i dybden på de forskjellige spørsmålene jeg har. I tillegg til dette får intervjuobjektet god mulighet til å forklare hvorfor hen gjør som hen gjør, hvilke tanker som ligger bak valgene

barnehagen eller avdelingen har tatt.

3.2.1 Intervju

Intervju kan beskrives som en “utveksling av synspunkter” og intervju kan bidra til å fremskaffe fylldig og beskrivende informasjon om hvordan andre mennesker opplever ulike sider av en sak. (Dalen, 2013, s. 13).

All forståelse er bestemt av en førforståelse eller forståelseshorisont. (Dalen, 2013, s. 16) Med dette menes de meninger og oppfatninger vi på forhånd har til det som skal studeres. I et intervju vil man alltid stille med en sånn forforståelse, så da er det viktig å bruke denne så man kan åpne opp for å forstå informantens opplevelser og uttalelser. (Dalen, 2013, s. 16)

Det er ikke noe strengt regelverk når det kommer til intervju. Det som er viktig når man forbereder intervjuet er å huske “hva, hvorfor og hvordan”. Hva ønsker jeg å spørre om, hvorfor disse spørsmålene og hvordan jeg skal formulere dem? (Bergsland og Jæger, 2016, s.70). Det er viktig at man har en både begrepsmessig og teoretisk forståelse av det man skal undersøke/intervjue om, dette for å stille de riktige spørsmålene som igjen kan føre til ny kunnskap. (Bergsland og Jæger, 2016, s.70).

Valg av intervju som metode for datainnsamling gir muligheten til å følge opp med spørsmål, som igjen kan resultere i mer utfyllende svar og muligheten til å grave dypere etter informasjon når man oppdager interessante funn. Når man gjør intervju til et forskningsprosjekt kan det være lurt å ta lydopptak da dette kan gjøre analysearbeidet enklere i ettertid, og i tillegg vil man fullt fokus på samtalen og intervjuobjektet. Alternativet til dette er å ta notater underveis, men det kan være utfordrende å gjøre dette samtidig som man lytter aktivt. (Bergsland og Jæger, 2016, s.70).

3.2.2 Intervjuguide

Et semistrukturert intervju eller med andre ord et delvis strukturert intervju brukes ofte en fleksibel intervjuguide. I en slik intervjuguide har man ofte ferdig formulerte spørsmål og/eller stikkord, men man kan være fleksibel med tanke på rekkefølgen og man kan stille

oppfølgingsspørsmål der det måtte være nødvendig. (Larsen, 2017, s. 99) Før intervjuet laget jeg en liste med spørsmål som jeg ønsket å stille til informantene, og jeg organiserte disse spørsmålene etter ulike emner. Ifølge Bergsland og Jæger bør en intervjuguide inneholde emner som skal diskuteres i intervjuet, og de bør være i en bestemt rekkefølge. (Bergsland og Jæger, 2016, s.71). Intervjuguiden ble utarbeidet med utgangspunkt i problemstillingen og de temaene som skulle belyses. Jeg sendte intervjuguiden til informantene på forhånd slik at de også kunne forberede seg til intervjuet og bli kjent med de ulike temaene. Jeg var nøye med å stille åpne spørsmål slik at informanten kunne fortelle om sine erfaringer og opplevelser på den måten hun ønsket. Generelt sett anses åpne spørsmål å være de beste spørsmålene da de gir informanten mulighet til å reflektere og uttrykke seg om det som blir spurt om (Bergsland og Jæger, 2016, s.72).

Intervjuguiden min startet med innledende spørsmål, også kalt bakgrunnsspørsmål. Disse omhandlet alder, utdanning, stilling og informasjon om barnehagen og avdelingen. Det er lurt å starte med denne typen spørsmål fordi de er lette å svare på og det blir da en myk åpning på intervjuet. (Larsen, 2017, s. 101). Videre gikk jeg over på spørsmål som handlet om måltidet generelt, hvor mange måltider har de, hvordan organiseres og gjennomføres disse, hvorfor gjør de det på denne måten.

Etter dette gikk jeg mer inn på bærekraft. Her lagde jeg meg fire underkategorier ut fra de fire dimensjonene innenfor bærekraft: politisk, økonomisk, sosialt og økologisk. Noen av spørsmålene jeg stilte var hvilke retningslinjer barnehagen følger mtp. Maten de serverer, hvilke tanker de har om måltidet som sosialiseringsarena, fokus på matsvinn.

3.2.2 Valg av informanter

Da jeg skulle velge informanter bestemte jeg meg for at jeg ønsket å intervju to stykk. Det var viktig for meg at disse hadde forskjellige utgangspunkt for å svare på spørsmålene jeg ønsket å stille. Tidlig i prosessen var jeg usikker på om jeg skulle intervju styrere eller pedagogiske ledere, men etter å ha tenkt meg om kom jeg frem til at det er pedagogiske ledere som vet best hva som foregår på “gulvet” og inntrykket mitt er at de har stor innflytelse på hvordan måltidet blir lagt opp. De pedagogiske lederne tilbringer også mye mer tid med barna enn hva en styrer gjør.

Jeg ønsker å kort gi en kort beskrivelse av informantene mine. Disse vil heretter gå under navnene “informant 1” og “informant 2”.

Informant 1: Kvinne i 60-årene med barnehagelærerutdanning fra Dronning Mauds Minne Høgskole. Pedagogisk leder på storbarnsavdeling med barn 4-6 år. Barnehagen hun jobber i er kommunal og ligger i en storby. Hun har jobbet i samme barnehage i 25 år.

Informant 2: Kvinne i 20-årene med barnehagelærerutdanning fra Nord Universitet. Hun jobber på småbarnsavdeling, 0-3 år, og har vært pedagogisk leder i ett år ved denne barnehagen. Denne barnehagen er privat og ligger på et lite sted.

