

# Måltidsglede i barnehagen

---

**Hvordan kan personalets holdninger bidra til/fremme måltidsglede hos de yngste barna i barnehagen?**

**Lizbeth Ohrstrand**

[Kandidatnummer: 38]

**Bacheloroppgave**

**[BNBAC3900]**

Trondheim, April 2023

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



**DronningMaudsMinne**  
HØGSKOLE FOR BARNEHAGELÆRERUTDANNING

## Innhold

|  |    |
|--|----|
| 1. Innledning.....   | 2  |
| 1.1 Oppgavens innhold.....                                 | 2  |
| 2. Metode.....   | 3  |
| 2.1 Valg av metode.....                                    | 3  |
| 2.2 Kvalitativ og kvantitativ metode.....                  | 4  |
| 2.3 Spørreskjema som metode.....                           | 5  |
| 2.4 Fokusgruppe som metode.....                            | 5  |
| 2.3 Utvalg av informanter.....                             | 6  |
| 2.4 Beskrivelse av gjennomføring.....                      | 7  |
| 2.4.1 Spørreskjemaet.....                                  | 7  |
| 2.4.2 Mini-Fokusgruppe.....                                | 7  |
| 2.5 Analyse.....   | 8  |
| 2.6 Metodekritikk.....                                     | 9  |
| 2.7 Etske retningslinjer.....                              | 10 |
| 2.0 Teori.....   | 11 |
| 2.1 Måltidsglede i fokus.....                              | 11 |
| 2.2 Det sosiale måltidet.....                              | 12 |
| 2.3 Trygghet og tilknytning.....                           | 14 |
| 2.4 Barnehagens ansatte knyttet til måltidsituasjonen..... | 15 |
| 4. Datamateriale og drøfting.....                          | 16 |
| 4.1 Måltidsglede og det sosiale måltidet i fokus.....      | 16 |
| 4.2 Trygghet og tilknytning.....                           | 20 |
| 4.3 Voksenrollen i måltids situasjoner, Rollemodell.....   | 22 |
| 5. Oppsummering.....                                       | 24 |
| 6. Referanser.....   | 26 |
| 7. Vedlegg.....  | 27 |
| 7.1 Vedlegg 1: Informasjon og samtykkeskjema.....          | 27 |
| 7.2 Spørreskjema.....                                      | 30 |
| 7.3 Intervjuguide.....                                     | 33 |

## 1. Innledning

Mat er en viktig del av alles hverdag og jeg selv har opplevd utfordringer i forhold til mat og jeg skulle selv ønsket at jeg hadde en større glede knyttet til måltidsituasjon, dette er noe jeg tror andre også opplever.

I denne bacheloroppgaven skal jeg se på holdningene til personalet i barnehagen og hvordan disse påvirker måltidsgleden hos de yngste barna. Etter flere praksisperioder og arbeid ved siden av studiet, har jeg ulike erfaringer knyttet til personalets holdninger rundt mat og måltid. Jeg har opplevd og fått en klump i magen av personalets holdninger knyttet til tematikken og hvordan disse holdningene ikke bidrar til/fremmer måltidsglede. Etter disse erfaringen har dette ført til at jeg har blitt nysgjerrig på hvordan holdninger påvirker barns måltidsglede.

I Helsedirektoratets retningslinjer for mat og måltider i barnehagen (Helsedirektoratet, 2021, s. 27) (heretter referert til kun som Helsedirektoratet) står det at flere av barna i barnehagen spiser flere av måltidene sine i ukedagene hos barnehagen enn i hjemmet. Videre trekkers det frem de ansatte, og da spesielt på småbarnsavdelingen har en stor innflytelse på barns videre utvikling knyttet til mat og måltid. I Forskrift om rammeplan for barnehagens innhold og oppgaver (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 32)(heretter referert til kun som Rammeplanen), står det under barnehagens fagområder om mat og måltid at personalet skal bidra til at barna utvikle gode vaner, holdninger og kunnskap om kosthold, samt at personalet skal tilrettelegge for at måltider og matlaging bidrar til fellesskapsfølelse, deltagelse, samtaler og måltidsglede blant barna.

Jeg har på bakgrunn av dette utformet problemstillingen:

**Hvordan kan personalets holdninger bidra til/fremme måltidsglede hos de yngste barna i barnehagen?**

### 1.1 Oppgavens innhold

I kapittel 1 har dere lest begrunnelse og bakgrunn for valgt tema og problemstilling, her har jeg trukket frem personlige valg samt aktualisert tematikken ut ifra Helsedirektoratets Nasjonale faglige retningslinjer for mat og måltider i barnehagen og Rammeplan for barnehagen. I denne

oppgaven har jeg videre valgt å presentere metodekapitlet. Her beskriver jeg valg av de ulike metodene, for så videre å presentere utvalg av informanter, videre beskriver jeg gjennomføringen av spørreskjema og mini-fokusgruppen. Jeg fremhever deretter analyse av datamaterialet, metodekritikk og etiske retningslinjer. Ut ifra analyseringen av spørreskjemaet og mini-fokusgruppen fant jeg fire temaer jeg ville ha med i både teori- og drøftings-kapitlet, og derfor presenteres kapitlene i denne rekkefølgen. Datamaterialet og drøftingen har jeg valgt å slå sammen for å gjøre det mere oversiktlig og ryddig for leseren. I dette kapitlet skal jeg presentere funnene fra gruppeintervjuet med tre informanter. Ut fra det jeg har undersøkt har jeg valgt å dele inn datamaterialet og drøftingen i de samme underkapitlene som dere finner i teorikapitlet, med unntak av *måltidsglede i fokus og det sosiale måltidet*, da det sosiale er en viktig faktor som påvirker måltidsgleden og motsatt. Disse temaene er da *måltidsglede og det sosiale måltidet i fokus, trygghet og tilknytning og barnehagens ansatte knyttet til måltidene*.

## 2. Metode

I metodedelen skal begrunne og gjøre rede for hvilke metoder jeg har brukt i bachelorprosjektet. Jeg skal begrunne valg av informanter samtidig som jeg skal vise til gjennomføringen av datainnsamlingen. Her skal jeg også gå gjennom hvordan datamaterialet er blitt analysert og til slutt kommer de etiske valgene og metodekritikk som jeg også skal ta høyde for.

### 2.1 Valg av metode

Metoden man bruker i et forskningsprosjekt er et redskap for å hjelpe oss å samle inn nødvendige informasjonen som man trenger til det man undersøker, altså data (Dalland, 2020, s. 54). Metodene jeg har valgt å bruke i dette forskningsprosjektet sier derfor noe om hvordan jeg har hentet inn datamaterialet og hvordan jeg har tolket og analysert dette for å få svar på min problemstilling og spørsmålene jeg har rundt den. Man skiller mellom kvalitativ og kvantitativ forskningsmetode, forenklet handler kvantitativ metode om å kartlegge at noe skjer, mens kvalitativ metode avdekker hvorfor det skjer ( (Johannessen, Tufte, & Christoffersen, 2019, s. 93). I mitt prosjekt har jeg tatt i bruk både kvantitativ og kvalitativ metode, videre skal jeg gjøre rede for metodene jeg har valgt.

## 2.2 Kvalitativ og kvantitativ metode

En kvantitativ metode kjennetegnes ved bruk av tall og utvalget består som regel av mange objekter (Bergsland & Jæger (RED.), 2014, s. 68). I mitt forskningsprosjekt har jeg brukt spørreskjema som innsamlingsmetode. Der spørreskjemaet er brukt som en tilnæringsmåte for å få innblikk i informantenes holdninger og meninger som kunne brukes for å sette opp intervjuguiden til gruppeintervjuet. I mitt spørreskjema hadde jeg en blanding av kvalitative og kvantitative svaralternativer, noe som førte til at jeg fikk kvalitativ og kvantitativ data.

Gjennom sitt arbeid har Immanuel Kant (2015 i Postholm & Jacobsen, 2018, s. 45) belyst et grunnleggende skille mellom «virkeligheten i seg selv» og «virkeligheten slik den fremstår for meg selv». Som forsker har man naturligvis forhåndstanker om hva som kan bidra til å fremme måltidsglede hos de yngste barna i barnehagen, altså «virkeligheten slik den fremstår for meg selv». Som forsker er det da derfor vanskelig å ikke påvirke informantene da man ved å sette opp spørsmålene i spørreundersøkelsen allerede da har påvirket deltagerne. I mitt arbeid med forskningsprosjektet var jeg usikker på hvor jeg skulle starte da det er holdninger jeg var ute etter. Derfor så jeg det som hensiktsmessig å starte med et spørreskjema da jeg her kan få et grunnlag for videre arbeid med prosessen.

En kvalitativ metode er en forskningsmetode som brukes for å fange opp meninger og opplevelser som ikke kan kvantifiseres eller måles (Dalland, 2020, s. 54). Ved å bruke denne metoden kan forskeren få innsikt i informantenes oppfatninger, holdninger og handlinger, og dette kan brukes til å utvikle teorier og forståelse av fenomenet (Thagaard, 2018, s. 16).

