



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Institutionen för mat, hälsa och miljö

Ska jag dansa in en "Herr Gurka" i munnen på dig?

Några pedagogers förhållningssätt till förskolebarns måltidssituation

**Marie Nylander
Tina Törnqvist**

Kandidatuppsats, 15 hp

Kostekonomprogrammet med inriktning mot ledarskap

Handledare: Monica Petersson

Examinator: Marianne Pipping Ekström

Datum: Juni, 2008



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Institutionen för mat, hälsa och miljö MHM
Box 320, SE 405 30 Göteborg

Titel: Ska jag dansa in en "Herr Gurka" i munnen på dig? Några pedagogers förhållningssätt till förskolebarns måltidssituation

Författare: Marie Nylander och Tina Törnqvist

Typ av arbete: Kandidatuppsats, 15 hp

Handledare: Monica Petersson

Examinator: Marianne Pipping Ekström

Program: Kostekonomprogrammet med inriktning mot ledarskap

Antal sidor: 36 + 1 bilaga

Datum: Juni, 2008

Sammanfattning

Mer än 80 procent av alla 1-5 åringar går på förskola, vilket betyder att barnen äter fler måltider inom barnomsorgen än hemma och att det är fler vuxna än bara föräldrarna som har inflytande på barnens kostvanor. Små barn tar lätt till sig nya vanor och därför har förskolan ett stort ansvar för att måltidsordningen och livsmedelsvalen är så bra som möjligt för barnen. Vuxna fungerar som förebilder för barnen och det är därför av stor betydelse att se hur pedagogerna på förskolan agerar och vilka följder deras agerande får när det gäller att främja goda matvanor hos barnen. I arbetet med att förmedla en positiv attityd kan den pedagogiska måltiden ses som ett hjälpsamt redskap. Det är däremot inte enbart kosten och näringen som är viktigt utan även måltidssituationen och den omgivande miljön är av stor betydelse för hur matvanor utvecklas.

Syftet med studien var att undersöka pedagogers förhållningssätt till förskolebarns måltidssituationer med fokus på frukt och grönsaker. En kvalitativ undersökning gjordes genom observationer av måltidssituationer på två förskolor i Partille kommun. Vid materialbearbetning och analys användes en utvärderingsmodell som belyste förutsättningarna, den pedagogiska processen och resultatet av den pedagogiska processen vid måltidssituationerna. I resultatet framkom att förutsättningarna i form av livsmedelsutbudet, måltidsmiljön och pedagogernas förhållningssätt har stor betydelse för barnens matvanor. Utbudet av frukt var större än grönsaksutbudet och barnen hade en mer positiv inställning till frukt än grönsaker. Tydliga regler och riktlinjer bidrog till en lugnare måltidsmiljö. Resultatet visade att barnen har en stor inverkan på varandra vid måltidssituationen och fungerar som förebilder för varandra. Pedagogernas förhållningssätt skiljde sig mellan förskolorna vilket resulterade i stora skillnader i barnens beteende vid måltiderna. Utbudet och måltidsmiljön är viktiga för frukt och grönsakskonsumtion men det är pedagogernas förhållningssätt som är den avgörande faktorn.

Nyckelord: förskolan, pedagogiskt förhållningssätt, måltidssituation, matvanor.

Innehållsförteckning

1 Inledning	3
2 Bakgrund	4
2.1 Tidigare forskning	4
2.2 Rekommendationer	5
2.3 Bakgrundsfaktorer till barns matval	6
2.4 Förskolans ansvar	8
2.5 Förebildens betydelse	8
2.6 Måltidssituationen	9
2.7 Pedagogiskt förhållningssätt	10
2.8 Teoretisk modell.....	11
2.9 IDEFICS-projektet	12
3 Syfte	13
3.1 Frågeställningar	13
4 Metod	14
4.1 Undersökningsmetod.....	14
4.2 Urval.....	14
4.3 Förberedelser och genomförande	15
4.4 Materialbearbetning och analys	15
4.5 Tillförlitlighet	16
4.6 Etiska överväganden	16
5 Resultat	17
5.1 Definition	17
5.2 Förutsättning för pedagogisk process.....	17
5.3 Pedagogisk process	19
5.4 Resultat av pedagogisk process.....	23
6 Diskussion	28
6.1 Metoddiskussion.....	28
6.2 Resultatdiskussion.....	29
6.3 Slutsats	32
6.4 Vidare forskning.....	33
7 Referenser	34
Bilaga	36

1 Inledning

Övervikt och fetma är ett snabbt ökande folkhälsoproblem i västvärlden. I Sverige beräknas cirka 2,5 miljoner människor vara överviktiga. Andelen överviktiga har fördubblats de senaste 30 åren och detta gäller för hela befolkningen, även barnen. Den ökande förekomsten av övervikt och fetma beror till stor del på förändrade matvanor och fysisk inaktivitet. Åtgärder måste prioriteras på grund av problemets omfattning, särskilt hos barn (Statens folkhälsoinstitut, 2007).

Ett skäl till att studera matvanor är att förstå sambanden mellan människors matbeteende och människors värderingar och attityder när det gäller mat. Man kan välja att rikta in sig på måltidsvanor, social måltidsmiljö, livsmedelsval och/eller energi och näringsintag. Man kan även genomföra studier som är beteendevetenskapligt inriktade. Då undersöks grupper eller individers värderingar kring och attityder till frågor som rör mat (Abrahamsson m.fl., 1999). Då man studerar näringslära studerar man främst näringsämnenas fysiologiska effekter och hur en varierad näringstillförsel påverkar hälsan. Det är dock även av vikt att studera frågor om mat och hälsa för att förstå vilka faktorer som ligger bakom människors matbeteenden (Livsmedelsverket, 2007a).

Under förskoleåldern sker mer eller mindre en anpassning till omgivningens, familjens och förskolans matvanor och perioden är mycket betydelsefull ur näringssynpunkt. Mer än 80 procent av alla 1-5 åringar går på förskola. Detta betyder att barnen äter fler måltider inom barnomsorgen än hemma och att det är fler vuxna än bara föräldrarna som har inflytande på barnens matvanor (Myndigheten för skolutveckling, 2007). Små barn tar lätt till sig nya vanor och därför har samhället ett stort ansvar för att måltidsordningen och livsmedelsvalen är så bra som möjligt för barnen i förskolan. Om man vill påverka och förbättra matvanor är det bra att börja hos små barn. En stor del av ansvaret för att goda matvanor hos barn grundläggs ligger hos personalen på förskolan varpå det är oerhört viktigt att pedagogerna har tillräcklig kunskap i kostfrågor (Livsmedelsverket, 2007a).

Små barn är beroende av sin omgivning och olika faktorer i omgivningen har stort inflytande på deras vanor. Barn har lätt för att ta efter vuxnas vanor och beteenden. Det är därför viktigt att uppmärksamma hur vuxnas förhållningssätt påverkar barnen, i ett tidigt stadium. Oddsens för att barn till exempel ska äta frukt och grönsaker ökar om de vuxna måltid efter måltid och dag efter dag äter och serverar fräscha frukter och grönsaker (Livsmedelsverket, 2007a).

Kosten är en oerhört viktig faktor för barns hälsa och utveckling. Eftersom matvanor och attityder till mat grundläggs i tidiga åldrar är det viktigt att införa sunda matvanor hos barn. En positiv påverkan på barns matvanor ger även i förlängningen en positiv påverkan på folkhälsan (Statens folkhälsoinstitut, 2007). Det är däremot inte enbart kosten och näringen som är viktigt utan även måltidssituationen och den omgivande miljön är av stor betydelse för hur matvanor utvecklas. I förskolan finns det stora möjligheter att påverka matvanorna i en positiv riktning genom att skapa goda förutsättningar för barns matvanor. Hos kostekonomerna som arbetar mot förskolan ligger ett stort ansvar att servera så god och näringsriktig mat som möjligt. Det är dock inte enbart vad som serveras utan det är även andra faktorer som har en stor betydelse för att måltidssituationen ska bli så bra som möjligt för barnen. Det är därför viktigt att även se hur pedagogerna på förskolan agerar och vilka följder deras agerande får när det gäller att främja goda matvanor hos barnen (Livsmedelsverket, 2007a).

2 Bakgrund

I bakgrunden ges en inblick i tidigare forskning som följs av de riktlinjer och rekommendationer för barns matvanor som finns samt bakgrundsfaktorer och dess påverkan till barns matval. Kapitlet behandlar därefter förskolans ansvar i ämnet, förebildens betydelse samt måltidssituationen. Kapitlet avslutas med en genomgång av pedagogiskt förhållningssätt samt hur det utvärderas.

2.1 Tidigare forskning

Tidigare forskning visar att utvecklingen av barns matvanor går i samma riktning. Flera artiklar (Livsmedelsverket, 2003; Krans, Siega-Riz & Herring, 2004; Becker, 1995) visar att barnens konsumtion av sockerrika och feta livsmedel är för hög samt att frukt- och grönsakskonsumtionen är för låg. Artiklarna visar likaså att om hälsosamma kostvanor implementeras redan i unga år ges goda förutsättningar för att välja hälsosam mat i fortsättningen. Sepp (2002) menar även att det är av stor betydelse att tidigt studera förutsättningarna för förskolebarns matvanor.

Livsmedelsverket genomförde år 2003 en kostundersökning i Sverige på barn i fyra-, åtta- och elvaårsåldern. Undersökningen visar att nästan en fjärdedel av den energi som barnen fick i sig kom från godis, läsk, glass och snacks och barnen åt bara hälften av den rekommenderade mängden frukt och grönsaker. Utifrån resultatet diskuterades olika åtgärder såsom att halvera barnens konsumtion av godis, läsk, glass och snacks för att förbättra barnens kost. Om man dessutom skulle dubblera intaget av frukt och grönsaker skulle barnen få en ännu mer välbalanserad kost (Livsmedelsverket, 2006).

I en liknande undersökning från USA var syftet att se hur förskolebarns kost förändrades mellan åren 1977 och 1998. Resultaten visade att den största skillnaden i barns intag av mat var att den totala energinivån hade ökat enormt. Författarna menade att detta berodde på en ökad konsumtion av sockerrika produkter. En av slutsatserna i studien var att de förändrade matvanorna hos förskolebarn i USA kunde vara en orsak till den ökande förekomsten av övervikt och fetma bland barn. Resultaten visade även att frukt- och grönsakskonsumtionen hade ökat men trots detta menade författarna att konsumtionen av frukt och grönsaker borde öka betydligt mer och att intaget av sockerrika produkter borde minska (Kranz m.fl., 2004).

I artikeln av Krans m.fl. (2004) visade även ett av resultaten att barn i två- till treårs ålder åt hälsosammare än barn i femårs ålder. Författarna menade att detta kunde bero på att de yngre barnen var mer kontrollerade av vuxna än de äldre barnen. De äldre barnen hade större möjligheter att bestämma själva vad de ville äta och valde mer ohälsosam mat. Slutsatsen från studien var att man kan uppnå goda resultat genom att införa hälsosam kost hos barn redan i tidig ålder. Då har de barn som växer upp bättre förutsättningar till att själva välja mat som är mer hälsosam.

En studie av Becker (1995) visar på att konsumtionen av frukt och grönsaker hos barn samt vuxna har ett klart samband med kostens sammansättning i övrigt. De som konsumerar en liten mängd frukt och grönsaker har ett sämre kostmönster och en näringsmässigt sämre sammansatt kost. Deras kost innehåller mindre kolhydrater och kostfibrer, mer fett samt mindre av vissa vitaminer och mineralämnen. Studien visar också på proportionella tendenser för att ju mindre frukt man äter desto mer potatis, kött och korv konsumeras. Resultaten av studien pekar mot att en hög konsumtion av frukt och grönsaker är att föredra jämfört med en

fokusering på att minska kostens fetthinnehåll vid utformning av kostråd. Detta ger ett mer positivt kostbudskap som om det förverkligas i sin tur kan bidra till en minskad konsumtion av feta livsmedel.

I Sepps doktorsavhandling (2002) anges flera skäl till att studera förskolebarns matvanor. Sepp menar att barn är en sårbar grupp såväl näringsmässigt som socioekonomiskt. En viktig synpunkt att studera är hur förutsättningar i barnens omgivning påverkar deras matvanor. Studien visade att pedagogernas brist på utbildning och kunskap om mat och måltidens betydelse gjorde dem osäkra i deras roll som förebilder i måltidssituationen. Många visste dock vad som menades med en pedagogisk måltid. Under de senaste åren har pedagogernas roll förändrats och de saknar därför en grund för att samordna maten och måltiderna i det dagliga arbetet som pedagoger.

2.2 Rekommendationer

2.2.1 SNR

De svenska näringsrekommendationerna som finns baseras på de nordiska näringsrekommendationerna med komplettering för riktlinjer för måltidsordning och kostens variation. För att barn ska uppnå rekommenderade mängder av näringsämnen och kostfiber bör intaget av renframställda sockerarter begränsas. Särskilt söta drycker bör begränsas för att minska och förebygga fetma. Även risken för karies förebyggs vid låg konsumtion av sockerrika livsmedel. En bra balans mellan kolhydrater och fett i kombination med ett högt fiberintag bidrar till att minska risken för övervikt och ohälsa. Näringsbehovet tillgodoses lättast med ett varierande intag och måltiderna bör spridas jämnt över dagen så att blodsockret hålls på en jämn nivå (Livsmedelsverket, 2005).

2.2.2 SLV:s riktlinjer

Barn i åldrarna 4-10 år rekommenderas äta 400 gram frukt och grönsaker om dagen. För barn som ännu inte blivit fyra år ska mängden frukt och grönsaker öka allteftersom barnen blir äldre så att de när de fyller fyra år kommer upp i den rekommenderade mängden. Barn som uppfyller rekommendationerna äter dessutom mindre av söta och feta livsmedel. Kosten balanseras bra med hjälp av frukt och grönsaker. Av de 400 gram som rekommenderas bör ungefär hälften komma ifrån frukt och hälften ifrån grönsaker (Livsmedelsverket, 2007a).

