



BACHELOROPPGAVE

Skolemåltid som arena for helsefremmende arbeid

Health promoting school meals

GUPEL 412 - Bacheloroppgave, Vitenskapsteori og Forskningsmetode
Avdeling for lærerutdanning/ GLU 5-10
Institutt for idrett, kosthold og naturfag

Kandidatnummer: 188

Innleveringsdato: 03.06.2019

Kandidatnummer: 188

Antall ord: 8971

Veileder: Bodil Bjørndal

Jeg bekrefter at arbeidet er selvstendig utarbeidet, og at referanser/kildehenvisninger til alle kilder som er brukt i arbeidet er oppgitt, jf. Forskrift om studium og eksamen ved Høgskulen på Vestlandet, § 10.

Abstract

The aim of this study was to investigate how educators utilize school meals as an arena for health promotion. To answer this question a qualitative approach was employed in order to get a better understanding of the teachers' own attitudes and experiences. Seeing that the responsibility of running school meals is left to the pedagogical staff, individual interviews were conducted with four educators teaching 5th -7th grade. The results show that the educators employ different strategies. Activities during meal time, parent cooperation and pupil involvement were used with the intent to improve the quality of the school meal. The lack of competence amongst the educators was apparent, as only one out of the four educators were familiar with the national guidelines regarding school meals. The research identified possible links between the teacher's competence and attitudes regarding their own influence on the pupil's dietary habits. Furthermore, implying that relevant competence in health promotion might affect the focus and effort to implement health promoting strategies. All educators furthermore identified barriers restricting their ability to conduct health promoting meals. Parents were often known to challenge the teacher's rules and messages regarding healthy school lunches, due to cultural differences and fussy eating habits. Little emphasis on the meal and lack of implementation of national guidelines at the designated schools further implied that the school administration offered little assistance to the educator's task.

Innholdsfortegnelse

1.0 BAKGRUNN FOR OPPGAVE.....	5
1.0 TEORI	6
2.1 HELSEFREMMEDE ARBEID.....	6
2.2 SKOLEN SOM HELSEFREMMEDE ARENA.....	7
2.3 SKOLEMÅLTIDET.....	8
2.4 MÅLTIDETS SOSIALE ASPEKT I ET HELSEPERSPEKTIV	8
2.4.1 Sosiale måltider	9
2.4.2 Lærereens rolle under måltidet.....	9
2.5 OFFENTLIGE FØRINGER FOR SKOLEMÅLTIDET	10
2.6 NASJONALE RETNINGSLINJER FOR MAT OG MÅLTIDER I SKOLEN.....	10
2.5.1 Det gode måltid	11
2.7 SKOLEMÅLTIDETS PRAKTISERING I SKOLEN.....	11
2.7.1 Hva skjer i klasserommet?.....	12
3.0 METODE.....	12
3.1 KVALITATIV METODE.....	12
3.2 VALG AV METODE	13
3.3 UTVALG AV INFORMANTER.....	13
3.4 UTFORMING OG GJENNOMFØRING	14
3.5 ETISKE HENSYN	15
4.0 RESULTATER.....	16
4.1 LÆRERNES STILLING	16
4.2 ORGANISERING AV MÅLTIDET.....	16
4.3 AKTIVITETER UNDER MÅLTIDET.....	17
4.4 FOKUS UNDER MÅLTIDET	18
4.5 MULIGHET TIL Å PÅVIRKE ELEVERS MÅLTIDSVANER.....	18
4.6 BARRIERER I LÆRERENS HELSEFREMMEDE ARBEID.....	19
4.6.1 Ledelse	19
4.6.2 Foresatte.....	20

5.0	DISKUSJON	21
5.1	LÆRERENS STRATEGIER	21
5.1.1	<i>Organisering av måltidet</i>	21
5.1.2	<i>Samarbeid</i>	23
5.2	BETYDNING AV KOMPETANSE OG HOLDNINGER	24
5.3	LÆRERENS UTFORDRINGER – BARRIERER	25
5.3.1	<i>Samarbeid</i>	25
5.3.2	<i>Organisatoriske hindringer</i>	26
5.4	DISKUSJON AV METODE	27
6.0	AVSLUTNING	28
7.0	LITTERATURLISTE	30
8.0	VEDLEGG	35
	VEDLEGG 1, SAMTYKKESJEMA	35
	VEDLEGG 2, INTERVJUGUIDE	38

1.0 Bakgrunn for oppgave

I dag er usunt kosthold blant de viktigste risikofaktorene for sykdom og tidlig død i Norge (Departementene, 2017, s. 6). Selv om folkehelsen i den norske befolkningen anses som relativt god, viser resultater fra barnevektstudien at andel barn med overvekt og fedme problemer er høy. Dette er svært problematisk ettersom helseatferd i tidlig alder har stor sannsynlighet for å følge individet inn i voksen alder (Helse og omsorgsdepartementet, 2018). Den nye folkehelsemeldingen fremmer tidlig innsats blant barn og unge for å hindre utvikling av dårlig helseatferd (Helse og omsorgsdepartementet, 2018). Skolen trekkes i denne sammenheng frem som en ideell arena for helsefremmende arbeid, ettersom alle barn og ungdom i skolepliktig alder tilbringer store deler av hverdagen sin her (Tjomsland & Viig, 2019, s. 106).

Norge skiller seg betraktelig fra andre land i Europa, med en måltidsordning som legger store deler av ansvaret i hendene på barnas foresatte, på tross for at man i dag ser økende grad av sosial ulikhet (Olsen, U. K., 2013). Samtidig er det en rekke lovgivende dokumenter som også pålegger skolen dette ansvaret. Til tross for at skolemåltidet trekkes frem som et viktig tiltak både for elevenes helse og læring, viste Helsedirektoratets kartlegging av måltider i skolen urovekkende resultater. Det kom frem tydelig avvik på flere av retningslinjenes anbefalinger, samt liten vektlegging av måltidet i skolen. Under halvparten av skolelederne mente at arbeid med måltid burde inngå i skolens rammeplaner for å sikre gode måltidsrammer og en enda mindre andel av barneskolene arbeidet aktivt med å endre rammene for måltidet (Helsedirektoratet, 2013, s. 18-25). En av Europas ledende forskere innen helsefremmende arbeid hevder at helse alt for lenge har blitt betraktet som et vedlegg til skolens aktivitet, fremfor en integrert del av skolens praksis. (Kickbusch, 2012, s. 73).

Som kommende mat og helse lærer, har en gjennom studiet fått en grundig innføring i lovverk og føringer som er gjeldene for måltider i skolen. Egne erfaringer fra praksis har derimot etterlatt et inntrykk av uorganiserte skolemåltid som er et stykke fra myndighetenes idealisering av dagens måltidsordning. Jeg har fått et inntrykk av skolemåltidet som lite planlagt og målrettet, og det har derfor trigget min nysgjerrighet på hvorfor praktiseringen i skolen ikke samsvarer med regjeringens intensjon med skolemåltidet som presenteres i

førende dokumenter. Da det pedagogiske personal står ansvarlige for gjennomføringen av skolemåltidet virket det interessant å få en bedre innsikt i hvordan denne ordningen erfares av de som har ansvar for å gjennomføre måltidsituasjonen var det interessant å se nærmere på lærernes erfaringer. Problemstillingen for denne oppgaven lyder derfor følgende:

- *Hvordan benytter lærere seg av skolemåltidet som arena for helsefremmende arbeid?*
 - o *En kvalitativ studie blant kontaktlærere på 5.- 7. trinn*

1.0 Teori

2.1 Helsefremmende arbeid

Verdens helseorganisasjon definerte i 1946 helse som en tilstand av fullstendig fysisk, mentalt og sosialt velvære, og ikke bare fravær av sykdom og svakhet (World Health Organization, 1948, s. 1). Mæland (2014, s. 15) hevder videre at helse ikke i seg selv er et mål, men et middel til å oppnå andre mål i livet. Å styrke befolkningens helse kan føre til økt livskvalitet ettersom det gir bedre forutsetninger for personlig, økonomisk og sosial utvikling. Målet med folkehelsearbeidet er dermed flere leveår med god helse i befolkningen og jevnere fordeling av faktorer som påvirker helsen, både direkte og indirekte. Å nå barn og unge i en alder hvor helseatferd formes, er en av de mest effektive metodene for å bedre folkehelsen (World Health Organization, 2006, s. 4).

Helsefremmende arbeid er en strategi i folkehelsearbeidet og er prosessen som setter den enkelte så vel som felleskapet i stand til økt kontroll over forhold som virker inn på helsen, og derigjennom bedre sin egen helse (World Health Organization, 1986, s. 1). Målet er helse, livskvalitet og velvære. Det innebærer å iverksette positive krefter og muligheter i forholdene rundt individet og felleskapet som kan bidra til god helse. Økt innflytelse og selvråderett står tungt innen det helsefremmende arbeidet, som betyr at tiltakene legger vekt på personlig og sosial utvikling gjennom helseopplysning, mestring og medvirkning (Øverby, Torstveit & Høigaard, 2011, s. 17). Folkehelseproblemene er derimot komplekse, og mange av årsakene til helseproblemene i samfunnet ligger utenfor helsesektoren. Det er derfor av betydning å implementere helsefremmende arbeid i flere sektorer og profesjonsgrupper (Lyshol, 2014, s. 29)

2.2 Skolen som helsefremmende arena

Sammenhengen mellom et barns helse og utdanning er av stor betydning. Ved å anskaffe helserelatert kunnskap, verdier og ferdigheter, er barn bedre rustet til å leve et sunt liv i fremtiden (World Health Organization, 1997). Et av momentene innen helse som i stor grad trekkes frem her er behovet for et godt kosthold. Etersom barn tilbringer store deler av livet sitt på skolen, er det ingen annen institusjon utenfor hjemmet som har like mye intensiv kontakt med barna gjennom de første 20 leveårene (Story, Kaphingst & French, 2006, s. 110). Barn må ha god helse for å kunne lære effektivt, og arbeidet med globale strategier for helse blant barn og unge har derfor blant annet vært rettet mot helsefremmende skoler (World Health Organization, 1997). I følge verdens helseorganisasjon er helsefremmende skoler de som på en strukturert og systematisk måte praktiserer og iverksetter planer for helse, trivsel og læring (World Health Organization, 1997). Et av de grunnleggende problemene knyttet til barn og unges helseproblemer er kosthold, ettersom det har skjedd betydelige endringer i spisevaner og hjemmemiljø de siste tiårene. Da kosthold trekkes frem som en sentral påvirkning av et individs helse, underbygger det betydningen av måltider som arena for helsefremmende arbeid. Skolens sentrale rolle i det forebyggende og helsefremmende arbeidet blir videre understreket i St. Meld. 19, hvor et av hovedgrepene er tidlig innsats blant barn og unge. Meldingen gir signaler om at det er et nasjonalt mål å skape gode forutsetninger for å kunne ta ansvar for egen helse (Helse og omsorgsdepartementet, 2018).

