

# BARNES HOLDNING TIL SJØMAT

*Hvilken holdning har barn til sjømat, og hvordan innvirker eksponering og sosial påvirkning deres holdning?*



Rettigheter: Fiskesprell, Foto: Arild Juul og Åge Højem



Av Siril Alm, mai 2009

**Masteroppgave i fiskerifag**

studieretning markedsføring, 30 sp.

**Institutt for samfunns- og markedsfag**

**Norges fiskerihøgskole, Universitetet i Tromsø**



## Forord

### *Melodi: "En ekte lofottorsk jeg er"*

En ekte masterstudent jeg er,  
her kommer takkens ord fra meg.  
Fadderullan dei, faderullan dei, faderullan dullan dei.

Jeg har studert ved NFH,  
og dagene har ei vært grå.  
Fadderullan dei, faderullan dei, faderullan dullan dei.

Så er det en som takkes må,  
Svein Ottar Olsen nevnes då.  
Fadderullan dei, faderullan dei, faderullan dullan dei.

Åsgård barnehage takkes vil,  
for de hjalp meg å få det til.  
Fadderullan dei, faderullan dei, faderullan dullan dei.

Templarheimen barnehage takkes må,  
for all den hjelp de lot meg få.  
Fadderullan dei, faderullan dei, faderullan dullan dei.

Til intervju de stilte opp,  
og barna de var helt på topp.  
Fadderullan dei, faderullan dei, faderullan dullan dei.

Eksportutvalget takk skal ha,  
for fiskegave de til barna gav.  
Fadderullan dei, faderullan dei, faderullan dullan dei.

Og til slutt men ikke minst,  
takk Per Jørgen, min kjære prins.  
Fadderullan dei, faderullan dei, faderullan dullan dei.

Tromsø, 14.mai 2009

Siril Alm

Siril Alm



## Sammendrag

Bakgrunnen for denne studien er regjeringens anbefalinger om å øke barn og unges konsum av sjømat. Ut fra dette ble Fiskesprell igangsatt i norske barnehager og ungdomsskoler. Dette var en frivillig ordning som hadde til hensikt å fremme sjømat som en naturlig del i barns kosthold og tilby barna mer sjømat. Med utgangspunkt i forskning som viser at barn danner sine holdninger til mat ut fra både sensoriske egenskaper, sosiale faktorer og eksponering ble problemstillingen: *"Hvilken holdning har barn til sjømat, og hvordan innvirker eksponering og sosial påvirkning deres holdning?"*. Formålet med studien var å finne kunnskap som kunne være retningsgivende for hvordan omsorgspersoner bør handle for at barn skal etablere sunne matvaner og inkludere mer sjømat i kostholdet.

Med utgangspunkt i problemstillingen ble begrepene holdning, eksponering og sosial påvirkning nærmere beskrevet. I utredningen av holdninger ble holdningsstyrke og endring nærmere drøftet. Eksponering ble forklart som å innebære både tilgjengelighet og gjentatt eksponering av sjømat. For å forklare hva man her mente med sosial påvirkning ble normbegrepene subjektiv norm, deskriptiv norm og modellering benyttet.

Siden jeg ønsket å måle hvilken effekt Fiskesprell hadde for barnas holdning til sjømat hadde jeg lyst til å utføre et eksperiment ved hjelp av en eksperimentgruppe som deltok på Fiskesprell og en kontrollgruppe. Respondentene ble valgt ut ved å bruke bekvemmelighetsutvalg og besto av 24 barn fra to ulike barnehager i Tromsø. Designet kan derfor beskrives som et kvalitativt kvasi- eksperiment. Som datainnsamlingsmetoder ble semistrukturerte intervju, holdningsskalaer i form av et smileyometer og observasjon av et fiskemåltid i barnehagene benyttet.

Når man sammenligner resultatene fra denne undersøkelsen med studier av ungdom, viser barna mer positive holdninger til både mat og sjømat. Barna i barnehagen som fulgte et kosthold i tråd med Fiskesprell viste seg å ha både sterkere og positive holdninger til sjømat enn barnehagen som fulgte et ordinært kosthold.

Matens smak var den mest brukte forklaringen til at barna likte enkelte matretter, men undersøkelsen avdekket også at lukt og utseende var viktige attributter for hvilke

assosiasjoner barna hadde til sjømaten. Barna viste lite tegn på å assosiere fiskebein og fiskelukt til fisk, og var derfor ikke noe som ga barna lav motivasjon for å spise fisk. Barna i Fiskesprellbarnehagen viste bedre evne til å benytte kognitive assosiasjoner ved å beskrive fisk ikke bare som sunn mat, men også noe som de ble frisk og sterk av. Barna brukte også affektive assosiasjoner til maten i stor grad siden de i mange tilfeller ikke kunne gi en konkret forklaring til hvorfor de likte eller ikke likte enkelte mattyper.

Resultatene i undersøkelsen viste at de fleste barna liker sjømat. Holdningsskalaene viste at de fleste barna foretrakk fiskeboller og fiskegrateng fremfor for eksempel laks og torsk. Barna i Fiskesprellbarnehagen ga tegn på at deres holdninger var både sterkere og mer positiv til sjømat enn den andre barnehagen. Laks og fiskekaker var de produktene barna hadde sterkest holdninger til, mens torsk og fiskeburger hadde bare svake holdninger. Siden barna i kontrollbarnehagen viste svakere holdning til sjømat antyder dette at de er lettere disponibel for å endre sine holdninger dersom man for eksempel innfører Fiskesprell. Denne forskjellen indikerer også at barna som deltok på Fiskesprell mest trolig hadde endret sine holdninger i løpet av prosjektet.

Denne studien avdekket at de fleste barna hadde lav eksponeringsgrad av sjømat i hjemmet. I Fiskesprellbarnehagen var det noen barn som syntes det ble for mye sjømat i barnehagen, men til tross for dette ga det ikke utslag på barnas holdning i negativ retning. I kontrollbarnehagen mente barna at de ikke fikk fisk i barnehagen, og de ga uttrykk for at de gjerne kunne tenke seg mer fisk i barnehagen. Undersøkelsen avdekker også at familiens sosiale påvirkning er sterkere enn påvirkningen i barnehagen. Dette kommer av at de ansatte ikke spiser sjømat sammen med barna og barna får ikke mulighet til å modellere de ansatte.

Konklusjonen ble at barn har gode holdninger til sjømat. Tilgjengelighet og gjentatt eksponering av sjømat gjennom Fiskesprell er et nyttig verktøy for å endre barns holding og gjøre barns holdning til sjømat både sterk og positiv. Fiskesprell kan dermed føre til at barn konsumerer mer sjømat. Imidlertid bør fremtidig utførelse av Fiskesprell innebære at de ansatte spiser sjømat sammen med barna.

Nøkkelord: Barn, holdning, sjømat, fisk, eksponering, tilgjengelighet, sosial påvirkning, subjektiv norm, deskriptiv norm.

# Innhold

<b>1.0 Introduksjon</b> .....	<b>1</b>
1.1 Formål og problemstilling.....	2
<b>2.0 Faglig forankring</b> .....	<b>4</b>
2.1 Holdning.....	4
2.1.1 Holdningsstyrke.....	6
2.1.2 Holdningsendring.....	7
2.1.3 Assosiasjoner til mat.....	8
2.1.4 Barn og unges holdning til mat.....	9
2.1.5 Unges holdning til sjømat.....	9
2.2 Eksponering.....	11
2.2.1 Tilgjengelighet.....	11
2.2.2 Gjentatt eksponering.....	12
2.3 Sosial påvirkning.....	14
2.3.1 Subjektive og deskriptive normer.....	15
2.3.2 Sosialisering og rollemodeller.....	16
2.3.3 Modelling i barnehagen.....	18
2.4 Analysemodell.....	20
<b>3.0 Design og metode</b> .....	<b>23</b>
3.1 Kvasi- eksperimentelt forskningsdesign.....	25
3.2 Intervju med barna.....	26
3.2.1 Intervjuguide.....	27
3.2.2 Holdningsskala.....	29
3.3 Observasjon.....	30
3.4 Utvalg og prosedyre for datainnsamling.....	31
3.5 Forskningskvalitet.....	33
3.5.1 Undersøkelsen gyldighet.....	33
3.5.2 Undersøkelsens pålitelighet.....	34
3.5.3 Objektivitet.....	37
3.6 Analyse av data.....	38
<b>4.0 Resultater</b> .....	<b>39</b>
4.1 Barns holdning til mat og sjømat.....	39

4.1.1. <i>Preferanser for middag og lunsj</i> .....	39
4.1.2. <i>Spennende og kjedelig mat</i> .....	40
4.1.3. <i>Assosiasjoner til sjømat</i> .....	41
4.1.4. <i>Preferanser til sjømat</i> .....	43
4.1.5. <i>Preferanser til kylling</i> .....	46
4.1.6. <i>Holdningsendring og motivasjon for konsum av sjømat</i> .....	47
<b>4.2 Eksposering av sjømat i hjemmet og barnehagen</b> .....	<b>48</b>
<b>4.3 Sosial påvirkning</b> .....	<b>49</b>
4.3.1. <i>Deskriptiv norm i hjemmet</i> .....	49
4.3.2. <i>Subjektiv norm i hjemmet</i> .....	50
4.3.3. <i>Modellering i hjemmet</i> .....	50
4.3.4. <i>Deskriptiv norm i barnehagen</i> .....	51
4.3.5. <i>Subjektiv norm i barnehagen</i> .....	52
4.3.6. <i>Modellering i barnehagen</i> .....	53
<b>5.0 Oppsummering og diskusjon</b> .....	<b>55</b>
5.1 Barnas holdning til mat og sjømat.....	56
5.1.1. <i>Assosiasjoner til sjømat</i> .....	56
5.1.2. <i>Preferanser for sjømat</i> .....	57
5.1.3. <i>Holdningsstyrke</i> .....	58
5.1.4. <i>Holdningsendring</i> .....	59
5.2 Eksposering av sjømat i hjemmet og i barnehagen.....	60
5.3 Sosial påvirkning.....	61
5.3.1. <i>Sosial påvirkning i hjemmet</i> .....	61
5.3.2. <i>Sosial påvirkning i barnehagen</i> .....	62
5.4 Implikasjoner.....	63
5.5 Svakheter ved undersøkelsen.....	64
5.6 Forslag til videre forskning.....	67
<b>6.0 Konklusjon</b> .....	<b>69</b>
<b>7.0 Litteraturliste</b> .....	<b>70</b>
<b>Vedlegg 1: Intervjuguide til barna</b> .....	<b>VII</b>
<b>Vedlegg 2: Observasjonsskjema Templarheimen barnehage</b> .....	<b>IX</b>
<b>Vedlegg 3: Observasjonsskjema Åsgård barnehage</b> .....	<b>X</b>

## Figur og billedliste

Figur 1: Begrepsmodell.....	4
Figur 2: Forenklet holdningsmodell for mat (Aikman, m.fl. 2006) .....	8
Figur 3: Analysemodell .....	21
Figur 4: Revidert smileyometer.....	29
Figur 5: Poengfordeling av barnas holdningsskalaer for sjømat og kylling .....	45
Figur 6: Negative, nøytrale og positive holdninger til sjømat.....	45
Figur 7: Sterke holdninger fordelt på holdningsobjekt og barnehage .....	58
Bilde 1: Intervju i eksperimentbarnehage.....	26
Bilde 2: Intervju i kontrollbarnehage.....	26
Bilde 3: Observasjon av fiskemåltid i eksperimentbarnehage.....	30



## 1.0 Introduksjon

I regjeringens "Handlingsplan for et bedre kosthold i befolkningen (2007-2011)" blir det slått fast at nordmenn spiser for mye kjøtt og meieriprodukter som inneholder mye mettet fett (Departementene, 2005). Dersom man øker sjømatkonsumet vil det påvirke kostens fettinnhold i gunstig retning siden fiskefett har en gunstig fettsyresammensetning med mindre mettet fett og mer flerumettet fett, enn fett som kommer fra melk og kjøtt. Fisk inneholder også en rekke næringsstoffer slik som protein, omega-3 og vitamin D, som er med på å gi mennesker en rekke gunstige helsemessige effekter. Handlingsplanen konkluderer med at inntaket av sjømat i den norske befolkning er lavere enn ønskelig, og at det er spesielt barn, ungdom og unge voksne som spiser lite sjømat. Ut fra et helsemessig synspunkt oppfordrer regjeringen at disse aldersgruppene bør øke sitt forbruk av sjømat.

Det er godt dokumentert at nyfødte barn har medfødte preferanser for søte smaker og ulært motstand mot sure og bitre smaker, slik som for eksempel grønnsaker (Birch, m.fl., 1996; Rozin, 1996; Birch, m.fl. 2007). Mennesker, i likhet med dyr som rotter og sjimpanser, har en medfødt egenskap til å avvise nye smaker, såkalt neofobi (Birch, m.fl., 1996). Ut fra et evolusjonært syn trenger vi mennesker et variert kosthold som vi setter sammen av tilgjengelige materialer som vi anser som spiselige. Neofobi har på denne måten hjulpet menneskene til å lære seg hva som er trygt å spise. Neofobi har vist seg å bli redusert ved gjentatt eksponering og sosial påvirkning så fremst ikke mennesket opplever at de blir dårlig av maten (Guidetti og Cavazza, 2007). Barn som er sterkt neofobisk står i fare for å utvikle et kosthold som består av for lite mat og mat av dårlig kvalitet (Rubio, m.fl. 2007). Det er derfor viktig at barn utvikler et godt og variert kosthold fra barndommen av, slik at de får lagt grunnlaget for kostvaner som vil ha betydning for helse senere i livet (Reinar, m.fl., 2004; Benton, 2004).

Det finnes liten detaljert kunnskap om hvilke faktorer som påvirker utviklingen av barns matvaner. Vi vet at sosiale faktorer har vist seg å være mer viktig enn genetiske faktorer for utviklingen av matpreferanser (Berg m.fl., 1999). Det er slått fast at hjemmemiljø og foreldre spiller en sentral rolle i utviklingen og dannelsen av barns spisevaner (Lazarou, m.fl. 2008), men også barnehager er en viktig aktør. Så mye som 40-60 % av det totale

energiinntaket inntar norske barn i barnehagen (Fiskesprell, 2008). Familien har det grunnleggende ansvaret for barnas kosthold, men fordi så mange måltider inntas i barnehagen, har også barnehagen stor innflytelse på barnas matvaner, kosthold og helse.

Høsten 2007 lanserte Helsedirektoratet nye retningslinjer for mat og måltider i barnehagen (Fiskesprell, 2008). Retningslinjene har som mål å gi barn i norske barnehager et mat- og måltidstilbud som fremmer helse, trivsel, utvikling og læring. En av utfordringene som retningslinjene påpeker, er at det er lite variasjon i pålegg og tilbud av varm mat, bl.a. når det gjelder bruk av fisk og annen sjømat. Som et verktøy for å løse disse utfordringene kan barnehagene frivillig melde seg på Fiskesprell. Dette er et prosjekt mellom Helse- og omsorgsdepartementet, Fiskeri- og kystdepartementet og Eksportutvalget for fisk. Målet er at fisk og annen sjømat skal inngå i det daglige mattilbudet i barnehagen, slik at disse matvarene blir en naturlig del av barns kosthold. Selve utførelsen av prosjektet skal tilpasses den enkelte barnehage, men bør innebære at barna får opplæring, deltakelse i mattilberedning og lære seg å beskrive sjømaten via sine sanser. Andre aktiviteter kan være fisketur, besøk på fiskebruk, felles innkjøp av råvarer, forming og sang om fisk og sjøliv. Fiskesprell praktiseres også i norske ungdomsskoler, hvor fiskesalgslagene bidrar med 20 kr i råvarestøtte per elev i 9.klasse. Kursing av ansatte og annet materiell finansieres av departementene og Eksportutvalget for fisk, men ellers må barnehagen og skolene dekke kostnader for sjømat og andre råvarer.

### **1.1 Formål og problemstilling**

Barn ansees som en viktig målgruppe for matprodusenter både som forbrukere, personer med innflytelse på hva som spises i hjemmet, og de representerer et viktig fremtidsmarked (Olsen, 2004b). De fleste studier vedrørende barn og deres holdninger til mat baserer seg på matens sensoriske egenskaper. I følge Rozin (1996) har mange forskere undervurdert viktigheten av sosiale faktorer som påvirker menneskers spisevaner. En nyere amerikansk studie (Busick, m.fl., 2008) viser at gjentatt eksponering av mat gjør at barn blir mer villig til å smake på ukjent mat. Ut fra disse argumentene er det grunn til å tro at ved å avdekke mulige mekanismer vedrørende foreldrenes og barnehagens påvirkning og eksponering kan man oppnå forståelse av hvordan barns matpreferanser dannes. Hensikten med denne oppgaven vil derfor være å dokumentere

hvordan sosial påvirkning og eksponering fra barns omgivelser påvirker barns holdning til sjømat. Problemstillingen studien søker svar på er:

***Hvilken holdning har barn til sjømat, og hvordan innvirker eksponering og sosial påvirkning deres holdning?***

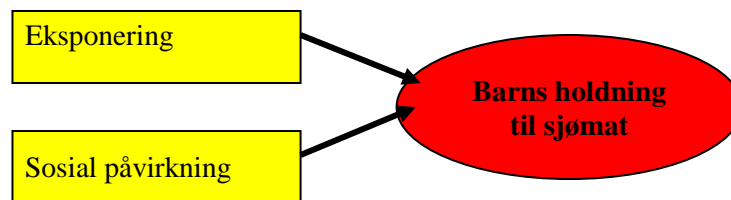
Formålet med problemstillingen er å komme frem til kunnskap som kan være retningsgivende for hvordan foreldre og barnehager bør handle for at barn skal etablere sunne matvaner. Man ønsker også å finne ny kunnskap som kan være nyttig for organisasjonene som står bak Fiskesprell.

Fokus vil være på sjømat som konsumeres som lunsj og middag. Sjømat som anvendes som pålegg vil ikke bli drøftet. Eksponering og sosial påvirkning vil omhandle foreldre og barnehager, slik at andre aktører, for eksempel media er utelukket fra undersøkelsen. Det finnes også dokumentasjon for at barn kan påvirke hvilken mat foreldre handler inn til hjemmet. For å avgrense oppgaven vil dette temaet ikke bli tatt med.

I det følgende vil kapittel 2 omhandle teoretiske begrep som ansees som relevant for denne studien. Kapittel 3 viser hvordan design og metode som er valgt for å få svar til problemstillingen, mens kapittel 4 viser de resultater som kom frem av datainnsamlingen. I kapittel 5 vil det bli gjort en oppsummering og drøftelse av benyttet teori og de resultater som kom frem av undersøkelsen, samt gitt implikasjoner og forslag for videre forskning. Til slutt vil en konklusjon for problemstillingen bli lagt frem i kapittel 6.

## 2.0 Faglig forankring

I tillegg til å kartlegge barns holdninger til sjømat viser begrepsmodellen i figur 1 hvordan jeg ønsker å komme frem til hvordan barnas holdning til sjømat påvirkes av gjentatt eksponering og det sosiale miljøet rundt dem. Denne modellen legger grunnlaget for analysemodellen som kommer frem av figur 2.



Figur 1: Begrepsmodell

### 2.1 Holdning

For å kunne beskrive barns holdning til sjømat vil det være på sin plass å gi en fyldig definisjon av begrepet "holdning". Ordet kommer fra det latinske ordet "aptus", som betyr å være klar for handling (Hogg og Vaughan, 2002). Tradisjonelt skulle holdninger være noe som kunne observeres, men det har etter hvert blitt bred enighet om at holdninger er noe som ligger bak handlingene. Det finnes mange ulike definisjoner av holdninger, men Ajzen (2001: 28) viser til at det finnes en generell enighet om at; "...attitude represents a summary evaluation of a psychological object captured in such attribute dimensions as good-bad, harmful-beneficial, pleasant-unpleasant and likable-dislikeable". Evaluering er kjernen i denne definisjonen. Ajzen (2001) viser til en studie hvor det kom frem at respondenter som bedømte matvarer som krevde omfattende evaluering, for eksempel ukjent mat, brukte en større del av hjernen, enn mat som krevde liten evaluering. Dette innebærer at evalueringer krever en kognitiv prosess hvor individet skaffer seg en overbevisning om holdningsobjektets attributter. Personer, inkludert oss selv, produkter eller aktiviteter er eksempler på psykologiske objekter, mens attributter er egenskaper ved produktet som mennesket oppfatter som verdi- eller kvalitets egenskaper (Solomon, m.fl., 2006). Kognisjon er de overbevisninger individet har tilegnet seg gjennom en mental tankeprosess til et holdningsobjekt.

Holdninger oppstår spontant og uunngåelig når man danner overbevisninger om et objekt (Ajzen, 2001). Individet tilegner objektet visse attributter, og holdningen mot objektet bestemmes ut fra de verdier som individet knytter til objektet, og hvor sterk assosiasjonene mellom verdi og assosiasjon er. Dette kan for eksempel være at barna har en sterk assosiasjon mellom fiskebein (=attributt) og laks (=holdningsobjekt), noe som kan medføre negativ holdning til laks. Holdninger kjennetegnes ved at de er varige og stabile, er generelle og konsistente over tid (Solomon, m.fl., 2006). I denne undersøkelsen var det generelle holdningsobjektet sjømat, hvor man benyttet torsk, laks, fiskekaker, fiskeboller, fiskegrateng, fiskeburger og fiskepinner spesifikke holdningsobjekter. For å ha et sammenlignbart objekt ble også kylling benyttet som holdningsobjekt. Ved hjelp av intervju er målet å finne ut hvilke attributter og assosiasjoner barna har til holdningsobjektene.

Ajzen (2001) hevder at man kan ha flere holdninger til et objekt. Når en holdning endrer seg trenger den ikke å overskrive den gamle, men kan eksistere som uttrykt (eksplisitt) eller underforstått / vanemessig (implisitt). Det kreves motivasjon og kapasitet for å følge den eksplisitte holdningen fremfor den implisitte, og dersom det oppstår ambivalens mellom følelser og kognisjon, så vil følelser veie mest. For å kunne skille mellom barnas eksplisitte og implisitte holdninger vil både observasjon, intervju og holdningsskalaer benyttes som metoder for datainnsamling.

De fleste forskere er enige om at holdninger består av de tre komponentene; affekt, kognisjon og atferd (Solomon, m.fl., 2006). Affektive assosiasjoner er de følelsene som individet tilegner objektet. De har ulik styrke, er ofte avgjørende for holdningene, og måles som liker, tilfredshet, føler, fordelaktig. Kognisjon går på hva man tror eller forventer av objektet, og det hjelper individet til å få assosiasjoner mellom begreper, slik som at fisk er sunt. Atferd innebærer individets handling eller intensjon om å gjøre noe med holdningsobjektet. Flere holdningsstudier har avdekket at mennesker kan inndeles etter hvor kognitivt eller affektivt orientert de er (Aikman, m.fl., 2006). Det er for eksempel avdekket at barn er mindre opptatt av helse enn voksne. I denne studien er målet å avdekke barnas generelle holdning til sjømat. For å kunne avdekke den generelle holdningen ønsket man å finne de ulike assosiasjonene som barna hadde mellom holdningsobjektene og de ulike attributtene til sjømaten.

### 2.1.1 Holdningsstyrke

To individer kan ha samme holdning til et objekt, men hvor sterk holdningen er kan variere. Bloemer og de Ruyter (2002:46) definerer sterke holdninger som; *“those attitudes that lead to selective cognitive processing and intended and actual behaviour”*. Definisjonen legger vekt på at sterke holdninger må gjennomgå en kognitiv prosess for at de skal motivere for atferd. Ajzen (2001) viser til at sterke holdninger er stabile over tid, motstandsdyktig mot overtalelse og gir godt grunnlag for å predikere atferd. Menneskers holdninger har en tendens til å være svakere jo yngre individet er, blir så sterkere i tidlig og middels voksenalder, og svakere i sen voksenalder. Holdningers styrke kan påvises ved å blant annet dokumentere hvor stabile holdningene er over tid, kunnskap om objektet, og hvor ofte individet tenker på objektet. Holdninger blir også sterkere jo mer relevant personen anser informasjon å være, noe som skaper høy involvering. Det er enklere å avdekke holdninger som er skapt i omstendigheter med høy involvering i forhold til situasjoner som gir lav involvering.

I studien av Olsen (2001) oppdaget man at moralske normer og forpliktelser var sterkt avgjørende for hvor involvert familiemedlemmene var med tanke på å ha sjømat til middag. Involvering går ut på hvor relevant en person oppfatter objektet passer til sitt indre behov, verdier og interesser (Solomon, m.fl., 2006). Foreldre som føler det er viktig at barna spiser sunt vil mest trolig være mer involvert i diskusjoner om sjømat enn foreldre som ikke er så opptatt av kosthold. I en annen studie hvor man undersøkte holdningene til genmanipulert mat fant man bare en svak sammenheng mellom moralsk forpliktelse og forventning til atferd (Olsen, 2001). Dette kan forklares av at respondentenes holdning til genmanipulert mat ikke hadde gjennomgått en kognitiv prosess for å gi holdningene styrke.