3.2.3 Gjennomføring av intervju

Da jeg skulle avtale intervju tok jeg kontakt med to stykker jeg har kjennskap til fra før og forhørte meg om de kunne tenke seg å stille til intervju. Da begge to svarte ja, avtalte vi videre hvor og når intervjuene skulle finne sted. Da jeg og Informant 1 bor på to forskjellige steder, avtalte vi å møtes på Teams. Dette så jeg ikke på som en utfordring da vi har hatt flere vellykkede møter over denne plattformen før. Med informant 2 lot jeg henne bestemme tid og sted. Hun ønsket at vi skulle møtes hjemme hos henne. Dette så jeg på som positivt da hun da ville være i et trygt miljø og har mulighet til å føle seg avslappet i intervjuet og da kanskje også åpne seg mer.

I begge intervjuene hadde jeg intervjuguiden foran meg og brukte denne som en guide gjennom samtalen. Jeg stilte de spørsmålene jeg hadde skrevet ned, men også spontane oppfølgingsspørsmål etter å ha hørt deres svar. De gangene samtalen fløt litt ut kunne jeg spore den tilbake til temaet ved bruk av intervjuguiden. Det er forskerens ansvar å styre intervjuet og å sørge for at samtalen handler om de temaene som er bestemt på forhånd. Dette må gjøres på en hyggelig måte, uten å for eksempel avbryte midt i en setning. (Larsen, 2017, s. 101).

Tidlig i prosessen med dette bachelorprosjektet, etter jeg hadde valgt intervju som metode, bestemte jeg meg for å ikke bruke lydopptak. Siden jeg heller ikke skulle registrere personopplysninger som f.eks. personnummer eller eksakt alder og bosted, som kunne knyttes til informantene mine, behøvde jeg dermed ikke å melde prosjektet mitt til NSD.

Siden jeg ikke tok lydopptak, noterte jeg på pc underveis i intervjuene. Dette er noe jeg har god erfaring med fra tidligere og følte meg trygg på at det kom til å gå bra. Det å bruke lydopptak og så transkribere etterpå er noe som kan gi økt validitet på forskningsprosjektet, dette skal jeg komme tilbake til. (Larsen, 2017, s. 110)

3.3 Forskningsetikk

Etikk kan defineres som en samling av prinsipper, regler og retningslinjer som brukes for å bedømme om en handling er moralsk riktig eller galt. Innen forskning omfatter forskningsetikk et sett av normer som er ment å sikre at vitenskapelig virksomhet utføres på en moralsk forsvarlig måte. (Larsen, 2017, s. 15).

Forskning gir oss kunnskap vi skal kunne stole på er riktig, hvis den er gjennomført på en seriøst og etterrettelig måte, men det må tas hensyn til at det kan forekomme en viss usikkerhet når det kommer til forskning også. Er det snakk om intervju og observasjoner, kunne funnene vært annerledes om intervjuet ble gjennomført noen måneder etterpå eller kan informantene være påvirket av ledende spørsmål? Jo flere uavhengige undersøkelser som blir gjennomført med de samme resultatene, jo mer kan en stole på at disse er riktige. (Larsen, 2018, s. 14).

Det vil være umulig å være 100% objektiv i forskning, da bak all forskning står det mennesker som har sine egne erfaringer, holdninger og verdier. Disse tre tingene er det vanskelig å legge fra seg når man forsker, og man tar det gjerne med seg når man skal velge tilnæringsmåte i sin forskning, hvordan man formulerer problemstillingen, hvilke teorier man bruker og hvordan man analyserer funnene sine. (Larsen, 2017, s. 14). Selv om absolutt objektivitet ikke er mulig, bør det være et ideal og er man åpen om hvordan man har gått frem i forskningen sin er det enklere for andre å vurdere i hvilken grad forskningen er preget av forskerens valg. (Larsen, 2017, s. 14).

Behandlingen av personopplysninger er et viktig aspekt ved forskningsetikk og det står i "Lov om behandling av personopplysninger, 2012, s. § 1" at den enkelte ikke skal bli krenket gjennom behandling av personopplysninger. (Bergsland og Jæger, 2016, s.83). Forskerens ansvar kan i følge Bergsland og Jæger knyttes opp mot tre hovedprinsipper. Informert

Samtykke er et av hovedprinsippene og dette ble ivaretatt ved at jeg i forkant av intervjuet sendte begge mine informanter et informasjons- og samtykkeskjema på mail. I dette skjemaet må informantene svare på om de ønsker å delta i bachelorprosjektet. De får også informasjon om formålet med prosjektet, hvem som er ansvarlig for prosjektet, hva det innebærer for informantene å delta, hvordan opplysningene vil bli oppbevart og brukt. Det er også et punkt der det blir påpekt at det er frivillig å delta og at informantene når som helst kan trekke sitt samtykke til å delta i prosjektet, uten å oppgi grunn.

Det andre hovedprinsippet er konfidensialitet. Dette går ut på at man ikke offentliggjør personlige data om informantene som gjør at identiteten kan bli avslørt og det siste av hovedprinsippene er konsekvenser. Her har forskeren et ansvar som går ut på å unngå at informantene utsettes for skade eller alvorlige belastninger etter å ha stilt opp i prosjektet. (Bergsland og Jæger, 2016, s.83).

3.4 Validitet og reliabilitet

I dette delkapittelet skal jeg gå nærmere inn på oppgavens validitet og reliabilitet. Det er viktig å være kritisk og reflektere over metoden og innsamlingsmetoden man har brukt og ingen metode er feilfri, ifølge Bergsland og Jæger. (Bergsland og Jæger, 2016, s.80).

Validitet i forskning handler om relevans eller gyldighet. I kvalitative studier kan vi si at det konkret handler om bekreftbarhet, overføringsverdi og troverdighet. (Larsen, 2017, s. 93).

I et forskningsprosjekt som dette kan vi si at validitet handler om at dataene vi har samlet inn er relevante for problemstillingen og at dette fører til at slutningene vi trekker er valide. På en enklere måte kan vi si at validitet i denne sammenhengen handler om vi har undersøkt det vi skal undersøke. (Larsen, 2017, s. 93). Bergsland og Jæger skriver i boka "Bacheloroppgaven i barnehagelærerutdanningen" Validitet handler om hvorvidt undersøkelsen/analysen ville gitt de samme svarene dersom noen andre hadde gjennomført den.