Grova grönsaker som rotfrukter, vitkål och broccoli bör stå för hälften av grönsaksintaget och såväl tillagade som råa grönsaker bör ätas. Juice bör konsumeras i måttliga mängder och om näringsrekommendationerna ska uppnås finns det utrymme för 1 dl per dag som del av den rekommenderade mängden frukt och grönsaker. Man bör dock tänka på att juice inte innehåller lika mycket fibrer som frukt gör varpå juicen inte helt kan ersätta frukten. Juice innehåller också mycket naturligt socker varpå konsumtion över 1 dl per dag bör räknas som en del av det utrymme som finns för söta livsmedel. Sylt tillhör kategorin söta livsmedel och i en matsedel bör det finnas plats för sylt till lämpliga rätter såsom pannkakor, köttbullar och blodpudding. Till frukost rekommenderas bär som ett komplement för till exempelvis sylt eller mos till fil eller gröt. Till frukost finns det även utrymme för russin som variation. Lunchrekommendationerna rymmer såväl kokta som råa grönsaker och rotfrukter. Till mellanmål kan kräm serveras (Livsmedelsverket, 2007a).

2.3 Bakgrundsfaktorer till barns matval

2.3.2 Barns erfarenheter

Om barn inte har tidigare erfarenheter av en viss maträtt kan de vara osäkra på om de vill smaka på den nya rätten eftersom de känner sig osäkra. Att barnen får egna erfarenheter om hälsosam mat och inte bara blir informerade om den är därför oerhört viktig. Förr i tiden då man saknade informationen var det just de egna erfarenheterna som avgjorde vilken mat man åt. Barnen kan därför bli påverkade just genom att få egna erfarenheter om bra mat. Som vuxen bör man då tänka på de tre aspekterna att smaka, att äta mycket litet i början samt att upprepa, för att barnen ska få bra erfarenheter av maten. Vill barnen dock inte smaka på rätter som inte står så högt i kurs så är det mycket svårt för dem att få egna erfarenheter av maten (Nordiska ministerrådet, 1995). Faktorer såsom att belöna barn med mat eller äta och samtidigt ha trevligt kan bidra till att utveckla preferenser. Beteenden som att säga åt ett barn att till exempel äta upp fisken för att sedan få glass kan däremot minska preferensen för fisken (Abrahamsson m.fl., 1999).

Då ett barn har tillgång till olika maträtter påverkas barnets intresse för maten. Om ett barn därför hela tiden har tillgång till olika hälsosamma maträtter är det troligt att dessa kommer att förtäras. Kommer barnet däremot sällan i kontakt med hälsosamma maträtter lär inget intresse för dem uppstå. Förhållandet mellan barn och intag av hälsosam mat är enkel, men trots det äter inte alltid barnen den hälsosamma maten även om tillgången finns. Detta visar att det finns andra faktorer utöver tillgången av den hälsosamma maten som påverkar barnets intag (Nordiska ministerrådet, 1995).

2.3.1 Medfödda preferenser

Medfödda preferenser kan påverka barns intresse för hälsosam mat. Barn påverkas av matens söthet och av tidigare upplevelser av maten. Att barn föredrar sötare mat är ett medfött fenomen. De maträtter som är hälsosamma är oftast inte lika söta som de ohälsosamma alternativen. Denna preferens medför en ökad risk för överkonsumtion av de ohälsosamma maträtterna och tillgången på dem bör därför begränsas. Minskas konsumtionen av ohälsosam mat kan det i sin tur leda till att intag av hälsosammare maträtter ökar. Man kan utnyttja den medfödda preferensen för sött för att få barnet att äta hälsosammare mat. Ett exempel på detta kan vara att hålla socker på tomater för att barnet ska äta dem. Med tiden då barnet fått äta tomater ett par gånger minskar man sötningen av tomaterna för att till slut ta bort den helt och då äter barnen tomater. Att servera barnen söta frukter istället för choklad och godis kan också vara ett alternativ vid mellanmålet. På dessa vis använder man sig av den söta preferensen som redan finns hos barnet för att få det att äta mer hälsosam mat (Nordiska ministerrådet, 1995).

Hur våra matvanor i vuxen ålder ser ut formas till stor del av våra matvanor under barndomen. Att tidigt få barn att intressera sig för, men också välja hälsosam mat är därför oerhört viktigt. En rapport från Nordiska ministerrådet (1995) visar att man åtminstone i Norge sett att det går att påverka barn och ungdomar till att välja hälsosam mat. Kostundersökningar visade på ett fettintag på 40-42 procent av energin. Efter 20 år och stora satsningar med att införa hälsosamma matvanor hos barn och ungdomar, visade nya undersökningar från norska staten att siffran hade minskat till 30 procent.

2.3.3 Neofobi

Barn vill helst äta sådan mat som de tycker om och de bryr sig inte så mycket om hur näringsriktig maten är, till skillnad från vuxna. Barns olika matval kan bland annat förklaras av medfödda smakpreferenser, men den viktigaste faktorn är deras tidigare erfarenheter av olika smaker och måltidssituationer. Måltidssituationerna är ett mycket bra tillfälle för barn att lära känna nya smaker och lukter. I de familjer där barnen inte har fått tillfälle att vänja sig vid en varierad kost kan barnen få det svårare att lära sig tycka om nya och främmande rätter, när de ska börja äta utanför hemmet. Därför bör man sträva efter att tidigt ge barnen erfarenhet av en så varierad kost som möjligt. Detta innebär då att förutsättningarna för att de ska tycka om en allsidig kost senare i livet ökar (Livsmedelsverket, 2002).

Det finns ofta en stor tveksamhet hos barn inför sådant som är nytt. Detta fenomen kallas för neofobi och är ett exempel på biologiska mekanismer som påverkar barnens matintag. Det är en naturlig reaktion som kan övervinnas om man låter barnet närma sig det nya i sin egen takt. Det är viktigt att man inte ger upp när barnet vägrar smaka på något nytt, utan istället försöka igen. Genom att servera maten vid upprepade tillfällen kan man minska tveksamheten inför den. Det kan ta upp till tio gånger innan ett barn lär sig tycka om ett visst livsmedel. Om man serverar livsmedlet med till exempel en favoritsås som ketchup kan det underlätta att acceptera det. Acceptansen kan även underlätta om barnet ser vuxna och äldre barn äta samma mat (Livsmedelsverket, 2002).

De sociala influenserna är viktiga faktorer när det gäller att introducera okända matprodukter för barn. Detta konstaterades i en studie av Addessi, Galloway, Visalberghi och Birch (2005). Tveksamhet inför ny mat är mycket liten hos spädbarn men ökar runt tvåårs ålder. Viktiga faktorer som påverkar barn till att lättare acceptera ny mat är den sociala miljön som maten serveras i och upprepade möten med den nya maten. Studiens syfte var att undersöka vilken betydelse vuxna förebilder har på förskolebarns intag av mat. Enligt resultatet så tog barnen hänsyn till vilken mat förebilden åt och gjorde sedan likadant. Resultatet visade även att upprepade försök påverkade barnens konsumtion av ny mat.

2.3.4 Sinnenas och minnenas betydelse

Gamla traditioner hänger ihop med vad och hur man äter och detta påverkar våra barn. Den mat barn är vana vid tycker de även smakar gott. Förskolebarn påverkas först och främst av sina känslomässiga relationer till olika livsmedel. Till exempel så gör köttbullar många barn glada, då barnen minns med alla sinnen att köttbullar av erfarenhet smakar gott. En måltidsupplevelse är en kombination av ens sinnen och minnen. För att väcka barns intresse för mat gäller det att göra måltiden lustbetonad och låta barnen använda sig av alla sina sinnen (Myndigheten för skolutveckling, 2007).

På kort sikt är det hunger- och mättnadskänslorna som styr över ätandet. Aptiten tillskillnad från hungern är en psykologisk önskan att äta en viss maträtt på grund av samband till en positiv smakupplevelse. Aptiten behöver därmed inte samverka med hungern vilket man kan se på att man gärna äter efterrätt även fast man är mätt av huvudrätten. Ofta äter man även mer om utbudet av mat är stort och varierat. Faktorer såsom smak, lukt, konsistens och utseende kan såväl stimulera som hämma aptiten (Livsmedelsverket, 2007b).

2.4 Förskolans ansvar

Maten är avgörande för att barnen i vårt samhälle ska må bra och utvecklas. Detta är något som till och med FN:s barnkonvention har uppmärksammat genom att i artikel 24, 2 c och e, betona att barn ska ha rätt till näringsrika livsmedel i tillräcklig omfattning samt rent dricksvatten men även att de ska undervisas i näringslära (Barnkonventionen, 2008).

För många föräldrar och barn innebär livet idag långa dagar på arbete och i förskola. I de flesta familjer arbetar båda föräldrarna utanför hemmet. Detta gör att många barn äter både frukost, lunch och mellanmål på förskola. Därför är det viktigt med måltiderna i förskolan, att dessa kan ge barnen möjlighet att äta i lugn och ro i en trevlig samvaro. Att goda matvanor grundas i tidig ålder vet vi sedan tidigare och förskolan spelar här en central roll för barnens framtida matvanor (Livsmedelsverket, 2007a). Enligt skolverket och dess styrdokument har pedagoger som arbetar i förskolan ett ansvar för barnens hälsa. Förskolan har som uppgift att lägga en bra grund för barnens livslånga lärande. Förskolan ska sträva efter att barnen får en förståelse för hur viktigt det är att ta hand om sin hälsa och sitt välbefinnande (Skolverket, 2006). Maten i förskolan ger barnen näring, men är även viktig på så vis att barn som är mätta är gladare och arbetar mer kreativt samtidigt som de lär sig lättare (Livsmedelsverket, 2007a).

Med bra mat i förskolan menas enligt Livsmedelsverket all mat som smakar bra, är näringsriktig och som kan ätas i en lugn och trevlig miljö. Om detta upplevs har förskolan goda möjligheter att på ett positivt sätt motivera barnen till en hälsosam livsstil med bra kostvanor. Vid måltidssituationen lär sig barnen bordsskick och måltidsordning. Måltiderna bör återkomma vid samma tid varje dag och vara jämnt fördelade över dagen (Livsmedelsverket, 2007a).

2.5 Förebildens betydelse

2.5.1 Vuxna som förebilder

Att få barn att välja rätt mat ligger till stor del på de vuxnas ansvar som måste vara mycket flexibla och använda sig av olika metoder för att få barnen att äta. Eftersom barn skiljer sig från varandra krävs olika metoder för olika barn vilket också är viktigt då man vill få barnen att äta hälsosammare. Som förälder är det viktigt att berömma barnen för att de smakat och att inte tjata på barnen och kritisera dem eller att hota med att de inte får någon annan mat förrän nästa måltid (Nordiska ministerrådet, 1995).

Vuxna som ändrar sin inställning till hälsosam mat kan påverka barns intresse för hälsosam mat. Man har märkt att då vuxna ska påverka barns matvanor har de lättare att fästa sig vid kritiska påpekanden om icke önskvärda beteenden än vid önskvärda. Vuxnas påpekande i måltidssituationen är oftast mer kritiska än positiva. Vill man ändra barnens beteende bör man därför lägga större vikt vid positiva och sociala situationer för att få barnen att äta rätt mat och behålla de goda vanor som redan finns etablerade hos barnen. Att ändra beteenden tar tid och sker definitivt inte över en natt vilket man också måste ha med i arbetet med att förändra barnens kost. Att förändringarna tar veckor eller månader är inte ovanligt och det är något som man måste vara medveten om för att lyckas genomföra förändringen (Nordiska ministerrådet, 1995).

På förskolan äter de vuxna ihop med barnen och kan på så vis verka som förebilder för bra matvanor genom att lära barnen om bra matvanor och skapa en stimulerande måltidssituation. Pedagogerna bör uppmuntra barnen till att smaka på all mat, men aldrig tvinga dem att äta.

Det är barnen som bestämmer vad och hur mycket de vill äta (Livsmedelsverket, 2007a). Att avgöra hur mycket mat som barnen ska äta för att bli mätta klarar barnen av själva, men att däremot välja livsmedel som är hälsosamma har visat sig vara svårare. Oftast är det inte barnen som avgör vilken mat som serveras utan dessa beslut avgörs redan vid inköp och barnen äter således det som serveras. En viktig faktor vid inköp av matvaror är priset. Genom att informera föräldrar om livsmedel som både är hälsosamma och billiga kan man försöka förändra och påverka de vuxnas inköp (Nordiska ministerrådet, 1995).

I en studie där man observerade konsumtionen av frukt och grönsaker bland förskolebarn drog författarna slutsatsen att föräldrar och pedagoger spelar en stor roll som förebilder för barn, genom att både framställa frukt och grönsaker positivt, erbjuda barnen frukt och grönsaker vid flera tillfällen under dagen och även att tillsammans med barnen äta frukt och grönsaker. Resultatet av studien visade att de frukter och grönsaker som erbjöds ofta, både i hemmet och på förskolan, var de frukter och grönsaker som barnen föredrog. Det visade sig även att de barn som vuxit upp med vuxna som hade en positiv inställning till att själva äta mycket frukt och grönsaker, var de barn som åt mest av dessa livsmedel (Dennison, Rockwell & Baker, 1998).