Ved kvalitativ forskning opprettes det et nært samarbeidsforhold mellom forsker og deltager i motsetning til kvantitativ metode der forsker og deltager blir distansert (Guba & Lincoln, 1988 i Postholm & Jacobsen, 2018, s. 91). I min problemstilling spør jeg etter personalets holdninger, og hvordan disse kan være med på å bidra til/ fremme måltidsglede hos de yngste barna i barnehagen. Når man skal få frem holdninger hos informantene ser jeg det på som viktig at man velger en metode som opprettholder et nært samarbeidsforhold til deltagerne da dette vil få frem holdningene og tankene til de ansatte på en annen måte enn ved en spørreundersøkelse (Johannessen, et al., 2019, s. 145). Fra egne erfaringer har jeg opplevd at holdninger og tanke man har knyttet til et tema, er enklere å komme frem til sammen med medstudenter, noe som er grunnen til at jeg gikk for en form for gruppeintervju. Dette støttes opp av Johannessen, et

al. (2019, s. 145) der de skriver om gruppesamtaler og hvordan disse kan være med å bidra til at deltagerne deler erfaringer og kan være med på å oppmuntre andre deltagere til å dele sine.

Metodetriangulering vill si at man bruker ulike metoder inn i feltarbeidet, som i denne bacheloroppgaven er spørreskjema og fokusgruppeintervju (Johannessen, et al., 2019, s. 230). Her kan man ta utgangspunkt i en kvantitativ metode, som her er spørreskjema og ved hjelp av en kvalitativ metode, her fokusgruppe få dybdekunnskap om tematikken (Bergsland & Jæger (RED.), 2014, s. 69). Jeg har forsøkt på å belyse problemstillingen gjennom å bruke ulike metoder som beskrevet over, ettersom spørreundersøkelsen og gruppeintervjuet har de samme informantene blir metodetrianguleringen gjennomført i en liten skala.

### 2.3 Spørreskjema som metode

Spørreskjemaet jeg har brukt i min bacheloroppgave er et semistrukturert spørreskjema, dette vill si at man har en kombinasjon av åpne spørsmål der informantene kan skrive inn svarene, og at man har prekodete spørsmål der informantene i denne oppgaven krysser av svaralternativer som består av en skala mellom 1-6 (Johannessen, et al., 2019, s. 261). I min skala er 1 svært uenig/lite og 6 er svært enig/mye.

### 2.4 Fokusgruppe som metode

Fokusgrupper er en form for gruppeintervjuer der man samler en gruppe informanter for å reflektere eller diskutere et eller flere temaer (Wilkinson 2004:177 i Tjora, 2018, s. 123). Videre fremhever Tjora (2018, s. 123) at fokusgrupper er en effektiv måte å generere data på, da man får samlet data fra flere informanter på en gang. Informantene kan også kjenne på en form for trygghet i fokusgruppene da man sitter i en gruppe i motsetning til individuelle intervjuer ifølge Tjora (2018, s. 123). Morgan (1997 i Tjora, 2018, s. 124) mener at en generell regel er at fokusgrupper ikke bør vare lengre enn 1-2 timer og ha mellom 6-12 deltagere. I min fokusgruppe er det 3 deltagere som ifølge Krueger (1994 i Tjora, 2018, s. 124) vil dette si at jeg tar i bruk mini-fokusgruppe som metodes da denne inneholder 3-4 informanter.

## 2.3 Utvalg av informanter

Alle mine informanter jobber på en småbarnsavdeling, altså barn i alderen 1-3 år. Alle informanter og barnehagen har blitt anonymisert og alle navn i bacheloren er fiktive for å ivareta konfidensialitet. På bakgrunn av Helsedirektoratets retningslinjer for mat og måltider i barnehagen (2021, s. 27) blir det beskrevet hvordan personalet i barnehagen skal bidra til deltakelse, samtaler og fellesskapsfølelse blant barna og hvordan de skal arbeide for å sikre at barna opplever måltidsglede. Her viser helsedirektoratet viktigheten av hele personalgruppen, og ikke bare en spesifikk stillingsgruppe. Derfor har jeg valgt å benytte meg av hele personalgruppen i mitt bachelorprosjekt.

Bente jobber 40% som assistent på avdeling og 60% som kokk i barnehagen. Hun har en bachelor i ernæring og gikk kokkeutdanningen uten fagbrev, og har jobbet i yrket i 3 år.

Svein jobber som pedagogisk leder og er utdannet barnehagelærer og etterutdanning i spesialpedagogikk og utefag. Han har jobbet i yrket i 39 år.

Tor jobber som pedagogisk leder og er utdannet barnehagelærer, etterutdanning i spesialpedagogikk, utefag og går nå master i barnehageledelse. Han har jobbet i yrket i 24 år.

Ane er utdannet barne- og ungdomsarbeider og jobber som dette. Hun var med på spørreundersøkelsen, men grunnet sykdom ble hun ikke med på gruppeintervjuet.

For min del var det ikke et spørsmål hvor jeg skulle spørre først da jeg i andre års praksisperiode var på en småbarns avdeling med en ansattgruppe som jeg opplevde som reflektert og arbeidet mye med refleksjon i ansattgruppen. De var behjelpelige og sto i kø for å være med i bachelorarbeidet mitt. Da ble målgruppen til bacheloroppgaven barn i 2 års alderen.

Jeg har vært i praksis i denne avdelingen tidligere og har fra tidligere erfaringer gjort meg opp noen meninger på hvem jeg kunne tenkt at egnet seg som informanter av de som jobbet på avdelingen. Jeg har derfor valgt et strategisk utvalg da jeg skulle velge mine informanter. Dalland (2020 s. 60) beskrivelse av strategisk utvalg er at man velger informanter ut i fra hvem man tror har noe å fortelle om det valgte temaet.

## 2.4 Beskrivelse av gjennomføring

### 2.4.1 Spørreskjemaet

I mitt arbeid med spørreskjemaet fikk jeg veiledning både fra veiledere og medstudenter. Jeg brukte medstudenter som testpersoner for å se om spørsmålene jeg hadde formulert var forståelig og fikk frem det jeg var ute etter. Etter noen justeringer var spørreskjemaet ferdig og jeg dro til barnehagen og ga den ut til informantene samtidig som samtykkeskjemaet. Med utgangspunkt i det kommende gruppeintervjuet blir spørreundersøkelsen kun sendt ut til de informantene som skal ta del i intervjuet.

I selve gjennomføringen av spørreundersøkelsen opplevde jeg utfordringer ved å få alle spørreundersøkelsene tilbake, det tok 3 uker. Ved hjelp av informantbarnehagen fikk jeg til slutt tilbake alle spørreskjemaene. I selve analyseringen av spørreskjemaet begynte jeg å kartlegge svarene til informantene for spørreundersøkelsen i stikkordsform av det jeg så på som relevant inn i temaet og problemstillingen for bacheloroppgaven. Neste del hadde jeg utfordringer med, og det var å sammenfatte all dataen jeg fikk til en intervjuguide, her er tanken å bruke funnene fra spørreskjemaet som utgangspunkt til gruppeintervjuet jeg skal gjennomføre. Formålet med spørreundersøkelsen er derfor å kun bruke datamaterialet for å skape en intervjuguide.

### 2.4.2 Mini-Fokusgruppe

Første del av planleggingen av gruppeintervjuet var å formulere en intervjuguide, her tok jeg utgangspunkt i funnene fra spørreskjemaet for å formulere intervjuguiden. Her så jeg på de ulike fagbegrepene som kom til syne under analyseringen av spørreskjemaet og satt sammen spørsmål jeg så på som relevant knyttet til de ulike fagbegrepene.

I arbeidet med gruppeintervjuet opplevde jeg planleggingen som utfordrende, men etter god hjelp fra en av de ansatte i barnehagen fikk vi satt dato og tidspunkt. Utfordringene var at en av informantene ikke kunne delta fysisk den uken jeg så form meg å holde fokusgruppeintervjuet og jeg valgte derfor å fremskynde fokusgruppeintervjuet med en uke for å kunne ha alle informantene fysisk til stede. Jeg har erfaringer med at hybridløsninger via møter ikke er gunstige og valgte derfor å løse det med å fremskynde møte for å få et best mulig utgangspunkt



for fokusgruppeintervjuet. Dagen intervjuet skulle skje var en av de fire informantene syk, altså barne- og ungdoms arbeideren, som førte til at det ble 3 deltagere inn i mini-fokusgruppen.

Ettersom jeg skal intervjuet 3 informanter samtidig og jeg ikke hadde søkt NSD, har jeg valgt å ta med meg to medstudenter som referenter inn i intervjuet. Dette seg jeg på som nødvendig da jeg får ta del i intervjuet på en annen måte enn om jeg selv må noter. Jeg har også valgt to medstudenter til å referer for å sikre meg at det meste blir notert da jeg kjenner informantene på forhånd og vet hvor mye refleksjon det blir. Referentene får tildelt 2 informanter hver de skal referere fra og skal notere hvem som svare i dokumentet om det ikke er informantene de er tildelt som svarer.

Ettersom to av informantene jobber på samme avdeling ble det hensiktsmessig å holde fokusgruppeintervjuet i barnehagen under hviletid. Avdelingen fikk hjelp av tilknyttende avdeling for å få gjennomføre intervjuet i arbeidstiden. Ved å være i kjente omgivelser kan dette også føre til at informantene føler seg tryggere på omgivelsene som igjen kan føre til en bedre flyt i selve intervjuet. Intervjuet foregikk i barnehagens bibliotek, noe som jeg mener ikke var det mest egnede stedet for fokusgruppen da det var trangt og lite plass, men med tanke på tidspunkt kunne vi ikke sitte på pauserommet da det var midt i barnehagens pauseavvikling.

