

# *Sukker i barnehagen*

**Anna Tomtsveen Jostad**

Kandidatnummer: 2012

**Bacheloroppgave**

Ledelse av barns læring i et nærmiljøperspektiv

Emnekode: BDBAC4900

Trondheim, mai 2020

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

I flere måneder har jeg arbeidet med bacheloroppgaven min. Det har vært en spennende, lærerik og krevende prosess som har gitt resultater, og som jeg nå leverer fra meg. Arbeidet med oppgaven har fått meg til å tenke og reflektere, samtidig som at jeg har fått ny kunnskap som jeg vil ta med meg videre ut i barnehagehverdagen.

Jeg ønsker å rette en stor takk til mine veiledere Gro Anita Kamsvåg og Signe Marie Hanssen, for god og kunnskapsrik veiledning gjennom prosessen. Videre ønsker jeg å takke informantene som tok seg tid til å dele sin kunnskap om kosthold og deres synspunkter om sukker under bursdagsfeiring i barnehagen, med meg.

Tusen takk!

Trondheim, mai 2020

*Anna Tomtsveen Jostad*

## Innholdsfortegnelse

<b>1.0 Innledning</b> .....	<b>4</b>
1.1 Bakgrunn for valg av tema.....	4
1.2 Problemstilling .....	4
1.3 Oppgavens disposisjon.....	5
<b>2.0 Teori</b> .....	<b>6</b>
2.1 Fordeler og ulemper med sukker.....	6
2.2 Gode og sunne kostholdsvaner .....	7
2.3 Personalets atferd og holdninger .....	8
2.4 Smaksutvikling .....	9
2.5 Bursdagsfeiring i barnehagen .....	9
2.6 Foreldresamarbeid .....	10
<b>3.0 Metode</b> .....	<b>11</b>
3.1 Kvalitativ metode .....	11
3.2 Det kvalitative intervjuet .....	12
3.3 Valg av informanter.....	12
3.4 Gjennomføring av intervjuene.....	13
3.5 Forskningsetikk.....	14
3.6 Metodekritikk.....	15
<b>4.0 Analyse og tolkning</b> .....	<b>16</b>
4.1 De sunne kostholdsvanene.....	16
4.2 Kompetanse .....	19
4.3 Det viktige fokuset ved bursdagsfeiring.....	20
4.4 Foreldresamarbeid .....	23
<b>5.0 Konklusjon og avslutning</b> .....	<b>25</b>
<b>LITTERATUR</b> .....	<b>28</b>
<b>Vedlegg 1</b> .....	<b>30</b>
<b>Vedlegg 2</b> .....	<b>32</b>

## 1.0 Innledning

### 1.1 Bakgrunn for valg av tema

Jeg har i flere år vært ringevikar i ulike barnehager, i tillegg til at jeg har vært gjennom fire praksisperioder i løpet av utdanningsforløpet mitt. Gjennom disse årene har jeg observert og erfart at arbeidet med mat og måltid er svært forskjellig fra barnehage til barnehage, til tross for at de blant annet har en ting til felles; at de alle ønsker det beste for barna.

I den nye rammeplanen for barnehagen: Innhold og oppgaver, heretter henvist som *rammeplanen*, står det at barna skal motiveres til å spise sunn mat (Kunnskapsdepartementet, 2017, kropp, bevegelse, mat og helse). Barnehagene jeg har arbeidet og hatt praksis i, har fokusert på at barna skal få i seg rikelig med frukt, bær og grønnsaker, mens fokuset på mengde med sukker og søtsaker varierer stort. Noen barnehager har fjernet matvarer som for eksempel yoghurt og brunost, mens andre serverer det daglig. I oppskriftsheftet «Bra mat i barnehagen», anbefaler Helsedirektoratet (2018) at brunost bør serveres daglig i barnehagen fordi den er jernberiket (s. 17). Ingul (2016) på sin side, mener derimot at brunost kun bør brukes i begrensende mengder på grunn av høyt melkesukkerinnhold (s. 283). Her er det ulike synspunkter på om brunost er sunt eller ikke, og om hvor ofte det bør serveres til barn. Likevel har jeg observert og erfart at de største forskjellene i synspunktene til barnehageansatte ligger i matvarer som inneholder enkle karbohydrater, og hvorvidt barn bør få det under bursdagsfeiring i barnehagen. Noen barnehager har fremdeles søtsaker under bursdagsfeiring, mens andre har valgt alternativer og feirer med for eksempel fruktspyd eller smoothie. Helsedirektoratet mener og anbefaler at servering av kaker, kjeks, is, saft og lignende bør begrenses i barnehagen (2018).

På bakgrunn av mine observasjoner og erfaringer, har jeg over lengre periode undret på hvorfor vi har så ulike synspunkter om sukker, og om hvor mye sukker det er greit at barn får i seg i hverdagen. Med tanke på at jeg synes dette er meget interessant, ble temaet mitt i bacheloroppgaven, «**Sukker i barnehagen**».

### 1.2 Problemstilling

Ettersom jeg over lengre periode har undret på hvorfor vi har så ulike synspunkter om sukker, ble det naturlig å knytte problemstillingen opp mot min undring. I begynnelsen ønsket jeg å få et innblikk i synspunktene til fagpersoner og ikke fagpersoner i barnehagen, altså pedagoger,

assistenter og foresatte. Men etter hvert forstod jeg at det kom til å bli for stort og omfattende for denne oppgaven, og landet derfor på synspunktene til pedagogiske ledere. Det er fordi det er pedagogiske ledere som har ansvar for å iverksette og lede det pedagogiske arbeidet (Kunnskapsdepartementet, 2017, pedagogisk leder). Så på bakgrunn av dette, valgte jeg følgende problemstilling:

***Hvilken kunnskap har pedagogiske ledere om kosthold, og hva er deres synspunkter om sukker under bursdagsfeiring i barnehagen?***

### 1.3 Oppgavens disposisjon

Denne bacheloroppgaven består av en innledningsdel, en teoridel, en metodedel, en analyse og tolkningsdel og avslutningsvis en konklusjon med avslutning. Oppgaven inneholder i tillegg en forside, forord, innholdsfortegnelse, litteraturliste og to vedlegg.

I teoridelen legger jeg frem teori som er relevant til problemstillingen og temaet jeg har valgt for oppgaven. Det medfører teori om sukker, bursdagsfeiring og personalets atferd og holdninger. Videre viser jeg til teori om hva som er sunne kostholdsvaner, smaksutvikling og foreldresamarbeid, da jeg mener det er relevant for å få et helhetlig bilde av problemstillingen og temaet. I metodedelen går jeg nærmere inn på hvorfor jeg valgte kvalitativ metode og jeg belyser hva et kvalitativt intervju innebærer. Jeg beskriver også valg av informanter, gjennomføring av intervjuene og vurderer metoden jeg har anvendt. I analyse og tolkningsdelen presenterer jeg mine funn fra undersøkelsen, før jeg knytter funnene opp mot teori og tolker. Avslutningsvis kommer jeg med en konklusjon av funnene fra undersøkelsen og knytter den opp mot problemstillingen.

## 2.0 Teori

### *2.1 Fordeler og ulemper med sukker*

Ingul (2016) skriver at karbohydrater er den viktigste kilden til energi i et norsk kosthold. Vi har enkle og sammensatte karbohydrater, og skiller mellom disse. Enkle karbohydrater fører til en rask økning av blodsukkeret og finnes blant annet i brus, kjeks, kaker eller andre sukkerholdige matvarer. Sammensatte karbohydrater fører derimot til en langsommere økning av blodsukkeret og gir mennesker energi som varer lenger. Sammensatte karbohydrater finnes i matvarer som for eksempel grovt brød og knekkebrød, havregryn og grønnsaker (s. 277). Ifølge Helsedirektoratet bør tilsatt sukker begrenses til under ti energiprosent da det tilfører rask økning av blodsukkeret, men lite vitaminer og mineraler (2016).

Eeg hevder at noen helse-bevisste mennesker har forsøkt å fjerne sukker helt fra dietten sin, men hun mener at sukker først blir usunt når det tas i store mengder. Sukker kommer med noen fordeler, som at det kan forbedre smaken av ulike matvarer. Sukkeret kan blant annet balansere syren i sauser, eddik og tomatbaserte produkter (2012). I tillegg mener Jespersen at sukkeret bidrar til sprøhet til bakverk, og at det har en konserverende effekt til langtidsholdbare produkter (2017). Likevel er det flere ulemper med sukker, enn fordeler. Helsedirektoratet (som referert i Helsenorge) skriver at et for høyt inntak av sukker kan øke risikoen for vektøkning, overvekt og fedme (2017). Ifølge Øen og Kårstad (2017) er fedme en direkte årsak til økt sykkelighet blant barn, hvor mage- og tarmproblemer, skjelett- og muskelplager eller søvnproblemer kan forekomme. Det kan føre til at risikoen for diabetes type to og noen former for kreft øker (s. 116). Som Arnesen hevder, spiser barn og unge i dagens samfunn mindre sukker enn før, men det er fremdeles mange som spiser mer enn hva som er anbefalt av Helsedirektoratet. Derfor mener han at man bør redusere sukkerinntaket hos barn, slik at de spiser mindre av de enkle karbohydratene (2017). Ingul (2016) mener man kan forebygge kostholdsproblemer ved å redusere sukkerinntaket hos barn, hvor hun også skriver at det er enklere å forebygge kostholdsproblemer enn å behandle dem (s. 287). I rammeplanen står det at personalet skal kjenne til og praktisere nasjonale føringer for helsefremmende og forebyggende tiltak som gjelder for barn (Kunnskapsdepartementet, 2017, kropp, bevegelse og helse).

