

Beteckning: _____



Akademien för teknik och miljö

Miljöns betydelse för den pedagogiska måltiden i förskolan

Ann-Charlotte Karlsson
Ht-2012

15hp grundläggande nivå

Lärarprogrammet 210 hp
Examinator: Cristina Hultgren Handledare: Anna Lindwall

Sammanfattning: Måltiden är en regelbunden aktivitet i förskolan där barn ska fylla på ny energi men även grundlägga goda matvanor. Därför är det viktigt att förskolan erbjuder barnen en trygg måltidsmiljö där de både utvecklar praktiska och sociala färdigheter.

Syftet med arbetet är att undersöka förskolepedagogernas syn på måltidsmiljöns betydelse, hur de uppfattar rådande måltidsmiljö samt lyfta fram sådant de skulle vilja ändra på.

Jag valde att undersöka detta med hjälp av enkätundersökning för att nå ut till en bredare undersökningsgrupp.

Resultatet visade att många pedagoger tycker att måltidsmiljön är mycket viktig samtidigt som de beskriver att de upplever sin måltidsmiljö som olustig med en ljudnivå som är hög.

En viktig del för att måltidsmiljön ska bli trygg är att det finns närvarande pedagoger.

Nyckelord: Förskola, miljö, måltidsmiljö, pedagogisk måltid

Innehållsförteckning

1 Inledning.....	1
1.1 Begreppsförklaringar.....	2
1.2 Avgränsningar.....	2
1.3 Litteraturgenomgång.....	2
1.3.1 Förskolans pedagogiska miljö.....	2
1.3.2 Måltiden i förskolan.....	4
1.3.3 Förskolans måltidsmiljö.....	5
1.4 Syfte.....	6
1.5 Frågeställningar.....	6
2 Metod.....	7
2.1 Hantering av litteratur och styrdokument.....	7
2.2 Datainsamlingsmetod.....	7
2.3 Urval och procedur.....	7
2.4 Analysmetod.....	8
3 Resultat.....	9
3.1 Hur viktig anser pedagogerna att måltidsmiljön är och hur ofta reflekteras och förändras den?.....	9
3.2 Hur ser måltidsmiljön ut på förskolan?.....	10
3.3 Vilka förändringar önskar pedagogerna göra i måltidsmiljön?.....	11
4 Diskussion.....	13
4.1 Hur viktig anser pedagogerna att måltidsmiljön är och hur ofta reflekteras och förändras den?.....	13
4.2 Hur ser måltidsmiljön ut på förskolan?.....	13
4.3 Vilka förändringar önskar pedagogerna göra i måltidsmiljön?.....	14
4.4 Tillförlitlighet.....	15
4.5 Förslag till fortsatt forskning.....	15
Referenser.....	16
 Bilaga 1	
Bilaga 2	

1 Inledning

*Kroppen måste ha mat för att överleva.
Och det är dyrt.
Italiensk sallad kostar över fem kronor kvadratmetern.*

Vidar, 5 ÅR

(Levengood & Lindell, 2001)

Då måltiden är en del av barnomsorgen är det viktigt att öppet utbyta tankar om vad som är viktigt för oss när vi äter mat och i vilken miljö vi vill äta den. Det går inte alltid att uppnå idealiska förhållanden och det finns ingen ”rätt modell” men det är viktigt att reflektera över och diskutera detta ämne (Andersson, 1991).

De flesta vill nog äta mat i en lugn och trivsamt miljö där man kan samtala med dem man har omkring sig utan att skrika för att bli hörd. Tyvärr kan det ibland vara det motsatta på en del förskolor. När Sepp, Abrahamsson och Fjellström (2006) videofilmade måltider i förskolan visade det sig att det var många barn som åt samtidigt, ville synas och höras och ideligen avbröt varandra. I den här stressiga miljön låg pedagogernas fokus på barnens praktiska färdigheter istället för att försöka skapa lugn och ro och se till att samtal fördes i normal samtalston istället för att skrika.

Sepps (2002) studie visar att pedagoger idag är väl medvetna om vad en pedagogisk måltid är, de ska vara ett stöd för barnen att klara sig själva och vara en förebild. Men eftersom de saknar en stabil grund, i form av specifika mål, kunskap och utbildning om mat och måltidens betydelse att luta sig mot, känner de sig osäkra på sin roll som vägledare i måltidssituationerna.

I det här arbetet har jag valt att lyfta miljöns betydelse för den pedagogiska måltiden. Det är viktigt att barns måltidsmiljö är trevlig så att de tidigt utvecklar en positiv inställning till mat och måltider. Om måltiderna i förskolan är stökiga och jobbiga kan det finnas risk att barn istället utvecklar en negativ inställning till mat och måltider som inte är bra för dem nu och längre fram i livet.

1.1 Begreppsförklaring

Nedan följer några relevanta begrepp som jag använder i mitt arbete (min definition).

Miljö: Med miljö menar jag lokalernas och verksamhetens utformning samt atmosfären som råder.

Pedagogisk måltid: Måltider i förskolan där barn och vuxna äter tillsammans. Här får barnen lära sig bland annat bra matvanor, måltidsordning, bordsskick och vänja sig vid nya livsmedel och maträtter.

Förskola: Pedagogisk verksamhet för barn mellan 1-6 år.

Pedagog: Förskollärare, barnskötare eller andra vuxna som arbetar i förskolans pedagogiska verksamhet.

1.2 Avgränsningar

Jag har valt att avgränsa mig till att endast undersöka miljön kring lunchen som serveras på förskolan eftersom det är då som hela barngruppen är samlad. Under frukost och mellanmål kan barnantalet variera från dag till dag. Jag har också valt att undersöka pedagogernas tankar och upplevelser gällande måltidsmiljön i förskolan.

1.3 Litteraturgenomgång

1.3.1 Förskolans pedagogiska miljö

I förskolans styrdokument Lpfö98 (Skolverket, 2010) står det följande om miljön:

”Förskolan ska erbjuda barnen en trygg miljö som samtidigt utmanar och lockar till lek och aktiviteter”(s. 6).

