

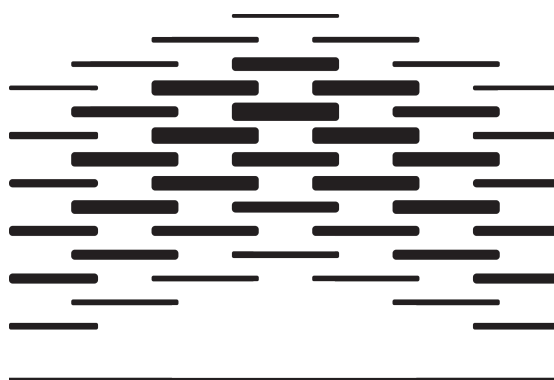
MASTEROPPGAVE

Master i samfunnsernæring

Vår 2015

Barnehageansattes påvirkninger og erfaringer ved
grønnsaksserveringen i barnehagen

Iselin Bogstrand



HØGSKOLEN I OSLO
OG AKERSHUS

Fakultet for helsefag

Institutt for helse, ernæring og ledelse

Høgskolen i Oslo og Akershus

Forord

Som samfunnsnæringsstudent har jeg lenge hatt interesse for forebyggende folkehelsearbeid. Særlig har interessen for å bedre folkehelsen blant barn vært stor. Høsten 2013 startet jeg som selvstendig næringsdrivende på en tverrfaglig klinikk og fikk praktisert mitt yrke både gjennom foredrag for barnehager, vektreduksjonskurs, og individuelle kostholdsveiledninger. Jeg har med andre ord jobbet med ”reparering” av dårlige matvaner på vektreduksjons kursene og forebygging gjennom foredrag for barnehager. Jeg har sett utfordringene mennesker kan oppleve både psykisk og fysisk som følge av en høy kroppsvekt. Ønsket om å forebygge overvekt og fedme har med tiden blitt enda sterkere etter å ha hatt jevnlig kontakt med mennesker som har slitt med dette.

Jeg synes det er særlig motiverende å arbeide forebyggende med barn og unge. Etter å ha lest litteratur rundt temaet barn og ernæring kom særlig behovet for å øke grønnsaksinntaket frem. Interessen for å bidra innen dette feltet var derfor stort. Jeg ville bidra der det var behov.

Det å skrive masteroppgave har vært en lang men spennende prosess. Det har vært motiverende å kjenne at man utvikler seg som student fra det å lese om hvordan man skal gjøre undersøkelser til å faktisk gjennomføre en undersøkelse selv. Jeg har trivdes godt med ansvaret og har sett på en hver utfordring som ett steg nærmere målet- en mastergrad!

Uten effektive studieturer til fjells med studievenninner ville det nok vært vanskelig å komme i mål. Der satt vi, hele dagen foran peisen og skrev til det gikk varmt i tastaturet og gav hverandre oppløftende ord der det trengtes. Dere er fantastiske! En særlig stor takk til samboeren min som har holdt ut med en stresset kjæreste og støttet meg underveis i hele prosessen. Takk til min mor som har hjulpet meg med korrekturlesning. Jeg takker spesielt veilederne mine Zada Pajalic og Aysha Hussain som har stilt opp både som støttespillere og med faglige innspill, uten dere hadde jeg aldri vært i mål! Og sist men ikke minst- takk til deltagerne som stilte opp i studien!

Iselin Bogstrand

Lillestrøm, mai 2015.

Sammendrag

Bakgrunn: Norske barn (i barnehagealder, 0-6 år) spiser de fleste måltidene i løpet av en dag mens de er i barnehagen. Tidligere studier viser at kostholdet i barnehagene er blitt vesentlig forbedret de siste 10 årene, likevel er det fortsatt noen forbedringspotensialer. Behovet for å øke grønnsaksserveringen har utmerket seg som det største forbedringspotensialet. Hensikten med denne masteroppgaven har vært å utforske hvordan barnehageansatte i kommunale barnehager mener de kan påvirke grønnsaksinntaket blant barn i barnehagen, og hvilke erfaringer de har knyttet til grønnsaksserveringen.

Metode: Det ble gjennomført fire semistrukturerte fokusgruppeintervjuer (n=22, med 5-7 deltagere i hver gruppe) med barnehageansatte fra kommunale barnehager i en kommune på Østlandet. Oppgavens teoretiske forankring er basert på elementer fra hermeneutikken og kvalitativ innholdsanalyse. Graneheim og Lundman (2004) sin tolkning av kvalitativ innholdsanalyse ligger til grunn for gjennomføring av analysene.

Resultater: Holdninger og vaner blant de barnehageansatte kan ha innflytelse på grønnsaksserveringen i barnehagen og det er viktig at personalet er klar over sitt ståsted og ser eget forbedringspotensial. Tid, og kjøkkenkapasitet nevnes som de mest utfordrende faktorene for grønnsaksserveringen. Deltagerne påpeker viktigheten av å forklare barna hva maten smaker og eksponere dem for ukjente matvarer. Det var ønskelig å øke serveringen i noen av utvalgets barnehager mens hos andre var fokuset å variere grønnsakene. Deltagerne har et ønske om å ansette en kokk i barnehagen.

Konklusjon: Det er sannsynligvis en bevisstgjøring og holdningsendring blant barnehageansatte som må til for å bedre grønnsaksserveringen i barnehagene. Mulighetene og nytten ved å ansette utdannede kokker i barnehagene bør vurderes.

Summary

Background: Norwegian children (preschool-aged, 0-6 years old) eat most of their meals during preschool hours. Studies have shown that the diet in preschool has improved over the past decade. However, there is still a need to evaluate and further improve upon the diet in preschools. One of the biggest potentials of improvement is to increase the daily intake of vegetables. The purpose of this study is to assess the attitude of preschool teachers towards affecting vegetable intake among children in preschool, and experiences they have related to vegetable serving within this group.

Methods: Four qualitative semi-structured focus group interviews (n=22, with 5-7 participants in each group) were conducted with preschool teachers from a municipality in eastern Norway. The theoretical perspective is based on elements of hermeneutics and qualitative content analysis. The analysis is based on the interpretation of qualitative content analysis.

Results: Attitudes and habits among the preschool teachers may have influence on vegetable serving in kindergarten. Time and kitchen capacity is cited as the most challenging factors for vegetable serving. Participants pointed out the importance of exposing the children to unfamiliar foods, and explaining to them how it tastes. For some preschools in this study, it is desirable to increase the serving of vegetables, while in others it is more important to vary the types of vegetables served. Participants from this study desire to have an employed chef in preschool.

Conclusion: It is necessary that the awareness and attitudes of preschool teachers improve in order to influence the serving of vegetables. The benefits of hiring trained chefs in preschools should be considered.

Innholdsfortegnelse

FORORD	II
SAMMENDRAG	III
SUMMARY	IV
LISTE OVER TABELLER	VIII
1.0 INNLEDNING	1
1.1 Problemstilling	2
1.2 Avgrensing og oppgavens struktur	3
2.0 TEORETISK BAKGRUNN	4
2.1 Barnehager i Norge	4
2.2. Matsserveringen i barnehagene	6
2.2.1 Kjente utfordringer ved matsserveringen i barnehagene	7
2.3 Faktorer som kan ha betydning for barnas grønnsaksinntak	7
2.3.1 Tilgjengelighet av grønnsaker	8
2.3.2 Eksponering	9
2.3.3 Matpreferanser	10
2.3.4 Foreldrenes påvirkning.....	12
2.3.5 Barnehageansattes påvirkning	13
3.0 METODE	14
3.1 Forskningsdesign	14
3.1.1 Vitenskapsteoretisk ståsted	14
3.1.2 Forskerens forforståelse.....	15
3.2 Utvalg og utvalgsprosess	16
3.2.2 Rekruttering av deltagerne.....	16
3.2.3 Deltagerne	17
3.4 Datainnsamling	18
3.4.1 Fokusgruppe som metode.....	18
3.4.2 Utarbeidelse av intervjuguide	19
3.4.3 Forberedelser av fokusgruppene	20
3.4.4 Gjennomføring av fokusgruppene	20

3.3.5 Lokaler og teknisk utstyr	21
3.5 Dataanalyse	21
3.6 Etske overveielser	24
3.0 RESULTATER	26
4.1 Faktorer som har betydning for grønnsaksinntaket blant barn i barnehagen	27
4.1.1 Barnas matpreferanser	27
4.1.2 Smitteeffekten mellom barna	29
4.1.3 Effekten av tilgjengelighet og oppkuttete grønnsaker.....	30
4.1.4 Behovet for eksponering.....	32
4.1.5 Tidsaspekter ved serveringen	33
4.1.6 Barnehagepersonalets innflytelser på grønnsaksinntaket.....	35
4.1.7 Økonomi.....	41
4.1.8 Kunnskap blant ansatte.....	42
4.3 Forbedringsbehov ved grønnsaksserveringen	42
4.3.1 Ønsket om kokk	42
4.3.2 Variasjon i grønnsaksserveringen	44
4.3.3 Øke grønnsaksserveringen	45
4.3.4 Ønske om bedre kjøkkenkapasitet	47
4.4 Fordeler ved å gjøre endringer i grønnsaksserveringen	48
4.4.1 Likt for alle	48
5.0 DISKUSJON	51
5.1 Metodediskusjon	51
5.1.1 Forskningsdesign	51
5.1.2 Utvalg og utvalgsprosess	52
5.1.3 Datainnsamling	57
5.1.4 Dataanalyse	61
5.1.5. Studiens gyldighet	62
5.2 Resultatdiskusjon	65
5.2.1 Ønsket om kokk	65
5.2.2 Barnehagepersonalets innflytelser	66
5.2.3 Tilgjengelighet av oppkuttete grønnsaker	68
5.2.4 Behovet for å øke og variere grønnsaksserveringen.....	68
5.2.5 Hva utmerker seg som utfordrende faktorer for grønnsaksserveringen?.....	69
5.2.6 Et balansert kosthold	71

6.0 KONKLUSJON	73
6.1 Konklusjon og implikasjoner for videre praksis.....	73
6.2 Forslag til videre forskning	74
LITTERATURLISTE	75
OVERSIKT OVER VEDLEGG	81

Liste over tabeller

Tabell 1: Oversikt over antall deltagere i hver barnehage, fordeling av type stilling og arbeidserfaring.	18
Tabell 2: Hvordan meningsbærende enheter blir kondensert, kodet og plassert i subkategori og kategori (eksempel 1).	23
Tabell 3: Hvordan meningsbærende enheter blir kondensert, kodet og plassert i subkategori og kategori (eksempel 2).	23
Tabell 4: Oversikt over analysens subkategorier plassert i tilhørende kategori og tema.	24

1.0 Innledning

Gode vaner gjennom barndommen har vist å gi bedre forutsetninger for helsefremmende vaner senere i livet (Koivisto, 1999). Utvikling av gode vaner er på den måten en vesentlig faktor for å forebygge ikke-smittsomme sykdommer (Nicklas et al., 2001). Departementene (2007) påpeker at et forebyggende helsearbeid bør starte mens barna er små.

Tidligere skoleintervensjoner, blant annet *The Pro Children Study* (gjennomført i Norge, Nederland og Spania), påpeker at det er nødvendig å gjennomføre flere studier på barnehager for å kunne kartlegge situasjonen og innføre gode vaner på et enda tidligere stadium (Bere, Veierod, Bjelland & Klepp, 2006; Birch & Ventura, 2009; Gubbels, Raaijmakers, Sanne & Kremers, 2014; Te Velde et al., 2008). Dette fordi barnas matpreferanser og vaner innarbeides allerede i 2-5 årsalderen (Birch & Ventura, 2009). Departementene (2007) påpeker behovet for forebyggende kostholdsarbeid i barnehagene som et satsningsområde.

Barn mellom 0-6 år tilbringer store deler av hverdagen i barnehagen og det er her de spiser majoriteten av måltidene (Paulsen, Høvdning, Kristiansen & Andersen, 2012). Maten barna spiser i barnehagen står for ca. 65 % av dagens totale energiinntak og fordeler seg gjennom frokost, lunsj og ettermiddagsmåltid (Barnogmat, udatert). Fra en landsomfattende undersøkelse gjennomført av Paulsen et al. (2012) ble et økt behov for grønnsaker pekt ut som det største forbedringsbehovet ved kostholdet i barnehagene.

Grønnsaker gir lite energi (kilokalorier) per gram og er rike på fiber, vitamin A- C og E, folat, og kalium. Grønnsaker inneholder også fytokjemikalier¹ som har helsefremmende effekter (Nasjonalt råd for ernæring, 2011). Til sammenligning gir 100 gram brokkoli 30 kilokalorier sammenlignet med 100 gram grovbrød som gir 225 kilokalorier (Matvaretabellen, udatert). Et tilstrekkelig inntak av grønnsaker er assosiert med en redusert risiko for overvekt og fedme, hjerte- og karsykdom, slag, diabetes og noen kreftformer (World Cancer Research Fund & American Institute for Cancer Research, 2007).

¹ Fytokjemikalier er planteforbindelser som kan inngå som antioksidanter i kroppen for å beskytte kroppens egen nedbryting og inngå i viktige prosesser som cellyklus, signalsystemer, betennelsesreaksjoner og reparasjonssystemer. Det er et høyt innhold av fytokjemikalier i grønnsaker, frukt og bær (Nasjonalt råd for ernæring, 2011) .

Norske anbefalinger for frukt og grønnsaker er 500 gram hver dag, hvorav halvparten bør utgjøres av grønnsaker (Helsedirektoratet, 2014). En landsdekkende undersøkelse av 2 åringer, og 4 åringer viste at 2 åringerne gjennomsnittlig spiste 239 gram frukt og grønnsaker hver dag, mens 4 åringerne spiste 225 gram (Kristiansen & Andersen, 2009; Pollestad, Øverby & Andersen, 2002). Sammenlignet med anbefalingene er dette omlag halvparten av det som anbefales for å sikre en god helse. Av 2 åringeres totale inntak på 239 gram bestod bare 54 gram av grønnsaker (Kristiansen og Andersen, 2009). Likevel vil det være naturlig at anbefalingene for barn er noe mindre. En god huskeregel kan være at en av ”5 om dagen” er tilsvarende barnets håndfull (Skolefrukt.no, udatert).

Formålet med denne studien var å undersøke hvorfor barna ikke når anbefalingene for inntaket av grønnsaker. Siden barn spiser de fleste måltidene i barnehagen er det naturlig å skulle gjennomføre studien her. Ettersom de fleste barn er i barnehagen store deler av dagen har ansvaret for barnas matvaner økt for barnehagepersonalet sammenlignet med når mor var hjemme med barna (Nicklas et al., 2001). Barnehagepersonalet spiller derfor en sentral rolle for å gi barna gode vaner og det er derfor nødvendig å undersøke deres innflytelser (Nicklas et al., 2001). Det er ønskelig å belyse utfordringer i en dypere grad enn det som allerede er gjort, slik at man i et forebyggende arbeid kan ta med seg erfaringene og vurdere hvordan man kan tilrettelegge for et høyere grønnsaksinntak i barnehagen.

1.1 Problemstilling

På bakgrunn av undersøkelsen gjort av Paulsen et al. (2012) som peker på grønnsaksservering som den største utfordringen ved matserveringen i barnehagen, og da grønnsaksinntaket generelt er for lavt blant barn (Kristiansen & Andersen, 2009; Pollestad, Øverby & Andersen, 2002), er det et behov for undersøke faktorer som kan ha innflytelse på serveringen og inntaket. Mer kunnskap om hvordan barnehageansatte deler deres kunnskap om ernæring, holdninger og meninger, og hvordan dette påvirker barna er nødvendig i fremtidig helsefremmende arbeid (Nicklas et al., 2001). For å belyse dette ble det følgende problemstilling utviklet:

Hvordan mener barnehagepersonalet i kommunale barnehager at de kan påvirke grønnsaksinntaket blant barn i barnehagen, og hvilke erfaringer har de knyttet til grønnsaksserveringen?

På bakgrunn av problemstillingen ble følgende forskningsspørsmål formulert:

- 1) Hvilke faktorer mener de ansatte kan ha betydning for grønnsaksinntaket til barn i barnehagen og hvorfor (både fysiske og psykiske faktorer)?
- 2) Hva mener de ansatte er de største forbedringsbehovene ved grønnsaksserveringen i barnehagen?
- 3) Hvilke fordeler ser de ansatte ved å gjøre endringer i grønnsaksserveringen?

1.2 Avgrensning og oppgavens struktur

I denne oppgaven vil grønnsaker, frukt og bær² benevnes som separate matvaregrupper da behovet for grønnsaker er mer kritisk blant små barn enn frukt og bær (Paulsen et al., 2012). Denne oppgaven fokuserer ikke på forhold som berører bær- og fruktinntak eller andre matvaregrupper.

Oppgaven består av seks kapitler. Introduksjon til oppgavens aktualitet og hensikt er belyst over. Neste kapittel belyser tidligere forskning som er relevant for oppgavens tema. Forskingen som belyses er relevant å knytte opp mot studiens funn. Det tredje kapitlet tar for seg studiens forskningsdesign, utvalg og utvalgsprosess, datainnsamling, dataanalyse og vurderinger av etiske aspekter. Fjerde kapittel presenterer studiens funn. I kapittel fem blir studiens metode og funn drøftet. Oppgaven avsluttes med et kapittel som sammenfatter studiens viktigste funn og forslag til videre forskning. I oppgaven refererer masterstudenten til seg selv som ”studenten”.

² ”Grønnsaker” er en fellesbetegnelse på spiselige deler av matplanter, som for eksempel blomster, blader, røtter og stilker. Frukt er en del av planten som inneholder ett eller flere frø og har et skall rundt. Bær er henholdsvis saftigere og har flere frø enn en frukt (Nasjonalt råd for ernæring, 2011).

2.0 Teoretisk bakgrunn

I denne delen presenteres tidligere forskning som er relevant for studiens tematikk. Innledningsvis gis en beskrivelse av arbeidsfordeling, stillingstype og utdanningsgrad blant barnehageansatte i Norge. Barnehagen som enhet beskrives for å gi dem som ikke kjenner til organiseringen en innsikt. Dette er også nødvendig å belyse da personalet har stor innflytelse på matsserveringen i barnehagen (Nicklas et al., 2001).

Videre beskrives kjente utfordringer ved matsserveringen i barnehagene etterfulgt av en gjennomgang av ulike faktorer som kan ha innflytelse på grønnsaksserveringen i barnehagen og dermed også barnas grønnsaksinntak.

Familierelaterte studier vil bli benyttet på temaer som omfatter holdninger, eksponering og forhandlinger mellom foreldre og barna for å få dem til å spise. Dette fordi tidligere studier på barnehagepersonalet på dette området er begrenset og da foreldrerollen på noen områder kan sammenlignes med den barnehageansatte sin rolle ovenfor barna. Noen tidligere funn på barnehageansattes påvirkning foreligger, og beskrives avslutningsvis.

Flere studier omtaler frukt og grønnsaker som samme matvaregruppe (Osborne & Forestell, 2012; Rasmussen et al., 2006; Te Velde et al., 2008). For å gjengi presis informasjon fra tidligere studier nevnes derfor frukt og grønnsaker som samme matvaregruppe noen steder i teoridelen.

2.1 Barnehager i Norge

Barnehagen et pedagogisk tilbud hvor foreldrene kan ha barnepass opptil fem dager i uken om ønskelig (Store Norske leksikon, 2012). Barnehagens formål er i følge § 1. i barnehageloven å; ”(...) ivareta barnas behov for omsorg og lek, og fremme læring og danning som grunnlag for allsidig utvikling” (Barnehageloven, 2005). Det er vanlig at barnehagene har et tilbud om barnepass fra 07.00- 17.00 fra mandag til fredag. Barna kan gå i barnehagen fra de er 0 år til det året de fyller 6 år. De fleste barn i barnehagealder går i barnehagen frem til de skal begynne på skolen (Store Norske leksikon, 2012). I Norge har alle barn rett til barnehageplass og målet for regjeringen er at alle barn skal ha mulighet til å gå i barnehagen uavhengig av foreldres økonomi (Regjeringen, 2014b).

De ansatte i barnehagene har ulik utdanningsgrad og erfaring (Regjeringen, 2014a). Stillingsgradene i en barnehage er: styrer, spesialpedagog, pedagogisk leder, fagarbeider, og assistent (Barnehageloven, 2005; Regjeringen, 2014a). Regjeringen (2014a) påpeker at faglig styrke er nødvendig for å sikre et godt miljø, læring, lek, danning og for å utjevne sosiale ulikheter. Regjeringen har som mål å øke den faglige kompetansen blant personalet i barnehagene ved å utdanne flere pedagoger, styrke etter- og videreutdanningen og tilby assistenter å ta fagbrev (Regjeringen, 2014a).

Barnehagepersonalets utdanningsnivå og ansvarsområder

Assistenter: Det er ikke krav til utdanning for assistenter som arbeider i barnehager. Assistenter bidrar i det daglige arbeidet med barna i barnehagen (Store Norske leksikon, 2012).

Fagarbeider: En fagarbeider har sin utdanning fra videregående skole gjennom faget; barne- og ungdomsarbeider (Kompetanseheveren, udatert). En fagarbeider lærer hva som kjennetegner yrkesrollen til barne- og ungdomsarbeideren, lek, pedagogisk arbeid, og god fysisk og psykisk helse hos barn. Fagarbeideren skal fremme et godt samarbeid mellom barna og kjenne til hvordan man kan tilrettelegge aktiviteter til barn i ulike aldre. Fagarbeideren kan arbeide med barn mellom 0-18 år (Kompetanseheveren, udatert).

Pedagogisk leder: En pedagogisk leder har en bachelorgrad innen barnehagelærer (Barnehageloven, 2005). En pedagogisk leder skal lede barnegruppene og personalet for den enkelte gruppen. Pedagogisk leder har ansvar for danning, læring, lek, omsorg og sosial utjevning for barna på sin avdeling (Høgskolen i Oslo og Akershus, udatert).

Spesialpedagog: Spesialpedagoger har samme utdanning som pedagogiske ledere i tillegg til en videreutdanning innen spesialpedagogikk. En spesialpedagogs oppgave er å bedre utviklingen til barn som har særskilte behov (UIT- Norges arktiske universitet, udatert).

Styrer: En styrer har samme utdanning som en pedagogisk leder og har det overordnende ansvaret for driften av barnehagen, personalet og barna. Noen styrere tar videreutdanning (Høgskolen i Oslo og Akershus, udatert).

Ansvarsområder ved matserveringen

Rapporten fra Paulsen et al. (2012) viser at det som regel er assistenter, pedagogiske ledere og fagarbeidere som har ansvaret for fastsettelse av mat- og drikketilbudet, planlegging, innkjøp, tilberedning, oppvask og rydding. De fleste styrerne er ikke med i planleggingsprosessen og i de praktiske oppgavene rundt matlagingen (Paulsen et al., 2012).

2.2. Matserveringen i barnehagene

I følge lovverket påpekes det at; “barnehagen skal ha en helsefremmende og en forebyggende funksjon og bidra til å utjevne sosiale forskjeller” (Barnehageloven, 2005, § 2). Det er dermed barnehagens ansvar å tilrettelegge for at matserveringen i barnehagen møter anbefalingene. Utviklingen i kostholdet i barnehagene har bedret seg de siste ti årene men det finnes fortsatt forbedringspotensialer (Paulsen et al., 2012).

En landbasert undersøkelse fra 2005 viste at matserveringen i barnehagene hadde store forbedringspotensialer (Kristiansen & Andersen, 2005). Inntaket av tilsatt sukker var for høyt da mange feiret bursdager med søte kaker, kjeks og saft. Bruken av fete meieriprodukter var også høyere enn ønskelig, og forbruket av grovt brød burde vært økt (Kristiansen & Andersen, 2005). Syttiåtte prosent av barnehagene oppga at det var tilbud om frukt fem dager i uken, mens det var bare 15 % som oppga at de serverte grønnsaker hver dag.

Etter undersøkelsen i 2005 ble det iverksatt en rekke tiltak fra myndighetene, blant annet nye reviderte retningslinjer med konkrete råd for mat og måltider i barnehagen for å sikre optimal vekst, utvikling og god helse (Paulsen et al., 2012). I retningslinjene til barnehagene ble det bemerket at måltidet bør ha en pedagogisk funksjon og bør innarbeides i barnehagens årsplan (Sosial- og helsedirektoratet, 2007). Involvering av barn i matlagingen, kjøkkenhager, lære om mattradisjoner og utvikling av lukt- og smakssans er eksempler på pedagogiske aktiviteter bør innføres i barnehagene (Sosial- og helsedirektoratet, 2007). Veiledningsheftet *Bra mat i barnehagen* ble utarbeidet for å gi barnehagepersonalet enkle råd om et sunt³ kosthold. Barnehagene fikk også tilbud om å delta på *fiskesprellkurs* for å øke inntaket av fisk (Paulsen et al., 2012).

³ Et ”sunt kosthold” kan beskrives med råd 1 fra Nasjonalt råd for ernæring (2011, s 8): ”Det anbefales et kosthold som hovedsakelig er plantebasert og som inneholder mye grønnsaker, frukt, bær, fullkorn og fisk, og begrenset mengder rødt kjøtt, salt, tilsatt sukker og energirike matvarer”.

En studie fra 2012 som bygget videre på undersøkelsen i 2005, viste klare forbedringer (Paulsen et al., 2012). Sammenlignet med resultatene fra undersøkelsen i 2005 var forbruket av grovt brød økt, og bruken av helfete meieriprodukter og tilsatt sukker redusert. Serveringen av fisk hadde økt, noe som kan ha sammenheng med at en tredjedel av barnehagepersonalet fra undersøkelsen hadde vært med på fiskesprellkurs (Paulsen et al., 2012). Trettiseks prosent oppgav at de serverte grønnsaker i barnehagen fem dager i uken mens hele 89 % svarte at de serverte frukt eller bær hver dag. Tilbudet av grønnsaker er fortsatt for lavt og blir sett på som den største utfordringen i kostholdet i barnehagen (Paulsen et al., 2012).

2.2.1 Kjente utfordringer ved matsserveringen i barnehagene

Fra undersøkelsen blant styrere og pedagogiske ledere i 2005 ble følgende faktorer beskrevet som viktige for å sikre kvaliteten på matsserveringen i barnehagene:

- Få tilbake/beholde kjøkkenassistenten i barnehagen.
- Økt bevissthet om kosthold, både blant personalet og foreldre.
- Bedre bemanning i barnehagen.
- Bedre samarbeid mellom hjem og barnehage.
- Mer informasjon om sunt kosthold.