Holdningers styrke er ansett som et viktig begrep innenfor holdningsforskning, siden det har vist seg at individer prosesserer informasjon svært ulikt (Eagly og Chaiken, 1998). Sterke holdninger er lettere tilgjengelig i individers hukommelse og kommer raskere til uttrykk enn svake holdninger. I denne studien var det derfor viktig å dokumentere hvor sterke holdningene til barna var. Ved hjelp av flere datainnsamlingsmetoder kunne man sammenligne resultatene fra de ulike datainnsamlingsmetodene slik at man å få en indikasjon for hvor sterke og konsistente holdningene var. Ved å benytte holdningsskalaer håpet man å få en indikasjon for hvor sterke holdningene var til konkrete sjømatprodukter.

### 2.1.2 Holdningsendring

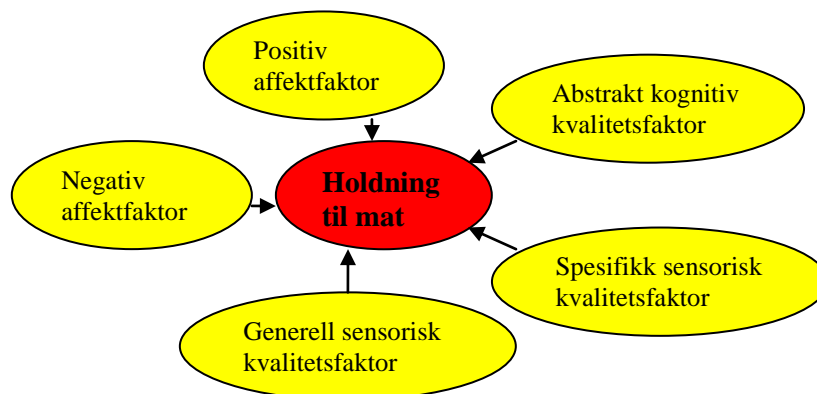
Holdningsstyrke og holdningsendring er to begreper som henger nært sammen. Svake holdninger er lett å påvirke noe som kan føre til en holdningsendring, i motsetning til de sterke som er vanskelig å endre (Ajzen, 2001). Et av målene for denne undersøkelsen var å vise at gjentatt eksponering og sosial påvirkning er viktige faktorer for å *endre* barns holdning til sjømat. Det vil derfor være aktuelt å se nærmere på dette begrepet.

I følge Hogg og Vaughan, (2002:190) kan holdningsendringer defineres som; *"Any significant modification of an individuals attitude"*. Disse holdningsendringene skjer via toveis kommunikasjon, slik som overtalelse, læring, sosialt press og eksponering (Solomon, m.fl. 2006). Petty, m.fl. (1997) har via den såkalte ELM modellen illustrert at holdningsendringer avhenger av hvor involvert mottakeren er, styrken på selve budskapet og troverdigheten til den som leverer budskapet. Dersom mottakeren er motivert og har evne til å prosessere informasjon er vedkommende bedre i stand til å bearbeide informasjon kognitivt, noe som gjør det mulig å oppnå en varig og konsistent holdning til produktet. Kognitive holdninger gjør det enklere å predikere atferd, for eksempel om barnet vil spise fisk som voksen. Dersom mottakeren ikke er motivert eller i stand til å forstå budskapet vil vedkommende få holdninger som er basert på affekt og ikke kunnskap. Slike holdninger vil være relativt midlertidig og lite konsistent, og gir lite mulighet til å predikere atferd. I likhet med holdningsstyrke finnes det bevis for at mottakelighet til å endre holdning avtar fra tidlig og middels voksen alder, og øker igjen i sen voksen alder (Ajzen, 2001, Visser & Krosnick, 1998). Man kan derfor anta at barn er godt mottakelig for å endre holdning.

Siden holdninger er varige, stabile og konsistente over tid vil det ta tid å endre holdninger (Solomon, m.fl., 2006). Mennesker kan ha ulike måter for å la seg påvirke av overtalelser. Aikman m.fl (2006) slår fast at man må først endre individens holdning til mat før man kan forandre deres spiseatferd. Kommunikasjon som skal endre holdninger er mer effektiv dersom den er forenelig med de underliggende holdningene. Det vil si at kommunikasjon som har til hensikt å endre holdninger basert på affekt bør appellere til følelsene, mens ved kognitive holdninger bør man benytte faktaargumenter for å starte en kognitiv prosess. Som nevnt vil barnas holdning til sjømat er forventet å være hovedsakelig basert på affekt (Borgers, m.fl. 2000). De voksnes kommunikasjon til barna bør derfor appellere til matens sensoriske og generelle egenskaper slik som smak og lukt.

### 2.1.3 Assosiasjoner til mat

Aikman, m.fl (2006, 2007) dokumenterer at den tradisjonelle holdningsteorien som nevnt i kapittel 2.1 gir lite rom for at holdning til enkelte objekter, som for eksempel mat, kan ha flere assosiasjoner. I to studier av flere etniske grupper avdekket de at holdning til mat består av de fem faktorene: abstrakte kognitive kvaliteter, positiv affekt, negativ affekt, generelle sensoriske kvaliteter og spesifikke sensoriske aspekter. Den abstrakte kognitive kvalitetsfaktoren kjennetegnes med assosiasjoner som sunn, mager og næringsrik. De spesifikke sensoriske kvalitetsfaktorene kjennetegnes av assosiasjoner som kan beskrives som surt, salt og fett. Aikman, m.fl. (2006, 2007) deler opp de den tradisjonelle betraktningen av holdningenes affekt: De positive affektene indikeres av assosiasjoner til holdningsobjektet som enkel, glad og tilfreds. De negative affektene avdekkes indikatorer som kjedelig, avskyelig og kvalm. De generelle sensoriske kvalitetsfaktorene beskrives av assosiasjoner som smak, lukt, tekstur og utseende.



Figur 2: Forenklet holdningsmodell for mat (Aikman, m.fl. 2006)

Denne undersøkelsen vil forsøke å finne barnas ulike assosiasjoner til sjømat og for så å klassifisere assosiasjonene i forhold til Aikmans m.fl. holdningsmodell. Det er forventet å finne ut at barn i større grad enn voksne bygger sine holdninger på affekt, siden barn har lite utviklede kognitive ferdigheter (Borgers, m.fl. 2000). Den tradisjonelle tanken om at barns matpreferanser dannes ut fra sensoriske egenskaper slik som søtt, salt og tilberedning (Wardle, m.fl. 2001), vitner om at barna i stor grad bygger sine holdninger på generelle og spesifikke sensoriske faktorer. Imidlertid drøfter ikke Aikman m.fl. (2006, 2007) hvordan holdninger til mat påvirkes av de sosiale omgivelsene til individet. Som denne undersøkelsen vil komme nærmere inn på, så er normer og gjentatt eksponering spesielt viktig for barns holdning til mat.



#### *2.1.4 Barn og unges holdning til mat*

Flere studier slår fast at et godt kosthold fra barndommen av er viktig for vekst og utvikling, og har betydning for god helse senere i livet (Reinar, m.fl., 2004; Benton, 2004). Barn med sunne matvaner har større sannsynlighet for å ha sunne matvaner som voksne. Gode matvaner bør derfor etableres i et tidlig stadium i livet. I en britisk tvillingstudie av fireåringer (Wardle, m.fl., 2001) motbeviste man den tradisjonelle antakelsen om at matpreferanser bare dannes ut fra sensoriske egenskaper. I tillegg til genetiske predisposisjoner påvirkes barns preferanser av miljø slik som foreldres forpleiningspraksis, kulturelle mønster, press fra andre barn, reklame og antall ganger barnet blir eksponert for matvaren. Studien viser at mat som barna sjelden har smakt har større sjanse for å ikke bli likt, og at barn som var positiv til for eksempel en frukt, hadde lettere for å være positiv til annen frukt. Det samme gjaldt for matkategorier hvor barna ikke likte en matvare. Dette forklarer viktigheten av gjentatt eksponering av mat for barn, noe som vil bli nærmere drøftet i neste kapittel.

#### *2.1.5 Unges holdning til sjømat*

Til tross for at barn betraktes som å ha sterk kjøpkraft og påvirkningskraft, finnes det relativt lite forskning vedrørende barns matpreferanser (Solomon, m. fl., 2006). Barn ansees som vanskelige forskningsobjekter i forhold til voksne. De kan gi upålitelige beskrivelser av sin egen atferd, de er dårlige til å huske tilbake og de forstår sjelden abstrakte spørsmål. For å finne relevant empiri vil derfor ungdoms holdning til sjømat bli nærmere beskrevet. Ungdom er en interessant gruppe å studere da de gjennomgår store fysiske og psykologiske endringer som vil ha påvirkning for deres utvikling av identitet, preferanser og verdier (Honkanen, m.fl., 2004). Ungdom er en viktig målgruppe for matprodusenter både som forbrukere, påvirkere i hjemmet og fremtidskonsumenter (Olsen, 2004b).

Mange empiriske studier viser til at eldre er mennesker spiser mer sjømat enn yngre mennesker (Olsen, 2003, 2004a). Spesielt er smak og avsmak viktig for unge konsumenter i motsetning til eldre, som gjerne prioriterer næringsinnhold og helse for valg av mat. I en norsk studie kom det frem at ungdom ikke skiller mellom egenskapene smak og spennende mat, og sunnhet er mindre viktig for den totale vurderingen av mat (Olsen, 2004b). Nesten alle ungdommene syntes at fiskemat er sunt men smaker ikke så

godt og er lite spennende. Bearbeidet fiskemat slik som fiskekaker, laks og ørret er mer populært enn for eksempel torsk, men totalt sett ble kylling, pizza, taco, hamburger, biff og pasta betraktet som mer smakfullt og spennende enn sjømat. 40 % av ungdommene nevnte at fiskebein var en barriere for å konsumere fisk.

Det slås fast at ungdom har ambivalente følelser mellom å følge sine hedonistiske lyster og den plikt de føler fra egen helseorientering og foreldrenes forventninger/norm (Olsen, 2004b). Selv om "alle" er inneforstått med at fisk er sunt, er det motivasjon til å være sunn og spise sunt som er den avgjørende faktor for hvor positive holdninger de har og hvor lojal de er til sjømat. 70 % fortalte at de var tilfredse med foreldrenes evne til å lage middagsmat, men det var bare halvparten som syntes at foreldrene var flink til å lage fiskemiddag. Egne holdninger, preferanser og tilfredshet er som forventet den viktigste drivkraften for ungdomslojalitet til fisk som middagsmat. De aller fleste føler press og forventinger fra sine foreldre om å spise sunn og variert mat, og deriblant fisk. Over 70 % av ungdommene mener at foreldrene liker fisk, mens bare 15 % av deres venner liker fisk. For de ungdommene som føler høyest familieidentitet betyr familiens forventninger mer enn egne preferanser og tilfredshet. Ungdommene forklarte at det var først og fremst mor og far som har den største påvirkning for hva de spiser.

Honkanen, m. fl. (2004) segmenterer ungdom etter hvilke preferanser de har i fire grupper; "Mislikerne" er de som er svært sære og misliker de fleste vanlige middagsrettene og utgjør omtrent 10 % av markedet. "Matelskerne" er de som er svært positive til de fleste middagsretter og utgjør 26 % av markedet. 27 % kjennetegnes som "fiskeelskere" siden de som er positiv til fisk, mens "fiskehaterne" utgjør hele 37 % av ungdommene. Forskerne påviser at livsstil og sosial påvirkning fra familien er mer avgjørende for hvilket segment ungdommene tilhører enn demografiske variabler. I denne studien vil det bli forsøkt å sammenligne barnas resultater opp mot forskningen som allerede finnes på ungdom. Barna vil så bli gruppert i følge de fire segmenteringsgruppene.

## 2.2 Eksponering

Bakgrunnen for at eksponering er et sentralt begrep for denne oppgaven er en nyere amerikansk studie (Busick, m.fl. 2008) som dokumenterer hvor viktig eksponering av ny mat er for barns preferansedannelse. Studien viser at foreldre som ofte kjøper og eksponerer barna sine for frukt og grønnsaker får barn som er mer villig til å smake på frukt og grønnsaker. Barn som sjelden blir eksponert for frukt og grønnsaker har større motvilje til å smake, noe som kan beskrive de som neofobiske. Studien bekrefter den viktige rollen foreldre, andre omsorgspersoner og kultur spiller for å eksponere barn for variert og sunn mat. Etter et større litteratursøk viste det seg at eksponering er et mye anvendt begrep innenfor forskning av barn og deres preferanser for mat.

For å kunne drøfte hvordan eksponering påvirker barnas holdning til sjømat vil det være viktig å forklare hva som egentlig ligger i begrepet. Solomon, m.fl. (2006: 650) definerer eksponering som; *"... an initial stage of perception, where some sensations come within range of consumers' sensory receptors"*. Eksponering ligger derfor nært knyttet til persepsjon, som går ut på hvordan vi oppfatter omgivelsene, inkludert oss selv, ved hjelp av våre sanser. Persepsjon innebærer at individer velger, organiserer og tolker stimuli til et meningsfylt eller helhetlig bilde. Stimuli kan forklares som ulike inntrykk man får via sine sanser slik som syn, lyd, lukt, smak og tekstur. Persepsjon er selektiv; vi velger hva vi vil være oppmerksom på ut fra våre "skjemaer" (fastlagte tankemønstre som mennesket tolker inntrykk ut ifra), erfaringer, forventninger eller hypoteser. Selv om persepsjon har fokus på ytre stimuli, må vi erkjenne at vi selv er aktiv med å søke informasjon som gir mening.

### 2.2.1 Tilgjengelighet

For at eksponering kan finne sted må stimuliet først og fremst gjøres tilgjengelig for individet. Rozin (1996) påpeker at man bare kan spise det som er tilgjengelig. Kulturelle faktorer begrenser tilgjengeligheten på mange måter. Sammen med økonomiske og miljømessige faktorer bestemmer de hva som blir dyrket og produsert og hva som blir importert. Tradisjoner avgjør for porsjonsstørrelser og dermed emballasjen til maten. Smak og utseende er ofte avgjørende for hvor mye som konsumeres, som igjen påvirker etterspørsel. Prisen for maten er et avgjørende element for å bestemme hva som er faktisk tilgjengelig og bekvemmelighet er avgjørende for konsumentens valg av matprodukter.

Tilgjengelighet er spesielt relevant når man forsker på barn siden de i stor grad vil være avhengig de voksnes beslutninger om innkjøp av produkter til hjem eller barnehager. I følge retningslinjene for mat og måltider i barnehagene bør blant annet barnehagene:

- ”1. Legge til rette for minimum to faste, ernæringsmessig fullverdige måltider hver dag med medbrakt eller servert mat.
  2. Sette av god tid til hvert måltid, minimum 30 minutter til å spise, slik at barna får i seg tilstrekkelig med mat.
  3. Legge til rette for å kunne spise frokost for de barna som ikke har spist frokost hjemme.
  4. Ha maksimum 3 timer mellom hvert måltid. Noen barn, særlig de yngste, kan ha behov for å spise oftere.
  5. Legge til rette for at de voksne tar aktivt del i måltidet og spiser sammen med barna.
- (...)
10. Måltidene bør settes sammen av mat fra følgende tre grupper:  
Gruppe 1: Grovt brød, grove kornprodukter, poteter, ris, pasta etc.  
Gruppe 2: Grønnsaker og frukt/bær.  
Gruppe 3: Fisk, annen sjømat, kjøtt, ost, egg, erter, bønner, linser etc.
11. Plantemargarin og olje bør velges framfor smør og smørblandede margarintyper.
  12. Drikke til måltidene bør være skummet melk, ekstra lettmeik eller lettmeik.
  13. Vann er tørstedrikk mellom måltidene, og bør også tilbys til måltidene.
  14. Mat og drikke med mye tilsatt sukker bør unngås(...).”

(Sosial- og helsedirektoratet, 2007)

### 2.2.2 Gjentatt eksponering

På 1960 tallet utførte den amerikanske forskeren Robert Zajonc flere lab eksperimenter som dokumenterte hvordan gjentatte eksponeringer av ukjente stimuli ble vurdert mer positivt enn andre kjente stimuli som ikke ble eksponert (Zajonc, 1968). Dette fenomenet definerer han som; ”By “mere” exposure is meant a cognition making the stimulus accessible to the individual’s perception” (Zajonc, 1968:1). Begrepene kognisjon, stimuli og persepsjon er allerede forklart, men det er viktig å merke seg at fenomenet baserer seg på at man gjør individet kognitivt oppmerksom på et stimuli. Ved å blant annet benyttet ukjente oppdiktete ord, kinesiske tegn og bilder av ulike ansikter som gjentatt stimuli, beviste han at mennesker har en tilbøyelighet til å foretrekke objekter bare fordi de er kjent for dem. Dette beskriver Solomon, m.fl. (2006) som ”The mere exposure phenomenon”. Dette er en mye anvendt teknikk innenfor reklame der man gjentar produktinformasjon for å øke konsumentens oppmerksomhet for produktet. Det må her nevnes at for mange eksponeringer vil tilvenne mottakeren og gjøre den uoppmerksom på

eksponeringen. Pliner (1982) var den første som ga støtte for at Zajoncs teorier kunne benyttes for å fremme affektive reaksjoner til mat. Tidligere eksperimenter var utført med mat, men dette var med kjent mat som respondentene hadde smakt tidligere. Ved å la studenter smake på tre ukjente tropiske fruktjuicer gjentatte ganger bekreftet hun at jo flere ganger de hadde smakt juicen, desto bedre likte studentene juicen.

Det finnes mange nye studier som bekrefter Zajoncs teori. Blant annet i en studie av Nicklas, m.fl. (2001) forsket på de på barns konsum av frukt, juice og grønnsaker. Her kom man frem til at barns neofobi ble redusert ved 8 til 10 eksponeringer hvor hver eksponering blant annet inkluderte smaking av maten. Barna var mer villig til å smake på ny mat når den var servert sammen med andre smaker som var gjenkjennelig, som for eksempel ketchup. Resultatet er i tråd med anbefalingene fra Birch, m.fl. (1996). Det er derfor viktig at voksne ikke gir opp når barnet protesterer mot å smake på den nye maten, men fortsetter å eksponere barnet slik at det kan lære seg å like maten.

Også i studien til Bell og Meiselman (1995) benykrefter teorien til Zajonc. Her ble det påvist at neofobi kan reduseres ved hjelp av eksponering av ny og ukjent mat. Ved å gi informasjon om den nye maten, dens innhold og anvendelsesområde kan føre til at mottakeren liker produktet eller liker produktet enda mer enn hva de gjorde i utgangspunktet. Man kan altså slå fast at informasjon er eksponering. Imidlertid hevder Birch, m.fl. (1996) at eksponering bare er effektivt når barnet smaker på maten. Å se på maten og lukte på den er ikke effektivt nok for å øke barnas aksept av maten.

Barnas erfaring med smak ble bekreftet i eksperimentet til Wardle, m.fl. (2003). Her ønsket de å se hvor effektivt gjentatt eksponering og belønning var i forhold til hverandre for å få barn til å like søt kajennepepper. I tre ulike skoler ble tre grupper av barn i alderen 5-7 år etablert, hvor den ene førte et matregime som var eksponeringsbasert, den andre belønningsbasert, og den tredje fungerte som en kontrollgruppe hvor ingen spesifikt matregime ble fulgt. I eksponeringsgruppen ble barna tilbudt å spise så mye søt kajennepepper de ønsket åtte ganger hver dag over en periode på to uker. I belønningsgruppen ble barna vist et ark med klistremerker og fortalt at de kunne få et klistremerke dersom de smakte minst en bit av kajennepepperet. Resultatene viste at eksponeringsgruppen hadde signifikante høyere preferanser og konsum enn kontrollgruppen. Preferansene og konsumet økte også noe i belønningsgruppen, men ikke

like mye som i eksponeringsgruppen. Dette strider mot tidligere forskning som har vist at belønning vil minske barnas preferanser. Forklaringen på dette er at et matregime som inkluderer belønning også må inkludere eksponering, de kan ikke separeres (Wardle, m.fl. 2003). Belønning kan dermed ha to effekter; det fremmer kortsiktig konsum som da gir eksponering som i neste omgang fremmer preferansene. Men man må også være klar over at når barna blir belønnet for å spise mat kan dette senke deres syn på å akseptere maten. Konklusjonen av eksperimentet var at belønning begrenser effektiviteten av eksponeringen, men kan være nyttig i de tilfellene et barn absolutt nekter å smake på maten. Gjentatt eksponering av ukjent mat er en god strategi for å øke barns preferanser.

Som en oppsummering kan man si at voksne bør eksponere barna for varierte smaker og oppmuntre de til å smake på ukjent mat (Benton, 2004). Siden det er de voksne som gjør maten tilgjengelig for barna spiller de en avgjørende rolle for hvilken mat som barna blir eksponert for. For å oppmuntre til økt sjømatkonsum er det derfor viktig å gjøre sjømaten tilgjengelig og utøve gjentatte eksponeringer ovenfor barna. Men det er viktig å være forsiktig med sjømat som barna ikke liker siden det kan virke mot sin hensikt. Å presse et barn til å spise en matvare kan føre til at barnet ikke liker maten (Busick, m.fl. 2008). I følge Wardle, m.fl., (2003) bør man ikke legge for stor vekt på hvor mye barnet spiser, men at det faktisk smaker på maten.

### **2.3 Sosial påvirkning**

For å kunne vurdere hvordan miljøet rundt barna påvirker barnas holdning til sjømat vil dette kapitlet forklare mer spesifikt hva man her definerer som ”sosial påvirkning”. For at et samfunn skal fungere utvikler medlemmene normer som er uformelle regler som styrer atferd (Solomon, m.fl. 2007). Dersom et slikt system av overenskomster ikke ble utviklet ville samfunnet være preget av kaos. Man tilpasser seg normer hver dag selv om vi ikke er klar over det. Normer ligger derfor nært knyttet til sosial påvirkning. Normativ sosial påvirkning opptrer når personer tilpasser seg til andres forventninger for å bli akseptert av gruppen. I kontrast har man uformell sosial påvirkning som oppstår når individet tilpasser seg gruppens atferd fordi man anser det som et bevis for hva som er rett å gjøre i enkelte situasjoner. Uten å gå nærmere inn på hvorfor sosial tilpassing oppstår kan man slå fast at alle mennesker som lever i et samfunn daglig må forholde seg til sosial påvirkningskraft fra andre.

### 2.3.1 Subjektive og deskriptive normer

Normer defineres som uformelle regler som styrer atferd (Solomon, m.fl, 2006). I litteraturen om sosial påvirkning kan vi finne et skille mellom tre ulike typer normer (Elek, m.fl. 2006); subjektive, deskriptive og personlige normer. Subjektive normer er den oppfattelsen et individ har om hva man *tror* andre ønsker man skal gjøre, mens deskriptiv norm er oppfattelsen individet har av hva de fleste mennesker faktisk *gjør*. Personlige normer er knyttet til individets selvidentitet og moral, og er uavhengig av eksterne belønninger og avstraffelser (Armitage og Conner, 2001). Sistnevnte vil ikke bli ytterligere forklart, da dette anses som normer som er dårlig utviklet hos små barn.

I en svensk studie av skolebarn (Berg, m.fl, 1999) fant man ut at intensjon for å konsumere melk og brød i stor grad var påvirket barnas oppfattelse av foreldrenes konsum. Dette beskrives som *deskriptiv norm*, som skiller seg klart fra subjektiv norm siden den ikke oppfattes som påleggende. Deskriptiv norm avhenger av barnets evne til observasjonslæring, som vil ha betydning for hvor effektivt modellering er for økt sjømatkonsum. I studien ble det avdekket at deskriptiv norm var mer avgjørende enn subjektiv norm for barnas intensjoner for konsum av melk og brød. Dette beviser at voksne må opptre som rollemodeller enn å bare formane barna til å spise sjømat.

I følge Theory of planned behavior, den såkalte TPB modellen av Ajzen (1991), er intensjon om atferd et resultat av holdninger til atferden og sosialt press. Presset kan beskrives som *subjektiv norm*, som defineres som den prosessen hvor mennesker direkte eller indirekte påvirker tankene, følelsene og handlinger til andre mennesker (Donald og Cooper, 2001). Foreldre kan påvirke sine barns spisevaner gjennom barns tilgang til mat (Berg m.fl. 1999). Siden det som regel er foreldrene som handler inn maten til hjemmet er det de som bestemmer hva som blir servert hjemme. Denne avhengigheten fører til at barna ikke har full kontroll over atferden. Dersom foreldrene bruker denne kontrollen kan dette ansees som en direkte bane fra subjektiv norm til atferd.

I denne studien vil subjektiv norm beskrives av den oppfattelsen barna har om foreldres og barnehageansattes ønsker for barnets sjømatkonsum. Dette vil avhenge av barnet oppfatter de ansattes ønsker korrekt. I en metastudie av Armitage og Conner (2001) kom man frem til at subjektiv norm gir dårlig predikasjon for intensjon til handling.