Samdal (2017, s. 346) skriver at det ene målet ved helsefremmende arbeid i skolen omhandler å stimulere elevene til en helsemessig gunstig livsstil ved å jobbe med holdninger og ferdigheter som fremmer et godt kosthold. Wilhelmsen & Samdal (2014, s. 10) viser videre til at kostholdsarbeid i den norske skolen skal bidra til et fellesskap som fremmer sunne spisevaner og livsstil som fremmer helse på kort og lang sikt. Arbeidet med kosthold og helse i skolen gjennomføres ved hjelp av to typer tiltak. Den første tilnærmingen ivaretas gjennom mat og helse faget, og er i større grad rettet mot individets ferdigheter, kunnskap og holdninger. Den andre tilnærmingen er rettet mot fysiske og organisatoriske forhold som skal legge til rette for et skolemiljø som fremmer sunne måltidsvaner, og ivaretas blant annet gjennom måltidsordninger. Etersom faget mat og helse har relativt liten plass i skolen

med sine få undervisningstimer, poengterer de at påvirkning av barn og unges matvaner primært skjer gjennom skolens satsning på skolemåltidet. (Wilhelmsen & Samdal, 2014, s. 11).

2.3 Skolemåltidet

Familien og hjemmet har tidligere vært den arenaen med størst påvirkningskraft ovenfor barns matvaner (Holthe, Fossgard & Wergedahl, 2015, s. 254). Økt institusjonalisering i senere tid har ført til at barn spiser flere måltider utenfor hjemmet, og dermed innlemmes i «pålagte» matlandskap i barnehage, skole og SFO (Holthe et al., 2015, s. 255). Matlandskap defineres som fysiske, sosiokulturelle områder hvor barn møter mat, måltidskontekster og helsebudskap (Mikkelsen, 2011, s. 210). Skolen påvirker eleven ved sitt innhold, verdier og normer og dermed vil mat-konteksten på skolen bidra til hvordan elevene bruker og forholder seg til mat (Holthe et al., 2015, s. 267).

På begynnelsen av 1900-tallet fikk norske skolebarn servert mat på skolen, som et initiativ for å bedre folkehelsen (Andresen & Elvbakken, 2007, s. 375). Dette ble finansiert av staten, men grunnet dårlige økonomiske tider på 30-tallet fant man en alternativ løsning på skolemåltidet. Det innebar at elevene tok med et måltid hjemmefra, for å spise på skolen. Denne løsningen ble kjent som Sigdalsystemet, og etterhvert kalt matpakken (Holthe et al., 2015, s. 259). Matpakken har vedvart, og ansvaret for barnas skolemat ligger derfor i dag i stor grad hos foresatte. I dagens samfunn ses en god lunsj på som mer enn bare ernæring. Det byr på nytelse, mulighet til å slappe av, gir påfyll til konsentrasjonsevnen og bistår i en sunn utvikling av barns helse (Finnish National Board for Education, 2014). Ved de fleste norske skoler tilbys i dag abonnement ordninger for melk, frukt og grønnsaker. Staten subsidierer disse ordningene delvis slik at tilbudet blir noe billigere. Det kan enten være en foreldrebetalt ordning eller fellesbestilling for skolene som kommunen betaler (Skolefrukt, u.d.).

2.4 Måltidets sosiale aspekt i et helseperspektiv

Mat og måltider er viktige elementer i organiseringen av samværet mellom mennesker (Holm, 2012, s. 23). Folks matvaner og kosthold i dag er delvis et resultat av individuelle valg, delvis kollektive forestillinger og er påvirket av faktorer som økonomi, politiske verdier,

utdanning, sosialt miljø, og helse- og sunnhets ideal (Holthe, Fossgard & Wergedahl, 2019, s. 72). Videre i denne sammenheng kan helseatferd defineres som holdninger, oppfatninger og forventninger som påvirker atferden til individet. Det er disse faktorene som legger grunnlaget for i hvilken grad atferden virker positivt eller negativt inn på helsen (Aarø & Klepp, 2017, s. 45).

2.4.1 Sosiale måltider

Et sterkt fellesskapsorientert spisemønster virker regulerende under måltider, som kan være med å fastholde et lavere nivå av fedme enn i kulturer hvor spisemønstrene er mindre strukturerte (Fischler, 2011). Fjellstrøm (2009, s. 230) viser videre til at barns kosthold i stor grad henger sammen med de sosiale rammene rundt måltidet. De som ofte spiser alene viser antydninger til et uregelmessig måltidsmønster og mat av lavere næringsmessig verdi. Samtidig er de normer, verdier og holdninger som kommer til uttrykk i sosiale måltidskontekster avgjørende for om fellesskapsorienterte måltider virker helsefremmende (Holm, 2012, s. 36). Mennesker har en tendens til å justere egne måltidsvaner til å passe inn med oppfattede normer, og dermed kan fellesskapets normer og holdninger bidra til å fremme en helsefremmende atferd (Higgs & Thomas, 2016, s. 2).

2.4.2. Lærerens rolle under måltidet

Det er ikke bare lærerne med relevant helsekompetanse som bør legge til rette for sunne skolemåltider, men hele skolens pedagogiske personale. Da spesielt lærerne som er inne og har ansvar for å overse gjennomføringen (Tjomsland & Viig, 2019, s. 107). Samtidig vises det til at det forblir et stort behov for at både foreldre og lærere i større grad involveres i utviklingen av gode rammer for måltidet i skolen. Voksne er viktige rollemodeller og har innflytelse gjennom hvordan deres egne matvaner kommer til uttrykk på skolen (Vidensråd for forebygging, 2018, s. 100). Helsedirektoratet (2015, s. 20) vektlegger derfor at ansatte på skolen tar det profesjonelle ansvaret for å fremme gode og sunne matvaner på alvor. Helsedirektoratets kostråd bør ligge til grunn for skolens formidling av kosthold, og derfor bør også personalets personlige holdninger og vaner utenfor disse anbefalingene holdes privat. (Helsedirektoratet, 2015, s. 20).

2.5 Offentlige føringer for skolemåltidet

Flere lovverk utgjør en rammelovgivning for helsefremmende arbeid og måltider i skolen.

Opplæringsloven (1998) §9A-2 fastslår at elever har rett til et skolemiljø som fremmer helse, trivsel og læring. Det som praktiseres i skolen skal dermed ikke bare rettes mot akademiske prestasjoner men også elevenes helse.

Folkehelseloven skal bidra til en samfunnsutvikling som fremmer helsen til befolkningen.

Dette gjøres ved å stille krav til kommunen og fylkeskommunens folkehelsearbeid.

Kommunen skal i alle sine funksjoner, også som skoleeier, derfor fremme helse og bidra til en utjevning av sosiale helseforskjeller (Folkehelseloven, 2011, § 4-7). I nasjonale retningslinjer for mat og måltider i skolen viser helsedirektoratet til at sunn mat og gode måltider er forhold som burde inngå i kommunens og fylkeskommunens arbeid, ettersom dette er en viktig del av et godt skolemiljø (Helsedirektoratet, 2015, s. 11).

Forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler, som er hjemlet i folkehelseloven, skal videre sikre et bra oppvekst- og læringsmiljø på skolen. I §7 poengteres det at skolen skal være helsemessig tilfredsstillende, som da blant annet innebærer å sikre måltidenes ernæringsmessige og sosiale verdi. Videre i henhold til §11 skal skolen ha egnede muligheter for bespisning som også ivaretar måltidets sosiale funksjoner. I merknadene til denne paragrafen anbefales det at nasjonale retningslinjer for mat og måltider i skole og barnehage, følges for å sikre måltidets sosiale og ernæringsmessige verdi (Forskr om miljørettet helsevern i barnehager og skoler mv, 1995).

2.6 Nasjonale retningslinjer for mat og måltider i skolen

Helsedirektoratet publiserte i 2015 nasjonal faglige retningslinjer for mat og måltider i skolen, og var en mer utdypende og fornyet utgave av «retningslinjer for skolemåltidet» fra 2003. Nasjonale retningslinjer for mat og måltid i skolen er ment som et verktøy for skolene i arbeidet med å redusere sosiale forskjeller i både på skolen og i nærmiljøet (Helsedirektoratet, 2015, s. 3). De skal videre sikre gode rammer for måltidene samt god ernæringsmessig kvalitet på mat- og drikketilbud. Retningslinjene er rettet mot skoleledere, lærere samt alle andre ansatte på skolen, og er ment som er verktøy for kommuner og fylkeskommuner i arbeidet med å fremme gode måltider i skolen (Helsedirektoratet, 2015, s.

7). De nasjonale retningslinjene er ikke lovfestede dokumenter og skolene er derfor ikke pålagt å følge dem. Man finner derimot en anbefaling i Forskriften om miljørettet helsevern i barnehager og skoler, å følge de nasjonale retningslinjene for mat og måltider.