I kvalitative studier kan begrepet reliabilitet knyttes opp mot troverdighet. Troverdighet i denne sammenhengen går ut på om forskningen er utført på en tillitsvekkende måte, om hvor pålitelig datamaterialet er, hvordan det har blitt samlet inn og hvordan det bearbeides, analyseres og tolkes. (Bergsland og Jæger, 2016, s.80). Man kan altså spørre seg om en kritisk vurdering av prosjektet vil gi inntrykk av at forskningen er pålitelig og tillitsvekkende.

3.5 Analyse av data

Analyse er ikke en isolert prosess som kun skjer når alt av data er samlet inn, men en prosess som foregår gjennom hele prosjektet, altså en måte å tenke og jobbe på. (Bergsland og Jæger, 2016, s.81) Men, hvis vi tenker på analysekapittelet som den “egentlige” analysen er det her jeg presenterer mitt datamateriale og drøfter det opp mot teorien som er presentert tidligere i oppgaven.

Det å analysere datamateriale handler om å skape orden, struktur og mening i det du presenterer og dette kan gjøres på forskjellige måter, som for eksempel i tabeller og grafer. (Bergsland og Jæger, 2016, s.81) Jeg har valgt å presentere datamaterialet jeg har samlet inn og analysen er gjennom tekst.

Da jeg ikke brukte lydopptak, hadde jeg intervjuet og svarene fra informantene mine skrevet ned på pc-en. I etterkant av hvert intervju har jeg forsøkt å strukturere svarene jeg fikk på intervjuene inn i ulike kategorier, og på denne måten kunne jeg kutte ut det jeg anser som lite verdifullt for min problemstilling. Et eksempel på noe som ble kuttet ut var digresjoner som jeg anså som spennende underveis i intervjuet, men i struktureringen etterpå fant uinteressant å knytte opp mot min problemstilling.

I et slik analyse- og tolkningsarbeid er det viktig at man skaper et skille mellom hva som er informantens utsagn og tolkninger og hva som er forskerens egne tolkninger. (Bergsland og Jæger, 2016, s.82) På bakgrunn av dette har jeg valgt å strukturere analyser og drøftingskapittelet mitt på den måten at jeg har informantenes sitater i kursiv, så de kommer i fokus. Videre vil jeg analysere og tolke dem under. Det å stille spørsmål ved datamaterialet man har og gjøre sammenligninger er to av de viktigste analyseredskapene, ifølge Strauss og Corbin som Vivi Nilssen henviser til i boka “Analyse i kvalitative studier”.

Ifølge Bergsland og Jæger er det i et slikt prosjekt viktig å ha problemstillingen i fokus i et prosjektarbeid som dette. På bakgrunn av dette har jeg valgt å gå inn på min problemstilling igjen i starten av analyse- og drøftingskapittelet.

3.6 Metodekritikk

Hadde jeg brukt lydopptak og transkribert intervjuet etterpå kan det være at jeg ville fått en enda dypere forståelse og innsikt i hva informantene mine formidlet, og jeg kunne fått med meg hvis det var endringer i tonefall, nøling, nervøsitet eller lignende. Disse detaljene kunne gi en økt troverdighet, altså reliabiliteten. På den andre siden var jeg nøye med å skrive ned ordrett hva de sa i intervjuet underveis. Det var viktig for meg å ikke vente til de var ferdig å snakke med å skrive ned, men greie å lytte og skrive samtidig så jeg ikke gikk glipp av noe. Ved å gjøre det på denne måten, kunne jeg nok oppfattes av informantene som litt mindre lyttende, da jeg måtte kaste noen blikk på tastaturet underveis og da mistet øyekontakten.

Ved å bruke direkte sitater fra informantene mine blir forskningsprosjektet øker dette også troverdigheten for analysen og jeg får et klart skille på hva som er informantenes meninger og tanker og hva som er mine egne tolkninger da disse blir presentert i et eget avsnitt under. Som Vivi Nilssen skrev i boken jeg, refererte til i forrige delkapittel er det å gjøre sammenligninger et viktig analyseredskap. Jeg bestemte meg derfor på forhånd at jeg ønsket å sammenligne svarene fra mine to informanter opp mot teorien jeg har presentert tidligere i oppgaven. Dette opplevde jeg som litt krevende da mine informanter hadde ganske like svar og meninger om spørsmålene jeg stilte. Det ble derfor vanskelig å sammenligne dem opp mot hverandre, og jeg måtte heller prøve å se likhetene og ulikhetene deres opp mot presentert teori.

Vil en kritisk vurdering av prosjektet mitt gjennomført av andre gi inntrykket av at forskningen er pålitelig og tillitsvekkende? Jeg har forsøkt å gjøre analysen så transparent som mulig og la det være tydelig hvor mine egne tolkninger kommer inn og hva som er fakta. Det som kan minste validiteten på dette prosjektet er at det kun er brukt to informanter og intervju som metode. Dette gjør at datamaterialet blir ganske smalt og selv om man kan stille informantene opp mot hverandre, er det kun to barnehager ut av over 5000 som blir representert.

4.0 Funn og drøfting

Gjennom min analyse har jeg funnet ut hva jeg anser som relevante data for min problemstilling og dette vil jeg presentere i dette kapittelet. Dataene jeg presenterer vil drøftes opp mot teorien jeg har presentert tidligere i oppgaven og annen teori som kan bekrefte eller avkrefte mine funn.

Gjennom mine intervjuer kommer det frem at de to barnehagene informantene mine jobber i driver den daglige virksomheten litt forskjellig. Informant 1 jobber som nevnt i en kommunal barnehage og hen kan fortelle at de har en kokk som lager mat tre ganger i uka. Denne kokken er ufaglært. De to dagene kokken ikke lager mat er det brødmat eller havregrøt til lunsj.

Brødiskivene smører de ansatte på og deler i to i forkant av lunsjen og havregrøten kokes på kjøkkenet som befinner seg på avdelingen så den er klar til lunsjmåltidet finner sted.