## 2.5 Analyse

I arbeidet med analyseringen av spørreundersøkelsen tok jeg utgangspunkt i stegvis-deduktiv induktiv metode (SDI). SDI metoden vil si at man jobber stegvis fra rådata til teori (Tjora, 2018, s. 18). Man har både en stigende prosess som kalles induktiv, fra data mot teori og synkende som kalles deduktiv her sjekker man det teoretiske opp mot det empiriske (Tjora, 2018, s. 18). I min analysering av spørreundersøkelsen startet jeg prosessen med å plukke ut stikkord og setninger fra informantene sine svar fra hvert av spørsmålene for så plukke ut fagbegrepene som dukket opp. Fagbegrepene ble deretter brukt som utgangspunkt inn i formuleringen av spørsmålene i intervjuguiden og som en start i teoridelen av bacheloroppgaven.

Ettersom transkriberingen allerede var gjennomført startet jeg derfor med å lese gjennom datamaterialet fra gruppeintervjuet. Jeg kategoriserte datamaterialet i en del temaer og bestemte meg for å bruke de temaene som dukket opp mest i teoridelen, altså tematisk bearbeiding (Dalland, 2020, s. 98). Dette var noe jeg opplevde som tidkrevende, da datamaterialet ble

ganske stort. Jeg hadde ikke mulighet til å skrive om alle temaene, og ettersom problemstillingen spør etter personalets holdninger så jeg det på som mest hensiktsmessig å ta i bruk de temaene som kom frem mest. Mye av det informantene svarte på gikk over i flere temaer, noe som førte til at jeg derfor måtte plassere flere av temaene under samme sitat (Dalland, 2020, s. 98). Ettersom jeg utførte et gruppeintervju med 3 informanter var allerede svarene til de ulike informantene under de samme spørsmålene, noe som førte til at jeg allerede hadde helhetsperspektivet (Thagaard, 2018, s. 171). Ved å se på hvilke temaer som dukket opp mest kom jeg frem til 4 kategorier, *måltidsglede*, *fellesskap*, *trygghet* og *tilknytning* og *voksenrollen*. Disse kategoriene ble derfor førende for både teoridelen og drøftingsdelen.

## 2.6 Metodekritikk

Knyttet til forskning ser man på om metoden gir troverdig kunnskap, dette går ut på at kravene til validitet og reliabilitet må oppfylles (Dalland, 2020, s. 43). Bergsland og Jæger (2014, s 80) hevder også at generalisering er en viktig del av evalueringen av arbeidet med metodedelen. Reliabilitet omhandler troverdighet knyttet til innhenting av datamaterialet og om det er gjennomført på en korrekt måte, validitet sier noe om metoden og dens relevans og pålitelighet i forhold til fenomenet som undersøkes (Dalland, 2020, s. 43). Generalisering i denne sammenhengen handler om overførbarhet og hvordan dine funn kan ha betydning for andre barnehager (Dalland, 2020, s. 223).

I forhold til validitet i undersøkelsen, altså om det som undersøkes er pålitelig og relevant for hva som undersøkes. Jeg er her ute etter personalets holdninger rundt temaet, noe en kvalitativ metode som mini-fokusgruppe undersøker. «Virkeligheten i seg selv» (Immanuel Kant, 2015 i Postholm & Jacobsen, 2018, s. 45), eller virkeligheten for hver av informantene er vanskelig å måle ved hjelp av en spørreundersøkelse og det var en av grunnene til å videre fortsette prosessen med et gruppeintervju. Ved her å bruke et gruppeintervju førte dette til at jeg kom dypere inn i informantenes holdninger knyttet til tematikken. Knyttet til oppgavens reliabilitet ser jeg på hvordan gjennomføringen av metodene kan påvirke påliteligheten i forskningen. I kapitlet om beskrivelse av gjennomføring gjorde jeg rede for gjennomføringen av mini-fokusgruppen. Ettersom jeg her valgte å benytte meg av 2 referenten fører dette til at jeg som forsker får være aktivt lyttende og kan fokusere på selve intervjuet istedenfor å notere, ved bruk av referenter kan man tenke seg at referatet dekke mere av innholdet i gruppeintervjuet,

ettersom referentene kun hadde fokus på å skrive ned det som ble trukket frem. Denne måte å gjøre det på kan også inneholde mangler da referentene ikke nødvendigvis får notert ned alt som blir sakt og derfor endrer eller tolker meningsinnholdet på en måte som nødvendigvis ikke samsvarer med hvordan jeg har villet endret eller tolket innholdet på (Dalland, 2020, s. 63).

Ved å bruke metodetriangulering kan dette være med på å øke troverdigheten i bacheloroppgaven da problemstillingen blir belyst ved hjelp av flere innfallsvinkler (Bergsland & Jæger (RED.), 2014, s. 69). Ettersom det er 4 informanter knyttet til spørreundersøkelsen kan ikke svarene generaliseres (Bergsland & Jæger (RED.), 2014, s. 78). I forskningsarbeidet fungerte spørreundersøkelsen til sitt formål, å få innblikk i informantenes holdninger og meninger om valgt tema.

## 2.7 Etiske retningslinjer

I forhold til de etiske vurderingene som er blitt gjort i denne forskningsprosessen har informantene fått et samtykkeskjema som de skulle lese og krysse av der det står klart at deltagelse i dette forskningsprosjektet kan avbrytes når som helst i prosessen. Thagaard (2018, s. 113) belyser det etiske prinsippet om forskerens respekt for informantenes privatliv og at man må ta en vurdering på hvor nærgående og personlige spørsmål man skal stille i intervjuene. Grunnen til dette er at informantene ikke skal bli presset til å gi ut personlig informasjon som de vill angre på i ettertid (Thagaard, 2018, s. 113). I oppvarmingsspørsmålene knyttet til minifokusgruppen har jeg derfor tatt konkrete valg rundt disse spørsmålene for å ikke legge opp til for personlige spørsmål. Thagaard (2018, s. 114) skriver også om det viktigste etiske prinsippet og det er at informantene i forskningsprosjektet ikke skal på noen måte kan være med på å skade informantene. I prosessen har jeg derfor valgt å fokusere på hvordan barnehagen jobber med måltidsglede i motsetning til hvordan de ikke jobber med tematikken. Konsekvenser handler derimot ikke bare om det negative, men også fordelene som oppstår for deltagerne (Bergsland & Jæger (RED.), 2014, s. 85). I min forskningsprosess har jeg under minifokusgruppen skapt en platform for de ansatte der de har diskutert og reflektert tematikken, noe som kan være med på å styrke deltagerens kunnskap og skape refleksjonsprosesser.

## 2.0 Teori

Barnehagen har flere retningslinjer som må følges, blant annet retningslinjer for mat og måltider fra Helsedirektoratet og Rammeplanen for barnehagen som legger grunnlaget for den pedagogiske virksomheten. Helsedirektoratet (2021, s. 25-27) refererer til Rammeplan for barnehagen når de peker på at barnehagen skal legge til rette for at alle barn skal oppleve matglede, ulike matkulturer, sosialt velvære, samt fysisk og psykisk helse for alle barna. Helsedirektoratet (2021, s. 27) hevder at personalet i barnehagen skal arbeide for å sikre at barna opplever måltidsglede og bidrar til deltakelse, samtaler og fellesskapsfølelse blant barna. Ved at barnehagepersonalet samtaler og organiserer måltidene for barnets beste kan dette være med på å skape måltidsglede hos barna i barnehagen (Helsedirektoratet, 2021). Videre påpeker Helsedirektoratet (2021, s. 27) at personalet i barnehagen har en viktig rolle som rollemodeller for barna når det gjelder måltidsituasjoner. Barnehagen kan være en viktig arena for barnets videre utvikling, og da spesielt på småbarnsavdelingen. Helsedirektoratet (2023) hevder ved å spise sammen med barna, kan personalet oppmuntre barna til å smake på forskjellig mat, bidra til å fremme glede rundt måltidet samt bidra til et sunt og variert kosthold. Det er viktig for barnehagen å ha gode rammer rundt måltidet, også når det gjennomføres utendørs, enten det er i barnehagen eller på tur (Helsedirektoratet, 2021, s. 27).

### 2.1 Måltidsglede i fokus

I rammeplan under kapitlet om kropp, bevegelse, mat og helse står det at personalet skal «legge til rette for at måltider og matlaging bidrar til måltidsglede, deltagelse, samtaler og fellesskapsfølelse hos barna» (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 32). I følge Lekhal et al. (2019, s. 75) er måltidsglede et begrep som omfatter mye, det viktigste er at måltidene ikke bare handler om de ernæringsmessige behovene barna har, men at måltidene sees på som en sosial arena som fremmer læring, trivsel og et sunt forhold til mat hos barna (Lekhal et al., 2019, s. 75).

Langholm og Tuset (2013, s. 11) viser til at de fleste barna i norske barnehager tilbringer de fleste våkentimene i barnehagen og spiser derfor også de fleste måltidene i barnehagen. Her mener de derfor at det er en gylden mulighet for barnehagen å bidra til at barna får utforske nye

smaker, og lære seg å like ulike matvarer. I barnehagen kan barn påvirke og være rollemodeller for hverandre, barna er unge og ettersom spisevaner i tidlig alder påvirker barnets helse og helsen som voksen, viser dette til viktigheten for å legge til rette for et godt og variert kosthold i barnehagen (Langholm & Tuset, Måltidsglede i barnehagen, 2013, s. 11).

