

# EVALUERINGS- RAPPORT

**Sund kost og trivsel i specialhold på Havnbjerg Skole**



Juni 2010  
Akademisk medarbejder Sisell Larsen  
Ernæringskonsulent Anna Ydegaard  
Videncenter for Sundhedsfremme  
University College Syddanmark

## Indholdsfortegnelse

1. Indledning	s. 2-3
2. Evalueringens formål og metode - evalueringsdesign	s. 4-8
3. Dataindsamlingsmetode	s. 9-9
4. Beskrivelse af evalueringsresultatet	s. 10-17
4.1 A-klasserne	s. 10-14
4.2 C-klasserne	s. 14-17
5. Fortolkning af evalueringsresultatet	s. 18-22
5.1 A-klasserne	s. 18-19
5.2 C-klasserne	s. 20-21
5.3 Sammenfatning	s. 21-22
6. Konklusion	s. 23-24
6.1 anbefalinger	s. 24-24
7. Litteraturliste	s. 25-25

Bilag 1 - Semistruktureret interviewguide

## 1. Indledning

Havnbjerg Skole i Sønderborg Kommune igangsatte i skoleåret 2009/2010 et kostprojekt for skolens specialklasselever. Projektets formål var at sætte fokus på elevernes kostvaner, og derigennem give eleverne kompetencer til at vælge det sunde valg fremfor det usunde. Ydermere var det en forhåbning, at man gennem projektet kunne forbedre elevernes trivsel og dermed optimere deres læringsmiljø.

Projektets målgruppe bestod af ca. 50 specialklasselever inddelt i to rækker bestående af henholdsvis A- og C-klasser. I hver af de to rækker var der tre klasser inddelt efter alderstrin. Klasserne i hver af rækkerne benævntes lille, mellem og store A eller C. Målgruppens tilhørsforhold til én af de to rækker afhang af den enkelte elevs adfærdsvanskeligheder.

Projektets tiltag indebar forskellige elementer, der alle havde det til fælles at de skulle øge målgruppens opmærksomhed på sunde kostvaner, og derigennem være med til at fremme målgruppens sundhedstilstand. Projektets tiltag bestod af fælles formiddags- og frokostmåltider, samt af læringsforløb for såvel lærere, målgruppen og målgruppens forældre i kostens betydning for sundhed og trivsel. Slutteligt blev der i foråret 2010 gennemført et to-ugers projektforsøg, der satte fokus på målgruppens motions- og kostvaner.

Hele målgruppen blev ikke præsenteret for alle ovenstående tiltag, idet håndteringen af projektet var forskellig i henholdsvis A- og C-klasserne. I A-klasserne havde man fra starten af projektforsøget kontinuerligt gennemført madlavningsinterventioner. To af A-klasserne (store og mellem) tilberedte dagligt et mellemmåltid og frokost sammen, mens lille A tilberedte fælles frokost to gange ugentligt. C-klasserne greb det anderledes an, idet de det første halve år af projektforsøget havde madværksted hver fredag, hvor elever fra de forskellige C-klasser tilberedte frokost sammen. Lærerne stoppede dette tiltag efter et halvt år, da de ikke nåede at se nogle effekter af tiltaget, idet børnene tog hjem fra skole lige efter frokosten. Som følge af dette gennemførte C-klasserne i maj måned et to-ugers projektforsøg, der satte fokus på børnenes motions- og kostvaner, og samtidig gjorde det muligt for lærerne at vurdere projektforsøgets umiddelbare effekter.

Da projektets forskellige tiltag er skabt ud fra den samme projektbeskrivelse, evalueres projektet ikke som enkeltstående casebeskrivelser af de forskellige klassers interventioner. I stedet foretages to fokusgruppeinterviews med to-tre lærere fra henholdsvis A- og C-klasserne. Disse fokusgruppeinterviews skal synliggøre og underbygge projektets effekter, og samtidig af- eller bekræfte eventuelle forskelle og ligheder i effekterne mellem de to rækker. Det er i denne forbindelse vigtigt at pointere, at evalueringen udelukkende bygger på lærernes subjektive vurderinger af effekten af projektets tiltag, idet der ved projektets start ikke blev opstillet nogle målbare effektmål, der kan følges op på i evalueringen.

Evalueringsens fokus vil være rettet mod følgende to genstandsfelter:

1. Frokost og mellemmåltidstiltagene
2. Lærernes formidlingskompetencer indenfor kost og sundhedsområdet

Hermed bliver formålet med evalueringen af undersøge, i hvilken grad projektets tiltag skaber de ønskede effekter. Disse effekter udgøres af, i hvor høj grad målgruppen er blevet mere bevidste omkring deres handlemulighederne i henhold til kost, samt hvilke effekter tilberedning af et

fællesmåltid har på målgruppens sociale læring. Slutteligt skal evalueringen belyse, hvilke effekter projektets tiltag har haft på målgruppens trivsel.

Evalueringens struktur er opbygget således, at indledningen giver en overordnet præsentation af projektet og projektets målgruppe, samt evalueringens genstandsfelter. Afsnittet vedrørende evalueringsdesignet beskriver evalueringens metodiske overvejelser mht. valg af evalueringsdesign, samt de fokuspunkter, der ønskes belyst i evalueringen. Dataindsamlingsafsnittet beskriver den proces, hvorved evalueringens datamateriale er fremkommet, mens afsnittet "beskrivelse af evalueringsresultatet" giver en umiddelbar beskrivelse af de effekter lærerne belyste under fokusgruppeinterviewene. Afsnittet "Fortolkning af evalueringsresultatet" søger at tolke på disse effekter, mens projektets overordnede effekter opsummeres i konklusionen. Som bilag er vedlagt den semistrukturerede interviewguide, der dannede grundlaget for fokusgruppeinterviewet.

## 2. Evalueringens formål og metode - evalueringsdesign

Havnbjerg Skole igangsatte et kostprojekt for deres specialklasselever i skoleåret 2009/2010. Målgruppen bestod af ca. 50 elever inddelt i to rækker (A- og C-klasser) og projektets tiltag omfattede fælles måltider i form af et mellemmåltid om formiddagen og frokost, samt et læringsforløb for målgruppen og målgruppens lærere og forældre i kost og trivsel. Slutteligt gennemførte visse af eleverne et to ugers projektforbøb, der satte fokus på sund kost og motion. Hensigten med projektet var at øge elevernes fokus på sunde kostvaner og dermed gøre dem opmærksomme på deres handlemuligheder i forhold til kost.

