

Masteroppgave

Helsevitenskap,
spesialisering i samfunnsernæring
November 2024

Barns forståelse av bærekraft

En tematisk analyse



Kandidatnavn: Margrethe Bækos Riddervold

Emnekode: MAVIT5910

Antall studiepoeng: 30

Fakultet for helsevitenskap

OSLO METROPOLITAN UNIVERSITY
STORBYUNIVERSITETET

Forord

Prosessen med å skrive masteroppgave har vært lang, og til tider tung, men jeg har kommet meg igjennom og er veldig stolt av meg selv! Det har vært spennende å skrive om det jeg mener er et veldig viktig tema.

Jeg ser tilbake på 5 innholdsrike år med viktig utdanning og utvikling innen fagfelt jeg virkelig interesserer meg for, fra bachelor i folkehelsearbeid på UiA, til master i samfunnsnærings ved OsloMet, med et eventyrlig semester i Italia. Jeg er takknemlig for all lærdom på veien, fra inspirerende forelesere, til gode studievenner.

I arbeidet med denne oppgaven ønsker jeg å takke mine dyktige veiledere, Marianne Morseth og Ulrike Liisberg. Dere har vært utrolig gode å ha på veien, og kommet med mange gode innspill og tips som har vært til stor hjelp. Takk til Folkelig, ved Kathrine Marthinsen og Jorunn Lamson, for et spennende tema, og alt det viktige arbeidet dere gjør med Matjungelen, og andre prosjekter – dere inspirerer meg!

Tusen takk til gode venner og familie, som har støttet meg på veien og heiet meg frem til målstreken. Jeg er virkelig heldig.

Det føles godt å lukke kapittelet som student for denne gang, og jeg sitter igjen med motivasjon for veien videre. Jeg gleder meg til å se hvordan jeg, på en eller annen måte, kommer til å bidra inn mot å bedre menneskers helse og ernæring.

Margrethe B. Riddervold
Kristiansand, november 2024

Sammendrag

Bakgrunn: Matjungelen er et aktivitetsprogram utviklet på oppdrag fra Helsedirektoratet for barnehager og skolefritidsordninger, med mål om at tilbudet i løpet av de neste årene skal bli brukt som et nasjonalt folkehelseiltak av så mange barnehager og skolefritidsordninger som mulig. Matjungelens formål er å skape nysgjerrighet og engasjement rundt matens betydning for helse og miljø, gjennom å utforske, leke og lære om mat som er bra for både kroppen og jordkloden. Fokuset på bærekraft, mat og miljø er voksende i verden, og det er behov for at våre kommende generasjoner lærer om og utvikler interesse rundt disse temaene.

Metode: Tematisk analyse av (transkriberte) intervju med 2., 3., og 4. klassebarn fra skolefritidsordninger (SFO) ved 4 ulike barneskoler fra Vestlandet og Viken. Folkelig har gjennomført totalt 14 fokusgruppeintervjuer med barn før og etter kursstart for Matjungelen ved SFO. Barna har i intervjuene blitt vist bilder av ulike situasjoner og fenomen, med tilhørende spørsmål, hvor de har delt sine oppfatninger og tanker rundt temaene.

Resultat: Intervjuene før og etter Matjungelen viste ingen tydelige forskjeller i barnas forståelse av bærekraft, og resultatene ble derfor sett sammen i sin helhet.

Resultatene viste at de fleste barna hadde engasjement og kunnskap om temaene selvforsyning, matsvinn og sunn mat, og knyttet flere av de til ulike aspekter ved bærekraft. Spesielt matsvinn var et tema hvor barna hadde sterke holdninger og meninger om hvorfor det bør unngås. Temaet selvforsyning som omhandlet dyrking og fiske interesserte barna i stor grad da det kunne se ut til at egne opplevelser og erfaringer gjorde at barna engasjerte seg mer. Flere av barna hadde kunnskap om helsemessige fordeler ved inntak av matvaregruppene grønnsaker og fisk.

Konklusjon: Studien viser at barn generelt sett har kunnskap og engasjement for temaer innenfor bærekraft. Matjungelen fremstår som et tiltak som kan fungere for å øke barns forståelse av bærekraft. Effekter av tiltaket bør forskes videre på.

Nøkkelord: barn, bærekraft, mat, matkompetanse, Matjungelen, skolefritidsordningen, folkehelse

Summary

Background: Matjungelen is an activity program developed on behalf of the Directorate of Health, for kindergartens and after-school programs, with the aim that it will be used as a national public health initiative by as many as possible over the next few years. The purpose of Matjungelen is to create curiosity and commitment about the importance of food for health and the environment, through exploring, playing and learning about food that is good for both the body and the planet. The focus on sustainability, food and the environment is growing in the world, and there is a need for future generations to learn about and develop an interest in these topics.

Method: Thematic analysis of (transcribed) interviews with 2nd, 3rd and 4th grade children from after-school care facilities at 4 different primary schools from Vestlandet and Viken. Folkelig has conducted a total of 14 focus group interviews with children before and after the start of Matjungelen. In the interviews, the children were shown pictures of various situations and phenomena and asked questions where they shared their perceptions and thoughts about the topics.

Results: The interviews before and after Matjungelen showed no clear differences in the children's understanding of sustainability, and the results were therefore combined. The results showed that most of the children had interest and knowledge of the topics self-sufficiency, food waste and healthy foods, and connected several of them to various aspects of sustainability. Food waste was a topic where the children had strong attitudes and opinions about why it should be avoided. The children showed great interest in the topic of self-sufficiency, and it seemed that their own experiences made the children more involved. Several children had knowledge of the health benefits of consuming vegetables and fish.

Conclusion: The study shows that children generally have knowledge and are engaged in topics about sustainability. Matjungelen appears to be able to work as a tool to increase children's understanding of sustainability. Further research is needed to measure the effects of Matjungelen.

Keywords: children, sustainability, food, food literacy, Matjungelen, after-school care facilities, public health

Innholdsfortegnelse

Forord.....	2
Sammendrag.....	2
Liste over tabell og vedlegg	6
1.0 Introduksjon	7
1.1 Bakgrunn for valg av tema.....	7
1.2 Problemstilling.....	9
2.0 Bakgrunn.....	9
2.1 Bærekraftig utvikling	9
2.1.1 Barn og bærekraft	11
2.2 Matkompetanse	12
2.3 Skolefritidsordningen	13
2.4 Matjungelen.....	14
2.5 Lignende intervensjoner	15
3.0 Metode.....	17
3.1 Design	17
3.2 Utvalg	18
3.3 Innsamling av data.....	18
3.4 Analyse	19
3.5 Forskningsetiske vurderinger	21
4.0 Resultat.....	22
4.1 Selvforsyning av mat	22
4.1.1 Dyrking; bra for både miljø, smak og lommebok.....	22
4.1.2 Egenfisket fisk smaker bedre	24
4.2 Reduksjon av matsvinn gjennom holdninger og praksis.....	24
4.2.1 Matsvinn er sløsing av ressurser	24
4.2.2 Sunn fornuft for å redusere matsvinn.....	25
4.3 Sunn og bærekraftig mat.....	27
4.3.1 Grønnsaker er bra for kroppen.....	27
4.3.2 Fisk full av gode proteiner.....	27
5.0 Diskusjon.....	28
5.1 Metodediskusjon.....	28

5.2 Resultatdiskusjon	31
5.2.1 Reduksjon av matsvinn sett i sammenheng med bærekraft	31
5.2.2 Sunn og bærekraftig mat med fokus på helsefordeler	32
5.2.3 Selvforsyning som et engasjerende tema	33
5.2.4 SFO som arena	34
5.2.5 Matjungelen som tiltak og intervensjon	35
6.0 Konklusjon.....	37
7.0 Litteraturliste	39

Liste over tabell og vedlegg

Tabell I: Eksempler på kodestrategi.....	21
Vedlegg I: Intervjuguide.....	48
Vedlegg II: Stimulusmateriale.....	50

Forsidebilde: Hentet fra Matjungelens nettsider.

1.0 Introduksjon

1.1 Bakgrunn for valg av tema

Mat i sammenheng med miljø og bærekraft er et tema som har fått stadig større oppmerksomhet de siste årene. FN's bærekraftsmål trådte i kraft 1. januar 2016. Bærekraftsmålene er en felles arbeidsplan for å stoppe klimaendringene, utrydde fattigdom og bekjempe ulikhet ved at alle verdens land sammen skal oppnå 17 mål og 169 delmål innen 2030. Flere av bærekraftsmålene omhandler temaene mat og miljø (FN-sambandet, 2024a). Selv om bærekraftsmål nummer 2; 'Utrydde sult; oppnå matsikkerhet og bedre ernæring, og fremme bærekraftig landbruk' er det eneste målet som direkte nevner ernæring, så er ernæring sentralt for å kunne oppnå flere av de andre målene, på lik linje som at å oppnå andre mål er essensielt for å kunne nå målet om å utrydde sult i verden. Ernæring er knyttet til mål nummer 3 'God helse og livskvalitet', ved at bærekraftig og sunn ernæring kan redusere tidlig død, inkludert ikke-smittsomme sykdommer, for å nevne et eksempel (Grosso et al., 2020). Tilgang på sunn og tilstrekkelig mat som bidrar til et godt liv er en menneskerettighet (FN-sambandet, 2024c).

Bærekraft er et bredt begrep bestående av flere aspekter. Et bærekraftig matsystem er et matsystem som sikrer matsikkerhet og ernæring for alle på en måte som gjør at det økonomiske, sosiale og miljømessige grunnlaget for å sikre matsikkerhet og ernæring for fremtidige generasjoner ikke blir svekket (FAO, 2018). Landbruks- og matdepartementets rapport *Bærekraft i det norske matsystemet* fra 2023 stadfester at "all aktivitet knyttet til mat, fra produksjon via videreføring og distribusjon og til forbruk, har betydning for oppnåelse av flere av bærekraftsmålene" (s. 6). Temaer som maten vi spiser, selvforsyning og matsvinn er da en del av dette. Matsvinn er bortkastede ressurser, og i 2021 ble det estimert at det ble kastet 450 000 tonn spiselig mat i Norge (Landbruks- og matdepartementet, 2023, s. 10; Matsvinnutvalget, 2023, s. 10). Regjeringen, i samarbeid med matbransjen, har et mål om å halvere mengden mat vi kaster i Norge innen 2030. Skal målet nås, må alle ledd i verdikjeden involveres, også forbrukerne. Større grad av selvforsyning vil bidra til økt beredskap og en mer klima- og miljøvennlig matproduksjon, som igjen vil sørge for sunn og trygg mat. Sunn, trygg, og bærekraftig mat er nødvendig for en frisk

befolkning; en viktig forutsetning for bærekraftig utvikling (Landbruks- og matdepartementet, 2023, s. 8-10).

Verdens befolkning har nesten doblet seg i løpet av de siste 70 årene, og det er estimert å bli nærmere 8 milliarder mennesker på jordkloden innen 2030 (Grosso et al., 2020). Denne økningen er av stor bekymring for miljøet. Ikke bare vil dette forverre den allerede manglende evnen til å opprettholde bærekraftig utvikling for kommende generasjoner, men uten forebyggende tiltak for bærekraftig utvikling og sunn aldring, vil risikoen for kroniske sykdommer og ukontrollerbare miljøpåvirkninger som kan forårsake alvorlige trusler for menneskers helse bli et stort problem (Grosso et al., 2020). For å kunne bevege seg mot målet om bærekraftig utvikling kreves det grunnleggende endringer i menneskers holdninger og atferd, hvor utdanning spiller en avgjørende rolle (UNESCO, 1997, s. 1). Ved å integrere bærekraftig utvikling i tidlig utdanning, får barn muligheten til å utvikle positiv miljørettet atferd og kunnskap som kan danne grunnmuren for å ta aktive roller i fremtiden mot en bærekraftig verden (Kahriman-Pamuk et al., 2019 s. 195).

Sosiale ulikheter i helse er en folkehelseutfordring som danner en gradient gjennom befolkningen. Sosioøkonomiske helseforskjeller er helseforskjeller som påvirkes av økonomiske og sosiale faktorer som utdanning, yrke og inntekt (Helsedirektoratet, 2018c). Disse faktorene som bidrar til sosiale ulikheter i helse er sosialt skapt, og kan påvirkes gjennom folkehelseiltak (Helsedirektoratet, 2018c; Sletteland & Donovan, 2012, s. 47). Folkehelseiltak mot sosial ulikhet i helse kan gjennomføres i oppvekstsektoren, som i Norge blant annet består av barnehage, skole, og skolefritidsordningen (Sletteland & Donovan, 2012, s. 48). Investeringer i barne- og ungdomsårene er vist å være mer effektive enn investeringer senere i livet, og kan legge et viktig grunnlag for god helse i et livsløpsperspektiv (Helsedirektoratet, 2018a, s. 10). Matjungelen har som mål å fungere som et sosialt utjevneende nasjonalt folkehelseiltak ved å bidra inn mot positiv atferd og kunnskap rettet mot miljø, mat og helse blant barn og unge fra alle samfunnslag (Departementene, 2017, s. 36; Marthinsen, u.å.; Matjungelen, u.å.a).

