



GÖTEBORGS UNIVERSITET
INST FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

Jag ser en banan i gardinen

En studie om förskolebarns delaktighet kring mat under
observerade fokusgrupper

Maja Örjegård och Matilda Örjegård

Rapportnummer: VT14-70
Uppsats/Examensarbete: Kandidatuppsats 15 hp
Program/kurs: Hälsopromotionsprogrammet inriktning kostvetenskap
Nivå: Grundnivå
Termin/år: Vt 2014
Handledare: Emmalee Gisslevik
Examinator: Kerstin Bergström



GÖTEBORGS UNIVERSITET
INST FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

| | |
|------------------------|---|
| Rapportnummer: | VT14-70 |
| Titel: | Jag ser en banan i gardinen |
| Författare: | Maja Örjegård, Matilda Örjegård |
| Uppsats/Examensarbete: | Kandidatuppsats, 15 hp |
| Program/kurs: | Hälsopromotionsprogrammet inriktning kostvetenskap |
| Nivå: | Grundnivå |
| Handledare: | Emmalee Gisslevik |
| Examinator: | Kerstin Bergström |
| Antal sidor: | 45 |
| Termin/år: | Vt 2014 |
| Nyckelord: | Delaktighet, Förskola, Hälsöfrämjande, Hälsosamma matvanor, Mat |

Sammanfattning

Mat har betydelse för barns hälsa ur kortsiktigt så väl som långsiktigt perspektiv. Förskolan är en betydelsefull arena i arbetet att främja god hälsa i tidig ålder. I förskolans läroplan poängteras att varje barn ska kunna utveckla sin förståelse för hälsa och välbefinnande genom aktiv delaktighet i frågor som påverkar deras vardag. Däremot saknas association till hälsans relation till mat och matvanor. Detta motiverar vidare studier om hur förskolebarn kan erbjudas möjligheter till delaktighet i situationer med hälsosamma matvanor. Syftet med studien är att illustrera om och hur delaktighet kan uppstå kring mat och hälsosamma matvanor hos förskolebarn vid användandet av pedagogiska verktyg. Som metod användes observerade fokusgrupper med anpassade pedagogiska verktyg om mat. Studiens teoretiska utgångspunkt är inspirerad av Ulf Jansons teori om delaktighetsbegreppet som vidareutvecklats i relation till förskolebarn av Eva Melin. Insamlad data analyserades genom kvalitativ innehållsanalys. Studiens huvudresultat belyser att de fyra aspekter av delaktighet, som användes i studien, visades bland förskolebarnen i de pedagogiska aktiviteterna kring mat. Slutligen tolkades detta i tre teman: 1) Nyfikenhet bidrar till att barn delar med sig av kunskap om mat, 2) Fantasi tar stor plats i barns interaktion med mat, samt 3) Vuxna har en betydande roll för barns delaktighet kring mat. Slutsatsen av studien är att hälsa genom hälsosamma matvanor bland barn kan främjas genom att pedagogiska verktyg skapar delaktighet kring detta. De pedagogiska verktygen kan dessutom erbjuda många relevanta och intressanta vägar till delaktighet om mat och hälsosamma matvanor genom barnens egna kunskaper, fantasi och vuxnas vägledning.

Innehållsförteckning

| | |
|---|-----------|
| Förord | 4 |
| Introduktion | 5 |
| Bakgrund | 6 |
| Folkhälsa | 6 |
| Matrelaterade hälsoaspekter bland barn | 7 |
| Förskolan som arena för främjande av hälsosamma matvanor | 7 |
| Hälsopromotion | 9 |
| Delaktighet | 9 |
| Delaktighet i förskolans pedagogiska verksamhet | 10 |
| Teoretisk utgångspunkt | 11 |
| Delaktighetsaspekter | 11 |
| Pedagogiska verktyg för att främja barns delaktighet kring mat | 13 |
| Sammanfattning av problemet | 14 |
| Syfte | 15 |
| Frågeställningar | 15 |
| Metod | 15 |
| Urval..... | 15 |
| Datainsamlingsmetod | 16 |
| Observation och observationsmall | 16 |
| Fokusgrupp och pedagogiska verktyg..... | 16 |
| Intervju och intervjuguide | 18 |
| Databearbetning och analys | 18 |
| Etiska aspekter..... | 20 |
| Samtyckes-, nyttjande-, informations- samt konfidentialitetskravet..... | 20 |
| Etiska aspekter av fokuserad intervju..... | 20 |
| Matkultur och etik | 20 |
| Resultat | 21 |
| Samhandling | 21 |
| Engagemang | 22 |
| Autonomi..... | 24 |
| Erkännande..... | 25 |
| Intervju | 26 |
| Uppfattning av verktygen för skapandet av delaktighet kring mat | 26 |
| Diskussion | 28 |
| Metoddiskussion..... | 28 |
| Resultatdiskussion..... | 29 |
| Nyfikenhet bidrar till att barn delar med sig av kunskap om mat | 30 |
| Fantasi tar stor plats i barns interaktion med mat..... | 30 |
| Vuxna har en betydande roll för barns delaktighet kring mat..... | 32 |
| Studiens svårigheter | 33 |
| Slutsatser och implikationer | 34 |
| Referenser | 35 |
| Bilaga 1. Dokument för målsmans godkännande | |
| Bilaga 2. Observationsmall | |
| Bilaga 3. Intervjuguide | |
| Bilaga 4. Bilder från datainsamlingen | |

Förord

Detta examensarbete är ett resultat av våra tre år på Hälsopromotionsprogrammet med inriktning kostvetenskap vid Göteborgs Universitet, en utbildning vi tror och hoppas få stor nytta av i vår framtida profession. Att skriva kandidatuppsats har minst sagt flera sidor och vi har gång på gång mött utmaningar som ibland känts hopplösa. Samtidigt har processen hjälpt oss att utvecklas så att dessa utmaningar i slutändan har givit oss både glädje, stolthet och vilja att ta oss an nya utmaningar.

Vi har varandra att tacka för ett fantastiskt samarbete där arbetet delats lika genom alla uppsatsens delar. Att ha sin tvillingsyster som författarpartner i genomförandet av kandidatuppsatsen har utan tvekan varit bästa tänkbara scenario. Kandidatuppsatsen hade dock inte uppnått samma kvalité utan utomstående stöd och vi vill därför här ta tillfället i akt att tacka några viktiga personer.

Vårt största tack riktas till vår fantastiska handledare Emmalee Gisslevik som med sitt kritiska öga och enorma stöd hjälpt oss igenom denna process, framförallt genom att hålla oss inom våra ramar! Vi vill även tacka Utvecklingsenheten för barns hälsa och rättigheter i Vara kommun för lokaler och material, ni möjliggjorde genomförandet av våra tankar och visioner för denna kandidatuppsats. Ett tack riktas även till Stiftelsen Praktiska Hushållsskolans donationsfond för resebidrag, samt till medverkande förskolor. Sist men inte minst riktar vi ett tack för dessa tre år till lärare, föreläsare och inte minst klasskamrater. Nu avslutar vi detta kapitel och påbörjar ett nytt!

Introduktion

Folkhälsomyndigheten i Sverige har som mål för folkhälsan att skapa förutsättningar i samhället för god hälsa i hela befolkningen (Folkhälsomyndigheten, 2014). Fram till år 2030 beräknas dock förekomsten av övervikt och fetma i Sverige öka med 20 respektive 10 procent (Sveriges riksdag, 2013) och i dagens Sverige är vart femte barn överviktigt (Livsmedelsverket, 2013). Ohälsosamma matvanor är i många fall bidragande orsak till utveckling av övervikt och fetma (Abrahamsson, Andersson, Becker & Nilsson, 2008), och angelägenheten av främjande insatser mot detta är därför hög (Sveriges riksdag, 2013). Mat har betydelse för barns hälsa ur kortsiktigt så väl som långsiktigt perspektiv och vid främjande av god hälsa är förståelse och kunskap om hälsosamma matvanor av värde (Livsmedelsverket, 2014). I tidig ålder skapas preferenser och mönster för matvanor vilka följs in i vuxenlivet och kan vara svåra att förändra (Sjöberg, Moraesus, Yngve, Poortvliet, Al-Ansari & Lissner, 2010). De preferenser som införlivas i tidig ålder har således inverkan på framtida matval vilket innebär att det är av stor betydelse att i tidig ålder introducera matämnet¹ (Zarnowiecki, Dollman & Sinn, 2011) samt därigenom skapa möjligheter att lära om matvanors påverkan på hälsan

Enligt Världshälsoorganisationen [WHO] ska hälsa ses som en livsresurs och inte som ett mål för överlevnad, vilket ger begreppet hälsa ett främjade perspektiv (WHO, 2014a). Hälsopromotion berör främjandet av hälsoaspekterna: fysisk, psykisk samt social, där mat kan inverka på samtliga aspekter. Om god hälsa genom hälsosamma matvanor ska stärkas är ett hälso-
promotivt förhållningssätt relevant. Detta då en aspekt av hälsopromotion handlar om att stärka människor att ta kontroll över faktorer som påverkar deras hälsa (Brembeck, Johansson, Bergström, Jonsson, Ossiansson, Shanahan & Hillén, 2010), varav en av dessa faktorer är mat. De möjligheter som finns för att påverka barns hälsa och matvanor är stora vilket ökar angelägenheten av att involvera flera arenor för hälsofrämjande arbete bland barn. Ett exempel på en arena med goda möjligheter till hälsofrämjande insatser är skolor och förskolor (Socialstyrelsen, 2013a). Detta exempelvis då en tredjedel av dagens samtliga måltider serveras där (Sveriges riksdag, 2013). Forskning visar att utbildning om hälsosamma matvanor i skolmiljö förenat med vidare hälsorelaterade övningar är fördelaktigt för att främja barns hälsa (Farfan-Ramirez, Diemoz, Gong & Lagura, 2011). Införande av utbildning om hälsosamma matvanor i läroplaner är således en viktig aspekt i barns möjligheter att erhålla kunskap samt erfarenhet kring detta. Då mönster och vanor befästs i tidig ålder är det betydelsefullt att riktade insatser relaterade till mat och hälsa prioriteras bland yngre barn (Kandiah & Jones, 2010).

För att arbeta hälsofrämjande mot hälsosamma matvanor är empowerment ett relevant begrepp. Detta begrepp framhåller individers förutsättningar att utöka sin makt i frågor som rör deras hälsa (Brembeck et al., 2010), och genom det skapa inflytande över sin tillvaro (Hanson, 2004). Empowerment är även starkt associerat till begreppet delaktighet då det gäller upplevelsen av makt för deltagandet i den aktuella händelsen (Hanson, 2004). Studier visar att barn generellt besitter iver att lära, speciellt om de själva får delta i inlärningsprocessen. (Zarnowiecki, Dollman & Sinn, 2011). Detta gör delaktighetsbegreppet mer relevant vid främjande insatser för yngre barn.

¹ I denna kandidatuppsats sammanfattas matrelaterade ord och begrepp likt matvanor, matmönster och mat som det helhetliga begreppet matämnet.

I förskolans läroplan syftar endast ett av målen till hälsa: *Förskolan ska sträva efter att varje barn utvecklar sin motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning samt förståelse för vikten av att värna om sin hälsa och sitt välbefinnande (s. 10)* (Skolverket, 2010a), vilket inte inbegriper matämnet. Detta motiverar vidare studier om hur förskolebarn kan erbjudas möjligheter till delaktighet i inläringen om hälsosamma matvanor. Förhoppningen är att denna studie ska bidra med kunskap och förståelse för hur förskolebarns delaktighet kan ökas kring matämnet. Detta för att främja god hälsa genom hälsosamma matvanor och därigenom minska folkhälsoproblemet övervikt och fetma.

Bakgrund

I nedanstående avsnitt under rubriken bakgrund presenteras tidigare forskning kring studiens problemområde samt relevant bakgrundsfakta under respektive rubrik. Detta för att skapa inblick i det område som undersöks.

Folkhälsa

Folkhälsa är ett begrepp vilket visat sig svårdefinierat och har således tolkats och definierats på ett antal olika vis. Enligt Korp (2004) finns ingen entydig definition i Sverige, och vidare menas att vissa definitioner presenterar begreppet som uttryck för befolkningars hälsotillstånd medan andra presenterar det som både individuell- och befolkningshälsa. Hanson (2004) definierar exempelvis folkhälsa som den samlade hälsostatus vilken beskriver en hel eller delar av ett land. Vidare definieras folkhälsoarbete därigenom som arbete vilket bedrivs genom insatser i samhället för att förbättra folkhälsan. Sådana insatser är dels ohälsöförebyggande, dels hälsofrämjande (Hanson, 2004). Folkhälsa kan även definieras genom att urskilja det från det enskilda begreppet hälsa. Detta genom folkhälsoguidens definition *Hälsa är en resurs för individen medan folkhälsa är ett mål för samhället* (Folkhälsoguiden, 2012). Enligt WHO (2014b) syftar folkhälsa till att förebygga sjukdom, främja hälsa och öka livslängden i hela befolkningen. En anledning till samhällets arbete med folkhälsa är att individer, för att kunna utveckla god hälsa, är beroende av samhällets design och fördelning av resurser. Ett ytterligare motiv för folkhälsoarbete är att det lönar sig för individ såväl som för samhällets ekonomiska tillväxt (Magnusson, 2013).

Folkhälsomyndigheten i Sverige har ett överordnat mål för folkhälsan att skapa förutsättningar i samhället för god hälsa för hela befolkningen (Folkhälsomyndigheten, 2014), och Sveriges folkhälsa har förbättrats under de senaste decennierna. Detta ses framförallt genom att medellivslängden under flera decennier ökat och även fortsätter öka under 2000-talet. En av de främsta anledningarna till denna ökning är avtagandet av hjärt- och kärlsjukdomar i landet. Trots detta har förekomsten av fetma, som är en av de vanligaste orsakerna till hjärt- och kärlsjukdomar, i Sverige blivit vanligare oavsett kön men framförallt bland personer under 50 år (Socialstyrelsen, 2013b). Ur internationell synvinkel ses Sverige som ett land av jämlikhet i hälsa. Under de senaste årtiondena har det dock framkommit att svenskar, när det gäller hälsa, lever under olika förutsättningar (Sjöberg et al., 2010). Från början av 1980-talet till år 2000 skedde en markant ökning av barnfetma i världen (WHO, 2014a), och i Sverige är vart femte barn överviktigt (Livsmedelsverket, 2013). Detta gör barn till en viktig målgrupp för folkhälsoarbete. Nedan beskrivs målgruppen barn i relation till mat och hälsa.

Matrelaterade hälsoaspekter bland barn

Hälsa är ett mångdefinierat begrepp vilket används ur olika aspekter i dagens samhälle. WHO menar att ett tillstånd av totalt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande är hälsa. Vidare menas att hälsa inte enbart är frånvaro av sjukdom, och att hälsa ska ses som en livsresurs och inte ett mål för överlevnad. Denna definition ger begreppet hälsa ett främjande perspektiv (WHO, 2014a). En ytterligare definition av hälsobegreppet är att *Hälsa är att må bra – och att ha tillräckligt med resurser för att klara vardagens krav – och för att kunna förverkliga personliga mål* (Winroth och Rydqvist, 2008). I aktuell studie ses hälsa som en kombination av dessa definitioner då de belyser viktiga objektiva aspekter och subjektiva aspekter av hälsa.