2.5.2 Barn som förebilder

Barn har väldigt lätt att påverkas av varandra. Vid måltidssituationerna i förskolan är det vanligt att detta sker. Barn som har goda matvanor kan påverka andra barn att ändra sina matvanor genom att sitta tillsammans under måltiderna. I måltidssituationer utanför hemmet tycks barn påverkas starkt av andra barns attityder till att prova och äta olika mat. Detta betyder att det finns stora möjligheter inom barnomsorgen genom att bestämma vilka barn som ska sitta tillsammans vid måltiderna (Livsmedelsverket, 2002).

1994 genomfördes studier som tyder på att metoder som att tala om för barnen att maten är god eller hälsosam har mycket liten effekt i fråga om att få barnen att smaka på maten. Det visade sig dock att barnen oftare smakade om man istället berättade en berättelse där sagofigurer smakar och blir glada av maten då de äter den. Inom reklambranschen har man redan anammat denna metod och saluför sina produkter med hjälp av sagofigurer i många länder (Nordiska ministerrådet, 1995).

2.6 Måltidssituationen

Förskolan ska betrakta arbetet med mat, både den serverade och vad som händer vid måltidssituationerna, som naturliga delar i det pedagogiska arbetet. Måltider är mer än bara mat. Att sätta sig till bords och äta är inte bara ett sätt att ge kroppen näring och energi, det ger också tillfälle till en lugn stund där man kan koppla av (Livsmedelsverket, 2007a). Måltiden är en otroligt viktig mötesplats för utbyte av tankar och känslor och det bör arbetas systematiskt med att bygga upp en verksamhet med en trivsamt och bra arbetsmiljö för både barn och vuxna (Örebro Universitet, 2004). Måltidsupplevelsen som helhet påverkas av många olika delar. Att bordet är fint dukat förstärker helhetsupplevelsen av måltiden och ger en trevligare upplevelse. Duka bordet är en uppgift som barnen kan vara delaktiga i precis som att dela grönsaker, baka, hämta mat och presentera den. Barnen får då träning i motorik och matematik samt i att utveckla sitt språk och den sociala samvaron (Livsmedelsverket, 2007a).

Det finns många faktorer som påverkar barns aptit och lust till att äta. Lusten för att äta ökar om maten smakar bra och ser aptitlig ut och att det är rent och snyggt kring matplatsen. En bekväm sittställning kan öka barnets trivsel och matlust, vilket innebär att miljön vid matbordet är av stor betydelse. Beröm och uppmuntran för att barnet äter bra har även en positiv inverkan på barnets inställning till maten (Örebro Universitet, 2004).

Måltidssituationen är mycket viktig och den kan antingen underlätta eller försvåra ätandet. Barn som har uppmärksamhetsproblem bör man hjälpa genom att ta bort allt som kan distrahera barnets ätande, som till exempel störande ljud- och synintryck. Det är viktigt som vuxen att se vad som föregår måltiderna och vad som händer efter. Om barnet gör något som får mycket uppmärksamhet innan maten så blir måltiden inte lika lockande. Likaså om det händer något roligt efter måltiden så kan det göra att barnet känner att det inte hinner äta (Livsmedelsverket, 2002). Måltidssituationerna kan även vara laddade med starka krafter och ibland räcker inte tålamodet till hos de vuxna när det gäller barnens sätt att bete sig (Örebro Universitet, 2004).

Måltiderna i förskolan bör kännetecknas av en positiv stämning som kan uppskattas av både vuxna och barn. På grund av att barn ofta krånglar vid matsituationer kan det vara svårt för de vuxna att alltid se till att måltiderna blir positiva. Att prata om problem och att kritisera och tjata vid måltiden bör alla försöka undvika. Det viktigaste när man äter med barn är trivseln, och inte vad barnen äter i första hand. Om pedagogerna lägger för stor vikt vid att få barnen att äta en viss mat, är det svårt att samtidigt få en trevlig stund tillsammans. Om man strävar efter att skapa trevliga måltider ökar även chansen att barnen äter det som serveras (Eliasson & Gebre-Medhin, 2003). Ett av resultaten från en studie av Sepp, Abrahamsson och Fjellström (2006) visade att en trevlig och positiv stämning vid måltiden färgar av sig på maten vilket gör att barnet tycker bättre om maten nästa gång de äter den.

2.7 Pedagogiskt förhållningssätt

Vuxna fungerar som förebilder för barnen och pedagogerna ges stor möjlighet att både förmedla och praktisera en positiv attityd till maten och måltiderna. I arbetet med att förmedla en positiv attityd kan den pedagogiska måltiden ses som ett hjälpande redskap. Det är de vuxnas förhållningssätt till barn som sätter de yttre gränserna för barnens inställning till maten. Om ett barn erbjuds olika livsmedel i samband med att någon vuxen visar barnet ett positivt intresse och uppmärksamhet, så ökar barnets preferens för dessa livsmedel (Livsmedelsverket, 2002). Barns matvanor påverkas av vad vuxna äter och inte äter. Därför ska det vara självklart för pedagogerna på förskolan som äter tillsammans med barnen, att äta samma mat som serveras till barnen (Sepp, Abrahamsson & Fjellström, 2006).

Måltiderna på förskolan är bra tillfällen för barnen att lära sig om hur maten smakar, vad det är för konsistens, hur det doftar eller vilka färger som finns på tallriken. Samtalen kring bordet kan handla om varifrån maten kommer, varför man behöver olika sorters livsmedel och om maten på tallriken. Måltiden är även ett tillfälle att lära sig om olika matkulturer, både äldre mattraditioner och kulturer som är nya i Sverige. Måltiden är en stor möjlighet för barn att träna självständighet och samspel med andra barn. Vid en måltid lär sig barn att sitta stilla, bordskick, vänta på sin tur och att prata en i taget. Barnen lär sig även att se vad andra behöver och att ta till sig lagom mycket mat (Livsmedelsverket, 2007a). Om pedagogerna äter och uppskattar maten tillsammans med barnen är chanserna större till bra matvanor hos båda grupperna. Som pedagog bör man vid planering av måltiderna tänka på gruppens

sammansättning, hur barnen ska grupperas vid borden, hur serveringen ska genomföras o.s.v. (Örebro Universitet, 2004).

I en studie av Sepp, Abrahamsson och Fjellström (2006) gjordes intervjuer med pedagoger på förskolor med fokus på pedagogiska måltider. Resultatet visade att pedagogerna hade en tydlig bild av vad en pedagogisk måltid innebär, att vara en god förebild för barnen vid bordet och att uppmuntra barnen till att hjälpa sig själva. Författarna menar dock att pedagogerna hade för lite kunskap om mat och näring, vilket visade sig vid intervjuerna. Detta gjorde att de kände sig osäkra som lärare i måltidssituationerna.

Det finns många saker som vuxna kan göra för att skapa en trevlig stund vid måltiden, men det finns även saker som bidrar till att barnen kan tappa aptiten. Om man tvingar ett barn att äta upp bidrar inte det till någon positiv matupplevelse. Dessutom är risken stor att barnet utvecklar en avsmak för den mat det tvingats äta (Eliasson & Gebre-Medhin, 2003). Om förskolebarns intag och val av mat påverkas av tvång undersöktes i en studie av Galloway, Fiorito, Francis och Birch (2006). Under måltidssituationen utsattes förskolebarnen för tvingande kommentarer, och jämfördes sedan med måltidssituationer utan tvång. Resultatet visade att tvång har negativa effekter på barns känslor till och intag av hälsosam mat och det visade sig att barnen åt betydligt mer när de inte blev tvingade.

2.8 Teoretisk modell

När man ska göra en utvärdering av en pedagogisk verksamhet som till exempel förskolan kan det vara bra att använda sig av någon slags mall för att underlätta arbetet. Robert Stake har utformat en modell (se Figur 1) för att underlätta utvärdering av pedagogiskt arbete. Modellen består av två delar; intentioner och förverkligande. Intention motsvarar ens tankar om och planer för hur det pedagogiska arbetet ska vara, tillskillnad från förverkligandet som står för det som verkligen sker i praktiken. I modellen finns tre olika plan i kolumner. Det första planet är förutsättningar såsom kunskaper, erfarenheter, motivation och fysiska tillstånd hos till exempel pedagoger och barn. Det kan även vara förutsättningar som resurser, möjligheter och begränsningar. Även materiella faktorer utgör viktiga förutsättningar i den pedagogiska processen. Som pedagog bör man anpassa sitt pedagogiska arbete efter barnens, måltidsmiljöns och resursernas olika förutsättningar. Det andra planet i modellen är den pedagogiska processen. Den visar vad som sker i processen mellan pedagog och barn. Det tredje planet visar resultatet av pedagogisk praxis, det vill säga vad barnen lär sig av den pedagogiska verksamheten (Bjørndal, 2005).

Intentioner	Förverkligande
Förutsättningar för pedagogisk praxis	Förutsättningar för pedagogisk praxis
Pedagogisk process	Pedagogisk process
Resultatet av pedagogisk praxis	Resultatet av pedagogisk praxis

Figur 1. Förenklad utvärderingsmodell av pedagogiskt arbete (Bjørndal, 2005).

2.9 IDEFICS-projektet

2.9.1 Hälsoarbetet

Idefics är ett europeiskt forskningsprojekt om barns hälsa. Projektets syfte är att studera vad som orsakar den stigande övervikten hos barn och hitta nya sätt att bekämpa den på. I Partille som är interventionskommunen deltar 750 förskole- och skolbarn mellan 2-8 år. Projektet fokuserar på kostfrågor, god sömn, fysisk aktivitet samt stresshantering. Kartläggning och interventioner kommer att ske under första delen av projektet för att sedan följas upp av ytterligare en kartläggning samt sammanställning av resultaten. Det är forskare från Göteborgs Universitet som är ansvariga för projektet i Sverige och samarbetar med barn- och utbildningsförvaltningen samt folkhälsorådet i Partille (Partille kommun, 2007).

Gabriele Eiben¹ menar att ett av de övergripande målen i Idefics är att öka kunskapen om hur hälsan påverkas av kost och livsstil och den sociala miljön hos barn i Europa. De specifika mål som projektet har är att öka barnens dagliga konsumtion av vatten, frukt och grönsaker, minska barnens stillasittande framför Tv, dvd och dator, öka deras fysiska aktivitetsnivå, ge dem goda sömnvanor med lagom mycket sömn samt att de ska tillbringa mer tid tillsammans. Ett av interventionens budskap är att öka den dagliga konsumtionen av frukt och grönsaker vilket kommer att ske genom bättre tillgänglighet på förskolan och skolan. Lunch och mellanmål är då viktiga arbetsområden. Genom projektet vill man att föräldrar ska se frukt och grönsaker som ett alternativ då de skickar med mat vid utflykter och födelsedagskalas. För pedagogerna vill man att frukt och grönsaker ska integreras i undervisningen genom att man har frukt och grönsaker som tema och till exempel lagar fruktsallad tillsammans med barnen. Efter genomförd intervention samt kartläggning önskar man bland annat få fram resultat som ger information om vilka inre och yttre faktorer som påverkar val av mat hos barn.

2.9.2 Kommunens riktlinjer

I Partille har man lagt stor vikt vid att maten till barnen ska tillagas så nära dem som möjligt. Nästan alla förskolor och skolor har därför ett eget tillagningskök. Personalen som arbetar i förskolan ska hålla sig till de rekommendationer som livsmedelsverket och svenska näringsrekommendationer ger ut. Alla vuxna som vistas runt barnen har ett ansvar för deras mat. Om personalen äter pedagogiska måltider ska de äta samma mat som serveras till barnen och föregå med gott exempel. Kommunen betonar att det är viktigt att både stora och små barn får goda matvanor (Partille kommun, 2008).

Ett barn som vistas heltid på förskolan och då äter alla måltiderna beräknas tillgodogöra sig 75 procent av dagens energibehov på förskolan. Frukosten ska enligt kommunens riktlinjer innehålla mjölk/mjölkprodukt, bröd med lättmargarin och pålägg, frukt/bär/grönsaker och spannmålsprodukter såsom gröt och flingor. Lunchen bör serveras enligt tallriksmodellen som kan ses som ett hjälpmedel för att uppfylla rekommendationerna. Måltiden bör dock kompletteras med bröd och lättmargarin. För många barn är mellanmålet det mål som de först får lära sig att tillaga själva. Detta mål är därför mycket viktigt även ur pedagogisk synvinkel då barnen måste lära sig vad som är ett bra mellanmål. Livsmedlen som serveras till mellanmål är desamma som serveras till frukost. Söta drycker, bullar och glass serveras, enligt kommunens riktlinjer endast vid festliga tillfällen och inte varje vecka (Partille kommun, 2008).

¹ Gabriele Eiben, dietist i Idefics-projektet, föreläsning den 11 december 2007.

3 Syfte

Syftet är att undersöka pedagogers förhållningssätt till förskolebarns måltidssituationer med fokus på frukt och grönsaker.

3.1 Frågeställningar

- Vilka förutsättningar för den pedagogiska processen finns vid måltidssituationerna och vilka effekter har förutsättningarna på pedagogernas förhållningssätt?
- Vad har pedagogerna för förhållningssätt till barnens frukt och grönsaksintag?
- Hur inverkar pedagogernas förhållningssätt på barnens måltidssituation?
- Vilka följder får pedagogernas agerande under måltidssituationerna på barnens kostvanor?

4 Metod

Val av metod och upplägg av studien återges först översiktligt följt av en beskrivning av urvalet samt förberedelserna och genomförandet av observationerna. Därefter ges en inblick i hur observationsmaterialet bearbetats och analyserats. Avslutningsvis behandlas rapportens tillförlitlighet samt etiska överväganden.

