



Masteroppgave

Master i samfunns ernæring

Mai 2021

**Praksis og holdninger rundt kosthold og ernæring
blant ansatte i barnevernsinstitusjoner, og
ungdommenes medvirkning og deltagelse i
måltidene: en kvalitativ studie**

Kandidatnavn: Siyamali Gananathan
Emnekode: MAME 5910

Antall ord: 23690

Fakultet for helsevitenskap
OSLO METROPOLITAN UNIVERSITY
STORBYUNIVERSITETET

Forord

Det har vært et interessant år, med både oppturer og nedturer. Arbeidet med denne masteroppgaven har vært en spennende og lærerik prosess, og har gitt meg ny innsikt i et felt som jeg har hatt lite kjennskap til.

Jeg vil først og fremst gi en stor takk til min veileder Laura Terragni som har hjulpet meg gjennom denne masteroppgaven. Jeg setter pris på din faglige kunnskap, konstruktive tilbakemeldinger, raske svar og ikke minst dine oppmuntrende ord under denne Covid-19 pandemien.

Jeg vil også takke alle informantene som har delt sine tanker og erfaringer i denne studien. Masteroppgaven hadde ikke vært mulig å gjennomføre uten dere. Videre vil jeg takke forskningsgruppen og referansegruppen som har vært med og diskutert ulike aspekter underveis i prosessen, og som har bidratt til å gi meg bredere innsikt om praksisen rundt mat og måltider i barnevernsinstitusjonene, og ungdommenes medvirkning og deltagelse rundt måltidene.

Helt til slutt vil jeg si takk til familie og venner for støtten og motivasjonen under hele prosessen. Jeg setter stor pris på det.

Siyamali Gananathan

Lillestrøm, mai 2021

Sammendrag

Bakgrunn: Barn og ungdom som blir plassert i barnevernsinstitusjoner har større risiko for å ha usunne spisevaner og utvikle overvekt og fedme. For å legge grunnlaget for god helse og et aktivt liv skal barnevernsinstitusjonene dekke barn og ungdommenes grunnleggende ernæringsbehov. Holdninger og kunnskap om sunn mat blant ansatte kan påvirke mat- og måltidsstilbudet på barnevernsinstitusjonen. Hensikten med studien er å utforske praksis og holdninger rundt kosthold og ernæring blant ansatte i barnevernsinstitusjonene, og ungdommenes medvirkning og deltagelse i måltidene.

Metode: I oppgaven ble det benyttet kvalitativ metode. Det ble gjennomført 13 individuelle dybdeintervju med ansatte i ulike barnevernsinstitusjoner. Intervjuguiden var semi-strukturert og bestod av sju ulike tema. Intervjuene ble tatt opp, transkribert og analysert med tematisk analyse. Studien er godkjent av Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste.

Resultat: Det er fastsatte rutiner rundt måltidene på de ulike barnevernsinstitusjonene. Middag er lagt opp som et samlingspunkt for ansatte og ungdommene. Det er ikke et krav for ungdommene å delta på felles måltider, og de har muligheten til å velge å trekke seg fra måltidene. Det er ulik oppfatning om sunn mat og varierende mat- og ernæringskompetanse blant ansatte. Dette bidrar til å skape en variasjon i måltidssammensettingen som serveres på barnevernsinstitusjonene. Det blir ikke gitt strukturert informasjon om kosthold og ernæring til ungdommene, og det varierer mellom de ulike institusjonene hvordan ungdommene medvirker på menyplanlegging og ungdommenes deltagelse i handling av mat og matlaging.

Konklusjon: Det bør innføres initiativer som kan bidra til å heve mat- og ernæringskompetansen blant ansatte. Økt medvirkning og deltagelse i mat relaterte aktiviteter kan gi ungdommene mat- og ernæringskompetanse som de trenger når de skal flytte ut fra barnevernsinstitusjonen og bo for seg selv. Medvirkning og deltagelse bør derfor i større grad prioriteres i de ulike barnevernsinstitusjonene.

Summary

Background: Children and adolescents who are placed in childcare institutions have greater risk of having unhealthy food habits and develop overweight and obesity. In order to lay the foundation of good health and active life, the childcare institutions should cover the basic nutrition needs. Attitudes and knowledge about healthy food among caregivers can affect the food and meal offered at the childcare institution. The aim of the study is to explore how practices and attitudes around diet and nutrition among caregivers in childcare institutions, and adolescent's involvement in meal planning and preparation.

Method: The study has a qualitative research design. 13 individual in-depth interviews were conducted with caregivers at various childcare institutions. The interview guide was semi-structured and consisted of seven topics. The interview was recorded, transcribed and analyzed with a thematic approach. The study has been approved by the Norwegian Center for Research Data.

Results: There are established routines around the meals at the childcare institutions. Dinner is set up as a gathering point. It is not a requirement for the adolescents to participate in shared meals, and they always have the opportunity to choose to walk away from the shared meals. There are different attitudes and knowledge about healthy food amongst the caregivers. This create a variety in diet quality that is served at the childcare institutions. No structured information is given to the adolescents about diet and nutrition, and it varies between the childcare institutions how the adolescents participate in menu planning, food shopping and cooking.

Conclusion: Initiatives should be introduced to increase the food literacy amongst caregivers. In addition, adolescent's participation in food related activities could give them the knowledge and skills that they need when they move out from the childcare institution. Adolescent's participation should therefore be given greater priority at the childcare institutions.

Innholdsfortegnelse

Forord	II
Sammendrag.....	III
Summary.....	IV
Liste over tabeller	VIII
Liste over vedlegg.....	VIII
Forkortelser	VIII
1.0 Introduksjon- Bakgrunn for studien.....	1
<i>1.1 Problemstilling og forskningsspørsmål.....</i>	<i>2</i>
2.0 Teori	3
<i>2.1 Barn og ungdom i barnevernsinstitusjoner: en sårbar gruppe.....</i>	<i>3</i>
<i>2.2 Ungdommenes hjem, ansattes arbeidsplass</i>	<i>4</i>
<i>2.3 Medvirkning</i>	<i>5</i>
<i>2.4 Mat og måltider i barnevernsinstitusjoner</i>	<i>6</i>
<i>2.5 Kostholdets funksjonelle rolle.....</i>	<i>7</i>
2.5.1 Kostråd	8
2.5.2 Barrierer til et sunt kosthold i barnevernsinstitusjoner	9
<i>2.6 Food literacy.....</i>	<i>9</i>
2.6.1 Planlegging og håndtering.....	10
2.6.2 Valg	10
2.6.3 Tilberede.....	10
2.6.4 Spise	11
3.0 Metode.....	12
<i>3.1 Vitenskapelig tilnærming- kvalitativ metode.....</i>	<i>12</i>
3.1.1 Vitenskapsteoretisk ståsted.....	12
3.1.2 Forskerens forforståelse	13
<i>3.2 Utvalg og rekruttering.....</i>	<i>14</i>
<i>3.3 Datainnsamling – intervju som metode.....</i>	<i>15</i>
3.3.1 Intervjuguide	15
3.3.2 Gjennomføring av intervjuene.....	16

3.4	Transkribering	17
3.5	Analyse	18
3.6	Forskningsetikk	20
4.0	Resultater	21
4.1	Bakgrunnsinformasjon	21
4.1.1	Matansvarlig: arbeidsoppgaver og krav	22
4.2	Organisering av måltider	22
4.2.1	Måltidsstruktur	22
4.2.2	Felles måltider	23
4.2.3	Meny	24
4.2.4	Handling	25
4.2.5	Matlaging	26
4.3	Måltidene og mattilbudet på barnevernsinstitusjonene	26
4.3.1	Frokost	26
4.3.2	Lunsj	28
4.3.3	Middag	29
4.3.4	Kveldsmat	31
4.3.5	Mellommåltid	32
4.3.6	Helg	32
4.3.7	Spesielle behov og preferanser	33
4.3.8	Spesielle anledninger	35
4.4	Holdninger og kompetanse blant ansatte	35
4.4.1	Ansattes forståelse av mattilbudets betydning for ungdommenes helse og trivsel	37
4.4.2	Informantens holdninger rundt måltidsendring med fokus på sunn mat	39
4.4.3	Utfordringer rundt mat og måltider	40
4.5	Medvirkning og deltagelse i mat-relaterte aktiviteter	44
5.0	Diskusjon	47
5.1	Metodediskusjon	47
5.1.1	Reliabilitet	47
5.1.2	Validitet	50
5.1.3	Overførbarhet	51
5.2	Resultatdiskusjon	51
5.2.1	Rammene rundt måltidsstrukturen	52
5.2.2	Mat- og ernæringskompetanse blant ansatte	54
5.2.3	Ungdommenes medvirkning og deltagelse	56

6.0 Konklusjon	59
7.0 Referanser	60
<i>Vedlegg 1: Godkjenning fra NSD</i>	<i>67</i>
<i>Vedlegg 2: Informasjonsskriv</i>	<i>69</i>
<i>Vedlegg 3: Samtykkeskjema</i>	<i>72</i>
<i>Vedlegg 4: Intervjuguide</i>	<i>73</i>
<i>Vedlegg 5: Tema, sub-tema og koder</i>	<i>76</i>

Liste over tabeller

Tabell 1: Eksempel på tema, sub-tema og kode, s.20

Tabell 2: Oversikt over informantene, s. 21

Liste over vedlegg

Vedlegg 1: Godkjenning fra NSD

Vedlegg 2: Informasjonsskriv

Vedlegg 3: Samtykkeskjema

Vedlegg 4: Intervjuguide

Vedlegg 5: Eksempel på koding

Forkortelser

Bufdir: Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet

NSD: Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste

1.0 Introduksjon- Bakgrunn for studien

Atferdsutfordringer, rusvansker eller omsorgssvikt kan være årsaker til at barn og ungdom blir plassert utenfor hjemmet (Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet [Bufdir], 2020). Ved utgangen av 2019 bodde 887 barn over 13 år på barnevernsinstitusjoner (Statistisk Sentralbyrå, 2020). I dag drives barnevernsinstitusjonene av det offentlige som Bufetat og kommunene, ideelle organisasjoner og private aktører (Bufdir, 2020). Institusjonstilbudet er for unge mellom 13-18 år. Yngre barn blir som oftest plassert i fosterhjem eller beredskapshjem (Backe-Hansen et al., 2017).

Barn og ungdom som er plassert i barnevernsinstitusjoner skal få dekket sine grunnleggende behov. De har rett til nok og god mat, og et ernæringsmessig fullverdig kosthold som legger grunnlaget for god helse og et aktivt liv (Helsedirektoratet, 2016a). En tidligere internasjonal studie pekte på at barn og ungdom som blir plassert i barnevernsinstitusjoner har større risiko for å utvikle dårlig fysisk helse (Skouteris et al., 2011). Dessuten viser internasjonale studier at risikoen for å utvikle overvekt og fedme er høyere blant barn og ungdom under institusjonsoppholdet (Hadfield & Preece, 2008; Skouteris et al., 2011). Overvekt og fedme vil øke risikoen for utvikling av andre ikke smittsomme sykdommer, som diabetes, hjerte- og karsykdommer og kreft (Drevon & Blomhoff, 2012, s. 432). Å etablere gode matvaner mens man bor på barnevernsinstitusjonen kan derfor være et viktig tiltak for å fremme bedre helse blant en sårbar gruppe.

Kosthold og ernæring er ikke kun viktig for helse, men kan i tillegg ha en symbolsk rolle (Punch et al., 2009). Mat og måltider er en arena hvor ansatte kan vise omsorg, og hvor ungdommene kan utvikle relasjoner og skape hjemlige omgivelser (Backe-Hansen et al., 2017, s. 62). Det er i tillegg en arena hvor ungdommene kan lære seg nye ferdigheter og kunnskap om kosthold og ernæring, som ytterligere kan bidra til å gi ungdommene økt selvtillit (Caraher et al., 2013). Dette er egenskaper som ungdommer kan få nytte av når de skal flytte ut fra barnevernsinstitusjonen og bo for seg selv.

En tidligere norsk studie viser at ulike holdninger og kunnskap om sunn mat blant ansatte kan påvirke mat- og måltidstilbudet i barnevernsinstitusjoner (Nysether et al., 2017). På bakgrunn av denne studien, var det en ideell organisasjon som tok kontakt med OsloMet-storbyuniversitet og ønsket å gjøre en lignende kartlegging blant de ulike

omsorgsinstitusjonene i deres ideelle organisasjon. I den forbindelse ble forskningsprosjektet *God mat, god helse og nesten voksen* satt i gang.

Prosjektets formål var å fremme mat- og ernæringskunnskap, matglede og utvikle tiltak for å gjøre det lettere å lage enkle og sunne måltider både for de ansatte og ungdommene, med særlig fokus på ungdommene, som skal flytte for seg selv. Forskningsprosjektet ønsket å få et innblikk i hvordan situasjonen var i de ulike institusjonene ved å gjennomføre intervjuer med både ungdommer og ansatte. I intervjuene med ungdommene var det ønskelig å finne ut hva som skulle til for å inspirere gode matvaner, hvilke tiltak som må til for å øke interessen og styrke matferdigheter og kunnskap om kosthold og ernæring blant barn og ungdom i institusjonene. Intervjuene med de ansatte skulle bidra til å få en bedre forståelse av faktorer som kunne fremme eller hemme sunnere matvaner, og hva som trengs for å styrke matferdigheter og kunnskap om kosthold og ernæring blant ansatte og ungdommer i barnevernsinstitusjonene. En av målsettingene til prosjektet var å utvikle et oppskriftshefte, med enkle oppskrifter som ungdommene kunne benytte seg av når de skal flytte og bo for seg selv. Denne masteroppgaven var en del av dette forskningsprosjektet, hvor fokuset lå på de ansatte.

1.1 Problemstilling og forskningsspørsmål

Formålet med oppgaven er å utforske praksis rundt mat og måltider og holdningene rundt kosthold og ernæring blant ansatte i barnevernsinstitusjonene. I tillegg skal oppgaven utforske hvordan ungdommer som snart skal flytte ut fra institusjonen, blir involvert i organiseringen av mat og måltider på de ulike institusjonene. Dette kan gi viktig informasjon om hvordan mat- og ernæringskompetanse blir formidlet til ungdommene. Denne oppgaven benytter seg av kvalitativ metode for å besvare problemstillingen. På bakgrunn av formålet og metoden er problemstillingen som følgende:

«Utforske praksis og holdninger rundt kosthold og ernæring blant ansatte i barnevernsinstitusjoner, og ungdommenes medvirkning og deltagelse i måltidene»

Forskningsspørsmål:

1. Hvordan er måltidene organisert og hvordan er mattilbudet i barnevernsinstitusjonene?
2. Hvilke holdninger og kompetanse har ansatte som jobber på barnevernsinstitusjonene?

3. Hvilke praksis finnes det rundt ungdommenes medvirkning og deltagelse i måltidene og andre mat-relaterte aktiviteter?

2.0 Teori

2.1 Barn og ungdom i barnevernsinstitusjoner: en sårbar gruppe

Å skille et barn fra sin familie kan ofte oppleves som en dramatisk beslutning. Barnevernet operer derfor etter tre grunnleggende prinsipper: *barnets beste*, *det mildeste inngreps prinsipp* og *det biologiske prinsipp* (Netland, 2020). Prinsippene blir benyttet som retningslinjer for vurderinger og beslutninger innenfor feltet. *Barnets beste* går ut på å ta beslutninger som vurderes ut fra hva som er det beste for barnet. På den måten vil man ivareta barna og ungdommenes interesser. *Det mildeste inngreps prinsipp* innebærer at de minst inngripende tiltakene skal benyttes ovenfor barn og familie. Til slutt går *det biologiske prinsipp* ut på at problemer skal løses i familien hvis det er mulighet for det (Netland, 2020). Enhver livssituasjon er ulik, og av den grunn skal de tre prinsippene veies mot hverandre, hvor det så blir utført en helhetlig vurdering (Nordby & Halså, 2020). Vurderingene som blir gjort kan være basert på skjønn siden barnevernsarbeidernes egne verdier og holdninger vil kunne ha en innvirkning på vurderingene som blir tatt (Nordby & Halså, 2020).

Barn og ungdom som trenger en mer systematisk og spesialisert oppfølging blir plassert i en barnevernsinstitusjon (Bufdir, 2021b). Dette er blant annet barn og ungdom som tidligere har opplevd omsorgssvikt. Omsorgssvikt er når fysiske, psykiske og følelsesmessige behov ikke blir ivaretatt, og når barn og ungdom ikke får tilstrekkelig omsorg og beskyttelse fra foreldrene sine (Bufdir, 2021a). Omsorgssvikt kan forekomme av ulike årsaker. Dårlig stell, mangel på mat og mangel på klær kan bli ansett som omsorgssvikt. Andre årsaker til omsorgssvikt kan være vold, psykiske problemer hos foreldre og psykisk mishandling av barn. Omsorgssvikt over en lengre periode kan være skadelig, og kan påføre langvarig helseskader hos barn og ungdom (Bufdir, 2021a). Når barn og ungdom blir plassert i barnevernsinstitusjoner blir ansatte ansett som omsorgspersoner. Gjennom blant annet vekking, samtaler, måltider og oppfølging av skole kan ansatte vise omsorg for barn og ungdom (Backe-Hansen et al., 2017).

I en tidligere internasjonal studie kommer det frem at barn og ungdom som er plassert i barnevernsinstitusjoner har dårligere helse enn jevnaldrende i den generelle befolkningen

(Skouteris et al., 2011). Økt stressnivå og svekket immunforsvar kan forekomme hos barn og ungdom som over lengre periode har bodd i utrygge omgivelser (Bufdir, 2021a). Langvarig stress kan over tid være skadelig for barn (Bufdir, 2021a). Barn og ungdom i barnevernsinstitusjoner har i tillegg høyere risiko for å utvikle overvekt og fedme (Hadfield & Preece, 2008; Skouteris et al., 2011). I følge Skouteris et al. (2011) kan omsorgssvikt være årsaken til en økt risiko for fedme. I tillegg kan lite tilgang på mat i tidlig alder føre til overspising og hamstring av mat (Skouteris et al., 2011). Videre fremgår det av en norsk studie at forekomsten av psykiske vansker blant barn og ungdom som får hjelp fra barnevernstjenesten, er høyere enn blant barn og ungdom i den generelle befolkningen (Kayed et al., 2015). Barn og ungdom i barnevernsinstitusjoner kan derfor bli ansett som sårbare.

2.2 Ungdommenes hjem, ansattes arbeidsplass

For barn og ungdom skal barnevernsinstitusjonene representere et midlertidig hjem, men for voksne er det først og fremst en arbeidsplass (Ulset, 2016). Ansatte på institusjonen vil prøve å jobbe for at barn og ungdom skal få muligheten til å forandre og utvikle seg (Larsen, 2012, s. 52). Dette er også det miljøterapeutiske aspektet som barnevernsinstitusjonene jobber for (Larsen, 2012, s. 52). Dette kan bidra til at institusjonen blir noe utenom «et vanlig hjem» for barn og ungdom, da hverdagen vil være preget av fagideologisk tenkning, ulike prosedyrer og planer (Ulset, 2016).

Beboersammensetningen vil ha en innvirkning på om barn og ungdom opplever barnevernsinstitusjonene som «et vanlig hjem» (Ulset, 2016). De bor som oftest blant barn og ungdom som de ikke kjenner til, og som ikke er en del av deres kjernefamilie. I tillegg vil det forekomme utskiftninger i beboersammensetningen som ytterligere vil prege oppfattelsen av barnevernsinstitusjonene som «et vanlig hjem» (Ulset, 2016). Sammenlignet med andre land er beboergruppene i Norge små (Backe-Hansen et al., 2017). Beboersammensetningen bidrar til at ansatte kan jobbe med ungdommene både i grupper, men også individuelt. På den måten kan ansatte jobbe med problematikk som er felles blant barn og ungdom, men i tillegg ha muligheten til å jobbe med hvert enkelt for å dekke deres behov. Ulempen med å bo i grupper er at barn og ungdom kan lære antisosial atferd av hverandre. På den andre siden har barn og ungdom på institusjonen mulighet til å støtte hverandre (Backe-Hansen et al., 2017).

Det som skiller en institusjon fra «et vanlig hjem» er også at ansatte som er omsorgspersoner, får betalt for å jobbe på barnevernsinstitusjonene (Ulset, 2016). Det kan bidra til å skape en

usikkerhet blant barn og ungdom. Barn og ungdom kan tvile ved om de ansatte faktisk bryr seg eller om de kun gjør det for egen fortjeneste. Denne usikkerheten vil barn og ungdom antageligvis ikke oppleve hjemme, da det ikke er en utenforstående tjeneste som preger hverdagen. I tillegg kan vaktskiftene mellom ansatte anses som noe utenom det vanlige. Ungdommene vil møte mange forskjellige ansatte som de må forholde seg til. Dette kan bidra til å skape en avstand mellom barn, ungdom og ansatte på institusjonen (Ulset, 2016).

Barn og ungdommenes private rom i barnevernsinstitusjoner kan være det nærmeste de kommer «et vanlig hjem» (Ulset, 2016). Her vil de ha muligheten til å sette sitt personlige preg på rommet. I tillegg kan det tenkes at flere av ungdommene bruker mer tid på rommet enn på felles oppholdsrom. Rommene til barn og ungdom vil derfor bli ansett som det rommet som de har mest eierforhold til i sitt midlertidige hjem (Ulset, 2016).

2.3 Medvirkning

Medvirkning i barnevernet handler om at barn og ungdom skal få tilstrekkelig og tilpasset informasjon, hvor de så kan fritt uttrykke sine synspunkter (Forskrift om medvirkning og tillitsperson, 2014, §3). På den måten får barn og ungdom muligheten til å ta del i avgjørelser som angår vedkommende, om de selv ønsker det (Forskrift om medvirkning og tillitsperson, 2014, §5). Medvirkning er en lovpålagt rettighet som barnevernsinstitusjoner er pliktige til å følge (Helsedirektoratet, 2017). Barnekonvensjonen, artikkel 12 står sentralt i lovgivningen som gjelder barn og ungdom og deres rett til medvirkning (Backe-Hansen et al., 2017). I første ledd i artikkel 12 står det som følgende:

«Partene skal garantere et barn som er i stand til å danne seg egne synspunkter, retten til fritt å gi uttrykk for disse synspunkter i alle forhold som vedrører barnet, og tillegge barnets synspunkter behørig vekt i samsvar med dets alder og modenhet». (Barne-og familiedepartementet, 2021).

Barn og ungdom vil kunne få muligheten til å ha en innflytelse på sin hverdag, ved at synspunktene til den det gjelder tas i betraktning når en endelig beslutning skal tas (Bufdir, 2019). På den måten vil man ivareta hensynet til barnets beste (Bufdir, 2019).

Begrepet medvirkning blir sett på som flerdimensjonalt, hvor det er mye overlapp og grensene mellom ulike former for medvirkning er utydlig (Backe-Hansen et al., 2017; Brodie et al., 2009). Det er viktig å gjøre det klart at retten til å mene noe om situasjoner som angår han eller hun, ikke gir retten til å mene noe om organiseringen av institusjonen (Backe-Hansen et al., 2017, s. 55). Medvirkning gir altså ikke barn og ungdom retten til å bestemme (Bufdir, 2019). Det er likevel ingenting som hindrer barn og ungdom til å bli invitert til å mene noe om stedet man bor på (Backe-Hansen et al., 2017, s. 55). Det å kunne gi dem muligheten til å uttrykke sine meninger, om blant annet rommet de bor på, fellesaktiviteter, måltider og regler på institusjonen, vil gi barn og ungdom en følelse av at de blir lyttet til. Dessuten vil muligheten til å mene noe om stedet man bor på kunne bidra til at barn og ungdom føler seg hjemme på institusjonen. Det er til slutt den eller de som har beslutningsmyndighet som avgjør om de ønsker å ta til seg innspillene. Uavhengig av valget som blir tatt, vil barn og ungdom i en slik setting være en meningsaktør, da de har medvirket i relasjonen (Backe-Hansen et al., 2017).