För att kunna främja god hälsa är det betydelsefullt att ha kunskap om vilka faktorer som påverkar hälsan, och en av dessa är mat (WHO, 2014a). Hälsosamma eller ohälsosamma matvanor påverkar hälsan, exempelvis genom utveckling av övervikt samt fetma. Övervikt kan definieras som en form av malnutrition, det vill säga, felnäring, i form av för riklig näringstillförsel (Abrahamsson, Andersson, Becker & Nilsson, 2008) och är den femte största orsaken till dödlighet i världen idag (WHO, 2014a). WHO fastställer att mer än 40 miljoner av världens barn, under fem års ålder, år 2011 var överviktiga. Av dessa lever över 30 miljoner i industriländer (WHO, 2013). Fram till år 2030 förutspås fetman i Sverige öka med 10 procent. Detta innebär alltså i sin tur också kraftig ökning av sjukvårdskostnader. Angelägenheten av främjande insatser mot övervikt och fetma är därför hög (Sveriges riksdag, 2013).

Maten är av stor betydelse för barns hälsa sett ur kortsiktigt såväl som långsiktigt perspektiv. Förståelse och kunskap om hälsosamma matvanor är av denna anledning väsentlig för att främja god hälsa (Livsmedelsverket, 2014). Barn innan fem års ålder är i stort behov av näringsriktig mat för god tillväxt samt utveckling. Forskning visar dessutom att näringsriktig mat förstärker barns förmåga att lära samt vara förberedda att delta i skolverksamhet. Utbildning om mat i skolmiljö i kombination med ytterligare hälsorelaterade övningar samt program är därför fördelaktigt i syfte att främja barns hälsa (Farfan-Ramirez, Diemoz, Gong & Lagura, 2011). Dessutom visar studier att det är av stor vikt att nödvändig information och utbildning om mat samt hälsosamma val delges så att individer själva blir delaktiga i sin hälsa (WHO, 2003).

Svenska barn har i jämförelse med världens länder god hälsosituation. Att det visat sig ökning av ohälsa även bland svenska barn de senaste årtiondena åskådliggör dock att hälsorisker måste hanteras inom andra arenor än hälso- och sjukvård. Samarbete kring barns hälsa med olika arenor så som skola och förskola är därför väsentlig. Enligt socialstyrelsen är det av betydelse att arbeta med att skapa allmänna referensramar för hälsofrämjande arbete så att hälsa, utveckling och lärande kan främjas (Socialstyrelsen, 2013a). De förutsättningar vilka ges under barndomen är en viktig faktor för individens hälsa under resten av livet. De möjligheter som finns för att influera barns hälsa är stora och till följd av detta är flera arenor av betydelse för hälsofrämjande arbete bland barn (Vårdförbundet, 2012). I följande avsnitt belyses förskolan som arena för hälsofrämjande insatser i tidig ålder.

Förskolan som arena för främjande av hälsosamma matvanor

För att kunna bidra med interventioner som syftar till att främja hälsosamma matvanor bland barn måste arbetet ske på de arenor där barn faktiskt befinner sig. Begreppet matlandskap kan beskrivas som de miljöer där, i detta fall barn, möter mat samt budskap inom matämnet (Brembeck et al., 2010). Barn möter mat i många arenor och deras matvanor samt preferenser påverkas till stor del utav föräldrar. Dock påverkas barn även utav andra vuxna människor, ex-

empelvis i matlandskapet förskolan, utav sina lärare. Detta genom att barn tar efter samt lär genom att observera andra i sin omgivning (Zarnowiecki, Dollman & Sinn, 2011). I livets tidiga år formas många viktiga beteendemönster samt vanor vilka kan vara komplicerade att senare i livet förändra (Kandiah & Jones, 2010). Då en tredjedel av barnens dagliga måltider serveras på förskolan är detta en viktig arena för främjande av goda hälso- och matvanor hos barn (Sveriges riksdag, 2013). Utbildning och erfarenhet som erhålls om mat och hälsa i tidig ålder kan dessutom influera barns matvanor samt preferenser senare i livet (Kandiah & Jones, 2010). Utbildning och reflektion som poängterar matens betydelse för kortsiktig såväl som långsiktig hälsa kan bidra till bättre förutsättningar för individer att själva göra hälsosamma matval (Yamaoka, Watanabe, Hida & Tango, 2010). Således är utnyttjandet av skola respektive förskola som arena för interventioner som främjar hälsa betydelsefull. Införande av utbildning inom matämnet i läroplaner ger även barnen möjlighet att expandera kunskap samt erfarenheter kring detta. Ju äldre barnen blir desto svårare är det att påverka, då mönster och vanor befästs med stigande ålder. Av denna anledning är det viktigt att interventioner om mat och hälsa prioriteras bland de yngre barnen (Kandiah & Jones, 2010).

I grundskolan delges kunskap samt delaktighet inom matämnet genom ämnena hem- och konsumentkunskap såväl som idrott och hälsa. Inom dessa ämnen ges barnen kunskaper om konsumentfrågor som syftar till att kunna göra medvetna val med hänsyn till bland annat hälsa genom att exempelvis planera och tillaga måltider (Skolverket, 2014a). Ämnena innefattar även att eleverna delges kunskap om hälsosam livsstil samt grundläggande faktorer för människors välbefinnande. Dessutom får eleverna lära sig att ta ställning i frågor vilka är av betydelse för hälsa och livsstil (Skolverket, 2014b). För de barn som går i förskola associeras dock ingen kunskap om ovanstående eller dylikt kring matämnet i läroplanen. I förskolans läroplan syftar endast ett av målen till hälsa, *Förskolan ska sträva efter att varje barn utvecklar sin motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning samt förståelse för vikten av att värna om sin hälsa och sitt välbefinnande (s. 10)* (Skolverket, 2010a), vilken inte inbegriper matämnet. I förskolans läroplan poängteras dock att förskolan ska främja barns utveckling och lärande samt skapa möjlighet för barnen att utveckla sin förmåga att betrakta och reflektera. Verksamheten ska utgå från barnens olika erfarenheter och intressen och bidra till lek, socialt samspel, utforskande och skapande som i sin tur hjälper barnen att erövra kunskap och utvecklas. Det ingår även som mål i förskolans läroplan att barnen ska få möjlighet att utveckla sin förmåga att upptäcka, reflektera kring samt ta ställning till olika livsfrågor som påverkar deras vardag. Det poängteras vidare att barns tankar och idéer ska uppmärksammas och utnyttjas för att skapa mångfald i lärandet så att barnen får vetskap om att de kan påverka sin situation. Detta kan lyftas genom många olika uttrycksformer, exempelvis lek, bild och rörelse (Skolverket, 2010a).

Enligt Livsmedelsverket är förskolan en gynnsam arena i arbetet att naturligt främja livskvalitet i form av god hälsa genom hälsosamma matvanor i tidig ålder (Livsmedelsverket, 2010). De flesta barn besitter iver att lära och får de dessutom själva delta i inlärningsprocessen har informationen visat sig bli än mer hållbar (Zarnowiecki, Dollman & Sinn, 2011). Därav är det intressant att i denna studie lyfta hälsopromotion och hälsofrämjande insatser rörande mat i förskolan, då det bland annat handlar om att stärka individer att vara delaktiga i faktorer som påverkar deras hälsa (Brembeck et al., 2010).

Hälsopromotion

Hälsopromotion, eller hälsofrämjande, är ett komplext begrepp som rör hälsa ur flera aspekter. Nedan citeras WHO:s definition av begreppet.

Health promotion is the process of enabling people to increase control over, and to improve, their health. To reach a state of complete physical, mental and social well-being, an individual or group must be able to identify and to realize aspirations, to satisfy needs, and to change or cope with the environment. Health is, therefore, seen as a resource for everyday life, not the objective of living. Health is a positive concept emphasizing social and personal resources, as well as physical capacities. Therefore, health promotion is not just the responsibility of the health sector, but goes beyond healthy life-styles to well-being (WHO, 2014a).

Som citatet belyser rör hälsopromotion arbete kring hälsa och dess, enligt WHO, olika komponenter: fysisk, psykisk samt social hälsa. Mat kan fungera som gemensam nämnare för dessa tre hälsoaspekter då det påverkar samtliga (Brembeck et al. 2010). Då hälsopromotivt arbete avser att stärka människors egenmakt samt kontroll över sin hälsa är hälsopromotion även nära sammankopplat med begreppet *empowerment* (Korp, 2004). Detta begrepp belyser individers (i denna studie barns) möjligheter att utöka sin makt i frågor som rör deras hälsa (Brembeck et al. 2010). Empowerment som begrepp har länge diskuterats i olika sammanhang och har fungerat för att beskriva den process vilken krävs för att individer ska ha kontroll samt skapa inflytande över sin tillvaro. Begreppet är även väl omtalat i folkhälsoarbete vilket avser att öka förutsättningar samt möjligheter till god hälsa. Utöver detta är empowerment också starkt sammankopplat med begreppet *delaktighet*. Vidare menas att delaktighet och empowerment kopplas samman då det gäller möjligheten att uppleva makt samt inflytande för deltagandet i den aktuella händelsen (Hanson, 2004). Delaktighet har visat sig användbart i hälsopromotiva studier med barn och är därför av intresse för djupare redogörelse, vilket sker i följande avsnitt (Melin, 2009; Brembeck, et al., 2010).

Delaktighet

Delaktighet är ett begrepp vilket kan belysas samt definieras ur flera synvinklar. Det är samtidigt ett begrepp som appliceras i vardagen genom att människan väljer att delta eller inte delta i olika sammanhang. Delaktighet kan definieras som att "höra till" ur en allmän synvinkel. Dock menas samtidigt att delaktighet inte skapas utan ett sammanhang i vilket människor interagerar. Delaktighet kan därför också tolkas olika beroende på vem som använder begreppet (Melin, 2009). Melin menar vidare att delaktighetsbegreppets definition samt betydelse bestäms utefter det specifika sociala sammanhanget (Melin, 2009). Som synonym till begreppet delaktighet används ofta begreppet deltagande. Dock finns det en skillnad i betydelsen mellan dessa begrepp. Delaktighet kan ses som något som eftersträvas, ett mål som ska uppnås, medan deltagande belyser en handling som genomförs aktivt av någon.

Vidare kan delaktighet ses som en följd av deltagande. Detta sker dock inte i samtliga fall och förekomsten av deltagande samt delaktighet i praktiken är inte alltid självklar (Hillén, 2013). Vidare menar Hillén (2013) att delaktighet ofta skapas i samband med vissa villkor och inom vissa ramar. Detta då delaktighet ofta godkänns under villkoret att konflikt inte skapas mellan deltagares och experters uppfattningar om vad som är rätt. Detta belyser situationer på samhällsnivå mellan politiker likväl som exempelvis i skolan mellan barn och lärare. Därför är det av stor vikt att i samtliga sammanhang avväga huruvida ansvaret fördelas mellan olika parter. Barn är kapabla att fatta resonliga beslut men inser ofta att expertens stöd är behövt. Det slut-

giltiga ansvaret landar således därför ofta hos ”experten” och inte endast på total självständighet hos barnen (Hillén, 2013).

Enligt Specialpedagogiska skolmyndigheten (2012), som arbetar för att skapa delaktighet bland barn med funktionshinder, kan begreppet delaktighet ha subjektiv betydelse. Vidare hävdas dock att det är av vikt att det trots det finns en gemensam uppfattning om begreppets mening. Delaktighet är ett positivt laddat begrepp med tydlig riktning, vilket enligt Specialpedagogiska skolmyndigheten (2012) bidragit till att det expanderat inom skolans retorik. Under följande rubrik presenteras delaktighetsbegreppet i relation till förskolans verksamhet.

Delaktighet i förskolans pedagogiska verksamhet

Delaktighet diskuteras i samband med flera olika arenor och framträder som något som ska eftersträvas. Förskolan är exempel på en sådan arena (Melin, 2009). I förskolans läroplan diskuteras delaktighet i många aspekter. Läroplanen belyser exempelvis varje barns rätt till att bilda sina egna uppfattningar samt göra egna val utifrån individuella förutsättningar. Detta ska enligt läroplanen genomföras genom att exempelvis delaktighet ska grundläggas i förskolans verksamhet. Vidare diskuteras även delaktighet då det kommer till kultur, natur/miljö, rättigheter och skyldigheter i ett demokratiskt samhälle samt då det talas om barnets egen utveckling. Läroplanen belyser alltså delaktighet ur flera perspektiv med målet att barnen ska förberedas för att vara delaktiga i samhällslivet (Skolverket, 2010a). Enligt Brembeck et al.(2010) anses deltagande som en förutsättning i arbete med ett hälsofrämjande fokus. Detta för att kompetenser som stärker den egna hälsan ska utvinnas. Utöver detta menas att aktivt deltagande kan stärka svaga grupper (exempelvis barn) möjligheter att agera för att stärka sin hälsa. Å andra sidan menas samtidigt, enligt sociologen Korp, att hälsopromotion sällan kopplas till delaktighet, än mindre barns delaktighet (Korp, 2004).

Delaktighet diskuteras även som viktigt begrepp i arenor där arbete kring barns rättigheter utförs (Unicef, 2009). Sverige har ratificerat FN:s konvention om barns rättigheter och förväntas därför följa konventionens 54 artiklar (Utrikesdepartementet, 2011). Barns delaktighet samt hälsa belyses i barnkonventionen på flera plan. Därigenom är artikel nummer 24 samt nummer 12 särskilt intressanta:

Konventionsstaterna erkänner barnets rätt att åtnjuta bästa uppnåeliga hälsa[...]. Konventionsstaterna skall sträva efter att säkerställa att inget barn är berövat sin rätt att ha tillgång till sådan hälso- och sjukvård[...] (s.13).

Ovanstående citat belyser artikel nummer 24 och beskriver dels barns rätt till bästa möjliga hälsa, dels konventionsstaternas skyldighet att arbeta för en tillfredställande hälso- och sjukvård likväl som att bekämpa sjukdom och tillhandahålla näringsrika livsmedel (Unicef, 2009).

Konventionsstaterna skall tillförsäkra det barn som är i stånd att bilda egna åsikter rätten att fritt uttrycka dessa i alla frågor som rör barnet, varvid barnets åsikter skall tillmätas betydelse i förhållande till barnets ålder och mognad[...] (s.10).

Citatet ovan är ett utdrag ur artikel nummer 12 och belyser barnets rätt att tycka till samt säga hur de vill ha det. Vidare belyser denna artikel vikten av att låta barnet vara delaktigt och att alla barn ska få höras i sin åsikt samt ha inflytande (Unicef, 2009).

