



Mat og måltider i begge hjem

Barnas egne opplevelser og erfaringer av kosthold og matvaner hos
mamma og pappa

Kamilla Salvesen

VID vitenskapelige høgskole

Oslo

Masteroppgave

Master i sykepleie med et kommunehelseperspektiv

Fordypning i helsesøstertjenesten

Antall ord: 13034

01.juni 2021

Tittel: Mat og måltider i begge hjem

Dato for innlevering: 01.06.21

Veileder: Nina Olsvold

© Forfatter

2021

«Mat og måltider i begge hjem»

Kamilla Salvesen

Forord

Gjennom arbeidet med masteroppgaven har jeg vært heldig å få fordype meg i et spennende og viktig tema. Helsesykepleierrollen favner stort, og man skal ha mye kunnskap om en stor del av befolkningen. Det har derfor vært fint å få konsentrere seg om kun en del av fagområdet, og få lov til å dypdykke i et selvvalgt tema. Temaet jeg har valgt ut er et tema som jeg selv synes kan være vanskelig og som jeg savner mer kunnskap om. Jeg vet også at flere av mine kollegaer deler disse tankene.

Å arbeide med masteroppgaven har vært spennende, utfordrende og lærerikt. Prosessen har bestått av både oppturer og nedturer, men alt i alt føles det godt når jeg nå er med veis ende. Jeg håper studien min kan være til nytte for andre, både for helsesykepleiere og andre som jobber med eller har barn, og for videre forskning.

Jeg vil takke familie, venner, medstudenter og kollegaer for støtte underveis. En ekstra takk til min veileder Nina Olsvold for god støtte og faglige innspill underveis i prosessen, og for at du alltid har hjulpet meg til å se fremover. Til slutt vil jeg gi en stor takk til informantene, og deres foresatte, som har delt sine tanker og erfaringer. Uten dere hadde ikke denne oppgaven vært mulig.

Sammendrag

Masteroppgaven utforsker kosthold og matvaner hos barn med delt bosted. Bakgrunnen er at tidligere studier viser at denne gruppen med barn har økt risiko for overvekt og fedme. Jeg ønsket derfor å få mer kunnskap om kosthold og matvaner hos barn med delt bosted, og om foreldrenes brudd hadde ført til noen endringer med tanke på barnas kosthold.

Kunnskap om temaet er viktig for helsesykepleiere og andre fagpersoner som møter denne gruppen barn og deres foresatte. Det finnes flere studier som omhandler barns kosthold og matvaner, men det er få som har intervjuet barna om deres tanker og erfaringer.

Studien har et kvalitativt design med forskningsintervju som metode for datainnsamling. Det er gjennomført syv individuelle intervjuer og informantene er barn i barneskolealder. Funnene presenteres i tre ulike temaer: «Hverdagsmat», «Helgekosen» og «(Nesten) usynlige forskjeller». Videre blir funnene drøftet opp mot tidligere forskning på området. Oppsummert viser funnene at barna har et variert kosthold, bestående av både hjemmelaget mat og ferdigmat/halvfabrikata, og at tid påvirker deres kosthold og matvaner. Barna er opptatt av at det ikke er noen forskjeller i måltidsvanene i de to hjemmene, men gjennom intervjuene kommer det likevel frem noen ulikheter de opplever. Artikkelen følger retningslinjene for Nordisk Tidsskrift for Helseforskning.

I fordypningsoppgaven har jeg gjort metodisk fordypning. Her redegjør jeg for det spesielle med barn som informanter, bruken av forskningsintervju som metode og beskriver gjennomført analyseprosess.

Nøkkelord: kvalitativ metode, forskningsintervju, barn, skilsmisse, kosthold, matvaner

Abstract

“Food and meals in both homes”

This master’s thesis explores the diet and eating habits of children with shared residence. Previous studies have shown that this group of children have an increased risk of overweight and obesity. I therefor wanted to gain knowledge about the diet and eating habits of children with shared residence, and whether the parents’ break-up led to changes with regard to the children’s diet.

It is important that public health nurses and other professionals have knowledge of this subject in meeting with this group of children and parents. There are several studies on children’s diet and eating habits, but few have talked to the children about their thoughts and experiences on the subject.

The study has a qualitative design, and semi-structured interviews were used for collecting data. Seven individual interviews have been conducted with children of primary school age. The study findings are presented in three themes: “Everyday food”, “Cozy weekends” and “(Almost) invisible differences”. Furthermore, the findings are discussed against previous research. To summarize we can say that the children have a varied diet, consisting of homemade food and ready meals/semi-products, and that time is an influencing factor on their diet and eating habits. The children denied experiencing differences between the routines and eating habits in the two homes, but trough the interviews some differences emerged. The article follows the guidelines for “Nordisk Tidsskrift for Helseforskning”.

In the in-depth study, I give an account of the research method. Here I discuss the use of research interviews and in particular challenges related to interviewing children. I further describe the process of analysis in full.

Keywords: qualitative design, interview, children, divorce, diet, eating habits

Innholdsfortegnelse

Sammendrag	V
Abstract	VI
Del I: «Mat hos mamma og mat hos pappa»	2
Del II: Metodisk fordypning – intervju og analyse	21
1 Kvalitativ metode	22
2 Forskningsintervju	23
2.1 Forberedelser	23
2.1.1. Semi-strukturert intervju med intervjuguide.....	23
2.1.2 Utvalg og rekruttering	25
2.2 Gjennomføring	26
2.2.1 Intervjuene	26
2.2.2 Intervjuteknikk	28
2.3 Forskerrollen	29
2.3.1 Å forske i eget felt	29
2.3.2 Maktbalanse	30
2.4 Barn som informanter	31
2.5 Forskningsetiske overveielser	35
2.5.1 Prosjektgodkjenning.....	36
2.5.2 Personvern	36
3 Etterarbeid.....	38
3.1 Transkribering.....	38
4 Analyse	40
4.1 Kvalitativ analyse.....	40
4.2 SDI: Stegvis- deduktiv induktiv metode	41
4.2.1 Koding (med empiriær koding)	41
4.2.2 Gruppering av koder.....	42
4.2.3 Utvikling av temaer	43
5 Validitet og reliabilitet ved bruk av intervju.....	44

6	Avslutning.....	46
	Litteraturliste.....	47
	Vedlegg.....	49
	Vedlegg 1: Intervjuguide	49
	Vedlegg 2: Informasjonsskriv til foresatte (inkludert samtykkeskjema).....	52
	Vedlegg 3: Eksempel fra analyseprosessen.....	55

Del I: «Mat hos mamma og mat hos pappa»

Bearbeidet for innsendelse til Nordisk Tidsskrift for Helseforskning.

Antall ord: 4949

Mat hos mamma og mat hos pappa

En kvalitativ studie om kosthold og matvaner hos barn med delt bosted.

Sammendrag

Tidligere studier har funnet at barn med skilte foreldre har større risiko for overvekt (inkludert fedme) sammenlignet med barn med gifte foreldre. Hensikten med studien var å utforske kosthold og matvaner hos barn med delt bosted. Det er utført syv individuelle intervjuer av barn i alderen ni til tolv år, og datamaterialet er analysert i tråd med Tjoras stegvis-deduktiv induktive metode. Funnene viser at middagene i hverdagen ofte må være enkle og raske å lage, mens i helgene koser familiene seg med favorittmaten og selskap. Flere av barna er lei av å spise brødsiver til skolemat. Barna er opptatt av at det ikke er forskjeller i måltidsvanene mellom de to hjemmene, men noen forskjeller komme likevel frem. Generelt kan vi konkludere med at barna har et variert kosthold, bestående av hjemmelaget mat og ferdigmat/halvfabrikata, samt at tid påvirker familiens kosthold og matvaner.

Nøkkelord: barn, skilsmisse, kosthold, matvaner, hverdag

English summary: *“Food with mom and food with dad”*

Previous studies have found that children with divorced parents have a greater risk of overweight (including obesity) than children with married parents. The aim of this study was to explore the diet and eating habits of children with shared residence. Seven individual interviews were conducted with children aged nine to twelve. The data material was analyzed in line with Tjora’s “stepwise-deductive inductive method”. Findings show that the families’ “everyday food” generally had to be quick to prepare, while they in the weekend enjoyed their favorite food, often with guests. Several of the children disliked having bread for their packed lunch. Through the interviews it emerged that the children experienced some differences between the two homes. Generally, we can say that the children have a varied diet, consisting of homemade food and ready meals/semi-products, and that time is an influencing factor on their diet and eating habits.

Keywords: children, divorce, diet, eating habits, everyday life

Innledning

I 2017 opplevde omtrent 20 000 norske barn at foreldrene ble skilt eller separert (Bufetat, 2019). For et barn kan skilsmisse, separasjon eller et oppløst samboerskap føles som om hele familien skiller seg. Barn forteller at de opplever skilsmissen som stressende. De beskriver det som å leve i to verdener hvor det trygge og kjente blir erstattet av en usikker og uforutsigbar fremtid (Johnsen et al., 2019). Det er flere faktorer som kan være avgjørende for hvordan barnets liv blir etter skilsmissen, blant annet om foreldrene får nye partnere eller om de må flytte. Biehl et al. (2014) sier at også tid, ressurser og økonomi kan ha påvirkning på hvordan hverdagen blir i etterkant av en skilsmisse.

En skilsmisse bringer med seg en forandring i barnets liv og kan omtales som en «uheldig livshendelse». Forskning viser at barn som opplever uheldige livshendelser har økt risiko for å utvikle overvekt og fedme (Elsenburg et al., 2017). Det er gjennom flere studier funnet en økt risiko for overvekt og fedme blant barn med skilte foreldre sammenlignet med barn som har gifte foreldre (Arkes, 2012; Biehl et al., 2014; Elsenburg et al., 2017; Goisis et al., 2019; Hovengen et al., 2014; Yannakoulia et al., 2008). En større økning i KMI (kroppsmasseindeks) over tid er også vist seg hos barn med skilte foreldre sammenlignet med barn med gifte foreldre (Goisis et al., 2019). Barn dette gjelder bor vekselvis hos to foreldre, men det er videre funnet at også barn som bor med kun en forelder har økt risiko for overvekt sammenlignet med dem som bor med to foreldre (Duriancik & Goff, 2019; Schmeer, 2012). I studien til Schmeer (2012) kom det frem at i de tilfellene hvor mor fikk seg en ny partner ble risikoen for overvekt hos barnet mindre. Studiene viser at familiesammensetninger kan være en påvirkende faktor for barns risiko for overvekt og fedme.

Sammenhengen mellom foreldres skilsmisse og barns overvekt er funnet i den norske Barnevekststudien (Hovengen et al., 2014), som er den eneste landsdekkende undersøkelsen hvor utviklingen av overvekt og fedme følges i en bestemt aldersgruppe (3.klasse) over tid. Undersøkelsene fra 2010/12 viste samlet sett at det var 50 % større forekomst av overvekt (inkludert fedme), samt 80 % større forekomst av bukfedme (høy livvidde), blant barn av skilte foreldre sammenlignet med barn av gifte foreldre.

Vi vet at oppvekstforhold, psykologiske forhold og negative opplevelser kan ha en sammenheng med utviklingen av overvekt, og alt dette spiller inn når et barn er vitne til foreldrenes brudd (Helsedirektoratet, 2010a). Endringene som inntreffer ved en skilsmisse vil påvirke barnas hverdag, og vil kunne ha en effekt på familiens matvaner og kosthold. I arbeidet mot å forebygge overvekt og fedme anbefaler Verdens Helseorganisasjon (WHO) at oppmerksomheten rettes mot kosthold og fysisk aktivitet (Hovengen et al., 2016). Helsedirektoratet (2010b) mener det forebyggende arbeidet bør målrettes og styrkes i grupper der det er spesielt høy risiko for overvekt og fedme, slik som i familier der barn har to hjem.

Gitt sammenhengen mellom skilsmisse og risiko for overvekt, trenger vi kunnskap om hverdagslivet til barn med delt bosted knyttet til kosthold og matvaner.

Hensikt og problemstilling

Tidligere forskning har konsentrert seg om den statistiske sammenhengen mellom familieforstyrrelser og overvekt hos barn. Det er videre ønskelig med kunnskap om kosthold og matvaner hos barn med delt bosted. Hensikten med studien er derfor å utforske kosthold og matvaner hos barn med delt bosted ved hjelp av en kvalitativ tilnærming. Studiens problemstilling lyder som følger: *Hvilke kostholds- og matvaner har barn med delt bosted?*

Metode

Design

Vi planlegger å undersøke en valgt gruppes erfaringer, og kvalitativ metode anses her som godt egnet. Kvalitativ metode er hensiktsmessig når man ønsker å undersøke personers erfaringer og opplevelser, og se på de spesielle egenskapene ved et valgt fenomen (Johannessen et al., 2016). Studien baserer seg på å få frem barns hverdagerfaringer ved hjelp av individuelle intervjuer. Ved å ta utgangspunkt i informantenes hverdagerfaringer kan vi forstå sammenhenger som går utover informantene som individer (Tjora, 2017).

Utvalg

Studiens deltakere er barn med foreldre som ikke bor sammen. Inkluderingskriterier for studien bestod av i) alder 8-12 år, ii) delt bosted/to hjem, iii) samtykke fra begge foresatte.

Forespørsel om deltakelse i studien ble sendt ut til helsesykepleiere på ulike skoler i en kommune på Østlandet, der helsesykepleierne igjen tok kontakt med foresatte til aktuelle barn. Helsesykepleier sendte ut informasjonsskriv med samtykkeskjema til foresatte. Det ble også rekruttert deltakere gjennom bekjente. Foresatte samtykket skriftlig før intervjuene fant sted og barna samtykket muntlig ved oppstart av intervjuene. Det ble rekruttert åtte barn, men ett av disse barna ble ikke med i studien fordi hun gjentatte ganger var syk da intervjuet skulle gjennomføres. Syv barn i alderen ni til tolv år ble derfor inkludert, tre jenter og fire gutter. Det er to søskenpar blant deltakerne. Seks av barna bor tilnærmet 50/50 mellom mor og far, det syvende barnet bor mest hos mor, men har også tilbrakt mye tid hos far den siste tiden før intervjuene. Deltakerne er bosatt i to ulike kommuner på Østlandet.