2.4 Mat og måltider i barnevernsinstitusjoner

Mat og måltider har en betydningsfull rolle for barn og ungdom. Å involvere barn og ungdom i organiseringen av mat og måltider vil kunne bidra til å etablere sunne matvaner (Vaitkeviciute et al., 2015). Det vil dessuten gi dem muligheten til å tilegne seg kunnskap og ferdigheter, som kan komme til nytte når de flytter ut fra barnevernsinstitusjonen og skal bo for seg selv (Vaitkeviciute et al., 2015). Videre viser internasjonale studier at felles familiemåltider bidrar til å etablere et sunnere kosthold, som også vil ha en positiv virkning på barn og ungdommenes helse (Fulkerson et al., 2014; N. Larson et al., 2013; Neumark-Sztainer, 2006). En tidligere studie viser at felles måltider, flere ganger i uken, vil kunne bidra til at ungdommene konsumerer mer frukt og grønnsaker, og redusere inntaket av mat med høy fettprosent, snacks og brus (Fulkerson et al., 2014). Dessuten kommer det frem i studier at felles måltider kan en beskyttende faktor mot ulike spiseforstyrrelser, som overspising (Hammons & Fiese, 2011; Neumark-Sztainer, 2006).

Per i dag finnes det få studier som har sett på mat og måltider i barnevernsinstitusjoner. Blant de internasjonale studiene som har gjort dette kommer det frem at måltider er en arena for ansatte til å vise omsorg ovenfor barn og ungdom i institusjonene (Emond et al., 2013; Fairbrother & Ellis, 2016). For barn og ungdom som opplever fraværende foreldre, kan mat symbolisere kjærlighet og tilbud om støtte og bekymring (Fairbrother & Ellis, 2016). Mat og

måltider er i tillegg en arena som bidrar til å bygge og styrke relasjoner mellom barn, ungdom og ansatte (Fairbrother & Ellis, 2016). Dessuten kan mat og måltider bidra til å skape hjemlige omgivelser (Dorrer et al., 2010). Allerede når ungdommer flytter inn på institusjonen kan ansatte gjennom maten gi dem en følelse av hjem, da mat er noe barn og ungdom har kjennskap til. Fri tilgang til kjøkkenet, å ha snacks i huset og inkludere barn og ungdom i organiseringen av mat og måltider som menyplanlegging og matlaging vil også bidra til å skape hjemlige omgivelser (Dorrer et al., 2010). I en norsk rapport (Backe-Hansen et al., 2017) uttrykker forskerne at ungdommenes involvering i organiseringen av mat og måltider vil kunne bidra til å utvikle noe positivt, i en tilværelse som de kanskje ikke anser som så tilfredsstillende. På den måten kan også relasjonen mellom de ansatte og ungdommene forsterkes ytterligere (Backe-Hansen et al., 2017).

Barn og ungdom som blir plassert i barnevernsinstitusjoner kan tidligere ha opplevd lite stabilitet og kaos, og har derfor et behov for struktur og orden i livet (Punch & McIntosh, 2014). Derfor vil rutiner, som fastsatte måltider bidra til å gi en forutsigbarhet for barn og ungdom (Punch & McIntosh, 2014). Måltidene handler ikke kun om maten som serveres, men også om det sosiale aspektet rundt måltidene (Helse- og omsorgsdepartementet, 2017). Hyggelige rammer rundt måltidene vil ha en innvirkning på matlysten og trivselen for barn og ungdom på institusjoner (Helse- og omsorgsdepartementet, 2017). Dessuten kan måltidene i barnevernsinstitusjonene bidra til å erstatte de dårlige opplevelsene som barn og ungdom har hatt rundt måltider (Punch et al., 2009). Felles måltider er en arena for barn og ungdom til å føle nærhet til andre som bor på institusjonen, men også til de ansatte som jobber der. Det bidrar til et felleskap, hvor både barn og ungdom kan etablere tillit til hverandre, og til ansatte (Punch et al., 2009). Studien til Dorrer et al. (2010) trekker dessuten frem at felles måltider bidrar til å gi barn og ungdom mulighet til å beherske gruppesettinger og lære å overholde regler som er en del av institusjonen. Felles måltider er i tillegg en mulighet for de ansatte å diskutere ulike tema sammen med ungdommene, som for eksempel om skole eller planlegging av aktiviteter (Dorrer et al., 2010).

2.5 Kostholdets funksjonelle rolle

Overgangen fra barn til voksen er den perioden hvor det skjer store kroppslige endringer (Engeset et al., 2019, s. 74). For at barn og ungdom skal vokse og utvikle seg er det derfor nødvendig med et jevnt inntak av energi og næringsstoffer. Endringer som økt vekstspurt gir et økt behov for protein, energi og enkelte næringsstoffer (Engeset et al., 2019, s. 74). Et variert

kosthold og regelmessige måltider er faktorer som kan bidra til god helse og sunnhet (Bufdir, 2016). En norsk rapport utgitt av Bufdir (2016), for arbeidet med trygghet og sikkerhet i barnevernsinstitusjoner, ble det anbefalt at kostholdet som blir lagt opp i institusjonene bør følge Helsedirektoratets kostråd.

2.5.1 Kostråd

Barnevernsinstitusjonene i Norge skal følge de nasjonale kostrådene (Helsedirektoratet, 2016a). Måltidene i institusjonene skal derfor være varierte og inneholde mye grønnsaker, frukt og bær, grove Kornprodukter og fisk, og bør ha en begrenset mengde med bearbeidet kjøtt, rødt kjøtt, salt og sukker (Helsedirektoratet, 2016b). Varierte måltider i løpet av dagen vil kunne dekke det ernæringsmessige behovet barn og ungdom har, og reduserer risikoen for kostrelaterte sykdommer. Vann anbefales som tørstedrikk til alle måltidene (Helsedirektoratet, 2016b).

I institusjoner anbefales det å benytte seg av standardkost (Helsedirektoratet, 2016a, s. 116). Det finnes to standardkost som brukes i institusjoner, nøkkelråds kost og energi- og næringsstett kost. Nøkkelråds kost bør benyttes av alle friske og syke som har god ernæringsstatus. Nøkkelråds kost tar utgangspunkt i de nasjonale kostrådene, som bidrar til å ivareta god helse og reduserer risikoen for kostholdsrelaterte sykdommer (Helsedirektoratet, 2016a). Med nøkkelråds kost ønsker man å ha en balanse mellom hvor mye energi man får i seg og hvor mye man forbruker. På den måten vil man kunne opprettholde normalvekten. Overskudd av energi kan føre til overvekt, mens underskudd kan føre til underernæring (Helsedirektoratet, 2016b, 2016a). Videre bør måltidsrytmen være jevn utover dagen (Helsedirektoratet, 2016a). På den måten vil man stabilisere sult- og metthetsreguleringen, og man unngår småspising mellom måltidene. Som et resultat av å spise jevnt utover dagen vil man spise passende mengder til de ulike måltidene og man opprettholder et jevnt blodsukkernivå. En jevn måltidsrytme bør bestå av 3-4 hovedmåltider og 1-2 mellommåltider (Helsedirektoratet, 2016a).

For ungdommer som ikke spiser nok mat, vil energi og næringsstett kost være gunstig å benytte (Helsedirektoratet, 2016a). I en energi og næringsstett kost er energifordelingen annerledes enn i nøkkelråds kost. Energiinnholdet bør bestå av 40-50% karbohydrater, 15-20% protein og 35-40% fett. Måltidsrytmen bør være hyppigere, men måltidene og mellommåltidene bør tilpasses den enkeltes behov. Ved situasjoner hvor barn og ungdom har

reduisert appetitt, vil det være aktuelt å tilby ekstra væske. Næringsdrikker vil kunne bidra til å dekke ernæringsbehovet (Helsedirektoratet, 2016a, s. 124-125).

2.5.2 Barrierer til et sunt kosthold i barnevernsinstitusjoner

Det finnes flere faktorer som kan ha en betydning på mattilbudet i barnevernsinstitusjoner. Internasjonale studier viser at manglende matlagingsferdigheter, manglende kunnskap om kosthold og ernæring, holdninger, tid og budsjett er årsaker som kan bidra til å redusere næringsverdien på kostholdet (Colatruglio & Slater, 2016; Cox et al., 2017; Nicklas et al., 2013). Videre kommer det frem i en norsk studie at kunnskap, interesse og ferdigheter innenfor mat og måltider, varierer blant ansatte på ulike barnevernsinstitusjoner (Nysether et al., 2017). Manglende kunnskap og ferdigheter vil kunne påvirke mat- og måltidstilbudet på barnevernsinstitusjonene (Nysether et al., 2017). Studien til Story et al. (2002) trekker frem at de som er en del av ungdommenes nærmiljø vil kunne påvirke deres matvaner. Ansatte som er omsorgspersoner for ungdommene, vil derfor ha en innflytelse på barn og ungdommenes matvaner. Matvanene som ungdommene tilegner seg i perioden hvor de bor på institusjonen, er matvaner som ungdommene vil ta med seg når de flytter ut fra barnevernsinstitusjonen og skal bo for seg selv (Story et al., 2002).

2.6 Food literacy

Food literacy har i de siste årene blitt et viktig begrep for å forstå spisevaner, og blir sett på som en viktig påvirkningsfaktor for å opprettholde et sunt kosthold (Vaitkeviciute et al., 2015; Bailey et al., 2019). Food literacy er et begrep som beskriver hverdagspraksisen knyttet til mat og måltider, og som sikrer at matinntaket er i samsvar med ernæringsbehovet (Vidgen & Gallegos, 2014). Det finnes en rekke definisjoner på food literacy (Truman et al., 2017; Vidgen & Gallegos, 2014). Vidgen og Gallegos (2014) har i sin studie utformet en definisjon hvor de beskriver food literacy som det grunnlaget som styrker individer, husholdninger, samfunn og nasjoner til å ivareta kostholdets kvalitet over tid uten å bli påvirket av omgivelsene rundt. For å kunne oppnå dette bør man ha kunnskapen og ferdighetene til å planlegge, håndtere, velge, tilberede og spise mat som møter ernæringsbehovet (Vidgen & Gallegos, 2014).

2.6.1 Planlegging og håndtering

Det å kunne sette av tid til å planlegge hverdagsmaten vil ha en innvirkning på matvalgene man tar, og vil gi en forutsigbarhet og en sikkerhet for matinntaket (Vidgen, 2016). Planen bør tilpasse omstendighetene og miljøet man er i, slik at man til en viss tid har tilgang til mat. Evnen til å kunne tilpasse seg situasjoner vil kunne gi muligheten til å opprettholde et sunt kosthold over tid. Det bør i tillegg være en balanse mellom ulike behov og tilgjengelige ressurser slik at man kan ta et fornuftig matvalg. Tid, penger, ferdigheter og utstyr kan ha en innvirkning på næringen, smaken og sulten. En begrensning i ressurser vil påvirke behovene man ønsker at maten skal oppfylle. Økonomien og tiden man bruker på maten kan også ha en innvirkning på matvalgene. Man bør håndtere pengene på en måte som kan føre til at man tar sunne matvalg (Vidgen, 2016).

2.6.2 Valg

Denne kategorien tar for seg kunnskapen en trenger for å ta et matvalg i matbutikker og serveringssteder (Vidgen, 2016). For å kunne vite hvor man får tilgang på mat som møter enkeltes behov, er man nødt til å kunne ta en avgjørelse basert på informasjonen som er tilgjengelig. Avgjørelsen kan blant annet være basert på økonomi eller beliggenhet. For å kunne ta et sunnere matvalg bør man i tillegg vite hva et produkt inneholder, hvor det kommer fra, hvordan det lagres og hva det kan brukes til. Med den informasjonen kan man i tillegg vurdere kvaliteten på produktet. Forbrukeren har dermed mulighet til å revurdere produktene de foreløpig benytter seg av, og eventuelt bytte ut matvarene med noe sunnere, og som dekker deres behov (Vidgen, 2016).

2.6.3 Tilberede

Evnen til å tilberede mat kan ses på som en viktig ferdighet. Man skal kunne lage mat ut ifra det som er tilgjengelig av matvarer (Vidgen, 2016). Dette innebærer at man skal vite hvordan man tilbereder de mest vanlige matvarene. Her blir smak ansett som en viktig motivasjonsfaktor for å tilberede ulike måltider med det man har tilgjengelig. For å kunne tilberede mat og måltider er det dessuten viktig å ha kunnskap om hvordan man skal bruke vanlig kjøkkenutstyr. I tillegg bør man ha evnen til å gjøre endringer på en oppskrift som passer vedkommende. På den måten vil man tilegne seg erfaringer om hvordan man skal bruke den maten som er tilgjengelig slik at man dekker næringsbehovene, men også andre preferanser (Vidgen, 2016).

Ved tilberedning av mat er det også viktig å ivareta grunnleggende prinsipper når det gjelder matygiene og mattrygghet (Vidgen, 2016). Mattrygghet er når maten ikke er skadelig for konsumenten ved tilberedning og konsumering (Hægermark, 2014). For å kunne opprettholde matygiene og dermed opprettholde mattrygghet har WHO utviklet fem punkter som bør følges. Matlagingsplassen skal holdes rent, man skal separere det som er rått med det som er varmebehandlet, det er viktig at maten er varmet opp på en tilstrekkelig måte, maten bør holdes i riktig temperatur ved oppbevaring og man bør bruke trygge råvarer og rent vann (Hægermark, 2014).

2.6.4 Spise

Siste kategori handler om selve spisingen og konsekvensene av det (Vidgen, 2016). Det er viktig å forstå at matinntaket kan påvirke både helse og velvære, som for eksempel ulike ikke-smittsomme sykdommer, men også ulike spiseforstyrrelser. Det er derfor viktig å være selvbevisst på matinntaket, hvor man bør fokusere på mat som er bra for å opprettholde god helse, vite hva slags mat man bør unngå, ha kunnskap om passende porsjonsstørrelser og hyppigheten av måltidene. Til slutt er det viktig å ivareta det sosiale aspektet ved mat og måltider. Måltider vil kunne føre til en tilhørighet og man vil føle seg inkludert. I studien som ble gjennomført for å identifisere disse kategoriene ble det sosiale aspektet av måltider høyt verdsatt, da flere opplevde utfordringer i livet og assosierte måltidene med en følelse av å ha kontroll over livet sitt og deres kapasitet til å ta vare på andre (Vidgen, 2016).

Fokus på food literacy vil kunne bidra til å oppnå ernæringsmessige fullverdige måltider (Vidgen, 2016), som i tillegg vil bidra til at barnevernsinstitusjonene følger de nasjonale kostrådene. Food literacy blant ansatte vil videre kunne ha en innflytelse på barn og ungdommenes matvaner (Story et al., 2002). Begrepet «food literacy» har i denne oppgaven blitt oversatt som mat- og ernæringskompetanse. Vidgen og Gallegos (2014) operasjonalisering av mat- og ernæringskompetanse ble brukt for å oppnå en bedre forståelse av ansattes praksis, holdninger og kompetanse, og hvordan ungdommene tilegnet seg bedre mat- og ernæringskompetanse gjennom medvirkning og deltagelse i måltidene og andre matrelaterte aktiviteter.

3.0 Metode

I dette kapittelet vil det redegjøres for forskningsprosessen som har blitt benyttet til å besvare studiens problemstilling.

3.1 Vitenskapelig tilnærming- kvalitativ metode

For å kunne besvare problemstillingen ble det i denne studien benyttet kvalitativ metode. Formålet med kvalitativ metode er å få et innblikk i et fenomen fra intervjupersonens perspektiv (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 42). Prosesser og mening i kvalitativ metode kan ikke måles i kvantitet eller frekvens (Thagaard, 2018, s. 15). Man ønsker å oppnå en forståelse på hvorfor enkeltindivider handler som de gjør, ved å utforske deres erfaringer, tanker, forventninger, opplevelser, holdninger og motiver (Malterud, 2017, s. 31). Kvalitativ metode er egnet for forskning hvor kunnskapsgrunnet er tynt, og der problemstillingen kan åpne for flere mulige svar (Malterud, 2017, s. 32). Det er mulig å være fleksibel i kvalitative studier (Thagaard, 2018, s. 16). Underveis i prosjektet kan man innarbeide erfaringer og nye utfordringer, og man kan i løpet av undersøkelsesprosessen justere utformingen av prosjektet (Thagaard, 2018, s. 16). Ved bruk av en kvalitativ tilnærming i denne studien kan masterstudenten danne seg en bedre forståelse av praksisen og holdningene rundt kosthold og ernæring blant ansatte i barnevernsinstitusjonene, og ungdommenes medvirkning og deltakelse i måltidene.

3.1.1 Vitenskapsteoretisk ståsted

Forskerens vitenskapsteoretiske ståsted har en innvirkning på forskningstilnærmingen studien tar for seg (Carter & Little, 2007). Sosialkonstruktivismen er et sentralt vitenskapsteoretisk perspektiv innenfor kvalitativ forskning (Creswell, 2009), og danner grunnlaget for denne studien. Kunnskapen som utformes ved et sosialkonstruktivistisk perspektiv er preget av interaksjonen mellom forsker og deltaker (Thagaard, 2018, s. 40). Som forsker har man et formål om å legge mest mulig vekt på deltakerens oppfatning om et fenomen (Creswell, 2009). Det er fordi den enkelte utvikler meninger basert på sine erfaringer. Disse meningene er mangfoldige, og som forsker ønsker man å se etter kompleksiteten av synspunktene (Creswell, 2009).

Problemstilling, utvalg, strategi for å innhente data og analyse definerer hvilken forskningstilnærming en studie har benyttet seg av. Innenfor kvalitativ forskning finnes det en

rekke forskningstilnæringer (Merriam, 2002). Merriam (2002) har organisert tilnærmingene i kvalitativ forskning, inn i åtte ulike punkter: basic interpretive, fenomenologi, grounded theory, case studier, etnografi, narrative studier, kritisk teori og postmoderne studier. Forskningstilnærmingen som har blitt benyttet i denne studien er «basic interpretive qualitative study». Denne tilnærmingen går ut på at man ønsker å utforske og forstå et fenomen, ulike prosesser og perspektiver blant deltakerne. Forskningsstrategien som blir benyttet for å analysere data er induktiv. Metoder som er vanlig i denne tilnærmingen er intervju, observasjon eller dokumentanalyse. Et annet kjennetegn for denne tilnærmingen er at datamaterialet vil bli presentert deskriptivt (Merriam, 2002). Denne tilnærmingen egner seg for denne studien da masterstudenten ikke ville gå i dybden på det som er kjennetegnet for fenomenologisk tilnærming, nemlig spesielle erfaringer (Thagaard, 2018, s. 36). Masterstudenten ville heller ikke utvikle nye teorier, noe som er typisk i studier som har benyttet seg av grounded theory (Thagaard, 2018, s. 18). Masterstudenten ønsket hovedsakelig å utforske og forstå holdningene blant ansatte, i tillegg til deres praksis rundt kosthold og ernæring, og ungdommenes medvirkning og deltagelse i måltidene i de ulike barnevernsinstitusjonene.

3.1.2 Forskerens forforståelse

I denne studien ble det lagt vekt på oppfatningene til de ansatte. Likevel vil masterstudentens bakgrunn, også kjent som forforståelse, kunne ha en innvirkning på resultatet i studien (Creswell, 2009). Erfaringer, hypoteser, faglig perspektiv og det teoretiske grunnlaget forskeren tar med seg før prosjektet starter er kjent som forskerens forforståelse (Malterud, 2017). Forforståelsen kan ha en innvirkning på måten datamaterialet blir samlet, lest og tolket på. Som regel vil forforståelsen være en motivasjonsfaktor for å forske på et tema man ønsker å vite mer om. På den andre siden kan forforståelsen ha en innvirkning på tolkningen av budskapet, da den kan være preget av subjektiv kunnskap. Det er derfor viktig at forskere er bevisst på sitt ståsted og forforståelse (Malterud, 2017, s. 45).

Masterstudentens forforståelse bygger på en bachelorgrad i ernæring fra Universitetet i Tromsø, og masterstudiene i samfunns ernæring fra OsloMet. Kunnskapen som har blitt tilegnet gjennom studiene vil kunne prege forventningene masterstudenten har til masteroppgaven. Dessuten er masterstudentens forforståelse innenfor det miljøterapeutiske aspektet begrenset. Praksisen som blir gjennomført rundt kosthold og ernæring i institusjonene, kan være preget av det miljøterapeutiske aspektet. Masterstudenten har i tillegg

lite innsikt i psykologiske faktorer blant ungdommene som kan både ha en innvirkning på praksisen som blir gjennomført i barnevernsinstitusjonene, men også ungdommenes medvirkning og deltagelse i måltidene.

3.2 Utvalg og rekruttering

Som nevnt tidligere var masteroppgaven en del av et større prosjekt som inkluderte ansatte som jobbet i barnevernsinstitusjonene, men også ungdommene som bodde på institusjonene. Rekrutteringen av både ansatte og ungdommer har derfor foregått parallelt. Den ideelle organisasjonen består av sju ulike institusjoner, hvor det er rundt 300 faste ansatte og 100 vikariater og ekstravakter.

Med hjelp av vår kontaktperson i prosjektet ble det utviklet en referansegruppe som fulgte opp prosjektet underveis. Referansegruppen bestod av både ansatte og ungdommer fra ulike barnevernsinstitusjoner. Deltagerne i referansegruppen fikk muligheten til å komme med tanker og innspill om prosjektet, som prosjektgruppen kunne ta med seg videre. Ansatte fra referansegruppen ble inkludert i denne studien. For videre rekruttering ble prosjektgruppen invitert til et ledermøte for å presentere prosjektet. På ledermøte ble lederne oppfordret til å videreformidle prosjektet til ansatte og ungdommene på de ulike institusjonene, og høre om de ønsket å være informanter til prosjektet. Det ble i tillegg sendt ut en invitasjon på e-post til alle lederne på de ulike institusjonene, hvor informasjonsskriv (vedlegg 2) og samtykkeerklæring (vedlegg 3) ble lagt til som et vedlegg. Ved tilfeller hvor vi enda ikke hadde fått svar fra lederne ble det ringt rundt til de ulike institusjonene. Etter noen av ledernes ønske ble det i tillegg planlagt et møte på Microsoft Teams, hvor forskningsgruppen fikk muligheten til å snakke om prosjektet og planen videre for rekruttering av ansatte og ungdommer. Ved å rekruttere ansatte og ungdommene gjennom lederne ble kontaktinformasjonen delt med prosjektgruppen etter deres samtykke. I barnevernsinstitusjoner kan en sårbar situasjon oppstå når som helst. Rekruttering av ansatte har av den grunn tatt tid. Etter at lederne hadde snakket med de ansatte og undersøkt hvem som var villig til å delta i studien, fikk masterstudenten tilsendt kontaktinformasjonen til informantene. Informantene ble så kontaktet av masterstudenten hvor det ble planlagt tid for intervju.

Utvalget i denne studien er basert på selvseleksjon, det vil si at man har inkludert informanter som har vært tilgjengelig og sagt seg villig til å delta i studien (Thagaard, 2018, s. 56).