”Förskolan ska vara en levande social och kulturell miljö som stimulerar barnen att ta initiativ och som utvecklar deras sociala och kommunikativa kompetens”(s.6).

”Förskolan ska erbjuda barnen i förhållande till deras ålder och vistelsetid väl avvägd dygnsrytm och miljö”(s.7).

Miljö som begrepp omfattar både fysiska, sociala och kulturella egenskaper. Dessa egenskaper växelspelar med varandra och är svåra att hålla isär. Miljöpsykologi är ett begrepp som utvecklades någon gång mellan 60- och 70-talen för att den traditionella psykologin inte såg den fysiska miljön som en möjlig orsak till psykiska problem. Detta dynamiska samspel mellan miljö och människa kan upplevas olika beroende på hur var och en konstruerar sin omgivning. Barn utforskar, upplever och upptäcker sin närmiljö med alla sina sinnen och därför är det viktigt att utformningen av miljön är inbjudande (Björklid, 2005). Pramling Samuelsson och Sheridan (1999) skriver att den pedagogiska miljön innefattar både den

fysiska utformningen och material, samspelet mellan vuxna och barn men även vilken stämning som existerar. Miljön i den pedagogiska verksamheten talar om vad som förväntas ske så därför bör miljön vara utformad på ett sätt som underlättar, utmanar och stimulerar barns utveckling och lärande. Bjervås (i Johansson & Pramling Samuelsson, red. 2003) skriver att lärare i förskolan styr barns möjligheter till utveckling när de organiserar rum och material. Den inre miljön talar om för barnen vad vi tror de klarar av.

En bra förskolemiljö gör det möjligt att få vardagen att fungera och samtidigt locka barn och vuxna till skapande, upptäckarglädje och lek. Idag är det få förskolor som är designritade för att uppfylla önskade behov eller utformade efter speciella idéer. Trots att många förskolor ser ut som baracker redo att flyttas vilken dag som helst eller är inrymda i lägenheter går det att utforma och inreda dem så att de upplevs lockande för barn och vuxna (Ellneby, 2011).

I skolverkets *Kvalitet i förskolan: allmänna råd och kommentarer* (2005) står det att kommunen har ett ansvar att se till att lokalerna är ändamålsenliga, det vill säga att lokalernas storlek och utformning ska underlätta den pedagogiska verksamheten. Barn och personal bör vistas i en miljö som är god och hälsosam. I läroplanen är det betydelsen av den pedagogiska miljön som betonas. Förskolan ska erbjuda barn bland annat en trygg, inbjudande, utmanande miljö. Utformningen av miljön ska vara anpassad till alla typer av aktiviteter som förekommer i förskolan även det dagliga behovet av omsorg.

Som allt annat i förskolan handlar miljöns utformning om allas ansvar och allas delaktighet. Om barn ska kunna utveckla förmågan att handla och förstå de demokratiska principerna måste de få vara med och påverka. Ett sätt kan vara att de får vara delaktiga i att fatta beslut om regler och förhållningssätt som ska gälla. Genom att medvetet lyssna på och observera vad barnen gör och hur de använder miljön kan vi skapa en meningsfull miljö där barnen vill och kan söka kunskap tillsammans (Åberg & Lenz Taguchi, 2005).

Läroplanen Lpfö98 (Skolverket, 2010) skriver att förskolan ska se till att kvaliteten i förskolan noga följs upp, utvärderas och utvecklas. Syftet är att få kunskap om hur förskolan fungerar det vill säga hur verksamhetens organisation, innehåll och genomförande bidrar till varje barns utveckling och lärande.

”Förskolläraren ska ansvara för att verksamheten i sin helhet, dvs. dess förutsättningar, organisation, struktur, innehåll, aktiviteter och pedagogiska processer dokumenteras, följs upp och utvärderas” (s.15).

Förskolechefen ansvarar för att *”förskolans lärandemiljö utformas så att barnen får tillgång till en bra miljö och material för utveckling och lärande”* (s.16).

Arbetsmiljöverket (2011) skriver i ett pressmeddelande att vanligt förekommande arbetsmiljöproblem inom förskolan är stress, hög arbetsbelastning och höga ljudnivåer som riskerar ohälsa hos både barn och vuxna. En bra arbetsmiljö för alla främjar det pedagogiska arbetet i förskolan. Höga ljudnivåer är något som drabbar både vuxna och barn. Ett forskningsprojekt har visat att förskolor har ett snitt på 70 decibel per dag något som är väldigt tröttsamt och kan leda till stressreaktioner. Denna ljudbild är väldigt varierande med toppar av plötsliga skrik, omkullvälta stolar och slammer.

1.3.2 Måltiden i förskolan

Det finns inga specifika mål gällande måltiden i läroplanen Lpfö98 (Skolverket, rev. 2010) närmast man kan komma är följande:

”Förskolan ska lägga grunden för ett livslångt lärande. (...) Förskolan ska erbjuda barnen en god pedagogisk verksamhet, där omsorg, fostran och lärande bildar en helhet”(s.5).

”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).

Johansson & Pramling (2001) skriver att omsorg har fler betydelser. Måltiden i sig kan ses som omsorg, en slags vård vi behöver för att kunna leva. Men måltiden kan även ses ur en etisk aspekt när vi omsorgsfullt genomför måltiderna. En stund som förknippas med känslor och närhet. Måltiden är en viktig aktivitet i förskolan där det gemensamma intresset är mat men som även innehåller en möjlighet till kommunikation och samspel.

Hem och familj har det största ansvaret att se till att barn lägger grunden till goda matvanor men som det ser ut idag, äter de flesta barn många av sina måltider på förskolan. Detta resulterar i att det är flera vuxna som delar på ansvaret att uppmuntra en hälsosam livsstil och goda matvanor på ett naturligt och positivt sätt. Då barn och vuxna äter goda och näringsriktiga måltider tillsammans i en trevlig miljö är det möjligt för personalen att förmedla och tillämpa en positiv attityd till mat och måltider (Livsmedelsverket, 2007). Per-Olow Sjödén hävdar att det är bra om barn äter men det viktigaste är att det sker under trevliga förhållanden. Forskning har visat att den känslomässiga stämningen under måltiderna, både den positiva och den negativa, kan kopplas till barns inställning till den mat som serveras (Svenska Kommunförbundet, 1996). ”När måltiden är lustfull äter barnet av lust” (Andersson, 1991 s.96).