Datainnsamling

Det ble gjort ett intervju per deltaker. En intervjuguide ble utformet i forkant og ble brukt som en veiledning gjennom intervjuene. Intervjuguiden bestod av noen åpne, større spørsmål, for eksempel: «Fortell om en vanlig dag hjemme hos pappa med fokus på mat og måltider», samt flere konkrete spørsmål som ble brukt for å få frem detaljer der barna ikke kom inn på. Ett eksempel er: «Hva spiser du til frokost hos mamma?». Fem av intervjuene ble gjennomført på barnas skoler og to hjemme hos deltakerne selv. Intervjuene ble utført våren 2020 og de varte mellom 20-40 minutter. Alle intervjuene ble tatt opp med lydopptaker og deretter transkribert.

Analyse av data

Intervjuene ble analysert i tråd med Tjoras (2017) stegvis-deduktiv induktiv metode (SDI). SDI ble ansett som hensiktsmessig da den gir et godt utgangspunkt for systematikk og framdrift, samtidig som man jobber tett på empirien. Analyseprosessen foregår i etapper fra rådata til teori og deretter sjekkes teorien mot empirien. Selv om SDI er lagt opp som en stegvis modell vil man kunne jobbe på ulike stadier samtidig (Tjora, 2017).

Tjora (2017) vektlegger viktigheten av at kodingen skal være empirinær slik at detaljene i materialet blir ivaretatt. Kodene skal ta utgangspunkt i data, ikke fortolkning. I arbeidet med å kode dataen er Tjoras (2017) kodetest for empiriske koder brukt for å bidra til å sikre en empirinær og induktiv tilnærming.

Det transkriberte materialet ble lest flere ganger for å fange nyanser i deltakernes oppfatninger. Intervjuene ble kodet i til sammen 219 koder, som videre ble til syv kodegrupper. Eksempel på analyseprosessen vises i tabell 1. Kodegruppene ble samlet og ble til slutt tre hovedtema/kategorier med undertema (tabell 2). Det ene hovedtemaet er ikke delt inn i mindre undertema da dette ikke ble ansett som hensiktsmessig ut fra kategoriens innhold.

Tabell 1: Eksempel på trinn i analysen fra rådata til tema/kategori

Intervju	Kode	Kodegruppe	Undertema	Hovedtema
Jeg vil ha middagsrester i matpakken. Jeg er ganske lei av brødskiver	Lei av brødskiver	Hva barna vil spise og ikke	Brødskivens tap	Måltidenes vinnere og tapere

Tabell 2: Hovedtemaer og undertemaer (kategorier)

Hovedtema	Undertema
Måltidenes vinnere og tapere	Hverdagsmat
	Brødskivens tap
Helgekosen	Middag med selskap
	Lørdagsgodt
(Nesten) usynlige forskjeller	

Funn

Gjennom samtalene kom det frem at alle barna var godt kjent med de ulike måltidene vi spiser i løpet av en dag og de forbandt bestemte retter med de ulike måltidene. Flesteparten uttrykte at det var spennende å snakke om mat og måltider. Samtidig syntes flere det var vanskelig å komme med eksempler på hva de spiste, og de måtte tenkte tilbake på måltidene fra den siste uken.

Måltidenes vinnere og tapere

Hverdagsmat

Flere av barna kommenterte at det i hverdagen lønnet seg at middagen var kjapp å lage. Begrunnelsen var at foreldrene jobbet lenge og kom sent hjem og/eller fordi barna selv hadde aktiviteter å rekke på ettermiddagen, slik Ola (10) fortalte: *En gang vi hadde skikkelig dårlig tid måtte mamma lage pølser.. en annen gang lagde hun makaroni.*

Ida (11) hadde den siste tiden begynt å hjelpe til med å lage middag slik at middagen ikke skulle bli så sen: *Vi spiser kanskje litt enkel mat.. som går kjapt å lage eller som jeg kan lage.. mamma kommer litt sent hjem fra jobb og da er det smart at maten er klar for da er alle sultne.*

Taco, pasta, pizza og fisk var noe alle barna nevnte som mat de vanligvis spiste til middag. Sushi og taco ble nevnt flest ganger som barnas favorittmiddag. Barna sa at de noen ganger fikk lov til å være med på å bestemme hva de skulle spise til middag. Espen (9) fremmet sine favorittmiddager ofte og fikk derfor ikke alltid gjennomslag.

Fisk var noe alle spiste til middag, men det var varierende hvor ofte. De fleste barna spiste fisk minst en gang i uken og det var en typisk «hverdagsmiddag». Tomas (10) fortalte hvordan fiskemiddagene kunne variere i innhold: *Også spiser vi.. mange ganger fisk. Sånne fiskepinner og laks (...) Også favorittmaten min – sushi.*

Brødsnivens tap

Alle barna oppga brød som en sentral matvare i deres kosthold. Barna spiste brød til både frokost, kveldsmat og i matpakken, og for alle barna var brød deltagende i minst ett måltid i

løpet av dagen. Likevel var det flere av barna som fortalte at de ikke ville spise brød i matpakken. Over halvparten av barna sa de var lei av brødmatt. I deres øyne tapte brødet for andre matvarer og spesielt restemiddag var ønsket i matpakken. Stine (9) fortalte at hun ikke lengre har med seg brød i matpakken: *Eller for et år siden fant vi ut at vi kan ikke ta med brødskiver. For jeg spiser det ikke. Så da tok vi fiskekaker eller kjøttpudding.*

Flere av barna fortalte at det hendte de kom hjem med store deler av matpakken, og årsakene til dette kunne være at de hadde for lite tid, ble distraherert under spisingen, at de ikke var sultne eller at de ikke hadde lyst på maten. Alle barna sa de av og til eller ofte var sultne når de kom hjem fra skolen. Noen av barna spiste gjerne noe lett etter skolen, for eksempel frukt, mens andre ventet til middagen var klar.

Helgekosen

Middag med selskap

På spørsmål om hva familien pleide å gjøre når de skulle «hygge seg ekstra» og når det skjedde, var det tydelig at barna forbandt de samme tingene med dette. Alle barna fortalte at de hygget seg ekstra i helgen og «koste seg» med god mat. De spiste ofte favorittmaten sin, der pizza, i tillegg til taco og sushi, ble trukket frem av flertallet. Barna fikk gjerne velge middag i helgene, slik Tomas (10) fortalte: *Jeg og storebror, når vi skal kose oss skikkelig.. da får vi velge middag.* Det samme gjaldt for Johan (9): *Hos pappa er det slik at hvis jeg vil ha pizza på fredager så kan vi ha det.*

Det å spise middag med selskap av tv-en var noe alle barna gjorde av og til eller ofte i helgene. Til vanlig spiste de måltidene på kjøkkenet eller i spisestuen, men i helgen var det unntak. Linn (12) fortalte at familien ofte spiste middag foran tv-en hvis de spiste noe man bare trengte en tallerken til, som for eksempel pizza. Det samme gjaldt for Stine (9) når hun var hos pappa: *Da har vi ofte pizza og da spiser vi ofte det nede på stua og ser på film som varer i to timer.*

Flere relaterte også det å «hygge seg ekstra» med å ha selskap og gjester, slik Ida (11) fortalte: *I helgene, bursdager eller noe. Vi kan spise ekstra lenge, ha noen hyggelige gjester eller noe.* Hos Ola (10) pleide pappa å grille burgere når han hadde besøk av venner.

Lørdagsgodt

Alle barna var glad i godteri og alle fortalte at de kun fikk lov til å spise godteri i helgen, og eventuelt ferier. Det var ulikt hvordan «helgen» ble definert; godteri kunne være tillatt en, to eller tre dager. Alle barna sa at de overholdt reglene om når det var tillatt med godteri. For Tomas (10) var det litt forskjell på om han var hos mamma eller pappa. Han bodde mesteparten av tiden hos mamma og der spiste de ikke så mye godteri: *Vi har ikke så mye godteri. Men hvis for eksempel.. Manchester United spiller kamper, da pleier vi gjerne å ta to skåler med godteri og potetgull og så sitter vi og ser og koser oss.* Han fortalte videre at det var litt annerledes hos pappa som han ikke så like ofte: *Hos pappa koser vi oss alltid med ett eller annet.. siden jeg får ikke møtt han så ofte. Så da pleier vi alltid å kose oss skikkelig når jeg er der.*

Espen (9) sa også at han overholdt reglene om når det var lov med godteri. Hos pappa var det lett tilgang til godteri, og det kom frem at han noen ganger spiste godteri uten lov: *Pappa har sånn derre svært skap med godteri så det er det ikke mangel på. Egentlig så sniker jeg til meg litt godteri.. Jeg har med tyggis på skolen noen ganger.*

(Nesten) usynlige forskjeller

Alle barna fortalte at de opplevde ingen eller små forskjeller mellom de to hjemmene, og de hadde opplevd små eller ingen endringer etter at foreldrene flyttet fra hverandre. Gjennom samtalene kom det likevel frem noen ulikheter og endringer som barna erfarte. Dette gjaldt blant annet regler i hjemmene. For Espen (9) handlet det om han måtte spise frokost eller ikke, da mamma sa at han var nødt til å spise frokost, mens hos pappa hendte det han ikke spiste frokost. Linn (12) opplevde pappa som strengere enn mamma når det kom til mat og regler: *Noen ganger får vi lørdagsgodteri på lørdager eller søndager og fredager, men hos pappa er det liksom alltid lørdager bare.*

Videre var flere av barna oppmerksomme på at den ene forelderen lagde mer hjemmelaget mat enn den andre. Ida (11) hadde, etter at foreldrene flyttet fra hverandre, merket seg mer ferdigretter hos mamma: *Mamma har begynt å kjøpe litt flere sånne pastaretter, som man bare setter i ovnen.*

Linn (12) opplevde også forskjell på maten: *For eksempel mamma liker å lage surdeigsbrød, bake og sånne ting.. og pappa er kanskje litt mer ... ferdigmat.. og noen ganger ikke ferdigmat. Det er ganske stor forskjell på at han har ferdigmat og ikke ferdigmat. [...]* Eller det er mye hjemmelagd hos pappa og, men det er i helgene.

I tillegg påpekte noen av barna at de opplevde den ene forelderen som mer hensynsfull enn den andre, med tanke på hva de hadde lyst til å spise. Linn (12) var det siste halvåret blitt vegetarianer og opplevde at mamma tok mer hensyn til kostholdet hennes og hadde flere tilgjengelige alternativer sammenlignet med pappa. For Espen (9 år) gjaldt dette hva han faktisk ville ha med seg i matpakken: *Mammaen min tar med sånn derre som jeg egentlig ikke vil ha.. pappa spør «hva vil du ha i matboksen i morgen?».*

Diskusjon

Studiens hensikt var å utforske kostholdet og matvanene til barn med delt bosted. Resultatet viser at barna har et variert kosthold, og de mener selv at de har opplevd få endringer etter foreldrenes brudd. Det er likevel noen elementer som trekkes frem, blant annet betydningen av «tid». Tid påvirker både innholdet og forberedelsene av måltidene. Barna bemerker at det er forskjell på hverdag og helg, da familien ofte må lage noe «enkelt» og/eller bruke ferdigmat i hverdagen. Dette kan for eksempel være pølser eller ferdigpasta, og det uttrykkes ingen direkte misnøye med det. Ett av barna har lært seg å lage noen middagsretter selv og bidrar slik med middagslagingen. Hverdagen til barnefamilier er ofte hektisk, både fordi begge foreldrene gjerne jobber lengre dager og fordi barna har aktiviteter på ettermiddagene. I «middagsstudien» til Bugge (2005) fortalte mødre at de måtte ty til lettere løsninger de dagene familien hadde mye program i hverdagen, mens de brukte mer tid på middagene i helgene. «Bekvemmelighet» blir trukket frem som en viktig faktor for voksne når de skal velge middag (Oellingrath et al., 2013). Med det menes det at maten er lett tilgjengelig og hurtig å lage. Tid er altså en faktor både voksne og barn mener har innflytelse på det som serveres. Til tross for den hektiske hverdagen forteller barna at de spiser middag sammen med familien hver dag, noe som har flere fordeler. Gillman et al. (2000) viser til at familiemiddager er assosiert med et sunnere kosthold, inkludert mer frukt og grønnsaker. I følge Bjørgen (2009) blir familiemiddag sett på som positivt av både voksne og barn. Det gir en sosial opplevelse og en god atmosfære.

Barna fikk spørsmål om de noen ganger hygger seg ekstra og hva de da gjør. Her trakk samtlige frem helgen og at de da «koser seg» med god mat. Barna forbinder «helg» med «kos», og det er ofte da favorittmiddagen kommer på bordet. Dette samstemmer med tidligere forskning som viser at voksne assosierer helg med «lørdagskos» og at barna får velge middag (Bugge, 2005). I følge Lübeck et al. (2016) forbinder barn «kos» med «omsorg», og disse begrepene omhandler ofte det samme. Barn bruker uttrykket «å kose seg» når de gjør noe hyggelig med familien, noe de gjerne gjør i helgene. I helgene har familien ofte mer tid til å forberede og lage mat, samt bedre tid til å spise sammen. Flere av barna forteller at de spiser middag foran TV-en i helgen, men aldri i hverdagen. Dette har vært vanlig praksis i norske hjem i årevis. Bugge (2005) fant tidlig på 2000-tallet at det å spise hverdagsmiddag foran TV-en ble ansett som upassende, men at det for mange var et viktig element i helgen. For familien kan det være sosialt å spise sammen foran tveen, og man deler gjerne en interesse for det som skjer på skjermen. Barna uttrykker at de liker denne måten å markere helgen på, og det oppleves som at de synes det er stas å bryte de faste rutinene fra hverdagene. Matvanene til barna er altså noe ulike i helg og hverdag, mye på grunn av at de i helgene har bedre tid. Familiene har gjerne litt «løsere rammer» i helgen.