2.5.1 Det gode måltid

Måltidsrammene kan defineres som organisatoriske, fysiske, sosiale og pedagogiske kontekster for måltidsituasjoner i skolen (Vidensråd for forebygging, 2018, s. 11). Rammene er av stor betydning for elevers fysiske og mentale helse, herunder lyst til å spise sunt samt deres sosiale og faglige trivsel (Vidensråd, 2018, s. 100). Helsedirektoratet retningslinjer presenterer en rekke forutsetninger for gjennomføring av gode måltider i skolen.

Retningslinjene tilsier at det bør avsettes minst 20 minutter til spisetid, da tilstrekkelig tid er nødvendig for at trivsel oppnås og hjelper elevene å regulere matinntaket bedre. Elevene skal også ha tilsyn under måltidet for å overse at barna får i seg nok mat, sørge for gode sosiale- og miljømessige forhold samt tilrettelegge for spesielle behov. Det skal også iverksettes ordninger som ivaretar det sosiale aspektet ved måltidet, ettersom dette er viktig for felleskap og trivsel. Skolene oppfordres også å tilby ordninger for frukt og grønt, og melk, da tilgjengelighet er den viktigste faktoren for å få barn og unge til å spise mer av ønskede matvarer. (Helsedirektoratet, 2015, s. 14).

2.7 Skolemåltidets praktisering i skolen

I 2013 gjennomførte Helsedirektoratet en landsdekkende kartlegging av mat og måltidstilbudet og organisering av måltidet i grunnskolen, Videregående og SFO (Helsedirektoratet, 2013). Undersøkelsen ble gjennomført blant kontaktlærere, skoleleder og ansatte i kantine. Den flertallige oppfatningen blant skolelederne på barneskolen mente at skolemåltidet fungerte godt. Samtidig uttrykket rundt 20% av skolelederne at de ikke hadde særlig ansvar for elevene som ikke følges godt nok opp hjemme. Angående kjennskap til sentrale dokumenter gjeldende for skolemåltidet, viste kartleggingen at en stor andel ikke var klar over innholdet angående måltidet i forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler, samt nasjonale retningslinjer for mat og måltider i skolen. De fleste mente at samarbeid med foresatte var den viktigste faktoren for å sikre elever et sunt måltidstilbud.

2.7.1 Hva skjer i klasserommet?

Fra helsedirektoratets kartlegging i 2013 var matpakkedekningen blant elever på 5.-7. trinn 95%, og viser dermed at majoriteten av elevene hadde mat med seg (Helsedirektoratet, 2013, s. 17). Norsk forskningsråd gjennomførte i 2018 en forskningskampanje som blant annet undersøkte hva elevene spiser og hva matpausen brukes til. Resultatene viser at de fleste elevene på 5.-7. trinn har matpakke med hjemmefra som foresatte har tilberedt. En negativ trend som oppstår er at lunsjmåltidets innhold av grovt brød, frukt og grønnsaker synker gradvis fra 1.-4. trinn til 5.-7. trinn (Norges Forskningsråd, 2018, s. 11). Det er hovedsakelig pedagogisk personale som daglig er involvert i organiseringen av måltidet, og er derfor sentrale i arbeidet med å sikre gode skolemåltider (Helsedirektoratet, 2013, s. 8). Helsedirektoratets kartlegging fra 2013 viser at målet med minst 20 minutter spisetid ikke var oppnådd, og hadde hatt en negativ utvikling fra tidligere år. Det kom også frem at elevene på 5.-7. trinn hadde minst spisepause av alle trinn i grunnskolen (Helsedirektoratet, 2013, s. 7). Utenom å spise er det en rekke aktiviteter som har blitt populære under måltidet. På 5.-7. trinn ser over halvparten av elevene på storskjerm mens de spiser. Tallene viser også at det er på disse trinnene skjermbruk er mest utbredt. Det ble også rapportert om at det å prate sammen var vanlig på disse trinnene under måltidet (Norges Forskningsråd, 2018, s. 16).

3.0 Metode

Skolen er en institusjon i samfunnet som handler om mennesker. En arena for samhandling mennesker imellom. Når man skal forske på det som skjer på dette området anvender man samfunnsvitenskapelig forskningsmetode. I samfunnsforskning er det et skille mellom kvalitative og kvantitative metoder (Christoffersen & Johannesen, 2012, s. 17).

3.1 Kvalitativ metode

Kvalitativ metode har som mål å fange opp meninger og opplevelser som ikke lar seg måle eller tallfeste (Dalland, 2012, s. 112). Kvalitative intervju er en av de mest brukte metodene for å samle inn kvalitative data, ettersom den er fleksibel og gir informant større grad av frihet i sin uttrykkelse. Metoden gir også rom for tilpasning under interaksjon mellom forsker og informant (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 118). Intervjuet forløper som en strukturert samtale, hvor formålet er å forstå og beskrive noe. Erfaringer og oppfatninger kommer best

frem når informanten bes om å rekonstruere hendelser, noe som ikke er mulig ved hjelp av observasjon eller strukturerte spørreskjema (Christoffersen & Johannesen, 2012, s. 78). Strukturen baseres derfor på en intervjuer som stiller spørsmål og følger opp eventuelle svar fra informanten, for å i størst grad få beskrivelser fra informantens hverdagsverden (Christoffersen & Johannesen, 2012, s. 77).

3.2 Valg av metode

Da problemstillingen til denne oppgaven tar utgangspunkt i lærerens egne erfaringer og holdninger ble det hensiktsmessig å benytte kvalitativt intervju for å hente inn data. Ettersom metoden kan bidra til friere grad av uttrykkelse, kan dette bidra til å gi et mer nyansert bilde over lærernes virkelighet (Christoffersen & Johannesen, 2012, s. 78). Det var ingen tidligere relasjon mellom meg og utvalgte informanter, og av den grunn kunne det derfor være av nytte å gjennomføre det som semistrukturert intervju. En slik organisering bidro til en mer uformell atmosfære som gjorde det lettere for dem å dele sine erfaringer. Intervjuet tok derfor utgangspunkt i en overordnet intervjuguide som tillot fleksibilitet i rekkefølge, spørsmål og temaer (Tjora, 2017, s. 114). Det gav meg muligheten å tilpasse hvert intervju til informanten, og samtidig få tilgang til relevant informasjon.

3.3 Utvalg av informanter

Det ble benyttet strategisk utvelgelse da det er nødvendig for å kunne rekruttere rett målgruppe for å få samlet nødvendig data (Christoffersen & Johannesen, 2012, s. 50). Dette innebærer at det på forhånd ble bestemt kriterier som informantene måtte oppfylle for å være relevant for studien (Christoffersen & Johannesen, 2012, s. 51). På grunnlag av den nåværende måltidsordningen i norsk skole og satt problemstilling ble det derfor hensiktsmessig å få kontakt med lærere som hadde fast ansvar for en klasse, og som ofte var inne og styrte spisetiden. Videre ble utvalget begrenset til lærere på barneskolen, fra 5.-7-trinn for å få et utvalg med likere utgangspunkt. Det ble ikke satt noen krav til undervisningsfag, ettersom det ikke er et krav i norsk skole at lærere må ha kompetanse innenfor helse feltet for å styre matpausen.

Infoskriv ble sendt ut til syv barneskoler med kriterier til informant samt informasjon om oppgaven og intervjuprosess. Av disse syv svarte fire på henvendelsen. Det var ønskelig at informantene var fra ulike skoler, ettersom det var ukjent om skolene hadde etablerte

strukturer for måltidet som kunne utgjøre en risiko for tilnærmet like svar dersom informantene var fra samme skole. En lærer fra hver av de fire skolene ble da utvalgt på grunnlag av oppfylte kriterier. Det endelige utvalget bestod da av tre informanter som arbeidet på forskjellige skoler i Bergen kommune, og en informant som arbeidet ved en skole i Haugesund kommune.

3.4 Utforming og gjennomføring

Når kontakt med informanter var etablert, fikk de muligheten til å selv velge sted og tidspunkt for intervjuet. Christoffersen & Johannesen (2012, s. 82) mener det kan være positivt å la informanten være med å bestemme rammen for intervjuet, da dette bidrar til at de føler seg avslappet og trygg. For å være fleksibel ble det også tilbudt tilgang til fasiliteter på høyskolen dersom det var ønskelig. Det eneste kravet som ble stilt til sted var rolige omgivelser, ettersom det ble benyttet lydopptak. Samtlige informanter valgte å gjennomføre intervjuet på arbeidsplassen, enten på grupperom eller i tomt klasserom. Informantene hadde på forhånd fått utdelt informasjonsskriv og samtykkeerklæring slik at de fikk anledning til å bli bevisst på intervjuets formål og deres rettigheter før gjennomførelse. De fikk ikke kjennskap til spørsmålene før selve intervjuet, ettersom intervjuguiden bare skulle være ledende for samtalen.

Tidsrammen for intervjuet var 20-30 min. Intervjuene ble startet med å informere om prosjekt og oppklare hvordan intervjuet skulle foregå, samt opplyse om deres rettigheter og signering av samtykkeerklæring. Til å begynne med ble informantene spurt om enkle fakta spørsmål angående deres arbeidsplass, stilling og bakgrunn. Videre ble intervjuguiden brukt som utgangspunkt for samtalen. I flere tilfeller gav informantene svar som dekket aspekter ved flere av spørsmålene. Ettersom intervjuet var semistrukturert ble det naturlig å ikke gå etter rekkefølgen til intervjuguiden. Informantene fikk da anledning til å svare utfyllende uten å bli avbrutt, som gav en fleksibilitet til å bygge videre på ting som ble nevnt under samtalen. Intervjuet ble avsluttet ved å la informanten komme med eventuelle innspill eller oppklare tidligere svar.

Under transkribering ble setningene ordrett skrevet ned, men omgjort til bokmål ettersom dialekt forskjeller ikke er relevant i denne studien.