## 2.2 Gode og sunne kostholdsvaner

Glaser (2013) hevder at barn tilbringer mer av sin våkne tid sammen med profesjonelle omsorgsgivere enn de gjør med sine foreldre (s. 25). Ifølge Helsedirektoratet (2018) inntar barnehagebarn 40-60 prosent av det daglige energiinntaket sitt i barnehagen, noe som vil si at barnehagen og personalet har en stor innflytelse på barnets totale kosthold og matvaner (s. 5).

Mat inneholder ulike næringsstoffer som gir barn energi og byggematerialer til kroppen (Langholm & Tuset, 2013, s. 27). Et variert kosthold vil dermed være viktig for barna med tanke på at de er i vekst og utvikling, og trenger å få i seg de nødvendige næringsstoffene (Osnes, Skaug & Kaarby, 2010, s. 241). Ingul (2016) mener at man kan sørge for at barn ikke får mangel på nødvendige næringsstoffer ved å gi dem et variert kosthold (s. 276). Nasjonal og faglig retningslinje for mat og måltider i barnehagen, heretter henvist som *retningslinjene*, er et hjelpemiddel for barnehagen som kan brukes til å kvalitetssikre mat og måltider (Helsedirektoratet, 2018). I retningslinjene under punkt tre, står det at måltidene i barnehagen bør settes sammen av flere grupper matvarer for å ha god ernæringsmessig kvalitet og sikre innholdet av næringsstoffene barn trenger. Gruppene av matvarer som Helsedirektoratet har satt sammen er:

Gruppe 1: Grovt brød, grove gryn og kornprodukter, havregrøt, poteter, fullkornsrís, fullkornspasta og lignende.

Gruppe 2: Grønnsaker, frukt og bær.

Gruppe 3: Linsler, bønner og erter, fisk og annen sjømat, ost og andre meieriprodukter, egg og kjøtt (2018).

Videre står det under punkt fem i retningslinjene, at vann alltid bør være tilgjengelig for barn i barnehagen (Helsedirektoratet, 2018). Langholm og Tuset (2013) hevder at vann utgjør 70-80 prosent av kroppsvekten til barn, noe som fører til at de er mer utsatte for å bli dehydrerte (s. 55). I tillegg til dette, mener Ingul (2016) at man bør fokusere på et naturlig og sukkerfritt kosthold (s. 280). Med andre ord bør mat og måltider som serveres i barnehagen være variert. Ved å ha et variert kosthold vil det sikre at barn får smakt på forskjellig mat, og på den måten lære seg å like flere forskjellige smaker, lukter og konsistenser (Helsedirektoratet, 2018). Det vil være viktig fordi Helsedirektoratet (som referert i Langholm & Tuset, 2013) mener at kostholdet man danner i tidlig alder, påvirker barnets helse og helsen som voksen i senere tid (s. 11). Det kan også føre til at barnet spiser allsidig senere i livet (Ingul, 2016, s. 287).

Til tross for at et variert kosthold med god ernæringsmessig kvalitet er betydningsfullt i gode

og sunne kostholdsvaner, spiller andre roller også inn. Langholm og Tuset (2013) skriver at rammene rundt måltidene har en betydning for hvordan barn og voksne opplever situasjonen, i tillegg til at det kan påvirke hvor mye mat barnet får i seg (s. 22). Ifølge retningslinjene bør barn kjenne til hva som er god hygiene i forbindelse med mat og måltider slik at man kan hindre smitteoverføring og forebygge infeksjoner. Det står også at barn bør få god tid til å spise slik at de kan spise seg mette og oppleve måltidsglede. Personalet på sin side, bør opptre som gode rollemodeller slik at de kan vise hvordan man skal omgås rundt et bord (Helsedirektoratet, 2018). Det handler om det Glaser (2017) beskriver som direkte regler, og som handler om bordskikk (s. 39). Hun skriver videre at ved å ha direkte regler kan det føre til at barn ikke får markert seg som personer med selvstendige meninger (Glaser, 2017, s. 42). Det mener Haugen og Karlsson (2017) kan føre til at barnet hevner seg i omgivelsene, noe som kan være bevisst eller ubevisst fra deres side (s. 161). Ifølge rammeplanen skal barnehagen ivareta barnas rett til medvirkning (Kunnskapsdepartementet, 2017, barns medvirkning). Når det gjelder måltidene i barnehagen, mener Glaser (2017) at barnehagen har stor mulighet til å la barna medvirke. Det hevder hun kan føre til at barn blant annet utvikler større matglede (s. 59). Gjennom medvirkning kan det ifølge Aasen og Wilhelmsen (2017) skape romslige prosesser, hvor barn får mulighet til å uttrykke seg og bli møtt i forhold til deres forutsetninger. Det vil også kunne bidra til helhetlig helse og læring for barn. De beskriver også sunn-mat-scenariotet, som har en litt annen tilnærming. Det går ut på at barna får servert sunn mat og drikke, men ikke medvirket i like stor grad (s. 30-31). Øen og Kårstad (2017) mener at den pedagogiske tilnærmingen er viktig og betyr mer for barns læring, enn når de bare får høre om hva som er sunt og bra for kroppen deres. Derfor bør barnehagepersonell få mulighet til å dra på [...] kurs, som også kan bidra til helsefremmende tiltak (s. 118-120).

### *2.3 Personalets atferd og holdninger*

Ingul (2016) skriver at ansatte i barnehager er viktige rollemodeller for barna, hvor de lærer av hva man gjør og ikke det en sier. Derfor mener hun at ansatte må jobbe med sine holdninger til mat og kosthold for å gå frem som gode eksempler. Om man skal få et barn til å teste ut nye matvarer, er nemlig atferden og holdningen til de ansatte svært viktig. Dersom en ansatt sier noe verbalt og uttrykker noe annet med kroppsspråket, kan det ha en negativ effekt for barnet som skal smake på en ny matvare. Hun hevder derfor at personalet bør spise det samme som, og sammen med barna. Det er fordi Sepp (2001, som referert i Ingul, 2016)



studerte måltidsituasjoner og fant ut at barna opplevde personalet i barnehagen som «matpoliti» når de satt sammen med dem, men ikke spiste med dem (s. 288). Ved å gå inn som «matpoliti» hevder Greve at en kan skape syndebukker med et «vi og dem». Hun legger derfor vekt på at personalet må tenke over sitt verbale språk, men også kroppsspråket (2017). Det viser definisjonsmakten voksne kan ha i barnehagen, som Bae (1996) beskriver som at den voksne står i en stor posisjon når det gjelder barns opplevelse av seg selv i ulike situasjoner (s. 147).

#### *2.4 Smaksutvikling*

Ifølge Langholm og Tuset (2013) er barn predisponert for å like noen smaker, og da spesielt søt [...] mat. Det vil si at kroppen deres liker søt smak før fødselen, og at det er menneskets evolusjon som har medført en søken etter den søte smaken for å sikre kroppen nok energi til å overleve (s. 61). Almli som er seniorforsker skriver også litt om dette. Hun forsket på 151 norske barnehagebarn fra de var fire til de ble seks år, for å finne deres smakfølsomhet. Funnene hun gjorde, viste at barna ble mindre følsomme for søtsmaken gjennom de årene hun fulgte dem. Forskningen viste også at jo mer søt mat barna fikk, hang sammen med en sterkere tiltrekning til søt smak hvor barna lærte seg å like den søte smaken bedre enn de gjorde før. Det mener hun kan føre til at barnet sakte vil inkludere mer sukker i kostholdet, og at de vil ta med seg den vanen videre i livet (2018). Germeten (2017) skriver noe av det samme, hvor hun mener at det barnet blir tilbydd som liten, vil skape barnets matsmak og preferanser (s. 151).

#### *2.5 Bursdagsfeiring i barnehagen*

Under punkt seks i retningslinjene, skriver Helsedirektoratet at «det er mange bursdager, merkedager, høytider og spesielle anledninger som foreldrekaffe, turdager og temadager i løpet av et barnehageår». De skriver videre at barnehagen kan bidra til at barna får et for høyt inntak av sukker og fett, hvor mer næringsrik mat og drikke på den måten kan erstattes. Derfor anbefaler de at barnehagene finner sunnere alternativer under feiring og markering. Likevel kommer det frem at det vil være naturlig å markere høytidene med det som er knyttet til den, selv om man må se begivenhetene i sin helhet. Det kan for eksempel være luciafeiring som markeres med lussekatter (2018).

Ingul (2016) hevder at flere barnehager har valgt å fjerne søtsakene under bursdagsfeiring i

barnehagen, hvor det heller erstattes med aktiviteter eller opplevelser som barna får velge som feiring (s. 281). Fladset skriver noe av det samme. Hun mener fokuset bør rettes mot bursdagsbarnet med krone, flagg og sang i stedet for søtsakene. Hun skriver et forslag om å servere et fruktfat som er gjort noe ekstra ved under feiringen, til tross for at de fleste barna spiser rikelig med frukt hver eneste dag i barnehagen (2012). Dette er noe Ingul (2016) også foreslår, i tillegg til bær eller grønnsaker (s. 285).

## *2.6 Foreldresamarbeid*

Glaser (2013) mener at en av de viktigste oppgavene man har som pedagog, er å samarbeide tett med foreldre. Det begrunner hun med at barnas utvikling i stor grad er knyttet til foreldrenes trivsel og tillit til barnehagen (s. 18). Rammeplanen legger vekt på at barnehagen skal legge til rette for at foreldre og barnehagen jevnlig kan utveksle observasjoner og vurderinger knyttet til barnets helse [...]. Videre står det at barnehagen skal forklare sine vurderinger til foreldrene og ta hensyn til deres synspunkter (Kunnskapsdepartementet, 2017, samarbeid mellom hjem og barnehage).