Godteri er et annet element som barna forbinder med å hygge seg ekstra. Alle barna spiser godteri i helgen, men det varierer fra en til tre dager. Godterispising er styrt av regler bestemt av foreldrene som alle barna mener de forholder seg til og følger. Reglene regulerer barnas forhold til mat med å pålegge dem noen begrensinger på hva de har lov til å spise. Flere studier har vist at streng foreldrekontroll kan ha negativ effekt og føre til at barna spiser mer av maten de egentlig skal begrense inntaket av (Birch & Fisher, 2000; Brown & Ogden, 2004; Melbye et al., 2013). I tillegg sier Melbye et al. (2013) at barn som har mange regler og restriksjoner kan miste troen på at de selv kan velge de sunnere alternativene når de har lyst på dette. Vi kan derfor stille spørsmål til om mange regler gagnar i riktig retning. I denne studien har vi ikke informasjon om hvor strenge de enkelte foreldrene er i forvaltningen av disse reglene. Barna forteller at de følger reglene og spiser kun godteri i helgene. Gjennom samtalene kommer det likevel frem at noen har unntak eller bryter reglene innimellom. Ett av barna «koser seg alltid ekstra» med godteri og favorittmaten når han er hos far, som han ikke bor hos fast. At foreldre vil gjøre stas på barna, spesielt hvis det er en liten stund siden sist, er det nærliggende å tro at barn med delt bosted opplever. Dette

bekreftes også i rapporten til Lidén og Kitterød (2019), om barn med delt bosted. Her fikk noen av barna godteri av foreldrene når de kom hjem og det skal ha vært for å gjøre det hyggelig for barna. I denne studien er det derimot kun dette ene barnet som forteller å oppleve det, og det kan ha sammenheng med at de andre barna bor tilnærmet likt hos begge foreldrene, og dermed ser de dem begge oftere. Når det kommer til å bryte reglene er det bare ett barn som sier han tar godteri uten lov. Det er naturlig å tenke seg at det er flere barn som bryter godterireglene, men det kom ikke frem i løpet av samtalene.

Gjennom samtalene tydeliggjør barna sine kunnskaper om matvaner og kosthold, blant annet med å definere ulik mat som «kosemat» og «hverdagsmat». I tillegg til å ha kunnskap om emnet kan vi også si at barna har et kosthold i tråd med Helsedirektoratets (2016) anbefalinger. Barna spiser fire hovedmåltider til dagen og de spiser variert med innslag av kornprodukter, grønnsaker og fisk. Videre er det overraskende at alle barna har kjennskap til og bruker begreper som «ferdigmat» og «hjemmelaget mat». Barna uttrykker at maten foreldrene bruker lengre tid på å lage er sunnere og bedre. Tidligere har Bjørgen (2009) funnet at 5-åringer har god og relevant kunnskap om hva som er bra mat å spise, men mangler kunnskap om næringsstoffer og hvorfor vi bør spise sunn mat. Det er naturlig å tro at barn har denne kunnskapen fordi foreldrene har lagt noen føringer og regler når det kommer til mat og måltider. Hva foreldrene forteller og hvilke matvaner de selv har påvirker barna (Brown & Ogden, 2004; Scaglioni et al., 2008). Foreldrene bestemmer i stor grad hva barna faktisk spiser. Det er gjerne foreldrenes egne vaner og tradisjoner som gjør at barna får servert mat de egentlig ikke liker, for eksempel brødskiver.

Brødskiver ble et tema i samtalene. Brødskiver er noe alle barna har i kostholdet sitt, men over halvparten forteller at de er lei brødskiver og ønsker annen mat med seg på skolen. Det å ha med seg brødskiver i matpakken er veldig tradisjonelt, men det er i dag et omdiskutert tema om barn skal fortsette å ha med matpakke eller få lunsj servert på skolen. Å få servert et sunt, gratis skolemåltid er funnet å være assosiert med et høyere ukentlig inntak av grønnsaker (Vik et al., 2020). I tillegg vil det utjevne sosiale forskjeller da vi vet at det er noen barn som ikke har med mat på skolen (KirkensBymisjon, 2019). Barna i denne studien hadde alle med seg mat på skolen, men de forteller at de av og til eller ofte ikke spiser matpakken sin. En av årsakene er at de ikke har lyst på matpakken. Å droppe å spise gjennom en hel

skoledag vil kunne ha en negativ påvirkning på barnet, da jevn tilførsel av mat og drikke er viktig for et stabilt blodsukker og konsentrasjonen (Helsedirektoratet, 2015). Tidligere studier har antydnet at det å hoppe over et måltid er assosiert med overvekt hos barn (Grydeland et al., 2012; Stea et al., 2015). Oellingrath og Svendsen (2017) viser til viktigheten av at barn, helt fra tidlig barneår, får gode kostholds- og matvaner. Dette er fordi vanene vi tillegger oss i barneårene vil ha påvirkning på kostholdet i tenårene og videre i voksenlivet. Dårlige vaner med å av og til droppe å spise matpakken tidlig i barneårene kan utvikler seg til å hoppe over måltidet helt når de blir eldre. Studier har funnet at eldre barn (7./8.klasse) oftere dropper et måltid sammenlignet med yngre barn (4.klasse) (Hansen et al., 2015; Stea et al., 2015). Selv om barna viser generelt gode kostholdsvaner er det tankevekkende at flere av dem ikke har lyst på og/eller ikke spiser opp matpakken sin.

Barna mente det var noe ulikt om foreldre tok hensyn til hva de hadde lyst på eller ikke, og det ble nevnt som en forskjell på maten hos mamma og pappa. En annen forskjell som ble nevnt var varierende regler. Blant annet var det ett barn som måtte spise frokost hos mamma, men ikke alltid hos pappa. En tredje forskjell som kom frem var ulikheter på middagene, der foreldrene laget hjemmelaget mat i variert grad. Ett barn fortalte om en endring i at moren nå laget mer ferdigmat enn tidligere. På tross av disse forskjellene svarte de fleste barna raskt «nei» på spørsmål om de erfarer ulikheter og endringer mellom hjemmene. Barna gav uttrykk for dette var noe de ikke tenkte så mye over. De oppleves lojale mot foreldrene sine, og de ønsker gjerne ikke å fortelle hvis noe er bedre hos den ene forelderen eller hvis det er noe som er endret. Johnsen et al. (2019) fant i sin studie, om skilsmissebarn, at barna slet med lojalitet til begge foreldrene og at barna på mange områder satte foreldrenes behov foran sine egne. Barna ønsker ikke å såre den ene forelderen og er opptatte av at foreldrene også har det bra. Dette kan være årsaken til at de svarer «nei» på spørsmål om de opplever ulikheter eller har opplevd endringer i hjemmene. Når barn gjennomgår en skilsmisse skjer det mer en «bare» en splittelse mellom foreldrene, som nevnt kommer det ofte med flere endringer, og barna må jobbe seg gjennom endringene (Flowerdew & Neale, 2003). Det er flere faktorer som kan spille inn på barnas nye liv og påvirke hverdagen deres. I forhold til kosthold og matvaner kan antall voksne i husholdningen og familiens økonomi påvirke stort. Dette kan affisere tiden familien har på å lage og forberede maten, hvilken mat som blir servert og generelle rutiner i familien. I

familier hvor faste rutiner blir opprettholdt etter foreldrenes brudd, er barna i mindre risiko for overvekt. Det er funnet at gifte foreldre har flere rutiner enn skilte foreldre (Mauskopf et al., 2015), men dette kan også være i sammenheng med at når en familie går gjennom et brudd kan noen rutiner bli satt på pause eller forsvinne helt. På samme måte kan familiene skape nye rutiner. En årsak til at barna mener de ikke opplever forskjeller eller endringer kan være at har tilpasset seg de nye rutinene, eller at familien har opprettholdt mange av rutinene de hadde fra tidligere. Barna kan også ha opplevd ulikheter mellom foreldrene da de fortsatt bodde sammen, for eksempel med at den ene lagde mer hjemmelaget mat enn den andre. Det kan være flere grunner til at barna svarer tydelig «nei» på forskjeller og endringer i de to hjemmene. Funnene viser likevel at det er noen forskjeller og endringer. Disse endringene og ulikhetene er ikke nødvendigvis negative, og det er viktig å få frem at det også kan være positivt. I følge Fransson et al. (2015) er det noen faktorer som spiller en større rolle enn det at barna har delt bosted. Dette gjelder foreldrenes evne til samarbeid og å håndtere konflikter, samt deres bevissthet ovenfor barna. For barna er det viktigste at de opplever støtte og omsorg hjemme, og at de kan få veiledning fra voksne når de opplever endringer i livet (Johnsen et al., 2019).

Studiens styrker og svakheter

Studiens styrke er at det er barna selv som blir intervjuet. Deres egne tanker og refleksjoner kommer frem og danner grunnlaget for videre diskusjon. Barna oppleves som modne nok til å forstå egen situasjon, og flere av dem husket dagen foreldrene fortalte dem at de skulle flytte fra hverandre. Dette fortalte barna om på eget initiativ, noe som viser at det har gjort inntrykk på dem. Barna kan skille mellom tiden før og etter bruddet, og dette styrker studien ved at barna kan tidfeste endringer som kom etter bruddet. Det er imidlertid mange utfordringer ved å intervju barn, og det er en risiko for at ikke alle nyanser i intervjuene ble fanget opp og fulgt videre. Barna viste også kunnskaper om kostholdsnormer, og det er muligheter for at de i noen situasjoner vet hvilke svar som anses som «riktig» og svarer deretter. Et par av intervjuene måtte også avsluttes raskere enn planlagt, da det var vanskelig å holde på de yngste barnas konsentrasjon. Det er ikke tatt høyde for antall voksne i husholdningen eller hvor lang tid det er siden bruddet.

Barna i studien kommer fra omtrent samme geografiske område og de kan alle anses å tilhøre den norske middelklassen, da de bor i områder som tilhører middelklassen og overklassen. Alle barna er etnisk norske. Barna er derfor ikke representative for hele befolkningen i den valgte aldersgruppen. På tross av dette er det stor sannsynlighet for å tro at de, og deres familier, representerer en stor del av befolkningen og at resultatet er overførbare til andre familier.

Konklusjon

Gjennom samtaler med barna fikk vi kjennskap til deres favorittmat, regler de forholder seg til omkring godterispising, og at de selv mener de opplever ingen eller få forskjeller mellom de to hjemmene.

Barna oppleves lojale mot foreldrene, og de vil ikke at det skal være noen forskjeller mellom mamma og pappa. Kostholdet barna forteller om er overraskende likt, og de har mange av de samme favorittene og rutinene. I hverdagen må middagene ofte være enkle og raske å lage, da familiene har begrenset med tid på ettermiddagen. «Tid» er derfor en sentral faktor i kostholdet til barna. Barna forteller også at brødmatt har en stor plass i deres kosthold, men at over halvparten av dem er lei av brødsriver i matpakken. Flere av barna oppgir å ikke alltid spise opp matpakken, blant annet fordi de ikke har lyst på maten. Dette er interessant med tanke på debatten om skolemat. Å få servert lunsj på skolen vil ha mange fordeler for barna og deres familier.

Funnene i studien bidrar til en dypere forståelse av barnas hverdagsliv og gir kunnskap om hvordan barn med delt bosted opplever sitt og familiens kosthold. Kunnskapen anses som viktig for fagpersoner i møte med barn og foresatte, og i videre forskning på området. «Barn med delt bosted» utgjør en stor gruppe, og med tanke på deres økte risiko for overvekt og fedme, er det nødvendig med mer forskning på barns matvaner etter skilsmisse. I videre forskning bør det inkluderes et større antall deltakere som representerer mangfoldet i samfunnet. Det vil også være interessant å inkludere foresattes, i tillegg til barnas, opplevelser og erfaringer på temaet for å få bredere innsikt i familienes kosthold og matvaner.

Litteratur

- Arkes, J. (2012). Longitudinal Association Between Marital Disruption and Child BMI and Obesity. *Obesity (Silver Spring, Md.)*, 20(8), 1696-1702.
<https://doi.org/10.1038/oby.2012.84>
- Biehl, A., Hovengen, R., Grøholt, E.-K., Hjelvesæth, J., Strand, B. H. & Meyer, H. E. (2014). Parental marital status and childhood overweight and obesity in Norway: a nationally representative cross-sectional study. *BMJ Open*, 4(6), e004502-e004502.
<https://doi.org/10.1136/bmjopen-2013-004502>
- Birch, L. L. & Fisher, J. O. (2000). Mothers' child-feeding practices influence daughters' eating and weight. *Am J Clin Nutr*, 71(5), 1054-1061.
<https://doi.org/10.1093/ajcn/71.5.1054>
- Bjørngen, K. (2009). 5 åringer om mat, måltid og medvirkning. *Norsk pedagogisk tidsskrift*, 93(1), 4-15. <https://doi.org/https://doi.org/10.18261/ISSN1504-2987-2009-01-02>
- Brown, R. & Ogden, J. (2004). Children's eating attitudes and behaviour: a study of the modelling and control theories of parental influence. *Health Educ Res*, 19(3), 261-271. <https://doi.org/10.1093/her/cyg040>
- Bufetat. (2019). *Statistikk og analyse: Barn og samlivsbrudd*. Hentet 27.mai 2021 fra https://www.bufdir.no/Statistikk_og_analyse/Oppvekst/Familie_omsorg_og_relasjoner/Barn_og_samlivsbrudd/
- Bugge, A. B. (2005). *Middag: en sosiologisk analyse av den norske middagspraksis*. [Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, Fakultet for samfunnsvitenskap og teknologiledelse, Institutt for sosiologi og statsvitenskap]. Trondheim.
<http://hdl.handle.net/11250/264985>
- Duriancik, D. M. & Goff, C. R. (2019). Children of single-parent households are at a higher risk of obesity: A systematic review. *J Child Health Care*, 23(3), 358-369.
<https://doi.org/10.1177/1367493519852463>
- Elsenburg, L., van Wijk, K. J. E., Liefbroer, A. C. & Smidt, N. (2017). Accumulation of adverse childhood events and overweight in children: A systematic review and meta-analysis. *Obesity (Silver Spring)*, 25(5), 820-832. <https://doi.org/10.1002/oby.21797>