4.1 Undersökningsmetod

En kvalitativ undersökning utfördes i form av observationer av måltidssituationerna på två förskolor. Syftet med observationerna var att se på pedagogers förhållningssätt till barns måltidssituationer med fokus på frukt- och grönsakskonsumtion. Observationer är användbara när man vill få information om beteenden och attityder i naturliga situationer. Beteenden är inte bara fysiska handlingar utan även samspel mellan individer, känslouttryck med mera. Med observationer har man möjlighet att studera beteenden i samma stund som de inträffar. Till skillnad från intervjuer och enkäter är man inte beroende av att respondenterna kommer ihåg exakt allt som hänt och hur det har gått till. Observationerna bygger på observatörernas tolkningar av det inträffade och det är därför av största vikt att observatörerna uppfattar och tolkar skeendena på ett rättvisande sätt. Att tolka skeendena på ett rättvisande sätt innebär att observatörerna inte får väga in personliga åsikter i de observerade händelserna utan istället förhålla sig så neutrala som möjligt. Det är mycket viktigt att som observatör skilja på faktiska beteenden och tolkningen av vad beteendet betyder (Patel & Davidsson, 2003).

Observationsmetoden ger en möjlighet att se beteenden och är oberoende av de observerades villighet att lämna information. Metoden kräver inte heller särskilt mycket engagemang och samarbete av de deltagande jämfört med intervjuer. Vid observationer måste man vara medveten om att det kan inträffa oförutsedda händelser som kan påverka det slutliga observationsresultatet (Patel & Davidsson, 2003).

Utifrån vårt syfte har vi valt att göra ostrukturerade observationer. Med ostrukturerade observationer menas enligt Patel och Davidson (2003) ett arbetssätt i utforskande syfte med mål att finna så mycket information som möjligt inom ett visst problemområde. Vid observationerna har vi inte använt oss av något färdigt observationsschema, utan istället försökt fånga upp varje situation med fokus på vårt ämne. Detta innebär att man då inte kan få med allt, oavsett hur skicklig man är som observatör. Valet av ostrukturerade observationer gav oss mer utrymme att anteckna intressanta och oväntade händelser. Under observationerna har vi varit utomstående observatörer och alltså inte deltagit i måltiderna, men vårt syfte med observationerna har varit känt. Anledningen till att vi inte deltog i måltidssituationerna var för att inte påverka den normala aktiviteten vid måltiden. För att påverka måltidssituationen så lite som möjligt placerade vi oss i yttre kant av måltidsrummet och befann oss därmed utanför de observerade händelserna. Vår närvaro kan dock ha påverkat observanterna så att deras beteende till en början förändrats. Anledningen till att vårt syfte varit känt var för att vi var tvungna att be om tillstånd innan observationerna (Bjørndal, 2005).

4.2 Urval

I Idefics projektet är ett av målen att öka frukt- och grönsakskonsumtionen hos barnen. De ansvariga för projektet efterfrågade studenter som ville skriva examensarbete inom olika områden i projektet. Vi intresserade oss för frukt- och grönsakskonsumtionen och pedagogers

förhållningssätt till barn i måltidssituationer. Då Partille är interventionskommun i Ideficsprojektet föll det sig naturligt att genomföra våra observationer där. Efter önskemål från Idefics genomfördes observationerna i två områden där kartläggningen redan hade utförts för att eventuellt inte påverka resultatet av kartläggningen. Det urval vi gjorde var att vi ville observera pedagoger på avdelningar med barn som var lite äldre, mellan 3-5 år. De har ett mer utvecklat beteende än mindre barn vilket gör dem lämpliga att observera. Vi kontaktade en rektor från vardera område som valde ut en lämplig förskola för oss att observera. Undersökningen bestod av fyra observationsdagar, två på vardera förskola. Alla måltider observerades av oss båda.

4.3 Förberedelser och genomförande

Vi kontaktade rektorerna i de olika områdena som gav oss tillstånd och de valde ut två lämpliga avdelningar på förskolorna. Dessa kontaktades sedan och dagar för observationer bestämdes. Dessutom skickades ett informationsbrev (se Bilaga) till båda rektorerna och förskolorna. Personalen lämnade i sin tur ut informationsbrevet till alla berörda föräldrar. Innan man ska observera är det viktigt att man är mentalt och fysiskt förberedd för att få så bra kvalitet som möjligt (Bjørndal, 2005). På observationsdagen anlände vi i god tid innan första måltiden för att skapa en bra kontakt med pedagoger och barn. Tanken var att detta skulle minska nyfikenheten och stilla oron hos barnen innan måltiden började. Vid ostrukturerade observationer är det även viktigt att man har god kunskap om problemområdet innan observationerna genomförs. Detta för att man vid observationstillfället ska veta vem/vilka som ska observeras, vilken/vilka situationer som ska observeras, hur registreringen ska ske och under vilken tidsperiod observationen ska ske. Vi var även tvungna att ha klart för oss vilken övrig information som var viktig vid observationstillfällena, såsom miljön av rummet där måltiden ägde rum (Patel & Davidson, 2003).

Först genomfördes två heldagsobservationer på den ena förskolan och sedan två på den andra. Båda förskolorna serverade tre måltider per dag, frukost, lunch och mellanmål. Vi gjorde ett strategiskt urval vid observationerna och valde att observera ett bord var för att få ett så brett observationsmaterial som möjligt. Då båda förskolorna under måltiderna använde tre bord, som dessutom befann sig i olika rum medförde detta att endast två av de tre borden observerades. Under observationerna användes inga tekniska hjälpmedel utan anteckningar togs endast med hjälp av papper och penna. Vi förde noggranna anteckningar över allt vi observerade, citerade såväl pedagoger som barn samt beskrev måltidsmiljön.

4.4 Materialbearbetning och analys

Direkt efter varje måltidssituation renskrev vi våra observationsanteckningar på datorn. Detta gjordes för att minska risken att glömma viktiga händelser och för att kunna tolka observationerna på ett tillförlitligt sätt. Observationsanteckningarna transkriberades sedan så att endast relevanta observationsanteckningar kvarstod. Måltiderna delades upp i olika kategorier; frukost, lunch och mellanmål för att lättare kunna jämföra dessa i diskussionen och kunna identifiera tendenser och mönster i måltiderna. I analysen förklarade vi orsakerna till de mönster vi sett och vilka konsekvenser de medförde, genom att använda oss av Stakes utvärderingsmodell. Resultatet blev då mer strukturerat och lättöverskådligt. Då materialet går igenom systematiskt ges möjlighet att lära sig mer av resultatet än vad man annars skulle göra (Bjørndal, 2005). För att förtydliga resultaten skärskilde vi citat och egna tolkningar i resultatbeskrivningen. Vi försökte att förhålla oss så neutrala som möjligt i våra tolkningar för att inte påverka det slutgiltiga resultatet. Måltiderna jämfördes och analyserades sedan.

Vid observation och utvärdering av en pedagogisk situation bör man identifiera viktiga egenskaper som är relevanta för sin studie. Kvaliteten i ett pedagogiskt arbete kan ställas i relation till Robert Stakes utvärderingsmodell (se Figur 1). När man gör en utvärdering kan man börja med att göra en bedömning på tre plan. Första planet är vilka förutsättningar som finns för pedagogisk process. Det andra planet är den pedagogiska processen, alltså kommunikationen mellan till exempel pedagog och barn. Det tredje planet är resultatet av den pedagogiska processen. Vid bearbetning av materialet från observationerna är det viktigt att jämföra sambanden mellan de olika planen, till exempel vilken betydelse förutsättningarna har för barnen vid måltidssituationen och i det pedagogiska arbetet och vilka följer detta i sin tur får för barnens matvanor. Modellen består av två kolumner; intentioner och förverkligande. Intentionerna står för den litteraturbearbetning som genomfördes då bakgrunden i arbetet skrevs och förverkligandena står för de observationer som genomfördes på förskolorna. I diskussionen jämfördes sedan intentionerna med förverkligandena (Bjørndal, 2005).

4.5 Tillförlitlighet

Validiteten i kvalitativa studier följer hela forskningsprocessen och ambitionen är att upptäcka, tolka, förstå och beskriva olika företeelser. I kvantitativa studier står validiteten för att vi studerar rätt företeelse. Låg reliabilitet i en kvantitativ studie innebär att samma fråga får olika svar. I en kvalitativ studie behöver detta däremot inte betyda låg reliabilitet då svaren ställs mot olika bakgrunds situationer. På grund av detta ligger validitet och reliabilitet nära varandra i kvalitativa studier. För att stärka validiteten var vi väl inlästa på ämnet innan vi började våra observationer. Det blev då lättare att upptäcka, tolka, förstå och beskriva de observerade händelserna. För att få fram ett mer trovärdigt underlag var vi två observatörer vid måltidssituationerna. Direkt efter varje observationstillfälle transkriberades observationsanteckningarna på plats för att kunna komma i håg och tolka viktiga händelser på rätt sätt. Även detta stärkte validiteten i vår studie. Under transkriberingen övervägde vi våra formuleringar för att skapa en så rättvis bild av verkligheten som möjligt (Patel & Davidson, 2003).

4.6 Etiska överväganden

Innan undersökningarna påbörjades gjordes en muntlig förfrågan om tillstånd för observation av de verksamma pedagogerna på förskolorna. Efter ett positivt svar lämnades en skriftlig förfrågan om tillstånd till förskolebarnens föräldrar, i form av ett informationsbrev (se Bilaga). Förfrågningar om tillståndet omfattade alla barnen på avdelningen. För att skydda de som observerades tänkte vi på att uppfylla de krav som ställs på att värna om personers integritet. De fyra krav som ska uppfyllas är informations-, nyttjande-, samtyckes- och konfidentialitetskravet. Informationskravet innebär att alla de som berörs av studien ska informeras om studiens syfte. I informationsbrevet delgav vi föräldrarna undersökningens syfte samt kort information om undersökningens tillvägagångssätt. Med nyttjandekravet menas att alla observationsanteckningar från studien endast får användas i studiens ändamål. Information om att materialet endast kommer att användas av oss och vår handledare samt att det bara gällde i studiens syfte delgavs till föräldrarna. Samtyckeskravet innebär att de som är med i studien själva har rätt att bestämma över sin medverkan. Med konfidentialitetskravet menas att ingen av de som berörs i studien ska kunna identifieras eller spåras. Alla pedagoger och förskolebarn avidentifierades, vilket innebär att det är omöjligt för läsaren att kunna härleda exempelvis citat till enskilda personer eller till vilka förskolor studien är gjord på (Bryman, 2006).

5 Resultat

Kapitlet inleds med en begreppsdefinition. Resultatet beskrivs sedan utifrån Stakes utvärderingsmodell (se Figur 1) utifrån kolumnen förverkligande. De tre planen; förutsättningar, pedagogisk process samt resultat av pedagogisk process behandlas (Bjørndal, 2005).

5.1 Definition

På förskolan arbetar såväl barnskötare som förskolelärare. Barnskötare har gymnasial utbildning medan förskolelärare har högskoleutbildning. I undersökningen har vi inte skilt på barnskötare och förskolelärare eftersom vi genom observationerna inte kunde veta vilken utbildning de hade. Istället har vi valt att se dem som en grupp som vi kallar för pedagoger. Då observationerna genomförts på två olika förskolor har vi valt att benämna dem förskola 1 samt förskola 2.

5.2 Förutsättning för pedagogisk process

5.2.1 Allmänna förutsättningar

Båda förskolorna har egna tillagningskök där kokerskorna själva planerar måltiderna och bestämmer vad barnen ska äta vid de olika måltiderna. Förskola 1 lagar mat till fem avdelningar medan förskola 2 lagar mat till två avdelningar. På den mindre förskolan är köket beläget i mitten av huset så doften av mat sprider sig över hela förskolan till skillnad från den större förskolan där köket ligger i ena kanten av byggnaden varpå doften av matlagning inte känns på avdelningarna. Dofte av mat på förskola 2 skapar en trivsamt och hemtrevligt känsla. På båda förskolorna arbetar det både förskolelärare samt barnskötare och barnen är mellan 3-5 år gamla.

På båda förskolorna utses antingen ”dagens barn” eller ”veckans barn” vilket innebär att det barnet får större ansvar under måltiderna och hjälper till med sysslor såsom att hämta matvagnen från köket, dukar borden och säger varsågod. På förskola 2 får även barnet presentera maten som serveras för de andra barnen.

Måltiderna äts på bestämda tider. Förskola 1 serverar frukost klockan 08.00, lunch 11.30 och mellanmål 14.30. Förskola 2 har dock valt att senarelägga all sina måltider och serverar dem därför cirka en timme efter det att förskola 1 serverar sina. Eftersom frukosten därför inte serveras förrän klockan 9.00 på förskola 2 så har barnen hunnit leka av sig innan de ska äta. Detta medför mindre stress och en lugnare måltidsmiljö. Barnen på förskola 2 har bestämda sittplatser vid alla måltider, vilket de dock inte har på förskola 1. Där får de själva bestämma vilken plats de ska sitta på vid frukost och mellanmål och har endast bestämda platser vid lunch.

På torsdagar har förskola 1 en samling mitt emellan frukost och lunch där de arbetar med frukt och grönsaker. Barnen får då smaka, lukta och känna på olika grönsaker och frukter. Förskola 2 har sin samling innan lunch och varje dag bjuds då på olika grönsaker, skurna i stavar och bitar. Det kan vara såväl morötter och gurka som vitkål och paprika eller andra grönsaker. De äter grönsakerna innan lunch för att få igång magen så att barnen är hungriga till lunch.

5.2.2 Måltidsmiljön

På förskola 1 består matplatsen i köket av två bord med plats för åtta personer på varje bord. En extra matplats med plats för fyra personer används vid lunch och finns i ett utav lekrummen. Borden i köket är placerade parallellt med och förhållandevis nära varandra. Matplatserna är ljusa och trevliga med fönster som vetter ut mot gården men inga dukar eller andra dekorationer finns på borden. Inte heller hushållspapper finns på borden utan står i fönsterkarmen som endast gränsar till det ena av de två borden. Den tredje matplatsen som används vid lunch är placerad i ett utav lekrummen i de inre delarna av lokalen varpå inga fönster finns i detta rum. Vid måltiderna sitter det mellan tre till fem barn vid varje bord.