3.5 Etiske hensyn

Som forsker er det hensiktsmessig å legge til rette for et tillitsforhold mellom informanter og seg selv. Slike forhold kan skapes ved å være klar over hvilke etiske hensyn som må tas før, under og etter prosessen (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 96). Det vises til tre retningslinjer forsker må ta hensyn til. Disse er: (1) Informantens rett til selvbestemmelse og autonomi, (2) forskerens plikt å respektere informantens privatliv og (3) forskerens ansvar for å unngå skade (Christoffersen & Johannesen, 2012, s. 41).

I forkant av datainnsamling, ble prosjektet meldt inn til Norsk senter for forskningsdata. Når prosjektet ble godkjent, ble det tilsendt dokumentasjon på at prosjektet behandler personopplysninger på en lovlig måte (Referansenummer: 4097748). For å ivareta informantenes personvern, ble verken direkte eller indirekte personidentifiserende opplysninger nevnt eller nedskrevet under og etter intervjuet. Transkribering av lydopptak ble gjennomført samme dag som intervju, slik at lydfilene kunne slettes kort tid etter. Informantene ble fullstendig anonymisert fra transkribering start til ferdigstilling av oppgave. Lærerne refereres derfor til som L1, L2, L3 og L4 i denne oppgaven, som er en forkortelse for lærer 1, 2, 3 og 4. Samtykkeerklæringen som hadde deltakers signatur ble oppbevart i låst skap på høgskolen under gitt prosessering periode.

Ettersom studien omhandler personopplysninger må det innhentes et informert samtykke fra dem som deltar (De nasjonale forskningsetiske komiteene, 2016, s. 14). I forkant av intervjuene fikk informantene tilgang til informasjonsskriv og samtykkeerklæring. Informasjonsskrivet opplyste om oppgavens formål, hva deltakelse innebærer, kontaktpersoner, deres rettigheter og hvordan deres personvern ivaretas under prosessen. NSDs godkjenning av prosjektet ble også redegjort for i skrivet. Det ble videre oppklart hvordan lydopptakene bearbeides og oppbevares. Før intervju var det en gjennomgang av innholdet i informasjonsskrivet og deres rettigheter. Når informant hadde stilt spørsmål og uttrykte en forståelse for innholdet skrev de under samtykkeerklæringen. Skjemaet innebar at deltakerne gav frivillig samtykke til deltakelse i studien ved intervju som ble tatt opp ved lydopptak.

4.0 Resultater

Utvalget bestod av fire kontaktlærere på 5.-7. trinn. Fremstilling av resultater organiseres i underkategorier som har sitt utgangspunkt i intervjuguidens hovedområder. Tematisering benyttes derfor som fremstillingsform i denne studien. Direkte sitater fra enkelte lærere som trekkes frem i denne sammenheng markeres med angitt pseudonavn og anses som relevant for min problemstilling.

4.1 Lærernes stilling

L1 var kontaktlærer på 5. trinn og hadde 1 ½ års erfaring som lærer. Informanten hadde master innen kosthold i skolemiljø og underviste hovedsakelig i mat og helse. Denne læreren hadde ansvar for spisetid med sin klasse en dag i uken, grunnet annet organisatorisk arbeid.

L2 arbeidet som kontaktlærer på 5. trinn og hadde 20 års erfaring i skolen. Informanten underviste stort sett i alle skolefag utenom mat og helse. Personen hadde ansvar for spisetid alle skoledagene.

L3 var kontaktlærer på 6. trinn og hadde arbeidet 18 år i skolen. Informanten underviste ikke mat og helse, men hadde fysisk aktivitet som et av sine hovedfag. Informanten hadde ansvar for spisetid alle skoledagene.

L4 arbeidet som kontaktlærer på 7. trinn og hadde tilnærmet 4 års erfaring som lærer. Som flere av de andre informantene underviste L4 i mange fag, men ikke mat og helse. Informanten hadde også ansvar for spisetid alle skoledagene.

4.2 Organisering av måltidet

Lærerne kom fra fire forskjellige skoler, som alle baserte seg på den tradisjonelle matpakke og abonnement ordningene for frukt og melk. Alle informanter var selv ansvarlige for organisering av spisetiden, og det var dermed ingen felles retningslinjer for eller samarbeid mellom lærerne på skolen. Det eneste som var bestemt av skolens ledelse var tidspunkt for spisetid, som var felles for hele skolen. Samtlige informanter oppga at den nåværende spisetiden var satt fra kl. 10.40 – 11.00, og dermed gav en tidsramme på 20 minutter til

spisetid. L2 og L4 var ikke fleksible rundt tidspunktene som var satt av til spisetid. L1 og L3 var i større grad fokusert på dette. For å sikre at elevene fikk god tid til å spise, startet L3 spisetiden vanligvis noen minutter tidligere. L1 poengterte at spisetiden var svært viktig og startet derfor ofte spisingen tidligere skoleledelsens originale tidspunkt. Ingen av informantene hadde rutiner for hygiene før måltidet, og under selve måltidet organiserte lærerne ulike aktiviteter. Ingen av lærerne spiste sammen med elevene, som ble begrunnet med mangel på tid og behov for pause.

4.3 Aktiviteter under måltidet

Selv om L1 ikke kunne delta på alle måltidene hadde informanten plan for organiseringen av spisetiden alle fem dagene. Ordningen var bestemt i samarbeid med elevene slik at lærer og elever bidro til måltidets aktiviteter. To dager i uken så elevene på supernytt, to andre dager hørte de på lydbok. Hver torsdag når L1 hadde ansvaret for spisepausen, var det kafe. Da spiste elevene i bestemte grupper og hørte på musikk fra streamingtjeneste uten musikkvideo. Ved kafe fikk elevene anledning til å prate sammen, mens under supernytt og lydbok var dette ikke tillatt. Informanten ble også spurt om dette var praksis for flere lærere på skolen.

L1:

«Nei altså dette er bare noe jeg gjør med min gjeng. Det snakkes lite i kollegiet akkurat om hva man gjør under spisingen, alle kjører liksom sin egen greie. Nå må de som har ansvar for min klasse de andre dagene følge min plan, men opplever ellers at det er litt sporadisk etter hvilken lærer som liker og foretrekker hva.»

L2 og L4 fortalte at det aldri var en planlagt aktivitet for spisetiden, og derfor varierte fra dag til dag. I stor grad var det elevene som bestemte dette. I begge klassene var det oftest Supernytt eller Newton som ble benyttet under spisetiden. Begge informanter hadde tidligere prøvd høytlesning og var mindre fornøyd med løsningen da de var låst til en oppgave og dermed fikk dårligere oversikt over klassen. Både L2 og L4 oppga at elevene fikk prate sammen dersom supernytt ikke var på. L4 dro også frem egne betraktninger om hvorfor supernytt var blitt så populært under spisetiden:

L4:

«Det er ekstremt fengende for elevene, og sånn pedagogisk sett er jeg veldig fan. Det støtter jo ofte opp mot pensum fra de ulike fagene deres, og da får de liksom lært noe under spisingen også. At de minuttene blir brukt til noe konstruktivt.»

L3 var opptatt å tydelig markere spisetiden, ved at elevene la frem matpakke og sang for maten. De vekslet mellom supernytt og høytlesning i bolker. Høytlesningen ble koblet opp mot tema i andre undervisningsfag. Under disse aktivitetene var det ikke tillat å snakke med andre medelever. Selv om lærer oppga at de stod fri til organisering, oppfordret foreldre og skoleledelse til høytlesning under måltidet.

4.4 Fokus under måltidet

Samtlige lærere fortalte at det var viktig å passe på at alle elever spiste under måltidet. L1 begrunnet dette fokuset med matens betydning for elevenes energi og konsentrasjon i løpet av skoledagen. Både L2 og L4 forklarte at dette var i fokus ettersom foresatte ønsket at lærer fulgte opp enkelt elever som vanligvis ikke spiste. Alle informanter dro også frem betydningen av å sikre gode rammer for måltidet. L2 forklarte at det var viktig å holde ro og orden under måltidet. L4 fortalte videre at det var viktig å skape en mindre formell struktur slik at elevene fikk avkobling. Både L3 og L1 dro frem måltidets sosiale aspekt, hvor det var viktig å skape en god atmosfære som ga mulighet til å ha det hyggelig sammen med mat. L3 la til grunn at et behagelig miljø kunne gjøre det lettere for elever som har et vanskelig forhold til mat. L1 uttrykket også at arbeid med godt spisemiljø var viktig ettersom mange barn og unge kan oppleve et anstrengt forhold til mat i de kommende årene.

4.5 Mulighet til å påvirke elevers måltidsvaner

Lærerne ble videre spurt i hvilken grad de følte at de kunne påvirke elevers måltidsvaner under spisetiden. L1 mente at læreren har stor påvirkningskraft ovenfor elevene, da måltidet var en gjentakende hendelse. Samtidig påpekte informanten at muligheten til å påvirke innholdet i matpakken var begrenset, men rammene og vanene som ble etablert under måltidet i stor grad var mulig å påvirke i positiv retning. Læreren var også av den oppfatning at det er store begrensninger til hvor stor innvirkning en kan ha, ettersom frokost, middag og matpakke tilberedes hjemme. L2 fortalte at dette var utenfor lærerens makt, og dermed i

liten grad kunne påvirke elevers måltidsvaner ettersom matpakken var foreldrenes ansvar. Personen nevnte ikke noe videre angående måltidets rammer. L3 følte at det var mulighet til å påvirke både innhold i matpakke og vaner rundt gjennom samtale med foreldre og elever, samt struktur for prosedyrer under måltidet. L4 følte ikke det var mulighet til å påvirke måltidsvanene, og var av samme inntrykk som L2, at måltidsvaner var utenfor skolens ansvarsområde.

4.6 Barrierer i lærerens helsefremmende arbeid

Informantene ble også spurt om hvilke utfordringer de møter i prosessen med å gjøre måltidet til en helsefremmende arena.