Nielsen (som referert i Glaser, 2013) mener at den moderne oppdragelsen byr på store utfordringer. I dagens samfunn gir media mange forskjellige råd til foreldre, som for eksempel hva slags fett en mor bør velge til sitt barn eller hvordan man kan lage morsomme matpakker til barna (s. 25-26). Ifølge Glaser (2013) kan det være en grunn til at foreldre blir usikre i rollen sin som foreldre. En annen grunn til at foreldre kan bli usikre i rollen sin, hevder hun at er i møte med den profesjonelle barneomsorgen da personalet fremstår som forbilder (s. 25). En vil som barnehagelærer møte på de usikre foreldrene, men også foreldre som stiller krav til personalet og barnehagen (Glaser, 2013, s. 15). Ved møte med usikre foreldre vil veiledning og støtte fra personalet i barnehagen være viktig og nødvendig (Øen & Kårstad, 2017, s. 118). Ved usikkerhet på helsefremmende arbeid og hvor kostholdet til barnet går ut over deres helse og utvikling, skal personalet bidra med råd og veiledning (Øen & Kårstad, 2017, s. 118). Øen og Kårstad (2017) mener likevel at man må huske på at det kan være et vondt tema for foreldrene, noe som gjør at en må ha en god relasjon med dem før det tas opp. Å observere, respondere og bekrefte deres opplevelser, følelser og tanker vil være viktig her. De bemerker også at foreldrene bør få mulighet til å uttrykke seg fritt, og at personalet bør være forsiktig med spørsmålene man stiller slik at det ikke gir dem skyldfølelse (s. 118-119).

Når man derimot møter foreldre som har klare krav til personalet og barnehagen, skriver Glaser (2013) at fagpersonen må lytte til det foreldrene har å si, deres behov og ønsker for samtalen. Fagpersonen kan ved å stille provokative spørsmål bidra til foreldrenes bevisstgjøringsarbeid, samtidig som at de kan finne ulike måter å løse en eventuell situasjon på (s. 92-94). I likhet med at rammeplanen mener at barnehagen skal ta hensyn til foreldrenes synspunkter, mener også Glaser (2013) at en fagperson bør se foreldrenes innspill som viktige og eventuelt revurdere egen praksis i barnehagen (s. 35).

Langholm og Tuset (2013) mener at mat og kosthold er et tema som bør tas opp med foreldrene under tilvenningssamtalen i barnehagen. De skriver videre at det kan være lurt å ta det opp igjen ved en senere anledning i løpet av barnehageåret. På den måten kan informasjon om barnehagens retningslinjer, regler og mattradisjoner være temaer, mens barnets foreldre får fortelle om sin hjemlige matkultur, matvaner og eventuelt begrensninger (s. 20).

## 3.0 Metode

### 3.1 Kvalitativ metode

Da jeg skulle velge hvilken metode jeg ønsket å bruke i min undersøkelse, kunne jeg velge mellom to hovedtyper; kvantitativ og kvalitativ metode (Bergsland & Jæger, 2014, s. 66). I dette kapitlet skal jeg fokusere på den kvalitative metoden, da det er den metoden jeg har valgt å anvende i min bacheloroppgave. Ifølge Dalland (2014) har den kvalitative metoden som hovedmål å fange opp mening og opplevelse som ikke lar seg tallfeste eller måle. Ved å bruke den kvalitative metoden finnes det ulike innsamlingsmetoder som blant annet intervju, observasjon og spørreskjema (s. 112/114). På bakgrunn av min problemstilling som jeg tidligere har nevnt at er; «**Hvilken kunnskap har pedagogiske ledere om kosthold, og hva er deres synspunkter om sukker under bursdagsfeiring i barnehagen?**», ble det mest naturlig å velge den kvalitative metoden og da intervju som innsamlingsmetode. På den måten kunne jeg få mulighet til å gå mer i dybden på svarene til informantene, få et mer utfyllende svar om det var noe som var uforståelig og unngå misforståelser. I tillegg kunne jeg få mulighet til å se fenomenet innenfra og få et jeg-du-forhold (Dalland, 2014, s. 113). Det mener jeg er svært relevant for min problemstilling, med tanke på at jeg ønsket å fange opp kunnskapen og synspunktene til pedagogiske ledere.

### *3.2 Det kvalitative intervjuet*

Ifølge Dalland (2014) har intervju som mål om å hente inn kvalitativ kunnskap, uttrykt med det verbale språket. Han mener at spørsmålene en stiller under intervjuet må være åpne, slik at man får så utfyllende svar som mulig (s. 156). Før man utfører intervju, skal man ha utarbeidet en intervjuguide som skal lede en gjennom intervjuet og sørge for at emnene som skal tas opp dekkes (Dalland, 2014, s. 167). Bergsland og Jæger (2014) beskriver hvordan de gode spørsmålene utarbeides. De mener i likhet med Dalland, at spørsmålene bør være åpne slik at det gir informantene rom til å reflektere og redegjøre for sine opplevelser og erfaringer. «Hvorfor» spørsmål er noe de legger vekt på at bør unngås fordi det kan føre til at informantene blir usikre (s. 72). På bakgrunn av Bergsland og Jæger sine beskrivelser og ved hjelp av mine veiledere, utarbeidet jeg en intervjuguide som ble knyttet opp mot problemstillingen og som førte til gode og utfyllende svar (se vedlegg 1, s. 30-31). Jeg vil likevel presisere at jeg fant områder underveis i analysene hvor jeg kunne stilt oppfølgingsspørsmål for å få enda mer utdypende svar.

Bergsland og Jæger (2014) hevder at fortolkning og kontekst er to helt sentrale begreper innenfor den kvalitative metoden. Det handler om at man ikke er ute etter en objektiv sannhet. Det vil si at man som forsker alltid tolker, og at tolkningen avhenger av konteksten en befinner seg i. Videre skriver de om at den hermeuetiske fortolkningsprosessen vil ha en sentral plass, som handler om at forståelse og tolkning leder til ny forståelse og ny tolkning (s. 66). Jeg vil dermed også her presisere at jeg som forsker i denne undersøkelsen, tolker svarene jeg har fått av informantene og ikke ønsker å fremstille mine funn som en objektiv sannhet.

### *3.3 Valg av informanter*

Da jeg skulle velge informanter til intervjuene jeg skulle utføre, hadde jeg et ønske om å finne noen som både har interesse for mat og kosthold i barnehagen, men som i tillegg har litt erfaring. Det var også ønskelig at de hadde ulik kunnskap og ulike synspunkter slik at det kunne bli variasjon i svarene. Med tanke på at jeg har kjennskap til to pedagogiske ledere i forskjellige barnehager som jeg vet både har interesse, ulike synspunkter og erfaring, tok jeg kontakt med dem. At jeg har kjennskap til informantene, vurderte jeg som en fordel for min del. Først og fremst tenkte jeg at intervjuene kom til å ha en bedre flyt og at informantene ikke kom til å si det de trodde jeg ønsket å høre, ettersom at vi har kjennskap til hverandre. På

en annen side, mener Bergsland og Jæger (2014) at den som intervjuer må etablere en atmosfære hvor den intervjuede føler seg trygg nok til å snakke fritt om sine opplevelser og følelser (s. 72). Med tanke på at jeg aldri har utført et intervju i forbindelse med en undersøkelse, tenkte jeg at det ville bli enklere å etablere en trygg atmosfære når jeg har kjennskap til informantene fra før av. I situasjoner jeg ikke har vært borte i før kan jeg virke noe usikker, noe som jeg vurderte som ugunstig i denne sammenhengen. Etter at intervjuene var utført, viste det seg at det å ha kjennskap til informantene fungerte godt i mitt tilfelle.

Jeg har valgt å bruke fiktive navn på mine informanter. Det har jeg gjort fordi jeg selv føler å ha bedre oversikt over hvilke informanter som har sagt hva i teksten, og fordi jeg synes det blir lettere å skrive. Derfor har jeg valgt å kalle mine informanter for Silje og Trine. Her er litt informasjon over informantene jeg valgte å intervjuer:

1. Silje 53 år. Jobbet i barnehage siden 1991, begynte da som styrer. Hun fikk en ny stilling som pedagogisk leder to år etter, og har siden den gang jobbet som pedagogisk leder. Hun har mye erfaring fra forskjellige barnehager.
2. Trine 27 år. Jobbet i barnehage siden 2017, begynte da som pedagog 2 med lederansvar og gikk over som pedagogisk leder året etter. Hun har studert barnehagelærer i Oslo, gått på barne- og ungdomsarbeiderlinjen på videregående og har hatt mye praksis i barnehage.

### *3.4 Gjennomføring av intervjuene*

Etttersom jeg har kjennskap til begge informantene, sendte jeg dem en melding hvor jeg la med et informasjons- og samtykkeskjema (se vedlegg 2 på s. 32-34). Etter at de gav meg tilbakemelding om at de kunne stille til intervju og hadde skrevet under på samtykkeskjemaet, spurte jeg dem om når det passet å utføre intervjuet og hvor de ønsket å gjennomføre det. Det var et bevisst valg da jeg vet at tiden i barnehagen kan være knapp, og fordi jeg ønsket at de skulle bli intervjuet på et sted som de opplever som trygge omgivelser.

Før selve intervjuet begynte, startet jeg med å gå gjennom informasjonsskrivet med informantene. På den måten kunne jeg forsikre meg om at de var klar over hvilke rettigheter de har, og hvordan jeg skulle ta vare på datamaterialet. Det ville også føre til at jeg kunne forsikre meg om at det ikke var noe som var uklart for dem og at det ikke kom til å oppstå misforståelser underveis i prosessen.

