

Måltid i barnehagen

”Hvordan påvirker den frie dagsrytmen måltidsituasjonene i NN barnehage?”

Therese Stave Veslehaug

Kandidatnummer: 8008

**Bacheloroppgave
BNBAC3900**

Trondheim, 03.05.2018

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

Jeg vil gjerne sende en takk til mine to gode veiledere, Marit Heldal og Anne Holla Sivertsen, for nyttig og konstruktiv veiledning i forbindelse med denne bacheloroppgaven. Jeg vil også takke så mye til informanten som tok seg tid til et intervju og ville dele sine erfaringer og opplevelser. En takk skal også sendes til barnehagen som lot meg få gjennomføre denne forskningen og for at jeg fikk komme på besøk å observere deres barnehagehverdag.

Innholdsfortegnelse

1.0 Innledning	s. 3
2.0 Metode	s. 4
2.1 Valg av innsamlingsstrategi	s. 4
2.2 Analyse av data	s. 6
2.3 Metodekritikk	s.7
2.4 Etske retningslinjer	s. 7
3.0 Teori	s. 8
3.1 Måltidet som sosialiseringsarena	s. 9
3.2 Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen	s. 10
3.3 Måltidet – en arena for barns medvirkning	s. 11
3.4 De voksnes rolle ved måltidene	s. 12
4.0 Datamateriale og drøfting	s. 14
4.1 Måltidet som sosialiseringsarena	s. 14
4.2 Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen	s. 16
4.3 Måltidet – en arena for barns medvirkning	s. 18
4.4 De voksnes rolle ved måltidene	s. 21
5.0 Avslutning	s. 24
Vedlegg	
Intervjuguide	s. 29
Samtykkeskjema	s. 31

1.0 Innledning

I dagens samfunn er det et økende fokus på mat og kosthold, og helse generelt er et blitt et mye omdiskutert tema. Vi får ofte høre at mange spiser feil mat og for mye av denne, i tillegg til at måltider har blitt noe vi ofte gjør underveis i en hektisk hverdag. Derfor mener jeg det er viktig at barn fra tidlig alder lærer om riktig og sunn mat og at de i tillegg får gode opplevelser knyttet til måltidsituasjoner. En måltidsituasjon skal være en hyggelig stund for barnet som igjen fører til at man er god og mett (Lassen og Rødbotten, 2010, s.95). Helsedirektoratet har utarbeidet et hefte som omhandler retningslinjer for mat og måltider i barnehagen. Her kommer det frem ulike punkter som barnehagen bør legge til rette for, slik at barna får gode og positive erfaringer med måltidene i barnehagen. Disse retningslinjene kommer jeg også tilbake til senere i oppgaven. Som det trekkes frem i stortingsmeldingen *Tid for lek og læring – bedre innhold i barnehagen*, har ikke måltidene bare en ernæringsmessig verdi, men de har også som hensikt å utvikle barnas sosiale kompetanse, kultur forståelse, og kunnskaper og holdninger knyttet til mat og drikke (Meld. St. 19, (2015-2016), 2016, s.41).

Mitt tema for denne bacheloroppgaven er måltid i barnehagen. Jeg ønsker aller først å presentere mine valg av metoder og vil beskrive fremgangsmåten jeg har benyttet meg av. Videre vil den aktuelle teorien bli belyst. Dette etterfølges av at datamaterialet blir presentert og drøftet i lys av den aktuelle teorien. Gjennom mine praksisperioder har jeg opplevd at måltidene har hatt en sentral rolle i det pedagogiske arbeidet og måltidene har hatt sine faste tidspunkter gjennom hele dagen. I forbindelse med denne bacheloroppgaven har jeg gjort en undersøkelse i NN barnehage som praktiserer en fri dagsrytme. Her blir ikke måltidene styrt av klokken og dermed kan barna selv bestemme når de ønsker å spise mat. Jeg var svært nysgjerrig på hvordan dette fungerte i praksis, hvordan barnehagen organiserte hverdagen og hvordan det igjen påvirket måltidsituasjonene til barna. Min problemstilling lyder dermed som følger:

”Hvordan påvirker den frie dagsrytmen måltidsituasjonene i NN barnehage?”

2.0 Metode

Metoden er det redskapet vi bruker når det er noe vi vil undersøke. Metoden hjelper oss til å samle inn data, som vil si den informasjonen vi trenger til undersøkelsen vår. Det finnes mange ulike metoder for å samle inn data, men man skiller gjerne mellom to hovedtyper; kvantitative og kvalitative metoder. Med utgangspunkt i min problemstilling var det mest relevant for meg å velge en kvalitativ metode. Grunnen til dette var at jeg ville få tak i intervjupersonens tanker, meninger og opplevelser knyttet til måltidsituasjonene i barnehagen i forbindelse med den frie dagsrytmen (Dalland, 2012, s.112). I tillegg til å gjøre intervju, valgte jeg også å gjøre observasjoner i barnehagen en hel dag. Ved å kombinere disse metode ville jeg sikre meg en større forståelse av barnehagens praksis og på den måten få et utvidet og bredere datamateriale.

2.1 Valg av innsamlingsstrategi

Intervju

På bakgrunn av min problemstilling valgte jeg intervju som en av innsamlingsmetodene. Dalland hevder at samtalen er det viktigste redskapet man har i arbeidet med andre mennesker. Videre forklarer han at det kvalitative forskingsintervjuet har som formål å få tak i intervjupersonens egen beskrivelse av den livssituasjonen han eller hun befinner seg i (Dalland, 2012, s.151-153). På bakgrunn av dette mente jeg at et intervju med pedagogisk leder kunne gi meg mye informasjon om det jeg ville undersøke, siden temaet mitt i stor grad berører informantens hverdag i barnehagen. Formålet med et intervju er å besvare spørsmål som hva, hvorfor og hvordan. Et intervju kjennetegnes ved at en person, intervjueren, stiller spørsmål til en annen person, intervjupersonen, som svarer på spørsmålene. Svarene blir gitt i muntlig form og det er intervjueren har som ansvar å registrere svarene. Dette kan gjøres skriftlig eller enda bedre ved hjelp av lyd/båndopptaker (Løkken og Søbstad, 2003, s.96).

Intervjuguide

I forkant av intervjuet utarbeidet jeg en intervjuguide med de spørsmålene jeg ønsket å stille informanten, kategorisert i ulike emner. Bergsland og Jæger (2016, s.71) forklarer at en intervjuguide skal inneholde de emnene som det skal snakkes om i intervjuet, i tillegg til hvilken rekkefølge de skal ha. Intervjuguiden lages med utgangspunkt i problemstillingen og de temaene som skal belyses. Jeg sendte min intervjuguide til informanten på forhånd, slik at også hun kunne sette seg inn i de ulike temaene og på den måten stille forberedt til intervjuet.

Jeg var opptatt av å formulere spørsmålene mine så åpne som mulig, slik at informanten kunne fortelle det hun ønsket i den graden hun ønsket. Generelt kan man si at de gode spørsmålene er de som er åpne og som gir informanten mulighet til å reflektere og fortelle om sine opplevelser og erfaringer som det blir spurt om (Bergsland og Jæger, 2016, s.72).

Valg av informanter

Da jeg skulle velge informanter til intervjuet, hadde jeg to alternativer som kunne være aktuelle. Den ene var pedagogisk leder og den andre var styrer. Jeg var inne på tanken å gjøre et intervju med begge, men til slutt falt valget på pedagogisk leder. Grunnen til dette var med tanke på at pedagogisk leder tilbringer mye mer tid på avdelingen og sammen med barna. Jeg var opptatt av å få frem ulike sider ved denne ordningen knyttet til måltidene og mente derfor at pedagogisk leder var den som var mest hensiktsmessig å gjøre intervjuet med. Dersom jeg hadde valgt begge to eller flere, ville jeg fått et enda bredere datamateriale. På den måten er dette en svakhet i denne undersøkelsen, noe jeg kommer tilbake til i kapittelet om metodekritikk.