1.2 Problemstilling

Problemstillingen for denne studien er "Hvordan snakker barn i SFO om relevante temaer for bærekraft knyttet til aktivitetsprogrammet Matjungelen?"

Studiens hensikt er å danne et bilde av barns forståelse av bærekraft. Ved å analysere de gjennomførte intervjuene er det ønskelig å kunne kartlegge barnas forståelse og syn på bærekraft ved hjelp av relevante undertemaer. Studien vil kunne bidra inn mot utvikling og forbedring av kursmateriale for Matjungelen for å treffe målgruppen enda bedre, og for at tiltaket skal kunne fungere etter hensikten, som et nasjonalt folkehelseiltak.

2.0 Bakgrunn

2.1 Bærekraftig utvikling

Bærekraftig utvikling defineres som "utvikling som imøtekommer dagens behov uten å ødelegge mulighetene for at kommende generasjoner skal få dekket sine behov når det gjelder økonomi, miljø og sosiale forhold." (FN-sambandet, 2024b). Begrepet kommer fra rapporten *Vår felles framtid* utgitt i 1987 (Verdenskommisjonen for miljø og utvikling, 1987). Ved rapportens utgivelse var Verdenskommisjonen for miljø og utvikling ledet av daværende statsminister Gro Harlem Brundtland, også omtalt som Brundtland-kommisjonen. Rapporten ble en milepæl i FNs medlemslands arbeid med miljø- og utviklingsspørsmål. I begrepet bærekraftig utviklings definisjon anerkjennes det at vi kun har én jordklode, med begrensede ressurser, og det er i alle menneskers felles interesse å ta vare på den (FN-sambandet, 2024b).

Bærekraftig utvikling består av tre ulike dimensjoner. Klima og miljø, økonomi, og sosiale forhold (FN-sambandet, 2024b). Sammenhengen mellom disse tre dimensjonene er avgjørende for bærekraft. Klima og miljø handler hovedsakelig om klimagassutslipp som fører til global oppvarming og klimaendringer, som blant annet ekstremvær. Dette gjør oss sårbare når det kommer til sult- og naturkatastrofer, som igjen kan føre til kamp om naturressurser. Her er fattige land mer sårbare og rammes ofte hardest (FN-sambandet, 2024b). Økonomisk bærekraft handler om å sikre økonomisk trygghet for mennesker og samfunnet generelt. Det er stor ulikhet mellom fattige og rike i verden i dag, og økonomisk vekst er da spesielt viktig for fattige land.

Å gjøre økonomien bærekraftig, slik at den holder seg innenfor naturens tåleevner, men samtidig sikrer menneskers behov er en utfordring. Sosial bærekraft handler om å sørge for at alle mennesker har et rettferdig og godt grunnlag for et anstendig liv. Dette er knyttet til menneskerettighetene. Likestilling, gode helsetilbud, anstendig arbeid, utdanning, og kulturelt mangfold er relevant for sosial bærekraft (FN-sambandet, 2024b).

I Meld. St. 40 (2020-2021) kom regjeringen med planen *Mål med mening – Norges handlingsplan for å nå bærekraftsmålene innen 2030*. Alle land og alle deler av samfunnet må stå sammen om bærekraftsmålene, og regjeringen mener at Norge har et stort ansvar for å bidra til at målene skal kunne oppnås innen 2030, både innenlands og i resten av verden. I meldingen til Stortinget beskriver regjeringen Norges utfordringer i forhold til de 17 bærekraftsmålene, og de 169 delmålene, og beskriver deres politikk på disse områdene. Ulike organisasjoner og virksomheter fra alle samfunnssektorer har bidratt med innspill inn mot handlingsplanen. Hensikten er at Norges innsats skal bli mest mulig målrettet for å nå målene innen 2030 (Meld. St. 40 (2020-2021)).

Alle former for matproduksjon bidrar til utslipp (Landbruks- og matdepartementet, 2023, s. 8). Hva vi mennesker spiser, og hvordan matsystemet dyrker, prosesserer, transporterer og selger mat har store innvirkninger på klimaendringer, energibruk, vannbruk, arealbruk, jordsmonn, biologisk mangfold og avfall. Ulike kosthold, eller forbruk av matvarer, vil påvirke forholdet mellom produksjon og inntak på forskjellige måter (Mason & Lang, 2017, s. 120). Et bærekraftig kosthold er enkelt sagt et godt kosthold for både menneskers og økosystemets helse, og dette kan se forskjellig ut i forskjellige deler av verden (Mason & Lang, 2017, s. 306; s. 337). I Norge vil det å ha et bærekraftig kosthold bety å spise mer plantebasert mat, og mer fisk, mindre kjøtt, spise mer norskprodusert, gjerne lokalprodusert mat, samt å redusere matsvinn (Folkehelseinstituttet, 2024). For å sikre global matsikkerhet, mot en bærekraftig utvikling, er endring i dagens matsystem avgjørende, fra produksjon til forbrukeratferd (FN-sambandet, 2024c).

2.1.1 Barn og bærekraft

Skole og barnehage er viktige arenaer i arbeidet med utdanning for bærekraftig utvikling. I *Revidert strategi for utdanning for bærekraftig utvikling 2012-2015* var visjonen at Norge skal ha et utdanningssystem som bidrar til bærekraftig utvikling lokalt og globalt, slik at barn og unges kompetanser utvikles til at de kan bidra til bærekraftig utvikling i samfunnet og i naturen (Kunnskapsdepartementet, 2012, s. 5). I den siste læreplanen fra 2020 (Utdanningsdirektoratet, 2020) ble bærekraftig utvikling introdusert som et tverrfaglig tema i skolen. Målet er at elever skal lære og forstå utviklingstrekk i samfunnet og grunnleggende dilemmaer relatert til bærekraft, samt hvordan de kan løses. Kunnskapsløftet skal gjennom arbeid med temaet føre til økt kompetanse blant barn og unge som gjør dem i stand til å handle etisk, miljøbevisst, og ta ansvarlige valg. Sammenhengen mellom de ulike aspektene ved bærekraftig utvikling, nevnt ovenfor, skal være sentralt (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 15).

Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold (2017-2021) inneholder en kombinasjon av tiltak som retter seg både mot den enkelte, og strukturelle eller befolkningsrettede tiltak rettet mot måltidsglede og sunne kosthold for å fremme helse og forebygge kostholdsrelaterte sykdommer for hele befolkningen. Hensikten er også at tiltakene skal bidra til å oppfylle FNs bærekraftsmål (Departementene, 2017, s. 6-8). I handlingsplanen er det stort fokus på barn og unge. Det nevnes blant annet at det er viktig at denne målgruppen utvikler et bredt spekter av smaksreferanser i ung alder, slik at de i større grad blir inspirert til å spise mer variert. I barns miljø kan foreldre og andre voksne spille en viktig rolle for å bidra til at barn opplever nye smaker og matopplevelser (Departementene, 2017, s. 18).

Under tiltak for å styrke praktiske ferdigheter nevnes det i handlingsplanen at for å fremme matglede og matkompetanse blant barn og unge, bør de få kunnskap og ferdigheter om matens næringsinnhold, råvarer, ulike smaker, tilberedningsmåter og hygiene. Reduksjon av matsvinn, bedre utnyttelse av mat, råvarer og rester nevnes som utfall av slik kunnskap, sammen med forståelse av hvordan et kosthold i tråd med kostrådene, tilpasset ulike tradisjoner og kulturer, kan settes sammen (Departementene, 2017, s. 37). Barn og unge er en prioritert målgruppe, og arenaer hvor barn samles, som barnehage, skole, og skolefritidsordningen (SFO), er viktige å

rette fokus mot for å fremme utvikling av bærekraftig matkompetanse (Departementene, 2017, s. 8; s. 37).

2.2 Matkompetanse

Matkompetanse springer ut fra begrepet helsekompetanse. Matkompetanse beskriver ideen om ferdigheter og kunnskaper relatert til mat og ernæring, og spiller en hovedrolle for å fremme transformasjonen av dagens matsystem mot sunne og bærekraftige kosthold (Ares et al., 2024, s. 536; Truman, 2017, s. 365). Ifølge Ahmadpour et al. (2020) er det å forbedre barns matkompetanse en grunnleggende oppgave som krever detaljert planlegging (s. 175). Elsborg et al. (2022) referer til matkompetanse som et individs forutsetninger for engasjement med mat, og dette kan knyttes tett opp mot barns forståelse av bærekraft og Matjungelens hensikt:

Barns matkompetanse er definert i form av fem kompetanser: "å vite" (f.eks. matrelatert kunnskap), "å gjøre, (f.eks. matlagingsferdigheter), "å sanse" (f.eks. utforske sanseopplevelser) "å bry seg" (f.eks. ta vare på seg selv og andre) og "å ville" (f.eks. vilje til å ta standpunkt og handle). (Elsborg et al., 2022, s. 1)

En artikkel om bærekraftig matkompetanse hevder at bærekraftige dietter og matsystemer anses som essensielle aspekter ved matkompetanse (Teng & Chih, 2022, s. 776). Pendergast & Dewhurst (2012) mener at matkompetanse handler om mer enn bare individuell helse, ernæring og velvære, og at det også bidrar til menneskers forståelse av innvirkningen matvalgene deres har for både miljø og sosial utvikling (s. 251). Ifølge Vidgen og Gallegos (2014) kan matkompetanse deles inn i 4 ulike komponenter; planleggings- og ledelsesferdigheter, utvalg, tilberedning, og spising (s. 55). Disse komponentene handler om praktiske kunnskaper og ferdigheter, og kan sees i sammenheng med deltaking og medvirkning med tanke på barns utvikling av slike kunnskaper knyttet til matkompetanse.

2.3 Skolefritidsordningen

Opplæringsloven fra 2023 § 4-5 tilsier at “kommunen skal ha tilbud om skolefritidsordning før og etter skoletid for elever på 1. til 4. trinn og for elever med særskilte behov på 1. til 7. trinn.”. Formålet til SFO er å gi barn omsorg og tilsyn gjennom lek og kultur- og fritidsaktiviteter før og etter skoletid. Aktivitetene i SFO skal tilpasses barnas alder, interesser, og funksjonsevne (Opplæringsloven, 2023, § 4-5).

Skolefritidsordningen er ikke en del av skolen. Ordningen kan være enten kommunal eller privat, og kan organiseres på mange ulike måter (Kunnskapsdepartementet, 2024; Wendelborg et al., 2018, s. 32). Det er ikke krav om pedagogisk personale i SFO (Kunnskapsdepartementet, 2024). Tall fra Grunnskolens Informasjonssystem (GSI) viser at av de som jobber i SFO er omtrent 8% utdannet lærer- eller barnehagelærer, 44% har fagbrev i barne- og ungdomsarbeiderfaget, og rundt 48% har annen kompetanse (Utdanningsdirektoratet, 2023/24).

Meld. St. 6 (2019-2020) rapporterer om at kvalitetsforskjellene blant SFO-ene rundt om i landet er store, hvor noen SFO-er satser på pedagogiske planer og et godt innhold for barna, mens andre satser mindre på innholdet i SFO-hverdagen (Kunnskapsdepartementet, 2019). I *Nasjonal evaluering av skolefritidsordningen i Norge* kom det frem at de færreste kommunene bruker SFO som et strategisk virkemiddel for å oppnå ulike målsettinger (Wendelborg et al., 2018, s. xiii). Stortingsmeldingen sier at et godt SFO-tilbud blant annet kan bidra til inkludering og utjevning av sosiale ulikheter (Kunnskapsdepartementet, 2019).

Totalt 174 404 barn over alle klassetrinn, og over 90 prosent av landets førsteklassinger deltar i skolefritidsordningen (Kunnskapsdepartementet, 2024; Utdanningsdirektoratet, 2023/24). Disse store tallene kan muligens skyldes at regjeringen innførte et tilbud om 12 timer gratis SFO per uke for alle førsteklassinger fra høsten 2022. Tilbudet har videre blitt utvidet til å også gjelde andreklassinger fra høsten 2023, og også tredjeklassinger fra høsten 2024 (Kunnskapsdepartementet, 2024). St. Meld 6 (2019-2020) påpeker at SFO, blant skole og barnehage, er en av de viktigste fellesarenaene for barn og unge (Kunnskapsdepartementet, 2019). SFO har en viktig helsefremmende og forebyggende funksjon, og utgjør for barn en unik læringsarena utenfor hjemmet (Staib et al., 2013, s. 9).