Begge intervjuene skulle i utgangspunktet skje i barnehagene til informantene hvor vi hadde

avtalt et tidspunkt som passet best for dem. Det første intervjuet ble gjennomført i barnehagen, noe jeg synes var meget interessant og spennende. Men på grunn av den spesielle tiden vi er inne i nå, ble ikke gjennomføringen av det andre intervjuet gjennomført slik som vi hadde planlagt. Ettersom Coronaviruset kom til Norge og barnehagene ble stengt før jeg hadde utført det siste intervjuet, måtte det løses på en alternativ måte. Det andre og siste intervjuet ble derfor utført over telefonen. Det ble dermed to forskjellige måter å gjennomføre intervjuene på, til tross for at det var en likhet. De fikk begge tilsendt intervjuguiden som de hadde foran seg under intervjuene. Informantene fikk snakke uforstyrret, men jeg stilte noen oppfølgingsspørsmål når det var noe jeg lurte på eller om det var noe jeg ønsket at de skulle utdype enda mer. Gjennomføringen av intervjuene hadde en god flyt hvor det var driv over samtalen, og en generelt positiv opplevelse (Dalland, 2014, s. 172-173).

### 3.5 Forskningsetikk

Når en skal gjennomføre undersøkelser har man et etisk ansvar. Ifølge Bergsland og Jæger (2014) er behandlingen av personopplysninger et viktig aspekt, hvor en skal sørge for at den enkelte ikke blir krenket gjennom behandlingen av personopplysningene (s. 83). Da jeg valgte å bruke intervju med lydopptaker som innsamlingsmetode måtte jeg ha godkjenning fra Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste, heretter henvist som *NSD*. NSD skal vurdere om opplegget til en undersøkelse oppfyller kravene for å ivareta personvernet til de menneskene som deltar i undersøkelsen (Dalland, 2014, s. 101). Jeg måtte i tillegg utføre et arbeidskrav hvor Dronning Mauds Minne Høgskole testet om vi hadde nok kunnskap om personvern, hvor kravet var 100% rett for å få det godkjent. Etter at arbeidskravet var godkjent og NSD hadde godkjent søknaden, kunne jeg utføre intervjuene jeg skulle ha.

Som nevnt tidligere, skrev jeg et informasjons- og samtykkeskjema til informantene i forbindelse med intervjuene. Etter oppfordring fra Bergsland og Jæger (2014) skrev jeg om undersøkelsens overordnede mål, at deltakelsen er frivillig og at informanten kunne trekke seg når som helst uten konsekvenser for hen (s. 83). Jeg informerte videre om at intervjuet ville bli tatt opp med lydopptaker, at alle personvernopplysninger ville bli anonymisert og hvilket tidspunkt personopplysningene ville bli slettet. Jeg skrev at alle personopplysninger ville bli slettet innen 6. mai da det var da jeg egentlig skulle levert bacheloroppgaven. Men på grunn av Covid-19, fikk jeg utsatt leveringsdatoen på oppgaven. Jeg informerte derfor mine informanter om at datoen hvor jeg skulle slette alle personopplysningene ble 22. mai i stedet,

noe som var greit for dem.

For å unngå at personopplysninger skulle bli tilgjengelig for uvedkommende, har jeg sørget for å bevare lydopptakeren på et sted som bare er tilgjengelig for meg, jeg har ikke lyttet på opptakene med andre tilstede, og til slutt har jeg sørget for at ingen andre enn meg har hatt tilgang til hele transkripsjonen jeg skrev etter endt intervju.

I denne bacheloroppgaven legger jeg vekt på konfidensialitet ved å bruke fiktive navn på begge informantene, og jeg kommer ikke til å gå ut med personlig data som kan avsløre informantenes identitet (Bergsland & Jæger, 2014, s. 85). Jeg har hatt god kontakt og åpen dialog med informantene gjennom hele prosessen, hvor jeg har valgt å stille dem noen spørsmål på noe som jeg ikke synes kom godt nok frem. Slik jeg ser det, kan jeg på den måten få frem funnene på en ordentlig måte hvor informantene ikke blir krenket eller at det blir ubehagelig for dem (Dalland, 2014, s. 107).

### *3.6 Metodekritikk*

Bergsland og Jæger (2014) mener at man skal være kritisk og reflektere over metoden og innsamlingsstrategiene en har valgt å bruke når en undersøkelse er utført (s. 80). Under planleggingen av hvor mange informanter jeg trengte for å utføre undersøkelsen, hvem jeg skulle kontakte og hvor intervjuene skulle foregå, utarbeidet jeg tanker om hvordan prosessen kom til å forekomme. Som jeg har nevnt tidligere i oppgaven, har vi vært og er vi fremdeles inne i en spesiell tid hvor Covid-19 herjer. Det vil si at intervjuprosessen ikke ble slik jeg hadde planlagt at den skulle bli, som igjen har ført til at jeg har måtte foreta endringer underveis i bachelorprosessen. Jeg vil derfor nå reflektere over metoden og innsamlingsstrategien jeg har valgt å bruke.

Bergsland og Jæger (2014) skriver at «forskningsmetoder kan brukes til systematisering av og gi innsikt i menneskelig uttrykk, enten språklige ytringer eller handling» (s. 66). I det første intervjuet jeg gjennomførte, opplevde jeg å få et helhetlig inntrykk hvor jeg kunne lytte til det informanten sa verbalt, men også observere kroppsspråket hun hadde når hun snakket. På den måten følte jeg at det var lettere å sette meg inn i og forstå transkripsjonen når jeg tok den frem igjen til analyse og tolkningsdelen. Ifølge Dalland (2014) sørger det også for en rikere tolkning, noe jeg fikk erfare (s. 177). Slik ble det imidlertid ikke i det andre og siste

intervjuet. Med tanke på at barnehagene ble stengt, måtte intervjuet løses på en alternativ måte og ble utført over telefonen. Det gjorde at jeg ikke hadde samme mulighet til å observere kroppsspråket til informantene, som igjen førte til at transkripsjonen ikke ble like utfyllende som i det første intervjuet. Dette kan komme til syne i analyse og tolkningsdelen.

En annen svakhet eller utfordring ved bruk av kvalitativt intervju, kan være at mine forutsetninger kan forme svarene jeg får fra informantene (Bergsland & Jæger, 2014, s. 68). Som jeg har skrevet tidligere, har jeg kjennskap til informantene og vurderte det til at det var en fordel for min del. Det er fordi jeg tenkte at de blant annet kom til å si det de mente, og ikke det de trodde jeg ønsket å høre (se s. 12). Likevel blir det en antakelse og synsing fra min side, da jeg ikke vet det med sikkerhet. Jeg forsøkte å holde meg så nøytral som mulig og lot dem få snakke fritt, men det kan ikke utelukkes at jeg har hatt en viss påvirkning til svarene jeg har fått. I tillegg til dette, mener jeg at det kan være en utfordring å finne informanter som har mulighet til å stille til intervju. Det er mange studenter, både bachelorstudenter og masterstudenter som søker etter informanter på samme tid. Det kan føre til at det blir en utfordring å finne noen som har mulighet til å stille til intervju. Jeg hadde en plan om å intervju tre informanter, men da den siste informant trakk seg på grunn av situasjonen med Covid-19, ble ikke det noe av. Jeg fikk ingen til å stille opp på et tredje intervju, men jeg la heller ikke ned en stor innsats for å finne den siste informanten. Det er fordi jeg vurderte svarene fra de to første informantene som utfyllende nok, til at jeg hadde mye å gå etter i undersøkelsen.

## **4.0 Analyse og tolkning**

I dette kapittelet vil jeg først presentere mine funn fra undersøkelsen jeg har gjennomført, før jeg knytter relevant teori opp mot funnene og tolker. Sitat fra informantene vil bli brukt for å belyse deres kunnskap og synspunkter.

### *4.1 De sunne kostholdsvanene*

Begge informantene ble spurt om hva de mener inngår i sunne kostholdsvaner. Svarene var korte, konkrete og ganske like. I intervjuene kommer det frem at de begge mener at et balansert og variert kosthold er viktig. De forteller videre at personalet bør introdusere barna for mange forskjellige matvarer. Slik jeg tolker svarene fra informantene, har dette en



sammenheng. For ved å gi barn et variert kosthold, vil det gi dem mulighet til å smake på mange forskjellige matvarer. Det vil igjen føre til at barna kan lære seg å like forskjellige smaker, lukter og konsistenser (Helsedirektoratet, 2018). I tillegg er svarene fra informantene i tråd med Helsedirektoratet sine retningslinjer for mat og måltid i barnehagen. Som beskrevet i kapittel 2.2, har Helsedirektoratet satt sammen tre grupper av matvarer (se s. 7). Ved å forholde seg til de tre gruppene, kan personalet sørge for et balansert og variert kosthold hvor de forsikrer seg om at barna får i seg de nødvendige næringsstoffene kroppen trenger for å fungere i hverdagen. Det kan også tenkes at informantene legger vekt på dette, fordi barn er i vekst og utvikling og dermed trenger å få i seg alle de nødvendige næringsstoffene (Osnes, Skaug & Kaarby, 2010, s. 241).

Silje legger videre til at vann er viktig og at det bør være tilgjengelig for barna til en hver tid, noe hun begrunner med at det står nedfelt i retningslinjene. Det kan også forstås med det Langholm og Tuset (2013) skriver med at vann utgjør 70-80 prosent av kroppsvekten til barn, noe som gjør at de er mer utsatte for å bli dehydrerte (s. 55). Barn er aktive og beveger seg store deler av dagen, og i min tid som ringevikar i ulike barnehager har jeg opplevd at barn fort kan glemme å drikke om det ikke er lett tilgjengelig for dem.

Videre spurte jeg informantene om hvordan vi kan fremme sunne kostholdsvaner hos barn. Her var svarene til informantene forskjellige, hvor Silje forteller:

*«Jeg mener at vi må vektlegge måltidene i barnehagen, og at det er viktig at vi i personalet er på og bevisste rundt dette med måltider. De fleste barna spiser faktisk flere måltider i barnehagen enn i sitt eget hjem. Så for at vi skal fremme sunne kostholdsvaner er det viktig at vi fokuserer på rammene rundt måltidene, fordi det handler om mer enn bare et kosthold med riktig ernæring med sunn og god mat. Vi skal blant annet vaske hender, sitte rolig til bords og sende matvarer til hverandre».*

Som Silje forteller, spiser barna flere måltider i barnehagen enn i sitt eget hjem.