Det finns mycket som barn kan lära sig under måltiden inte bara bordsskick. Måltiden innebär träning i samvaro, hänsynstagande, koncentration, uppmärksamhet men även finmotorik och koordination av rörelser. Bara en sådan sak att bedöma mängden mat en liten mage behöver tränas på, något som många vuxna har svårt med (Andersson, 1991). Under måltiderna kan pedagogerna på ett naturligt sätt samtala med barnen och få dem att smaka och reflektera på vad som är mjukt, hårt, varmt, kallt, sött och surt och så vidare. Även begrepp som framför tallriken, på bordet tränas under lunchen (Niss & Söderström, 2006).

1.3.3 Förskolans måltidsmiljö

I livsmedelsverkets *Bra mat i förskolan* (2007) står det att mat som serveras i förskolan ska smaka gott, vara näringsriktig och ätas i en trevlig miljö. En trevlig måltidsmiljö är enligt livsmedelsverket bra planerade lokaler och organisation. Det står även att bra principer för maten i förskolan är att det finns tillräckligt med tid för att äta, måltiderna bör vara på fasta och regelbundna tider, trivsamt och lugnt miljö samt att pedagogiska måltider ingår med fördel i förskolans uppdrag. Tänkvärt är, att om de vuxna som äter med barnen uppskattar maten är det större chans att förmedla goda matvanor hos alla.

I en undersökning från Regionsjukhuset i Linköping framkom det att barn som befinner sig i miljöer där personaltätheten är låg utsöndrar mer stresshormoner. De barn som drabbades värst var de barn som sällan visade känslor och de barn som ofta hamnade i konflikter. Den här stressen kan yttra sig i oro, rastlöshet, otrygghet och aggressivitet (Ellneby, 1999). Måltiden kan vara den mest krävande stunden på dagen för pedagogerna och det kan vara svårt att hinna ge alla det stöd de behöver (Niss & Söderström, 2006). Stressad personal ger stressade barn (Andersson, 1991).

Små barn behöver kontinuitet, en trygg ram i samband med måltiden därför är det bra med bestämda platser för både barn och vuxna. Det är en trygghet för dem att veta var de ska sitta och med vilka de ska äta med varje dag (Niss & Söderström, 2006). När en del barn upplever tillvaron som splittrad och oförutsägbar är det lätt att de blir oroliga och uppträder oroligt. Detta kan i sin tur leda till att måltiden blir stökig och jobbig och blir en belastning, istället för en måltid med lugn och gemenskap som bygger en inre trygghet hos barnen. Regelbunden rytm; samma människor, samma tid och samma plats kan vara ett bra sätt att nå de oroliga och splittrade barnen, för att på så sätt skapa en lugn måltid för alla (Andersson, 1991). Även Pramling Samuelsson och Sheridan (2006) framhåller att barn mår bra i en verksamhet där tydliga ramar och regelbundna rutiner råder. Att veta vad som kommer att ske i stora drag under dagen är en trygghet för många barn.

Barn är normalt högljudda men det är stor skillnad på ljuden, beroende på när de uppstår. Positiva ljud kommer från glädjefyllda lekar medan negativa ljud uppstår där det finns en konkurrens om att få uppmärksamhet och vid konflikter. Barns hörselsinne är känsligare eftersom örats hörselgång är smalare och kortare vilket resulterar i att ljudet förstärks och upplevs högre (Ellneby, 1999). Det är av stor vikt att vuxna är närvarande för att bryta spiralen av en ökad ljudnivå som lätt kan uppstå i barngruppen ibland (Janols, 1986).

Att utforma och rama in måltiderna är enkla åtgärder som förbättrar ljudklimatet under måltiderna anser Janols (1986). En sångsamling eller en kort saga före måltiden får barnen att slappna av innan dagens huvudmål ska ätas. En vuxen som sitter med en grupp på cirka 5 barn ger bra möjligheter till kommunikation mellan barnen och den vuxne. Det kan vara en god idé att använda en vaxduk med en bordsfilt under som dämpar impulsjud från tallrikar och bestick. Målet, som Janos beskriver det, är att få tystnaden och inte behöva be om den.

1.4 Syfte

Syftet med det här arbetet är att undersöka pedagogerna syn på måltidsmiljöns betydelse, hur de uppfattar rådande måltidsmiljö samt lyfta fram sådant de skulle vilja ändra på.

1.5 Frågeställningar

- 1) Hur viktig anser pedagogerna att måltidsmiljön är samt hur ofta reflekteras och förändras den?
- 2) Hur ser måltidsmiljön ut i förskolan idag?
- 3) Vilka förändringar önskar pedagogerna göra i måltidsmiljön?

Dessa frågor kommer att besvaras utifrån pedagogernas perspektiv.

2 Metod

2.1 Hantering av litteratur och styrdokument

För att få en djupare förståelse för miljöns betydelse under den pedagogiska måltiden har jag använt mig av litteratur och tidigare forskning kring detta ämne. Jag har studerat läroplan för att urskilja förskolans uppdrag gällande den pedagogiska måltiden och dess miljö.

2.2 Datainsamlingsmetod

För att undersöka hur pedagoger ser på måltidsmiljön och hur de arbetar med den pedagogiska måltiden stod valet mellan intervjuer eller enkätundersökning. Då jag ville nå ut till en större undersökningsgrupp föll valet på enkäter. För att få en djupare grund för hur pedagoger använder miljön hade observationer varit ett komplement men på grund av tidsbrist valde jag att fokusera på enkätundersökningen.