Mange psykologiske studier setter et *skille mellom holdning og subjektiv norm* (Trafimow, 1998). En holdning er en overveielse av atferden, mens subjektiv norm er personens oppfatning av hva hun tror at andre betydningsfulle personer ønsker at hun skal gjøre. Atferd avgjøres av intensjonen til å handle, som igjen er bestemt av holdninger og subjektiv norm. Holdninger avgjøres av den oppfatningen individet har om konsekvensene av handlingen, og subjektive normer avgjøres av den oppfatningen individet har av meningene til andre betydningsfulle personer. Kritikken av dette skillet går ut på at det er liten forskjell på oppfattelse av atferd og subjektiv norm, da det er vanskelig å si hva som er forskjellen mellom påstandene: ”Min far synes ikke jeg skal gjøre denne handlingen” (atferdsoppfatning) og ”dersom jeg gjør denne handlingen så vil far være uenig med meg” (normoppfatning). Annen kritikk går ut på at begrepene kommer fra like paradigmer som kan medføre at de egentlig er to ulike ord for samme begrep, og at begrepene krysser hverandre med tanke på at det som påvirker holdninger også vil påvirke subjektiv norm, og motsatt. Den seneste kritikken går på målemetodene, siden styrken mellom holdninger, subjektive normer og andre variabler ser ut til å endre seg etter hvilken rekkefølge de måles. Til tross for denne kritikken finnes det argumenter for å beholde skillet. Det finnes valide data for dette skillet, og det finnes bevis for at individer vektet holdninger og subjektiv norm ulikt. Eksperimentell manipulering av holdninger og subjektive normer viser at noen atferder er påvirket av holdningskontroll, mens andre atferder er påvirket av subjektiv kontroll. Sistnevnte argument blir spesielt vektlagt i denne undersøkelsen slik at man anser subjektive normer som noe som påvirker barnas holdning til sjømat.

### *2.3.2 Sosialisering og rollemodeller*

De fleste mennesker er knyttet til en familie mesteparten av livet, og de andre familiemedlemmene har sterk påvirkning for hvilken mat man spiser (Marshall, 1995). Det er gjennom familien at barna lærer hva som er ansett som passende matvaner. Birch, m.fl. (1996) dokumenterer at barn så tidlig som 3-5 år har spisevaner som er lært og erfart fra de miljømessige omgivelsene. Foreldre påvirker barns spisevaner på en rekke måter (Birch, m.fl., 2007): Det er foreldrene som handler inn maten og avgjør dermed hvilken mat som er tilgjengelig for barna. Foreldrene fungerer som rollemodeller for valg av mat og spisemønstre, og de lærer barna de spisevanene som de anser som fornuftig. Det er også godt dokumentert at barn lar seg påvirke av hva andre barn, lærere og andre



voksne som de ser opp til gjør, siden barna gjerne vil gjøre det som andre (Rozin, 1996). Forskning indikerer at denne påvirkningen kan være sterkere enn den som foreldrene utfører. Foreldre forsøker ofte å smigre, overtale, true eller tilby bestikkelser for at barna skal spise den maten som er servert, noe som kan svekke foreldrenes påvirkningskraft.

Sosial påvirkning er nært knyttet til observasjoner som kan sette i gang læringsprosesser hos barna. Læring gjennom observasjon oppstår når man ser og hører hvordan andre handler (Solomon, m.fl., 2006). Disse observasjonene lagres i hukommelsen mens de samler kunnskap. Denne kunnskapen blir veiledende når individet kommer i en situasjon hvor det må ta stilling til handling. Denne prosessen kan også kalles *modellering* siden individet imiterer atferden fra andre. For at modellering kan oppstå må følgende kriterier være oppfylgt: Individets oppmerksomhet må være rettet mot en attraktiv modell som det ønsker å imitere. Individet må også være i stand til å huske hva modellen har sagt og gjort, og så omdanne informasjonen til handling. I tillegg må individet være motivert til å handle slik som modellen har gjort. I studien av Nicklas, m.fl (2001) ble det vist at mødres matatferd med tanke på tiden de brukte på å spise, hvilken mat de likte og ikke likte og hvor de satt for å spise, samsvarte med barnas matadferd. De minste barna hadde lettere for å putte mat i munnen når de observerte morens eksempel enn når fremmede forsøkte å oppmuntre til å spise. De hadde også lettere for å spise maten når de så at en voksen spise maten, enn når maten bare ble tilbudt barna.

I en italiensk studie (Guidetti og Cavazza, 2007) forsøkte man å avsløre forholdet mellom foreldres og barns preferanser for mat, og avgjøre om barnets alder hadde noe å si for preferansene. Resultatene viste at foreldrenes repertoar hadde forankrende funksjon for preferansedannelsen hos barna, ikke bare i form av imitasjon, men også for barnas differensiering av mat. Barna var mer tilbøyelig for å imitere foreldrenes repertoar istedenfor å avvise det, og utforskning av ukjent mat foregikk når barna var alene eller sammen med andre enn foreldrene. Studien viste at ettersom barna ble eldre ble barnas og foreldrenes preferanser mer like. Dette kan tolkes til at barn har en tendens til å akseptere mat som deres foreldre liker siden de tilegner seg mer ”voksne smaker”. Også barnas selvstendige avvikelsesområde økte med alderen, mest sannsynlig for at de gjennom sine egne utforskninger fant matvarer som de ikke likte.

Sosial påvirkning går også ut på hvordan foreldrene lærer barna sine det de anser som passende matatferd. *Foreldrestil* er de metodene foreldrene benytter for å få kontroll på barnas atferd (Nicklas, m.fl., 2001). Disse grupperes i tre stiler. Den valgfrie, ”*permissive*”, går ut på at man lar barnet spise det som de selv ønsker. Barn under denne stilen viser seg å ha lite næringsrikt kosthold og har lett for å bli overvektig. Denne gruppen kjennetegnes ofte av foreldre som arbeider mye utenfor hjemmet. Den andre stilen er mer autoritær, kalt ”*authoritarian*”, går ut på at foreldrene forsøker å kontrollere barnas inntak og matatferd gjennom kommando, instruksjon, veiledning og tvang. Disse foreldrene benytter gjerne mat for å blidgjøre og belønne god atferd når barnet ikke er sulten og straffer uakseptert atferd ved å holde tilbake mat. Foreldre som belønner barna med en type mat, for eksempel is, for å spise en annen type mat, for eksempel grønnsaker, får gjerne barn som har sterke preferanser for den maten som benyttes som belønning fremfor den maten det forsøker å oppmuntre til å spise. Den tredje foreldrestilen beskrives som befalende, eller ”*authoritative*”. Disse foreldrene forsøker å begrense barnas inntak av mat med mye fett og sukker ved å begrense tilgang til slik mat. Dette øker barnas preferanser og konsum av slik mat selv om de er mett. Barn som blir befalt å spise opp alt på tallerken eller spise fort reagerer dårligere på metthetsfølelse enn barn som får slutte å spise når de føler seg mett. Fremstillingen til Nicklas, m.fl., 2001) kan virke som noe skjematisk siden foreldre kan benytte ulike stiler ut fra hvilken situasjon som oppstår. Jeg velger derfor å betrakte foreldrestilene på en slags glidende skala hvor foreldrene beskrives ut fra hvilken stil som er mest anvendt.

### *2.3.3 Modelling i barnehagen*

Familien har tradisjonelt vært ansett som barns største innflytelse for utvikling matatferd (Nicklas, m.fl., 2001). Foreldre og søsken var rollemodeller, og mødrene var ”portvakten” som avgjorde hvilken mat som ble kjøpt, tilberedt og servert. Men den siste tiden har denne innflytelsen flyttet over til andre som passer barna store deler av dagen. Ved utgangen av 2008 hadde nærmere 262 000 barn plass i norske barnehager (Statistisk sentralbyrå, 2009), og det er beregnet at barna inntar så mye som 40 -60 % av det totale energiinntaket i barnehagen (Fiskesprell, 2008). Det er derfor grunn til å tro at økt eksponering av sjømat og modellering i barnehagene gir god mulighet for å øke konsum av fisk og annen sjømat.

I følge Hendy og Raudenbush (1999) er lærermodellering en av de mest effektive metodene man har for å oppfordre barn til å akseptere ukjent mat. Gjennom eksperimenter testet de ut hvordan modellering fra lærere og andre barn i barnehagen fungerte for å øke barnas aksept av ukjent mat. Resultatene viste at ren eksponering hvor lærerne ikke snakket om maten var ineffektiv både for å få barna til å akseptere kjent og ukjent mat. Dette er oppsiktsvekkende resultater i forhold til flere studier som går på eksponering av mat. Faktisk ble det vist at aksepten deres var størst under det første måltidet, men minsket ved gjentatte eksponeringer. Studien viste at lærerne fungerte som sterkere modeller når de viste entusiasme for maten ved å bruke absolutte termer som ”Mmmm, jeg elsker mango!”. Dette kaller de for entusiastisk læringsmodellering, noe som viste seg å bevare aksept av ny mat gjennom fem måltider. De testet også ut en såkalt konkurrerende ”peer modell”, hvor de instruerte andre barn i førskolen til også å uttrykke entusiastiske begrep om et konkurrerende matprodukt, for eksempel kiwi, enn det produktet som lærerne benyttet. Det viste seg at de andre barna hadde langt større påvirkningskraft enn lærerne. I de andre eksperimentene var det ingen kjønnsforskjeller, men ved peer-modellen viste det seg at jenter var langt mer mottakelig for påvirkning fra andre barn enn guttene. Forskerne anbefaler lærerne til å benytte den entusiastiske modelleringsteknikken fremfor stilletidende modellering og at de aktivt forsøker å sette sammen kresne barn og barn som kan fungere som rollemodeller ved samme bord når man skal introdusere ukjente matprodukter. Spesielt bør lærerne være forsiktig å plassere barn som kan gi konkurrerende modellering sammen med jenter, siden jenter er mer mottakelig for peer-modellering enn gutter.

I studien til Nicklas, m.fl. (2001) viste det seg at barnehageansatte sjelden satte seg sammen med barna for å spise det samme som barna, til tross for at for at dette var anbefalt av amerikanske retningslinjer for barnehagene. I likhet med studien til Hendy og Raudenbush (1999) viste modellering fra de ansatte å bare være effektiv når de uttrykte entusiasme for maten og fortalte om positive effekter ved å spise maten. Uspesifikke kommentarer som ”Jeg liker å smake på ny mat” var ikke effektiv for barnas preferanser. De barnehageansattes stil kan også kjennetegnes som ”permissive”, ”authoritarian” og ”authoritative”. Da de prøvde ut de ulike stilene viste det seg at å tilby barna et valg mellom ulike grønnsaker, insistering og belønning var mer effektivt enn å bare eksponere og oppfordre barna til å spise. Gjentatt eksponering, som anses som en befalende stil, økte barnas konsum, spesielt dersom de fikk mulighet til å ta og smake på maten.

I en nyere amerikansk studie (Lumeng, m.fl, 2008) testet de ut om barn i alderen 3 til 6 år mistet tillit til de voksne når de voksne uttrykte at de likte mat som barna ikke likte. Resultatet viste at barna foretrakk mat som de voksne beskrev som hedonistisk positivt gjerne med en bestemt påstand, slik som ”Jeg synes denne er god”, fremfor en komparativ påstand, som ”Jeg synes denne er bedre enn den andre”. Hedonistiske påstander er informasjon som taler til barnas følelser og lyster. Konklusjonen er at voksne som identifiserer mat som hedonistisk positivt fungerer som en guide for barns matvalg, uavhengig av om barna er enig eller uenig med de voksnes påstander. Å fortelle barna at maten er velsmakende i absolutte termer fungerer sterkere enn å gi informasjon i komparative termer.

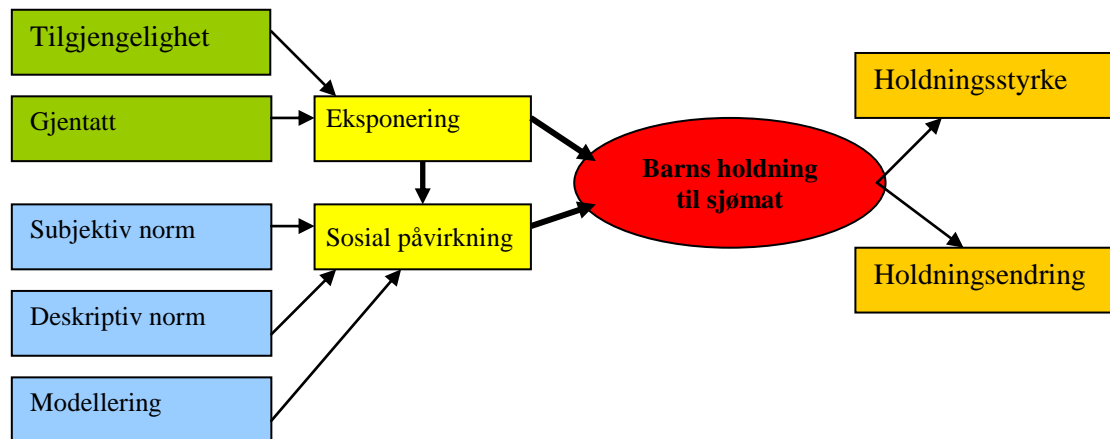
Til tross for de studier som dokumenterer hvor viktig lærermodellering er for barn viser en svensk studie (Sepp, m.fl. 2006) at barnehageansatte ikke er helt enige om hvordan måltidene i barnehagen best kan integreres i de daglige pedagogiske aktivitetene. Førskolelærernes manglende utdannelse og kunnskap om kosthold og ernæring resulterte i ambivalente holdninger og usikkerhet om hvordan de skal betrakte seg selv som rollemodeller under måltidene. Til tross for dette hadde de sterke meninger om hvordan man skulle gjennomføre et pedagogisk måltid. Dette mente de var å hjelpe og oppmuntre barna til å forsyne seg selv og opptre som en voksenmodell ved bordet, selv om de sjelden gjennomførte dette i praksis. Det fantes en bred enighet om at offentlig sektor er bedre egnet enn familiene selv til å lære barn sunne og gode matvaner.

Denne foreliggende undersøkelsen vil forsøke å beskrive hvordan de ansatte modellerer barna under fiskemåltidene og se om det kan finnes forskjeller mellom barnehager som følger ordinert matregime kontra regime i følge Fiskesprell.

## **2.4 Analysemodell**

For å få svar på problemstillingen ble studien utført som et kvalitativt kvasi -eksperiment i tilknytning til Fiskesprell. Dette vil bli nærmere forklart i metodekapitlet. To barnehager ble valgt ut hvor den ene førte et ordinært kostholdsregime og den andre førte et regime med mye sjømat i tilknytning til Fiskesprell. Fiskesprell medfører dermed at barna blir mer eksponert for sjømat, noe som kan betraktes som en manipulering for å teste effekten av uavhengige variabler mot en avhengig variabel. I denne sammenheng er

de uavhengige variablene sosial påvirkning og eksponering, mens den avhengige variabelen som dette måles mot er barnas holdning. Undersøkelsen lar barna få en direkte erfaring med sjømat, noe som kan føre til sterkere holdning til sjømat (Smith og Swinyard, 1982). Sterke holdninger har en tendens til at man får et høyere samsvar mellom holdning og handling. Med handling i dette tilfellet menes det barnas aksept og konsum av sjømat.



Figur 3: Analysemodell

Ut fra teoridrøftelsen er en analysemodell utarbeidet for å knytte begrepene sammen, og illustrerer hvordan man ønsker å finne barns holdning til sjømat. Som man kan se av figur 3 viser modellen hvordan man forventer at økt tilgjengelighet og gjentatte eksponeringer av sjømat forventes å påvirke eksponeringsvariabelen. Eksponeringen vil ha direkte innvirkning for barnas holdning til sjømat, men også for barnas sosiale miljø med tanke på at de ansatte i barnehager som deltar på Fiskesprell vil gi en annen modellering, subjektiv og deskriptiv norm enn barnehager som fører et ordinært matregime. Barnas familie og ansatte i barnehagen opptrer som barnas rollemodeller og står for barnas subjektive og deskriptive normer. Denne sosiale påvirkningen er forventet å ha direkte innvirkning for barnas holdning til sjømat. For å finne barnas holdning til sjømat vil det bli lagt vekt på hvilke uttrykk de benytter når de snakker om sjømat, hvordan de opptrer når de får servert sjømat i barnehagen og hvordan de graderer sine preferanser for spesifikke sjømatprodukter på en holdningsskala. Når man har avdekket barnas holdning vil det bli forsøkt å avdekke hvor sterk holdningene er og om Fiskesprell har klart å endre barnas holdning til sjømat.



### 3.0 Design og metode

En av de viktigste ideene for problemstillingen fikk jeg fra studien til Busick, m.fl. (2008) som dokumenterte hvor viktig hyppig eksponering av ukjent frukt og grønnsaker er for barns preferansedannelse. Her ble det anvendt dybdeintervju av 62 foreldre og barn. I tvillingstudien av Wardle, m.fl.(2001) dokumenterte de betydningen av miljømessige påvirkninger for barns preferansedannelse ved hjelp av spørreskjema. Her var det 214 mødre som svarte på vegne av barna. Når man benytter voksne som respondenter på vegne av barn kalles dette ”proxy reporting”. Birch, m.fl (1996) slår fast at denne prosedyren er kjent for å svekke undersøkelsers reliabilitet. Barn viser seg å kunne gi både mer pålitelige og mer gyldig informasjon om sine egne preferanser. I undersøkelsene til Hendy og Raudenbush (1999) utførte de fem ulike studier hvor de i flere kvasi- eksperimenter testet ut hvor effektivt lærermodellering var for å manipulere eksponering av ukjent mat. 58 lærere og 97 barn utgjorde respondentgrunnet for deres studier. Ingen av disse studiene anvendte metoder som vil la seg gjennomføre innenfor de ressursrammer som en masteroppgave har.

Begrepene forskningsdesign og forskningsmetode er lett å forveksle (Bryman og Bell, 2007). Designet gir rammeverket for innsamling og analyse av data, mens metoden er teknikken man bruker for å samle inn data. Eksperimenter utgjør vanligvis designet for studier, men som man senere vil komme nærmere inn på så har denne studien mer benyttet eksperiment som en form for metode.

Dunham (1988) redegjør for de mest vanlige metodene for å måle holdninger; Intervju, spørreskjema og holdningsskalaer. Intervju er en ofte anvendt metode innenfor kvalitativ forskning, mens de to andre benyttes mer innenfor kvantitativ forskning (Bryman og Bell, 2007). Siden eksperimentelt design er en del av metoden, burde ideelt sett de kvantitative analyser benyttes, men siden barns natur på mange måter er kompleks anbefaler Greig, m.fl. (2007) forskere til overveie om det kan være hensiktsmessig å benytte flere metoder. Siden barnehagebarn ikke kan lese betyr det i praksis at en voksen må lese opp alle spørsmål og påstander for hvert enkelt barn. Dette betyr at det vil være vanskelig å nå så mange respondenter som er anbefalt for kvantitative analyser innenfor de rammer som en masteroppgave har. I tillegg gir kvalitative metoder bedre mulighet for

å utdype spørsmålene dersom barnet har vanskelig for å forstå spørsmålet. Dette vil være særs viktig med tanke på at barna kan være på ulike kognisjonsnivå selv om de er i samme aldersgruppe.

Kvalitative analyser er antakelig den mest fleksible av de ulike eksperiment teknikkene (Shuttleworth, 2008). De kan spenne seg fra individuelle case studier til omfattende spørreundersøkelser. Det er ingen standardiserte strukturer for hvordan et kvalitativt kvasi -eksperiment kan gjennomføres. Kvalitative teknikker er veldig nyttig når problemstillingen er for kompleks til å få svar på ved enkle hypoteser. De er også nyttige når man har begrensede ressurser når man skal gjennomføre eksperimentet. De er i tillegg ikke så avhengig av å ha et stort utvalg som kvantitative metoder er. Ulempene er at kvalitative data ikke kan bli analysert i på samme måte som kvantitative data. De kan derfor bare gi et hint om de generelle trendene. Dataene vil være gjenstand for mer subjektive meninger, og de vil være vanskelig å reduplisere av andre forskere.

En mye referert metode når det gjelder forskning på barn er ”mosaikk metoden” av Clark og Moss (2001). Den går ut på at man benytter flere ulike metoder for datainnsamling slik at man kan danne seg et helhetlig bilde av barnas verden. Metoden har mye til felles med triangulering som nevnt av Bryman og Bell (2007), men siden Mosaikk metoden er spesielt utarbeidet for barn vil metoden bli nærmere beskrevet. Barn har svakere kognitive ferdigheter og har vanskeligere for å ordlegge seg enn voksne. Det kan derfor være nyttig å ta i bruk metoder som observasjon, samtaler med barna, barns fotografier, rollespill og intervju med foreldre og barnhageansatte slik at man kan undersøke om barnas syn harmonerer med de voksnes oppfattelse. Metoden kan beskrives både som kvalitativ og kvantitativ siden man bruker både subjektiv og objektiv fortolkning av datamaterialet.

Borgers, m.fl. (2000) anbefaler korte kvalitative intervju eller enkle strukturerte spørreskjema for aldersgruppen 4-7 år. Disse bør bli presentert som et spill eller lekeoppgave for å holde på barnas oppmerksomhet. Små fokusgrupper kan også benyttes. I denne studien vil det derfor benyttes en form for kvasi- eksperiment hvor datainnsamlingen er gjort ved hjelp av intervju, observasjon og holdningsskalaer. Bryman og Bell (2007) beskriver denne teknikken som triangulering siden man bruker mer enn en metode eller kilde for datainnsamling for at resultatene kan kontrolleres opp



mot hverandre. For løsning av den aktuelle problemstillingen ble intervju med barna, observasjon av barna under et fiskemåltid og en kort holdningsskala valgt som metoder for å få forståelse for barnas holdning til sjømat.

### 3.1 Kvasi- eksperimentelt forskningsdesign

Et eksperiment defineres som *”en undersøkelse hvor en forsker manipulerer og kontrollerer en eller flere uavhengige variabler og observerer den avhengige variabelen”* (Selnes, 1999: 140). Eksperimentering dreier seg altså om manipulering og kontroll, og det kan benyttes i tilfeller der man ønsker å teste effekten av en variabel mot en annen variabel. Ved å benytte en barnehage som har innført Fiskesprell oppnår man en manipulasjon i forhold til barnehager som ikke er med på Fiskesprell. Gjentatt eksponering og økt tilgjengelighet av sjømat utgjør derfor selve manipulasjonen og blir den uavhengige variabelen. På grunn av eksponeringen er det forventet at også den sosiale påvirkningen i Fiskesprellbarnehagen skulle seg fra andre barnehager. Modellering, subjektive og deskriptive normer inngår som indirekte uavhengige variabler for sosial påvirkning. Barnas holdning til sjømat utgjør undersøkelsens avhengige variabel, siden man ønsket å måle effekten av eksponering og sosial påvirkning. Målet var å se om barnas holdning endret seg eller ble sterkere som følge av manipulasjonen.

Man skiller mellom klassiske/sanne eksperimenter og kvasi- eksperimenter. Forskjellen er hvorvidt det benyttes en kontrollgruppe og om respondentene er valgt ut tilfeldig/randomisert (Selnes, 1999). Det sanne eksperimentet er det mest valide, men i mange tilfeller kan randomisering være vanskelig å gjennomføre. Som oppgaven vil komme tilbake til, så ønsket man et bekvemmelighetsutvalg av praktiske årsaker, slik at randomisering ikke var ønskelig. Problemstillingen måtte derfor løses ved hjelp av et kvasi -eksperiment. Selnes (1999) beskriver tre ulike kvasi -eksperimenter; The one-shot case study, en-gruppe pretest-posttest og matchet kontrollgruppe. Av disse ble matchet kontrollgruppe valgt siden det tillot at man satte sammen grupper slik man anså best, i tillegg til at man kunne benytte en kontrollgruppe som sørget for at resultatene fikk sterkere intern validitet enn de andre kvasi -eksperimentene. Designet innebar at man målte holdningene i en barnehage som ble utsatt for den eksperimentelle variabelen, altså Fiskesprell prosjektet, mens den andre barnehagen med tradisjonelt materegime fungerte som kontrollgruppe. Gjennom denne metoden manipulerer man variabelen eksponering i

barnehagen. Ulempen med denne type eksperiment er at man ikke kan eliminere muligheten for at den effekten man måler skyldes ulikheter mellom gruppene, og ikke den manipulasjonen som man utfører. Shuttleworth (2008) slår fast at til tross for kvasi - eksperimentenes ulemper er de et nyttig verktøy når det ikke er mulig å gjennomføre sanne eksperimenter. De kan gi forskeren en generell oversikt før man eventuelt gjennomfører case studier eller kvantitative eksperiment for å finne underliggende grunner for de data man allerede har funnet.

### **3.2 Intervju med barna**

Intervju er en velegnet metode for å finne barnas egne perspektiver (Greig, m.fl., 2007). Innen for kvalitativ forskning setter Bryman og Bell (2007) et skille mellom ustrukturerte og semistrukturerte intervju. På den ene siden har man de nesten totalt ustrukturerte intervjuene hvor intervjueren bare stiller et par spørsmål og lar respondenten prate fritt om aktuelle temaer. Intervjuet kan minne mer om en samtale hvor intervjueren bare responderer på poenger som han/hun finner relevant. På den andre siden finnes semistrukturerte intervju hvor forskeren benytter en liste med spørsmål med definerte emner som man ønsker å få dekket, også kalt intervjuguide. Respondenten har stort spillerom for hvordan han ønsker å svare, men guiden gir kontroll for at alle spørsmål blir stilt.