(Kristiansen & Andersen, 2005)

Styrere og pedagogiske ledere fra undersøkelsen som ble publisert i 2012, pekte på behovet for en kjøkkenhjelp eller kokk for å legge til rette for et bedre kosthold i barnehagen (Paulsen et al., 2012). Personalets kunnskaper, holdninger, og tid ble nevnt som utfordrende for matsserveringen. Styrene påpekte at det var viktig at mat- og drikketilbudet inngikk i årsplanen og at de offentlige retningslinjene ble fulgt. Det bør nevnes at barnehagene som hadde en høyere pris for matpenger fra foreldrene serverte mer grønnsaker enn dem som hadde mindre enn 200 kr i matpenger per måned (Paulsen et al., 2012).

2.3 Faktorer som kan ha betydning for barnas grønnsaksinntak

Det er flere faktorer som kan påvirke grønnsaksinntaket, både kulturelle, demografiske, sosiale og personlige faktorer (Rasmussen et al., 2006). Demografiske faktorer kan være hva som er tilgjengelig av mat i området, mens kulturelle faktorer kan påvirkes av religion og hva som er vanlig innen servering, tilberedning og normer i tilhørende matkultur (Rasmussen et al., 2006). De demografiske faktorene påvirker de kulturelle og sosiale faktorene som videre påvirker personlige matpreferanser (Cooke et al., 2004; Rasmussen et al., 2006).

Tilgjengelighet, eksponering og matpreferanser er de faktorene som har vist seg å ha størst betydning for barnas matinntak (Bere & Klepp, 2004; Blanchette & Brug, 2005; Cooke et al., 2004; Klepp et al., 2005), men også foreldrenes sosioøkonomiske status, kjønn, vaner, holdninger og alder kan ha innflytelse (Birch & Ventura, 2009; Rasmussen et al., 2006; Vereecken, Keukelier & Maes, 2004). De fleste barn har en frykt for ny og ukjent mat, noe som er en helt vanlig forsvarsmekanisme da mennesket fra naturens side er lært opp til å være skeptisk til ny og ukjent mat i tilfelle fare (Heath, Houston-Price & Kennedy, 2011). Eksponering, forhandlinger, og forklaringer er med på å gi barnet en sikkerhet om at maten er ”trygg” (Heath et al., 2011).

Tidligere skoleintervensjonsstudier som har tatt sikte på å øke kunnskap om sunn mat for å øke inntaket, har ikke gitt effekt (Bere & Klepp, 2004). Kunnskap til barn om sunn mat er derfor ikke vektlagt.

2.3.1 Tilgjengelighet av grønnsaker

Barn spiser mer grønnsaker når det er tilgjengelig, og presentert på en måte som gjør det appetittlig og enkelt å spise (Hearn et al., 1998; Nicklas et al., 2001; Te Velde et al., 2008; Zampollo, Kniffin, Wansink & Shimizu, 2012). Er grønnsakene kuttet opp spiser barna mer (Hearn et al., 1998).

En stor studie, *The Pro Children Study*, ble gjennomført i Norge, Nederland og Spania (Te Velde et al., 2008). Økt tilgjengelighet av frukt og grønnsaker gav økt inntak hos barna underveis i studien, mens det var bare i Norge inntaket fortsatte etter intervensjonen var ferdig. Det bør påpekes at det bare var inntaket for frukt som økte, og ikke grønnsaker (Bere, Hilsen & Klepp, 2010; Te Velde et al., 2008). Under intervensjonen ble frukt og grønnsaker delt ut på skolene mens dette tilbudet stoppet etter intervensjonen i Nederland og Spania (Te Velde et al., 2008). Årsaken til at fruktinntaket bare økte i Norge er trolig fordi tilgjengeligheten ble opprettholdt etter undersøkelsen var ferdig ved at barna kunne melde seg inn i en annen frukt- og grønnsaksordning etter intervensjonen (Te Velde et al., 2008). Det påpekes at det er nødvendig å forske videre på hvordan man kan øke grønnsaksinntaket siden dette sees som spesielt utfordrende (Bere et al., 2010).

Grønnsaksinntaket har vist seg å øke dersom man serverer grønnsakene før selve måltidet. Det totale måltidet blir da mindre energitett enn uten denne typen servering (Spill, Birch, Roe

& Rolls, 2010). Effekten av tilgjengelighet gjelder sannsynligvis for barnehagebarn også, men dette er et felt vi vet lite om og som det bør forskes mer på (Nicklas et al., 2001).

2.3.2 Eksponering

Barn går igjennom en drastisk endring de første leveårene, som lite spebarn som blir ammet, til å skulle introduseres for mat for første gang og venne seg til nye smaker (Birch & Ventura, 2009). Det er i denne perioden av livet de lærer mest om mat, og det er her det er størst mulighet til å påvirke vanene. De lærer når de skal spise, hva de skal spise, og hva de liker (Birch & Ventura, 2009). Tidligere studier viser at barn bør eksponeres i tidlig alder for mange ulike matvarer for å utvide sine matpreferanser (Koivisto, 1999).

Det er svært vanlig at barnet ikke aksepterer en ny matvare med en gang. Matvaren bør fortsatt gis til barnet til tross for at den ikke ble akseptert de første gangene. Etter gjentatte eksponeringer aksepteres som regel matvaren (Aldridge, Dovey & Halford, 2009; Anzman-Frasca, Savage, Marini, Fisher & Birch, 2012; Koivisto, 1999). For to år gamle barn øker aksepten ved 5-10 eksponeringer mens hos 3-4 år gamle barn kan man trenge opp mot 15 eksponeringer (Howard, Mallan, Byrne, Magarey & Daniels, 2012).

Det er viktig å få barna til å smake litt, fremfor å si at de må spise opp alt. Det kan være effektivt å si til barna at de kan spytte det ut dersom de ikke likte det, da dette reduserer barnas smerteterskel for å ville prøve (Anzman-Frasca et al., 2012; Wardle et al., 2003). Det å lære 2-3 år gamle barn å like en grønnsak gjennom økt eksponering kan gjøre at de aksepterer grønnsaken i flere måneder, om ikke lengre (Hausner et al., 2012).

Anzman-Frasca et al. (2012) gjorde en studie der de undersøkte om barna aksepterte en grønnsak etter å ha spist den med dipp. Barna likte grønnsaken når den ble servert med dipp, men aksepterte den ikke uten dipp i etterkant. Økt eksponering av grønnsaken alene gav derimot økt aksept når barna smakte samme grønnsak den sjette gangen.

Introdusering av nye matvarer gir bedre utslag dersom man serverer den sammen med en annen kjent matvare fremfor å introdusere matvaren alene på tallerkenen (Cooke & Wardle, 2007; Hausner, Olsen & Møller, 2012). Flere studier har undersøkt effekten av å servere en matvare sammen med en annen kjent matvare som inneholder fett eller sukker (de Wild, de Graaf & Jager, 2013; Havermans & Jansen, 2007). Havermans & Jansen (2007) tilsatte

søtstoff i flere typer grønnsaker, noe som i denne studien gav et økt inntak av grønnsakene. I undersøkelsen gjort av de Wild et al. (2013) var det mer effektivt å servere en spinatsuppe som ikke var tilsatt fett og sukker, enn en spinatsuppe som inneholdt dette. Økt eksponering av spinatsuppen uten ekstra tilsatt fett og sukker gav økt aksept, og ved studiens slutt spiste barn i alderen 2-4 år 47 % mer spinatsuppe enn ved start. De likte også suppen 6 måneder etter studiens slutt (de Wild et al., 2013).

Visuell eksponering

Det å eksponere barna ved bruk av visuelle hjelpemidler som bøker og spill, kan øke barnas vilje til å prøve å smake på en ny og ukjent matvare. Visuell eksponering må i likhet med smakseksponeringen gjøres gjentatte ganger for å ha effekt (Heath et al., 2011; Owen, Houston-Price & Kennedy, 2012).

Ved å la barna være med i en kjøkkenhage kan barna se hvor maten kommer fra og bli eksponert visuelt for matvaren. Ved å la dem være med på dyrke- og tilberedningsprosessen kan barna bli tryggere på matvaren (Heath et al., 2011). Flere studier har vist klare forbedringer i grønnsaksinntaket etter å ha hatt barna med i kjøkkenhager (Gibbs et al., 2013; Morris & Zidenberg-Cherr, 2002).

2.3.3 Matpreferanser

Tidligere forskning har vist sammenheng mellom barnas matpreferanser og hva de faktisk spiser. Noen påstår at: ”barn spiser det de liker” (Cooke & Wardle, 2007). Barna må likevel eksponeres for en ny matvare noen ganger før de faktisk aksepterer den. På den måten settes teorien om at de spiser det de liker, på prøve, fordi økt eksponering øker aksept (Cooke & Wardle, 2007).

En tidlig innføring av varierte matvarer er assosiert med mindre fobi for enkelte matvarer og en høyere aksept for grønnsaker (Cooke et al., 2004). Den minst foretrukne matvaregruppen for barn i alle aldre er grønnsaker. Gutter liker både grønnsaker og frukt dårligere enn jenter (Cooke & Wardle, 2007; Howard et al., 2012). Mat som inneholder mye mettet fett og rørsukker skårer derimot svært høyt på listen over likte matvarer (Cooke & Wardle, 2007). Frukt er høyt på listen av foretrukne matvarer, trolig fordi fruktens søte smak appellerer mer til barna enn grønnsakenes bitre smak (Cooke & Wardle, 2007).

Observasjon av andre barn i barnehagen og foreldrenes oppdragelse har mye å si for utvikling av barnas matpreferanser. Det å observere andre kan gi både positive og negative effekter på barnets preferanser (Birch & Fisher, 1998). Barn som ser andre barn mislike en grønnsak, kan lett påvirkes å begynne å mislike grønnsaken selv (Birch & Fisher, 1998).

Matpreferansene kan styres i negativ retning av matneofobi og ”kresenhet”. Med matneofobi menes det at barnet er redd for å prøve nye og ukjente matvarer (Dovey, Staples, Gibson & Halford, 2008). Matneofobi er en naturlig reaksjon da vi fra gammelt av måtte vurdere hva vi anså som trygt å spise og ikke (Cashdan, 1994; Rozin & Kalat, 1971). Det å fortelle barna hva den nye matvaren smaker har vist seg å være effektivt for å få barna til å tørre å smake, og på den måten eksponeres (Pelchat & Pliner, 1995). Det er derimot usikkert om dette også gjelder for barn under 4 år da en tidligere studie har vist at barna i denne alderen ikke husker beskrivelsene av hva det smaker (Lumeng & Cardinal, 2007). Etersom barna blir vant med å smake på nye matvarer og årene går, reduseres matneofobien blant de fleste (Heath et al., 2011). Addressi et al. (2005) påpeker at barnas grad av matneofobi kan reduseres gjennom sosiale innflytelser fra forbilder og gjentatte eksponeringer.

”Kresenhet” er når barnet er kjent med matvaren men avviser maten til tross for dette (Howard et al., 2012). Barnet kan også unngå å smake fordi han eller hun ikke vil. Det å kontrollere eget matinntak kan for noen barn være en måte å bestemme selv og være en del av ”trassalderen” (Howard et al., 2012). Kresne barn har ofte mange matvarer de ikke ”liker”. Barn som liker et begrenset antall matvarer smaker sjeldnere på nye matvarer, sammenlignet med barn som har et bredt matvarespekter (Howard et al., 2012).

Matneofobi og kresenhet påvirkes av barnets alder, kjønn, vilje til å smake og sosiale innflytelser (Dovey et al., 2008). Matneofobi og kresenhet har størst forekomst blant barn som er mellom 2-5 år (Cooke & Wardle, 2007; Howard et al., 2012). Noen studier har derimot vist lik grad av kresenhet blant barn mellom 3-7 år til tross for gjentatte eksponeringer (Carruth & Skinner, 2000). Spedbarn har lav grad av matneofobi (Cashdan, 1994). En tidligere studie viste at barnas skepsis for nye matvarer økte fra 19% fra barna var fire måneder til 50 % når barna var 2 år (Carruth, Ziegler, Gordon & Barr, 2004) Variasjon og eksponering i løpet av de første månedene av livet er derfor svært viktig (Cashdan, 1994; Heath et al., 2011).

2.3.4 Foreldrenes påvirkning

Barnas matpreferanser påvirkes i stor grad av foreldrenes handlinger og holdninger. Dette fordi det er foreldrene som velger hva og når barnet skal spise (Savage, Fisher & Birch, 2007). Tidligere undersøkelser har vist at barn kopierer mors matvaner hyppigere enn de kopierer en fremmed sine matvaner (Birch & Fisher, 1998). En forelder bør være et godt forbilde innen matveiene og ha sunn mat tilgjengelig i hjemmet (Koivisto, 1999). Tidligere studier viser at foreldrenes eget inntak korrelerer med barnas inntak (Bere & Klepp, 2004). Barn som har foreldre som spiser mye frukt og grønt spiser mer selv, enn barn som har foreldre som spiser lite (Bere & Klepp, 2004; Cooke et al., 2004).

Foreldre tilbyr sjeldent barna matvarer de selv ikke liker, dette kan forklares med at barna ikke blir eksponert for matvaren. Når manglende eksponering oppstår er det stor sannsynlighet for at barnet vil kopiere forelderens holdninger for matvaren. Foreldre oppfordres derfor til å introdusere og eksponere barnet for matvarer som de selv ikke liker (Howard et al., 2012). Foreldre kan også øke barnas inntak ved å vise barna at de selv spiser det samme. Effekten av dette er også sett hvor andre enn barnas foreldre spiser det samme (Lawrence & Sanders, 1975).

Barn som får velge hva de skal spise, spiser mer næringsfattig mat enn barn som har klare retningslinjer, samarbeider og inngår forhandlinger (Blissett, 2011; Vereecken et al., 2004). Barn med klare rammer fra foreldre spiser mer grønnsaker enn barn som får velge selv (Vereecken et al., 2004). Barn som blir presset til å spise en grønnsak vil som regel få en fobi for denne matvaren. Å tvinge barna til å spise grønnsaker kan derfor ha motsatt effekt av det som var ønskelig (Fisher, Mitchell, Smiciklas-Wright & Birch, 2002; Howard et al., 2012).

Det å forby en matvare som vi ønsker barna skal spise mindre av kan ha motsatt virkning. Barnet kan da foretrekke denne matvaren langt mer enn om vi ikke hadde lagt inn et forbud (Birch & Fisher, 1998). Skryt og oppmuntring rundt det å spise grønnsaker viser seg å gi et økt inntak (Vereecken et al., 2004). De ulike måtene å prøve å styre inntaket til barna på kan også relateres til barnehageansatte (Nicklas et al., 2001).

2.3.5 Barnehageansattes påvirkning

Tidligere studier viser at barnehageansatte er redde for at de enten må kaste mye mat, eller at barna overspiser dersom barna selv får styre når og hvor mye de skal spise (Nicklas et al., 2001).

Flere studier har vist at det er større sannsynlighet for at et barn skal akseptere en matvare dersom barnet ser at en voksen spiser det samme (Addessi, Galloway, Visalberghi & Birch, 2005; Nicklas et al., 2001). Det er derfor anbefalt at de voksne i barnehagen setter seg ned rundt bordet med barna og spiser den samme maten (Nicklas et al., 2001; Sosial- og helsedirektoratet, 2007).

Mye tyder på at barnehageansatte kan påvirke barnas holdninger til sunn mat gjennom deres egne holdninger (Frazier, Gelman, Kaciroti, Russell & Lumeng, 2012). Det er viktig at de voksne omtaler de nye matvarene positivt og forklarer at maten er trygg å spise (Lumeng, Cardinal, Jankowski, Kaciroti & Gelman, 2008). Barna kan få en større trygghet og lyst til å smake på ukjente matvarer, ved å se barnehagepersonalet akseptere og sette pris på den ukjente matvaren (Frazier et al., 2012). Barna påvirkes mer av andre barn på deres egen alder og som er av samme kjønn, enn av voksne (Frazier et al., 2012).

3.0 Metode

Dette kapitlet vil ta for seg verktøyene og retningslinjene som er brukt for å belyse studiens problemstilling. Kapitlet starter med å presentere det teoretiske grunnlaget som ligger til grunn for studiens metode. Metode beskrives som hvordan man velger sitt utvalg, gjør datainnsamling, og analyse (Carter & Little, 2007). Med andre ord, hvordan innsamling av data er gjort fra begynnelse til slutt, dette involverer rekrutteringsmetode (strategisk utvalg), valg av intervjustruktur (semistrukturert intervjuguide), datainnsamlingsmetode (fokusgruppeintervju), og valg av analyse (kvalitativ innholdsanalyse). Utvalg og utvalgsprosess, datainnsamling og dataanalyse beskrives fortløpende etterfulgt av en vurdering av studiens etiske aspekter.

3.1 Forskningsdesign

For å belyse problemstillingen er det gjort en kvalitativ studie som preges av et ønske om å forstå og fortolke (Thagaard, 2009). Kvalitative metoder egner seg for å utforske et tema som det er behov for å belyse grundigere ved å utforske forskjellige sider av temaet (Malterud, 2011). Når Paulsen et al. (2012) gjennomførte en kvantitativ undersøkelse og fastslo at grønnsaksserveringen i barnehagen var den største utfordringen i norske barnehager oppstod et nytt spørsmål: hvorfor? Formålet ved studien var å undersøke temaet ”grønnsaker i barnehagen” dypere enn hva det ble gjort i Paulsen et al. (2012). På den måten er spørsmålet ”hva er et problem” utforsket nærmere gjennom spørsmålet ”hvorfor er det et problem?”.

Gjennom prosessen har studenten skrevet en forskningslogg for å kunne bli tilbake til ulike stadier i prosessen og lese om daværende forforståelse. Dette for å finne frem tankene som tidligere gav en beslutning (Malterud, 2011).

3.1.1 Vitenskapsteoretisk ståsted

I denne oppgaven er hermeneutisk metodologi og prinsippene bak Graneheim og Lundman (2004) sin tolkning av kvalitativ innholdsanalyse, benyttet for å tolke delene og forstå helheten. Prinsippene bak Graneheim og Lundman (2004) sin tolkning av innholdsanalyse er at ulike mennesker alltid vil tolke en tekst, datamateriale eller intervjusituasjon, forskjellig. På den måten kan virkeligheten oppfattes ulikt. Det påpekes at kunnskapen skapes gjennom interaksjonene mellom menneskene som deltar, noe som har sterke spor i det konstruktivistiske perspektivet (Thagaard, 2009).

I hermeneutisk metodologi og ved bruk av kvalitativ innholdsanalyse er det viktig å være bevisst på forforståelsen man har som forsker (Graneheim & Lundman, 2004; Thagaard, 2009). Prinsippene i hermeneutikken og ved kvalitativ innholdsanalyse er benyttet aktivt under gjennomføringen av fokusgruppene, planlegging av studien, og under analyseprosessen (Føllesdal, 2008).

Hermeneutikk kommer fra det greske ordet *"hermenevein"* og betyr *"å tolke"* (Føllesdal, 2008). Det har hele tiden vært et mål å forstå helheten gjennom å tolke de ulike delene av de transkriberte fokusgruppeintervjuene. Underveis i denne prosessen har studenten hatt en forforståelse av det hun leser og hører (Føllesdal, 2008). På grunn av studentens forforståelse er det stor sannsynlighet for at hun har gått inn med en forventning for hvordan deltagerne vil svare og hva tolkning av analysene vil vise (Thagaard, 2009). Disse tankene påvirker hvordan datamaterialet og det deltagerne forteller under fokusgruppeintervjuene vil blir tolket. Deltagerne har hatt en tolkning av situasjonen i dialog med studenten, i tillegg til tolkning av egen situasjon og opplevelser. Studenten har således tolket deres utsagn og søkt etter den skjulte og underliggende betydningen. Etter hvert som deltagerne gir mer informasjon i fokusgruppene og gjennom å analysere datamaterialet, dannet studenten en ny forforståelse (Føllesdal, 2008; Graneheim & Lundman, 2004; Thagaard, 2009). Denne prosessen er det vi kaller en hermeneutisk sirkel (Føllesdal, 2008). Det å søke etter en skjult betydning er et viktig moment i kvalitativ innholdsanalyse, noe studenten har vurdert som en sterk tilkobling til hermeneutikken (Graneheim & Lundman, 2004). Den hermeneutiske sirkelen pågikk helt til studenten satt med de endelige resultatene og hadde fått en forståelse av helheten (Føllesdal, 2008).

3.1.2 Forskerens forforståelse

Forforståelsen beskrives som den ryggsekken forskeren har med seg fra før av når forskeren går inn i et forskningsprosjekt. Forforståelsen danner på mange måter interessen for å ville drifte prosjektet i det hele tatt (Malterud, 2011). Studenten har vært oppmerksom på viktigheten av at forforståelsen ikke skal ta overhånd og at funnene i studien ikke skal bli styrt av dette.

Studentens forforståelse er preget av at hun har en bachelor i samfunnsnæring og pågående master i samfunnsnæring. Kunnskapen studenten har ervervet seg gjennom studiene preger studentens forforståelse. Studenten hadde innsikt innen feltet fra før av og hadde også en

forventning om hvordan situasjonen i barnehagene ville være på grunn av sin fagkunnskap. Studenten har holdt foredrag for private barnehager før hun startet undersøkelsen og hadde dermed en forventning om hvordan kostholdet ville være i de kommunale barnehagene.

Studenten har vært kritisk til sin forforståelse men samtidig ikke holdt seg objektiv. Studenten har forsøkt å ikke la egne erfaringer, kunnskap og holdninger påvirke interaksjonen i fokusgruppene, men har vært aktivt med i samtalen og stilt oppfølgende spørsmål der det har vært interessant å fordype deltageres meninger.

3.2 Utvalg og utvalgsprosess

Studien ble gjennomført i kommunale barnehager i en kommune på Østlandet. Kommunen har ca. 31 000 innbyggere og har totalt rundt 50 barnehager. De fleste av disse barnehagene er private barnehager eller familiebarnehager. I denne studien er det samlet inn data gjennom fokusgruppeintervjuer med et utvalg fra de kommunale barnehagene.

3.2.2 Rekruttering av deltagerne

Det ble benyttet en strategisk utvalgsmetode ved rekruttering av deltagere. Dette er den vanligste utvalgsmetoden i kvalitativ forskning og gir muligheten for å rekruttere informasjonssterke deltagere (Malterud, 2011). Målet var å rekruttere deltagere som hadde god innsikt innen temaet og på best mulig måte kunne besvare problemstillingen.

Inklusjonskriteriene for å kunne delta i fokusgruppene var at deltageren måtte:

- Arbeide i barnehagen.
- Ha arbeidet i barnehagen i minst 6 måneder.
- Være over 18 år for å kunne gi sitt samtykke.
- Være i stand til å forstå hva deltagelsen innebærer og måtte kunne svare for seg selv om han eller hun ønsket å delta⁴.

Rekrutteringsprosessen startet vinteren 2014 da studenten tok kontakt med nøkkelperson 1⁵ ved en kommune på Østlandet. Nøkkelperson 1 henviste videre til nøkkelperson 2⁶ som hadde ansvaret for de kommunale barnehagene. Nøkkelperson 2 godkjente prosjektet og gav sitt

⁴ Personer med psykiske tilstander som potensielt hadde kunnet redusert deres evne til å kunne svare for seg selv, hadde de blitt ekskludert. Ingen av deltagerne hadde en slik tilstand så eksklusjonen var ikke aktuell.

⁵ overordnet person i kommunen med ansvar for folkehelse

⁶ overordnet person i kommunen med ansvar for alle de kommunale barnehagene

informerte samtykke (se vedlegg 3) til at studenten kunne gjennomføre fokusgruppeintervjuene i kommunen.

Høsten 2014 ble styrerne i barnehagene kontaktet og spurt om det var interesse for å delta i studien. Det ble sendt samtykkeskjemaer (se vedlegg 2) og et informasjonsskriv (se vedlegg 1) om studien i posten til syv barnehager som sa de ønsket å få tilsendt mer informasjon. Sammen med samtykkeskjemaene og informasjonsskrivet ble det lagt ved en svarkonvolutt som var ferdig merket med adresse og påklistret frimerke for å gjøre det enklere for barnehagene å skulle returnere skjemaene. Fem barnehager returnerte samtykkeskjemaer. En av barnehagene ble ekskludert da det ikke var nødvendig med mer enn fire fokusgrupper.

I informasjonsskrivet ble det presisert at det var ønskelig med en gruppe sammensatt av ansatte med ulik stillingsgrad. I informasjonsskrivet var det lagt ved en svarslipp som skulle returneres der det ble bedt om kontaktinformasjon på en kontaktperson, ønsket dato og tid for gjennomføring, og om deltagerne ønsket å være i barnehagen eller på et annet møtested under fokusgruppene. Da samtykkeskjemaer og svarslippen om tid, dato og sted var returnert, ble kontaktpersonen fra hver barnehage kontaktet for å fastslå dato og tidspunkt som passet deltagerne, studenten og veileder.

3.2.3 Deltagerne

Utvalget bestod av 22 deltagere fra fire forskjellige kommunale barnehager. Deltagerne hadde ulik utdanningsgrad og stillingstype og fordelte seg slik: 4 styrere, 7 pedagogiske ledere, 5 assistenter, 1 spesialpedagog, nøkkelperson 2, og 4 fagarbeidere. Alle deltagerne var kvinner. Dette var tilfeldig. Gjennomsnittlig arbeidserfaring i barnehage var 18.6 år, hvorav 4 år var korteste arbeidserfaring og 40 år høyeste. I denne studien var gruppene sammensatt av deltagere som hadde både heterogene (ulike) og homogene (like) egenskaper (Morgan, 1997). Gruppene var homogene da alle deltagerne arbeidet på samme arbeidsplass, og heterogene når det kommer til deltagernes stillingsgrad, utdannelse og erfaring.

Nøkkelperson 2 ble unntatt inklusjonskriteriene. Hun arbeidet overordnet med barnehager og ikke direkte. Videre hadde hun lang arbeidserfaring i barnehage fra tidligere, men jobber nå mer administrativt og kunne tilføre nyttig informasjon rundt temaet.

Tabell 1: Oversikt over antall deltagere i hver barnehage, fordeling av type stilling og arbeidserfaring.