Borden på förskola 2 är placerade i tre olika rum som alla har fönster. Borden är klädda med vaxduk i olika färger och på borden finns dekorationer i form av blommor och ljuslyktor. Även hushållspapper finns på alla bord. På stolsbenen är tennisbollar placerade för att undvika störande ljud då stolarna dras ut och in. Vid frukost och lunch sitter det mellan fem och sju barn på varje bord tillsammans med minst en pedagog. Vid mellanmålen är det färre barn och då sitter endast tre barn på varje bord tillsammans med en pedagog.

På båda förskolorna fattas livsmedel såsom måltidsdryck och pålägg på vissa av borden vid många av måltiderna. Barnen får då springa mellan borden för att låna av varandra. Ljudnivån blir mycket hög och det blir mycket onödigt spring emellan borden.

5.2.3 Livsmedelsutbud

Utbudet av frukt och grönsaker till frukost på förskola 1 består av apelsinklyftor, hela bananer, en stor bit gurka samt paprikabitar. Ena dagen serveras apelsinjuice och då får barnen ingen annan frukt utan istället grönsaker i form av paprikabitar. Det finns rikliga mängder av frukt och grönsaker och barnen får lov att äta så mycket de vill. På förskola 2 består utbudet av några få apelsinklyftor, gurkskivor och paprikastavar som serveras tillsammans i en liten skål. Vid ena frukosten serveras även banan. Eftersom utbudet av frukt och grönsaker inte är så stort tar allt slut innan alla barn har fått och innan måltiden är över.

Till lunch på förskola 1 serveras ena dagen majs och rivna morötter i små skålar och andra dagen serveras kokt grönsaksmix med ärtor, morötter, blomkål och brytböner. Även lingonsylt finns som komplement till måltiden den ena dagen. Till efterrätt får barnen frukt såsom banan, äpple, päron och vindruvor men även isglass som de gjort själva av saft. På förskola 2 serveras ena dagen grönsakssoppa med morötter, ärtor och blomkål till lunch och till efterrätt serveras pannkakor med jordgubbssylt. Andra dagen serveras coleslaw som sallad och lingonsylt finns som komplement till maten. Barnen har serverats grönsaker i stavar under samlingen innan måltiden. Till efterrätt serveras banan, äpple och päron.

Mellanmålet på förskola 1 består ena dagen av nyponsoppa och inga andra frukter eller grönsaker serveras. Vid det andra mellanmålet serveras dock både paprika, gurka, äpplen, päron, banan och vindruvor samt sylt som komplement till måltiden. Mellanmålsutbudet av frukt och grönsaker är minimalt på förskola 2, endast vid ett utav tillfällena serveras banan och inga grönsaker förekommer.

5.2.4 Pedagogernas förhållningssätt

Pedagogerna anpassar det pedagogiska arbetet vid måltidssituationerna efter de förutsättningar som ges. Både barnskötare och förskolelärare arbetar på förskolorna.

Kunskaperna skiljer sig således mellan pedagogerna. Då åldersspannet mellan pedagogerna är relativt stort och de har olika lång erfarenhet av arbetet som pedagoger skiljer sig även deras erfarenheter. En förutsättning för den pedagogiska processen är att pedagogerna är motiverade. Motivationen och därmed förhållningssättet kan dock skilja sig från person till person. Under måltidssituationen ska pedagogerna anpassa den pedagogiska processen efter barnen, måltidsmiljöns och resursernas olika förutsättningar.

Det sitter minst en pedagog vid varje bord under måltiderna. På förskola 1 skiljer sig pedagogernas förhållningssätt till barnen beroende på barnens åldrar. De mindre barnen får mer hjälp medan de större får klara sig mer själva. Förhållningssättet hos pedagogerna på förskola 2 skiljer sig dock inte utan alla barn blir behandlade på samma sätt oavsett ålder trots att de har olika förutsättningar vad det gäller exempelvis bordsskick.

På båda förskolorna blir barnen vid alla måltider alltid klara olika snabbt. Barnen lämnar då gärna borden eller sitter och vrider och vänder sig på sina stolar, vilket leder till en mycket högre ljudnivå och de barn som inte har ätit upp blir även störda och ofokuserade. Pedagogerna på förskola 1 accepterar detta beteende utan regler som när man får lov att gå ifrån bordet. På förskola 2 måste barnen dock fråga pedagogerna om lov först. Då barnen får lov att lämna bordet på förskola 2 dukar de av efter sig, sköljer tallrikar och bestick och placerar dem på matvagnen. På förskola 1 lämnar barnen kvar allt på borden och springer och leker.

5.3 Pedagogisk process

5.3.1 Frukost

På förskola 1 har barnen inga bestämda platser, vilket medför att det blir mycket stökigt och gnälligt vid varje måltid då barnen inte får sitta där de vill. Matvagnen från köket hämtas av dagens eller veckans barn vid alla måltiderna och det är även dessa barn som får säga varsågod. Dagens eller veckans barn får hjälpa pedagogen att duka fram och säga vad som saknas på bordet. Barnet berättar även för de andra barnen om vilka komponenter som finns. På förskola 2 sjunger de en ramsa innan varje måltid och veckans barn får bestämma vilken. Vid ena frukosten sjunger de:

- Maten står på bordet, händerna i knät, nu säger alla varsågod och ät.
- Varsågod.
- Tack så mycket.

På förskola 1 serveras frukost klockan 8.00 vilket ofta gör att barn och pedagoger som börjar senare anländer under frukosten. Fokus riktas då från måltiden och vissa av barnen vill gå från borden för att möta sina vänner. På båda förskolorna blir barnen tillsagda och tillrättavisade när de inte följer de regler som finns vid måltiderna. På förskola 1 är vissa pedagoger mindre uppmärksamma när reglerna inte följs. På förskola 2 är de väldigt noga med att barnen följer reglerna vid måltiderna. En av pedagogerna har dock vid flera tillfällen en negativ ton mot barnen, vilket skapar en dämpad stämning vid måltiden. Vid samtalen kring borden är pedagogerna på förskola 2 noga med att alla barn är delaktiga och får vara med och prata. Pedagogerna pratar med barnen på ett vuxet sätt och när barnen gör något olämpligt blir de tillrättavisade att bete sig mer moget.

Maten skickas runt och barnen på förskola 2 får själva bestämma hur mycket de vill ha. På förskola 1 får barnen ta själva under uppsyn av pedagogen som bestämmer hur mycket barnen

får ta. Till frukost serveras ena dagen mannagrynsgröt på förskola 2 och pedagogen frågar barnen vad det är för slags gröt. Barnen gissar på tomtegröt, havregrynsgröt och ett barn döper gröten efter sig själv. Pedagogen förklarar att gröten som serveras heter mannagrynsgröt och att den inte är likadan som risgrynsgröt.

På båda förskolorna är barnen duktiga på att smaka på allt även fast de inte tycker om det och detta beröms av pedagogerna. Ett barn vill ha mer gröt och får beröm av en pedagog som menar att alla barn borde äta lika mycket gröt för att bli lika stora och starka.

På förskola 1 äter några av pedagogerna inte samma mat som barnen vilket gör att de blir fundersamma. En pedagog på förskola 1 kokar egen gröt på fiberhavregryn och har med sig eget äppelmos eftersom att hon går på GI diet. När barnen undrar varför inte pedagogen äter ”tomtegröten” svarar pedagogen att den äter annan gröt men älskar tomtegröt. När pedagogerna på förskola 1 äter eller dricker något annat än vad som serveras till barnen blir de nyfikna och vill smaka på det som pedagogerna har. Barnen tycker ibland att det är orättvist att pedagogerna får äta annan mat eller inget alls.

B – Varför äter inte fröken?

P – Jag har ätit hemma och är därför inte hungrig.

B – Jag vill inte heller äta på dagis.

När barnen pratar i mun på varandra blir de tillrättavisade att prata en i taget. Barnen äter gärna frukt under frukostarna. På förskola 1 är skålen med grönsaker dock inte rörd vid den ena måltiden och pedagogerna har heller inte frågat om någon vill ha. Även på förskola 2 är grönsaksskålen orörd när halva måltiden passerat. Ett barn ber om apelsin och först då uppmärksammar pedagogen grönsaksskålen och den skickas runt så att alla barn kan få. Grönsaksskålen som slutar skickas runt stannar vid två barn som sitter och äter grönsak efter grönsak tills skålen är slut. Detta betyder att några av barnen blir utan grönsaker till frukost. Beteendet uppmärksammas dock inte av pedagogen som sitter bredvid.

På förskola 1 skickas bröd runt bordet och barnen får välja vilket pålägg de vill ha. Ett barn vill ha leverpastej och pedagogen ger barnet även gurka. Barnet vill först inte ha gurka men ändrar sig då pedagogen börjar leka med gurkan.

P – Ska jag dansa in en ”Herr Gurka” i munnen på dig?

Pedagogerna frågar med jämna mellanrum vad barnen vill ha och accepterar deras svar utan tjat. Apelsinklyftor delas ut till alla barn och på förskola 1 får de blodapelsin. Pedagogen berättar för barnen att det både finns vanlig apelsin och blodapelsin. Barnen äter apelsin under tiden och tycker att klyftorna är roliga att bita i. På förskola 2 tycker barnen på det ena bordet att apelsinen är sur och pedagogen förklarar för dem varför apelsin ibland smakar surt och ibland sött.

B1 – Apelsinen är sur.

B2 – Men citroner är ännu surare.

B1 – Men apelsiner brukar inte vara jätte sura.

P – Ibland kan apelsiner vara lite sura och ibland är de sötare. Apelsinen blir sötare om den har fått mer solsken på sig.

Barnen blir besvikna när apelsinen är slut då de vill ha mer. Förskoleläraren säger att de får frukt vid varje frukost så de kan äta mer imorgon. På förskola 1 serveras apelsinjuice ena frukosten och vissa dricker upp till tre glas utan att pedagogerna hejdar dem. Ett barn på

förskola 2 har under frukosten stoppat in för mycket mat i munnen och blir tillsagt av pedagogen.

- P – Nu har du alldeles för mycket mat i munnen.
- B – Fröken vet du att min lillebror stoppade in så mycket mat i munnen att jag blev rädd för att han skulle kväva sig.
- P – Förstår ni då att det är därför som jag ber er att inte stoppa in för mycket mat i munnen på en gång.

Ett av barnen är stolt över att det ätit så bra till frukost och får beröm av pedagogen som förklarar att frukosten är ett jätteviktigt mål för att man ska orka leka hela dagen.

5.3.2 Lunch

Barnen är stökiga och ljudnivån är vanligtvis hög på båda förskolorna innan lunchen börjar. Pedagogerna säger åt barnen att innan de kan börja äta så måste det vara tyst och ljudnivån sänks när de säger varsågod. Ena dagen får de soppa på förskola 2 och barnen diskuterar om vad som finns i soppan.

- B1 – Åh det är grönsaker i soppan!
- P – Ja, det är grönsakssoppa idag.
- B1 – Jag älskar grönsaker.
- B2 – Det är morot, ärtor och blomkål i. Jag älskar morot men jag gillar även ärtor och blomkål.

Ett av de yngre barnen får beröm för att det använder sina bestick så duktigt. Detta barn får annars inte mycket uppmärksamhet under måltiden då de äldre barnen tar överhand och pratar mycket mer. Ett av barnen sitter inte stilla på sin stol. Pedagogen frågar barnet vad som kan hända om det inte sitter stilla på stolen. Barnet tänker efter och svarar att det kan ramla. Pedagogen menar då att barnet ska sitta stilla så att det inte ramlar och får ont. På förskola 1 serveras fisk och potatis. Potatisen är garnerad med lite dill varpå barnen frågar vad det är för grönt på potatisen.

- B – Vad heter det gröna på potatisen?
- P – Dill heter det och det smakar jättegott.

Barnen som har livlig fantasi tycker det ser ut som spindlar. De börjar sedan prata om olika saker man kan äta.

- B1 – Man kan äta sniglar
- B2 – Och grodor.
- B3 – Nej det kan man inte, men man kan äta fisk.
- B1 – Man kan äta glasbitar.
- P – Nej, då får man jätteont i magen.
- B2 – Man får inte bara ont, man kan skära sig i magen och glasbiten kanske fastnar och då kan man inte bajsas.
- B3 – Men pruttar kan man i alla fall äta.

På förskola 2 serveras en dag raggmunk och fläsk med coleslaw till lunch. Ett barn undrar varför de får så konstig mat som det aldrig har ätit innan och ser besviken ut. De barn som inte kan äta fläsk på grund av etiska skäl får annan mat vilket ett barn tycker är fuskigt. Inget av barnen vill ha coleslaw, trots att pedagogen berättar att det är vanlig vitkål och morötter som de brukar tycka om på samlingen. De vill ändå inte ha eftersom de inte känner igen grönsakerna då de är ihopblandade med majonnäs och yoghurt. Barnen på det andra bordet äter inte heller coleslaw. Pedagogen där förklarar inte vad det är för sallad och skickar heller

inte runt den under måltiden. Dessutom uppmanas inte ens barnen att provsmaka. När skålen sedan dukas av är den i stort sett orörd.

Ett barn frågar vad det är för sorts kött och pedagogen berättar att det är kött som kommer från grisen. Barnen diskuterar om man kan äta kött från räven och haren också. Barnen berömmar maten och tycker att den är jättegod. Ett barn menar att den nya favoritmaten är raggmunk och självklart köttbullar också och ett annat barn håller med. Ett av de barnen som inte kan äta maten på grund av etiska skäl blir då ledsen.

B – Jag tycker inte att det är roligt att vara muslim. Jag vill äta som de andra barnen.