Helsedirektoratet (2018) støtter det opp og skriver at barn inntar 40-60 prosent av det daglige energiinntaket sitt i barnehagen (s. 5). Det Silje forteller etterpå, kan forstås med det Glaser (2017) beskriver som direkte regler. Hun hevder at de direkte reglene handler om bordskikk, som er et eksempel på det Silje forteller med å sitte rolig til bords og sende matvarer til hverandre (s. 39). Ved å fokusere på de direkte reglene fra barna er små av, kan det ifølge Helsedirektoratet føre til at barna får nok ro til å spise seg mette og oppleve måltids glede

(2018). På en annen side kan de direkte reglene føre til at barn ikke får markert seg som personer med selvstendige meninger, noe som er viktig i forhold til den demokratiske og kulturelle prosessen (Glaser, 2017, s. 42). Haugen og Karlsson (2017) hevder at om en person ikke får virke formende inn i omgivelsene, kan det føre til at personen hevner seg i disse omgivelsene (s. 161). Slik jeg forstår det, kan altså direkte regler dermed ha motsatt effekt på barna og bli gjort om til noe negativt. I tillegg legger rammeplanen vekt på at barnehagen skal ivareta barnas rett til medvirkning, noe som gjør at jeg ønsker å vise til medvirkningsperspektivet (Kunnskapsdepartementet, 2017, barns medvirkning). Ifølge Glaser (2017) vil matlaging og måltider være en stor mulighet til å la barna få være med å medvirke, som vil føre til at dem utvikler større matglede og kan tørre å smake på flere matvarer (s. 59). En kan derfor stille spørsmålstegn ved om barn får den muligheten ved å følge de direkte reglene, som igjen viser at det både er fordeler og ulemper med direkte regler i barnehagen. Jeg opplever det som at man må ha direkte regler, men at man som voksen til en hver tid må forsøke å ta barneperspektivet og lytte til det barnet uttrykker verbalt og nonverbalt.

Videre legger Silje vekt på at man skal vaske hender. Senere i intervjuet kommer det frem at hun mener at god håndhygiene er viktig for å forhindre smitte. Slik jeg forstår det Glaser (2017) skriver, går ikke det under de direkte reglene, men de indirekte reglene fordi det på mange måter er en selvfølge (s. 39). God håndhygiene er også noe retningslinjene vektlegger for å hindre smitteoverføring og forebygge infeksjoner (Helsedirektoratet, 2018). Voksne og spesielt barn tar i mye forskjellig i løpet av en dag, og det er derfor nødvendig å vaske hendene sine ofte, spesielt når man skal lage mat. Hendene er fulle av bakterier, og med god håndvask kan vi sikre at andre ikke blir dårlige av maten som serveres.

Svaret fra Trine var litt annerledes, hvor hun forteller:

*«Jeg tenker at det handler mye om hvordan vi som voksne snakker om mat, og hvilken holdning vi har til mat generelt. Det er viktig at vi ikke gjør mat til noe skummelt. At barn får være med å delta eller se på at maten blir kuttet opp til den havner i suppa, ser jeg på som svært viktig. For hvordan ser en gulrot egentlig ut? Hvordan smaker en gulrot når det er rå versus når den er kokt? Der er nemlig veldig forskjellig».*

Det med at Trine tenker at sunne kostholdsvaner handler om hvordan voksne snakker om mat og hvilken holdning vi har til mat generelt, støttes opp av Ingul (2016). Hun skriver at

personalet er viktige rollemodeller og at holdningene blir viktig for å stimulere barnet til å teste ut nye matvarer (s. 288). På bakgrunn av dette, forstår jeg det som at det er viktig at personalet spiser det samme som og sammen med barna så langt det lar seg gjøre. Her vil jeg vise tilbake til det Sepp (2001, som referert i Ingul, 2016) fant ut med at barna opplevde personalet som «matpoliti» når de satt sammen med barna under måltidet uten å spise (s. 288). Om man skal forsøke å få et barn til å smake på nye matvarer, men selv ikke smaker eller spiser det, kan barnet lure på hvorfor hen må spise det. Det vil kunne ha en negativ effekt overfor barna. Da blir det vanskelig å gå frem som gode rollemodeller med tanke på at barn ikke gjør som man sier, men gjør som man gjør (Ingul, 2016, s. 288).

Videre bemerker Trine at det er viktig at barn får delta i matlagingen, noe også Ingul (2016) vektlegger (s. 291). Det er ikke unaturlig å tenke at det kan handle om at barna på den måten får være med på å utforske, oppleve mestringsfølelse, danne et fellesskap, få en positiv opplevelse eller få følelsen av å samarbeide i gruppe. Langholm og Tuset (2013) på sin side, skriver at barna får førstehåndserfaringer, samtidig som at matlaging blant annet bidrar til læring av språk, matematikk, hygiene og finmotorikk (s. 95). Det har midlertidig også vist seg at barn som får delta i matlaging, tar med seg de gode vanene hjem (Øen & Kårstad, 2017, s. 119).

#### *4.2 Kompetanse*

Jeg spurte begge informantene om hvem som har ansvar for hvilken mat som serveres i barnehagen, hvor Silje forteller at de ikke har ansatte med spesiell kompetanse innenfor mat og kosthold. Det er noe personalet styrer med selv, men Silje har tatt på seg hovedansvaret for kostholdet i barnehagen. Jeg spurte henne derfor om hun hadde fått tilbud om å dra på kurs for å få mer kunnskap om mat og måltider, noe hun bekreftet. Kurset hun hadde vært på, er i regi av Helsedirektoratet og heter «Bra måltid i barnehagen». Ifølge Øen og Kårstad (2017) kan [...] kurs for barnehagepersonell være et helsefremmende tiltak (s. 120). På den ene siden mener Øen og Kårstad (2017) at det kan sørge for sunne måltider, som igjen fremmer sunn og god helse. På en annen side kan det også bidra til pedagogisk tilnærming som betyr mer for barns læring, enn å bare få informasjon om hva som er sunt og bra for kroppen (s. 118-119). Med bakgrunn i dette, opplever jeg at medvirkning og deltakelse blir viktige momenter til den pedagogiske tilnærmingen. Det er noe Silje benevner hvor hun forsøker å la barna få være med på å bestille matvarer, samtidig som at de får være med å handle ingredienser i butikken

til bursdagen deres. Det beskriver Aasen og Wilhelmsen (2017) som romslige prosesser, hvor barna får mulighet til å uttrykke seg, bli møtt ut fra deres forutsetninger og medvirke i aktiviteter med matvarer (s. 30-31). Det bidrar til helhetlig helse og helhetlig læring hos barn, samtidig som at det kan føre til at de spiser mer allsidig og tar med seg gode kostholdsvaner senere i livet (Ingul, 2016, s. 287). For å se det fra personalet sin side, forstår jeg det som at kurs kan bidra til at en blir tryggere på sin kunnskap og får et bedre grunnlag til å begrunne valgene man tar i barnehagen til de foresatte, noe som for øvrig står nedfelt i rammeplanen (se kapittel 2.6, s. 10).

Trine kunne fortelle at de har en kokk i barnehagen som lager mat hver mandag og onsdag. Likevel er det ikke kokken som har ansvaret for hvilken mat som serveres, da det er styreren i barnehagen som setter opp matplan fra uke til uke. Ved å sette opp matplaner, mener Øen og Kårstad (2017) at det sørger for at barnehagen blir helsefremmende og at mat, kosthold og måltid integreres i det pedagogiske arbeidet (s. 119). Slik jeg tolker det Trine forteller videre, er det både fordeler og ulemper med å ha kokk i barnehagen. Fordelen er at maten blir laget fra bunnen av og at personalet får mer tid sammen med barna, mens ulempen er at barna ikke får delta like mye i matlagingen som Trine tidligere har bemerket som viktig. Jeg tenker derfor at det kan stilles spørsmål om mat, kosthold og måltid integreres i det pedagogiske arbeidet ved hjelp av matplaner. I barnehagen får barna servert sunn mat og drikke, men ikke deltatt like mye som Trine ønsker. Det beskriver Aasen og Wilhelmsen (2017) som sunn-mat-scenarioet (s. 31). Trine forteller likevel at de forsøker å la barna delta og medvirke så langt det lar seg gjøre, men at tiden ikke alltid strekker til. I tillegg til dette, er kokken tilstede og lager varmmat til dem to ganger i uken, noe som er hovedgrunnen til at barna ikke får mulighet til å delta i matlagingen. Personalet prøver allikevel å la barna delta, med og blant annet skjære opp frukt til måltidene, lage ostesmørbrød eller røre i havregrynsgrøt når de har det.