4.6.1 Ledelse

L1 påpekte at mangel på struktur fra skoleledelsens side gjorde det vanskelige å følge opp myndighetenes føringer, og at det derfor utfordrende å arbeide systematisk for å gjøre skolemåltidet til en helsefremmende arena. Det var bare L1 av de fire informantene som hadde kjennskap til nasjonale retningslinjer for mat og måltid i skolen samt punkt om måltid i forskrift for miljørettet helsevern i skole. På skolene hvor L2, L3 og L4 arbeidet var måltid ikke noe man jobbet aktivt med.

L4:

«Måltid er ikke noe skolen jobber med. Som lærer er det så veldig mye en skal planlegge og ordne, så føler ikke at vi bruker tid på å jobbe strategisk med helsefremmende strategier. Føler kanskje måltidet kommer i skyggen av alt det andre, det faglige. Mat er jo viktig for helse og læring, men tenker at det ansvaret ligger hos foresatte.»

L1 fortalte at måltid vanligvis ikke var et tema for møter og utviklingsarbeid. Unntaket var et tilfelle hvor helsesykepleierne hadde mottatt bekymringsmeldinger fra foresatte, da mistanken var at elevene ikke fikk tid og anledning til å spise matpakken. Ledelsen iverksatte et prøveprosjekt for hele skolen, hvor skjermbruk ble forbudt og spisetiden utvidet til 30 min. Informant fortalte videre at det var liten oppfølging under og etter prosjektet, og hadde

ikke hørt noe fra ledelse i ettertid angående videre planer. Videre følte personen ikke at egen kompetanse innenfor feltet ble benyttet av ledelse utenfor faget

L1 – «Jeg tror det må komme ovenfra, at det ikke bare er anbefalinger for da kommer det nok ikke til å skje noe hverken på skole eller kommunalt nivå. Det må være lovpålagt, som andre ting i skolen er lovpålagt. Føler liksom ikke at helsefremmende måltider er noe som gjennomsyrrer tankegangen på skolen»

4.6.2 Foresatte

Samtlige informanter trekker frem foreldresamarbeid som en sentral utfordring. L1 og L3 fortalte at det var utfordrende å sikre at innholdet i matboksen var sunt, ettersom dette var foreldrenes ansvar. Begge informanter dro frem at sunn matpakke var tema under foreldremøter og trekantsamtaler hvis nødvendig. Her ble det informert om hvordan ulike matvarer påvirker energi og konsentrasjon, samt tips til innhold. L3 oppga også i samarbeid med foreldre å lage regler for ja og nei matvarer. Ofte viste det seg at flere ikke fulgte disse reglene, og læreren benyttet seg da av skriftlig påminnelse til foreldre på ukeplan dersom matpakkekvaliteten blant elevene ble redusert. L2 dro også frem foreldre samarbeid som en hindring. Det ble oppfordret til sunn matpakke på det første foreldremøtet, men ingenting utenfor dette. Læreren mente at regler for innhold i matpakken var vanskelig å innføre ettersom flere elever var kresne, og det dermed kunne medføre til at de ikke spiste under måltidet dersom enkelte matvarer ble forbudt. Informanten uttrykket og noe usikkerhet til egen kompetanse innenfor dette område, og at det var en av grunnene til at informanten ikke involverte seg mer. Samtidig påpekte personen at dette var foreldrenes ansvar og at det var utenfor lærerens arbeidsoppgaver. L4 hadde ikke gjort seg så mange betraktninger men dro frem foreldrene som en mulig hindring, ettersom det var de som bestemte innholdet i elevens matpakke. Informanten oppga videre at måltid og matpakke ikke var tema under foreldremøter. Et annet aspekt ved samarbeidet som flere lærere dro frem var kulturelle forskjeller. Det var en faktor som bidro til store ulikheter i matpakkene. L1 utdypet sine erfaringer med at de ulike kulturene hadde ulike oppfatninger av hva som egnet seg til lunsj, som gjorde det utfordrende å gjennomføre samarbeid med hjemmet.

5.0 Diskusjon

Måltid som en del av det helsefremmende arbeidet i skolen er et fokusområde av betydning for barn og unges helse, noe som kommer tydelig frem i gjeldende politiske styringsdokumenter og lovverk. Resultatene viser at lærerne benytter ulike strategier, men kaster også lys over lærerens forutsetninger for tilrettelegging av helsefremmende måltider. For å få belyse problemstillingen, valgte jeg å se nærmere på resultatene med utgangspunkt i strategier, holdninger og kompetanse samt eventuelle utfordringer som virket fremtredende.

5.1 Lærerens strategier

I arbeidet med å tilrettelegge for gode måltid kom det frem bruk av ulike strategier.

5.1.1 Organisering av måltidet

Lærerne var av den oppfatning at spisemiljøet var viktig, og dermed tilrettela for dette på ulike måter. Alle lærerne var tilstede under måltidet for å holde ro og orden, som i høy grad samsvarer med retningslinjenes anbefalinger. Flere av dem benyttet seg også av aktiviteter som samlet elevene og tilsynelatende skulle ivareta et godt miljø. Bruk av TV under måltidet var noe alle lærerne benyttet seg av, men viser seg også å være utbredt på skoler i hele Norge (Norges forskningsråd, 2018, s. 16). Valg av denne aktiviteten ble begrunnet med at det var populært blant elevene og hadde relevant innhold for undervisningsfagene. Det ble også trukket frem at høytlesningen på lik linje med TV gav elevene et felles fokus. Kobler man dette opp mot lærernes vektlegging av et godt spisemiljø, kan da tenkes at slike aktiviteter bidrar til et felleskap som ellers kan være utfordrende med ulike matpakker. Sett i et slikt perspektiv kan det tenkes at felles aktiviteter kan støtte opp under retningslinjenes anbefaling om gode spisemiljø.

Lærerne var opptatt av å etablere gode spisemiljø, men virket mindre bevisst på hvilke verdier og holdninger som kom til uttrykk i måltidskonteksten. På en annen side kan det derfor stilles spørsmål om en slik strategi samtidig motarbeider andre deler av helsedirektoratets anbefalinger. Ettersom flere av lærerne ønsket ro under slike aktiviteter gav det ikke elevene mulighet til å prate sammen. Dette kan derfor stå i konflikt med samme anbefaling om å ivareta det sosiale aspektet ved måltidet. Det utdypes også at skolene

derfor bør begrense og samtidig har et bevisst forhold til bruk av TV under måltider (Helsedirektoratet, 2015, s. 20). Tjomsland og Viig (2019, s. 106) hevder at måltidet også kan være arena for etablering av uheldige måltidsvaner dersom en ikke er bevisst. ENERGY studien viser til en klar sammenheng mellom TV visning under måltider og forekomst av overvekt og dårligere kostholdskvalitet blant barn (Vik et al., 2013, s. 2). L1 viste til skolens prøveprosjekt for skjermfri spisetid, på grunn av mistanke om at elevene glemte å spise. Lærerens erfaring fra dette prosjektet var derimot liten til ingen forskjell i opplevelse av elevenes inntak av mat. Aarø & Klepp (2017, s. 45) viser imidlertid til at verdier og holdninger som kommer til uttrykk i måltidskonteksten kan påvirke atferden til individet. Da flere av lærerne oppgir at skjermtid benyttes under hvert måltid, kan det tenkes at det etterhvert blir vanedannende i andre måltidskontekster utenfor skolen. Når lærerne begrunnet valg av aktivitet var fokuset i hovedsak rettet mot faglig innhold og elevenes preferanser, og i mindre grad koblet det opp mot helseaspektet ved måltidet. Det kan da være uheldig om en lite bevisst holdning til de aktiviteter som gjennomføres over tid, kan fremme en helseatferd som kan ha negativ innvirkning på helsen.

En mer bevisst tilnærming til bruk av aktiviteter under måltidet kommer til uttrykk hos læreren med høy kompetanse i mat og helse faget. I denne sammenheng gis det eksempel på aktiv elevdeltakelse i det helsefremmende arbeidet. Læreren hadde en plan for de ulike dagene som var utviklet i samråd med eleven. Skjermtiden ble da begrenset til to måltider i uken, mens de andre dagene i større grad var organisert rundt sosiale aktiviteter. Dette viste seg å være en ordning som både elever og lærer var fornøyd med. Å la elevene ha medvirkning rundt organisering, kan vises til som et effektivt middel i helsefremmende arbeid da dette er med og styrker individets kontroll over faktorer som påvirker helsen (Klepp, Stigen, Aarø, 2017, s. 29).

Det kan tyde på at bevisst holdning til bruk av aktiviteter og medførende konsekvenser for elevenes matvaner varierer blant lærerne. L1 og L3 med kompetanse innen mat og helse og fysisk aktivitet, gav større uttrykk for en bevisst holdning til de ulike aktivitetene gjennom tydelige begrensninger. På tross av kompetanse, er det likevel felles for alle informanter at det iverksettes aktiviteter som fjerner elevenes mulighet til å sosialisere under måltidet og dermed strider med deler av helsedirektoratets anbefalinger.

5.1.2 Samarbeid

Folkehelseutfordringene i samfunnet er komplekse, noe som tilsier at helsesektoren alene ikke kan ha ansvaret for å løse dem. Wilhelmsen & Samdal (2014, s. 14) tar opp betydningen av samarbeid mellom de ulike private og offentlige instanser. Forebyggingstiltak bør derfor ideelt sett favne flere av barnas livsarenaer. Etersom organiseringen av det norske skolemåltidet er basert på at elever tar med matpakke til skolen, vektlegges foreldrene som en viktig samarbeidspartner i skolens helsefremmende arbeid (Samdal, 2017, s. 368). Flere av lærerne dro frem samarbeid med foresatte som viktig strategi for å sikre gode måltid. L1 og L3 viste til at slike samarbeid gjerne ble etablert og fulgt opp under foreldremøter, trekant samtaler og gjennom påminnelser på ukeplaner. Samtidig fremkommer det også at noen av lærerne prioriterte dette i liten grad og derfor ikke inkluderte foresatte i dette arbeidet. Da det varierte i hvilken grad dette samarbeidet ble vektlagt, kan det ses i sammenheng med lærerens oppfatning av ansvarsområde og vektlegging av samarbeid mellom skole og hjem. De lærerne som ga uttrykk for at elevenes måltid på skolen var foresattes ansvar viste seg i mindre grad å ha skolemåltidet som tema for skole-hjem samarbeidet. St. Melding 19 vektlegger derimot at skolen må ta ansvar for å sikre gode skolemåltid, og at samarbeid med foresatte er viktig for å etablere gode måltidsordninger med dagens nåværende løsning (Helse og omsorgsdepartementet, 2018, s. 20).