Tilgjengelighetsutvalg er betegnelsen for denne formen for rekruttering. Denne formen for rekruttering er strukturert ved at informantene har egenskaper som er aktuelt for problemstillingen (Thagaard, 2018, s. 56). Utvalget i denne studien bestod av ansatte som jobbet i barnevernsinstitusjonene. Det var ønskelig å inkludere ansatte med ulike roller for å etablere en variasjonsbredde, slik at ulike nyanser av problemstillingen kom frem (Malterud, 2017, s. 59). Kvalitativ metode omfatter et mindre utvalg, hvor få enheter vil gi mye kunnskap (Thagaard, 2018, s. 16). Et stort utvalg vil kunne redusere mulighetene til å gjennomføre en dyptgående analyse av intervjuene (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 148). Utvalget bestod i utgangspunktet av 14 informanter, men etter endt rekruttering var det en informant som valgte å trekke seg fra studien. I tillegg var det en institusjon som ikke hadde svart på invitasjonen til studien. Det var til slutt 13 informanter fra seks ulike institusjoner som deltok i studien.

3.3 Datainnsamling – intervju som metode

For å kunne besvare problemstillingen ble det benyttet intervju som metode. Intervju gir muligheten til å kunne få en dypere forståelse for personers erfaringer, tanker og følelser (Thagaard, 2018, s. 89). Formålet med et forskningsintervju er å utforme kunnskap om et fenomen basert på personers subjektive oppfatning (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 20). Denne kunnskapen fremtrer i interaksjon mellom intervjueren og informanten (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 22). I denne studien ble det utført semi-strukturerte intervju med enkeltindivider. Som intervjuer er det viktig å få informanten til å føle seg trygg og ivaretatt (Malterud, 2017, s. 70). Det å etablere god kontakt med informanten vil kunne ha en betydning på svarene som blir gitt (Thagaard, 2018). Informanten vil lettere klare å dele sine erfaringer og synspunkter. Det er i tillegg viktig at informanten får mulighet til å uttrykke sine synspunkter uten å bli avbrutt av intervjuer. Det er derfor viktig å ha en god balanse mellom å spørre og å lytte (Thagaard, 2018). For at intervjueren skal kunne forstå det nye eller uventede i et intervju er det viktig å lytte med et åpent sinn. På den måten kan kunnskap utvikles og læres (Malterud, 2017, s. 70). Datasamlingen for denne studien ble gjennomført mellom 11. september. 2020 til 1. desember. 2020.

3.3.1 Intervjuguide

Formålet med en intervjuguide er å strukturere intervjuforløpet med temaer man ønsker å ta opp (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 162). I denne studien ble det benyttet et semi-strukturert intervjuguide (vedlegg 4). Det vil si at teamene man ønsket å ta opp var ferdigstilt på forhånd,

men rekkefølgen av temaene kunne variere avhengig av hva informanten fortalte (Thagaard, 2018, s. 91). Man kan i tillegg inkludere spørsmål som ikke var en del av intervjuguiden til å starte med, eller tilpasse spørsmålene etter hva intervjupersonene forteller (Thagaard, 2018, s. 91). For å besvare problemstillingen på best mulig måte, ble intervjuguiden utviklet i samarbeid med prosjektgruppen. Intervjuguiden som ble benyttet i studien var delt opp i åtte temaer: generell informasjon om informanten, organisering av måltider og mattilbud, mattilbud og regler, refleksjoner rundt måltider, sunn mat, spesielle behov, involvering av ungdommer i mat-relaterte aktiviteter og kompetanse og tiltak. I siste tema var fokuset på å drøfte ulike tiltak som kunne fremme sunnere kosthold både på institusjonen, og også blant ungdommer som skal flytte og bo for seg selv. Hovedspørsmål og eventuelle oppfølgingsspørsmål ble lagt inn i intervjuguiden. For å skape en tillitsfull atmosfære startet intervjuguiden med enkle spørsmål om informanten og deres rolle i barnevernsinstitusjonen. Spørsmål som informanten har godt kjennskap til og kan svare på, er med på å berolige personen og gjøre dem mindre nervøs under intervjuet (Thagaard, 2018, s. 101).

3.3.2 Gjennomføring av intervjuene

Før intervjuene ble satt i gang ble det utført to pilottester av intervjuguiden. Hensikten med pilottestene var for å prøve ut format og gjennomførbarhet (Malterud, 2017, s. 169). Det var ønskelig å se om intervjuguiden hadde gode og relevante spørsmål, og om alle viktige elementer var inkludert. Informantene som pilottesten ble utført på fikk tilsendt intervjuguiden på forhånd. Informantene hadde dermed mulighet til å komme med innspill på spørsmål som burde ha blitt inkludert i intervjuguiden. Pilottestene ble utført av vitenskapelig assistent, mens masterstudent og hovedveileder var til stede. Under pilottestene kunne masterstudenten og hovedveileder komme med oppfølgingsspørsmål om det var behov for det. Etter at pilottestene ble utført ble det konkludert med at intervjuguiden var for lang og det var et behov for å korte det ned. Det ble ikke endret på temaene, men spørsmål som var like og som dukket naturlig opp som oppfølgingsspørsmål dersom informanten er lite pratsom, ble tatt vekk fra intervjuguiden. Pilottestene har blitt inkludert i studien, siden det som ble sagt var relevant for å besvare problemstillingen.

Utenom de to første pilottestene ble alle intervjuene gjennomført av masterstudenten. Intervjuene ble tatt opp med en diktafon. Alle intervjuene tok sted på Teams på grunn av Covid-19 pandemien. Det ble sendt ut en e-post til informantene for å planlegge tidspunkt for intervju. Informantene fikk i tillegg tilsendt informasjonsskriv om prosjektet og

Samtykkeskjema som vedlegg. Informantene skrev under på samtykkeskjemaet før intervjuet. Ved tilfeller hvor informantene ikke hadde skrevet under på samtykkeskjemaet ble det gitt et muntlig samtykke før intervjuet begynte. Masterstudenten leste opp vilkårene og informanten samtykket til det som ble lest opp. Informantene ble så oppfordret til å sende inn en signert versjon av samtykkeskjema i etterkant av intervjuet. Før intervjuene startet presenterte masterstudenten seg selv og kort om formålet med prosjektet. Masterstudenten valgte hovedsakelig å følge intervjuguiden, og komme med oppfølgingsspørsmål der det var aktuelt. I tilfeller hvor informanten kom innom temaer som kom litt senere i intervjuguiden, ble det gunstig å ta opp de temaene der og da. Spørsmål som informanten ikke forstod ble formulert på en annen måte. Varighetene på intervjuene varierte fra informant til informant. Det korteste intervjuet varte i 46 minutter, mens det lengste intervjuet varte i 144 minutter. Gjennomsnittlig varte intervjuene i 86 minutter. Etter hvert intervju ble informantene spurt om det var noe annet de mente var viktig å nevne eller noe masterstudenten ikke hadde spurt om knyttet til kosthold og ernæring i barnevernsinstitusjoner. Punkter som informantene nevnte som ikke ble tatt med i intervjuet, men som masterstudenten mente var relevant for studien, ble inkludert i fremtidige intervjuer. Masterstudenten takket for intervjuet og uttrykte sin takknemlighet for at informanten stilte opp til intervju.

3.4 Transkribering

Før en analyse bør datamaterialet organiseres på en tilgjengelig og håndterbar måte (Malterud, 2017, s. 77). Prosedyren for å oppnå dette er å transformere intervjusamtalene til en skriftlig tekst, også kjent som transkribering (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 205).

Transkriberingsprogrammet *f4transkript* ble benyttet for å transkribere intervjuene. Lydfilene ble overført til *f4transkript* og transkriberingen ble utført i programmet. Alle intervjuene i denne studien ble transkribert verbatim. Man bør være klar over at det ikke er gitt at en verbatim skriftlig gjengivelse gjenspeiler selve intervjuet, da flere detaljer kan gå tapt i transkripsjonen (Kvale & Brinkmann, 2015; Malterud, 2017). Kroppsspråk, stemmeleie, intonasjon og åndedrag er elementer som blant annet kan gå tapt i en transkribering (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 205). For å ivareta meningsinnholdet i intervjuene ble verbale og ikke verbale uttrykk transkribert etter best evne. Lyder som «eh/ehm», «mmm» og «mhm» ble inkludert i transkripsjonen. Lange pauser ble markert som «[pause]», mens korte pauser ble markert som «...». Latter ble også inkludert i transkripsjonen med «[ler]». Lydkvaliteten på de ulike intervjuene var varierende. Etersom intervjuene tok sted på Teams, kan internettkoblingen hatt en innvirkning på lydkvaliteten. Under transkriberingen ble setninger

som var utydelige markert med «()». Navn på personer og institusjoner som ble nevnt i intervjuene ble anonymisert under transkriberingen. For å anonymisere transkripsjonen ytterligere ble det valgt å ikke inkludere dialekter. Transkriberingen ble derfor utført på bokmål, hvor enkelte setninger ble omformulert for å bevare meningsinnholdet. Ettersom opptakene er noe redigert i transkriberingene anses dette som en «slightly modified verbatim mode» (Malterud, 2017, s. 78). De transkriberte intervjuene utgjorde 564 A4-sider.

3.5 Analyse

For å analysere de transkriberte datamaterialene, ble det benyttet temaanalyse. Temaanalyse er en metode hvor man identifiserer ulike tema som går igjen i de ulike intervjuene (Braun & Clarke, 2006). Temaene som blir identifisert skal fange opp det essensielle i datamaterialet, som til slutt skal bidra til å besvare forskningsspørsmålene. For å gjennomføre analysen av datamaterialet ble det benyttet en analyseguide, publisert av Braun og Clarke (2006). Analyseguiden har seks ulike steg, og forfatterne gjør det klart at analysen ikke er en lineær prosess, men heller en tilbakevendende prosess hvor man kan gå fram og tilbake mellom de ulike stegene etter behov (Braun & Clarke, 2006).

I første steg gjorde masterstudenten seg kjent med datamaterialet (Braun & Clarke, 2006). Denne prosessen startet allerede under transkriberingen av intervjuene, hvor masterstudenten dannet seg et førsteinntrykk (Braun & Clarke, 2006). Etter fullført transkribering, ble de 13 transkriberte intervjuene lest gjennom for å få et bedre kjennskap til datamaterialet. Underveis i gjennomgangen ble det vurdert mulige temaer og koder som kunne være aktuelle for å besvare forskningsspørsmålene i studien. Gjennomlesingen av datamaterialet ble ansett som betydningsfull, da det ga et grunnlag for videre analyse (Braun & Clarke, 2006). Etter at masterstudenten hadde gjort seg kjent med datamaterialet var neste steg å identifisere koder fra datamaterialet. Temaene, sub-temaene og kodene som blir identifisert i første omgang er nødvendigvis ikke de man sitter igjen med etter avsluttet analyse (Braun & Clarke, 2006).

I andre steg av analysen ble det utviklet ulike koder om meningsbærende elementer som var relevante i de ulike intervjuene (Braun & Clarke, 2006). Analyseprogrammet *NVivo 12* ble benyttet for gjennomføring av analysen. *NVivo 12* gjorde det oversiktlig å kode ulike elementer fra de transkriberte intervjuene. Masterstudenten analyserte de transkriberte intervjuene, og kodet utsnitt fra intervjuene, inn i relevante koder.

I tredje steg ble det utviklet temaer, hvor ulike koder til sammen kunne danne et overordnet tema (Braun & Clarke, 2006). Til å starte med ble de åtte temaene som intervjuguiden var delt opp i, benyttet som temaer i analysen. Kodene ble så plassert under passende temaer. Det ble i tillegg utviklet sub-temaer, som var undergrupper under hovedtemaet. I den endelige analysen ble det for eksempel utviklet et hovedtema kalt måltider, hvor sub-temaene var ukedager og helg. Sub-temaene bidro til mer struktur og orden, på et tema som var stort og komplekst (Braun & Clarke, 2006).

Fjerde steg gikk ut på å forbedre temaene og kodene som hadde blitt utviklet (Braun & Clarke, 2006). I denne delen av analyseprosessen var det tydelig at flere av kodene som ble utviklet ikke var presise nok, da de tok for seg flere aspekter. For eksempel ble alt om involvering av ungdommer i mat-relaterte aktiviteter plassert under en og samme kode. Det ble derfor valgt å gå tilbake til steg to, hvor det ble dannet nye koder som var mer presise. Det ble gjort en ny gjennomgang av de transkriberte intervjuene hvor utsnitt fra intervjuene ble plassert inn i nye relevante koder. Det ble i tillegg gjort endringer i temaene og sub-temaene. For eksempel ble involvering av ungdommer i mat-relaterte aktiviteter endret til medvirkning og deltagelse, og kodene under var meny, handling, matlaging, dekke på og rydde av bord og belønning. Det ble utført en siste gjennomgang av de transkriberte intervjuene for å se om det var noe som ble oversett.

Steg fem handler om å få en oversikt over de ulike temaene (Braun & Clarke, 2006). Man ønsker å se hvordan de ulike temaene er med på å besvare forskningsspørsmålene. I tillegg ble det gjort noen siste endringer på navnene for temaene (Braun & Clarke, 2006). På den måten kunne forskningsgruppen få en forståelse over hva de ulike temaene handlet om. Totalt ble det utviklet åtte temaer: institusjonen, mattilbud, måltider, organisering av måltider, medvirkning og deltagelse, holdninger og tanker, og kompetanse og tiltak (vedlegg 5). De endelige temaene ble ansett som relevante for både masterstudien og forskningsprosjektet. Et eksempel på tema, sub-tema og koder er presentert i tabell 1.

Siste steg handler om å skrive om de ulike temaene som har blitt analysert, og diskutere funnene i forhold til forskningsspørsmålene (Braun & Clarke, 2006). Dette kommer under resultat og diskusjon.

Tabell 1. Eksempel på koding

Tema	Sub-tema	Kode	Sitat
Måltider	Ukedager	Frokost	«Akkurat nå så er det vanskelig å samle ungdommene til frokost, til fellesmåltid i og med at de står opp på forskjellige tidspunkt, men jeg pleier i hvert fall å holde meg rundt kjøkkenområdet sånn at jeg er til stede hvis de kommer og spiser frokost.» Informant 13
	Helg	Frokost	«Men i helg blir det litt annerledes. Vi har ofte frokosten mellom 11 og 12, og da pleier vi å gjøre litt ekstra ut av det, og koke egg, lage eggerøre, lage amerikanske pannekaker og steke bacon eller steke rundstykker. Gjøre litt ekstra ut av det da» Informant 10

3.6 Forskningsetikk

Forskning reguleres av norske lover og forskrifter. Det er derfor nødvendig å være klar over de etiske utfordringene som kommer med forskningen (Malterud, 2017, s. 211). Ettersom studien tok for seg personopplysninger av ansatte i barnevernsinstitusjonene, var det nødvendig å melde inn prosjektet til Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD). Etter godkjenning av NSD kunne prosjektet settes i gang (vedlegg 1). Alle informantene som deltok i studien, fikk tilsendt informasjonsskriv og samtykkeskjema. Deltakerne hadde krav på å få tilstrekkelig informasjon om prosjektet slik at de kunne ta stilling til om de ønsker å delta eller ikke (Malterud, 2017, s. 214). Det ble gjort klart i informasjonsskrivet at det var frivillig å delta, at intervjuene ble tatt opp som lydopptak og de kunne når som helst trekke seg fra prosjektet uten at det ville få konsekvenser for vedkommende, og alle personopplysninger vil bli slettet. I tillegg ble deltakerne informert om hvordan personopplysninger blir ivaretatt. Datamaterialet ble lagret i en kryptert minnepinne og personopplysninger ble anonymisert ved at det ble lagret som koder, som ble lagret på en egen navneliste adskilt fra øvrige datamaterialet. For å redusere risikoen for gjenkjenning

(Malterud, 2017), ble det som nevnt tidligere ikke inkludert navn eller dialekt i transkriberingen. Lydfilene ble slettet underveis som transkriberingen ble ferdig.

4.0 Resultater

4.1 Bakgrunnsinformasjon

Utvalget bestod av 13 ansatte fra 6 ulike institusjoner, hvorav tre var menn og ti var kvinner. Informantene hadde ulike stillinger. Hvor lenge informantene hadde jobbet på institusjonen og hvordan turnus de hadde varierte fra informant til informant. Enkelte jobbet dag- og kveldsvakter, mens andre jobbet døgnvakter. Døgnvakter vil si at man jobber i en rekke døgn for så ha fri noen dager, også kjent som medlevertturnus. Tre av informantene som ble intervjuet hadde rollen som matansvarlig på institusjonen. To av informantene hadde tidligere vært matansvarlig, mens en holdt på å bli utnevnt til matansvarlig.

Hvor stor beboersammensetningen var på tidspunktet intervjuene ble foretatt, varierte mellom de ulike barnevernsinstitusjonene. Beboersammensetningen var mellom to til seks ungdommer på de ulike institusjonene. Ungdommene som nærmet seg utflytning fra institusjonen fikk tilbud om å bo på hybel. På den måten fikk de muligheten til å forberede seg på å bo for seg selv. Hvor mange av ungdommene som bodde på hybel kommer ikke frem i intervjuene.

Tabell 2. Oversikt over informantene

Informant	Kjønn	Ansiennitet	Matansvarlig
1	Kvinne	Under 1 år	Ja
2	Kvinne	Under 1 år	Ja
3	Kvinne	Ingen data	Ja
4	Kvinne	1 år	Nei
5	Mann	6 år	Nei
6	Kvinne	2 år	Nei
7	Mann	20 år	Nei
8	Kvinne	10 år	Nei
9	Kvinne	12 år	Nei

10	Kvinne	11 år	Nei
11	Kvinne	2 år	Nei
12	Kvinne	6 år	Nei
13	Mann	3 år	Nei

4.1.1 Matansvarlig: arbeidsoppgaver og krav

På tidspunktet intervjuene ble foretatt var det 8 av 13 informanter som nevnte at de hadde en matansvarlig på institusjonen. Oppgaven som matansvarlig gikk hovedsakelig ut på menyplanlegging av middagen, og enkelte hadde i tillegg ansvaret for innkjøp av mat. Flere av informantene medelte at det ikke var spesielle kriterier man måtte oppfylle for å bli matansvarlig. Enkelte mente at så lenge man hadde en form for interesse hadde man muligheten til å bli matansvarlig. Det var en informant som påpekte at man ikke trengte å ha en interesse, og at det var tilfeldig hvem som fikk ansvaret som matansvarlig.

«Jeg tror ikke det er noe kriterier for det på institusjonen» (informant 3)

«Det er vel egentlig bare litt med interesse å gjøre, hvem som vil og hvem i gruppa som vil være det og som har litt, vil ha litt ekstra ansvar og finne oppskrifter» (informant 6)

«Trenger ikke å ha interesse for det heller tror jeg (...). Nei, det er litt sånn tilfeldig» (informant 7)

4.2 Organisering av måltider

4.2.1 Måltidsstruktur

Det var kun et fåtall som uttrykte at de hadde en fast tid på alle måltidene. Flere av informantene uttrykte at frokosten var den som varierte mest. Ungdommene sto opp til ulike tidspunkter, avhengig av om de hadde skole/dagtilbud eller ikke. Av den grunn spiste de til ulike tider. Enkelte opplevde at ungdommene ikke ønsket frokost i det hele tatt. Lunsj spiste de som regel på skolen. Ved tilfeller hvor enkelte var hjemme ble det servert lunsj rundt 11:00 – 12:00 tiden. Middagen var måltidet som institusjonene hadde god rutine på, og ble servert mellom 15:30 – 17:00. Siste måltidet for dagen var kveldsmåltidet, og var mellom 18:30 - 21:00. To av informantene påpekte at ulike aktiviteter kunne forskyve måltidene for enkelte.

«Det er mye større sjanse for å få til et kveldsmåltid enn en frokost» (informant 12)

4.2.2 Felles måltider

Samtlige av informantene fortalte at det sjeldent ble samlet til en felles frokost, da flere av ungdommene sto opp til ulike tider. Det var en informant som påstod at det var lettere å organisere en felles frokost da beboergruppen var mer homogen, for da sto ungdommene opp rundt samme tid. Videre var det flere av informantene som rapporterte at middagen var som oftest det som ble lagt opp til et felles måltid.

«Neste er frokosten ... den er nesten ikke eksisterende, altså jeg kan ikke huske sist gang vi satt oss ned alle sammen og spiste frokost» (informant 5)

«(...) så alle får i seg middag. Det er vel det som er på en måte fellesmåltid nummer en, for frokost, der kommer de og går, og lunsj er det jo mange som er ute på ting ... og middag er på en måte det som er felles og det mest samlende måltidet da» (informant 12)

Å delta på felles måltider var ikke et krav, og ungdommene hadde til enhver tid mulighet til å trekke seg fra måltidene, siden felles måltider fort kunne bli en vanskelig setting for enkelte. Det kunne være ulike årsaker til at ungdommene ikke ønsket å delta på et felles måltid. Hvordan enkelte hadde det for tiden kunne for eksempel ha en innvirkning på om de ønsket å delta på felles måltidene eller ikke. For en ungdom som ikke hadde bodd lenge på institusjonen, og som ikke hadde et godt kjennskap til verken de andre ungdommene eller ansatte, kunne måltidene virke som en utrygg arena. Enkelte kunne i tillegg ha sosial angst, hvor ungdommene syntes det var ubehagelig å sitte blant mange mennesker. Videre fortalte to av informantene at ved enkelte tilfeller var man nødt til å dele opp ungdommene basert på forholdet de hadde til hverandre.

«Av og til så er det to puljer og sånt, at noen spiser akkurat klokka fire og noen spiser litt senere, altså sånn i fem tiden (...). Av og til så er det noen ungdommer som går veldig godt sammen, og da kan man ha et veldig godt felleskap, mens andre ganger så kan det jo bli full kræsje og da er det jo bedre å dele seg. Så vi må se det an i forhold til de vi har på huset og hvem det er» (informant 12)

Ungdommene ble oppfordret til å spise i felleskap til hvert måltid. Ved tilfeller hvor ungdommene ikke ønsket å delta til felles måltid kunne de velge å spise et annet sted eller komme etter at de andre hadde spist.

«Noen velger å komme ... det er nesten sånn, du føler at de venter lenge nok til at de fleste er ferdige å spise, også kommer de» (informant 9)

4.2.3 Meny

Det var variasjon i planlegging og oppsett for meny fra institusjon til institusjon. Et fellestrekk alle institusjonene hadde var at menyen tok kun for seg middagsmåltidet. Enkelte institusjoner benyttet seg av en månedsmeny, mens flertallet benyttet seg av en ukemeny. De aller fleste av informantene fortalte at menyen ble planlagt på husmøtene. Husmøtene er møter som ansatte og beboergruppen hadde en gang i uken for å diskutere ulike tema. Hvilke dager det er, varierer fra de ulike institusjonene. Matansvarlig hadde ansvaret for å sette opp menyen. På de institusjonene som ikke hadde en matansvarlig var det som regel de som var til stede på husmøtene som tok ansvaret for å sette opp menyen. Det var en informant som fortalte at menyen på institusjonen ble satt opp av døgnvaktene hver mandag og fredag. Informanten gjorde det tydelig at de skulle gå vekk fra denne formen for planlegging for å starte med månedsmeny.

«Mandagsteamet bestemmer i full fart liksom en matplan fra mandag til torsdag, til og med torsdag, også blir det handlet inn det som trengs til det» (informant 8)

På en av institusjonene var det en tidligere matansvarlig som hadde utviklet en perm med menyer som gikk over et helt år. I permen var det 12 skilleark for hver måned, og etter hvert skilleark lå det oppskrifter til middagsrettene som sto på menyen. I løpet av en uke hadde de en vegetardag, to fiskedager og en suppedag. Menyene i permen ble brukt som et utgangspunkt og hvis det var ønskelig, kunne man gjøre endringer.