Pedagogerna på förskola 1 är väldigt engagerade i barnens måltider och frågar flera gånger om de vill ha mer eller om de är nöjda. Grönsaksskålen skickas runt bordet och de pratar om vad grönsakerna heter.

P – Här har du grönsaker. Vilka grönsaker heter vad?

B1 – Den heter blomma.

B2 – Nej, den heter blomkål.

P – Gillar du blomkål?

B1 – Ja, och morötter.

B2 – Blomkål är nyttigt.

Pedagogerna tar fram fruktskålar till borden vid måltidens slut och skär frukten i klyftor som delas ut till varje barn. En dag ska barnen på förskola 1 få isglass till efterrätt som barnen har gjort själva dagen innan. En pedagog reser sig upp och berättar att efter maten så ska alla få efterrätt, en överraskning. Alla barn har dock inte ätit klart men slutar nu att äta då de blir nyfikna.

P – Ni ska få en överraskning, vad tror ni att det är?

B1 – Får vi frukt?

P – Ja, det med.

B1 – Tårta?

B2 – Päron?

B3 – Glass?

P – Kan det var någon här som gjort glass, kan man göra glass?

B2 – Ja!

P – Vad gjorde ni på samlingsen igår?

B3 – Glassar!

Barnen på det ena bordet fortsätter att prata om glass varpå barnen vid det andra bordet som åt grönsaker blir distraherade och slutar att äta. En av pedagogerna tar fram glassen ur frysen utan att alla barn har ätit upp. Barnen och pedagogerna pratar om olika smaker och konsistenser och om varför glassen är hård och kall. På förskola 2 tas päronskålen fram till borden och pedagogerna delar ut päron till dem som vill ha. Vissa vill ha päronpengar och andra vill ha båtar.

P – Vill du ha en liten päronbåt?

B – Nej jag är mätt.

P – Men du kan få en halv?

B – Okej.

På förskola 2 serveras ena dagen pannkakor till efterrätt. Några av barnen vill ha en hel pannkaka, andra en halv och vissa ingen alls. Situationen blir tjatig och pedagogen ber barnen att känna efter själva i sina egna magar om hur mycket de vill ha och inte lyssna på kamraternas viljor.

5.3.3 Mellanmål

Under mellanmålen är det vanligt att telefonen ringer på båda förskolorna och detta medför att det blir ett avbrott i måltiden och barnen blir ofokuserade på måltiden. När barnen visar att de har ett bra bordsskick runt bordet och att de klarar sig själva är pedagogerna noga med att ge beröm. Pedagogerna på förskola 1 diskuterar grönsaksutbudet vid ett av mellanmålen, då det inte finns några grönsaker.

- P1 – Vad dåligt det är med grönsaker idag.
P2 – Blev du förvånad? Det är väl som vanligt.
P1 – Jo, det är väl sant.

När barnen är osäkra på om de tycker om något får de alltid en liten smakportion först av pedagogerna för att inte ta för mycket om de inte tycker om det. Vid ena mellanmålet serveras grönsaker i en skål och barnen pratar om vilka grönsaker de vill ha.

- P – Vad vill du ha för grönsak? Röd eller grön?
B1 – Jag vet inte.
P – Du kan få grön eftersom att du har en grön tröja.
B2 – Hon har röd kjol.
B3 – Jag vill ha blå paprika.
P – Blå? Det har jag aldrig sett.
B3 – Nej, men gul finns i vilket fall.
P – Bra, vad duktig du är som vet att det finns olika färger på paprikan.

Alla får varsin smörgås på förskola 1 och de som valt kalkon som pålägg tror att det är skinka. Pedagogen förklarar att det är kalkon, men när barnen frågar vad kalkon är för något får de svaret att kalkon är kalkon.

- B – Jag vill ha skinka på smörgåsen.
P – Det är inte skinka det är nog kalkon.
B – Vad är kalkon?
P – Kalkon är kalkon.

På båda förskolorna brukar diskussion om klockan vara ett vanligt samtalsämne vid mellanmålen. Barnen berättar för varandra om när deras föräldrar ska komma och hämta dem. Pedagogerna påpekar att de barn som ska vara kvar länge behöver vara noga med att äta tillräckligt så att de orkar leka hela eftermiddagen. Banan tas fram på borden på förskola 2 och pedagogerna delar ut banan till de som vill ha.

- P – Vill ni ha banan?
B1 – Ja!
P – Du får en halv.
B1 – En halv?
P – Ja, om jag delar bananen på mitten så blir den halv.
B2 – När jag har ätit upp min macka så vill jag ha en hel banan.
P – Du får en halv från början och när du ätit upp den kan du få en halv till om du orkar.

5.4 Resultat av pedagogisk process

5.4.1 Frukost

Barnen på förskola 1 är oroliga och otåliga vid frukostarna. Barnen vill börja men blir tillsagda att vänta tills alla har satt sig och de sagt varsågod. Det dröjer länge innan måltiden kan börja och oroligheten visar sig även genom att barnen pratar mellan borden och vrider och vänder sig. På förskola 2 har de tydliga regler vid måltiderna som pedagogerna är mycket

noga med att barnen följer. Detta visar sig tydligt i deras beteenden vid borden. Barnen är tålmodiga och väntar alla på sin tur att ta för sig av frukosten. När pedagogerna frågar om någon vill ha mer av något räcker de som vill ha mer upp handen istället för att skrika. Barnens bordsskick är mycket bra och när de vill ha något mer på frukostborden ber de artigt med fraser som:

- Kan jag be att få.
- Kan du vara snäll och skicka.

Barnen äter först upp sin fil/gröt innan de tar smörgåsar. De vet sedan tidigare att man först äter upp det man tagit till sig för att sedan se om man orkar något mer. Vid måltiderna på förskola 2 äter pedagogerna samma mat som barnen och föregår därför med gott exempel. Under hela måltiden är alla barn mycket fokuserade på måltiden och barnen sitter lugnt och stilla på sina platser. Vid diskussioner kring borden pratar barnen inte i mun på varandra utan väntar på sin tur. Barnen rättar även varandra och säger till när någon gör något som inte är tillåtet vid måltiden.

- B1 – Grönsakerna!
- B2 – Du får säga: Kan jag be att få.

På förskola 1 pratar pedagogerna på ena bordet med pedagogerna på det andra istället för att prata med barnen kring dennes bord. Detta medför att även barnen börjar prata med varandra mellan borden och ljudnivån höjs. Vid olämpliga beteenden hos barnen blir de tillsagda av pedagogerna. Barnen pratar bland annat om bajns, men pedagogerna menar att man inte pratar om sådant när man äter.

- P – Nä, nu får ni sluta. Får ni verkligen prata om sådant hemma vid matbordet för era mammor och pappor.
- B – Nej, det får vi inte.
- P – Då får ni heller inte göra det här på förskolan.

På förskola 1 skär en av pedagogerna upp banan i skivor och frågar sedan barnen hur många ”pengar” de vill ha. Ett av barnen vill först inte ha någon banan men efter att kompiserna har tagit så vill även det ha banan. Samtidigt som pedagogerna skär räknar de skivorna tillsammans med barnen. Alla barn tycker det är kul att räkna och vill ha bananpengar. Barnen får så många bananpengar som de är gamla. De jämför sig med varandra vilket leder till en högre ljudnivå då alla barn pratar i mun på varandra. Två av barnen ställer sig upp på stolarna för att bevisa vem som är störst. De får dock ingen tillsägelse, men sätter sig ned efter ett tag eftersom att de inte får någon uppmärksamhet.

Två barn på förskola 2 är förkylda och hostar. De vet dock att man inte hostar rakt ut utan de vänder sig istället bort och håller för munnen. Pedagogerna ger beröm till barnen eftersom detta är ett bra beteende.

- P – Bra, precis så ska man göra annars hade min gröt blivit förkyld.
- B – Ha ha, då hade din gröt också hostat.

På det ena bordet på förskola 2 pratar ett barn med mat i munnen. Ett annat barn börjar då skratta och det slutar med att alla barnen runt bordet stoppar in sina smörgåsar i munnen samtidigt som de pratar. Pedagogerna som i vanliga fall pratar i låg ton höjer rösten och blir arg. Barnen förstår då allvaret och slutar. Barnen sköter för övrigt sitt bordsskick mycket bra och pedagogerna behöver inte lägga sig i deras beteende och vad de äter.

På förskola 1 uppmärksammas inte allt som barnen gör, även om de gör fel. Till exempel så petar ett av barnen i näsan och ett annat hostar och fräser rakt ut på bordet. Eftersom de inte blir tillsagda tror de heller inte att de gör något fel och fortsätter därför. Barnen och en av pedagogerna på förskola 2 pratar om vad man inte får göra på förskolan. De vet att man inte får lov att pilla i näsan, göra fällben och inte säga taskiga saker. Ett barn som rapar säger ursäkta och får beröm av pedagogen.

Efter ena frukosten på förskola 1 ska barnen iväg på en aktivitet, vilket gör att frukosttiden är begränsad. Pedagogerna blir stressade och detta smittar av sig på barnen som då blir oroliga och ofokuserade vid måltiden. En av pedagogerna säger även till barnen att de ska skynda sig att äta upp så att de snabbt kan komma iväg. Stämningen i måltidssituationen blir då ännu mer stressad och ljudnivån är hög.

Vid alla måltider på båda förskolorna får barnen lov att gå från bordet när de är klara trots att alla inte är färdiga. Detta medför att ljudnivån höjs och det blir stökigt runt borden. De barn som inte har ätit upp brukar oftast lämna måltiden då de hellre vill leka med de andra barnen än att sitta kvar och äta upp.

5.4.2 Lunch

På förskola 1 serveras ena dagen fiskbullar. De som säger att de inte vill ha får ändå en liten smakportion på kanten av tallriken. Ett av barnen vill inte ha fiskbullar utan endast potatis och morötter. Även det barnet får en liten fiskbulle att smaka på och sedan vill det ha mera. Barnet får beröm av pedagogen för att det smakade och åt. Om barnen trots smakportionen inte vill ha så accepteras det utav pedagogerna. Samtal förs om hur de olika komponenterna smakar och vad det är dem äter. Då barnen blir tillsagda att äta upp maten på sina tallrikar tittar de på pedagogernas tallrikar för att först se om de har ätit upp. Ett av barnen som äter dåligt säger att det vill bli lika stor som pedagogen som då menar att barnet måste äta upp allt på sin tallrik.

P – Om du äter upp alla dina morötter, majs och fiskbullar så kanske du blir lika stor som jag.

Barnen och pedagogerna på förskola 1 samtalar om måltiden under tiden som de äter och de pratar om hur många grönsaker de har på tallriken. När barnen pratar i mun på varandra förklarar pedagogen att om man pratar i mun så kan man missa något viktigt som någon annan säger. Barnen blir då tysta och väntar på sin tur. Ett barn och en pedagog räknar hur många morötter det kan äta och barnet äter många för att imponera på kompiserna bredvid.

P – Vad många morötter du har. Hur många är det, kan du räkna?

B – 1,2,3,4,5.

Även pedagogen äter och räknar hur många den lägger på sin tallrik. De andra barnen runt bordet vill också vara med och grönsaksskålen skickas runt så att alla får ta så många grönsaker som de vill. Barnen påverkas mycket av varandra och då en vill ha något så vill oftast alla andra också ha.

B1 – Mm va gott, jag äter bönor.

P – Ja, vad bra att du tycker bönorna är goda! Titta på henne, hon tycker om bönorna och det kanske du också gör. Vill du smaka en liten böna?

B2 – Du kan få lägga en där på sidan.

På förskola 2 serveras soppa och ett barn säger att soppan som serveras har det ätit tidigare och barnet kommer ihåg att det inte tyckte om den. Barnet säger att det ska smaka ändå och får beröm av pedagogen. Barnen får en diskussion om nyttig och onyttig mat.

B1 – Eller hur är soppan nyttig idag?

P – Ja, all mat som kokerskan lagar är nyttig.

B2 – Köttbullar och potatismos är nyttigt för att det är så gott.

B3 – Gröt är bra men inte med socker på utan med äpplepos.

Ett barn tycker inte soppan är god och ett annat barn håller då med. När det första barnet sedan ångrar sig och säger att det visst tycker soppan är god, ändrar sig även det andra barnet. Pedagogen blåser på sin soppa för att den är varm och barnet bredvid tar efter och gör likadant. Vid lunchen då det serveras coleslaw försöker pedagogen få barnen att smaka och säger att den är jättegod och att det är pedagogens favoritsallad. Tillslut vågar ett av barnen smaka.

B – Jag smakade!

P – Vad duktigt! Jag sa ju att man måste smaka innan man vet om man tycker om det eller inte.

B2 – Jag kan också smaka då och du med. (Pekar på ett annat barn)

B3 – Nej, jag vill inte.

B2 – Men du kan väl i alla fall lukta.

När några av barnen yttrar sig genom att berömma maten så medför detta att andra barn vågar smaka. Vissa barn är mer matglada än andra och ett av de yngre barnen som aldrig ätit maträtten som serveras tidigare har knappt rört sin tallrik. Ett annat barn förklarar för barnet att man måste äta för att leva.

B – Om man inte äter så lever man inte.

På förskola 1 är pedagogerna nu lugnare än vid frukosten och detta ser man även på barnen som sitter stilla och är mer fokuserade på måltiden. Ett barn kan skära upp sin fisk utan hjälp och får beröm av pedagogen. Pedagogen säger att barnet gärna får hjälpa grannen att skära sin fisk. Detta gör det och berättar sedan stolt för de andra barnen.

När ett av barnen ätit klart på förskola 2 säger pedagogen att om det är riktigt duktigt så kan det få duka av. Två andra barn som också är klara hjälper barnet för att visa att även de är duktiga.