- Flowerdew, J. & Neale, B. (2003). Trying to Stay Apace: Children with Multiple Challenges in Their Post-Divorce Family Lives. *Childhood*, 10(2), 147-161.
<https://doi.org/10.1177/0907568203010002003>
- Fransson, E., Bergström, M. & Hjern, A. (2015). *Bärn i växelvis boende - en forskningsöversikt*. CHES.
https://www.chess.su.se/polopoly_fs/1.261599.1450340833!/menu/standard/file/Barn%20i%20va%CC%88xelvis%20boende%20-%20en%20forskningso%CC%88versikt.pdf
- Gillman, M. W., Rifas-Shiman, S. L., Frazier, A. L., Rockett, H. R., Camargo, C. A., Jr., Field, A. E., Berkey, C. S. & Colditz, G. A. (2000). Family dinner and diet quality among older children and adolescents. *Arch Fam Med*, 9(3), 235-240.
<https://doi.org/10.1001/archfami.9.3.235>
- Goisis, A., Özcan, B. & Van Kerm, P. (2019). Do Children Carry the Weight of Divorce? *Demography*, 56(3), 785-811. <https://doi.org/10.1007/s13524-019-00784-4>
- Grydeland, M., Bergh, I. H., Bjelland, M., Lien, N., Andersen, L. F., Ommundsen, Y., Klepp, K.-I. & Anderssen, S. A. (2012). Correlates of weight status among Norwegian 11-year-olds: The HEIA study. *BMC public health*, 12(1), 1053-1053.
<https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-1053>
- Hansen, L. B., Myhre, J. B., Johansen, A. M. W., Paulsen, M. M. & Andersen, L. F. (2015). *UNGKOST 3: Landsomfattende kostholdsundersøkelse blant elever i 4. og 8. klasse i Norge*. Universitetet i Oslo, Folkehelseinstituttet, Helsedirektoratet & Mattilsynet.
<https://www.fhi.no/studier/nasjonale-kostholdsundersokelser/kosthold-blant-9--og-13-aringer-i-norge/>
- Helsedirektoratet. (2010a). *Nasjonal faglige retningslinjer for primærhelsetjenesten. Forebygging, utredning og behandling av overvekt og fedme hos voksne (IS-1735)*.
<https://www.helsedirektoratet.no/>
- Helsedirektoratet. (2010b). *Nasjonale faglige retningslinjer for primærhelsetjenesten. Forebygging og behandling av overvekt og fedme hos barn og unge (IS-1734)*.
<https://www.helsedirektoratet.no/>
- Helsedirektoratet. (2015). *Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i skolen. Del 1: Barneskole og skolefritidsordning*. <https://www.helsedirektoratet.no/>

- Helsedirektoratet. (2016, 24. oktober). *Kostrådene og næringsstoffer: Kostrådene*.
<https://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/kostradene-og-naeringsstoffer/kostrad-for-befolkningen>
- Hovengen, R., Biehl, A. & Glavin, K. (2014). *Barns vekst i Norge 2008-2010-2012. Høyde, vekt og livvidde blant 3. klassinger*. Folkehelseinstituttet.
<https://www.fhi.no/publ/2014/barns-vekst-i-norge-2008-2010-2012/>
- Hovengen, R., Bøhler, L. & Biehl, A. (2016). Utvikling av overvekt og fedme hos barn og unge. I *Barn, miljø og helse: Risiko- og helsefremmende faktorer* (s. 51-58). Folkehelseinstituttet. <https://www.fhi.no/publ/2016/barn-miljo-og-helse/>
- Johannessen, A., Christoffersen, L. & Tufte, P. A. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (5. utg.). Abstrakt.
- Johnsen, I., Hallström, I. & Litland, A. S. (2019). Barn med delt bosted: som å leve i to verdener. *Sykepleien*, 107 (76227). <https://doi.org/https://doi.org/10.4220/Sykepleiens.2019.76227>
- Kirkens Bymisjon. (2019). *Snakk om fattigdom. En rapport om barn som vokser opp i fattige familier*. Kirkens Bymisjon & Respons analyse.
<https://kommunikasjon.ntb.no/data/attachments/00634/ddc295c8-10a7-4a88-a53d-60577110c907.pdf>
- Lidén, H. & Kitterød, R. H. (2019). *Delt bosted: Barns perspektiver og utfyllende kunnskap*. Institutt for samfunnsforskning. <http://hdl.handle.net/11250/2580824>
- Lübeck, S. B., Haldar, M. & Wærdahl, R. (2016). Bamsens fortellinger om familielivet – hvordan familieidealer reproduseres gjennom skole-hjem-kommunikasjon. *Barn*, 34(1), 41-55. <https://doi.org/https://doi.org/10.5324/barn.v34i1.3694>
- Mauskopf, S. S., O'Leary, A. K., Banihashemi, A., Weiner, M. & Cookston, J. T. (2015). Divorce and eating behaviors: a 5-day within-subject study of preadolescent obesity risk. *Child Obes*, 11(2), 122-129. <https://doi.org/10.1089/chi.2014.0053>
- Melbye, E. L., Øgaard, T. & Øverby, N. C. (2013). Associations between parental feeding practices and child vegetable consumption. Mediation by child cognitions? *Appetite*, 69, 23-30. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2013.05.005>
- Oellingrath, I. M., Hersleth, M. & Svendsen, M. V. (2013). Association between parental motives for food choice and eating patterns of 12- to 13-year-old Norwegian

- children. *Public Health Nutrition*, 16(11), 2023-2031.
<https://doi.org/10.1017/S1368980012004430>
- Oellingrath, I. M. & Svendsen, M. V. (2017). BMI-specific associations between health-related behaviours and overweight – a longitudinal study among Norwegian adolescents. *Public Health Nutrition*, 20(3), 481-491.
<https://doi.org/10.1017/S1368980016002536>
- Scaglioni, S., Salvioni, M. & Galimberti, C. (2008). Influence of parental attitudes in the development of children eating behaviour. *British Journal of Nutrition*, 99 (1), 22-25.
<https://doi.org/10.1017/s0007114508892471>
- Schmeer, K. K. (2012). Family structure and obesity in early childhood. *Social Science Research*, 41(4), 820-832. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2012.01.007>
- Stea, T. H., Vik, F. N., Bere, E., Svendsen, M. V. & Oellingrath, I. M. (2015). Meal pattern among Norwegian primary-school children and longitudinal associations between meal skipping and weight status. *Public Health Nutrition*, 18(2), 286-291.
<https://doi.org/10.1017/S136898001400010X>
- Tjora, A. H. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3. utg.). Gyldendal akademisk.
- Vik, F. N., Heslien, K. E. P., Van Lippevelde, W. & Øverby, N. C. (2020). Effect of a free healthy school meal on fruit, vegetables and unhealthy snacks intake in Norwegian 10- to 12-year-old children. *BMC public health*, 20(1), 1369-1369.
<https://doi.org/10.1186/s12889-020-09470-2>
- Yannakoulia, M., Papanikolaou, K., Hatzopoulou, I., Efstathiou, E., Papoutsakis, C. & Dedoussis, G. V. (2008). Association between family divorce and children's BMI and meal patterns: the GENDAI Study. *Obesity (Silver Spring)*, 16(6), 1382-1387.
<https://doi.org/10.1038/oby.2008.70>

Del II: Metodisk fordypning – intervju og analyse

Antall ord: 8085

I denne fordypningsoppgaven er fokuset på metode og jeg vil utdype den metodologiske tilnærmingen som ligger til grunn for studien og dens resultater. Artikkelen inneholder kun en kort beskrivelse av metoden og jeg vil derfor gå mer inn på detaljer om metodens teori og prosess i denne delen. Jeg har her valgt å presentere min bruk av forskningsintervju, analyseprosessen og det spesielle med barn som informanter.

1 Kvalitativ metode

I kvalitativ forskning søkes det kunnskap om erfaringer, holdninger, oppfatninger, tanker og meninger. Forskeren går inn i forskningen med en nysgjerrighet på hvordan andres liv formes, og hvordan sosial orden kommer til. I stede for å anta at noe kan forklares ut fra noen bestemte faktorer, ønsker man å utforske sosiale fenomener. Forskeren kommer ofte tett på den/dem det «forskes på», og man får kunnskap om hvordan folk forstår sin egen tilværelse i sammenheng med de relasjonene de lever i (Tjora, 2017).

Kvalitative metoder bygger på teorier om fortolkning, hermeneutikk, og menneskelig erfaring og meningsdannelse, fenomenologi. Den kvalitative forskningen kan være basert på materialet fra intervjuer, observasjoner eller skriftlige kilder (Malterud, 2002).

Gjennom min studie ønsket jeg å få mer kunnskap om kosthold og matvaner hos barn med delt bosted. Problemstillingen vektla barnas egne opplevelser, og det var barnas tanker og erfaringer jeg ønsket informasjon om. Kvalitativt forskningsintervju var derfor å anse som et hensiktsmessig metodevalg for å få svar på studiens problemstilling.

2 Forskningsintervju

Forskningsintervjuet skiller seg fra en vanlig samtale med at det gjennomføres med bakgrunn i forskningsspørsmålet. Det er også målrettet, avgrenset og følger bestemte regler (Kvale & Brinkmann, 2015). Gjennom forskningsintervju er det mulig å få detaljerte innsikter i et valgt tema. Meningen med intervjuet er å få frem informantens meninger, erfaringer og opplevelser (Eide & Winger, 2003).

Det finnes ulike typer forskningsintervjuer, blant annet semi-strukturerte intervjuer, dybdeintervjuer og fokusgruppeintervjuer. Et intervju kan foregå individuelt eller i gruppe (Tjora, 2017). Bruk av forskningsintervju kan foregå som en metode alene, eller som et supplement til annen type datainnsamling.

I min studie har jeg valgt individuelle semi-strukturerte intervjuer. Ved bruk av individuelle intervjuer fikk jeg barna på tomannshånd uten påvirkning fra andre og de fikk plass til å fortelle det de ønsket. Ettersom jeg gjennomførte intervjuene selv fikk jeg en aktiv og deltakende rolle i prosessen, og jeg fikk et eierskap til datamaterialet.

Videre i fordypningsoppgaven vil jeg beskrive hvordan jeg har jobbet meg frem til resultatene gjennom de ulike fasene i forskningsprosessen.

2.1 Forberedelser

2.1.1. Semi-strukturert intervju med intervjuguide

Semi-strukturerte intervjuer er delvis åpne og innebærer noen føringer og fastsatte spørsmål. I intervjuet tillattes informanten å komme med digresjoner som kan føre til at man kommer inn på temaer som kanskje ikke var tenkt ut av intervjueren på forhånd (Tjora, 2017).

Ved bruk av semi-strukturerte intervjuer er det vanlig å benytte en intervjuguide. En intervjuguide er et hjelpemiddel for intervjueren og inneholder sentrale spørsmål for studien

(Dalen, 2013). Intervjuguiden gir samme utgangspunkt i hvert intervju, noe som fører til at det innsamlede materialet i større grad er sammenlignbart, da informantene har svart ut fra de samme hovedspørsmålene (Thagaard, 2018).

En god måte å strukturere intervjuet på kan være å starte med åpne spørsmål og komme med de mer presise etter hvert. Min intervjuguide bestod av syv hovedspørsmål med utdypende oppfølgingsspørsmål under hvert tema. Hovedspørsmålene var varierte, der noen var helt åpne, og andre mer lukkede med oppfølgingsspørsmål som fulgte ut fra om barnet svarte ja eller nei. Ett eksempel på et hovedspørsmål er: «Fortell om en vanlig dag hjemme hos mamma, med fokus på mat og måltider». Oppfølgingsspørsmålene var mer konkrete og detaljstyrt, og de ble brukt i varierende grad da det var stor variasjon i hvor fritt barna fortalte om temaet.

I intervjusettingen bør man unngå for mange «hvorfor-spørsmål», da det kan gjøre at informanten føler hen må forklare og argumentere (Thagaard, 2018). Det er viktig å ha noe kjennskap til hvem man intervjuer, og hvilket kunnskapsnivå vedkommende har. I mine intervjuer var det viktig at barna følte at de mestret intervjuet og forstod teamet vi snakket om. Ved behov kan man endre ordlyden på spørsmålene i løpet av intervjuene, slik at informanten forstår spørsmålet som stilles.

Intervjueren bør være åpen for justeringer på intervjuguiden underveis i prosessen. Dette kan blant annet være aktuelt hvis de fremkommer nye sider ved temaet som ikke var tiltenkt på forhånd (Kvale & Brinkmann, 2015). I denne studien ble det gjort noen småjusteringer etter de første intervjuene, blant annet fikk temaet «godteri og snacks» en større plass, da det ble tydelig at barna hadde mer å fortelle om dette enn først tiltenkt.

Til slutt i hvert av intervjuene ble barna spurt om de ville legge til noe mer, for eksempel noe vi ikke hadde snakket om som de tenkte var viktig.

Vedlegg 1: Intervjuguide

2.1.2 Utvalg og rekruttering

Det er i denne studien gjort et «strategisk utvalg» av informanter, som vil si at informantene ikke er tilfeldig utplukket for å representere en befolkning, men er plukket ut fra en bestemt målgruppe (Johannessen et al., 2016; Tjora, 2017). Erfaringene vi søker er individuelle for den enkelte informant, men de er også beslektet som gruppe (Jansen & Andenæs, 2019). Inkluderingskriteriene for studien var: i) alder 8-12 år, ii) delt bosted/to hjem, iii) samtykke fra begge foresatte. Alderen ble valgt fordi det var ønskelig å snakke med barn i barneskolealder.

I arbeidet med å rekruttere informanter ble det sendt ut informasjon til helsesykepleiere og rektorer/inspektører i en stor kommune på Østlandet, men dette førte ikke til vellykket rekruttering. Jeg tok derfor kontakt med helsesykepleiere jeg kjente (via epost/telefon), som videre tok kontakt med aktuelle foresatte og sendte dem informasjonsskriv. På denne måten ble flere informanter rekruttert. I tillegg ble to informanter rekruttert via et bekjentskap. Rekrutteringen tok noe tid, først fordi det var vanskelig å nå ut til skolene, deretter fordi skolene stengte ned når informantene først var rekruttert. Alle intervjuene er gjennomført våren 2020.

Det ble totalt rekruttert åtte informanter; fire jenter og fire gutter. Av disse var det ett barn som gjentatte ganger var syk da intervjuet skulle gjennomføres og hun ble følgelig ikke med i studien. Det er derfor totalt syv informanter i alderen 9 til 12 år, tilhørende to kommuner på Østlandet, og det er to søskenpar blant informantene. Seks av barna bor tilnærmet 50/50. Det syvende barnet bor mest hos mor, men hadde i tiden før intervjuene tilbrakt mye tid også hos far, da dette var noe hjemmeskole gav muligheter for.

Hvor mange intervjuer som er nødvendig i en masteroppgave er det ingen øvre eller nedre grense for. I mindre prosjekter er det vanlig med et utvalg på 10-15 informanter, men med begrenset tid og økonomi, som i studentprosjekter, må man gjerne begrense seg til færre informanter (Johannessen et al., 2016). Gjennom samtale med min veileder kom vi frem til at 6-8 deltakere var nok for en masteroppgave av denne størrelsen. Dette visste seg også å stemme når jeg etter hvert gjennomførte intervjuene og flere av informantene fortalte rikt.