Lekhal et al. (2019, s. 67) fremhever at barns smakspreferanser påvirkes av hvordan voksne og andre barn reagerer på maten når de spiser og utforsker nye smaker sammen. Ved å spise variert kan man være trygg på at barna får i seg de næringsstoffene de trenger, og derfor er det viktig at man lærer barna å like en variasjon av smaker og konsistenser (Lekhal et al., 2019, s. 67). Fundamentet for hvilken mat man vil spise som voksen legges i tidlig alder, derfor har foreldre størst påvirkningskraft de første leveårene når det er snakk om barns inntak og preferanser knyttet til mat (Lekhal et al., 2019, s. 67). Langholm og Tuset (2013, s.74) hevder at utforskning bør sees i lys av nysgjerrighet, og mener at det nettopp er dette man som ansatte i barnehagen bør stimulere når det gjelder nye smaker.

Lekhal et al. (2019, s. 75) hevder at organisering og fysisk tilrettelegging av måltidene også er et viktig aspekt for at barna skal oppleve måltidsglede. De fremhever videre at organisering av måltidene blant annet handler om hvor mange som sitter på hvert bord, plassering av stoler og bord, hvem som sitter hvor, faste plasser og fordeling av oppgaver hos de voksne.

Når voksne er til stede og ikke forlater måltidssituasjonen, kan dette skape ro og sikre at barna får mulighet til å lære, samtale og erfare positive måltidsopplevelser (Lekhal et al., 2019, s. 75). Lekhal et al (2019, s. 79-80) fremhever at måltidene i barnehagen en del av den daglige rutinen og involverer mange praktiske oppgaver som må utføres. Videre hevder de for at de ansatte skal kunne bidra til et positiv samspill under måltidene, er det viktig at de ikke bare fokuserer på de praktiske oppgavene, men også tar seg tid til å sette seg ned ved bordet sammen med barna. Dette vil videre bidra til å skape et bedre samspill, samt fremme måltidsglede (Lekhal et al., 2019, s. 80).

## 2.2 Det sosiale måltidet

Drugli (2017, s. 148) bruker begrepet gruppepress knyttet til små barns påvirkningskraft, og hevder de påvirkes og inspireres av dette. Selv om barn påvirkes av gruppepresset er det ikke gitt at barnet setter seg ned og spiser, et første steg kan for noen være å sitte på samme bord

som de andre barna og etter hvert kan man begynne å tilby mat som på lik linje med de andre barna (Drugli, 2017, s. 148).

Under retningslinje 7 av helsedirektoratets anbefalinger for mat og måltider i barnehagen står det at måltidene har en stor betydning som kulturell og sosial arena og at måltidene i barnehagehverdagen er viktig for å skape en sosial arena for møter mellom barna og mellom de ansatte og barna (Helsedirektoratet, 2021). I rammeplan for barnehagen står det at barnehagen skal jobbe aktivt for å legge til rette for sosialt fellesskap og utvikling av vennskap og at sosial kompetanse er en forutsetning for at man fungerer godt sammen med andre, og dette handler om kunnskaper, ferdigheter og holdninger som utvikles gjennom sosialt samspill (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 19).

Barns sosiale utvikling er svært sentral i barnehagealderen, denne handler om barns sosiale samspill med andre barn og voksne og er avgjørende for barnets trivsel (Drugli, 2017, s. 59). Den fremtidige kognitive utviklingen og mental helse påvirkes i stor grad av en positiv utvikling (Raver og Knitzer, 2002 i Drugli, 2017, s. 59). Barns sosiale kompetanse påvirker i stor grad barnets læring og fungering med andre, da mye av læringen foregår i sosialt samspill med andre (Lekhal et al., 2019, s. 31). Samspillet mellom barn og foreldre legger grunnlaget for sosiale ferdigheter og kompetanse, som deretter videreutvikles i barnehagen (Lekhal et al., 2019, s. 32).

Sosial kompetanse er et normativt begrep, dette vill si at hva man legger i begrepet er avhengig av normer og verdier (Lekhal et al., 2019, s. 60). Forventingene til sosial kompetanse er også avhengig av en rekke variabler blant annet alder, man har ulike forventninger til et barn på 2 år og et barn på 12 (Lekhal et al., 2019, s. 60). I en studie fra 2007 av Williams, Ontai og Mastergeorge (i Lekhal et al., 2019, s. 60) fant de ut at det viktigste for barn i småbarnsalderen var omgjengelighet i samspillet, da dette ble knyttet opp mot god sosialt samspill senere i barnehageløpet. Omgjengelighet i denne settingen vill si at barna viser med kroppen at de vill delta og gå inn i et sosialt samspill med andre barn, eksempler på dette kan være å smile til de andre barna, gå bort å leke eller imitere de andre barna (Lekhal et al., 2019, s. 60).

Lek og sosialt samspill med jevnaldrende sees på som viktig, Dunn (2004 i Lekhal et al., 2019, s. 60) hevder at barn ned i 2-3 års alderen har tydlige vennerelasjoner. Barn i 2-3 års alderen har behov for sensitive voksne som kan være en støttespiller inn i deres utvikling av det sosiale samspillet, samt hjelpe de til å navigere seg gjennom jevnaldrende-relasjonene for å få disse til å fungere (Lekhal et al., 2019, s. 61). Drugli (2017, s. 62) hevder ettersom nåtidens barn

tilbringer en lengre periode i barnehagen enn tidligere, vil relasjoner til jevnaldrende spille en mye større rolle for utviklingsprosessen enn tidligere.

## 2.3 Trygghet og tilknytning

John Bowlby (1907-1990) var tilknytningsteoriens grunnlegger, og gjennom en henvendelse fra Verdens Helseorganisasjon (WHO) på slutten av 1940- tallet, der de ville finne ut hvordan man kunne forbedre hjemløse barns situasjon i etterkrigstiden i Europa (Broberg, Hagstrøm, & Broberg, 2014, s. 35). Rapporten «Maternal care and mental health» viste til betydningen foreldre har på barns utvikling og risikoene forbundet med bytte av omsorgspersoner og for tidlig separasjoner, og da spesielt for barn under 3 år (Broberg et al., 2014, s. 35). I observasjonene som ble gjennomført gjennom filmopptak var det tydelig hvor påvirket barna i 1-2 års alderen var av å separeres fra deres foreldre i et ukjent miljø.

Den andre av tilknytningsteoriens to grunnleggere er Mary D. Salter Ainsworth (1913-1999) og brukte for første gang i sin doktoravhandling begrepet *trygg base* (Broberg et al., 2014, s. 36). Bowlby og Ainsworth startet sitt samarbeid i 1950 og ved deres felles interesser for små barns utvikling mot dårlig eller god helse ble dette et samarbeid som varte livet ut (Broberg et al., 2014, s. 36).. Ved hjelp av hennes kunnskap om personlighetspsykologien og individuelle forskjeller førte dette til at man så at barna utviklet ulike former for tilknytning til ulike omsorgspersoner (Broberg et al., 2014, s. 36).

En trygg base er et veldig sentralt begrep innenfor tilknytningsteorien og beskriver to deler av den ansattes omsorgsevne (Broberg et al., 2014, s. 43). Begrepets to ulike deler omhandler at den ansatte er en trygg base for barnas utforskning og at man er en «sikker havn» som barnet kan komme til om det opplever farer eller usikkerhet (Broberg et al., 2014, s. 43). Ved hjelp av en trygg base kan barnet derfor utforske verden samtidig som det har en trygg havn å reise tilbake til om verdenen rundt føles usikker og utrygg (Broberg, Hagstrøm, & Broberg, 2014, s. 43). I det tidlige samspillet har barna som oftest behov for hjelp til å regulere følelser for at de selv ikke blir overvældet av dem, her bruker barnet sin trygge base for å få hjelp til å roe seg ned når barnet blir redd, gråter, sint, opplever ubehag eller lignende (Drugli, 2017, s. 44). Tilknytningspersonen for barnet blir ikke bare brukt ved behov for regulering, men også som en trygg base for dets lek og utforskning (Drugli, 2017, s. 44). Barn med tillit til omsorgspersonen bruker mye av sin energi på lek og utforskning med sikkerhet på at

omsorgspersonen er tilgjengelig ved behov for støtte eller hjelp (Drugli, 2017, s. 44). Som barna blir eldre lærer de seg å snakke og å gå, og dette er med på at de klarer å søke nærhet og uttrykke sine behov for omsorg ved å si ifra (Drugli, 2017, s. 45).

En trygg tilknytning skapes når barnet har erfart at omsorgspersonen gjentatte ganger over tid gir de omsorg og har klart å regulere barnets følelser i krevende situasjoner (Smith, 2002: Broberg, Hagström, og Broberg, 2014 i Drugli, 2017, s. 46). Som omsorgsperson med en trygg tilknytning til et barn er det viktig at man har respekt for barnets autonomi, altså barnets rett til medbestemmelse og ikke forstyrrer og invaderer barnet i stor grad om barnet er tilfreds og opptatt med sitt (Drugli, 2017, s. 46).

## 2.4 Barnehagens ansatte knyttet til måltidsituasjonen

Barnehagepersonalet kan i måltidsituasjoner ha lyst til å rose barn som tør å smake på noe det er skeptisk til, ros i slike situasjoner kan imidlertid fungere mot sin hensikt (Langholm & Tuset, Måltidsglede i barnehagen, 2013, s. 76). Barnet kan oppfatte rosen som et tegn på at maten egentlig er vond, og derfor er flink fordi han/hun spiste den likevel (Langholm & Tuset, Måltidsglede i barnehagen, 2013, s. 76). Ved å gi ros i slike situasjoner fratras barnet egen opplevelse og dette kan signalisere til barnet at handlingen skal utføres for å tilfredsstille den voksne, og ikke for sin egen del (Langholm & Tuset, Måltidsglede i barnehagen, 2013, s. 76).