For denne undersøkelsen ble det benyttet semistrukturerte intervju hvor man benyttet en intervjuguide som man kan se av vedlegg 1. Det ble benyttet like ord i alle intervjuene, men spørsmålsrekkefølgen kunne variere og det ble brukt spørsmål utenom guiden i de tilfellene barna hadde vanskelig for å svare, eller de nevnte noe som man ønsket å få utdypet. Fordelen med denne type intervju var at svarene er lettere å kode enn ustrukturert intervju, men man åpner også for at barna kunne fortelle mer fritt om de temaer som ble berørt i intervjuet (Greig, m.fl., 2007). Individuelle intervju med barn kan være tidskrevende og frustrerende for barna (Owen, m.fl., 1997). Det er derfor anbefalt at barn blir intervjuet i grupper, siden barn kan hjelpe hverandre å få frem ideer og assosiasjoner og lette samtaleprosessen. Da vil også påvirkningen fra intervjueren bli svakere. Siden man fryktet ukonsentrasjon med for mange barn under intervjuet ble det besluttet at barna skulle bli intervjuet parvis etter tilfeldig sammensetning.

Barna ble informert før intervjuet at stemmene deres ville bli tatt opp på stemmeopptaker og at de skulle få høre på stemmene sine etterpå samt få en premie for at de stilte opp på intervjuet. Det ble tatt hensyn til at barna ikke skulle føle seg presset til å delta eller svare på spørsmål som de ikke følte for å svare, og dersom barna hadde vanskelig for å svare på spørsmålene ble spørsmålet utdypet ved å gi eksempler og gi barnet tid til å tenke. Intervjuguiden benyttet både åpne og lukkede spørsmål som først var testet ut på fire barn i alderen fire til fem år. Etter pretesten ble noe spørsmål endret eller slettet. Intervjuene ble tatt opp med diktafon og transkribert i etterkant.



Bilde 1: Intervju i eksperimentbarnehage

Bilde 2: Intervju i kontrollbarnehage

### 3.2.1 Intervjuguide

For å finne barnas *holdning til sjømat* ble intervjuene innledet med spørsmål om hva det beste, verste, spennende og kjedeligste de visste å få til middag hjemme. Senere ble de spurt hva den beste og verste lunsjmaten de visste å få i barnehagen. Grunnen for dette var å se om barna uoppfordret nevnte sjømat som noe de likte. For å undersøke om barna hadde opplevd en bevisst holdningsendring, spesielt med tanke på de som nevnte sjømat som favorittmat, ble de spurt om de bestandig hadde likt favorittmaten sin så godt som de gjorde på nåværende tidspunkt. For å ha et sammenligningsgrunnlag ble de spurt om hvor godt de likte kylling. For å få deres konkrete holdninger til sjømat ble de spurt hvor godt de likte fisk til middag og om det var noen fisketyper de likte spesielt godt eller mislikte. Barna ble også spurt hvor godt de likte å få kylling og fisk til lunsj i barnehagen.

De første spørsmålene ga informasjon om barnas positive og negative affektfaktorer i følge Aikmans, m.fl. (2006) holdningsmodell for mat. For å få kunnskap om barnas generelle sensoriske kvalitetsfaktorer ble de bedt om å beskrive hvordan fisk og kylling lukter og om de syntes det er mye bein i fisk. Dette er i følge Olsen (2004a) viktige forklaringer for lav motivasjon til å spise sjømat. For å se om disse oppfatningene ga barna noen dirkede assosiasjon mellom begrepene ble de spurt om lukt og bein førte til at de hadde lyst/ ikke lyst til å smake på fisken. For å sjekke de abstrakte kognitive kvalitetsfaktorene ble barna spurt om de syntes det var viktig å spise sunt og om de trodde det var sunt å spise fisk og kylling. I eksperimentbarnehagen hadde barna nylig spist fiskepinner til lunsj, så de ble bedt om å beskrive hvordan de smakte slik at man kunne få dekket de spesifikke sensoriske kvalitetsfaktorene i følge Aikmans modell. Med bakgrunn i teorien om begrunnet atferd (den såkalte TRA-modellen av Fishbein og Ajzen, 1975), ønsket jeg å finne barnas intensjon eller motivasjon om å gjøre noe med fisk som ble holdningsobjektet i denne studien. Barna ble derfor spurt hva de ville hatt til middag dersom de fikk bestemme, og om de kunne tenke seg å ha fisk til middag.

For å få svar på hvor ofte barna ble *eksponert* for sjømat ble de spurt hvor ofte de har fisk hjemme, og om de syntes de fikk for mye fisk i barnehagen. For å finne ut hvor sterk den *sosiale påvirkningen* i barnehagen ble barna spurt om de voksne spiste sammen med dem, og om de tror at de voksne spiste det samme som barna. For å se hvordan modellering fra de voksne fungerte ble hvert barn bedt om å fortelle hvem de likte best av de voksne i barnehagen. De ble så bedt om å fortelle hva de trodde denne personen likte å spise, om den personen likte fisk og om de trodde at denne personen ønsket at dere skulle spise mer fisk. For å finne ut om de ansatte benyttet noen av stilene som nevnt av Nicklas, m.fl. (2001) ble barna også spurt om de fikk noen slags belønning dersom de spiste opp maten sin, og om de fikk belønning når de spiste fisk i barnehagen. For å se om de voksne fungerte som sterkere modeller enn de andre barna, ble barna bedt om å fortelle hvem de likte best av de andre barna, om de visste hva denne personen likte å spise, om han/hun likte fisk. Barna ble også spurt ut om hvor godt de likte å være med på kjøkkengruppene for å danne seg et bilde av deres interesse for mat. Man ønsket også å avdekke hvor stor påvirkning hjemmet hadde for barnas holdning. Barna ble derfor spurt hva deres foreldre likte og ikke likte å spise til middag, om de trodde at de likte fisk og om de trodde at foreldrene ønsket at de skulle spise fisk. For å finne foreldrenes stil ble barna spurt om de pleide å få belønning for å spise mat de ikke likte, spesielt fisk.

### 3.2.2 Holdningsskala

På slutten av hvert intervju ble barna bedt om å vise hvor godt de likte ulike sjømatprodukter på et såkalt "smileyometer". Dette er et av verktøyene som tilhører "the Fun Tool kit" som er en erfaringsbasert metode for å finne barns mening om dataspill (Read og MacFarlane, 2006). Smileyometeret er en diskret likert skala som består av fem gule ansikter som skal symbolisere følelsene til barnet ved hjelp av sur til glad munn. Tester viser at smileyometeret er et fullgodt og enkelt verktøy for å måle barns meninger, men er best egnet for barn over syv år. Yngre barn viser seg å ha en tendens til å bare velge de glade ansiktene. For å forhindre dette ble to av ansiktene fjernet, slik at man satt igjen med et surt, en nøytralt og et glad ansikt. Tre slike tegneserieansikter er en mye anvendt metode utviklet av Birch og Sullivan (1991) for barn helt ned til tre års alderen. Metoden er erfaringsbasert hvor barna først smaker på ulike mattyper før de peker ut ansiktene som beskriver hvor godt de liker maten. Denne teknikken ble også benyttet i eksperimentene til Hendy og Raudenbush (1999). Owen, m.fl. (1997) anbefaler også å benytte tre ansikter for yngre barn, men de etterlyste behovet for et alternativ for de barna som ikke hadde erfaring med holdningsobjektet. De innførte derfor et spørsmålstegn som barna kunne peke på i tillegg til ansiktene.

I denne studien skulle barna vise hvor glad de var i torsk, laks, fiskekaker, fiskeboller, fiskegrateng, fiskeburger og fiskepinner. Dette er sjømatprodukter som man antok at barna hadde smakt både hjemme og i barnehagen. For å ha et sammenligningsgrunnlag ble de også bedt om å vise hvor godt de liker kylling, da kylling i mange tilfeller er et reelt substitutt for fisk (Egeness, m.fl. 2007). Spørsmålstegn i tilknytning til skalaen ble ikke benyttet siden man kunne spørre barna direkte om de hadde erfaring med produktet.



Figur 4: Revidert smileyometer

### 3.3 Observasjon

Observasjon kan gi forskeren et godt utgangspunkt for å starte samtaler med barna (Clark og Moss, 2001). Ved å observere barna mens de spiste sjømat i barnehagen ønsket man få en videre forståelse av det barna fortalte i intervjuene. Spesielt anså man observasjon som viktig dersom barna ikke var så flink til å ordlegge seg siden man da fikk mulighet til å notere ned kroppsspråk, ansiktsuttrykk og lyder fra barnet. I tillegg ønsket man å se de voksne i interaksjon med barna under måltidet for å få en mest mulig objektivt oppfatning av deres sosiale påvirkning på barna. Observasjon kan gi en pekepinn på om holdningene til barna er implisitte eller eksplisitte (Ajzen 2001). Dersom observasjonen og intervju viser ulike holdninger til sjømat, vil de implisitte bli vektlagt mest.

Greig m.fl (2007) slår fast at observasjon innebærer å betrakte barn individuelt, i forhold med andre og i ulike kontekster ved å spørre seg: hva er det de ser, hva føler de, hva tenker de og hva gjør de? De skiller i hovedsak mellom to ulike observasjonstyper der den ene innebærer at forskeren inngår som en part i den gruppen som blir studert, og den andre hvor forskeren ikke er deltakende. Sistnevnte krever lokaler hvor forskeren observerer deltakerne bak et toveis vindu, noe som var vanskelig å gjennomføre innenfor oppgavens ressursrammer. I følge Bryman og Bell (2007) er deltakende observasjon er innsamling av data ved å delta i det daglige livet til de menneskene du studerer, og å se hvilke situasjoner de går inn i, og hvordan de oppfører seg i dem. Samtaler med deltakerne gir grunnlag for fortolkninger av de hendelsene man har observert. Med begrepet ”deltakende” menes det at man er med i en sosial setting ikke bare som forsker, men også som medmenneske. For å oppfylle kravene til deltakende observasjon valgte jeg å tilbringe en hel arbeidsdag sammen med barna i barnehagen. Jeg ble presentert som en som skulle gjøre en undersøkelse i barnehagen, men utførte arbeidsoppgaver som enhver annen ansatt i barnehagen ved å passe på barna ute i lekegården, hjelpe barna kle på seg ytterklærne og delta i mattilberedningen på kjøkkenet. Under observasjonen av fiskemåltidet satt jeg alene i hjørnet av rommet der barna spiste mens jeg betraktet barna og noterte hva jeg så.

Observasjon kan benytte ulike metoder for sampling. Av disse ble naturlig sampling valgt, som innebar at bare relevante hendelser ble registrert under måltidet (Grieg, m.fl, 2007). Hele måltidet ble tatt opp på diktafon for å få med seg det som ble sagt, og kroppsspråk ble notert fortløpende under observasjonen. Disse hendelsene ble så satt inn i

et egenutviklet observasjonsskjema som man kan se av vedlegg nr 2. Av praktiske årsaker lot det seg ikke observere alle barna i undersøkelsen. I Eksperimentbarnehagen ble observasjonene av seks barn utført før intervjuene. I kontrollbarnehagen ble observasjonene først utført etter intervjuene, da av fem barn.



Bilde 3: Observasjon av fiskemåltid i eksperimentbarnehage

### 3.4 Utvalg og prosedyre for datainnsamling

Fylkeskommunen i Troms var behjelpelig med å gi en oversikt over hvilke barnehager i Troms som var meldt på Fiskesprell. Totalt var dette 21 barnehager. Av disse ble Templarheimen barnehage, som er kommunal, kontaktet direkte da man hadde via bekjentskap hadde blitt fortalt at denne barnehagen hadde iverksatt matregime under Fiskesprell. Fagansvarlig for barnehagen sa seg villig til å delta i undersøkelsen, slik at Templarheimen barnehage ble definert som undersøkelsens eksperimentgruppe. For å finne en barnehage som kunne fungere som kontrollgruppe, ble fagansvarlige i 10 kommunale barnehager kontaktet per e-post for å høre om noen var interessert i å delta i undersøkelsen. Av disse var det bare Åsgård barnehage som meldte sin interesse, og utgjør derfor undersøkelsens kontrollgruppe.

I forkant av datainnsamlingen hadde barnehagene vært behjelpelig med å hente inn tillatelse fra barnas foresatte for at barn i alderen 4-6 år kunne intervjues i tilknytning til undersøkelsen. Grunnen til at denne aldersgruppen ble valgt skyldes at man ønsket et høyest mulig kognisjonsnivå på barna og barn som var i stand til å ordlegge seg. Se kapittel 2.1 for nærmere gjennomgang. Undersøkelsens respondenter består av de barna som man hadde fått samtykke til å intervju, som totalt består av 24 barn, hvor

eksperimentgruppen består av seks gutter og seks jenter, og kontrollgruppen av sju gutter og fem jenter. Utvalget kan derfor defineres som et ikke- sannsynlighetsutvalg eller bekvemmelighetsutvalg siden man benyttet barn som var lett tilgjengelige (Selnes, 1999). Undersøkelsen ble foretatt i barnehagene i uke 13 og 14 2009.

Templarheimen barnehage er en av barnehagene som har valgt å innføre Fiskesprell og utgjør derfor undersøkelsens eksperimentgruppe. Det er en ny barnehage med ca 65 barn fordelt på 4 baser hvor alle barna er 0-6 år (Tromsø kommune, 2009). De har ca. 18 ansatte som vekselvis har ansvar for å lage lunsj. Hver dag er det 5-6 barn som har kjøkkentjeneste som medfører at de skal delta på mattilberedningen slik som å kutte opp grønnsaker samt dekke på bordene før alle barna skal spise. Barna har medbrakt frokost som de spiser sammen om morgenen og har felles lunsj tilberedt av en til to voksne og barna i kjøkkengruppen. Hver base har varm lunsj 2-3 ganger i uka, hvor det serveres fiskekaker hver mandag og mat fra Fiskesprellheftet hver onsdag eller fredag. De andre dagene får barna brød med valgfritt pålegg eller salatbueft med grønnsaker og ulike proteinkilder som kylling, skinke eller omelett. Senere på dagen får barna ulik frukt. Barnehagen innførte Fiskesprell prosjektet i uke 10, noe som betyr at barna hadde fått samme matregime som beskrevet i fire uker da datainnsamlingen fant sted. I forkant av Fiskesprell hadde barnehagen hatt noe som de kalte maritime uker, hvor barna blant annet lærte seg navnet på ulike fiskeslag, besøk på Polaria akvarium og sang fiskesanger over en periode på to uker. Den uken som observasjonene og intervjuene ble foretatt, laget og spiste barna fiskepinner med sursøt saus og ris, en oppskrift fra Fiskesprellheftet.

Åsgård barnehage deltar ikke på Fiskesprell og ble derfor undersøkelsens kontrollgruppe. Den er en eldre barnehage med 74,5 plasser for barn i alderen 0-6 år fordelt på seks avdelinger (Tromsø kommune, 2009). Barna får et varmt måltid hver uke, ellers brødmat med valgfritt pålegg. Det fantes ingen fast plan for hvilken varm mat barna fikk, men den uken observasjonen og intervjuene fant sted fikk barna fiskekaker med makaroni og ketchup. Også i denne barnehagen praktiserer de kjøkkengrupper hvor to barn får delta i mattilberedningen og var med å dekke på og av bordene. Frokost er medbrakt, og det hender at de voksne spiser sin medbrakte frokost sammen med barna.



### 3.5 Forskningskvalitet

Selnes (1999) gir tre kriterier for å vurdere kvaliteten på et forskningsarbeid; Diagnose av problemstillingen, undersøkelsens gyldighet og pålitelighet. Det første kriteriet er kanskje det viktigste i forskningsprosessen, siden dette vil være styrende for design, måleinstrumenter, respondenter og analyse. Problemstillingen til denne undersøkelsen ble derfor justert etter hvert som relevant teori falt på plass og man så klarere hvilke tema man ville berøre. Shuttleworth (2008) forteller at kvalitative kvasi -eksperimenter kan betraktes som uvitenskapelig og upålitelig, men at man ikke skal undergrave gyldigheten/validiteten, av dataene så fremst man har vært klar over svakhetene under hele eksperimentprosessen. Her gjøres det oppmerksom på at undersøkelsen benytter flere metoder som vil ha ulik validitet og reliabilitet. I dette kapitlet drøftes begrepene under ett, før de senere vil bli nærmere drøftet for de enkelte metodene.

Bryman og Bell (2007) forteller at forskere er svært uenige om hvilke kriterier som bør benyttes for kvalitative studier. Enkelte forskere benytter de samme kriterier som anvendes i kvantitativ forskning slik som intern og ekstern validitet og reliabilitet, mens andre måler den etter kriterier utarbeidet av Guba og Lincoln (1994); troverdighet, overførbarhet, pålitelighet, stadfesting og autentisitet. De to siste kriteriene er nye i forhold til kvantitativ forskning, mens de andre berører de samme kriteriene validitet og reliabilitet. De fleste kvalitative forskere er enige om at en direkte overføring av de kvantitative kriteriene ikke er ønskelig, så de velger en middelvei av dette. Uten å gå for mye inn på de ulike retningene benytter denne oppgaven de samme kriteriene som kvantitativ forskning benytter, men legger til kriteriet om objektivitet fra Guba og Lincolns teori.

#### *3.5.1 Undersøkelsen gyldighet*

Gyldighet, eller validitet som det også kalles, omhandler i hvilken grad undersøkelsen måler det den er ment å måle. Selnes (1999) benytter fire typer validitet som mål for god forskning; Intern validitet, ekstern validitet, statistisk validitet og begrepsvaliditet. I følge Bryman og Bell (2007) er kriteriene troverdighet og overførbarhet paralleller til intern og ekstern validitet. Statistisk validitet vil ikke bli nærmere drøftet da respondentgrunnlaget ansees som for lite for å trekke ut statistikker.

*Intern validitet* går ut på om det eksisterer et kausalitetsforhold, altså om det er grunnlag for å si at effekten kan tilskrives den årsak man tror (Selnes, 1999). Som nevnt i kapittel 3.1. er dette svært viktig for eksperimenter som forsøker å løse et årsak –virkning problem. Barna ble derfor spurt hvor ofte de spiste fisk hjemme og om de trodde foreldrene likte fisk for å påvise om det var et kausalitetsforhold mellom barnehagens eksponering og sosial påvirkning for barnas holdning. For å oppnå kausalitet måtte man finne ut om det virkelig var slik at dess flere ganger barna blir eksponert for sjømat, dess sterkere holdinger har barna til sjømat. Det var derfor forventet at kontrollgruppen ville vise en svakere holdning til sjømat enn hva eksperimentgruppen hadde.

*Ekstern validitet* er i hvilken grad resultatene kan generaliseres til andre mennesker enn de som var med i undersøkelsen (Selnes, 1999). Utvalget vil derfor være sentralt for den eksterne gyldigheten. Undersøkelsen hadde få respondenter, men ved å utføre studien i en naturlig setting slik at naturlig atferd ville observasjonen styrke den eksterne validiteten. Det viktig å merke seg at intern og ekstern validitet ofte er to motsetningsforhold. Dersom man ønsker høy intern validitet må man vanligvis slakke på kravene til ekstern validitet, og omvendt. Det var derfor prioritert å ha en sterk intern validitet.

*Begrepsvaliditet* går ut på at man måler de fenomener man ønsker å måle (Selnes, 1999). Det var derfor avgjørende at man definerte hva som ligger i de sentrale begrepene slik at de kunne holdes atskilt fra hverandre. Det ble derfor brukt omfattende tid på å definere holdninger, eksponering og sosial påvirkning. Dette er begreper som er vanskelig å måle direkte, men ved å definere begrepet eksponering til å omfatte tilgjengelighet og gjentatt eksponering, og sosial påvirkning til å omfatte modellering, subjektiv og deskriptiv norm, kunne man utarbeide direkte spørsmål som kunne gi indirekte målinger av begrepene.

### *3.5.2 Undersøkelsens pålitelighet*

Undersøkelsens pålitelighet, eller reliabilitet, går ut på hvordan undersøkelsen er gjennomført (Selnes, 1999). Reliabilitet henger nært sammen med validitet på den måten at en undersøkelse bare kan være pålitelig ved at den også er gyldig. Reliabilitet inngår også i Guba og Lincolns kriterier for kvalitativ forskningskvalitet (Bryman og Bell, 2007). Siden undersøkelser av barn på mange måter skiller seg fra undersøkelser av voksne vil det være viktig å drøfte hvilke faktorer hos barn som kan senke reliabiliteten.

Barn har en lite utviklet kognitiv evne til å danne assosiasjoner mellom begreper, slik som at laks er sunt (Borgers, m.fl., 2000). Barnas kognitive nivå vil være avgjørende for kvaliteten av de data man samler inn. Barna må være i stand til å forstå spørsmålet og forstå den påtenkte betydningen av spørsmålet. Dernest må de være i stand til å tilbakekalle relevant informasjon fra hukommelsen og benytte den for å kunne gi et svar. Sist men ikke minst må de kunne formulere svaret enten ved å velge en passende respons kategori eller ved å uttrykke tankene sine til intervjueren.

Piagets (1929) teori om kognitiv vekst er et nyttig verktøy for å segmentere barn etter deres grad av kognitiv utvikling (Borgers, m.fl. 2000). Han setter opp fem nivåer fra barna er født til de er 16 år. Moderne fortolkning av teorien sier at man må betrakte nivåene som en bevegelig skala og ikke fastsatte kategorier da barn vokser og utvikler seg ujevnt. Inntil barna er omentrent fire år er språk og tankeprosesser svært begrensede, slik at det ikke er anbefalt å intervju barn under fire år. Siden undersøkelsen ble utført i norske barnehager ble derfor respondentgruppene satt til 4 -6 år. Borgers, m.fl. (2000) forteller at denne aldersgruppen kan la seg intervju, men man må være svært nøye med hvordan man formulerer spørsmålene og evaluerer svarene. Piagent kaller denne gruppen for ”intuitivt tenkende” De har utviklet de grunnleggende ferdighetene for å utføre en vellykket samtale, men språket er fortsatt begrenset som gir de begrensede evner til forståelse og verbal hukommelse. Dette kan være avgjørende for hvordan de forstår spørsmålene og henter relevant informasjon fra hukommelsen.

En annen utfordring er at denne aldersgruppen er svært ordrett (Borgers, m.fl. 2000). Som eksempel kan det være at de skiller mellom begrepene ”klassetur” og ”skoletur” når de for intervjueren er samme begrep. En tredje utfordring er at barn kan være lett påvirkelig, de kan le, nikke eller si ja eller nei bare for å være til lags med intervjueren. De kan også være motvillig til å uttrykke sine egne tanker og følelser siden de ofte tror at de voksne vet alt eller de er redd for å si noe galt eller dumt. Ikke minst har denne aldersgruppen lett for å miste oppmerksomheten. De vil da ha en tendens til å svare de som de tror vil tilfredsstille intervjueren. Owen, m.fl. (1997) slår fast at intervju med barn ikke bør vare lengre enn 30 minutter, siden det vil ha påvirkning for reliabiliteten av svarene. Det var derfor lagt vekt på at barna skulle slippe å svare på spørsmål de ikke ønsket og få gå fra intervjuet når de ønsket det.

Selnes (1999) hevder at reliabiliteten kan dokumenteres ved tre forhold: Måleinstrumentet, datainnsamlingen og databehandlingen. For å få et pålitelig *måleinstrument* er det viktig at spørsmålene er klare og tydelige, og at man kan oppnå samme svar uavhengig av observatører. Dette kan også kalles intern reliabilitet (Selnes, 1999). For å oppnå dette ble det utarbeidet en intervjuguide som først ble testet ut på fire barn for å se om de var i stand til å forstå spørsmålene. Flere av spørsmålene ble så justert og noen slettet. Som eksempel ble spørsmål om hva barna pleier å få til middag på hverdager og helger slettet, da det viste seg i pretesten at barna ikke hadde forståelse av hva hverdag og helg var. De spørsmålene man så satt igjen med ble den faste intervjuguiden som ble benyttet i alle intervjuene som inngår i undersøkelsen. Det ble benyttet like ord i alle intervjuene, men spørsmålsrekkefølgen kunne variere og det ble brukt spørsmål utenom guiden i de tilfellene barna hadde vanskelig for å svare eller de nevnte noe som man ønsket å få utdypet. Det eneste spørsmålet som ikke ble spurt i kontrollbarnehagen var om de kunne beskrive hvordan fiskelunsjen smakte, siden intervjuene fant sted før de hadde fiskemåltidet i barnehagen. Man var derfor ikke i stand til å få svar på de spesifikke sensoriske kvalitetsfaktorene i kontrollgruppen.

Det reviderte smileyometeret ble også testet ut i forkant av datainnsamlingen i barnehagene. Barna i pretesten så ut til å forstå smileyometeret greit siden de benyttet alle tre ansiktene. Pretesten viste at barna trengte tid til å velge ansikt som beskrev deres holdninger til de ulike mattypene, noe som bekreftet anbefalingene fra Read og MacFarlane (2006) om at en femhodet smileyometer ikke er egnet for barn under syv år.