2.2 Gjennomføring

2.2.1 Intervjuene

Intervjuene fant sted i april og mai 2020. Det er vanlig å gjennomføre intervjuene på steder der informanten føler seg trygg, samtidig som det er uforstyrret (Tjora, 2017). For de informantene som var rekruttert gjennom skolens helsesykepleier ble tid og sted avtalt med helsesykepleieren. Dette var klarert med foresatte. Intervjuene ble gjennomført på helsesykepleiers kontor eller samtalerom i skoletiden. Barna var kjent med helsesykepleiers kontor og det ble dersom ansett som en fin setting for intervjuene. Intervjuene med de to siste barna, som ble rekruttert gjennom bekjentskap, ble etter avtale med foresatte gjennomført hjemme hos deltakerne.

Det ble brukt lydopptaker til å ta opp intervjuene. Lydopptakeren ble vist og forklart til samtlige deltakere. Alle deltakerne samtykket til bruk av lydopptaker under intervjuene. Ved bruk av lydopptaker var det lettere for meg å konsentrere meg om spørsmålene og lytte til svarene. Lydopptakeren gjør at man er friere i samtalen, samtidig som det er en trygghet i at alt datamaterialet blir fanget opp (Tjora, 2017). I forkant av intervjuene testet jeg lydopptakeren slik at jeg var sikker i bruken av den. Under alle intervjuene hadde jeg også penn og papir tilgjengelig. Her noterte jeg ned eventuelle tanker underveis eller observasjoner jeg gjorde.

Før oppstart av hvert intervju gikk jeg gjennom studiens hensikt. Alle ble fortalt at det var frivillig å delta, og de samtykket muntlig før vi startet. Skriftlig samtykke av foresatte var innhentet på forhånd. Alle deltakerne fikk informasjon om at de kunne trekke seg underveis hvis de ønsket, de fikk også informasjon om personvern og at det publiserte materialet skulle være anonymisert.

Jeg startet selve intervjuene med å spørre barna om de kunne fortelle litt om seg selv, familien og interesser, og jeg fortalte litt om meg selv. Grunnen til at jeg valgte å prioritere dette var for å bli litt kjent, slik at det skulle føles tryggere for barna å gjennomføre intervjuene. Ved å snakke litt «rundt grøten» før man setter i gang med intervjuet kan

informanten få litt tid til å bli fortrolig med situasjonen før intervjuet settes ordentlig i gang (Tjora, 2017). I tillegg til å spørre om barnas interesser ble de også spurt om å fortelle litt om familien. Dette var for å fange opp hvem de bodde sammen med, om foreldrene hadde nye partnere og hvordan tiden de var hos den enkelte var fordelt. Det ble sett på som en fordel å ha med dette i starten av intervjuene, da barna ofte gikk over til å bruke navn på personer gjennom intervjuene, for eksempel søsken eller kjærester til foreldrene, og det var da lettere for meg som intervjuer å henge med og forstå hvem de mente. Dette var dog ikke en del av studien, og det er ikke tatt hensyn til om foreldrene har nye partnere, hvor mange voksne barna bor sammen med eller hvor lenge det er siden bruddet.

Hvert enkelt intervju hadde en varighet på 20 til 40 minutter. Det var varierende hvor mye barna fortalte om seg selv før vi satte i gang med intervju spørsmålene, noe som også gav utslag på tiden. I tillegg var det et par av barna som ble ukonsentrerte, blant annet fordi det var friminutt og de ville ut og leke. Jeg oppdaget tidlig at det derfor ikke var hensiktsmessig med lange intervjuer, og prøvde å forholde meg til planlagt tid på 30 minutter.

Tilbakemeldingen fra deltakerne var positiv. Alle ble på slutten av intervjuet spurt hvordan de syntes det hadde vært, og det kom da svar som «greit» og «gøy», noen mer entusiastiske da de likte å fortelle om eget hverdagsliv.

Til intervjuene som ble gjennomført på skolen satte jeg frem tegnesaker i tilfelle noen av barna ønsket å tegne underveis. Dette var det kun ett barn som benyttet. Et annet barn spiste matpakke under intervjuet, siden det ble gjennomført i spisepausen. Dette gav en fin anledning til å snakke om matpakken. Av de to intervjuene som ble gjennomført hjemme hos barna var det ett barn som ønsket å ha mor til stede under intervjuet. Det er mulig det kan ha hatt påvirkning på barnet at mor var til stede, og svarene ville kanskje vært annerledes hvis hun ikke hadde vært der. Barnet fortalte fritt ut fra intervjuguiden, men svarte ofte korte svar og det opplevdes som han ønsket å bli fort ferdig. Jeg opplevde intervjusituasjonen som bedre i de intervjuene som ble gjennomført på skolen i skoletiden.

2.2.2 Intervjuteknikk

Det er informantens historie som står i sentrum i et intervju (Eide & Winger, 2003). Intervjueren bør ha en åpen tilnærming til de aktuelle temaene, og egne meninger og synspunkter bør legges vekk før intervjuet. Informantens opplevelser bør møtes med utdypende og oppfølgende spørsmål (Drageset & Ellingsen, 2010). Det er intervjueren som er ansvarlig for å holde flyt i intervjuet, og informantene forventer gjerne å få konkrete spørsmål som de kan svare på. Informantene kan også ha forventninger til intervjuer og dens forståelse av det informanten forteller. En ting er at intervjueren er interessert i det aktuelle temaet, men informanten kan også forvente at samme alder, kjønn eller livssituasjon hos intervjuer vil gjøre at en forstår enkelte erfaringer og synspunkter. I slike tilfeller er det viktig at intervjuer avklarer sin rolle og posisjon, og stiller oppfølgings spørsmål der informant tar det for gitt at intervjuer forstår (Tjora, 2017). Dette er nødvendig for å forsikre seg om at informantens mening kommer riktig frem.

I intervjusettingen er det viktig at intervjuer er bevisst eget kroppsspråk, mimikk, blikk og non-verbale kommunikasjon (Dalen, 2013). Spørsmålene intervjueren stiller er viktige, men det er også nødvendig å gi rom for pauser, lytte og reflektere over spørsmålene. Intervjueren bør kunne mestre sosiale relasjoner og på den måten tolke det som skjer i intervjuet (Thagaard, 2018).

En utfordring i intervjusammenheng kan være taushet, for eksempel hvis informanten blir stille etter et spørsmål er stilt. Taushet kan være et tegn på at informanten trenger tid på å finne svaret, eller det kan bety at informanten tar kontroll over situasjonen og velger å ikke svare. Dette kan skape usikkerhet hos intervjueren. Taushet er noe intervjueren må takle for å kunne komme seg videre i intervjuet. Motsetningen til taushet er situasjoner der informanten snakker for mye om temaer som ikke er relevant for intervjuet. Det er da nødvendig at intervjueren tar kontroll og får samtalen tilbake på temaene for intervjuet (Thagaard, 2018). Betydningen av taushet var noe jeg selv ble mer bevisst på etter de første intervjuene, spesielt da jeg hørte gjennom lydopptakene. I noen situasjoner holdt jeg ut stillheten, andre ikke. Jeg ble i de siste intervjuene flinkere til å avvente med nytt spørsmål hvis barna ventet med å svare.

Å intervju krever at du som intervjuer har en aktiv deltakelse og er lydhør for det informanten sier (Dalen, 2013). Som ny i intervjusituasjonen kan man lett bekymre seg for å lykkes med intervjuet, og man tenker for mye på hvordan man opptrer i intervjuet. En feil mange gjør er å være for konsentrert om neste spørsmål, og dermed ha oppmerksomheten rettet mot seg selv i stede for det informanten forteller (Eide & Winger, 2003; Thagaard, 2018). Det er da store muligheter for at gode og relevante data ikke fanges opp, og man mister muligheten for å stille oppfølgings spørsmål. Å stille oppfølgings spørsmål kan føre til videre refleksjon, for eksempel: «Kan du fortelle mer om det?» (Thagaard, 2018). Oppfølgings spørsmål var noe jeg brukte en del i intervjuene, men jeg ser i ettertid at jeg noen steder kunne fulgt opp bedre for å ha fått frem enda mer av barnas tanker og opplevelser.

Til slutt er det viktig å kontrollere at man forstår informantens utsagt riktig. Er man usikker kan man gjenta og spør om forståelsen er riktig, for eksempel ved å si: «Forstår jeg deg riktig når du sier at ...» (Thagaard, 2018).

2.3 Forskerrollen

2.3.1 Å forske i eget felt

Det kan påvirke intervjuene når man intervjuer mennesker i egen brukergruppe. Dette gjør at man kan trekke konklusjoner ut fra den bakgrunnen og kunnskapen en har fra tidligere. Åpenhet og nysgjerrighet blir derfor svært viktig, og det er nødvendig at man setter egne tanker og oppfatninger til side. Man må vise nysgjerrighet og åpenhet for informantenes egne historier (Dalen, 2013; Tjora, 2017). Dette var noe jeg selv var veldig bevisst på, og jeg ønsket å møte barna med nøytralitet og åpenhet. Etter første intervju var dette allerede lettere, da jeg da så at det kom frem ting i intervjuene som jeg selv ikke hadde tenkt på i forkant.

Nysgjerrighet kan også ses på som en drivkraft i et forskningsprosjekt. Når man forsker i eget felt har man valgt seg ut et tema, et område, man ønsker å se nærmere på. Det er et godt utgangspunkt for ny kunnskap å være nysgjerrig (Jansen & Andenæs, 2019).

Helsesykepleiere jobber mye med veiledning, og man kan lett komme i en veilederrolle når man intervjuer egen brukergruppe. Det var viktig for meg å ha avklart dette på forhånd, slik at jeg kunne konsentrere meg om forskerrollen i intervjuene. Jeg avtalte derfor at jeg kunne kontakte skolehelsesykepleier eller foresatte hvis det skulle komme frem noe som ville kunne føre til et oppfølgingsbehov. Alle barna som ble rekruttert gjennom skolehelsesykepleier kjente godt til henne og flere hadde deltatt i gruppesamtaler for skilsmissebarn tidligere. Gjennom intervjuene gikk det fint å skille disse rollene, og jeg opplevde at jeg klarte å beholde forskerrollen.

2.3.2 Maktbalanse

I et forskningsintervju vil det alltid være en skjev maktbalanse mellom intervjueren og informanten. Det er intervjueren som definerer og kontrollerer samtalen. Hvilke ord intervjueren bruker, hvordan studien blir presentert og hva som vektlegges i intervjuet er alle ting som påvirker maktfordelingen i intervjuet (Drageset & Ellingsen, 2010). Ubalansen i makt kan skape en usikkerhet hos informanten. For å skape en trygghet hos informanten vil det være fordelaktig at intervjueren gjennomgår intervjuets hensikt og premisser før intervjuet, samt at det bør være anledning for informanten å stille eventuelle spørsmål.

Ubalansen i maktfordelingen er enda tydeligere i intervjuer der informanten er barn. Det er her gitt at intervjueren, den voksne, skal ta ledelsen. Dette betyr ikke at barnet underkjennes, men det krever at intervjueren har en bevissthet og refleksjon omkring situasjonen (Eide & Winger, 2003). Det kan skape et dilemma for intervjueren, som både har en intensjon om å få høre noe fra barnet om bestemte temaer og har et mål med intervjuet, samtidig som barnet må kommes i møte og få anerkjennelse. Intervjuet kan derfor ikke kun skje på den voksnes premisser, men det må være en gjensidig påvirkning mellom intervjuer og barnet (Eide & Winger, 2003).

Hvilken rolle forsker/intervjuer skal ta i forhold til barnet er det delte meninger om, da dette kan ha betydning for hvor mye barna åpner seg. Maktbalansen mellom intervjuer og barn tas opp under kapittel 2.4 «Barn som informanter».

2.4 Barn som informanter

De fleste studier har voksne som informanter. Men det er også viktig å inkludere barna, noe som er blitt mer vanlig med tiden (Eide & Winger, 2003). Forskere har funnet barn så unge som tre år kan bidra i forskningsintervjuer (Docherty & Sandelowski, 1999; Instone, 2002). Vi trenger å vite mer om hva barna selv mener og tenker, og ved å la dem få delta i forskning som angår dem får de mulighet til å bidra i de sosiale strukturene og relasjonene de inngår i (Irwin & Johnson, 2005). På den måten får man se verden gjennom barnas egne øyner. Samtidig skal vi være kritiske til *når* barna skal inkluderes i forskningen og stille oss spørsmålet *hvorfor* - hvorfor ønsker vi å snakke med barna og hvilke spørsmål skal vi stille dem (Eide & Winger, 2003; Pettersvold, 2020)?

I denne studien vurderte jeg om jeg skulle intervju foreldrene eller barna selv. Jeg visste at det ville bli to ulike studier ut fra hvilken gruppe jeg valgte som informanter. Valget falt på å intervju barna fordi jeg tenkte det ville være mest relevant å høre deres tanker og erfaringer om temaet. Temaet «kosthold og matvaner» er noe barn har kjennskap til og det berører deres hverdag, selv uten at de tenker på det. Det finnes lite studier på emnet hvor barna selv er spurt, og for å frem ny kunnskap om temaet anså jeg det derfor som fordelaktig å få barnas egne tanker og erfaringer.

Før intervjuene startet brukte jeg en del tid på å planlegge gjennomføringen. Jeg hadde ingen erfaring med å intervju, verken barn eller voksne, og jeg så på det som en utfordring. Min manglende erfaring, i tillegg til utfordringene med barn som informanter, kan ha vært med på å påvirke studien og dens resultater. Som helsesykepleier har man erfaring med å snakke med barn, men det blir en annen setting når man går inn i rollen som forsker. For meg var det viktig at barna følte seg trygge i intervjuet, og jeg ønsket derfor å snakke med dem på et sted de var kjent med. Det er viktig at barnet ikke har et dårlig forholdet til rommet hvor intervjuet finner sted (Eide & Winger, 2003). Skolen og helsesykepleiers kontor ble et naturlig valg for intervjuene, og her var det også mulighet for ro og lite forstyrrelser utenfra. Jeg tilrettela for muligheten til å tegne underveis i intervjuene. Å tilrettelegge for aktiviteter og leker før og under intervjuene kan være positivt for barna, men det kan også bidra til å redusere barnas evne til å sortere ut det relevante i samtalen (Docherty &

Sandelowski, 1999; Instone, 2002). I denne settingen mener jeg det var positivt, da de barna som ønsket å gjøre noe fysisk samtidig som vi snakket fikk muligheten til det. Jeg opplevde ikke at det påvirket intervjuet negativt.