Projektet evalueres som en summativ effektevaluering, og skal dermed undersøge, hvorvidt programmet producerer de ønskede effekter, som rækker udover dem, der ville have fundet sted, hvis ikke projektets tiltag var blevet implementeret.

Projektet er opbygget omkring følgende to hypoteser:

1. Frokost- og mellemmåltidstiltagene skal være med til at fremme elevernes sundhedstilstand og sociale læring.
2. De udbudte kurser/læringsforløb skal bidrage til lærernes formidlingskompetencer indenfor kost- og sundhedsområdet, og ydermere øge målgruppens og målgruppens forældres fokus på kostens betydning for sundhed og trivsel.

Målet med projektet er følgende:

- at udvikle elevernes og forældrenes kompetencer i forhold til kost og trivsel.
- at øge elevernes bevidsthed om egne handlemuligheder.
- at øge medarbejdernes viden om kostsammensætning og muligheder for at inddrage denne viden i dagligdagen, både hvad angår elevernes læring og samarbejdet med forældrene.
- at mindske antallet af konflikter mellem eleverne indbyrdes og mellem elever og lærere, og dermed forbedre læringsmiljøet.

### 2.1 Evalueringens fokuspunkter

For at opnå disse målsætninger, opstilles nogle fokuspunkter for evalueringen, der skal give et indblik i, i hvilken grad projektet har opnået de ønskede effekter. Fokuspunkterne for denne evaluering kan inddeles i to kategorier, der udgøres af kortsigtede og langsigtede effekter (Rossi, Lipsey & Freeman, 2004):

#### Kortsigtede effekter

##### *Målgruppens viden om kost*

- Hvordan har elevernes viden om kost udviklet sig gennem projektet?
  - kendskab til madvarer
  - kendskab til tilberedning af madvarer
- Har eleverne udviklet deres spisevaner gennem projektet?
  - spiser de mere varieret nu, end de gjorde inden projektets start?
- Er eleverne blevet (mere) bevidste om, hvilke fødevarer der er henholdsvis sunde og usunde?

### *Målgruppens sociale læring*

- Hvilken indflydelse har projektet haft på børnenes sociale egenskaber?
- Hvilke effekter har projektet på børnenes bordskik/manérer?

### *Kompetenceudvikling*

- Hvordan er forældrene blevet kompetenceudviklede som følge af projektet?
- Hvordan har forældrenes viden om kost udviklet sig gennem projektet?
- Hvordan er lærerne blevet kompetenceudviklede som følge af projektet?
- Hvordan kommer den viden lærerne har tilegnet sig om kostsammensætning til udtryk i undervisningen?
- Hvordan er eleverne blevet kompetenceudviklede som følge af projektet?
- Trives eleverne med projektets tiltag?
- Hvilken betydning har projektforløbet haft for elevernes konfliktniveau?
- Har alle specialklasselever på mellemtrinnet haft hjemkundskab to gange ugentligt?

### *Projektets gennemførelse*

- Hvor stor en andel af de planlagte tiltag er blevet afholdt?
- Hvor mange fra målgruppen har benyttet tiltagene?
- Blev tiltagene udført i overensstemmelse med det bagvedliggende koncept (projektbeskrivelsen)?
- Trives målgruppen med projektets metode/koncept?
- Er målgruppen tilfredse med tiltagene?
- Hvor stor en andel af målgruppen har forstået og kan huske tiltagens budskab?

### Langsigtede effekter

- At forbedre målgruppens kostvaner og derigennem påvirke deres sundhedsadfærd i en positiv retning

## **2.2 Evalueringens programteori**

Projektets tiltag kan opstilles som følgende programteori<sup>1</sup> for at give et grafisk billede af, hvordan de skal føre til de ønskede effekter. Programteorien beskriver projektets nøgleelementer, og kan ydermere hjælpe med at identificere nogle kritiske evalueringsspørgsmål. Modellen udformes ved at konvertere det eksisterende projektmateriale om til en billedlig beskrivelse af projektet (Rossi et al., 2004).

---

<sup>1</sup> En programteori illustrerer den logiske sammenhæng mellem et projekts aktiviteter og dets ønskede effekter.

Aktiviteter	Strategier	Outputs	Kortsigtede effekter	Langsigtede effekter
Et kursus/ læringsforløb i kost, ernæring og trivsel henvendt til målgruppens lærere, målgruppen (specialklasse-elever) og målgruppens forældre	Sundhedsuddannelse og sundhedskommunikation	Målgruppen, samt målgruppens forældre og lærere, deltager i kurset/ læringsforløbet og oparbejder derigennem færdigheder, der kan føre til de ønskede effekter	På baggrund af den viden målgruppen har tilegnet sig gennem kurset/ læringsforløbet/ hjemkundskabstimerne/ fælles madlavning og spisningen ændres deres opfattelse af kost, hvorved de bliver opmærksomme på deres handlemuligheder angående kost	At forbedre målgruppens kostvaner og derigennem påvirke deres sundhedsadfærd i en positiv retning
Fælles madlavning to gange ugentligt for elever på mellemtrinnet (hjemkundskab)	Sundhedsuddannelse og sundhedskommunikation	Målgruppen deltager i madlavningsprocessen og udvikler derigennem kompetencer	Se ovenfor	Se ovenfor
Et dagligt tilbud om fælles frokost og mellemmåltid	Sundhedsuddannelse og sundhedskommunikation	Målgruppen tager del i fællesskabet omkring fællesmåltiderne og udvikler derigennem kompetencer	Se ovenfor	Se ovenfor
Et to ugers projektforsløb, der skal skærpe elevernes opmærksomhed på kost og motion	Sundhedsuddannelse og sundhedskommunikation	Målgruppen deltager i projektforsløbet og udvikler derigennem kompetencer	Se ovenfor	Se ovenfor

Det er vigtigt at gøre opmærksom på, at eleverne i målgruppen ikke er blevet præsenteret for alle ovenstående aktiviteter, hvilket skyldes målgruppens inddeling i henholdsvis A- og C-klasser (jf. indledning). To af A-klasserne (store og mellem) har dagligt tilberedt et mellemmåltid og frokost sammen, mens lille A har tilberedt fælles frokost to gange ugentligt. C-klasserne har i løbet af det første halve år haft en ugentlig middag, hvorefter ordningen blev sat i bero. I løbet af foråret igangsatte C-klasserne et to ugers projektføreløb, med det formål at øge elevernes opmærksomhed på kost og motion.