Barnehage	Antall deltagere per fokusgruppe	Stillingstype	Arbeidserfaring i år
Barnehage 1	Deltager 1	Styrer	14
	Deltager 2	Pedagogisk leder	13
	Deltager 3	Pedagogisk leder	15
	Deltager 4	Assistent	4
	Deltager 5	Nøkkelperson 2	28
Barnehage 2	Deltager 1	Fagarbeider	24
	Deltager 2	Styrer	40
	Deltager 3	Fagarbeider	24
	Deltager 4	Spesialpedagog	7
	Deltager 5	Assistent	20
	Deltager 6	Assistent	22
	Deltager 7	Assistent	11
Barnehage 3	Deltager 1	Pedagogisk leder	4
	Deltager 2	Assistent	30
	Deltager 3	Pedagogisk leder	16
	Deltager 4	Pedagogisk leder	31
	Deltager 5	Styrer	7
Barnehage 4	Deltager 1	Styrer	14
	Deltager 2	Fagarbeider	15
	Deltager 3	Pedagogisk leder	17
	Deltager 4	Fagarbeider	30
	Deltager 5	Pedagogisk leder	24

Nummereringen av barnehagene og deltagerne er tilfeldig, det er bare studenten selv som vet hvilken barnehage og deltager som tilhører nummereringene.

3.4 Datainnsamling

3.4.1 Fokusgruppe som metode

I denne studien ble fokusgrupper benyttet som datainnsamling. Det ble gjennomført fire fokusgruppeintervjuer fra fire forskjellige barnehager. Fokusgruppene varte mellom 38-70 minutter. Datainnsamlingen ble gjennomført i oktober 2014.

Fokusgrupper er i hovedsak gruppeintervjuer (Malterud, 2012). Forskjellen mellom fokusgrupper og vanlige gruppeintervjuer er at man er ute etter å studere interaksjonen mellom deltagerne, og at forskeren har en rolle som moderator (Morgan, 1997). Tema fastsettes av forskeren og data fremstilles av interaksjonen mellom deltagerne. Morgan (1997) forklarer at en interaksjon er måten deltagerne prater sammen, om de er enige eller/og uenige, og hvordan de svarer hverandre. Fokusgrupper passer godt som metode der det er ønskelig å belyse spesifikke temaer eller utdype tidligere funn fra andre studier (Morgan, 1997). Denne studien er bygget videre på funnene fra Paulsen et al. (2012) og fokuserer på å belyse aspekter ved grønnsaksserveringen i barnehagen.

Det var ønskelig å benytte fokusgrupper som datainnsamlingsmetode, da metoden egner seg godt til å få frem kollektive meninger og holdninger (Malterud, 2012). Fokusgrupper som innsamlingsmetode ble derfor ansett som egnet til å produsere informative data om rundt studiens problemstilling.

3.4.2 Utarbeidelse av intervjuguide

Det ble utarbeidet en semistrukturert intervjuguide (se vedlegg 4) som ble benyttet under gjennomføringen av fokusgruppene. Intervjuguide benyttes i ustrukturerte intervjuer som i denne studiens fokusgrupper, og er ment som en sjekkliste (Morgan, 1997). I fokusgruppeintervjuene ble det stilt oppfølgingsspørsmål uavhengig av intervjuguiden. Oppfølgingsspørsmålene var hovedandelen av alle spørsmålene fra moderator. Arbeidet med intervjuguiden ble basert på studiens forskningsspørsmål, og ble utviklet i samarbeid med veilederne.

Det er en fordel å ha prøvd ut intervjuguiden på forhånd for å se om spørsmålene gir svar på det vi ønsker (Malterud, 2012). Intervjuguiden ble derfor pilottestet gjennom et dybdeintervju med en pedagogisk leder fra en privat barnehage på Østlandet. Intervjuguiden ble ikke endret etter pilottesten siden spørsmålene og oppsettet viste seg å kunne gi gode og utfyllende svar på problemstillingen. Pilotintervjuet varte i 17 minutter og gav nyttig informasjon, men ble ikke benyttet videre i studien da deltageren ikke jobbet i kommunal barnehage, var en bekjent av studenten og ikke var under samme intervjusituasjon som deltagerne under fokusgruppene.

3.4.3 Forberedelser av fokusgruppene

Før første fokusgruppe snakket studenten med veileder om hva som var viktig å spørre om i starten, og leste Malterud (2012) om hvordan intervjusituasjonen burde være, og om moderators og observatørens rolle. Studenten forberedte seg også ved å bli trygg på intervjuguiden. Intervjuguiden ble lest igjennom gjentatte ganger til hun kunne huske den utenat.

Før hver fokusgruppe ble båndopptakeren testet for å være trygg på at den fungerte slik den skulle. Ekstra batterier ble pakket med i tilfelle båndopptakeren skulle gå tom for batteri. Telefonen ble ladet på forhånd slik at den hadde nok batteri til å kunne ta opptak som en dobbeltsikring.

3.4.4 Gjennomføring av fokusgruppene

Moderator og observator

Studenten gjennomførte fokusgruppeintervjuene selv og gikk inn i rollen som moderator der hun ledet samtalen og passet på at deltagerne holdt en rød tråd. Studentens veiledere var med på tre av fire fokusgrupper hvor de inntok rollen som observatører. Det var meningen at en av veilederne skulle være med på alle fokusgruppene, men det oppstod en misforståelse mellom kontaktpersonen i den ene barnehagen og studenten, hvor partene hadde forskjellig oppfatning av dato for gjennomføringen. Deltagerne i barnehagen trodde datoen for gjennomføringen var en uke før det studenten hadde notert seg. Studenten måtte brått reise å holde fokusgruppen da barnehagen ringte. Veileder rakk derfor ikke være med på denne fokusgruppen på så kort varsel.

Veilederne byttet på å være med som observatør under fokusgruppene. Observatørene noterte ned beskrivelser av deltagerens interaksjoner. For eksempel der observatøren mente stemningen var dårlig, mange avbrøt hverandre eller at samtalen fikk en interessant vending. Beskrivelsene ble sendt til studenten og har vært med å påvirke analysen av datamaterialet. Studenten fikk også muntlig tilbakemelding rett etter fokusgruppeintervjuene. Tilbakemeldingene på hvordan observatørene tolket interaksjonene har hatt innflytelse på studentens tolkninger. En av veilederne stilte noen få spørsmål på slutten av den første fokusgruppen der hun følte det var interessant med mer informasjon, bortsett fra dette har veilederne kun fungert som observatør.

Før fokusgruppeintervjuene

Samtykkeerklæringene ble signert på forhånd av fokusgruppene og ble sendt i posten til studenten. Før båndopptakeren ble startet gav studenten informasjon om hvordan hun ønsket at samtalen skulle foregå, en forklaring av hensikten med studien og informasjon om at samtalen ville bli tatt opp på bånd. Alle deltagerne gav sitt samtykke til at samtalen kunne tas opp på bånd. Deretter spurte studenten om deltagerens arbeidserfaring og stillingsgrad.

Under fokusgruppeintervjuene

Den semistrukturerte intervjuguiden ble benyttet under gjennomføringen av fokusgruppene. Oppfølgende spørsmål utenom intervjuguiden ble stilt av moderator kontinuerlig der deltagerne kom med interessant informasjon som var naturlig å utdype nærmere. Spørsmål som; ”*kan du utdype?*”, ”*det er interessant, vil du forklare nærmere?*” eller ”*hva mener du med det?*” er eksempler på starten av spørsmål som ble stilt utenom intervjuguiden.

3.3.5 Lokaler og teknisk utstyr

Alle fokusgruppene ble gjennomført i barnehagenes egne lokaler hvor deltagerne kunne føle seg trygge i kjente omgivelser. I barnehage nummer to ble fokusgruppen gjennomført i et av barnehagens møterom. I barnehage nummer tre ble samtalen holdt i barnehagens felleslokaler, derav noe støy og avbrudd av barn. De andre fokusgruppene ble gjennomført i personalets pauserom.

Det ble benyttet en båndopptaker under fokusgruppene av merket Olympus. Det ble tatt opptak med privat Iphone i tillegg til båndopptakeren, for å ha en dobbeltsikring dersom opptaket skulle ødelegges eller bli borte.

Opptakene ble lagt inn på en datamaskin og lagt inn i lydprogrammet ”iTunes” hvor det var enkelt å starte, og pause opptakene underveis i transkriberingsprosessen. Alle fokusgruppene ble transkribert så raskt det lot seg gjøre. Opptakene ble transkribert så nøyaktig som mulig og ble tilknyttet deltageren som gav informasjonen.

3.5 Dataanalyse

Samlet utgjorde de transkriberte fokusgruppeintervjuene 74 A4 sider (skriftstørrelse 12, enkel linjeavstand). Sammen med veileder ble det gjort en vurdering om studenten skulle benytte et dataprogram for å gjøre analysene, men endte med en konklusjon om at datamaterialet var såpass lite at det skulle gå greit å analysere det manuelt.

Analysen av data ble gjort i henhold til kvalitativ innholdsanalyse med Graneheim og Lundman (2004) sin tolkning som grunnlag ved analysering av de transkriberte fokusgruppeintervjuene. Når studenten analyserte datamaterialet var hun ute etter å beskrive variasjoner gjennom å identifisere likheter og ulikheter (Graneheim & Lundman, 2004). Likheter og ulikheter deles inn i ulike kategorier og temaer og tolkes deretter. I hver tekst vil det finnes ”åpenbart innhold” og ”skjult innhold” (Graneheim & Lundman, 2004). Studenten undersøkte både det åpenbare og det skjulte innholdet og hadde den hermeneutiske sirkelen i baktankene under hele prosessen. Deltagernes interaksjoner ble også tatt hensyn til i analyseprosessen.

Alle trinn i analysen er basert på Graneheim og Lundman (2004) sin forklaring av stegene. Enheten for analyse var de transkriberte fokusgruppeintervjuene. Første steg av analyseprosessen var å lese igjennom den transkriberte teksten gjentatte ganger, for så å søke etter mer dybdeforståelse og innsikt i hva teksten ville fortelle, og gjøre seg opp noen tanker om hva som var ulike hovedtemaer. Deretter ble meningsbærende enheter (deler av tekst som har samme mening) identifisert og organisert i et eget Word dokument. Informative og nyttige meningsbærende enheter ble kondensert (forkortet uten å miste helheten og forståelsen av enheten) og satt koder på. Tekst med samme koder ble delt inn i subkategorier som deretter ble lagt under tilhørende kategorier (Graneheim & Lundman, 2004). Etter hvert som studenten hadde tolket delene, prøvd å forstå det skjulte innholdet og sett sammenhenger ble ulike temaer utformet. Temaene sees som en oppsummering av det skjulte innholdet og er relatert til studiens hovedfunn.

Tabell 2: Hvordan meningsbærende enheter blir kondensert, kodet og plassert i subkategori og kategori (eksempel 1).

Meningsbærende enhet	Kondensert mening	Kode	Subkategori	Kategori
Ja, ikke sant. Så det er noe med å lære litt flere, altså det blir jo fort kanskje litt mye agurk og paprika, at man prøver å lære litt andre... em, bli kjent med andre grønnsaker også da, tenker jeg.	Lære seg å like flere grønnsaker enn agurk og paprika	Variasjon	Variasjon i grønnsaksserveringen	Forbedringsbehov ved grønnsaksserveringen

Tabell 3: Hvordan meningsbærende enheter blir kondensert, kodet og plassert i subkategori og kategori (eksempel 2).

Meningsbærende enhet	Kondensert mening	Kode	Subkategori	Kategori
Så får vi jo tilbakemelding fra foreldrene at barna har jo spist ting her som de hvert fall ikke spiser hjemme. Lurer på hva vi gjør for noe, om vi har noen magiske kjeler eller noe sånt (latter). Men det er klart, de ser på de andre som sitter rundt.	Barna spiser ting i barnehagen som de ikke spiser hjemme på grunn av smitteeffekten	Smitteeffekt	Smitteeffekten mellom barna	Faktorer som har betydning for grønnsaksinntaket blant barn i barnehagen

Innhold med samme koder er blitt plassert i 13 forskjellige subkategorier, subkategoriene er plassert i tilhørende kategori (se tabell 4). Resultatene fordeler seg på tre ulike kategorier som former to ulike temaer. Det åpenbare innholdet som fremkommer av den transkriberte testen er presentert i resultatdelen og underbygget ved bruk av sitater. Det skjulte innholdet er fremstilt basert på studentens egne tolkninger av resultatene og viser seg i valg av overskrifter på subkategorier, kategorier og sammensetning av dem. Valg av tema ble formet av studentens egne tolkninger av det skjulte innholdet.

Tabell 4: Oversikt over analysens subkategorier plassert i tilhørende kategori og tema.

Subkategori	Kategori	Tema
<ul style="list-style-type: none">- Barnas matpreferanser- Smitteeffekten mellom barna- Effekten av tilgjengelighet og oppkuttete grønnsaker- Behovet for eksponering- Tidsaspekter ved serveringen- Barnehagepersonalets innflytelser på grønnsaksinntaket- Økonomi- Kunnskap blant ansatte	Faktorer som har betydning for grønnsaksinntaket blant barn i barnehagen (f.s*: 1)	Da ansatte kan gi barna en trygghet og fremme fysiske og psykiske forhold for å øke grønnsaksinntaket. Deres holdninger påvirker grønnsaksserveringen.
<ul style="list-style-type: none">- Ønsket om kokk- Variasjon i grønnsaksserveringen- Øke grønnsaksserveringen- Ønske om bedre kjøkkenkapasitet	Forbedringsbehov ved grønnsaksserveringen (f.s: 2)	Deltagerne ønsker å ha en egen kokk i barnehagen. De ønsker også å variere/øke grønnsaksserveringen og ha fysiske forhold på plass, i tillegg til å utjevne sosiale forskjeller.
<ul style="list-style-type: none">- Likt for alle	Fordeler ved å gjøre endringer i grønnsaksserveringen (f.s: 3)	

*"F.s" er en forkortelse for ordet "forskningsspørsmål". F.s (tall) gir en oversikt over hvilket av studiens forskningsspørsmål den enkelte kategorien belyser.

3.6 Etiske overveielser

I følge Berg og Lune (2014) er anonymitet, konfidensialitet, og informert samtykke sentrale faktorer som må ivaretas for å kunne gjennomføre en studie. Det skal ikke være mulig å spore tilbake hvem som har sagt hva i den ferdige rapporten og det skal heller ikke være mulig for utenforstående å få tak i datamaterialet (Berg & Lune, 2014).

Barnehagene og deltagerne er ikke navngitt i studien og kan kun gjenkjennes av studenten selv. Dette for å ivareta barnehagene og deltagerens anonymitet. Det er derfor bare studenten selv som kan identifisere enkelte datamaterialer med den enkelte barnehage. Sitatene fra de enkelte deltagerne er knyttet opp mot deltagerens nummerering. Deltager nummer en fra barnehage nummer en (tilfeldig nummerert) benevnes med: 1.1, og så videre. Deltagerne fikk beskjed om å ikke presentere seg med navn under opptakene. Det finnes derfor ikke opptak der informantene forteller navnet sitt. Sitatene som presenteres i resultatdelen er ikke presentert i sin originale sammenheng, dette gjør teksten vanskeligere å gjenkjenne for

deltagerne som var med i studien. For deltageres anonymitet er dette positivt da noen kan bli provosert dersom de gjenkjenner noe de selv har sagt når de leser teksten og ikke føler dette samsvarer med egen selvforståelse (Thagaard, 2009). Særegne kjennetegn som dialekt, språk, ord og uttrykk er blitt omformulert til bokmål i sitatene.

Alle båndopptak ble slettet etter at hvert fokusgruppeintervju hadde blitt transkribert. Det transkriberte datamaterialet ble oppbevart på en minnepinne. Transkriberte fokusgruppeintervjuer makuleres etter innlevering av masteroppgaven.

Alle deltagerne måtte skrive under på et informert samtykke for å ha rettighetene på sin side og for å bli tilstrekkelig informert om omfanget ved studien. På dette skrivet kom det tydelig frem hva tema for studien var, slik at deltageren kunne få en innsikt i om dette var noe han eller hun ønsket å delta på. I det informerte samtykket ble det også gitt informasjon om anonymitet, studiens nytte for samfunnet, og om frivillighet til å delta og at man når som helst kunne trekke seg fra studien.

Fordelene ved å gjennomføre studien skal være større enn ulempene eller risikoen ved å gjennomføre studien (Behi & Nolan, 1995). I mange tilfeller, som i denne studien, gir ikke deltagelse i studien deltageren en direkte fordel, men deltagelsen er til fordel for samfunnet (Behi & Nolan, 1995). Denne studien utsetter ikke deltagerne for fare og er ikke utfordrende for deltagerne å delta på med tanke på psykiske aspekter siden temaet berører situasjonen i barnehagen og ikke dem selv personlig. Fordelen ved å gjennomføre studien har vært muligheten for å belyse aspekter rundt temaet som kan gi ny kunnskap og bidra som en liten brikke i et større forebyggende ernæringsarbeid. Studenten har ingen finansielle hensikter ved studien.

Dersom studien hadde inneholdt sensitive personopplysninger som hadde vært mulig å spore tilbake til hver enkelt deltager, hadde studenten vært pliktig til å få godkjenning til å gjennomføre studien av Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste, udatert). Det var ikke hensiktsmessig å sende inn søknad siden studien ikke gjengir informasjon om deltageres navn, personnummer eller andre kjennetegn som kan kobles til deltageren.

3.0 Resultater

I dette kapitlet vil resultater av det analyserte datamaterialet fremstilles. Resultatene presenteres ved bruk av overskrifter som er de samme som analysens kategorier og underoverskrifter som er analysens subkategorier.

I dette kapitlet er det kun funnene fra denne studien som presenteres. Hovedfunnene vil bli diskutert opp mot annen relevant teori i resultatdiskusjonen. Sitatene er skrevet med innrykk og kursiv for å tydeliggjøre hva som er studentens egne ord av resultatene, og deltagerens direkte sitater. Det er gitt en forklaring på hva den kommende teksten omfatter under de fleste kategoriene og subkategoriene. Der det ikke gis forklaringer er det tenkt at ordene taler for seg selv og at det ikke er nødvendig med nærmere beskrivelser for å forstå sammenhengen. Nedenfor er det gitt en beskrivelse over forskjellene i utvalgets barnehager når det gjelder servering og arbeidsfordeling for å gjøre leseren bedre kjent med forutsetningene til barnehagene før selve resultatene presenteres.

Oversikt over arbeidsfordeling og servering i utvalgets barnehager

Arbeidsfordeling i barnehagene:

De pedagogiske lederne hadde ansvar for å planlegge måltidene i barnehagen mens styrerne hadde det overordnede økonomiske ansvaret. De pedagogiske lederne hadde liten innsikt i budsjettet. Styrerne i utvalgets barnehager var ikke med i selve matlagingen, det var de pedagogiske ledere, fagarbeidere og assistenter som tok seg av.

Servering:

Foreldrene sendte med matpakker til frokost hver dag og matpakke til lunsj, 3-4 ganger i uken. Barnehagene serverte lunsjmåltidet 1-2 ganger i uken. Alle barnehagene serverte frukt hver dag. I barnehage nummer en var det foreldrene som sendte med frukten, mens det i de andre barnehagene ble servert av barnehagen. Barnehagene serverte forskjellig mat og hadde ulike måter å tilberede maten på.

Barnehage 1: Denne barnehagen hadde et prøveprosjekt over ett halvt år hvor de fikk varmmat levert av cateringbyrå to ganger i uken. Ordningen var ønskelig å prøve ut siden barnehagen hadde dårlige kjøkkenfasiliteter, og derfor liten mulighet til å tilberede varmmåltider selv. Barnehagen serverte grønnsaker til medbrakt lunsj hver dag før de startet med cateringordningen. Barnehagen sluttet å servere grønnsaker til medbrakt lunsj etter dette.

Barnehage 2: Denne barnehagen serverte ett varmmåltid i barnehagen i løpet av uken og hadde grønnsaker tilgjengelig til frokost og lunsj hver dag. Barnehagen fikk matvarene tilkjørt av en matvarebutikk som de hadde avtale med. Under varmmåltidet rullerte de på å ha mat fra ulike kulturer etter ønske fra foreldrene. Barnehagen hadde laget en egen kokebok av rettene de serverte i barnehagen til foreldrene.

Barnehage 3: Måltidene som ble servert av barnehagen var enten ett turmåltid eller ett smøremåltid⁷. Til smøremåltidet som barnehagen serverte, serverte de agurk og paprika. Utenom dette ble det sjeldent tilbudt grønnsaker. Barnehagen måtte handle inn matvarene selv og fikk dermed ikke tilkjørt matvarene slik som barnehage nummer 2 og 4.

Barnehage 4: Barnehagen serverte ett varmmåltid i uken og ett smøremåltid. Hver avdeling hadde ansvar for å lage mat til alle en dag i måneden. De hadde fire retter de vekslet mellom. Barna fikk grønnsaker til medbrakt lunsj hver dag, og til måltidene som ble servert av barnehagen. Barnehagen fikk matvarene tilkjørt.

4.1 Faktorer som har betydning for grønnsaksinntaket blant barn i barnehagen

I denne delen av resultatene beskrives alle faktorer som kan påvirke grønnsaksinntaket blant barna i barnehagen, både fysiske og psykiske faktorer. Flere av faktorene kan ha både negativ og positiv innflytelse på inntaket, og betydningen for grønnsaksinntaket varierer. Under denne kategorien beskrives først aspektene rundt barnas egne matpreferanser og påvirkning seg i mellom, etterfulgt av effekten av tilgjengelighet av oppkuttete grønnsaker, behovet for eksponering, og hvordan barnehagepersonalets holdninger og handlinger kan ha innflytelse over barnas grønnsaksinntak. Til slutt presenteres betydningen av barnehagenes økonomi og kunnskap blant ansatte.

4.1.1 Barnas matpreferanser

Under matpreferanser diskuteres ulike aspekter ved barnas egne preferanser for hva de liker og ikke liker. I denne sammenhengen er det hovedsakelig sett på barnas preferanser for grønnsaker.

⁷ Smøremåltid betegnes som et måltid servert av barnehagen bestående av brødsiver og pålegg.

Alle barnehagene bemerket at de fleste barna spiste godt av grønnsakene. De nevnte også at de spiste mer mat når maten var servert i en måltidsituasjon der alle spiste det samme, som når barnehagen serverte maten, og barna ikke satt med hver sin matboks. En av deltagerne i barnehage nummer to fortalte at barna var veldig glad i varmmat.

2.5: Og de gleder seg, mmm, varmmat i dag!

Agurk og paprika er gjentakende grønnsaker som barnehagene serverer mye av, og som faller godt i smak hos barna. Deltagere fra barnehage nummer to fortalte om flere grønnsaker som var populære blant barna. Det bemerkes av barnehage nummer tre at både blomkål, gulrøtter, og sukkererter er grønnsaker som barna liker, og at de spiser så lenge det er tilgjengelig.

2.3 Ja, det bruker vi av og til å ha. Rå blomkål. Vi har jo barn som jubler når de ser det kommer i små biter.

2.6: De jubler jo egentlig når gulroten kommer og da.

3.3: Og sukkererter, i tillegg til frukten, det ser vi går mye inne hos oss. Hvis det blir satt frem.

En av deltagerne fortalte at grønnsakene i blant foretrekkes før frukten og at hun av erfaring ser at barna liker de rå grønnsakene bedre enn kokte. Styreren fra samme barnehage bemerket at det dermed ikke er nødvendig med varmmat for å øke grønnsaksinntaket.

1.3: Men hvis vi skjærer opp grønnsaker til det fruktmåltidet også, så ser vi jo at det er kanskje grønnsakene som går først, spesielt gulrot og agurk. (...) Erfaringsmessig er de veldig mye mer nysgjerrig på de rå grønnsakene du serverer enn de kokte.

En av deltagerne fra barnehage nummer fire, sa at barna spiste godt av grønnsakene, men at dette kan påvirkes av hvilke vaner de har fått hjemme fra. Noen av de yngste barna spiser alt de får servert og har med seg varierte matpakker.

4.4: Men man ser jo det at noen unger er vant til å smake. Altså vi har jo unger hos oss som er 10 måneder, som spiser honningmelon og spiser alt, og som har små

bokser med bringebær og blåbær. Masse forskjellig, så det tror jeg at den sekken man har med seg hjemmefra er avgjørende.

Flertallet av deltagerne fortalte at de fleste barna liker grønnsaker, men at det en noen få som ikke liker dem.

2.3: Men det er jo noen også som, aldri vil ha, som sender for eksempel grønnsakene fra seg. Men det er jo noen få da.

En av deltagerne fra barnehage nummer en var derimot mer uenig, og mente nåværende barnegruppe ikke var så glad i verken grønnsaker eller frukt og at det er forskjell på de barna som kommer inn fra år til år.

3.2: Men i år har vi en gruppe som ikke er veldig glad i grønnsaker og ikke er veldig glad i frukt, så vi sitter igjen med skåler med begge deler. De andre årene har det blitt borte, men det gjør det ikke i år. Så det er stor forskjell på barnegruppene.

4.1.2 Smitteeffekten mellom barna

Under denne subkategorien beskrives deltagerens erfaringer med "smitteeffekten" mellom barna. Smitteeffekt er et ord deltagerne selv har brukt på dette temaet. "Smitteeffekten" er en betegnelse på måten barn kopierer hverandre, om et av barna ikke liker noe er det flere andre som ikke liker den samme matvaren. De beskriver at smitteeffekten kan ha både positive og negative innflytelser på grønnsaksinntaket.

I barnehage nummer fire fortalte deltagerne om en frossen grønnsaksblanding som de serverte til fiskepinner en gang i måneden. Denne grønnsaksblandingen var det flere av barna som uttrykte sin misnøye for. De forklarte at de trodde at den negative holdningen til grønnsaksblandingen ble utløst av smitteeffekten og at de fleste plukket ut de samme tingene.

4. 4: Nei der er det vel den der grønnsaksblandingen. Og der har vi vel opplevd noen som sier æsj eller liker ikke. (...) det er litt sånn smitteeffekter også.

Deltagerne fortalte at dersom ett barn sier at han eller hun ikke liker noe, vil andre barn kopiere dette og dermed unngå den aktuelle matvaren. Dette kan eksemplifiseres:

4. 3: Er det en som ikke liker potet er det flere andre som ikke liker.