Rammeplanen for SFO har fokus på bærekraftig utvikling. Ifølge rammeplanen fra Utdanningsdirektoratet skal SFO støtte opp under holdninger, verdier og handlinger som fremmer bærekraftig utvikling. Dette er i tråd med FN-sambandets undervisningsopplegg om bærekraftig utvikling som setter lys på det globale samspillet mellom økonomiske, miljømessige og sosiale forhold, og forståelse om hvordan verdens utfordringer henger sammen (FN-sambandet, 2024a). Videre i rammeplanen står det at SFO skal bidra til utvikling av naturglede, og lære barna å ta vare på seg selv, hverandre og naturen, samt oppmuntre barn til å reflektere, handle etisk og miljøbevisst, ta veloverveide valg og vise solidaritet (Utdanningsdirektoratet, 2021, s. 9). Utover dette er det ingen krav til struktur eller organisering for hvordan å knytte rammeplanens krav inn i SFO. Et aktivitetsprogram som Matjungelen kan fungere som et nyttig og helhetlig verktøy.

2.4 Matjungelen

Matjungelen ble utviklet for å være et ledd i oppfølgingen av den nasjonale handlingsplanen for bedre kosthold (2017-2021), og er et gratis aktivitetsprogram for barn i barnehage og SFO/aktivitetsskolen (AKS). Matjungelens innhold er kunnskapsbasert, og utviklet med utgangspunkt i *Nasjonalfaglig retningslinje for mat og måltider i barnehagen*, *Nasjonalfaglig retningslinje for mat og måltider i skole og SFO* og Helsedirektoratets kostråd. Kurset er utviklet av Folkelig på oppdrag fra Helsedirektoratet, i samarbeid med Høyskolen på Vestlandet, Opplysningskontoret for frukt og grønt, og Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet (Matjungelen, u.å.a). Den nasjonale handlingsplanen for bedre kosthold (2017-2021) beskriver tiltak som Matjungelen som "et tiltak som tilrettelegger for barn som endringsagenter for matglede, sunt kosthold og bærekraft, uten å pålegge barna ansvar for eget eller voksnes kosthold" (Departementene, 2017, s. 36). Slike tiltak har et mål om å i størst mulig grad involvere barn fra alle samfunnslag for å redusere sosial ulikhet i helse og kosthold (Departementene, 2017, s. 36).

Matjungelen har som formål å skape nysgjerrighet og engasjement rundt matens betydning for miljø og helse. Barns engasjement smitter raskt over på andre, og Matjungelen har derfor et langsiktig mål om at barn også kan påvirke andre rundt seg i positiv retning, til å ta bedre matvalg for kroppen og jordkloden. Aktivitetene i

Matjungelen er lekpreget og fleksible, og dekker flere temaer som kan knyttes til rammeplanen for SFO (Matjungelen, u.å.a).

Aktivitetene til Matjungelen arrangeres av de voksne som jobber på SFO. Opplæring for de voksne i forkant av Matjungelen skjer i form av e-læring og ved hjelp av pedagogisk materiell knyttet til aktivitetsopplegget. Opplegget er satt sammen på en måte som gjør at hver enkelt SFO kan justere aktivitetene slik at de passer inn i deres SFO-hverdag. Innholdet er delt inn i 12 ulike temaer innen miljø, mat og helse, med et tema for hver måned, tilhørende relevante aktiviteter og kompetanseheving for både barn og ansatte. Temaene kan for eksempel variere fra bærekraftig mat, fra jord til bord, og plast og resirkulering. Aktiviteter innenfor de ulike temaene kan være å smake på og sammenligne ulike eplsorter, dyrke planter, ha sorteringsstafett, lære om symboler knyttet til ulike typer brød, lage smoothies, eller smake på eksotiske frukter, for å nevne noen eksempler. 1660 SFO og barnehager fra over 240 ulike kommuner er allerede brukere av Matjungelen (Matjungelen, u.å.b).

2.5 Lignende intervensjoner

Tidligere forskning rundt lignende intervensjoner som Matjungelen og barns forståelse av bærekraft fremstår mangelfullt. Det har vært utført ulike intervensjoner knyttet til barn og unge med lignende konsepter og relevante temaer som matkompetanse, kosthold, bærekraft, og miljøbevissthet.

En dansk studie av Elsborg et al. fra 2022 har sett på effekten av en skolebasert intervensjon rettet mot barns matkompetanse, helsekompetanse og trivsel på skolen med en 5-dagers leirskole som arena. Studiens utvalg bestod av 640 barn fra ulike deler av Danmark i alderen 12-13 år. Intervensjonens hensikt var å oppmuntre til en sunnere livsstil gjennom elevens opplevelser relatert til ren og sunn mat, matlaging, og læringsaktiviteter med temaene mat og måltider, helse og trivsel, og bærekraft. Leirskolen bestod av både praktiske og teoretiske aktiviteter som matlaging, både innendørs og utendørs med fokus på sunn og bærekraftig mat, gårdsbesøk, og undervisning om temaer som matsvinn og bruk av sansene i matlaging. Resultatene viste en positiv effekt på noen av dimensjonene innenfor

matkompetanse blant skoleelevene. Disse dimensjonene var "å vite", "å gjøre" og "å sanse", som tidligere ble nevnt i denne oppgaven (Elsborg et al., 2022).

Scazzocchio et al. (2021) har utviklet et ernæringsutdanningsprogram i skolen med mål om å øke helse- og matkompetanse for barn mellom 6 og 13 år. En pilotstudie for utdanningsprogrammet med fokus på frukt og grønnsaker ble gjennomført i en mindre by i Italia med 1235 barn mellom 8 og 10 år som deltakere. Pilotstudien bestod av teoretiske presentasjoner om matkjeden og om frø og frukt, samt praktiske aktiviteter rettet mot grønnsaker som for eksempel å lage grønnsakshage fra matsvinn. I tillegg fikk de utdelt oppskrifter om sesongbasert mat for å også involvere foreldre og introdusere barna for nye smaker. Resultatene etter pilotstudien viste en generell økning i barnas ernæringskunnskaper knyttet til frukt og grønnsaker, relatert til aktivitetene og undervisningen (Scazzocchio et al., 2021).

En RCT-studie fra 2021 har sett på om intervensjoner som omhandler matmiljø forbedrer matkunnskaper, trivsel og kostholdsvaner blant barneskolebarn. 15 skoler i Nord-Irland med totalt 903 barn i aldersgruppene 6-7 og 10-11 år utførte en av fire forskjellige 6-måneders intervensjoner. To av intervensjonene hadde ulike fokus relatert til matmiljø, hvor den tredje intervensjonen var en kombinasjon av begge intervensjonene, og den fjerde var en kontrollgruppe. En av de to intervensjonene med fokus på matmiljø hadde som mål å endre matmiljøet for hele skolen, gi barna matrelaterte opplevelser og eksponering for lokalprodusert mat. Den andre intervensjonen var en alderstilpasset, tverrfaglig pedagogisk intervensjon om mat, landbruk og ernæringsvitenskap. Resultatene viste at intervensjonen som endret skolens matmiljø og brukte matrelaterte opplevelser viste signifikant økning i blant annet matkunnskaper og matlagingsferdigheter (Brennan et al., 2021).

I Indonesia ble det i 2022 gjennomført en studie med fokus på kommunikasjon av kunnskap om bærekraft gjennom erfaringsbasert læring og historiefortelling for 74 skoleelever i alderen 9 til 11 år. Læringsaktivitetene bestod av workshops om dyrking, og om miljøtrusler, hvor foreldre også var involvert i sistnevnte. Intervensjonen hadde fokus på at barna skulle bruke kreativiteten ved å lage korte filmer etter de ulike workshopene hvor de skulle fortelle historier rundt temaene, som også ble brukt som evaluering for hva de hadde lært. Resultatene viste at denne

formen for læringsaktiviteter førte til viktig læring for barna knyttet til miljøbevissthet, sosialt ansvar og urbant jordbruk (Arief et al., 2022).

3.0 Metode

3.1 Design

Denne studien har et kvalitativt design da hensikten var å få en forståelse og innsikt i menneskers erfaringer og opplevelser. Kvalitative metoder brukes for å analysere og utforske kvaliteter og egenskaper ved et fenomen. Ved bruk av intervju som metode kan kunnskap om menneskers opplevelser og erfaringer utforskes og analyseres (Malterud, 2002).

Fokusgruppeintervju er en kvalitativ forskningsmetode ved bruk av diskusjon eller samtale i grupper (Malterud, 2012, s. 18). Litteraturen beskriver fokusgrupper bestående av en moderator og mellom alt fra 3 til 12 deltakere (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 179; Malterud, 2012, s. 39-40; Tjora, 2021, s. 138). Malterud (2012), ut ifra hennes egne erfaringer, anbefaler grupper bestående av 5 til 8 deltakere (Malterud, 2012, s. 40). Fokusgruppeintervjuer er egnet for å samle inn data som omhandler deltakernes oppfatning og erfaring relatert til et bestemt tema. Fokusgruppeintervju kan fungere engasjerende på deltakerne ved at man kan kommentere på hverandres uttalelser, dele og sammenligne meninger og erfaringer. Dette vil resultere i en annen type kunnskap enn ved individuelle intervju, siden konteksten er ulik (Malterud, 2012, s. 18-22). Metoden kan virke mindre truende for deltakere sammenlignet med individuelle intervju, og i tillegg er fokusgruppeintervjuer mindre ressurskrevende ved at man utvikler intervjudata fra flere deltakere samtidig (Malterud, 2012, s. 22; Tjora, 2021, s. 137). I denne studien var målet å undersøke fenomener som gjelder felles synspunkter, holdninger og erfaringer i et miljø hvor mange mennesker samhandler, som gjør fokusgrupper til en relevant forskningsmetode (Malterud, 2012, s. 22).

3.2 Utvalg

Det ble gjennomført totalt 17 fokusintervju med barn før og etter de startet med Matjungelen. Barna som ble intervjuet var 2., 3., og 4. klassebarn fra SFO ved 6 ulike barneskoler, 4 fra Vestlandet og 2 fra Viken. Utvalget av SFO-er ble gjort ved strategisk utvelgelse, med inklusjonskriterier basert på SFO-er som ikke allerede var deltakere i Matjungelen, men som ønsket å starte med dette aktivitetsprogrammet. Det var en utfordring å rekruttere SFO-er, blant annet siden flere SFO-er, særlig på Vestlandet, allerede hadde testet aktivitetsprogrammet Matjungelen fra før. Kontakten med SFO-ene ble opprettet av prosjektleder for Matjungelen. Etter første intervjurunde falt to SFO-er bort fra studien da de ikke kom i gang med Matjungelen til planlagt tid, en fra Vestlandet og en fra Viken. Datamaterialet brukt i denne oppgaven er bestående av 14 intervjuer fra 4 ulike SFO-er, hvor til sammen 46 barn ble intervjuet.

Det var ønskelig med variasjon i utvalget, noe som til dels ble oppnådd, basert på at både bynære og mer landlige SFO-er ble representert, samt noe spredning fra ulike deler av landet. Utvalget av barna fra de ulike SFO-ene var basert på at styrer ved SFO-ene valgte ut barn til intervju. Dette var i stor grad basert på barn som hadde tid og lyst, og som var til stede den dagen intervjuene skulle skje, samt at foreldrene samtykket til at de kunne få delta i intervjuene.

3.3 Innsamling av data

Fokusgruppeintervjuene med barna ble gjennomført høsten 2021 før oppstart med Matjungelen, og høsten 2022 etter oppstart med Matjungelen. Intervjuene ble gjennomført av både forskere og masterstudenter tilknyttet prosjektet. De første intervjuene gjennomførte de sammen for å samkjøre fremgangsmåten, før de gjennomførte resten av intervjuene hver for seg. Det var ulike barn til intervju før og etter da det var ønskelig å se om det var noen forskjell på gruppenivå blant barna. Det var ønsket intervju med barn av samme alder både før og etter, derav ble ikke de samme barna intervjuet. Intervjuene ble gjennomført som fokusgrupper med 2 til 5 barn i hver gruppe, ved bruk av en semistrukturert intervjuguide (**Vedlegg I**) med bilder som stimulusmateriale (**Vedlegg II**). Bildene var basert på temaene i Matjungelen, og ble brukt for å engasjere barna og koble dem opp til temaene som

ble diskutert. Det ble tatt opptak av intervjuene, som senere ble transkribert. Intervju med bilder ble testet i en pilot på jevnaldrende barn, i hovedsak for å se om bildene traff temaene, noe som ble vurdert til å fungere.