De to ugentlige hjemkundskabstimer for eleverne på mellemtrinnet er inkluderet i frokostinterventionerne og foregår derfor ikke sideløbende.

### 2.3 Evalueringsdesign

Målet med denne evaluering er at undersøge, hvilke effekter skolens kosttiltag har haft på specialklasseelevernes sundhed og trivsel. Evalueringen bygger på den kvalitative tilgang, idet genstanden for evalueringen er informanternes (lærernes) subjektive vurderinger af tiltagens effekter (Bjerg, 2008).

Evalueringsdesignet og dermed dataindsamlingsmetoden tager udgangspunkt i deltagerobservationer af målgruppen og to fokusgruppeinterviews af målgruppens lærere. Gennem deltagerobservationerne er det muligt for evaluatoren at tage del i, erfare, observere og systematisk registrere målgruppens sociale liv i sammenhænge, der ikke er bestemt af evaluatoren, men selvfølgelig bliver påvirket af evaluatorens tilstedeværelse. Deltagerobservation gør det dermed muligt at registrere, om og hvordan det mennesker fortæller, svarer til det, de rent faktisk gør i konteksten. Metoden gør det også muligt at få informationer om det, som mennesker tager for givet i en sådan grad, at de ikke fortæller om det. Med metoden kan man dermed komme "om bag ordene" og få en fornemmelse af, hvad der fortælles, og hvad der forties i en specifik situation. I denne evaluering anvendes en fokuseret observationsstrategi, hvor specifikke hændelser og aktiviteter observeres. Disse udgøres blandt andet af madlavningsprocedurene omkring formiddagsmaden og frokosten, samt interaktionen mellem eleverne indbyrdes og mellem elever og lærere før, under og efter frokosten (Tjørnhøj-Thomsen & Whyte, 2008). Konkret betyder det for evalueringen, at evaluatoren får en oplevelse af, hvorledes projektets tiltag er blevet implementeret og hvordan målgruppen reagerer og trives med tiltagene. Samtidig er det muligt for evaluatoren at observere målgruppens omgang med hinanden og de lærere, der er tilknyttet målgruppen.

Ud over at give en indsigt i rammerne omkring målgruppen, samt målgruppens adfærdsformer heri, skal deltagerobservationerne også underbygge den semistrukturerede interviewguide (se bilag), der danner grundlaget for de to fokusgruppeinterviews og dermed udgør evalueringens primære datakilde. Fokusgruppeinterview er en interviewform, hvor flere mennesker interviewes samtidig, og kan derfor betragtes som en diskussionsgruppe, hvor interviewer stiller enkelte spørgsmål, som diskuteres af deltagerne. Formålet med interviewformen er at få så mange forskellige synspunkter frem som muligt, ved at deltagerne inspirerer hinanden til at fortælle og overveje diskussionstemaerne. Det er i denne forbindelse hensigtsmæssigt, at interviewer på forhånd har fastlagt nogle emner, som ønskes belyst og at stemningen omkring interviewet er tilpas afslappet til at interviewpersonerne kan fortælle frit og med egne ord om deres erfaringer (Christensen, Schmidt & Dyhr, 2008). I denne evaluering foretages to fokusgruppeinterviews med ca. to-tre lærere fra henholdsvis A- og C-klasserne. Ved at foretage fokusgruppeinterviews med A- og C-klassernes



lærere kan respondenterne underbygge hinandens påstande, samtidig med at eventuelle forskelle bliver trukket frem, hvormed det samlede resultat bliver mere nuanceret.

Da der ved projektets baseline ikke blev gennemført nogle målinger/registreringer af målgruppen, er det ikke muligt at fremlægge nogle kvantitative effekter af projektet i evalueringen. Det er derfor vigtigt at gøre opmærksom på, at evalueringens primære datakilde er lærernes subjektive vurderinger af projektets effekter.

### 3. Dataindsamlingsmetode

Deltagerobservationen på Havnbjerg skole blev gennemført mandag den 26. april, og formålet med observationsbesøget var at få et indblik i den aktuelle udførelse af projektets tiltag. Hensigten med observationerne var dermed at blive rustet til at stille de rette spørgsmål til deltagerne i fokusgruppeinterviewet, således, at projektets egentlige effekter ville blive belyst under fokusgruppeinterviewet. På selve observationsdagen var følgende punkter på dagsordenen:

- Hvilke af projektets tiltag er gennemført i praksis?
- Hvordan er projektets tiltag gennemført?
- Hvor længe har projektets tiltag været gennemført?
- Hvordan er projektets målgruppe inddelt?
- Hvilke elever fra målgruppen deltager i projektets tiltag?
- Hvordan foregår procedurene omkring formiddagsmaden og frokosten i praksis?
  - Spiser alle fra målgruppen frokost sammen?
  - Hvor foregår frokosten henne?
- Har I (lærerne) umiddelbart oplevet nogle effekter ved projektet?

Deltagerobservationerne fungerede dermed som et redskab, der skulle understøtte og inspirere til udformningen af den semistrukturerede interviewguide, der dannede grundlaget for fokusgruppeinterviewene. Den semistrukturerede interviewguide blev opbygget med to kriterier for øje, der netop skulle gøre det muligt at identificere og fortolke projektets effekter:

- Identifikation af projektets effekter:

Gennem interviewguidens spørgsmål skulle det være muligt at identificere projektets effekter, således det blev muligt at evaluere, hvorvidt projektet havde opnået de ønskede målsætninger.

- Meningsfuldhed:

Interviewguidens spørgsmål skulle give mening og være relevante for fokusgruppeinterviewenes deltagere, samt omhandle forhold, der afspejlede projektets tiltag og mulige effekter (se den vedlagte interviewguide).

De to fokusgruppeinterviews blev afholdt mandag den 31. maj, og deltagerne var lærerne fra henholdsvis A- og C-klasserne. I interviewet med C-klassernes lærere deltog to lærere fra henholdsvis lille og mellem C, mens der kun var en deltagende lærer i interviewet med A-klasserne, der repræsenterede mellem og store A. Konsekvenserne af lille A og store C manglende deltagelse i fokusgruppeinterviewene vil blive omtalt senere i evalueringen.

Fokusgruppeinterviewene var tilrettelagt således at de stillede spørgsmål, dels skulle besvare i hvor høj grad projektet levede op til de på forhånd fastsatte målsætninger, og dels skulle belyse om projektet havde haft nogle yderligere effekter (se den vedlagte interviewguide). I de følgende afsnit vil fokusgruppeinterviewenes indhold blive beskrevet og fortolket.