2.3 Urval och procedur

För att få svar på enkäterna delades 70 frågeformulär ut fördelat på 7 förskolor i 2 förskoleområden. Enkäten riktade sig till förskollärare, barnskötare eller annan verksam vuxen i förskolans barngrupper. Detta gjordes för att få ett representativt urval, det vill säga att min urvalsgrupp får representera alla som arbetar i förskolans barngrupper.

5 av förskolorna var för mig kända sedan tidigare medan 2 förskolor var slumpvis utvalda. Eftersom tiden för undersökningen var begränsad så gjordes ett bekvämlighetsurval bland förskolorna.

10 enkätfrågor (se bilaga 2) utformades med hjälp från tidigare arbeten med liknande tema. Detta gjordes för att undvika dubbeltydiga eller svårbegripliga frågor. Som Johansson & Svedner (2010) skriver; om hjulet måste uppfinnas en gång till, är det lätt att det blir ett skevt och knaggligt hjul som inte fungerar så bra. Enkätundersökningen bygger på frågor som har på förhand givna svarsalternativ och en fråga där pedagogerna hade möjlighet att fritt formulera sitt svar. För att få ett mer utförligare resultat valde jag ett par frågor där pedagogerna kunde ringa in fler svarsalternativ. För att undvika eventuella missförstånd gällande olika begrepp i frågeformuläret skrev jag en förklaring till dem i ett medföljande brev (se bilaga 1).

Frågorna testades först på 3 pedagoger för att se om det var någon av frågorna som var oklar eller svår att förstå. Några små justeringar gjordes innan enkäterna delades ut.

Då ett examensarbete bygger på respekt för de människor som deltar informerades samtliga om syftet med undersökningen i ett brev (se bilaga 1) som häftats ihop med enkätundersökningen. De försäkrades också om anonymitet gällande person, förskola och kommun vid eventuellt deltagande.

Jag började med att kontakta några av kommunens förskolechefer och biträdande förskolechefer, presenterade mig och informerade om mitt examensarbete och dess syfte. När de gett sitt godkännande till förskolornas medverkande tog jag kontakt med respektive förskola och frågade om det fanns ett intresse av att medverka. Jag valde att ta kontakt med en

pedagog på varje förskola för att på så sätt förvissa mig om att enkäterna skulle komma ut till de övriga pedagogerna. Vi bestämde tillsammans vilka dagar jag skulle lämna och hämta enkäterna. Pedagogerna hade 1,5 vecka på sig att besvara enkäterna. I två av fallen sköt vi på hämtningen eftersom pedagogen hade blivit sjuk och därför inte hunnit lämna ut dem.

2.4 Analyismetod

När alla enkäter var insamlade sammanställdes frågorna på en tom enkät för att se hur många som svarat på respektive fråga. Vidare analyserades enkätundersökningen i Microsoft Office Excel där statistik räknas ut och presenteras i diagramform och löpande text.

Alla svaren från den sista öppna frågan skrevs ner ordagrant citerat i ett Microsoft Office Word dokument. Detta gjordes för att lättare kunna se eventuella likheter och skillnader. Svaren sorterades in i kategorierna fysisk miljö, måltidens utformning och personalfrågor som presenteras i löpande text.

3 Resultat

Nedan presenteras resultatet från enkätundersökningen. Av 70 utdelade enkäter kom 44 tillbaka. Varje enkätfråga presenteras under den frågeställning den har en koppling till. Den sista frågeställningen är uteslutande svar från den öppna enkätfrågan.

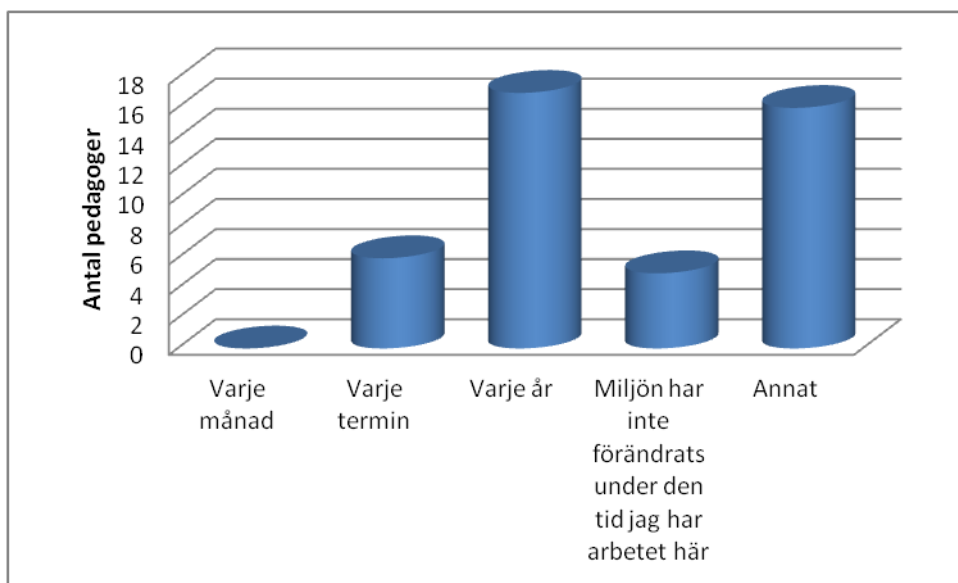
3.1 Hur viktig anser pedagogerna att måltidsmiljön är och hur ofta reflekteras och förändras den?

Anser du att barnens måltidsmiljö är viktig?

Av de 44 som svarade anser 39 pedagoger att måltidsmiljön är mycket viktig medan 5 stycken anser att den är ganska viktig.

Hur ofta förändras miljön kring måltiden på din förskola?

Ingen svarade att det görs förändringar varje månad, 6 svarade att de gör förändringar varje termin. 17 uppger att de förändrar miljön en gång per år medan 5 säger att det inte har skett någon förändring alls den tid de arbetat på förskolan. 16 stycken har svarat annat, och har då uppgett att miljön har förändrats om det funnits ett behov av det (se Figur 1).