3.4 Analyse

Ved bruk av tematisk analyse (TA) som metode ble de kvalitative dataene fra fokusgruppeintervjuene analysert. Ifølge Braun & Clarke (2006) er en tematisk analyse en metode for å identifisere, analysere og rapportere mønstre i data. En tematisk analyse organiserer og beskriver datasett i detalj, men går ofte lenger enn dette, og tolker ulike aspekter ved forskningstemaet. TA er mye brukt og skiller seg fra andre analytiske metoder som søker å beskrive mønstre på tvers av kvalitative data (Braun & Clarke, 2006, s. 6-8). Prosessen i TA følger seks ulike faser, og starter når forskeren begynner å legge merke til, og se etter, meningsmønstre og spørsmål av potensiell interesse i dataene. Endepunktet er rapportering av innholdet og betydningen av mønstre i dataene (Braun & Clarke, 2022, s. 6). TA beskrives som en fleksibel metode, hvor man ikke kan forvente å ha en lineær progresjon gjennom analyseprosessen (Braun & Clarke, 2006, s.5; 2022, s. 36).

Fase 1 av den tematiske analysen er å bli kjent med dataene (Braun & Clarke, 2022, s. 43). Dette ble gjort ved å lese gjennom alle intervjuene flere ganger og notere ned interessante og mulige relevante funn fra hvert enkelt intervju. I tillegg ble det laget oppsummerende sammendrag fra intervjuene for å lettere visualisere eventuelle mønstre, her ved å lage ett for intervjuene før oppstart med Matjungelen og ett for intervjuene etter oppstart med Matjungelen for å se etter forskjeller. Som poengtert av Braun & Clarke (2022) er dette en viktig prosess for alle som gjennomfører en tematisk analyse, og spesielt om man ikke selv har gjennomført datainnsamlingen, som i dette tilfelle (s. 43).

Fase 2 består av å generere koder. De transkriberte intervjuene ble overført til analyseprogrammet Nvivo 12, hvor relevante data relatert til oppgavens problemstilling ble systematisk kodet. Her ble alle intervjuene igjen gjennomgått flere ganger hvor interessante segmenter ble trukket ut fra dataene og sortert under ulike koder (Braun & Clarke, 2022, s. 60-61). Det ble gjennomført en kombinasjon av

forhåndsbestemt koding og begrepsstyrt koding. Dette ved at noen koder ble dannet på forhånd etter hva som allerede hadde fremstått interessant og ble sett på som mulige temaer etter fase 1, og i sammenheng med de ulike temaene i intervjuene. I tillegg ble flere koder til etter hvert som det dukket opp ytterligere relevante segmenter i dataene som trengte en passende kode, beskrevet som begrepsstyrt koding (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 227). Dette var en omfattende prosess hvor det var nødvendig å kode i flere omganger ettersom det ble dannet nye koder underveis i prosessen, men en viktig forberedelse for de neste stegene som omhandlet dannelse av temaer (Braun & Clarke, s. 69-70).

Fase 3, 4 og 5 flyter litt inn i hverandre da de alle handler om dannelse av temaer. Braun & Clarke (2022) beskriver denne delen som "å utforske uttrykk for delte eller lignende ideer eller betydninger, på tvers av ulike kontekster" (s. 77). Først ble kodene brukt for å generere potensielle undertemaer, ved å slå sammen lignende eller overlappende koder, og samle alle de kodede dataene som var relevante for hvert tema. Disse kodene ble etter hvert sortert i undertemaer og hovedtemaer. **Tabell I** viser eksempler på hvordan sitater gikk fra koder til undertemaer og hovedtemaer. I dette stadiet ble fortsatt dataene fra før- og etter-intervjuene holdt hver for seg, og det ble brukt summering for å blant annet se om det var forskjeller i hvor ofte kodene var nevnt i de ulike gruppene (før og etter). Fase 4 og 5 av analysen består av å gå igjennom temaene, og videre definere og gi temaene passende og beskrivende navn. Fase 6 består av å produsere rapporten, som vil si resultatdelen for denne oppgaven (Braun & Clarke, 2022, s. 35-36). Veilederne bistod i analyseprosessen med å kontrollere at koder, temaer og undertemaer belyste det utvalgte datamateriale og var relevant for problemstillingen. En av veilederne har også vært med på å utvikle intervjuguiden, i tillegg til å ha gjennomført noen av intervjuene brukt i denne studien.

Tabell I: Eksempler på kodestrategi.

Sitat	Kode	Undertema	Hovedtema
“Det hjelper mot klimaendringene fordi at hver gang mat blir laget så, og fraktes så slippes det ut mye klimastoffer så det er lurt å dyrke sin egen mat så det blir bedre for klima og miljøet.”	Dyrking er miljøvennlig	Dyrking	Selvforsyning
“Man må jo ikke kaste det, men bruke det. Når man kjøper mat så må man bruke det, ikke kaste det. Det er sløsing av mat og sløsing av penger.”	Matsvinn er sløsing av penger	Holdninger til matsvinn	Reduksjon av matsvinn
“De burde man få i seg, også blir man veldig sterk fordi de er mange proteiner i ...”	Det er bra å spise grønnsaker	Grønnsaker	Sunn og bærekraftig mat

3.5 Forskningsetiske vurderinger

Dataene som ble brukt i denne masterstudien var allerede ferdig innsamlet. Utvalget var anonymt, og ingen sensitiv eller personlig informasjon ble samlet inn. Av den grunn var det ikke nødvendig å rapportere denne studien til *Kunnskapssektorens tjenesteleverandør* (Sikt) eller søke om godkjenning fra *Regionale komiteer for medisinsk helsefaglig forskning* (REK). Innsamlingen av datamateriale brukt i denne studien ble rapportert og godkjent av Sikt (Nr. 226168). Deltakelse i studien var frivillig, og foreldrene gav samtykke for at barna kunne være med i studien. Infoskriv og samtykkeskjema ble delt med foreldre på e-post via SFO-styrer. Intervjuene ble kodet slik at det ikke er mulig å gjenkjenne deltakerne, og i transkriberingen ble det kun brukt kjønn eller nummere for å beskrive barna.

4.0 Resultat

Gjennom analyse av intervjuene ble hovedtemaer og undertemaer relevante for denne studien valgt ut. Funnene ble derav delt inn i hovedtemaene selvforsyning av mat, reduksjon av matsvinn gjennom holdninger og praksis, og sunn og bærekraftig mat. Under hovedtemaet selvforsyning er det to undertemaer, et om dyrking og et om fising. Under hovedtemaet reduksjon av matsvinn er det to undertemaer som omhandler holdninger til matsvinn og praksis rundt matsvinn. Under hovedtemaet sunn og bærekraftig mat er det to undertemaer som omhandler grønnsaker og fisk.

Da det i analysedelen ikke ble observert noen tydelige forskjeller i hva barna snakket om relatert til temaene mellom før- og etter-intervjuene, ble disse slått sammen i produksjon av resultatene. Resultatene fra alle intervjuene presenteres derfor samlet.

4.1 Selvforsyning av mat

4.1.1 Dyrking; bra for både miljø, smak og lommebok

Bærekraft knyttet til dyrking ble nevnt av flere barn. De fokuserte stort sett på at det krever mindre utslipp og skaper mindre forurensning å dyrke selv, og at maten på den måten både blir kortreist og mer miljøvennlig enn den man kjøper fra butikken. Det ble hovedsakelig nevnt utslipp i form av transport for å frakte maten fra gård og fabrikk til butikk.

“Det hjelper mot klimaendringene fordi at hver gang mat blir laget så, og fraktes så slippes det ut mye klimastoffer så det er lurt å dyrke sin egen mat så det blir bedre for klima og miljøet.” – Barn 11, SFO A

Ett av barna kom inn på tema rettet mot tilgjengelighet og redusert matsvinn ved dyrking, ved at man selv kan beregne mengden mat man trenger og dyrke deretter, i stedet for å ende opp med for store mengder mat om man handler fra butikken.

“Og sånn trenger man ikke å kaste så mye mat, for i en pakke er det veldig mye, men hvis man bare dyrker det selv kan man jo bare bestemme hvor mange man vil ha fra jorden?” – Barn 10, SFO B

Mange av barna snakket om de økonomiske fordelene å dyrke sin egen mat kan ha. Flere mente det er billigere å dyrke maten selv sammenlignet med å kjøpe fra butikken, og at det på den måten også er mer praktisk å dyrke egen mat ovenfor å kjøpe.

“Hvis man vil spare penger, så kan man prøve å dyrke frukt og grønnsaker hjemme, og fiske selv. Da kan man gjøre ting billigere.” – Barn 2, SFO D

Flere av barna var kreative til hvordan man kunne få til å dyrke selv om man ikke har egen hage. Mange sa at de dyrket mat inne hjemme, eller at de hadde prøvd dette før, og så på det som en løsning man kan benytte seg av for å bli mer selvforsynt. Et barn nevnte også at det er mulig å dyrke på dugnad.

“Sånn som noen her i byen, de har ikke plass til hage. Så kan de ikke dyrke. Men de kan dyrke hjemme, inne.” – Barn 1, SFO A

Generelt virket alle positive til konseptet dyrking. Flere beskrev konseptet med at man kun trenger frø eller roten av det man ønsker å dyrke, og med jord og vann så er det mulig å dyrke mat selv, uten at det krever mye eller er vanskelig å få til.

“Det som er så fint med poteter det er at har man bare en potet så kan man plante den også får man mange, mange, mange poteter.” – Barn 9, SFO B

Det var flere som også tenkte på matlaging og hjemmelaget mat i sammenheng med egendyrket mat, og uttrykte at det kan gjøre måltidet bedre om maten kommer fra egen hage.

“Da får du liksom maten selv, og hvis du er god på å lage mat, da blir det jo ekstra godt, også kan du lage ting, også kan du dyrke ting i hagen, fiske og sånne ting. Også får du egentlig gratis mat.” – Barn 3, SFO C

Når det ble snakk om dyrking på SFO hørtes det ikke ut som dette var noe noen av barna hadde gjort tidligere. Flere snakket om at de hadde dyrket litt i barnehagen eller på skolen, men ikke på SFO. Noen mente at sånne aktiviteter ikke vil passe inn på SFO, fordi der gjør de andre type aktiviteter. Det kunne virke som at dette ble sagt med tanke på tidsbegrensinger eller prioriteringer på SFO. I spørsmål om dyrking er noe de kunne tenke seg å gjøre på SFO var det for det meste stor enighet om at de synes det hadde vært interessant og positivt. Noen nevnte at det kunne vært gøy å

dyrke egne grønnsaker som de kunne bruke til for eksempel taco når de spiser det på SFO. Sitatet nedenfor ble sagt av et barn som nevnte at de hadde dyrket mat på skolen tidligere, men av ukjent grunn ikke gjorde dette lengre.

“Også skulle jeg ønske at vi kunne fortsette med det. Jeg vet egentlig ikke hvorfor vi sluttet med det. For vi har jo tid ... tid til å dyrke.” – Barn 2, SFO D

4.1.2 Egenfisket fisk smaker bedre

Mange av barna viste stort engasjement rundt fising, og beskrev dette som en aktivitet de var positive til. Det virket som at de aller fleste av barna hadde egne erfaringer med fising. Flere beskrev fising som en måte å fremme inntaket av fisk, og at fisken smaker bedre når man har fanget den selv.

“Hvis vi fisker fisken selv. Så tror jeg har lyst å spise fisken.” – Barn 2, SFO A

Selv om de fleste barna snakket positivt om fising var det noen som nevnte aspekter ved fising som ikke er så positive, som overfiske, forurensing og forsøpling av havet. Med tanke på utslipp og forurensning ble det nevnt at det er bedre å fiske fisken selv for å gjøre det mer miljøvennlig, sammenlignet med fisk fra store fiskebåter.

“Vi kan utrydde fiskene, eller en fiskeart. Vi kan utrydde en art hvis vi fisker på den mer og mer og mer og mer.” – Barn 8, SFO B

Et par barn nevnte at de synes det er trist at fisk fanges og drepes når man fisker. På grunn av dette sa noen av barna at de ikke vil spise fisk eller fiske.

“Jeg tenker det er veldig dumt at fisker blir fanget og drept. Og jeg tenker fisker burde leve i det fri og ikke bli drept.” – Barn 11, SFO B

4.2 Reduksjon av matsvinn gjennom holdninger og praksis

4.2.1 Matsvinn er sløsing av ressurser

Samtlige av barna hadde en sterk negativ reaksjon til matsvinn og uttrykte at de synes det er unødvendig og dumt å kaste mat som kunne blitt spist. De fleste nevnte de negative konsekvensene det har for ressurser.

“Man må jo ikke kaste det, men bruke det. Når man kjøper mat så må man bruke det, ikke kaste det. Det er sløsing av mat og sløsing av penger.” – Barn 1, SFO D

En stor del av barna knyttet også matsvinn til ulike aspekter ved bærekraft. De snakket om at matsvinn har negative konsekvenser for miljø og klima, men at det også er negativt for sosial bærekraft med tanke på bruk og sløsing av ressurser og energi. To av barna poengterte at hvis man kaster mat så har bonden gjort en jobb for ingenting.