Återigen landar fokus på förskolan vilken är en arena som är avsedd att arbeta med barnkonventionen (Skolverket, 2010b). Skolverket (2010b) menar att barn i flera fall har förmåga att delge värdefulla åsikter men att det dock är svårt att finna sätt att öka deras inflytande samt delaktighet. Detta tyder på att det finns en strävan efter att öka barns delaktighet i förskolan, dock belyses problemet med den praktiska tillämpningen. Delaktighet beskrivs således som ett begrepp vilket bör eftersträvas, dels av barnkonventionen på arenor som rör barns rättigheter (Unicef, 2009), dels av skolverket i samband med förskola (Skolverket, 2010b). Enligt Melins (2009) rapport, Barns delaktighet i förskolan, anses delaktighet alltid uppstå *på en social arena, i en aktivitet, tillsammans med andra (s.6)*. Detta innebär att observation samt arbete kring delaktighet hos barn måste ske på arenor samt i aktiviteter där barn befinner sig, exempelvis förskolan. För att identifiera delaktighet och sedan även eftersträva den i praktisk tillämpning krävs att begreppet definieras ur en synvinkel som kan appliceras i förskolans verksamhet (Melin, 2009).

Teoretisk utgångspunkt

Detta avsnitt, teoretisk utgångspunkt, belyser hur begreppet delaktighet kan definieras utifrån förskolans verksamhet genom olika aspekter av delaktighetsbegreppet.

Delaktighetsaspekter

Att begreppet delaktighet kan definieras på olika sätt beror på att hänsyn måste tas till begreppets flera olika aspekter. Vilka aspekter som är viktiga avgörs utifrån det sociala sammanhanget. Melin talar om delaktighet definierat på ett sätt vilket gör begreppet användbart vid praktisk tillämpning i förskolan. I sådana sammanhang måste delaktighetsbegreppet omfatta flera olika aspekter. Detta då förskolan är en arena där samspel är centralt mellan barn och barn såväl som mellan barn och vuxna (Melin, 2009). Melin tar sin utgångspunkt i Ulf Jansons delaktighetsteori om delaktighet som social process. Denna är indelad i sex aspekter varav tre av dessa är subjektivt upplevda och de resterande tre objektivt observerbara: 1) Tillhörighet och plats i sammanhanget, 2) Tillgänglighet och fysisk och funktionell delaktighet, 3) Samhandling och social delaktighet, 4) Engagemang och psykologisk delaktighet, 5) Erkännande och interpersonell delaktighet och 6) Autonomi och existentiell delaktighet. Skillnaden mellan Jansons originalteori och Melins användning av teorin, vilken denna studie inspireras av, är att Melin presenterar en modell för hur observation kring barns delaktighet i förskolan kan ske. De objektivt observerbara aspekterna kan ge synliga bevis på delaktighet bland barnen medan de subjektivt upplevda aspekterna istället är tolkningar av beteenden samt händelseförlopp (Melin, 2009). De sex aspekterna möjliggör identifiering av hur samt var vi kan finna potentiella delaktighetsbarriärer likväl som faktorer vilka kan främja delaktighet (Specialpedagogiska skolmyndigheten, 2012). I denna kandidatuppsats har fyra av de sex aspekterna av delaktighet använts. Dels beror detta på att studien är mindre och empirin måste avgränsas. Dels avgörs aspekternas relevans utifrån det sociala sammanhanget (Melin, 2009). Nedan presenteras dessa mer ingående utifrån Melins (2009) uppfattning.

Autonomi och existentiell delaktighet

Autonomi belyser självständighet samt förmågan att vara oberoende. Begreppet autonomi kan kopplas samman med existentiell delaktighet, dock menar Melin att ovanstående betydelse av autonomi då blir diskutabel eftersom att människans existentiella villkor syftar till att hon alltid är beroende av andra för att överleva. Autonomi i samband med existentiell delaktighet bör istället definieras som en förmåga att hantera aktiviteter med hjälp av empati och intellektuell kapacitet. Detta för att förstå aktiviteten samt finna olika handlingsalternativ. Vidare me-

nas att människan på så vis kan förhålla sig självständig samt få möjlighet att ha avgörande roll i sitt agerande (Melin, 2009).

Samhandling och social delaktighet

Social delaktighet definieras som när individen, engagerad och av medaktörer accepterad, kan gå in i samhandling på en arena. Melin menar att social delaktighet handlar om situationer och aktiviteter förlagda gemensamt med andra som ger upphov till uppfattad tillhörighet och gemenskap (Melin, 2013). Starkt sammankopplat med social delaktighet är begreppet samhandling vilket belyser interaktion mellan individer i en gemensam aktivitet där alla deltagare är engagerade samt accepterade. Det är i interaktionen i samhandlingen som delaktighet kan observeras (Melin, 2009). Att befinna sig i samma handling som någon annan, exempelvis i lek eller samtal, innebär att vara delaktig i utförandet av aktivitet eller handling. Det är dock viktigt att ta i beaktande att delta i samma handling inte behöver innebära att saker görs på samma sätt (Specialpedagogiska skolmyndigheten, 2012).

Engagemang och psykologisk delaktighet

Aspekten engagemang innebär att individen finner intresse för specifik uppgift och i denna sedan känner välbehag eller komfort. Delaktighet kan således definieras som engagemang i olika livssituationer (Melin, 2009). Melin (2009) menar att man för att se psykologisk delaktighet kan observera olika känslotillstånd vilka kan uppmärksammas genom individens beteende, så som glädje, koncentration eller argumentation. Specialpedagogiska Skolmyndigheten (2012) menar att engagemang handlar om något som själv upplevs. Engagemang kan exempelvis upplevas av individen själv medan det nödvändigtvis inte behöver upplevas av andra deltagare i aktiviteten. För att upptäcka huruvida individen själv upplever engagemang måste samtal med denna föras om detta.

Erkännande och interpersonell delaktighet

Interpersonell delaktighet och erkännande innebär att en individ uppfattas som given representant i socialt sammanhang (Melin, 2009). Enligt Specialpedagogiska skolmyndigheten (2012), vilka i sin rapport *Där man söker får man svar* använt sig av Jansons delaktighetsteori, handlar erkännande om andra människors perception och godkännande i olika aktiviteter. Det kan exempelvis handla om huruvida man som individ av andra uppfattas tillföra något i gruppen eller inte. Melin (2009) poängterar att begreppet erkännande är dubbelbottnat. Ordet betyder dels erkänna, dels igenkänna. Erkänna i bemärkelsen att positivt uppmärksamma samt värdesätta någon. Igenkänna i betydelsen att urskilja någon eller något som känns bekant. Sammanfattningsvis, menar Melin att erkännande således betyder att dels identifiera, dels positivt uppskatta någon samt att erkännande är en tolkning av beteenden och händelser (Melin, 2009).

I tabell 1 visas hur ovanstående aspekter används i rådande studie där endast autonomi, samhandling, engagemang samt erkännande lyfts. Detta då det är dessa som kan observeras i olika sammanhang för att identifiera delaktighet.

Tabell 1. Sammanfattning av hur de fyra delaktighetsaspekterna i denna studie används som teoretisk modell för att besvara studiens syfte

| Delaktighetsaspekter | Sammanfattning |
|----------------------|--|
| <i>Autonomi</i> | I denna studie används autonomi för att observera huruvida barnen genom de pedagogiska verktygen får möjlighet att vara självständiga och delta på sitt sätt i diskussioner och reflektioner kring mat och hälsosamma matvanor. |
| <i>Samhandling</i> | I denna studie innebär samhandling huruvida de pedagogiska verktygen tillåter barnen att ingå i diskussion och reflektion med varandra samt deras möjlighet att genomföra samma uppgifter som därigenom skapar gemenskap eller inte. |
| <i>Engagemang</i> | Engagemang i denna studie används för att se huruvida de pedagogiska verktygen är anpassade för att skapa intresse för mat och hälsosamma matvanor bland förskolebarnen samt hur detta i sådana fall framkommer. |
| <i>Erkännande</i> | För den rådande studien innebär erkännande om barnen i aktiviteterna får gehör från varandra samt huruvida detta för diskussioner vidare eller inte. |

De aspekter vilka presenterats i denna rapport är starkt relaterade till samt beroende av varandra vilket ger begreppet delaktighet en helhetlig definition. Istället för att endast utgå från en av aspekterna kan man utgå från flera och genom det finna lösningar eller skapa förståelse för delaktighet i olika situationer eller aktiviteter (Specialpedagogiska skolmyndigheten, 2012). I följande avsnitt presenteras pedagogiska verktyg vilka kan bidra till att delaktighet kring mat och hälsosamma matvanor främjas.

Pedagogiska verktyg för att främja barns delaktighet kring mat

Flera studier visar att den karaktär, av vilken utbildning inom matämnet delges individer, är betydelsefull för inläring samt hållbarhet. Studier har visat att samtal om hälsa, exempelvis om hälsosamma matvanor, har positiva följder på barns hälsa (Vårdförbundet, 2012). Inläringen blir mest fördelaktig då rum för delaktighet samt möjlighet att själv praktisera delgiven kunskap ges. Utöver detta visar det sig även att visuella verktyg kan underlätta processen för inläring (Madsen, 2006). Enligt Petersson, lektor i bland annat friskvårdspedagogik (personlig kommunikation, 29 januari, 2014), bör aktivering av åhörare ske för ytterligare fördelaktig inläring. Detta kan göras visuellt, auditivt samt kinestetiskt. Att aktivera visuellt kan innebära utnyttjande av språk samt effektfulla gester. Auditiv aktivering görs genom att exempelvis uppmuntra till diskussion medan kinestetisk aktivering syftar till rörelse samt fysiskt deltagande. Till följd av detta kan olika former av pedagogiska verktyg, vilka har ovanstående aspekter i åtanke, användas i aktiviteter vilka syftar till att öka delaktighet kring mat.

Det finns flera redan befintliga pedagogiska verktyg som har till syfte att introducera matämnet och på så vis även bidra till förbättrade matvanor. Brembeck et al. (2010) beskriver exempelvis i studien *Barn som medforskare*, ett flertal pedagogiska övningar som syftar till att introducera och problematisera begreppet mat. Vidare har i ett samarbete med Stockholms län landsting ett flertal pedagogiska övningar framtagits för att delaktiggöra barn inom matämnet med olika syften (Folkhälsoguiden, 2011). Således finns flera befintliga pedagogiska verktyg vilka syftar till att introducera matämnet. De har dock ännu inte etablerats i formell undervisning, så som i förskolans läroplan. För exempel på pedagogiska verktygs utformning se tabell 2.

I tabell 2 presenteras kortfattat befintliga pedagogiska verktyg för främjande av barns hälsosamma matvanor och dess utformning

| Pedagogiska verktyg | Utformning |
|--|---|
| Vad är mat? ur Barn som medforskare (Brembeck et al., 2010) | Barnen fick fritt associera till ordet mat varpå de sedan skrev en lista av detta. |
| Bra bränsle ur Barn som medforskare (Brembeck, et. al., 2010) | Barnen skapade sina egna frukostar genom att samla bilder på olika frukostingredienser vilka motsvarade olika mängd ”bränslebullar” tecknade på baksidan. Bränslebollarna kunde sedan räknas samman och illustrera frukostens energiinnehåll. |
| Leta efter livsmedel ur Barn som medforskare (Brembeck, et. al., 2010) | Barnen fick leta efter livsmedel i tyg för att sedan placera dessa i rätt del av en matcirkel. |
| Äppleexperiment (Folkhälsoguiden, 2011) | Framtogs i syfte att öka medvetenhet av närproducerat och besprutning. Två äpplen, ett besprutat och ett obesprutat, fick ligga framme i klassrummet varpå eleverna observerade vilket äpple som ruttnade snabbast. |
| Nyttighetskorsord (Folkhälsoguiden, 2011) | Framtogs i syfte att lära sig känna igen frukter och grönsaker. Barnen delgavs nummerade bilder på frukter och grönsaker vilka sedan skulle placeras in i ett korsord. |

Ovanstående exempel har framtagits och använts till specifika sociala sammanhang och bör således anpassas efter varje målgrupp. I denna studie anpassas verktygen därav till målgruppen förskolebarn.

Sammanfattning av problemet

Under de senaste årtiondena har Sveriges folkhälsa förbättrats (Socialstyrelsen, 2013b). Dock har det även framkommit att den svenska befolkningen har skilda förutsättningar då det gäller hälsa (Sjöberg et al., 2010). En aspekt vilken bör adresseras i detta sammanhang är matrelaterad ohälsa bland barn då vart femte barn i Sverige ännu är överviktigt (Livsmedelsverket, 2013). Studier visar att en stor del av samtliga utfall i övervikt och fetma etableras innan fem års ålder (Lanigan, Barber & Singhal, 2010). Matpreferenser och vanor befästs med tilltagande ålder och av denna anledning är de yngre barnen en viktig målgrupp för att skapa hälsosamma matvanor och främja hälsa långsiktigt (Kandiah & Jones, 2010). I grundskolan finns formella mål om matämnet genom hem- och konsumentkunskap (Skolverket, 2014a), dock associeras ingen utbildning kring matämnet i förskolans läroplan (Skolverket, 2010a). Forskning om delaktighet i samband med hälsa har tidigare gjorts med skolbarn, dock saknas sådan forskning som rör förskolebarn, än mindre associerat till matens betydelse för hälsan. Samtidigt menar sociologen Korp, att hälsopromotion sällan kopplas till barns delaktighet (Korp, 2004). Konsekvenserna av att hälsopromotivt pedagogiskt arbete i relation till mat saknas i förskolan kan leda till att barn går miste om värdefulla möjligheter att vara delaktiga i sitt lärande om mat. Av denna anledning är det relevant att studera hur hälsosamma matvanor och därigenom främjad hälsa kan skapas genom ökad delaktighet kring detta i förskolan. Med ovanstående bakgrund i åtanke har följande syfte formulerats.

Syfte

Syftet med studien är att illustrera hur delaktighet kan uppstå kring mat hos förskolebarn i åldrarna fyra till fem vid användandet av pedagogiska verktyg vilka är framtagna att främja barns delaktighet i lärandet om mat och hälsosamma matvanor.

Frågeställningar

Vilka aspekter av delaktighet skapas kring mat och hälsosamma matvanor i de pedagogiska verktygen?

På vilka sätt framstår delaktighet och lärande om mat och hälsosamma matvanor inom delaktighetsaspekterna?

Hur uppfattas de pedagogiska verktygen av förskolelärare?

Metod

Studien är explorativ (utforskande) och av kvalitativ karaktär. Detta då studien avser att testa pedagogiska verktyg vilka ännu inte används på denna studies målgrupp och därav begränsad kunskap finns kring fenomenet (Hassmén & Hassmen, 2008). Studien har inspirerats av datainsamlingsmetoderna fokusgrupp och semistrukturerad observation, vilket i denna studie benämns som observerade fokusgrupper. De observerade fokusgrupperna utgjordes av befintliga, för studiens deltagare anpassade, pedagogiska verktyg som genomfördes på Utvecklingsenheten för barns hälsa och rättigheter (f.d. Hälsoäventyret Oasen). Målgruppen är en förskolegrupp med barn i åldrarna fyra till fem. En förskolelärare deltog även i en fokuserad intervju. Studiens teoretiska utgångspunkt är inspirerad av Jansons teori om delaktighetsbegreppets olika aspekter som vidareutvecklats i relation till förskolebarn av Melin (2009). Analys av insamlad data skedde genom kvalitativ innehållsanalys vilken används för bearbetning och tolkning av texter (Elo & Kyngäs, 2007). Nedan presenteras metoden mer ingående under respektive avsnitt.