Gjennomføring av intervju

Da jeg skulle gjennomføre intervjuet lot jeg informanten bestemme når og hvor dette skulle gjennomføres. Siden jeg var fleksibel i forhold til dette falt valget på hjemme hos informanten, noe som også ble naturlig siden vi er bekjente. Jeg mener at dette var en stor fordel, med tanke på at vedkommende kunne føle seg mer trygg og ha lettere for å åpne seg og snakke om de ulike temaene under rolige og kjente omgivelser. Under selve intervjuet hadde jeg intervjuguiden ved siden av meg og brukte denne som en veileder gjennom samtalen. I tillegg brukte jeg lydopptaker for å sikre at all informasjon ble ivaretatt. På den måten kunne jeg også ha øyekontakt og fokuset mitt på informanten stort sett hele tiden.

Observasjon

I forbindelse med innsamlingen av datamaterialet, valgte jeg å gjennomføre både intervju og observasjon. Grunnen til dette var for å få et helhetlig bilde av barnehagens praksis, både i form av det muntlige som et intervju gir og min egen opplevelse av å se og være til stede i barnehagen en hel dag. Dalland (2012, s.185) forklarer at intervju og observasjon henger nært sammen som metoder, og dersom man bruker dem på en god måte, kan de være med på

utfylle hverandre. Ved å kombinere disse to metodene kan observasjon for eksempel gi nødvendige forutsetninger for intervjuet og motsatt kan intervjuet bidra til å utfylle det bildet som observasjonen gir. Ved å benytte meg av observasjon som metode kunne jeg selv få et innblikk i og en utvidet forståelse for hvordan barnehagen organiserer og gjennomfører ordningen med den frie dagsrytmen og hvordan dette påvirker måltidene til barna. Da jeg skulle gjennomføre observasjonen falt valget mitt på en ustrukturert observasjon. Selv om det kanskje høres uforpliktende ut, kan det være et svært nyttig verktøy for å innhente informasjon. På forhånd bestemmer man seg for hva man skal se etter og dermed er man mer åpen og ser med friske øyne. Kanskje dukker det opp noe ekstra interessant og vi stille spørsmål ved dette, som for eksempel ”hvorfør er det slik..?” og ”hva er det som gjør at..?” (Dalland, 2012, s.194). Når man skal gjøre observasjoner er det viktig å ta notater fortløpende. Man ser noe som er relevant eller interessant og skriver det ned med gang, da man har det ferskt i minnet. Dette er for å få en fyldig og korrekt beskrivelse av det man observerer (Larsen, 2017, s.108). Målet mitt med denne observasjonen var å få et så riktig bilde som mulig av hvordan barnehagen organiserer og gjennomfører måltidene i tråd med den frie dagsrytmen.

2.2 Analyse av data

Etter at intervjuet og observasjonen var gjennomført, gjorde jeg en transkripsjon av intervjuet. Jeg brukte lydopptakeren og skrev ned det som ble sagt, så likt som mulig. Jeg valgte å oversette fra informanten sin dialekt og over til bokmål. På grunn av at jeg selv snakker samme dialekt, var jeg sikker på at det ikke var noen fare for å mistolke eller omskrive noe feil. Etter at intervjuet var transkribert, gjennomførte jeg en analyse av datamaterialet. Dalland (2012, s.144) forklarer at en analyse vil si et granskningsarbeid der utfordringen er å finne ut av hva materialet har å fortelle. Jeg startet med å lese gjennom intervjuet flere ganger. Deretter bemerket jeg meg noen temaer som var mest relevante i forbindelse med min problemstilling og som jeg syntes var svært interessante. Videre tok jeg informanten sine utsagn om hvert tema og organiserte disse under hver sin kategori. På den måten ble det oversiktlig hva informanten hadde snakket om i forbindelse med de ulike temaene. Det samme gjorde jeg også med mine egne observasjoner fra barnehagen. Disse hovedtemaene ble grunnlaget for det videre arbeidet med drøfting.

2.3 Metodekritikk

Validitet

I forskning handler validitet om relevans eller gyldighet. Det vil si i hvilken grad vi undersøker det vi skal undersøke og om datainnsamlingen er relevant for problemstillingen (Larsen, 2017, s.93). Dette betyr at datamaterialet skal gi svar på det problemstillingen spør om. Det er også svært viktig at oppgavens tema belyses i problemstillingen, noe jeg absolutt har tatt sikte på i utformingen av min problemstilling. I selve intervjuet er det viktig at respondentene gir så riktige og korrekte svar som mulig. Da jeg skulle utarbeide mine spørsmål til intervjuet, ville jeg sikre meg gode spørsmål som belyste problemstillingen i tillegg til at spørsmålene skulle være åpne for å gi informanten mulighet til å svare så utfyllende som mulig. I en intervjustudie utgjør informantens egne ord og fortellinger hovedtyngden av det materialet som skal danne grunnlag for analyse, tolkning og drøfting. Derfor er det viktig at det informanten sier blir så fyldig og relevant som mulig. Validiteten styrkes da ved at intervjueren stiller gode spørsmål som gir informanten mulighet til å komme med innholdsrike og fyldige uttalelser (Dalen, 2011, s.97).

Relabilitet

Larsen (2017, s.95) forklarer at relabilitet i forbindelse med kvalitative undersøkelser handler om troverdighet. I forbindelse med intervju som innsamlingsmetode, kan for eksempel informanten påvirkes av situasjonen eller at personen sier det han eller hun tror at intervjueren ønsker å høre. På den måten blir troverdigheten mindre. En utfordring i mitt tilfelle er at jeg kun brukte en informant i forbindelse med denne undersøkelsen. Dette gir en smalere datainnsamling, som igjen er med på å svekke relabiliteten. Jo flere informanter som er involvert desto høyere blir relabiliteten. I min undersøkelse må jeg derfor ta stilling til det informanten sier og forholde meg til det. Samtidig har jeg også benyttet meg av observasjon som metode og dette er noe som igjen er med på å øke relabiliteten ved at jeg kan knytte disse to metodene opp mot hverandre.

2.4 Etiske retningslinjer

Når man skal gjennomføre et forskningsprosjekt er viktig at man tar hensyn til ulike etiske retningslinjer. Hensikten med disse er å ivareta personvernet og sikre troverdigheten av forskningsresultatene (Dalland, 2012, s.95). I forbindelse med min bacheloroppgave var det

viktig for meg å overholde de etiske retningslinjene, og jeg la spesielt vekt på informert samtykke og konfidensialitet.

Informert samtykke

I forbindelse med intervjuet jeg skulle gjennomføre, skrev jeg et samtykkeskjema som informanten måtte skrive under på. En person som blir spurt om å delta i et forskningsprosjekt, står helt fritt til å velge om han eller hun ønsker å delta. Den som gjennomfører undersøkelsene må også understreke at vedkommende har rett til å trekke seg, når som helst (Dalland, 2012, s.105). I samtykkeskjemaet presiserte jeg at alt skulle være anonymt og at intervjupersonen hadde rett til å trekke seg dersom det skulle være ønskelig. I tillegg fikk informanten vite hvordan datamaterialet skulle bli brukt og hva som var hensikten med undersøkelsen.

Konfidensialitet

Som forsker er det viktig at man overholder alle regler for konfidensialitet. I forbindelse med min undersøkelse skal jeg utelukke alle navn og opplysninger som kan føre tilbake til de personene som er involverte. Dalen (2011, s.101) påpeker at de som stiller som frivillige i forskningsprosjekt, har krav på at all informasjonen de gir om personlige forhold, blir behandlet konfidensielt. Forskeren må hindre bruk og formidling av informasjon som kan skade personene som er involvert. I denne bacheloroppgaven har jeg derfor valgt å erstatte navnet til intervjupersonen med informanten og barnehagens navn er også utelukket.

3.0 Teori

Et måltid handler mer om en situasjon enn om maten i seg selv (Bugge og Døving, 2000, s.39). Bugge og Døving (2000, s.39) refererer til Wood (1995) som definerer et måltid som en anledning der to eller flere personer er samlet, hovedsakelig for å spise. Videre sier de at dagens ulike måltider skiller seg vesentlig fra hverandre både i form og innhold, og fra hverdag til høytider. Vi mennesker blir ofte omtalt som sosiale vesener og måltidene blir gjerne oppfattet som en av de situasjonene der vi bør omgås andre mennesker, fordi måltidet betegnes som en sosial handling (Bugge og Døving, 2000, s.39). I dag ser vi at måltidene i barnehagen handler om så mye mer enn å bare få i seg god og nok mat. Det handler også om at måltidet er en sosial møteplass, at barns medvirkning skal og bør være tatt i betraktning, at retningslinjer bør tas hensyn til og at de voksne også spiller en viktig rolle ved alle måltidsituasjonene.