L1 viste også til et eksempel hvordan skolehelsetjenesten ble involvert i skolemåltidets organisering. Basert på bekymringsmeldinger fra foresatte angående matpakken, anbefalte de ledelsen å redusere skjermbruken. Det ble da vedtatt skjermfri måltid for hele skolen i 1 måned for å se etter positive endringer. Samdal (2017, s. 367) hevder imidlertid at evaluering av tiltak i ettertid er nødvendig for å bevise effekten av arbeidet. Dette var noe som manglet i kjølvannet av prosjektet ved skolen til L1. På en annen side drar Samdal (2017, s. 368) også frem skolehelsetjenesten som en viktig samarbeidspartner i skolens helsefremmende arbeid. Dette kan dermed vise til hvordan skolehelsetjenesten kan være en ressurs for lærerne i å avdekke helseatferd blant elevene, og videre bistå i arbeidet.

5.2 Betydning av kompetanse og holdninger

Et av områdene som var interessant å nærmere på, var om kompetanse hadde en innvirkning på holdninger og innsats rettet mot måltidet. Da relevant kompetanse hos dem som arbeider med helsefremmende arbeid dras frem som en viktig faktor i utførelsen av oppgaven (Samdal, 2017, s. 360). Skolens ledelse og pedagogiske personal, burde spille en bevisst rolle i utviklingen av elevers mat og måltidskultur, så flere barn og unge oppmuntres til å holde fast i de relativt bedre vanene fra ung alder, mens de vokser opp (Høytrup & Nielsen, 2012, s. 71). Helsedirektoratet (2015, s. 19) viser til at lærere med kompetanse i faget mat og helse kan være en ressurs i arbeidet med måltider i skolen. På en annen side kommer det også frem en bevisst holdning hos den ene læreren som ikke har kompetanse i mat og helse, men i kroppsøving. Lærerne med kompetanse innenfor disse fagene vektla lengre spisetid for å skape gode rammer for måltidet og sikre kvaliteten av måltidet. Det er også antydninger til at disse lærerne i større grad bevisst benyttet seg av ulike strategier for å sikre måltidet, enn lærerne uten kompetanse innenfor dette området.

Det var bare L1 av de fire som kjente til helsedirektoratets retningslinjer for mat og måltider i skolen, som var den eneste med kompetanse i mat og helse faget. På tross for dette benytter L2, L3 og L4 seg av strategier som foreldresamarbeid, 20 min spisetid og gode spisemiljø som støttes av anbefalingene selv om de ikke har kjennskap til dem. Det er da mulig at lærernes handlinger rundt måltidet kan samsvare med retningslinjene selv om disse ikke utgjør grunnlaget for arbeid med måltider i skolen. På en annen side kan det virke som at det er mulige fordeler ved å kjenne til retningslinjen, ettersom kompetanse kan bidra til en bevisst holdning og se mulighetene ved arbeidet som utføres (Samdal, 2017, s. 360).

Det kom frem ulike holdninger rettet mot måltidet. Oppfatningen av mulighet til å påvirke elevenes matvaner varierte. L1 og L3 oppga at læreren hadde stor innflytelse gjennom kontakt med foreldre og elever. L1 var også av den oppfatning at rammene for måltidet kunne bidra til elevene fikk et positivt forhold til mat i de kommende årene. L2 og L4 følte derimot at de i liten grad hadde mulighet til å påvirke matvanene gjennom måltidet, ettersom de ikke kunne kontrollere innholdet i matpakken. Samtidig uttrykket disse lærerne at matpakken hovedsakelig var foresattes ansvar. Betydningen av lærerens holdninger kan videre ses i sammenheng med Holthe, Larsen & Samdal (2011, s. 322) som hevder at dersom

lærere ikke anser elevenes matpakke og kostholdsvaner som skolens ansvar, kan det ha en innvirkning på implementeringen av retningslinjer og dermed gjennomføringen av måltidet. Det kan da antydtes at lærerens oppfatning av mulighet til påvirkning er med å påvirke utnyttelse av skolemåltidet som arena for helsefremmende arbeid. Intervjuene indikerer videre at lærerne som mente at det var utenfor deres ansvarsområde og påvirkningsmuligheter i mindre grad enn de andre benyttet seg av strategier for å bevisst sikre gode måltid. Videre kan holdningene i denne studien, der lærerne mente de hadde liten grad av påvirkning ovenfor elevenes matvaner, være linket til lærers kompetanse. Gjennom svarene som fremgikk kan det se ut til at lærernes holdninger og kompetanse påvirker innsatsen rettet mot måltidet, som samsvarer med resultatene fra studien til Holthe, Larsen & Samdal (2011).

Man finner også enkelte holdninger blant lærerne som virket motstridende til hva som ble praktisert. Dette kan ligge til grunn i oppfattelsen av hvor ansvaret ligger. Samtlige lærere mente at måltidet var viktig for helse og læring hos elevene. Likevel var det enkelte lærere som ikke hadde fokus på måltidet, da de ikke mente dette var deres ansvar men foresattes.

5.3 Lærers utfordringer – barrierer

I denne studien uttrykker lærerne enkelte hindringer som kan påvirke i hvilken grad de benytter seg av måltidet som arena for helsefremmende arbeid.

5.3.1 Samarbeid

Foreldresamarbeid ble tidligere trukket frem som en strategi i tilretteleggelsen for gode måltid, men viste seg også å by på en rekke utfordringer. Flere av lærerne viste til at kulturelle forskjeller bød på ulike oppfatninger av lunsjens innhold, og dermed gjorde det utfordrende å nå frem til enkelte foresatte. L3 trekker videre frem at foreldrene ofte viser seg motvillige til å følge råd som gis på tross av at foreldre hadde sagt seg enige i ja og nei matvarer på foreldremøter. I tråd med dette nevner L2 at det var vanskelig å ha strenge regler for hva foresatte kan sende med elevene, da noen barn kan være svært kresne og dermed hovedsakelig medbrakte sukkerrike produkter. Denne læreren mente derimot at det var viktigere eleven spiste noe i motsetning til ingenting. Sett i fra et slikt perspektiv er det nærliggende å tro at faste regler ikke nødvendigvis alltid er fordelaktig dersom det fører til at

elever ikke spiser. Det faktum at lærere ikke vektlegger samarbeid med foresatte kan derimot i seg selv være en utfordring for skolens helsefremmende arbeid, da og St. Melding 19 viser til at samarbeid er en viktig forutsetning for å kunne etablere gode måltid med dagens nåværende løsning (Helse og omsorgsdepartementet, 2018, s. 20). En mulig faktor som kan begrense et slikt samarbeid kan videre ses ut ifra L2s erfaringer som viser at mangel på kompetanse bidrar til usikkerhet.

5.3.2 Organisatoriske hindringer

Helsedirektoratet (2015, s.15) poengterer behovet for at måltidet innlemmes i skolens rammeplaner da dette er med å sikre et kontinuerlig utviklingsarbeid og kvalitetssikring. Videre viser Viig & Wold (2005, s.86) til at skolens ledelse er med på å forme skolens arbeidsmiljø og dermed påvirker lærerens holdninger til og praktisering av helsefremmende arbeid. Samtlige lærere gav derimot uttrykk for at skolemåltidet generelt ikke stod i fokus på skolen. De kjente heller ikke til interne retningslinjer for utførelse av måltider på skolen, og hadde ingen tidligere erfaringer med at måltid var samtaleemne under møter. Ut ifra lærernes erfaringer kan det virke som at skolefagene blir prioritert fremfor fokus rettet mot måltidet, men også at læreren er av den oppfatning at slike helsefremmende tiltak faller på den enkeltes skuldre. Noen av lærerne gir uttrykk for at det ikke var tid til overs til å kunne strategisk arbeide med helsefremmende måltider. Dette impliserer videre behovet for at dette ikke overlates som enkeltansvar hos lærer men integrert i skolens arbeid. Helse- og læringsmål fremstilles i denne sammenheng nesten som separate og til dels konkurrerende målsetninger på skolen. De administrative forholdene som fremkommer i denne studien kan også støttes av Kickbusch (2012, s. 71), som poengterer at helse ofte blir betraktet som et vedlegg til skolens aktivitet fremfor en integrert del av skolens praksis. Engasjement og støtte fra skoleledelse er blant de mest avgjørende organisatoriske faktorene for å kunne gjennomføre effektive og vedvarende endringer (Viig, Tjomsland & Wold, 2010, s. 11). Det fremkommer da et behov for at skolens ledelse i større grad støtter under og påtar ansvar for de helsefremmende oppgavene som skolen er pålagt. Gjennom intervjuet kom det frem at informanten med høy kompetanse innen mat og helse faget, ikke ble benyttet som ressurs av skolens ledelse. Det kan tenkes at medvirkningsstrategien læreren benyttet seg av kunne vært gunstig for flere klasser. Denne læreren besitter da et ubrukt potensial, ettersom slike ressurspersoner kan bidra med kompetanseheving og motivering av lærerkollegiet

(Viig, Tjomsland & Wold, 2010, s. 16). Videre kan fraværet av et helhetlig arbeid med måltider på skolen, redusere effekten av enkelt tiltakene denne læreren utfører i sin klasse (Samdal, 2017, s. 365). Det kan være verdt å trekke frem at både nasjonale retningslinjer og kompetanse hos ansatte er lett tilgjengelige ressurser som skolene tilsynelatende ikke utnytter. Det er da nærliggende å tro at enkelte faktorer som viser seg avgjørende for lærerens mulighet benytte seg måltidet som helsefremmende arena, i denne studien ligger hos skolens ledelse.