Urval

Studien är av fallstudiedesign, vilket innebär en grundlig och ingående granskning av ett enda fall (Bryman, 2011), och studiens deltagare utgjordes därför endast utav en förskolegrupp från en förskola i västra Sverige. Detta då samarbete inletts med utvecklingsenheten för barns hälsa och rättigheter vilken är belägen i västra Sverige. Valet är målinriktat vilket är ett strategiskt val där rekryteringen styrs utav rådande forskningsfrågor och genomförs utav undersökaren själv (Patel & Davidsson, 2011). I denna studie innebär det strategiska valet att en förskolegrupp med tolv förskolebarn i åldrarna fyra till fem år tillfrågades som deltagare till studien tillsammans med en förskolelärare från rådande förskola. Motivet till urvalet är att producera utförlig data för att belysa olika möjliga utfall inom målgruppen, och inte för att producera generaliserbar data. I valet av deltagare togs ingen hänsyn till deltagarnas kön då detta inte ansågs relevant för studiens syfte.

Datainsamlingsmetod

För att besvara studiens syfte sker datainsamling genom observerade fokusgrupper vilket är en metod inspirerad av dels traditionell fokusgrupp, dels traditionell observation. Denna kombinerade datainsamlingsmetod valdes istället för de traditionella då studien avsåg att genomföra övningar kring mat genom pedagogiska verktyg, samt observation av huruvida dessa övningar bidrog till delaktighet inom matämnet. Datainsamlingsmetoden är obeprövad vilket kan ha negativ inverkan på resultatet då det är ovisst om dessa metoder fungerar som önskat. På grund av detta genomfördes en pilotstudie för att säkerställa att datainsamlingsmetoden kunde tillämpas i studien (Patel & Davidsson, 2011). Utöver detta genomfördes även en kort, fokuserad intervju med den medföljande förskoleläraren. Ytterligare en förskola motsvarande tolv barn i relevant ålder tillfrågades och deltog i pilotstudien. Detta resulterade i omarbetning av antalet deltagare, då det upplevdes svårt att leda samt observera samtliga barn. Även tidsfördelningen ändrades, då barnen upplevdes ofokuserade vid för utdragna sessioner. Datainsamlingen i den senare förskolegruppen är därmed använd för analys i denna rapport.

Observation och observationsmall

Datainsamlingsmetoden inspirerades av semistrukturerade observationer av två fokusgrupper med sex barn i varje grupp. I denna studie är observationen även av öppen karaktär vilket innebär att deltagarna är medvetna om observationen och dess syfte (Hassmén & Hassmén, 2008). Under observationerna ingick en försöksledare vilken deltog i samt styrde övningarna, samt en observatör vilken observerade samt antecknade på avstånd. Samma försöksledare och observatör deltog under datainsamlingens samtliga delar, detta för att undvika eventuella olikheter i insamlingen. Observatören utgick från en observationsmall (se bilaga 2), vilken arbetats fram under studiens gång, för att underlätta observering av samtliga fyra delaktighetsaspekter. Observatören observerade dels det som deltagarna utstrålade vid utförande av de praktiska övningarna, dels det deltagarna uttryckte i ord under dessa. Mallen var utformad för löpande fältanteckningar och uppbyggd utefter studiens teori om delaktighetsbegreppets olika aspekter varpå registrering av händelser gjordes då situationer uppstod vilka var relaterade till respektive aspekt. För att underlätta ytterligare ställde försöksledaren kontinuerligt frågor vars svar kunde kopplas till de olika delaktighetsaspekterna. Exempel på sådana kunde vara *Är det roligt?* samt *Vill ni fortsätta?* Sådana frågor kunde exempelvis svara på aspekten engagemang vilken man för att ta reda på måste fråga och samtala med barnen om (Melin, 2009).

I strukturerade observationer är observationsmallen en viktig del och bör vara specifik för att underlätta registreringen (Bryman, 2011). Därav valdes i denna studie semistrukturerade observationer. Detta då observationsmallen inte omfattade specifik kodning för uppstådda situationer (Bryman, 2011; Patel & Davidsson, 2011). En pilotstudie genomfördes för att säkerställa att observationsmallen var konstruerad för att passa studiens syfte samt för att fastställa om datainsamlingsmetoden var relevant. För att göra observationsmallen mer specifik med förhoppning om att undvika tolkningsbrister och därmed få ökad tillförlitlighet i registreringarna utrustades mallen med frågor för att lättare kunna koppla uppstådda situationer och skeenden till respektive delaktighetsaspekt.

Fokusgrupp och pedagogiska verktyg

Under observationerna utfördes en form av fokusgrupp som insamlingsmetod. Fokusgrupper avser normalt sett diskussion kring frågeställningar angående ett avgränsat område (Bryman, 2011). Denna metod anpassades till målgruppen genom att barnen fick delta i praktiska aktiviteter genom pedagogiska verktyg under vilka diskussion kring mat och hälsosamma matvanor

fördes. Detta då barn kan ha begränsad möjlighet att uttrycka sig i ord. Fokusgruppen avsåg därav i denna studie, till skillnad från traditionella fokusgrupper, dels diskussioner mellan barnen, dels barnens agerande i aktiviteterna från de pedagogiska verktygen. Studiens observerade fokusgrupp grundade sig i redan beprövade pedagogiska verktyg, avsedda att göra barn delaktiga i matämnet. Detta kan innebära viss risk då de kan vara utformade för annat syfte och därigenom inte tillfullo besvara rådande studies syfte. Till följd av detta anpassades verktygen till aktuell målgrupp.

Genomgång av för ämnet relevant litteratur gjordes för att finna så för studien passande samt givande verktyg som möjligt. De pedagogiska verktyg vilka användes i fokusgruppen är inspirerade av två av de flera pedagogiska verktyg vilka användes i en studie av Brembeck et al. (2010), genomförd med syftet att göra barn till medforskare inom mat (se tabell 2). För att svara på vår studies syfte anpassades dock verktygen till rådande målgrupp. För att säkerställa att anpassningen var relevant genomfördes en pilotstudie. Första verktyget presenteras i vår studie med namnet *Skattjakt* och är anpassat från ursprungsverktyget för att bli tillgänglig för samt nå ut till de yngre barn vilka deltar i denna studie. *Skattjakten* gick ut på att barnen två och två fick leta efter stora livsmedel sydda i tyg (se bilaga 4) i ett rum där olika gömställen fanns i form av luckor samt lådor. När barnen funnit ett livsmedel diskuterades dessa sedan och barnet som hittat det fick ordet först varpå de resterande barnen sedan fick delge åsikter och tankar kring livsmedlet. Avslutningsvis fick barnen tillsammans placera livsmedlet i mitten av ringen under vad som ansågs som passande måltid för livsmedlet. Pappersark med namn på måltiderna; *frukost, lunch, mellanmål, middag* och *fika* var utplacerade i mitten av ringen. De fyra första måltiderna valdes då dessa enligt näringsrekommendationer ska stå för det totala dagliga intaget (Livsmedelsverket, 2010). Det sista alternativet, *fika*, valdes då möjlighet för diskussion gällande eventuellt intag av ohälsosamma matvanor skulle finnas.

Försöksledaren styrde processen genom att låta varje barn prata om sitt livsmedel samt genom att ställa frågor så som *Kan du berätta vad du har hittat? Är det någon som har ätit det? Var kommer det ifrån? När äter man det?* Detta för att hjälpa barnen framåt i diskussionen samt anknyta till studiens hälsopromotiva förhållningssätt. Förskolebarnen har enligt läroplanen inte behörighet att ta del av kunskap som krävs för att kunna placera livsmedel utefter matcirkeln (Skolverket, 2010a). Av denna anledning kan det inte antas att samtliga barn har denna kunskap. Utövande av identisk övning som den som användes i studien om barn som medforskare (se tabell 2) hade inneburit att förskolebarnen först behövts delges kunskap om matcirkeln. Då detta inte är associerat med studiens syfte valdes denna del att ändras. Ändringen innebar att barnen istället tillsammans fick placera livsmedlet under vad som ansågs som passande måltid.

Det andra pedagogiska verktyget vilket användes under fokusgruppen är som ursprungsverktyget (se tabell 2) även i denna studie benämnt *Vad är mat?* och innebär att deltagarna får skriva vad de associerar med mat på ett pappersark. Även detta verktyg anpassades för att passa denna studies målgrupp. Barnen fick i denna studie istället rita/teckna/måla sina associationer till mat på pappersark snarare än att skriva ord (se bilaga 4). Detta då det inte gick att anta att samtliga barn i studiens målgrupp kunde skriva. Under tiden ställdes frågor till barnen så som, *Är det roligt? Vad är roligast? Hur kommer det sig att du ritat detta? När äter man det?* samt *Varför ska man äta det?* i syfte att fånga upp barnens verbala uttryck.

Intervju och intervjuguide

I syfte att besvara studiens frågeställning; *Hur uppfattas de pedagogiska verktygen av förskolelärare?* genomfördes en kort, fokuserad intervju med den förskoleläraren vilken varit med och iakttagit under den aktuella timmen. Fokuserad intervju omfattar huvudsakligen öppna frågor och rör en specifik händelse vilken är intressant för forskaren. Intervjun utgick från en intervjuguide (se bilaga 3), med öppna frågor vilken framarbetats under studiens gång med avseende att omfatta rådande forskningsämne (Bryman, 2011).

Databearbetning och analys

Fältanteckningarna från de observerade fokusgrupperna analyserades genom kvalitativ innehållsanalys. Denna metod konstaterades lämplig för studien då den används för tolkning av texter genom att detaljer urskiljs men behåller sitt sammanhang (Graneheim & Lundman, 2003). Studiens genomsyras av fyra domäner vilka utgörs av de fyra delaktighetsaspekter som är studiens teoretiska utgångspunkt. Redan under datainsamlingen genomfördes således en början på analys av vilka delaktighetsaspekter som skapades under de observerade fokusgrupperna. Den observationsmall (se bilaga 2) vilken användes för fältanteckningar under de observerade fokusgrupperna transkriberades och expanderades i direkt anslutning till den genomförda observerade fokusgruppen samt intervjun. Detta innebar att anteckningarna renskrevs samt förtydligades för vidare analys. Därefter lästes fältanteckningarna igenom ett flertal gånger för att skapa förståelse för helheten. Anteckningarna delades vidare in i situationer kopplade till respektive domän och koncentrerades sedan till meningsenheter vilka i sin tur kondenserades för att göra texten mer lätthanterlig samt centrera mest väsentligt innehåll. Vidare abstraherades dessa ytterligare varpå koder skapades vilka koncist beskrev meningsenheternas innehåll. Koderna jämfördes sedan med hänsyn till likheter och olikheter vilket resulterade i underkategorier. Underkategorierna jämfördes och sammanställdes sedan till kategorier. Slutligen framarbetades tre övergripande teman vilka speglar resultatets mest väsentliga delar. För exempel på meningsenhet, kondenserad meningsenhet, underkategori, kategori samt tema se tabell tre.

Tabell 3. Exempel på meningsenhet, kondenserad meningsenhet, underkategori, kategori samt tema ur domänen engagemang.

| Meningsenhet | Kondenserad meningsenhet | Underkategori | Kategori | Tema |
|--|--|------------------------------------|-----------------------|--|
| När övningen ”Skattjakt” presenteras blir barnen ivriga, förvåntansfulla och fnissar tillsammans. En pojke skrattar och säger ivrigt: <i>Får man ta flera saker samtidigt? Jag ser en morot i fickan! Jag tror att någon har tappat den, kanske en kanin!</i> Försöksledaren förklarar. Pojken ser nöjd ut med svaret och lugnar sig något. | Barnen blir ivriga, förvåntansfulla och fnissar tillsammans. En pojke skrattar och säger ivrigt: <i>Jag ser en morot i fickan! Jag tror att någon har tappat den, kanske en kanin!</i> | Förmåga att uttrycka genom fantasi | Personlig association | Fantasi tar stor plats i barns interaktion med mat |
| En pojke berättar vad han målar och säger: <i>En gubbe av mat är det här, håret är spaghetti och ögonen av köttbullar.</i> Han skrattar högt tillsammans med två andra barn som kollar på hans målning. | En pojke berättar vad han målar och säger: <i>En gubbe av mat är det här, håret är spaghetti och ögonen av köttbullar.</i> Han skrattar högt | Mat kopplas till lek | | |
| Mitt i rummet står ett bord dit barnen tar med ”sina” sittdynor och samlas runt. På bordet ligger färgpennor. En pojke säger: <i>Jag ritar en raket.</i> Försöksledaren frågar vad det har med mat att göra varpå pojken svarar: <i>Det är en massa korvar i raket som ska till rymden!</i> Försöksledaren frågar om man brukar skicka mat i raketer. Pojken svarar då: <i>Jag vet inte, kanske.</i> | På bordet ligger färgpennor. En pojke säger: <i>Jag ritar en raket [...] Det är en massa korvar i raket som ska till rymden!</i> | Fantasi skapar reflektion | | |

Ovanstående presentation av analysprocessen beskrivs med syfte att underlätta eventuell överföring i vidare forskning.

Etiska aspekter

Studien hade för avseende att efterfölja de forskningsetiska principer vilka framtagits av Vetenskapsrådet (2011).

Samtyckes-, nyttjande-, informations- samt konfidentialitetskravet

Vid observationer och iakttagelser har forskningens målgrupp vid tillfälle informerats om studiens syfte samt givit muntligt samtycke (Vetenskapsrådet, 2011). De förskolebarn vilka var avsedda att delta i studien fick dessutom ett dokument för målsmans godkännande av barnens deltagande hemskickat, (se bilaga 1), vilket sedan återlämnades till oss under de observerade fokusgrupperna. Deltagarna informerades, i enlighet med nyttjandekravet, om att information från de observerade fokusgrupperna endast skulle användas till studiens syfte (Backman, 2008).

Dokumentet för målsmans godkännande (se bilaga 1) framarbetades i enlighet med informationskravet och presenterade vilka som genomförde studien, studiens syfte, hur barnen involverades samt att dokumentering endast skulle ske med anteckningar. Dokumentet för målsmans godkännande fastslog även att aktiviteterna var frivilliga samt att framkommen data skulle behandlas konfidentiellt. Detta gjordes enligt konfidentialitetskravet vilket fastslår att deltagarnas medverkan är frivillig samt att persondata behandlas anonymt (Backman, 2008). Denna information upprepades även under de observerade fokusgrupperna för såväl förskolebarn som förskolelärare. I studien benämns endast att deltagarna är från en förskola i Vara kommun.

Etiska aspekter av fokuserad intervju

Även den fokuserade intervjun vilken genomfördes med förskolelärare gjordes med avseende på ovan nämnda etiska förhållningssätt. Förskolelärarna informerades om studiens syfte samt den fokuserade intervjun i samband med att dokumentet för målsmans godkännande utdelades, samt återigen innan intervjun påbörjades. I samband med intervju bads även om tillåtelse att göra en ljudinspelning. Det är av vikt att intervjupersonen tillfrågas om detta i början av intervjun såvida denna information inte påverkar intervjupersonens svar (Vetenskapsrådet, 2011).