3.1 Måltidet som en sosialiseringsarena

I vårt samfunn har måltidet fått en viktig oppdragende funksjon (Bugge og Døving, 2000, s.61). Sosialisering i den forbindelse handler om at vi blir dannet fra et biologisk vesen som trenger mat til et samfunnsvesen som skal oppføre seg på en bestemt måte i sosialt samvær. Vi lærer oss hvordan vi skal opptre både før, under og etter et måltid. Bugge og Døving (2000, s.62) hevder at siden vi er så opptatte av å lære barna sosiale tradisjoner og regler ved måltidene, sier det noe om måltidets posisjon i vår kultur. Det viser at vi synes det er viktig å ha fokus på at man skal lære seg og beherske de sosiale normene og at dette er grunnen til at det også dukker opp i rammeplaner og lignende. Videre hevder de at måltidet trenger en struktur eller form, som vil si regler for med hvem, hva, hvor, når og hvordan man kan spise (Bugge og Døving, 2000, s.42). Rammene rundt måltidene i barnehagen har mye å si for hvordan både barn og voksne opplever måltidene. Det kan også påvirke hvor mye mat barna får i seg. Måltidene i barnehagen bør derfor være preget av ro og god tid (Langholm og Tuset, 2013, s.22).

Bjørgen (2009, s.9) mener at det sosiale aspektet ved måltidene i barnehagen er vesentlig for barnas opplevelse av trivsel. Videre trekker hun frem en undersøkelse basert på intervjuer med 36 barnehagebarn i femårsalderen, der hun konkluderer med at det å få velge bordkamerat og det å få sitte sammen med venner, oppleves som svært betydningsfullt for barna. Her kan vi se at betydningen av det å spise sammen med andre er viktig og at måltidet

blir en sosial møteplass for både barn og voksne. I tillegg la barna lagt vekt på tid, samtale, dempet belysning og tenning av lys som positive elementer ved måltidsituasjonene. Videre ble det også lagt vekt på det å få bestemme maten selv, hva som skal spises og hvor mye. Det kan virke som at barna knytter medvirkning og valgfrihet, altså til det å få velge bordkamerat og bestemme hva og hvor mye de skal spise, til trivsel ved måltider (Bjørngen, 2009, s.9).

Andre forskere trekker også frem undersøkelser fra barnehageforskning som gir innblikk i måltidsfellesskap. Blant annet Aasen og Wilhelmsen (2017, s.27) som viser til at nyere forskning påpeker et skille i barns mulighet for læring ved måltidene mellom barnehager som serverer felles lunsj til alle og de som bruker matbokslunsj. Her kommer det frem at det er lettere å oppmuntre barna til å sende til hverandre og dele på maten når den er felles for alle. På bakgrunn av dette kan man si at felles måltider har en positiv effekt når det kommer til barns læring. Ingul (2014, s.288-289) hevder at de daglige aktivitetene med måltider gir trening i både kontakt, samvær, å ta hensyn og å vise oppmerksomhet. Barna får øving i finmotorikk og koordinasjon, samt ulike opplevelser med smak, lukt, farge og form. Videre påpeker hun at måltidene er en arena hvor barna lærer seg å vente på tur, forsyne seg og det å vurdere mengder.

3.2 Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen

Helsedirektoratet (2007, s.7) påpeker at arbeidet med mat og måltider bør forankres i barnehagens årsplan og skal også foregå i nært samarbeid med hjemmet. Helsemyndighetene har utarbeidet et hefte som heter; Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen. Her kommer det frem flere ulike punkter som barnehagen bør ta hensyn til når det kommer til mat og måltider i det daglige arbeidet med barna. Videre hevder de at dersom barnehagen følger disse retningslinjene, vil barna få et mat og måltidstilbud som fremmer helse, trivsel, utvikling og læring.

Retningslinjene består av åtte punkter med ulike budskaper. De sier at barnehagen bør lege til rette for minimum to faste, ernæringsmessig fullverdige måltider hver dag med medbrakt eller servert mat. Videre hevdes det at barnehagen bør sette av god tid til hvert måltid, minimum 30 minutter til å spise, slik at barna får i seg tilstrekkelig med mat. Det skal også være mulighet for å kunne spise frokost i barnehagen for de som ikke har spist hjemme. Retningslinjene sier også noe om antall måltider i løpet av dagen. Barnehagen bør ha maksimum 3 timer mellom hvert måltid. Noen barn, særlig de yngste, kan ha behov for å spise oftere. Det er også fokus

på god hygiene, der retningslinjene sier at barnehagen bør sørge for god hygiene både før og under måltidene, og ved oppbevaring og tilbereding av mat. Barnehagen bør også ivareta måltidenes pedagogiske funksjon, der de voksne tar aktivt del i måltidet, spiser sammen med barna og sørger for et godt fungerende og trivelig spisemiljø. Disse retningslinjene gir klare føringer for at barna skal oppleve mange, gode, læringsrike og hyggelige måltider i løpet av barnehagehverdagen.

3.3 Måltidet – en arena for barns medvirkning

I rammeplan for barnehagen (Rammeplan for barnehagen. Innhold og oppgaver, 2017, s.27) står det at barnehagen skal ivareta barns rett til medvirkning ved å legge til rette for og oppmuntre til at barna kan få gi uttrykk for sitt syn på barnehagens daglige virksomhet. Videre er det presisert at barnehagen skal være bevisst alle barnas uttrykksformer og tilrettelegge for medvirkning på måter som er tilpasset barnas alder, erfaringer, individuelle forutsetninger og behov. Det er personalet i barnehagen som har det etiske ansvaret samt en pedagogisk forpliktelse å ivareta barnets posisjon som subjekt (Torsteinson, 2010, s.108). For å få en større forståelse av hva det vil si at barnet er et subjekt, ønsker jeg å trekke frem Tholin (2015, s.77), som mener at å anerkjenne barn som subjekt vil si at vi forholder oss til den enkelte som et individ, som har rettigheter med hensyn til egne tanker, opplevelser og følelser. Derfor er det viktig at de voksne i barnehagen lytter til barna og er oppmerksomme på deres uttrykk og ønsker når det kommer til planlegging, gjennomføring og vurdering av barnehagens praksis i forhold til måltidene.

Torsteinson (2010, s.109) hevder at dersom det blir lagt mer vekt på regler og rutiner i stedet for barnas ønsker og behov, kan det føre til at barnas rett til medvirkning blir krenket. Hun referer også til Skjervheim (2001) som påpeker at dersom regler, rutiner og kollektiv tilpasning blir en måte å kontrollere barnas behov og ytringer på, slik at måltidet fungerer som de voksne ønsker, kan dette sees på som et angrep på barnets rett til medvirkning. Langholm og Tuset (2013, s.22) trekker frem et eksempel fra Grindland (2012) som mener at noen voksne i barnehagen er redde for såkalte ”alle-vil-situasjoner”. For eksempel er det noen som hindrer barn i gå fra bordet før alle er ferdige med å spise, fordi de er redde for at andre også vil selv om de ikke er ferdige med å spise opp maten sin. Videre kommer et forslag til løsning som er å ivareta frivilligheten, men at barna kan oppfordres til å bli sittende en liten stund til. Det er viktig at de voksne anerkjenner barnets verbale og kroppslige uttrykk, tar dette på alvor og ser det som viktig og relevant.

Torsteinson (2010, s.112) løfter frem noen spørsmål som kan være interessante å stille. Hvem er det som står i posisjon til å vurdere når, hva og hvor mye et barn skal spise? Hvem bestemmer at barnet er sulten eller mett nok? Videre hevder hun at det er viktig å drøfte de voksnes definisjonsmakt, regler og krav i forbindelse med måltidene. På den måten kan man sikre at barnas medvirkning blir tatt i betraktning og at den også kommer til syne i barnehagehverdagen. Ingul (2014, s.290) mener at barnet selv har kompetanse når det gjelder sin egen sult og metthetsfølelse, og mener derfor at barnet bør få bestemme mengden mat det skal spise.