Informant 2 jobber i en privat barnehage. Her får de to ganger i uka levert varmmat fra et lokalt firma. Her varierer maten, men informanten forteller at det er sunn mat som serveres, med grove produkter og ofte fisk. De tre dagene uten matlevering serveres det brødmat med diverse pålegg til lunsj.

Begge barnehagene praktiserer at barna selv har frokost med hjemmefra, hvis de ønsker å spise dette i barnehagen. I den kommunale barnehagen har barna litt ekstra mat med hjemmefra som skal holde til fruktmåltidet. Siden barna tar med denne ekstra maten står barnehagen for frukt og grønnsaker. I den private barnehagen serveres det knekkebrød, frokostblanding eller brødiskiver i tillegg til frukt og grønnsaker i dette måltidet. Barnehagen har med andre ord løst måltidene litt forskjellig.

4.1 Måltidet som sosialiseringarena

Av og til kan vi glemme at måltidet handler om så mye mer enn maten som spises. Det handler om å få kjenne på en tilhørighet i et fellesskap, få oppleve gode samtaler, ha trygge og forutsigbare rammer. Måltidet kan også berike med nye og gode smaksopplevelser og et godt og variert kosthold. (Folkelig og Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet, 2023). Jeg ønsket å finne ut om de pedagogiske lederne hadde noen formening om det sosiale aspektet som ligger i et måltid.

Sosialisering er en livslang prosess der man stadig blir møtt med nye forventninger og må lære nye sosiale roller. En sosial rolle kan defineres som et sett med forventninger og normer som er knyttet til en spesifikk oppgave eller posisjon. Normer viser til de forventningene vi har til at en person skal oppføre seg på en viss måte i en viss situasjon, f.eks. bordskikk. Det finnes flere typer normer, for eksempel forteller noen normer oss hva som er akseptabel oppførsel og hva som ikke er det. (Vårdal, 2019).

Da jeg spurte mine informanter om hva deres tanker om måltidet som en sosialiseringsarena var, var de svært samstemte om dette.

Informant 1:

“Måltidet er en kjempeviktig sosialiseringsarena! Her får barna øvd på for eksempel å lytte og at det er hver sin tur å snakke. Måltidet er et sted der barna kan få tre frem med hvem de er og hevde seg selv. “

Informant 2:

"Kjempebra, og her har man i tillegg tid. Måltidet er en veldig god pedagogisk stund hvis man ser verdien og potensialet i den. Her kan barna se og observere andre barn, lære nye begreper og øve på finmotorikk. Det er utrolig kjekt å snakke sammen med barna under måltidene!"

I disse to sitatene kan vi se at begge informantene er enige om at måltidet har en viktig rolle som sosialiseringsarena. Begge trekker frem praten og samtalen som viktige punkter og nevner ikke selve maten som et viktig punkt her. For begge de pedagogiske lederne frem hva barna kan få utbytte av ved at det foregår gode samtaler ved bordet. I barnehagen må barna lære seg å ta hensyn til andre og de må øve på å lytte. Det som også er viktig for barn å lære er at de så smått må lære å hevde seg selv overfor de som krever mye oppmerksomhet. (Sølvberg, Kristoffersen, Mortensen, 2018)

Informant 1:

“I tillegg er måltidene en ypperlig arena for å skape gode barnefellesskap. Her kan barn bli kjent på tvers av hvem man vanligvis er sammen med i lek”

Jeg oppfatter det som at begge informantene mine ser på måltidet som et sted med tid og rom for å observere andre og lære hvilke normer som gjelder under et måltid. Dette kan være f.eks.

hvordan bruke en kniv til å smøre smør på brødskiva, eller hvordan man kan spørre noen om å sende melka. I boka “matglede i barnehagen” skriver de at Berit Bae mener at for at det skal bli positive medlæringsmuligheter under måltidene er man avhengig av at personalet også har positive holdninger til barnas innspill og samspillet rundt bordet. (Langholm & Tuset, 2021, s.24) På bakgrunn av dette opplever jeg at begge de pedagogiske lederne legger til rette for et positivt læringsmiljø under måltidene, både for å lære normer og regler, men også for å fortelle historier, om opplevelser og dele gode, rolige stunder sammen.

Som nevnt tidligere handler sosial bærekraft også om det å utjevne forskjeller i samfunnet, og dette er noe barnehager har mulighet til å bidra med. Jeg spurte begge mine informanter om hva de tenkte om det å utjevne forskjeller blant barna og da spesielt i måltidsituasjonen.

Informant 1:

“Der det trengs går vi inn og veileder foreldrene. Vi må formidle at barna trenger mat med næring, dette handler om ernæring og helse. Av og til må vi veilede om barns sukkerinntak for eksempel. Lunsjen legger et grunnlag for likeverd siden den lages i barnehagen, men barna synes det er veldig spennende å se hva man har med i matboksen. Det kan være berikende å se hvor forskjellig matboksene er og da gjerne basert på forskjellige kulturer.”

Informant 2:

“Det er veldig jevnt over det samme foreldrene har i matpakkene til barna og de har vært veldig flinke til å ta til seg det vi har fortalt om sunt kosthold på foreldremøter. Jeg synes det ville vært optimalt om barna fikk alle måltidene servert av barnehagen, da ville det vært enda mindre synlige sosiale forskjeller.”

Begge informantene viser at de har et bevisst forhold til at barnehagen er en arena for å utjevne sosiale forskjeller. Men svarene skiller seg litt ut på dette punktet. Mens informant 1 ser det positive i at barna har med mat hjemmefra og tenker på hvordan dette kan være med å la barna oppleve andre kulturer, skulle informant 2 helst sett at det var lik mat som ble servert til barna også på frokosten. Disse to forskjellige holdningene er forståelige på hver sin måte. Ved å la barna spise samme mat blir de sosiale forskjellene mindre synlig, men på den andre måten fratrar man barn muligheten til å medvirke i større grad hva de vil spise, men også det å vise frem de ulike matkulturene man kommer fra. For noen er det vanlig med nudler til

frokost eller kokte egg og disse ulikhetene kan være med å bidra til gode diskusjoner og større innsikt og forståelse for hvor mat kommer fra, hvorfor man spiser den type mat og lignende.