Matkultur och etik

Då studier genomförs med människor måste hänsyn tas till deras olika förutsättningar varav en av dessa är kultur. Barns matkultur påverkas av flera aspekter exempelvis uppväxt där normer och värderingar skapas (Larsson, Rönnlund, Johansson & Dahlgren, 2003). Matkulturen kan vidare vara ett sätt att uttrycka sig och skapa relationer (Brembeck, Karlsson, Ossiansson, Shanahan, Jonsson, Bergstöm & Engelbrektsson, 2006), vilket således innebär att matkulturer kan påverka barnen i deras interaktion med mat i de aktuella pedagogiska verktygen. Därav är det av betydelse att inte försöksledaren i denna studie är låst vid en viss matkultur utan välkomnar alla typer av kulturer för att delaktiggöra samtliga barn. Denna studie hade därför detta i åtanke för att minimera risken för att vissa barn exkluderas i aktiviteten på grund av kulturella skillnader.

Resultat

Nedan presenteras resultatet av studiens empiriska del som innefattar de observerade fokusgrupperna och intervjun med förskoleläraren. De fyra aspekterna av delaktighet som utgjorde innehållsanalysens domäner kommer att användas som underrubriker i resultatpresentationen och belyser därigenom studiens första frågeställning. Analysen av insamlad data resulterade i underkategorier vilka sammanslogs i tre kategorier för varje domän (tabell 4, 5, 6 och 7), vilket belyser studiens andra frågeställning, det vill säga hur delaktighet och lärande framstår inom de olika aspekterna. För att besvara studiens sista frågeställning presenteras sammanställning av de resultat som visades under intervjun vilken genomfördes i direkt samband med de observerade fokusgrupperna (tabell 8). Slutligen utmynnade analysen i tre övergripande teman som presenteras sist i resultatavsnittet (tabell 9).

Samhandling

Under domänen samhandling sammanfattades insamlad data i nio underkategorier. Dessa belyser situationer vilka uppstod vid användande av studiens pedagogiska verktyg. Samtliga underkategorier har inverkan på hur delaktighetsaspekten samhandling framstår kopplat till matämnet hos barnen. Underkategorierna tolkades därefter utifrån likheter samt skillnader och kunde på så vis kopplas till tre kategorier. För underkategorier och kategorier se tabell 4.

Tabell 4 Underkategorier samt kategorier ur domänen samhandling beskrivs.

| Underkategori | Kategori |
|--|---|
| Argumenterar högt | Vilja delta i aktivitet tillsammans med andra |
| Ställer frågor till varandra | |
| Kommer med nya inlägg | Vilja bidra med sin kunskap för att skapa samhandling |
| Uttrycker idéer | |
| Visar och ger tips | |
| Berättar och förklarar | |
| Vuxen bidrar till ökat deltagande genom uppmuntran | Vuxnas roll i främjande av samhandling |
| Vuxen ger alternativ i aktivitet vid tveksamhet hos barnen | |
| Deltar med hjälp av vuxen | |

Resultatet visar att de pedagogiska verktygen bidrog till möjlighet för argumentation kring mat. Argumentation och diskussion om mat framkom i de båda pedagogiska verktygen under flertal tillfällen mellan barn och barn samt mellan försöksledare och barn kopplade till barnens målningar samt erfarenheter av skattjakten. Resultatet belyser även att barnen ställde frågor till varandra vilket bidrog till ökad diskussion barnen emellan och därigenom samhandling i aktiviteten. Genom detta uttryckte barnen en vilja att delta i aktiviteten tillsammans med andra vilket resulterade i olika synvinklar av diskussionsämnet, nedan exemplifieras detta:

Alla barn samlas i ring, de går två och två runt och letar efter gömda livsmedel. Varje barn berättar vad de hittat och argumenterar högt tillsammans om vad de funnit. En flicka frågar: "Vad är det för något du hittat? Är det också ett äpple?"

Barnen kom med nya inlägg i diskussionerna likväl som att de uttryckte nya idéer. Dessutom gav de pedagogiska verktygen möjlighet för barnen att berätta och förklara för varandra hur deras inlägg i diskussionerna skulle uppfattas vilket därmed bidrog till att de gav varandra tips samt visade på alternativa lösningar i aktiviteterna. Således tycks även barnens vilja att bidra med sina kunskaper till de andra barnen vara en källa till delaktighet kring mat under domänen samhandling. Detta belyses nedan genom en situation vilken uppstod i samband med de pedagogiska verktygen:

Barnen sitter ner och målar. En pojke visar sin teckning och förklarar: "Det här är en sol och här är grundvatten och en morot i jorden. Sol och vatten behövs för det ska växa!" (se bilaga 4)

Analysen antyder även att samhandling påverkas av vuxnas närvaro. Resultatet visar att barns deltagande kring mat kan ökas genom vuxna individers bidrag av uppmuntran i aktiviteterna. För somliga barn tycktes således stöd från vuxna vara av betydelse för skapande av delaktighet i samhandling kring mat då de rådde tveksamhet hos dessa barn i aktiviteterna. Detta genom att de vuxna gav alternativ på hur barnen kunde lösa uppgiften. Betydelsen av de vuxnas roll i aktiviteterna belyses av ett exempel nedan:

Nästan alla barn pratar direkt om vad de ska måla. En pojke väntar länge innan han börjar och tittar runt på vad de andra målar. När försöksledaren förklarar att man kan rita även det som mat kommer ifrån säger pojken: "En ko, en ko ska jag måla för därifrån kommer mjölk och ost"

Delaktighet kring mat och hälsosamma matvanor i form av samhandling visar sig genom ovanstående situationer. Samhandling tycks uppstå då barnen får möjlighet att interagera med varandra, delge sin kunskap samt då en vuxen finns närvarande som stöd i aktiviteten.

Engagemang

I studiens resultat framkom sju olika underkategorier under domänen engagemang utifrån de situationer vilka uppstått under de observerade fokusgrupperna. Utifrån jämförelse av likheter och skillnader mellan dessa underkategorier sammanställdes därefter tre kategorier. För underkategorier och kategorier se tabell 5.

Tabell 5 Underkategorier samt kategorier ur domänen engagemang beskrivs.

| Underkategori | Kategori |
|---------------------------------------|--|
| Förmåga att uttrycka genom fantasi | Personlig association i diskussion kring mat |
| Mat kopplas till lek | |
| Fantasi skapar reflektion | |
| Nyfikenhet | Vilja delta gemensamt i aktiviteten genom nyfikenhet |
| Nyfikenhet skapar samarbete | |
| Berättar och förklarar | Engagemang genom bidrag av kunskap |
| Eftertänksamhet frambringar kunskaper | |

Resultatet visar att barnen under aktiviteterna, vilka uppkom till följd av de pedagogiska verktygen, kopplade matämnet till egna tankar, lekar och fantasier. Barnen uttryckte sig flera gånger under diskussionerna om mat genom att associera till något personligt och bidrog

därmed till vidare diskussion samt reflektion från andra barn. Nedan följer ett exempel på detta:

Vid ett tillfälle då barnen ska måla i övningen Vad är mat? berättar en pojke vad han målar och säger: "En gubbe av mat är det här, håret är spaghetti och ögonen av köttbullar" Han skrattar högt tillsammans med två andra barn som kollar på hans målning. (se bilaga 4)

Till följd av detta tycks alltså engagemang kring mat skapas då barnen själva får associera till något personligt. Detta då målningen, och därigenom yttrandet, framkom i samband med att pojken pratade om sin favoriträtt.

Resultatet av studien visar även att barnen bär på kunskap om mat samt att de vill bidra med denna till andra. Barnen var tydliga med att berätta och förklara vad de kunde om de olika livsmedlen, när de skulle ätas, hur de skulle ätas och så vidare. Några av barnen lyssnade under en längre tid och uttryckte att de ville fundera på vad de trodde eller tyckte om det som diskuterades. Rum för eftertänksamhet visade sig således underlätta för dessa barn som sedan bidrog med idéer och kunskap kring ämnet. Nedan beskrivs en situation vilken belyser ett barns vilja att bidra med sina kunskaper om mat:

Flera av barnen vill snabbt ha nya papper att rita på då de anser sig färdiga med målningen. Försöksledaren berättar att man kan måla vart maten kommer från. En pojke funderar och säger sedan: "En sol ska jag måla då, det behövs för att grönsakerna ska växa" Pojken målade sedan gräs, sol, vatten och en morot och förklarade att allt det behövdes.

Ur studiens resultat framgår även barns vilja att delta i de olika aktiviteterna, framförallt genom visande av nyfikenhet inför samt under aktiviteterna. Nyfikenheten bidrog även vid flera tillfällen till att samarbete barnen emellan utvecklades. Exemplet nedan beskriver ett sådant tillfälle:

Under skattjakten letar barnen i tur och ordning efter tyglivsmedel. När det är någon annans tur att leta i skattjakten hjälper de barn som sitter och väntar till med att glatt ropa och peka var barnen kan leta för att hitta. En pojke säger då: "Titta jag ser en banan i gardinen!"

Engagemang kring mat och hälsosamma matvanor visade sig uppstå genom ovanstående situationer. Resultatet visar således att engagemang påverkas av barnens möjlighet till personliga associationer samt att de tillåts bidra med sin kunskap. Utöver detta är det även av betydelse att nyfikenhet skapas hos barnen då detta engagerar dem att delta i aktiviteten.

Autonomi

Analysen bidrog till sju underkategorier vilka presenteras i resultatet under domänen autonomi. Dessa underkategorier jämfördes och sammankopplades sedan i tre övergripande kategorier (se tabell 6).

Tabell 6 Underkategorier samt kategorier ur domänen autonomi beskrivs.

| Underkategori | Kategori |
|--|--|
| Önskan om att vara oberoende | Vilja bidra med sin individuella kunskap för att stärka sin autonomi |
| Skiljda åsikter mellan barnen | |
| Barnen blir aktiva deltagare genom stöd av vuxna | Vuxnas roll i fördelning av ansvar mellan samtliga deltagare |
| Barnen vill vara självständiga | |
| Barnen inspireras av tidigare aktivitet | Nya idéer skapas kring mat genom barnens fantasi |
| Barnen gör egna kopplingar till erfarenheter | |

Som tidigare nämnts belyser resultatet att barnen ville bidra med sina kunskaper, dock uttryckte även flera barn önskan om att genomföra aktiviteterna oberoende de andra barnen. Det framkom även att barnen hade olika åsikter i diskussionerna samt att de tillsammans bidrog till att diskussionen belystes ur fler synvinklar. I följande situation belyses hur barnens olika åsikter kunde framstå:

Efter att alla barn fått möjlighet att individuellt hitta ett livsmedel i skattjakten återsamlas barnen i ringen. Varje barn får berätta först vad de hittat varpå de andra barnen får kommentera detta. En flicka säger: "Jag har hittat en jordgubbe! Det är en sommarfrukt". Försöksledaren frågar om de andra håller med varpå en flicka säger: "Nja, är det inte ett bär?"

Vid några tillfällen fick barnen möjlighet att påverka aktiviteternas utformning exempelvis genom att de gemensamt kom fram till nya regler utifrån vuxnas vägledning. Följande situation belyser detta:

Alla vill säga något och det blir rörigt när flera vill prata mycket samtidigt. Försöksledaren säger då: "Nu ska vi inte prata i mun på varandra." Barnen bestämmer då att man får räcka upp handen så alla får möjlighet att prata om de vill.

Resultatet visar således att barnens autonomi i vissa sammanhang förstärktes av vuxnas närvaro.

Studien belyser att barnen använder sin fantasi för att göra egna kopplingar till erfarenheter kring mat. Barnens fantasi och autonomi visades även genom att det gjorde kopplingar till de pedagogiska verktygens samverkan vilket visade sig framför allt genom att barnen inspirerades av *Skattjakten* då de genomförde aktiviteten *Vad är mat?* Detta sammanstrålade de två övningarna och visade på dess relevans till varandra samt att de i kombination kunde öka barnens delaktighet. Således skapades utvecklade reflektioner kring mat. Nedanstående situation beskriver hur koppling mellan de pedagogiska verktygen kunde framstå:

Vissa barn väljer att måla som sin kompis, andra väljer att måla det de hittade under skattjakten. En pojke säger: ”jag ska måla brödet som jag hittade i skattjakten!”

Sammanfattningsvis visar resultatet att barnen blir delaktiga genom autonomi då de får bidra med individuell kunskap, kan ta stöd hos en vuxen vid behov samt då de får möjlighet att göra egna kopplingar genom att deras fantasi inte begränsas.

Erkännande

Till domänen erkännande sammanfattades åtta olika underkategorier från olika situationer vilka sedan sammanställdes till tre kategorier. För koder och kategorier se tabell 7.

Tabell 7 Underkategorier samt kategorier ur domänen erkännande beskrivs.

| Underkategori | Kategori |
|--|--|
| Bekräftelse av andras åsikter | Vilja bidra med sin kunskap för att bli erkänd av omgivningen |
| Gehör | |
| Barnen argumenterar för sina åsikter | |
| Associerar till vardag | Erkännande eller icke erkännande genom associering till hemmamiljö |
| Belyser likheter i vardagen | |
| Belyser olikheter i vardagen | |
| Bekräftelse | |
| Vuxnas roll för erkännande mellan barnen | Vuxnas roll för erkännande mellan barnen |

Resultatet visar att barnen i flera fall hade olika åsikter om livsmedel eller andra matrelaterade aspekter vilket skapade argumentation samt oenighet. En sådan situation beskrivs nedan:

En pojke har hittat en korb under skattjakten och är bestämd över att man kan äta den till frukost. De andra barnen håller inte med. En flicka menar att korb ska ätas varm, och att varm mat äts till middag. När pojken förklarar att man kan ha korb på smörgåsen övertalas de flesta andra barnen att korb kan ätas till frukost och håller med pojken i hans åsikt.

Således tycks barns vilja att bidra med kunskap viktig även för domänen erkännande. Detta genom att barnen vid vissa tillfällen fick sina åsikter bekräftade medan de vid andra tillfällen behövde argumentera för att få gehör

Under diskussioner kring mat hänvisade flera barn upprepade gånger till sin vardag. Även under sådana diskussioner uppstod ibland oenigheter mellan barnen då olikheter kring mat i vardagen uppdagades. Detta kunde handla om vad barnen åt till frukost, när olika måltider inföll under dagen etcetera. Även likheter i vardagen uppstod vilket också skapade diskussion och delaktighet kring matämnet men även bidrog till bekräftelse genom att något bekant kunde urskiljas i det som sades. Följande situation illustrerar hur en flicka associerar det som diskuteras till sin hemmamiljö:

En flicka säger i en diskussion som förs kring grönsaker att: ”Morötter finns i Sverige, i landet” En annan flicka instämmer och säger: ”Usch ja, morötter. Det har jag fått nog av, det växer hemma”

Således visar resultatet att barnens vardag och hemmamiljö associeras till studiens aktiviteter och därigenom skapar delaktighet kring mat.

För domänen erkännande visar sig också att vuxnas roll i aktiviteterna är betydelsefull. Vuxnas roll kan exempelvis framstå som stöd till de barn vilka förhåller sig mer passiva under aktiviteterna än andra barn. Nedan exemplifieras detta:

När en pojke vill berätta för de andra vad han hittat för livsmedel pratar de andra barnen om annat eller fokuserar på vad de själva hittat. Pojken slutar berätta varpå försöksledaren frågar barnen om hörde vad pojken sa. Barnen blir tysta varpå en av dem säger: ”Japp, Kalle² sa att det är en frukt, och det är det ju” Pojken fortsätter då att prata om sitt livsmedel.