Samtlige uttrykte at det var viktig med variasjon på menyene. Flere av informantene fortalte at de hadde faste fiskedager. Enkelte hadde i tillegg en fast vegetardag. Det var to informanter som uttrykte at det til tider kunne være utfordrende å opprettholde de fastsatte dagene. I helgene ble det som regel satt opp «typisk helgemat», som for eksempel pizza, lasagne,

hamburger eller taco. Det var en informant som uttrykte at det man så på som typisk helgemat kunne også bli servert i hverdagen, så lenge det var med måte.

«Vi tenker det er viktig at de får mat de liker, og som er god og sunn som mulig. Så om det er på en onsdag eller en søndag, det er nødvendigvis ikke så viktig (...). Så de kan få sånn som vi kaller typisk helgemat i en hverdag også, så lenge det er med måte» (informant 11)

Det var en informant som påpekte at menyen hadde flere hensikter. I tillegg til at menyen ga en oversikt over hva man skulle spise i løpet av en uke, ga den i tillegg en forutsigbarhet blant ungdommene.

«(...) samtidig som noen av disse barna har også behov for den forutsigbarheten. Det å vite hva som er til mat, at jo mer forutsigbart hverdagen er, jo bedre er det» (informant 9)

4.2.4 Handling

Flere av informantene fortalte at de hadde enten en eller to faste handledager i uken, med mulighet til å supplere de andre dagene hvis det skulle være behov for det. Samtlige dro fysisk til butikken for å handle, men det var enkelte som fortalte at de bestilte varer fra butikken en gang i uken. En av informantene uttrykte at til tross for at de bestilte varer dro de ofte på butikken for å supplere. Videre fortalte informanten at det av og til hadde vært bedre å handle maten selv i stedet for å bestille, da de til tider ikke fikk den typen de ønsket.

«(...) sender vi inn lista på tirsdag kveld også får vi maten på torsdager. Men noen ganger så tenker jeg at det kunne vært bedre å handle maten selv fordi det er ikke alltid de plukker det vi vil ha, hvis vi sier hjemmelaget jordbærsyltetøy da så er det kanskje en spesiell type som en av de beboerne liker, også får vi feil (...). Noen ganger så er det litt mer hodebry enn hva det kunne ha vært hvis vi gikk og handlet det selv på en måte» (informant 6)

Blant de som handlet en gang i uken var det som regel storhandel. De som hadde to faste handledager, handlet som regel i starten av uken og rett før helg. Det var en informant som påpekte at Covid-19 situasjonen hadde lært dem til å planlegge godt, da de ikke kunne dra til butikken like ofte. Videre uttrykte to informanter at det av og til var vanskelig å planlegge, da ønskene blant ungdommene kunne variere.

«(...) også basisvarer, og det også er ikke så lett å handle inn alltid. Det er jo mye folk, mye mat som går og det å handle inn nok av melk og juice og brød og pålegg og frukt og grønt og ... så av og til blir det handlet inn ganske mye og det er noen ganger man må kaste ting. Og det blir handlet så lite at man må liksom enten gå tom eller at man supplerer med ting. Så det er også litt vanskelig å planlegge hva som er vanlig forbruk da» (informant 10)

«(...)Men så flytter det ungdommer inn også flytter det ungdommer ut også må man liksom justere () og da tar det litt tid før man finner liksom det perfekte nivået da (...). Og nå har ungdommene plutselig begynt å spise masse brød enn det de gjorde før ikke sant, og da har vi plutselig bestilt for lite brød så da må vi på butikken og kjøpe» (informant 6)

4.2.5 Matlaging

Mange av informantene fortalte at de ansatte hadde et felles ansvar for å lage mat på institusjonen. Det var enkelte som uttrykte at det var en variasjon når det gjaldt ansattes ferdigheter og interesse innenfor matlaging.

«Noen er jo flinkere og liker det bedre en andre, og noen synes det er forferdelig og andre synes det, men de aller fleste som jobber her nå synes det er helt greit å lage mat (...)» (informant 12)

«Jeg har noen kollegaer som er veldig glad i å lage mat, og da tar jeg heller og vasker enn å lage mat (...). Jeg kan lage mat, men jeg er ikke så glad i å lage mat» (informant 4)

Fra intervjuet med informant 12 kom det frem at ungdommene foretrakk enkelte ansattes matlaging framfor andre. Informanten påpekte at det kunne være på grunn av at ungdommene hadde ulike smakspreferanser. Videre fortalte informanten at for å kunne tilby mat som ungdommene likte, tok vedkommende kontakt med mødrene for å få hjelp til å lage mat. Ved å ha en del samarbeid med mødre vil man kunne få enkelte til å spise mer mat.

4.3 Måltidene og mattilbudet på barnevernsinstitusjonene

4.3.1 Frokost

Frokost ble servert på alle institusjonene. Flere av informantene fortalte at det ble dekket på til frokost hver morgen av enten nattvakten eller dagvaktene, men flere opplevde at det kunne variere om ungdommene tok del i måltidet eller ikke. Flere av informantene fortalte at de var

til stede på kjøkkenet slik at de kunne holde ungdommene med selskap når de kom for å spise frokost. Informant 6 fortalte at selv om ungdommene ikke kom for å spise frokost, satt de ansatte seg ned og spiste uansett. På den måten hadde ungdommene et fast tidspunkt å komme til. Flere av informantene fortalte at begrenset tid om morgningene var en faktor som førte til at ungdommene ikke spiste frokost. Informant 2 opplevde at enkelte av ungdommene kunne bruke et par timer på badet, for så måtte skynde seg til bussen. I tillegg var det enkelte av informantene som opplevde at ungdommene ønsket å ligge lengst mulig i sengen før de måtte opp.

«Vi har prøvd å sette på bordet og liksom prøve å få dem til å komme og sånn, men dem ligger jo så lenge dem kan på morgenen. Så når dem kommer så er det liksom bare rå kjapt innom badet også ut liksom. Man har ikke tid til å tenke på noe, dem vil ikke ha frokost. Dem vil ikke sette av tid til frokost» (informant 8)

Samtlige av informantene fortalte at det stort sett ble servert brødmat med ulike varianter av pålegg til frokost. To av informantene fortalte at de tidligere hadde dekket på med alle påleggene på bordet, men valgte å slutte med det da pålegget ble stående ute i par timer fordi ungdommene sto opp til ulike tider. Flere av informantene fortalte at det i stor grad gikk i ost og ulike kjøttpålegg. Andre pålegg som fiskepålegg, tubepålegg og syltetøy ble også nevnt av ulike informanter.

Knekkebrød og yoghurt var også en del av mattilbudet hos flere av institusjonene. Enkelte av informantene serverte også smoothie til ungdommene. Smoothie ble ansett som et fint alternativ for de som hadde vanskeligheter med å få i seg mat. Det var i tillegg en informant som nevnte at ungdommene hadde muligheten til å spise middagsrester til frokost, hvis de ønsket det. Andre frokostretter som ble nevnt i intervjuene var havregrøt, frukt, eggerøre, rundstykker, semulegrøt og frokostblanding. Det var en informant som fortalte at de lagde frokostblandingen selv, hvor de brukte hasselnøtter, valnøtter, mandler og blandet det inn med brunt sukrin, for så å steke det i ovnen med litt kajennepepper og spisskummen.

På de ulike institusjonene ble det servert melk, juice og vann som drikke til frokost. Det var en informant som nevnte at de i tillegg tilbyr biola. I flere av intervjuene kom det frem at ungdommene foretrakk å drikke juice til frokost. Samtlige opplevde at det tider kunne gå veldig mye juice.

«Også drikker vi egentlig ganske mye juice, men det er også melk og vann ofte. Jeg pleier å sette frem vann og melk også får de hente seg juice hvis de vil ha selv. Prøver å legge opp til at man ikke må drikke juice hele tida» (informant 6)

4.3.2 Lunsj

Ungdommene som ikke hadde skole eller et dagtilbud fikk servert lunsj på institusjonen. Enkelte opplevde at ungdommene sov over frokosten, og dermed ble lunsj deres første måltid. Flere av informantene fortalte at organiseringen av lunsjen var ganske lik frokosten. To av informantene fortalte at de enkelte ganger valgte å organisere lunsjen som en buffet. På den måten kunne ungdommene forsyne seg av det de selv ønsket.

Samtlige av informantene fortalte at lunsjtilbudet stort sett var det samme som frokosttilbudet. Ungdommene hadde i tillegg mulighet til å spise middagsrester til lunsj, hvis de heller foretrakk det. Omelett, salat og kokt egg ble også nevnt. Informant 7 hadde i det siste stekt rundstykker til lunsj for å vekke appetitten til ungdommene med lukten av nybakt på institusjonen. Informant 13 fortalte at ungdommene hadde fått pannekaker servert til lunsj, og opplevde at hvis det ble servert noe utenom det vanlige, så var det større sannsynlighet for at flere møtte opp og spiste lunsj.

Ungdommene som skulle på skolen eller et dagtilbud fikk som oftest med seg matpakke. Det varierte om ungdommene lagde matpakken selv eller om de ansatte lagde en for dem. Til tross for at ungdommene hadde full kapasitet til å lage matpakke selv, fortalte to av informantene at de valgte å lage matpakke til ungdommene, da det var mye omsorg i det. Den ene informanten fortalte at det var en måte å vise at de brydde seg om ungdommene. Det var enkelte som opplevde at det kunne være utfordrende å få ungdommene til å ta med seg matpakkene. Ungdommene hadde da muligheten til å kjøpe seg lunsj med lommepengene sine hvis de skulle bli sultne. Det var en informant som påpekte at det ikke alltid var enkelt å være sikker på om ungdommene hadde spist lunsj eller ikke.

Ungdommene får som oftest med seg brødsiver med pålegg i matpakken. Yoghurt, smoothie, frukt/fruktsalat, salat og middagsrester ble også nevnt som lunsjalternativer. Det var kun to av

informantene som nevnte at ungdommene fikk med seg vann som drikke. Det var en informant som nevnte at de sendte nudler og barer som matpakke til en ungdom.

«Litt forskjellig hva vi sender med som matpakke, og fordi at det er jo en som blant annet vil ha med seg nudler for eksempel, og det er jo ikke så næringsrikt. Men vi har på en måte valgt å gi hun litt i det siste bare for at da får hun i seg noe. Også får hun i tillegg med seg noen sånne barer og sånn, det er liksom for å få i dem noe. Bedre å få i seg noe enn å ikke spise i det hele tatt» (informant 8)

4.3.3 Middag

De fleste av informantene uttrykte at middagen var det som var mest organisert, og det måltidet flere av ungdommene deltok på. Det var en informant som fortalte at middagsmåltidet var det måltidet som ansatte brukte mest energi og arbeid på.

Samtlige av informantene fortalte at middagen stort sett var laget fra bunnen av, men flere uttrykte at det innimellom kunne bli benyttet halv- og helfabrikater. Enkelte ganger kunne supper eller sauser bli lagd fra bunnen av, mens andre ganger kunne det bli benyttet poser eller ferdigglass. Det var enkelte informanter som opplevde at ikke alle ungdommene var vandt med hjemmelaget mat, og av den grunn kunne det innimellom bli benyttet halvfabrikater.

«Også er det jo hva de er vandt med, og det er ikke alltid de er vandt med den maten vi serverer. For vi prøver å lage det fra bunnen av, så tomatsuppe fra bunnen av smaker jo ikke det samme som tomatsuppe, Toro tomatsuppe ikke sant. Og da tenker de åh, tomatsuppe, drit godt, også kommer tomatsuppa også bare sånn, det her smake annerledes, det her var ikke noe godt» (informant 6)

Eksempler på middagsretter som blir lagd fra bunnen av var kjøttkaker, hamburger, lasagne og forskjellige kyllinggryter. Fiskegrateng var også en av rettene som enkelte av informantene ofte lagde fra bunnen av. Det var en informant som påpekte at de ikke alltid hadde tid til å lage hjemmelaget fiskegrateng, og av den grunn kunne de ende opp med å kjøpe fiskegrateng i ferdige former. Andre halv- eller helfabrikater som blir nevnt i tillegg til poser og ferdigglass er fiskepinner, frossen pizza og ferdig pizzabunn.

I intervjuene kom det frem at ungdommene hadde muligheten til å spise middagsrester, kjøpe seg mat eller lage seg noe annet hvis de ikke ønsket middagen som ble servert.

«Liker de ikke maten så må de bare spise brødkiver isteden ... prøver i hvert fall å ha en regel på, men da også kan de jo kjøpe seg mat fra egen, altså gå og kjøpe seg noe for egne lommepenger. Så det skjer jo det og» (informant 10)

«Hvis de ikke har lyst på den middagen som vi har lagd så oppfordrer vi de til å lage noe annet for læringen sin skyld da (...). Det er ikke ukjent at de lager seg måltider som de heller har lyst på. Hvor avansert matlagingen er, er også veldig variert, kommer jo veldig an på hvem det er» (informant 13)

4.3.3.1 Maten som ikke skapte mye begeistring rundt middagsbordet: fisk og grønnsaker

Samtlige av informantene fortalte at det ble servert fisk en til to ganger i uken. Det var en informant som fortalte at det ble servert fisk to ganger i måneden. Flere av informantene ga uttrykk for at ungdommene ikke var spesielt begeistret over fiskemåltidene. En av informantene fortalte at de dagene ungdommene valgte å lage seg noe annet til middag, var som regel de dagene det ble servert fisk. Informant 4 opplevde at ungdommene kunne bli sittende lenger de gangene det ble servert fisk til middag. Til tross for at ungdommene satt lenger, påpekte informanten at det ikke nødvendigvis førte til at de spiste mer av maten. Informant 8 fortalte at de dagene det ble servert fisk på institusjonen, var de dagene det var minst sjanse for at ungdommene kom til middag. Enkelte av informantene var klare på at man burde finne spennende fiskeretter som faller mer i smak hos ungdommene. Informant 2 fortalte at fiskeretter som fisketaco, laks med pasta og laksewraps falt mer i smak enn kokt torsk med kokte poteter og grønnsaker. I tillegg fortalte informant 8 at ungdommene ikke var spesielt glad i ren fisk, og av den grunn hadde de begynt å servere fiskekaker.

«Vi bruker å ha en del mat til overs egentlig. Vi lager egentlig riktig mengde for de som er til stede, men skjer ofte at det ikke blir spist opp det vi har, spesielt når vi har fisk» (informant 4)

«Det er en del som sier at de ikke liker fisk, at de ikke spiser fisk, de er ikke vant med å spise fisk» (informant 7)

Grønnsaker falt ikke alltid i smak blant ungdommen. Samtlige av informantene fortalte at de serverte grønnsaker til stort sett alle middagsmåltidene. Grønnsakene kunne være enten kokt, stekt eller servert i form av en salat. To av informantene fortalte at de valgte å dele salaten i ulike skåler slik at ungdommene selv kunne velge hva de ønsket av grønnsaker. Det kommer frem i intervjuene at grønnsaker ikke var favoritten blant ungdommene. For å gjøre salaten mer attraktivt for ungdommene fortalte informant 3 at de benyttet seg av ulike grønnsaker og prøvde å kutte de opp i ulike fasonger. Det var enkelte informanter som uttrykte at de kunne ha vært flinkere til å ha mer grønnsaker. To av informantene opplevde at mengde grønnsaker som ble tilberedt til middag varierte fra ansatt til ansatt.

«For noen kan det være at hvis jeg har poteter og gulrøtter så har jeg ivaretatt grønnsakene, mens andre vil tenke at ja, men det er for lite» (informant 9)

4.3.4 Kveldsmat

Flere av informantene har gitt uttrykk for at organiseringen av kveldsmåltidet kunne variere, og enkelte opplevde at det kunne skli litt ut. Noen ganger kunne personalet organisere et felles måltid, mens andre ganger kunne ungdommene lage kveldsmat selv. En av informantene fortalte at flere av ungdommene på institusjonen trivdes best med å organisere kveldsmåltidene selv, da de ikke var spesielt glad i felles måltider. Informant 13 fortalte at de ikke har en fast rutine i forhold til kveldsmåltidene. Ungdommene kunne velge selv om de ønsket å spise eller ikke. Informanten fortalte videre at ansatte var tilgjengelig for dem når de kom for å spise, og satt ofte med ungdommene for å holde dem med selskap. To av informantene fortalte at de pleide å gjøre litt mer ut av kveldsmåltidene på onsdagene, da det ble servert suppe til middag. Informant 10 uttrykte at det kunne være vanskelig å vite hvor mye tid man skulle bruke på kveldsmåltidet.

«Også er det noen som bare sånn ja, men skal vi gjøre det hvis ingen kommer ned til kvelds. Skal vi liksom gjøre masse, bruke masse tid på det også kommer ingen ned» (informant 10)

De fleste av informantene fortalte at det som oftest ble servert brød og pålegg til kveldsmåltidene. Informant 5 opplevde at et brødmåltid ikke var det mest tiltrekkelige for ungdommene. Informanten fortalte videre at ungdommene var villig til å sitte lenger og prate hvis personalet hadde gjort noe mer ut av kveldsmåltidet, som for eksempel hvis de hadde lagd eggerøre. En annen informant hadde bakt brød til kveldsmåltidet og opplevde at

ungdommene syntes det var godt. Andre retter som ble nevnt var lapper, middagsrester, omelett, pastasalat, smoothie, nudler, ostesmørbrød, pannekaker og rundstykker.

4.3.5 Mellommåltid

Samtlige av informantene fortalte at ungdommene hadde fri tilgang til det meste av matvarene på kjøkkenet, og hadde dermed muligheten til å lage seg mat mellom de fastsatte måltidene. Eksempler på matvarer som var tilgjengelig for ungdommene var brød, knekkebrød, yoghurt, ulike pålegg, egg, frokostblanding og grønnsaker. Drikkevarer som melk, juice, biola og saft ble også nevnt. Ungdommene hadde i tillegg alltid tilgang på frukt. Enkelte informanter fortalte at de av og til kuttet opp frukten og serverte det til ungdommene. To av informantene fortalte at de serverte oppskåret frukt når ungdommene kom hjem fra skolen. Informant 6 opplevde at ungdommene spiste mer frukt når det ble kuttet opp enn når det lå på fruktfatet. En annen informant opplevde at ungdommene fikk i seg lite frukt. Informanten fortalte videre at de tidligere fokuserte på å skjære opp frukt og grønt som de kunne servere til ungdommene, men at det har sklidd litt ut.

«(...) litt fokus på at vi skulle skjære opp mer frukt og grønt og sette det frem, men det er sånn typisk ting som sklir litt ut ... så prøver man i en periode, også glemmer man det litt eller så får man ikke tid til det eller så blir det ikke spist også slutter man med det (...). Det tar jo egentlig ikke lang tid, men så blir det liksom bare sånn ja, det detter litt bort. Så det er vanskelig å holde på noen av de vanene» (informant 10)

4.3.6 Helg

Flere av informantene ga uttrykk for at måltidene i helgen var senere enn i hverdagen. Hvilke tider de ulike måltidene ble servert kom ikke tydelig frem i intervjuene. Enkelte av informantene fortalte at middagen ble som regel servert mellom 17:00-19:00 i helgene. I tillegg uttrykte enkelte av informantene at de gjorde mer ut av måltidene i helgene. Som nevnt tidligere ble det som oftest servert typisk helgemat til middag. To av informantene fortalte at de enkelte ganger kunne velge å sette opp mat som var mer tidskrevende å lage, i helgene.

«Middag i helg er ofte litt mer sånn, kanskje mer omfattende mat som tar litt lengre tid. At man spiser litt senere, kanskje gjør litt mer ut av det, kanskje har en dessert. Sist jeg jobbet helg, da hadde vi, lagde vi litt sånn midtøstenaften fordi det er flere her som kommer fra

andre land, og noen er veldig glad i Midtøsten mat. Så da liksom brukte vi hele dagen på å lage mat, og det liksom lukta godt i huset (...). Da kan liksom tre voksne stå på kjøkkenet en hel dag, for da blir det nesten aktiviteten på dagen» (informant 10)

Det varierte om institusjonene valgte å kjøpe inn både godteri og snacks eller om de kun kjøpte inn snacks som de kunne servere til ungdommene. Blant de informantene som fortalte at de kun kjøpte inn snacks, var det enkelte som fortalte at ungdommene fikk penger som de kunne bruke på å kjøpe seg godteri. Samtlige av informantene fortalte at ungdommene hadde mulighet til å kjøpe seg godteri og snacks med egne lommepenger. Dette var da i tillegg til det som ble kjøpt inn av personalet på institusjonen. Enkelte fortalte at de i tillegg brukte å bake til ungdommene. Det varierte om enkelte valgte å bake på fredag eller lørdag. Videre fortalte samtlige av informantene at de serverte brus til middag. Enkelte institusjoner serverte brus kun på lørdager, mens andre valgte å servere brus både fredag og lørdag. Samtlige av informantene fortalte at snacks, godteri og brus som var til overs, og som var kjøpt til felles, ble låst inn. Det ungdommene hadde kjøpt inn selv ble ikke låst inn, da det var kjøpt med deres egne penger.

«De kan kjøpe lørdagsgodt for 50 kroner hver på fredager som vi handler for dem. Så de kommer med ønsker for hva de har lyst til å ha i helga også kjøper vi inn det for de 50 kronene. Har de lyst på noe mer så må de dekke resten selv» (informant 13)

4.3.7 Spesielle behov og preferanser

Spesielle behov tar for seg religiøse preferanser med hovedfokus på halal-kjøtt, allergier, intoleranser og ungdommene som er vegetarianere eller veganere. Ifølge alle informantene ble spesielle behov tatt hensyn til og tilrettelagt for. Flere av informantene fortalte at de som regel prøvde å lage en felles rett ved å lage en felles base, for så å supplere med ulike tilbehør ved siden av. På den måten kunne ungdommene tilsette det de selv ønsket, og dermed ville ungdommenes behov og preferanser bli dekket.

«Vi prøver ikke å lage to forskjellige retter, men som sagt da, av og til så må vi jo legge ting i forskjellige skåler da. Så kan de forsyne seg av det de vil da, også kan de la være med de andre» (informant 7)

«For at det skal være mat som er tilgjengelig for han som er vegetarianer så tar vi kyllingen ved siden av sånn at de som vil ha kylling, de legger kylling i suppa. Sånn at vi ikke lager masse forskjellige retter» (informant 11)

Hvis det ikke var mulig å lage en felles base, ble det lagd to forskjellige retter. Det var en informant som fortalte at i perioder kunne det hende at de lagde en rett med tre ulike tilnærminger slik at alle spesielle behov ble tatt hensyn til.

Når det gjaldt tilrettelegging for vegetarianere og veganere, var det en informant som fortalte at i en periode ble det innimellom glemt å tilberede vegansk rett for en ungdom til middag, da ungdommen var ny på institusjonen. Informanten fortalte videre at det var noe de jobbet med, og at det til slutt ble satt opp egen vegansk ukemeny ved siden av den vanlige. På den måten visste ansatte til enhver tid hva de skulle lage. Samme informant fortalte at de søkte mye opp på nettet for å finne ut hvordan de kunne dekke proteininntaket, da det kunne være en utfordring blant veganere. En annen informant påpekte at husholdningen ble veldig dyr den perioden de hadde en veganer på institusjonen. Informanten følte at de strakk seg langt for at de kunne tilrettelegge maten etter ungdommens behov. Enkelte fortalte at de prøvde å involvere ungdommene som var vegetarianere eller veganer til å komme med innspill til hva de kunne spise til middag.