Figur 1: Förändringar i måltidsmiljön

Anser du att ni reflekterar i arbetslaget kring måltidsmiljön?

5 svarade att arbetslaget aldrig reflekterar över måltidsmiljön eftersom andra pedagogiska diskussioner prioriteras. 14 svarade att de reflekterade i mån av tid medan 17 svarade att arbetslaget reflekterar måltidsmiljön ganska mycket. 8 stycken anser att deras arbetslag reflekterar mycket kring miljön.

Vilket av dessa alternativ passar bäst in? Fler alternativ kan väljas. Jag anser att det är viktigt att barns måltider består av....

40 stycken svarade att det är viktigt att barn äter mat i en behaglig ljudnivå och med närvarande pedagoger. 38 pedagoger anser det viktigt med lugn och ro, 39 tycker att social samvaro är viktigt under måltiderna. 33 pedagoger svarade att det är viktigt att barns måltider består av lärande och trygghet.

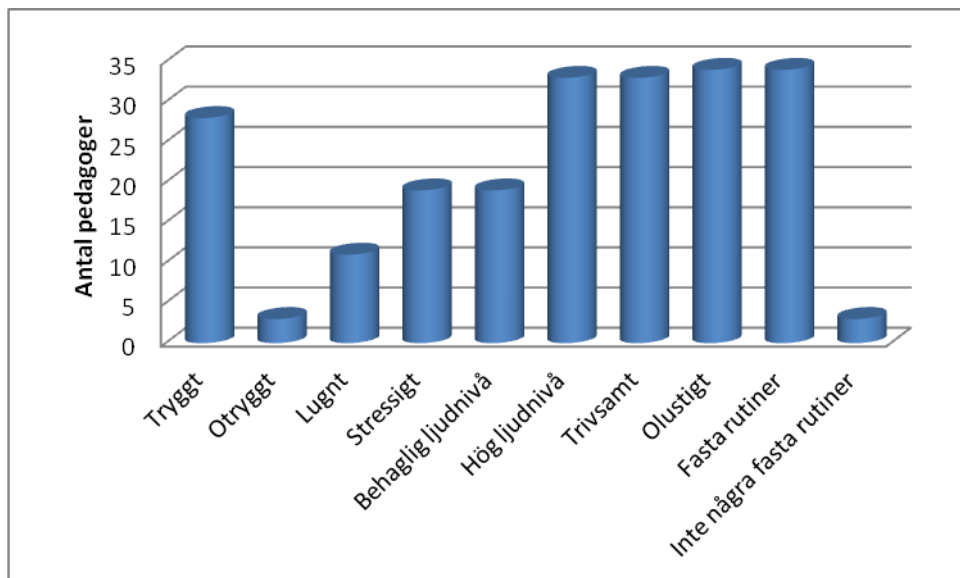
3.2 Hur ser måltidsmiljön ut på förskolan?

Hur är måltiden på din förskola utformad?

18 svarade att de äter inne på avdelningen med uppläggningsfat på borden. 2 pedagoger äter inne på avdelning med buffébord och 18 äter i en matsal med buffébord. 6 kryssade för annat och förtydligade det med att de äter i matsal med uppläggningsfat på bordet.

Ringa in de alternativ som bäst stämmer överens med måltiderna på din förskola:

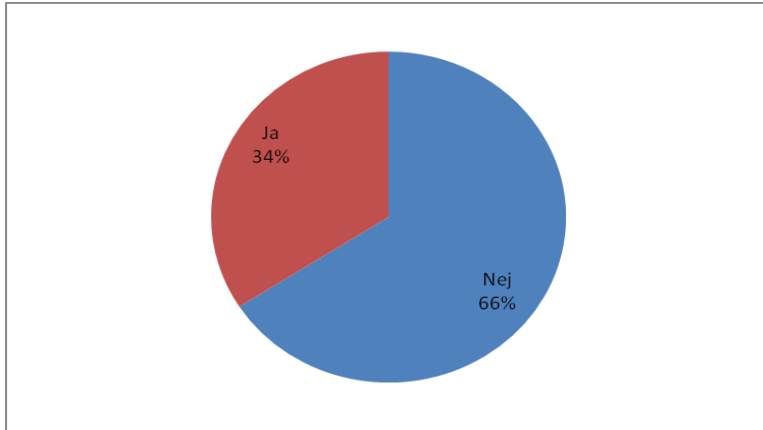
Endast 3 pedagoger svarade att måltiden på deras förskola otrygg och 28 tycker att den är trygg. 33 pedagoger upplever att måltiden har en hög ljudnivå medan 19 upplever att ljudnivån är behaglig. Det är 19 som har ringat in stressigt och 11 tycker att det är lugnt under deras måltider. 33 pedagoger tycker att måltiden är trivsamt medan 34 tycker att den är olustigt. 34 pedagoger uppger att de har fasta rutiner och 3 att de inte har några fasta rutiner kring måltiderna (se Figur 2).



Figur 2: Pedagogers upplevelser av måltiden på förskolan.

Händer det att barn sitter vid ett bord där det inte finns någon närvarande pedagog?

29 pedagoger svarade att alla barn på deras förskola sitter tillsammans med en vuxen medan 15 svarade att det händer att barn sitter vid bord där det inte finns någon vuxen. Åldern på de barn som inte sitter och äter med en pedagog är mellan 3-5 år (se Figur 3).



Figur 3: Barn som äter utan vuxens närvaro

Har barnen på din förskola bestämda platser under måltiden?

26 pedagoger svarade att barnen har bestämda platser och 18 svarade barnen inte har bestämda platser.

3.3 Vilka förändringar önskar pedagogerna göra i måltidsmiljön?

Om du skulle önska förändra något kring måltidsmiljön på din förskola vad skulle det i så fall vara?

28 valde att svara på enkätundersökningens öppna fråga. Svaren delades in i kategorierna fysisk miljö, måltidens utformning och personalfrågor.