## 4. Beskrivelse af evalueringsresultatet

Dette afsnit giver en beskrivelse af den information, der fremkom som følge af fokusgruppeinterviewene med lærerne fra henholdsvis A- og C-klasserne. Afsnittet er opbygget således, at fokusgruppeinterviewet med A-klassernes lærere først gennemgås, hvorefter interviewet med C-klassernes lærere bliver gennemgået. Strukturen er opbygget på samme måde som den semistrukturerede interviewguide.

### 4.1 Fokusgruppeinterview med A-klasserne

Det er vigtigt at pointere, at interviewet kun havde en deltager, der repræsenterede store og mellem A. Det er derfor ikke muligt på baggrund af dette interview at vurdere, hvilke effekter projektet har haft for eleverne i lille A. Dette til trods ved vi, som følge af observationsbesøget, at eleverne i lille A to gange ugentligt har lavet frokost sammen, og at de anvendte opskrifter er blevet samlet i et hæfte og givet til eleverne.

#### 4.1.1 Udvikling af elevernes og forældrenes kompetencer i forhold til kost og trivsel

I store og mellem A har lærerne siden 1992 været vant til at lave mad sammen med eleverne. Ordningen har i enkelte perioder været afbrudt som følge af kommunale nedskæring, og det var også en sådan, der blev startskuddet til dette projekt.

*"Projektets opstart var svær. Førhen har vi været vant til at nye elever langsomt blev sluset ind i madlavningsprocedurerne, men i dette projekt blev alle eleverne kastet ud i det, da det var nyt for alle - efter en to-tre måneder begyndte ordningen dog stille og roligt at køre."*

I starten af projektførelsen lavede eleverne altid varmt mad, som fx supper, traditionelt dansk mad og mad fra middelhavskøkkenet, mens de nu i højere grad laver kolde retter. Den daglige rytme for eleverne i store og mellem A er således, at der kl. 9 bliver serveret formiddagsmad bestående af eksempelvis gulerødder, agurkstave eller blomkål, hvorefter der kl. 11 bliver serveret frokost. Eleverne handler selv ind til begge måltider og står derefter for bearbejdningen af fødevarerne. Procedurene omkring madlavningen fungerer på den måde, at en til to elever sammen med en lærer laver mad til resten af eleverne i store og mellem A. Ordningen er en turnusordning, hvor eleverne har køkkenpligterne i en uge af gangen. I følge informanten nyder eleverne at være med til at tilberede maden, og de er glade for at blive stillet opgaver i køkkenet, som de ved de kan håndtere og overskue - fx at koge æg og åbne torskerognsdåser. Eleverne er efter informantens vurdering blevet gode i køkkenet, fordi de via simple håndteringsmetoder er blevet guidet igennem mange af madlavningsprocesserne, således de i dag er blevet forholdsvis hjemmevante og selvstændige i køkkenet. Ydermere kan informanten tydeligt mærke det på eleverne, hvis de ikke har fået noget ordentligt at spise i løbet af skoledagen, idet de da bliver urimelige og ukoncentrerede at være sammen med.

*"Mange af vores elever går kolde på en helt anden måde end almindelige elever. Ikke nok med at de bliver ukoncentrerede, de bliver også urimelige at være sammen med og bliver aggressive og vil slås."*

Informanten vurderer at eleverne har rykket sig enormt meget, hvad angår procedurene omkring madindkøb. Før var de meget styret af farver og former når de handlede ind, hvorimod de nu har lært at kvaliteten af varen er det vigtigste og prisen i den forbindelse kommer i anden række. Eleverne har efter informantens udsagn lært at bruge øjnene og hovedet når de handler ind.

*"Eleverne går over i supermarkedet og lader sig blænde af former og farver, det har derfor været vigtigt for os at lære dem, at kvaliteten af varerne er det vigtigste, og at prisen i den forbindelse er sekundært. Eleverne er blevet rigtigt gode til at se på kvaliteten af varerne og dermed også sidste salgsdato, når de handler ind."*

Efter informantens vurdering har lærerne gjort meget ud af, at fisk, æg og grøntsager i forskellige varianter er gengangere når eleverne får serveret frokost. I den forbindelse er det yderst sjældent, at der bliver serveret skærepålæg for eleverne, da det er lærernes hensigt at frokosten skal være fedtfattig, idet mange af eleverne, efter informantens udsagn, får rigeligt med fedt i deres øvrige kost.

*"Vi får ofte fisk, æg og grøntsager til frokost, og eleverne er helt vilde med det."*

En del af eleverne har som følge af deres adfærdsvanskeligheder meget specielle kostvaner, hvilke lærerne ikke har forsøgt at ændre, men blot udvide. Dette er i følge informanten i høj grad lykkedes, idet en del elever har fået udvidet deres madhorisont, hvilket opleves ved at mange af elevernes forudindtagede holdninger til forskellige fødevarer er blevet nedbrudt. Ydermere er de blevet bevidste om, hvilket fødevarer, der er henholdsvis sunde og usunde. Det er informantens vurdering at alle eleverne har fået meget ud af projektførelsen, og især dele af de kræsne elever, der er blevet betydeligt mindre kræsne.

*"Eleverne elsker at hjælpe til i køkkenet og mange af dem efterspørger de retter, de rigtigt godt kunne lide, og vil gerne at vi laver dem igen. Derudover er eleverne blevet mere bevidste om, hvilke madvarer der er sunde og usunde, fx er der næsten ikke nogle elever, der spiser remoulade mere."*

Forældrene til eleverne i store og mellem A har i følge informanten ikke været involveret i projektførelsen, hvilket kan skyldes, at det planlagte forældrearrangement endnu ikke har været afholdt, men i stedet er blevet udskudt til næste skoleår. Det er vedtaget blandt A-klassernes lærere, at forældrearrangementet bliver uden eleverne, således det i højere grad bliver muligt at nå ind til forældrene. Informanten pointerer dog i samme åndedrag, at der generelt ikke er stor opbakning fra elevernes forældre, der i høj grad udgøres af ressourcetsvage forældre.