«Hvis det er selvvalgt at man er vegetarianer, så har vi jo tilpasset, men av og til har vi prøvd å gi de litt ansvar selv. Hvis det er en sånn fase at ja nå skal jeg ikke ha kjøtt også oja, men hva har du tenkt å spise i dag da når vi skal ha den retten, hvordan kan vi tilpasse. At vi liksom prøver å legge litt ansvar på dem og når det er en selvvalgt ting» (informant 10)

Enkelte fortalte at de sjeldent eller aldri spiste svin på institusjonen, da flere i beboergruppen spiste halal-kjøtt. For at mattilbudet skulle være likt for de som spiste halal-kjøtt, kom det frem i enkelte av intervjuene at informantene prøvde å finne noe tilsvarende som de muslimske ungdommene kunne spise, som for eksempel kalkunbacon. En av informantene fortalte at de prøvde å sette opp retter på menyen som alle kunne spise slik at de som spiste halal-kjøtt ikke ble sett annerledes på. For å unngå å lage to forskjellige retter var det en annen informant som fortalte at de fryste ned måltider med halal-kjøtt.

«Også legger vi alltid til rette for at hun har halal. For eksempel så har vi kanskje laget en halal lasagne da for lenge siden, også har vi liksom delt den opp og fryst den ned i porsjoner, så vi liksom tar opp en til hun når vi har det» (informant 6)

4.3.8 Spesielle anledninger

Samtlige av informantene fortalte at på bursdager får bursdagsbarnet lov til å bestemme hva de selv ønsket seg til middag. Enkelte informanter fortalte at ungdommene fikk i tillegg servert kake eller is. Det var en informant som fortalte at de serverte bursdagsfrokost til de som ønsket det, hvor bursdagsbarnet kunne velge hva som skulle bli servert. I tillegg fikk bursdagsbarnet noe søtt ved siden av, som for eksempel croissant eller doughnut. Enkelte informanter fortalte at ungdommene fikk også muligheten til å dra ut og spise hvis de ønsket det.

Flere av informantene fortalte at til helligdager så prøvde de å servere tradisjonsrike retter. Til tross for at de ønsket å servere tradisjonsrike retter, var det enkelte som ga uttrykk for at de tilpasset måltidene etter ungdommenes behov. Informant 11 og 13 fortalte at de kunne ende opp med å lage flere forskjellige retter slik at både ungdommenes, men også ansattes behov og ønsker ble tilrettelagt.

«Hvis ungdommene ikke har lyst til å spise pinnekjøtt for eksempel så vil vi jo prøve å tilpasse oss det de har lyst på som en gruppe da. Eventuelt så lager vi flere typer retter sånn at alle sine ønsker eller behov dekkes. (...). Når det gjelder helligdager så skal den ansatte også få lov til å lage det de er vandt til å spise, for eksempel på julaften da (...). Ja, blir egentlig bare å tilpasse seg, eventuelt lage flere mindre retter da» (informant 13)

I tillegg til de norske helligdagene, fortalte enkelte informanter at de også feiret id. Det ble da servert mat som ungdommene ønsket. En annen spesiell anledning som ble nevnt av enkelte informanter var avslutningsmiddag for ungdommene som skulle flytte ut fra institusjonen. Da fikk også ungdommene muligheten til å velge hva som skulle serveres til middag.

4.4 Holdninger og kompetanse blant ansatte

De aller fleste av informantene opplevde at holdningene til sunn mat blant ansatte var positive, og enkelte følte at holdningene til de ansatte var samkjørt med informantenes egne

holdninger. Likevel var det enkelte som opplevde at holdningene og kompetansen til sunn mat varierte fra en ansatt til en annen. Det var en informant som følte at det var manglende kunnskap om hva som var sunt blant flere av ansatte på institusjonen. Det var i tillegg variasjon i matlagingsferdighetene blant ansatte. To av informantene opplevde at måltidene ble satt opp forskjellig ut fra hvem som var på jobb og hvilke holdninger de hadde til sunn mat.

«For eksempel hvis det står fish and chips på menyen, som da er en fiskerett, en hverdagsrett som kanskje ikke blir det sunneste, men det er hvert fall fisk. Da tenker jeg liksom ja, men da må vi finne noe et eller annet ved siden av. Skal vi ha erter? Skal vi ha bakte rotgrønnsaker? Skal vi ha en salat? Mens en annen som ser på fish and chips lager fisk og pommes frites, og da er det et fullverdig måltid (...). Men det er ikke alle som har den innebygd, at selvfølgelig skal en del av tallerkenen være grønt» (informant 10)

«Det kan jo være at noen som lager mat er mer opptatt av å ha kanskje to tredeler med grønnsaker, mens andre ikke har den helt under huden. Så man er jo litt avhengig av hvem er det som lager mat i forhold til hvordan tallerkenen er fordelt da. Intensjonen er å følge helserådene i forhold til hvordan en mattallerken skal være og hvordan ukemenyen skal se ut. Det er ønske om intensjon, også er det ikke sånn at det alltid er sånn det er i virkeligheten» (informant 9)

Videre fortalte to av informantene at de tidligere hadde opplevd at enkelte ansatte hadde tatt med private holdninger, som for eksempel ulike dietter, inn på institusjonen. Begge informantene ga inntrykk for at slike holdninger kunne ha en innvirkning på ungdommene.

«Vi har servert mat også er det noen som har sagt at det her kan jeg ikke spise, fordi at jeg følger den dietten og type sånt. Men det, vi prøver jo i stor grad til å ikke si sånne ting tenker jeg (...). Man kommenterer gjerne ikke så mye hva som kan være lurt å spise og ikke spise fordi man er så redd for å sette noen i bås» (informant 5)

«Også har vi hatt en del ansatte opp gjennom årene her. Vi har hatt noen som har gått på lavkarbo, som også blir litt problematisk. Altså man må liksom gjøre det litt diskre ovenfor ungdommene» (informant 10)

Samtlige av informantene fortalte at deres kompetanse innenfor mat og måltider var selvlært. Flere av informantene ga uttrykk for at de hadde gode basiskunnskaper. Videre uttrykte flere av informantene at kompetansen de hadde var nok til å tilrettelegge for et sunt kosthold. Likevel var det enkelte som uttrykte at det hadde vært fint å lære mer om kosthold og ernæring for å heve kompetansen de allerede hadde. En informant uttrykte at det ikke var nødvendig med noe mer utdanning enn det vedkommende hadde for å tilrettelegge for et godt kosthold på institusjonen.

«Hvis jeg skal sitte og snakke om hva som er sunt og ikke sunt så har jeg jo sånn grunnleggende kompetanse, men jeg har ikke veldig mye kompetanse om ... jeg kan liksom vanlig husmannskost, for jeg har liksom vokst opp med det, som retter med poteter, gulrot og kjøttboller for eksempel» (Informant 6)

«På institusjonen så skal det hvert fall ikke være nødvendig med noe mer ... det skal hvert fall ikke være nødvendig med noe mer utdanning for å tilrettelegge for et godt kosthold. Selvfølgelig kan en ernæringsfysiolog sette opp et mer komplett kosthold eller lignende, men på et sånt generelt grunnlag (...). Så tenker jeg at det ikke er nødvendig» (informant 13)

Det var en av informantene som opplevde at det var synd at de ikke hadde en retningslinje å forholde seg til. Informanten refererte til nasjonal handlingsplan og påpekte at det sto at man skulle prioritere kunnskap hos ansatte i barnevernsinstitusjoner, men opplevde at det ikke ble prioritert. Det ble i tillegg gitt et inntrykk av enkelte som ønsket at man pratet mer om sunt kosthold.

4.4.1 Ansattes forståelse av mattilbudets betydning for ungdommenes helse og trivsel

Alle informantene uttrykte at mattilbudet hadde en betydning for ungdommenes helse og trivsel. Flere av informantene uttrykte at mattilbudet var spesielt viktig for trivsel. Informant 1 fortalte at riktig kosthold kunne bidra til å holde blodsukkeret til ungdommene stabilt utover dagen. Informanten fortalte videre at ungdommene ble mer rolig og fornøyde når de fikk servert et ordentlig, sunt måltid. Informant 9 påpekte at eksponering av god mat som er godt tilberedt vil kunne ha en innvirkning på ungdommenes matpreferanser. Informanten indikerte til at ungdommene vil ta sunnere matvalg som kunne bidra til god helse. Det var en informant som var usikker på hvilken betydning mattilbudet hadde å si for helsen.

«Når det gjelder helse så vet jeg ikke, jeg vet at folk kan overleve på det utroligste når det gjelder mat, og de får jo gjerne D-vitamin tilskudd og sånt hvis de mangler det. Så er litt usikker på hvor viktig det er for helsen» (informant 7)

Det var en informant som mente at mattilbudet var noe av det viktigste for ungdommenes hele og trivsel, men uttrykte at det var problematisk å få ungdommene til å forstå det selv. Informanten fortalte videre at det ikke alltid var lett for ungdommene å forstå hvor viktig kostholdet var, og hvor mye det hadde å si for blant annet deres selvbilde, energinivå, døgnrytme og hvordan de generelt følte seg.

I intervjuene med informantene kom det frem at det ikke ble gitt strukturert informasjon om kosthold og ernæring på institusjonene. Det var en informant som fortalte at de ønsket at hverdagslivet til ungdommene skulle være mest mulig lik en vanlig familie. Av den grunn ønsket de ikke å gi ungdommene strukturert informasjon om kosthold og ernæring, da det fort kunne føles ut som undervisning.

«Det er ikke noe sånn systematisk informasjon om kosthold og ernæring, det er det ikke, men det har nok litt med at vi ønsker jo også at hverdagslivet deres skal være mest mulig likt det de har i en vanlig familie. Sånn at ikke vi ... ja, det kan fort bli sånn at de føler at vi driver og skal undervise de hele tiden. Så ... men at det blir flettet inn når det er helt naturlig å snakke om det» (informant 11)

Flere av informantene fortalte at informasjonen ungdommene fikk kom som regel opp i naturlige settinger, som ungdommene oftest initierer eller i situasjoner hvor det var aktuelt å snakke om kosthold og ernæring.

«Det blir mer den hverdagspraten, eller at det blir et tema når man sitter og snakker rundt bordet fordi at det kom opp. Det er ikke noe sånn at vi har en tanke rundt at liksom dette her er et tema vi ønsker å jobbe med og satt av tid for å diskutere, snakke om, lære mer om, sånn for eksempel som man hadde gjort hvis man hadde hatt en gruppe da» (informant 9)

«Hvis det er problematikk for den enkelte ungdommen, som gjelder kosthold, så er det selvfølgelig et tema som man tar opp i møter med ungdommen som er med

barnevernstjenesten og bufetat og lignende. Og andre samarbeidspartnere som BUP og skole og i ukesamtaler ... hvis det er et reelt problem rundt mat eller matvaner eller kosthold som skaper problemer for hverdagen» (informant 13)

Det var enkelte som opplevde at det kunne være utfordrende å snakke om kosthold og ernæring med ungdommene, da man ikke var i stand til å vite hvordan enkelte tok det til seg. Det var en informant som fortalte at ungdommene kunne oppleve praten om kosthold og ernæring som et mas. Dette kunne da føre til at ungdommene blokkerte de ansatte helt ut. En annen informant uttrykte at det var vanskelig å vite hva ungdommene allerede viste og hvor mye man skulle snakke om kosthold og ernæring. To av informantene fortalte at det å snakke om kosthold og ernæring kan oppleves som triggende for enkelte ungdommer.

«Det som er dumt på institusjon er at det plutselig blir det liksom et mas fordi vi snakker så mye om det. Også blokkerer de oss helt ut også kommer man ingen vei på en måte» (informant 6)

«Så hvis vi snakker om hva som er sunt kosthold for eksempel, da er det noen som på en måte sier hva, synes du jeg er feit? Ja, så kommer man den veien ikke sant» (informant 12)

«Vi er litt redd for at det skal bikke over (...). Du vil liksom ikke kritisere de da fordi de er jo veldig sårbare. Fordi jeg tenker jo sånn at hvis man driver og snakker om hva som er sunt og sånt, at de får et litt sånn feil inntrykk av hvorfor man snakker om det da, at det er liksom åh jeg er ikke bra nok fordi jeg spiser sånn og sånn eller hvis de sliter med overspisingsproblematikk så er det veldig sårt da» (informant 10).

4.4.2 Informantens holdninger rundt måltidsendring med fokus på sunn mat

Et tema som ble tatt opp i samtlige av intervjuene var hvordan kollegaene til informantene hadde reagert til en måltidsendring mot et sunnere kosthold. Flere av informantene uttrykte at de ansatte hadde vært positive til en slik endring. Det var en informant som påpekte at det hadde vært gledelig å kunne ha et sunnere kosthold på jobb for sin egen del. Det var enkelte som uttrykte at de endringene burde være i samsvar med den kompetanse de ansatte satt med, og at det ikke var utenfor deres komfortsone. To av informantene uttrykte at det burde være matretter som var enkel og forståelig, slik at de ansatte følte at de hadde nok kompetanse til å

lage maten. I tillegg påpekte en av informantene at det burde ta kort tid å lage matrettene, spesielt i ukedagene.

«Hvis man opplever at plutselig så må man gjøre mye mer enn det man er komfortabel med å gjøre så kan jo det i seg selv være sånn, oj sann hvordan skal jeg få til dette her og nå, jeg er jo ikke en kokk, jeg er miljøterapeut» (informant 9)

«Enkelt og forståelig, og at alle føler de har kompetanse til det. Og at det er på et ganske enkelt nivå fordi vi er jo forskjellige, og det er ikke alle som liker å lage mat, det er ikke alle som kan så godt å lage mat som jobber der. Vi har jo noen tilkallingsvikarer og for eksempel som kanskje ikke har noe særlig interesse for mat i det hele tatt ikke sant» (informant 6)

4.4.3 utfordringer rundt mat og måltider

I intervjuene fikk informantene spørsmål om hvilke utfordringer de opplevde rundt mat og måltider. Budsjett og nattmat var de mest nevnte utfordringene som kom frem i de ulike intervjuene. Andre utfordringer som å få med alle ungdommene til å delta på de ulike måltidene, tilpasning av ulike behov og preferanser, finne meny og oppskrifter, gi lik oppmerksomhet til alle og forholdet mellom de ulike ungdommene ble også nevnt som utfordringer.

For flere av informantene var budsjett en utfordring. Samtlige av informantene uttrykte at budsjettet var for stramt, og at det ofte ble overskredet. Enkelte fortalte at de hadde fått beskjed fra ledelsen om å passe på økonomien ved innkjøp av mat. En faktor som enkelte påpekte gjennom de ulike intervjuene var at ulike preferanser og behov blant ungdommene ville ha en innvirkning på budsjettet.

«Hvis det er et barn som har utfordringer med å få i seg næringsrik mat så har vi brukt penger på den type mat dette barnet spiser selv om det har kostet mye penger» (informant 9)

I tillegg opplevde flere av informantene at budsjettet begrenset dem litt på hva de kunne kjøpe inn. Enkelte uttrykte at de opplevde en begrensning når de ønsket å gjøre noe ekstra ut av måltidene.

«Økonomi for eksempel kan jo være litt begrensende på hva vi ønsker ... som vi har lyst til å servere, men som blir litt for dyrt da (...). Det er noen som synes det hadde vært litt artig og spennende å prøve både blåskjell og ... ja, men det blir jo fort for dyrt å gjøre for mye av sånne ting (...). Og biff og sånn, det er jo dyrt. Det er jo mer sunt med rent kjøtt enn med alt de der kjøttdeig og pølse og ...» (informant 8)

«Det er ført opp biff, også vet vi i butikken, tar vi den billigste så blir sjefen glad, men ungdommene er litt sure, men tar vi den beste så blir ungdommene glad og kanskje sjefen litt sur» (informant 5)

Likevel var det enkelte som uttrykte at de ikke lot budsjettet begrense dem.

«Jeg skulle ønske at budsjettet var noe høyere, men det betyr ikke at de får dårlig mat (...). Hvis vi ser at nå sprekker budsjettet fordi nå kjøpte jeg for mye grønt så lever jeg egentlig greit med det, da sier jeg bare at sånn må det bare være, også må vi vurdere å øke budsjett rammene. Vi lar ikke være å kjøpe frukt og grønt fordi at budsjettet er brukt opp» (informant 11)

«Jeg er veldig bevist når jeg handler, at du skal handle mest økonomisk du kan, men samtidig så går det helt fint å kjøpe det man trenger» (informant 1)

Nattmat kunne også oppleves som en utfordring på de ulike institusjonene. Samtlige av informantene har gitt inntrykk for at det å spise om natten ikke var uvanlig. Enkelte av informantene ga uttrykk for at ungdommene måtte lage seg noe lett hvis de ønsket å ta seg en matbit om natten. Fra de ulike intervjuene kom det opp ulike årsaker til at ungdommene valgte å spise på natten. Ungdommene kunne ha et problematisk forhold til mat, som da kunne føre til at de valgte å spise om natten. Det var i tillegg en tid på døgnet hvor andre ikke kunne se hva som ble spist og hvor mye man spiste. En annen årsak kunne være at ungdommene hadde snudd på døgnet og av den grunn blitt sulten om natten.

«Noen ganger kan det være kanskje mer sånn at man faktisk er sulten, og man har snudd litt døgnet og man trenger mat, mens andre kan kanskje spise på natten fordi at det er et av symptomene at man spiser en tid på døgnet hvor ikke andre ser at du kanskje overspiser da» (informant 9)

«Hvis noen har en dårlig dag da, at de kanskje ikke vil komme til kveldsmat når de andre spiser kveldsmat, også venter de til alle har gått og lagt seg for å sitte i fred da. Og det kan også typisk være da hvis de overspiser og sliter med å spise. Å ha en spiseforstyrrelse»
(informant 10)

Videre var det enkelte av informantene som fortalte at de jobbet for å unngå at ungdommene spiste om natten. Informant 10 fortalte at de utsatte kveldsmaten litt senere slik at ungdommene kunne legge seg mette, som videre kunne redusere sjansene for at de spiste om natten. Informant 12 fortalte at de tidligere hadde låst kjøkkenet, men da det kunne være en trigger for ungdommene valgte institusjonen å ikke lenger gjøre det.

«Det er ikke en ting som vi skal lage veldig stort nummer ut av nå på grunn av de utfordringene de har (...). Hvis vi stenger og låser av sånn som vi har gjort før så kan det trigge såpass mye at det er ikke vits, det er ikke der man har det. Man kan ikke ha et kjøleskap med hengelås for eksempel, uansett om man kanskje burde det så går ikke det an» (informant 12)

En utfordring som flere av informantene tok opp var å få med alle ungdommene til måltidene. Informant 9 påpekte at det kunne være vanskelig å vite hvorfor ungdommene ikke ønsket å delta på måltidene.

«Akkurat den der med at når ungene ikke kommer til måltidene, og du opplever det at de trekker seg fra dette felleskapet da som måltidene er, det synes jeg er vanskelig (...). Kan det handle om maten? Kan det handle om hvem som bor her? Kan det handle om det enkelte barnet? Den enkelte tiden akkurat nå» (informant 9)

Videre var det flere av informantene som opplevde at tilpasning av ulike behov og preferanser og ulike spiseforstyrrelser kunne være utfordrende. To av informantene påpekte blant annet at det kunne være en utfordring å tilpasse tallerkenen til de ulike spiseforstyrrelsene.

«De fleste av de som bor her spiser gjerne for mye eller har gjerne litt sånn følelsesstyrt forhold til mat, også har du noen få som er motsatt da og spiser for lite (...). Du skal prøve å ha sunn mat, men så har du liksom når det er de som sliter med å få i seg nok mat, da må du

kanskje legge opp litt den tanken om sunn mat og fokusere på å få inn nok kalorier, og da blir det litt sånn okei, skal den spise det også skal vi spise det. Du prøver å gjøre det diskre for du kan ikke liksom fortelle de hvorfor den skal en pizza til lunsj liksom» (informant 10)

«Det dem legger på tallerken og at vi må veilede også må vi passe på så ikke de andre ungdommene får med seg hvor mye dem spiser da» (informant 3)

Informant 6 følte at det å finne menyer og oppskrifter som ungdommene ville spise, uten at man gikk helt ned på deres ønsker, var utfordrende. Videre fortalte informant 6 at det i tillegg kunne være utfordrende å tilpasse matmengden.

«Vi prøver i hvert fall å ikke kaste så mye mat. Det er jo en balansegang mellom å lage nok mat og stå igjen med masse rester, for det er jo veldig varierende hvor mange som er til middag innimellom og om noen gidder å spise, hvor mye de spiser. Altså hvis du har laget noe du ikke vet om de liker da, så må du jo lage nok. Plutselig liker de det, men plutselig så står vi igjen med fem laksefileter ikke sant» (informant 6)

Det var en informant som uttrykte at det å passe på at alle ungdommene fikk lik oppmerksomhet var utfordrende.

«Det som jeg ser at vi må være litt på vakt på, det er jo at vi passer på at vi gir alle ungdommene lik oppmerksomhet (...). Det vi har opplevd er at noen ganger kan dem bli litt sjalu på hverandre. For eksempel hvis det er noen som ikke får like mye oppmerksomhet, da går jo den bort fra bordet da. Så det er noe med å være litt våken på å inkludere alle» (informant 8)

Informant 2 og informant 13 opplevde at det kunne være en utfordring hvis ungdommene ikke kom overens med hverandre.

«Utfordrende at dem på en måte ikke har noe til felles og at dem syns bare det blir litt sånn kleint og rart og sånt, også kan jo noen ganger bli utfordrende hvis dem kommer litt sånn for godt overens og på en måte fordi det er jo ungdommer som har noen problemer, som gjør at dem ikke nødvendigvis trenger å være hverandres beste støttespillere alltid heller» (informant 2)

«Det kan jo være utfordringer hvis ungdom ikke trives sammen. Da kan måltidene være utfordrende i og med at det blir en trykket stemning og det ikke er noe hyggelig måltider sånn generelt. Det kommer jo veldig an på hva slags beboergruppe man har på tidspunktet, hvem som bor sammen» (informant 13)

4.5 Medvirkning og deltagelse i mat-relaterte aktiviteter

Graden av involvering av ungdommene i organiseringen av mat og måltider varierte fra institusjon til institusjon. Ved planlegging av meny hadde ungdommene muligheten til å komme med innspill til hva de ønsket å ha til middag på husmøtene, og ønskene deres ble som regel tatt hensyn til. Til tross for at ungdommene hadde mulighet til å komme med innspill, var det flere av informantene som rapporterte at ungdommene ikke alltid var engasjerte til å komme med forslag. Enkelte satte opp en meny basert på innspillene de hadde fått fra ungdommene. Flere av informantene fortalte at ungdommene fikk muligheten til å velge hva de ønsket seg til middag i helgene. Andre rapporterte at de valgte å planlegge hele menyen sammen med ungdommene, hvor de på husmøtene drøftet frem til en meny. På den måten kunne de ansatte veilede ungdommene til å ta sunne matvalg. Det var likevel en informant som følte at det var mangel på tydelige retningslinjer, da menyen varierte avhengig av hvem som hadde vært på husmøtene. Vedkommende ga uttrykk for at ungdommene hadde stor påvirkningskraft på menyen, hvor informanten opplevde å se typisk helgemiddager gjennom hele uka.