“Fordi man planter alt sammen for at noen skal spise det, også må man kaste det når ingen vil spise det. Det synes jeg er veldig dumt.” – Barn 7, SFO B

Knyttet til sosial bærekraft nevnte noen av barna at matsvinn er negativt med tanke på fordeling av ressurser og rettferdighet ovenfor de menneskene i verden som ikke har den samme tilgangen til mat som mange av oss som bor i et land som Norge har.

“Også kan man også tenke på de barnene som ikke får noe mat, de er nødt til å legge seg sultene, også er vi får kjempe mye mat, men vi kaster det og ikke setter pris på det.” – Barn 10, SFO A

4.2.2 Sunn fornuft for å redusere matsvinn

De aller fleste barna viste god bevissthet og god kompetanse rundt matsvinn og hvordan dette kan begrenses. De knyttet hovedsakelig dette til hvordan de forholder seg til matsvinn i hjemmet, og måter familien reduserer matsvinn på. For å unngå matsvinn ble det sagt at man bør spise rester og spare på maten, enten ved å oppbevare maten i kjøleskap eller fryser. Samtlige var enige om at man kan bruke rester senere til andre måltider, eller at man kan spørre om noen andre vil ha maten man selv ikke greier å spise.

“Vi kan også ta den i kjøleskapet slik at vi kan spise den neste dag eller ta den med på jobb.” – Barn 1, SFO C

En del av barna nevnte at man bør bruke sansene, ved å lukte, se og smake, for å avgjøre om maten er spiselig eller om den bør kastes. Et par av barna snakket om

“best før, ofte god etter”-konseptet, og at man bør bruke sunn fornuft før man tar en avgjørelse om å kaste mat.

“Uansett om man åpner korken og kjenner en rar lukt ut så betyr det at den ikke er god lengre.” – Barn 1, SFO A

Noen av barna sa at man kan lage mindre mat og beregne mengden mat man lager, sånn at man unngår å måtte kaste rester. Å forsyne seg med mindre porsjoner og tenke over hvor mye mat man tar når man forsyner seg, ble også tatt opp som en måte å unngå matsvinn på.

“For eksempel til middag så kan man tenke ... man kan tenke hvor mye mat man vil spise selv. Også kan man spørre de andre hvor mye de vil spise så kan man lage nok sånn at alle kan få det de vil ha. Så kan det være litt igjen så det blir litt rester.” – Barn 9, SFO A

Et barn snakket om det å bruke opp maten man allerede har før man kjøper ny. På den måten unngår man å ha mat liggende i kjøleskapet som man kanskje ender opp med å måtte kaste om man kjøper nytt før man bruker det man allerede har fra før.

“Jeg vil prøve på sånn, at man bruker opp all maten man har i kjøleskapet i stedet for å kjøpe ny mat. Så kan man lage middag av det man har og slippe å kjøpe ny mat hele tiden. Heller bruke det man har til å lage en stor ting. Så blir man mett og ikke bare har ting liggende i kjøleskapet.” – Barn 5, SFO D

Et par barn nevnte at man kan bruke matsvinn som kompost. De snakket om kompost som en bedre og mer bærekraftig løsning om man må se seg nødt til å kaste mat.

“Man kan også bare legge det i kompost, også blir det i hvert fall til jord også vokser plantene veldig bra for det er veldig mye vitaminer i det.” – Barn 12, SFO B

4.3 Sunn og bærekraftig mat

4.3.1 Grønnsaker er bra for kroppen

Det var noe variasjon i barnas engasjement ovenfor grønnsaker. Mange uttrykte at de var veldig glade i grønnsaker, og kunne ramse opp mange ulike typer de likte, mens andre ikke var like begeistret og bare foretrakk en eller to typer grønnsaker. Uansett preferanser var det stor enighet om at grønnsaker er sunt og bra for kroppen. Noen nevnte også at grønnsaker inneholder gode næringsstoffer.

“De burde man få i seg, også blir man veldig sterk fordi de er mange proteiner i ...” – Barn 12, SFO B

I spørsmål om hvordan man kan spise mer grønnsaker hadde de fleste barna få forslag, mens noen nevnte at man kan lære seg å like grønnsaker ved å smake flere ganger. Det ble nevnt at man kan ta med seg grønnsaker som mellommåltid, og at man kan bruke argumenter om at det er sunt for å få flere til å spise grønnsaker.

“Ehh, si at det er veldig bra for kroppen, og hvis man ikke spiser nok så eh er det ikke noe bra.” – Barn 5, SFO A

Et av barna nevnte “5 om dagen”, og knyttet inntak av frukt og grønnsaker til det å spise mer miljøvennlig. På en annen side snakket noen av barna om at dyrking av grønnsaker kan være en påkjenning for miljøet med tanke på bærekraft.

“Det er sunt, men samtidig kan det også bli ikke miljøvennlig å dyrke det ... Ja, for eksempel at de tar bort mye skog, for å dyrke brokkolitrær for eksempel ...”
– Barn 8, SFO B

4.3.2 Fisk full av gode proteiner

Det virket som at samtlige barn mente at fisk er sunt og at det inneholder gode næringsstoffer for kroppen, og at dette kan være viktige argumenter for hvorfor man bør spise fisk. Et barn sa at man likevel ikke bør spise for mye fisk, og et annet barn sa at inntaket man allerede har vil avgjøre om man bør få i seg mer fisk eller ikke. Proteininnholdet i fisk er noe som ble nevnt flere ganger. Noen nevnte at fisk er sunt fordi det er kjøtt, mens andre sa det er sunt fordi det ikke er kjøtt, og at fisk på den måten er sunnere.

“Jeg synes det er sunt og godt. Det har noen proteiner i seg som kroppen er glad i.” – Barn 7, SFO B

Når det kom til forslag til hvordan man kan få i seg mer fisk, foreslo noen at man for eksempel kan lage sin egen fiskerett, som fiskegrateng, og få fisken til å se bedre ut så man får lyst til å smake på den. Fokus på de ernæringsmessige fordelene ved fisk kunne være en taktikk, samt at restauranter og spisesteder burde selge fiskeprodukter, som fiskeburgere, for at flere skal spise fisk. Et barn nevnte at man kan prøve å fiske sin egen fisk, og på den måten kanskje bli glad i å spise fisk.

“Hvis man gjør slik at fisken, at man lager sånn at fisken skal eh se litt bedre ut, kanskje folk har lyst til det da. Og hvis flere får vite at det er veldig sunt, og mye proteiner og sånt i seg,” – Barn 3, SFO C

5.0 Diskusjon

5.1 Metodediskusjon

Denne oppgaven består av arbeid gjort av ulike forskere. Datamateriale fra fokusgruppeintervjuene ble som nevnt, innsamlet i forkant av oppstart av denne masterstudien. Det var ulike personer som satt sammen intervjuguiden, gjennomførte intervjuene, og gjorde transkriberingen. Dette kan ha vært med på å påvirke resultatene i denne studien, samt studiens validitet og reliabilitet.

Ifølge Brinkmann & Kvale (2018) referer validitet, eller gyldighet, til sannhet, riktighet og styrke. Validitet i forskning handler om hvorvidt en metode undersøker det som er ment å undersøkes, eller i hvilken grad observasjonene våre reflekterer det vi faktisk ønsker å vite noe om (Brinkmann & Kvale, 2018). Reliabilitet, eller pålitelighet, referer til det å være konsekvent og pålitelig i forskning. Reliabilitet knyttes ofte til hvorvidt et resultat kan reproduseres av andre forskere ved et annet tidspunkt. Det at studien består av arbeid gjennomført av ulike forskere kan knyttes til studiens reliabilitet. Dette kan blant annet rettes til hvorvidt intervjuobjektene gav forskjellige svar til ulike intervjuere, og om transkripsjoner og analyse ville sett likt ut om de hadde blitt utført av ulike forskere (Brinkmann & Kvale, 2018). Dette kan også knyttes til refleksivitet som i følge Malterud (2012) innebærer å stille spørsmål til sin

egen rolle i forskningsprosessen (s. 134). Dalland (2017) mener at kvalitative metoder vil preges av forskerens personlighet (s. 54), og det kan derfor være en styrke at ulike forskere, med ulik bakgrunn, har bidratt inn i oppgaven.

Generalisering omhandler valide og pålitelige funns evne til å overføres til andre relevante grupper eller geografiske områder, eller om de kun er av lokal interesse (Brinkmann & Kvale, 2018). Nødvendighet og evne til å generalisere innenfor kvalitativ forskning kan diskuteres, og noen forskere mener at man i kvalitativ forskning heller bør snakke om overførbarhet (Tjora, 2021, s. 267). Overførbarheten for denne studien kan knyttes til om det ville blitt generert ulike resultater ved å intervju andre barn om samme tematikk. Siden Matjungelens aktivitetsprogram er likt for alle SFO-er kan det antas at resultatene til en viss grad er overførbare. En faktor som kan påvirke overførbarheten er barnas bakgrunn, som sosioøkonomisk status (SØS). Om kun barn fra familier med høy SØS deltok i intervjuene vil det påvirke overførbarheten, da tiltaket har alle barn som målgruppe, og det er antatt at familier med høyere SØS har større fokus på sunn og bærekraftig mat (Departementene, 2017, s. 16; Van Loo et al., 2017, s. 51). Da vi i denne studien ikke vet noe om bakgrunnen til barna som er intervjuet, er det vanskelig å si noe om dette i denne sammenheng.

En eventuell svakhet forbundet med utvalg av barn i denne studien kan være at de mest ivrige og taleglade barna ble valgt ut, sånn at utvalget kanskje ikke representerer den generelle SFO-gruppa. Man ser igjennom intervjuene at noen av barna er mer engasjerte og glade i å snakke enn andre, hvor noen av barna ikke snakket fullt så mye, og svarte mest ja og nei, eller repeterte mye av det de andre barna sa. Fokusgruppers hensikt er å få frem forskjellige synspunkter rundt et tema, og ikke å komme til enighet om de spørsmålene som diskuteres (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 179). Malterud (2012) påpeker at man i en fokusgruppe bør være oppmerksom på faren for gruppepress (s. 132). I noen av intervjuene var barna veldig samstemte, og svarene hadde trolig vært annerledes om man hadde gjennomført individuelle intervjuer. På en annen side kunne individuelle intervjuer ha blitt opplevd som skumlere alene sammen med en ukjent voksen, og gjort at barna kanskje hadde blitt flauere og snakket mindre. På den måten kan fokusgrupper være

nyttige for å komme dypere inn i tema ved at samtalen bygger på det de andre sier, og ideer kommer til underveis (Malterud, 2012, s. 22; Tjora, 2021, s. 137).

Barn som intervjuobjekter kan være en utfordring. Flere av barna snakket seg litt bort fra temaene som ble diskutert. Dette kan muligens knyttes til spørsmål om barns evne til å holde lengre tankeprosesser som lenge har vært kjent gjennom forskning på barns kognitive utvikling (Piaget, 1959, s. 54-55). Bildene som ble brukt som stimulusmateriale kan ha vært et verktøy i intervjuene, da barna kunne se på bildene underveis i diskusjonen for å holde tråen innenfor hvert tema. En mulig svakhet ved bruk av bilder som stimulusmateriale, er at bildene også kan bidra til forvirring ved at man ofte gjenkjenner og oppfatter motiver på ulik måte, samt at de kan legge begrensninger for barnas perspektiv (Bjelland & Alves, 2020; Tønnessen, 2012, s. 146).

Størrelsene på fokusgruppene varierte, med alt fra 2 til 5 barn per gruppe, og dette preget også intervjuene i stor grad. Antall deltakere i en fokusgruppe vil blant annet påvirke grunnlaget for å kunne ende opp med et mangfold av data som omhandler det temaet man ønsker å undersøke (Malterud, 2012, s. 40). Det er ikke alltid slik at fokusgruppene blir akkurat slik forskeren hadde ønsket og planlagt, og som nevnt i metoddelen ble gruppene noe endret på grunn av frafall og lignende (Malterud, 2012, s. 40).

Det at det ble inkludert SFO-er fra ulike deler av landet kan sees på som en styrke da dataene på denne måten kan bli mer representative for ulike deler av landet. Bynære deler sammenlignet med landlige deler kan muligens få ulike resultater. Om SFO-ene er plassert i by eller bygd kan påvirke forutsetninger for aktiviteter som dyrking og fiske eller lignende, samt potensiell erfaring og kompetanse for både barn og ansatte. Tross noe variasjon i SFO-enes plassering ble det en svakhet at frafallet av to av SFO-ene gjorde at kun en SFO ikke var fra Vestlandet.