Observasjonsskjemaet ble også testet ut i pretesten, som var bursdagsfeiringen til en gutt på fem år. Barna satt rundt et bord og spiste kaker, pølser og godteri mens de brukte bursdagshatter og fløyter. Settingen var riktignok ikke autentisk med måltidet i barnehagen, men det ble erfart at skjemaet var for komplisert til å fylle ut for en person under selve observasjonen. Under de faktiske observasjonene i barnehagene ble notater ført på en vanlig notatblokk, slik at skjemaet kunne fylles i etterkant. Det ble også erfart at diktafon er et lite egnet verktøy for observasjon av mange barn. Det var alt for mange som snakker samtidig slik at det var vanskelig å skille stemmene fra hverandre. Ellers var bråk fra bestikk og servise et støyende moment. Observasjon av mange barn samtidig gjorde det også umulig for en observatør å fange opp alle kroppsspråk og utsagn til de barna som senere skulle intervjues. På grunn av knapphet på ressurser ble

observasjonsformen fra pretesten benyttet også i undersøkelsen, men det ble lagt vekt på at utsagn ble notert for hånd slik at man ikke var avhengig av diktafonen.

For å få en pålitelig *datainnsamling* er det viktig at den som utfører intervjuene har kunnskap om hvordan undersøkelsen skal utføres og at skrevet materiell er godt bearbeidet (Selnes, 1999). I følge råd fra Clark og Moss (2001) ble barna intervjuet i en kjent setting slik at de følte seg komfortabel, dette var et rom som de brukte å leke i til vanlig og hvor man kunne lukke igjen døren. I følge Pramling og Doverborg-Östberg (1993) kan barnas svar påvirkes av den sosiale kontakten forskeren klarer å etablere. Jeg prioriterte derfor en hel arbeidsdag sammen med barna i barnehagen før intervjuene fant sted slik at barna kunne opparbeide tillit til å fortelle og formidle sine tanker om sjømat og det sosiale miljøet rundt dem. Alle intervjuene ble foretatt av meg selv, noe som gjør intervjuene forenelig med hverandre. For å observere barnas naturlige atferd var det ønskelig med deltakende observasjon hvor jeg lot være å informere barna om at de ble observert (Selnes, 1999). Denne teknikken kalles observasjon uten notifikasjon. Flere av barna la merke til meg og spurte hva jeg gjorde på spiserommet. Barna ble da fortalt at jeg ville bare se om de likte maten de fikk. Data som fremgikk av observasjonen viste ikke tegn til at dette hadde påvirket barna i vesentlig grad.

En pålitelig *databelhandling* bør bestå av færrest mulig feil. Feil kan fort oppstå ved koding og innlegging av data (Selnes, 1999). For å oppnå best mulig reliabilitet ble det brukt mye tid på å utarbeide gode spørsmål og testet ut i en testgruppe slik at barna var i stand til å forstå spørsmålene. Intervjuene ble tatt opp med diktafon og så transkribert for at resultatene skulle fremstå som troverdige. Holdningsskalaene ble kodet for å få en mest mulig objektiv fortolkning av barnas holdning til de ulike sjømatproduktene.

### *3.5.3 Objektivitet*

Guba og Lincolns kriterier for god forskningskvalitet av kvalitative studier vektlegger blant annet stadfesting som innebærer objektivitet fra forskerens side (Bryman og Bell, 2007). Selv om det er umulig for forskeren å være helt objektiv er det viktig at forskeren ikke åpent forsøker å påvirke intervjuobjektet med sine personlige syn. I denne undersøkelsen ble kommunikasjonen mellom forsker og barn fokusert på at barna ikke skulle skjønne at forskeren var spesielt interessert i fisk og sjømat. I eksperiment-

barnehagen ble det opplevd at ansatte på forhånd hadde fortalt barna at undersøkelsen handlet om fisk. Når barna konfronterte forskeren med dette ble de svart at man ønsket å undersøke hvor godt de likte maten i barnehagen og nevnte mange andre mattyper som eksempel. I dialog med kontrollbarnehagen ble de ansatte gjort oppmerksom på at de ikke måtte nevne fisk spesifikt for barna, og i presentasjonen av forskeren i barnehagen ble bare mat generelt nevnt.

### **3.6 Analyse av data**

Analysing av de semistrukturerte intervjuene fikk jeg inspirasjon fra av en teknikk forklart av Bryman og Bell (2007). Den går ut på at man benytter såkalte ”contact summary sheet” hvor man registrerer temaer som kommer frem i kvalitative intervju. Først transkriberer man intervjuene, så kategoriserer man svarene etter tema, og eventuelt lage et kortfattet sammendrag av intervjuene på en side. Sammendragene trekker dermed frem de viktigste konseptene og temaene i tillegg til å registrere deres frekvens. Dette er en teknikk som viser hvordan kvalitative data kan analyseres på en tilnærmet kvantitativ måte. I denne undersøkelsen ble barnas svar forkortet og summert under hvert enkelt spørsmål. For å kunne sammenligne svarene fra de to ulike barnehagene ble to dokumenter laget.

For å summere opp svarene for holdningsskalaene ble de tre ansiktene gitt poeng. Det sure ansiktet ga null poeng, det nøytrale ansiktet et poeng og det glade ansiktet 2 poeng. Maksimal poengscore for hvert produkt var 24 poeng siden det var 12 barn som svarte på holdningsskalaene i hver barnehage. Fiskeburger og torsk fikk lavere maksimal poengscore siden noen av barna ikke hadde smakt disse produktene.

Observasjonsskjemaene ble benyttet som støtte for de resultater man fikk fra intervjuene med barna. De var spesielt nyttig i de tilfeller barna viste holdningsambivalens. Da kunne man se om det var sammenheng mellom barnets atferd og utsagn. I de tilfeller man kunne se at både intervju og holdningsskala samstemte med observasjonene kunne man få en indikasjon om barnets holdningsstyrke.

## 4.0 Resultater

I dette kapitlet vil resultatene fra intervjuet, holdningsskalaene og observasjonene bli presentert. En sammenfattende diskusjon hvor resultatene kobles sammen med anvendt teori kommer i kapittel 5. For å bekrefte resultatene er typiske sitater fra de ulike intervjuene benyttet. Tallet ”1” indikerer at barnet kommer fra eksperimentbarnehagen og ”2” for kontrollbarnehagen. Barnas navn er fiktive for å bevare barnas anonymitet. Intervjuer heter Siril.

### 4.1 Barns holdning til mat og sjømat

Ord barna benytter for å beskrive sine preferanser er: Liker, liker ikke, nam, æsj, elsker, hater, godt og stygt. Riktignok kan ordet ”stygt” lett forveksles med ”stygg” som da får barna til å tenke på fiskens utseende, slik som at steinbiten er stygg. I det følgende vil man skille mellom barnas generelle holdninger og assosiasjoner til mat og deres mer spesifikke holdninger og assosiasjoner til fisk og annen sjømat.

#### 4.1.1 Preferanser for middag og lunsj

Når barna ble spurt hva det beste de visste å spise til middag (spm.1) var det 10 av 24 barn som uoppfordret nevnte fisk og annen sjømat. Åtte av disse befant seg i eksperimentbarnehagen. Av andre middager hadde like mange hadde pannekake som favoritt, hvor syv av disse befant seg i kontrollbarnehagen. Spagetti med kjøttdeig var også en klar favoritt hos barna. Da barna ble spurt hva de beste de viste å spise i barnehagen (spm.25) var det fem av tolv barn i eksperimentbarnehagen som uoppfordret oppga sjømat som favoritt. I kontrast var det ingen som oppga sjømat i kontrollbarnehagen. De fleste barna der oppga brødkive, pannekaker og grøt som favoritt.

1-Bengt: *”Fiskeboller (...)Det er det beste jeg vet, og det er det beste som fins på jorda (...) Magen min elsker det, og beinene mine liker det”.*

1-Hanne: *”Jeg synes det beste er å få fisk (...). For man blir sterk av fisk, men jeg liker det når det er trykket ned mot smør, gulrot og potet”.*

2-Kasper: *”Jeg liker pannekaker og vafler (...). Fordi det man ikke liker det er det ikke god smak i, og det man liker det er det god smak i (...)”.*

Som sitatene viser så begrunner de fleste barna sine preferanser hovedsakelig med at maten smaker godt, noe som går på affektive assosiasjoner. Flere av barna i eksperimentbarnehagen forklarte at man blir sterk av å spise fisk, og at fisk er bra for beinene, noe som beviser at barna også benytter kognitive evner for å trekke assosiasjoner til fisk.

På spørsmålet om hva det verste barna visste å ha til middag (spm.2) var det 12 av 24 barn som uoppfordret nevnte sjømat. Syv av disse kom fra kontrollbarnehagen. Barna hadde ulike forklaringen på hvorfor de ikke likte maten. Da barna ble bedt om å fortelle hva det verste de visste å få i barnehagen (spm.26) virket det som at barna hadde vanskeligheter med å forklare hva de ikke likte. Et barn fra hver barnehage nevnte sjømat som noe de ikke likte å få servert i barnehagen.

1-Arild: (...) *det er sånn som jeg må smake på, men jeg liker det ikke. Sånn som en type fisk som jeg ikke liker.*

Siril: *"Kan det være at den er kokt eller stekt?"*

1-Arild: *"Jeg liker når den er stekt, ja i den typen, men kokt? Nei, det liker jeg ikke."*

2-Andreas: *"Fisk hater jeg. Jeg liker ikke smaken og det lukter ekkelt også"*

2-Julianne: *"Fisk".*

Siril: *"Du sa jo du likte fisk. Fisk i fiskegratengen?!"*

2-Julianne: *"Det er de som er bitteliten, de som man ikke ser."*

Siril: *"Så du må ikke se den?"*

2-Julianne: *"Nei."*

Utdragene fra intervjuene viser at ikke alle barna assosierer bearbeidet sjømat slik som fiskegrateng til å være fisk. 2-Julianne hadde fiskegrateng som en av sine favorittretter, men likte ikke fisk.

#### *4.1.2 Spennende og kjedelig mat*

Når barna ble spurt om hvilken mat de ville beskrive som spennende (spm.3) virket det som at de fleste barna assosierte spennende mat med noe som de likte. Ofte ble favorittmaten deres slik som for eksempel pannekaker beskrevet som spennende mat. Syv av 24 barn nevnte sjømat som spennende mat hvor blant annet krabbe, kreps og kveite ble nevnt. Ikke alle barna forsto spørsmålet om hva de ville beskrive som kjedelig mat (spm.4). Bare to av barna nevnte fisk som kjedelig mat.



1-Bengt: *"Jeg har smakt kreps (...) Men jeg vil ikke smake kongekrabbe for den kan bite deg i tåa og jeg tåler ikke det".*

2-Andreas: *"Jeg synes det er spennende med... sånn krabbe."*

Siril: *"Ja, har du smakt det?"*

2-Andreas: *"Nei."*

Siril: *"Kunne du tenke deg å smake det?"*

2-Andreas: (nikker ja).

2-Kasper: *"Pannekaker"*(spennende mat).

2-Andreas: *"Jeg synes det er kjedelig å bare spise...hm, fisk, for det har vi hatt hver gang til middag (...) Vi har jo nesten ikke taco, vi har nesten ikke hamburger, så det er lenge siden vi har hatt hamburger."*

Intervjuene avdekket at selv om barna manglet direkte smakserfaring av maten anså de enkelte mattyper som spennende og noe de kunne tenke seg å smake. Av de som hadde smakserfaring med den maten de syntes var spennende tyder svarene på at barna ikke nødvendigvis skiller mellom den maten de liker best og det som er spennende mat. Bare noen få av barna benyttet de samme matrettene på spørsmålene for mat de ikke likte og mat som de syntes var kjedelig, men det var tydelig at kjedelig mat var noe som de ikke likte slik som løk og erter.

#### *4.1.3 Assosiasjoner til sjømat*

På spørsmål om hvordan fisk lukter er barna svært uenig (spm.10). Flere sier at fisken lukter stygt, men at de gjerne vil smake på den. Man kan ikke se klare forskjeller mellom barnehagene. Selv om flere barn syntes fisk har mye bein var dette ikke noen hindring for at de ville smake på fisken (spm.15).

1-Jesper: *"Det lukter bare sånn fisk, fiskelukt".*

Siril: *(...) Får du lyst til å smake på den da?"*

1-Jesper: *"Ja".*

2-Andreas: *"Det lukter så stygt at jeg har lyst til å spy". (...) I går da vi spiste, da fikk jeg megamasse bein, kanskje ni bein eller elleve."*

Siril: *"Men får du ikke lyst å smake på den siden det er bein i fisken?"*

2-Andreas: *"Jo jeg får, fordi det er megagodt, fisk og sånt."*

2-Hilde: *"Det lukter godt, men det smaker bedre enn det lukter, og det stinker bedre enn det lukter".*

1-Arild: *"Ja, men mamma og pappa rensker det for meg (...) benene mine de vil ha fisk".*

2-Christian: *"Jeg har ikke smakt bein, har ikke sett bein"*.

2-Hilde: *"Ja, men mamma sier jeg må bare spise opp, og da må jeg bare høre på henne, og da har jeg spist opp. Når jeg har spist opp, da kaster jeg beinet og etter det da får jeg is."*

Utdragene fra intervjuene viser at barna ikke har så sterke assosiasjoner mellom lukt og bein til fisk. Smaken på maten virker å være mest avgjørende for om de liker fisk. Ut fra svarene kan man anta at foreldrene er oppmerksom på å fjerne beina for barna eller servere de fileten uten bein.

Barna i eksperimentbarnehagen hadde spist fiskepinner til lunsj to dager før intervjuene fant sted. De ble derfor bedt om å beskrive hvordan fiskepinnene smakte (spm.16). Barna hadde problemer med å beskrive maten som noe annet enn godt eller stygt, så intervjueren måtte i de fleste tilfellene gi de noen stikkord som de kunne bruke, noe som kan ansees som ledende.

1-Arild: *"Nam, nam, nam"*.

Siril: *"Kan dere fortelle meg mer? Var det salt eller tørt eller surt?"*

1-Arild: *"Jeg synes ikke det var noe surt. Det var heller ikke noe tørt. Jeg synes bare det var nam, nam, nam!"*

1-Hanne: *"Ja, men det syntes ikke jeg var så godt, bare litt"*.

1-Gaute: *"Blæh, nei det liker jeg ikke"*.

Siril: *"Men kan dere beskrive for meg hvordan de smakte? Var de salt, tørt, fuktig?"*

1-Gaute: *"Det var salt"*.

1-Hanne: *"Det synes jeg også"*.

Når barna ble spurt hvor viktig det er å spise sunn mat (spm.12) og om de trodde fisk og kylling var sunt å spise (spm.13 og 14) var de fleste enig om at det var viktig å spise sunt.

1-Arild: *"Ja, da blir vi frisk. Fisk-frisk. Også får vi sterke muskler da"*.

1-Kari: *"Viktig fordi man blir sterk også klarer man å gå (...) Fisk, kylling, makrell i tomat også vet jeg ikke mer"*.

2-Andreas: *"Ja, det er det aller, aller, aller viktigste."*

Siril: *"Hva er det som er sunn mat?"*

2-Andreas: *"Godteri, potetgull og grøt"*.

2-Daniel: *"Det (fisk) er veldig godt å ha i magen og man får bra tenner."*

Sitatene viser at noen av barna ikke helt hadde det klart for seg hva som er ansett som sunn mat, siden godteri og potetgull kunne betegnes som sunn mat. Det hersket også ulike oppfatninger om hva det egentlig innebærer å spise sunt, men de fleste hadde en oppfatning at man ble sterk og frisk av å spise sunn mat. Resultatene viste at de fleste barna i begge barnehagene var enige om at både fisk og kylling var sunn mat:

#### *4.1.4 Preferanser til sjømat*

Når barna ble spurt direkte om hvor godt de likte å få fisk til middag (spm.7) viste intervjuene at de fleste barna i begge barnehagene likte fisk. Da barna ble spurt om hva de syntes om å få fisk til lunsj i barnehagen (spm.28) var det klare forskjeller mellom barnehagene. I kontrollbarnehagen svarte nesten alle at de ikke pleide å få fisk i barnehagen, mens seks av barna i eksperimentbarnehagen svarte de likte å få fisk, mens fire sa de ikke likte å få fisk i barnehagen.

1-Ingrid: *"Godt (...) fordi jeg har smakt det og synes det er godt"*

1-Jesper: *"Det er nummer tre yndlingsmaten min."*

2-Erik: *"Ja, jeg liker ørret"*.

2-Christian: *"Nei, vi har ikke fisk" (i barnehagen).*

Av spesielle fisketyper og sjømat nevnte barna fiskegrateng, laks, fiskekaker, torsk, fiskeboller, kveite og stekt fisk som favoritter (spm.8). utfordringen her var at barna ofte beskrev fisken ut fra utseende og ikke artsnavn eller produkt, og at det kan hende barna kobler begrepet "fisk" til fisker de har sett på TV eller dataspill. For eksempel var det flere barn som nevnte gul fisk eller gullfisk som noe de likte:

1-Gaute: *"Jeg liker gullfisk"*.

Siril: *"Gul fisk...Hva er det for en slags fisk?"*

1-Jesper: *"Det er en sånn fisk en gullfisk. Den lever i havet"*.

Siril: *"Men hvordan blir den gul?"*

1-Jesper: *"Den har en slik farge" (peker på en gul legokloss).*

Siril: *"Når du har den på tallerkenen?"*

1-Jesper: *"Nei, den er gul hele tiden"*.

Siril: *"Bor den i havet rett utenfor her?"*

1-Jesper: *"Den bor i havet"*.

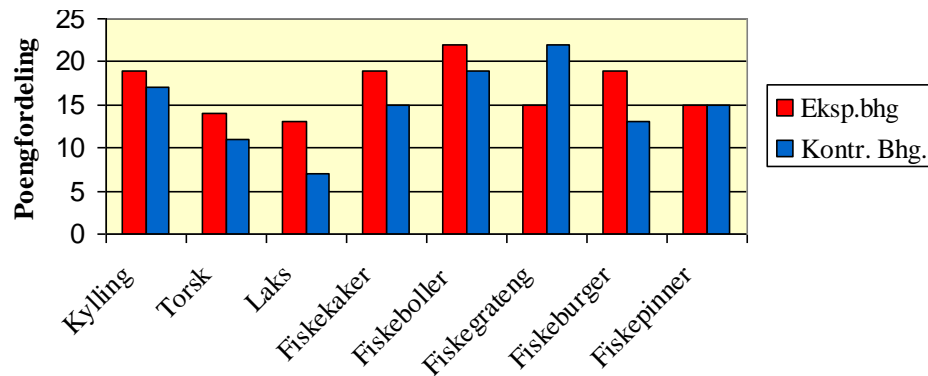
Siril: *"Vet dere hva den heter? Jeg vet ikke om noen gule fisker og vet ikke hva den heter? Kan man få den på fisketur her? Har dere sett den på TV?"*

1-Jesper: "Jeg har sett en hammerhai på TV".  
 Siril: "Men den gule fisken...Det er så mange som har snakket om den gule fisken og jeg aner ikke hva det er for en slags fisk. Kan dere hjelpe meg med å fortelle? Hvordan ser den ellers ut? Hvor stor er den?"  
 1-Jesper: "Den er rund og har den lang hale (...)Den har hvite streker, tre hvite streker".  
 Siril: "Kan det være ei skate? Er den nesten som ei pannekake som nesten bare flyter i vannet?"  
 1-Jesper: "Nei...litt sånn men den er gul".  
 Siril: "Kan det være brosme?"  
 1-Jesper: "Det heter gullfisk".  
 Siril: "Men har dere smakt den?"  
 1-Jesper: "Nei. Jeg tror Gaute tøver. Jeg tror han tror at det ser ut som det er godt. Jeg tror det er det han mener".  
 Siril: "Har dere sett den i fiskedisken i butikken?"  
 1-Jesper: "Nei".  
 Siril: "Hvor dere har sett den da?"  
 1-Gaute: "For vi har hørt om den på radio".  
 1-Jesper: "Man kan gå inn på datamaskinen så går man inn på barne TV på radio, så går man inn der det er fisker og da ser man en gullfisk."  
 Siril: "Er det et dataspill?"  
 1-Jesper: "Nei, ja man kan ta et forstørrelsesglass og se inni kroppen."  
 Siril: "Så dere går på internett på NRK?"  
 1-Jesper: "Ja."  
 Siril: (...) "Tror dere den fisken finnes på ordentlig?"  
 1-Jesper: "Ja det gjør den nok, men den finnes ikke i Tromsø. Eller jeg tror den finnes i Tromsø ja."  
 1-Gaute: "Jeg tror den finnes i Danmark".

Utdraget fra dette intervjuet illustrerer hvordan barn blander fantasi med virkelighet. Fisk som de liker kan like gjerne være noe de har smakt som noe de har sett via media. For dem eksisterer fisken i virkeligheten. Det samme fenomenet dukket opp da barna ble spurt om det var noen fisk som de syntes smakte stygt (spm.9). Mange hadde problemer med å skille stygg smak fra stygt utseende. Fisk som de syntes var stygg var ikke nødvendigvis noe de hadde smakt. Mange hadde også problemer med å gi korrekt navn på fisken og brukte heller farger og utseende som beskrivelse. Av de som kunne gi realistiske navn på fisken ble blant annet laks, ørret, steinbit og sild nevnt.

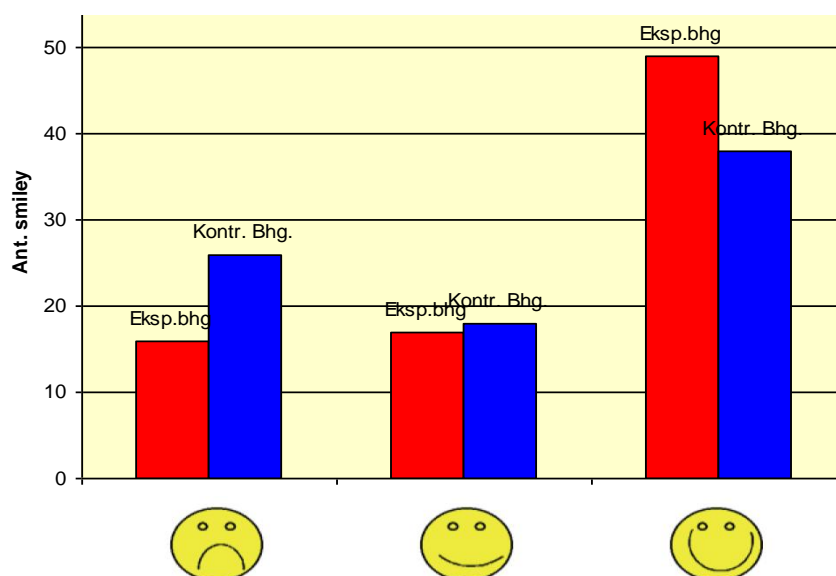
1-Arild: "Jeg synes steinbiten er stygg. Den er stygg når du ser på den, men den er god å spise".  
 1-Hanne: "Jeg synes lilla fisk er æsj (...)Når du ser i posen da ser du en lilla fisk".  
 2-Inge: "Ja, en gang da jeg var hos bestemor da skulle vi ha fisk til middag og den så veldig ekkel ut. Den var kjempe stor, den hadde øyenbryn, var helt opp ned og sidelengs. Jeg likte den ikke, den så så stygg ut!".

Som en oppsummering kan man se på resultatene fra holdningsskalaene. Disse viste at barna hadde langt høyere preferanser for foredlede produkter som fiskeboller og fiskegrateng enn laks og torsk. Skalaene viste også at barna i eksperimentbarnehagen hadde sterkere preferanser for de fleste matproduktene inkludert kylling.



Figur 5: Poengfordeling av barnas holdningsskalaer for sjømat og kylling

Holdningsskalaene viste også at det var tydelige forskjeller mellom de to barnehagene. Når man så på sjømaten isolert sett ble det gitt ut 49 ”gladfjes” i eksperimentbarnehagen og 38 i kontrollbarnehagen. Samtidig kunne man se at det var 16 triste smiley som ble delt ut i eksperimentbarnehagen, mens det var 26 i kontrollbarnehagen. De nøytrale smileyene var nokså lik i begge barnehagene med forholdsvis 17 og 18. Dersom man hadde inkludert kylling i grafen under hadde fordelingen fremdeles sett lik ut som under.



Figur 6: Negative, nøytrale og positive holdninger til sjømat

Figur 6 viser at barna som deltok på Fiskesprell var langt mer glad i både sjømat og kylling enn barna som fulgte et tradisjonelt matregime. Fiskegrateng var det eneste produktet som barna i kontrollbarnehagen likte bedre enn eksperimentbarnehagen.

Under observasjonen i eksperimentbarnehagen kunne man se at barna hadde svært ulike holdninger til fiskepinner. De barna som tydelig likte maten var langt tidligere ferdig med måltidet enn de som ikke likte maten. De som ikke likte fiskepinnene ble tilbudt å spise brødslike på slutten av måltidet.

1-Arild: *"Lekre saker (...) Jeg vil ha mer fisk (...)Fisken var nydelig"*.

1-Dina: *"Jeg liker ikke fiskepinner (...) Kan jeg få mer agurk? (...) Jeg vil ha brødslike"*.