Særlig var det grønnsakene som virket utfordrende og barna kunne lett kan herme etter andre barn og si ”æsj” og ”liker ikke”. Deltagerne mente dette var den negative siden ved smitteeffekten.

4.4: Nei der er det vel den der grønnsaksblandingen. Og der har vi vel opplevd noen som sier ”æsj” eller ”liker ikke”. Sånn som vi snakket om i sted, det er litt sånn smitteeffekter også.

Deltagerne i barnehage nummer fire, mente barna kunne føle at maten var ”tryggere” å spise når de så andre barn spise det samme.

4.2: Ja, og så tror jeg det at den når du spiser sammen med andre barn at de påvirkes av hverandre. Han spiser det, så da kan jeg spise det og.

Det ble fortalt at foreldrene kom med tilbakemeldinger om at barna spiste noe i barnehagen som de ikke gjorde hjemme. En av deltagerne mente dette kunne skyldes smitteeffekten.

2.5: Så får vi jo tilbakemelding fra foreldrene at barna har jo spist ting her som de hvert fall ikke spiser hjemme. Lurer på hva vi gjør for noe, om vi har noen magiske kjeler eller noe sånt (latter). Men det er klart, de ser på de andre som sitter rundt.

4.1.3 Effekten av tilgjengelighet og oppkuttete grønnsaker

Med ordet ”oppkuttet” menes det å ha grønnsaker som er ferdig oppkuttet tilgjengelig for barna. Deltagerne forklarte at barna spiste mer grønnsaker (og frukt) når de kuttet det opp ved servering, og at barna fortsatte å spise så lenge grønnsakene var tilgjengelig. Dette er et virkemiddel som de selv beskriver som et positiv tiltak som øker inntaket. Noen av deltagerne pleide å la de grønnsakene som ikke ble spist opp til lunsj og frokost stå fremme etter barna var ferdig med måltidet. Når grønnsakene ble stående fremme fortsatte barna å spise av dem.

1.2: Jeg tenker at når vi da hadde brødmat, da skjærte man jo opp og de knasket og spiste opp det som var igjen da. Selv om de hadde pyntet brødskiven så var det ofte

igjen. Altså, så de satt jo å småspiste grønnsaker etter de var ferdig med matpakken sin også.

Barna spiste godt av grønnsakene dersom det ble servert før selve måltidet. Deltager 3.2 viste til brødmåltidet som *mat* i denne sammenhengen. Deltageren forklarte at hun ville sette grønnsakene på bordet etter barna hadde spist litt brødmat, fordi hun mente noen var for ivrige i grønnsaksbollen.

3.2: Vi satte det vel frem sånn litt ut i. Når de hadde spist litt mat. For vi har noen som er veldig ivrige oppi den bollen, sånn at da vil ikke de spise noe mat.

Barna spiste mer grønnsaker når de var ferdig oppkuttet.

4.3: Og så ser du at det går mer av det hvis du skjærer det i småbiter. For da er det lettere å sitte å ta litt.

Deltagerne fortalte at de under flere anledninger pleide å kutte opp grønnsaker (og frukt) på en morsom måte for å stimulere barna til å smake. Målet var å gjøre det innbydende og få dem som ikke smakte så mye til å ville prøve. Noen pleide å lage hjerter av agurkskivene og smilefjes med paprikastrimler.

2.3: Ja, gjøre det litt morsomt. Hvert fall sette på så det ser litt innbydende ut. Litt morsomt ut å ja sånn at de får lyst til å smake hvert fall for de som ikke smaker så mye da.

Det ble også påpekt at det var fint å kunne gi barna det lille ekstra, særlig for dem som ikke fikk så gode matpakker hjemmefra.

1.4. Ja, og så syns vi jo det er fint at de kan få det lille ekstra, dem som ikke har så bra matpakker. Bare for å pynte brødkivene med en agurk eller. Og så lager de smilefjes, og de spiste jo mer også. De som ikke spiser så mye spiste mer.

Deltagerne forklarte at de minste barna kunne ha vanskeligheter med å tygge harde grønnsaker, spesielt gulrøtter. Deltagerne så løsningen på dette ved å for eksempel raspe eller

koke gulrøttene. De bemerket at dette ikke tok så lang tid, men at dette var vaner som ikke var innarbeidet hos personalet. Noen av deltagerne mente det var mer jobb med dette enn ved å kutte opp agurk og paprika. Det ble påpekt at kokte grønnsaker var noe de pleide å ha til middag og ikke som ekstra servering til brødmaten.

3.1: Ja kanskje, noe av det burde jo kanskje kokes. Jeg tenker til de små da så er det kanskje mye av det som er hardt, må koke det. Ikke det at det tar så lang tid, man må jo bare gjøre det, det kreves kanskje litt rutine på det. Gulrøttene må skrelles.

Andre så ikke på servering av gulrøtter til de minste som veldig problematisk, men bemerket at det meste gikk i gulvet. Deltagerne hadde en lystig tone når de pratet om dette og syntes ikke å bry seg veldig med at det ikke var like mye som ble spist.

2.1: (...) Vi gir jo litt raspede gulrøtter da. For disse minste kan jo ikke spise gulrotbiter liksom. Men det går mest i gulvet da. (latter).

4.1.4 Behovet for eksponering

Eksponering er i dette tilfellet en beskrivelse av hvor mange ganger barna ser eller smaker en matvare. Deltagerne fortalte at barna måtte smake på den samme grønnsaken flere ganger før de aksepterte den. En av deltagerne påpekte at man må tørre å servere det samme om igjen, selv om matvaren ikke blir akseptert den første gangen.

4.3: Jeg ser det med at du må kanskje gjenta en rett flere ganger da. (...) før de lærer seg å smake og like en ny smak da. Så det er vel litt det der også at vi må tørre det. En annen gang, hvis du har tenk at dem skal like det etter hvert.

Barnehagen som hadde et prøveprosjekt med levering av mat fra catering så på den rullerende menyen som noe positivt, fordi barna fikk den samme maten servert flere ganger og på den måten smake gjentatte ganger. Deltagerne mente sannsynligheten for at barna ville tørre å smake økte etter å ha sett den samme maten gjentatte ganger.

1.2: Det som er fint med catering er at det rullerer litt på det samme, så det vil jo bli at de får det samme tilbudet flere ganger da som er viktig for barn at dem får lov å oppleve og smake det samme flere ganger, at det, altså hvis vi har rødbeter i morgen

ikke sant, så er det jo kjempeskummelt, men nå kan de jo få lov til å prøve igjen og så, ja.

Det ble nevnt at det var viktig at de forskjellige matvarene var tilgjengelig på tallerkenen, men at de fortalte barna at de ikke måtte spise det selv om det lå der.

2.6: Men også når vi har varmmat, så legger vi vekt på at de skal ha alle sortene på tallerkenen. De må ikke dermed spise det, men de venner seg til å se det.

2.5: Og plutselig så har den der brokkolien forsvunnet (latter)!

Deltager 3.1 bemerket at det var viktig å være tålmodig og ikke slutte å eksponere barna dersom de ikke aksepterte noe den første gangen. Deltageren fortalte en historie om en gutt som ikke likte paprika men som etter gjentatte visuelle eksponeringer begynte å spise det.

3.1: Og så tenker jeg i forhold til å være litt tålmodige da. Det er jo lett å på en måte prøve det, og nei de likte det ikke, men man må prøve det mange ganger og man må kanskje skjære opp og kaste en del. Ser jo det ved for eksempel paprika, så er det jo en som ikke har spist det og han som han leker mest med spiser det da. Og nå spiste jo han det forrige uke. Så han har jo hatt det foran seg mange ganger, hver torsdag her, så jeg tror kanskje det. De må se det mange ganger.

4.1.5 Tidsaspekter ved serveringen

Når det gjelder ”tidsaspekter ved serveringen” menes det tiden det tar på planlegge handleturer, planlegge servering, lage maten og rydde opp etter måltidet.

Deltagerne i barnehage nummer tre bemerket dette med tid mer enn de andre barnehagene. Denne barnehagen handlet inn matvarene selv og fikk ikke maten tilkjørt, slik som de andre barnehagene. Deltagerne fortalte at hele prosessen fra planlegging, handling, tilberedning og rydding tok lang tid og gjorde at personalet fikk mindre tid sammen med barna.

3.5: Ja, det er jo det og som tar veldig mye tid. Det er ikke bare det å lage mat den dagen. Forberedelsene også.

3.1: Ja det er veldig tidkrevende. Vi bruker mye tid på å dra å handle. Og forberede egentlig, hva vi skal ha og gå rundt å samle inn handlelister. Og ja, sånne ting.

3.1: Jeg tenker at det blir jo færre voksne igjen på avdelingene. Jeg tenker at man kan selvfølgelig ta med barn på å lage maten, men i hvert fall i forhold til de små så er det ikke så mye de kan være med på. Så det blir likevel færre voksne med barna da.

En av deltagerne fra barnehage nummer to nevnte at hele prosessen var tidkrevende, til tross for at denne barnehagen fikk varene tilkjørt. Denne barnehagen hadde grei kjøkkenkapasitet og vanene med tilberedning av varmmatservering var godt innarbeidet. Tidsaspektet ble ikke nevnt som særlig utfordrende selv om noen av deltagerne i denne barnehagen bemerket det.

2.3: Ja, ikke bare det å lage den men det tar tid å rydde opp og vaske opp etterpå også. Ikke bare den prosessen med å lage det.

Barnehagen som hadde matlevering fra cateringbyrå vurderte ikke tid som en utfordrende faktor, siden store deler av maten i barnehagen ble levert og barna ellers hadde med matpakker til frokost. Styrer i barnehagen bemerket som flere av de andre barnehagene, at personalet skulle være sammen med barna og har flere arbeidsoppgaver enn å lage mat, og at det ville vært en utfordring dersom de skulle ha laget all maten selv.

1.1: Hvis vi skulle laget alt selv så hadde det vært tid. Så det er jo. Så det er viktig tenker jeg, at man har et måltid i uka eller to som barna er med å tilbereder. Men jeg tenker jo at vi skal være sammen med barn på flere premisser enn å lage mat, for vi har jo andre mandater også.

Deltagerne nevnte at de kunne tenke at det tok lengre tid å kutte opp og skrelle grønnsaker enn å kutte opp frukt, men at dette egentlig ikke var tilfellet. Tiden var derfor ikke noe som burde stoppe dem. Det ble bemerket at man måtte ta seg tid til dette, og at barna kunne være med å kutte opp grønnsakene.

1. 3: Det tar ikke noe mer tid å dele opp en gulrot enn å dele opp et eple.

1.2: Men du spør, jeg tenker jo sånn i forhold til tid og grønnsaker og sånn, jeg syns jo ikke det er noe som stopper oss som skal servere.

1.4: For det går jo kjempefort å skjære opp, for det kan du gjøre mens du sitter sammen med barna, og barna kan hjelpe til å gjøre det også. Og det som man selv kan gjøre er jo å ta seg tid til det.

I barnehage nummer en var det foreldrene som sendte med frukt til fruktmåltidet. Deltagerne fortalte at det stod i retningslinjene til foreldrene at både frukt og grønnsaker skulle sendes med, men at nesten alle foreldrene bare sendte med frukt. Deltagerne mente foreldrene sendte med frukt fordi de tenkte at det var lettere for personalet å dele opp frukt enn grønnsaker.

1.1: (...)Og så tenker de at det er mye lettere og sånn, ta med et eple, så deler man det jo bare i noen biter og så deler vi det ut. Mens man må skrelle gulrot. Jeg tror de tenker litt sånn også jeg. At vi bruker kortere tid på å dele ut frukten og at flere spiser det, mer populært.

4.1.6 Barnehagepersonalets innflytelser på grønnsaksinntaket

I denne subkategorien beskrives effekten av å være rollemodeller påfulgt av deltagerens vurderinger av å endre egne vaner og holdninger. Deretter belyses aspekter rundt det å la barna velge selv, etterfulgt av hvordan økt trygghet til barnet kan gi økt inntak.

Forbilder for barna

Ordet rollemodell og forbilde brukes om hverandre av deltagerne. Benevnelsene relateres til det samme temaet. Studenten har valgt å benytte ordet forbilde. Et forbilde er en som blir sett opp til. Det er derfor viktig å gå foran med et godt eksempel, fordi barna ofte vil kopiere det forbildet sier og gjør.

Deltagerne mente at det var viktig at de selv fremstod som gode forbilder ovenfor barna. De fortalte at barna så hva de hadde med seg i matpakken og gjerne vil ha det samme, og påpekte at det var viktig at de selv spiste sunn mat siden barna kopierte det de gjorde.

1.3: (...) når vi sitter å spiser den samme maten eller har ting i matpakken vår da som er sunt, så er jo det veldig spennende for barna rundt, og de vil jo gjerne ha det. Så det er nok viktig at vi fremstår som gode rollemodeller under et måltid.

2.4: Så hvis man har det i matboksen sånn en gang selv. I dag har jeg kiwi også sier dem – ”det vil jeg ha og”. Så jeg tror kanskje det er lurt at vi spiser litt også.

En annen deltager påpekte at det kunne være barna torde å smake mer om de så at en voksen spiste det samme.

2.2: Jeg for min del er jo veldig glad i grønnsaker, så de ser på en måte at jeg spiser det. Og da kan det hende de liker det. Noen tør og noen tør ikke.

En av deltagerne påpekte at det ikke bare var hva de selv gjorde, men også hva de sa, som kunne ha påvirkning på hva barna spiste. Deltageren understreket at de var forbilder for barna og var oppmerksom på hva de fortalte dem.

2.4: Men vi er vel bevisst på at vi er forbilder, at vi tenker på hva vi sier.

Egne vaner og holdninger

Videre presenteres deltagerens tanker rundt deres egne holdninger og hvilken påvirkning holdningene har på barna.

Det beste eksempelet på dette med å endre egne vaner og holdninger ble fortalt i barnehage nummer tre, der deltagerne diskuterte betydningen av at de selv var vant med å servere mer frukt enn grønnsaker, og at man måtte snu egne vaner for og også få inn mer grønnsaker. Da studenten spurte hva som var avgjørende for å servere mer grønnsaker i barnehagen, svarte en av deltagerne følgende:

3.3: Jeg tror det bare går på holdninger hos oss voksne, at man kommer ut av den vanen sin.

Deltagerne fra barnehage nummer tre bemerket at de selv hadde som vane å servere mer frukt enn grønnsaker til andre måltider enn varmmåltidene. Deltager 3.2 forklarte at hun selv var

vant med å ha fruktfatet stående fremme, men ikke pleide å la grønnsaker stå fremme på samme måte.

3.2: Nei, det er vel frukten som vinner. Det er det. Og hjemme så er de vel også vant med at det står fremme et fruktfat. Men jeg kan ikke si at jeg har sett et grønnsaksfat noen steder jeg har vært.

Deltager 3.1 kom da med følgende bemerkelse:

3.1: Ja, og så hva man er vant til selv sånn som du sier da, så er det fruktfatet som pleier å stå fremme eller sånn, det er jo det å endre hva man er vant til. Og vi vet jo at vi trenger mer grønnsaker, alle.

Deltager 3.1 mente at man måtte endre egne holdninger siden barna hadde behov for mer grønnsaker. Dette ble støttet av flere deltagere fra samme barnehage.

En av deltagerne fra barnehage nummer fire forklarte hvordan egne holdninger hadde innflytelse på handlingene. Hun mente vanene man hadde lært gjennom livet påvirket grønnsaksinntaket. Hun forklarte at noen var vant med å ha grønnsaker til hvert måltid mens andre bare pleide å ha det til middagen.

4. 4: Men jeg tror nok den ballasten som du har med deg i sekken hjemmefra, hva du liker selv og. Noen har jo aldri salat og kokte grønnsaker til middagen sin mens andre har det til et hvert måltid. Så jeg tror egentlig mye av utgangspunktet er der. Altså mine holdninger til det er at det er sunt, mens andre kanskje ikke bryr seg så mye.

Å la barna velge

I dette avsnittet vil holdningene til det å la barna velge hva de skal spise belyses. Deltagerne fra barnehage nummer tre forklarte at de handlet etter barnas ønsker, men også etter hva de selv anså som sunt og hva de var vant med å ha på brødsboksen.

3.2: Vi handler vel inn på bakgrunn av barnas ønsker og så prøver vi ta med litt ekstra ting som vi kanskje synes er litt sunne og litt ålreit å ha på brødsboksen, sånn som vi er vant til.

Deltager 3.2 bemerket at de tok hensyn til hva de selv mente var sunt og som burde inngå i kostholdet. Deltager 3.1 kom med innspill på det deltager 3.2 sa, og forklarte mer rundt dette. Hun mente, som deltager nummer 3.2 at de valgte matvarer som barna likte, men av det litt sunnere slaget. Hun forklarte også at barna ikke savnet det de har tatt bort fra serveringen i barnehagen. Barna hadde ikke spurt etter de sukkerrike påleggstypene som ble tatt bort, til tross for at de spiste mye av dette tidligere.

3.1: Jeg tror nok egentlig vi tenker mer på hva som er sunt enn hva vi egentlig er klar over. For når jeg begynte her så var det jo prim og syltetøy det gikk veldig mye av på de små. Men nå er vi jo flere som jobber her som tenker at det er ikke er noe de skal spise så mye av, så nå har vi sluttet å kjøpe det, uten at det er noe barna spør etter. Så det er på en måte hva de liker selvfølgelig, men hva de liker av de litt mer sunne alternativene da.

Kunnskap- økt trygghet og aksept?

Under dette avsnittet belyses situasjoner som kan gi barna en trygghet rundt maten. Det er ulike måter å gi matvarekunnskap på. Deltagerne fortalte at de ved flere anledninger brukte pedagogiske virkemidler for å gi barna kunnskap om grønnsaker og annen mat. Studenten spurte om de trodde dette hadde en effekt på selve inntaket. Noen forklarte at det å gi kunnskap om hva maten inneholdt kunne gi en trygghet, og at de kanskje spiste mer når de visste hva maten bestod av.

1.2: For barn spiser jo gjerne bedre når de er med å lage, og vet hva de spiser. Vet hva som er i maten.

Noen brukte virkemidler som lottobilder og bøker med grønnsaker, og pratet om grønnsaker i samlingsstund.

2.1: Nei at vi har bilder av, sånne lottobilder eller at vi har bøker med bilder av frukt og grønnsaker. Og så når vi også planter eller sår frø, så bruker vi bildene som er på frøposene, så de ser på forhånd hva det egentlig skal bli.

Om dette gav direkte innflytelse på grønnsaksinntaket var vanskelig å si da de ikke visste hvordan dette påvirket dem senere. Dette ble forklart med at barna ble flyttet over på andre

avdelinger etter hvert som de ble eldre. Noe som gjentas i alle fokusgruppene er effekten av kjøkkenhage som et virkemiddel for å fremme grønnsaksinntaket.

Noen av barnehagene hadde en egen liten hage hvor de dyrket grønnsaker. Barna fikk være med å så grønnsakene og passe på at de fikk tilstrekkelig med vann. Barna synes det var spennende å være med i kjøkkenhagen hvor de kunne plukke grønnsakene selv. Deltager 3.3 fortalte at noen av barna spiste mens de stod ute i kjøkkenhagen og at de var svært ivrige.

3.3: Og så bare sånn som ute om sommeren, så går de jo å spiser av gressløken for eksempel. Det hadde de antageligvis ikke gjort om de ikke var der som de kunne gå å plukke. Men den er bestandig to centimeter høy, for den blir spist opp.

Personalet så også verdien av å la barna være med i kjøkkenhagen for å la dem se hvor maten egentlig kommer fra, og noen bemerket at de synes det er merkverdig at barn i dag tror all mat opprinnelig kommer fra butikken.

3.3: Og det er noe med det å se hvor det kommer fra for noen er liksom. Ja, hvor får vi epler og pærer og sånn, ja det kjøper vi på butikken. Den kommer fra butikken. Og da får de virkelig se hvor det kommer fra, at de kan være med å plukke og høste og sånn.

Noen fortalte at det å være med i kjøkkenhagen kunne å øke aksepten for grønnsaker. Her fikk barna være med å dyrke maten, samtidig som de så andre barn spise av grønnsakene. Deltager 3.3 fortalte en historie om et barn som smakte gulrot etter å ha observert de andre barna spise det samme.

3.3: (...) vi hadde jo en som var så heldig å få lov til å komme å plukke i grønnsakhagene til en av ungene, og på vei dit så sier han lille gutten at jeg liker ikke gulerøtter, de må være kokt. Så sier jeg at nei men vi kan jo prøve å spise det. Og vi trasker bort dit og ser at alle de andre er så ivrige og plukker og spiser og sånn. Og han her gjør det samme. Og da kommer han tilbake og sier – ”jeg likte det likevel”. Så han fikk en aha opplevelse da, så det er noe med den settingen. Altså ikke bare få det servert på tallerkenen, men få lov til å være med.

Flere av deltagerne forklarte at det var begrenset hvorvidt barna ble involvert i matlagingen. De fortalte at det hendte barna var med å kutte opp agurk og paprika når de satt rundt bordene på avdelingene, men at det ville vært utfordrende dersom man skulle hatt med seg barna inn på kjøkkenet. Dette på grunn av sikkerhetskrav, plass og kapasitet. Noen pleide likevel å ha med barna i blant, men det var sjelden det var med flere en ett barn samtidig.

1.1: (...) når det skal skjæres grønnsaker og sånn, så er det jo ikke sånn at barna aldri har deltatt i det. Vi sitter jo på avdelingene og gjør det, men de får jo ikke noe videre del i den prosessen fordi det stoppes i lokalene da (...).

Forhandlinger og forklaringer

De ansatte kan ha innflytelse på barnas matvaner ved å bruke forhandlinger og forklaringer for å få dem til å smake på nye ting. Flere av deltagerne har brukt eksempler på hvordan de har gitt forklaringer til barnet når det gjelder hva en ny og ukjent matvare smaker. Deltager 4.2 fortalte at hun hadde forklart ett barn at det var forskjell på smaken på appelsinene, noen kunne være søte, andre kunne være sure.

4.2: Men hvis de ikke vet helt hva det er så lar dem det være. Men vi prøver jo å si det at om du ikke liker det så lar du det ligge, men smak, du trenger ikke spise opp selv om det ligger der. Vi prøver jo å si det, men det er liksom farlig å smake. Men kanskje da om du gjentar ting. Og så prøver jeg å si det at hvis man ikke liker appelsin så prøver jeg å si det at appelsin smaker så forskjellig, noen appelsiner er søte, andre er sure.

Noe som også gikk igjen blant flere av deltagerne var at de understreket at de fortalte barna at de ikke trengte å spise opp alt, men at de ønsket å legge frem alle aktuelle matvarer på tallerkenen. Det er ikke alle barna som tør å smake til tross for forhandlingene og forklaringene, men deltagerne hadde tro på at de fleste barna ville prøve etter hvert. Under vises et annet eksempel av hvordan man kan forhandle og forklare. Deltageren ufarliggjorde smaken av poteten i lapskausen og gjorde barnet trygg på at poteten ville smake godt i denne matretten.

4.2: Jeg har en som ikke likte potet. Og så skulle vi ha lapskaus. Og så sier jeg det at du kjenner ikke poteten i lapskaus vet du, den blander seg med alt det andre. Og da

fant han ut at han likte potet! Men da hadde han fortalt hjemme da, at han likte bare potet i lapskaus (latter) .

3.2: Ja, vi prøvde jo noe helt nytt denne uken, reddiker, så var det noen som sa nei det liker ikke jeg. Men prøv sa jeg, for det er noen ganger så liker vi det likevel. Og han prøvde reddik. Og når mamma kom så var det mamma, mamma, jeg elsker reddiker det må vi kjøpe. (latter)!

De ansatte måtte av og til gi en påminnelse til barna om at de måtte huske å spise grønnsakene. Deltager 2.5 forklarte at når de spør, så vil de ha.

2.5: Noen ganger så har de spist opp grønnsakene og andre ganger så har de ikke, og da så hender det vi spør, er det noen som har lyst på? JA! Da kommer alle. Da vil de ha.

4.1.7 Økonomi

Deltagerne fortalte at økonomien måtte ligge til grunn for serveringen, men at økonomien var tilstrekkelig og ikke var en reell utfordring for grønnsaksserveringen. Barnehagen med matservering fra cateringbyrå forklarte at pengene ikke strakk til men at dette kun var en midlertidig utfordring siden de ikke hadde økt foreldrepengene for å dekke de økte utgiftene.

1.1: (...) Men nå stopper det seg litt fordi vi bruker veldig mye penger på mat som vi egentlig ikke har da. Når ikke de betaler. (...) Jeg tenker at økonomi ikke er utfordrende om et halvt år, det er jo bare dette halvåret her da.

Deltagere fra de andre barnehagene forklarte at de klarte å holde seg innenfor budsjettet og at økonomien ikke var et problem. Assistentene og de pedagogiske lederne var veldig fornøyd med dette siden dette ikke var til bekymring for dem.

2. 2: Det er jo helt fantastisk, så det går helt fint! (latter)

2.4: Det har vi ikke hørt om en gang (latter).

4.1.8 Kunnskap blant ansatte

Under denne subkategorien beskrives deltageres syn på sammenhengen mellom deres egne kunnskaper og grønnsaksservering. Styrer i barnehage nummer en mente dette ikke var en utfordrende faktor, men at begrensningen lå i lokalene deres. Noen av de andre deltagerne fra samme barnehage mente derimot at de sikkert kunne lære mer.

1.1: Så jeg tenker det er jo ikke nødvendigvis kunnskapen det skorter på. Det er jo noe med rammene rundt, og for vår del er vel en av rammene lokalene nå da.

En av deltagerne fra fokusgruppeintervju nummer fire forklarte at noen av de ansatte ikke følte seg tilpass med å tilberede varmmåltidene da de ikke følte de hadde gode nok matlagningsferdigheter.

4.3: Men så er det nok ikke alle voksne som er like komfortable med å lage maten, ikke alle som føler de har nok kunnskap om det.

4.3 Forbedringsbehov ved grønnsaksserveringen

Under denne kategorien beskrives faktorer som har forbedringspotensialer for å kunne bedre grønnsaksserveringen og kostholdet til barna generelt. Her beskrives deltageres ønske om kokk, ønsket om å variere og øke grønnsaksserveringen, og behovet for å ha de fysiske forholdene på plass.