#### *4.3 Det viktige fokuset ved bursdagsfeiring*

Begge informantene snakker om å ha feil fokus under bursdagsfeiring i barnehagen:

*«Jeg har tidligere jobbet i barnehager hvor det har vært foreldrene som har styrt under bursdagsfeiring, altså bestemt hva de vil servere til de andre barna. Jeg opplevde at de forsøkte å overgå hverandre, og vi bemerket det og sa for eksempel; ååh, se på den fine kaka!*

*Vi tok oss selv i å fokusere på at; det var en fin kake mammaen din hadde bakt. Vi var veldig på det, i stedet for å fokusere på barnet. Derfor synes jeg det var veldig riktig av oss å tone det ned litt og ha større fokus på barnet»*

- Silje

*«På de få månedene jeg hadde jobbet i barnehagen, synes jeg det var veldig mange langpanner med sjokoladekaker og godteriposer som ble sendt med til bursdagsfeiring, og jeg reagerte på at det var veldig mye søtsaker midt i uka. Derfor foreslo jeg for kollegaene mine at vi kunne rette fokuset mot noe annet enn godsakene på bursdagene, fordi det ble så feil fokus. For hva er egentlig viktig på en bursdag? Jo, det er barnet».*

- Trine

Ettersom begge informantene har opplevd å ha feil fokus under bursdagsfeiring i barnehagen, ønsker jeg å vise tilbake til kapittel 2.5 (se s. 9), hvor Fladset skriver om hvor fokuset bør være i en bursdagsfeiring (2012). Det samhandler med det informantene mener er viktig, og under intervjuene kommer det frem at begge barnehagene har endret tankegangen sin hvor de retter fokuset mer mot barnet med krone, bursdagsstol, raketter, fotografering, sang og «veiving» av barnet (ettersom hvor mange år barnet blir). At det er viktig og rett av barnehagene å sette fokuset mot barnet i stedet for søtsakene, tenker jeg at det er greit å argumentere for. Vi er i barnehagen for barna, ikke for søtsakene. Likevel tenker jeg at det kan stilles noen spørsmål her. Er sukker like farlig som vi skal ha det til? Skjer det endringer ved barna om man feirer med søtsaker i tillegg til den oppmerksomheten barnehagene allerede har innført? Og om man feirer med søtsaker, går det ut over annet matinntak? I så fall, på hvilken måte? Det som er spennende her og som kommer frem i intervjuene, er at den ene barnehagen feirer med søtsaker som pinneis, gelé, muffins eller kanelbolle. Den andre barnehagen feirer derimot bursdagene med smoothie, fruktspyd, rosiner eller popcorn. Det vil si at barnehagene til informantene feirer bursdagene forskjellig, til tross for at de har den samme oppmerksomheten rettet mot det enkelte barn.

I intervjuet med Silje forteller hun videre om at de har tatt et bevisst valg for å begrense søtsakene ved at de i utgangspunktet feirer på barnets fødselsdag så langt det lar seg gjøre, men at de slår sammen feiringene på fredagene om det er flere barn som har bursdag den samme uken. Hun presiserer at barna først må spise opp lunsjen sin før de begynner på bursdagsfeiringen og desserten. I forhold til det Silje forteller i selve intervjuet, har de et

varierte kosthold som er i tråd med retningslinjene til Helsedirektoratet. Slik jeg ser det, består dermed kostholdet deres av de sammensatte karbohydratene som fører til lenger energi (Ingul, 2016, s. 277). Jeg stilte henne derfor et oppfølgingsspørsmål om hun hadde merket endringer på barna etter at de hadde spist desserten, noe hun delvis avkrefter. På den ene siden mener hun at personalet setter en stemning i rommet som er preget av at det foregår en feiring med blant annet sang, raketter og krone. Den gode stemningen og oppmerksomheten, opplever hun at gjør noe med barna og som fører til at de blir revet med. Hun har derfor inntrykk av at det er selve stemningen og rammen rundt feiringen, som har mest påvirkning til barnas atferd. På den andre siden forteller hun videre at det er vanskelig å bedømme, og at det kan bli litt for mye til det enkelte barn som kanskje tåler mindre enn andre. Her ønsker jeg å vise til retningslinjene, hvor det står at barnehagen bør se begivenhetene i sammenheng med det totale antallet markeringer og feiringen i barnehagen (2018). Slik jeg tolker det Silje forteller, har de tatt et bevisst valg hvor de mener at desserten barna får under bursdagsfeiring, ikke utgjør en fare for barna eller deres helse. De fokuserer på et ellers sunt kosthold i hverdagen, som gjør at de få søtsakene barna får under bursdagsfeiringen ikke vil ha en betydning for om barna er sunne eller ikke. Dette er noe Eeg støtter opp, hvor hun forklarer at sukker først blir usunt når det tas i store mengder (2012). I undersøkelsen kommer det ikke frem hvor mange barn de har på sin avdeling, men jeg får ikke inntrykk av at barna får i seg store mengder med sukker.

Trine på sin side synes det ble for mye søtsaker midt i uken, og ønsket at fokuset skulle være rettet mer mot barna. Hun forteller videre at personalgruppen snakket sammen om hvordan de kunne rette fokuset mer mot barna, og hvilke alternativer de kunne servere fremfor kaker og godteriposer. Her viser hun til både Helsedirektoratet sine retningslinjer og rammeplanen. Som nevnt tidligere, fant Trine og personalgruppen ut at de kunne servere smoothie, fruktspyd, rosiner eller popcorn. Ingul (2016) og Fladset (2012) legger også vekt på at frukt, bær eller grønnsaker bør brukes som alternativer til festmat i stedet for de enkle karbohydratene. Det kan forstås med at det er sunnere og bedre for kroppen til barna, samtidig som at det gir energi som varer lenger og ikke er like søtt. Det kan sørge for at en forholder seg til det Helsedirektoratet anbefaler, med at tilsatt sukker burde begrenses til under ti energiprosent (2016). Likevel kan man stille spørsmålsteget ved om popcorn er greit å servere, da mange kan mene at det er i samme kategori som de andre søtsakene. Trine og personalgruppen, vurderte det allikevel til at det var greit å servere fordi det ikke er søtt og inneholder blant annet fiber. Hun bemerker i tillegg at det er sukker i frukt, men ikke det

tilsatte sukkeret som man får i søtsaker som kaker, kjeks og lignende.

#### 4.4 Foreldresamarbeid

Som nevnt i innledningen, har jeg vært gjennom fire praksisperioder i utdanningsforløpet mitt. På den tiden erfarte jeg at noen foreldre hadde klare krav på at barnet deres ikke skulle få i seg tilsatt sukker i barnehagen, noe som gjorde at jeg ønsket å få et innblikk i hvilke erfaringer informantene har med foreldrenes holdninger til sukker i barnehagen.

Silje forteller at hun ikke har opplevd at foreldrene har hatt formeninger om hvor mye sukker barna får i seg i løpet av en dag, og forteller om «frokostdesserten» som bekymrer henne litt:

*«Jeg og personalgruppen min reagerer på at barna har med seg frokostdessert, som vi har valgt å kalle det. Den tradisjonelle frokostmatpakken barn hadde med seg før i tiden, har blitt borte. Vi kan telle på fingrene hvor mange barn som har med seg ordentlig frokost og som er ordentlig sultne når de kommer til barnehagen. Frokostmatpakkene deres i dag inneholder som oftest kjeks, popcorn, bolle eller smoothie og barer som er kjøpt på butikken. Det er mange produkter som inneholder mye sukker, og som gjør at barna fra tidlig av blir vant til det store sukkerinntaket».*

Videre forteller hun at dette er noe de skal ta opp med foreldrene i en samtale for å høre hva de tenker med frokostmatpakken. Her viser jeg tilbake til kapittel 2.6 (se s. 10) hvor Nielsen (som referert i Glaser, 2013) mener at den moderne oppdragelsen byr på utfordringer (s. 25-26). Glaser (2013) mener at det kan være en grunn til at foreldrene kan bli usikre i forelderrollen. Hun hevder også at møte med profesjonell barneomsorg kan være en annen grunn (s. 25). Hvorvidt foreldrene opplever usikkerhet, er vanskelig og umulig å si med tanke på at Silje og personalgruppen ikke har tatt samtalen med foreldrene enda. Men på bakgrunn av det Silje forteller vil veiledning, råd og støtte fra personalet være nødvendig. Det står nedfelt i rammeplanen at barnehagen skal legge til rette for at foreldrene og barnehagen jevnlig kan utveksle observasjoner og vurderinger knyttet til barnas helse [...] (Kunnskapsdepartementet, 2017, samarbeid mellom hjem og barnehage). Som Øen og Kårstad (2017) skriver, kan det være et vondt tema for noen foreldre, noe som gjør det viktig å bygge en god relasjon om partene ikke allerede har det fra før. Det er også viktig å la foreldrene uttrykke seg fritt og bekrefte deres følelser, opplevelser og tanker for å ikke gi dem

skyldfølelse (s. 118-119). På den ene siden kan det tenkes at det er manglende kunnskap fra foreldrene, men på en annen side kan det være at de har sine grunner for at de lager «dessertfrokost». Aktiv lytting vil dermed være nødvendig, samtidig som at fagpersonen kan stille provokative spørsmål slik at de sammen finner en måte å løse situasjonen på (Glaser, 2013, s. 94). Barnet trenger en god frokost med masse næring ettersom det har en betydning for barns læring (Ingul, 2016). Det kan i tillegg forstås med at kroppen har vært uten næring gjennom hele natten og trenger påfyll av de sammensatte karbohydratene, slik at barna øker sin konsentrasjonsevne og har nok energi til lunsjen (s. 281).

Silje forteller videre at barna får i seg mange produkter som inneholder mye sukker under dessertfrokosten, og som gjør at de tidlig blir vant til det store sukkerinntaket. Det støttes opp av Langholm og Tuset (2013), men også Almlie (2018) (se kapittel 2.4, s. 9). Om barna spiser dessertfrokost i tillegg til at de får søtsaker under blant annet bursdagsfeiring, kan man vurdere om en bør begynne med forebyggende arbeid da det er lettere å forebygge kostholdsproblemer enn å behandle dem (Ingul, 2016, s. 287). Men som det har kommet frem tidligere i undersøkelsen, har Silje og personalgruppen vurdert det til at det ikke er en fare for barna eller deres helse (se s. 21). Det kan allikevel tyde på at Silje synes det blir litt mye sukker når barna i tillegg inntar frokostdesserten, ettersom de ønsker å ta det opp med foreldrene i et møte. Slik jeg opplever det, vil det være en begynnelse på forebyggende arbeid.