Å rive seg fra gammelt tankegods er også en nødvendighet for realisere barns rett til medvirkning og kan bidra til en mer demokratisk måltidspraksis i barnehagen (Torsteinson, 2010, s.116). Gammelt tankegods tolker jeg som at i denne sammenhengen handler om gammeldags bordskikk, der de voksne hadde fokus på felles måltider hvor de skulle oppdra barna på en riktig og anstendig måte, med mange regler og krav om tilpasning rundt måltidene. Barns medvirkning var nok ikke engang et tema. Dette er noe Nygaard (2007, s.55) også trekker fram når hun beskriver måltids situasjonene hos familier for hundre år siden. Der ble barna lært opp til å være tause, lydige og arbeidsomme. I dag er det nok mange barnehager som fortsatt henger fast ved det gamle og tradisjonelle når det kommer til måltidene i barnehagen. Grunnen til dette er at barnehagen er den type institusjon som den er og de fleste ønsker nok å ha både struktur og regler knyttet til måltidene, fordi det er med på å skape tydelige rammer. Langholm og Tuset (2013, s.24) refererer til Bae (2009) som hevder at rutiner med faste og felles måltider er med på å sikre at barna får mulighet til medlæring både om individualitet og om fellesskap i barnehagen. Som en motsetning til at faste og felles måltider er positivt i denne forbindelse, hevder Johannessen og Sandvik (2008) at rutiner ser ut til å være et stort hinder når det gjelder barns mulighet til medvirkning (Torsteinson, 2010, s.111).

3.4 De voksnes rolle ved måltidene

Ved alle måltids situasjoner er personalet i barnehagen viktige rollemodeller. Barn lærer av det voksne gjør og hvordan de opptrer rundt bordet, og på den måten er måltidene en dannelsesarena i barnehagens hverdagsliv (Aasen og Wilhelmsen, 2017, s.26). Dette understrekes av Lassen og Rødbotten (2010, s.100) som påpeker at barn lærer ved å kopiere andre. Det er ikke nødvendig å fortelle hva barnet skal gjøre, fordi det ser hva andre gjør og vil gjøre som de.

For at barns medvirkning skal bli en realitet, kreves det forandringer i de tradisjonelle voksenrollene. Det er viktig at personalet er bevisste sine tanker, holdninger og handlinger (Torsteinson, 2010, s.116). Det krever at man har øynene åpne og en tilstedeværelse med evne til å skifte perspektiv i forhold til barn med ulike væremåter og kommunikasjonsformer (Aasen og Wilhelmsen, 2017, s.31). I barnehagen skal måltidene være en anledning til hygge og sosialt samvær, samtidig som at det skal være en arena for læring. Langholm og Tuset (2013, s.11) mener at måltidene har en viktig miljøskapende funksjon, som også har betydning for helse, trivsel og læring. Dermed er de voksnes rolle svært sentral i disse hverdagsaktivitetene og det er viktig at personalet er til stede sammen med barna og skaper gode måltidsituasjoner som er både hyggelige og lærerike. Langholm og Tuset (2013, s.24) hevder at det kan være mentalt krevende for den ansatte som sitter ved bordet sammen med barna, å både skulle være nærværende og i tillegg være fleksibel i forhold til alle de samlede prosessene og samhandlingstemaene som foregår under et måltid. Dette krever mye av de ansatte som igjen understreker hvor stor og viktig rolle de voksne har ved måltidene i barnehagen. Videre trekker de også frem at det er viktig at personalet i barnehagen har diskutert og blitt enige om hvilken betydning måltidene skal ha til hverdags og ved spesielle anledninger (Langholm og Tuset, 2013, s.22).

4.0 Datamateriale og drøfting

På bakgrunn av analysen har jeg kommet frem til fire ulike hovedtemaer som jeg mener er mest relevante i forhold til min problemstilling. Disse temaene er de samme som i teoridelen og består av: *Måltidet som en sosialiseringsarena*, *Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen*, *Måltidet – en arena for barns medvirkning* og *De voksnes rolle ved måltidene*. Under hver av disse kategoriene skal jeg drøfte det informantene forteller i forhold til aktuell teori og litteratur.

4.1 Måltidet som en sosialiseringsarena

Bjørge (2009, s.9) fremhever at det sosiale aspektet ved måltidene i barnehagen er vesentlig for barnas opplevelse av trivsel. Informanten i denne undersøkelsen kunne fortelle at dersom et barn er sulten og ønsker å spise, har de voksne fokus på at barnet skal ha noen å spise sammen med. Hun sier følgende:

”Så viss noen kommer å sier at de er sultne, så sier jeg ”Ja, hvem skal du spise sammen med?” For det er noe med fellesskapet også, at det ikke bare blir det egosentriske i det, på en måte.”

Her ser vi at selv om barnehagen praktiserer en fri dagsrytme der barna kan bestemme selv når de ønsker å spise, har de voksne fokus på å bevare det sosiale aspektet ved måltidene ved å passe på at alle har noen å spise sammen med. Men informanten kan også fortelle at noen dager er dagsrytmen mindre fri og mer voksenstyrt. Da må barna tilpasse seg de voksnes regler i større grad. Informanten forklarer:

”På mandagene har vi klubb, aldersinndelt. Og da prøver jeg at vi spiser sammen og da er det jeg som styrer at nå spiser vi. Da er det veldig voksenstyrt, for de trenger å øve på det også. Og når det er bursdager, da spiser vi alle sammen. Så det er klart at vi gjør det også noen ganger, men de dagene vi ikke må, så tenker vi at vi ikke trenger det.”

Langholm og Tuset (2013, s.22) trekker frem at det er viktig at personalet i barnehagen har diskutert og blitt enige om hvilken betydning måltidene skal ha til hverdags og ved spesielle anledninger. Dette er noe jeg får inntrykk av at barnehagen gjennomfører basert på det informantene forteller. På klubb dager er de aldersinndelt der de spiser sammen, og når noen har bursdag spiser alle sammen. Dette tolker jeg som at personalet har blitt enige om at måltidene skal ha ulike betydninger ved ulike anledninger. Så selv om barnehagen har mange dager med en friere dagsrytme, har de også dager som er mer strukturerte og voksenstyrte,

som igjen påvirker måltidsituasjonene. Informanten gir her uttrykk for at barna får oppleve begge deler, noe vi kommer mer inn på i kapittelet om barns medvirkning.

Videre ønsket jeg å få tak i informantens refleksjoner rundt den frie dagsrytmen i forhold til om den har noen uheldige innvirkninger på måltidsituasjonene og for barna. Hun forteller at:

”Viss du tenker kun maten, så er det klart at det som er ulempen da er jo at de dagene vi har frihet rundt måltid, så får de jo ikke, eller fellesskap får de med noen, men de vil ikke få det gruppe-fellesskapet”.

Videre trekker informanten frem noen sider som kan være utfordrende ved at barna går mye glipp av de store måltidsfellesskapene.

”Når vi sitter å spiser da, så merker man kanskje at barna ikke har øvd så mye på det å sende langt over bordet for eksempel. Noen ganger så er det ”Jeg skal ha melk” og så klatrer de over. Men da sier jeg at ”Ja, men spør om noen kan sende melken”. Så jeg føler kanskje at vi må øve på slike grunnleggende ferdigheter over en litt lengere periode enn det kanskje andre må. For disse barna er vandt med å kunne sitte å forsyne seg og ikke ta hensyn til så mange.”

Her er vi inne på aspekter som belyses i forskningen til Aasen og Wilhelmsen (2017, s.27). En forskning som tar for seg barnas mulighet til læring ved ulike måltidsituasjoner. Her var det felles mat i motsetning til matbokslunsj som var i fokus, men jeg tenker at denne forskningen på lik måte kan knyttes til felles måltider vs. frihet rundt måltider. I forskningen kom det frem at det er lettere å oppmuntre barna til å sende til hverandre og dele på maten når den er felles for alle. Ingul (2014, s.288-289) hevder at de daglige aktivitetene med måltider gir trening i både kontakt, samvær, å ta hensyn og å vise oppmerksomhet. Videre påpeker hun at måltidene er en arena hvor barna lærer seg å vente på tur, forsyne seg og det å vurdere mengder. På bakgrunn av dette kan man si at felles måltider har en positiv effekt når det kommer til barns læring. Dette underbygges også av Langholm og Tuset (2013, s.24). De refererer til Bae (2009) som hevder at rutiner med faste og felles måltider er med på å sikre at barna får mulighet til medlæring både om individualitet og om fellesskap i barnehagen. Dette er noe som igjen strider med teori knyttet til barns medvirkning, der det fremheves at faste rutiner er et hinder for medvirkning i barnehagen. Da kan man stille spørsmål ved hva man burde prioritere, som er til det beste for barna. En variasjon vil kanskje være hensiktsmessig. Dette vil bli nærmere drøftet i kategorien om barns medvirkning.