*"Forældrearrangementet bliver uden eleverne, for så vil vi forsøge at dosere forældrene. Vi vil fortælle dem om nogle formodninger vi har om sammenhænge mellem kost og ADHD, og så ellers hygge os med at lave nogle madretter sammen, som er velsmagende og sunde."*

*"Vi har indimellem forsøgt at give eleverne nogle opskrifter med hjem som de skulle forsøge at lave sammen med deres forældre, men vi oplever en meget lille opbakning fra forældrenes side."*

Det er første gang at alle eleverne i store A fortsætter efter sommerferien, hvilket i følge informanten giver lærerne nogle meget bedre forudsætninger for deres sundhedsfremmende arbejde.

#### 4.1.2 Øge elevernes bevidsthed om egne handlemuligheder i forhold til kostvaner

Informanten fortæller at mange af eleverne har penge med i skole, og at lærerne i den forbindelse har forsøgt at snakke med dem om, hvordan de bedst muligt bruger deres penge, således at de ikke bliver brugt på slik og chips. A-klassernes lærere tror generelt ikke, at det hjælper at løfte pegefingeren overfor eleverne, men at det derimod er følelsen af, hvor godt eleverne har det når de har fået noget godt og sundt at spise, der virker. Informanten beretter ydermere, at eleverne er meget mere modtagelige overfor læring, når de har fået noget at spise i løbet af skoledagen, hvilket lærerne oplever ved, at eleverne da er motiverede for at lære.

*"Førhen da eleverne ikke fik noget at spise i skolen, og nogle heller ikke spiste morgenmad, gik der ikke længe før de blev umulige at være sammen med. Når eleverne får noget at spise i løbet af skoledagen, går de ikke sukkerkolde, og er derfor også mere motiverede for at lære."*

*"Deres koncentrationsevne er også blevet forbedret, de kan holde til mere - og der er jo egentligt bare benzinmotoren om igen."*

A-klassernes lærere har generelt forsøgt at lære eleverne at meget af det, der er sundt at spise også er forholdsvis billigt at købe og nemt at tilberede. Det er informantens klare overbevisning, at mange af eleverne selv er i stand til at videreføre nogle af de kostprincipper, de har lært som følge af projektførelsen.

#### 4.1.3 Øge medarbejdernes viden om kostsammensætning og muligheder for at inddrage denne viden i dagligdagen, både hvad angår elevernes læring og samarbejdet med forældrene

Informanten fortæller at alle lærerne - fra både A- og C-klasserne - var samlet en aften i løbet af efteråret, hvor de fik undervisning i sund kost af en diætist. Diætisten underviste blandt andet lærerne i de otte kostråd og tilberedning af forskellige sunde fødevarer. I følge informanten lærte diætisten ikke lærerne noget nyt, men gav dog nogle nye og friske inputs til, hvordan forskellige fødevarer kan anvendes på en fedtfattig måde. Forhåbning med undervisningen havde i følge informanten været, at diætisten havde undervist lærerne i mulige sammenhænge mellem ADHD og forskellige kosttyper.

*"Vi havde håbet på at lære noget om kostens betydning for børn med ADHD. Mødet med diætisten var egentligt godt nok, hun vidste bare ikke noget om sammenhængen mellem ADHD og kost."*

Informanten vurderer, at der ikke som sådan har været noget nyt i projektet for lærerne, da de igennem mange år har været vant til at lave mad sammen med eleverne - og af den grund heller ikke har følt sig presset af at skulle lave mad sammen med nogle af eleverne, og samtidig stå for den faglige undervisning af andre af eleverne.

*"Vi har været vant til at lave mad sammen med eleverne igennem mange år. Vi er af den grund heller ikke følt os presset af selv at skulle stå for at lave maden, for det er vi vant til at gøre."*

Projektet har i følge informanten været tilrettelagt således, at det har lagt vægt på, at eleverne bliver så selvstændige som overhovedet muligt, og at de bliver hjulpet på en sådan måde at de fortsat kan udvikle denne selvstændighed.

*"Vores mål har været at eleverne bliver så selvstændige som overhovedet muligt - og vi har mange års erfaring i, hvordan eleverne på bedst mulig vis skal guides rundt i køkkenet."*

Projektets kosttiltag er ikke opbygget omkring generelle kostbefalinger, men har i følge informanten i højere grad været rettet mod at få eleverne til at spise mere varieret end de hidtil har gjort.

*"Det har været vores første prioritet at få eleverne til at spise varieret. Vi har selvfølgelig forsøgt at lave sund mad sammen med dem, men vi har ikke sammensat retterne ud fra eksempelvis de otte kostråd, men i højere grad ud fra vores egen basisviden om kost."*

#### **4.1.4 Mindske antallet af konflikter mellem eleverne indbyrdes og mellem elever og lærere, og dermed forbedre læringsmiljøet**

Der er i følge informanten betydeligt færre konflikter blandt eleverne nu, end der tidligere har været. Dette opleves dels ved, at eleverne sidder mere roligt med deres skolearbejde nu end de før har gjort, samtidig med at de også kan sidde og lave skolearbejde efter frokosten. Eleverne er dog stadig meget påvirkelige overfor forskellige udefrakommende faktorer.

*"Projektforløbet har forbedret konfliktniveauet utroligt meget, der er betydeligt færre elever, der går kolde og begynder at smide med tingene. Eleverne er blevet mere rolige, hvilket har den effekt, at de kan sidde mere koncentreret med deres skolearbejde."*

I følge informantens vurdering har de store elever en opdragende effekt på de små elever, hvad angår adfærden i køkkenet. De små elever kan endnu ikke tage ansvar for deres færden i køkkenet, mens de store, til trods for deres manglende udvikling på mange områder, er meget velfungerende i køkkenet.

*"De har en klar opdragende effekt på de små elever. Hvis vi sender to af de små elever i køkkenet går det op hat og briller, fordi de endnu ikke kan tage ansvar - det kan mange af de store tilgængæld."*

Det har i følge informanten været en af projektets kæpheste, at eleverne skulle lære at spise varieret. På dette område har eleverne holdt skarpt øje med hinanden, og på den måde været hinandens værste dommere. Som en følge af projektet oplever informanten også, at elevernes bordmaner er blevet væsentlige forbedret.

Økologiske fødevarer har ikke været et tema i A-klasserne, da det i følge informanten og de øvrige lærere har været sekundært - det primære har for dem været at flytte elevernes fokus fra fedt og sukker over på grønt og vitaminer. Eleverne er ikke blevet undervist i kostens forskellige bestanddele under projektforløbet, derimod har lærerne gjort meget ud af at lære eleverne, at desto mere forarbejdet maden er, desto dårligere er dens næringsværdi.