Således visar resultatet att en vuxens roll i sammanhanget ibland kan vara avgörande för om barnen erkänns för det de säger och därigenom huruvida delaktighet kring mat och hälsosamma matvanor uppstår bland barnen eller inte. Sammanfattningsvis visar studiens resultat att delaktighet genom erkännande kan uppstå då barnen bidrar med sin kunskap för att bli erkänd av omgivningen, associerar till sin hemmamiljö samt då stöd ges från en vuxen.

Intervju

Intervjun med förskolegruppens medverkande förskolelärare genomfördes med stöd ur framarbetad intervjuguide (se bilaga 3) med syfte att besvara studiens sista frågeställning *Hur uppfattas de pedagogiska verktygen av förskolelärare?* Förskoleläraren iakttog under den observerade fokusgruppen. Nedan beskrivs de för studien mest relevanta resultat vilka framkom genom intervjun och sammanfattas även i tabell åtta.

Tabell 8 Tabellen visar en sammanfattning av studiens mest väsentliga resultat från intervjun i förhållande till en av studiens frågeställningar

| Hur uppfattas de pedagogiska verktygen av förskolelärare? |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Verktygen uppmärksammar förståelse och kunskap kring mat.• Förskoleläraren belyser betydelsen av barns delaktighet i arbete med matämnet.• Verktygen låter barnen prata om mat på sitt sätt• Verktygen delaktiggör barnen i matämnet• Verktygen kan appliceras i förskolan• Verktygen kan återskapas i förskola, speciellt <i>skattjakten</i>• Verktygen måste varieras och anpassas utefter ålder |

Uppfattning av verktygen för skapandet av delaktighet kring mat

Förskoleläraren berättade att denne såväl som barnen uttryckt stor spänning och förväntan inför deltagandet i studien. Följande citat belyser förskolelärarens helhetsbild av genomförandet: *Innehållet var bra och genomtänkt. Reflektionerna som barnen hade om mat under lekarna var intressanta.* Vidare uttrycktes att barnen besatt mer kunskap kring matämnet än förväntat, men att det via de pedagogiska verktygen även framkom att det är mycket barn förstår kring mat, och som därav måste uppmärksammas.

² Namnet ”Kalle” är en pseudonym

Under intervjun framkom uppfattning om att de pedagogiska verktygen tydligt skapade delaktighet kring mat på ett givande sätt. I synnerhet påpekades betydelsen av att dialog ständigt fördes med barnen snarare än att envägskommunikation uppstod. Det poängterades exempelvis att barnen självmant förde vidare diskussion om det verktygen från början var centrerade kring. Utöver detta uttrycktes betydelsen av att låta barnen prata om mat på sitt sätt då det vid sådana tillfällen skapar stor delaktighet kring ämnet. Detta menade förskoleläraren var ett gott tecken på att delaktighet kring matämnet skapats. Under intervjun påpekade förskoleläraren dessutom att det är bra om barnen får vara med mer och se och lära om mat vilket följande citat illustrerar: *Det finns mycket att arbeta med när det gäller mat och barn, det är ett viktigt ämne och bra material är alltid till stor hjälp.*

Verktygen som läromedel i förskolan

Förskoleläraren påpekade under intervjun att reflektioner kring mat borde uppmärksammas mer i förskolan men poängterade samtidigt att konversationer kring mat ofta sker vilket följande citat belyser: *Vi pratar ju ganska mycket om mat eftersom vi har både fruktstund, mellanmål och lunch på förskolan.*

Förskoleläraren menade vidare att de pedagogiska verktygen synnerligen kan appliceras i förskolans verksamhet för att främja hälsosamma matvanor och hänvisade speciellt till *Skattjakten* vilken hon menade också gav barnen möjlighet att reflektera kring olika måltider. Vidare poängterades tillgängligheten för användande av detta verktyg i förskolan genom att materialet kan tas med hemifrån. Dock påpekades att ytterligare djupare konversationer om mat kunde ske med de äldre barnen samt betydelsen av att anpassa samtalen kring mat med åldern. Detta uttryckte förskoleläraren enligt följande: *Med de äldre barnen kan man prata lite mer till exempel om näringsämnen, att man inte bara ska äta potatisen och så.* En aspekt vilken förskoleläraren menade var av betydelse att tänka på för användande av verktygen i förskolan var att variera ofta så att varje övning inte tilldelas för lång tid. Detta då barnen, enligt förskoleläraren, behöver variation och annars lätt tröttnar. Utifrån intervjun kan ovanstående frågeställning besvaras genom att de pedagogiska verktygen av förskoleläraren uppfattas som bidragande till delaktighet kring mat och hälsosamma matvanor. Utöver detta belyses även möjlighet till att använda sådana pedagogiska verktyg som läromedel i förskolan samt betydelsen av att ta hänsyn till barnens ålder och mognad.

De kategorier vilka framkommit ur resultatet från samtliga fyra domäner utmynnade slutligen i tre övergripande teman vilka skildrar de mest väsentliga resultat som framgått ur studien (se tabell 9). Dessa diskuteras under rubriken resultatdiskussion där de även sätts i relation till förskolelärarens uppfattning av de pedagogiska verktygen.

Tabell 9 ger en överblick av de tre teman vilka framkommit utav studiens resultat.

| TEMAN | | |
|---|---|--|
| Nyfikenhet bidrar till att barn delar med sig av kunskap om mat | Vuxna har en betydande roll för barns delaktighet kring mat | Fantasi tar stor plats i barns interaktion med mat |

Diskussion

Nedan diskuteras möjligheter, svårigheter och svagheter gällande studiens observerade fokusgrupper, urval, intervju, teoretiska anknytning samt kvalitativa innehållsanalys. Dessutom diskuteras trovärdighet samt överförbarhet. I resultatdiskussionen diskuteras studiens resultat i relation till tidigare forskning.

Metoddiskussion

De pedagogiska verktygen anpassades för rådande målgrupp för att öka tillförlitligheten för verktygens funktion i skapandet av delaktighet. Genom detta kunde dessa även kopplas till förskolans idé om att leken är viktig och att barnen ges möjlighet att uttrycka och arbeta med upplevelser, tankar och erfarenheter genom samspel, samtal och reflektion (Skolverket, 2010a) och därmed tillgodose förskolebarns förutsättningar. Således styrks genomförandet av att anpassa verktygen från ursprungskonstruktionen till de som används i denna studie. Under den observerade fokusgruppen användes en observationsmall som ibland kräver tolkning från observatören vilket fordrar erfarenhet (Bryman, 2011). Då observatören i denna studie inte har sådan erfarenhet kan resultatet påverkats negativt. För att minimera risken för feltolkning var därför samma person observatör under pilotstudie såväl som datainsamlingstillfället.

I studiens början diskuterades även möjligheten att använda videoinspelning vid observationen. Dock menar Vetenskapsrådet (2011) att det kan inkräkta på deltagarnas integritet på grund av möjlig identifiering av deltagare. Av denna anledning bör det därför endast användas om samma resultat inte kan uppstå med andra datainsamlingsmetoder. I denna studie skedde observering därför endast genom fältanteckningar. Pilotstudien fastslog även att denna metod var fullt tillräcklig och videoinspelning uteslöts därför.

Det empiriska materialet omfattade endast barn med respektive förskolelärare. Dock anses barns föräldrar ha stor inverkan på barnens preferenser och mönster för mat. Exkludering av föräldrarna i studien kan därför påverka resultatet negativt. På grund av att studien dels måste avgränsas, dels att syftet betonar förskolan som arena samt att barn även till stor utsträckning påverkas av andra vuxna i sin omgivning (exempelvis läraren) (Zarnowiecki, Dollman & Sinn, 2011), valdes föräldrarna trots ovanstående argument att exkluderas i studien. För att inte helt utesluta de vuxnas perspektiv inkluderades förskoleläraren i en fokuserad intervju.

Intervjun vilken genomfördes efter den aktuella timman var ansikte mot ansikte. Detta är fördelaktigt då det underlättar för forskaren att upptäcka eventuella oklarheter och tveksamheter hos intervjupersonen. Vidare bidrar detta till att intervjumaterialet blir mer tillförlitligt då möjlighet finns för förtydligade samt följdfrågor. Nackdelen med en sådan intervju är dock att intervjupersonen kan påverkas av forskaren och rådande stund samt därför ge missvisande svar. För att öka trovärdigheten av att intervjun skulle svara på studiens sista frågeställning utgicks intervjun från en intervjuguide. Den fanns även som stöd för undersökaren att täcka det område vilket var relevant för studiens syfte. En nackdel med intervjuguide är dock att risken finns att den styr intervjupersonen i för hög utsträckning. Detta kan hindra alternativa idéer i dennes svar och på så sätt motstrida den kvalitativa utgångspunkt vilket denna studie har genom att till viss del mörka intervjupersonens egna uppfattningar (Bryman, 2011). Därför utformades intervjuguiden i denna studie endast utifrån öppna frågor vilka inte var ledande. Intervjun möjliggjordes då observationen var av öppen karaktär vilket innebar att intervjupersonen var medveten om vad som observerades samt att denne var närvarande då observationen utfördes (Hassmén & Hassmén, 2008).

Trots att studien endast omfattar ett fall, det vill säga endast en förskolegrupp, anses att möjlighet finns till överförbarhet i annan kontext. Detta då datainsamlingen filtrerats genom en befäst teori vilken sedan tidigare är framtagen för observation av delaktighet i förskolans verksamhet. Därmed är teorin uppbyggd för att konkretisera delaktighetsbegreppet utifrån förskolans verksamhet med avseende på dess riktlinjer och praktik (Melin, 2009). Datainsamlingen är därför inte endast uppbyggd på undersökarnas egen tolkningsförmåga utan filtreras genom teorin. Detta stärker även studiens konfirmering och ökar trovärdigheten för att studiens resultat inte påverkats av undersökarens egna värderingar på ett skevt sätt (Bryman, 2011). Teorin är i första hand framtagen för att öka delaktighet bland elever med funktionsnedsättning. Dock lyfter specialpedagogiska skolmyndigheten (2012) att teorin är generell och skildrar villkor för delaktighet för samtliga människor. Därav är teorin även relevant för denna studie. I denna kandidatuppsats studeras inte förskolan som helhet och verksamhet utan studien grundar sig endast i de handlingar som sker i den aktivitet som de pedagogiska verktygen skapar. De två aspekter vilka exkluderats i denna studie anses med fördel användas i ett bredare sammanhang eller i större omfattning och i denna kandidatuppsats anses det svårt att tolka och analysera dessa aspekter till följd av detta och de har därav exkluderats.

I studien observerades fokusgrupper under vilka flertalet situationer uppstod. Då kvalitativ innehållsanalys grundar sig på tolkning är studiens resultat baserad på tolkningar av de situationer vilka uppstod under den observerade fokusgruppen. Tolkning av texter kan vara problematiskt då tolkaren påverkas av dennes personliga förutsättningar och erfarenheter. Å ena sidan är det oundvikligt att som tolkare inom kvalitativ forskning inte införliva resultaten med egna perspektiv. Å andra sidan måste tolkaren analysera texten utan att tillskriva den mening vilken inte finns där (Graneheim & Lundman, 2003). Under tolkningsprocessen arbetade författarna tillsammans vilket bidrog till två synvinklar av de texter vilka tolkades vilket styrker tillförlitligheten av resultatet. Under denna process ansträngde sig båda författarna för att utlämna egna värderingar. Även detta är av betydelse för att inte påverka studien på något avgörande sätt och därigenom riskera resultatets tillförlitlighet. De steg vilka omfattar den kvalitativa innehållsanalysen i denna studie har i metoden konkret beskrivits i olika steg vilket underlättar eventuell överföring, det vill säga så att studien kan appliceras i andra kontexter (Bryman, 2011). Kvalitativa innehållsanalys kritiserar i vissa fall på grund av att de är ateoretiska och att fokus därför läggs på det som går att mäta snarare än det som är av teoretiskt intresse. Detta behöver dock inte alltid vara fallet (Bryman, 2011) och i denna studie grundas analysen på teorin om delaktighetsbegreppets aspekter vilka även genom de fyra domänerna är utgångspunkt i analysprocessen.

Resultatdiskussion

Förskolan har som uppdrag att skapa grund för livslångt lärande hos barnen. Läroplanen belyser även att barnen ska få ta ställning och reflektera kring livsfrågor som rör deras vardag (Skolverket, 2010a). Mat är en påverkande faktor för barns hälsa, (Brembeck et al. 2010) och därmed deras vardag. Då en tredjedel av dagens måltider förtärs på förskolan (Sveriges riksdag, 2013), samt betydelsen av att insatser för främjande av hälsosamma matvanor och hälsa sker i tidig ålder är stor (Kandiah & Jones, 2010), är det relevant att diskutera huruvida förskolebarn får möjlighet att delta i diskussion samt reflektion kring mat. Att det inte finns några formella mål för att förskolebarn ska lära sig om samt vara delaktiga i hälsa i relation till mat gör ämnet väsentligt att arbeta med. Denna studie har visat på praktiska sätt att främja förskolebarns hälsa genom deltagande i lekar, diskussioner och reflektioner kring hälsosamma matvanor. Detta genom att delaktighet kring mat kunnat uppstå bland förskolebarnen med

hjälp av de pedagogiska verktygen. Nedan diskuteras de teman vilka framkommit ur studiens resultat samt hur de kan bidra till främjande av barns hälsa. Utöver det diskuteras svårigheter med studien samt möjlighet för de pedagogiska verktygen att appliceras som läromedel i förskolan.

Nyfikenhet bidrar till att barn delar med sig av kunskap om mat

Resultatet från denna studie har visat att de pedagogiska verktygen kan bidra till att barnen delger sina åsikter och kunskaper till varandra. Samtidigt visas att barnen, genom att de pedagogiska verktygen skapat nyfikenhet, delaktiggjorts i diskussion och reflektion tillsammans kring mat och hälsosamma matvanor. Detta genom att de berättat och förklarat, visat samt givit tips till varandra utifrån erfarenhet och kunskap. Även förskoleläraren påpekade under intervjun att barnen genom de pedagogiska verktygen visade sig besitta mycket kunskap kring mat. Diskussion samt reflektion utifrån upplevelse kan bidra till att barnen tar till sig kunskap i större utsträckning (Skolverket, 2010a) vilket stärker de pedagogiska verktygens verkan i att införliva kunskap hos barnen. Skolverket (2010a) menar att lärandet dessutom blir allsidigt och sammanhängande då det sammanflätas av ett tema. I studien var de pedagogiska verktygen anknutna till temat ”mat och hälsosamma matvanor”.