Schibbye og Løvlie (2017, s. 56.) tar for seg anerkjennelse og hevder at man i dagligtalen forstår begrepet som en type ros knyttet til noe positivt og av hva noen har prestert. De hevder videre med noe forbehold at dette kan være en viktig og god opplevelse (Schibbye & Løvlie, 2017, s. 56). Ved ytre ros fremhever de at man lett kan havne i et subjekt-objekt-samspill, og ettersom et objekt kan ikke ha et eget indre liv kan man tenke seg at en slik form for anerkjennelse henvender seg til barnets prestasjon og ferdigheter (Schibbye & Løvlie, 2017, s. 56). Schibbye og Løvlie (2017, s. 56) hevder derimot at den ytre anerkjennelsen blir et problem når denne formen for anerkjennelse blir dominerende.

Som voksne i barnehagen er det viktig å gå frem som gode rollemodeller i møte med negativ omtale om mat (Langholm & Tuset, Måltidsglede i barnehagen, 2013, s. 81). Noen barn kan si «æsj» i møte med mat de ikke liker, dette fremmer mest sannsynlig ikke måltidsglede hos de andre rundt matbordet (Langholm & Tuset, Måltidsglede i barnehagen, 2013, s. 81). Her kan



personalet bidra til å hjelpe barna til å finne andre måter å uttrykke seg på, samt finne begreper som passer bedre (Langholm & Tuset, Måltids glede i barnehagen, 2013, s. 81). Personalet kan oppleve å stå ovenfor situasjoner der de selv ikke liker lukten, konsistensen eller matrettene som blir servert, og her må personalgruppen diskutere hvordan de skal forholde seg til slike situasjoner (Langholm & Tuset, Måltids glede i barnehagen, 2013, s. 81).

Ifølge Langholm og Tuset (2013, s. 85) er Smaksglede er smittsomt. De mener derfor at det kan være en idé at de ansatte i barnehagen serverer de spise glade barna først når det gjelder å smake på ny mat. Dette kan bidra til å redusere smaksvegring, som også kan spre seg blant barna. Grindland (2012 i Langholm & Tuset, 2013, s. 85) skriver om «alle vil-situasjoner» knyttet til måltider, dette begrepet beskrives som en uønsket situasjon som smitter over på alle barn. Her er de ansatte redd for å la ett barn utforske måltidets normer av redsel for at det skal påvirke og skape uro hos de andre barna (Langholm & Tuset, Måltids glede i barnehagen, 2013, s. 85).

## 4. Datamateriale og drøfting

### 4.1 Måltids glede og det sosiale måltidet i fokus

Barn og voksnes glede rundt måltidet er noe flere av informantene trekker frem, Tor forteller: *«Jeg synes det er viktig å begynne tidlig å introdusere, Bente er god til å lage mye forskjellig, ikke bare det å smake, men også å se maten»*. Dette er i tråd med hva Langholm og Tuset (2013, s. 11) trekker frem, de fleste barn i norske barnehager spiser flest måltider i barnehagen og derfor har barnehagene muligheter til å la barna utforske nye smaker og bidra til et mer variert kosthold. Bente presiserer, *«det er ikke så nøye for meg om barna kun spiser mais om det er det barnet liker. Det er ikke så farlig om de ikke vil ha alt, men at enkeltbarnet skal finne noe de selv liker på matbordet»*. Man kan tenke seg barn som går fra et måltid der de blir møtt av voksne som lar de få utforske og prøve matvarene på egne premisser, går fra matbordet med en god følelse. Lekhal et al. (2019, s 67) fremhever at smakspreferanser påvirkes av hvordan de rundt reagerer på maten og hvordan man utforsker nye smaker sammen. Som ansatt i barnehagen kan det derfor tenkes at man bør oppmuntre og oppfordre barna til å smake, oppfordrer man derimot for mye kan dette gå over til press.

*«Vil ikke bruke press i forhold til mat. Hvor går grensa? Ja, hvis man presser, så syns jeg man begynner å nærme seg grensa. Det handler om barnet, om relasjonen, om setting og om hva*

*som har skjedd i forkant. Har jeg et ukjent barn må jeg være veldig forsiktig. Mine egne barn vil jeg si at jeg kan presse litt mer, selv om jeg er forsiktig med å si press, det er et veldig negativt ladet ord» – Tor.*

Ved dette kan det tenkes at Tor sikter til at relasjonen man har til enkeltbarnet påvirker hvor mye man kan oppfordre eller oppmuntre barnet til å utforske nye smaker. Dette er i tråd med hva Broberg et al. (2014, s. 43) hevder, der de trekker frem viktigheten av den trygge basen og hvordan denne kan bidra til å utforske nye smaker, da barnet har en trygg havn å komme tilbake til når situasjoner føles utrygg. Her viser Tor til at han kan oppfordre sine egne barn på en annen måte enn barna i barnehagen og dette handler om relasjonene til sine egne barn kontra barna i barnehagen. Ved at ansatte med gode relasjoner til barna sitter sammen med de under måltidene, kan det tenkes at dette fører til at barna tør å prøve ny mat. Man kan tenke seg at de fleste barna har sterkere tilknytning til foresatte. I følge Lekhal et al. (2019, s. 67) legges grunnlaget for hvilken mat man spiser som voksen i tidlig alder, og når det er snakk om barns preferanser og inntak knyttet til mat har foresatte størst påvirkningskraft i de første leveårene.

*«Det er mye som spiller inn på planlegging, viktig at det er en struktur i bunnen, sånn her er det, sånn legger vi opp måltidet. Vi har faste plasser, det er en viktig greie at de vet hvor de skal sitte, og at det sitter en ansvarlig person i armlengdes avstand, det tror jeg er viktig» – Tor.*

Jeg oppfatter at det er viktig for personalet at barna har faste plasser, da dette fører til forutsigbarhet, de vet hvor de skal sitte og de mener dette bidrar til barns beste. Videre forteller Tor:

*«... antall barn rundt et bord gjør noe med dynamikken, om det er 4 eller 6, det er enorm forskjell. Gjør det romsligere for oss voksne når vi får til flere bord, når vi får det til vil jeg si det er en kvalitet». Dette ble presisert etter at det ble fortalt at de ikke alltid går opp med antall voksne og fire bord i måltidsituasjonene. Lekhal et al. (2019 s. 75) fremhever at organiseringen av måltidene handler blant annet om hvor mange som sitter på hvert bord, hvor de sitter, faste plasser og fordeling av oppgaver hos de voksne. Videre hevde de at et godt organisert måltid kan bidra til å fremme måltids glede hos barna (Lekhal et al., 2019, s. 75).*

Tor forteller at det ikke alltid går opp med antall voksne, altså en på hvert bord, når det er snakk om fire bord og at de da må bruke tre bord. Dette fører til at de faste plassene blir sett bort ifra, da barna ved det ene bordet ikke får sitte ved sine faste plasser. Hvordan oppleves dette for de

barna som da blir fordelt på de tre gjenværende bordene? For disse barna blir forutsigbarheten borte, som nevnt over forteller Tor at faste plasser er en «*viktig greie*». Han trekker også frem at det er stor forskjell og gjør noe med dynamikken om det er fire eller seks barn ved matbordet. Skal man organisere måltidene på bakgrunn av at en i personalet kanskje er borte blir det da seks barn på hvert bord hver dag. Som nevnt over er dette viktig, for å sikre både ro og muligheter for barna å lære og å samtale når det er ansatte rundt bordet (Lekhal et al., 2019, s. 75). Det er som nevnt stor forskjell på å være en voksne på fire barn enn å være en voksen på seks. Man kan derfor tenke seg at det er til barns beste å ta utgangspunkt i fire bord til vanlig, og gjøre omrokeringer ved sykdom hos personalet. Ved å begrense antall barn den voksne veileder rundt måltidet, kan det tenkes at det blir enklere for de ansatte å fokusere på den gode samtalen og læringen knyttet til måltidsituasjonene.

Lekhal et al. (2019 s. 79-80) påpeker at måltider i barnehagen er en del av den daglige rutinen og det innebærer mange praktiske oppgaver som må utføres. For å fremme positivt samspill under måltidene, er det viktig at de ansatte ikke bare fokuserer på de praktiske oppgavene, men også tar seg tid til å sette seg ned ved bordet sammen med barna. Dette vil skape et bedre samspill og bidra til å fremme måltidsglede (Lekhal et al., 2019, s. 80).

Angående spørsmålet om hvilke tiltak de gjør for at måltidet blir til barns beste, fremhever Tor «*tiltakene er mange, vi har snakket om faste plasser, men gode forberedelser er alfa og omega, når måltidet starter er alt unnagjort, ikke begynn i etterkant, det kan forstyrre måltidet*». Her snakker Tor om at alle de praktiske oppgavene knyttet til måltidet må være gjort før måltidet starter, dette kan være alt fra å dekke på bordet til å hente pålegg eller melk fra kjøkkenet. Dette fører til at de ansatte ikke har behov for å reise seg å gå fra matbordet under måltidsituasjonene. Ifølge Lekhal et al. (2019, s. 75) kan dette være med på å skape ro og muligheter for barna å lære, samtale og å fremme positive opplevelser knyttet til måltidene.