*"Økologi har vi slet ikke rørt ved, for i den sammenhæng må det være sekundært. Vi har ikke som sådan undervist eleverne i kostens bestanddele, vi har blot forsøgt at lære dem, at desto mindre forarbejdet mad er, desto bedre er det."*

#### **4.1.5 Gennemførelse**

Alle eleverne har været inkluderet i madordningen under projektføreløbet, der er dog enkelte elever, der har fået modificeret ordningen efter deres særlige behov. I følge informanten virker eleverne til at trives med projektet, hvilket især dele opleves ved, at der er kamp om at være med til at lave mad i køkkenet. Som regel fungerer madordningen dog efter en fast ordning, hvor eleverne er ansvarlige for madlavning efter tur.

*"Der har igennem hele projektperioden været kamp om at være med til at lave mad."*

Informanten vurderer, at det er en klar fordel, at man som lærer har mulighed for at få noget "alenetid" med enkelte elever under madlavningsseancerne, idet det derigennem er muligt at knytte stærkere bånd til dem og ydermere få et dybere indblik i deres privatsfære. Informanten synes ikke umiddelbart, at der har været nogle ulemper forbundet med projektet.

### 4.2 Fokusgruppeinterview med C-klasserne

Det er vigtigt at pointere, at interviewets deltagere repræsenterede lille og mellem C, hvormed det ikke er muligt på baggrund af dette interview at vurdere, hvilke effekter projektet har haft for eleverne i store C. Når dette er sagt, så har en del af projektets tiltag dog omfattet alle elever i C-klasserne, hvilket gør at informanterne til en vis grad kan viderebringe nogle af effekterne fra store C.

Projektet i C-klasserne startede for et år siden med en ugentlig maddag, hvor elever på tværs af C-klasserne lavede frokost til hele C-klassegangen. Da eleverne havde fri efter de havde spist frokost nåede lærerne, ikke at se nogle effekter, og besluttede derfor at ændre ordningen. Dette blev til et 14 dages projektføreløb, der inkluderede alle eleverne i C-klasserne. Projektets tiltag bestod af en daglig morgen gåtur, hvorefter der blev serveret et mellemmåltid og senere frokost for dem.

#### **4.2.1 Udvikling af forældre og elevers kompetencer i forhold til kost og trivsel**

Som optakt til projektføreløbet blev der afholdt et forældrearrangement, hvor alle målgruppens forældre blev inviteret. Til arrangementet blev der også inviteret en diætist, som skulle holde et oplæg om sundhed og sunde madpakker. Informanterne beretter, at opbakningen fra elevernes forældre var meget lille, da kun fire ud af 35 børns forældre deltog i arrangementet. Målgruppens lærere havde, i følge informanterne, forberedt diætisten på at mange af eleverne havde ressourcetsvage forældre, og oplægget derfor skulle afholdes visuelt, enkelt og letforståeligt.

I følge informanterne har forældrenes rolle under projektføreløbet været forholdsvis neutral, idet der har været fritaget fra at smøre madpakker til deres børn. Informanterne vurderer, at en mange af forældrene ikke har interesseret sig for, hvorvidt deres børn har lært noget om sundhed eller ej, men blot at de har været fritaget fra at smøre madpakker. Informanterne vurderer at dette kan være en

følge af, at målgruppens forældre er mættede af at høre om sundhed, samt at de vurderer at de i forvejen smører gode madpakker.

Informanterne beretter at de forældre, der deltog i forældrearrangementet havde en hyggelig aften, hvor enkelte fik en øjenåbner, hvad angår sund kost, der også efterfølgende lod sig se i elevernes madpakker. Diætisten var god til at visualisere de ernæringsfaglige begreber, således de blev gjort letforståelige. I følge informanternes vurdering har eleverne lært meget gennem projektføreløbet. Specielt har flere af eleverne øget deres kendskab til forskellige fødevarer, hvilket isærdeleshed gælder de elever, der har ressourcetsvage forældre.

*"Der var en dag hvor vi fik en masse forskellige rå grøntsager. Nogle sad og gnaskede broccoli i sig, for det havde de aldrig smagt før. De fik oplevet en masse andre ting. For gulerodsstave og agurker får de altid med."*

I følge informanterne har mange af eleverne udvist en stor interesse for de opskrifter, der er blevet anvendt i projektet. Dette har givet anledning til, at eleverne har haft mulighed for at få opskrifterne med hjem. Informanterne vurderer, at det kun er i de ressourcetsvage familier, at eleverne har fået lov at afprøve opskrifterne derhjemme.

*"Alle eleverne inde ved mig ville gerne have opskrifterne med hjem - men der er nok ikke så mange af dem som vil få lov til at afprøve dem. Jo måske vil dem med de ressourcetsvage forældre."*

#### **4.2.2 Øge eleverne bevidsthed om egne handlemuligheder i forhold til kostvaner:**

I følge informanterne har eleverne til daglig ingen indflydelse på deres mad og kostsammensætning. Flertallet har som følge af projektføreløbet fået forståelse for sundhed og kost.

*"Jeg tror ikke der er mange af eleverne, som selv har indflydelse på hvad de får at spise derhjemme og jeg tror heller ikke de får det."*

*"Jeg tror de fleste af eleverne har fået en forståelse for sundhed - enkelte i mellem C har måske ikke - men ellers tror jeg flertallet har fået forståelse for vigtigheden af sunde måltider."*

Grundet elevernes adfærdsvanskeligheder skal al læring holdes ved lige, hvis det skal have en langvarig virkning. Ofte kan eleverne have autistiske træk, som gør at de skal spise det samme hver dag, hvilket giver forældrene en stor udfordring med hensyn til at variere madpakkerne.

*"Vi er nød til at holde noget af det ved lige, vi har lært eleverne, ellers går det i glemmebogen."*

*"Jeg synes de fleste af mine elever spiser sundt - og hos de der ikke gør, kan det ofte relateres til deres handicap. Mange af disse elever spiser det samme hver eneste dag til aftensmad. Vi har én elev, som kun spiser kyllingenuggets. Han har nogle autistiske træk, der gør, at man skal passe på ikke at overskride hans grænser. Det er en helt anden problematik."*

Når eleverne spiser sammen, påvirkes de meget af hinanden. Informanterne har gennem projektføreløbet gjort meget ud af, at eleverne skal smage på den mad, der bliver serveret og overholde bordskikken, således de oparbejder respekt for maden, og dem der har lavet den. De har i løbet af deres ordinære ugentlige maddag lært at spise med kniv og gaffel og at sidde ved bordet indtil alle er færdige. Dette er i følge informanterne blevet forstærket af 14 dages intensiv genopfriskning. Mange elever har ikke kendskab til bordskik hjemmefra.