4.2 Bærekraftig utvikling

For at barn skal utvikle en forståelse for hvordan de skal ta vare på naturen og få en forståelse av hvordan de kan ivareta mennesker, naturen og jorda trenger barna gode rollemodeller som innehar kunnskap om akkurat dette. Rollemodellene må ha gode bærekraftige verdier og holdninger, og videreformidle disse til barna. Disse verdiene og holdningen kan videreformidles gjennom samtaler, men også gjennom handlinger. (Folkelig og Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet, 2023).

I dette delkapitlet går jeg nærmere inn på hva mine informanter forteller om de fire dimensjonene av bærekraft. Som nevnt tidligere går de forskjellige dimensjonene ut på politisk, økonomisk, sosial og økologisk bærekraft.

Da jeg spurte de to informantene mine om barnehagene deres, hadde kjennskap til «Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen» svarte begge ja. Et av rådene til Helsedirektoratet i deres retningslinjer for mat og måltider i barnehagen er at en miljøvennlig praksis bør tilstrebes med lite matsvinn og ha et mattilbud hvor plantebaserte matvarer og fisk er sentralt. Plantebaserte råvarer kan være for eksempel belgvekster, nøtter, kjerner, grønnsaker, frukt og bær. Helsedirektoratet anbefaler også at vi spiser mindre rødt kjøtt og mer fisk. (Lekhal et al., 2019, s. 42)

Informant 1:

“Vår kokk legger opp til en variert meny, der barna får smakt på mye forskjellig. Det er ikke fokus på rent plantebaserte måltider, men det er mye rene råvarer som fisk, grønnsaker og linser. Lages det supper lages disse fra bunnen av, ikke med ultra-prosesserte ferdigprodukter som f.eks. fra Toro.”

Informant 2:

“Vår matleverandør forteller at deres matkonsept er bygget på ekte og ren mat fra lokale produsenter. Jeg opplever at deres mat er næringsriktig og varierte med gode råvarer som ren fisk og grønnsaker.”

Mine informanter er begge to opplyste om hva som Helsedirektoratet anbefaler oss å spise og at de har et fokus og har en god formidlingsevne på dette. I teorikapittelet om barnehagemåltidet og matglede henviser jeg til heftet "Matjungelen". Der skrives det at ved at man lager mat sammen med barna og har måltidsaktiviteter vil det også være naturlig å sette fokus på hvor maten kommer fra, og det vil også være større sannsynlighet for at barn smaker på nye råvarer, når de har vært med på å tilberede maten selv. I lys denne teorien og at ingen av de to barnehagene jeg har snakket med lager varmmåltidene selv ser jeg dette som at de mister noe veldig spennende siden barna ikke får delta i matlagingen, noe som kunne vært svært givende for de å delta på. På den andre siden er det ikke en pedagogisk leders jobb å lage varmmat til en stor avdeling flere ganger i uka, og skulle man gjort dette ville man vært nødt til å sette av mye tid og ressurser for å få gjennomført det. Dette er tid og ressurser man nå bruker på andre pedagogiske aktiviteter.

Barnehagene viser god forståelse gjennom intervjuet for hva som er et ernæringsmessig bra kosthold. På den andre siden får jeg inntrykket av at det er pengene som rår, altså økonomien til barnehagen og at det er budsjettet som setter en stopper for å bedre mattilbudet, ved å for eksempel handle mer økologiske produkter som vi vet inneholder mindre sprøytemidler, eller å handle hos lokale forhandlere som ikke har sluppet ut mye klimagass ved blant annet transport. Det samme gjelder matvarer som ikke er ultra-prosesserte og dermed inneholder renere råvarer, men ofte har kortere holdbarhetsdato.

Informant 1:

"Vi har foreldrefinansiert mat i barnehagen og dette er det som gjør at vi kan ha kokk. Skulle vi brukt økologiske matvarer ville vi priset oss ut av denne løsningen, da jeg opplever at økologisk mat er mye dyrere."

Informant 1 har en forklaring på hvorfor barnehagen har valgt å ikke bruke av budsjettet sitt på økologiske matvarer. Om de kunne prioritert annerledes for å få råd til økologiske matvarer er vanskelig å si. Det er som Bere og Øverby skriver i boka "Om mat og ernæring", utfordrende å ta hensyn til alle de forskjellige faktorene (transport, foredling, handel, lagring og tilberedning) som påvirker vårt klimagassutslipp.

Helsedirektoratet anbefaler å nøye planlegge matinnkjøp for å hindre matsvinn. De anbefaler også å handle sesongbasert. (Lekhal et al., 2019, s. 42) I barnehagen til informant 1 er det

kokken som står for å handle inn mat og her kan de ansatte skrive på ei liste hvis de ser at det er tomt for noen basisvarer. I barnehagen til informant 2 er det en fagarbeider som har hovedansvaret for å bestille mat. Siden de har varmmat-levering fra et lokalt firma, slipper de å handle inn til disse måltidene. Er det noe ekstra de trenger til en spesiell anledning, for eksempel må de høre med styrer om de får lov, for så å gi beskjed til den ansvarlige for matbestillingen. Ved å ha denne løsningen mener jeg de får et mindre matsvinn og god kontroll over matvarebeholdningen i barnehagen, og dermed har god mulighet til å bruke opp alt før det for eksempel går ut på dato. Informant 2 forteller også at de er opptatte av å bruke opp matrester ved å for eksempel lage krutonger av brødrester eller å fryse ned overmoden banan og bruke det til smoothie senere. Her viser informant 2 å ha et bevisst forhold til matsvinn og gjør dette på en måte som kommer barna til gode ved at de kan få servert gode måltider senere ved bruk av det som ellers ville vært kastet i matavfallet.

5.3 Økologisk håndtrykk vs. fotavtrykk

Begrepet økologisk fotavtrykk er et ofte brukt mål på hvor stor virkning menneskelige aktiviteter har på jordens økosystem. (Hofstad, Andersen, Halleraker, 2021). Begge mine informanter ga uttrykk for at de ikke hadde hørt om økologisk fotavtrykk, før jeg sendte de intervjuguiden. Begge fortalte at da de fikk intervjuguiden måtte de google begrepet. Ved spørsmålet om barnehagen har fokus på økologisk fotavtrykk, svarte begge at nei, det har de ikke.