«Det er ikke alltid de kommer med forslag (...). Hvis de ikke kommer med forslag så setter de voksne opp menyen» (informant 9)

«Også er det slik at fredag og lørdag står tomt, fordi vi har husmøte midt på tirsdagen, da kan ungdommene selv komme med forslag og velge fredag og lørdagsmiddagene» (informant 5)

«Har mye læring i det sosialt sett, å sitte sammen og komme med forslag og planlegge det alle skal spise for resten av uka» (informant 13)

De aller fleste av informantene hadde uttrykt at de handlet på dagen. Hvis ungdommene ikke var på skolen eller dagtilbud, hadde de fått muligheten til å delta på handlingen. Alle

informantene ga uttrykk for at ungdommene hadde tilbudet om å delta på handleturene. Det varierte om de ønsket å være med eller ikke. Det var en informant som fortalte at enkelte ganger kunne ungdommene oppleve handleturene som stressende og av den grunn valgte de å stå over. En annen informant nevnte at det var en ungdom som ønsket å være med på handleturen kun for kjøreturen og selskapet. Vedkommende ble igjen i bilen i stedet for å bli med inn i butikken.

«Men innimellom så syns de det er litt stress dag, fordi det er så mye vi skal handle, vi går jo med to svære handlekurver fulle omtrent, så de syns det er litt slitsomt å være med på den handlerunden (...）」 (informant 12)

Når det gjelder matlaging var det også varierende på deltagelse fra ungdommene. Enkelte av informantene påpekte at de prøvde å motivere ungdommene til å delta, men det var ikke alltid de ønsket å være med. To av informantene opplevde at ungdommene foretrakk å være med på matlagingen i helgene i forhold til ukedagene. Et par av informantene rapporterte at ungdommene kunne innimellom være med på å kutte opp diverse grønnsaker. Enkelte nevnte i tillegg at selv om ungdommene ikke fysisk var med på matlagingen kunne det hende at de satt ved kjøkkenet og observerte, noe som ifølge en informant kunne være et signal på at man søker etter felleskap. To av informantene påpekte at grunnen til at flere av ungdommene ikke ønsket å delta i matlagingen var fordi ungdommene ønsket å slappe av, da de hadde hektiske dager med skole og var slitne da de kom hjem. Det var en informant som fortalte at ungdommene på institusjonen hadde hver sin matlagingsdag hvor de fikk muligheten til å lage mat en gang i uken.

«De får tilbudet på det, men de mener at vi skal gjøre det» (informant 3)

Enkelte rapporterte at det var som regel de ansatte som dekket på bordet, men om ungdommene ønsket å bidra så fikk de muligheten til det. Alle informantene fortalte at de forventet at ungdommene skulle rydde vekk tallerkenen, koppen og bestikkene de hadde benyttet seg av under måltidet. Flere av informantene fortalte at de forventet at ungdommene skulle skylle det de hadde brukt og at det ble satt inn i oppvaskmaskinen. Da informantene fikk spørsmålet om det var et krav at ungdommene skulle rydde opp etter seg var det flere av informantene som fortalte at det ikke var det. Enkelte rapporterte at det å rydde opp etter seg var innarbeidet i rutinen deres, men enkelte ganger var man nødt til å minne ungdommene på

det. Det var en informant som påpekte at innimellom kunne ungdommene ha såpass dårlige dager at det ble dumt å stå og mase på dem. En annen informant fortalte at hvis det var tilfeller hvor de ikke ryddet etter seg kunne det være en bakenforliggende årsak, og dermed var det viktig å se hva det handlet om. I tillegg var det en annen informant som fortalte at ved tilfeller hvor ungdommene spiste på rommene sine så kunne det ofte hope seg opp med tallerkener og kopper på rommet. Dette førte til at man opplevde mangel på bestikk og tekopper/kaffekopper på kjøkkenet, da det lå på forskjellige rom. Videre fortalte informanten at ungdommene var flinke å rydde etter seg hvis de spiste på spisestua, men om maten blir tatt med til stuen eller til rommene ble det ofte stående.

«Vi dekker på bordet også tar ungdommen med sin egen tallerken, bestikk og kopp. Også forsøker vi å ha oppvaskmaskinen tom når måltidet begynner sånn at de kan rydde inn der. Noen gjør det helt automatisk, noen må minnes litt på det, noen setter det på benken, men det er veldig få som egentlig går fra bordet uten å ha tatt det med (...)» (informant 9)

For å motivere ungdommene til å delta på handling, matlaging, borddekking og opprydning etter et måltid, hadde enkelte institusjoner valgt å gi lommepenger som belønning. Det varierte hva institusjonene valgte å gi penger for. Enkelte ga uttrykk for at pengene ikke var nok til å motivere ungdommene. Det var en informant som fortalte at i stedet for å gi lommepenger, fikk ungdommene heller muligheten til å påvirke handlekurven under handleturen, og informanten så på det som en form for belønning. En annen informant fortalte at de hadde vurdert å gi ungdommene lommepenger for å oppmuntre dem, men at de ikke ønsket å gjennomføre det, da de syntes det var trist at det skulle bli enda en betalt jobb i tillegg til andre ukesoppgaver. De foretrakk heller at ungdommene skulle bli med på handlingen og matlagingen fordi de var interessert og hadde lyst. Videre var det en annen informant som fortalte at de ikke ønsket å knytte lommepenger til mat. Det var fordi enkelte kunne ha et problematisk forhold til mat. I tillegg ønsket de ikke å knytte lommepenger opp mot matlaging, da det kunne gå utover mestringsfølelsen.

«At dem kan tjene seg ekstra ukelønn da ved å på en måte rydde opp etter middagen, ved å sette på oppvaskmaskinen og rydde opp alt eller ved å hjelpe til med å lage maten for eksempel» (informant 2)

5.0 Diskusjon

Dette kapitlet er delt inn i to deler. Første del går ut på å diskutere metodologien som har blitt benyttet i studien. I andre del skal masterstudenten diskutere funnene som ble presentert i resultatkapitlet i lys av forskningsspørsmålene og relevant litteratur.

5.1 Metodediskusjon

I dette kapitlet skal det redegjøres for kvaliteten av data og tolkninger som legger grunnlag for denne studien. I litteratur om kvalitative metoder blir det benyttet ulike begreper for å drøfte studiens kvalitet. Her skal begrepene reliabilitet, validitet og overførbarhet benyttes, som beskrevet av Thagaard (2018).

5.1.1 Reliabilitet

Reliabilitet går ut på forskningens pålitelighet, og er knyttet til hvordan forskeren redegjør for utviklingen av data i forskningsprosessen (Thagaard, 2018, s. 181). En konkret og detaljert beskrivelse av forskningsprosessen og forskerens forståelse vil kunne øke troverdigheten på studien. Redegjørelsen bør være transparent. Det vil si at fremgangsmåten er beskrevet på en slik måte at en utenforstående kan vurdere hvert trinn i forskningsprosessen (Thagaard, 2018). I metodekapitlet var det redegjort for masterstudentens forforståelse og en detaljert beskrivelse av forskningsprosessen. På den andre siden var det faktorer som kunne ha hatt innflytelse på masterstudien resultater, og disse blir belyst her.

Et viktig aspekt å drøfte er hvordan Covid-19 har hatt en innvirkning på forskningsprosessen i denne studien. På grunn av de ulike restriksjonene har det ikke vært mulig å møte informantene for å gjennomføre intervjuene. Intervjuene ble derfor foretatt på Teams. I kvalitative metoder understrekes viktigheten av å etablere god kontakt med informantene (Thagaard, 2018, s. 99). Man kan dermed stille seg spørsmålet om hvordan bruk av en digital plattform, som Teams kan ha påvirket relasjonen mellom masterstudenten og informantene, og som ytterligere kan ha påvirket kvaliteten av de innsamlede dataene. Teams tilbyr både lyd samtale og videosamtale, men i denne studien hadde masterstudenten benyttet seg av videosamtale. Det har bidratt til at masterstudenten kunne observere ikke-verbale ansiktsuttrykk. Likevel var det utfordrende å observere hele kroppsspråket, da informantens kamera var vinklet fra livet og opp (Irani, 2019). Masterstudenten opplevde at videosamtalene

bidro til å etablere god kontakt med informanten, noe som muligens hadde vært en utfordring ved bruk av kun lydsamtale.

Det er viktig å få frem at lyd kvaliteten var dårlig under enkelte av intervjuene, og dårlig internettforbindelse kan muligens ha vært årsaken. Også den digitale plattformen Teams kan ha bidratt til dårlig lyd kvalitet. Archibald et al. (2019) indikerer i sin studie at Zoom er bedre egnet for datainnsamling enn andre digitale plattformer. Før masterstudenten ble gjort oppmerksom på fordelene med Zoom, ble det tatt et valg om å bruke Teams for datainnsamling, da masterstudenten hadde et inntrykk av at det var den digitale plattformen informantene var vant til å bruke. Denne svakheten kompenseres ved at masterstudenten har gjennomført og transkribert intervjuene selv. Det var derfor lettere for masterstudenten å forstå hva som ble sagt ved perioder hvor lyd kvaliteten på opptakene var dårlig.

En ulempe som har forekommet som følge av pandemien var at masterstudenten ikke fikk mulighet til å besøke de ulike institusjonene. Det hadde blant annet vært ønskelig å få muligheten til å observere praksisen rundt mat og måltider på de ulike institusjonene. Det hadde i tillegg vært ønskelig å se blant annet hvordan kjøkkenet så ut og se hva slags mat og kjøkkenutstyr ungdommene hadde tilgjengelig. Slike observasjoner hadde bidratt til å berike resultatene ytterligere. Imidlertid er det viktig å være klar over at uavhengig av Covid-19 pandemien var det ikke gitt at masterstudenten hadde fått muligheten til å besøke de ulike institusjonene. Institusjonene er ungdommenes hjem, og det å få en fremmed inn i deres hjem er antageligvis noe ungdommene ikke hadde ønsket. Ungdommene er tross alt sårbare, og det er viktig å handle etter deres ønsker.

En svakhet med studien er utvalget. Det var frivillig å delta i denne studien, og man kan derfor anta at det var de som var spesielt interesserte i kosthold og ernæring som deltok. Det var ønskelig å inkludere ekstravakter og deltidsvakter, da det kunne tenkes at de hadde andre holdninger og tanker til kosthold og ernæring på institusjonen. Det var imidlertid ingen deltidsvakter eller ekstravakter som deltok i studien. Dermed kan man ha mistet verdifull innsikt som kunne hatt en betydning for resultatet. Likevel opplever masterstudenten at utvalget bestod av informanter med ulike perspektiv, slik at fenomenet som ble studert likevel ble belyst. I tillegg opplevde masterstudenten at det ble nådd et metningspunkt, hvor datainnsamlingen ikke tilførte ny kunnskap (Malterud, 2017, s. 65).

En styrke ved bruk av digital plattform er at det bidro til å redusere geografiske begrensninger (Irani, 2019), ved å gi masterstudenten muligheten til å intervju informantene som jobbet på institusjoner utenfor Oslo. Pandemien bidro i tillegg til fleksibilitet ved planleggingen av de ulike intervjuene. Informantene fikk i stor grad muligheten til å tilpasse intervjuene til informantenes tidsskjema. Informantene kunne selv velge hvor de ønsket å være under intervjuet, og informantene hadde dermed muligheten til å velge omgivelser som de var kjent og komfortabel med (Irani, 2019).

En annen svakhet er sosial ønskverdighet. Sosial ønskverdighet innebærer at informantene svarer basert på hva som er sosialt akseptabelt, hva de tror forsker ønsker å høre, eller på en måte som fremstiller informanten eller institusjonen i et bedre lys (Gravdal & Sandal, 2004). Det var en informant som sendte en e-post dagen etter intervjuet, hvor informanten uttrykte at vedkommende hadde fremstilt kostholdet på institusjonen noe sunnere enn det som var tilfelle. Som forsker vil man da begynne å reflektere om det var flere av informantene som følte det slik etter endt intervju.

Videre kan ledende spørsmål ha bidratt til å svekke reliabiliteten i studien. Ledende spørsmål er spørsmål som stiller forventinger til hvordan informantene skal svare, noe som bidrar til at svarene blir mindre autentiske (Thagaard, 2018, s. 97). Gjennom intervjuprosessen har masterstudenten prøvd å unngå ledende spørsmål. Ved å lytte på opptakene og transkribere intervjuene ble masterstudenten gjort oppmerksom på at formuleringene av enkelte spørsmål kunne ha bidratt til å påvirke svarene. Ved tilfeller hvor informantene ikke forstod spørsmålene eller brukte lengre tid på å svare, kom masterstudenten med eksempler. Dette kunne ha bidratt til at informantene i liten grad gjorde seg opp selvstendige tanker utover dette.

Det kan stilles spørsmål ved om individuelle intervjuer kan betraktes som den optimale metoden for datainnsamling fremfor fokusgrupper. Siden informantene ble invitert til å reflektere rundt og drøfte ulike praksis i deres institusjon, var det en styrke at masterstudenten utførte individuelle intervjuer. Informantene hadde dermed muligheten til å snakke åpent og uttrykke sine synspunkter. Det ble ikke benyttet fokusgrupper, da det kunne ha bidratt til at informantene hadde tilbakeholdt informasjon eller blitt påvirket av hverandres meninger (Malterud, 2017, s. 70). Det ble i tillegg ikke benyttet en kvantitativ tilnærming som

strukturert observasjon og spørreskjema, da ulike opplevelser og meninger ikke hadde kommet like godt frem.

5.1.2 Validitet

Validitet handler om hvor gyldig tolkningene er i forhold til virkeligheten (Thagaard, 2018, s. 189). Tolkninger kan påvirkes av forskerens forforståelse. Derfor setter forskerens teoretiske ståsted og egne erfaringer grunnlaget for hvordan analysen blir gjennomført og hvilke tolkninger som kommer frem (Thagaard, 2018, s. 189). Det er viktig å klargjøre at tolkning av funn er preget av masterstudentens ernæringsfaglige bakgrunn. Man kan anta at en som har vært eller er en del av miljøet som studeres, og som har en bedre forståelse av det miljøterapeutiske aspektet vil tolke funnene på en annen måte.

For å styrke validiteten bør teoretisk gjennomskiktighet vektlegges. Det vil si at forskeren beskriver teoretisk ståsted og analyseprosessen som gir grunnlaget for konklusjonen i studien (Thagaard, 2018, s. 189). For å få en forståelse for hvordan dataene har blitt tolket, har masterstudenten i denne studien redegjort for det teoretiske ståstedet og beskrevet analyseprosessen. Underveis i masterstudien har triangulering bidratt ytterligere til å gi en bedre forståelse av miljøet som studeres. Triangulering bidrar til å få frem ulike nyanser og tolkninger som bidrar til bredere kunnskap (Malterud, 2017, s. 200). Triangulering er delt inn i fire former: kildetriangulering, metodetriangulering, observatørtiangulering og teoritriangulering (Malterud, 2017, s. 200). I denne studien har det blitt benyttet kildetriangulering, og går ut på at datamaterialet er hentet fra ulike informanter (Malterud, 2017, s. 200). Studien har i tillegg benyttet observatørtiangulering til en viss grad, da forskningsgruppen og ulike fagpersoner diskuterte og reflekterte ulike aspekter underveis i forskningsprosessen. I forbindelse med forskningsprosjektet har forskningsgruppen hatt ukentlige møter hvor forløpet til forskningsprosjektet har blitt diskutert. De ukentlige møtene har i tillegg bidratt til at forskningsgruppen kunne diskutere funnene som ble gjort i denne studien, og funnene som ble gjort etter intervjuene med ungdommene. På den måten har forskningsgruppen kunnet sammenligne funnene opp mot hverandre for å se om de ansatte og ungdommene har en felles oppfatning om kosthold og ernæring på institusjonen. Forskerprosjektets kontaktperson har i tillegg deltatt på noen av de ukentlige møtene. Det har dermed bidratt til at forskningsgruppen kunne diskutere funnene med en som har faglig kompetanse innenfor feltet. I tillegg til de ukentlige møtene, har forskningsgruppen hatt møter med referansegruppen som bestod av både ansatte og ungdommer fra ulike

barnevernsinstitusjoner. Forskningsgruppen fikk dermed muligheten til å diskutere funnene sammen med referansegruppen. Enkelte i referansegruppen var også informanter i masterstudien, og på den måten fikk masterstudenten anledningen til å rette opp i misoppfatninger som hadde oppstått underveis i analyseprosessen. Funnene som ble gjort i denne studien og i intervjuene med ungdommene ble presentert til lederne på de ulike institusjonene. På dette møtet kunne lederne komme med innspill hvis de ønsket det. Etter møte med lederne hadde masterstudenten inntrykk av at de var enige i funnene som hadde blitt gjort.

5.1.3 Overførbarhet

Overførbarhet handler om hvordan forskerens tolkninger av resultatene kan gjøres gjeldene i andre sammenhenger (Thagaard, 2018, s. 194). Grunnlaget for tolkning settes av utvalget i studien, og er derfor sentral i overførbarhet (Thagaard, 2018, s. 195). Man kan anta at funnene som har blitt gjort i denne studien også vil være av betydning for andre barnevernsinstitusjoner. Dessuten kan tolkning av funnene bidra til å gi ny innsikt som andre kan benytte seg av.

Masterstudenten har i denne oppgaven utforsket ansattes praksis og holdninger rundt kosthold og ernæring i barnevernsinstitusjoner, og ungdommenes medvirkning og deltakelse i måltidene. Flere av informantene fra de ulike institusjonene hadde samme oppfattelse av forskjellige tema, som for eksempel ungdommenes deltagelse i matlaging og handling. På en annen side kommer det frem at ansatte hadde ulike syn på andre tema, som blant annet deres oppfattelse av ansattes kunnskap om kosthold og ernæring. Man kan anta at andre ansatte som jobber på andre barnevernsinstitusjoner, men som ikke er inkludert i denne studien, kan relatere seg i de funnene som har blitt gjort. I tillegg er funnene som har blitt gjort i denne studien en rekke fellestrekk med en tidligere norsk studie om mat i barnevernsinstitusjoner (Nysether et al., 2017). Dette vil kunne styrke overførbarheten av denne studien.

5.2 Resultatdiskusjon

Formålet med denne studien var å utforske praksis og holdninger rundt kosthold og ernæring blant ansatte i barnevernsinstitusjoner, og ungdommenes medvirkning og deltagelse i måltidene. Mer detaljert ville masterstudenten i denne studien utforske hvordan måltidene var organisert og hvordan mattilbudet var i barnevernsinstitusjoner, hvilke holdninger og

kompetanse ansatte hadde og praksisen rundt ungdommenes medvirkning og deltagelse i måltidene og andre mat-relaterte aktiviteter. Hovedfunnene i denne masteroppgaven er at det finnes fastsatte rutiner rundt måltidene. Middagen fungerer som et samlingspunkt, men det er ikke et krav for ungdommene å delta på felles måltider. Ungdommene har alltid muligheten til å velge å trekke seg fra måltidene hvis de skulle ønske det. Måltidene er preget av en viss variasjon som følge av ulik oppfatning blant ansatte rundt hva som anses som sunn mat, og varierende mat- og ernæringskompetanse. Det blir ikke gitt strukturert informasjon om kosthold og ernæring til ungdommene, og det varierer mellom de ulike institusjonene i hvilke grad ungdommene får medvirke middagstilbudet og deres deltagelse i mathandling og matlaging.

5.2.1 Rammene rundt måltidsstrukturen

Måltidsstrukturen på de ulike institusjonene følger anbefalingene om tre til fire hovedmåltider i løpet av dagen. Dette var et viktig funn, da regelmessighet i måltidene har en betydning for både kostholdet og generelt velvære (Helsedirektoratet, 2016a, s. 117). Å opprettholde regelmessige måltider vil kunne redusere småspising mellom måltidene, og bidrar til å bedre konsentrasjonsevnen og døgnrytmen til ungdommene (Helsedirektoratet, 2016a, s. 117). I tillegg vil fastsatte måltider bidra til å gi ungdommene struktur i hverdagen. I studien til Punch og McIntosh (2014) understreker ansatte at ungdommene på institusjonen kan tidligere ha opplevd kaos og ustabilitet, og har derfor et behov for struktur og orden. Rutiner, som fastsatte måltider vil skape forutsigbarhet for ungdommene (Punch & McIntosh, 2014). Det kommer også frem i studien til Punch og McIntosh (2014) at fastsatte måltider vil gi ungdommene tider på når de skal interagere med de andre ungdommene og ansatte på institusjonen.

Til tross for at institusjonene har fastsatte måltider, fremkommer det ut fra funnene i denne studien at flere av informantene opplevde utfordringer med å inkludere alle ungdommene til felles måltider. Dette kan imidlertid være en ulempe da felles måltider kan bidra til å etablere gode kostholdsvaner blant ungdommene. Flere studier har undersøkt felles måltider i en familiekontekst, hvor funnene viser at felles måltider er assosiert med et sunnere kosthold blant ungdommer (Fulkerson et al., 2014; Gillman et al., 2000; Glanz et al., 2021; N. Larson et al., 2013; Neumark-Sztainer, 2006). Ungdommer som spiser felles måltider har et høyere inntak av frukt, grønnsaker og andre essensielle næringsstoffer (Fulkerson et al., 2014; Gillman et al., 2000; Neumark-Sztainer, 2006). Videre viser studien av Larson et al. (2013) at

ungdommer som har regelmessige felles måltider i ungdomsårene er assosiert med flere felles måltider i voksen alder. Dessuten kan felles måltider ha en innvirkning på ungdommenes psykiske helse. Studier viser at felles måltider kan blant annet redusere depressive symptomer og bidra til positivt velvære (Glanz et al., 2021; Utter et al., 2013).

Videre fremkommer det i denne studien at felles måltider kunne være utfordrende for mange av ungdommene, og rammene rundt deltagelse til felles måltider var derfor fleksible. På den måten kunne ungdommene handle etter deres dagsform. Funnene støttes av tidligere forskning som viser at felles måltider kan være utfordrende for ungdommer i barnevernsinstitusjoner (Punch & McIntosh, 2014; Ulset, 2016). I følge Punch og McIntosh (2014) kan felles måltider i barnevernsinstitusjoner være ukjent, ukomfortabelt og til og med oppleves som traumatisk for ungdommene. I tillegg kommer det frem i studien av Ulset (2016) som har sett på norske barnevernsinstitusjoner, at personlige utfordringer er årsaker som kan medføre til at ungdommene synes det er vanskelig å delta på felles måltider. Dessuten kan felles måltider være utfordrende for ansatte som jobber på barnevernsinstitusjonene. I en rapport om matpraksis i barnevernsinstitusjoner fra Skottland (Punch et al., 2009), viser at måltidene kan være en stressende og vanskelig situasjon for ansatte som prøver å gjøre en innsats for at måltidene skal være en positiv opplevelse for alle. I rapporten blir det i tillegg nevnt at det er uforutsigbart hvilke situasjoner som kan oppstå under et måltid (Punch et al., 2009). Eksempelvis kan det oppstå situasjoner som kan prege stemningen rundt måltidene. I følge Ulset (2016) kan felles måltider både bidra til god stemning, men også skape spenning og misnøye. Funnene fra studien viser at årsaker som at ungdommene ikke liker maten som blir servert, kan vise sin misnøye under måltidet som videre vil påvirke stemningen rundt spisebordet (Ulset, 2016).