Å intervju barn kan by på noen utfordringer. Utfordringene er gjerne noe annerledes enn utfordringer knyttet til å intervju voksne. En utfordring kan være at barna ikke forstår hva intervjueren er ute etter og vil vite. Selv om barna har noenlunde lik alder er det ikke nødvendigvis slik at de har samme forståelse for spørsmålene. Barna må ikke forstås som kun en aldersgruppe, men må også ses i lys av flere faktorer, som blant annet kjønn og etnisitet (Strandbu & Thørnblad, 2010). De har ulik bakgrunn og kunnskapsnivå. Barn har ikke nødvendigvis mindre kompetanse enn voksne, men de har gjerne en annen kompetanse (Strandbu & Thørnblad, 2010). De er også vandt til at voksne stiller spørsmål de allerede vet svaret på, og derfor er det spesielt viktig at intervjueren forklarer at barnets synspunkter og erfaringer er viktig og noe man ønsker å lære om (Ponizovsky-Bergelson et al., 2019). Det bør ikke tas for gitt at barna ser det åpenbare, og i forkant av intervjuet bør intervjueren gjennomgå intervjuets hensikt, avklare barnets rolle og oppklare eventuelle spørsmål barnet har (Docherty & Sandelowski, 1999).

I intervjusetting med barn må intervjueren ha stor vekt på blant annet språk, spørsmålstilling og non-verbal kommunikasjon. Hvordan spørsmålene stilles kan ha stor betydning for resultatet. Direkte, lukkede spørsmål kan med hell brukes for å få konkret informasjon, slik som skole og alder, men det er nødvendig med åpne spørsmål for å få frem barnas tanker og erfaringer. Å kombinere spørsmålet «hvorfor» med oppmuntring, som «jeg vil virkelig vite det», kan med fordel brukes i intervjuene (Instone, 2002; Ponizovsky-Bergelson et al., 2019). På samme tid skal man ikke stille for mange «hvorfor-spørsmål», en balanse er her viktig (Thagaard, 2018). I mine intervjuer brukte jeg en kombinasjon av åpne og lukkede spørsmål. Bruken av de planlagte hjelpespørsmålene varierte noe fra intervju til intervju. I noen av intervjuene snakket barna mer fritt ut fra de åpne spørsmålene, mens i andre var det nødvendig å bruke lukkede spørsmål i større grad.

En annen utfordring med å intervju barn er at de lett kan miste konsentrasjonen. Dette er en av tingene man som intervjuer ikke kan kontrollere under intervjuet (Irwin & Johnson, 2005). Jeg opplevde flere ganger i intervjuene at barna sporet av temaene og snakket om

andre ting som opptok dem. Blant annet var det ett barn som begynte å snakke om at han hadde spilt dataspill dagen i forveien. I en slik situasjon kan man velge å få barnet rett tilbake på «riktig» tema eller høre på hva barnet har å si. Jeg valgte det siste og lot han fortelle litt om spillet og jeg stilte noen oppfølgings spørsmål, før vi så gikk tilbake til det vi først snakket om. Barnet fikk da fortelle om det som opptok han i det øyeblikket, og så var han med på å gå tilbake til intervjuet. Det er vanskelig å si hva som hadde skjedd hvis jeg hadde avbrutt han på det han ønsket å fortelle. Men vi kan tenke at hvis barnet føler seg anerkjent vil det også kunne gi noe tilbake til intervjueren (Eide & Winger, 2003). Anerkjennelse er viktig i forholdet mellom barn og voksne under intervjuet. Det er viktig å etablere et felles fokus for intervjuet og skape gode forutsetninger for hverandre, og dette gjør man blant annet ved å lytte til det den andre har å si (Pettersvold, 2020).

Det skaper trygghet for barnet hvis det føler det kjenner intervjueren. Derfor er en liten «blikent-periode» i starten av intervjuet nyttig (Eide & Winger, 2003). Dette var noe jeg selv hadde fokus på, og det var med på å skape en mulighet for relasjon mellom barnet og meg. Det vil være vanskelig å skape en ordentlig god relasjon med kun ett kort møte, og det vil heller ikke være etisk forsvarlig å knytte sterke bånd når det er kjent at forholdet blir kortvarig (Eide & Winger, 2003). En balanse er derfor nødvendig, og det viktigste er at barnet føler seg trygg. Øyekontakt og non-verbal kommunikasjon er betydningsfullt for å skape et godt samspill, og jeg prøvde å være observant på barnet gjennom intervjuene. Jeg avsluttet hvert intervju med å spørre om det var noe de ville tilføye, samt at jeg takket og skrøt av dem for deltakelsen og at de hadde delt sine tanker og erfaringer.

En viktig ting å tenke på i intervjuet er maktbalansen. I intervju med voksne er det også en ubalanse mellom forsker og informant, men denne ubalansen blir større når informanten er et barn. Det er viktig at intervjueren er bevisst på dette og legger til rette for at barnas individuelle integritet blir ivaretatt, samt at man er lydhør for barnets individuelle grenser (Eide & Winger, 2003). Dette var noe jeg var opptatt av i forkant av og underveis i intervjuene. Jeg prøvde å utjevne balansen med å forsikre meg om at barna forstod intervjuets hensikt og rettighetene de hadde underveis. I tillegg brukte jeg et lett og tydelig språk, slik at barna forstod spørsmålene som ble stilt.

Hierarkiet i samfunnet, med voksne over barn, gjør det vanskelig for intervjueren å komme helt på innsiden av barnets sosiale og kulturelle liv (Christensen, 2004). Dette har ført til at noen forskere har prøvd ulike tilnærminger for å komme inn i barnas verden og få et innblikk i deres forståelse og erfaringer. I studier hvor barn følges over tid er dette spesielt relevant. Hvor nært forskeren skal gå kan være et dilemma. Selv om man ønsker å bli involvert i barnas liv og deres livsverden, lever vi i et samfunn der det er en naturlig ujevn maktbalanse mellom voksne og barn (Christensen, 2004). Det er den voksnes ansvar å balansere dette og beskytte barnet. Barn har rett til medvirkning, men de vil også i noen situasjoner trenge å beskyttes mot seg selv, da de ikke alltid er i stand til å bedømme konsekvensene av valgene de tar (Svendby et al., 2019).

Det ulike maktforholdet kan føre til at barna svarer det de tror den voksne vil høre, altså det «riktige svaret», i stede for hva de egentlig tenker (Eide & Winger, 2003). Dette reflekterte jeg over da alle intervjuene var gjennomført og jeg gjennomgikk materialet. Ett eksempel er da vi snakket om godteri. Barna ble spurt om de noen ganger spiser godteri når de ikke har lov, og alle svarte nei på spørsmålet. Dette er noe vanskelig å tro på, og det er mulig å tenke seg at flere har svart det de anså som riktig i situasjonen. Kanskje hadde resultatet vært annerledes hvis jeg hadde vært enda tydeligere på at jeg ønsket å høre barnas egen erfaring.

I intervju med barn er det viktig å være spesielt observant på at det er barnas egne meninger og historier som kommer frem, og ikke noe de eventuelt blir ledet mot. Barn forteller gjerne historier annerledes enn voksne og kan være innom mange emner før de kommer til poenget. Eller finner kanskje ikke barnet ordet det leter etter. Det kan da være fristende å foreslå ord eller komme med beskrivelser som barna sliter med å uttrykke (Irwin & Johnson, 2005). I slike situasjoner er det forskjell på barn og voksne, da barn nok har lettere for å godta det den voksne foreslår.

Intervjueren har også en stor makt i det å tolke informantens historie og videreformidle den i studiens resultater (Kvale & Brinkmann, 2015). Hva som blir presentert i resultatet velges av intervjueren. Gjennom mine intervjuer kom det frem mange utsagn fra barna som er brukt som direkte sitater i resultatdelen («funn»). Jeg har valgt å bruke flere direkte sitater for å få frem akkurat hva barna har sagt og hvordan. Ved å bruke sitater blir barnas egne ord synlige, men dette kan også være sårbart. Sitatene må være i tråd med sammenhengen og

de bør ha en klar funksjon i analysen og diskusjonen. Hvordan barnas tanker og erfaringer presenteres er av betydning, og vi skal ikke fremstille barna som «veslevoksne sjarmtroll» (Pettersvold, 2020).

2.5 Forskningsetiske overveielser

De forskningsetiske retningslinjene bør ligge til grunn for forskningen (NESH, 2016). Et viktig prinsipp i de forskningsetiske retningslinjene er at informanten ikke skal komme til skade under intervjuet. Med dette menes det at ubehag eller skade kan fremkomme når følsomme temaer tas frem og intervjueren ikke har mulighet for å bidra til terapeutisk bearbeiding (Thagaard, 2018; Tjora, 2017). Forskningen skal besiktige seg på å skade informanten minst mulig. I denne studien ble det ansett som liten risiko for skade på informantene.

I forskningsintervjuer kan det komme frem informasjon som gjør at informanten har behov for videre oppfølging. Som nevnt tidligere var dette noe jeg hadde tenkt på i forkant og hadde avklart med helsesykepleierne at de eventuelt kunne følge opp ved behov. Det var ikke noe som kom frem under intervjuene som trengte videre oppfølging av helsesykepleier eller andre. Til samtlige informanter ble det informert om at de kunne kontakte skolehelsetjenesten ved behov for samtale eller oppfølging. Om noen av barna har oppsøkt skolehelsetjenesten etter intervjuene er ukjent for undertegnende.

Gjennom intervjuene kan det dukke opp forsvarsmekanismer hos både intervjuer og informanter. Dette fordi en kan trå over personlige grenser, og man vet ikke hvilke spørsmål eller svar som kan utløse dette. Får man en uventet reaksjon bør man stoppe opp og komme tilbake til temaet senere dersom informanten ønsker det (Drageset & Ellingsen, 2010). Det kan være en vanskelig balansegang for intervjuer, men det er viktig å vise ydmykhet for andres grenser og ha en bevissthet omkring etikken i intervjuet. Informanten bør oppleve intervjuet som behagelig og positivt.

Det er også viktig at informanten finner det offentliggjorte resultatet gjenkjennbart. Vi har et etisk krav om å fremstille informantene på respektabelt vis, og det kan være aktuelt med sitatsjekk hos informanter. Dette for å sjekke om intervjueren har misforstått konkrete saksforhold eller gått glipp av poenger (Tjora, 2017). Dette gjelder spesielt hvis informantene

ikke er anonymisert. Sitatsjekk var ikke å anse som nødvendig i denne studien, men det er etterstrebet at resultatet er så nøyaktig og representativt som mulig.

2.5.1 Prosjektgodkjenning

Det er lovpålagt meldeplikt til Norsk Senter for Forskningsdata (NSD) ved gjennomføring av prosjekter som inneholder personopplysninger. Mitt prosjekt inneholder personopplysninger og faller derfor inn under meldeplikten til NSD (NSD, u.å). Det første jeg gjorde var følgelig å søke om godkjenning til prosjektet.

Søknaden inneholdt en prosjektbeskrivelse med bakgrunn og hensikt, plan for gjennomføring og plan for hvordan datamaterialet og personopplysninger skulle oppbevares. I tillegg inneholdt søknaden et informasjonsskriv (med samtykkeskjema) og intervjuguiden. Søknaden ble godkjent og har prosjektnummer 225685.

Vedlegg 2: Informasjonsskriv til foresatte (inkludert samtykkeskjema)

Det ble også vurdert å søke prosjektet inn til Regional komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk (REK). Prosjekter som skal godkjennes av REK er forskning på mennesker, humant biologisk materialet, utprøvende behandling eller helseopplysninger der formålet er å finne ny kunnskap om helse og sykdom (REK, u.å). Mitt prosjekt omhandler friske barn og deres erfaringer og opplevelser av hverdagslivet, og faller derfor utenfor kriteriene for medisinsk og helsefaglig forskning. Det var følgelig ikke nødvendig å søke prosjektet til REK.

Da prosjektet var godkjent av NSD startet prosessen med å rekruttere deltakere.

2.5.2 Personvern

Deltakelse i forskning er basert på frivillighet, og alle informantene deltok med informert samtykke. I denne studien var det nødvendig med samtykke av informantenes foresatte, siden informantene er i en yngre aldersgruppe (Helseforskningsloven, 2008). Informert samtykke innebærer at informantene (her også foresatte) har de nødvendige opplysningene om studien når de samtykker (Johannessen et al., 2016; Thagaard, 2018). For å sikre at

informantene og foresatte hadde denne nødvendige informasjonen ble det gitt skriftlig informasjon om studien sammen med samtykkeskjemaet.

Skriftlig samtykke av foresatte ble innhentet før intervjuene, ved hjelp av skolens helsesykepleiere, og informantenes muntlige samtykke ble innhentet når vi møttes til intervju. Informantene fikk informasjon om at det var frivillig å delta og at de kunne trekke seg underveis i studien. I infoskrivet ble det informert om hvem som skulle ha tilgang til materialet, offentliggjøring og behandling/sletting av materialet etter at studien er avsluttet.

Lydbåndopptakene ble transkribert kort tid etter intervjuene og deretter ble lydfilene slettet. Det transkriberte materialet ble anonymisert. For å bevare informantenes konfidensialitet ble deres navn erstattet med et nummer, og listen som koblet navn og nummer sammen ble oppbevart låst, et annet sted enn datamaterialet. Gjennom analysen og i det videre arbeidet var det kun kodene som ble brukt til å gjenkjenne det enkelte intervju. Når resultatdelen skulle skrives fikk hver informant et fiktivt navn. Dette var for å gjøre leseropplevelsen bedre, samtidig som informantene ble holdt anonyme. Det er kun det fiktive navnet, som også viser til kjønn, og alder som er med i det publiserte materialet. Jeg opplever at deltakernes konfidensialitet er ivaretatt gjennom hele prosessen.

Det er presentert flere direkte sitater i resultatbeskrivelsen. Sitatene ble noe omskrevet dersom det kunne være mulig å identifisere steder eller personer i utsagnene. Kommunene hvor intervjuene foregikk er anonymisert.

Alt datamaterialet (notater og lydbåndopptak) ble oppbevart og slettet etter avsluttet prosjekt, i samsvar med tillatelsen gitt av NSD.