Da jeg spurte hva informanten tenker om måltidet som en sosialisingsarena i forhold til den ordningen barnehagen har, svarte hun at de har nok litt å gå på. Men hun trekker også frem noen positive sider, som for eksempel at den voksne kan ha sitt fulle fokus på noen få barn.

”Jeg tenker at vi har nok litt å gå på. Men samtidig, dersom man har fire-fem barn til mat, så har de kanskje allerede vært i lek sammen, som de nettopp har avsluttet. Da kan man jo snakke om det de har gjort og sånne ting. Det kan være fordeler i forhold til det sosiale og sitte å snakke sammen og sånn, men det kan også være ulemper.”

4.2 Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen

På spørsmål om barnehagen hadde kjennskap til retningslinjer for mat og måltider i barnehagen, var svaret ja. Dette var noe jeg også observerte da jeg var på besøk i barnehagen. Helsedirektoratets retningslinjer hang på kjøleskapsdøren på avdelingens kjøkken. Videre kunne informanten fortelle at det var noen spesielle punkter de hadde jobbet mer med, fordi barna hadde hatt noen utfordringer med disse i forbindelse med den frie dagsrytmen og hvordan den spiller inn på måltidsituasjonen. Hun sier følgende:

”Vi har jobbet med de ja. Vi gikk igjennom den og drøftet den senest i fjor vår. Etter en liten runde med foreldre og litt drøfting rundt det med måltid. Da bemerkte vi oss noen punkter som vi tenkte at dette må vi passe på at vi greier å gjennomføre når vi gjør det sånn som vi gjør. Som for eksempel det med at de skal få tid og ro til å spise seg gode og mette, det står vel noe sånt der? Og det er det noen barn som greier helt fint, mens noen trenger mer hjelp til det, siden det kan være vanskelig viss det foregår flere ting på en gang. Så ja, vi har kjennskap til noe av det og det er sikkert ting der vi kanskje burde ha jobbet mer med også.”

Her kommer det frem at barnehagen har kjennskap til disse retningslinjene og at de har arbeidet med de i barnehagehverdagen. Eksempelet som informanten trekker frem er i tråd med punkt 2 i Helsedirektoratets retningslinjer for mat og måltider i barnehagen (2007, s.8). Der står det at: ”Barnehagen bør sette av god tid til hvert måltid, minimum 30 minutter til å spise, slik at barna får i seg tilstrekkelig med mat”. At barna får god tid til å spise seg gode og mette er viktig i en ellers aktiv barnehagedag. Informanten gir uttrykk for at måten de arbeider på kan gi noen utfordringer i forhold til å kunne sikre at alle retningslinjene blir fulgt. Siden den frie dagsrytmen tillater at noen barn spiser samtidig som at andre leker seg, kan det føre til at de barna som sitter å spiser ikke klarer å fokusere på maten og bare skynder seg for å bli ferdig. Da jeg spurte om hva hun mente kunne være utfordrende i forhold til den frie dagsrytmen med tanke på matsituasjonen, svarte hun:

”Det er klart at noen barn kan nok bli litt stressa eller urolig viss de vet at eller ser at andre barn driver på med andre ting. For eksempel den gangen inn til formingskroken, det er en morgen en jente, som har litt lett for å miste konsentrasjonen, og når hun da skal sitte å spise så ser hun rett inn i formingskroken at jeg og noen andre barn driver med noe veldig spennende der. Så det er klart at i forhold til ro og slikt rundt måltidet og det med nok tid, er det nok ikke alltid at alle får det. Noen er flinke til å ta seg god tid til å spise, mens noen kanskje bare stresser gjennom fordi de har noe viktigere de skulle gjort. Så det kan nok være en ulempe ja.”

Her kommer informanten inn på elementer som kan være utfordrende i forhold til den frie dagsrytmen. Dette var noe jeg også opplevde selv da jeg observerte i barnehagen. Barna som satt å spiste ved bordet hadde lett tilgang til å kunne følge med på at andre barn lekte, samtidig som at noen barn sprang frem og tilbake forbi spisebordet. Langholm og Tuset (2013, s.22) sier om rammene rundt måltidene i barnehagen, at de har stor betydning for hvordan måltidene oppleves, av både barn og voksne. Rammene kan også påvirke hvor mye mat barna får i seg. Videre understreker de betydningen av at måltidene er preget av ro og god tid. Dersom man støtter seg til forskningen og skal ta hensyn til det, kan det være at man må vurdere dette i forhold til den måten man organiserer virksomheten på.

Informanten mener selv at det viktigste når det kommer til måltidene i barnehagen, er at barna koser seg og har det kjekt og at de i tillegg får et sunt forhold til mat. Hun sier følgende:

”Jeg synes det er viktig at barna koser seg og at de har det kjekt. Det er jo ikke alltid at alle barna har lyst på mat og sånn, men at man kan ha det kjekt ved bordet, det synes jeg er viktig. Og at de får et sunt forhold til mat. Det er mange som får spisevegring og sånne ting, men at barna får et sunt forhold til mat, både at det er bra for de å spise riktig mat, men også det å kunne regulere hvor mye de skal spise osv. Men først og fremst at de har det kjekt ved matbordet. At man kan prate litt, tøyse litt og at vi har det kjekt sammen.”

Her er informanten inne på noe svært sentralt og viktig når det kommer til mat og måltider i barnehagen. Flertallet av små barn mellom ett og fem år tilbringer store deler av hverdagene i barnehagen (Wilhelmsen, 2010, s.17). I løpet av denne tiden er det flere måltider som skal inntas og derfor er det også viktig at barnehagen arbeider for å gi barna gode og positive opplevelser knyttet til måltidsituasjonene. Det er i de første leveårene vi legger grunnlaget for resten av livet. På bakgrunn av dette forstår vi viktigheten av å lære barna sunne kostholdsvaner og det å skape positive opplevelser knyttet til mat og måltider. Et måltid skal være noe man ser frem til og har glede av, både innholdsmessig men også sosialt. Barnehagen er en arena som skal fremheve gode livstilsvaner og god helse. Rammeplanen (Rammeplan

for barnehagen. Innhold og oppgaver, 2017, s.11) trekker også frem at barnehagen skal ha en helsefremmende og forebyggende funksjon og skal bidra til å utjevne sosiale forskjeller.

4.3 Måltidet – en arena for barns medvirkning

Barns medvirkning er en av hovedgrunnene for at barnehagen har valgt en fri dagsrytme. Barns medvirkning er et fokusområde som de ansatte ser på som svært viktig og særlig ønsker de å bevare den gode leken. Informanten sier:

”Grunnen til at vi har valgt å gjøre det sånn er for å bevare den gode leken til barna og det er en fane som vi hever høyt i barnehagen vår. Vi synes leken er den viktigste læringsarenaen for barna, og det er derfor vi ikke ønsker å avbryte leken viss vi ikke må. Derfor har vi fleksibilitet rundt det med måltid og ikke faste klokkeslett.”