Videre fremgår det i funnene fra denne studien at ungdommene på de ulike institusjonene hadde mulighet til å spise et annet sted, hvis de ikke ønsket å delta på felles måltider. Dorrer et al. (2010) viser i sin studie at ungdommene følte at de delte makt og kontroll med de ansatte når de fikk muligheten til å velge hvor de kunne spise. Det oppleves som en form for frihet til å møte deres prioriteringer og behov. Tilsvarende form for frihet kan komme frem når ungdommene har fri tilgang til kjøkkenet. Funnene i denne studien viser at ungdommene hadde fri tilgang til kjøkkenet, og hadde dermed muligheten til å lage seg mat mellom hovedmåltidene, etter deres behov. Lignende funn ble gjort i studiene av Ulset (2016) og Nysether et al. (2017), hvor det kommer frem at ungdommene har muligheten til å lage seg

mat etter deres behov. Fri tilgang til kjøkkenet vil dessuten kunne skape hjemlige omgivelser for ungdommene (Dorrer et al., 2010).

5.2.2 Mat- og ernæringskompetanse blant ansatte

Resultatene som omhandlet mat- og ernæringskompetansen blant ansatte viser at det ikke var nødvendig med faglig kompetanse innenfor kosthold og ernæring blant ansatte som hadde ansvar for mat og måltider på institusjonen. Funnene kan tyde på at fokus på ernæring blir lite prioritert, da annen problematikk kan bli ansett som viktigere på de ulike barnevernsinstitusjonene. I studien til Nysether et al. (2017) er det kun fem av 29 matansvarlige personer som har kompetanse innenfor mat og ernæring på de ulike barnevernsinstitusjonene. Forfatterne i studien spekulerer derfor om det kan være begrenset kunnskap blant matansvarlige personer om hva et ernæringsmessig fullverdig kosthold innebærer i praksis (Nysether et al., 2017). Nysether et al. (2017) trekker i tillegg frem at begrenset kunnskap om kosthold og ernæring vil kunne prege mat og måltidene på barnevernsinstitusjonen.

At personale som jobber tett i kontakt med barn og ungdommer ikke har nok kunnskap om ernæring og kosthold kommer også frem i andre studier. Nasjonale rapporter viser at det er et behov for kompetanseheving blant personale som jobber med mat på barnehager, grunnskoler og SFO (Forbrukerrådet, 2018a, 2018b; Helsedirektoratet, 2013). Forbrukerrådet (2018b) har i en rapport om mat på SFO spurt fagpersoner med kompetanse innenfor mat, måltider og kosthold om hva de tror er de største barrierene for å få til et sunt og godt mat- og måltidstilbud på SFO. Det kommer blant annet frem at begrenset kompetanse blant ansatte kan ha en innvirkning på mat- og måltidstilbudet. Mangel på kunnskap kan medføre til at ansatte velger lette løsninger, som ytterligere kan redusere næringsverdien på måltidene. I tillegg forteller en av fagpersonene i rapporten at ansatte bør ha kompetanse til å lage variert og næringsrik mat. På den måten vil barn få lyst til å prøve nye smaker (Forbrukerrådet, 2018b). Til tross for at rapporten referer til SFO, vil utsagnene som kommer frem av fagpersonene være like aktuelle for ansatte på barnevernsinstitusjonene. Det kan derfor tenkes at det er et behov for kompetanseheving innenfor kosthold og ernæring blant ansatte på de ulike barnevernsinstitusjonene. Å påvirke ansattes holdninger vil ytterligere kunne sikre et sunnere mat- og måltidstilbud på institusjonene (Helsedirektoratet, 2013).

Kompetansehevingen vil gi ansatte muligheten til å planlegge middagsmåltidene slik at det dekker ungdommenes behov og ønsker, samtidig som det er et ernæringsmessig fullverdig kosthold. En fransk studie viser at planlegging av måltid er assosiert med bedre overholdelse av kostrådene og mer variert kosthold (Ducrot et al., 2017). Tilrettelegging slik at man kan ta hensyn til både helsemessige aspekter og ungdommenes preferanser vil ytterligere bidra til å skape hjemlige omgivelser for ungdommene (Dorrer et al., 2010). Menyplanlegging vil i tillegg gi en forutsigbarhet (Vidgen, 2016). Dette vil være en fordel for både ungdommene og ansatte, da ungdommene vil til enhver tid vite hva de skal ha til middag, mens ansatte ikke behøver å planlegge middagen i siste øyeblikk.

Variasjon i ansattes ferdigheter, interesser og holdninger kan ha en innvirkning på tilberedning av måltidene. Ut fra funnene fremkommer det at måltidssammensetningen varierer avhengig av ansattes ferdigheter og holdninger. Lignende funn ble gjort i studien av Cox et al. (2017). I studien som omhandler mat på barnevernsinstitusjoner fra Australia, kommer det frem at ulikt ferdighetsnivå er knyttet til forskjell i kvalitet på de tilberedte måltidene. Ferdighetsnivået til ansatte kan i tillegg ha en innvirkning på ungdommenes matglede. Faktorer som usunne måltider og dårlig matlaging er årsaker til at ungdommene ikke likte maten som ble tilberedt (Cox et al., 2017). Det kan tenkes at variasjon i holdninger og matlagingsferdigheter kan også være faktorer som gjør at ungdommer foretrekker enkelte ansattes matlaging framfor andre.

Om institusjonene følger kostholdsrådene er vanskelig å gi et konkret svar på, da det ikke har blitt gjort en grundig kartlegging av mattilbudet på institusjonene i denne studien. Likevel kan man ut ifra funnene få en indikasjon på om de ulike institusjonene dekker noen av Helsedirektoratets anbefalinger. Tolkning av funn tyder på at institusjonene ikke når opp til Helsedirektoratets anbefaling om fem om dagen og fisk to til tre ganger i uken. Funnene som har blitt gjort i denne studien stemmer overens med den nasjonale kostholdsundersøkelsen, Ungkost 3 (Hansen et al., 2015). Ungkost 3 er den tredje undersøkelsen som er gjennomført blant 9- og 13 åringer i Norge. I kostholdsundersøkelsen kommer det frem at inntaket av grønnsaker, frukt og bær og fisk var under anbefalt inntak (Hansen et al., 2015). Videre tyder tolkning av funn fra denne studien på at institusjonene holder seg innenfor anbefalt inntak av sukkerholdig mat og drikke. Likevel er det viktig å gjøre det klart at ungdommene har mulighet til å kjøpe seg sukkerholdig mat og drikke med egne lommepenger. Dette er noe de

ansatte ikke kan regulere, og dermed er det vanskelig å si om ungdommene holder seg innenfor anbefalt inntak.

Selv om mat- og ernæringskompetansen er optimal, kan budsjett være en barriere for å opprettholde et sunt og variert kosthold (Gallegos, 2016). Ut fra funnene i denne studien fremkommer det at overholdelse av matbudsjettet er blant de største utfordringene i institusjonene. I rapporten om mat på SFO kommer det blant annet frem at dårlig økonomi kan være en barriere for mat- og måltidstilbudet (Forbrukerrådet, 2018b). Flere av informantene i denne studien uttrykker at de skulle ønske at budsjettet var noe høyere. Studien av Monsivais og Johnson (2012) viser at det er en assosiasjon mellom en meny med høy næringskvalitet og høyere kostnader. Hvis man ønsker å se en positiv endring på kostholdet i barnevernsinstitusjonene, konkluderer forfatterne at man må erkjenne at forbedringene kan medføre ekstra kostnader (Monsivais & Johnson, 2012).

5.2.3 Ungdommenes medvirkning og deltagelse

Å inkludere ungdommene i organisering av måltider og andre mat-relaterte aktiviteter vil kunne ha en positiv innvirkning på deres mat- og ernæringskompetanse, og som videre vil ha en betydning på deres kosthold (Berge et al., 2016; Caraher et al., 2013; Colatruglio & Slater, 2016; Laska et al., 2012; Utter et al., 2016; Vaitkeviciute et al., 2015; Woodruff & Kirby, 2013) Medvirkning og deltagelse gjennom institusjonsoppholdet vil derfor kunne bidra til å øke mat- og ernæringskompetansen hos ungdommene. Imidlertid fremkommer det i denne studien at de ansatte opplevde at det var vanskelig å snakke om kosthold og ernæring med ungdommene, da man ikke visste hvordan de ville ta det til seg. I en litteraturstudie kommer det frem at ungdommer som hadde gode ernæringskunnskaper viste seg å ha sunnere matvaner, og spiste i større grad mer variert (Vaitkeviciute et al., 2015). I tillegg viser studien av Colatruglio og Slater (2016) at manglende opplæring innenfor mat og ernæring før utflytting kan være en medvirkende faktor, som kan føre til utfordringer knyttet til bruk av mat- og ernæringskompetanse, når ungdommene bor for seg selv. Det kan derfor tenkes at informasjon om kosthold og ernæring, og medvirkning og deltagelse i menyplanlegging, matlaging og handling vil gi ungdommene muligheten til å tilegne seg kunnskap som kan være til stor nytte når de skal flytte ut og bo for seg selv.

I denne studien kommer det frem at det varierer om ungdommene deltar i mat-relaterte aktiviteter som menyplanlegging, for hele uken eller kun for helgene. Det kan tenkes at det er

en større fordel for ungdommene å medvirke på meny for hele uken, og ikke kun for helgen. Det vil gi ungdommene en mulighet til å tenke utover helgemåltidene, som oftest hadde redusert næringsverdi. Ansatte har da anledning til å drøfte og veilede ungdommene til en meny som er ernæringsmessig fullverdig, og som også dekker deres behov og preferanser, forutsatt at ansatte har god kunnskap om kosthold og ernæring. Medvirkning i menyplanlegging vil gi ungdommene muligheten til å tilegne seg kunnskaper som kan komme til nytte når de skal bo for seg selv. Ungdommene vil kunne lære å planlegge et ernæringsmessig fullverdig kosthold ut fra deres behov, preferanser og ressurser de har tilgjengelig (Vidgen, 2016).

I denne studien kommer det frem at ungdommene blir lite involvert i innkjøp av mat. I studien til Ronto *et al.*, (2016) kommer det frem at ungdommene ikke opplever planlegging og håndtering av budsjett, og planlegging av tid til innkjøp av mat som viktig, da de ikke hadde ansvaret for dette på daværende tidspunkt intervjuene ble foretatt. Likevel legger de vekt på at dette er egenskaper som de trenger når de skal bli selvstendige (Ronto et al., 2016). Mat- og ernæringskompetanse innebærer også evnen til å planlegge kostnader knyttet til innkjøp av mat (Vidgen, 2016). Det kan tenkes at ungdommene som flytter ut for seg selv har begrenset økonomi. Ungdommene bør derfor tilegne seg kunnskap om hvordan de skal håndtere pengene på en måte som kan føre til at de tar sunne matvalg, når de bor for seg selv. Husmøtene vil være fin arena hvor ansatte og ungdommene kan diskutere budsjettplanlegging. På den måten vil ungdommene kunne tilegne seg evner til å planlegge ut ifra omstendighetene og miljøet de er i, når de skal flytte ut fra institusjonen og bo for seg selv.

Handleturene kan være en gylden mulighet for ansatte å lære ungdommene til å ta sunnere matvalg i matbutikkene. Som Vidgen (2016) beskriver, kan informasjonen som står på matvarene bidra til å vurdere kvaliteten på produktene, og om det møter ungdommens ernæringsbehov. Næringsdeklarasjon på matvarer kan derfor hjelpe ungdommene til å finne det sunneste alternativet for en matvare, som i tillegg kan dekke deres behov. Ungdommene kan i tillegg finne informasjon om hva produktet kan brukes til og hvordan det skal oppbevares (Vidgen, 2016). I en litteraturgjennomgang av Campos et al. (2011) fremkommer det at de som leser næringsdeklarasjonen har et sunnere kosthold. Derimot kan ungdommene ha vanskeligheter med å forstå næringsdeklarasjonen. Ronto et al. (2016) viser at ungdommene i studien har manglende kunnskap om hvilken informasjon de skulle se etter på

næringsdeklarasjonen. I tillegg rapporterte ungdommene at det er vanskelig å forstå hva de ulike elementene på næringsdeklarasjonen betydde (Ronto et al., 2016). Ved å ta med ungdommene på en liten handletur vil gi ansatte muligheten til å lære ungdommene å lese og forstå næringsdeklarasjonen på de ulike matvarene. I tillegg til næringsdeklarasjonen kan ansatte lære ungdommene å handle basert på de ulike merkeordningene. Nøkkelhullet, brødskala'n og Nyt Norge er noen av merkeordningene som kan hjelpe ungdommene til å lære seg å handle sunt og bærekraftig. Dessuten kan handleturene bidra til å gi ungdommene et inntrykk av hva de ulike matvarene koster. På den måten vil ikke ungdommene bli overrasket over prisene på de ulike matvarene når de skal handle til seg selv. For å øke deltagelsen blant ungdommene, kan det tenkes at handleturene bør foretas på en tid hvor det ikke er mange mennesker i butikken. På den måten vil ikke handleturene bli overveldende for ungdommene.

Deltagelse i matlaging er en mulighet for ungdommene til å tilegne matlagingsferdigheter, som ytterligere kan gi økt selvtillit når det kommer til tilberedning av mat (Caraher et al., 2013; Ensaff et al., 2015). I tillegg er det en gylden mulighet for ansatte å vise ungdommene at de ikke trenger å følge en oppskrift nøye, men at de kan gjøre endringer som passer deres behov, preferanser og det de har tilgjengelig (Vidgen, 2016). Flere studier viser at involvering i matlaging er assosiert med et bedre kosthold blant ungdommer (Berge et al., 2016; Larson et al., 2006; Utter et al., 2016). Studien av Utter et al. (2016) viser at de med gode tilberedningskunnskaper er mer sannsynlig til å møte kostholdsanbefalingene for frukt og grønnsaker. Videre kommer det frem i en studie gjennomført av Laska et al. (2012) at ungdommer som hjelper med å tilberede mat til middag minst 1 til 2 ganger i uken var mest sannsynlig mer engasjert i organisering av måltider og andre mat-relaterte aktiviteter når de ble eldre, som for eksempel i matlaging, å kjøpe ferske grønnsaker, skrive handleliste, ha variasjon med kylling, fisk og andre grønnsaker.

Manglende motivasjon blant ungdommene kan være en faktor til at de ikke ønsker å delta på matlagingen. I studien til Stephen et al. (2015) trekkes det frem en strategi som kan øke motivasjonen blant ungdommene til å delta på matlagingen. Å velge ut oppskrifter som er sunne versjoner av «junk» mat, som for eksempel hamburger eller pizza er en strategi som kan øke deltagelsen blant ungdommene. I tillegg kan man øke deltagelsen ved å inkludere ungdommene i tilberedninger som de liker mest, som for eksempel baking (Stephens et al., 2015). Videre kan initiativer som matlagingskurs bidra til å øke motivasjonen til

ungdommene. I studien til Caraher et al. (2013) ble det observert at ungdommene som deltok i et matlagingskurs på skolen fikk økt selvtilit når det kom til tilberedning av mat. I studien kommer det også frem at matlagingskurset var gjennomført av en kokk. Studien viser at ungdommene foretrakk å ha en kokk som lærte dem bort i stedet for læreren, og det bidro til at de ønsket å tilberede mer mat (Caraher et al., 2013). Ved å utføre matlagingskurs med en kokk på institusjonene vil muligens øke motivasjonen til ungdommene til å delta i matlagingen.

6.0 Konklusjon

Denne studien er en av de få norske studiene som har undersøkt måltider, mat- og ernæringskompetanse i barnevernsinstitusjoner. I denne studien kommer det frem at det finnes varierende kunnskap og holdninger til kosthold og ernæring, og at det finnes varierende praksis relatert til ungdommenes medvirkning og deltagelse i mat-relaterte aktiviteter på de ulike barnevernsinstitusjonene. Ansatte på institusjonene har et stort potensial til å fremme bedre helse og mat- og ernæringskompetanse blant ungdommene. Dessuten kan kompetanseheving bidra til å redusere variasjonen i mat- og ernæringskompetansen blant ansatte. Det vil i tillegg sikre at mat- og måltidene på de ulike barnevernsinstitusjonene samsvarer med Helsedirektoratets kostråd. Dessuten forutsettes det at ansatte har nok mat- og ernæringskompetanse til å videreformidle kunnskapen til ungdommene, da kunnskapene til ansatte vil gjenspeiles i ungdommene. Medvirkning og deltagelse vil kunne gi ungdommene egenskaper som de trenger når de skal flytte ut fra barnevernsinstitusjonen og bo for seg selv. Basert på litteratur og funnene som har blitt gjort i denne studien kan det tenkes at institusjonene bør fremme ungdommenes medvirkning og deltagelse i felles måltider og andre mat-relaterte aktiviteter. Det er samtidig viktig å ta i betraktning at flere av ungdommene på institusjonene har opplevd omsorgssvikt, og er i en sårbar situasjon. Det vil derfor være vanskelig å vite hva som kan trigge ulike følelser blant ungdommene. Initiativer som kan bidra til å heve kompetansen blant ansatte, og fremme ungdommenes involvering i mat-relaterte aktiviteter, med hensyn til deres situasjon, burde prioriteres.

Videre i forskningsprosjektet skal det utføres en kvantitativ undersøkelse som tar utgangspunktet i denne masteroppgaven. Det skal bli sendt ut en spørreundersøkelse for å kartlegge mat- og ernæringskompetansen blant ansatte på de ulike barnevernsinstitusjonene.

7.0 Referanser

- Archibald, M. M., Ambagtsheer, R. C., Casey, M. G., & Lawless, M. (2019). Using Zoom Videoconferencing for Qualitative Data Collection: Perceptions and Experiences of Researchers and Participants. *International Journal of Qualitative Methods*, 18, 1609406919874596. <https://doi.org/10.1177/1609406919874596>
- Backe-Hansen, E., Løvgren, M., Neumann, C. B., & Storø, J. (2017). *God omsorg i barnevernsinstitusjoner* (Nr. 12/17).
- Bailey, C. J., Drummond, M. J., & Ward, P. R. (2019). Food literacy programmes in secondary schools: A systematic literature review and narrative synthesis of quantitative and qualitative evidence. *Public Health Nutrition*, 22(15), 2891–2913. <https://doi.org/10.1017/S1368980019001666>
- Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. (2016). *Kunnskapsgrunnlag for arbeid med trygghet og sikkerhet i barnevernsinstitusjoner. Utviklet som grunnlag for faglige anbefalinger*. Bufdir. <https://bufdir.no/bibliotek/Dokumentside/?docId=BUF00004276>
- Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. (2019). *Barn og unges rett til medvirkning*. https://bufdir.no/Barnevern/Fagstotte/Samarbeid_mellom_helse_og_barnevern/Barn_og_unge_s_rett_til_medvirkning/
- Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. (2020). *Barnevernsinstitusjoner*. Bufdir. https://bufdir.no/Barnevern/Tiltak_i_barnevernet/Barnevernsinstitusjoner/
- Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. (2021a, 13. januar). *Hva er omsorgssvikt?* Bufdir. https://bufdir.no/Barnevern/Om_barnevernet/omsorgssvikt/
- Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. (2021b, 29. januar). *Oppsummert status i tall for barnevernet*. Bufdir. https://bufdir.no/Statistikk_og_analyse/Barnevern/Oppsummert_status_i_tall_for_barnevernet
- Barne- og familiedepartementet. (2021, 27. januar). *FNs barnekonvensjon*. Regjeringen. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/fns-barnekonvensjon/id88078/>
- Berge, J. M., MacLehose, R. F., Larson, N., Laska, M., & Neumark-Sztainer, D. (2016). Family Food Preparation and Its Effects on Adolescent Dietary Quality and Eating Patterns. *Journal of Adolescent Health*, 59(5), 530–536. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2016.06.007>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Brodie, E., Cowling, E., & Nissen, N. (2009). *Understanding participation a literature review*. The British Library; The British Library. <https://www.bl.uk/collection-items/understanding->

participation-a-literature-review

- Campos, S., Doxey, J., & Hammond, D. (2011). Nutrition labels on pre-packaged foods: A systematic review. *Public Health Nutrition, 14*(8), 1496–1506.
<https://doi.org/10.1017/S1368980010003290>
- Caraher, M., Seeley, A., Wu, M., & Lloyd, S. (2013). When chefs adopt a school? An evaluation of a cooking intervention in English primary schools. *Appetite, 62*, 50–59.
<https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.11.007>
- 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. <https://doi.org/10.1177/1049732307306927>
- Christian A. Drevon, & Blomhoff, R. (2012). *Mat og medisin: Lærebok i generell og klinisk ernæring* (6. utg.). Cappelen Damm Høyskoleforl.
- Colatruglio, S., & Slater, J. (2016). Challenges to acquiring and utilizing food literacy: Perceptions of young Canadian adults. *Canadian Food Studies / La Revue Canadienne Des Études Sur l'alimentation, 3*(1), 96–118. <https://doi.org/10.15353/cfs-rcea.v3i1.72>
- Cox, R., Emond, R., Punch, S., McIntosh, I., Hall, K., Simpson, A., & Skouteris, H. (2017). «It's not as easy as saying, 'just get them to eat more veggies'»: Exploring healthy eating in residential care in Australia. *Appetite, 117*, 275–283. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.07.004>
- Creswell, J. W. (2009). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (3rd ed.). SAGE.
- Dorrer, N., McIntosh, I., Punch, S., & Emond, R. (2010). Children and food practices in residential care: Ambivalence in the «institutional» home. *Children's Geographies, 8*, 247–259.
<https://doi.org/10.1080/14733285.2010.494863>
- Ducrot, P., Méjean, C., Aroumougame, V., Ibanez, G., Allès, B., Kesse-Guyot, E., Hercberg, S., & Péneau, S. (2017). Meal planning is associated with food variety, diet quality and body weight status in a large sample of French adults. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 14*(1), 12. <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0461-7>
- Emond, R., McIntosh, I., & Punch, S. (2013). Food and Feelings in Residential Childcare. *British Journal of Social Work, 44*, 1840–1856. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bct009>
- Engeset, D., Torheim, L. E., & Øverby, N. C. (2019). *Samfunnsernæring*. Universitetsforl.
- Ensaff, H., Canavon, C., Crawford, R., & Barker, M. E. (2015). A qualitative study of a food intervention in a primary school: Pupils as agents of change. *Appetite, 95*, 455–465.
<https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.08.001>
- Fairbrother, H., & Ellis, K. (2016). Everyday Family Food Practices. I S. Punch, R. Vanderbeck, &

- T. Skelton (Red.), *Families, Intergenerationality and Peer Group Relations* (s. 1–20). Springer. http://dx.doi.org/10.1007/978-981-4585-92-7_26-1
- Forbrukerrådet. (2018a). *Barnehagemat: Næring til liv, lek og læring*. <https://fil.forbrukerradet.no/wp-content/uploads/2018/08/20180710-ke-appetitt-barnehage-rapport.pdf>
- Forbrukerrådet. (2018b). *Mat på SFO: Næring til liv, lek og læring*. <https://www.forbrukerradet.no/siste-nytt/stor-misnoye-med-maten-pa-sfo/>
- Forskrift om medvirkning og tillitsperson. (2014). *Forskrift om medvirkning og tillitsperson* (FOR-2014-06-01-697). Lovdata. <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2014-06-01-697/>
- Fulkerson, J. A., Larson, N., Horning, M., & Neumark-Sztainer, D. (2014). A review of associations between family or shared meal frequency and dietary and weight status outcomes across the lifespan. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 46(1), 2–19. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2013.07.012>
- Gallegos, D. (2016). The nexus between food literacy, food security and disadvantage. I H. Vidgen (Red.), *Food literacy: Key concepts for health and education* (s. 134–150). Routledge: earthscan. <https://doi.org/10.4324/9781315708492>
- Gillman, M. W., Rifas-Shiman, S. L., Frazier, A. L., Rockett, H. R. H., Camargo, C. A., Field, A. E., Berkey, C. S., & Colditz, G. A. (2000). Family Dinner and Diet Quality Among Older Children and Adolescents. *Archives of Family Medicine*, 9(3), 235. <https://doi.org/10.1001/archfami.9.3.235>
- Glanz, K., Metcalfe, J. J., Folta, S. C., Brown, A., & Fiese, B. (2021). Diet and Health Benefits Associated with In-Home Eating and Sharing Meals at Home: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1577. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041577>
- Gravdal, L., & Sandal, G. M. (2004). *Sosial ønskerdighet: Marlowe-Crowne Social Desirability Scale i norsk forkortet utgave*. Tidsskrift for Norsk psykologforening. <https://psykologtidsskriftet.no/oppsummert/2004/09/sosial-onskverdighet-marlowe-crowne-social-desirability-scale-i-norsk-forkortet>
- Hadfield, S. C., & Preece, P. M. (2008). Obesity in looked after children: Is foster care protective from the dangers of obesity? *Child: Care, Health and Development*, 34(6), 710–712. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2008.00874.x>
- Hammons, A. J., & Fiese, B. H. (2011). Is Frequency of Shared Family Meals Related to the Nutritional Health of Children and Adolescents? *Pediatrics*, 127(6), e1565–e1574. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-1440>