Fysisk miljö

Av de 28 som svarade var det 11 som ville förändra något i den fysiska miljön. 7 ville göra förändringar så att ljudnivån blir lägre. De ville ha ljuddämpande bord och stolar, några önskade större lokaler för att få en lägre ljudnivå. 3 pedagoger efterlyste större lokaler och några uttryckte sig så här:

”Mer utrymme för borden, för många barn på en liten yta, trångt”

”Jag skulle vilja ha större plats att äta på”

En annan pedagogs önskan om förändring av den fysiska miljön är:

”Att inte ha matsalen i ett rum som är ett genomgångsrum. Men detta innebär en stor omorganisation”

Måltidens utformning

Även i den här kategorin var det 11 pedagoger som önskade göra förändringar. 5 pedagoger vill att alla pedagoger ska få äta pedagogiskt det vill säga äta samma mat som barnen. En pedagog skriver så här:

”Det är inte bra att endast 1 ped/avdelning får äta pedagogiskt. Om det är gott om mat borde alla 3 få äta. Inte bra då pedagoger måste gå ifrån bordet och värma sin egen medhavda mat. Man är ingen bra förebild då man inte äter samma mat som barnen. När man sitter vid bordet med 6 barn under 2 år känns det inte bra att lämna bordet”

Andra önskemål om förändringar är färre barn i barngrupperna, att det skulle sitta färre barn vid varje bord, mindre spring och bestämda platser vid varje måltid. Några pedagoger säger så här:

”Jag skulle vilja ha karotter på borden eftersom jag anser att man kan ha en lärande, social situation även sittandes istället för gående till ett buffébord”

”Har just tagit bort buffébord så maten står nu på bordet och hoppas det blir bättre, det känns så redan”

Personalfrågor

Många pedagoger önskade att de kunde få extra personal som kunde ta hand om dukning och disk. En pedagog motiverade detta med att de skulle få mer tid för barnen.

Andra önskemål om förändringar är:

”Lugna vuxna som finns för barnen, närvarande”

”Fler pedagoger under måltiden så att det finns en pedagog vid varje bord”

”Assistenten, som kan hjälpa till att slussa barnen från bordet till avdukningen och vidare till tvätt och sovning. En utopi- men man kan ju alltid önska”

4 Diskussion

I det här avsnittet kommer resultatet att diskuteras och knyts samman med den litteratur och forskning jag valt att utgå ifrån och mina egna tankar och tolkningar samt tillförlitlighet och förslag till fortsatt forskning.

4.1 Hur viktig anser pedagogerna att måltidsmiljön är och hur ofta reflekteras och förändras den?

Nästan alla pedagoger som svarade anser att måltidsmiljön är mycket viktig. De anser att det är viktigt att barnens måltider består av framför allt närvarande pedagoger, lugn och ro, behaglig ljudnivå och social samvaro. De flesta barn idag äter många av sina måltider på förskolan så därför kan man säga att pedagogerna och föräldrarna delar på ansvaret att lära barn goda matvanor och en hälsosam livsstil. Det är lättare att förmedla och tillämpa en positiv attityd till måltider och mat om vuxna och barn äter tillsammans i en trevlig miljö (Livsmedelsverket, 2007). *”Förskolan ska erbjuda barnen en trygg miljö som samtidigt utmanar och lockar till lek och aktivitet”* (Skolverket, 2010, s.6).

Övervägande pedagoger anser att de reflekterar måltidsmiljön i arbetslaget ganska mycket och i mån av tid. 5 stycken uppger att arbetslaget aldrig reflekterar över måltidsmiljön. De förändringar som görs, görs för det mesta en gång om året eller vid behov. Åberg & Lenz Taguchi (2005) menar att det är genom att observera och lyssna på hur barnen använder sin miljö, som vi kan skapa en miljö som är anpassad för ändamålet. Allt i förskolan handlar om allas ansvar och allas delaktighet, så även miljöns utformning. Jag tycker därför att vi ska släppa in barnen i reflektionerna mer, fråga dem hur de vill ha det under måltiden. Göra dem delaktiga genom att till exempel skriva gemensamma trivselregler. Björklid (2005) skriver att människan och miljön hela tiden samspelar. Därför kan upplevelserna vara olika beroende på hur var och en konstruerar sin omgivning. Det viktiga är att barn vistas i en inbjudande miljö eftersom de upplever och utforskar sin närmiljö med alla sinnen.

Alla pedagoger är eniga om att måltidsmiljön är viktig och att barns måltider ska ske i lugn och ro, behaglig ljudnivå med närvarande pedagoger. Det som för mig är anmärkningsvärt är att det finns arbetslag som inte alls reflekterar över miljön som barnen befinner sig i när de äter. Ett av förskolans uppdrag är att kontinuerligt följa upp och utvärdera verksamheten för att se om varje barn ges bra förutsättningarna i sin utveckling och sitt lärande. Som Johansson och Pramling (2001) skriver är måltiden en viktig aktivitet i förskolan där det gemensamma intresset är mat men innehåller även andra möjligheter till exempel lärande och samspel. Därför bör måltiden reflekteras i arbetslaget i samma utsträckning som andra pedagogiska aktiviteter.

4.2 Hur ser måltidsmiljön ut på förskolan?

Pedagogerna på förskolan styr barns möjligheter till utveckling när de organiserar rum och material samtidigt som de visar barnen vad de tror att de klarar av (Johansson & Pramling Samuelsson, 2003). Den pedagogiska miljön ska utformas på ett sätt som underlättar, stimulerar och utmanar barns utveckling och lärande (Pramling Samuelsson & Sheridan, 1999). Undersökningen visar att måltiderna på de olika förskolorna ser väldigt olika ut beroende på hur pedagogerna har valt att utforma den. En del barn äter sin mat i en matsal

medan andra äter inne på sin avdelning. En del barn tar sin mat från ett buffébord medan andra tar maten från karotter på bordet. Oavsett hur måltiden i förskolan är utformad är det förskolans uppdrag att se till att: *”Verksamheten ska vara rolig, trygg och lärorik för alla barn som deltar. Förskolan ska erbjuda alla barnen en god pedagogisk verksamhet, där omsorg, fostran och lärande bildar en helhet”* (Skolverket, 2010, s.5).