Når vi snakker om måltidsglede sier Svein «*en ting er næring, men vel så viktig er settingen rundt et måltid, og den sosiale kompetansen*». Her viser Svein en forståelse for at måltidene ikke bare skal inneholde de ernæringsmessige behovene barna har, men også det sosiale fellesskapet rundt måltidene. Dette er i tråd med begrepsavklaringen til Lekhal et al. (2019, s. 75), de mener at måltidene skal sees på som en sosial arena som fremmer læring, trivsel og et sunt forhold til mat. Dette støttes av rammeplan for barnehagen (2018, s. 32), der det står at personalet skal legge til rette for samtaler og fellesskapsfølelse hos barna. I Helsedirektoratets

retningslinjer for mat og måltider (2021, s. 27), står det at personalet skal arbeide for å sikre at barn opplever samtaler og fellesskapsfølelse i måltidsituasjoner.

Svein trekker frem en hendelse «*I går til lunsjen skulle han ikke sitte ved bordet, «det er jo greit, du må bare stå» sa jeg. Da alle de andre barna skulle sitte og spise ville han også sitte og spise*». Her kan man tenke seg at barnet det er snakk om observerte at alle de andre barna satt seg ned for å spise og at dette førte til at barnet ble inspirert av barnegruppen og ville spise. Drugli (2017, s. 148) trekker frem hvor stor barnegruppens påvirkningskraft er, og små barn også påvirkes og inspireres av gruppepress. Gruppepress er et begrep som kan oppfattes som et negativt ladet ord, her kunne man valgt å bruke et mer positivt ladet ord, som for eksempel barnegruppens påvirkningskraft. For hvordan barnegruppen kan være med på å påvirke hverandre positivt er noe som er viktig å få frem. Langholm og Tuset (2013, s. 11) trekker frem at barn påvirkes av hverandre og barn kan være rollemodeller for andre barn. Langholm og Tuset mener jeg har vist en bedre måte å trekke frem hvordan barn kan påvirke hverandre i riktig retning.

Videre i gruppeintervjuet forteller Svein at dette barnet har utfordringer knyttet til å være i «*det store rommet*» under måltidsituasjonene, og hvordan de har løst dette ved å flytte noen av barna, inkludert dette, på et eget rom. Dette har gitt veldig positive resultater. Her tilrettelegger barnehagepersonalet for enkeltindividet, og følger derfor Helsedirektoratets retningslinjer ved å organisere måltidene for barns beste (Helsedirektoratet, 2021, s. 27).

Dunn (2004 i Lekhal et al., 2019, s. 60) fremhever at lek og sosialt samspill med jevnaldrende er viktig og at barn ned i 2-3 års alderen har tydelige vennsksrelasjoner. På spørsmålet om hva informantene legger i begrepet fellesskap svarte de;

*«Hjelpe hverandre, «jeg skal hvert fall ikke ta imot hjelp fra et annet barn», sier noen av barna. De er ikke interessert i å hjelpe hverandre. Under måltidene oppmuntrer vi barna til å spørre de andre om hjelp. Skape fellesskapsfølelse, fra meg og mitt til vi og vårt». - Svein*

I følge Drugli (2017, s. 59) er barns sosiale utvikling i barnehagealderen svært viktig for trivsel og fremtidig utvikling. I dette utdraget fra Svein viser han til at en av oppgavene til de ansatte rundt måltidene er å oppfordre barna til å spørre om hjelp fra andre barn. Dette kan man tenke

seg er en viktig del av den sosiale utviklingen. Å be om hjelp fra en voksen barnet er trygg på er noe annet enn å be om hjelp fra et barn. Ved å se lengre enn seg selv og forstå at man også kan spørre andre barn om hjelp, kan dette være med på å løfte blikket til barna «*fra meg og mitt til vi og vårt*» og bidra å skape fellesskapsfølelsen. Studier viser at en positiv sosial utvikling påvirker den kognitive utviklingen og kan bidra til å forebygge problemer med mental helse senere i livet (Raver og Knitzer, 2002 i Drugli, 2017, s. 59). Man kan derfor tenke seg at en fornuftig måte å jobbe med barns sosiale samspill på kan være å starte så tidlig som mulig. På denne måten kan man legge et godt grunnlag for deres sosiale utvikling og gi barna ferdigheter og verktøy for å samhandle positivt med andre. Ved spørsmålet om hva de legger i begrepet fellesskap svarer informantene;

*«Det jeg legger i begrepet er ting vi gjør sammen, samlingsstunder, «press-punkt» der vi blir pressa til å være sammen i større grupper, de kommer inn som individ i barnehagen, de skal jo videre til et enda større fellesskap på skolen, de er mer opptatt av seg selv når de kommer i barnehagen, vi vil løfte blikket deres slik at de ser de som er i rundt. Møtepunkt rundt måltidet er et eksempel. Det skaper fellesskap». -Tor.*

Barns evne til å samhandle og kommunisere med andre påvirker deres læring og fungering med jevnaldrende og voksne, da mye av læringen skjer gjennom sosialt samspill med andre (Lekhal et al., 2019, s. 31). Tor snakker om «press-punkter», altså situasjoner der barna blir presset til å være sammen og felles møtepunkter. Ved at de ansatte skaper møteplasser og løfter blikket til barna, «*fra meg og mitt til vi og vårt*» – Svein. Ved å skape slike møteplasser kan man tenke seg at barnas evne til kommunikasjon og samhandling med jevnaldrende utvikler seg.

## 4.2 Trygghet og tilknytning

John Bowlby skrev en rapport som het «Meternal care and mental health», gjennom observasjoner som filmopptak viste disse tydelig hvor påvirket barna i 1-2 års alderen var av å bli separert fra foreldre i et ukjent miljø (Broberg et al., 2014, s. 35). Denne rapporten ble gjennomført på 1940-tallet under etterkrigstiden og er derfor ikke helt sammenlignbart. Man kan nok tenke seg at det organisatoriske knyttet til tilvenningsprosessen i barnehagen har gått

igjennom en betydelig endring fra da til nå. Det jeg vil frem til er at man fortsatt kan tenke seg at overgangen fra hjem til barnehagen fortsatt er en påkjenning, dog verre for noen barn enn andre.

Drugli (2017, s. 44) poengterer, om et barn har tillit til sine omsorgspersoner bruker sin energi på utforskning og lek, og de er sikre på at omsorgspersonene er tilgjengelige om de har behov for hjelp eller støtte. Det er i tråd med hva Tor hevder *«Det er en viktig greie, for det handler om hvordan du er sammen med barnet, er du med en voksen du er trygg på, slipper du å tenke så mye. Er du med en utrygg voksen, vil det prege måltidet»*. I målgruppen i denne bacheloroppgaven er barna 2-3 år og har lært seg å snakke og gå noe som fører til at de klarer å søke nærhet ved behov for støtte (Drugli, 2017, s.45). Det er tydelig fra gruppeintervjuet at dette er noe de ansatte har i bakhodet når de jobber med trygghet for barns tilknytning i barnehagen. Her viser de en forståelse av viktigheten av å ha trygge voksne og hvordan dette kan påvirke måltidene i både positiv og negativ forstand.

*«For meg er tilknytning et begrep man bruker i en del barnehager i innkjøringsfasen. Hvor lenge skal man opprettholde tilknytningspersoner? Vi voksne er jo borte, så da må barna være trygge på andre voksne også. Vi må slippe opp litt med 1-åringene. Noen ganger kan de bli litt avhengig av en person»* – Svein.

Trygg base beskriver to deler av barnehagepersonalets omsorgsevne, den ene delen handler om at man som omsorgsperson skal være en «sikker havn» for barns utforskning og en havn som barna kan komme til om de opplever farer eller usikkerhet (Broberg et al., 2014, s. 43). Drugli (2017, s. 44) hevder at barn i det tidlige samspillet har behov for hjelp til å regulere følelser for å ikke bli overveldet av dem, her brukes den trygge basen som en havn til å hjelpe barnet til å roe seg ned når overveldende følelser kommer. Her kan man tenke seg relasjonsbyggingen i innkjøringsfasen i barnehagen kan være en del av det tidlige samspillet. I sitatet til Svein påpeker han man at man ved å skape gode relasjoner og god tilknytning til barna ved innkjøringsfasen fører til at de blir trygge nok til å til å skape nye og gode relasjoner til de andre ansatte på avdelingen. Jeg tolker det også slik at han ser på det som viktig og for barnets beste at de får gode relasjoner til alle ansatte på avdelingen. Trygge tilknytninger skapes over tid, der barnet gjentatte ganger får erfart at omsorgspersonen gir den omsorgen barnet har behov for, samt klarer å regulere barnets følelser i møte med krevende situasjoner (Smith, 2002: Broberg et al., 2014 i Drugli, 2017, s. 46).

### 4.3 Voksenrollen i måltidsituasjoner, Rollemodell

I forhold til voksenrollen nevner Tor» *det er viktig at vi gjør og sier det samme, at det vi forventer av barna, forventer vi av oss selv, de hermer etter oss selv*». Her kan man anta at Tor snakker om viktigheten av at man som voksen er gode rollemodeller for barna. Helsedirektoratet (2021, s. 27) påpeker at under måltidsituasjoner har personalet en viktig rolle som rollemodeller for barna, da barnehagen kan være en viktig arena for barns spiseutvikling og da spesielt på småbarnsavdelingene.

Svein forteller om «*det pedagogiske måltidet*», her spiser de ansatte sammen med og den samme maten som barna. Videre forteller Svein at det er viktig å være gode rollemodeller for barna og at om man som ansatt i barnehagen ikke liker det som blir servert kan man ikke gå og lage seg annen mat foran barna. Dette er i tråd med Helsedirektoratets (2021, s. 27) retningslinjer, her oppfordres det at personalet spiser sammen med og samme mat som barna. Personalet kan da oppmuntre og veilede barna til å utforske og smake på forskjellige typer mat, dette kan videre bidra til å fremme barns måltids glede.