2-Gunn: *"Kan jeg få mer makaroni (...) Jeg vil ikke ha fiskekake (...) jeg vil ikke ha"*.

2-Kasper: *"Jeg vil ha alle deler med ketchup på"*.

I kontrollbarnehagen virket det som at de fleste barna likte fiskekakene, selv om preferansene for makaroni og ketchup var kanskje noe høyere enn fiskekakene. Barna spiste forholdsvis store porsjoner og var ferdig med måltidet tidligere enn barna i Fiskesprellbarnehagen. Ingen av barna fikk servert annen mat på slutten av måltidet.

#### *4.1.5 Preferanse r til kylling*

Da barna ble spurt hvor godt de liker kylling (spm.6) var det like mange i hver barnehage som likte kylling. Imidlertid svarte de fleste i kontrollbarnehagen at de ikke pleide å få kylling i barnehagen (spm.26). De fleste barna syntes kylling lukter godt (spm.11). Intervjuene viste at barna liker kylling.

1-Kari: *"Liker det like godt som laks (...). Det synes jeg lukter godt"*.

2-Andreas: *"Mega godt. Det er sånn der med skall og megastore bein, det elsker jeg (...). Det lukter jo nesten som grøt"*.

2-Berit: *"Jeg elsker kylling (...) Nei, jeg ønsker at vi kunne fått det (...) Det lukter kjempe godt. Det lukter høne og det er så godt"*.

Som man også kan se av figur 5 så har barn positive preferanser til kylling. I eksperimentbarnehagen havnet kylling på fjerde plass og i kontrollbarnehagen på tredje plass av alle matproduktene på holdningsskalaene. Som 2-Berit uttrykker, så er kylling noe barna kunne ønske å få servert i barnehagen. Kylling kan dermed betegnes som et reelt substitutt for fisk og sjømat i barnehagene.

#### *4.1.6 Holdningsendring og motivasjon for konsum av sjømat*

Da barna ble spurt om de alltid hadde likt favorittmaten sin (spm.5) oppga de fleste at de bestandig hadde likt favorittretten sin. Noen få klarte imidlertid å huske hva de likte da de var yngre, noe som viser at enkelte barn er i stand til merke seg holdningsendringer.

1-Arild: *"Ja, jeg begynte å like det (laks) da jeg var to år".*

2-Daniel: *"Nei, da jeg var baby da likte jeg bare melk".*

For å måle barnas motivasjon for å spise sjømat ble intervjuene ble avsluttet med å spørre barna om hva de ville hatt til middag dersom de fikk bestemme (spm.41). I eksperimentbarnehagen var det fire av barna som oppga sjømat i motsetning til et barn i kontrollbarnehagen. Pannekaker og spaghetti var andre populære middagsretter.

1-Jesper: *"Pannekaker eller fiskegrateng".*

1-Kari: *"Da ville jeg be om laks".*

2-Daniel: *"Pannekaker og vaffelkaker"*

2-Gunn: *"Godteri (...) koteletter (...) og pizza."*

Intervjuene viste at noen av barna, slik som 2-Gunn og 2-Daniel, ikke hadde en klar oppfatning av hva som er ansett som vanlig middagsmat siden de gjerne ville spise godteri og vafler til middag. Barnas motivasjon for å spise sjømat kan beskrives som lav, men det et flest barn i eksperimentbarnehagen som er så motivert for å spise sjømat at holdningene kan føre til faktisk konsum dersom forholdene ble lagt til rette for det.

## 4.2 Eksponering av sjømat i hjemmet og barnehagen

Når barna ble spurt hvor ofte de hadde fisk til middag hjemme (spm.20) svarte de fleste at de ikke fikk det så ofte. Selv de barna som mente de hadde fisk ofte mente at de ikke nødvendigvis var for ofte.

1-Fredrik: *"Det er ikke så ofte. Vi bruker bare å ha litt"*

Siril: *"Skulle dere ønske dere hadde det oftere da?"*

1-Fredrik: *"Jo"*.

1-Kari: *"Da har vi det mest når mamma er borte og pappa passer oss"*.

2-Daniel: *"Ofte"*

Siril: *"Synes du det er for ofte?"*

2-Daniel: *"Nei, passelig"*.

På spørsmålet om barna syntes de fikk for mye fisk i barnehagen (spm.29) svarte 5 av 12 barn i eksperimentbarnehagen at de syntes de fikk for mye sjømat i barnehagen. To barn mente de ikke fikk for mye fisk, mens resten ikke kunne svare på spørsmålet. Alle barna i kontrollbarnehagen fortalte at de ikke pleide å få fisk i barnehagen.

1-Arild: *"Ja, jeg synes det er alt for mye"*.

Siril: *"Men du liker jo fisk?"*

1-Arild: *"Ja, jeg liker noen fisker, men ikke alt. De typene jeg ikke liker er de vi har mest av"*.

2-Frank: *"Nei, jeg får ingen fisk. Vi får nesten aldri"*.

Disse resultatene viser klart at barna i Fiskesprellbarnehagen hadde langt høyere eksponeringshyppighet i barnehagen i forhold til hjemmet. Når man ser disse svarene i sammenheng med barnas holdninger til sjømat i kapittel 4.1.4 så er barna positiv til sjømat til tross for den gjentatte eksponeringen barna opplever. Det kan også diskuteres om barna forsto spørsmålet rett. Det kan tenkes at barna synes de fikk ofte fisk i barnehagen, men at det nødvendigvis ikke er *for* ofte og at de kunne tenke seg sjømat sjeldnere i barnehagen. Som man ser av intervjuet med 1-Arild så er det viktig at de ansatte er oppmerksom på hvilken sjømat barna liker, som for eksempel fiskeboller og fiskegrateng, slik at barnas holdninger til sjømat blir sterke og positive. Intervjuene med barna i kontrollbarnehagen viste at flere av barna gjerne kunne tenke seg mer sjømat i barnehagen.



### 4.3 Sosial påvirkning

For å få en indikasjon på hvor sterk modellering barnehagene hadde gjennom subjektiv og deskriptiv norm ble barna spurt spørsmål som vedrørte både den sosiale påvirkningen i barnehagen og i hjemmet. En oppsummerende drøftelse av dette kommer i kapittel 5.3.

#### 4.3.1 Deskriptiv norm i hjemmet

Når barna ble spurt hva deres foreldre likte og ikke likte å spise til middag (spm.17, 18 og 19) var det mange av barna som svarte at foreldrene likte alt. Svarene fordelte seg likt på de ulike barnehagene, hvor det for eksempel var to barn i hver barnehage som fortalte at deres mor likte fisk. Bare to barn i kontrollbarnehagen fortalte at deres far likte fisk i motsetning til fem barn i eksperimentbarnehagen. To barn i hver barnehage nevnte uoppfordret sjømat som noe foreldrene ikke likte, imidlertid kan forklaringen på hvorfor de ikke liker sjømat kan være ulik.

1-Bengt: *"Min mamma liker alt mulig".*

1-Jesper: *"Han liker brokkoli, fisk, kaviar, hvitost og laks".*

2-Christian: *"Hun spiser alt som hun kjøper".*

2-Inge: *"Han vil aldri smake på pølser.*

Siril: *"Liker han ikke pølser?"*

2-Inge: *"Men det er for han er fra Pakistan.*

2-Julianne: *"I Oslo må man ikke si at man spiser pølser.*

2-Inge: *"Man skal ikke snakke om det".*

1-Egil: *"Min pappa liker best fisk."*

Siril: *"Hva tror dere mamma og pappa ikke liker til middag?"*

1-Egil og 1-Fredrik: *"Laks". (...)*

Siril: *"Hvorfor tror dere de ikke liker laks?"*

1-Fredrik: *"Fordi de ikke har bra hud. For fiskene kan jo svømme i vann, de kan ikke svømme når man hiver de i vasken, så tar man vann på da svømmer de".*

Siril: *"Men har mamma og pappa sagt at de ikke liker laks?"*

1-Fredrik: *"Ja".*

1-Egil: *"Nei".*

I intervjuet med søsknene 2-Inge og 2-Julianne kom det frem at deres far hadde en annen kulturell bakgrunn og ikke kan spise svinekjøtt. Når barna var på besøk hos farens slektninger fikk de ikke fortelle at de spiste pølser. Resten av intervjuet indikerte ikke at de hadde spesielle preferanser for pølser. Denne svake relasjonen mellom foreldrene og

barnas preferanser som ble oppfattet gjennom deskriptiv norm ble også bekreftet i de andre intervjuene. Det eneste unntaket fant man i eksperimentbarnehagen der var seks tilfeller hvor barnas preferanser samstemte med farens preferanser. De fleste av disse tilfellene hadde både barn og far fisk som favorittmat. I de tilfellene hvor barna opplevde en konflikt mellom foreldrenes preferanser og deres egne preferanser kom det tydelig frem at barna for eksempel likte pannekaker til tross for at foreldrene ikke likte det.

#### *4.3.2 Subjektiv norm i hjemmet*

Når barna ble spurt direkte om foreldrene likte fisk og om foreldrene ønsket at de skulle spise fisk (spm.21 og 22), svarte de fleste barna i begge barnehagene at den ene eller begge foreldrene likte fisk og at foreldrene ønsket at barna skulle spise fisk.

1-Arild: *"Ja, det gjør hun, og det gjør pappa også".*

1-Kari: *"Mammaen min synes det ikke er så godt, men hun spiser det".*

Siril: *"Enn pappa?"*

1-Kari: *"Ja, det er derfor han lager laks til middag (...) Mest når mamma er borte og pappa passer oss".*

2-Frank: *"Ja, hun liker det vel, da ser hun glad ut. (...) Jeg har ikke sett han spise fisk, jeg tror han liker fisk".*

Når man sammenligner svarene med de svarene barna oppga på spørsmålet om de likte fisk til middag, ser man at subjektiv norm er sterkere enn deskriptiv norm i hjemmet. I begge barnehagene viste omentrent halvparten av barna at de hadde preferanser for fisk som sammenfalt med foreldrenes preferanser. Det var 13 av 24 barn som oppga at de både likte sjømat og at foreldrene ønsket at de skulle spise sjømat, noe som også dokumenterer at subjektiv norm er sterk i hjemmet.

#### *4.3.3 Modellering i hjemmet*

På spørsmålene om foreldrene ga noen belønning når barna spiste opp maten sin eller fisk (spm.23 og 24), virket det som barna hadde problemer med å skjønne hva som lå i begrepet belønning. Da ble ord som dessert og is brukt som eksempler, noe som kan virke som ledende for svarene. Ikke alle barna var i stand til å gi svar på spørsmålet, men de fleste svarte at de fikk belønning dersom de spiste opp maten sin.

1-Jesper: *"Ja, kanskje jeg får is hos pappa når jeg har spist opp"*.

2-Berit: *"Når jeg er mett så sier jeg det til mamma, da er det greit for henne men visst jeg har masse igjen, da må jeg spise litt til"*.

Svarene til barna tyder på at de fleste foreldrene benytter en autoritær stil enten i form av "authoritarian" eller "authorative" (jfr. Nicklas, m.fl. 2001). Undersøkelsen har for tynt datagrunnlag for å slå fast hvilke av disse foreldrestilene som er mest anvendt.

#### *4.3.4 Deskriptiv norm i barnehagen*

Barna ble spurt hvem av de voksne de likte best i barnehagen og hva de trodde denne personen likte best å spise (spm.33 og 34). Resultatene viste at ingen i eksperimentbarnehagen kunne uttale seg om hva de trodde denne personen likte. 4 av 12 barn i kontrollbarnehagen kunne nevne mat som deres favorittperson personen likte. Dette var gjerne brød og pålegg, som vitner om at de ansatte av og til spiste frokosten sin sammen med barna. Dette ble også bekreftet i samtale med de ansatte i barnehagen.

1-Cecilie: *"Jeg vet ikke"*.

2-Berit: *"Brødsive med savelat. Og agurk. Også liker hun å spise skinke i krydder"*.

Svarene viser til at deskriptiv norm er svært svak i barnehagen siden de voksne ikke spiser sammen med barna. Når ansatte spiser frokost sammen med barna gir dette liten påvirkningseffekt for barnas holdning siden barna ikke kan se de ansatte spise fisk.

Barna ble også spurt om hvem av de andre barna de likte best i barnehagen (spm.38) og om de visste hva favorittmaten til dette barnet var og om de trodde at barnet likte fisk (spm.39 og 40). Resultatene viste at barna var mer i stand til å fortelle hva barna likte å spise enn de voksne, noe som kan forklares med at barna spiser sammen. Barnas antakelser om de trodde barnet likte fisk kan kanskje forklares med at de er usikker og relaterer sine egne preferanser til det andre barnet.

Siril: *Hva tror du det beste Lise Marie vet å spise?"*

1-Egil: *"Fisk"*.

Siril: *"Liker du også fisk?"*.

1-Egil: *"Ja"*.

2-Julianne: *"Fiskegrateng, det er yndlingsmaten hans".*  
Siril: *"Tror dere (...) liker å spise fisk?"*  
2-Julianne: *"Nei."*

I intervjuet med 2-Julianne var den deskriptive normen sterk siden intervjuet med gutten hun snakket om viste at fiskegrateng var hans favorittrett. Dette kan også forklares med subjektiv norm dersom gutten hadde fortalt 2-Julianne at han likte fiskegrateng.

#### *4.3.5 Subjektiv norm i barnehagen*

Barna ble også spurt om de trodde deres favorittansatt likte fisk og om de trodde at denne personen ønsket at barna skulle spise fisk (spm.35 og 36). Resultatene viste at de fleste barna i begge barnehagene antok at denne personen likte fisk, men barna hadde vanskelig for å tenke seg at denne personen ønsket at de skulle spise fisk. Noen få av barna gjorde imidlertid antakelser om hva personen ønsket.

Siril: *"Tror dere Anne Tove liker å spise fisk?"*  
1-Jesper: *"Ja".*  
Siril: *"Tror dere Anne Tove ønsker at dere skal spise mer fisk?"*  
1-Jesper: *"Ja".*  
  
Siril: *"Tror du Karoline liker fisk?"*  
2-Inge: *"Kanskje".*  
Siril: *"Tror dere Karoline ønsker at dere skal spise mer fisk?"*  
2-Julianne: *"Nei, hun bor ikke hos oss".*

Intervjuene viser at subjektiv norm er forholdsvis svak i barnehagene. Svarene i de to barnehagene skilte seg ikke fra hverandre, noe som viser til at Fiskesprell ikke hadde ført til sterkere subjektiv norm i barnehagen.

Observasjonen i eksperimentbarnehagen dokumenterte at de voksne benyttet utsagn som gikk ut på hvordan maten smakte og hvilke effekter barna kunne få av å spise fisk. Flere av barna nevnte også at man ble sterk av å spise fisk.

Ansatt i eksperimentbarnehagen: *"maten smaker kjempe godt, også blir man frisk som en fisk (...).Dersom du ikke spiser skinkeost, blir du ikke like stor og sterk som pappa".*

Jente i eksperimentbarnehagen: *"Når dere ikke spiser opp all fisken deres, så kan jeg spise all fisken som ligger på fatet der borte, og da blir jeg så sterk at jeg kan løfte store hvaler helt opp til taket"*.

Ansatt i kontrollbarnehagen: *"Det er mer fiskekaker igjen, så det er bare å spise (...)  
Dere spiser for fort, dere må spise sakte (...)Må du sitte ordentlig på stolen"*.

Sitatene fra observasjonen i kontrollbarnehagen viser at de ansatte var mer opptatt med å korrigere atferd enn å kommentere maten som barna spiste.

#### *4.3.6 Modelling i barnehagen*

Ikke alle barna skjønnte spørsmålet om de ansatte i barnehagen spiste sammen med dem, og om de trodde de voksne spiste det samme som barna (spm.30 og 31). I eksperimentbarnehagen var det tydelig at de ansatte ikke pleide å spise sammen med barna, og barna hadde derfor ikke anelse om hva de voksne pleide å spise. I kontrollbarnehagen spiste de ansatte av og til frokost sammen med barna, men da hadde de medbrakt mat, slik at barn og ansatt ikke spiste samme mat. Alle barna ga uttrykk for at de likte å delta på mattilberedningen og pådekkingen før måltidene i barnehagen (spm.32).

1-Kari: *"Nei, de har matpakker som de har med seg"*.

2-Hilde: *"Ikke alle da. De bare følger med om alle har spist"*.

1-Bengt: *"Ja, jeg synes det er artig å vaske bordet"*.

2-Lena: *"Jeg elsker å være på kjøkkenet"*.

På spørsmålene om de ansatte ga noen belønning når barna spiste all maten sin (spm.37), virket det som barna også her hadde problemer med å skjønne hva som lå i begrepet belønning. Dessert ble brukt som hjelpeord, noe som kan virke ledende for svarene. Ikke alle barna var i stand til å gi svar på spørsmålet, men de fleste svarte at de ikke fikk noen belønning:

1-Kari: *"Når noen har bursdag da pleier vi å få det etter frokost eller lunsj."*

2-Daniel: *"De er streng med meg dersom jeg ikke spiser opp maten"*.

Sitatene over viser i likhet med observasjonene at de ansatte i de to barnehagene benyttet ulike foreldrestiler. I eksperimentbarnehagen kunne de det være store forskjeller på hvor lang tid barna brukte på måltidet. Barn som så ut til å like fiskepinnene brukte ca. 20 -30 min å fullføre måltidet, mens de som virket mindre begeistret for fiskepinnene fikk opp til en time før de var ferdige. De ansatte virket mindre autoritær siden de ga barna så lang tid bana ønsket på måltidet og tilbydde barna brøds kive dersom de ikke spiste seg mett på fiskepinner. I eksperimentbarnehagen brukte barna under 40 minutter på å fullføre måltidet. Foreldrestilene kom også frem ut fra hvordan de ansatte uttrykte seg. Som man ser av sitatene i kapittel 3.4.5 kunne man se at de ansatte i kontrollbarnehagen snakket mest om hvordan barna skulle oppføre seg ved matbordet fremfor å snakke om maten, noe som kan defineres som en stilletidende lærermodellering (jfr. Hendy og Raudenbush, 1999). I eksperimentbarnehagen benyttet de ansatte en mer entusiastisk lærermodellering ved å bruke positive og absolutte termer om maten, slik som at *"maten smaker kjempe godt"*.

## 5.0 Oppsummering og diskusjon

Bakgrunnen for denne studien var myndighetenes anbefalinger for økt sjømatkonsum blant barn og unge (Fiskesprell, 2008). Tidligere studier viser at ungdom har lave preferanser for sjømat (Olsen, 2004b), og jeg ønsket derfor å undersøke om dette også var tilfellet med yngre barn. Første del av problemstillingen ble derfor; *"Hvilken holdning har barn til sjømat"*. Med utgangspunkt i forskning som viser at barn danner sine holdninger til mat både ut fra sensoriske egenskaper, sosiale faktorer og eksponering, ønsket jeg å koble denne studien sammen med Fiskesprell i norske barnehager. Siden Fiskesprell innebar at barna ble eksponert for sjømat langt oftere enn barn i andre barnehager ble andre del av problemstillingen; *"Hvordan innvirker eksponering og sosial påvirkning på barns holdning til sjømat?"*. Formålet med undersøkelsen var å finne kunnskap som kunne være retningsgivende for hvordan foreldre og barnehager bør handle for at barn skal etablere sunne matvaner. Man ønsket også å finne informasjon som kunne være nyttig for organisasjonene som står bak Fiskesprellprosjektet.

Med utgangspunkt i problemstillingene ble begrepene holdning, eksponering og sosial påvirkning nærmere beskrevet. I utredningen av holdninger ble holdningsstyrke og holdningsendring nærmere gjennomgått. Eksponering ble forklart som å innebære både tilgjengelighet og gjentatt eksponering av sjømat. For å forklare hva man her mente med sosial påvirkning ble normbegrepene subjektiv og deskriptiv norm benyttet i tillegg til modellering.

Siden studien også ønsket å måle hvilken effekt Fiskesprell hadde for barnas holdning til sjømat hadde man lyst til å utføre et eksperiment ved hjelp av en eksperimentgruppe og en kontrollgruppe. Respondentene ble valgt ut ved å bruke bekvemmelighetsutvalg og besto av 24 barn fra to ulike barnehager i Tromsø. Designet kan derfor også beskrives som et kvalitativt kvasi- eksperiment (Shuttleworth, 2008). Som datainnsamlingsmetoder ble semistrukturerte intervju, holdningsskalaer i form av et smileyometer og observasjon av et fiskemåltid i barnehagen benyttet.

## 5.1 Barnas holdning til mat og sjømat

Holdningsskalaene og intervjuene viste at selv de barna som klart sa i fra at de ikke likte fisk, likte enkelte fiskeprodukter slik som fiskeboller og fiskegrateng. For å benytte Honkanens, m.fl. (2004) segmenter av ungdom kan man si at ingen av barna fremsto som klare "mislikere" eller "fiskehatere". I intervjuene nevnte alle barna flere matprodukter som de likte, og de viste gode preferanser for sjømat. Man kan derfor si at barna kan beskrives som både "matelskere" og "fiskeelskere". Hvordan dette fordeler seg prosentvis er vanskelig å beregne siden holdningsskalaene hadde for få matprodukter og intervjuene benyttet åpne spørsmål.

Holdningsskalaene viste at det var klare forskjeller mellom de to barnehagene. Når man så på alle matproduktene under ett, inkludert kylling, så var det flest "matelskere" og "fiskeelskere" i barnehagen som deltok på Fiskesprell, her kalt eksperimentbarnehage. Når man sammenligner disse resultatene opp mot de resultatene Honkanen, m.fl. (2004) kom fram til vedrørende norsk ungdom, kan man anta at yngre barn er mindre kritisk til mat og sjømat enn ungdom. Studien av ungdommene viste at hele 37 % av respondentene kunne beskrives som "fiskehatere", noe som ikke er tilfelle i denne studien av barn som er 4 til 6 år. Holdningsskalaene viste også at det var langt flere barn i eksperimentbarnehagen som ga flest "gladfjes" til sjømat, og at fordelingen mellom nøytrale og sure fjes fordelte seg likt. I kontrollbarnehagen valgte de fleste barna glade fjes, men det var flere som valgte sure fjes enn nøytrale fjes. Dette indikerer at de fleste barna i eksperimentbarnehagen og kontrollbarnehagen hadde sterke positive holdninger til sjømat, mens at var flest barn i kontrollbarnehagen som hadde sterke negative holdninger til sjømat. Se figur 6 for nærmere illustrasjon.

### 5.1.1 Assosiasjoner til sjømat

Matens smak var den mest brukte forklaringen til at barna likte enkelte matretter, men intervjuene avdekket også at lukt og utseende var viktige attributter for hvilke assosiasjoner barna hadde til sjømaten. Dette er assosiasjoner som Aikman, m.fl. (2006) beskriver som generelle sensoriske kvalitetsfaktorer. Barnas oppfattelse av matens utseende begrenser seg i stor grad til fiskens utseende i levende eller rå tilstand og ikke hvordan den ser ut ferdig tilberedt for konsum. Barnas assosiasjoner til lukt kan også være basert på lukt av fisk i rå tilstand, siden flere barn nevnte at fisken luktet stygt men



smakte godt. Assosiasjoner mellom fisk og fiskebein virker svak og så ikke ut til å gi barna lav motivasjon for å spise fisk. Dette kan forklares av at foreldrene kanskje hjelper barna med å plukke ut bein eller benytter filet eller andre fiskeprodukter som ikke inneholder fiskebein. I tillegg viste flere av barna at de hadde en oppfattelse av at bein er bra for kroppen deres, noe som kan defineres som en abstrakt kognitiv kvalitetsfaktor. Selv om ikke alle barna helt hadde det klart for seg hva som er sunn mat hadde de fleste en formening om at kylling og fisk er sunn mat. Barna i eksperimentbarnehagen viste bedre evne til å assosiere fisk ikke bare som sunn mat, men også noe som de ble frisk og sterk av.

I tillegg til at de fleste barna benyttet generelle sensoriske assosiasjoner til sjømat var det mange av barna som ikke kunne gi noen god grunn for hvorfor de likte eller ikke likte enkelte mattyper. Ved å benytte utsagn som *"fordi jeg bare synes det"* eller *"fordi det er ekkelt"* tyder dette på at barna benytter affektive assosiasjoner til maten. Det var særskilt de positive affektfaktorene fremfor de negative faktorene som kom frem, siden barna hadde lettere for å fortelle hvilken mat de likte fremfor hva de ikke likte (jfr. Aikman, m.fl. 2006). Undersøkelsen viste at barna hadde vanskeligheter med å beskrive de spesifikke kvalitetsfaktorene. Dette indikerer at barna ikke er vant med å beskrive maten som noe annet enn god eller stygg. Dette kan også skyldes at intervjuene ble foretatt to dager etter fiskemåltidet og de derfor hadde vanskeligheter med å huske tilbake hvilke smaker maten hadde.