4.3.1 Ønsket om kokk

Studenten spurte alle deltagerne hva de ville sett på som en drømmesituasjon i barnehagen og hva som ville forbedret grønnsaksserveringen. Flere påpekte da behovet for en kjøkkenassistent eller kokk som det sterkeste ønsket. De bemerket at de ikke trodde dette var noe alternativ, men at det hadde vært en veldig fin løsning. Deltagerne begrunnet ønsket ved å forklare at det ville gitt en trygghet ved at de visste at det som ble servert var sunt, og at det lettet arbeidet de hadde ved nåværende tidspunkt.

4.2: En kokk som hadde lagd maten, du hadde visst at det var sunt og tatt oppvasken etterpå.

4.4: Hatt en kokk som kunne tilberede.

3.5: (...)det å få inn en assistent som kunne gjort noe med mat og tilberedning av mat det hadde vært veldig bra.

Deltager 1.5 var positiv til ansettelse av en kokk, og fortalte at hun selv arbeidet i barnehage på den tiden kommunen hadde kokker ansatt i de kommunale barnehagene. De andre deltagerne som arbeidet i kommunens barnehager på den tiden var også positive til det å ha en kokk ansatt.

1.5: Vi som har jobbet i barnehage på den tiden det var vanlig, hadde syntes det var helt topp (latter).

Styrer i barnehage nummer to ville veldig gjerne hatt tilbake kokken i barnehagen. Styreren arbeidet i barnehagen på den tiden kokkene fortsatt var ansatt i barnehagene og ville gjerne gått tilbake til en slik løsning. Hun bemerket viktigheten av at kokken som ansettes bør ha utdannelse innen feltet siden tidligere kjøkkenassistenter som ikke var utdannet, ikke serverte sunn nok mat. Ufaglærte assistenter som hadde laget maten hadde servert mye pølser og pasta. Dersom hun kunne velge mellom å ha en ufaglært kokk ansatt eller det å la resten av personalet tilberede maten som de gjør i dag, ville hun heller ha valgt nåværende situasjon.

2. 2: Tidligere så hadde vi jo kokke.(...) Og det og å ha kokke som ikke var utdannet så ville jeg kanskje lagd maten selv, hjemme. Til forskjell for når du hadde utdannet kokk som lagde veldig fin mat da. Eller ikke fin mat, men ordentlig næringsrik mat. (...) Sånn at det å ha varm mat kan være begge deler da, det kan være veldig bra og det kan være egentlig ikke så bra. Men det at personalet skal lage maten i barnehagen, det har de ikke tid til. Det vil gå drastisk ut over barna. Men hvis jeg skulle valgt, så ville jeg valgt og hatt kokk.

Det ble bemerket at det ville vært utfordrende dersom personalet skulle hatt samme arbeidsoppgaver på kjøkkenet som en kokk ville hatt, særlig dersom varmmatserveringen skulle serveres hyppigere. Dette fordi personalet hadde flere arbeidsoppgaver enn å lage mat. Noe mat lagde de fleste barnehagene likevel.

1.5: Og så er det vi har sagt da i våre barnehager når de kokkestillingene ble fjernet. Så har vi jo sagt at vi ikke ønsker å bruke grunnbemanningen, altså det personalet

som er beregnet på å være sammen med barn. Vi har jo ikke lyst å ta det vekk, fra samværet med barna for å sette dem på kjøkkenet for å lage mat til alle. (...)men de barnehagene som har ordentlig kjøkken de lager jo mat. (...)Sånn at de lage jo mye mat likevel.

4.3.2 Variasjon i grønnsaksserveringen

Et annet forbedringsbehov som har gått igjen fra datamaterialet fra fokusgruppeintervjuene fra barnehage nummer en, to og fire, var behovet for å variere grønnsaksserveringen. Med dette menes det at det var et ønske om å tilby flere typer grønnsaker enn det de gjør i dag. Deltagerne fortalte at grønnsaksserveringen til brødmåltidene som regel var agurk og paprika, og noen ganger tomat. Etter å ha reflektert over dette under fokusgruppeintervjuene ble deltagerne oppmerksom på at det var her et av de største forbedringspotensialene lå. Dette gjelder ikke for barnehage nummer tre.

Barnehage nummer to fortalte at de serverte grønnsaker hver dag, men mente de hadde en utfordring når det kom til å variere grønnsaksserveringen. Alle deltagerne var enige i dette og flere var aktive i samtalen da studenten spurte hva som var hovedutfordringen ved grønnsaksserveringen per dags dato. I denne samtalen reflekterte deltagerne over hvordan de kunne variere grønnsakene både til smøremåltidet servert av barnehagen, medbrakt mat, servert varmmåltid, og til fruktmåltidet. Her mente de at de kunne servere gulrøtter, kålrot og blomkål oftere, og at rå grønnsaker kunne serveres på samme måte som frukten. De påpekte at det tross alt ikke tar så lang tid å skrelle gulrøtter og lignende.

2.2: Men da får de jo paprika og tomat og agurk og sånn men vi burde kanskje tilbake igjen til det...

2.6: Burde skrelt noen gulerøtter og skjært opp så...

2.4: Det går jo veldig fort.

2.2: Hvert fall når du tar det... Vi burde kanskje vært litt flinkere på sånt.

5: Så kålroten har nok blitt litt borte, for å si det sånn.

2.2: Ja, det er dumt. Det er jo ordentlig norsk grønnsak.

2.2: Men også det å ha noe rå blomkål og sånn hadde jo også gått.

De forteller også at det ikke burde være noe dyrere å servere litt mer av dette fremfor de ”gamle faste” grønnsakene.

2.2: (...) jeg tror ikke nødvendigvis det trenger å være så mye dyrere med gulrøtter enn tomater.

Barnehage nummer fire påpekte at variasjon i grønnsaksserveringen var spesielt utfordrende på småbarnsavdelingene. Her serverte de for det meste agurk, paprika og tomat, men bemerket at de burde hatt en større variasjon, og at dette ikke var noe de hadde vektlagt tidligere.

4.4: Og så i forhold til småbarn så er det litt mer de der vanlige grønnsakene. Bordgrønnsakene. Men det er det å få inn blomkål og brokkoli og sånn også. Det har vi vel ikke gjort så mye av.

Pedagogisk leder i barnehage nummer en så fordelen ved å utvide barnas matpreferanser for grønnsaker. Hun mente barnehagen burde servere andre grønnsaker enn bare agurk og paprika.

1.2: (...) det er noe med å lære litt flere, altså det blir jo fort kanskje litt mye agurk og paprika, at man prøver å lære litt andre... em, bli kjent med andre grønnsaker også da, tenker jeg.

4.3.3 Øke grønnsaksserveringen

Under denne subkategorien beskrives deltagerens holdninger til å øke grønnsaksserveringen.

Deltagere fra barnehage nummer en fortalte at de serverte mer grønnsaker til lunsj og frokost før de startet med levering fra cateringbyrå. Cateringbyrået serverte ikke grønnsaker til alle rettene. Noen av gangene kunne det være risgrøt på menyen uten noen tilhørende grønnsaker. Siden levering fra cateringbyrå var kostbart, reduserte dette barnehagens muligheter til å

bruke økonomiske midler til å kjøpe inn grønnsaker som kunne serveres til medbrakte måltider og måltider servert av barnehagen.

1.1: Det har jo vært en fem om dagen barnehage, så det har jo sklidd ut litt, det koster jo mye med catering og da får de i jo i alle fall noen grønnsaker der, men klart, det har jo vært en tanke rundt det hele tiden. Så jeg kjenner jo nå at det er litt leit at det har sklidd ut. Særlig den til frokosten da.

1.4: Det som vi kan bli bedre på, det er det her med å servere grønnsaker igjen til frokosten og at vi får det inn liksom. Får da får vi jo det til frokosten, og så kan man jo sikkert ha det til lunsjen også. Avhengig av hvilken mengde man har.

For barnehage nummer tre var hovedutfordringen først å fremst å begynne å servere grønnsaker til daglig. Det ble bemerket at barna likte grønnsakene, og at de kunne få inn mer gjennom supper og varmmatservering.

1.5: Vi har begynt en endring i august, i forhold til bra mat i barnehage. Men vi er en barnehage som bare snakker litt og så kommer det etter hvert. For jeg mener det at det er litt det å få det under huden på alle voksne også, og så komme i gang. Så vi har ikke satt noe mål på at sånn skal det være, men vi er mer bevisst på det. Så vi har nevnt grønnsaker mer, det har vi gjort. Og det er vel derfor dere har kommet i gang med mer tenker jeg. Og det er supert. Vi burde sikkert fått inn mer gjennom grønnsaksupper også sikkert, få inn gjennom det også. Men vi har jo hatt det og barn liker jo det godt. Så varmmat også i forhold til grønnsaker, men ja.

Barnehage nummer fire serverte grønnsaker til lunsjmåltidet, men bemerket at det hadde vært mulig og også ha grønnsaker tilgjengelig til medbrakt mat under frokosten.

4.3: Og kanskje kunne vi servert det flere ganger om dagen. Tenkte frokosten jeg.

I barnehage nummer to ble ikke dette med å servere grønnsaker oftere nevnt. Denne barnehagen serverte allerede grønnsaker til både frokost og lunsj.

4.3.4 Ønske om bedre kjøkkenkapasitet

I denne subkategorien beskriver deltagerne mangler på barnehagens kjøkken og hvilke utfordringer de ser ved kjøkkenkapasiteten. Barnehage nummer en var den barnehagen som hadde mest å utsette på kjøkkenforholdene. Denne barnehagen hadde et prøveprosjektet med cateringlevering siden de ikke hadde kapasitet på kjøkkenet for å kunne tilberede mat. Kjøkkenet i barnehagen var på lunsjrommet til de ansatte, og inneholdt en komfyr med fire kokeplater, en vanlig oppvaskmaskin, og en benk på ca. 1 meter. Oppvaskmaskinen rommet ikke nok servise ved servering til alle barna, og oppvasken hopet seg derfor opp. De ansatte ble derfor stående med dette store deler av dagen. De bemerket at de manglet et kjølelager til å kunne oppbevare noen typer grønnsaker, og at de derfor kjøpte inn grønnsaker som kunne ligge i romtemperatur. De ønsket seg også arbeidsbord til barna slik at de kunne være med å kutte opp grønnsakene og involveres i matlagingen. Da studenten spurte hvordan dette kunne løses gav en av deltagerne følgende svar:

1.1: (...) Vi venter på ny barnehage (latter)!

Barnehage nummer to virket ikke å bry seg særlig med kjøkkenfasilitetene. Når de lagde varmmat, var de alltid to og to avdelinger som lagde maten sammen. De hadde et kjøkken på hver avdeling og fordelte arbeidet mellom avdelingene. Deltagerne påpekte at situasjonen ville vært utfordrende dersom de bare hadde hatt ett kjøkken.

Barnehage nummer tre var i likhet med barnehage nummer en ikke helt fornøyd med kjøkkenfasilitetene. De fortalte at kjøkkenet deres ikke var godkjent for å lage annen mat enn ”pedagogisk mat”. Studenten spurte hva som kjennetegnet pedagogisk mat, men fikk ikke noe klart svar. Denne barnehagen hadde et større kjøkken enn barnehage nummer en og hadde en industri- oppvaskmaskin som gikk raskere enn vanlige oppvaskmaskiner. Flere av deltagerne fra denne barnehagen så utfordringer ved kjøkkenkapasiteten.

3.3: For du ser jo bare sånn som vi har en oppvaskmaskin. Og du ser det hoper seg opp og det forsinker hele dagen om du har flere avdelinger som skal stå på kjøkkenet og lage mat samme dag også.

Styrer var derimot litt mer optimistisk, og påpekte at de tross alt hadde fått en ny industrioppvaskmaskin. Styrer bemerket derimot plassen og muligheten til å oppbevare matvarer som en utfordring.

3.5: Og vi har litt lite plass til å oppbevare matvarer også vi. Så vi er en liten barnehage. Så å tilberede mat til alle på det kjøkkenet der, det tror jeg også blir en utfordring.

4.4 Fordeler ved å gjøre endringer i grønnsaksserveringen

4.4.1 Likt for alle

Under fokusgruppene fortalte deltagerne om sin bekymring over at barna kunne ha med seg matpakker som de selv ikke anså som særlig sunne. Deltagerne fortalte om ”dobbeltblingser”, noe som refereres til som to brødkiver klistret sammen av pålegg. Deltagerne fortalte om barn som hadde med seg kakestykker, og brødkiver med sjokoladepålegg.

4.2: Fem brødkiver med sjokoladepålegg. Og ikke noe annet. Og en sukret yoghurt.

De bemerket at de fleste barna hadde med seg relativt sunne matpakker med egne bokser med bær og grønnsaker, men at noen matpakker var ensidige og av det mindre sunne slaget.

4.2: Det er mange som har veldig variert, de har en liten boks med noe bringebær og blåbær. Og så har de noen grønnsaker i en annen boks og et rom med et knekkebrød, og så har de ett rom med ett par skiver. (...) Og så har du noen som har fem brødkiver med prim eller fem brødkiver med salami, ikke sant.

Deltagerne skulle ønske at alle barna fikk likt utgangspunkt og fikk servert det samme. Selv om de ikke kunne tilberede og servere alle måltidene i barnehagen hver dag mente de at det ville vært fint å kunne tilby grønnsaker i tillegg til matpakken for å utjevne forskjellene mellom barna.

3.5: Og kanskje noen unger kan senke skuldrene litt, her er det likt for alle. Her kan alle velge likt.

De fortalte også at matpakken barna hadde med hjemmefra kunne virke mer innbydende dersom de fikk servert noen ekstra grønnsaker for å ”pynte” brødiskivene. Ved å servere litt grønnsaker til den medbrakte maten kunne måltidet virke spennende og innbydende.

3.2: Og jeg ser jo liksom sånn som når barna har med blingser, altså det er jo ikke så veldig spennende alltid med de der blingsene og hvis man da kan dele og legge på noen agurkskiver og litt paprika og sånn så er det jo et helt nytt måltid. Altså for barna. Det er liksom ikke mer som skal til. Tenker jeg. Så det er jo på en måte noe barnehagen kan hjelpe å bidra til da. At kanskje de som har en kjedelig matpakke, får en litt mer spennende matpakke.

Noe som var gjennomgående i alle fokusgruppene, var at deltagerne mente barna spiste mer når de hadde felles matsservering enn når barna hadde med egne matpakker.

4.3: Ja, og så ser vi veldig stor forskjell på matspisingen når de har matpakken sin og når de har smørelunsj. Vi kan ha noen som er veldig glad i mat som spiser uansett om det er smørelunsj eller matpakke, og andre som ikke rører matpakken sin i det hele tatt. Men når vi har smørelunsj så spiser alle jevnt over veldig godt. Så det er noe med settingen og at du får lov til å sitte å velge og det sosiale rundt også tror jeg.

Styrer i barnehage nummer en hadde et ønske om å kunne tilby ekstra grønnsaker ved siden av medbrakt mat siden ikke alle hadde med seg like sunn mat. Hun forklarte at det ikke alltid nyttet å prate med foreldrene om at barna burde få med seg sunnere matpakker.

1.1: (...) Vi tenker jo at vi kan ha litte grann å tilby ved siden av det. Det er jo sånn at ikke alle har så god mat, og det gjelder frokost og det hjelper ikke alltid å snakke med foreldrene om det selv om vi gjør det. Og da er det jo noe med å få noe i seg da. Som er litt sunnere enn den kaka som ligger i matboksen.

Styrer i barnehage nummer to så på viktigheten av å tilby barna i barnehagen god og sunn mat. Hun ville gjerne hatt varmmatsservering i barnehagen hver dag. Dersom det skulle vært varmmatsservering hver dag, bemerket hun at det ville vært nødvendig å ha en kokk ansatt siden det ville blitt for mye tid borte fra barna dersom grunnbemanningen skulle ha laget all maten hver dag. Hun påpekte at foreldrene kunne fått frigjort tid ved at de ikke trengte å lage

middag hver dag, og mente samfunnet ville vært tjent på å fokusere på dette. Styreren mente også at barna ville fått bedre helse og ville utvidet sine matpreferanser.

2.2: Ja, og jeg tror det sånn på sikt så ville samfunnet tjent på det. At alle sammen hadde varmmat servert i barnehagen hver dag. (...) Fordi at barna er i veldig mange timer da og det å sette samme sammen et godt kosthold da (...) Så vil også foreldrene kunne frigjøre masse tid, de må ikke nødvendigvis lage middag når de kommer hjem (...).

5.0 Diskusjon

5.1 Metodediskusjon

Som kvalitativ forsker bør man være åpen for ny kunnskap som man ikke hadde forutsett, være kritisk, reflektert og vurdere studiens gyldighet (Malterud, 2012). I denne delen av diskusjonen belyses metodens egnethet gjennom å vurdere svakheter og styrker ved metoden. Vurderinger av svakheter og styrker er med på å belyse studiens gyldighet. Studiens gyldighet er rettferdiggjort ved å at det er gitt en nøyaktig beskrivelse av fremgangsmåter under datainnsamling, hvordan analyser er gjort og hvordan resultatene er tolket (Thagaard, 2009). Studiens gyldighet er dermed diskutert gjennom hele metodediskusjonen men belyses ytterligere i et eget underkapittel mot slutten. Dette ble gjort da studenten har benyttet seg av spesifikke begreper som er anbefalt av Graneheim og Lundman (2004) i en grundigere vurdering av gyldigheten. Begrepene kan være vanskelige å skille og flette inn i andre vurderinger av styrker og svakheter. Skillet ble derfor ansett som den mest oversiktlige løsningen.

5.1.1 Forskningsdesign

En kvalitativ tilnærming ble valgt på bakgrunn av tidligere forskning gjort av Paulsen et al. (2012) for å belyse situasjonen som ble fremhevet som spesielt utfordrende. Tilnærmingen var egnet siden det var ønskelig å få frem nye aspekter ved å utforske barnehageansattes holdninger og erfaringer. Mulighetene for å få frem en dypere forståelse av barnehageansattes holdninger og erfaringer rundt temaet ville vært begrenset dersom det hadde vært benyttet en kvantitativ forskningsmetode. Dette fordi en kvantitativ undersøkelse ville basert seg på ferdige strukturerte spørreundersøkelser som ville hatt fastsatte svaralternativer (Ringdal, 2013). I kvalitative undersøkelser bestemmer moderator tema, men deltagerne kan samtidig svare fritt og komme med interessant informasjon som moderator ikke hadde tenkt på selv (Malterud, 2012).

Resultatene fra kvalitative undersøkelser kan ikke generaliseres på grunn av et lite utvalg sammenlignet med kvantitative studier (Malterud, 2011). Resultatene fra denne studien kan på den måten ikke være gjeldene for en hel populasjon, men kan være med på å gi en dypere innsikt i det vi allerede vet fra tidligere forskning, og åpne opp for nye aspekter rundt temaet. Funnene fra denne kvalitative undersøkelsen kan på den måten gi innflytelse på utforming av fremtidige undersøkelser. En kvantitativ undersøkelse bygget videre på denne studiens funn

ville hatt potensiale for å konstatere funnene og gjort dem gjeldene for barnehageansatte i andre geografiske områder i landet.

Prinsippene ved hermeneutikk og kvalitativ innholdsanalyse har latt seg kombinere og underbygger hverandre. Det å bruke dette som teoretisk grunnlag har gjort studenten observant for egen forforståelse og tolkning underveis i hele prosessen. Studenten har ikke latt forforståelsen ta overhånd men har erkjent at den er der, og vært åpen for nye funn og sett forbi de forventningene hun hadde før hun startet innsamlingen av data.

5.1.2 Utvalg og utvalgsprosess

Utvalget består kun av kommunale barnehager og ikke private. Dette var et bevisst valg fordi det kan tenkes at de private barnehagene har bedre økonomi, i tillegg til at de har muligheten for å legge egne føringer i større grad enn de kommunale. De kommunale barnehagene følger føringer fra kommunen (Barnehageloven, 2005). Det kan være vel så interessant å gjøre lignende undersøkelser på private barnehager. Det ble i denne omgang avgrenset til å gjøre undersøkelsen i de kommunale barnehagene for å ikke gjøre omfanget for stort og for å kunne ha et klart skille.

I denne undersøkelsen er ikke den sosioøkonomiske statusen blant de ansatte tatt med i betraktning. Dette ble ikke sett som hensiktsmessig da en pedagogisk leder, uavhengig av geografisk område, vil ha samme type utdanning og lønn. Det kunne derimot vært interessant å undersøke om foreldre med ulik sosioøkonomisk status ville hatt ulik grad av innflytelse på retningslinjene rundt grønnsaksserveringen i barnehagene. Dette fordi vi vet at kostholdet varierer mellom mennesker med ulik grad av sosioøkonomisk status. Mennesker med høyere sosioøkonomisk status spiser sunnere enn mennesker med lavere sosioøkonomisk status (Totland et al., 2012).

En vanlig utfordring i alle undersøkelser som involverer deltagelse fra mennesker er rekrutteringsprosessen (Malterud, 2011). I denne undersøkelsen ble det gjennomført en strategisk utvalgsmetode der hensikten var å rekruttere informasjonssterke deltagere som var sterkt knyttet til temaet. Utvalgsprosessen i denne studien bød ikke på særlig store problemer siden studenten i hovedsak rekrutterte deltagere gjennom styrerne i hver barnehage. Prosessen ble derfor langt enklere for studenten enn dersom hver enkelt deltager skulle ha blitt kontaktet direkte. Studenten trengte heller ikke ta på seg oppgaven ved å organisere deltagerne og finne

passende tid og sted. Alle barnehagene ønsket å ha fokusgruppen i barnehagen, studenten hadde derfor ingen utfordringer ved å finne en annen møteplass. Det var derimot en utfordring å bestemme seg for en av de tre datoene barnehagene hadde foreslått siden både studenten selv og moderator skulle ha tid og mulighet til å være med.

Etter å ha sendt ut samtykkeskjemaer og informasjonsskriv tok det mellom tre og fire uker før samtykkeskjemaene ble sendt tilbake. Studenten måtte ringe og gi en påminnelse til tre av barnehagene om at disse måtte returneres. Fokusgruppeintervjuene ble på grunn av dette ikke avholdt etter den opprinnelige tidsplanen. Fokusgruppene var planlagt gjennomført i september, men ble gjennomført i oktober. Dette er likevel tid og utfordringer som man må regne med i en slik prosess, og studenten så ikke dette som en særlig stor hindring. Studenten hadde til tross for forsinkelsene god tid til resten av arbeidet.

Ulempen ved å sende ut samtykkeskjemaer og informasjon på forhånd var at studenten måtte vente noen uker på tilbakemelding, fordelen var at det formelle var på plass slik at det ikke var nødvendig å bruke tid på dette under fokusgruppeintervjuene. En annen fordel er at hver deltager fikk muligheten til å lese nøye igjennom samtykkeskjemaene i ro og fred uten tidspress, noe de kanskje ville følt dersom dette hadde blitt gjort rett før fokusgruppeintervjuene startet.

Litteraturen strides rundt hva som er optimalt når det gjelder antall deltagere i en fokusgruppe (Malterud, 2012). Studenten opplevde flere utfordringer ved fokusgruppen hvor det var syv deltagere enn i fokusgruppene hvor det var 5 deltagere. Under fokusgruppeintervjuet hvor det var syv deltagere syntes studenten det var utfordrende å skulle sørge for at alle deltagerne var med i samtalen. I dette fokusgruppeintervjuet var det to til tre deltagere som studenten måtte henvende seg direkte til for at de skulle komme med innspill i samtalen. I gruppene hvor det var fem deltagere var det omtrent en deltager i hver gruppe som studenten måtte henvende seg direkte til og gi plass i samtalen. I gruppen hvor det var syv deltagere kan det tenkes at to til tre av de deltagerne som ikke slapp til i samtalen hadde erfaringer rundt temaet som ikke kom frem. Studenten følte hun hadde bedre kontroll som moderator i de mindre fokusgruppene. Alle fokusgruppene gav interessante funn, og den største gruppen gav ikke flere funn enn de andre. Dette kan forklares med at alle deltagerne hadde god innsikt i temaet, og dermed kunne gi utfyllende informasjon. Det var derfor ikke nødvendig med så mange deltagere for å få god og utfyllende informasjon.

I informasjonsskrivet skrev studenten at det var ønskelig med minimum fem deltagere i hver gruppe. Den ene gruppen bestod opprinnelig av fire deltagere men ble utvidet siden nøkkelperson 2 ble med. Årsaken til at det ikke var flere enn fem deltagere i tre av fire fokusgrupper, skyldes trolig at barnehagene hadde begrenset arbeidskraft og ikke ville ta så mange voksne ut fra avdelingene. Tre av fire barnehager ønsket å delta på fokusgruppene i arbeidstiden. I den barnehagen hvor fokusgruppen ble gjennomført etter arbeidstid skulle barnehagen dekke lønn til deltagerne (deres initiativ). Det var derfor rimeligere å ha et lavere antall deltagere med. Det kan være at det ville vært mulig å få flere deltagere med i fokusgruppene dersom lønnskostnadene hadde blitt dekket av undersøkelsen. Etter å ha vurdert antall deltagere i fokusgruppene ville det sannsynligvis likevel ikke vært hensiktsmessig å ha flere enn fem deltagere i hver gruppe. I de andre barnehagene ble fokusgruppene holdt på et tidspunkt i arbeidstiden som barnehagen vanligvis hadde møte fra før. På den måten frarøvet ikke studien barna tiden med barnehagepersonalet siden de ville vært utilgjengelig uansett.

Skulle studenten ha rekruttert deltagere til fokusgrupper på ny, ville hun ikke hatt så mange som syv deltagere i hver gruppe. Likevel kan det være vanskelig å få nøyaktig det antallet man ønsker da det er tenkelig at noe frafall kan oppstå underveis. I denne studien var det ingen frafall. En undersøkelse uten frafall er noe uvanlig (Malterud, 2012). Årsaken til at denne undersøkelsen ikke gav frafall er trolig fordi de fleste fokusgruppene ble holdt i barnehagens åpningstider da de ansatte allerede var til stede. Fokusgruppeintervjuet som ble holdt etter barnehagens åpningstider ble holdt rett etter barnehagen hadde stengt, de ansatte hadde derfor ikke rukket og dratt hjem og fått tid til å ombestemme seg. Den praktiske tilrettelegningen ved at deltagerne ikke trengte å møte opp på et annet avtalt møtested gjorde nok også at det var lettere å skulle delta.