Svein trekker videre frem et eksempel med en tidligere student som ble servert noe hun ikke likte i barnehagen, fiskegrateng. Han sier videre at studenten løste problemet på en fin måte ved å si til barna at hun var mett. Dette er noe Langholm og Tuset (2013, s. 81) belyser ved at personalet kan komme i situasjoner som dette. De fremhever videre at det er viktig at personalet reflektere hvordan de skal forholde seg til slike situasjoner. Her er det viktig at personalet ikke setter begrensninger for barna, ved for eksempel å ikke servere fiskegrateng fordi de ikke liker lukten eller smaken. Dette kan føre til at barna ikke blir eksponert for matvarer de muligens kommer til å like.

Svein trekker også frem «*øyeblikkene er bra, å gi knokedunk eller high five og gi komplementer skaper mestring*». Langholm og Tuset (2013, s. 76) forholder seg noe skeptisk til akkurat denne formen for anerkjennelse, de mener at slike situasjoner kan fungere mot sin hensikt. Videre hevder de at man ved å gi ros på denne måten fratrar barnet egen opplevelse og det kan for barnet oppleves at handlingen skal utføres for å tilfredsstille de voksne og ikke for barnets del. Schibbye og Løvlie (2017, s. 56.) fremhever derimot at en slik type anerkjennelse kan være en god og viktig opplevelse, så fremt denne typen ytre anerkjennelse er den bærende normen i barnehagehverdagen.

Langholm og Tuset (2013, s.85) hevder at smaks glede er smittsomt og at det kan være hensiktsmessig å servere de spise glade barna først, når man snakker om å smake på ny mat. Bente *«fra barneperspektivet kan det være utfordrende å se at andre barn spiser og blir servert noe de egentlig ikke har lyst på»*. Om personalet serverer måltidet til de spise glade barna først og disse spiser maten kan det tenkes at de skeptiske barna påvirkes og kjenne på gruppepresset Drugli (2017, s. 148) skriver om, som er fremhevet tidligere i kapitlet. Ved her å servere de spise glade barna først kan dette være med på å redusere smaksvegring, noe som også kan spre seg i barnegruppen (Langholm & Tuset, Matglede i barnehagen, 2013, s. 85).

I møte med dette spørsmålet hvordan oppfordrer man barn til å smake på mat de ikke vil smake på? svarer Tor *«jeg prøver å sette andre begreper på det, grønn suppe kan være en slangesuppe, så enkelt som det. Av og til handler det om å snu fokuset bort»*. Her forteller Tor om hvordan man kan velge å snakke om maten på en måte som appellerer til barna, her kan man skape en nysgjerrighet hos barna ved å finne andre begreper for ertesuppen ved å kalle det en slagesuppe. Langholm og Tuset (2013, s. 81) tar for seg hvordan personalet kan være til hjelp for å finne andre måter for barna å uttrykke seg på, og finne andre begreper å bruke i møte med mat de ikke liker. De hevder videre at dette med stor sannsynlighet ikke fremmer måltidsglede for de andre rundt matbordet. I Tor sitt utsagn handler det ikke bare om å hjelpe barn å finne andre måter enn «æsj» for å uttrykke at de ikke liker maten. Det handler også om å skape nysgjerrighet rundt ny mat, hva smaker egentlig en slangesuppe?

Langholm og Tuset (2013, s. 85) fremhever hvordan de ansatte er redd for å la enkeltbarn utforske måltidets normer, skikker og holdninger knyttet til måltidet da dette kan skape uro hos de ansatte. Dette hevder de i lys av Grindlands (2012 i Langholm & Tuset, 2013, s. 85) tanke om «alle vil-situasjoner», dette begrepet beskrives som uønskede hendelser som smitter over fra enkeltbarn til hele barnegruppen.

*«Å ha en humoristisk leken tilnærming kan være fint for barna. Det er jo til en viss grad, hvor går grensa på lek igjen da? De må gjerne kjenne å se på maten hvis de ikke vet helt hva det er, og utforske den på sin måte. Men igjen det blir ikke lek. Å grise blir noe annet, men man må være litt leken med det, da blir det litt artig»* - Bente

Her viser Bente hvordan forskjellen på utforskning og lek kan være vanskelig å differensiere. Tor hadde en annen holdning til tematikken rundt lek og utforskning av mat: *«Jeg er jo litt gammeldags i forhold til dette. Jeg synes å leke med maten er helt uaktuelt. Å utforske maten er noe annet enn å leke med den»*. Her er det forskjeller på hva man legger i begrepet lek. Ifølge



Langholm og Tuset (2013, s. 74) handler utforskning om nysgjerrighet og de undrer seg over om det nettopp er dette man ønsker å stimulere når det gjelder mat og måltid. Ved å være leken i møte med nye smaker utfordres derfor måltidets normer. Barns utforskning er en form for nysgjerrighet og ved at de her får utforske den på sin egen måte kan dette være med på å skape måltidsglede. De har muligheten til å bli kjent med ny mat og nye smaker ved hjelp av å, kjenne, lukte og kanskje de til og med ender med å smake på den. Etter Bente sin forklaring av hvordan hun forholder rundt tematikken svarer Tor: «Å kjenne maten og bruke forskjellige sanser er en viktig greie ved å utforske maten. Kanskje feil å si at jeg ikke vil de skal leke med maten, men jeg vil ikke de skal grise med den». Dette viser til viktigheten i å reflektere og diskutere temaer sammen med andre, her var det hva man legger i begreper som ikke samsvarer med hverandre og ved å reflektere førte dette til at informantene kom til enighet over hva de legger i begrepet lek. Her ble de enig i at lek med mat er noe annet enn å grise med den.

## 5. Oppsummering

Jeg har i denne bacheloroppgaven sett nærmere på hvilke holdninger hos de ansatte som bidrar til å fremme måltidsglede hos de yngste barna. I kapittel 4, datamaterialet og drøfting belyses flere aspekter som er med på å påvirke måltidsgleden hos barna. I oppgaven ble det brukt minifokusgruppe for å få en dypere forståelse av informantenes holdninger knyttet til tematikken. Holdningene til personalet har jeg opplevd som ganske enstemmig, noe som kan skyldes informantenes refleksjon og arbeid rundt temaet måltidsglede ved tidligere anledninger.

Problemstillingen min er «**Hvordan kan personalets holdninger bidra til/fremme måltidsglede hos de yngste barna i barnehagen?**» I datamaterialet og drøftingsdelen i denne oppgaven har jeg ved hjelp av teori og funn trukket frem flere aspekter knyttet til tematikken, de funnene jeg ser på som viktigst skal jeg gå inn på under.

Det alle informantene har vært innom og etter funn i pensum og retningslinjer fra Helsedirektoratet og Rammeplan er det det sosiale rundt måltidet og viktigheten av dette som er en av mine viktigste funn, altså måltidet skal sees på som en sosial arena. Hvor viktig det er at personalet setter seg ned og er tilstedeværende under måltidene, da de her kan være med å veilede og hjelpe barna i det sosiale samspillet med jevnaldrende er også et viktig tema som har kommet frem gjennom bacheloroppgaven. Informantene nevner at møteplasser som akkurat måltidene kan bidra til at barna løfter blikket og går «*fra meg og mitt til vi og vårt*»

Organiseringen av måltidene er også et viktig aspekt som trekkes frem av informantene, ved å ha faste rammer, for både barn og ansatte kan dette være med på å fremme måltidsgleden. Dette kan blant annet gjøres ved at personalgruppen utarbeider rutiner for hvem og hvordan måltidene skal foregå. Informantene trekker blant annet frem individuelle tilrettelegginger og hvordan disse kan være med på å bidra til å fremme enkeltbarnets måltidsglede, og påvirke opplevelsen av måltidet hos enkeltbarn i en positiv retning.

Om jeg skulle ha videreutviklet denne bacheloren ville jeg ha tatt i bruk observasjon som metode, da jeg her kunne ha sett om handling samsvarer med ord. Altså om det som kom frem i spørreundersøkelsen og gruppeintervjuet er det informantene gjør i praksis. Jeg ville også ha benyttet meg av andre barnehager i intervjuprosessen for å se om holdningene knyttet til tematikken hadde vært annerledes, for så og sammenlignet eventuelle forskjeller. Temaer som hadde vært relevant og trukket frem er blant annet foreldresamarbeid, medvirkning og dannelsesprosessen, da disse også kan være medvirkende faktorer for å videreutvikle måltidsglede.

Innledningsvis i oppgaven har jeg skrevet om mine personlige grunner, mitt forhold til måltidsglede og hvilke holdninger jeg har møtt i praksis og arbeid. I bacheloroppgaven og i møte med informantene og deres holdninger sitter jeg igjen med en god følelse. Deres holdninger og hvordan disse henger sammen med teori er noe jeg dermed ønsker at sprer seg ut i ikke bare barnehagefeltet, men til samfunnet generelt, for disse holdningene hadde jeg trengt som liten.

## 6. Referanser

Bergsland, M. D., & Jæger (RED.), H. (2014). *Bacheloroppgaven i barnehagelærerutdanningen*. Cappelen damm akademisk.

Broberg, M., Hagstrøm, B., & Broberg, A. (2014). *Tilknytning i barnehagen; Hva betyr trygghet for lek og læring?* Cappelen Damm Akademisk.