Undersökningen visar att en stor del pedagoger upplever en hög ljudnivå under måltiden och att en viss stress förekommer (se Figur 2). Det här stämmer överens med vad forskning har visat, det vill säga, att vanligt förekommande problem i förskolan är just stress och höga ljudnivåer. Förskolor har ett snitt på 70 decibel per dag som kan vara väldigt tröttande och kan leda till stressreaktioner (Arbetsmiljöverket, 2011). Då höga ljudnivåer kan leda till stressreaktioner kan det vara av vikt att försöka sänka ljudnivån. Janols (1986) menar att man med enkla åtgärder kan förbättra ljudklimatet under måltiderna. En sångsamling eller en saga före maten kan få barnen att slappna av innan de ska äta dagens huvudmål. Att använda vaxdukar med bordsfilt under kan minimera ljudet från tallrikar och bestick. En anledning till att många pedagoger upplever en hög ljudnivå kan vara att det inte finns tillräckligt med personal till alla bord. Undersökningen visar att det finns ett stort antal barn idag som inte sitter med en vuxen under måltiderna. En vuxen vid bordet kan skapa ett lugn och kan se till att samtalen sker i en behaglig samtalston.

Det är viktigt att barn får äta sin mat under trevliga förhållanden. Forskning har visat att den känslomässiga stämningen som råder under måltiden kan kopplas till den inställningen som barn får till den mat som serveras (Svenska Kommunförbundet, 1996). Undersökningen visar att, olustigt, är något som många pedagoger tycker stämmer in på deras måltider i förskolan. Det här är oroande då barn upplever sin närmiljö med alla sina sinnen (Björklid, 2005) och att barn äter lustfyllt när måltiden är lustfylld (Andersson, 1991). Eftersom måltiden är en stund som förknippas med känslor och närhet är det viktigt att pedagogerna omsorgsfullt genomför måltiderna (Johansson & Pramling, 2001).

4.3 Vilka förändringar önskar pedagogerna göra i måltidsmiljön?

Det som är tydligt i undersökningen är att många pedagoger anser att det är fel att endast en av pedagogerna per avdelning får äta pedagogiskt det vill säga äta samma mat som barnen. Som en pedagog skrev, man känner sig inte som en bra förebild när man inte får äta samma mat som barnen. En annan anledning är att det inte känns bra att lämna 6 barn under 2 år för att värma sin medhavda mat. Livsmedelsverket (2007) skriver att pedagogiska måltider ska med fördel ingå i förskolans uppdrag. De skriver vidare att det är större chans för bra matvanor hos alla när vuxna äter och uppskattar maten. Om pedagogerna äter samma mat som barnen kan de på ett naturligt sätt få dem och smaka och reflektera smaker och andra begrepp som surt, hårt, mjukt, kallt och så vidare (Niss & Söderström, 2006). Jag håller helt och fullt med pedagogerna att de inte är en förebild i allt när de inte får äta den mat som barnen äter. Det är svårt att övertyga ett barn som inte vill smaka när man inte själv äter maten. Det är svårt som pedagog att säga en sak och göra en annan.

Undersökningen visar att det finns önskemål från pedagoger att det ska finnas fler vuxna under måltiderna så att det finns en pedagog vid varje bord. Barn som befinner sig i en miljö där personaltätheten är låg tenderar att bli mer stressade. Den här stressen kan ta sig uttryck i oro, rastlöshet och otrygghet (Ellneby, 1999). Måltiden kan vara den stund på dagen som kräver mest av pedagogen då de ska se till att alla barn får det stöd de behöver (Niss &

Söderström, 2006). Om personalen är stressad blir barnen stressade (Andersson, 1991). Jag förstår att pedagogerna önskar fler vuxna för jag tycker inte barn ska behöva sitta vid ett bord där det inte sitter en vuxen. Att känna att man är otillräcklig kan skapa en stress hos pedagogerna som inte är bra som i sin tur kan smitta av sig på barnen. Jag tror även att många chanser till lärande går förlorad när inte vuxna och barn sitter tillsammans och äter mat. Pedagogerna är förebilder och stöd för barnen när de ska lära sig bordsskick men även när det gäller att träna till exempel koncentration, samvaro och hänsynstagande.

4.4 Tillförlitlighet

Undersökningen vände sig till 70 stycken pedagoger från 7 olika förskolor och besvarades av 44 stycken. Bortfallet på 37 procent kan bero på att pedagogerna inte hade tid eller att det var ett ämne som inte intresserade dem. Tillförlitligheten hade naturligtvis varit högre om fler hade besvarat enkäten, men jag anser att 44 stycken från 7 olika förskolor ändå ger en förhållandevis god bild av hur läget är.

Mitt mål var att ställa korrekta och enkla frågor som var relevanta för undersökningens syfte och frågeställningar. För att undvika eventuella missförstånd gällande olika begrepp i frågeformuläret skrev jag ett förtydligande. Men jag har ändå förståelse för att pedagogerna kan ha missuppfatta någon fråga som eventuellt kan ha påverkat resultatet.

4.5 Fortsatt forskning

Som det har framkommit i arbetet ser förskolans måltider väldigt olika ut beroende på hur pedagogerna har valt att utforma den. Det skulle vara intressant att göra en jämförelse mellan till exempel matsal och att äta inne på avdelning eller buffébord kontra karotter på bordet.