På en annen side kan prøveprosjektet ved den ene skolen demonstrere hvordan tiltak fra skolens ledelse er med å støtte lærerens helsefremmende arbeid. Selv om man ikke så noen endringer ved innføringen av tiltaket, kan det tenkes at et felles fokus på initiativ fra ledelsen kan aktiviserer en mer bevisst holdning blant skolens personal.

5.4 Diskusjon av metode

Den kvalitative metoden i denne studien tillater større grad av spontanitet og tilpasning mellom forsker og deltaker (Christoffersen & Johannesen, 2012, s. 17). Dette kan derimot gjøre studiens etterprøvbarehet noe utfordrende. Detaljert beskrivelse av forskningsstrategi og fremgangsmåte blir da viktig slik at utenforstående kan vurdere prosessen trinn for trinn (Thagaard, 2018, s. 187). For å foreta en vurdering vil studien diskuteres i lys av to begreper, validitet og reliabilitet.

Datamaterialets reliabilitet sier noe om troverdigheten og hvor pålitelige dataene som produseres i studien er (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 276). Tjora (2017, s.251) konkretiserer videre at reliabilitet i kvalitativ forskningsmetode er knyttet til faktorer som kan påvirke resultatene. Både under intervju, transkripsjon og analyse av datamaterialet kan reliabiliteten derfor påvirkes. Spørsmålene ble bearbeidet flere ganger for å sikre at de samsvarte med problemstillingen, men det ble ikke gjennomført et prøveintervju i forkant av intervjuene. I kombinasjon med at informantene ikke fikk kjennskap til spørsmålene i forkant, kan det ha ført til at noen spørsmål til tider ble misforstått og måtte omformuleres underveis. Motivasjonen bak denne studien var basert på egne erfaringer fra praksis, og jeg har derfor vært bevisst på min nære posisjonering til problemstillingen. Dette kan ifølge Tjora (2017, s. 235) påvirke både positivt og negativt på intervju samt tolkning av empirien.

Under intervjuet forsøkte jeg derfor å opptre så nøytral og objektiv som mulig samt stille ikke-ledende spørsmål, for å i minst mulig grad påvirke informantenes svar. Lyddopptakene var av god kvalitet og la derfor et godt grunnlag for ordrett transkripsjon. Det vil gi mindre rom for at forskerens egne fortolkninger påvirker resultatene. Utfordringen viste seg derimot å være gjennomgang av store mengder data. Det kunne derfor vært en fordel om flere så over transkripsjonen for å redusere sjansen for at viktig informasjon ble oversett. En mulig svakhet i denne studien blir da at resultater og drøftinger hovedsakelig behandles av en person.

Validitet handler om gyldigheten til oppgaven, og hvorvidt de data som produseres faktisk er relevant for problemstillingen (Tjora, 2017, s. 232). I ettertid har jeg derfor stilt spørsmål ved om valgt metode er en valid presentasjon av virkeligheten. En åpenbar svakhet med metoden i denne studien er et utvalg bestående av kun 4 informanter. Det gjør resultatene i slike kvalitative resultater lite generaliserbare. Da det kun ble intervjuet en lærer fra hver skole, vil ikke dette representere holdningene og erfaringene til resten av personalet. Det er heller ikke mulig å påstå at dette representerer holdninger, og praktisering til alle lærere i Norge ettersom både skoler og personal har stor frihet i gjennomføringen av måltider. Likevel var det samsvar i deler av resultatene fra de ulike informantene. Studiens helhetlige resultat samsvarer med resultater fra tidligere landsomfattende kartlegginger, og dette i kombinasjon med at informantene ble rekruttert fra forskjellige skoler kan da tenkes å styrke studiens validitet ettersom det ikke bare belyser tilstanden på en enkelt skole. Det er forsøkt å styrke studiens validitet ved å hele tiden være bevisst på forskningen pågår innenfor rammene av faglighet, forankret i relevant forskning og teori.

6.0 Avslutning

Formålet med denne studien var å få innsikt i hvordan lærerne benyttet skolemåltidet som arena for helsefremmende arbeid. Lovgivninger og offentlige føringer poengterer klart myndighetens ønske om en skole som anvender skolemåltidet som en arena for å fremme helse. Barn og unges helse er derimot en kompleks sak, som videre tilsier at det ikke er en konkret oppskrift på hvordan lærerne kan arbeidet med det da skolen og klassens utfordringer vil variere. Studien viser at lærerne var opptatt av gode spisemiljø og dermed benyttet ulike strategier som aktiviteter, fleksibel spisetid, samarbeid med foresatte og

elevmedvirkning for å sikre at barna fikk et godt skolemåltid. Mye av det som praktiseres står derfor i tråd med helsedirektoratets retningslinjer. Likevel fremkommer det at lærernes egne holdninger angående rolle og ansvar i det helsefremmende arbeidet varierte, og virket avgjørende for innsatsen som ble rettet mot måltidet. Manglende kompetanse, struktur for samarbeid og bruk av retningslinjer fremkommer også som viktige faktorer for i hvilken grad lærerne benytter arenaen for helsefremmende arbeid.

Selv om studien er liten og resultatene ikke kan generaliseres, er det mye som samsvarer med resultater fra tidligere kartlegginger. Det virker som at det er et stort gap mellom myndighetens visjoner og lærernes praktiseringer, til tross for innføring av nye retningslinjer og ny folkehelselov. Kjennskap til retningslinjer og relevante offentlige føringer blir derfor nødvendig for at lærernes innsats kan bidra til å nå de nasjonale målene om at alle barn og unge skal få tilbud om sunne skolemåltid. På bakgrunn av dette virker det hensiktsmessig at skolesektoren og dens pedagogiske personal i større grad bevisstgjøres på sin rolle i det tverrsektorielle folkehelsearbeidet. Økt støtte og regulering fra skoleledelse kan ut ifra denne studien ses på som viktige faktorer for å bistå lærerne i å gjennomføre helsefremmende skolemåltid.

7.0 Litteraturliste

- Aarø, L. E. & Klepp, K-I. (2017). Hva former vår helserelaterte atferd?. I K-I. Klepp & L. E. Aarø (Red.), *Ungdom, livsstil og helsefremmende arbeid* (4. utg., s. 38- 62). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Andresen, A. & Elvbakke, K. (2007). From poor law society to the welfare state: School meals in Norway 1890's – 1950's. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 61(5), 374-377. Hentet fra <https://jech.bmj.com/content/jech/61/5/374.full.pdf>
- Christoffersen, L. & Johannesen, A. (2012). *Forskningsmetode for lærerutdanningene*. Oslo: Abstrakt forlag AS.
- Dalland, O. (2012). *Metode og oppgaveskriving* (5. utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- De nasjonale forskningsetiske komiteene. (2016). Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi. Hentet fra https://www.etikkom.no/globalassets/documents/publikasjoner-som-pdf/60125_fek_retningslinjer_nesh_digital.pdf
- Departementene. (2017). *Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold (2017-2021): Sunt kosthold, måltids glede og gode helse for alle!*. Hentet fra: https://www.regjeringen.no/contentassets/fab53cd681b247bfa8c03a3767c75e66/handlingsplan_kosthold_2017-2021.pdf
- Finnish National Board for Education. (2014). School meals in Finland. Hentet fra https://www.oph.fi/download/155535_School_meals_in_finland.pdf
- Fischler, C. (2011). Commensality, society and culture. *Social science information*, 50(3-4), 528-548. Hentet fra <https://doi.org/10.1177/0539018411413963>
- Fjellstrøm, C. (2009). The family meal in europe. I H. L. Meiselman (Red.), *Meals in science and practice: Interdisciplinary Research and Business Applications*(219-235). Cambridge: Woodhead Publishing.
- Folkehelseloven. (2011). Lov om folkehelsearbeid (LOV-2017-03-03-8). Hentet fra <https://lovdata.no/lov/2011-06-24-29>
- Forskr om miljørettet helsevern i skoler mv. (1995). Forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler m.v.(FOR-2013-06-21-728). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/1995-12-01-928>

- Helse og omsorgsdepartementet. (2018). *Folkehelsemeldingen: Gode liv i et trygt samfunn*. (Meld. St. 19 (2018-2019)). Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-19-20182019/id2639770/>
- Helsedirektoratet. (2013). *Mat og måltider i skolen: En kvantitativ landsdekkende undersøkelse blant kontaktlærere, skoleledere og ansvarlige for kantine/matbod* (IS-2135). Hentet fra <https://www.helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/297/Mat-og-maltider-i-grunnskolen-IS-2135.pdf>
- Helsedirektoratet. (2015). *Nasjonalfaglig retningslinje for mat og måltider i skolen DEL 1: Barneskole og fritidsordning* (IS-2371BM). Hentet fra <https://helsedirektoratet.no/Documents/NFR/skolemat/mat-og-maltider-barneskole-og-SFO-nfr-bokmal.pdf>
- Higgs, S. & Thomas, J. (2016). Social influences on eating. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 9, 1-6. Hentet fra <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2015.10.005>
- Holm, L. (2012). Måltidets sociale betydning. I L. Holm & T. Kristensen (Red.), *Mad, mennesker og måltider: samfunnsvidenskabelige perspektiver* (2. utg., s. 23-38). København: Munksgaard.
- Holthe, A., Fossgard, E. & Wergedahl, H. (2015). Skolens matlandskap som arena for danning. I B. O. Hallås & G. Karlsen (Red.), *Natur og danning: profesjonsutøvelse, barnehage og skole* (s. 253 – 270). Bergen: Fagbokforlaget.
- Holthe, A., Fossgard, E. & Wergedahl, H. (2019). Mat, kosthold og folkehelse. I E. Å. Skille, I. B. Vedøy, K. R. Skulberg (Red.), *Folkehelse: en tverrfaglig grunnbok* (s. 70 - 96). Vallset: Oplandske Bokforlag.
- Holthe, A., Larsen, T. & Samdal, O. (2011). Understanding barriers to implementing the Norwegian national guidelines for healthy school meals: a case study involving three secondary schools. *Maternal & Child Nutrition*, 7(3), 315- 327. <https://doi.org/10.1111/j.1740-8709.2009.00239.x>
- Høytrup, J. F. & Nielsen, M. K. (2012). Mad og måltider i skolen. I L. Holm & T. Kristensen (Red.), *Mad, mennesker og måltider: samfunnsvidenskabelige perspektiver* (2. utg., s.69- 82). København: Munksgaard.
- Kickbusch, I. (2012). *A policy priority for children and youth in europe: A process for change*. Hentet fra <https://www.learningforwellbeing.org/publication/>