3 Etterarbeid

3.1 Transkribering

Etter å ha gjennomført intervjuene var neste skritt transkribering. Å «transkribere» betyr å skifte form til en annen (Kvale & Brinkmann, 2015). Lydopptakene fra intervjuene ble transkribert over til skriftlig materiale, noe som gjør de bedre egnet for analyse. Målet med transkriberingen er å få frem informantens historie på best mulig måte (Malterud, 2002).

Det er anbefalt å gjøre en fullstendig transkribering av materialet. Når man starter å transkribere kan det være vanskelig å vite hva som er de viktige temaene og hva som er fordelaktig detaljnivå. Det kan derfor være lurt å være mer detaljert enn man egentlig tror er nødvendig (Tjora, 2017). Når materialet blir transkribert faller noe informasjon bort fra den originale samtalen, som blant annet kroppsspråk, stemmeleie og intonasjon. Ved transkribering mister vi faktorer som kan ha betydning for det som blir sagt i samtalen. Det er en fordel at det er intervjueren selv som transkriberer og videre er med i analysen. På den måten kan man unngå å miste informasjon i transkriberingen (Tjora, 2017).

Jeg gjorde all transkriberingen selv, og jeg gjorde det fortløpende etter intervjuene. Ved å gjøre det fortløpende fikk jeg en gjennomgang av intervjuene kort tid etter de var gjennomført, noe jeg mener har flere fordeler. Jeg hadde god oversikt over materialet, og sammen med notatene som ble gjort under intervjuene hadde jeg god kjennskap til hvert intervju og hver informant. Det gjør det lettere å gå tilbake i situasjonen og se for seg kroppsspråk og uttrykk i den enkelte situasjon (Tjora, 2017). I tillegg gav det en mulighet til å vurdere egen rolle, og vurdere eventuelle endringer i intervjuguiden.

I transkriberingen valgte jeg å gjenta hvert enkelt ord, inkludert utfyllingsord og gjentakelser. Jeg tydeliggjorde pauser og følelsesuttrykk, for eksempel latter. Dette ble gjort for at det skulle være så likt det muntlige materialet som mulig. Pauser og «sukk» er eksempler på faktorer som kan ha en stor betydning for det informanten forteller, men som kan bli fraværende ved transkribering (Drageset & Ellingsen, 2010). Hvordan man tegnsetter og

vektlegger ordene vil kunne ha betydning for tolkningen av teksten i etterkant (Kvale & Brinkmann, 2015; Tjora, 2017).

Navn og stedsnavn ble i transkriberingen anonymisert for å ivareta personvernet til informanten. Alt tekstmaterialet er skrevet på bokmål, og dialektord ble derfor bevisst tatt bort. Jeg var dog obs på om det var spesielle dialektord som kunne ha en egen betydning.

4 Analyse

4.1 Kvalitativ analyse

Kvalitativ analyse er drevet av nysgjerrighet og handler om å utvikle gode innsikter, refleksjoner, konsepter og teorier med empirien som utgangspunkt (Tjora, 2018). De kvalitative dataene må tolkes - de snakker ikke for seg selv (Johannessen et al., 2016). I analysen finner vi også generalisering. «Generalisering» kan i den kvalitative forskningen erstattes med «overføring»: Man overfører kunnskap til en eller flere populasjoner (Johannessen et al., 2016). Generalisering, eller overførbarhet, betyr at resultatet vi utvikler innenfor de spesifikke rammene til et prosjekt, også kan være aktuelle i andre situasjoner (Thagaard, 2018). Med dette menes det at resultatet fra en studie kan brukes til å ha en mer generell betydning. Malterud (2002) presenterer det som at det er gjennom den enkelte informants historie vi skal generere i kunnskap som gjelder for flere.

Målet med analysen er å gi ny kunnskap. Den som leser forskningen skal kunne få økt kunnskap på området det forskes på, uten å måtte gå gjennom de innsamlede dataene (Tjora, 2017). I en forskningsartikkel er det kun en kort beskrivelse av metode, og resultatene er derfor lite etterprøvbare. Dette gjør at det er viktig at forskeren har forklart og begrunnet analyseprosessen på en oversiktlig måte og har holdt seg til beskrevet metode.

Så tidlig som under det første intervjuet begynner gjerne analyseprosessen. Allerede da gjør man seg noen tanker og refleksjoner, og dette kan være med å påvirke den videre prosessen. Analyseprosessen er en lang prosess, og den foregår gjerne over et lengre tidsrom enn selve den tekniske analysen. I arbeidet med denne studien erfarte jeg dette selv, da jeg allerede etter de første intervjuene begynte analyseprosessen i tankene. Dette kan også være med på å bevisstgjøre mulige funn tidlig. Å analysere er en dynamisk prosess som foregår over tid; forskeren beveger seg sammen med utviklingen av datamaterialet.

4.2 SDI: Stegvis- deduktiv induktiv metode

I forkant av valg at analysemetode leste jeg meg opp på ulike analysemetoder. For meg var det viktig å jobbe empirinært og å jobbe mot en generalisering innenfor valgt tema. Valget mitt falt på Tjora (2017) sin analysemetode: Stegvis- deduktiv induktiv metode (SDI). Med denne metoden jobber man fra rådata til teori, og selv om det er lagt opp til en stegvis modell jobber man på ulike stadier i modellen samtidig. For meg var det også av betydning at SDI ble ansett som en effektiv metode, hvor jeg så muligheter for å få frem tilstrekkelig mengde god empiri.

SDI går ut på at man jobber i «oppadgående» prosess, som er å anse som *induktiv* ved at man jobber fra data mot teori, i tillegg til at man jobber «nedadgående», som er å anse som *deduktivt* ved at man sjekker fra et teoretisk til et mer empirisk nivå (Tjora, 2018). Det er en trinnvis modell som danner utgangspunkt for systematikk og framdrift i forskningen.

Modellen består av syv trinn, og viser hvordan man etappevis arbeider fra rådata til konsepter, og i noen tilfeller teori (Tjora, 2017).

- 1 Generering av empirisk data
- 2 Bearbeiding av rådata
- 3 Koding (med empirinær koding)
- 4 Gruppering av koder
- 5 Utvikling av konsepter
- 6 Diskusjon av konsepter
- 7 Teori

Jeg vil videre gjennomgå trinn 3-5 som inneholder den praktiske analysedelen.

4.2.1 Koding (med empiriær koding)

Etter at datamaterialet er transkribert er første trinn i analysen koding. I SDI-modellen er målet med kodingen tredelt; å trekke ut det essensielle i det empiriske materialet, å gjøre materialet mindre og å legge til rette for idégenerering på grunnlag av detaljer i empirien (Tjora, 2017). Det vektlegges her at kodingen skal være induktiv, det vil si empirinær, for på

den måten reduseres alle forventninger man som forsker har i forkant, og starte med så «tomt hode» som mulig. I kodingen skal man helst bruke begreper som finnes i materialet, og på den måten ivareta det spesifikke i materialet (Tjora, 2017).

Jeg valgte å først lese gjennom alle intervjuene for å få et generelt overblikk over datamaterialet. Deretter gikk jeg gjennom hvert intervju på nytt, hvor jeg samtidig markerte ord/uttrykk/sitater som jeg så som relevante for problemstillingen. Dette var en tidkrevende og vanskelig jobb, spesielt da jeg i starten så meg litt blind på hva som var viktig og faktisk relevant for min studie. Jeg måtte derfor gjenta prosessen, og jeg valgte da å ha problemstillingen liggende foran meg hele tiden som en påminnelse om hva som var av betydning for studien. Dette gjorde at jeg ble mer kritisk og hele veien stilte meg spørsmål til hva jeg faktisk ville ha svar på. Jeg opplevde denne runden som lettere enn den første.

I arbeidet med å kode datamaterialet brukte jeg også Tjora (2017, s. 201) sin kodetest, hvor jeg hele tiden spurte meg selv; «kunne jeg laget denne koden før kodingen?» og «hva forteller bare koden?». Denne testen skal gjøre at kodene som fremkommer ikke kunne vært laget før selve kodingen, samt at de presist gjengir det empiriske datamaterialet.

Etter å ha gjennomgått materialet flere ganger endte jeg opp med 219 koder ut fra mine syv intervjuer. Dette var alle empirinære koder tatt direkte fra intervjuene, og de sa noe om hva informantene hadde fortalt. Jeg satt da igjen med et *kodesett* i tillegg til datamaterialet. Det skal være en god link mellom kodesettet og utdrag i datamaterialet som kodene er knyttet til, og dette utgjør en *kodestrukturert empiri* (Tjora, 2017).

4.2.2 Gruppering av koder

Kodegruppering innebærer å samle koder som har en gjensidig tematisk sammenheng i grupper, og samtidig skille ut koder som anes som ubetydelige i en restgruppe (Tjora, 2017).

I denne prosessen kan man finne at noen koder kan utelates, da arbeidet med kodegruppering gjør at man finner ut av studiens retning. Kodene kobles til en allerede eksisterende gruppe eller så opprettes det en ny gruppe. På denne måten skal hver kodegruppe skille seg fra de andre gruppene tematisk. Kodegruppene vil ofte danne

utgangspunkt for temaene som vi utvikler i analysen, og kodegruppene er altså med å strukturere studiens resultatdel (Tjora, 2017).

Jeg brukte en del tid på å finne ut hvilke koder som passet sammen, og det ble en prosess hvor jeg beveget meg frem og tilbake. Etter grupperingen satt jeg igjen med syv kodegrupper, inkludert en restgruppe med kodene som ble oppfattet som irrelevante. Noen av disse kodegruppene ble opplevd som smale, og jeg valgte å gå videre og gruppere gruppene i tre hovedtemaer.

4.2.3 Utvikling av temaer

Målet med SDI er konseptuell generalisering. Med dette menes det at analysen skal bunne ut i en mer generell forståelse av de fenomenene som undersøkes (Tjora, 2018). Trinn fem i SDI er «utvikling av konsepter». I min analyse har jeg avviket noe fra SDI ved å ikke utvikle konsepter, men temaer. Å utvikle konsepter ble ansett som et for avansert endepunkt i denne studien. Jeg har imidlertid vært opptatt av å fremme temaer som representerer funnene som noe mer enn individuelle utsagn. Gjennom temaene forsøker jeg å løfte frem og gi retning til studiens funn.

Jeg endte opp med tre hovedtemaer som hver representerer hovedfunnene i studiene. Disse er: «Måltidenes vinnere og tapere», «Helgekosen» og «(Nesten) usynlige forskjeller».

Vedlegg 3: Eksempel fra analyseprosessen

5 Validitet og reliabilitet ved bruk av intervju

Studiens troverdighet sier noe om kvaliteten på forskningen. Et viktig spørsmål for å vurdere studiens troverdighet er hvorvidt forskerens fremgangsmåter og funn reflekterer formålet med studien på riktig måte, samt om de representerer virkeligheten (Johannessen et al., 2016). I vurderingen av studiens troverdighet ser vi blant annet på dens reliabilitet og validitet. Dette er begreper som dermed også sier noe om studiens kvalitet (Thagaard, 2018).

Reliabilitet viser til studiens pålitelighet, og til hvordan dataene er utviklet. Forskeren bør så nøyaktig så mulig redegjøre for utviklingen av data gjennom forskningsprosessen (Thagaard, 2018). Validitet handler om i hvilken grad valgt metode og funn samsvarer med studiens formål. Har valgt metode som hensikt å undersøke det vi vil undersøke (Johannessen et al., 2016)? Validitet handler også om å se på forskningens resultater og hvordan dataene er tolket. Det er viktig å være kritisk til hva tolkningene baserer seg på (Thagaard, 2018).

I denne studien har jeg forsøkt å redegjøre for valgene som er tatt, samt forskningsprosessen med hvordan dataene er utviklet og videre tolket. Jeg har begrunnet egen posisjon som forsker og helsesykepleier, og forsøkt å stille meg helt åpen i møte med informantene. Ved å redegjøre og begrunne forskningsprosessen, og de valgene som er tatt, inviteres leserne til å være kritisk til forskningens relevans (Tjora, 2017).

Individuelle intervju ble ansett som en velegnet metode for denne studien, da problemstillingen legger til grunn å få frem barnas opplevelser og erfaringer. Ved å velge individuelle intervju får den enkelte god tid til å snakke om egen historie og det kan for noen være lettere å åpne seg på tomannshånd. Det ville også vært interessant å ha gjennomført gruppeintervjuer, og det ville muligens gitt et noe annerledes resultat. Ved bruk av gruppeintervjuer kunne barna ha støttet og utfordret hverandre. Det kunne ført til at de stille barna hadde åpnet seg mer ved å høre de andre barna fortelle, men det kunne også hatt motsatt effekt – at de hadde fortalt mindre, fordi de følte seg usikker i situasjonen. Både gruppeintervjuer og individuelle intervjuer anses som relevante og gode metoder i en

studie som denne. Jeg opplever selv at metoden jeg valgte førte frem til ny kunnskap på temaet jeg ønsket å undersøke.

For å få en større bredde og variasjon i utvalget ville det vært hensiktsmessig å ha rekruttert flere informanter, gjerne fra flere kommuner og fra flere familier. Alle barna i studien har tilnærmet lik sosiokulturelle bakgrunn, og utvalget kan sies å mangle variasjon. Tidsrammen på prosjektet var en stor faktor i at begrensningene ble slik, spesielt med tanke på at det var vanskelig å rekruttere deltakere under en nasjonal nedstenging.

Bruken av intervjuguide gjør at informantene får så lik tilnærming som mulig i intervjuene, og er med på å styrke studiens funn. Gjennom de åpne spørsmålene fikk informantene mulighet til å fortelle om egne erfaringer og opplevelser. Det anses også som en styrke for funnene at det er barna selv som er intervjuet. Barna har førstehåndskunnskap om temaet, og på tross ung alder har de gode og reflekterte tanker, opplevelser og erfaringer. Jeg opplevde alle barna som tillitsfulle til meg som intervjuer og at vi fikk en god relasjon under intervjuene. Barna hadde ikke noe kjennskap til meg fra tidligere og vi hadde kun dette ene møte sammen. Min bakgrunn som helsesykepleier kan ha vært en styrke i settingen, da samtlige barn hadde kjennskap til skolens helsesykepleier, som gjerne blir sett på som en omsorgsperson. Jeg opplevde at de så på meg som en nøytral voksen som ønsket å høre fra dem om deres hverdagsliv. Å snakke om erfaringer fra hverdagen kan skape refleksjon og ettertanke hos barna. Dette kan føre til at man kan få en bedre innsikt i barnas tenkemåte (Eide & Winger, 2003). Det ville også vært interessant å inkludere foreldrenes opplevelser og erfaringer med kosthold og vaner hos barna, noe jeg tror ville gitt studien en mer dybde.