- Hansen, L. B., Myhre, J. B., Johansen, A. M. W., Paulsen, M. M., & Andersen, L. F. (2015). *Ungkost 3: Landsomfattende kostholdsundersøkelse blant elever i 4. Og 8. Klasse i Norge*.
<https://www.fhi.no/studier/nasjonale-kostholdsundersokelser/kosthold-blant-9--og-13-aringer-i-norge/>
- Helsedirektoratet. (2013). *Mat og måltider i skolen og skolefritidsordningen: Undersøkelser*.
Helsedirektoratet. <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/mat-og-maltider-i-skolen-og-skolefritidsordningen-undersokelser>
- Helsedirektoratet. (2016a). *Kosthåndboken: Veileder i ernæringsarbeid i helse- og omsorgstjenesten*.
<https://helsedirektoratet.no/retningslinjer/kosthandboken-veileder-i-erneringsarbeid-i-helse-og-omsorgstjenesten>
- Helsedirektoratet. (2016b). *Kostrådene*. Helsedirektoratet. <https://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/kostradene-og-naeringsstoffer/kostrad-for-befolkningen>
- Helsedirektoratet. (2017). *Brukermedvirkning*. Helsedirektoratet.
<https://www.helsedirektoratet.no/tema/brukermedvirkning>
- Helse-og omsorgsdepartementet. (2017). *Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold (2017–2021)* [Plan]. Regjeringen.no. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nasjonal-handlingsplan-for-bedre-kosthold-20172021/id2541870/>
- Hægermark, W. A. (2014). *Mattrygghet og Matsikkerhet*. Nofima.
<https://nofima.no/nyhet/2010/01/mattrygghet-og-matsikkerhet/>
- Irani, E. (2019). The Use of Videoconferencing for Qualitative Interviewing: Opportunities, Challenges, and Considerations. *Clinical Nursing Research*, 28(1), 3–8.
<https://doi.org/10.1177/1054773818803170>
- Kayed, N. S., Jozefiak, T., Rimehaug, T., Tjeleflaat, T., Brubakk, A.-M., & Wichstrøm, L. (2015). *Resultater fra forskningsprosjektet Psykisk helse hos barn og unge i barnevernsinstitusjoner*.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Gyldendal akademisk.
- Larsen, E. (2012). *Miljøterapi med barn og unge: Organisasjonen som terapeut* (1. utg.). Universitetsforl.
- Larson, N., Fulkerson, J., Story, M., & Neumark-Sztainer, D. (2013). Shared meals among young adults are associated with better diet quality and predicted by family meal patterns during adolescence. *Public Health Nutrition*, 16(5), 883–893.
<https://doi.org/10.1017/S1368980012003539>
- Larson, N. I., Perry, C. L., Story, M., & Neumark-Sztainer, D. (2006). Food preparation by young adults is associated with better diet quality. *Journal of the American Dietetic Association*, 106(12), 2001–2007. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2006.09.008>

- Laska, M. N., Larson, N. I., Neumark-Sztainer, D., & Story, M. (2012). Does involvement in food preparation track from adolescence to young adulthood and is it associated with better dietary quality? Findings from a 10-year longitudinal study. *Public Health Nutrition*, *15*(7), 1150–1158. <https://doi.org/10.1017/S1368980011003004>
- Malterud, K. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder for medisin og helsefag* (4. utg.). Universitetsforl.
- Merriam, S. B. (2002). Introduction to Qualitative Research. I *Qualitative research in practice: Examples for discussion and analysis* (s. 3–17). Jossey-Bass.
- Monsivais, P., & Johnson, D. B. (2012). Improving nutrition in home child care: Are food costs a barrier? *Public Health Nutrition*, *15*(2), 370–376. <https://doi.org/10.1017/S1368980011002382>
- Netland, G. (2020). Å balansere mellom barnevernets prinispper. I H. Nordby & A. Halså (Red.), *Verdier i barnevern* (s. 49–65). Oslo: Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/noasp.103.ch3>
- Neumark-Sztainer, D. (2006). Eating among teens: Do family mealtimes make a difference for adolescents' nutrition? *New Directions for Child and Adolescent Development*, *2006*(111), 91–105. <https://doi.org/10.1002/cd.157>
- Nicklas, T. A., Jahns, L., Bogle, M. L., Chester, D. N., Giovanni, M., Klurfeld, D. M., Laugero, K., Liu, Y., Lopez, S., & Tucker, K. L. (2013). Barriers and Facilitators for Consumer Adherence to the Dietary Guidelines for Americans: The HEALTH Study. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, *113*(10), 1317–1331. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2013.05.004>
- Nordby, H., & Halså, A. (2020). Introduksjon. I H. Nordby & A. Halså (Red.), *Verdier i barnevern* (s. 9–23). Oslo: Cappelen Damm Akademisk. <https://doi.org/10.23865/noasp.103.ch1>
- Nysether, T. B., Vik, C., Terragni, L., & Pettersen, K. S. (2017). *NTFE : Beskrivelser av måltidsstruktur og måltidstilbud overfor ungdom i barnevernsinstitusjoner i Norge*. <https://www.ntfe.no/i/2017/3/tfe-2017-03-324>
- Punch, S., Dorrer, N., Emond, R., & McIntosh, I. (2009). *Food Practices in Residential Children's Homes: The Views and Experiences of Staff and Children: A Resource Handbook for Reflection* [Report]. <https://www.stir.ac.uk/research/hub/publication/797918>
- Punch, S., & McIntosh, I. (2014). «Food is a funny thing within residential child care»: Intergenerational relationships and food practices in residential care. *Childhood*, *21*, 72–86. <https://doi.org/10.1177/0907568213481814>
- Ronto, R., Ball, L., Pendergast, D., & Harris, N. (2016). Adolescents' perspectives on food literacy and its impact on their dietary behaviours. *Appetite*, *107*, 549–557. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.09.006>

- Skouteris, H., McCabe, M., Fuller-Tyszkiewicz, M., Henwood, A., Limbrick, S., & Miller, R. (2011). Obesity in Children in Out-of-home Care: A Review of the Literature. *Australian Social Work, 64*, 475–486. <https://doi.org/10.1080/0312407X.2011.574145>
- Statistisk Sentralbyrå. (2020, 1. desember). *11361: Barn i barnevernsinstitusjoner per 31. Desember, etter alder, eierskap, institusjonstype, statistikkvariabel, år og region* [Statistikk]. <https://www.ssb.no/statbank/table/11361/tableViewLayout1/>
- Stephens, L. D., McNaughton, S. A., Crawford, D., & Ball, K. (2015). Nutrition promotion approaches preferred by Australian adolescents attending schools in disadvantaged neighbourhoods: A qualitative study. *BMC Pediatrics, 15*(1), 61. <https://doi.org/10.1186/s12887-015-0379-7>
- Story, M., Neumark-Sztainer, D., & French, S. (2002). Individual and environmental influences on adolescent eating behaviors. *Journal of the American Dietetic Association, 102*(3 Suppl), S40–51. [https://doi.org/10.1016/s0002-8223\(02\)90421-9](https://doi.org/10.1016/s0002-8223(02)90421-9)
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitative metoder* (5. utg.). Fagbokforl.
- Truman, E., Lane, D., & Elliott, C. (2017). Defining food literacy: A scoping review. *Appetite, 116*, 365–371. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.05.007>
- Ulset, G. (2016). *Tett på livet i en barnevernstinstitusjon: En eksempelstudie*. Bufdir. <https://bufdir.no/bibliotek/Dokumentside/?docId=BUF00003696>
- Utter, J., Denny, S., Lucassen, M., & Dyson, B. (2016). Adolescent Cooking Abilities and Behaviors: Associations With Nutrition and Emotional Well-Being. *Journal of Nutrition Education and Behavior, 48*(1), 35–41.e1. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2015.08.016>
- Utter, J., Denny, S., Robinson, E., Fleming, T., Ameratunga, S., & Grant, S. (2013). Family meals and the well-being of adolescents. *Journal of Paediatrics and Child Health, 49*(11), 906–911. <https://doi.org/10.1111/jpc.12428>
- Vaitkeviciute, R., Ball, L. E., & Harris, N. (2015). The relationship between food literacy and dietary intake in adolescents: A systematic review. *Public Health Nutrition, 18*(4), 649–658. <https://doi.org/10.1017/S1368980014000962>
- Vidgen, H. (2016). A definition of food literacy and its components. I H. Vidgen (Red.), *Food literacy: Key concepts for health and education* (s. 35–65). Routledge: earthscan. <https://doi.org/10.4324/9781315708492>
- Vidgen, H. A., & Gallegos, D. (2014). Defining food literacy and its components. *Appetite, 76*, 50–59. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2014.01.010>
- Woodruff, S. J., & Kirby, A. R. (2013). The associations among family meal frequency, food

preparation frequency, self-efficacy for cooking, and food preparation techniques in children and adolescents. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 45(4), 296–303.
<https://doi.org/10.1016/j.jneb.2012.11.006>

NSD NORSK SENTER FOR FORSKNINGSDATA

NSD sin vurdering

Prosjekttittel

Mat og måltider på barnevern institusjoner

Referansenummer

436924

Registrert

22.06.2020 av Laura Terragni - lterragn@oslomet.no

Behandlingsansvarlig institusjon

OsloMet - storbyuniversitetet / Fakultet for helsevitenskap / Institutt for sykepleie og helsefremmende arbeid

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Laura Terragni, lterragn@oslomet.no, tlf: 90789479

Type prosjekt

Forskerprosjekt

Prosjektperiode

10.06.2020 - 20.12.2021

Status

02.07.2020 - Vurdert

Vurdering (1)

02.07.2020 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er

dokumentert i meldeskjemaet den 02.07.2020 med vedlegg, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte. MELD VESENTLIGE ENDRINGER Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde: https://nsd.no/personvernombud/meld_prosjekt/meld_endringer.html Du må vente på svar fra NSD før endringen gjennomføres. TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET Prosjektet vil behandle særlige kategorier av personopplysninger om helse og alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 20.12.2021. LOVLIG GRUNNLAG Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 nr. 11 og art. 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse, som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake. Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes uttrykkelige samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a, jf. art. 9 nr. 2 bokstav a, jf. personopplysningsloven § 10, jf. § 9 (2). TAUSHETSPLIKT Vi vil understreke at utvalg 1 har taushetsplikt, og det er viktig at intervjuene gjennomføres slik at det ikke samles inn opplysninger som kan identifisere enkeltpersoner eller avsløre taushetsbelagt informasjon. Vi anbefaler at du er spesielt oppmerksom på at ikke bare navn, men også identifiserende bakgrunnsopplysninger må utelates, som for eksempel alder, kjønn, diagnoser og eventuelle spesielle hendelser. Vi forutsetter også at dere er forsiktig ved å bruke eksempler under intervjuene. Du og informanten har et felles ansvar for det ikke kommer frem taushetsbelagte opplysninger under intervjuet. Vi anbefaler at du minner informanten om taushetsplikten før intervjuet starter. PERSONVERNPRINSIPPER NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om: - lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen - formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke viderebehandles til nye uforenlige formål - dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet - lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet DE REGISTRERTES RETTIGHETER Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20). NSD vurderer at informasjonen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13. Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned. FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32). Zoom og Teams er databehandlere i prosjektet. NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene til bruk av databehandler, jf. art 28 og 29. For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og eventuelt rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon. OPPFØLGING AV PROSJEKTET NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet. Lykke til med prosjektet! Kontaktperson hos NSD: Tore Andre Kjetland Fjeldsbø Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)



Vil du delta i forskningsprosjektet

«God mat, god helse, og nesten voksen»?

Du inviteres herved til å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å intervju ti ansatte på sju av [REDACTED], om tema innenfor mat og ernæring. I dette skrevet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet som helhet, og hva deltakelse vil kunne innebære for deg.

Formål

I samarbeid med [REDACTED] ønsker vi å se på mat og måltider i barnevernsinstitusjoner. Prosjektets formål, er å fremme mat- og ernæringskunnskap, matglede og utvikle tiltak for å gjøre det lettere å lage enkle og sunne måltider både for de ansatte og ungene, med særlig fokus på unge, som skal flytte for seg selv. Som en del av prosjektet ønsker vi å gjennomføre noen kvalitative intervjuer med de ansatte for å ha en bedre forståelse av faktorene som kan fremme eller hemmer sunnere matvaner, og hva som trengs for å styrke matferdigheter og kunnskap om kosthold og ernæring, blant ansatte, og barn og unge i barnevernsinstitusjonene.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Prosjektet er et samarbeid mellom [REDACTED] og OsloMet Storbyuniversitetet. Hovedansvarlige for prosjektet er førsteamanuensis Laura Terragni. Vår samarbeidspartner og kontaktperson er [REDACTED].

Prosjektet ledes i helhet av en gruppe fra OsloMet:

- Laura Terragni (Prosjektansvarlig)
- Sigrun Henjum (Professor)
- Erica Wie Dia (Vitenskapelig assistent)
- Siyamali Gananathan (Masterstudent).

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Du inviteres til å delta på en én til én samtale (individuell kvalitativt intervju) i prosjektet, som intervjuperson, da du er en ressurs, som ansatt i [REDACTED]. Vi ønsker først og fremst å intervju 10 personer totalt, i flere av [REDACTED], innen utgangen av august 2020.

Hva innebærer det for deg å delta?

Vi benytter en intervjuemetode, semi-strukturert intervju, som inneholder åpne spørsmål, for å utforske dine holdninger, innsikt, opplevelser og synspunkt rundt mat og ernæringspraksis på

din arbeidsplass. **Dine erfaringer fra [REDACTED] vil knyttes til dine tanker om mat og ernæring, og deltakelse vil derfor innebære at vi også kan komme inn på temaer rundt barnas helse og sosiale forhold. Du står fritt til å velge hvor mye du ønsker å dele i intervjuet, og du kan når som helst avbryte intervjuet uten at dette får konsekvenser for deg.**

Med din tillatelse, vil intervjuet blitt tatt opp som lydopptak.

Hvis du deltar i prosjektet innebærer det at du gjennomfører et ca. 30 minutters intervju, som inneholder spørsmål, innenfor overnevnt. Samtalen blir det tatt opp med lydopptaker. På grunn av Covid-19, legges det til rette for å gjennomføre intervjuene som en videosamtale (enten på Zooms eller Teams). Men intervju blir ikke tatt opp i zoom. Lydopptaker skal benyttes både ved «vis a vis» eller zoom samtale.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg. Det vil heller ikke påvirke ditt forhold til arbeidsgiver eller ansatte.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Det er kun den nevnte prosjektgruppen på OsloMet, som vil ha tilgang til lydopptaket. Hverken arbeidsgiver, eller andre, vil kunne få tilgang til lydopptaket, personopplysninger, eller annen identifiserbar informasjon.

Navnet og kontaktopplysningene dine vil erstattes med en kode som lagres på egen navneliste adskilt fra øvrige data. Datamaterialet vil bli lagret på krypterte minnebrikker. Enkelt personer eller institusjoner skal ikke kunne identifiseres i formidlingen fra prosjektet (artikler, publikasjon, foredrag).

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes, noe som etter planen er 20.12.2021. Lydopptak fra intervju med deltakere slettes etter transkribering.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger fra deg basert på ditt samtykke. På oppdrag fra OsloMet – Storbyuniversitetet, har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Dine rettigheter

Navn og kontaktopplysning vil som tidligere beskrevet bli lagret i et password beskyttet system, og er kun ment for at vi skal kunne nå deg, som deltaker i prosjektet, og for framtidig samarbeid i prosjektet.

Du/dere kan når som helst trekke samtykkeerklæringen tilbake uten å måtte begrunne dette nærmere. Alle deltakere og intervju personer kan også på hvilket som helst tidspunkt kreve at de opplysningene de har gitt, slettes. Som deltaker i forskningsprosjektet har du også rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg
- å få rettet personopplysninger om deg

- få slettet personopplysninger om deg
- få utlevert en kopi av dine personopplysninger
- å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

Hvor kan jeg finne ut mer?

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

- OsloMet Storbyuniversitet ved Laura Terragni, [REDACTED]
- Vårt personvernombud: Ingrid S. Jacobsen, tlf.: 67 23 55 34, e-post: personvernombud@oslomet.no

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost (personverntjenester@nsd.no) eller på telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Vitenskapelig assistent

Erica Wie Dia

Signatur, dato

Prosjektansvarlig
Laura Terragni, PhD
Fakultet for helsevitenskap
OsloMet Storbyuniversitetet
ltterragn@oslomet.no

Vitenskapelig assistent
Erica Wie Dia, MSc
Fakultet for helsevitenskap
OsloMet Storbyuniversitetet
ericawie@oslomet.no

Samtykkeerklæring

Dette er en skriftlig samtykkeerklæring. I tillegg, vil vi ved intervju, kort beskrive prosjektet, besvare eventuelle spørsmål, avklare om din rolle er forstått, og om vi fortsatt har ditt samtykke.

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «*God mat, god helse, og nesten voksen*», og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju
- å delta i et spørreskjema
- at intervjuene blir lydinnspilt
- at datamaterialet kan anvendes til prosjektets formål

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Prosjektansvarlig
Laura Terragni, PhD
Fakultet for helsevitenskap
OsloMet Storbyuniversitetet
lterragn@oslomet.no

Vitenskapelig assistent
Erica Wie Dia, MSc
Fakultet for helsevitenskap
OsloMet Storbyuniversitetet
ericawie@oslomet.no

OSLOMET

Vedlegg 4: Intervjuguide

1) Generell informasjon om informanten

Hva er din rolle i institusjonen?

Har dere en matansvarlig på institusjonen?

Hvordan blir man en matansvarlig/stilles det spesielle krav til å bli matansvarlig?

Hvor ofte jobber du der?

Hvor lenge har du jobbet der?

Hvor mange beboere bor på institusjonen?

Hvor ofte er du ansvarlig for å lage mat?

Kan du fortelle om en «typisk dag på jobb»?

2) Organisering av måltider og mattilbud

Hvordan er organiseringen av de ulike måltidene (frokost/lunsj/middag/kvelds)?

Har dere uke eller månedsmeny på institusjonen?

Hvordan er det dere setter opp menyen?

Har dere noen regler som må følges når dere skal sette opp menyen?

Hvem avgjør hva som skal spises de ulike måltidene?

Hvem handler mat?

Hvem lager maten?

Er felles måltider noe som praktiseres på institusjonene?

3) Mattilbud og regler

Hva er det som serveres til de ulike måltidene?

Hva er det ungdommene har tilgjengelig av mat mellom måltidene?

Hva slags mat/drikke er mest populært blant ungdommene?

Har du noen eksempler på mat som er laget fra bunnen av?

Har du noen eksempler på «ferdigmat»?

Hva lager dere til spesielle anledninger?

Dersom dere skiller mellom hverdag og helg gjennom maten serveres- på hvilken måte blir det gjort?

Hva lager dere når man vil kose seg?

Finnes det noen regler for ungdommene når det gjelder kjøp av mat/godteri/brus?

4) refleksjoner rundt måltider

Hvilke betydning mener du at mattilbud har for helse og for ungenes trivsel?

Kan du fortelle om noen positive erfaringer knyttet til mat og måltider?

Kan du dele noen utfordringer knyttet til mat og måltider?

5) Sunn mat

Hva betyr et sunt og variert kosthold for deg?

Hvilken mat tenker du at ungene trenger for å dekke sitt ernæringsbehov?

Har du noen eksempler på sunne retter som dere lager?

Er det forskjell på mat du lager til dine barn eller deg selv, og mat du lager på institusjonen?

Syns du det er lettere å ha et sunt kosthold hjemme enn på institusjonen?

Hva er det som påvirker mest mulighetene til å ha et sunt kosthold på institusjonen (både positive og negative aspekter)?

Er dette med usunn mat et tema som dere drøfter?

Hvordan tror du en måltidsendring i en retning mot et sunnere kosthold ville ha blitt mottatt hos ungdommene og ansatte på din arbeidsplass?

6) Spesielle behov

Hvordan tilrettelegges det for spesielle behov/preferanser?

7) involvering av ungdommer i mat-relaterte aktiviteter

Får ungdommene lov til å lage mat utenom måltidene?

Er ungdommene med på å handle inn mat?

Hvor mye er ungdommene involvert i planlegging og matlaging?

Har de ansvar for opprydding?

Tilbys ungdommene informasjon om mat/kosthold/ernæring på institusjonen, eventuelt på hvilken måte?

8) Kompetanse og tiltak

Hvordan har du fått din kompetanse innenfor å lage mat?

I hvor stor grad føler du at du har kompetanse til å legge til rette for et sunt kosthold på din arbeidsplass?

Hva syns du kunne være et nyttig tiltak for å fremme bedre kosthold på institusjonen?

Hva ville være mest nyttig for deg for å kunne tilby et sunt mattilbud på arbeidsplassen?

Hva tenker du om hvilke kompetanse ungdommene trenger for å kunne meste et sunt kosthold når de skal flytte og bo for seg selv?

Vedlegg 5: Tema, sub-tema og koder

Tema	Sub-tema	Koder
Institusjon		
		Matansvarlig
		Om informanten
		Beboergruppen
Mattilbud		
		Grønnsaker
		Frukt
		Fisk
		Spesielle behov
		Spesielle anledninger
		Mat og drikke utenom måltidene
		Hjemmelaget og ferdigmat
		Populære mat og drikkevarer
Måltider		
	<i>Ukedag</i>	
		Frokost
		Lunsj
		Matpakke
		Middag
		Kveldsmat
	<i>Helg</i>	
		Frokost
		Lunsj
		Middag
		Kveldsmat
		Helgekos
Organisering av måltider		
		Menyplanlegging
		Handling
		Matlaging
		Faste måltider
		Felles måltider
Medvirkning og deltagelse		
		Meny
		Handling
		Matlaging
		Dekke på og rydde av bord
		Belønning
Holdninger og tanker		

		Usunn mat
		Helse og trivsel
	<i>Sunn mat</i>	
		Betydningen av sunn mat
		Ungenes ernæringsbehov
		Ansattes holdninger
		Eksempler på sunn mat
	<i>Utfordringer</i>	
		Budsjett
		Nattmat
		Andre utfordringer
Kompetanse		
		Informasjon om kosthold og ernæring
		Ansattes kunnskap
		Kunnskap ungdommene bør ha
Tiltak		
		Tiltak som kan innføres
		Tanker rundt måltidsendring
		Nyttig tiltak for den enkelte
		Allerede innfør tiltak