Utfører man handlinger som aktivt går inn for å spille på lag med naturen, som f.eks. å lage en økologisk kjøkkenhage i barnehagen bidrar man til at barna får kjennskap til en bærekraftig praksis og samspill med naturen. (Bjørndal, 2019, s. 110). Denne typen handlinger som aktivt går inn for å spille på lag med naturen kan kalles for økologiske håndavtrykk. Når det er snakk om økologiske håndavtrykk har vi fokus på hva vi kan gjøre for jorden i stedet for fokus på hvordan vi belaster jorden gjennom forbruket vårt og det som kalles for økologisk fotavtrykk. (Bjørndal, 2019, s. 110).

Informant 1:

Vi driver med kompostering i barnehagen, dette startet vi med for rundt 10 år siden. Nå er det barna som går rundt på avdelingene og henter matavfall og sammen med en voksen håndterer komposteringen.

Informant 2:

Vi sår poteter og gulrøtter om sommeren! Frø er jo mye billigere enn å kjøpe grønnsaker. Ved å så frø og dyrke grønnsaker i barnehagen kan de større barna få en viss innsikt i verdien av arbeid og penger.

Den økologiske dimensjonen av bærekraft er svært tydelig i et dyrkningsprosjekt. Her får barna nærkontakt med naturens kretsløp, fra frø og jord til mat på bordet. Det samme gjelder hvis man anlegger en komposthaug. (Bjørndal, 2019, s. 110). En komposthaug vil gi barna innsikt i nedbrytere naturlig omdanner planterester og matrester til jord igjen. Og ved å bruke kompostjorden til å f.eks. plante noe kan barna være med å se og lære hvordan man kan påvirke planters vekst ved å vanne, gjødsle og eventuelt luke ugress. (Bjørndal, 2019, s. 110).

Begge informantene fortalte om handlinger barnehagen gjør som spiller på lag med naturen og lar barna få kjennskap til et samspill med menneske og natur. De knyttet dette opp mot at barnehagen gjør noe bærekraftig sammen med barna, men koblet det ikke opp mot den økologiske bærekraften. Disse handlingene er en god vei mot en mer bærekraftig praksis og dette er veldig positivt, men på den andre siden kan det også være nødvendig med et bevisst forhold til hva man faktisk holder på med, hvorfor man gjør det og hvilke ringvirkninger det kan få. Det å lage grønnsakshage tror jeg vil være både svært spennende for barna, men for å få den fulle effekten av å lære hvordan vi tar vare på våre ressurser, men også legger til rette for at neste generasjon skal få nytte godt av de samme ressursene må vi snakke om det, diskutere og berike hverandres tankesett og holdninger.

5.4 Den voksnes rolle

I teorikapittelet og delen om barnehagemåltidet og matglede trekker jeg frem hva Rammeplanen løfter frem i kapittelet "kropp, bevegelse, mat og helse" nemlig at det handler at barna skal få oppleve matglede, matkultur og fellesskapsfølelse. Gjennom analysen av intervjuet opplever jeg at begge mine informanter er meget opptatte av dette aspektet av måltidet, nemlig at barna skal få være del av et fellesskap og at det skal være stunder preget av glede og positive følelser. I det samme kapittelet setter jeg fokus på at det å lage mat sammen med barna er en både morsom og god pedagogisk aktivitet som lar barna utforske, mestre og få nye erfaringer.

Jeg stilte spørsmålet “Hvilken rolle har de voksne før og under måltidet?”.

Informant 1:

“Veldig viktig! Jeg har stort fokus på at overgangen skal være så sømløs som mulig før måltidet. Under måltidet prøver vi voksne å sette oss strategisk og har fokus på å gi diskre veiledning til de som trenger det.

Informant 2:

«Vi voksne prøver å ha tid til å sitte mest mulig sammen med barna under måltidene. For å få til dette må vi ha god organisering på forhånd. Jeg tror det er viktig for barna å se at også vi smaker på maten som blir servert».

Informant 1 forteller at de har et særlig fokus på at barna de opplever trenger diskre veiledning. Ved å kjenne barnegruppa si godt kan man vite hvilke barn dette er basert på tidligere erfaringer. På den andre siden er det viktig å se alle barna og ikke gi alt fokus på noen enkeltbarn. Jeg opplever derimot gjennom intervjuet at ved å ha denne diskre veiledningen legger den pedagogiske lederen til rette for et godt barnefellesskap og kan også legge til rette for flere forskjellige sammensetninger av barn, så man kan bli kjent på tvers av vennskapene som allerede er til stede, og ingen havner utenfor.

Tidligere nevnte jeg at Langholm og Tuset mener at gode rammer rundt måltidet vil bidra til at det blir en positiv opplevelse for både barn og voksne. Jeg mener at det under intervjuet kommer det frem at de pedagogiske lederne jeg har pratet med begge har en forståelse for hva som skal til for å skape et godt måltid og streber etter at barna skal få gode følelser knyttet til mat og måltider. Et eksempel på dette er at informant 2 påpekte at man i barnehagen bidrar stort til hvilket forhold barna får til mat, derfor er det et stort ansvar å jobbe for at de ikke skal få opplevelser som kan påvirke negativt i senere tid. Dette kan for eksempel være å bli tvunget til å spise opp skorpa eller at man må spise opp alt man har forsynt seg med.

Informant 1:

Vi opplever at ved å la barna forsyne seg selv når det er varme måltider blir det et mye mindre matsvinn. Vi har troen på det kompetente barnet!

Når barna deltar i matlagingen øker sannsynligheten for at de spiser maten. Dette er et grep som kan være med å bidra til mindre matsvinn, redusere klimagassutslipp og samtidig utvikler barna mot til å smake på nye råvarer og sammensetninger av råvarer. (Folkelig og Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet, 2023).