- Klepp, K-I., Stigen, O. T. & Aarø, L. E. (2017). Folkehelsearbeid blant barn og unge i Norge. I K-I. Klepp & L.E. Aarø (Red.), *Ungdom, livsstil og helsefremmende arbeid* (4. utg., s. 17-37). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2017). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Lyshol, H. (2014). Et historisk perspektiv. I U-G. S. Goth (Red.), *Folkehelse i et norsk perspektiv* (s. 17- 31). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Mikkelsen, B. E. (2011). Images of foodscapes: Introduction to foodscapes studies and their application in the study of healthy eating out-of-home environments. *Perspectives in public health*, 131(5), 209-216. Hentet fra <https://doi.org/10.1177/1757913911415150>
- Mæland, J. G. (2014). *Forebyggende Helsearbeid: Folkehelse i teori og praksis* (3. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Norges Forskningsråd. (2018). *Hva spiser elevene på skolen?: Rapport fra forskningskampanjen 2018*. Hentet fra <https://www.miljolare.no/aktiviteter/skolematen/rapport>
- Olsen, U. K. (2013, 15. januar). Skolemat som helsereform. Hentet fra <https://www.skolematensvenner.no/skolemat-som-helsereform-2/>
- Opplæringslova. (1998). Lov om grunnskolen og den vidaregåande opplæringa (LOV-1998-07-17-61). Hentet fra <https://lovdata.no/lov/1998-07-17-61>
- Samdal, O. (2017). Trivsels- og helsefremmende arbeid i skolen. I K-I. Klepp & L.E. Aarø (Red.), *Ungdom, livsstil og helsefremmende arbeid* (4. utg., s. 345- 371). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Skolefrukt. (u.d.). Hva er skolefrukt?. Hentet fra <https://skolefrukt.no/hva-er-skolefrukt/>
- Story, M., Kaphingst K. M. & French, S. (2006). The role of schools in obesity prevention. *The future of children: Princeton*, 16(1), 109-142. Hentet fra <https://search-proquest-com.galanga.hvl.no/docview/1519298729/fulltextPDF/5838473A71CA48FBPQ/1?accountid=15685>
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitative metoder* (5. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.

- Tjomsland, H. E. & Viig, N. G. (2019). Skole og folkehelse. I E. Å. Skille, I. B. Vedøy, K. R. Skulberg (Red.), *Folkehelse: en tverrfaglig grunnbok* (s. 99 - 123). Vallset: Oplandske Bokforlag.
- Tjora, A. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3.utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Vidensråd for forebygging. (2018). Fremme af sunde mad- og måltidsvaner blant børn og unge. Hentet fra http://www.vidensraad.dk/sites/default/files/vidensraad_maaltidsvaner_indhold_dig_i_0.pdf
- Viig, N. G. & Wold, B. (2005). Facilitating Teachers' Participation in School-Based Health Promotion: A Qualitative Study. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 49(1), 83-109.
- Viig, N. G., Tjomsland, H. E. & Wold, B. (2010). Program and School Characteristics Related to Teacher Participation in School Health Promotion. *Open Education Journal*, 3, 10-20.
- Vik, F. N., Bjørnarå, H. B., Øverby, N. C., Lien, N., Androutsos, O., Maes, ... & Bere, E. (2013). Associations between eating meals, watching TV while eating meals and weight status among children, ages 10-12 years in eight european countries: the ENERGY cross-sectional study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-58>
- Wilhelmsen, B. U., & Samdal, U. (2014). Skolen som arena for helsefremmende kostholdsarbeid. I A. Holthe & B. U. Wilhelmsen (Red.), *Mat og helse i skolen: en fagdidaktisk innføring* (s. 9 – 22). Bergen: Fagbokforlaget
- World Health Organization. (1948). Constitution of the world health organization. Hentet fra <http://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/EN/constitution-en.pdf?ua=1>
- World Health Organization. (1986). Ottawa Charter for Health Promotion. Hentet fra http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0004/129532/Ottawa_Charter.pdf?ua=1
- World Health Organization. (1997). Promoting health through schools (WHO technical report series; 870). Hentet fra https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/41987/WHO_TRS_870.pdf
- World Health Organization. (2006). Food and nutrition policy for schools: A tool for the development of school nutrition programmes in the European Region. Hentet fra http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0019/152218/E89501.pdf

Øverby, N. C., Torsveit, M. K., Høigaard, R. (2013). Hva er folkehelse og folkehelsearbeid?. I

N. C. Øverby, M. K. Torstveit, R. Høigaard (Red.), *Folkehelsearbeid* (s. 11-21).

Kristiansand: Høgskoleforlaget.

8.0 Vedlegg

Vedlegg 1, Samtykkeskjema

Vil du delta i forskningsprosjektet " Helsefremmende skolemåltid" ?

I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Jeg er student ved Grunnskolelærerutdanningen 5. – 10. trinn ved Høgskolen på Vestlandet, og er nå i gang med å skrive bachelor oppgave. Tema for oppgaven er skolemåltidet som helsefremmende arena i skolen. Formålet med oppgaven er å få en dypere forståelse av lærerens egne erfaringer med denne måltidsituasjonen, når det kommer til organisering, strategier og formål. På bakgrunn av dette ønsker jeg å foreta intervju med lærere på 5.- 7. trinn.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Mail utsendes til barneskoler i området, med den hensikt å intervjuere lærere på 5.-7 trinn som har ansvar for bespisningstid.

Hva innebærer det for deg å delta?

Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer det at du stiller til et intervju som varer i ca. 20-30min.

Det tas i bruk en semistrukturert intervjuguide, som betyr at spørsmålene i stor grad er åpne og dermed stimulerer til en mer naturlig samtale. Lydopptak og notater benyttes for å kvalitetssikre materialet. Lydopptaket transkriberes og dermed slettet samme dag som intervju. Alt som kommer frem i intervjuet vil bli behandlet konfidensielt og anonymisert. Informantene anonymiseres slik at ingen vil kunne bli indentifisert i den endelige oppgaven.

Frivillig å deltakelse

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om deg vil da bli anonymisert.

Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan jeg oppbevarer og bruker dine opplysninger

Jeg vil bare bruke opplysningene om deg til formålet det er fortalt om i dette skrivet.

Opplysningene behandles konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Tilgang til opplysninger som gis under intervjuet vil være meg og veileder.
- Lydfilene lagres og bearbeides på en sikker server på Høgskolen,
- I selve oppgaven vil deltaker anonymiseres ved en kode. (L1, L2 etc.)
- Det er bare opplysningene fra spørsmålene som benyttes i den endelige oppgaven

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Prosjektet skal etter planen avsluttes 03.06.19. Informantene anonymiseres slik at ingen vil kunne indentifiseres i endelig oppgave. Lydfiler transkriberes samme dag som intervju og slettet like etter.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- få slettet personopplysninger om deg,
- få utlevert en kopi av dine personopplysninger (dataportabilitet), og
- å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

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

Hvor kan jeg finne ut mer?

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

- Student: *****
 - E-post: *****

- Tlf: *****
- Veileder: *Bodil Bjørndal*. Førsteamanuensis ved Høgskulen på Vestlandet
 - E-post: bodil.bjorndal@hvl.no
 - Tlf: 55 58 70 56
 -
- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost (personverntjenester@nsd.no) eller telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Prosjektansvarlig
(Forsker/veileder)

student

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet [*Helsefremmende skolemåltid*], og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, 03.06.19

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Intervju guide

Introduksjon

Kan du si noe om deg og din stilling på skolen?

- Hvor mange år har du arbeidet som lærer?
- Hvilke fag underviser du i?

Organisering og oppfatninger

1. Kan du si noe om hvordan dere organiserer skolemåltidet på skolen /trinnet?
 - *Er det felles retningslinjer for skole, samarbeid mellom trinn, lærere osv? Eller tilfeldig organisering. Møter?*
2. Hvilken rolle har de voksne under måltidet?
 - *Hva skyldes dette?*
3. Kan du beskrive en vanlig måltidsituasjon?
 - *Hvilke aktiviteter iverksettes under måltidet?*
 - *Er det etablert rutiner/ regler?*
4. Hva er viktig for deg i en måltidsituasjon?
5. Hvilke erfaringer/ tanker har du knyttet til måltidet som en pedagogisk ressurs. F. Eks knyttet opp mot mat og helse faget?
 - *Kjennskap til om mat og helse lærer har innflytelse?*
6. Hvilke muligheter tenker du som lærer at du har til å påvirke elevenes matvaner under måltidet?
 - *Hvordan fremme sunne matvaner i en måltidsituasjon?*
7. Hvilke strategier benyttes for å ivareta det sosiale aspektet ved måltidet?
8. Benyttes nasjonale retningslinjer for mat og måltider i skolen?

Utfordringer

9. Hva tenker du om den nåværende måltidsordningen dere har?
10. Hvilke utfordringer eller hindre møter du som lærer i arbeidet med å gjøre dette til en helsefremmende arena?
 - *Samarbeid med hjemmet?*

- *Tiltak?*

11. Har du noen tanker om hvordan måltidsituasjonen kan bli tilrettelagt annerledes?

- *hva er det som skaper en hindring for dette?*
- *Er måltidsituasjonen et tema for utviklingsarbeid?*

12. Har du noe du vil tilføye som ikke er nevnt tidligere?