*"De spiser allesammen sammen, har bestik og tallerkener, og lærer meget af hinanden".*

Informanterne vurderer at lille C har været meget påvirket af, at deres lærere skulle handle ind og forberede maden under projektføreløbet, hvilket har skabt meget uro i klassen. Alle, såvel elever som lærere, har derfor glædet sig til at komme tilbage til madpakkerne igen. I følge informanterne var Lille C også ved at kaste op hver gang de skulle spise, fordi de ikke havde kendskab til de fødevarer de blev præsenteret for, og derfor ikke troede de kunne lide dem. Af den grund opstod der mange konflikter, når elevernes negativitet og modstand skulle vendes til nysgerrighed.

*"Problemet var at det var OS, der skulle lave maden. Når vi går fra, bliver strukturerne omkring deres dagligdag brudt op. Jeg er sikker på det havde haft en anden effekt, hvis vi havde haft én til at lave maden for os."*

I følge informanterne har fællesspisningen også givet anledning til forståelsen af forskellige kulturer. En muslimsk dreng måtte ikke få svinekød, og derfor blev der lavet oksekødsfrikadeller til ham. Eleverne fik forklaringen, og forstod at de alle var forskellige og kom fra forskellige familier med forskellige kulturer. Dette var ikke blevet opdaget, hvis eleverne havde haft madpakker med, idet de alle da er forskellige.

*"Vi har f.eks en muslimsk dreng inde ved os, som ikke spiser svinekød, og det har vi fået nogle snakke om under projektføreløbet. For da vi fx fik frikadeller, fik han frikadeller af noget andet kød. Det er jo også skægt, at eleverne lige pludselig finder ud af forskellene, for det lægger de ikke mærke til i dagligdagen, hvor de hver især har deres eget mad med."*

Eleverne i de to store klasser har enkelte gange været med på indkøb, hvilket har resulteret i at de er begyndt at få en forståelse for fødevarernes opdeling og placering i supermarkedet.

Informanterne fortæller om en sjov oplevelse de havde med en elev, der var meget skeptisk overfor projektføreløbet inden det startede, da han troede, at hans mor så kun måtte lave sund mad, og det kunne han absolut ikke lide. Han fik afprøvet mange nye retter, og erfarede at han ikke var så kræsen som han troede.

*"Vi havde en elev, der var rigtig bange for, at han skulle til at spise sund mad hver dag og derfor syntes han heller ikke, at hans mor behøvede at vide noget om det, i frygt for, at han da også skulle til at have sund mad hjemme."*

Mellem og store C var med til at lave mad til resten af C-klasseeleverne, og fik i følge informanter ejerskab over de retter de selv var med til at lave, og blev meget stolte når retterne blev nydt og anerkendt af de øvrige elever.

*"De får et vist ejerskab over dét de laver. De vil gerne fortælle de andre, hvad retten består af."*

I følge informanterne fik eleverne i løbet af 14 dage smagt på mange nye fødevarer, og var i slutningen af forløbet ikke længere bange for at smage nyt.

#### **4.2.3 Øge medarbejdernes viden om kostsammensætning og muligheder for at inddrage denne viden i dagligdagen, både hvad angår elevernes læring og samarbejde med forældrene**

Der blev afholdt et arrangement for lærerne inden jul, hvor en diætist gav inspiration og viden om sundhed. Det teoretiske niveau var for lavt, men det gav alligevel lærerne nogle gode inputs.

Diætisten havde flere visuelle fremvisninger, f.eks. viste hun hvor stor forskel der var på fuldkornspasta og hvid pasta, hvilket overraskede mange. Projektforløbets madplaner og undervisningsforløbene i sund kost var planlagt af informanterne og de øvrige lærere, og gav flere udfordringer med blandt andet mængdeberegninger.

*"Vi vidste godt at havregryn er sundere end cocopops - men når det er sagt fik vi god inspiration til forskellige retter, som eksempelvis laksefrikadeller."*

I følge informanterne blev projektets madplaner lavet ud fra eksisterende kostanbefalingerne, f.eks. købte de ikke kammerjunker til koldskålen, men cornflakes. En af lærerne var ernæringsassistent og havde hjulpet dem med kostsammensætningen.

#### **4.2.4 Mindske antallet af konflikter mellem elever indbyrdes og mellem elever og lærere, og dermed forbedre læringsmiljøet**

I følge informanterne har det været meget kaotisk i lille C grundet lærernes deltagelse i madlavningen. Før var der to lærere til at tage sig af undervisningen i denne del af målgruppen, mens der under projektforløbet hver dag måtte gå én fra for at gå i køkkenet og lave mad.

Informanterne beretter at mellem C var meget højtrøstende under projektforløbet, men at de absolut ikke havde nogle konflikter. Dette vurderer informanterne skyldes, at rammerne omkring eleverne som følge af projektet var ændrede, hvilket gjorde, at alt var spændende og nyt for eleverne.

*"Normalt er der altid konflikter ude på legepladsen, hvis alle tre klasser er derude samtidigt. Men det har der ikke været under projektforløbet. De store har godt kunne lege med de små, uden der har været ballade, og hulen og skrigen."*

Hver dag efter morgengåturen og mellemmåltidet var der, i følge informanterne, musestille hos mellem C, der ydermere udviste en markant roligere adfærd i den efterfølgende undervisningstime.

*"Eleverne brokker de sig altid når de skal lave skolearbejde. Men under hele projektforløbet har de været musestille i den efterfølgende time, efter morgen gåturen og formiddagsmaden."*

Alle eleverne var i følge informanterne glade for gåturen, og der har generelt ikke været nogle protester mod motionstiltaget, hvilket informanterne havde forventet. Dette tiltrods udtrykte eleverne dagligt at de glædede sig til at komme tilbage på skole, hvor de glædede sig til den snack, der ventede dem. Via fællesspisningen lærte eleverne hvordan man taler til hinanden, og opfører sig pænt imellem andre. Den sociale læring er blevet forstærket i projektperioden.

## **5. Fortolkning af evalueringsresultatet**

Dette afsnit søger at tolke på ovenstående beskrivelse af fokusgruppeinterviewene, og er opbygget efter samme struktur som fokusgruppeinterviewenes interviewguide.