I prosessen med å tolke dataene og gjennom analysen har jeg forsøkt å være tro mot materialet og informantene. Jeg har jobbet tett på empirien og det er barnas tanker, erfaringer og utsagn som er presentert i resultatet og videre diskutert i artikkelen. Det har vært viktig at barna skal kunne kjenne seg igjen i det som presenteres i resultatet. Funnene som kom frem gjennom intervjuene er veldig sammenfallende, noe som er med på å styrke studiens troverdighet. Studien får frem kunnskap om valgt tema, matvaner og kosthold hos barn med delt bosted, og denne kunnskapen er det viktig at både foreldre og alle som jobber med barn tar med seg videre i møte med barna.

6 Avslutning

I arbeidet med denne oppgaven har jeg tilegnet meg økt kunnskap om kvalitativ forskning og intervju som metode for datainnsamling. Gjennom å planlegge og utføre en slik studie har jeg fått en større innsikt i kvalitativ forskning. Dette er noe jeg vil ta med meg i videre arbeid, også når jeg selv skal lese og vurdere forskning. Jeg har lært om egen rolle i forskningen og jeg har økt bevisstheten og forståelsen omkring faktorer som er viktige for forskeren i en intervjusetting. I tillegg til dette har jeg tilegnet meg kunnskap på et tema i helsesykepleierfaget som jeg synes er spennende og viktig. Dette er kunnskap jeg vil ta med meg videre i jobben som helsesykepleier i møte med barn og foresatte.

Litteraturliste

- Christensen, P. H. (2004). Children's participation in ethnographic research: Issues of power and representation. *Children & society*, 18(2), 165-176.
<https://doi.org/10.1002/chi.823>
- Dalen, M. (2013). *Intervju som forskningsmetode - en kvalitativ tilnærming* (2. utg.). Universitetsforlaget.
- Docherty, S. & Sandelowski, M. (1999). Focus on Qualitative Methods Interviewing Children. *Research in Nursing & Health*, 22(2), 177-185.
[https://doi.org/https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-240X\(199904\)22:2<177::AID-NUR9>3.0.CO;2-H](https://doi.org/https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-240X(199904)22:2<177::AID-NUR9>3.0.CO;2-H)
- Drageset, S. & Ellingsen, S. (2010). Å skape data fra kvalitativt forskningsintervju. *Sykepleien Forskning*, 5(4), 332-335. <https://doi.org/10.4220/sykepleienf.2011.0027>
- Eide, B. & Winger, N. (2003). *Fra barns synsvinkel: intervju med barn - metodiske og etiske refleksjoner*. Cappelen akademisk forl.
- Helseforskningsloven. (2008). *Lov om medisinsk og helsefaglig forskning*. (LOV-2008-06-20-44). Lovdata. <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2008-06-20-44>
- Instone, S. L. (2002). Developmental strategies for interviewing children. *Journal of Pediatric Health Care*, 16(6), 304-305.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1067/mps.2002.128766>
- Irwin, L. G. & Johnson, J. (2005). Interviewing Young Children: Explicating Our Practices and Dilemmas. *Qual Health Res*, 15(6), 821-831.
<https://doi.org/10.1177/1049732304273862>
- Jansen, A. & Andenæs, A. (2019). *Hverdagsliv, barndom og oppvekst : teoretiske posisjoner og metodiske grep*. Universitetsforlaget.
- Johannessen, A., Christoffersen, L. & Tufte, P. A. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (5. utg.). Abstrakt.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Gyldendal akademisk.
- Malterud, K. (2002). Kvalitative metoder i medisinsk forskning – forutsetninger, muligheter og begrensninger. *Tidsskrift for den Norske Legeforening*, 122, 2468-2472.

- NESH. (2016). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi*. De nasjonale forskningsetiske komiteene.
<https://www.forskningsetikk.no/retningslinjer/hum-sam/forskningsetiske-retningslinjer-for-samfunnsvitenskap-humaniora-juss-og-teologi/>
- NSD. (u.å). *Personverntjenester*. Hentet 07.mars.2021 fra
<https://www.nsd.no/personverntjenester/>
- Pettersvold, M. (2020). Å skrive på barns vegne. Skriftlig framstilling av barn – et spørsmål om forskningsetikk. *Barn*, 34(1), 25-39. <https://doi.org/10.5324/barn.v34i1.3421>
- Ponizovsky-Bergelson, Y., Dayan, Y., Wahle, N. & Roer-Strier, D. (2019). A Qualitative Interview With Young Children: What Encourages or Inhibits Young Children's Participation? *International journal of qualitative methods*, 18, 1-9.
<https://doi.org/10.1177/1609406919840516>
- REK. (u.å). *Regional komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk*. Hentet 07.mars.2021 fra <https://helseforskning.etikkom.no/>
- Strandbu, A. & Thørnblad, R. (2010). «Sårbare» barn som deltakere i kvalitativ forskning. *Barn* 1, 27-41. <https://docplayer.me/421527-Sarbare-barn-som-deltakere-i-kvalitativ-forskning.html>
- Svendby, E. B., Øien, I. & Willumsen, E. (2019). Involvering av barn i samproduksjon i forskning– metodologiske og etiske aspekter. I *Samproduksjon i forskning* (s. 180-195). <https://doi.org/10.18261/9788215031675-2019-11>
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse. En innføring i kvalitative metoder* (5. utg.). Fagbokforlaget.
- Tjora, A. H. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3. utg.). Gyldendal akademisk.
- Tjora, A. H. (2018). *Viten skapt - kvaliativ analyse og teoriutvikling*. Cappelen Damm.

Vedlegg

Vedlegg 1: Intervjuguide

«Mat hos mamma og mat hos pappa» - intervjuguide

Rammesetting for intervjuet: ca. 30 minutter.

Oppstart:

Uformell samtale, informasjon om studien. Avklar eventuelle spørsmål. Innhente muntlig samtykke, informasjon om lydopptaker og samtykke til lydopptaker, rett til å trekke seg og anonymisering av publisert materialet. Presentere meg selv og fortelle litt om meg, samt spørre litt om barnet, hvem det er, hvem det bor med (familie), interesser.

Intervjudel med lydopptaker.

Hovedspørsmål med mulighet for utfyllende oppfølgingsspørsmål:

- Fortell om en vanlig dag hjemme hos mamma med fokus på mat og måltider
 - Spiser du frokost, middag og kveldsmat hver dag?
 - Hva spiser du til de ulike måltidene (frokost, lunsj, middag og kveldsmat)?
 - Spiser du noe mellom måltidene? Hvis ja- hva da?
 - Hvem er det som lager matpakken din?
 - Spiser du matpakken din hver dag, hvis nei – hvorfor ikke?
 - Hvor sitter dere når dere spiser de ulike måltidene?
 - Er alle som bor der med når dere spiser?
- Fortell om en vanlig dag hjemme hos pappa med fokus på mat og måltider
 - Spiser du frokost, middag og kveldsmat hver dag?
 - Hva spiser du til de ulike måltidene (frokost, lunsj, middag og kveldsmat)?
 - Spiser du noe mellom måltidene? Hvis ja- hva da?
 - Hvem er det som lager matpakken din?
 - Spiser du matpakken din hver dag, hvis nei – hvorfor ikke?
 - Hvor sitter dere når dere spiser de ulike måltidene?

- Er alle som bor der med når dere spiser?
- Hva er det er du liker best å spise til de ulike måltidene (frokost, lunsj (matpakke), middag og kveldsmat)
 - Hender det at du får lov til å velge middag? Hvis ja- hos mamma, pappa eller begge?
 - Er det noe du liker, men ikke får lov til å spise hos mamma, pappa eller begge? Hvis ja- hva da?
- Har du opplevd noen endringer med maten og måltidene etter at mamma og pappa flyttet fra hverandre? Hvis ja- fortell.
 - Er det noe dere spiser mer eller mindre av?
 - Spiser dere på de samme stedene (kjøkkenet, stuen) som før?
- Opplever du forskjeller på måltidene og maten dere spiser hos mamma og hos pappa? Hvis ja – hvilke forskjeller?
 - Er det noe dere spiser hos mamma, men ikke hos pappa – og omvendt?
 - Spiser dere til omtrent samme tid hos mamma og hos pappa (rett etter skolen, etter trening)?
- Hender det at dere gjør det ekstra hyggelig rundt måltidet? Fortell om hva dere gjør og hva dere lager til mat hvis dere skal gjøre det ekstra hyggelig
 - Hvor ofte skjer dette?
 - Er det noen spesielle dager det pleier å skje?
- I hvilke anledninger spiser du godteri og snacks?
 - Hvor ofte spiser du godteri?
 - Er det regler for når du får spise godteri, hvis ja- hvordan er det hos mamma/pappa?

- Går dere ut og spiser middag? Hvis ja – hvor og hvor ofte?
- Hender det at dere bestiller mat hjem? Hvis ja- hva slags mat og hvor ofte?

Avslutning

Noe informanten ønsker å fortelle eller legge til som hen tenker er relevant? Noen spørsmål?

Takke for deltakelse.

Vedlegg 2: Informasjonsskriv til foresatte (inkludert samtykkeskjema)

Vil du la barnet ditt delta i forskningsprosjektet ”Kosthold og matvaner hos barn med delt bosted”?

Dette er et spørsmål til dere foreldre om å la barnet deres delta i et forskningsprosjekt om kosthold og matvaner hos barn som har skilte foreldre/foreldre med oppløst samboerskap. I dette skrivet gir vi deg/dere informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for dere og barnet.

Formål

Det er gjennom flere studier funnet at barn som har skilte foreldre har økt risiko for å utvikle overvekt og fedme. Gjennom å undersøke kosthold og matvaner hos barn, som har delt bosted mellom to foreldre, vil jeg prøve å identifisere faktorer som bidrar til at disse barna er en mer utsatt gruppe. Kunnskap om disse faktorene vil kunne bidra til å kartlegge hvilke behov barn med delt bosted har, gi en bedre forståelse av barnas opplevelser og være med i det forebyggende arbeidet mot overvekt og fedme.

Spørsmålene vil ta utgangspunkt i hva barna spiser, hva de spiser hos den enkelte forelder, hvilke forskjeller de eventuelt opplever i de to hjemmene og om de har opplevd noen endringer i matvanene etterkant av samlivsbruddet. Det vil også innhentes opplysninger om barnets familie (evt søsken, utvidet familie, boforhold o.l).

Studien er en del av en masteroppgave. Forskeren/studenten er utdannet helsesykepleier.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Masteroppgaven er en del av studiet «Master i sykepleie med et kommunehelseperspektiv» ved VID Oslo, studiested Diakonova.

Hvorfor får barnet ditt spørsmål om å delta?

I rekruttering av deltakere til studien er det tatt kontakt med rektor og/eller helsesykepleier ved ulike skoler. Skolene er valgt ut av geografisk interesse og tilgjengelighet. Rektor og/eller helsesykepleier har videreformidlet informasjon om studien til aktuelle deltakere.

Kriteriene for å delta i studien er at barnet er i alderen 8-12 år og har delt bosted (skilte foreldre/oppløste samboerskap).

Hva innebærer det for barnet å delta?

Hvis dere velger å delta i studien innebærer det at barnet vil bli intervjuet. Intervjuet vil ta omtrent 30 minutter til en time, og det planlegges ett intervju per barn. Det vil avtales tidspunkt og sted som er foretrukket av barnet/dere. Dette kan for eksempel være på skolen. Det vil gjøres lydopptak av samtalen.

Er det ønskelig kan dere få se intervjuguiden i forkant av intervjuet. Ta da kontakt på forhånd.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis dere velger å la deres barn delta, kan dere når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om barnet vil bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for dere hvis dere ikke vil delta eller senere velger å trekke dere.

Da barnet er under 16 år er det nødvendig med samtykke fra foresatte. I forkant av intervjuet vil barnets samtykke også innhentes muntlig.

Barnets personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker opplysninger om barnet

Vi vil bare bruke opplysningene om barnet til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

Datamaterialet vil oppbevares på en passordbeskyttet pc, og det er kun studenten som har tilgang til denne.

I publikasjon av studien vil ikke deltakerne kunne gjenkjennes. Geografiske detaljer, samt personopplysninger, vil anonymiseres.

Opplysninger som publiseres vil være:

- Barnets alder og kjønn

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Prosjektet skal etter planen avsluttes desember 2020. Lydopptak slettes så snart de er transkribert (skrevet i tekst). Andre opplysninger slettes når masteroppgaven er fullført og ferdig.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om barnet?

Vi behandler opplysninger om barnet basert på foresattes samtykke.

På oppdrag fra VID Oslo, studiested Diakonova har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

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

- VID Oslo, studiested Diakonova ved masterstudent Kamilla Salvesen, på epost (kasalvesen@outlook.com) eller telefon: 95 10 37 08

- VID Oslo, studiested Diakonova ved førsteamanuensis Nina Olsvold, på epost (nina.olsvold@vid.no) eller telefon: 47 01 10 72
- Vårt personvernombud: Nancy Yue Liu.
- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost (personverntjenester@nsd.no) eller telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Nina Olsvold

Kamilla Salvesen

Prosjektansvarlig
(Forsker/veileder)

Student

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «Kosthold og matvaner hos barn med delt bosted» og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- at mitt barn kan delta i studien

Barnet (deltakerens) navn

Jeg samtykker til at mitt barns opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, ca. desember 2020.

(Signert av foresatte, dato)

Vedlegg 3: Eksempel fra analyseprosessen

Eksempel fra analyseprosessen	
Intervju (rådata)	
<i>Eller for et år siden fant vi ut at vi kan ikke ta med brødskiver. For jeg spiser det ikke. Så da tok vi fiskekaker, kjøttpudding</i>	<i>På fredager og lørdager og søndager.. nei, eller vent. Bare fredag og lørdag så ser vi på film. Og da har vi ofte pizza og da spiser vi ofte det nede på stua og ser på film som varer i to timer.</i>
Koder	
Når jeg har brødskive da spiser jeg ikke maten min	Ser på film og spiser pizza i stua på fredager og lørdager
Kodegruppe	
Hva barna vil spise og ikke	Helgemiddag
Undertema	
Brødskivens tap	Middag med selskap
Hovedtema	
Måltidenes vinnere og tapere	Helgekosen