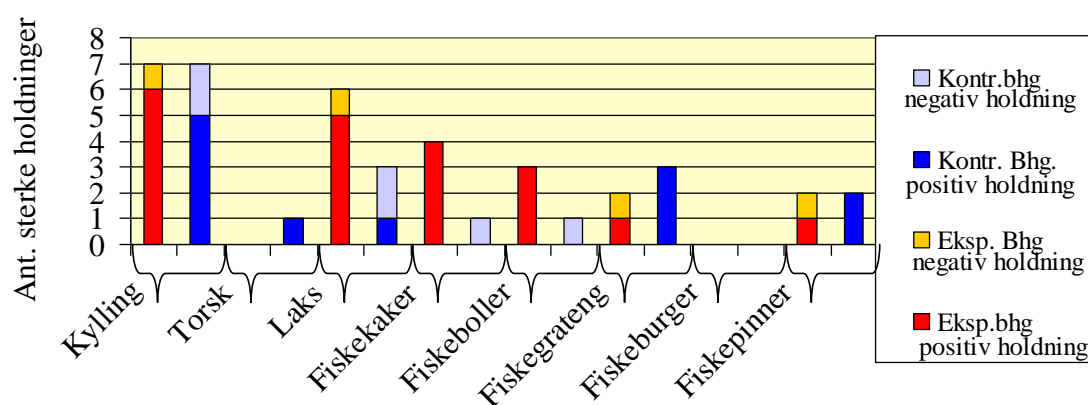
### *5.1.2 Preferanser for sjømat*

Resultatene viste at de fleste barna liker sjømat. De hadde lett for å forveksle virkelige fisker med fisker de kan ha sett på TV eller internett, noe som kan svekke påliteligheten til barnas svar. Holdningsskalaene viste at de fleste barna foretrakk fiskeboller og fiskegrateng fremfor for eksempel laks og torsk. I tillegg fremsto barna som deltok på Fiskesprell som mer matglade siden de var mest positiv til de fleste mattyper som ble brukt på holdningsskalaene.

### 5.1.3 Holdningsstyrke

Barna i eksperimentbarnehagen hadde gjennom Fiskesprell lært mye om fisk og var eksponert regelmessig for sjømat. I tillegg deltok de også på tilberedningen av sjømaten i barnehagen. Det var derfor forventet at barna ville ha mer kunnskap om fisk og hadde oftere tenkt på sjømat enn barna i den andre barnehagen (Ajzen, 2001). Det var også forventet at barna var mer involvert i sjømat siden de hadde mottatt informasjon som var presentert på en slik måte at barna anså informasjonen som relevant. Det var forventet at barn som hadde sterke holdninger til fisk ville uoppfordret uttrykke sine holdninger under intervjuene, og at disse holdningene ville gi en indikasjon om deres fremtidige atferd. Disse elementene var forventet å gi barna kognitive behandlinger av holdningene som vil kunne påvise holdningenes styrke.

Resultatene viste at det var flest barn i eksperimentbarnehagen som uoppfordret nevnte sjømat på de generelle spørsmålene om mat (spm.1-4). Dette antyder at deres holdninger er lett tilgjengelig i deres hukommelse og kan kjennetegnes som sterk (Eagly og Chaiken, 1993). I eksperimentbarnehagen var det fem av barna som kunne tenke seg sjømat til middag dersom de fikk bestemme, i motsetning til bare et barn i kontrollbarnehagen. Det fantes flest barn i eksperimentbarnehagen som hadde så sterke holdninger at de kunne lede til faktisk atferd (Fishbein & Ajzen, 1975).



Figur 7: Sterke holdninger fordelt på holdningsobjekt og barnehage

Når man sammenligner resultatene fra intervjuene, holdningsskalaene og observasjonene kan man slå fast at barna har både sterke og svake holdninger til sjømat. De fleste barna hadde enkelte sjømatprodukter som de enten var sterkt negativ eller positiv til, ved at tre

eller to av datainnsamlingsmetoder viste samme holdning. Samtidig viste de fleste resultatene at hvert enkelt barn kunne oppgi ulike holdninger på de ulike metodene, noe som indikerer svake holdninger. Etter nærmere gjennomgang kan man se klarere forskjeller mellom barnehagene. Like mange barn i begge barnehagene viste sterke holdninger til kylling, hvor de fleste var positive. Men når det gjaldt sjømat var det flest barn fra eksperimentbarnehagen som viste sterke holdninger, hvor de fleste var positive. Laks og fiskekaker var de produktene barna hadde sterkest holdninger til, mens torsk og fiskeburger hadde bare svake holdninger. I kontrollbarnehagen var det ingen sjømatprodukter som skilte seg ut med tanke på holdningsstyrke, og det var ingen som viste sterke holdninger til fiskeburger.

#### *5.1.4 Holdningsendring*

Siden barns holdninger i stor grad kan beskrives som svake, og da spesielt de barna som ikke har deltatt på Fiskesprell, betyr det at holdningene i større grad kan la seg endre. I følge teorien skjer holdningsendring gjennom kommunikasjon mellom individer (Solomon, m.fl. 2006). Det var forventet at de ansatte i barnehagen som deltok på Fiskesprell hadde ført kommunikasjon som kunne ha til hensikt å overtale og lære barna til å like sjømat. Barna hadde på denne måten opplevd sosialt press og eksponering for sjømat, noe som kan endre holdninger. Når man ser på resultatene opp mot ELM modellen til Petty, m.fl. (1997), kan man ikke dokumentere hvor involvert ”Fiskesprell-barna” hadde vært under den kommunikasjonen som de ansatte hadde gitt og hvor sterkt barna har oppfattet at budskapet var. Imidlertid kan man anta at de ansatte hadde vært troverdige sendere av budskapet siden de er kjente omsorgspersoner for barna. Om barna hadde vært motivert og i stand til å forstå de ansattes budskap er også vanskelig å slå fast, siden metodene ikke berørte dette temaet. Imidlertid kunne man observere at de ansatte benyttet kommunikasjon som både talte til barnas affekt og kognisjon ved å kommunisere til barna at sjømaten både smakte godt og at man ble frisk av den. Dette er i følge Aikman m.fl. (2006) teknikker for å endre barnas underliggende holdning.

Ved å utføre denne studien som et kvasi –eksperiment håpet man at å avdekke om barnas holdning til sjømat i barnehagene var ulik. Man antok at den eksponeringen og sosiale påvirkningen som barna fikk gjennom Fiskesprell var stimuli som kunne endre barnas holdning til sjømat. Ved å bruke en sammenlignbar barnehage som ikke var utsatt for slik

manipulasjon kunne man anta at barnas holdning i eksperimentbarnehagen ville vært den samme som holdningene i kontrollbarnehagen. Resultatene viste at barnas holdninger i eksperimentbarnehagen skilte seg fra den andre, ikke bare ved at barna ble mer positiv til sjømat men også ved at holdningene kunne beskrives som sterke. Man har derfor funnet dokumentasjon som tilsvarte at barna hadde endret holdning til sjømat i løpet av Fiskesprell prosjektet.

## 5.2 Eksponering av sjømat i hjemmet og i barnehagen

I følge retningslinjene for barnehagene skal fisk og annen sjømat gjøres tilgjengelig for barna i barnehagen (Sosial – og helsedirektoratet, 2007). Fiskesprell gjorde sjømat ikke bare lettere tilgjengelig men også oftere tilgjengelig for barna (Rozin, 1996). Empiri om begrepet ”mere exposure” utarbeidet av Zajonc (1968) ble derfor anvendt og oversatt til å være gjentatt eksponering av en stimulus. Fiskesprell medførte til gjentatte eksponeringer av sjømat, noe som førte til at barna hadde oftere hatt muligheten til å persipere stimuli slik som smak og lukt fra sjømat enn barna i den andre barnehagen (Solomon, m.fl., 2006). Fiskesprell kan betraktes som et nyttig verktøy for å gjøre barna mer kognitivt oppmerksom på sjømat, siden de både får smake, lukte, se og motta informasjon fra de voksne om sjømaten. Jamfør studiene til Nicklas, m.fl. (2001) Bell og Meiselman (1995) og Birch, m.fl. (1996) var det ingen av barna i denne undersøkelsen som kunne beskrives som neofobisk.

Intervjuene viste at de fleste barna hadde lav eksponeringsgrad av sjømat i hjemmet. Det var bare tre barn som oppga at de ofte hadde fisk til middag i hjemmet. Bare det ene av disse tre barna ga uttrykk i intervjuet at han hatet fisk, men fortalte senere i intervjuet at han var svært glad i laks. Holdningsskalaene viste at han også likte fiskeboller, fiskegrateng og fiskeburger. Dette indikerer at barna kan ha negative assosiasjoner til begrepet ”fisk”, men liker andre sjømatprodukter som de ikke vil betegne som fiskemat.

I eksperimentbarnehagen var det noen barn som syntes det ble for mye sjømat i barnehagen, mens barna i kontrollbarnehagen mente de ikke fikk fisk i barnehagen. Barna i kontrollbarnehagen ga uttrykk for at de gjerne kunne tenke seg mer fisk i barnehagen. Til tross for en relativ høy eksponeringsgrad i Fiskesprellbarnehagen ga ikke dette utslag på barnas holdning i negativ retning.

### 5.3 Sosial påvirkning

For å forklare hva denne studien la i begrepet ”sosial påvirkning” ble subjektive og deskriptive normer nærmere beskrevet. Subjektive normer er det som barna tror at andre ønsker at de skal gjøre, mens deskriptive normer er det som barna observerer at de voksne faktisk gjør (Elek, m.fl., 2006). Empiri vedrørende modellering og foreldrestiler ble også anvendt (Birch, m.fl., 2007; Rozin, 1996; Nicklas, m.fl., 2001; Guidetti og Cavazza, 2007; Hendy og Raudenbush, 1999; Sepp, m.fl., 2006). Dette hadde til hensikt å vise hvordan subjektiv og deskriptiv norm kan benyttes av foreldre og barnehageansatte som ønsker å opptre som rollemodeller for å fremme gode matvaner hos barna

#### *5.3.1 Sosial påvirkning i hjemmet*

Intervjuene viste at de fleste barna hadde inntrykk av at foreldrene likte all slags mat. Dette kan ha den enkle forklaring at foreldrene bare handler inn mat som de selv liker og barna får dermed ikke observert hva de ikke liker. Bare i de tilfellene der det så ut til at foreldrene hadde ulike preferanser ble det tydelig for barna hva foreldrene *ikke* liker. De fleste barna hadde en oppfatning om at foreldrene ønsket at barna skulle spise fisk. På spørsmålene som gikk konkret på sjømat viste halvparten av barna at de hadde preferanser for fisk som sammenfalt med foreldrenes preferanser. Dette er i tråd med de resultater som Guidetti og Cavazza (2007) kom fram til. Spesielt var denne sammenhengen sterk mellom fedre og barn fra Fiskesprellbarnehagen. Det er ikke enkelt å gi en forklaring for dette, men en idé er at dette kan skyldes subjektiv norm i barnehagen. I Fiskesprellbarnehagen var det flere av de ansatte som brukte uttrykk som at ”man blir sterk av å spise fisk”, og vanligvis er jo far den sterkeste som barna kjenner. Datagrunnlaget i denne undersøkelsen viser at det er vanskelig å slå fast hvilke normer som er innvirker mest på barnas holdninger, men barnas svar gir antydning om at deskriptiv norm i hjemmet er forholdsvis sterk, men at subjektiv norm er sterkere.

Intervjuene tyder på at de fleste foreldrene benytter en autoritær stil enten i form av ”authoritarian” eller ”authorative” (jfr. Nicklas, m.fl., 2001), men det er vanskelig å slå fast hvilke av disse foreldrestilene som er mest anvendt.

### 5.3.2 Sosial påvirkning i barnehagen

Den sosiale påvirkningen i barnehagene var noe ulik. Ingen av barna i eksperimentbarnehagen kunne uttale seg om hva de voksne likte å spise, men i kontrollbarnehagen var det noen som kunne nevne brød og pålegg siden de ansatte av og til spiste frokost sammen med dem. Det virket ikke som at barna hadde økte preferanser for brød og pålegg av den grunn. De fleste barna antok at de voksne likte fisk, noe som indikerer at barn har en generell oppfatning om at voksne er glad i fisk. Imidlertid er ikke denne oppfatningen så sterk at barna tror at de ansatte forventer at barna skal spise fisk. Man kan derfor slå fast at det er liten eller ingen sammenheng mellom de ansattes preferanser og barnas preferanser, og at den subjektive normen fra barnehagen er svak. Selv om de ansatte prater med barna om fisk og sjømat fremstår subjektiv norm som så svak at de ansatte opptrer som svake rollemodeller for barna.

Deskriptiv norm, som forklart av Elek, m.fl. (2006) og Berg, m.fl.(1999), vil også kunne kjennetegnes som lav siden barna ikke har mulighet til å observere de ansatte spise sjømat. Sosial påvirkning fra andre barn så ut til å være svak. Riktignok visste barna mer hva barna likte å spise enn hva de visste om de voksne, men det var få som ga inntrykk av at de likte enkelte mattyper for at andre barn likte det. I stedet virket det som at de overførte sine egne preferanser til hva de trodde andre barn likte. I følge Solomon, m.fl. (2006) kan dette skyldes at barna hadde lite utviklede evner for observasjonslæring av andre barn.

For å illustre hvordan deskriptiv norm kan fungere på barn vil et eksempel fra en av pretestene benyttes: To gutter som gikk i samme barnehage oppga lapskaus som sin favorittmat. Da guttene ble spurt hvorfor de likte lapskaus så kunne de ikke gi noe svar. Senere i intervjuet når guttene ble spurt om de voksne i barnehagen pleide å spise sammen med barna svarte de:

Per: *"Ja noen ganger(...) En gang da vi hadde lapskaus i barnehagen så spiste de voksne det også, fordi de syntes også det var godt".*  
Siril: *"Er det slik at de gjør det hver dag?"*  
Per: *"Nei".*  
Siril: *"Bare av og til?"*  
Per: *"Ja".*

Eksemplet illustrer hvor effektiv deskriptiv norm kan være (Elek, m.fl. 2006; Berg, m.fl.1999). Man kan anta at den deskriptive normen virker ekstra sterkt når de ansatte vanligvis ikke spiser sammen med barna, men den eneste gangen de spiser sammen med barna er når det er lapskaus på menyen. Guttene ga dermed inntrykk av å ville modellere de ansatte siden de oppga lapskaus som sin favorittmat. Man kan ut fra dette forestille seg hvor virkningsfull deskriptiv norm ville vært i Fiskesprellbarnehager dersom de ansatte spiste sjømat sammen med barna. Dette ville være spesielt effektivt dersom sjømat var den eneste maten barn og voksne spiste sammen.

Hvilken foreldrestil de barnehageansatte brukte er vanskelig å dokumentere siden barna hadde vanskelig for å forstå hva som lå i begrepet belønning. Imidlertid viste observasjonene at de ansatte i kontrollbarnehagen utøvde en noe mer autoritær stil ("authoritarian") ved å tydelig korrigere barnas atferd. Dette ble bekreftet i det ene intervjuet der en gutt fortalte under intervjuet at de voksne ble streng dersom han ikke spiste opp maten. I eksperimentbarnehagen virket de ansatte mindre autoritær ved at de lot barna bruke så lang tid de måtte ønske for å fullføre måltidet, og de barna som ikke likte sjømaten fikk brødiskive på slutten av måltidet. Imidlertid kan de ikke kjennetegnes som "permissive" siden de styrer tilgjengeligheten av usunn mat.

#### **5.4 Implikasjoner**

Barnehageansatte og foreldre som ønsker at barna skal inkludere mer sjømat i kostholdet bør gjøre sjømat lett tilgjengelig for barna ved å eksponere barna regelmessig for ulike sjømat (Rozin, 1996; Benton, 2004; Birch, m.fl. 1996). Barna bør oppfordres til å smake på maten, men det bør ikke legges for mye press på barna med tanke på mengde mat som spises (Wardle, m.fl., 2003; Birch, m.fl., 1996). Voksne bør være bevisst på at de er rollemodeller ovenfor barna. De må bevise gjennom både ord og handling at de selv gjør slik som man ønsker at barna skal handle (Berg, m.fl., 1996; Birch, m.fl., 1996; 2007; Guidetti og Cavazza, 2007; Nicklas, m.fl. 2001; Hendy og Raudenbush, 1999; Lumeng, m.fl., 2008). Entusiastisk læringsmodellering ved å bruke absolutte termer som for eksempel "Mmmmm, jeg elsker fisk!" og "laks smaker så godt" er svært effektive midler for å påvirke barnas holdning til sjømat (Hendy og Raudenbush, 1999; Nicklas, m.fl., 2001; Lumeng, m.fl., 2008). Resultatene fra denne studien viser også at barna bør lære seg navn på sjømaten som de får servert slik at de lettere kan differensiere hvilken sjømat

de liker og ikke liker. Dersom man kaller all sjømat for fisk, er det lett at barna får en generell oppfatning om at de ikke liker fisk, noe som kan føre til lavt sjømatkonsum etter hvert som de blir eldre.

Omsorgspersoner som benytter belønning eller straff for å styre barnas matatferd kan få svekket sin påvirkningskraft (Rozin, 1996). Kontroll av barnas inntak og tilgang til mat gjennom kommando eller tvang betegnes som en autoritær og befalende foreldrestil, og er lite heldig for barnas utvikling av matpreferanser (Nicklas, m.fl., 2001). Den mer frie foreldrestilen hvor barnet styrer kostholdet mer eller mindre selv er heller ikke anbefalt, siden disse barna ofte får et lite næringsrikt kosthold. Birch, m.fl. (1996) anbefaler foreldre og andre omsorgspersoner til å ta på seg en mer veiledende og rådgivende rolle ovenfor barna slik at barna utvikler preferanser og matrutiner som er forenelig med et sunt kosthold. Barna må selv få bestemme om de vil spise og hvor mye de vil spise.

Implikasjonene til Fiskesprellbarnehagene går ut på at de bør utføre tiltak som kan styrke deres sosiale påvirkning. For å styrke deskriptiv norm i barnehagen bør de legge til rette for at ansatte kan spise sjømat sammen med barna. Dette vil også være i tråd med retningslinjene til Sosial –og Helsedirektoratet (2007). Dersom dette er vanskelig å utføre innenfor barnehagenes økonomiske rammer bør Helse –og omsorgsdepartementet, Fiskeri –og kystdepartementet og Eksportutvalget for fisk, som står bak utviklingen av Fiskesprell, drøfte muligheten for å øke bevilgningene til barnehagene. Man bør også undersøke om Fiskesalgslagene som per dags dato yter råvarestøtte til 9.klassene har mulighet til å utvide ordningen til også å omfatte barnehagene som deltar på Fiskesprell.

## **5.5 Svakheter ved undersøkelsen**

Denne studien viser at eksponeringen fra eksperimentbarnehagen var sterkere enn hjemmet. Imidlertid var den sosiale påvirkningen sterkere fra foreldrene enn fra barnehageansatte (Nicklas, m.fl., 2001; Fiskesprell, 2008). Man må derfor slå fast at kausalitetsforholdet mellom eksponering og barnas holdning er sterk, men svak når det kommer til sosial påvirkning. Studien viser derfor en noe svak intern validitet (Selnes, 1999). Undersøkelsene ble utført i en naturlig setting slik at barnas og de ansattes naturlige atferd kunne observeres. Utvalget til undersøkelsen ble valgt ut etter bekvemmelighet og respondentgrunnlaget kan betegnes som lavt, noe som gjør



resultatene vanskelig å trekke generelle slutninger ut over de respondentene som inngikk i undersøkelsen. Den eksterne validiteten må derfor beskrives som noe lav. Arbeidet med å definere viktige begreper for denne undersøkelsen var omfattende og ga gode muligheter for å utarbeide metoder som kunne gi svar på forskningsspørsmålet. Begrepsvaliditeten kan derfor beskrives som god.

Barna hadde lett for å komme med historier som ikke hadde sammenheng med spørsmålet. Som for eksempel på spørsmålet om fiskebein svarte et av barna:

2-Kasper: *"Ja, for bein er kjempe små og man klarer ikke å se de. Far har vært ute å fiska og da fikk han en svær steinbit som vi skulle spise. Vi stekte den, men når man steker den da rører den seg ikke i magen".*

Siril: *"Var den god da?"*

2-Kasper: *"Ja".*

I dette tilfellet hadde det andre barnet nevnt steinbit og fisketur tidligere under intervjuet. Det virket derfor som at dette barnet hadde brukt tid til å tenke på disse begrepene under intervjuet, slik at de ble nevnt på spørsmål som overhodet ikke handlet om fisketur og steinbit. I likhet med Borgers, m.fl., (2000) viste det seg at barna hadde lett for å misforstå spørsmålene og blande sammen svar på noe som var nevnt tidligere under intervjuet.

Barna hadde også lett for å koble ordet "stygt" med noe som ser stygt ut. Det kunne derfor være vanskelig å slå fast om maten som de beskrev som stygg var koblet til mat som smakte stygt eller ser stygg ut som for eksempel steinbit eller hai. Det samme gjelder ordet "liker" da flere av barna nevnte gul fisk eller gullfisk som noe de likte og dette kunne like gjerne være en fisk de har sett på TV eller internett som noe de faktisk hadde smakt. En annen stor utfordring viste seg å være var at barna ofte ikke kunne navnet på fisken som de likte eller ikke likte og beskrev den derfor ut fra utseende, slik som gul, lilla, blåsvart eller stripete. Rosa, rød eller oransje fisk ble tolket som laks eller ørret, men mange andre beskrivelser var vanskelig å tolke.

Barna så ikke ut til å skille mellom mat som de likte og som de syntes var spennende, siden svarene på de to spørsmålene ofte ble de samme. De viste også liten forståelse for

hva som lå i begrepet kjedelig mat. Barna viste liten kunnskap om at foredlet sjømat slik som fiskegrateng og fiskeboller inneholdt fisk. Dette bekrefter en antakelse om at voksne bør benytte andre begrep enn bare fisk, men lære barna å sette nøyaktige begrep på maten, slik som laks, torsk og steinbit og gjerne forklare hvordan maten er tilberedt. Da kan man unngå at barna får en generell holdning som forteller dem at de ikke liker fisk når det egentlig bare er kokt torsk de ikke liker.

Barna virket motivert og interessert for å bli intervjuet og de viste liten evne til å la seg påvirke av det andre barnet eller intervjueren siden de ofte sa seg uenige i påstander som kom opp. Intervjuene varte gjennomsnittlig i 22 minutter, noe som ligger innenfor anbefalingene fra Owen, m.fl (1997), men flere av lydopptakene viste at de fleste barna ble urolige og lei etter 15 minutter. For å øke reliabiliteten burde derfor intervjuene omhandlet færre spørsmål slik at intervjuene varte kortere tid.

Som nevnt så henger begrepene holdningsstyrke og holdningsendring nært hverandre. Holdningsstyrken kan påvises ved å dokumentere hvor stabile holdningene til barna hadde vært over tid, noe som også har betydning for holdningsendring (Ajzen, 2001). Resultatene viste at de fleste barna mente at de alltid hadde likt favorittmaten sin, men om barn er selv i stand til å erindre at de har endret holdning kan diskuteres. I følge Borgers m.fl.(2000) kan barna ha problemer med å tilbakekalle slik informasjon fra hukommelsen noe som gir svarene dårlig reliabilitet. Imidlertid var det noen barn som husket at de bare spiste grøt og ammet da de var mindre, så det kan hende man ikke skal være for kritisk.

Til tross for at undersøkelsen kan beskrives som relativt lite pålitelig på grunn av barnas lave kognitive evner (Borgers, m.fl.,2000) er det andre forhold som kan veie opp for dette. Intervjuguiden, det reviderte smileyometeret og til dels observasjonsskjemaet fungerte som ønsket (Selnes, 1999, Read og MacFarlane, 2006; Bryman og Bell, 2007). Spørsmål som det virket som om barna hadde vanskelig å forstå ble lagt mindre vekt på, slik at de resultatene som fremgår av denne undersøkelsen er basert på flest mulig pålitelige svar. Barna viste god forståelse for hvordan smileyometeret skulle anvendes og de hadde god kjennskap om de produktene som var anvendt. Observasjonen fungerte ikke optimalt siden det var vanskelig for en person å observere mange barn og diktafon var et dårlig verktøy for å fange opp det som ble sagt. Imidlertid var observasjonen viktig for å

fange opp hvordan de voksne interagerer med barna for å dokumentere den sosiale påvirkningen. I tillegg ble det utført tiltak for at barna skulle føle seg trygge på både på intervjueren og settingen for intervjuene (Pramling og Doverborg-Östberg, 1993). Tiltak for at barna skulle oppleve intervjueren som mest mulig objektiv ble også utført. All datainnsamling ble utført og analysert av samme person, noe som i følge Selnes (1999) også skal øke undersøkelsens pålitelighet.

## 5.6 Forslag til videre forskning

Til andre som ønsker å gjøre forskning innenfor de tema som denne studien berører anbefales det å undersøke muligheten for å utføre et sant eksperiment av barn. Det må gjøres oppmerksom på at studier med barn som ikke er lesekyndig krever ekstra ressurser både med tanke på tid og intervjuere, men også at man må finne metoder som er tilpasset barnas kognitive nivå (Borgers, m.fl., 2000). Da ideen til denne studien først ble skapt var tanken at man skulle utføre et mest mulig sant eksperiment som benyttet likert-skala og viktighet-dyktighet-matriser (Selnes, 1999). Når man så nærmere på litteratur som omhandlet forskning på barn ble det klart at barn i 4-6 års alderen ville ha vanskelig for å gi pålitelige svar til påstander som en forsker leser opp. Greig, m.fl., (2007) anbefalte at kvantitative metoder bare burde benyttes av forskere med god kunnskap om forskning på barn. Likevel ville det vært interessant å se om et mer omfattende og sant eksperiment kom frem til de samme resultatene som fremgår av denne studien. Et alternativ er å utføre eksperimenter på eldre barn som er i stand til å forstå for eksempel likert-skalaer. Det ville også vært interessant å utføre eksperimenter som går mer på det sosiale miljøet til barn. Eksperimentene til Hendy og Raudenbush (1999) om entusiastisk læringsmodellering kan for eksempel gi basis for ytterligere forskning på barns holdning til sjømat.