Som informanten påpeker er lek en viktig læringsarena. Dette er i tråd med Öhman (2012, s.183) som hevder at barn skaper mening gjennom å leke og at mening igjen skaper kunnskap. Barn leker, øver og lærer samtidig. De leker noe som de kan noe om eller som de vil kunne noe mer om, og på den måten tilegner de seg kunnskap og forståelse om nettopp det. På den måten er leken en læringsarena for barn og i tråd med at leken har et så stort fokus i denne barnehagen, blir også leken en læringsarena for medvirkning. Barna kan selv velge om de har lyst til å spise mat eller om de vil fortsette å være i leken. Her kan det være interessant å stille spørsmål om leken går på bekostning av fellesskapet? Som jeg var inne på tidligere hevder Bae (2009) at felles måltider skaper et godt fellesskap. Samtidig har informanten også nevnt at det fort blir en kjede-reaksjon når det kommer til måltidene i barnehagen. Er det først noen som ønsker å spise, er det gjerne flere som også vil. Dette var noe jeg selv observerte, da noen barn ønsket å sette seg til bords for å spise og etter en kort stund var nesten alle barna samlet til mat. Dette medfører at fellesskapet likevel blir sikret til en viss grad, men også ved at barnehagen har dager som er preget av mindre frihet. Barna får dermed erfaringer med begge deler, noe som kan være positivt fordi det er med på å utvide barnas erfaringshorisont.

Informanten forteller videre om hvorfor hun mener at den frie dagsrytmen er positiv i forbindelse med barns medvirkning.

”Fordelen med å ha det frie og at barna på en måte kan styre dagen litt selv, er at vi tenker at de skal ha stor påvirkning på sin egen hverdag, og vi tenker at de kan lære mye av det også. For ofte i en sånn institusjon som barnehage er, så er det sånn at de skal på en måte tilpasse seg mye og at det kanskje er litt av den gamle skolen. Mens nå er det så mye fokus på det med

medvirkning og vi har kanskje dratt det til ytterpunktet for å kalle det det, på mange ting. Men jeg tror det er bra for barna i forhold til lek og lekutvikling, og også for grunnleggende behov.”

Her er informanten inne på det Torsteinson (2010, s.116) sier om at det å rive seg fra gammelt tankegods er en nødvendighet for realisere barns rett til medvirkning og kan bidra til en mer demokratisk måltidspraksis i barnehagen. Denne barnehagen jobber for å fremme barns medvirkning og lar den bli en virkelighet ved å organisere barnehagehverdagen på den måten som de gjør. Barna kan få lov til å styre mye av dagen sin selv, også når det kommer til mat og måltider. Men selv om barna har rett til medvirkning og at dette skal tas hensyn til i barnehagehverdagen, kan man jo stille spørsmålstegn ved hva som skjer dersom barna får lov til å bestemme i for stor grad selv. Hva skjer da? I forbindelse med spørsmål om ulemper ved denne ordningen var informanten inne på at barna får dyrke seg selv og sine behov i stor grad. Informanten sier:

”Det som er den største ulempen er jo egentlig at det egosentriske på en måte, selv om vi ikke ønsker at det er det egosentriske som skal dyrkes, så for barna blir det jo litt det da.”

Hun påpeker at den største ulempen ved denne måten å organisere måltidene på, er at barna får dyrket det egosentriske i svært stor grad. Dette tolker jeg som at barna får bestemme svært mye selv, kanskje litt for mye og på den måten går glipp av fellesskapets regler, noe de må forholde seg til da de kommer på skolen og også senere i livet. Videre forklarer informanten:

”I det samfunnet vi lever i nå, så er det veldig mange barn som får dyrke seg selv og bestemme mye. Det er jo mange barn som allerede styrer foreldrene sine, altfor mye, mer enn de burde få lov til. Og det er jo noe vi diskuterer ofte i barnehagen ja, men er det på en måte da kun vår jobb å regulere det inn igjen? Eller kan vi drive barnehagen slik og at det kanskje også er foreldrene som må justere seg litt?”

Helhetlig tolker jeg dette som at hun stiller spørsmålstegn ved at barna skal få bestemme i så stor grad som de gjør, samtidig som at hun også påpeker at foreldrene må ta ansvar for sine barn når de er hjemme. Det kan virke som at hun er inne på tanken om at det bør være en god balansegang som er gunstig i forhold til både barnehage og hjem. Dermed blir samarbeidet og dialogen mellom barnehage og hjem også viktig. Dette trekkes frem i rammeplan for barnehagen (Rammeplan for barnehagen. Innhold og oppgaver, 2017, s.29) der det står at barnehagen og hjemmet alltid skal ha barnets beste som mål og at de har et felles ansvar for

barnets trivsel og utvikling. Man må også huske at i en barnegruppe er det mange forskjellige individer og det er ulikt hvordan man er som person. Et barn kan for eksempel tåle å bestemme noe selv og har lett for å høre på hva de voksne også sier. Mens et annet barn ønsker kanskje å bestemme alt selv og har vanskeligere for å godta beskjeder fra de voksne. Foreldrene på sin side kan ikke overlate alt ansvar til barnehagen og heller ikke motsatt. Derfor er det viktig å se på helheten av barnegruppen og hva som gagnar de fleste i forhold til hvor stor grad av medvirkning man skal vektlegge. Videre løfter informantene frem positive sider ved at barna kan få bestemme mye av dagen sin selv. Hun forklarer:

”Også tenker jeg at de kan få lov til å styre litt selv, at de kan regulere selv i forhold til måltidene. At de kjenner at nå er jeg faktisk sulten. Det er ingen som forteller meg at nå skal du spise. Viss barna har startet på en lek som er fin, er det da vi voksne som skal ha makta og si at nå er denne leken ferdig fordi du skal spise? Men at barna heller kan komme å si at nå er jeg sulten, og at man da faktisk kan spise litt. Det også tenker jeg er veldig mye medvirkning da. Og litt rundt det selvstendige, at de må finne maten sin selv og får sitte hvor de vil, altså sammen med noen. Men så ser man at det blir klikker og sånn ikke sant, og da må man jo som voksen ta litt ansvar og gjøre noe med det da, kanskje bestemme litt.”

Torsteinson (2010, s.112) løfter frem spørsmål i forbindelse med de voksnes definisjonsmakt. Hvem er det som står i posisjon til å vurdere når, hva og hvor mye et barn skal spise? Hvem bestemmer at barnet er sulten eller mett nok? Videre legger hun vekt på at det er viktig å drøfte de voksnes definisjonsmakt, regler og krav i forbindelse med måltidene. På den måten kan man sikre at barnas medvirkning blir tatt i betraktning og at den også kommer til syne i barnehagehverdagen. Ingul (2014, s.290) hevder at barnet selv har kompetanse når det gjelder sin egen sult og metthetsfølelse. Her ser vi at barnehagen praktiserer det teorien trekker frem som viktig. Barna vurderer selv når de er sultne og de voksne anerkjenner barnas verbale og kroppslige uttrykk ved å legge til rette for at det kan spises når det er ønskelig. Her kommer barns medvirkning i stor grad til syne og barnehagen viser at de jobber for å ivareta den. Informanten trekker også frem at barna får velge hvor de vil sitte, bare det er sammen med noen. Her legger de vekt på det sosiale ved måltidene og jeg vil tro at mange av barna liker å få velge selv hvor de skal sitte og med hvem. Dette kan sees i sammenheng med den undersøkelsen som Torsteinson (2010, s.115) viser til, der barna knyttet det å få velge bordkamerat til trivsel ved måltider. Videre kan vi se at informantene er inne på det med at barna lager seg klikker og at noen alltid vil sitte sammen med konkrete personer. Men hva skjer da med de som faller utenfor? Det er viktig at de voksne har øynene åpne og ser hvert

enkelt barn. Informanten påpeker i denne forbindelse at dersom det skulle være tilfelle, tar de voksne ansvar å gjør noe med det. Hun forteller:

”Vi har jo kartlegginger på hvilke barn som har venner og hvor mange gode venner de har og slikt, sosiometrisk kartlegging. Så noen ganger kan man tenke at det barnet som alltid kommer å spør om mat først, hvorfor kommer det? Er det fordi barnet ikke har noen å leke med? Eller sånne ting. Og det er jo noe vi må være våken for da. Det er vår jobb å hjelpe barna til å ha noen nære hele tiden. Og da må man som voksen kanskje hjelpe de med å treffes og si at nå kan dere komme så kan vi spise sammen.”

Her ser vi at de voksne i barnehagen er opptatte av barnas sosiale relasjoner og at de også tar hensyn til dette når det kommer til måltidene. Selv om den frie dagsrytmen tillater at barna velger hvor de skal sitte og sammen med hvem, har de voksne også et fokus på at alle barna skal ha noen å være sammen med. Som følge av det kan det være at de voksne legger noen føringer og kanskje bestemmer litt av og til.