I analysen ble det ikke oppdaget noen tydelige forskjeller mellom intervjuene som ble gjennomført før og etter oppstart med Matjungelen, så det ble ikke tatt med videre i oppgaven. Grunnen til mangel på forskjeller kan ha vært ulike faktorer som at noen av SFO-ene som hadde hatt oppstart med Matjungelen akkurat hadde kommet

i gang, og noen hadde kun gjennomført et par aktiviteter. Dette er kanskje ikke nok til å utgjøre en forskjell fra de SFO-ene som ikke hadde startet med Matjungelen. En annen faktor kan være at SFO-ene kan bruke Matjungelen på ulike måter, og det kan ha vært stor variasjon i hvordan og hvor ofte SFO-ene brukte Matjungelen. I tillegg er det ofte frivillig hvilke barn som deltar på aktivitetene. Dette gjør det utfordrende å undersøke forskjeller. I noen av intervjuene var det uklart hvor mye fokus SFO-ene hadde hatt på Matjungelen da det var noe variasjon i hvilke spørsmål som ble stilt av de ulike intervjuerne, spesielt med fokus på Matjungelen. Dette resulterte også i at noen temaer fikk større fokus enn andre, som gjorde at det var utfordrende å sammenligne intervjuene.

5.2 Resultatdiskusjon

5.2.1 Reduksjon av matsvinn sett i sammenheng med bærekraft

Det fremstod som at barna hadde både stort engasjement og mye kunnskap om matsvinn, og at de automatisk koblet temaet til bærekraft. Ressursbruk var et tema som gikk igjen når barna snakket om negative konsekvenser av matsvinn. Flere av barna viste forståelse for at matsvinn påvirker alle de tre dimensjonene ved bærekraft; økonomi, sosiale forhold, og klima og miljø (FN-sambandet, 2024b).

Et par av barna sa at man kan lage kompost av matsvinn man har, og at man da ender opp med god jord som inneholder vitaminer hvor planter vil vokse godt. Dette viser forståelse for sirkulær økonomi som handler om effektiv utnyttelse av produkter og naturressurser, i så lang tid som mulig, i et kretsløp hvor minst mulig ressurser går tapt (Miljødirektoratet, 2023). I en studie av Karpouzis et al. (2024), rettet mot matopplæring og bærekraftutdanning i barneskolen, opplevde lærerne etter intervensjonen at barna satte pris på matsvinn, da de lærte at matsvinn kunne brukes til å dyrke ny mat (Karpouzis et al., 2024, s. 11). En av Matjungelens aktiviteter dreier seg om gjendyrking, og her får barna sett hvordan mat vokser, samtidig som de lærer hvordan man kan redusere matsvinn (Matjungelen, u.å.c). I *Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold (2017-2021)* beskrives reduksjon av matsvinn som en positiv effekt av økt matglede og matkompetanse, som er faktorer Matjungelen har som mål å øke (Departementene, 2017, s. 37; Matjungelen, u.å.a).

Det kunne virke som at de fleste hadde fått med seg kunnskap og holdninger til matsvinn hjemmefra, og at dette var et tema som det var fokus på i familiene. Riktig oppbevaring og bruk av rester, samt planlegging og oversikt over maten man har ble nevnt som viktige måter å unngå matsvinn på. Dette er i tråd med Mattilsynets anbefalinger for hvordan man kan redusere matsvinn i hjemmet (Mattilsynet, 2024). Barnas kunnskaper om matsvinn kan også skyldes SFO's fokus på bærekraft, i henhold til rammeplanen (Utdanningsdirektoratet, 2021, s. 9), i tillegg til Matjungelens påvirkning, for de barna som hadde startet med aktivitetsprogrammet. Læreplanens inkludering av bærekraftig utvikling som et tverrfaglig tema i skolen kan også være en faktor, hvor matsvinn er et konkret og praktisk eksempel brukt i skolen (Statsforvalteren i Rogaland, 2023; Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 15).

5.2.2 Sunn og bærekraftig mat med fokus på helsefordeler

Rundt temaet sunn og bærekraftig mat fremstod det som at det samlede engasjementet var noe lavere blant barna. Det virket likevel som at de aller fleste hadde kunnskap om fisk og grønnsaker når det kom til næringsinnhold og helsefordeler, som er viktige deler innenfor matkompetanse (Truman, 2017, s. 365). Studier med sammenlignbare aktiviteter som i Matjungelen, så en positiv effekt i økning av faktorer som inntak og kunnskap om sunn mat etter endt intervensjon (Brennan et al., 2021; Scazzocchio et al., 2021).

Matvaregruppene ble ikke sett i særlig sammenheng med bærekraft, bortsett fra ett par barn som nevnte at måten grønnsaker dyrkes på kan påvirke miljøet. For å kunne gå i retning mot et mer bærekraftig matsystem er det viktig å ha forståelse for hvordan maten vi spiser må være både sunn og bærekraftig (Landbruks- og matdepartementet, 2023, s. 7). Matjungelen har fokus på å øke barns kunnskaper om bærekraftig mat ved aktiviteter som omhandler mat som er bra for både kloden og kroppen. Et mål er å lære barn hvordan man kan følge kostrådene og samtidig ta vare på miljøet, ved å gjøre de bevisste på sammenhengen mellom helsefremmende og bærekraftige matvalg (Matjungelen, u.å.d).

Flere av barna hadde fokus på at man bør spise både grønnsaker og fisk fordi det inneholder viktige næringsstoffer som er gode for kroppen. Noen av barna kunne også foreslå ulike måter man kan øke inntaket av matvaregruppene på, blant annet ved å fokusere på deres helsefordeler. *Den nasjonale handlingsplanen for bedre kosthold (2017-2021)* legger vekt på at barn er en prioritert målgruppe for intervensjoner som omhandler mat og ernæringskunnskaper. En av grunnene for dette er viktigheten av at barn og unge får innarbeidet gode og sunne kostholdsvaner tidlig i livsløpet, som danner grunnlaget for resten av livet (Departementene, 2017, s. 10). Et usunt kosthold er blant de største risikofaktorene for sykdom og tidlig død, og et sunt kosthold og gode mat- og måltidsvaner er viktig for å fremme fysisk helse og forebygge sykdom, men også for å fremme psykisk helse og livskvalitet (Departementene, 2017, s. 6). Dette gjelder mennesker i alle aldre, men spesielt hos barn og unge kan man med tidlig innsats rettet kosthold og ernæring legge grunnlaget for god helse i et livsløpsperspektiv (Øverby, 2019, s. 59).

5.2.3 Selvforsyning som et engasjerende tema

Selvforsyning var et tema hvor barna i stor grad engasjerte seg og ville dele egne historier, erfaringer og opplevelser knyttet til dyrking og fiske. Det var tydelig at disse praktiske aktivitetene interesserte barna. En artikkel om deltakende læringsteorier hevder at barns kognitive utvikling bør sees gjennom hverdagslige erfaringer og læringsprosesser (Hedges & Cullen, 2011, s. 922). Arief et al. (2022) mener at kommunikasjon av kunnskap om bærekraftig utvikling kan deles i to; deltakelse og empowerment. Intervensjoner som omhandler sosiale eller miljømessige dimensjoner bør være basert på deltakelse for å være bærekraftige og føre til varige endringer (Arief et al., 2022, s. 2).

En stor del av barna knyttet i stor grad selvforsyning til bærekraft. De snakket om reduksjon av miljøutslipp, matsvinn og ressursbruk som positive faktorer ved selvforsyning. Dyrking ble sett på som både praktisk og lønnsomt. Med tanke på matsikkerhet er det viktig å ha kunnskap om og forståelse for hvordan man kan dyrke ulike planter (Arief et al., 2022, s. 14). Et par barn nevnte at det kan være negative aspekter ved fiske knyttet til etikk og miljø. Dyrevelferd er ikke et tema som det er

særlig fokus på i Matjungelen, men dette kan sees på som at barna viser forståelse for ulike nyanser rundt fisking, sunnhet og bærekraft.

Resultatene gir inntrykk av at barna er mer engasjerte, positive og ivrige på å for eksempel smake når de har dyrket, fisket eller bidratt selv. Flere systematiske oversikter som evaluerte effekten av intervensjoner på kosthold og matlagingsaktiviteter i grunnskolemiljøet, konkluderte med at opplevelsesaktiviteter som involverer forberedelse, matlaging og smaking, forbedret sunn atferd relatert til kosthold, holdninger, mestringstro og kunnskap (Hasan et al., 2019; Hersch et al., 2014; Varman et al., 2021). I fokusgruppeintervjuene ble relativt nøytrale bilder raskt relatert til eksempler fra barnas egne liv som de snakket ivrige om og hadde mange meninger rundt. Tidligere litteratur understreker et behov for læringsmuligheter for barn og unge hvor de er aktive deltakere i arbeid rettet mot klimaendringer og fremtidens løsninger. Prosjekter og interaktive tilnærminger anbefales som passende læringsstrategier for å øke barns engasjement rundt bærekraft (Arief et al., 2022, s. 4-5).

5.2.4 SFO som arena

SFO utgjør en unik arena, med både fordeler og ulemper. Som tidligere nevnt i oppgaven skiller SFO seg ut fra skolen ved at det er løse rammer for hvordan SFO skal organiseres, og at dette varierer fra kommune til kommune, og ofte for hver enkel SFO. For et aktivitetsprogram som Matjungelen kan dette by på utfordringer. Dette ved at det trolig ikke er alle som vil velge å ta i bruk et aktivitetsprogram som Matjungelen, da prioriteringene av hvilke aktiviteter som tilbys på SFO i stor grad varierer, fra fastsatte læringsstøttende aktiviteter til kun fri lek eller egenstyrke aktiviteter (Wendelborg et al., 2018, s. 163). En annen utfordring med organisering av et aktivitetsprogram er SFO's korte åpningstid før og etter skoletid, i tillegg til at barna leveres og hentes på forskjellige tidspunkter i løpet av åpningstiden (Wendelborg et al., 2018, s. 163). Tross dette, har Matjungelen en styrke ved at programmet er svært fleksibelt og kan tilpasses etter hva hver enkel SFO ønsker og har mulighet til å gjennomføre i deres SFO-hverdag (Matjungelen, u.å.b).

5.2.4.1 SFO som arena for å utjevne sosiale forskjeller

Den nasjonale evalueringen av skolefritidsordningen (2018) beskriver SFO som en arena som kan være med på å utjevne sosiale forskjeller. Dette ved at en kan nå en høy andel av landets barn som deltar i SFO. Imidlertid er det ikke alle barn som deltar i skolefritidsordningen. Evalueringen viste store forskjeller i pris for SFO i ulike kommuner, og på grunn av dette vil hvem som deltar og har fulltids plass i skolefritidsordningen kunne påvirkes av familiens sosioøkonomiske status (Wendelborg et al., 2018, s. 2-4). Statistikken viser at barn med minoritetsbakgrunn er en gruppe med lavere deltakelse i SFO (Statistisk sentralbyrå, 2016, sitert i Wendelborg et al., 2018, s. 4), i tillegg til at minoritetsbakgrunn og sosioøkonomisk status ofte henger sammen (Wendelborg et al., 2018, s. 2). Det ser ut til at deltakelse i SFO har en positiv innvirkning på denne gruppens sosiale integrering, språkopplæring og skoleresultater (Bakken, 2007, s. 86). Flere kommuner tilbyr sosialt utjevnende tiltak som moderasjonsordninger og ordninger som dekker gratis plass i SFO som en måte å forhindre at SØS skal avgjøre hvem som benytter seg av SFO (Wendelborg et al., 2018, s. 4).

Familiens sosioøkonomiske status kan også påvirke barns kunnskaper om bærekraft og kosthold. *Den nasjonale handlingsplanen for bedre kosthold (2017-2021)* viste at det blant barn og unge er forskjell i kostvaner etter familiens SØS. Tall viser at mennesker med lang utdanning har et sunnere kosthold enn de med kort utdanning (Departementene, 2017, s. 16). Kunnskap om bærekraft og miljøatferd har også en sammenheng med høyere utdanning (Jain & Kaur, 2006, s. 113). Dette vil påvirke barna og hvilke vaner og kunnskap de har med seg hjemmefra. Familien beskrives som et kjernemiljø hvor barn bygger og utvikler preferanser, ferdigheter og rutiner knyttet til matkunnskap (Colatruglio et al, 2016, s. 99; Hemar-Nicolas et al., 2013, s. 6). En av regjeringens viktigste prioriteringer er like muligheter for alle barn og unge (Barne- og familiedepartementet mfl., 2023). Mindre ulikhet er også et bærekraftsmål (FN-sambandet, 2023).

5.2.5 Matjungelen som tiltak og intervensjon

Matjungelen i seg selv kan fungere som et tiltak for å redusere sosiale helseforskjeller, men det er viktig at slike tiltak når ut til de som trenger det mest for

at det skal kunne ha en utjevnede effekt (Folkehelseinstituttet, 2018). Utjevnende tiltak innenfor helse, som kan knyttes til Matjungelen og SFO, er tilbud om sunn mat til alle barn, sosial inkludering og kompetanse, samt muligheten for å legge til rette for gode oppvekstsvilkår og utdanningsmuligheter (Helsedirektoratet, 2018a, s 8-11). Mindre sosiale ulikheter er viktig for sosial bærekraft (Helsedirektoratet, 2018b, s. 13).