Deltagerne som var villig til å delta i studien kan ha vært personer som var spesielt opptatt av kosthold. Dette er en vanlig utfordring ved alle studier (Thagaard, 2009). Studenten fikk inntrykk av at noen av deltagerne var mer opptatt av kosthold enn andre, men at dette ikke var et fellestrekk hos alle. Variasjonen i deltageres interesse for kosthold vurderes som positivt for denne studien, siden et utvalg basert på deltagere med stor interesse for kosthold trolig ville gitt andre svar enn den generelle bemanningen i barnehagen.

Fokusgruppene gav tilstrekkelig med informasjon og gav utfyllende data. Det ville sannsynligvis ikke vært hensiktsmessig å gjennomføre flere fokusgrupper. Morgan (1997) forklarer at det vil være nødvendig med et større antall fokusgrupper dersom deltagerne i gruppene er heterogene. Ved at det deltok en styrer fra hver barnehage og flere pedagogiske ledere, fagarbeidere og assistenter gav likevel det samlede utvalget nok deltagere med lik stillingsgrad, utdanning og erfaring til å kunne gi en mening. At det bare var med en spesialpedagog har ikke særlig stor betydning da hun hadde de samme erfaringene som resten av personalet, og i tillegg var utdannet barnehagelærer i bunn, slik som de pedagogiske lederne og styrerne.

Fokusgruppeintervju nummer fire gav lignende funn som de andre fokusgruppene. Morgan (1997) forklarer at det er hensiktsmessig å avslutte datainnsamlingen etter å ha nådd en mening. Etter den siste fokusgruppen satt studenten igjen med en følelse av mening, det ville sannsynligvis ikke vært mer å hente ved å holde en fokusgruppe til. Dersom fokusgruppene hadde vært ustrukturerte ville det sannsynligvis vært nødvendig med flere fokusgrupper (Morgan, 1997). Siden studenten benyttet seg av en semistrukturert intervjuguide, åpnet fokusgruppeintervjuene for å gi samme type datamateriale i alle fokusgruppene samtidig som flere sider av temaet kunne belyses, da det ikke var et strengt strukturert intervju. Dersom studenten hadde vurdert det som hensiktsmessig å holde flere fokusgrupper ville studenten benyttet seg av den siste barnehagen som returnerte samtykkeskjemaer.

Hver enkelt fokusgruppe bestod av deltagere som arbeidet i samme barnehage, dette har sine utfordringer og fordeler. Den største utfordringen ved dette var at det ble rekruttert deltagere med ulik stillingsgrad. Ved en slik sammensetning kan noen av deltagerne påvirkes av at det er autoritære personer til stede (Morgan, 1997). I dette tilfellet vil det være styrere som virker autoritære ovenfor assistenter, pedagogiske ledere og fagarbeidere. Hvorvidt dette blir en situasjon mellom pedagogiske ledere, fagarbeidere, og assistenter kan diskuteres. Pedagogiske ledere har et større ansvar når det gjelder å planlegge pedagogisk aktivitet i barnehagen og har ansvar for sin avdeling (Barnehageloven, 2005), likevel har mange av assistentene og fagarbeiderne lengre arbeidserfaring. Det kan derfor tenkes at noen av de eldre kvinnene som har vært i barnehagen lenge har ganske stor "rolle" i avdelingene. Under fokusgruppeintervjuet i barnehage nummer en var nøkkelperson 2 til stede. Vedkommende har en overordnet rolle og det kan tenkes at de andre deltagerne ble preget av dette.

Fordelene ved å sette sammen grupper som har ulike stillingsgrader er at de kan komme med forskjellige synsvinkler. I denne undersøkelsen hadde assistenter, pedagogiske ledere, spesialpedagog, fagarbeidere og styrere ulike erfaringer og historier å komme med. En styrer kunne for eksempel virke mer opptatt av økonomi, og retningslinjer for renslighet enn resten av personalet. Siden en styrer har ansvaret for den daglige driften i barnehagen (Høgskolen i Oslo og Akershus, udatert), er det naturlig å tenke at styrer har mye kontorarbeid og ikke har direkte kontakt med barna hele dagen slik som resten av personalet. En styrer kan derfor komme med ulike erfaringer i forhold til resten av personalet.

Fordelen ved å rekruttere et utvalg som ikke har lik stillingsgrad, er at de gav ulike synspunkter ved hvordan situasjonen var i barnehagen i dag. Hadde utvalget kun bestått av styrere er det sannsynlig at man ikke ville fått like mange historier om hvordan deltagerne har forhandlet med barna for å få dem til å smake, om daglige utfordringer ved kjøkkenkapasitet og barnas matpreferanser. Dette er erfaringer som de som er mest med barna sitter med. I fokusgruppe nummer en var for eksempel styreren opptatt av pris på cateringlevering, mens assistenten fra denne gruppen pratet mye om visuell fremstilling og hvordan man kunne gjøre grønnsakene mer innbydende. På den måten kan de utfylle hverandre og gi en helhetlig beskrivelse av situasjonen i barnehagen.

En fordel ved å ikke dele deltagerne fra samme barnehager opp i fokusgrupper med ukjente er at alle deltagerne kjente til hverandre fra før. En styrke ved dette er at sannsynligheten for at de er komfortable med hverandre er større enn om de hadde vært sammen med noen de ikke kjente. Konteksten stemmer også bedre med dagliglivet og de kan utfylle hverandres erfaringer. På denne måten kan det være lettere å få en god flyt i samtalen. Dersom deltagere med samme stilling fra forskjellige barnehager skulle ha blitt samlet til egne fokusgrupper, ville rekrutteringen vært utfordrende siden det ville vært nødvendig å få dem til å møtes et annet sted utenom arbeidstiden.

Etter å ha vurdert fordelene og utfordringene ved å velge helt homogene grupper sammenlignet med utvalgets heterogene sammensetning, er utvalget som ble gjort vurdert som det beste alternativet.

5.1.3 Datainnsamling

I dette avsnittet vil undersøkelsens datainnsamlingsmetode vurderes. Fokusgruppe som metode og selve gjennomføringen av fokusgruppeintervjuene vil belyses fortløpende. Avslutningsvis diskuteres studentens rolle som moderator.

Vurdering av fokusgruppe som metode

Behovet for å dele og sammenligne erfaringer er en stor styrke ved fokusgrupper, det er ofte her vi får den mest interessante informasjonen (Morgan, 1997). Studenten fikk en følelse av at deltagerne ønsket å fortelle de andre om egne erfaringer, og flere var ivrige på å skyte inn sin mening der det passet seg.

I resultatdelen er det fylt inn flere eksempler på hvordan deltagerne utvekslet sine meninger. Et eksempel på dette er hvordan deltagerne i barnehage nummer to fortalte om hvilke grønnsaker barna likte, og hvordan de brukte visuell fremstilling som et virkemiddel for å stimulere barna til å ville smake. Et annet eksempel er der en deltager forteller om hvordan hun har forhandlet med barna for å få dem til å smake, og en annen deltager kommer med en historie hvor hun har gjort forhandlinger på lignende måte. Interaksjonene mellom deltagerne i barnehage nummer en var ikke like gode som i de andre barnehagene. Det kunne virke som om deltagerne i barnehage nummer en var preget av at det var en båndopptaker som tok opp fokusgruppeintervjuet, og at nøkkelperson 2 var til stede. Fokusgruppe nummer en gav likevel nyttig informasjon. Resultatene kan imidlertid ha blitt påvirket av at nøkkelperson 2 var til stede ved at deltagerne kan ha sagt det de tror personen ønsket å høre. Studenten oppfattet likevel at deltagerne gav ærlige svar og ikke var redd for å si sin mening.

Selve intervjusituasjonen i hver fokusgruppe var preget av en rolig atmosfære. Siden gjennomføringen av fokusgruppene var på deres egen arbeidsplass kunne deltagerne føle seg trygge og komfortable. I tillegg var det tidsbesparende for deltagerne å ikke måtte reise til et annet sted for å møtes. Alt av teknisk utstyr fungerte som det skulle og båndopptakeren var av god kvalitet.

For å ikke begynne fokusgruppeintervjuene med spørsmål som var for utdypende og omfattende, startet studenten hver fokusgruppe med å be deltagerne fortelle om egen stillingsgrad og erfaring i barnehage. Deretter brukte studenten det første spørsmålet fra intervjuguiden. Første spørsmål gav en myk start: ”kan du fortelle meg hvordan

ansvarsfordelingen er i forhold til tilberedning, innkjøp og planlegging av mat i barnehagen?”. Interaksjonene startet etter dette, og moderator spurte oppfølgingsspørsmål underveis. De andre spørsmålene fra intervjuguiden kom inn der det passet seg best, og vi fikk etter hvert enn oppbygning i fokusgruppen der fokuset rundt temaet var størst. Mot slutten ønsket studenten å gi en ”myk” avslutning der hun spurte hva deltagerne ville sett på som en drømmesituasjon i barnehagen.

Etter hver fokusgruppe fikk studenten tilbakemelding fra deltagerne om at de syntes det var nyttig å være med i studien, siden de ble satt i en situasjon der de måtte tenke over situasjonen, og måtte komme med resonnementer på hvordan situasjonen kunne bedres.

Morgan (1997) og Malterud (2012) mener at en fokusgruppe vanligvis skal vare rundt 90 minutter. Berg og Lune (2014) mener derimot at en fokusgruppe bør vare mellom 30 – 60 minutter. I denne undersøkelsen fikk deltagerne informasjon om at det skulle settes av 90 minutter til gjennomføring av fokusgruppene, men denne tiden ble ikke brukt i noen av fokusgruppene. Fokusgruppene varte mellom 38 minutter og 70 minutter, noe som var tilstrekkelig for å samle inn ønsket informasjon. Siden samtalen ikke gav mer nyttig informasjon etter dette, så studenten og observatørene det som mest hensiktsmessig å runde av fokusgruppene når alle aspektene rundt temaet var belyst, fremfor å skulle dra tiden lengre ut enn nødvendig.

Fokusgrupper er en effektiv datainnsamlingsmetode (Morgan, 1997). Ved å velge fokusgrupper fikk studenten frem interessante funn på kort tid, sammenlignet med om hun skulle ha gjennomført dybdeintervjuer. Dybdeintervju som datainnsamlingsmetode gir mulighet for å gå i dybden på hver enkelt deltagers tanker (Morgan, 1997). Studenten så fordelene ved å få frem flere holdninger, meninger og tanker rundt temaet, men så ikke hensikten med å gå dypt inn på deltagerens innerste tanker rundt dette. Hensikten med valg av fokusgruppe som metode fremfor dybdeintervjuer kan forklares med et direkte sitat fra Malterud (2012, s. 38): ”Vi har vært mer opptatt av å åpne en dør som kan gi innsyn til et nytt og interessant rom enn å kartlegge alt som kan tenkes å finnes inni dette rommet”. Tema for studien er ikke særlig personlig for deltagerne å diskutere, og er derfor et tema som egner seg godt å belyse i grupper.

En vanlig svakhet ved alle datainnsamlingsmetoder der mennesker skal fortelle noe er at det de sier ikke er sant (Malterud, 2011). Denne svakheten finner man ikke dersom det benyttes observasjonsstudier (Malterud, 2011). Observasjonsstudier i barnehagene, i tillegg til fokusgrupper, kunne fungert som en dobbelsikring siden det ville det vært mulig å se med egne øyne hvordan situasjonen var i barnehagen. Dette hadde vært en fin måte triangulere mellom forskjellige metoder og hadde kunnet styrket funnene i studien. På grunn av den reelle tidsbegrensingen ved masteroppgaven ble det ikke gjennomført observasjonsstudier.

Moderators rolle

Studenten hadde ikke vært moderator tidligere og var derfor uerfaren. Det kan være utfordrende å skulle lede en fokusgruppe for første gang. På grunn av dette er det viktig at moderator øver seg på forhånd av fokusgruppeintervjuene (Berg & Lune, 2014). Dette gjorde studenten under pilotintervjuet. Ved å forberede seg mentalt ved å lese seg opp på litteratur rundt det å være moderator, følte studenten seg trygg og klar til gjennomføring. Det at studenten arbeider med individuelle kostholdsveiledninger og større kurs til daglig, gjør at studenten er vant med en lignende type kontakt med mennesker. Den rådgivende rollen var noe som utgikk i fokusgruppene, men studenten tok med seg erfaringene med å lytte, å gjenta det deltageren sier for å få bekreftelse av å ha forstått budskapet riktig, og ikke være redd for stillhet.

Studenten opplevde en frustrasjon over å ikke kunne gi deltagerne råd rundt kostholdet når det dukket opp noe som deltagerne var usikre på og søkte svar på. Det var på den måten en utfordring å skulle inntre i en slik samtale og følge rollen som moderator, og ikke som en rådgiver. Hun var bevist på dette på forhånd og gav ingen råd i forhold til matserveringen under fokusgruppene.

Studenten hadde med seg veilederne under tre av fire fokusgrupper, noe som gav studenten en trygghet, og gav muligheter for tilbakemeldinger til studenten i etterkant om hva som kunne gjøres bedre til neste gang. Studenten følte seg imidlertid trygg og komfortabel under gjennomføringen av fokusgruppen som hun måtte holde alene.

Studenten er en kvinne i midten av 20 årene. Malterud (2011) påpeker at det er en fordel at moderator er samme kjønn som dem som intervjues, siden det fortsatt sees maktforskjeller i sosiale sammenhenger mellom kvinner og menn (Malterud, 2011). En mannlig moderator

kunne blitt oppfattet som mer autoritær og deltagerne kunne kjent på følelsen av at moderator var mer overordnet. Dette kunne ha påvirket hvilken informasjon de hadde ønsket å gi. At både moderator og deltagerne var kvinner kan ha gjort at fokusgruppene hadde en bedre flyt og at deltagerne oppfattet moderator som mindre overordnet. Studentens unge alder kan ha forsterket dette siden hun kan ha virket mindre autoritær for deltagerne enn om hun hadde vært eldre.

Studenten erfarte at det ble lettere å inntre i rollen om moderator etter å ha gjennomført den første fokusgruppen. Dette fordi hun hadde fått et innblikk i hvordan det var å være i rollen og hadde fått en ny og bredere forståelse av temaet gjennom nye fortolkninger. En annen utfordring som moderator er å få deltagerne til å holde en rød tråd underveis i fokusgruppene (Morgan, 1997). Siden studien omhandler en liten del av barnas kosthold og ikke hele kostholdet generelt, kunne det være utfordrende å få deltagerne til å kun skulle relatere svarene til grønnsaker. Det var lett for at samtalen skiftet over på type pålegg til brødmat, og fullkornsprodukter. Dette er kanskje noe som ville vært umulig å unngå helt da kostholdet består av flere elementer enn bare grønnsaker. Deltagerne relaterte svarene sine basert på erfaringer rundt servering av frukt fremfor grønnsaker i flere anledninger. Der deltagerne relaterer sine svar til frukt har studenten bemerket dette i fremstillingen av resultatene i studien. Dataene ga til tross for dette utfyllende aspekter rundt grønnsaksinntaket.

Thagaard (2009) bekrefter viktigheten av å finne en balansegang mellom å vise reaksjoner som moderator og det å holde seg nøytral, men observant. Studenten prøvde å styre samtalen og samtidig få frem de gode interaksjonene. Hun lot samtalen gå og fylte inn med oppfølgingsspørsmål og spørsmål fra intervjuguiden der det passet seg, og ba deltagerne utdype der det var interessant med en nærmere forklaring. Hun var opptatt av å lytte og vise at oppmerksomheten var rettet mot det deltagerne fortalte, og viste dette med å gi aktiv respons til deltageren, blant annet ved oppfølgingsspørsmål og ved å nikke og bruke fraser som ”mhm”, og ”sier du det ja..”. Ved å lytte aktivt og rette oppmerksomheten mot den som prater, kan deltageren føle seg respektert og at hun får respons på det hun sier (Thagaard, 2009). Dersom studenten ikke hadde gitt noen form for reaksjoner på det som hadde blitt fortalt, kunne deltagerne oppfattet studenten som uinteressert, og dermed sluttet å fortelle.

Det er derimot viktig å ikke gi uttrykk for kritiske reaksjoner (Thagaard, 2009). En kritisk reaksjon fra moderator på noe av det en deltager hadde sagt, kunne potensielt ha skapt

misnøye og dårlig flyt i samtalen. Studenten hadde forberedt seg på forhånd og tenkt nøye igjennom at hun ikke skulle gi uttrykk for kritiske reaksjoner gjennom språk og kroppsspråk i fokusgruppene, og følte selv at hun klarte å holde seg til dette.

Det var utfordrende å finne en balansegang mellom å styre samtalen og mellom å la samtalen gå av seg selv for å få bedre flyt. I noen av tilfellene, særlig ved fokusgruppe nummer en var det aktuelt å spørre assistenten om hennes synspunkter da hun ikke kom med så mange innspill. Det var alltid noen i hver fokusgruppe som var mer tilbakeholden enn andre, studenten prøvde derfor å rette spørsmålene litt mer mot dem det gjaldt enn til dem som var mest pratsomme. Deltagerne som var veldig frempå kom etter hvert med sine innspill uansett.

Studenten har vært bevisst på å ikke stille veiledende spørsmål. I innledningen presenterte hun seg selv og fortalte at hun var mastergradsstudent innen samfunnsnærings. Dette kan ha gjort at deltagerne fortalte det de trodde moderator ønsket å høre. Likevel oppfattet studenten at de fleste torde å si sin mening.

Studenten passet på å ikke ha for generelle spørsmål. Generelle spørsmål kan gi datamaterialet lite fylde og åpner ikke for ny og interessant informasjon (Morgan, 1997). Spørsmål som enkelt hadde kunnet blitt besvart med ja/ nei ble ikke brukt annet enn ved oppfølgingsspørsmål der studenten var ute etter å få en bekreftelse på noe som var diskutert tidligere. Intervjuguiden var en god støtte og fungerte som en dobbeltsikring. Studenten forsikret seg om at alle punktene var besvart i løpet av fokusgruppene ved å gå igjennom intervjuguiden.

5.1.4 Dataanalyse

Studenten transkriberte båndopptakene selv, en fordel ved dette er at man blir godt kjent med opptakene og får en bredere og mer solid forståelse for datamaterialet enn dersom man skulle hatt noen andre til å transkribere båndopptakene. Transkriberingsprosessen gjorde at studenten kunne lese igjennom teksten færre ganger og lettere kunne gjenkjenne seg i teksten og vite hvor hun skulle lete om hun ønsket å finne frem til noen sitater eller avsnitt som gjenspeilet interessante funn.

Det å transkribere båndopptakene av fokusgruppeintervjuene er en lang og tidkrevende prosess. Den største utfordringen under transkriberingsprosessen av fokusgruppene oppstod

under den største fokusgruppen, hvor det var vanskelig å identifisere hvem som pratet fordi det var lite forskjeller i dialekt og stemme. Studenten gjorde så godt hun kunne for å koble riktig sitat til riktig person. Hun transkriberte fokusgruppene med full lojalitet ovenfor deltagerne ved å skrive ned utsagnene deres ordrett (dialekt og språk ble oversatt til det norske skriftspråket). I en av fokusgruppene hadde deltagerne forskjellige dialekter og en av deltagerne snakket svensk. Opptakene fra denne gruppen var den enkleste å transkribere.

Studenten opparbeidet en god forståelse av hvordan kvalitativ innholdsanalyse skulle gjennomføres på forhånd og hadde klart for seg hvor hun skulle begynne. Det var likevel utfordrende å samle like meningsbærende enheter, siden mange enheter kunne ha flere betydninger. Prosessen ble mer oversiktlig og det var enklere å se sammenhengen etter å ha kondensert de meningsbærende enhetene og gitt dem koder. Etter å ha gjort seg ordentlig kjent med datamaterialet gjennom de første stegene av analysene, fikk studenten plassert enheter med like koder i subkategorier. Studenten benyttet prinsippene bak kvalitativ innholdsanalyse og hermeneutikken da hun gikk igjennom delene flere ganger for å forstå helheten, og dermed finne passende kategorier og tema. Veiledernes observasjonsnotater hjalp studenten i arbeidet med å finne viktige meningsbærende enheter som hun selv ikke hadde tenkt på. Studentens forforståelse har dermed blitt påvirket av veiledernes notater og har gitt et bredere perspektiv på resultatene.

5.1.5. Studiens gyldighet

Det er uenighet i litteraturen ved bruk av begreper for å vurdere gyldigheten. Mange forskere bruker begrepene reliabilitet og validitet både i kvalitativ og kvantitativ forskning (Kirk & Miller, 1986). Graneheim og Lundman (2004) gjengir at det er stor variasjon ved bruk av begreper for å vurdere gyldigheten i kvalitativ forskning. Studenten har valgt å benytte seg av begrepene som Graneheim og Lundman (2004) har gjengitt fra tidligere litteratur og anbefaler, dette for å få en helhet i oppgaven siden deres prinsipper ligger til grunn for studiens teoretiske ståsted og analyse. Graneheim og Lundman (2004) anbefaler å bruke begrepene troverdighet (credibility), pålitelighet (dependability) og overførbarhet (transferability) for å vurdere studiens gyldighet (trustworthiness).

Troverdighet

Begrepet troverdighet sier noe om hvorvidt vi kan stole på funnene, hvordan har vi kommet frem til disse resultatene, og om fremgangsmåten har vært egnet for å besvare

problemstillingen (Graneheim & Lundman, 2004). Utvalgsmetode, utvalget og intervjusituasjonen kan påvirke funnene i stor grad så vel som valg av teoretisk ståsted, metode og analyse. Alle disse aspektene er redegjort for tidligere i oppgaven, men noen av aspektene vil belyses nærmere for å gi en dypere forståelse av troverdigheten.

Et av aspektene Graneheim og Lundman (2004) trekker frem er styrken ved å ha et utvalg som inneholder deltagere med ulike erfaringer. Dette for å belyse ulike synsvinkler ved problemstillingen. Det heterogene utvalget er dermed en styrke for denne studiens troverdighet. Studiens troverdighet er styrket ved at studenten har redegjort for fremgangsmåte under analyseprosessen. Ved å fremvise eksempler på hvordan meningsbærende enheter er kondensert og kodet, har hun gitt leseren en innsikt i hvordan hun har tolket og benyttet seg av Graneheim og Lundman (2004) sine analyseverktøy. Tabellen som viser oversikten (tabell 4) over subkategorier, kategorier og tema har hjulpet studenten og med å se helheten, og har ved flere anledninger gitt studenten ny innsikt hvor det eventuelt skulle mangle noe.

Troverdigheten ville sannsynligvis ha økt dersom flere enn studenten hadde gjennomført analysene (Graneheim & Lundman, 2004). På en annen side ville kanskje flere forskere til sammen hatt en så sterk forforståelse innen feltet at enigheten i analysene og det forskerne valgte å se, ville korrelert sterkt med tidligere forskning, og på den måten ikke tilført ny kunnskap innen feltet. Derfor er det ikke alltid gitt at det er bedre om flere forskere gjør den samme analysen. I denne studien har studenten fått innspill på analyseprosessen, råd og konstruktive tilbakemeldinger fra en av veilederne som er kjent med analyseprosessen i kvalitativ innholdsanalyse fra før. Veileder har likevel ikke vært så mye involvert i analyseprosessen at dette kan ha virket ødeleggende for å åpne opp for nye funn. Dette styrker studiens troverdighet (Graneheim & Lundman, 2004).

Studenten har vært nøyaktig i behandling av data. For å holde orden på hvem som har sagt hva og fra hvilken fokusgruppe de var fra har hver deltager fått et eget nummer. En av deltagerne var svensk, oversettelse av informasjonen hun gav kan ha blitt oversatt feil av studenten under transkriberingen. Likevel er svensk ett språk som gjenkjennes godt av studenten og som hun følte seg trygg på å oversette.

Deltagernes sitater bekrefter funnene som er presentert i resultatdelen, dette er vurdert som en styrke siden funnene ikke er basert på studentens egne fortolkninger, men er basert på informasjonen deltagerne har gitt. Studentens egne fortolkninger fremkommer i valg av subkategorier, kategorier og tema og utdypes i studiens resultatdiskusjon. Det var et bevisst valg av studenten å skille dette for å gi ett klarere skille til leseren hva som var egne fortolkninger og hva som var fortalt av deltagerne.

Pålitelighet

Påliteligheten vurderer hvorvidt forskeren har vært konsekvent under gjennomførelse av fokusgrupper og analyse (Graneheim & Lundman, 2004). Når man har flere fokusgrupper man skal gjennomføre og analysere øker sannsynligheten for å bli inkonsekvent. Det er viktig å belyse det samme temaet og være innom de samme spørsmålene under hver fokusgruppe (Graneheim & Lundman, 2004). Å skulle gjennomføre eksakt samme fokusgruppeintervju med alle er derimot ikke ønskelig i kvalitativ forskning og er ikke i tråd med prinsippene i hermeneutikken, siden det vektlegges at forforståelsen hele tiden endres. Med en ny forforståelse fra et fokusgruppeintervju vil neste kunne påvirkes og studenten kan ha spurt oppfølgingsspørsmål basert på ny forforståelse. Påliteligheten er styrket ved at de samme temaene er tatt opp under alle fokusgruppene, dette har den semistrukturerte intervjuguiden sørget for. Intervjuguiden har gitt studenten en rød tråd å følge, og har fungert som en sjekklister for at være sikker på at alle spørsmål er belyst i hvert fokusgruppeintervju.

Påliteligheten berører også endringer i forskningsdesign (Graneheim & Lundman, 2004). Studenten har under hele prosessen holdt seg til prinsippene fra hermeneutikken og kvalitativ innholdsanalyse. Det har vært nødvendig å endre problemstilling og forskningsspørsmål for å samsvare med studiens helhet. Som hermeneutikken påpeker, endres forforståelsen kontinuerlig og man forstår etterhvert helheten etter å ha tolket alle delene. Det å skulle ha en klar problemstilling fra starten av, uten å ha startet med å tolke deler og helhet, er dermed ikke i tråd med studiens teoretiske ståsted.

Overførbarhet

Overførbarhet sier noe om det ville vært mulig å få frem de samme funnene dersom det ble gjennomført en lignende studie i andre områder i landet. For å gjøre overførbarheten mulig er det viktig at undersøkelsens forskningsdesign beskrives godt (Graneheim & Lundman, 2004).