Barn er ofte nysgjerrige og stiller spørsmål om maten de blir servert. Spørsmålene kan være alt fra «hva er fiskekaker laget av» til «hvor kommer bananer fra?». Når barna stiller disse spørsmålene, får vi en ypperlig anledning til å finne svarene sammen. Ofte kan man gjennom å ta turen ut i nærmiljøet og naturen finne svar på mange av spørsmålene som handler om mat. Ifølge Matjungelen kan økt forståelse for hvor maten kommer fra, og at alle årstidene gir oss ulike råvarer bidra til økt matglede og matkompetanse. (Folkelig og Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet, 2023). Gjennom hele intervjuet viser både informant 1 og informant 2 at de er opptatt av det å samtale med barna rundt måltidet, lære nye begreper og å skape et godt psykososialt klima. Da dette viser seg å ikke være et bevisst valg med tanke på den sosiale og kulturelle dimensjonen av bærekraft, kan man tolke det hen at det er viktig å øke forståelsen og kunnskapen til de ansatte i barnehagen. Rammeplanen blant annet bør gjøre det enda mer tydelig hva bærekraftig utvikling er og de fire dimensjonene, og på denne måten kan personalet skaffe seg mer av den kunnskapen de trenger for å bidra til barns læring og utvikling innenfor dette feltet.

Barnehagebarn tilbringer mye av sin våkne tid i barnehagen. Personalet i barnehagen har et ansvar å fylle denne tiden med pedagogisk innhold, omsorg, glede og opplevelser. Rammeplanen påpeker at barnehagebarn skal få gode naturopplevelser og kjennskap til naturens mangfold. På bakgrunn av dette er det viktig at de ansatte er bevisst sin rolle rundt barnas opplevelser og læringsprosesser i naturen og er gode forbilder som er både aktive og tilstedeværende. (Bjørndal, 2019, s. 116).

De pedagogiske lederne har etter min analyse av datamaterialet ikke så mye de skulle sagt når det kommer til hvilken mat barnehagen serverer. Dette går gjennom styrer og FAU som bestemmer hvilken måltidsløsning de skal gå for, som for eksempel kokk, bestille utenfra eller at personalet må lage all maten selv. Dette handler nok mye om økonomien til barnehagen og hvordan styreren disponerer budsjettet.

5.0 Avslutning

I arbeidet med denne bacheloroppgaven hadde jeg som mål å få en større innsikt i hvordan barnehager jobber med bærekraft i måltidsituasjoner. Jeg var spent på om de hadde fokus på alle de fire dimensjonene av bærekraft, eller om det er noe som skiller seg ut i større grad. For at jeg skulle få innsikt i dette intervjuet jeg to pedagogiske ledere i to forskjellige barnehager. Med forskerbrillene på har jeg fått innsikt i deres synspunkter og erfaringer på bærekraft og måltidet som arena for noe større enn å bare spise mat.

I forkant av begge intervjuene var de to informantene begge usikker på om de hadde noe å bidra med innenfor temaet bærekraft. Gjennom denne forskningsprosessen erfarer jeg at begge barnehagene har et ubevisst forhold til bærekraft, og hva de gjør for å bidra til en bærekraftig utvikling i samfunnet og å skape gode holdninger hos barna.

I problemstillingen min spør jeg "Hvilket fokus har barnehager på bærekraft i mat - og måltidsituasjoner?"

Mine funn viser at begge barnehagene fokuserer på bærekraftige løsninger innenfor mat og måltid som kommer barna til gode, spesielt innenfor økologisk og sosial bærekraft.

Den kommunale barnehagene driver som nevnt tidligere med kompostering som barna får bidra med blant annet. Den private barnehagen lager grønnsakshage på våren/sommeren der barna får hjelpe til å så, vanne og etter hvert smake. Disse to aktivitetene er begge gode brobyggere til samtaler som klima og miljø, og hvordan vi må minske klimagassutslippene våre for å legge til rette for gode holdninger med tanke på å møte nåværende behov uten å redusere muligheten for fremtidige generasjoner å dekke deres behov. Selv om disse aktivitetene er «små» i det store verdensbildet, er det med på å starte tankeprosesser, skape holdninger og interesse for å tenke bærekraftig og dette er noe barna forhåpentligvis vil ta med seg videre.

Konklusjonen min etter denne undersøkelsen er at sosial bærekraft er det som troner høyest på prioriteringslista i barnehagen, dette på tross av at informantene ikke hadde et bevisst forhold til begrepet sosial bærekraft. Barnehagene hadde fokus på å danne holdninger og verdier som

likeverd, toleranse og respekt mot alle mennesker og kulturer, som rammeplanen bekrefter at barnehagene skal gjøre. De ønsket at barna skulle få være seg selv, hevde seg, mestre, få matglede og oppleve gode samtaler rundt matbordet.

Da dette er en kvalitativ undersøkelse, med kun to informanter kan ikke mine funn generaliseres, men det kan tenkes at et lignende funn kan bli gjort i også flere barnehager.

6.0 Litteraturliste

Bere, E & Øverby, N. C. (2011) *Om mat og ernæring*. Høyskoleforlaget.

Bergsland, M. D. (Red.). (2018) *Bacheloroppgaven i barnehagelærerutdanningen*. Cappelen Damm Akademisk.

Bjørndal, K. E. W. (Red.). (2019) *Bærekraft i praksis i barnehagen*. Universitetsforlaget

Dalen, M. (2013). *Intervju som forskningsmetode: en kvalitativ tilnærming*. (2.). Universitetsforlaget.

FN-sambandet., Rudi, I. B. (2021, 20. mai). *FNs bærekraftsmål og de ulike dimensjonene*. NDLA

<https://ndla.no/article/31408>

FN-sambandet. (2018). *Økologisk fotavtrykk*. FN.

<https://www.fn.no/Statistikk/oekologisk-fotavtrykk>

Helsedirektoratet. (2021, 4. mai) *Mat og måltider i barnehagen*.