Enligt förskoleläraren var det positivt att lekfulla former användes, och även enligt Skolverket (2010a) anses lek vara en viktig aspekt i barns lärande då de tar till sig kunskap på detta vis. I denna studie visades att barnen genom de pedagogiska verktygens bidrag till lek kunde lära varandra om mat. Vidare menas även att lek kan bidra till barns utveckling (Skolverket, 2010a) vilket stärker det faktum att de pedagogiska verktygen utformats med lekfullhet. Två viktiga aspekter som förskolans läroplan förespråkar kan alltså praktiseras genom de pedagogiska verktygen; 1)bidragande till lekfullhet som skapade nyfikenhet hos barnen, 2) nyfikenheten delaktiggjorde barnen i reflektion och diskussion. Genom de två pedagogiska verktygen visar alltså resultatet att barnen har mycket kunskap som de gärna delger sina kamrater vilket skapar reflektion och diskussion kring mat och hälsosamma matvanor. Resultatet av denna studie visar att förskolebarn i hög grad kan vara delaktiga och samtidigt lära av varandra kring mat. Trots det finns ingen formell utbildning kring matämnet i förskolans läroplan (Skolverket, 2010a)

Mat anses ha stor betydelse för barns hälsa och förståelse samt kunskap om hälsosamma matvanor är väsentligt för att främja god hälsa (Livsmedelsverket, 2014). För Sveriges folkhälsa finns även ett övergripande mål om att skapa förutsättningar för hälsa i hela befolkningen (Folkhälsomyndigheten, 2014) Därav stöds relevansen av att de pedagogiska verktygen anses kunna bidra till att barnen införlivar kunskap om mat. Dels genom att de lär varandra, dels genom att verktygen är utformade för att stimulera lärande. Kunskap om mat vilken införlivas i tidig ålder anses dessutom kunna påverka framtida matval (Zarnowiecki, Dollman & Sinn, 2011) vilket även det tyder på relevans av att låta förskolebarn delta i övningar som genom nyfikenhet och lek skapar reflektion och diskussion kring mat. Detta kan vidare bidra till ökad inläring (Skolverket, 2010a) kring matämnet och på så vis ge bättre förutsättningar för god hälsa.

Fantasi tar stor plats i barns interaktion med mat

Resultatet av denna studie visar att barns fantasi spelar en stor roll i deras interaktion med mat. Detta genom att de i aktiviteterna via association till fantasier, tankar och lekar får ökat intresse för aktiviteten. Ett starkt intresse för en specifik aktivitet kan definieras som engage-

mang och delaktighet kan därför ses som engagemang i olika situationer (Melin, 2009). Därav anses de pedagogiska verktygen kunna bidra med delaktighet genom att barnens engagemang till aktiviteten ökade då deras fantasi inte begränsades vilket därigenom frambringade reflektion kring ämnet. Resultatet visar att engagemang skapades genom att barnen fick möjlighet att uttrycka sig genom sin fantasi till följd av att fantasin skapade reflektion. Resultatet tycks även påvisa att barnen blev engagerade då matämnet kopplades till lek. Även förskoleläraren poängterade under intervjun betydelsen av att de pedagogiska verktygen tillät barnen att prata om mat på sitt sätt samt att lekfulla former användes. Detta kan associeras till förskolans läroplan vilken poängterar att barns idéer ska uppmärksammas samt att detta kan ske genom många olika uttrycksformer, exempelvis lek (Skolverket, 2010a).

Förskolans läroplan omfattar, som skrivet tidigare, inte formell undervisning gällande mat och hälsosamma matvanor men belyser barnens rätt att vara delaktiga i livsfrågor som rör deras vardag. Samtidigt belyser läroplanen att delaktighet ska grundläggas i förskolans läroplan (Skolverket, 2010a). Delaktighet kring mat medför positiva effekter. Detta genom att det dels kan bidra till ökade möjligheter för barn att agera för att förbättra sin hälsa (Brembeck et al., 2010), dels att delaktighet i inlärningsprocessen kan bidra till att barnens kunskap blir mer hållbar (Zarnowiecki, Dollman & Sinn, 2011). Dessutom framstår det som en rättighet för barn att få vara delaktiga i frågor som rör dem (Unicef, 2009), vilket tyder på att det är av stor vikt att arbete med delaktighet utökas. Därav är resultatet från denna studie vilket belyser fantasins inverkan på engagemang och därigenom barnens delaktighet kring mat ytterst intressant. Att fantasin samtidigt bidrog till att barnen kopplade samman sina reflektioner kring mat med lek visar att de positiva effekterna av detta får ytterligare ett plan. Detta genom att det kopplas till förskolans läroplan vilken belyser vikten av lek i samband med inläring (Skolverket, 2010a).

De pedagogiska verktygen i denna studie bidrog till att barnen i stor omfattning gjorde egna associationer till det som diskuterades eller sades. En tydlig association vilken uppstod genom barnens fantasi var den till deras vardag vilket också poängteras i förskolans läroplan som barns möjlighet att ta ställning i frågor vilka påverkar deras vardag (Skolverket, 2010a). Under genomförandet av de pedagogiska verktygen diskuterades flera miljöer där barn möter mat samt budskap om mat varav en återkommande är deras hemmiljö. Barns lärande om mat och hälsosamma matvanor påverkas utav hemmiljön genom föräldrarna (Zarnowiecki, Dollman & Sinn, 2011). Därav är det av vikt att de pedagogiska verktygen även skapar diskussion kring andra arenor än förskolan vilket resultatet visat är fullt möjligt. Framlyftande av barns fantasi och personliga associationer visar sig genom denna studie alltså vara en betydelsefull faktor för att skapa delaktighet och lärande kring mat bland förskolebarn.

Sammanfattningsvis kan sägas att pedagogiska verktyg vilka inte begränsar barnens fantasi kan bidra till att de blir mer engagerade och därigenom ökad delaktighet. Detta för att fantasin kan bidra med nya reflektioner, associationer, lek och alternativa uttrycksformer i lärandet. Resultatet belyser alltså återigen att det genom enkla medel är fullt möjligt att introducera aktiviteter om mat och hälsosamma matvanor redan i förskolan och inte endast i skolan där denna utbildning i nuläget är förlagd (Skolverket, 2014a). Detta belyser även det faktum som studier visar, det vill säga att hälsofrämjade insatser bör prioriteras bland yngre barn (Zarnowiecki, Dollman & Sinn, 2011; Kandiah & Jones, 2010).

Vuxna har en betydande roll för barns delaktighet kring mat

Barnens självständighet under användandet av de pedagogiska verktygen visade sig vara betydelsefull för skapandet av delaktighet och lärande kring mat. Zarnowiecki, Dollman & Sinn (2011) menar exempelvis att barns delaktighet i inlärningsprocessen gör informationen mer hållbar, något som även förskoleläraren poängterade under intervjun. De pedagogiska verktygen lät barnen agera relativt självständigt genom att de fick bidra med individuella reflektioner och idéer. Försöksledaren förhöll sig därför ofta medvetet i bakgrunden för att främja barnens interaktion med varandra i diskussionerna kring matämnet. I FN:s konvention om barns rättigheter beskriver artikel tolv betydelsen av att låta varje barn vara delaktigt samt ha inflytande (Unicef, 2009) vilket anammades i denna studie. Genom detta framkom att förskolebarnen i studien, som tidigare nämnts, hade mycket att dela med sig av om vad gäller mat, något som även förskoleläraren poängterade. Förskolebarnen i studien visade på förståelse för mat i relation till hälsa vilket även förskoleläraren menade var viktigt att uppmärksamma i större utsträckning än vad som idag görs. Melin (2009) poängterar att barns delaktighet är viktigt vilket också framgår i förskolans läroplan. Detta genom att varje barns rätt till att ta egna beslut utifrån egna förutsättningar framhålls samt att deras idéer ska uppmärksammas och användas så att de lär sig om hur de kan påverka sin situation (Skolverket, 2010a). Till följd av detta tycks den vuxna i sammanhanget spela en betydande roll för barns delaktighet kring mat genom att förhålla sig passiv.

Dock visar studiens resultat samtidigt att de pedagogiska verktygen inte ständigt delaktiggjorde samtliga förskolebarn. Några av förskolebarnen förhöll sig mer passiva och i dessa sammanhang visade sig återigen den vuxnes roll betydande för ökad delaktighet genom intagande av en mer aktiv roll. Detta genom att försöksledaren ställde frågor till eller specifikt uppmärksammade dessa barn. Hillén (2013) menar att delaktighet i praktiken inte alltid är självklar utan att det ofta krävs vissa ramar för att det ska uppstå. Specialpedagogiska skolmyndigheten (2012) hävdar dessutom att delaktighet kan ha en individuell betydelse. Att vissa barn behöver vägledning från en vuxen för att bli delaktiga tycks därav naturligt. Hillén (2013) menar att det alltid måste avvägas hur ansvaret mellan parter i olika sammanhang fördelas samt att barn, trots att de kan fatta egna beslut, ofta inser att expertens stöd är behövt. Experten i denna studie kan således vara försöksledaren vilken interagerar med barnen under aktiviteterna. I ett naturligt sammanhang där de pedagogiska verktygen kan användas är det därmed förskoleläraren som får agera expert.

Det bör dock tas till hänsyn att den vuxnes vägledning inte ska ta för stor plats i aktiviteterna. Detta för att undvika att barnen påverkas av den vuxnes eventuella värderingar eller tankar kring matämnet som diskuteras. Zarnowiecki, Dollman & Sinn (2011) poängterar att barns preferenser för mat till stor del påverkas av vuxna människor genom att de tar efter vad som sägs samt görs. Här kan en etisk intressant fråga belysas, om vuxna som ledare ska vägleda och knyta diskussionerna om mat till hälsosamma matvanor eller inte. I aktuell studie upplevde försöksledaren att det förekom en balansgång mellan att styra barnens diskussioner om mat mot hälsosam mat och samtidigt låta de behålla sin autonomi i aktiviteten så att delaktigheten på så vis inte förlorades. Således tycks de pedagogiska verktygen i vissa fall uppmuntra delaktighet kring mat generellt och inte alltid till specifikt hälsosam mat. Dock belyser studier betydelsen av att låta barnen ge sina uppfattningar, i detta fall om vad hälsosam mat är, för att utbildning som syftar till hälsa ska ge goda resultat (Brembeck et al., 2010). Således kan det faktum att barnen inte alltid styrdes att diskutera den uppfattning kring hälsosamma matvanor som försöksledaren hade, verka positivt för införlivande av ny kunskap. Enligt Zarnowiecki, Dollman & Sinn (2011), är barns uppfattning om hälsosamma matvanor till stor del influerade

av föräldrar, media och övrig uppväxtmiljö, vilket gör denna etiska balansgång till en viktig aspekt att lyfta i pedagogisk verksamhet om mat och hälsa.

Utifrån vår studie har hänsyn tagits till att barn kan ha varierande uppfattningar om vad hälsosamma matvanor är och det var således av intresse att ta del av barnens uppfattningar i diskussion under aktiviteterna. Melin (2009) menar att en ledare som både har en roll i gruppen samt ansvar för processen måste manövrera dubbla roller. Vidare menas att det är av stor betydelse att med den makt som ledaren har också kunna beakta barnens skiljda förutsättningar, kunna samspeka med samt ha förståelse för dem. Det visar sig alltså av betydelse att som vuxen vara medveten om sin roll i så väl passiv som aktiv form för skapandet av delaktighet och lärande kring mat och hälsosamma matvanor.

Sammanfattningsvis kan sägas att införandet av formell undervisning kring mat och hälsosamma matvanor i förskolan är av värde, dels genom resultat från genomförandet av de pedagogiska verktygen, dels genom uttalandet från förskoleläraren under intervjun. Samtidigt belyser resultatet att vuxna spelar en viktig roll i barns delaktighet och lärande kring mat och hälsosamma matvanor. Dessutom belyses vikten av att förskolelärarna är medvetna om denna betydande roll för att barns delaktighet och lärande kring mat ska öka. Slutligen kan sägas att införande av sådana övningar i förskolan medför ett flertal positiva effekter, dock ställs även krav på förskoleläraren om dessa positiva effekter ska uppnås.

Studiens svårigheter

I studiens bakgrund klargörs att det finns en skillnad mellan delaktighet och deltagande vilka i många fall annars bedöms ha samma betydelse. Vidare belyses att delaktighet kan skapas som följd av deltagande men att det dock inte alltid sker (Hillén, 2013). Eftersom att barnen deltog under förlagd förskoletid deltog samtliga barn i övningarna och detta deltagande bidrog i flera fall till delaktighet hos barnen. Dock varierade delaktigheten något mellan de olika barnen och delaktigheten var högre hos somliga. Detta kan kopplas till den idé vilken Hillén (2013) beskriver, att deltagande inte alltid följs utav delaktighet. Barnen deltog i aktiviteterna, men delaktigheten varierade. Dock bör nämnas att delaktigheten aldrig var fullständigt frånvarande hos något av barnen. Således kan deltagande vilket skapas utan frivillighet ha viss inverkan på huruvida delaktighet uppstår eller inte.

Under de observerade fokusgrupperna framkom att samtliga barn inte blev delaktiga i båda de pedagogiska verktygen. Således blev detta en svårighet med studien då den hade för avsikt att skapa delaktighet i hela gruppen. En anledning till svårigheten kan vara att intresset för det område som diskuterades, det vill säga mat, inte fanns. Saknas intresse för en specifik uppgift är risken också stor att engagemanget minskar då detta enligt Melin (2009) hänger samman. En ytterligare anledning kan vara blyghet eller trötthet, detta då olika känslolägen speglar individers engagemang (Melin, 2009). En vidare möjlig anledning till svårigheten med att delaktiggöra samtliga barn är skillnad i ålder och mognad vilket också var något som förskoleläraren poängterade under intervjun genom vikten av anpassning av verktygen. Även Skolverket (2011) framhåller betydelsen av att rektor såväl som lärare anpassar undervisningen genom att ta elevernas ålder samt mognad i beaktande. Att de pedagogiska verktygen är anpassade för barnens olika förutsättningar samt att möjlighet till anpassning under genomförandet finns är följaktligen av betydelse för skapande av delaktighet samt lärande kring mat.

För att sammanfatta denna resultatdiskussion kan sägas att de pedagogiska verktygen bidragit till att förskolebarnen blivit delaktiga samt införlivat kunskap kring mat och hälsosamma

matvanor. Detta genom att de lärt varandra, använt sin fantasi samt haft en vuxen närvarande. Detta styrks dels genom resultatet från de observerade fokusgrupperna, dels genom förskolelärarens uttalande i intervjun. Samtidigt har de pedagogiska verktygen berört flera utav de redan befintliga målen i förskolans läroplan. Detta i kombination med att förskoleläraren poängterat att de pedagogiska verktygen kan användas i förskolan, kan således innebära en möjlighet för verktygen att användas som läromedel i förskolans verksamhet. Detta med syfte att främja hälsosamma matvanor och därigenom stärka barns hälsa.

Slutsatser och implikationer

Resultatet av denna studie visar att förskolebarn i åldrarna fyra till fem kan bli delaktiga i samt lära sig om mat och hälsosamma matvanor. Detta genom att delta i pedagogiska verktyg vilka 1) skapar nyfikenhet som bidrar till att barnen delar med sig av kunskap kring mat till varandra, 2) att fantasi får ta stor plats i deras interaktion med mat, samt 3) att vuxna är medvetna om sin betydande roll för barns delaktighet kring mat och hälsosamma matvanor.

Ovanstående slutsatser belyser de områden vilka resultatet visar är av vikt att uppmärksamma vid eventuellt införande av de pedagogiska verktygen som läromedel i formell undervisning i förskolan. Detta med intentionen att bidra till förbättring av barns hälsa genom främjande av hälsosamma matvanor. I kombination med professioner inom hälsopromotion och kostvetenskap kan även, med hjälp av detta resultat, mer omfattande interventioner skapas vilka syftar till att öka barns delaktighet kring mat och hälsosamma matvanor i tidig ålder. Detta ger resultatet ytterligare ett användningsområde.