For å styrke overførbarheten har studenten gitt en klar beskrivelse av alle fasene i undersøkelsen, slik at andre kan benytte seg av samme fremgangsmåte.

Selve problemstillingen, intervjuguiden og metoden kunne vært brukt på barnehagepersonale i andre landsdeler. Om man ville fått de samme svarene og tolkningene er usannsynlig da deltagerne i forskjellige fokusgrupper vil kunne ha forskjellige holdninger og erfaringer, i tillegg til at en annen forsker vil kunne ha en annen forforståelse og måte å oppfatte det som blir fortalt.

En annen utfordring ville vært utgangspunktet for deltagerne. Barnehager fra en kommune med innbyggere med høy sosioøkonomisk status kunne ha hatt sunnere mat i barnehagen og en høyere grønnsaksservering enn utvalget, og motsatt. Likevel har alle barnehageansatte samme jobb, og forholdet mellom barn og voksen vil være likt uavhengig av sosioøkonomisk status og beliggenhet. På den måten vil derfor studien kunne være overførbar til andre barnehager.

5.2 Resultatdiskusjon

I diskusjonen av studiens resultater har studenten relatert barnas matpreferanser som et utfall av hvordan sosiale innflytelser, tilgjengelighet og eksponering har gjort sin innvirkning. Studiens hovedfunn vil bli sammenlignet med tidligere forskning, og diskutert fortløpende.

5.2.1 Ønsket om kokk

Deltagerne var klare i sitt svar da studenten spurte hva som ville vært sett på som en drømmesituasjon for å kunne øke grønnsaksserveringen og bedre den generelle serveringen i barnehagen. Alle deltagerne var enige om at drømmesituasjonen ville vært å ha en kokk i barnehagen. Behovet forklares med at det ville lettet arbeidet for resten av personalet. De ville fått mer tid til andre arbeidsoppgaver og de ville i tillegg hatt en trygghet om at maten som ble servert sikret barnas behov. Tidsaspektene vil diskuteres nærmere senere i diskusjonen. Ønsket om en ansatt kokk samsvarer med undersøkelsen fra Paulsen et al. (2012). I 2011 hadde imidlertid bare 6 % av utvalget fra undersøkelsen ansatt kokk på heltid og 11 % hadde kokk på deltid (Paulsen et al., 2012).

En av deltagerne som arbeidet i barnehagen, når de fortsatt hadde kokker i kommunens kommunale barnehager, påpekte viktigheten av at kokken var utdannet siden hun tidligere

hadde opplevd at ufaglærte kjøkkenassistenter lagde mindre næringsrik mat enn hva det resten av personalet gjorde.

5.2.2 Barnehagepersonalets innflytelser

Holdninger blant ansatte kommer frem som en sentral del i resultatene. Vanene til de ansatte påvirker valg av innkjøp og servering. Deltagerne forteller at noen har som vane å ha et fruktfat stående fremme, men at de ikke bruker grønnsaker på samme måte. Noen pleier å ha grønnsaker til hvert måltid, andre har det bare til middagen. Tidligere studier mellom mor og barn viser at mor ikke serverer barnet den maten hun selv ikke liker og dermed reduserer barnets muligheter for eksponering (Howard et al., 2012). Gjelder dette også de barnehageansatte er det behov for å endre egne vaner, og servere det de selv ikke er like begeistret for. Deltagerne påpeker selv at de har en sentral rolle og må være bevisst på egen innflytelse og også endre egne holdninger der det er nødvendig. Innflytelsene fra de ansatte ble nevnt i undersøkelsen gjort av Paulsen et al. (2012) hvor det ble forklart at både styrere og pedagogiske ledere så på det å påvirke de ansatte sine holdninger rundt mat og drikke som en sentral del for å bedre kostholdet i barnehagene.

Noen av holdningene studenten har vurdert som utfordrende for barnas grønnsaksinntak, er at deltagerne forteller at de ikke ønsker å kaste mat, og derfor ikke kjøper inn den maten barna ikke spiser opp. Barnehageansattes bekymring for å kaste mat er også vist i tidligere studier (Nicklas et al., 2001). Når personalet reduserer tilgjengeligheten av grønnsaker, reduseres også eksponeringen. Dette øker sannsynligheten for at barna vil utelukke flere matvarer da vi vet at eksponering er en viktig del for å akseptere nye matvarer (Aldridge et al., 2009; Lakkakula, Geaghan, Zanovec, Pierce & Tuuri, 2010). Tidligere studier viser at barna vil utvikle dårlige og usunne matpreferanser dersom de får velge selv, og at sukkerrike og fete matvarer er de matvarene som foretrekkes av barna (Vereecken et al., 2004). Slike holdninger blant barnehagepersonalet kan virke hemmende for utvikling av gode vaner og barnas preferanser for grønnsaker. Personalets egne vaner påvirker hvilken mat som blir kjøpt inn, og kan på den måten redusere tilgjengeligheten av grønnsaker dersom personalet selv ikke har som vane å servere grønnsaker. Ansattes bevissthet ovenfor egne vaner og det å være åpen for endringer, vil sannsynligvis være essensielt for å kunne øke og variere grønnsaksserveringen i mange barnehager.

I denne studien så vi hvordan de ansatte kan ha innflytelse over barnas grønnsaksinntak gjennom forhandlinger og forklaringer. Flere av deltagerne fortalte historier om hvordan de hadde fått barna til å smake på nye matvarer ved å forklare hva de kunne forvente av smaken. Barna hadde prøvd å smake og hadde etter hvert akseptert den nye matvaren. Forhandlinger og forklaringer har i tidligere forskning vist å være effektivt for å utvikle barnas matpreferanser i positiv retning, dersom det gjøres riktig (Nicklas et al., 2001; Pelchat & Pliner, 1995). Størst effekt får man dersom man som voksen forklarer hva matvaren smaker fremfor å fokusere på at noe er sunt eller ”bra for deg” fordi dette ofte er assosiert med vond smak blant barna (Pelchat & Pliner, 1995). I historiene deltagerne forteller om hvordan de har fått barna til å smake, virker det ikke som at de har fokusert på sunnhet, men på smak. Når man forteller hva det smaker og hva det er, kan det gi barnet en trygghet om at det ikke er farlig å spise (Pelchat & Pliner, 1995).

Denne tryggheten har nok flere av deltagerne gitt barna i barnehagen. Både gjennom å forklare hva maten smaker, men også ved å ta dem med i matlagingen og i kjøkkenhagen. Det å involvere barna i matlagingen er derimot noe flere påpekte at de kunne bli flinkere til. Historiene rundt hvordan de hadde fått barna til å smake var under flere omstendigheter i kombinasjon med at de var ute i kjøkkenhagen. Flere av barna torde å smake på en ny grønnsak etter å ha vært med i kjøkkenhagen. Deltagerne forklarte dette ved at de kunne se at de andre barna spiste det, og at de fikk se hvor maten kom fra. Dette samsvarer med en større studie der kvantitative og kvalitative undersøkelser fant de samme resultatene,- deltagelse i kjøkkenhage øker viljen til å ville smake på nye grønnsaker (Gibbs et al., 2013). Resultatene fra den kvantitative delen av undersøkelsen gjort av Gibbs et al. (2013) viste også en økning i det totale inntaket av frukt og grønnsaker, noe som samsvarer med flere andre studier (Heim, Stang & Ireland, 2009). I *retningslinjer for mat og måltider i barnehagen* påpekes viktigheten av å involvere barna i matlagingen, kjøkkenhager og andre pedagogiske aktiviteter relatert til mat (Sosial- og helsedirektoratet, 2007). På bakgrunn av denne studiens funn sammenlignet med andre studier og barnehagenes egne retningslinjer, anbefales det å være aktive i kjøkkenhager og på andre arenaer som kan gi barna en trygghet, og dermed større mot til å tørre å smake.

Barnehagepersonalet i denne undersøkelsen beskriver viktigheten av å være forbilder, både gjennom hva de gjør, men også hva de sier. Deltagerne i denne undersøkelsen bekrefter at barna hermer etter dem, men at barna også kan si: ”sånn som du spiser liker ikke jeg”. For å

øke de positive innflytelsene nevner noen av deltagerne at det er viktig at barna ser at de spiser grønnsaker selv. Viktigheten av at forbildene spiser den samme maten som barna påpekes blant annet i en studie gjort av Addessi et al. (2005). De ansatte sine holdninger og handlinger kan dermed påvirke, og det er viktig at de ansatte er observant på dette området og legger til rette for å være et godt forbilde.

5.2.3 Tilgjengelighet av oppkuttete grønnsaker

Deltagerne i denne studien forteller at barna spiser godt av grønnsakene når det serveres før et måltid. De forklarer at det å kutte opp grønnsakene gjør dem enklere å spise fordi noen av grønnsakene kan være harde og vanskelige å tygge, i tillegg til at man kan ta en mindre bit i stedet for å skulle spise en hel grønnsak. Dette samsvarer med tidligere studier (Hearn et al., 1998; Olsen, Ritz, Kramer & Møller, 2012). Hearn et al (1998) forklarer at inntaket av grønnsaker vil øke desto enklere det er for barna å spise dem. Deltagerne fra fokusgruppeintervjuene forklarer at barna spiser så lenge det er tilgjengelig. Dersom det er mer grønnsaker igjen fra smøremåltidet blir det spist opp om det blir stående fremme. Dette korrelerer med tidligere funn (Spill et al., 2010). Observasjonsstudiet gjort av Spill et al. (2010) viste at barna spiste mer grønnsaker totalt når rå gulrøtter ble gitt som enn forrett før hovedmåltidet. I fokusgruppeintervjuene fra denne studien fortalte en av deltagerne at hun satte frem grønnsakene underveis i smøremåltidet og ikke før måltidet, fordi hun var bekymret for at de skulle spise seg mette på grønnsakene. Barna var ivrige i grønnsaksbollen og deltageren var bekymret for at de ikke skulle spise nok *mat*. Betegnelsen på mat i denne sammenhengen var brødsiver. Med andre ord virker det som barna spiser godt av grønnsakene om det serveres før selve måltidet. Studenten bemerket seg deltagerens holdninger til hva som kategoriseres som mat. Dette vil bli nærmere diskutert senere i resultatdiskusjonen.

Basert på funnene i denne studien og tidligere forskning kan det virke hensiktsmessig for barnehagene å servere litt grønnsaker før selve måltidet, og la grønnsaker som ikke er spist opp stå fremme i etterkant av måltidet. Det er viktig at de ansatte er bevisst på dette. På den måten kan barnas totale grønnsaksinntak økes.

5.2.4 Behovet for å øke og variere grønnsaksserveringen

Halvparten av barnehagene som var med i utvalget påpekte behovet for å øke grønnsaksserveringen. Resten serverte godt med grønnsaker, men så mulighetene for å variere serveringen. For mange ble det mye agurk, paprika og tomat. Deltagerne forteller at de

ønsker å få inn andre grønnsaker som gulrot, kålrot og blomkål, beskrevet som ”typisk norske grønnsaker”. Deltagerne forteller at dette er grønnsaker barna liker godt og at gulrøttene fort kan forsvinne før frukten, dersom det serveres sammen med fruktmåltidet. Ønsket om å variere grønnsaksserveringen kom sterkt frem i undersøkelsen. Deltagerne påpeker at det er lett å falle inn i en rutine og gro fast i samme vaner når det gjelder hva de serverer. De forklarer at det er viktig å ”se forbi sin egen vane” og gjøre endringer. Aspektet ved å variere grønnsaker er relativt nytt og det er ikke funnet tidligere forskning som ser på dette som en utfordring. Det er mulig at det er sett bort i fra dette aspektet ved tidligere undersøkelser, og at fokuset først og fremst har vært å øke inntaket, samme hvilke grønnsaker som skulle bli servert.

5.2.5 Hva utmerker seg som utfordrende faktorer for grønnsaksserveringen?

Økonomi er en helt sentral brikke i matserveringen for alle barnehager (Paulsen et al., 2012). Økonomi beskrives derimot ikke som en utfordring blant flertallet av barnehagene i denne studien. Den eneste barnehagen økonomien var utfordrende for, var barnehagen som hadde et prøveprosjekt med levering av mat fra cateringbyrå. Som barnehagen beskriver, er levering av mat fra catering kostbart og krever en økning i foreldrebetalingen. Man kan da stille seg spørsmålet om det ville vært nyttig å gi barnehagen bedre kjøkkenkapasitet og ansatt en kokk for de økte midlene. Ved levering fra cateringbyrå mister man muligheten til å la barna være med i matlagingen, og dermed også effekten av å la dem se hvor maten kommer fra, og dermed også tryggheten for å tørre å smake på nye matvarer.

I resultatene fra Paulsen et al. (2012) var kunnskap blant ansatte beskrevet som en utfordring for mattilbudet. Etter innføring av tiltakene, *bra mat i barnehagen*, utarbeidelse av retningslinjer for måltidet, og *fiskesprellkurs*, kan det tenkes at behovet er noe mindre enn det det var når lignende undersøkelse ble gjort av Kristiansen og Andersen (2005). Barnehagene som hadde deltatt på fiskesprellkurs oppga blant annet å ha økt serveringen av fisk (Paulsen et al., 2012). Det ville derfor vært interessant å gjøre en utarbeidelse av lignende kurs med fokus på å øke grønnsaksserveringen. Bjørgen (2009) mener kunnskapsnivået blant barnehageansatte trolig er for dårlig, og at dette gjenspeiles i barnas kunnskap. Hvorvidt kunnskap blant barna er viktig, er derimot usikkert siden flere skoleintervensjonsstudier ikke viser korrelasjon mellom barnas kunnskap og inntak (Bere & Klepp, 2004).

De fleste av deltagerne fra fokusgruppeintervjuene i denne studien mente de hadde kunnskapene som var nødvendig for å sikre grønnsaksserveringen. Det å skulle innrømme foran styrer og andre medarbeidere at en selv ikke føler at man har nok kunnskap på området, kan være sensitivt for noen, og mange vil trolig unngå å fortelle om det. Dersom en deltager føler noen andre på samme arbeidsplass viser svake kunnskaper, kan det være vanskelig å skulle utlevere dem. Om kunnskap var en utfordring blant utvalget i denne undersøkelsen er derfor vanskelig å si. Noen påpekte at de helt sikkert kunne tilegne seg mer kunnskap, andre, spesielt styrerne fortalte at dette ikke var noe problem og at det heller var andre faktorer som hadde innvirkning. Til tross for at noen av deltagerne var åpne for å lære mer, fikk studenten et totalinntrykk under fokusgruppene og under analyse av data at kunnskap som en utfordrende faktor ble avvist. En styrer vil muligens føle et ansvar for å opprettholde og gi kunnskap til sine ansatte og kanskje føle et ubehag dersom en utenforstående spør om de er ”flinke nok”. I en slik situasjon kan det tenkes at det er lett å komme i forsvarsposisjon.

Flere av barnehagene uttrykte at kjøkkenkapasiteten i barnehagen var en utfordring med tanke på lagringsplass, plass til tilberedning og oppvask. En av barnehagene hadde så dårlig kjøkkenkapasitet at de ikke hadde mulighet for å lage mat der, og benyttet seg derfor av matlevering fra cateringbyrå. Undersøkelsen fra Paulsen et al. (2012) bemerket ikke kjøkkenkapasitet som en utfordring for mat og drikketilbudet i barnehagene. Det vil likevel alltid være ytterpunkter, for noen barnehager kan kjøkkenkapasiteten være god, mens for andre, dårligere. For dem som har dårlige forhold vil det være vanskelig å tilberede mat. Kjøkkenkapasitet er som økonomi, -avgjørende for å i det hele tatt kunne servere maten. Det er derfor viktig å ha slike fysiske forhold på plass.

Planlegging og innkjøp henger sammen med tidsbruk. Utfordringene som nevnes i forbindelse med planlegging av menyer, handlelister og innkjøp er forbundet med tid. Tidsaspektet nevnes også som en av hovedutfordringene for sunn matservering i Paulsen et al. (2012). Deltagerne fra denne studien påpeker at hele prosessen med å planlegge innkjøp, handle, tilberede og ta oppvask, ble sett på som en tidkrevende prosess som de ønsket å bruke minst mulig tid på. Flere syntes det å bruke mye tid på maten var en ulempe fordi deler av personalet ble tatt ut fra avdelingene. Det ble vektlagt at de ansatte hadde andre arbeidsoppgaver enn å lage mat, og heller burde bruke tiden på å være sammen med barna. Dersom barnehagene hadde ansatt en kokk til å ta seg av alle arbeidsoppgavene rundt

måltidet, ville trolig utfordringen med tidsaspektet nærmest vært ikke-eksisterende, siden kokkens eneste arbeidsoppgaver er å tilberede maten.

Noen av deltagerne mente det tok lang tid å tilberede grønnsakene, mens andre ikke så noen tidsbarrierer ved dette. Deltagerne som ikke anså tilberedning av grønnsaker som tidkrevende, påpekte at det ikke tok noe lengre tid å kutte opp grønnsaker enn frukt, og at barna også kunne involveres i prosessen slik at det ikke ble færre voksne på avdelingene. Flere av deltagerne fortalte at det trolig bare var en holdningsendring og bevisstgjøring som måtte til for å øke grønnsaksserveringen.

5.2.6 Et balansert kosthold

Serveringen av grønnsaker er det største forbedringspotensialet i barnehagene i Norge (Paulsen et al., 2012). Samtidig vet vi at grønnsaker er den matvaregruppen barna liker minst og da kanskje trengs å eksponeres mest for (Dovey et al., 2008; Howard et al., 2012). Det har derfor vært hensiktsmessig å undersøke temaet nærmere basert på den kvantitative undersøkelsen av Paulsen et al. (2012) og annen foreliggende litteratur på området. Det bør likevel påpekes at andre gode valg i kostholdet også er sentrale, og ikke bare grønnsaksinntaket. Det er viktig at barnas kosthold er sammensatt av matvarer som sørger for et tilstrekkelig energiinntak og gir kroppen de næringsstoffene den trenger (Nasjonalt råd for ernæring, 2011).

Viktigheten av å få i seg nok grønnsaker forklares med å innarbeide dette i kostholdet for å sikre viktige næringsstoffer siden dette assosieres med bedre helse senere i livet (World Cancer Research Fund & American Institute for Cancer Research, 2007). Studenten reagerte på at en av deltagerne virket bekymret for at barna skulle spise seg mett på grønnsaker og ikke spise nok brødkive etterpå. Tanken var umiddelbart at det er bra for barna å få i seg mye grønnsaker. På en annen side kan energiinntaket bli for lavt dersom barnet bare hadde fått i seg grønnsaker under det aktuelle måltidet, siden grønnsaker har et lavere energiinnhold sammenlignet med brødkiver (Matvaretabellen, udatert). Studenten påpeker at det er viktig å tenke helhetlig når det gjelder kosthold og huske på at det er ulike mennesker der ute, noen har dårlige vaner og er utsatt for overvekt, mens andre kan ha det motsatte problemet.

Deltagerne fra denne undersøkelsen bemerker at det er store forskjeller i hva barna har med seg i matpakken. Noen har næringsrik og variert mat, andre har med seg ”dobbeltblingser”

med sjokoladepålegg. Deltagerne bemerker behovet for å gjøre det ”likt for alle”. I *Oppskrift for et sunnere kosthold* beskrives et overordnet mål om å utjevne sosiale forskjeller og gi alle et likt utgangspunkt for god helse (Departementene, 2007). Foreldrenes sosioøkonomiske status kan påvirke barnas forutsetninger for god helse (Giskes, van Lenthe, Avendano-Pabon & Brug, 2011). Tidligere analyser av *Mor barn studien* viste at barna som hadde mødre med lav sosioøkonomisk status spiste mindre frukt og grønnsaker enn barn som hadde mødre med høy sosioøkonomisk status (Bjelland et al., 2013). Barn i barnehagen har derfor ulike forutsetninger hjemmefra, noe som forsterker behovet for å gi barna like forutsetninger i barnehagen. En felles grønnsakservering til matpakkene kan være med å utjevne forskjellene. Det kan tenkes at felles servering ved alle måltider i barnehagen vil ha enda større effekt. For å muliggjøre en felles servering av alle måltider i barnehagen kan det tenkes at det vil være nødvendig å ansette kokker.

6.0 Konklusjon

6.1 Konklusjon og implikasjoner for videre praksis

Hensikten med denne studien var å utforske hvordan barnehagepersonalet kunne påvirke barnas grønnsaksinntak og å belyse deres erfaringer knyttet til grønnsaksserveringen i barnehagene. Studiens problemstilling er nærmere belyst gjennom mer spesifikke forskningsspørsmål og er presentert og diskutert tidligere i diskusjonsdelen. Avslutningsvis vil barnehagepersonalets mest sentrale erfaringer presenteres sammen med anbefalinger for videre praksis.

Barnehagepersonalet i dette utvalget mente det var viktig å være bevisst på egne holdninger og vaner da de påvirket valg av innkjøp og servering, og dermed barnas grønnsaksinntak. Det vil være viktig å endre holdninger og handlinger som reduserer barnas muligheter for et økt grønnsaksinntak. Negative holdninger til å kaste mat kan redusere barnas muligheter for eksponering og dermed redusere barnas preferanser for grønnsaker. Det samme gjelder personalets valg når det gjelder innkjøp av matvarer. Uten tilgjengelige grønnsaker vil ikke barna ha muligheter for å utvide sine preferanser.

Det er viktig at barnehagen legger til rette for å øke barnas trygghet rundt grønnsakene. Dette kan gjøres ved å benytte seg av forklaringer rundt hva en ukjent grønnsak smaker, og gjennom involvering i matlagning og i kjøkkenhager. Det kan også være viktig å se på muligheten for å involvere barna i matlagningen som en del av en pedagogisk aktivitet i stedet for å se på matlagningen som en tidkrevende aktivitet som tar personalet vekk fra barna. Ønsket om ansettelse av kokker i barnehagene står sterkt og er noe som kanskje burde vurderes. Flere påpekte at det var nødvendig med en variasjon i grønnsaksserveringen men at dette var noe de ikke hadde vært bevisst på tidligere fordi de kjøpte inn matvarer etter vane. Det er trolig en bevisstgjøring og en holdningsendring som skal til for å øke/ og eller variere grønnsaksserveringen.

For å kunne tilberede maten er det viktig at kjøkkenfasilitetene i barnehagene legger til rette for matlagning. En forbedring av noen lokaler vil derfor være nødvendig. Videre forskning av betydningen av personalets kunnskaper bør vurderes. Flere av deltagerne påpekte behovet for å gi alle barna likt utgangspunkt for å opparbeide gode vaner. Det å tilby ekstra grønnsaker til barnas medbrakte matpakker vil trolig kunne utjevne forskjellene til en viss grad. Dersom en

kokk hadde tilberedt et felles lunsjmåltid hver dag ville forskjellene mellom barna sannsynligvis blitt redusert, og som deltagerne påpeker- ”da ville det vært likt for alle”.

Det har vært utfordrende å finne tidligere forskning som ikke støtter studiens funn, på en annen side er tidligere forskning blitt utdypet og nærmere forklart i denne studien. På den måten kan studien ha gitt en bredere forståelse for hva som skal til for å øke grønnsaksserveringen i barnehagene.

6.2 Forslag til videre forskning

Denne studien gir et innblikk i barnehagepersonalets tanker rundt grønnsaksserveringen, egen rolle og faktorer som kan påvirke grønnsaksinntaket til barna, både i negativ og positiv retning. Resultatene i denne studien gir ingen fasitsvar, men åpner for temaer det vil være interessant å forske videre på.

Det vil være nødvendig med lignende typer studier i flere deler av landet, i tillegg til kvantitative studier som kan generalisere funnene. Dersom lignende resultater kommer frem av nye kvantitative og kvalitative studier, ville det vært interessant å utarbeide modeller som kan endre personalets egne holdninger og gjøre vurderinger av holdningene i før og etterkant av innføring. Det ville også vært interessant å gjøre en vurdering av forskjellene i matsserveringen i barnehager som har faglærte kokker og barnehager som ikke har kokk.

Litteraturliste

- Addressi, E., Galloway, A. T., Visalberghi, E. & Birch, L. L. (2005). Specific social influences on the acceptance of novel foods in 2-5-year-old children. *Appetite*, 45(3), 264-271. doi:10.1016/j.appet.2005.07.007
- Aldridge, V., Dovey, T. M. & Halford, J. C. G. (2009). The role of familiarity in dietary development. *Developmental Review*, 29(1), 32-44. doi:10.1016/j.dr.2008.11.001
- Anzman-Frasca, S., Savage, J. S., Marini, M. E., Fisher, J. O. & Birch, L. L. (2012). Repeated exposure and associative conditioning promote preschool children's liking of vegetables. *Appetite*, 58(2), 543-553. doi:10.1016/j.appet.2011.11.012
- Barnehageloven. (2005). *Lov om barnehager (barnehageloven)*. Hentet 04.03.2015 fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-64>
- Barnogmat. (udatert). *Ofte stilte spørsmål*. Hentet 04.03.2015 fra http://www.barnogmat.no/index.php?option=com_content&task=view&id=11&Itemid=5
- Behi, R. & Nolan, M. (1995). Ethical issues in research. *British Journal Of Nursing*, 4(12), 712-716.
- Bere, E., Hilsen, M. & Klepp, K.-I. (2010). Effect of the nationwide free school fruit scheme in Norway. *Br J Nutr*, 104(4), 589-594. doi:10.1017/S0007114510000814
- Bere, E. & Klepp, K.-I. (2004). Correlates of fruit and vegetable intake among Norwegian schoolchildren: parental and self-reports. *Public Health Nutrition*, 7(8), 991-998. doi:10.1079/PHN2004619
- Bere, E., Veierod, M. B., Bjelland, M. & Klepp, K.-I. (2006). Outcome and Process Evaluation of a Norwegian School-Randomized Fruit and Vegetable Intervention: Fruits and Vegetables Make the Marks (FVMM). *Health Education Research*, 21(2), 258-267. doi:10.1093/her/cyh062
- Berg, B. L. & Lune, L. (2014). *Qualitative Research Methods for the Social Sciences* (8. utg.). Harlow: Person.
- Birch, L. L. & Fisher, J. O. (1998). Development of eating behaviors among children and adolescents. *Pediatrics*, 101(3), 539-549.
- Birch, L. L. & Ventura, A. K. (2009). Preventing childhood obesity: what works? *International Journal Of Obesity*, 33(1), 74-81. doi:10.1038/ijo.2009.22
- Bjelland, M., Brantsæter, A. L., Haugen, M., Meltzer, H. M., Nystad, W. & Andersen, L. F. (2013). Changes and tracking of fruit, vegetables and sugar-sweetened beverages intake from 18 months to 7 years in the Norwegian mother and child cohort study. *BMC Public Health*, 13, 793. doi:10.1186/1471-2458-13-793
- Bjørgen, K. (2009). 5 åringer om mat, måltid og medvirkning. *Norsk pedagogisk tidsskrift*, 93(1), 4-15.