<https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/mat-og-maltider-i-barnehagen/anbefalinger-for-mat-og-maltider-i-barnehagen>

Hofstad, K., Andersen, G. & Halleraker, J.H. (2021, 16. august). *Økologisk fotavtrykk*. Store norske leksikon.

https://snl.no/%C3%B8kologisk_fotavtrykk

Langholm, G. & Tuset, E. H. (2021). *Matglede i barnehagen* (2). Fagbokforlaget

Larsen, A. K. (2017). *En enklere metode: Veiledning i samfunnsvitenskapelig forskningsmetode*. (2.). Fagbokforlaget.

Lekhal, S., Slapø, H., Lekhal, R. & Drygli, M. B. (2019). *Kosthold og fysisk helse*. Cappelen Damm Akademisk

Meld. St. 19. (2015-2016). (2016). Melding til Stortinget – Tid for lek og læring – Bedre innhold i barnehagen. Lastet ned fra:

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-19-20152016/id2479078/?ch=1>

Nilssen, V. (2012). *Analyse i kvalitative studier: Den skrivende forskeren*.

Universitetsforlaget

Sølvberg, E., Kristoffersen, E. & Mortensen, G-A. (2018, 10. august). *Sosialiseringsarenaer*. NDLA.

<https://ndla.no/nb/subject:1:56ea35da-73d9-431f-a451-19f24f564f59/topic:1:5851b59b-7814-4724-bc84-192e1d2b5eca/topic:1:dda88c29-1165-4b49-964a-bbfd5976bfd/resource:1:54126>

Personopplysningsloven. (2016). Lov om behandling av personopplysninger (27. april 2016, 2016/679). Lovdata.

https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2018-06-15-38/KAPITTEL_gdpr-1#gdpr/a4

Utdanningsdirektoratet, (2021) *Fakta om barnehager 2021 - Barn, barnehager og ansatte*.

UDIR.no

<https://www.udir.no/tall-og-forskning/statistikk/statistikk-barnehage/analyser/fakta-om-barnehager/tall-om-barnehagen/> hentet 9/3- 2023

Utdanningsdirektoratet (2017) *Rammeplan for barnehagen*. Hentet fra:

<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/rammeplan-for-barnehagen/>

<https://barnehage.matjungelen.no/tema/maltidsglede/>

Vårdal, L. (2019, 17. juni). *Sosiale roller og normer*. NDLA.

<https://ndla.no/nb/subject:1:fb6ad516-0108-4059-acc3-3c5f13f49368/topic:1:e47486fd-1c96-4e58-a0a2-d520d3950013/topic:1:de2d7261-34d9-4b8c-b3dc-10ee6552432b/resource:1:185417>

7.0 Vedlegg

7.1 Vedlegg 1: Intervjuguide

Intervjuguide

Innledende spørsmål

- Utdanningsbakgrunn, alder og stilling
- Hvor lenge har du hatt denne stillingen og hvor lenge har du jobbet i denne barnehagen?

Måltidet generelt

- Beskriv hvordan gjennomføringen av de forskjellige måltidene i barnehagen er og hvordan det organiseres
- Hvorfor har barnehagen valgt denne ordningen?
- Hva slags mat og drikke serveres til de forskjellige måltidene?
- Hvor ofte serveres det plantebasert, fisk og sjømat?
- Snakker dere med barna om kosthold? Får de bidra i måltidssituasjonene og evt. Hvordan?

Bærekraft

Politisk

- Hvilke retningslinjer følger barnehagen mtp. maten som serveres og hvordan måltidene blir lagt opp?
- Har barnehagen kjennskap til retningslinjene for mat og måltider i barnehagen? Er dette noe barnehagen jobber med? Evt. hvordan?

Økonomisk

- Hvem har ansvaret for å bestille mat til barnehagen?

- Hvordan er handlingsrommet for hva som kan bestilles av pålegg, frukt/grønnsaker og evt. Annen type mat?

Sosialt

- Hva tenker du om måltidene som en sosialiseringsarena?
- Hvilken rolle har de voksne før og under måltidene?
- Hvordan tenker du/dere om å utjevne sosiale forskjeller i barnehagen?

Økologisk

- Hvordan er barnehagens fokus på matsvinn?
- Hvordan fokuserer dere på å lære barna om å ivareta naturen og arts mangfoldet vi har?

1.2 7.2 Vedlegg 2: Samtykkeerklæring



DronningMaudsMinne
HØGSKOLE FOR BARNEHAGELÆRERUTDANNING

Vil du delta i bachelorprosjektet «Bærekraftige måltid i barnehagen»?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et bachelorprosjekt hvor formålet er å undersøke barnehagens fokus på bærekraft i måltidsituasjonene. I dette skrivet gir jeg/vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Formålet med dette prosjektet er å få en dypere innsikt i hvordan forskjellige barnehager tenker om og hvordan de fokuserer på bærekraft i barnehagens måltidsituasjoner. Temaet bærekraftig utvikling blir bare mer og mer viktig og derfor er jeg nysgjerrig på hvordan dette påvirker barnehagehverdagen.

Problemstillingen for bachelorprosjektet mitt er «Hvilket fokus har barnehager på bærekraft i måltidene?»

I intervjuet kommer jeg til å stille spørsmål som går inn på de fire forskjellige dimensjonene av bærekraftig utvikling: politikk, sosiale forhold, økonomiske forhold og klima og miljø.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning er ansvarlig for prosjektet.

Hva innebærer det for deg å delta?

Hvis du ønsker å delta i dette prosjektet innebærer det for deg å delta i et intervju. I dette prosjektet bruker jeg kvalitativ metode. Intervjuet vil ha en varighet på ca. 60 minutter. Det vil ikke bli foretatt optak av samtalen, den skrives ned underveis.

Om det er ønskelig er det mulig å få tilsendt intervjuguide på forhånd. Denne viser rammene for hva jeg ønsker å snakke om, men det vil bli stilt oppfølgingsspørsmål underveis, så jeg er sikker på at jeg forstår deg riktig.

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

Prosjektet skal avsluttes 28. april.

Med vennlig hilsen
Sara Hagen Myrnes

Veileder:

Student:

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «*bærekraftige måltid i barnehagen*»..
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.