Trine har heller ikke opplevd at foreldrene har hatt store formeningar om sukker i barnehagen, og forteller at det personalet i barnehagen har blitt enige om. De har en regel i barnehagen som sier at barna kan ha med seg en ekstra god matpakke på turdagene, noe hun synes foreldrene er flinke til å overholde. Videre bemerker hun at hun ikke går inn som «matpoliti» om det skjer en sjelden gang. Det begrunner hun med at foreldrene vet hva slags regler som gjelder for deres barnehage, og fordi det kan være at andre foresatte har laget matpakken til barna akkurat den dagen. Greve hevder at vi kan skape syndebukker blant barna med et «vi» og «dem», om man går inn som matpoliti og fjerner matvarer barna har med seg (2017). Her vil jeg vise til definisjonsmakten voksne kan ha, og som i et slikt tilfelle kan underminere barns selvrespekt og selvstendighet (Bae, 1996, s. 147). Greve hevder i tillegg at det kan føre til mobbing, fordi vi voksne har presisert noe i plenum (2017). Hvorvidt det kan forekomme om man snakker til barnet eller tar bort maten deres en gang, kommer det ikke frem i det Greve skriver. Likevel er det viktig at man som voksen er klar over definisjonsmakten en har, og at den kan misbrukes. Om det går langt nok, kan den voksne ha



medvirket til noe negativt til tross for at intensjonen var god. Det vil ikke nå frem til barna. Som Greve hevder, er det derfor viktig at den voksne bruker sitt verbale språk, og tenker over sitt kroppsspråk når hen snakker med barna. På den måten vil de forstå hvorfor en gjør som man gjør, og hva som er greit å ha med i matpakken og ikke greit. Eller man kan fortelle det på en annen måte, hvor det kommer frem hva som er sunt og hva som er mindre sunt uten å gjøre det om til noe skummelt (2017). Her vil igjen holdningene og væremåten til den voksne komme tydelig frem.

Som Trine forteller, har foreldrene god kunnskap om hva en sunn og god matpakke inneholder, og at de snakker om det allerede under tilvenningssamtalen. Langholm og Tuset (2013) støtter det opp. Det kan forstås med at barnehagen får mulighet til å fortelle om hva de fokuserer på under mat, kosthold og måltid, og hvorfor de fokuserer på det de gjør. Samtidig kan foreldrene på den måten får mulighet til å fortelle om sin matkultur, matvaner og eventuelt begrensninger (se s. 11). Slik jeg opplever det, har de mulighet til å avklare hva slags behov og «regler» hver enkelt part har. Videre tolker jeg det med at de har mulighet til å ta hensyn til foreldrenes synspunkter som rammeplanen legger vekt på (Kunnskapsdepartementet, 2017, samarbeid mellom hjem og barnehage). Da har man mulighet til og eventuelt revurdere egen praksis i barnehagen, slik at løsningen på måltidet blir så bra som mulig og forhindre situasjoner som nevnt over (Glaser, 2013, s. 35).

## 5.0 Konklusjon og avslutning

Innledningsvis skrev jeg om min undring over hvorfor vi har så ulike synspunkter om sukker, hvor jeg knyttet undringen opp mot temaet og problemstillingen i denne bacheloroppgaven. Jeg har utført to intervjuer med to forskjellige pedagogiske ledere for å se hvilken kunnskap de har om kosthold, og hvilke synspunkter de har om sukker under bursdagsfeiring i barnehagen. Som jeg har nevnt tidligere, visste jeg at de hadde ulike synspunkter og tenkte dermed at jeg kom til å få svar på hvorfor vi har ulike synspunkter om sukker. Likevel vil jeg ikke si at analysen besvarer dette, men det jeg opplever er at noe av kunnskapen man sitter på kan ha litt å si for synspunktene en danner seg. Analysen belyser flere likheter og noen ulikheter på kunnskapen informantene sitter på, mens det kommer frem at de tenker forskjellig om sukker under bursdagsfeiring i barnehagen.

Begge informantene hevdet at de ikke har spesiell kompetanse innenfor mat og kosthold, men analysen belyser likevel noe av deres kunnskap. Det kommer frem når de forteller om hva de mener inngår i sunne kostholdsvaner, og hvordan vi kan fremme dem (se kapittel 4.1).

Informantene fremhever et balansert og variert kosthold som viktig, hvor de også bemerker at barn bør bli introdusert for mange forskjellige matvarer (se s. 16-19). Kunnskapen de har om et variert kosthold vil ifølge Ingul (2016) sørge for at barn ikke får mangel på de nødvendige næringsstoffene dem trenger, med tanke på at kroppen deres er i vekst og utvikling (s. 276).

Videre bemerker Silje at man må fokusere på rammene rundt måltidene, fordi det handler om mer enn bare et kosthold med riktig ernæring med sunn og god mat (se s. 17-18). Her viser hun til det Glaser (2017) beskriver som direkte og indirekte regler (s. 39). Trine på sin side, vektlegger hvordan voksne snakker om mat og hvilken holdning man har til mat generelt (se s. 18-19). Det er noe som støttes opp av Ingul (2016, s. 288). Det kan også sees i sammenheng med det Trine mener med at barn bør bli introdusert for mange forskjellige matvarer.

Til tross for at informantene hevder at de ikke har spesiell kunnskap om mat og kosthold, opplever jeg at de har den kunnskapen som trengs for at barnehagen skal være helsefremmende. Det kan også forstås som at de har nok kunnskap til at barna får i seg alle de nødvendige næringsstoffene kroppen deres trenger for å fungere i hverdagen, og utvikle seg normalt i forhold til deres forutsetninger.

Analysen belyser i tillegg hvilke synspunkter informantene har om sukker under bursdagsfeiring i barnehagen. Som jeg har nevnt tidligere, feirer den ene barnehagen med søtsaker, mens den andre feirer med sunnere alternativer. Det viser seg at Silje og hennes personalgruppe har tatt et bevisst valg med å feire med søtsaker, noe hun begrunner med at det lille de får i seg ikke vil utgjøre en fare for barna eller deres helse. De har likevel prøvd å styre inntaket av søtsakene, noe som gjør at barna for eksempel bare får én pinneis, én muffins eller én kanelbolle. Hun opplever ikke at det er søtsakene endrer atferden til barna, men at det heller er mer stemningen rundt bursdagsfeiringen som gjør at barna blir revet med og får mer energi.

Trine synes derimot at det ble for mye søtsaker når de feiret med det under bursdagene, fordi det ble mye i sin helhet i løpet av et barnehageår. Hun viser til både rammeplanen og Helsedirektoratet, noe som kan tyde på at hun følger det som står nedfelt i rammeplanen og anbefalingene i retningslinjene. Jeg tolker det dermed slik at hun fokuserer på at barna ikke skal få i seg for mye av det tilsatte sukkeret som finnes i søtsakene.

Det kommer altså frem at de har forskjellige synspunkter om sukker under bursdagsfeiring i

barnehagen, men funnene viser i liten grad hvorfor de har de synspunktene dem har. Funnene viser likevel at begge informantene har et større fokus på barnet enn de har hatt tidligere, og mindre fokus på det som blir servert under bursdagsfeiringen i barnehagen.

## LITTERATUR

- Aasen, W., & Wilhelmsen, B. U. (2017). Mat og måltidsaktiviteter i barnehagen. Wilhelmsen, B. U. (red). *Mat- og måltidsaktiviteter i barnehagen* (s. 30-31). Oslo: Universitetsforlaget.
- Almli, L. V. (2018, 22. oktober). *Det søte dilemmaet*. Hentet fra <https://nofima.no/nyhet/2018/02/det-sote-dilemmaet/>.
- Arnesen, E. (2017, 16. oktober). *Barn bør spise mindre sukker for hjertets skyld*. Hentet fra <https://www.lhl.no/et-sunnere-liv/ernaring-mat-og-helse/barn-bor-spise-mindre-sukker-for-hjertets-skyld/>.
- Bae, B. (1996). Voksnes definisjonsmakt og barns selvopplevelse. *Det interessante i det alminnelige* (s. 147). Pedagogisk Forum.
- Bergsland, D. M., & Jæger, H. (red). (2014). *Bacheloroppgaven i barnehagelærerutdanningen*. Oslo: Cappelen Damm AS.
- Dalland, O. (2014). *Metode og oppgaveskriving*. (5. utgave). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Eeg, L. (2012, 24. mars). *Hva er fordelene av sukker?* Hentet fra <http://www.prgmea.com/3/2012/03/hva-er-fordelene-av-sukker.html>.
- Fladset, G. Å. L. (2012, 9. mars). *Bursdagsfeiring i barnehagen*. Hentet fra <https://www.utdanningsnytt.no/bursdagsfeiring-i-barnehagen/150362>.
- Germeten, S. (2017). Relasjoner i flytende modernitet. Wilhelmsen, B., U. (Red). *Mat- og måltidsaktiviteter i barnehagen* (s. 151). Oslo: Universitetsforlaget.
- Glaser, V. (2013). *Foreldresamarbeid- Barnehagen i et mangfoldig samfunn*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Glaser, V. (2017). Vilkår for måltidssamværet i barnehagen. Wilhelmsen, B., U. (red). *Mat- og måltidsaktiviteter i barnehagen* (s. 39-42). Oslo: Universitetsforlaget.
- Greve, A. (2017, 20. august). *Kan vi bli kvitt mobbingen?* [Blogginlegg]. Hentet fra <https://blogg.hioa.no/godebarnehageliv/2017/08/20/kan-vi-bli-kvitt-mobbingen/>.
- Haugen, T., & Karlsson, E. (2017). Fra fastlagt livsbane til prosjektets åpne horisont. Wilhelmsen, B. U. (red). *Mat- og måltidsaktiviteter i barnehagen* (s. 161). Oslo: Universitetsforlaget.