4.4 De voksnes rolle ved måltidene

Barnehagen gjennomfører måltidene med en voksenperson som har hovedansvaret, som blir kalt for servicevakt. Denne personen skal være tilstede sammen med barna hele tiden og passe på at alle får i seg mat. De voksne benytter seg av en sjekkliste, som skal sikre at alle barna får i seg nok mat gjennom hele dagen. Om de voksnes rolle ved måltidene forteller informanten:

”Det er jo på en måte servicevakta som har den største rollen i det, men det er til syvende og sist vi ped.lederne som bestemmer. Alle de ansatte har ansvar for å følge opp barna, men servicevakta har hovedansvaret og må si ifra dersom det trengs flere voksne til stede ved måltidet.”

Med dette forstår vi at servicevakta er hovedansvarlig og blir derfor en viktig voksenperson ved måltidene i barnehagen. Den voksnes evne til å vurdere måltidene i forhold til antall barn og egen kapasitet blir dermed svært sentral. Hvor mange barn kan komme til mat før det trengs flere voksne tilstede? Dette henger også sammen med en av faktorene som barnehagen vektlegger når det gjelder måltidsituasjonene. Her svarte informanten at barnehagen vektlegger det å være tilstede sammen barna i dobbel forstand.

”Det vi har snakket mye om er at den som har servicevakt og som sitter sammen med barna skal sitte ved bordet. For plutselig skal man hente lista, så skal man hente melk osv. At man er tilstede i dobbel forstand og at man ikke bare sitter der, men at man er sammen med de. I tillegg skal man ha oversikt og passe på at barna ikke bare flyr av sted, men at man har litt peiling på hva de har spist og at man har kontroll.”

Langholm og Tuset (2013, s.24) hevder at det kan være mentalt krevende for den ansatte som sitter ved bordet sammen med barna, å både være nærværende og fleksibel i forhold til alle de samlede prosessene og samhandlingstemaene som foregår under et måltid. På bakgrunn av dette mener jeg det er svært positivt at barnehagen har tatt hensyn til nettopp det, ved at servicevakta er den som skal sitte sammen med barna og ikke gjøre andre ting samtidig. Servicevakta skal sitte ved bordet og være der sammen med barna. I min observasjon la jeg merke til at dette ble gjennomført i stor grad. Personen som hadde servicevakt satt ved bordet ved siden av barna, hadde kontroll på alle og var til stede i måltidsituasjonen. Etter hvert som det ble flere barn rundt bordet kom det også flere voksne som kunne hjelpe til. Dette viser at servicevakta vurderte behovet for voksne når antallet av barn rundt bordet økte. I tillegg observerte jeg at de voksne fordelte seg spredt utover blant barna. På den måten får de voksne bedre oversikt over alle, samt at barna kan føle sett og hørt i nærheten av en voksenperson. Her ser vi også at barnehagen følger Helsedirektoratets retningslinjer (2007, s.8) ved å legge til rette for at de voksne tar aktivt del i måltidet og spiser sammen med barna. Gjennom intervjuet påpekte informanten at hun også synes det er viktig at de voksne spiser sammen med barna til måltidene. Hun sier:

”Ellers er det bare det å være sammen med barna og spise sammen med de. Det var en periode der vi hadde pause og personalet ikke spiste sammen med barna. Og i forhold til det jeg var inne på tidligere med sunt forhold til mat, tenker jeg at det er jo den mest naturlige ting at voksne også spiser sammen med barna. Jeg tenker at det er noe man gjør sammen.”

Som voksenperson i barnehagen er det viktig å være gode forbilder for barna. De voksne skal gå foran med et godt eksempel, fordi barna gjør som de voksne gjør. Dette er noe som understrekes av Lassen og Rødbotten (2010, s.100) som påpeker at barn lærer ved å kopiere andre. Det er ikke nødvendig å fortelle hva barnet skal gjøre, fordi det ser hva andre gjør og vil gjøre som de. Med utgangspunkt i dette kan vi forstå at det er viktig at de voksne i barnehagen er bevisste sine holdninger og handlinger ved måltidsituasjonene i barnehagen. Selv om man er ulike som personer, er det viktig at alle er bevisste på å tenke over hva man gjør og hvordan man gjør det, fordi barna lærer av sine omsorgspersoner. Etter at informanten

hadde fortalt om hvilke faktorer barnehagen vektlegger ved måltidene, var det interessant å spørre om hvor vidt hun også opplever at de ansatte gjennomfører dette i barnehagens hverdag. Hun mente at det ble gjennomført, men i ulik grad siden alle personer er forskjellige og hvilken rolle man tar som voksenperson er ikke er den samme. Hun forklarer:

”Ja, men det er klart at vi er mange i personalet og det er veldig ulikt i hvilken grad vi gjennomfører og hva vi vektlegger mer eller mindre og slikt. Så ja, det er veldig ulikt hvilken rolle vi tar som voksne.”

Man kan også se at de voksnes rolle når det kommer til måltidene i barnehagen, handler om å gjøre vurderinger og ta avgjørelser som skal være fornuftige for barna. Selv om barnehagen har en fri dagsrytme, må de voksne likevel legger noen føringer. Informanten forklarer:

”Men, vi har jo også litt rammer. Det er jo ikke sånn at viss man har spist frokost for en halvtime siden så kan man komme å spise lunsj rett etterpå. Det må jo være en viss fornuft i det. Og noen ganger så er vi nok litt mer på i forhold til at vi kanskje legger noen føringer. Som for eksempel i dag, når noen kom å sa at de ville spise, så måtte de inn å rydde først. Så det er ikke sånn at barna bare kan slippe det de har hende og si at ”nå skal jeg ha mat”. Noen ganger må de kanskje gjøre noe annet først.”

På bakgrunn av dette kan det tolkes som at selv om barnehagen praktiserer en fri dagsrytme, så er det ikke dermed sagt at det er helt fritt for barna til å gjøre hva de vil, når de vil og hvordan de vil. Den frie dagsrytmen og måltidsituasjonene påvirkes til en viss grad av de voksne, ved at personalet gjør fornuftige vurderinger og avgjørelser ut i fra barna og deres behov. Personalet ser til at det er en fornuft i det og gjør vurderinger som er til det beste for barna.

5.0 Avslutning

I denne bacheloroppgaven har jeg gjort en undersøkelse i forbindelse med måltidsituasjonene i barnehagen. Jeg har sett nærmere på hvordan den frie dagsrytmen i NN barnehage er med på å påvirke måltidsituasjonene for barna. Metodene jeg brukte for å innhente datamaterialet var intervju av pedagogisk leder samt observasjon i barnehagen. Etter analyse av datamaterialet, har jeg presentert og drøftet det i lys av relevant teori og litteratur.

Gjennom denne oppgaven kommer det frem at gode og positive opplevelser knyttet til måltidsituasjoner er svært viktig for at barn skal kunne legge et godt grunnlag for resten av livet ved å utvikle et sunt forhold til mat og måltider. På bakgrunn av at de fleste barn i dag tilbringer store deler av hverdagene i barnehagen, blir derfor personalets arbeid med mat og måltider et viktig fokusområde. Dette kommer også frem i rammeplaner og retningslinjer. Måltidet skal ha en sosial funksjon, der barnas medvirkning blir tatt i betraktning og de ansatte tar del i måltidene sammen med barna og er gode rollemodeller.

Gjennom drøftingen av datamaterialet kom det frem ulike sider ved den frie dagsrytmen som påvirker måltidsituasjonene i barnehagen. Blant annet er det utfordringer ved at måltidene kan bære preg av uro og at barna kan bli stresset på grunn av at de heller vil tilbake til leken. I tillegg kan det tyde på at de mister noe av det store måltidsfellesskapet i forbindelse med at dagsrytmen er såpass fri, som igjen kan påvirke barnas læring ved måltidene. Men på den andre siden opplever de også fellesskap på de dagene som er mer voksenstyrt. Kjedereaksjonene som kan oppstå er også med på å sikre et større måltidsfellesskap blant barna når dagsrytmen er fri. De positive sidene kommer frem ved at barnehagen viser at de jobber med retningslinjene for mat og måltider i barnehagen, og at de også tar de sosiale aspektene på alvor ved å passe på at alle barna alltid har noen å sitte og spise sammen med. I tillegg ser vi at barnehagen har løsrevet seg fra gammelt tankegods når det gjelder måltidspraksis og barnas medvirkning kommer frem i svært stor grad. Den gode leken er noe de setter høyt, som igjen fører til at leken blir en læringsarena for medvirkning. Barns medvirkning er et tema som kan drøftes mye i forhold til graden man skal tillate barna å medvirke og hvor den gode balansegangen ligger. Ved måltidene vektlegger barnehagen at barn og voksne skal være sammen, noe som kan gi barna gode forutsetninger for læring og sosiale samspill.