- Blanchette, L. & Brug, J. (2005). Determinants of fruit and vegetable consumption among 6–12-year-old children and effective interventions to increase consumption. *Journal of Human Nutrition*, 18(6), 431-443. doi:10.1111/j.1365-277X.2005.00648.x
- Blissett, J. (2011). Relationships between parenting style, feeding style and feeding practices and fruit and vegetable consumption in early childhood. *Appetite*, 57(3), 826-831. doi:10.1016/j.appet.2011.05.318
- Carruth, B. R. & Skinner, J. D. (2000). Revisiting the Picky Eater Phenomenon: Neophobic Behaviors of Young Children. *Journal of the American College of Nutrition*, 19(6), 771-780. doi:10.1080/07315724.2000.10718077
- Carruth, B. R., Ziegler, P. J., Gordon, A. & Barr, S. I. (2004). Prevalence of picky eaters among infants and toddlers and their caregivers' decisions about offering a new food. *Journal of the American Dietetic Association*, 104(1), 57-64. doi:10.1016/j.jada.2003.10.024
- Carter, S. M. & Little, M. (2007). Justifying knowledge, justifying method, taking action: epistemologies, methodologies, and methods in qualitative research. *Qualitative Health Research*, 17(10), 1316-1328. doi:10.1177/1049732307306927
- Cashdan, E. (1994). A sensitive period for learning about food. *Human Nature*, 5(3), 279-291. doi:10.1007/BF02692155
- Cooke, L. J. & Wardle, J. (2007). Age and gender differences in children's food preferences. *British Journal of Nutrition*, 93(05), 741. doi:10.1079/bjn20051389
- Cooke, L. J., Wardle, J., Gibson, E. L., Sapochnik, M., Sheiham, A. & Lawson, M. (2004). Demographic, familial and trait predictors of fruit and vegetable consumption by pre-school children. *Public Health Nutr*, 7(2), 295-302. doi:10.1079/PHN2003527
- de Wild, V. W., de Graaf, C. & Jager, G. (2013). Effectiveness of flavour nutrient learning and mere exposure as mechanisms to increase toddler's intake and preference for green vegetables. *Appetite*, 64, 89-96. doi:10.1016/j.appet.2013.01.006
- Departementene. (2007). *Oppskrift for et sunnere kosthold: Handlingsplan for bedre kosthold i befolkningen (2007-2011)*. Oslo: Departementene.
- Dovey, T. M., Staples, P. A., Gibson, E. L. & Halford, J. C. (2008). Food neophobia and 'picky/fussy' eating in children: a review. *Appetite*, 50(2), 181-193. doi:10.1016/j.appet.2007.09.009
- Fisher, J. O., Mitchell, D. C., Smiciklas-Wright, H. & Birch, L. L. (2002). Parental influences on young girls' fruit and vegetable, micronutrient, and fat intakes. *Journal of the American Dietetic Association*, 102(1), 58-64. doi:10.1016/s0002-8223(02)90017-9
- Frazier, B. N., Gelman, S. A., Kaciroti, N., Russell, J. W. & Lumeng, J. C. (2012). I'll have what she's having: the impact of model characteristics on children's food choices. *Dev Sci*, 15(1), 87-98. doi:10.1111/j.1467-7687.2011.01106.x
- Føllesdal, D. (2008). Hermeneutics. *The international journal of psychoanalysis*, 82(2), 375-379. doi:10.1516/1D08-F6V9-YVPJ-A79W

- Gibbs, L., Staiger, P. K., Johnson, B., Block, K., Macfarlane, S., Gold, L., . . . Ukoumunne, O. (2013). Expanding children's food experiences: the impact of a school-based kitchen garden program. *J Nutr Educ Behav*, *45*(2), 137-146. doi:10.1016/j.jneb.2012.09.004
- Giskes, K., van Lenthe, F., Avendano-Pabon, M. & Brug, J. (2011). A systematic review of environmental factors and obesogenic dietary intakes among adults: are we getting closer to understanding obesogenic environments? *Obes Rev*, *12*(5), 95-106. doi:10.1111/j.1467-789X.2010.00769.x
- Graneheim, U. H. & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, *24*(2), 105-112. doi:10.1016/j.nedt.2003.10.001
- Gubbels, J., Raaijmakers, L. G. M., Sanne, M. P. L. & Kremers, S. P. J. (2014). Dietary Intake by Dutch 1- to 3-Year-Old Children at Childcare and at Home. *Nutrients* *2014*, *6*(1), 304- 318. doi:10.3390/nu6010304
- Hausner, H., Olsen, A. & Møller, P. (2012). Mere exposure and flavour-flavour learning increase 2-3 year-old children's acceptance of a novel vegetable. *Appetite*, *58*(3), 1152-1159. doi:10.1016/j.appet.2012.03.009
- Havermans, R. C. & Jansen, A. (2007). Increasing children's liking of vegetables through flavour-flavour learning. *Appetite*, *48*(2), 259-262. doi:10.1016/j.appet.2006.08.063
- Hearn, M. D., Baranowski, T., Baranowski, J., Doyle, C., Smith, M., Lin, L. S. & Resnicow, K. (1998). Environmental Influences on Dietary Behavior among Children: Availability and Accessibility of Fruits and Vegetables Enable Consumption. *Journal of Health Education*, *29*(1), 26-32. doi:10.1080/10556699.1998.10603294
- Heath, P., Houston-Price, C. & Kennedy, O. B. (2011). Increasing food familiarity without the tears. A role for visual exposure? *Appetite*, *57*(3), 832-838. doi:10.1016/j.appet.2011.05.315
- Heim, S., Stang, J. & Ireland, M. (2009). A garden pilot project enhances fruit and vegetable consumption among children. *J Am Diet Assoc*, *109*(7), 1220-1226. doi:10.1016/j.jada.2009.04.009
- Helsedirektoratet. (2014). *Anbefalinger om kosthold ernæring og fysisk aktivitet (IS-2170)*. Oslo: Helsedirektoratet.
- Howard, A. J., Mallan, K. M., Byrne, R., Magarey, A. & Daniels, L. A. (2012). Toddlers' food preferences. The impact of novel food exposure, maternal preferences and food neophobia. *Appetite*, *59*(3), 818-825. doi:10.1016/j.appet.2012.08.022
- Høgskolen i Oslo og Akershus. (udatert). *Barnehagelærer*. Hentet 12.01.2015 fra http://www.hioa.no/Studier/LU/Bachelor/Barnehagelaerer?gclid=CjwKEAiAodOIBRDCjr-UIJDjtVUSJABR7fxybMeWkDvWvxftL9jBSSYwbt-LDM7Neq8s1kfhqs0hiRoCh47w_wcB
- Kirk, J. & Miller, M. L. (1986). *Reliability and validity in qualitative research*. Beverly Hills: Sage publications.

- Klepp, K.-I., Perez-Rodrigo, C., De Bourdeaudhuij, I., Due, P. P., Elmadfa, I., Haraldsdottir, J., . . . Brug, J. (2005). Promoting fruit and vegetable consumption among European schoolchildren: rationale, conceptualization and design of the pro children project. *Ann Nutr Metab*, 49(4), 212-220. doi:10.1159/000087245
- Koivisto, H. (1999). Factors influencing children's food choice. *Ann Med*, 31(1), 26-32.
- Kompetanseheveren. (udatert). *Barne- og ungdomsarbeiderfag, VG2/VG3*. Hentet 12.01.2015 fra <http://www.kompetansebyggeren.no/opplaeringstilbud/videregaende/helse-og-sosialfag/barne-og-ungdomsarbeider-2/>
- Kristiansen, A. L. & Andersen, L. F. (2005). *Mat og måltider i barnehagen* (IS-1324). Oslo: Sosial- og helsedirektoratet.
- Kristiansen, A. L. & Andersen, L. F. (2009). *Småbarnskost 2 år: landsomfattende kostholdsundersøkelse blant 2 år gamle barn* (IS-1731). Oslo: Helsedirektoratet.
- Lakkakula, A., Geaghan, J., Zanovec, M., Pierce, S. & Tuuri, G. (2010). Repeated taste exposure increases liking for vegetables by low-income elementary school children. *Appetite*, 55(2), 226-231. doi:10.1016/j.appet.2010.06.003
- Lawrence, V. H. & Sanders, K. M. (1975). The effect of adults' eating on young children's acceptance of unfamiliar foods. *Journal of experimental Child Psychology*, 20(2), 206-214. doi:doi:10.1016/0022-0965(75)90098-3
- Lumeng, J. C. & Cardinal, T. M. (2007). Providing Information about a Flavor to Preschoolers: Effects on Liking and Memory for Having Tasted It. *Oxford Publishing Limited(England)*, 32(6), 505-513.
- Lumeng, J. C., Cardinal, T. M., Jankowski, M., Kaciroti, N. & Gelman, S. A. (2008). Children's use of adult testimony to guide food selection. *Appetite*, 51(2), 302-310. doi:10.1016/j.appet.2008.03.010
- Malterud, K. (2011). *Kvalitative metoder i medisinsk forskning. En innføring*. (3. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Malterud, K. (2012). *Fokusgrupper som forskningsmetode for medisin og helsefag*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Matvaretabellen. (udatert). *Matvaretabellen*. Hentet 04.03.2015 fra <http://www.matvaretabellen.no>
- Morgan, D. L. (1997). *Focus Groups as Qualitative Research* (2. utg.). London: Sage publications.
- Morris, J. & Zidenberg- Cherr, S. (2002). Garden-enhanced nutrition curriculum improves fourth-grade school children's knowledge of nutrition and preferences for some vegetables. *Journal of the American Dietetic Association*, 102(1), 91-93. doi:10.1016/s0002-8223(02)90027-1

- Nasjonalt råd for ernæring. (2011). *Kostråd for å fremme folkehelsen og forebygge kroniske sykdommer. Metodologi og vitenskapelig kunnskapsgrunnlag* (IS- 1881). Oslo: Helsedirektoratet.
- Nicklas, T. A., Baranowski, T., Baranowski, J. C., Cullen, K., Rittenberry, L. & Olvera, N. (2001). Family and child-care provider influences on preschool children's fruit, juice, and vegetable consumption. *Nutr Rev*, 59(7), 224-235.
- Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste. (udatert). *Vanlige spørsmål*. Hentet 14.08 2014 fra http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/vanlige_sporsmal.html?id=21
- Olsen, A., Ritz, C., Kramer, L. & Møller, P. (2012). Serving styles of raw snack vegetables. What do children want? *Appetite*, 59(2), 556-562. doi:10.1016/j.appet.2012.07.002
- Osborne, C. L. & Forestell, C. A. (2012). Increasing children's consumption of fruit and vegetables: does the type of exposure matter? *Physiol Behav*, 106(3), 362-368. doi:10.1016/j.physbeh.2012.01.006
- Owen, L., Houston-Price, C. & Kennedy, O. (2012). Picture books about food increase toddlers' liking and consumption of disliked vegetables. *Appetite*, 59(2), 632. doi:10.1016/j.appet.2012.05.090
- Paulsen, M. M., Høvding, B. O., Kristiansen, A. L. & Andersen, L. F. (2012). *Måltider fysisk aktivitet og miljørettet helsevern i barnehagen* (IS-0345). Oslo: Helsedirektoratet.
- Pelchat, M. L. & Pliner, P. (1995). "Try it. You'll like it." Effects of information on willingness to try novel foods. *Appetite*, 24(2), 153-166. doi:10.1016/S0195-6663(95)99373-8
- Pollestad, M. L., Øverby, N. C. & Andersen, L. F. (2002). *Kosthold blant 4-åringer. Landsomfattende kostholdsundersøkelse. Ungkost 2000* (IS-1067). Oslo: Helsedirektoratet.
- Rasmussen, M., Krølner, R., Klepp, K.-I., Lytle, L., Brug, J., Bere, E. & Due, P. (2006). Determinants of fruit and vegetable consumption among children and adolescents: a review of the literature. Part I: Quantitative studies. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 3(1), 22. doi:10.1186/1479-5868-3-22
- Regjeringen. (2014a). *Kvalitet i barnehagen*. Hentet 15.12.2014 fra <https://www.regjeringen.no/nb/tema/familie-og-barn/barnehager/innsikt/kvalitet-i-barnehagen1/id2076410/>
- Regjeringen. (2014b). *Opptak i barnehagen*. Hentet 15.12.2014 fra <https://www.regjeringen.no/nb/tema/familie-og-barn/barnehager/innsikt/opptak-i-barnehagen/id2344761/>
- Ringdal, K. (2013). *Enhet og mangfold. Samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode*. (3. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Rozin, P. & Kalat, J. W. (1971). Specific hungers and poison avoidance as adaptive specializations of learning. *Psychological review*, 78(6), 459-486. doi:10.1037/h0031878

- Savage, J. S., Fisher, J. O. & Birch, L. L. (2007). Parental Influence on Eating Behavior: Conception to Adolescence. *The Journal of Law, Medicine & Ethics*, 35(1), 22-34. doi:10.1111/j.1748-720X.2007.00111.x
- Skolefrukt.no. (udatert). *Skolefrukt og 5 om dagen*. Hentet 08.05.2015 fra <http://www.skolefrukt.no/om-skolefruktordningen/5om-dagen.html>
- Sosial- og helsedirektoratet. (2007). *Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen* (IS-1484). Oslo: Sosial- og helsedirektoratet.
- Spill, M. K., Birch, L. L., Roe, L. S. & Rolls, B. J. (2010). Eating vegetables first: the use of portion size to increase vegetable intake in preschool children. *Am J Clin Nutr*, 91(5), 1237-1243. doi:10.3945/ajcn.2009.29139
- Store Norske leksikon. (2012). *Barnehage*. Hentet 15.12.2014 fra <https://snl.no/barnehage#menuitem4>
- Te Velde, S. J., Brug, J., Wind, M., Hildonen, C., Bjelland, M., Perez-Rodrigo, C. & Klepp, K. -I. (2008). Effects of a comprehensive fruit and vegetable promoting school based intervention in three European countries: the Pro Children Study. *Br J Nutr*, 99(4), 893-903. doi:10.1017/S000711450782513X
- Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse. En innføring i kvalitativ metode*. (3. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Totland, T. H., Melnæs, B. K., Lundberg- Hallén, N., Helland- Kigen, K. M., Lund- Blix, N. A., Myhre, J. B., . . . Andersen, L. F. (2012). *Norkost 3-en landsomfattende kostholdsundersøkelse blant menn og kvinner i Norge i alderen 18-70 år, 2010-11* (IS-2000). Oslo: Helsedirektoratet.
- UIT- Norges arktiske universitet. (udatert). *Spesialpedagogikk- master*. Hentet 05.04.2015 fra http://uit.no/studietilbud/program?p_document_id=279304
- Vereecken, C. A., Keukelier, E. & Maes, L. (2004). Influence of mother's educational level on food parenting practices and food habits of young children. *Appetite*, 43(1), 93-103. doi:10.1016/j.appet.2004.04.002
- Wardle, J., Cooke, L. J., Gibson, E. L., Sapochnik, M., Sheiham, A. & Lawson, M. (2003). Increasing children's acceptance of vegetables; a randomized trial of parent-led exposure. *Appetite*, 40(2), 155-162. doi:10.1016/s0195-6663(02)00135-6
- World Cancer Research Fund & American Institute for Cancer Research. (2007). *Food, Nutrition, Physical Activity, and the Prevention of Cancer: a Global Perspective*. Washington DC: AICR.
- Zampollo, F., Kniffin, K. M., Wansink, B. & Shimizu, M. (2012). Food plating preferences of children: the importance of presentation on desire for diversity. *Acta paediatrica*, 101(1), 61-66. doi:10.1111/j.1651-2227.2011.02409.x

Oversikt over vedlegg

Vedlegg 1: Informasjonsskriv

Vedlegg 2: Samtykkeskjema til deltagere

Vedlegg 3: Samtykkeskjema for ansvarlig person for de kommunale barnehagene

Vedlegg 4: Intervjuguide

Vedlegg 1: Informasjonsskriv

PRAKTISK INFORMASJON

Vedlagt i konvolutten ligger samtykkeskjemaer og svarblanketter som alle ansatte fyller ut dersom de vil være med i studien. Dette er frivillig, les mer om dette i samtykkeskjemaet.

Alle svarblanketter samles inn og sendes tilbake i konvolutten som er vedlagt (frimerke ligger også i konvolutten). Disse svarblankettene gjelder for alle, både styrer, pedagogiske ledere og assistenter. Svarblanketten i dette skrevet sendes med i konvolutten ferdig utfyllt.

Det er 10 samtykkeskjemaer i konvolutten, da dette er maks antall deltagere som kan være med i gruppeintervjuet.

Intervjuene må gjennomføres mellom 23. september – 1. november for at studien skal være mulig å gjennomføre (mandag kveld er ikke mulig å gjennomføre intervju, alle andre dager skal være tilgjengelig). Dere bestemmer tid og sted innenfor disse rammer. Diskuter dette og skriv ned tre datoer og klokkeslett som kan passe for dere i svarblanketten. Ønsker dere å samles i barnehagen under intervjuet, eller ønsker dere at forsker finner et sted? Sett kryss ved svaralternativet som passer dere.

Svarblankett, klipp ut.

Hvilken dato og hvilket klokkeslett passer for dere?

Vi ønsker å samles for gruppeintervju den ___/___ 2014 kl. ___ eller, ___/___ 2014 kl. ___ eller ___/___ 2014 kl. ___.

Hvor vil dere at gruppeintervjuet skal være (sett kryss)?

Vi vil gjerne samles i barnehagen.

Vi vil gjerne at forsker finner et annet sted.

Navn og telefonnummer til kontaktperson (kontaktperson svarer på eventuelle spørsmål angående tid, sted og dato):

Navn: _____

Tlf.: _____

Vedlegg 2: Samtykkeskjema til deltagere

Til deg som arbeider i kommunens kommunale barnehager: Vil du delta på gruppeintervju som omhandler grønnsaker i barnehagen?

Formålet med studien er å beskrive hvordan personalet i kommunale barnehager ser på inntak av grønnsaker hos barnehagebarn i alle aldre.

Aktuell forskning viser at barnehagebarn får servert for lite grønnsaker i barnehagen for å kunne klare å dekke det anbefalte inntaket av grønnsaker. I dag har vi ingen forskning som går i dybden på hvorfor grønnsaksinntaket i barnehagen er lavere enn ønsket. Det er ønskelig å undersøke dette for å kunne legge til rette for et høyere grønnsaksinntak i barnehagen i fremtiden, som igjen er en viktig brikke av et større arbeid for å bedre folkehelsen.

Alle assistenter, styreere og pedagogiske ledere i kommunens kommunale barnehager inviteres til å være med på gruppeintervjuer for å belyse utfordringene. En styrer og en assistent kan se ulike sider av saken, det er derfor ønskelig å ha et utvalg av alle parter. Selve intervjuet vil vare opptil 90 minutter. Det skal gjennomføres ett intervju med hver barnehage som ønsker å være med, sammen med ansvarlig for studien finner dere en dato og passende tidspunkt for å utføre gruppeintervjuet. Tema for intervjuet vil belyse deres perspektiv på grønnsaker i barnehagen. Intervjuet vil bli tatt opp på lydbånd og en assistent vil ta notater underveis.

Materialet fra gruppeintervjuet vil bli behandlet konfidensielt. Alle lydbånd og notater vil bli slettet og makulert etter dataene er analysert. Deltagelse i studien er frivillig og du kan når som helst avbryte deltagelsen uten å måtte oppgi noen grunn for dette. Barnehage, kommune og deltagere vil ikke kunne gjenkjennes i den ferdigstilte oppgaven. Ansvarlige for prosjektet har taushetsplikt og ingen utenforstående vil få tilgang til materialet. Ansvarlig for studien er Zada Pajalic og Aysha Hussain. Studien utføres av Iselin Bogstrand som studerer Master i Samfunnsnærings på Høgskolen i Oslo og Akershus.

Ved spørsmål kan Iselin Bogstrand kontaktes på tlf.: 95418998 eller mail: s.290743@stud.hioa.no. Aysha Hussain tlf.: 67236376, mail: Aysha.Hussain@hioa.no og Zada Pajalic, tlf.: 67235000, mail: Zada.Pajalic@hioa.no.

Prosjektet skal etter planen avsluttes innen 15. mai 2015. Du vil på tilgang på den ferdigstilte oppgaven dersom dette er ønskelig.

Samtykke til deltagelse i studien: Hvordan ser personalet i barnehagen på inntaket av grønnsaker blant barnehagebarn?

Jeg gir herved mitt samtykke til å delta på gruppeintervju. Jeg er innforstått med at deltagelsen er helt frivillig og at jeg når som helst kan avbryte min deltagelse uten å måtte oppgi noen årsak.

Ditt navn:

Navn på barnehage:

Underskrift:

(Underskrift, dato og sted)

Blankettene sendes til:

Iselin Bogstrand

Veslefrikkvegen 2

2016 Frogner

Vedlegg 3: Samtykkeskjema for ansvarlig person for de kommunale barnehagene

Til deg som har det overordnede ansvaret for kommunens kommunale barnehager: Kan barnehagepersonalet delta på gruppeintervju som omhandler grønnsaker i barnehagen?

Formålet med studien er å beskrive hvordan personalet i kommunale barnehager ser på inntak av grønnsaker hos barnehagebarn i alle aldre.

Aktuell forskning viser at barnehagebarn får servert for lite grønnsaker i barnehagen for å kunne klare å dekke det anbefalte inntaket av grønnsaker. I dag har vi ingen forskning som går i dybden på hvorfor grønnsaksinntaket i barnehagen er lavere enn ønsket. Det er ønskelig å undersøke dette for å kunne legge til rette for et høyere grønnsaksinntak i barnehagen i fremtiden, som igjen er en viktig brikke av et større arbeid for å bedre folkehelsen.

Det er ønskelig å invitere alle assistenter, styrere og pedagogiske ledere i kommunens kommunale barnehager til å være med på gruppeintervjuer for å belyse utfordringene. En styrer og en assistent kan se ulike sider av saken, det er derfor ønskelig å ha et utvalg av alle parter. Selve intervjuet vil vare opptil 90 minutter. Det vil holdes ett gruppeintervju med hver barnehage som rekrutteres.

Materialet fra gruppeintervjuet vil bli behandlet konfidensielt. Alle lydbånd og notater vil bli slettet og makulert etter dataene er analysert. Deltagelse i studien er frivillig og deltagerne kan når som helst avbryte deltagelsen uten å måtte oppgi noen grunn for dette. Barnehage, kommune og deltagerne vil ikke kunne gjenkjennes i den ferdigstilte oppgaven. Ansvarlige for prosjektet har taushetsplikt og ingen utenforstående vil få tilgang til materialet. Ansvarlig for studien er Zada Pajalic og Aysha Hussain. Studien utføres av Iselin Bogstrand som studerer Master i Samfunnsnærings på Høgskolen i Oslo og Akershus.

Ved spørsmål kan Iselin Bogstrand kontaktes på tlf.: 95418998 eller mail: s.290743@stud.hioa.no. Aysha Hussain tlf.: 67236376, mail: Aysha.Hussain@hioa.no og Zada Pajalic, tlf.: 67235000, mail: Zada.Pajalic@hioa.no.

Prosjektet skal etter planen avsluttes innen 15. mai 2015. Du vil på tilgang på den ferdigstilte oppgaven dersom dette er ønskelig.

Samtykke til å la barnehagens kommunale barnehager være med i undersøkelsen: Hvordan ser personalet i barnehagen på inntaket av grønnsaker blant barnehagebarn?

Jeg har det overordnede ansvaret for kommunens barnehager, og gir tillatelse til at de ansatte kan delta på gruppeintervju om de ønsker det.

Ditt navn:

Underskrift:

(Underskrift, dato og sted)

Blanketten sendes til:

Iselin Bogstrand

Veslefrikkvegen 2

2016 Frogner

Vedlegg 4. Intervjuguide

INTERVJUGUIDE

Tema	Spørsmål	Hva ønsker jeg å svar på?
Tilberedning, servering, innkjøp og planlegging	<p>Kan du fortelle hvordan ansvarsfordelingen er i forhold til tilberedning, innkjøp og planlegging av mat i barnehagen?</p> <p>Er dette en ordning dere er fornøyd eller misfornøyd med, i så fall, hvorfor?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Nevnes noe om catering eller kjøkkenhjelp? - Erfaringer og følelser rundt temaet
Grønnsaksinntaket blant barna i dag	<p>Kan du fortelle hvordan du ser på grønnsaksinntaket blant barna i barnehagen?</p> <p>Hvor viktig er det for deg å øke grønnsaksinntaket blant barna?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Hvor viktig synes de ansatte et økt grønnsaksinntak er? - Har de ansatte kunnskap om hvor mye grønnsaker barna trenger?
Innkjøp	<p>Kan du beskrive hvordan innkjøpene planlegges, og hvilke kriterier dere har for maten dere kjøper?</p> <p>Hva er det dere vektlegger mest når dere handler?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sunn mat? - Pris? - Holdbarhet? - Vite hvordan man bruker varen?
Servering	<p>Kan du fortelle hva som er avgjørende for at dere serverer /ikke serverer grønnsaker?</p> <p>Dersom du skulle rangere kriteriene dere har beskrevet nå, hva har mest påvirkning på innkjøp og hvorfor?</p> <p>Oppfølgingsspørsmål: Du har nevnt to ting som du synes er utfordrende.... Hva er den viktigste av dem?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Penger - Kjøkkenutstyr - Tid - Kunnskap - Holdninger - Har de ett budsjett? - Kan avdelinger bestemme innkjøp selv?
Hva vil de ansatte forandre ved grønnsaksinntaket?	<p>Kan du si noe om endringsmuligheter eller forbedringsbehov som finnes innen temaet? Kan du selv bidra med noe for å gjøre endringer?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Holdninger - Nye sider ved saken - Hovedproblem