Matjungelen som et aktivitetsprogram kan bidra med økt kunnskap og engasjement gjennom aktiv deltakelse og medvirkning. Matjungelen legger vekt på utforskning og lek som skal føre til økt bevissthet om matens betydning for miljø og helse (Matjungelen, u.å.a). Å bruke lek i læring legger grunnlag for utvikling av kunnskap og ferdigheter, og har betydning for barns evne til refleksjon, konsentrasjon, kreativitet og innsatsvilje. Ved at barn selv får være aktive gjennom å delta, erfare og utforske lærer de best (Stai, 2020). Scazzocchio et al. (2021) mener at for å nå det fulle potensialet til mat- og ernæringsundervisning bør man fremme aktiv, praktisk læring og ferdighetsutvikling for å håndtere mat og ernæring i det virkelige liv, og litteratur støtter opp om deltakelse som en viktig faktor for økt engasjement og kunnskap hos barn (Amin et al., 2018; Jones, 2012, s. 449; Scazzocchio et al., 2021, s. 2). Ut ifra dette kan det argumenteres om at Matjungelen kan bidra mot kunnskapsløft innenfor temaene bærekraft, miljø, helse og mat for barn i skolefritidsordningen.

Matjungelen som intervensjon har en langsiktig målsetning om at barn kan påvirke andre rundt seg i positiv retning, til å ta bedre matvalg for kroppen og jordkloden. Langsiktige mål gjør at det kan være vanskelig å vite om intervensjonen har ønsket effekt før det har gått lengre tid. De lignende intervensjonene som har blitt nevnt målte alle effekter etter kort tid, som gjør disse resultatene vanskelig å sammenligne med resultatene i denne studien. Ved intervensjoner som ser på langtidseffekter kan det likevel være nyttig å i tillegg se på noen enkle korttidseffekter eller evalueringer underveis mot det langsiktige resultatet (Yang et al., 2024, s. 3842). Denne studien og dens resultater er ment som et bidrag mot utvikling og forbedring rettet tiltak mot barn, spesielt i SFO, som Matjungelen. Dette ved at den diskuterer relevante aspekter ved slike intervensjoner, som målgruppe, arena, og

utforming av intervensjonen, som vil kunne ha en betydning for å treffe målgruppen og ende opp med ønsket effekt fra intervensjonen.

6.0 Konklusjon

I generelle trekk viste denne studien at barna hadde engasjement og kunnskap om temaene selvforsyning, matsvinn og sunn mat, og kunne knytte flere av disse temaene til ulike aspekter ved bærekraft. Basert på formål og tilnærming kan Matjungelen være et godt tiltak for å bidra til økt kunnskap knyttet til matkompetanse og bærekraft. Med SFO som arena har Matjungelen også en mulighet for å være med å redusere sosiale ulikheter i helse og kosthold. Dataene presentert i denne studien kan kun si noe om barns forståelse, og er ikke egnet til å evaluere selve tiltaket da den ikke ser på forskjeller før og etter intervensjonen. Hva barna har med seg av kunnskap og ferdigheter fra før, og hvilke kunnskaper og ferdigheter tiltaket kan ha ført til, er et interessant spørsmål som krever videre forskning hvor barnas bakgrunn også blir tatt med i betraktning. For videre forskning og utvikling av tiltaket kan det være hensiktsmessig å gjennomføre studier med kvantitative design etter lengre tid med Matjungelen for å kunne måle eventuelle forskjeller og effekter av tiltaket.

7.0 Litteraturliste

- Ahmadpour, M., Omidvar, N., Doustmohammadian, A., Rahimiforoushani, A., & Shakibazadeh, E. (2020). Children Food and Nutrition Literacy - a New Challenge in Daily Health and Life, the New Solution: Using Intervention Mapping Model Through a Mixed Methods Protocol. *Journal of Medicine and Life*, 13(2), 175-182. <https://doi.org/10.25122/jml-2019-0025>
- Amin, S. A., Panzarella, C., Lehnerd, M., Cash, S. B., Economos, C. D. & Sacheck, J. M. (2018). Identifying Food Literacy Educational Opportunities for Youth. *Health Education & Behavior*, 45(6), 918-925. <https://doi.org/10.1177/1090198118775485>
- Ares, G., De Rosso, S., Mueller, C., Philippe, K., Pickard, A., Nicklaus, S., Van Kleef, E., & Varela, P. (2024). Development of food literacy in children and adolescents: Implications for the design of strategies to promote healthier and more sustainable diets. *Nutrition Reviews*, 82(4), 536-552. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuad072>
- Arief N. N., Famiola M., Pratama A. P., Anggahegari P. & Putri A. N. A. (2022). Sustainability Communication through Bio-Based Experiential Learning. *Sustainability*, 14(9), 5204. <https://doi.org/10.3390/su14095204>
- Bakken, A. (2007). *Virkning av tilpasset språkopplæring for minoritetsspråklige elever: En kunnskapsoversikt* (10/07). Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring. https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/20.500.12199/4953/2646_1.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Barne- og familiedepartementet, Arbeids- og inkluderingsdepartementet, Helse- og omsorgsdepartementet, Kunnskapsdepartementet (2023, 27. november). *Regjeringen styrker innsatsen i arbeidet for sosial utjevning*. <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/regjeringen-styrker-innsatsen-i-arbeidet-for-sosial-utjevning/id3016039/>

Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology* 2006, 3, 77-101.

<https://doi.org/10.1191/1478088706qp0630a>

Braun, V. & Clarke, V. (2022) *Thematic analysis: A practical guide*. Sage Publications.

Brennan, S. F., Lavelle, F., Moore, S. E., Dean, M., McKinley, M. C., McCole, P., Hunter, R. F., Dunne, L., O'Connell, N. E., Cardwell, C. R., Elliott, C. T., McCarthy, D. & Woodside, J. V. (2021). Food environment intervention improves food knowledge, wellbeing and dietary habits in primary school children: Project Daire, a randomised-controlled, factorial design cluster trial. *Int J Behav Nutr Phys Act*, 18(23). <https://doi.org/10.1186/s12966-021-01086-y>

Brinkmann, S. & Kvale, S. (2018). *Doing Interviews*. SAGE Publications.

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, 96-118.

<https://doi.org/10.15353/cfs-rcea.v3i1.72>

Dalland, O. (2017). *Metode og oppgaveskriving* (6. utg.). Gyldendal akademisk.

Departementene. (2017). *Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold (2017-2021): Sunt kosthold, måltids glede og god helse for alle!*

https://www.regjeringen.no/contentassets/fab53cd681b247bfa8c03a3767c75e66/handlingsplan_kosthold_2017-2021.pdf

Elsborg, P., Thorsen, A. V., Ravn-Haren, G., Bonde, A. H., Andersen, S. G., Vermund, M. C., Klinker, C. D., & Stjernqvist, N. W. (2022). Improved food literacy among schoolchildren as an effect of a food camp intervention: Results of a controlled effectiveness trial. *Appetite*, 169, 105845. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105845>

FAO. (2018). *Sustainable food systems: concept and framework*. <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/b620989c-407b-4caf-a152-f790f55fec71/content>

FN-sambandet. (2023, 18. september). *Mindre ulikhet*. <https://fn.no/om-fn/fns-baerekraftsmaal/mindre-ulikhet>

FN-sambandet. (2024a, 1. februar). *FNs bærekraftsmål*. <https://www.fn.no/om-fn/fns-baerekraftsmaal>

FN-sambandet. (2024b, 5. juni). *Bærekraftig utvikling*. <https://fn.no/tema/baerekraftig-utvikling-fattigdom-og-befolkning/baerekraftig-utvikling>

FN-sambandet. (2024c, 8. oktober). *Utrydde sult*. <https://fn.no/om-fn/fns-baerekraftsmaal/utrydde-sult>

Folkehelseinstituttet. (2018). *Folkehelse rapporten – Helsetilstanden i Norge*. <https://www.fhi.no/he/folkehelse rapporten>

Folkehelseinstituttet. (2024). *Matvalgene våre kan bedre både helse, klima og miljø*. <https://www.fhi.no/nyheter/2024/matvalgene-vare-kan-bedre-bade-helse-klima-og-miljo/>

Grosso, G., Mateo, A., Rangelov, N., Buzeti, T., Birt, C. (2020). Nutrition in the context of the Sustainable Development Goals. *European Journal of Public Health*, 30(supplement 1), i19-i23. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckaa034>

Hasan, B., Thompson, W. G., Almasri, J., Wang, Z., Lakis, S., Prokop, L. J., Hensrud, D. D., Frie, K. S., Writz, M. J., Murad, A. L., Ewoldt, J. S. & Murad, M. H. (2019). The effect of culinary interventions (cooking classes) on dietary intake and behavioral change: a systematic review and evidence map. *BMC Nutrition* 5(29). <https://doi.org/10.1186/s40795-019-0293-8>

Hedges, H. & Cullen, J. (2011). Participatory learning theories: a framework for early childhood pedagogy. *Early Child Development and Care*, 182(7), 921–940. <https://doi.org/10.1080/03004430.2011.597504>

Helsedirektoratet. (2018a). *Anbefalte tiltak mot sosial ulikhet i helse: Fagrådet for sosial ulikhet i helse* (IS-2749). https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/anbefalte-tiltak-mot-sosial-ulikhet-i-helse/Anbefalte%20tiltak%20mot%20sosial%20ulikhet%20i%20helse.pdf/_attachment/inline/61dc43e0-cdc6-43a7-97aa-033087123180:16c32d7c42b3ed5a8fbaf35742e986133a0749/Anbefalte%20tiltak%20mot%20sosial%20ulikhet%20i%20helse.pdf

Helsedirektoratet. (2018b). *Folkehelse og bærekraftig samfunnsutvikling: Helsedirektoratets innspill til videreutvikling av folkehelsepolitikken* (IS-2748) https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/folkehelse-og-baerekraftig-samfunnsutvikling/Folkehelse%20og%20baerekraftig%20samfunnsutvikling.pdf/_attachment/inline/3bee41d0-0b38-4957-913e-bedad965e37a:a89f2b8d35a30992c90f2f4c4f872d2ffdd0abaa/Folkehelse%20og%20baerekraftig%20samfunnsutvikling.pdf

Helsedirektoratet. (2018c). *Sosial ulikhet påvirker helse – tiltak og råd*. <https://www.helsedirektoratet.no/tema/sosial-ulikhet-i-helse/sosial-ulikhet-pavirker-helse-tiltak-og-rad>

- Hemar-Nicolas, V., Ezan, P., Gollety, M., Guichard N. & Leroy, J. (2013) How do children learn eating practices? Beyond the nutritional information, the importance of social eating. *Young Consumers*, 14(1): 5-18.
<https://doi.org/10.1108/17473611311305458>
- Hersch, D., Perdue, L., Ambroz, T. & Boucher, J. L. (2012). The impact of cooking classes on food-related preferences, attitudes, and behaviours of school-aged children: a systematic review of the evidence. *Preventing Chronic Disease*, 11(E193). <http://dx.doi.org/10.5888/pcd11.140267>
- Jain, S. K. & Kaur, G. (2006). Role of Socio-Demographics in Segmenting and Profiling Green Consumers: An Exploratory Study of Consumers in India. *Journal of International Consumer Marketing*, 18(3), 107-146.
https://doi.org/10.1300/J046v18n03_06
- Jones, M., Dailami, N., Weitkamp, E., Salmon, D., Kimberlee, R., Morley, A. & Orme, J. (2012). Food sustainability education as a route to healthier eating: Evaluation of a multi-component school programme in English primary schools. *Health Education Research*, 27(3), 448-458.
<https://doi.org/10.1093/her/cys016>
- Kahriman-Pamuk, D., Uzun, N. B., Yıldız, T. G. & Haktanır, G. (2019). Reliability of Indicators Measuring Early Childhood Education for Sustainability: A Study in Turkey Using Generalizability Theory. *International Journal of Early Childhood*, 51, 193–206. <https://doi.org/10.1007/s13158-019-00243-6>
- Karpouzis, F., Lindberg, R., Walsh, A., Shah, S., Abbott, G. & Ball, K. (2024). Impact and process evaluation of a primary-school Food Education and Sustainability Training (FEAST) program in 10-12-year-old children in Australia: pragmatic cluster non-randomized controlled trial. *BMC Public Health*, 24, 657
<https://doi.org/10.1186/s12889-024-18079-8>

Kelly, R. K. & Nash, R. (2021). Food Literacy Interventions in Elementary Schools: A Systematic Scoping Review*. *Journal of School Health*, 91(8), 660-669.
<https://doi.org/10.1111/josh.13053>

Kunnskapsdepartementet. (2012). *Kunnskap for en felles fremtid: Revidert strategi for utdanning for bærekraftig utvikling 2012–2015*.
https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/KD/Vedlegg/UH/Rapporter_og_planer/Strategi_for_UBU.pdf

Kunnskapsdepartementet. (2024). *Skolefritidsordningen (SFO)*.
<https://www.regjeringen.no/no/tema/utdanning/grunnopplaring/artikler/skolefritidsordningen-sfo/id434946/>

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Gyldendal Akademisk.