Selv om leken og barns medvirkning har en stor plass i denne barnehagen, ser vi at barna til en viss grad må forholde seg til de voksnes vurderinger og avgjørelser, også når det gjelder måltidene. Dagene i barnehagen er forskjellige og selv om dagsrytmen er fri, viser det seg at

de voksne likevel legger noen føringer som er til det beste for barna. På den måten får barna erfaringer med å kunne bestemme mye selv, samtidig som at det er de voksne som bestemmer til syvende og sist.

Ved å ha jobbet med denne oppgaven har jeg fått en større innsikt i hvordan NN barnehage organiserer måltidene i tråd med den frie dagsrytmen, og hvilke påvirkninger den har på måltidsituasjonene. Siden datamaterialet mitt består av kun en informant og egne observasjoner, er denne oppgaven på ingen måte en fasit. Jeg har gjort tolkninger basert på det datamaterialet jeg har innhentet og drøftet det i lys av relevant teori. Ved å ha benyttet meg av både intervju og observasjon, har jeg erfart at dette er med på å gi en utvidet og større forståelse, der jeg har kunnet trekke sammenligner fra begge metodene. Gjennom arbeidet med denne oppgaven har jeg tilegnet meg viktige kunnskaper om betydningen av gode måltidsituasjoner i barnehagen, som jeg tar med meg videre inn i arbeidslivet etter endt utdanning.

Litteraturliste

Aasen, W. og Wilhelmsen, B. U. (2017). Mat- og måltidsaktiviteter i barnehagen. I W. Aasen og B. U. Wilhelmsen. (red.). (2017). *Mat- og måltidsaktiviteter i barnehagen. (s.23-34)* Oslo: Universitetsforlaget

Bergsland, M. D. og Jæger, H. (red.). (2016). *Bacheloroppgaven i barnehagelærerutdanningen*. Oslo: Cappelen Damm AS

Bjørger, K. (2009). *5 åringer om mat, måltid og medvirkning*. Norsk pedagogisk tidsskrift. Nr. 01. 2009.

Bugge, A. og Døving, R. (2000). *Det norske måltidsmønsteret – Ideal og praksis*.

Lastet ned fra:

http://www.hioa.no/extension/hioa/design/hioa/images/sifo/files/file52751_rapport-nr-2-2000.pdf

Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode – en kvalitativ tilnærming*. Oslo: Universitetsforlaget

Dalland, M. (2012). *Metode og oppgaveskriving*. Oslo: Gyldendal akademisk

Helsedirektoratet. (2007). *Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen*.

Lastet ned fra:

<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/431/Retningslinjer-for-mat-og-maltider-i-barnehagen-IS-1484.pdf>

Ingul, C. B. (2014). Måltider og kosthold for barn i barnehagealder. I E. B. H. Sandseter, T. Moser (red.) og T. L. Hagen. (2014). *Kroppslighet i barnehagen (s.274-293)*. 2. utg. Oslo: Gyldendal Akademiske

Kunnskapsdepartementet. (2017). *Rammeplan for barnehagen. Innhold og oppgaver*. Lastet ned fra:

<https://www.udir.no/globalassets/filer/barnehage/rammeplan/rammeplan-for-barnehagen-bokmal2017.pdf>

Langholm, G. og Tuset, E. H. (2013). *Matglede i barnehagen*. Bergen: Fagbokforlaget

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

Lassen, K. og Rødbotten, M. (2010). Måltidets pedagogiske funksjon. I B. U. Wilhelmsen. og A. Holthe. (red.). (2010). *Måltider og fysisk aktivitet i barnehagen. (s.95-106)*. Oslo: Universitetsforlaget

Løkken, G. og Søbstad, F. (2003). *Observasjon og intervju i barnehagen*. Oslo: Universitetsforlaget

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/contentassets/cae152ecc6f9450a819ae2a9896d7cf5/no/pdfs/stm201520160019000dddpdfs.pdf>

Nygaard, I. (2007). Måltidets sosiale repertoar – om måltidet som en arena for sosialisering og oppdragelse. I U. B. Wilhelmsen. (red.). (2007). *Mat i barnehagen. Barnehagen som arena for folkehelsearbeid. (s.50-63)*. Bergen

Tholin, K. R. (2015). *Profesjonsetikk for barnehagelærere*. Bergen: Fagbokforlaget

Torsteinson, H. (2010). Måltider i barnehagen – en utforskende og vurderende praksis. I B. U. Wilhelmsen og A. Holthe. (red.). (2010). *Måltider og fysisk aktivitet i barnehagen. (s.107-119)*. Oslo: Universitetsforlaget

Wilhelmsen, B. U. (2017). Barnehagen i et folkehelseperspektiv: arena for et sunt kosthold og fysisk aktivitet. I W. Aasen og B. U. Wilhelmsen. (red.). (2017). *Mat- og måltidsaktiviteter i barnehagen. (s.23-34)* Oslo: Universitetsforlaget

VEDLEGG

Intervjuguide

Innledende spørsmål

- Utdanningsbakgrunn, alder og stilling
- Hvor lenge har du hatt denne stillingen og hvor lenge har du jobbet i denne barnehagen?
- Hvor mange avdelinger, ansatte og barn er det i barnehagen?

Ordningen med måltid i barnehagen

- Beskriv hvordan gjennomføringen av måltidene i barnehagen er og hvordan det organiseres
- Hvorfor har barnehagen valgt denne ordningen? Hvilke tanker ligger bak?
- Hva synes du er positivt med dette og hvorfor?
- Hva synes du ikke er så positivt og hvorfor?

Sosiale forhold

- På hvilken måte kommer barns medvirkning frem gjennom denne ordningen?
- Hvilke faktorer mener du er viktige i forhold til måltid i barnehagen?
- Hvilke faktorer legger barnehagen vekt på?
- Har barnehagen kjennskap til retningslinjene for mat og måltider i barnehagen? Er dette noe barnehagen jobber med? Evt. hvordan?
- Hva tenker du om måltidene som en sosialiseringsarena i forhold til denne ordningen?
- Hvilken rolle har de voksne før og under måltidene?

Holdninger

- Når det kommer til de ansatte i barnehagen, hvordan er holdningene til denne måten å organisere måltidene på? Er alle enige i at dette er den beste løsningen? Eller er det noen utfordringer? Eventuelt hvorfor?

Samarbeid med foreldre

- Hvilke tilbakemeldinger får dere fra foreldrene?
- Har de medvirkning på dette området? Evt. på hvilken måte?

Avslutning

- Er det noe du ønsker å si mer om i forhold til dette temaet?

Til

Dato: 07.03.18

Samtykkeskjema

FORESPØRSEL OM DELTAKELSE

INTERVJU TIL BACHELOROPPGAVE

Mitt navn er Therese Stave Veslehaug, jeg er 26 år og går natur- og friluftslinja ved Dronning Mauds Minne Høgskole i Trondheim. Jeg skal skrive bacheloroppgave om hvordan en fri dagsrytme påvirker måltidsituasjonene i barnehagen.

I den forbindelse ønsker jeg å undersøke hvordan dere i denne barnehagen jobber med dette i det daglige. Jeg ønsker et intervju med deg for å høre om dine erfaringer, tanker og meninger rundt dette.

Intervjuet vil bli tatt opp og deretter transkribert. Alt av datamateriale vil bli anonymisert og slettet etter innlevering av oppgaven. Du har når som helst lov til å trekke deg fra intervjuet.

Ved spørsmål eller kommentarer kan du kontakte meg. Du kan også kontakte mine to veiledere som er:

Med vennlig hilsen

Therese Stave Veslehaug

Jeg samtykker å delta i intervju til bacheloroppgave

.....

Sted og dato

.....

Underskrift