5.4.3 Mellanmål

En av pedagogerna förklarar för barnen varför de är så hungriga vid mellanmålet och berättar att det är på grund av att de har varit ute och lekt hela dagen och då behöver man ny energi. Ett barn menar att det tycker om att äta mellanmål. Pedagogen berömmar barnet och förklarar att det är viktigt att äta mellanmål.

P – Mellanmål ska man äta så att man orkar leka fram till middagen och inte bli så hungrig.

B1 – Mmm, vi är jättehungriga nu och utan mat i magen kan man inte leka.

B2 – Då är inte magen glad.

Frukt är mycket populärt bland barnen och utbudet är stort vid varje måltid på förskola 1. Alla barn vill ha frukt och pedagogerna äter också av frukten. De pratar om deras favoritfrukter som är äpple, vindruvor och apelsin. Barnen räknar vindruvorna som de får och de visar varandra olika sätt som man kan äta vindruvor på. Ett av barnen vill först inte ha någon frukt men när kompiserna vill ha så tar barnet också en bit.

P – Vill du ha frukt?

B – Nej.

P – Men din kompis vill ju ha.

B – Då vill jag med ha. Jag vill ha päron och det ska också han ha.

En av pedagogerna frågar barnen om de vill ha bananpengar. Barnen vill ha och de räknar tillsammans. Ett barn har fått ett antal bananpengar och ett annat barn vill då också ha.

B – Jag vill också ha lika många pengar som han.

Många av barnen på förskola 2 tar själva smörgås och pålägg men inga grönsaker om inte pedagogerna frågar eller påminner dem. När pedagogerna kommer ihåg att skicka runt skålen med gurka och paprika vill dock alla barn ha. När ett av barnen börjar ta grönsaker brukar de andra hänga på och de vill då också ha. Ett barn visar stolt upp när det äter paprika och vill att alla andra barn ska se hur duktig barnet är. En av pedagogerna skivar banan på sin macka som då även barnen vill ha. Bananerna är populära och alla vill ha mer. Ett barn berättar om varför det tycker om banan.

B – Jag gillar banan och det tycker Scooby Doo också om. Fast han äter även bananskalet och det får jag inte för mamma.

6 Diskussion

Val av metod och genomförandet av undersökningen diskuteras inledningsvis kritiskt i metoddiskussionen. De viktigaste och intressantaste resultaten utifrån vårt syfte; att undersöka pedagogers förhållningssätt till förskolebarns måltidssituationer med fokus på frukt och grönsaker, presenteras därefter i resultatdiskussionen som förs utifrån Stakes utvärderingsmodell. Vi jämför här intentionerna med förverkligandena (Bjørndal, 2005).

6.1 Metoddiskussion

Syftet med vår undersökning var att ta reda på pedagogers förhållningssätt till barnens måltidssituation med fokus på frukt och grönsaker. 80 procent av Sveriges barn går i förskolan och äter de måltider som serveras där. Förskolan spelar därmed en central roll för barnens kostvanor (Myndigheten för skolutveckling, 2007). Det finns många olika faktorer som kan påverka barnens kostvanor och pedagogerna på förskolan är viktiga förebilder i barnens måltidssituationer. Att pedagogernas förhållningssätt till barnens måltidssituation följer de riktlinjer som finns är därför av största vikt och att därför belysa de olika förutsättningar som kan finnas är viktigt för att se om och hur de påverkar barnens måltidssituation i slutändan. Genom vår studie hoppades vi kunna belysa vilka faktorer som är de viktigaste för barnens måltidssituation samt hur de och pedagogernas förhållningssätt avspeglas i barnens måltider.

För att genomföra våra observationer krävdes att ett informationsbrev skickades ut till barnens föräldrar. I informationsbrevet gavs information om syftet med undersökningen. Syftet var därmed även känt för pedagogerna varpå det kan finnas en risk för att de har "förfinat" måltidssituationerna då de ville att de ska framstå bättre än vad de i själva verket är. Pedagogerna kan helt enkelt vara rädda för att inte motsvara de förväntningarna som de har på sig. Det positiva med observationsmetoden är att man själv får tillfälle att observera och tolka det som verkligen sker tillskillnad från intervjuer där man får förlita sig helt till att respondenternas tolkningar stämmer.

Ingen pilotstudie genomfördes då vi båda sedan tidigare jobb har stor erfarenhet av förskolans måltider. I efterhand känner vi inte heller att en pilotstudie hade lärt oss och gett oss en bättre start på våra observationer. Den skillnaden vi kan se att avsaknaden av en pilotstudie medförde är att den första observerade måltidens insamlade material blev oerhört omfattande då vår rädsla för att missa viktiga handlingar medförde att det mesta som skedde vid måltiden antecknades. Efterhand som måltiderna observerades lärde vi oss att se vilka handlingar som var av vikt utifrån vårt syfte med undersökningen. Anteckningsmaterialet genom alla observationer blev ändå mycket rikt då oerhört mycket av det som skedde under måltiderna kunde kopplas till vårt syfte med undersökningen. Ett rikt observationsmaterial talar även för att inga viktiga händelser har förbisetts utan att alla viktiga händelser har tolkats och bearbetats.

Observationsmetoden är en tidskrävande metod och då vi valt att observera alla förskolans måltider under dagen har det krävt att vi befunnit oss på förskolan under en hel dag. Observationerna genomfördes under två heldagar på två olika förskolor. Tanken bakom detta var att vi ville jämföra om det finns stora skillnader i måltidens förutsättningar inom olika områden i en och samma kommun trots att kommunens riktlinjer är samma för alla områden. Att observera två olika förskolor gav oss även möjlighet att jämföra förutsättningarnas

betydelse för barnens måltidsituation. Observationsstudier ger oerhört mycket material att bearbeta och om tid hade funnits hade man kunnat tänka sig att även genomföra intervjuer med pedagogerna för att få en bredare bild av måltidssituationen samt ge dem tillfälle att förklara bakomliggande faktorer till deras handlingar.

En svårighet med observationsmetoden är att veta om de beteenden och skeenden man studerat är representativa (Patel & Davidsson, 2003). Vår närvaro i måltidssituationen kan ha påverkat observanterna i deras beteende vilket vi har med oss i analysen av resultatet. Eftersom vi satt i bakgrunden av måltidssituationen påverkades dock observanterna så lite som möjligt och de vände sig snabbt vid vår närvaro. Efter endast ett par minuter av måltiden uppmärksammades vi inte längre utan barn och pedagoger var då fullt koncentrerade på måltiden.

Urvalet skedde genom Idefics-projektet och vi kunde därmed endast påverka det till en viss grad. Våra kriterier var att måltiderna skulle tillagas på förskolan, att tre måltider skulle serveras samt att barnen på avdelningen skulle vara lite äldre, mellan 3-5 år. Äldre barn har kommit längre i sin utveckling och en studie om äldre barns samspel med pedagoger trodde vi därför skulle ge oss ett mer innehållsrikt observationsmaterial. Kriterierna ställdes till två olika rektorer som i sin tur valde ut två lämpliga förskolor till oss att observera utifrån de ställda kriterierna. Då rektorerna med största sannolikhet vill visa upp en så god bild av sina verksamheter som möjligt har vi med i beaktande att de observerande förskolorna kan vara mycket goda exempel från verksamheten. I vår studie har vi inte observerat könsskillnader eftersom att vårt syfte inte varit att studera skillnader mellan olika köns förhållningssätt till barnens måltidssituation, varpå detta inte heller ställdes som ett kriterium för deltagande.

Vi genomförde ostrukturerade observationer eftersom att vi inte visste exakt vilka beteenden vi skulle få se. De ostrukturerade observationerna gav oss stor frihet att fånga in oväntade händelser vid måltidssituationerna. Dock bidrog metoden till att ett oerhört stort observationsmaterial blev insamlat varifrån endast de relevanta tolkningarna med utgångspunkt ifrån vårt syfte syns i vårt redovisade resultat. Den stora mängden observationsmaterial vi fick var oerhört tidskrävande att bearbeta då vi i det slutliga resultatet endast ville belysa de väsentliga delarna.

Efter genomförda observationer bearbetades det insamlade observationsmaterialet utifrån Robert Stakes utvärderingsmodell (se Tabell 1). Observationsmaterialet delades upp i de tre olika kategorierna för att lättare urskilja de mest betydelsefulla faktorerna för det pedagogiska samspelet mellan barn och pedagog. Modellen underlättade även arbetet med att analysera det insamlade materialet. Med hjälp av modellen har vi lyckats bearbeta den pedagogiska processen på många olika plan vilket ger en bredare grund för vårt arbete.

6.2 Resultatdiskussion

Skolan är en arena där alla barn och ungdomar i Sverige kan nås. Ur mat- och hälsosynpunkt spelar den därför en central roll. Skolan kan ge kunskaper om mat och hälsa bland annat genom att de måltider som serveras ger barnen bra erfarenheter om vad hälsosam mat och goda matvanor är. Matens betydelse för hälsan och vad som är bra mat kan ingå i flera olika ämnen med olika utgångspunkt. Att personalens förhållningssätt är hälsofrämjande är därför av största vikt (Rosén, 2004).

6.2.1 Förutsättningar för pedagogisk process

Förskolorna hade samma materiella förutsättningar i form av ett eget tillagningskök där maten lagades i mindre skala av en kokerska. Trots detta skiljde sig måltiderna åt med avseende på vad som serverades. I riktlinjerna bra mat i förskolan som Livsmedelsverket har gett ut står tydligt vad man som kokerska har att rätta sig efter vid planering av måltider på förskolan (Livsmedelsverket, 2007a). Båda förskolorna serverar rikligt med frukt av olika sorter till de flesta måltiderna och båda förskolorna var sämre på att servera grönsaker. Enligt Livsmedelsverket (2007a) rekommenderas att grönsaker ska serveras till alla måltider och frukt till frukost och mellanmål. Förskolorna serverade istället frukt till de flesta måltiderna medan grönsakerna inte alltid fanns representerade vid mellanmålen. Utbudet av frukt och grönsaker vid mellanmålet på förskola 2 var betydligt sämre än på förskola 1. Frukostarnas utbud av frukt och grönsaker var likvärdigt. Tillgång till många olika hälsosamma livsmedel menar Nordiska ministerrådet (1995) ökar barnens intresse för hälsosam mat och därmed ökar även deras intag av hälsosamma livsmedel. God tillgång på grönsaker är därför en viktig förutsättning för att barnens intresse för grönsakerna ska vidgas redan i unga år och skapa en bra grund för grönsakskonsumtionen.

Barnens och pedagogernas kunskap och erfarenheter av mat är viktiga förutsättningar för resultatet av den pedagogiska processen. Barns neofobi påverkas mycket genom att de får egna erfarenheter av olika livsmedel (Abrahamsson m.fl., 1999). Att det serveras olika rätter och olika grönsaker är därför av största vikt för att barnens neofobi ska avta. Pedagogernas kunskap och medvetenhet om neofobin är även betydelsefulla förutsättningar för att barnens matvanor ska utvecklas i en positiv riktning. En studie av Sepp m.fl. (2006) visade att pedagogerna visste vad en pedagogisk måltid var men att kunskap om mat och näring fattades. Roséns undersökning (2004) om mat och hälsa i undervisningen visar även på att pedagogerna under sin utbildning endast får mycket begränsade kunskaper om mat och hälsa. Pedagogerna förutsättningar för ett bra förhållningssätt till barnens måltidssituation begränsas därmed.

Myndigheten för skolutveckling (2007) skriver att måltidsupplevelsen är en kombination av sinnen och minnen. På förskola 2 ligger köket i mitten av förskolan vilket gör att doften av mat sprider sig på hela förskolan. Köket på förskola 1 är beläget i ena delen av förskolan varpå doften av mat inte sprider sig till avdelningarna på samma sätt här och förutsättningarna för en god måltidssituation minskar.

Att maten som serveras ska vara god och näringsrik vet alla men det finns även andra faktorer som påverkar barnens kostvanor. Måltidsmiljön är en sådan faktor. Måltiden ska vara en lugn stund där man kan koppla av. Måltidsmiljön är även något som barnen på förskolan kan vara med att skapa exempelvis genom att duka borden fint (Livsmedelsverket, 2007a). En bra måltidsmiljö är därmed en av förutsättningarna för att måltiden ska upplevas positiv. Förskolornas måltidsmiljöer skiljde sig stort åt. Måltidsrummet i förskola 1 var mycket kallt och odekorerat jämfört med förskola 2 där växter och ljuslyktor fanns på borden som var försedda med dukar i olika färger. På förskola 2 stod det inte heller mer än ett bord i varje rum vilket gav bättre förutsättningar för en lugnare måltidssituation jämfört med förskola 1 där två bord var placerade i samma rum. På förskola 2 hade även stolarna försetts med tennishollar för att minska ljudet av stolar som dras ut och in. Förutsättningarna för en lugnare och trevligare måltidsmiljö var därmed betydligt bättre på förskola 2 än på förskola 1.

6.2.2 Pedagogisk process

Barn påverkas mycket lätt av varandra vid måltidssituationerna varpå pedagogerna har stora möjligheter att skapa goda förutsättningar för goda matvanor genom att påverka barnens sittplatser så att de barn som har ett bättre förhållningssätt vid måltiden sitter ihop med de barn som har ett sämre förhållande till måltiden (Livsmedelsverket, 2002). Barnen på förskola 2 är mycket medvetna om de bestämda platserna vid måltiderna och sätter sig utan diskussion. På förskola 1 däremot där de inte har bestämda sittplatser blir det istället ett störande moment i måltidssituationen eftersom att barnens olika viljor om vem som vill sitta bredvid vem då visar sig.