Dalland, O. (2020). *Metode og oppgaveskriving*. (7.utg): Gyldendal.

Drugli, M. B. (2017). *Liten i barnehagen*. Cappelen Damm Akademisk.

Helsedirektoratet. (2021, Mai 4). *Helsedirektoratets retningslinjer for mat og måltider i barnehagen*. Hentet fra Helsedirektoratet: <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/mat-og-maltider-i-barnehagen/anbefalinger-for-mat-og-maltider-i-barnehagen#spisemiljoet-i-barnehagen-skal-fremme-helse-mat-og-maltidsglede-og-personalet-bor-delta-aktivt-i-maltidet>

Helsedirektoratet. (2023, Februar 21). *Mat og måltider i barnehagen. Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen*. Hentet fra Helsedirektoratet: <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/mat-og-maltider-i-barnehagen/anbefalinger-for-mat-og-maltider-i-barnehagen/spisemiljoet-i-barnehagen-skal-fremme-helse-mat-og-maltidsglede-og-personalet-bor-delta-aktivt-i-maltidet>

Johannessen, A., Tufte, P. A., & Christoffersen, L. (2019). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode*. (utg. 5): Abstrakt forlag.

Kunnskapsdepartementet. (2017). *Rammeplan for barnehagen; innhold og oppgaver*. Pedlex.

Langholm, G., & Tuset, E. H. (2013). *Matglede i barnehagen*. Fagbokforlaget.

Schibbye, A.-L. L., & Løvlie, E. (2017). *Du og barnet; Om å skape gode relasjoner med barn*. Universitetsforlaget.

Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse; En innføring i kvalitative metoder*. (utg. 5): Fagbokforlaget.

Tjora, A. (2018). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis*. (3 utg.): Gyldendal akademisk.

## 7. Vedlegg

### 7.1 Vedlegg 1: Informasjon og samtykkeskjema



**DronningMaudsMinne**  
HØGSKOLE FOR BARNEHAGELÆRERUTDANNING

## Vil du delta i bachelorprosjektet

---

### *«Matglede i barnehagen»?*

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et bachelorprosjekt hvor formålet er å synliggjøre holdninger hos de ansatte innenfor måltidsituasjoner i barnehagen. I dette skrivet gir jeg deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

#### **Begrunnelse og formål**

I rammeplan for barnehagen står det at personalet skal «legge til rette for at måltider og matlaging bidrar til måltids glede, deltagelse, samtaler og fellesskapsfølelse hos barna» (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 32).

I prosjektet vill jeg undersøke hvilke holdninger personalet har knyttet til måltid i barnehagen. Jeg ønsker å fokusere på hvordan disse holdningene kan bidra til å fremme matglede og viktigheten av et godt forhold til mat da dette er noe barna tar med seg videre i livet. I den

forbindelsen søker jeg din godkjenning som informant i en individuell spørreundersøkelse og et gruppeintervju. Målet med prosjektet er å få en større forståelse for hvordan holdninger hos personalet kan bidra til å skape trygge måltidsituasjoner hos de yngste barna i barnehagen.

Dette temaet har jeg lyst til å videreutvikle min og andres kunnskap om, for å kunne hjelpe både barn, foreldre og ansatte i barnehagen med utfordringer og muligheter innenfor mat og måltid i barnehagen.

I den forbindelsen vil jeg søke din godkjenning til å bruke din kunnskap om temaet til min bachelor.

### **Problemstilling:**

Hvordan kan personalets holdninger bidra til/fremme måltids glede hos de yngste barna i barnehagen?

### **Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?**

Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning er ansvarlig for prosjektet.

### **Hva innebærer det for deg å delta?**

Dersom du samtykker til deltagelse i bachelorprosjektet gir du meg tillatelse til å bruke informasjonen som kommer frem fra spørreskjema og gruppeintervjuet.

Beskrivelse av metode:

Spørreskjema:

- 8 -10 spørsmål
- Her samles det inn informasjon som skal brukes som grunnlag til gruppeintervjuet.
- Om du velger å delta i prosjektet, innebærer det at du må fylle ut et spørreskjema. Det vil ta deg ca. 25-30 minutter. Spørreskjemaet inneholder spørsmål om dine holdninger til måltid og måltidsituasjoner i barnehagen.

### Gruppeintervju:

- Funnene som kommer frem i spørreundersøkelsen brukes som grunnlag for refleksjon i gruppeintervjuet.
- Casearbeid
- 1-1,5 timer
- Foregår samlet, 4 personer.
- Under sovetid

Til slutt vil jeg be om tillatelse til å koble svarene dine fra spørreskjemaet og gruppeintervjuet opp mot eksisterende teori om temaet «måltid i barnehagen».

### Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke ditt samtykke fram til bachelor innleverings frist 28.04.23, uten å oppgi noen grunn.

### Hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

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

Ingen av deltagerne vil kunne gjenkjennes i bacheloroppgaven min.

Prosjektet skal avsluttes 28.06.23.

Ta gjerne kontakt ved spørsmål:

Tlf: [REDACTED]

E-post: [REDACTED]

Med vennlig hilsen Lizbeth Amalie Ohrstrand

Veileder:

Student:

Marit Heldal

Per-Arvid Wold

Lizbeth Ohrstrand

E-post:

██████████

██████████

██████████

---

## Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet Måltid om barnehagen. Jeg samtykker til:

- å delta i spørreundersøkelse og gruppeintervju.

*Dato:* .....

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

## 7.2 Spørreskjema

### Spørreundersøkelse om måltids glede lede hos de yngste barna i barnehagen

1. Hvor fornøyd er du med måltids situasjonene i barnehagen?
2. På en skala mellom 1-6 der 1 er svært lite fornøyd og 6 er svært fornøyd.

1 2 3 4 5 6

Hvorfor/ hvorfor ikke?

3. Hva tenker du er viktig for måltidsglede i barnehagen?

4. Hvordan opplever du organiseringen rundt måltidene i barnehagen?  
På en skala mellom 1-6 der 1 er svært krevende og 6 er svært enkelt.

1 2 3 4 5 6

Utdyp:

5. Opplever du måltidsituasjonene på avdelingen/barnehagen som stressende?  
På en skala mellom 1-6 der 1 er svært stressende og 6 er stressfri.

1 2 3 4 5 6

Utdyp:



6. Er det utfordringer rundt måltidsituasjoner i barnehagen?

På en skala mellom 1-6 der 1 er svært krevende og 6 er svært enkelt.

1 2 3 4 5 6

Utdyp:

7. Hvordan arbeider din avdeling/du med måltid på avdelingen/barnehagen?

8. Hvor aktiv er du i måltidsituasjonene i barnehagen?

På en skala mellom 1-6 der 1 er svært lite og 6 er svært mye.

1 2 3 4 5 6

Utdyp:

9. Når man tenker på planlegging, hvor aktivt arbeider din avdeling/du med måltid på avdelingen/barnehagen?

På en skala mellom 1-6 der 1 er svært lite og 6 er svært mye.

1 2 3 4 5 6

Utdyp:

### 7.3 Intervjuguide

## Intervjuguide

### Oppvarmingsspørsmål

1. Hvilken utdanning har du?
2. Hva er din stilling i barnehagen?
3. Hvor lenge har du jobbet i yrket og hvor har du jobbet?
4. Hva spiste du til middag i går?

### Spørsmål:

- 1. Hva legger dere i begrepet måltids glede?**
- 2. Er det noen beviste valg som tas for at måltids glede står i fokus under måltidet?**
- 3. Hvordan jobbes det innad i personalet for å øke kompetansen rundt tematikken?**
- 4. Hvilke faktorer føler dere spiller inn på organisering/planlegging av måltidet?**

- Hvordan er det å ha måltidene på to ulike rom?

- 5. Hva legger dere i begrepet fellesskap?**

- Hva er et godt fellesskap innenfor måltids glede?

- 6. Hvilke tanker har dere knyttet til å skape fellesskap rundt matsituasjoner?**

(Svart på)

- 7. Hva tenker dere om kommunikasjon i matsituasjonene?**

- Hvordan legger dere til rette for samtale rundt matbordet?

- 8. Hvordan skaper dere trygghet for barna i matsituasjonene?**

- Hva er deres tanker rundt god tilknytning for barns trygghet?

- Hvordan kan en god tilknytning støtte opp for barns trygghet i matsituasjoner?

- 9. Hva legger dere i begrepet relasjoner?**

- 10. Hvilke tiltak gjør dere for at organisering av måltid blir for barns beste?**

- Barneperspektivet, hvordan er det å være det ene barnet på avdelingen?

**11. Hvordan legger dere til rette for at barna har muligheten til å oppleve nye smaker og konsistenser?**

**12. Hvilken tilrettelegging har dere for at barna skal kunne oppleve måltids glede?**

- Hva legger dere i begrepet kresen? Hva er et kresent barn?
- Hvordan oppfordrer dere barna til å smake på mat de ikke vill smake på?
- Hvor går grensen fra oppfordring til å bli presset?

**13. Hvor går grensen mellom å utforske maten og å leke med maten?**

*«Utforskning grunner imidlertid på nysgjerrighet, og det er vell kanskje nysgjerrighet vi ønsker å stimulere til når det gjelder nye smaker?» (Langholm & Tuset, Matglede i barnehagen, 2013, s. 74).*

*Ikke for lang påstand? For langt å ta med når det leses opp.*

**14. Utforskning er nysgjerrighet og hvordan kan man oppfordre til utforskning av ny mat uten at det går over til lek?**