Referenser

- Andersson, N. (1991). *Mötas vid maten: om sådant som händer kring maten i barnomsorgen*. Stockholm: Almqvist & Wiksell.
- Björklid, P. (2005). *Lärande och fysisk miljö: en kunskapsöversikt om samspelet mellan lärande och fysisk miljö i förskola och skola*. Stockholm: Myndigheten för skolutveckling.
- Ellneby, Y. (1999). *Om barn och stress: och vad vi kan göra åt det*. Stockholm: Natur och kultur.
- Ellneby, Y. (2011). *Må bra i förskolan: [musik, yoga, lek, miljö, mindfulness, massage]*. Stockholm: Sveriges utbildningsradio.
- Janols, P.E. (1986). *Barn och ljud*. Stockholm: LiberUtbildningsförl..
- Johansson, B. & Svedner, P.O. (2010). *Examensarbetet i lärarutbildningen*. (5. uppl.) Uppsala: Kunskapsföretaget.
- Johansson, E. & Pramling Samuelsson, I. (2001). Omsorg – en central aspekt av förskolepedagogiken. Exemplet måltiden. I *Pedagogisk forskning i Sverige* nr 2/2001, s 81- 101.
- Johansson, E. & Pramling Samuelsson, I. (red.) (2003). *Förskolan: barns första skola!*. Lund: Studentlitteratur.
- Levengood, M. & Lindell, U. (red.) (2001). *Gamla tanter lägger inte ägg*. Stockholm: Piratförl..
- Niss, G. & Söderström, A. (2006). *Små barn i förskolan: den viktiga vardagen och läroplanen*. (2. uppl.) Lund: Studentlitteratur.
- Pramling Samuelsson, I. & Sheridan, S. (1999). *Lärandets grogrund: perspektiv och förhållningssätt i förskolans läroplan*. Lund: Studentlitteratur.
- Pramling Samuelsson, I. & Sheridan, S. (2006). *Lärandets grogrund: perspektiv och förhållningssätt i förskolans läroplan*. (2. uppl.) Lund: Studentlitteratur.
- Sepp, H., Abrahamsson, L. & Fjellström, C. (2006). Pre-school staffs' attitudes toward food in relation to the pedagogic meal. *International Journal of consumer studies*, 30 224-232.
- Sepp, H. (2002). *Pre-school children's food habits and meal situation: factors influencing the dietary intake at pre-school in a Swedish municipality*. Diss. (sammanfattning) Uppsala : Univ., 2002. Uppsala.
- Svenska kommunförbundet (1996). *Barn & matlust*. (1. uppl.) Stockholm: Svenska kommunförb..
- Sverige. Livsmedelsverket (2007). *Bra mat i förskolan: råd för förskola och familjedaghem*. Uppsala: Livsmedelsverket.
- Sverige. Skolverket (2005). *Kvalitet i förskolan: allmänna råd och kommentarer*. Stockholm: Skolverket.
- Sverige. Skolverket (2010). *Läroplan för förskolan Lpfö 98*. ([Ny, rev. utg.]). Stockholm: Skolverket.
- Åberg, A. & Lenz Taguchi, H. (2005). *Lyssnandets pedagogik: etik och demokrati i pedagogiskt arbete*. (1. uppl.) Stockholm: Liber. Ellneby, Y. (2011).
- Arbetsmiljöverket. (2011). Pressmeddelande om kvinnors arbetsmiljö. Hämtad: 2012-09-10 från <http://www.av.se/pressrum/pressmeddelanden/2011/35491.aspx>*

Bilaga 1

Hej!

Jag som utformat denna enkätundersökning heter Lotta Karlsson och läser sista terminen till förskollärare på Högskolan i Gävle. Enkäten kommer att fungera som ett underlag till mitt examensarbete som kommer att handla om miljöns betydelse för den pedagogiska måltiden.

Era åsikter är av stor vikt för mig och är därför enormt tacksam om ni vill delta i undersökningen. Jag är även tacksam om ni besvarar enkäten individuellt och att svaren kommer utifrån er själva. Undersökningen är anonym både gällande person, förskola och kommun.

I enkäten använder jag mig av begreppen miljö, måltid och pedagog som jag förklarar här nedan:

Miljö – med miljö menar jag lokalernas och verksamhetens utformning men även atmosfären som råder.

Måltid – här är det främst lunchen jag har fokuserat på eftersom antalet barn oftast är lägre under frukost och mellanmål.

Pedagog – förskollärare, barnskötare eller andra vuxna som är verksamma i förskolan.

Har ni några frågor får ni gärna höra av er.

Nfk10lkn@student.hig.se

Tack på förhand!
Lotta Karlsson

Bilaga 2

1. Barnens ålder i min barngrupp är:
 - 1-3
 - 3-5
 - 1-5
 - Annan indelning, vilken?

2. Anser du att barnens måltidsmiljö är viktig?
 - Mycket
 - Ganska mycket
 - Inte så mycket
 - Inte alls

3. Hur ofta förändras miljön kring måltiderna på din förskola?
 - Varje månad
 - Varje termin
 - Varje år
 - Miljön har inte förändrats under den tid jag har arbetat här
 - Annat

4. Anser du att ni reflekterar i arbetslaget kring måltidsmiljön?
 - Mycket
 - Ganska mycket
 - I mån av tid
 - Aldrig, andra pedagogiska diskussioner prioriteras

5. Vilket av dessa alternativ passar bäst in. Fler alternativ kan väljas.
Jag anser att det är viktigt att barns måltider består av...
 - Trygghet
 - Lugn och ro
 - Social samvaro
 - Behaglig ljudnivå
 - Närvarande pedagoger
 - Lärande

6. Hur är måltiden på din förskola utformad?
 - Inne på avdelning med uppläggningsfat på bordet
 - Inne på avdelning med buffébord
 - Matsal med buffébord
 - Annat

7. Ringa in de alternativ som bäst stämmer överens med måltiderna på din förskola:

- | | |
|-------------------|--------------------------|
| Tryggt | Otryggt |
| Lugnt | Stressigt |
| Behaglig ljudnivå | Hög ljudnivå |
| Trivsamt | Olustig |
| Fasta rutiner | Inte några fasta rutiner |

8. Händer det att barn sitter vid ett bord där det inte finns någon närvarande pedagog?

Nej

Ja

Om du svarat ja, vilken ålder är det på barnen?

9. Har barnen på din förskola bestämda platser under måltiden?

Nej

Ja

10. Om du skulle önska förändra något kring måltidsmiljön på din förskola vad skulle det i så fall vara?

.....
.....
.....
.....
.....

Tack för din medverkan!