Landbruks- og matdepartementet. (2023). *Bærekraft i det norske matsystemet: Nasjonal dialog og innspill*.
<https://www.regjeringen.no/contentassets/1048f3f6a70b44de980dffaf02068ee8/no/pdfs/baerekraft-i-det-norske-matsystemet.pdf>

Malterud, K. (2002). Kvalitative metoder i medisinsk forskning – forutsetninger, muligheter og begrensninger. *Tidsskrift for den norske legeforening*, 122(25), 2468-2472.

Malterud, K. (2012). *Fokusgrupper som forskningsmetode for medisin og helsefag*. Universitetsforlaget.

Marthinsen, K. (u.å.) *En matjungle av fisk og skalldyr*. Lerøy.
https://www.leroyseafood.com/no/smakfull-sjomat/miljo_og_samfunn/en-matjungle-av-fisk-og-skalldyr/

Mason, P. & Lang, T. (2017). *Sustainable Diets: How Ecological Nutrition Can Transform Consumption and the Food System*. Routledge.

Matjungelen. (u.å.a). *Om matjungelen*. <https://matjungelen.no/om-matjungelen/>

Matjungelen. (u.å.b). *Velkommen til Matjungelen*. <https://sfo.matjungelen.no>

Matjungelen. (u.å.c). *Gjendyrking*.

<https://sfo.matjungelen.no/aktivitetsopplegg/redyrking/>

Matjungelen. (u.å.d). *Bærekraftig mat på SFO*. <https://sfo.matjungelen.no/for-sfo/manedens-tema/temaside-baerekraftig-mat/>

Matsvinnutvalget. (2023). *Rapport fra matsvinnutvalget – anbefalinger til helgetlige tiltak og virkemidler*.

<https://www.regjeringen.no/contentassets/5a5cadf8907a4f4c94740d23d7c4c6e4/rapport-fra-matsvinnutvalget-anbefalinger-til-helhetlige-tiltak-og-virkemidler-31.12.23.pdf>

Mattilsynet. (2024, 15. august). *Slik kan du redusere matsvinn i hjemmet ditt*.

<https://www.mattilsynet.no/mat-og-drikke/forbrukere/slik-kan-du-reducere-matsvinnet-i-hjemmet-ditt>

Meld. St. 40. (2020-2021). *Mål med mening – Norges handlingsplan for å nå bærekraftsmålene innen 2030*.

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-40-20202021/id2862554/?ch=1>

Miljødirektoratet. (2023, 11. oktober). *Sirkulær økonomi*.

<https://www.miljodirektoratet.no/ansvarsomrader/avfall/sirkular-okonomi/>

Opplæringsloven. (2023). *Lov om grunnskoleopplæring og den videregående opplæringen* (LOV-2023-06-09-30). Lovdata.

<https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2023-06-09-30>

Pendergast, D. & Dewhurst, Y. (2012). Home economics and food literacy: an international investigation. *Int. J. Home Econ*, 5(2), 245–263.

Piaget, J. (1959). *The Language and Thought of the Child* (3.utg.). Routledge & Kegan Paul Ltd.

Scazzocchio, B., Vari, R., Chiarotti, F., Del Papa, S., Silenzi, A., Gimigliano, A., Giovannini, C., & Masella, R. (2021). Promoting Health and Food Literacy through Nutrition Education at Schools: The Italian Experience with MaestraNatura Program. *Nutrients*, 13(5), 1547.
<https://doi.org/10.3390/nu13051547>

Sletteland, N. & Donovan, R. M. (2012). *Helsefremmende lokalsamfunn*. Gyldendal akademisk

Stai, S. (2020). Lekens betydning for læring og utvikling.
<https://ndla.no/nb/subject:1:56ea35da-73d9-431f-a451-19f24f564f59/topic:1:dd109293-9021-4183-925f-2596803fe1d9/topic:1:89fd1faa-cca1-4e08-9f52-43a841febbe9/resource:32a8308b-0548-4604-8087-585806bb4311>

Staib, M., Bjelland, M. & Lien, N. (2013). *Mat og måltider i skolefritidsordningen: En kvantitativ landsdekkende undersøkelse blant ledere av skolefritidsordningen* (IS- 2137). Helsedirektoratet. https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/mat-og-maltider-i-skolen-og-skolefritidsordningen-undersokelser/Mat%20og%20maltider%20i%20skolefritidsordningen%20-%20En%20kvantitativ%20landsdekkende%20undersokelse%20blant%20ledere%20av%20skolefritidsordningen.pdf/_attachment/inline/8c1dea84-0c2e-49af-a63a-bc70ce873ce6:cfde52283f81598619937486132f42e4300eafa3/Mat%20og%20maltider%20i%20skolefritidsordningen%20-%20en%20kvantitativ%20landsdekkende%20undersokelse.pdf

Statsforvalteren i Rogaland. (2023). *Matsvinn i barnehager og skoler*.
<https://www.statsforvalteren.no/rogaland/barnehage-og-opplaring/matsvinn/>

- Teng, C., & Chih, C. (2022). Sustainable food literacy: A measure to promote sustainable diet practices. *Sustainable Production and Consumption*, 30, 776-786. <https://doi.org/10.1016/j.spc.2022.01.008>
- Tjora, A. (2021). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (4.utg.). Gyldendal Akademisk.
- 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>
- Tønnessen, E. S. (2012). Bilder og lyd i dokumentasjon, metode og analyse. I E. Backe-Hansen & I. Frønes (Red.), *Metoder og perspektiver i barne- og ungdomsforskning* (s. 138-157). Gyldendal Akademisk.
- UNESCO. (1997). *Educating for a sustainable future: a transdisciplinary vision for concerted action*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000110686>
- Utdanningsdirektoratet. (2020). *Læreplanverket: Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen*. <https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/prinsipper-for-laring-utvikling-og-danning/tverrfaglige-temaer/2.5.3-barekraftig-utvikling?lang=nob>
- Utdanningsdirektoratet. (2021). *Rammeplan for SFO*. <https://www.udir.no/contentassets/1d8a92df5874407bbb87cdea215cc832/rammeplan-sfo-bokmal.pdf>
- Utdanningsdirektoratet. (2023/24). *Grunnskolen Informasjonssystem*. <https://gsi.udir.no/informasjon/apne/>
- Van Loo, E. J., Hoefkens, C. & Verbeke, W. (2017). Healthy, sustainable and plant-based eating: Perceived (mis)match and involvement-based consumer segments as targets for future policy. *Food Policy*, 69, 46-57. <https://doi.org/10.1016/j.foodpol.2017.03.001>

Varman, S. D., Cliff, D. P., Jones, R. A., Hammersley, M. L., Zhang, Z., Charlton, K. & Kelly, B. (2021). Experiential Learning Interventions and Healthy Eating Outcomes in Children: A Systematic Literature Review. *Int J Environ Res Public Health*, 18(20), 10824. <https://doi.org/10.3390/ijerph182010824>

Verdenskommisjon for miljø og utvikling. (1987). *Vår felles framtid*. <https://www.are.admin.ch/are/en/home/sustainable-development/international-cooperation/2030agenda/un--milestones-in-sustainable-development/1987--brundtland-report.html>

Yang, J., Eckles, D., Dhillon, P. & Aral, S. (2024). Targeting for Long-Term Outcomes. *Management Science*, 70(6), 3841-3855. <https://doi.org/10.1287/mnsc.2023.4881>

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>

Wendelborg, C., Caspersen, J., Mordal, S., Ljusberg, A.-L., Valenta, M., & Bunar, N. (2018). *Lek, læring og ikke-pedagogikk for alle: Nasjonal evaluering av skolefritidsordningen i Norge*. NTNU. <https://samforsk.no/uploads/files/Lek-laering-og-ikke-pedagogikk-for-alle-nasjonal-evaluering-av-SFO-WEB.pdf>

Øverby, N. C. (2019). Ernæring i ulike grupper i befolkningen. I D. Engeset, L. E. Torheim & N. C. Øverby (Red.), *Samfunnsernæring* (s. 59-98). Universitetsforlaget.

Vedlegg

Vedlegg I: Intervjuguide

INTERVJUGUIDE – barna i SFO som *ikke* har deltatt i Matjungel-prosjektet enda (Fokusgruppe med 2-5 barn)

Notater til oss:

Hva ønsker vi å evaluere om Matjungelen bidrar til når det gjelder barna?

Hvordan formidler barn kunnskaper og holdninger om mat og bærekraft?

- Hvordan stiller barna seg til å utforske nye smaker?
- Hva vet barna om hvilken mat som er bra for kroppen?
- Hva vet barna om hvor maten kommer fra og om matens påvirkning på miljøet (matsvinn)?
- Barns erfaringer med og holdninger til å dyrke mat/sanke mat?
- Barns medvirkning/medbestemmelse

Fire tema som bør legges opp som variert for å holde barnas fokus.

Intervjuguide

Hei. Vi heter Eli Kristin og Ulrike og vi gleder oss veldig til å snakke med dere om mat på SFO, hva dere synes om å smake på nye ting og hva dere tenker om forskjellig mat.

Vi kommer til å ta opptak mens vi snakker, men dette er bare for at vi skal få med oss alt dere sier så forsøk å ikke bry dere om det.

Vi kommer til å prøve å bruke navnene deres når dere snakker, og gi dere ordet etter tur, så fint om dere rekker om en hånd hvis dere vil si noe. Dette er for at vi skal høre hva alle har lyst å si etter tur og at vi ikke snakker i munnen på hverandre.

Da vil vi først få spørre om hva dere heter: (notere dette)

Utforskning av smaker

Det første vi lurer på er;

- *Hvordan synes dere det er å smake på nye ting/nye smaker – noe dere aldri har smakt før?*
- *Har dere fått smake på noe på SFO som dere aldri har fått smake før? Hva synes dere om det? (Ville dere smake eller ikke? Likte dere eller ikke?)*
- *Har dere fortalt de hjemme (mamma eller pappa) om maten dere får smake på SFO? (hva sier dere om det?)*
- *(Evt. Har dere noen gang spurt mamma eller pappa om å lage mat hjemme som dere har likt på SFO?)*

Mat som er bra for kroppen:

Vise barna bilde av frukt og grønnsaker (Bilde 1)

- *Hva tenker dere når dere ser dette bildet?*
- *Liker dere å spise dette? (hvorfor/ hvorfor ikke?)*
- *Hva vet dere om grønnsaker? (Er det bra for oss å spise? Bør man spise mer grønnsaker? Hvorfor?)*
- *Hvordan kan man spise mer grønnsaker?*

Vise barna bilde av fisk (Bilde 2)

- *Hva tenker dere når dere ser dette bildet?*
- *Hvilken type fisk liker dere best?*
- *Hvorfor er det bra for kroppen at vi spiser fisk?*
- *Spiser dere fisk på SFO? Spiser dere fisk hjemme?*
- *Evt. Har dere forslag til hvordan man kan få flere til å spise mer fisk?*

Mat og miljø, inkl. matsvinn

Viser bilde av kasting av mat (Bilde 3)

- *Se på bildet, hva viser dette?*
- *Hva syns dere om det (å kaste mat)? Hvorfor mener dere det?*
- *Kaster dere mye mat på SFO? Hva med hjemme? Hvorfor kaster vi maten?*
- *Hva kan vi gjøre for å kaste mindre mat?*

Vise bilde av dyrking (Bilde 4)

- *Hva ser dere på dette bildet? Er dette noe dere har gjort hjemme/på SFO – fortell? /Noe dere har lyst til?*
- *Hva kan være bra med å dyrke mat, sanke eller fiske mat selv?*

Medvirkning og involvering

Viser bilde av barn som er med å lage mat (Bilde 5)

- *Får dere være med å lage mat på SFO innimellom? Hva syns dere om det?*
- *Hvem bestemmer hva som skal lages på SFO eller hjemme?*
- *Hva syns dere om maten dere får på SFO? Hvilken mat skulle dere ønske at dere fikk på SFO?*
- *Får dere velge hva dere kan forsyne dere med? (noen ganger? Alltid?)*
- *Hvordan syns dere det er å spise på SFO? (Hvem sitter dere sammen med? Sitter de voksne sammen med dere? Hva gjør dere/snakker om?)*

- *Og helt til slutt: Har dere noen gang lært mamma eller pappa noe om mat som de ikke visste fra før? Fortell?*

Vedlegg II: Stimulusmateriale