För vidare forskning kring ämnet är det av intresse att studera hur de vuxnas roll i barns interaktion med mat på bästa sätt kan utnyttjas. Förslag på fortsatt forskning är att belysa hur förskolelärare kan inta rollen som vägledare och stöd i processen att främja barns hälsosamma matvanor och hälsa i tidig ålder. Genom att uppmärksamma förskolelärarna om deras betydande roll kan möjligheten i att främja barns hälsa gå mot en än mer önskvärd riktning. För vidare forskning vore även av intresse att studera huruvida de pedagogiska verktygen för sitt syfte kan användas i en längre process. Detta i sammanhang där delaktighet och lärande kring mat och hälsosamma matvanor inkluderas i program som möjliggör verktygen att bli återkommande teman i förskolegrupper. Slutligen anses enligt författarna att ämnet går att forska vidare i samt att betydelsen är hög för att praktiskt applicera studiens resultat.

Referenser

- Abrahamsson, L., Andersson, A., Becker, W., & Nilsson, G. (2008). *Näringslära för högskolan*. Uppsala universitet.
- Backman, J. (2008). *Rapporter och uppsatser*. Lund: Studentlitteratur.
- Brembeck, H., Johansson, B., Bergström, K., Jonsson, L., Shanahan, H. & Hillén, S. (2010). *Barn som medforskare av matlandskap: Del 1 medforskning*. (CFK-rapport, 2010:01). Göteborg: Centrum för konsumtionsvetenskap Handelshögskolan vid Göteborgs universitet.
- Brembeck, H., Karlsson, M-A., Ossiansson, E., Shanahan, H., Jonsson, L., Bergström, K & Engelbrektsson, P. (2006). *Maten och det nya landet*. (CFK-rapport, 2006:05). Göteborg: Centrum för konsumtionsvetenskap Handelshögskolan vid Göteborgs universitet.
- Bryman, A. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber.
- Elo, S. & Kyngäs, H. (2007). The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing*, 62(1), 107-115 doi: 10.1111/j.1365-2648.2007.04569.x
- Farfan-Ramiez, L., Diemoz, L., Gong, E-J., Lagura, M-A. (2011). Curriculum Intervention in Preschool Children: Nutrition Matters! *Journal of Nutrition Education and Behavior*, (42), 162-164. doi: 10.1016/j.jneb.2011.03.007
- Folkhälsoguiden. (2012). *Definitioner av folkhälsa och folkhälsoarbete*. Hämtad 2014-04-14 från <http://www.folkhalsoguiden.se/Publikationer/470/463/689/>
- Folkhälsoguiden. (2011). *Pedagogiska övningar kring hälsa: mat, fysisk aktivitet, psykisk hälsa*. Stockholm: Stockholms läns landsting.
- Folkhälsomyndigheten. (2014). *Hälsofrämjande hälso- och sjukvård*. Hämtad 2014-04-21 från <http://www.folkhalsomyndigheten.se/amnesomraden/livsvillkor-och-levnadsvanor/halsoframjande-halso-och-sjukvard/>
- Graneheim, U.H, & Lundman B. (2003). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24, 105-112. doi: 10.1016/j.nedt.2003.10.001
- Hanson, A. (2004). *Hälsopromotion i arbetslivet*. Lund: Studentlitteratur.
- Hassmén, N., & Hassmén, P. (2008). *Idrottsvetenskapliga forskningsmetoder*. Stockholm: SISU Idrottsböcker.
- Hillén, S. (2013). *Barn som medforskare: en metod med potential för delaktighet*. Doktorsavhandling, Institutionen för kulturvetenskaper). Göteborg: Ineko.
- Kandiah, J, & Jones, C. (2010). Nutrition Knowledge and Food Choices of Elementary School Children. *Early Child Development and Care*, 172:(3), 269-273. doi: 10.1080/03004430212123

- Korp, P. (2004). *Hälsopromotion*. Lund: Studentlitteratur.
- Lanigan, J., Barber, S., Singhal, A. (2010). Management of obesity: Prevention of obesity in preschool children. *Proceedings of the Nutrition Society*, (69), 204-210. doi:10.1017/S0029665110000029
- Larsson, C., Rönnlund, U., Johansson, G., & Dahlgren, L. (2003). Veganism as a status passage. The process of becoming a vegan among youths in Sweden. *Appetite*, 41, 61-67. doi: 10.1016/S0195-6663(03)00045-X
- Livsmedelsverket. (2010). *Bra mat i förskolan* Malmö: Elanders Berlings
- Livsmedelsverket (2014). *Maten och vår hälsa*. Hämtad 2014-04-15 från <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Maten-och-var-halsa/>
- Livsmedelsverket (2013). *Övervikt och fetma*. Hämtad 2014-02-25 från <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Maten-och-var-halsa/Overvikt-och-fetma/>
- Madsen, B. (2006). *Socialpedagogik: integration och inklusion i det moderna samhället*. Lund: Studentlitteratur.
- Magnusson, M. (2013). *Förebygga barnfetma: och främja jämlik hälsa*. Lund: Studentlitteratur.
- Melin, E. (2009). *Barns delaktighet i förskolan: definition, observation och analys av delaktighet som social process*. Stockholm: Stockholms läns landsting: Handikapp och habilitering.
- Melin, E. (2013). *Social delaktighet i teori och praktik: om barns delaktighet i förskolans verksamhet*. (Doktorsavhandling, Institutionen för pedagogik och didaktik, 18). Stockholm: Universitetservice US-AB.
- Patel, R., & Davidsson, B. (2011). *Forskningsmetodikens grunder: Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur.
- Sjöberg, A., Moraeus, L., Yngve, A., Poortvliet, U., Al-Ansari, U., Lissner, L. (2010). Overweight and obesity in a representative sample of schoolchildren – exploring the urban-rural gradient in Sweden. *Department of Public Health and Community Medicine*, (12), 305-314. doi: 10.1111/j.1467-789X.2010.00838.x
- Skolverket (2014a). *Hem- och konsumentkunskap*. Hämtad 2014-04-15 från <http://www.skolverket.se/laroplaner-amnen-och-kurser/grundskoleutbildning/grundskola/hem-och-konsumentkunskap>
- Skolverket (2014b). *Idrott och hälsa*. Hämtad 2014-04-15 från <http://www.skolverket.se/laroplaner-amnen-och-kurser/grundskoleutbildning/grundskola/idrott-och-halsa>
- Skolverket. (2010a). *Läroplan för förskolan Lpfö 98*. Hämtad från <http://www.skolverket.se/laroplaner-amnen-och-kurser/forskola>

Skolverket. (2011). *Planering och genomförande av undervisningen: för grundskolan, grundskolan, specialskolan och sameskolan*. Stockholm: Elanders Sverige AB.

Skolverket (2010b). *Skolverkets lägesbedömning 2010 del 2, bedömningar och slutsatser: Förskoleverksamhet, skolbarnomsorg, skola och vuxenutbildning*. Stockholm: Ordförrådet AB.

Socialstyrelsen. (2013a). *Barns hälsa*. Hämtad 2014-04-27 från <http://www.socialstyrelsen.se/barnochfamilj/barnshalsa>

Socialstyrelsen. (2013b). *Folkhälsan i Sverige: Årsrapport 2013*. Stockholm: Socialstyrelsen

Specialpedagogiska skolmyndigheten. (2012). *Där man söker får man svar: Delaktighet i teori och praktik för elever med funktionsnedsättning*. Stockholm: Danagård LiTHO.

Sveriges Riksdag. (2013). *Barnfetma och den framtida folkhälsan*. Stockholm: Sveriges Riksdag.

Unicef. (2009). *Barnkonventionen*. Hämtad 2014-04-03 från <http://unicef.se/barnkonventionen>

Utrikesdepartementet. (2011). *Barnets rättigheter: En lättläst skrift om konventionen om barnets rättigheter*. Stockholm: Regeringskansliet.

Vetenskapsrådet. (2011). *God forskningssed*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

Vårdförbundet. (2012). *Barns och ungas hälsa*. Stockholm: Ineko.

Winroth, J. & Rydqvist, L-G. (2008). *Hälsa och hälsopromotion: med fokus på individ-, grupp- och organisationsnivå*. Stockholm: SISU idrottsböcker.

World Health Organization (2003). *Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases*. Geneva: WHO Library Cataloguing-in-Publication Data

World Health Organization. (2014a). *Health Promotion: The Ottawa Charter for Health Promotion*. Hämtad 2014-03-05, från <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>

World Health Organization. (2014b). *Trade, foreign policy, diplomacy and health: Public Health*. Hämtad 2014-03-05, från <http://www.who.int/trade/glossary/story076/en/>

World Health Organization. (2013). *Obesity and overweight*. Hämtad 2014-03-26 från <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>

Yamaoka, K., Watanabe, M., Hida, E. & Tango, T. (2010). Impact of group-based dietary education on the dietary habits of female adolescents: a cluster randomized trial. *Public Health Nutrition*, 14(4), 702–708. doi: 10.1017/S1368980010002405

Zarnowiecki, D., Dollman, J., & Sinn, N. (2011). A tool for assessing healthy food knowledge in 5–6-year-old Australian children. *Public health nutrition*, *14* (7), 1177–1183. Doi: 10.1017/S13689800100037

Deltagande i studie om delaktighet kring mat i förskolan!

Hej! Vi är två tjejer från Göteborgs universitet som studerar hälsopromotion med inriktning kostvetenskap. Vi är nu inne på vårt tredje och sista år och genomför därför avslutande examensarbete.

Vad?

Vi vill undersöka hur man kan introducera matämnet i tidig ålder, redan i förskolan. Detta för att öka delaktighet samt reflektion kring mat och matvanor. Studien genomförs med FN:s konvention om barns rättigheter som glasögon för att få ett bakomliggande stöd för praktisk tillämpning i förskolan.

Hur?

Barnen får delta i fokusgrupp om cirka 1 timme i vilken de på ett lekfullt sätt får delta i olika pedagogiska övningar relaterade till mat. Under tiden observerar vi för att sedan analysera huruvida övningarna bidrar till delaktighet samt reflektion kring mat bland förskolebarn.

När?

Studien genomförs i samarbete med Hälsoäventyret Oasen i Vara. Fokusgrupperna sker i deras lokaler på Allégatan 46 i Vara den 16 april v.16.

Det som framkommer i fokusgrupperna behandlas konfidentiellt och endast i syfte att genomföra vårt examensarbete. Inga namn publiceras och vi ska heller inte fotografera, filma eller dyligt.

Jag/vi godkänner att mitt/mina barn deltar i fokusgrupp, 16 april på Hälsoäventyret i Vara

Jag/vi godkänner ej att mitt/mina barn deltar i fokusgrupp, 16 april på Hälsoäventyret i Vara

Vi tackar på förhand och ser mycket fram emot att genomföra dessa fokusgrupper med glädje, lek och spännande övningar!

Vänligen

Maja Örjegård & Matilda Örjegård

**Samhandling
(Social delaktig-
het)**

1. Deltar barnen i samma eller liknande aktiviteter?

2. Hur interagerar barnen med varandra i aktiviteten?

3. Hur involveras barnen tillsammans i aktiviteterna?

Social delaktighet är när individen av egen vilja kan gå in i samhandling på en arena vars tillgänglighet inte är begränsad av fysiska och sociala hinder. Det handlar även om aktiviteter i gemenskap med andra. Samhandling belyser interaktion mellan individer i gemensam aktivitet där alla är engagerade samt accepterade (Melin, 2009).

**Engagemang
(Psykologisk delaktighet)**

1. Hur deltar barnen i aktiviteten med glädje?

2. Hur deltar barnen i aktiviteten med djup koncentration?

3. Hur deltar barnen i aktiviteten med lust?

4. Hur engageras barnen?

Psykologisk delaktighet observeras via känslor som glädje, koncentration och argumentation samt kopplas till engagemang. Engagemang är en egenupplevd del av delaktighet och innebär att individen finner intresse för specifik uppgift och där känner välbehag. För att lägga märke till om individer upplever engagemang måste de tillfrågas (Melin, 2009).

Erkännande (Interpersonell delaktighet)

1. Hur uppfattas barnen av andra som någon som tillför något?

2. Har barnen en given plats under aktiviteten?
På vilket sätt?

3. Hur får barnen gehör av varandra för sina uttalanden?

4. Hur får barnen gehör av varandra för sina ageranden?

Interpersonell delaktighet kan kopplas till begreppet erkännande. Detta innebär att en individ uppfattas som given representant i socialt sammanhang (Melin, 2009). Melin (2009) poängterar att begreppet erkännande är dubbelbottnat. Ordet betyder dels erkänna, dels igenkänna. Erkänna i bemärkelsen att positivt uppmärksamma samt värdesätta någon. Igenkänna i betydelsen att urskilja någon eller något som känns bekant.

**Autonomi
(Existentiell delaktighet)**

1. Vilka möjligheter finns för barnen att välja andra lösningar på uppgiften?

...En annan uppgift?

...Avbryta uppgiften?

2. Hur fördelas beslutstaganden mellan barn och barn och mellan barn och vuxna?

3. Hur fördelas ansvaret?

Autonomi belyser självständighet samt förmågan att vara oberoende. Människans existentiella villkor syftar dock till att hon alltid är beroende av andra för att överleva. Autonomi i samband med existentiell delaktighet bör istället definieras som en förmåga att hantera aktiviteter med hjälp av empati och intellektuell kapacitet. Detta för att förstå aktiviteten samt finna olika handlingsalternativ. Vidare menas att människan på så vis kan förhålla sig självständig samt få möjlighet att ha avgörande roll i sitt handlande (Melin, 2009).

Intervjuguide

Inledning

Innan intervjun påbörjas presenteras intervjuens upplägg och syfte samt övergripande beskrivning av vad som ska behandlas. Intervjupersonen informeras även om att intervjun är frivillig samt delges ungefär under hur lång tid den kommer pågå. Dessutom informeras intervjupersonen om att det resultat som framkommer behandlas konfidentiellt samt att det finns möjlighet att avbryta intervjun vid önskemål om detta.

Öppningsfråga

- o Beskriv din befattning/roll på förskolan

Inledningsfrågor

- o Vilka faktorer på förskolan anser du påverkar barnens hälsa?

Nyckelfrågor

- o Beskriv din upplevelse av dagens sammankomst
- o Hur uppfattar du de pedagogiska verktygen för skapandet av delaktighet kring mat i förskolor?
- o Berätta om hur du upplever de pedagogiska verktygen som användbara i förhållande till barnens ålder/mognad.
- o På vilket sätt kan verktygen användas som läromedel i förskolan?
- o Beskriv hur du upplever möjligheter respektive svårigheter för de pedagogiska verktygen att skapa delaktighet kring mat bland förskolebarnen.

Avslut

- o Är det något ytterligare du vill framföra?

Bilaga 4. Bilder från datainsamling



Bild 1. Plats för diskussion



Bild 4. Exempel på gömt livsmedel



Bild 2. Livsmedel i tyg till skattjakten



Bild 5. Ett barns målning av grundvatten, sol och morot i jorden



Bild 3. Exempel på gömda livsmedel



Bild 6. Ett barns målning av en gubbe gjord av spaghetti och köttbullar