Att tvinga barnen att äta olika livsmedel under måltiden leder snarare till att barnen tappat aptiten till livsmedlet istället för att goda upplevelser kring livsmedlet skapas (Eliasson & Gebre-Medhin, 2003). Båda förskolorna är i detta avseende mycket goda exempel då de vid upprepade tillfällen under alla måltiderna uppmuntrar barnen till att smaka på olika livsmedel, men accepterar även de gånger som de får ett nej till svar utan att tvinga barnen till att smaka.

Frukosten på förskolorna serveras vid olika tidpunkter. Förskola 1 äter klockan 8.00 medan förskola 2 inte äter förrän klockan 9.00. Den pedagogiska processen bedömer vi fungerar bättre då frukostmålet är förlagt senare. De flesta föräldrar har då hunnit lämna sina barn varpå målet inte avbryts av föräldrar som lämnar barn på samma sätt som i förskola 1. Barnen har dessutom hunnit leka lite innan målet och har mer ro till att sitta still och äta. De barn som lämnas tidigt på förskolan 2 hinner dock vara vakna mycket länge innan det första målet serveras till dem. Livsmedelsverket (2002) skriver att det är viktigt att se till vad som händer innan och efter måltiden för att den bästa måltidssituationen ska uppstå.

Några av pedagogerna på förskola 1 går på GI-dieten och äter därför inte den maten som serveras till barnen. Pedagogerna har en viktig roll då de under måltiden fungerar som förebilder för barnen (Livsmedelsverket, 2007a). Att som pedagog inte äta den mat som de serverar till barnen anser vi är ett av de sämsta förhållningssätt som man som vuxen förebild kan ha till barnen. Det är de vuxnas förhållningssätt som sätter de yttre gränserna för barnens inställning till mat (Livsmedelsverket, 2002). Man kan fråga sig var de yttre gränserna hamnar då de vuxna inte äter den mat som de serverar till barnen.

6.2.3 Resultat av pedagogisk process

Måltidsmiljön för barnen på förskolan i förskola 2 är betydligt lugnare jämfört med i förskola 1. Pedagogerna på förskola 2 sitter under måltiderna still vid sitt bord och pratar lugnt med barnen. På förskola 1 pratar pedagogerna med varandra mellan borden i en betydligt högre ton på grund av avståndet till varandra. Pedagogerna lämnar även borden då och då. Den pedagogiska processen på förskola 2 fungerar avsevärt mycket bättre vilket syns tydligt på barnens beteende vid måltiden. Barnen har lärt sig ett bra bordsskick och vet vad som är rätt och fel beteende vid måltidssituationen. På förskola 1 har barnen inte samma känsla för vad som är ett passande måltidsbeteende då pedagogerna inte på samma sätt uppmärksammar barnens beteende och lär dem vad som är rätt och fel vid måltiden. Vuxna har en stor roll i förskolan då de fungerar som förebilder för barnen bland annat vid måltiderna (Livsmedelsverket, 2007a). Barnens olika beteende vid förskolorna kan ses som ett tydligt tecken på förebildens betydelse vid måltiderna.

På förskola 2 har barnen lärt sig att sitta still under måltiderna, fråga om lov först innan de lämnar bordet, be snällt och artigt om att maten ska skickas och mycket mera. Barnen där är

därför inte så egocentriska vid måltiderna utan ser själva till att maten skickas runt till alla barnen. På förskola 1 är det pedagogerna som frågar barnen vad de vill ha och ser till att livsmedlet står inom räckhåll för barnen. Pedagogerna har här olika förhållningssätt till hur maten ska serveras vilket resulterar i att barnen på förskola 1 är mer självupptagna med att se till att få mat på sin egen tallrik utan att tänka på vad de andra barnen har fått. Måltiden blir på detta sätt inte det tillfälle för barnen att träna självständighet och samspel med andra barn som Livsmedelsverket (2007a) rekommenderar.

Den pedagogiska processen är ett utmärkt tillfälle för barnen att träna motorik, matematik och mycket annat (Livsmedelsverket, 2007a). På förskola 1 har man lagt stor vikt vid den matematiska delen och man låter barnen flera gånger under måltiden räkna olika livsmedel. Ofta handlar det om att räkna frukter och grönsaker. Barnen tycker det är kul vilket medför att mer frukt och grönsaker konsumeras och att fler äter. Detta visar även på barnens roll som förebilder för varandra då barnen inspirerar varandra till att äta mer frukt och grönsaker genom att räkna tillsammans (Livsmedelsverket, 2002)

På förskola 1 får barnen lov att äta hur mycket frukt och grönsaker som de vill under måltiderna. Pedagogerna på förskola 2 sätter däremot gränser för vissa barn som äter mycket frukt. Detta förhållningssätt menar vi har en negativ inverkan på barnen som kan tro att det inte är bra att äta för mycket frukt. Beröm och uppmuntran för att barnet äter bra har en positiv inverkan på barnets inställning till maten (Örebro Universitet, 2004). Ett motsatt beteende där barnet hindras från att äta ger däremot barnet en negativ upplevelse av konsumtionen. Med detta sagt vill vi inte påstå att agerandet på förskola 1 endast är positivt då barnen exempelvis inte får några riktlinjer för hur mycket juice som bör konsumeras vid frukost. Barnen överskrider därför Livsmedelsverkets riktlinjer av juicekonsumtion som är max 1 dl per dag med råge (Livsmedelsverket, 2007a). Pedagogerna på båda förskolorna bör därför ändra sitt förhållningssätt. Att läsa om livsmedelsverkets rekommendationer kan kanske vara ett sätt.

6.3 Slutsats

Vår undersökning betonar att pedagoger bör ha tydliga regler för vad som är ett bra beteende vid måltiden och visa detta genom att verka som goda förebilder för barnen. Barnen tar tydligt efter pedagogernas beteende vilket de hela tiden bör ha i åtanke för att resultatet av den pedagogiska processen ska bli bästa möjliga. Dock är det ingen bra metod att som pedagog ignorera barnen i hopp om att de ska sluta med ett olämpligt beteende vid måltidssituationen. Barnen lär sig på det sättet inte vad som är rätt och fel. Studien visar att barnen lär sig bättre då pedagogerna tydligt förklarar för barnen när de agerat fel.

Undersökningen visar att ett positiv pedagogiskt förhållningssätt till barnens frukt och grönsakskonsumtion är oerhört viktig för att barnens konsumtion ska öka, vilket är ett av målen med Idefics. Kokerskan spelar en central roll då hon sköter såväl inköp som matsedelplanering och därigenom bestämmer vad barnen ska äta. Pedagogerna får därefter arbeta utifrån kokerskans direktiv och de förutsättningar som ges.

Studien framhäver att pedagogernas inställningar till att få barnen att äta är mycket bra. Inget tvång förekommer utan istället arbetar de utifrån mottot att få barnen att smaka. De använder sig ofta av metoder såsom att beskriva för barnen hur sött och gott det smakar eller att framställa ett annat barn som smakat i positiva ordalag. Deras inställning resulterar ofta i att barnen smakar på maten och då är de nöjda.

Undersökningen visar att förutsättningarna för måltidssituationen är mycket viktiga. Livsmedelsutbudet och måltidsmiljön är betydelsefulla men det är det pedagogiska förhållningssättet som är den avgörande faktorn för att uppnå en god måltidssituation för att skapa ett bra bordsskick och långsiktiga hälsosamma matvanor hos barnen.

6.4 Vidare forskning

Vår studie gick inte ut på att se skillnader mellan barnskötare och förskolelärares förhållningssätt utan vi fokuserade på dem som en grupp pedagoger. Genom våra observationer har vi dock märkt att detta skulle vara ett spännande ämne att undersöka djupare för att få en större förståelse för vilka skillnader som finns. En viktig förutsättning för frukt- och grönsakskonsumtionen som vi funnit är utbudet. Detta styrs inte av pedagogerna utan ligger på kokerskans ansvar. Att därför djupare undersöka vilka faktorer som ligger bakom kokerskans val av frukt och grönsaker skulle vara mycket intressant för att få en större förståelse för konsumtionen.

7 Referenser

Abrahamsson, L. m.fl. (1999). *Näringslära för högskolan*. Stockholm: Liber.

Addressi, E., Galloway, A. T., Visalberghi, E. & Birch, L. L. (2005). Specific social influences on the acceptance of novel foods in 2-5-year-old children. *Appetite*, Vol. 45, 264-271.

Barnkonventionen. (2008). *FN:s konvention om barnets rättigheter*. Hämtad 2008-04-07 från <http://barnkonventionen.nu/>

Becker, W. (1995). *Konsumtion av frukt, grönsaker, fett och kostfibrer. Kostfaktorers samband med kostsammansättning och näringsintag*. (Rapport 1995:11). Uppsala: Livsmedelsverket.

Bjørndal, C. R. P. (2005). *Det värderande ögat – observation, utvärdering och utveckling i undervisning och handledning*. Stockholm: Liber.

Bryman, A. (2006). *Samhällsvetenskapliga grunder*. Malmö: Liber AB.

Dennison, B. A., Rockwell, H. L. & Baker, S. L. (1998). Fruit and Vegetable Intake in Young Children. *Journal of the American College of Nutrition*, Vol. 17, No. 4, 371-378.

Galloway, A. T., Fiorito, L. M., Francis, L. A. & Birch, L. L. (2006). “Finish your soup”: Counterproductive effects of pressuring children to eat on intake and affect. *Appetite*, Vol. 46, 318-323.

Eliasson, M. & Gebre-Medhin, M. (2003). *Nam-Nam: allt du behöver veta om ditt barns mat och matvanor från nyfödd till tonåring*. Stockholm: Bonniers förlag.

Kranz, S., Siega-Riz, A. M. & Herring, A. H. (2004). Changes in Diet Quality of American Preschoolers Between 1977 and 1998. *American Journal of Public Health*, Vol. 94, No. 9, 1525-1530.

Livsmedelsverket. (2002). *Mat för småbarn från 1 till 6 år – Handbok för personal*. Västerås: Livsmedelsverket.

Livsmedelsverket. (2005). *Svenska näringsrekommendationer – rekommendationer om näring och fysisk aktivitet*. Uppsala: Livsmedelsverket.

Livsmedelsverket. (2006). *Riksmaten – barn 2003. Livsmedels- och näringsintag bland barn i Sverige*. Uppsala: Livsmedelsverket.

Livsmedelsverket. (2007a). *Bra mat i förskolan. Råd för förskola och familjedaghem*. Uppsala: Livsmedelsverket.

Livsmedelsverket. (2007b). *Mat och hälsa – faktabok från livsmedelsverket*. Ödeshög: Danagårds grafiska.

Myndigheten för skolutveckling. (2007). *Slutredovisning av regeringsuppdrag till Myndigheten för skolutveckling avseende insatser för att stärka förskolornas arbete med goda matvanor. (U2006/872/S)*. Stockholm: Utbildningsdepartementet.

Nordiska ministerrådet. (1995). *Kostupplysning: Ett medel för att förändra kostvanor*. Köpenhamn: Nordiska ministerrådet.

Partille kommun. (2008). *Barnens mat i skola och förskola*. Hämtad 2008-04-11 från http://www.partille.se/templates/Main/PKPage_693.aspx

Partille kommun. (2007). *Presentation av Idefics*. Hämtad 2008-04-11 från http://www.partille.se/templates/Main/PKPage_6174.aspx

Patel, R. & Davidson, B. (2003). *Forskningsmetodikens grunder – Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur.

Rosén, M. (2004). *Mat och hälsa i undervisningen – skolan och lärarutbildningen*. (Rapport 2004:13). Uppsala: Livsmedelsverket.

Sepp, H. (2002). *Pre-school children's food habits and meal situation. Factors influencing the dietary intake at pre-school in a Swedish municipality*. DISS. Uppsala: Acta Universitatis Upsaliensis.

Sepp, H., Abrahamsson, L. & Fjellström, C. (2006). Pre-school staffs' attitudes towards food in relation to the pedagogic meal. *International Journal of Consumer Studies*, Vol. 30, No. 2, 224-232.

Skolverket. (2006). *Läroplan för förskolan – Lpfö 98. Ändringar t.o.m. SKOLFS 2006:22*. Ödeshög: Danagårds grafiska.

Statens folkhälsoinstitut. (2007). *Mål för folkhälsan, proposition 2002/03:35*. Hämtad 2008-04-04 från http://www.fhi.se/templates/Page_111.aspx

Örebro Universitet. (2004). *Mötet med måltiden – Pedagogiska perspektiv på måltider. Idéhandbok med tips för förskolan*. Hämtad 2008-04-07 från http://www.oru.se/templates/oruExtNormal_33960.aspx

Information till föräldrar med barn på Förskola X

Vi är två studenter från Göteborgs Universitet som läser till kostekonomer med inriktning mot ledarskap. Under våren skriver vi vårt examensarbete som skall handla om förskolelärares förhållningssätt till barnens måltidssituation med fokus på frukt och grönsaker.

I Partille pågår för tillfället ett projekt, Idefics, där man arbetar för att utveckla och genomföra förebyggande insatser mot övervikt och fetma. Ett utav delmålen i projektet är att öka barnens frukt och grönsaksintag. I samråd med dietist Gabriele Eiben som är verksam inom Idefics samt rektor X har vi beslutat oss för att genomföra vår undersökning i Partille. Vi kommer därför under veckorna 15 och 16 att genomföra ett antal observationer vid måltidssituationerna på förskolan. Vid sammanställningen av vårt insamlade observationsmaterial kommer barnen att vara anonyma. Vi kommer därmed inte att använda oss av några namnuppgifter i vårt examensarbete.

Med vänliga hälsningar

Marie Nylander och Tina Törnqvist

Vid frågor angående observationerna kontakta gärna oss:

Marie Nylander

Telefonnummer: 0704-07 49 19

Tina Törnqvist

Telefonnummer: 0702-70 38 47

Handledare: Monica Petersson

Telefonnummer: 031-786 42 23