For forskere med mer begrensede ressurser og som ønsker å utføre undersøkelser på barn bør ”mosaikk metoden” av Clark og Moss (2001) være en et bra utgangspunkt. Metoden innebærer at man gjør kvalitative case studier av noen barn ved hjelp av flere metoder. Dette kan også kalles triangulering (Bryman og Bell, 2007), noe som viste seg å være svært nyttig i denne studien. Når man forsker på barn bør man ikke forvente at en metode gir alle de svar man ønsker. Barna kan være svært ambivalent og gi svar som strider mot hverandre, slik at det da er nyttig å ha flere metoder å støtte seg til.

Til slutt må det sies at forskning med barn er gøy! Barn er svært nysgjerrige på hva forskeren egentlig holder på med og krangler gjerne med de andre barna om hvem som skal komme først til intervju. Dette er jo vanligvis en drømmesituasjon for en student. I tillegg kan barna lære deg mye om hvordan de betrakter verden og komme med svar som er helt umulig å forutsi. Barnas entusiasme og kreative svar var en viktig motivasjonskilde for å fullføre denne undersøkelsen.

## 6.0 Konklusjon

Resultatene fra denne undersøkelsen viser at barn har gode holdninger til sjømat. Tilgjengelighet og gjentatt eksponering av sjømat gjennom Fiskesprell er et nyttig verktøy for å endre barns holdning og gjøre barns holdning til sjømat både sterk og positiv. Fiskesprell kan dermed føre til at barn konsumerer mer sjømat i oppveksten enn barn som ikke deltar på Fiskesprell.

Imidlertid viser denne undersøkelsen at barnas foreldre har sterkere sosial påvirkning enn de ansatte i barnehagen siden de ikke spiser måltidene sammen med barna. Implikasjonene for videre utføring av Fiskesprell går ut på at ansatte bør spise sjømat sammen med barna for å opptre som gode rollemodeller for barna.

## 7.0 Litteraturliste

- Aikman., S. N. & Crites., S. L. (2007) "Structure of food attitudes: Replication of Aikman, Crites and Fabrigar (2006)", *Appetite*, Vol. 49, s. 516- 520
- Aikman., S. N., Crites., S. L. & Fabrigar, L. R. (2006) "Beyond affect and cognition. Identification of the informational bases of food attitudes", *Journal of Applied Social Psychology*, Vol. 36, nr. 2, s. 340-382
- Ajzen, I. (2001) "Nature and operation of attitudes", *Annual Review of Psychology*, Vol. 52, s. 27-58
- Ajzen, I. (1991) "The theory of planned behaviour", *Organizational Behaviour and Human Decision Processes*, Vol. 50, s. 179-211
- Armitage, C. J. & Conner M. (2001) "Efficacy of the Theory of planned behaviour: A meta-analytic review", *British Journal of Social Psychology*, vol. 40, s. 471-499
- Bell, R. & Meiselman, H. (1995) Kap. 12. "The role of eating environments in determine food choice", i Marshall, D.W (Ed.) *Food choice and the consumer*, Blackie Academic & Professional, Glasgow, s. 292-310
- Benton, D. (2004) "Role of parents in the determination of the food preferences of children and the development of obesity", *International Journal of Obesity*, Vol. 28 s. 858-869
- Berg, C., Jonsson, I. & Conner, M. (1999) "Understanding choice of milk and bread for breakfast among Swedish children aged 11-15 years: an application of the theory of planned behaviour", *Appetite*, Vol. 34, s. 5-19
- Birch, L.L., Fisher, J.O., & Grimm-Thomas, K. (1996) Kap. 4, "The development of children's eating habits", i Meiselman, H.L, MacFie, H.J.H. (Ed.), *Food choice, acceptance and consumption*, Blackie, London, s. 161-206
- Birch, L., Savage, J. S. & Ventura, A., (2007) "Influences on the development of children's eating behaviours: From infancy to adolescence", *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, Vol. 68, nr. 1, s. 1-5
- Birch, L. & Sullivan, S. A. (1991) "Measuring Children's Food Preferences", *Journal of School Health*, Vol. 61, no. 5, s. 212-214
- Bloemer, J. & De Ruyter, K. (2002), "The impact of attitude strength on the acceptance of green services", *Journal of Retailing and Consumer Services*, Vol. 9, s. 45-52

- Borgers, N., De Leeuw, E. & Hox, J. (2000) "Children as Respondents in Survey Research: Cognitive Development and Response Quality", *Bulletin de Méthodologie Sociologique*, nr. 66, s. 60-75
- Bryman, A. & Bell, E. (2007) *Business research methods*, Oxford University Press, Oxford
- Busick, D. B., Brooks, J. Pernecky, S., Dawson, R. & Petzoldt, J. (2008), "Parent food purchases as a measure of exposure and preschool-aged children's willingness to identify and taste fruit and vegetables", *Appetite*, Vol. 51, s. 468-473
- Clark, A. & Moss, P. (2001) *Listening to young children: The mosaic approach*, National Children's Bureau, London
- Departementene (2005) "Handlingsplan for et bedre kosthold i befolkningen (2007-2011)" Grafia kommunikasjon AS, tilgjengelig 12.05.09  
<http://www.regjeringen.no/upload/kilde/hod/pla/2007/0001/ddd/pdfv/304657-kosthold.pdf>
- Donald, I. & Cooper, S. R. (2001) "A facet approach to extending the normative component of the theory of reasoned action", *British Journal of Social Psychology*, Vol. 40, s. 599-621
- Dunham, P. J. (1988) *Research methods in psychology*, Harper & Row publishers, New York.
- Eagly, A. H. & Chaiken, S. (1998) "Attitude structure and function", i Gilbert, D. T., Fiske, S. T. & Lindzey, G. (Red.), *The handbook of social psychology*. 4. utgave. Boston, s. 269-322
- Egeness, F. A., Østli, J. & Fjørtoft, K. L. (2007) "Handlingsplan for forsknings og utviklingsaktiviteter i klippfisknæringen i perioden 2008-2011" Fiskeri og havbruksnæringens servicekontor, Fiskeriforskning & Møreforskning Ålesund, Tilgjengelig 30.04.09 [http://www.fiskerifond.no/files/projects/attach/dm-117717-v1-handlingsplan\\_klippfisk.pdf](http://www.fiskerifond.no/files/projects/attach/dm-117717-v1-handlingsplan_klippfisk.pdf)
- Elek, E., Miller-Day, M., Hecht, M. L. (2006) "Influences of personal, injunctive, and descriptive norms on early adolescent substance use", *Journal of Drug Issues*, Vol. 36, nr. 1, s. 147-172
- Fishbein, M. & Ajzen, I. (1975) *Belief, attitude, intention, and behavior: An introduction to theory and research*, Addison-Wesley Publishing Company Inc, USA
- Fiskesprell (2008) "Fiskesprell for ansatte i barnehager", Eksportutvalget for fisk, tilgjengelig 07.05.09 <http://www.fiskesprell.no/page?id=2583&key=39612>

- Greig, A., Taylor, J. & MacKay, T. (2007) *Doing research with children*, SAGE publications Ltd, London
- Guba, E. G. & Lincoln, Y.S. (1994) "Competing paradigms in qualitative research" i Denzin, N. & Y. Lincoln (Ed.) *Handbook of qualitative research*, Thousand Oaks, CA, Sage. S. 105-117
- Guidetti, M. & Cavazza, N. (2007) "Structure of the relationship between parent's and children's food preferences and avoidances. An explorative study", *Appetite*, Vol. 50, s. 83-90
- Hendy, H. M. & Raudenbush, B. (1999) "Effectiveness of teacher modelling to encourage food acceptance in preschool children", *Appetite*, Vol. 34, s. 61-76
- Hogg, M. A. & Vaughan, G. M. (2002) *Social psychology*, Prentice Hall, Harlow
- Honkanen, P., Olsen, S. O. & Myrland Ø., (2004) "Preference-based segmentation: A study of meal preferences among Norwegian teenagers", *Journal of Consumer Behaviour*, Vol. 3, nr. 3, s. 235–250
- Lazarou, C., Kalavana, T. & Matalas (2008), "The influence of parents' dietary beliefs and behaviors on children's dietary beliefs and behaviors. The CYKIDS study", *Appetite* Vol.51, s. 690-696
- Lumeng, J. C., Cardinal, T. M., Jankowski, M., Kaciroti, N. & Gelman, S. A. (2008) "Children's use of adult testimony to guide food selection", *Appetite*, Vol. 50, s. 302-310
- Marshall, D. (1995) "Eating at home: meals and food choice", i Marshall, D.W (Ed.) *Food choice and the consumer*, Blackie academic & professional, Glasgow, s. 264-291
- Nicklas, T. A., Baranowski, T., Baranowski, J. C. & Cullen, K. (2001) "Family and child-care provider influences on preschool children's fruit, juice, and vegetable consumption", *Nutrition Reviews*, Vol. 59, nr. 7, s. 224-236
- Olsen, S.O, (2004a) "Antecedents of Seafood Consumption Behavior: An Overview", *Journal of Aquatic Food Product Technology*, Vol. 13, Nr.3, s. 79-91
- Olsen, S. O. (2004b) "Hva forklarer norsk ungdoms lojalitet til fisk som middagsmat?" Konferansen Samfunnsforskning innenfor matsektoren, tilgjengelig 26.11.2008 [www.forskningsradet.no/CSSStorage/Flex\\_attachment/MarksamOlsen\\_pdf.pdf](http://www.forskningsradet.no/CSSStorage/Flex_attachment/MarksamOlsen_pdf.pdf)
- Olsen, S. O. (2003) "Understanding the relationship between age and seafood consumption: The mediating role of attitude, health involvement and convenience", *Food Quality Preference*, Vol. 14, s. 199-209



- Olsen, S. O. (2001) "Consumer involvement in seafood as family meals in Norway. An application of the expectancy-value approach", *Appetite*, Vol. 36, s. 173-186
- Owen, S., Schickler, P. & Davies, J. (1997) "Food choice: How to assess attitudes of pre-adolescent children", *Nutrition & Food Science*, Vol. 97, nr. 1, s. 5-11
- Petty, R. E., Wegener, D. T. & Fabrigar, L. R. (1997) "Attitude and attitude change", *Annual Review of Psychology*, s. 609-647
- Pliner, Patricia (1982) "The effects of mere exposure on liking for edible substances", *Appetite, Journal for Intake Research*, Vol. 3, s. 283-290
- Pramling, I. & Doverborg-Östberg, E. (1993) Å forstå barns tanker - En metodikkbok om å intervju barn, *Pedagogisk forum*, Oslo
- Read, J. C. & MacFarlane, S. (2006) "Using the fun Toolkit and Other Survey Methods to Gather Opinions in Child Computer Interaction", *Interaction Design and Children*, IDC2006, Tampere, Finland, ACM Press
- Reinar, L.M., Nylund, H.K., Nordheim, L., Aarum, A.K.O., Jamtvedt, G., (2004), "Kan tiltak i skole og lokalsamfunn påvirke barn og unge til å spise mer frukt og grønt" Rapport fra Nasjonalt kunnskapssenter for helsetjenesten nr. 12-2004. Tilgjengelig 23.11.08. [www.kunnskapssenteret.no/binary?download=true&id=5236](http://www.kunnskapssenteret.no/binary?download=true&id=5236)
- Rozin, P. (1996) Kap. 2, "The socio-cultural context of eating and food choice", i Meiselman, H.L, MacFie, H.J.H., (Ed.) *Food choice, acceptance and consumption* Blackie, London. S.83-104
- Rubio, B., Rigal, N., Boireau-Ducept, N., Mallet, P. & Meyer, T. (2007), "Measuring willingness to try new foods: a self-report questionnaire for French speaking children", *Appetite*, vol. 50, s. 408-414
- Selnes, F. (1999) *Markedsundersøkelser*, Tano Aschehoug, Oslo.
- Sepp, H., Abrahamsson, L. & Fjellström, C. (2006) "Pre-school staffs' attitudes toward foods in relation to the pedagogic meal", *International Journal of Consumer Studies*, vol. 30, s. 224-232
- Shuttleworth, M. (2008) "Quasi-experimental design", Tilgjengelig 15.04.09 [www.experiment-resources.com/quasi-experimental-design.html](http://www.experiment-resources.com/quasi-experimental-design.html)
- Smith, R.E., Swinyard, W.R. (1982), "Information response models: an integrated approach", *Journal of Marketing*, Vol. 46. s. 81-93.
- Solomon, M., Bamossy, G., Askegaard, S. & Hogg, M.K., (2006) *Consumer Behaviour- A European perspective*, 3.utgave, Harlow, Prentice Hall.

- Sosial- og helsedirektoratet (2007) ”Retningslinjer for mat og måltider i barnehagen”, Sosial –og helsedirektoratet v/Trykksakekspedisjonen, Oslo
- Statistisk sentralbyrå (2009) “12 400 flere barn i barnehage”, Tilgjengelig 15.04.09  
<http://www.ssb.no/emner/04/02/10/barnehager/>
- Trafimow, D. (1998) “Attitudinal and normative processes in health behaviour”, *Psychology and Health*, Vol. 13, s. 307-317
- Tromsø kommune (2009) “Kommunale barnehager”, Tilgjengelig 15.04.09,  
<http://www.tromso.kommune.no/kommunale-barnehager.121134.no.html>
- Verbeke, W. & Vackier, I. (2004) “Individual determinants of fish consumption: application of the theory of planned behaviour”, *Appetite*, Vol. 44, s. 67-82
- Visser, P. S. & Krosnick, J. A. (1998) “Development of attitude strength over the life cycle: Surge and decline”, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 75, Nr. 6, s. 1389-1410
- Wardle, J., Herrera, M. L., Cooke, L. & Gibson, E. L. (2003) “Modifying children’s food preferences: the effects of exposure and reward on acceptance of an unfamiliar vegetable”, *European Journal of Clinical Nutrition*, vol. 57, s. 341-348
- Wardle, J., Sanderson, S., Gibson, E.L. & Rapoport, L. (2001) “Factor-analytic structure of food preferences in four-year-old children in the UK”, *Appetite* Vol 37, s. 217-223
- Zajonc, R. B. (1968) “Attitudinal Effects of Mere Exposure”, *Journal of Personality and Social Psychology Monograph Supplement*, Vol. 9, nr. 2, s. 1-27

## Vedlegg 1: Intervjuguide til barna

### *Generelle holdninger til mat og spesifikke holdninger til sjømat*

1. Hva er det beste dere vet til middag hjemme? Hvorfor?
2. Hva er det verste dere vet til middag hjemme? Hvorfor?
3. Er det noen middagsmat som dere synes er spennende?
4. Er det noen middagsmat som dere synes er kjedelig?
5. Har dere bestandig likt .....så godt som dere gjør nå?
6. Hvor godt liker dere å ha kylling til middag?
7. Hvor godt liker dere å ha fisk til middag?
8. Er det noen slags fisk dere liker veldig godt?
9. Er det noen slags fisk som dere synes smaker stygt?
10. Hvordan lukter fisk? - Får dere lyst til å smake på den da?
11. Hvordan lukter kylling?
12. Hvor viktig er det å spise sunt?
13. Hvor sunt tror dere det er å spise fisk?
14. Hvor sunt tror dere det er å spise kylling?
15. Synes dere det er mye bein i fisken? Får dere ikke lyst å smake på den da?
16. Kan dere fortelle meg hvordan fiskepinnene smakte til lunsj i dag? Hjelpeord: sur, salt, fett, klissete, vått, tørt. (*Bare for Eksperimentbarnehage*).

### *Sosial påvirkning i hjemmet*

17. Hva liker mamma å spise til middag?
18. Hva liker pappa å spise til middag?
19. Hva liker de ikke til middag?
20. Hvor ofte har dere fisk til middag hjemme?
21. Hvor godt tror du mamma synes det er med fisk til middag? Enn pappa?
22. Ønsker mamma at du skal spise fisk til middag? Enn pappa?
23. Pleier mamma og pappa å gi dere belønning når dere spiser opp maten deres?
24. Pleier mamma og pappa å gi dere belønning når dere spiser fisk til middag?

### *Generelle og spesifikke holdninger til maten i barnehagen*

25. Hva er det beste dere vet til lunsj i barnehagen? Hvorfor?
26. Hva er det verste dere får til lunsj i barnehagen? Hvorfor?
27. Hva synes dere om å ha kylling til lunsj i barnehagen?
28. Hva synes dere om å ha fisk til lunsj i barnehagen?
29. Synes dere at dere får for mye fisk i barnehagen?

### *Sosial påvirkning i barnehagen*

30. Spiser de voksne sammen med dere i barnehagen?
31. Spiser de voksne det samme som dere?
32. Liker dere å ha kjøkkenvakt og være med å lage maten i barnehagen?
33. Hvem av de voksne liker dere best i barnehagen?
34. Hva tror dere det beste ..... vet å spise? Liker dere også det?
35. Tror dere ..... liker fisk?
36. Tror dere..... ønsker at dere skal spise mer fisk?
37. Pleier de voksne å gi dere belønning når dere spiser opp maten/fisken deres?
38. Hvem av de andre barna liker dere best i barnehagen?
39. Hva tror dere det beste ..... vet å spise? Liker dere også det?
40. Tror dere ..... liker fisk?
41. Dersom dere fikk bestemme, hva ville dere hatt til middag i dag?

## Vedlegg 2: Observasjonsskjema Templarheimen barnehage

25.03.2009

	Barn: 1-Arild	Barn: 1-Dina	Barn: 1-Cecilie	Barn: 1-Egil	Barn: 1-Fredrik	Barn: 1-Hanne
<b>Tegn på neofobi</b>	Nei	Litt ovenfor fisk	Nei	Litt ovenfor fisk	Ja	Nei
<b>Kroppsspråk, bevegelser barn</b>	Spiser store stykker av maten. Spiser alt på tallerkenen og er raskt ferdig med måltidet.	Spiser sakte og lenge. Mest ris og agurk. Smaker på fiskepinnene, men flere er igjen på tallerkenen når hun er ferdig. Spiser brødskiye til slutt.	Spiser gode stykker av maten. Ber om påfyll av ris og fisk. Litt mat igjen når hun er ferdig å spise. Tidlig ferdig med måltidet.	Kniper øynene og lager grimaser. Smaker forsiktig på et par fiskepinner. Spiser mye agurk. Pirker i maten. Spiser en brødskiye med smør til slutt.	Svært lei seg, nesten på gråten og ser i bordet. Fjerner agurken fra fatet og spiser opp alt når han får ris og saus. Ved påfyll er det en fiskepinne på fatet, men den tar han vekk fra fatet. Pirker i brødskiye uten å smake på den inntil en ansatt smører skinkeost på skiva. Spiser 4 brødskiye med skinkeost. Smører på selv de siste skivene.	Spiser sakte og lenge, men spiser opp alt på tallerkenen.
<b>Utsagn fra barn</b>	"Lekre saker", "Jeg vil ha mer fisk", "Fisken var nydelig"	"Jeg liker ikke fiskepinner", "Kan jeg få mer agurk?", "Jeg vil ha brødskiye."	"Kan jeg få mer fisk?"	"Jeg liker ikke det", jeg vil bare ha smør på brødskiye"	"Jeg liker ikke fisk".	"Kan jeg få mer agurk?", "Jeg vil ha mer gulrot"
<b>Kroppsspråk, bevegelser voksne</b>	Gir påfyll av fiskepinner og ris.	Gir påfyll av agurk. Gir en brødskiye	Gir påfyll av ris og fiskepinner.	Gir han en brødskiye med smør når de andre begynner å bli ferdige.	Gir han en tallerken med ris, agurk og saus. Gir han en tallerken med ris, saus og en fiskepinne. Når de andre barna nesten er ferdig med måltidet gir de han to brødskiye. Han blir tilbudt å velge selv pålegg fra kjøleskapet, men finner ikke noe han liker og setter seg (trist) ved bordet igjen. Smører skinkeost på ei skive.	Gir påfyll av agurk og gulrot.
<b>Utsagn fra voksen</b>				"Dersom du ikke spiser skinkeost, blir du ikke like stor og sterk som pappa".	"Der har du ris, grønnsaker og fisk, du må prøve". "Liker du ikke fisk, hva liker du?", "Du liker vel skinkeost? Kom så skal vi ta på skinkeost", "Er det ei mus som har laga hull i skiva?"	"Nå sitter du bare å leker med maten".

### Helhetsinntrykk

De små barna som hadde kjøkkenvakt dekket på bordet mens de andre ventet i gangen. Måltidet ble innledet med å synge sangen "Når skipperen skal ha seg mat". Barna fikk bruke så lang tid som de ønsket til å spise opp maten. De som klart liker fisk/fiskepinner var tidlig ferdig med maten (barn 1-Arild og 1-Cecilie), ca. 20 -30 min, mens de andre brukte opp til en time før de var ferdige. De voksne la maten på tallerkenen ettersom barna fra hvert bord kom med fatet sitt. Barna fikk påfyll etter hva de spurte om. Barn som ikke likte det som ble servert fikk tilbud om brødskiye når de andre begynte å bli ferdig. De voksne brukte uttrykk som " *maten smaker kjempe godt, også blir man frisk som en fisk*". Flere av barna nevnte at man blir sterk av fisk. En jente sa: " *Når dere ikke spiser opp all fisken deres, så kan jeg spise all fisken som ligger på fatet der borte, og da blir jeg så sterk at jeg kan løfte store hvaler helt opp til taket*".

## Vedlegg 3: Observasjonsskjema Åsgård barnehage

01.04.2009

	Barn: 2-Erik	Barn: 2-Kasper	Barn: 2-Gunn	Barn: 2-Inge	Barn: 2-Frank
<b>Tegn på neofobi</b>	Nei	Nei	Litt for fiskekaker	Nei	Nei
<b>Kroppsspråk, bevegelser barn</b>	Tar mer melk selv. Spiser gode tygger. Har spist alt når måltidet er slutt.	Går først fra bordet og kommer ikke tilbake. Litt makaroni igjen i tallerkenen.	Nynner mens hun spiser. Litt fiskekake når hun er ferdig med måltidet.	Tar ketchup og makaroni selv. Spiser tot. 4 fiskekaker med makaroni.	Spiser gode tygger. Spiser totalt 3 fiskekaker med makaroni.
<b>Utsagn fra barn</b>	"Jeg vil ta makaroni selv" "Arve kan jeg få ei fiskekake?"	"Alle de andre fikk alt". "Nei, jeg er mett".	"Kan jeg få mer makaroni?" "Jeg vil ikke ha fiskekake". "Jeg vil ikke ha". "Kjærlighet på pinne med ketchup på"	"Jukse-maker" "Jeg vil bare ha makaroni". "Kan jeg få mer". "Skal Simen få alt", "Send mer makaroni."	"Jeg vil ha alle deler med ketchup på",
<b>Kroppsspråk, bevegelser voksne</b>	Gir påfyll av fiskekaker og makaroni. Setter ei fiskekake på gaffelen og tar på ketchup.	Gir påfyll av fiskekaker og makaroni. Gir en fiskekake på gaffel.	Gir henne fiskekake.	Gir påfyll tre ganger.	Gir påfyll.
<b>Utsagn fra voksen</b>	"Vi har lagd for lite" "Det er mer fiskekaker igjen, så det er bare å spise". "Dere spiser for fort, dere må spise sagte"	"Skal du ha en fiskekake til?" "Var det godt Henrik?"	"Må du sitte ordentlig på stolen". "Får jeg låne gaffelen din?"	"Jacob er skikkelig sulten i dag.	"Alle skal få, men jeg har bare to hender"- "Det nytter ikke å hente når det ikke er ferdig". "Det er ikke moro å spise godteri når man er syk, da smaker det ingenting.

Helhetsinntrykk:

Barna på avdelingen spiser på to rom slik at de yngste og eldste er atskilt. Barna hjalp til med borddekkingen. Maten var noe forsinket, så barna var ukonsentrert og utålmodig før maten kom. Får velge om de vil ha vann eller melk til maten. Makaroni og ketchup på bordet før fiskekakene kommer. En ansatt skjærer opp hver fiskekake i små terninger og deler ut en fiskekake med makaroni og ketchup til et barn om gangen. Voksne spiser ikke sammen med barna, men en ansatt har hentet seg en tallerken med fiskekaker og sitter i hjørnet og spiser (barna merker kanskje ikke dette). Barna spiste gode porsjoner og så ut til å like maten. 2-Gunn så ut til å like makaroni bedre enn fiskekakene. En voksen sitter ved bordet hele tiden og gir barna påfyll etter hvert som barna ber om det. Korrigerer en del atferd. Måltidet tar 37, 51 min.