- Helsedirektoratet. (2016, 24. oktober). *Karbohydrater, kostfiber og tilsatt sukker*. Hentet fra <https://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/kostradene-og-naeringsstoffer/inntak-av-naeringsstoffer/karbohydrater-kostfiber-og-tilsatt-sukker>.
- Helsedirektoratet. (2018, november). *Oppskriftshefte- Bra mat i barnehagen*. Hentet fra [https://www.helsedirektoratet.no/brosjyrer/bra-mat-i-barnehagen-rad-tips-og-oppskrifter/Bra%20mat%20i%20barnehagen%20%E2%80%93%20R%C3%A5d,%20tips%20og%20oppskrifter%20-%20bokm%C3%A5l.pdf/\\_/attachment/inline/49203a9d-142a-4fa7-b5a4-65d39923cf2a:ffae9d6290f3691c0769ecaf42ae4e4ab78d7b05/Bra%20mat%20i%20barnehagen%20%E2%80%93%20R%C3%A5d,%20tips%20og%20oppskrifter%20-%20bokm%C3%A5l.pdf](https://www.helsedirektoratet.no/brosjyrer/bra-mat-i-barnehagen-rad-tips-og-oppskrifter/Bra%20mat%20i%20barnehagen%20%E2%80%93%20R%C3%A5d,%20tips%20og%20oppskrifter%20-%20bokm%C3%A5l.pdf/_/attachment/inline/49203a9d-142a-4fa7-b5a4-65d39923cf2a:ffae9d6290f3691c0769ecaf42ae4e4ab78d7b05/Bra%20mat%20i%20barnehagen%20%E2%80%93%20R%C3%A5d,%20tips%20og%20oppskrifter%20-%20bokm%C3%A5l.pdf).
- Helsedirektoratet. (2018, 5. desember). *Anbefalinger for mat og måltider i barnehagen*. Hentet fra <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/mat-og-maltider-i-barnehagen/anbefalinger-for-mat-og-maltider-i-barnehagen#servering-av-kaker-kjeks-is-saft-og-liknende-bor-begrenses-i-barnehagen-godteri-snacks-og-brus-bor-unngas>.
- Helsenorge. (2017, 7. september). *Kostråd om sukker*. Hentet fra <https://helsenorge.no/kosthold-og-ernaring/kostrad/mindre-sukker-til-hverdags>.
- Ingul, B. C. (2016). Måltider og kosthold for barn i barnehagealder. Sandseter, H. B. E., Hagen, L. T., Moser, T. (Red). *Barnas barnehage 3. Kroppslighet i barnehagen- Pedagogisk arbeid med kropp, bevegelse og helse* (s. 280- 291). (2. utgave). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Jespersen, A., M. (2017, 29. mai). *Dette gjør sukker med kroppen din*. Hentet fra <https://iform.nu/sunn-mat/kostholdsrad/dette-gjor-sukker-med-kroppen-din>.
- Kunnskapsdepartementet. (2017). *Rammeplan for barnehagen: Forskrift om rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver*. Hentet fra <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/rammeplan/>.
- Langholm, G., & Tuset, H. E. (2013). *Matglede i barnehagen*. Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.
- Osnæs, H., Skaug, N. H., & Kaarby, E., K., M. (2010). *Kropp, bevegelse og helse i barnehagen*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Øen, G., & Kårstad, M. (2017). Folkehelsearbeid med kosthold i barnehagen. Wilhelmsen, B. U. (Red). *Mat- og måltidsaktiviteter i barnehagen* (s. 116-120). Oslo: Universitetsforlaget.

**Vedlegg 1****INTERVJUGUIDE 2020**

Tema: Sukker i barnehagen

Problemstilling: Hvilken kunnskap og hvilke synspunkter har pedagogisk leder om sukker i barnehagen?

**Spørsmål 1: Kan du si litt om deg selv og din stilling i barnehagen?**

- Alder
- Hvor lenge har du arbeidet i barnehage?
- Arbeidsoppgaver
- Hvilke erfaringer har du?

**Spørsmål 2. Hva mener du inngår i gode og sunne kostholdsvaner?**

**Spørsmål 3. I 2017 ble det skrevet mange artikler i media av fagpersoner og ikke fagpersoner, om sukker i barnehagen. I kommentarfeltene kan man se mange mennesker som er for sukker i barnehagen, mens andre som er helt imot. Hva er ditt synspunkt om sukker i barnehagen?**

- Fordeler med sukker
- Ulemper med sukker
- Forskjell på sukker i pålegg og mat vs. godteri og kaker?
- Redusere sukker vs. fjerne sukker?

**Spørsmål 4: Hvordan feirer dere barna i barnehagen når de har bursdag?**

- Hva hvis det er noen barn som har bursdag den samme uken?
- Ulike fagpersoner drøfter hvorvidt man kan se endringer hos barna etter at de har spist mye sukker. Noen mener de blir mer aktive, andre mener de ikke merker noe forskjell. Hvilke erfaringer har du på hvordan barna blir etter bursdagsfeiring i barnehagen med kake/is/gele (søtsaker)? Er det stor forskjell fra barn til barn?
- Setter dere en grense over hvor mye de kan få spise? I så fall, hvordan vurderer dere det?
- Dersom dere feirer med søtsaker i barnehagen- Er det dere som står for hva barna feirer med, eller har foreldrene med noe medbrakt?

- Går det ut over annet matinntak?

**Spørsmål 5: Hvem har ansvar for hvilken mat som serveres i barnehagen?**

- Hvilken kunnskap har personen(e) om hva som bør serveres?
- Finnes det kurs man kan gå på?
- I hvor stor grad fokuserer dere på sukker i måltidene deres?
- Har dere de samme påleggene som barna kan velge mellom hver dag, eller bytter dere på fra uke til uke?
- Fokuserer dere på hva som står på helsedirektoratet sine sider om hva som bør serveres under et måltid?

**Spørsmål 6: Hvordan kan vi fremme gode og sunne kostholdsvaner hos barn?**

**Spørsmål 7: Hvilke holdninger har foresatte om sukker i barnehagen?**

- Er dette noe dere snakker om under første foreldresamtale?
- Hvordan tar dere stilling til foreldrenes holdninger angående sukker i barnehagen?
- Har dere hatt tilfeller hvor foreldrene ikke ønsker sukker i barnehagen? Eller har dere hatt tilfeller hvor foreldrene ikke er enige i å redusere/fjerne sukker i barnehagen? I så fall, kan du fortelle om den/de situasjonene? Kom dere til enighet?
- Har du opplevd at holdninger til sukker er forskjellig fra kultur til kultur? I så fall, på hvilken måte?

**Spørsmål 8: Til slutt, har du noe du vil tilføye?**

Tusen takk! ☺

## Vedlegg 2



## Vil du delta i bachelorprosjektet *«Sukker i barnehagen»?*

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et bachelorprosjekt hvor formålet er å finne ut av hvilken kunnskap og hvilke synspunkter pedagogisk leder har om sukker i barnehagen. I dette skrivet gir jeg deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

### Formål:

I dette prosjektet skal jeg gjøre en kvalitativ studie, der jeg ønsker å få frem pedagogisk leders kunnskap og synspunkter om sukker i barnehagen. Jeg trenger derfor pedagogiske ledere som kan stille til intervju. Intervjuet vil vare i ca. 45 minutter og vil bli tatt opp med lydopptaker. Etter intervjuet er over, vil jeg transkribere og analysere det som har blitt sagt. Dersom dere ønsker å få tilsendt det jeg har transkribert og analysert, skal jeg ordne det.

Problemstillingen jeg foreløpig har valgt meg ut er; **«Hvilken kunnskap har pedagogiske ledere om kosthold, og hva er deres synspunkter om sukker under bursdagsfeiring i barnehagen?»**.

Temaer som vil bli tatt opp under intervjuet er:

- Matpolicy i barnehagen
- Holdninger til sukker
- Bursdagsfeiring
- Gode og sunne kostholdsvaner

Jeg ønsker gjerne å intervjuer en pedagogisk leder med jobberfaring.

### Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning er ansvarlig for prosjektet.



**Det er frivillig å delta**

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om deg vil da bli anonymisert. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

**Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger**

Jeg vil bare bruke opplysningene om deg til formålene jeg har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Jeg vil sørge for at ingen uvedkommende får tilgang til personopplysninger, ved at jeg passer godt på lydopptakeren og ikke lytter på opptaket med andre tilstede. Navnet og kontaktopplysningene dine vil jeg erstatte med tall for å skille intervjuene og barnehagene fra hverandre.
- Lydbandopptaket av intervjuet vil bli slettet etter at jeg har transkribert. Det vil ta ca. en uke.

**Hva skjer med opplysningene dine når jeg avslutter forskningsprosjektet?**

Prosjektet skal etter planen avsluttes 22. mai. Alle personopplysninger vil bli slettet innen prosjektslutt.

På oppdrag fra Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

**Hvor kan jeg finne ut mer?**

Hvis du har spørsmål til bachelorprosjektet, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning ved.
- Vårt personvernombud: Hans Christian Ristad- Tlf: 73 80 52 96, E-post: [hcr@dmmh.no](mailto:hcr@dmmh.no)

- Veiledere: Signe Marie Hanssen- Tlf: 73 56 83 69, E-post: [smh@dmmh.no](mailto:smh@dmmh.no)  
Gro Anita Kamsvåg- Tlf: 73 56 83 51, E-post: [gak@dmmh.no](mailto:gak@dmmh.no)
- Student: Anna Jostad- Tlf: 417 61 085, E-post: [anna@jostad.info](mailto:anna@jostad.info)

Med vennlig hilsen

Prosjektansvarlig  
(Veileder)

Student

---

## Samtykkeerklæring

*Samtykke kan innhentes skriftlig (herunder elektronisk) eller muntlig. NB! Studenten må kunne dokumentere for veileder at du har gitt informasjon og innhentet samtykke fra de du registrerer opplysninger om. Vi anbefaler skriftlig informasjon og skriftlig samtykke som en hovedregel.*

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «Sukker i barnehagen», og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju.

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, ca. 22. mai.

---

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