### 5.1 A-klasserne

#### **5.1.1 Udvikling af elevernes og forældrenes kompetencer i forhold til kost og trivsel**

Eleverne har gennem hele projektforsløbet udvist en stor glæde ved projektets tiltag, og dermed procedurene i køkkenet. De har i særdeleshed sat pris på at blive stillet opgaver, som de vidste de kunne håndtere selvstændigt. Af den grund har lærerne gjort meget ud af at lære eleverne simple håndteringsmetoder, således de derigennem opnår succesoplevelser og fortsat kan udvikle deres færdigheder i køkkenet og dermed også deres selvstændighed.

Eleverne har sideløbende med deres selvstændiggørelse også udviklet en større ansvarsbevidsthed omkring fremgangsmåderne i køkkenet. Dette kommer til udtryk ved, at eleverne dels tager ansvar for de opgaver de selv bliver stillet i køkkenet, og dels tager ansvar for hinanden. Ydermere opleves det, at elevernes indstilling til nye fødevarer og madretter er mindre kritisk nu end den var i starten af projektforsløbet. Denne tendens skyldes formodentligt at lærerne har gjort meget ud af, at eleverne skal smage på den mad, der er bliver serveret for dem. Dette har også medført at de kræsne elever er blevet mindre kræsne. Der har gennem projektforsløbet, og lærernes tidligere arbejde med kostforsløb for specialklasseeleverne, vist sig at være en klar tendens til, at elevernes energiniveau og humør er bedre, når de har fået noget sundt og nærende i løbet af skoledagen. Dette bekræfter blot vigtigheden af en sund kosts betydning for børn og unges trivsel.

Ud over ovenstående effekter er der også en tendens til, at projektet har haft en betydning for elevernes indkøbsvaner. Inden projektforsløbets start var de meget styret af farver og former når de handlede ind, hvorimod de nu i højere grad er bevidste om, at det er kvaliteten af varen, der er den altafgørende faktor, hvorfor prisen i den forbindelse er sekundært.

Elevernes forældre har ikke været involveret i projektforsløbet, hvilket kan anses som et kritikpunkt ved projektet. Det kan diskuteres, hvorvidt projektets effekter på længere sigt ville have haft bedre overlevelsesmuligheder, hvis elevernes forældre i højere grad var blevet inddraget. Dette skyldes, at det formodentligt er elevernes forældre, der er ansvarlige for hjemmets praktiske gøremål, hvorved det også er dem, der skal sigtes efter, hvis rutiner og adfærdsmønstre hos eleverne skal ændres. Dette indikerer, at det er nødvendigt at foretage sundhedsfremmende indsatser, der griber ind i det enkelte individs levekår, hvis det ultimative mål er en ændret sundhedsadfærd.

#### **5.1.2 Øge elevernes bevidsthed om egne handlemuligheder i forhold til kostvaner**

Tilgængeligheden af fødevarer i vor del af verden er i dag rigelig, men sammensætningen af kosten og for meget energi fra maden i forhold til energibehovet er en medvirkende årsag til store folkesygdomme som hjertekarsygdomme, kræft, fedme og type 2-diabetes. Det er derfor uhyre vigtigt at unge mennesker opbygger en basisviden om, hvilke bestanddele i kosten, der er henholdsvis sunde og usunde (Iversen, Kristensen, Holstein & Due, 2008).

Et af målene med dette projektforsløb har været at lære eleverne, hvilke effekter sunde måltider har på læring, trivsel og velvære. Dette mål er ikke imødekommet gennem løftede pegefingre, men ved at engagere eleverne i procedurene omkring madlavningen, og i den forbindelse ved at præsentere eleverne for forskellige sunde fødevarer. Derigennem har eleverne også lært, at det er muligt at sammensætte et sundt måltid for forholdsvis få penge.

Som følge af projektforsløbets kosttiltag har lærerne oplevet, at eleverne har været mere modtagelige overfor læring, hvilket dels opleves ved at de har været i stand til at holde koncentrationen i længere tid. Derudover ses der også en tendens til, at elevernes selvstændighed har udviklet sig, idet de er blevet meget bedre til at begå sig på egen hånd i køkkenet. Herigennem har eleverne oplevet princippet bag begrebet empowerment - der dels handler om deltagelse og ejerskab. Helt overordnet er tanken bag begrebet følgende: skal man have en målgruppe til at gennemføre omfattende ændringer af dens sundhedsadfærd, så skal den inddrages i formuleringen af målet og planlægningen af indsatsen, således der med tiden kan opnåes en følelse af kontrol over eget liv - ofte med den tilføjelse at denne følelse opnås gennem aktiv deltagelse i en gruppebaseret eller fælles indsats (Iversen et al., 2008).

### **5.1.3 Øge medarbejdernes viden om kostsammensætning og muligheder for at inddrage denne viden i dagligdagen, både hvad angår elevernes læring og samarbejdet med forældrene**

Lærernes kompetenceudvikling som følge af projektforsløbet har ikke været helt så udbytterig som håbet. Dette skyldes dels, at mødet med diætisten ikke indeholdte de elementer som de fra lærernes side havde håbet, heriblandt koblingen mellem ADHD og kost. Det kan derfor nævnes som et kritikpunkt ved projektet at de ansvarlige lærere ikke havde sørget for, at en diætist med de rette kompetencer blev ansat til opgaven. Dette til trods virkede mødet med diætisten dog som en god inspiration for lærerne.

### **5.1.4 Mindske antallet af konflikter mellem eleverne indbyrdes og mellem elever og lærere, og dermed forbedre læringsmiljøet**

Projektforsløbet har overordnet set haft en effekt på målgruppens konfliktniveau, der under projektforsløbet har været faldende. Det opleves også at elevernes koncentrationsevne er blevet væsentligt forbedret, hvilket tilskrives den ro en sund kost har haft på eleverne. Samlet set har disse effekter gavnet elevernes indstilling til skolearbejde i en positiv retning, hvilket kommer til udtryk ved en øget motivation for at lære.

Projektforsløbet har ydermere også haft en effekt på elevernes bordmånér. Dette bekræfter at de daglige måltider udfylder mange forskelligartede funktioner; dels skal maden tilføre kroppen den nødvendige mængde energi og næringsstoffer, og dels har måltidet en vigtig social funktion, der er med til at danne os som mennesker. Samtidig indikerer den måde vi sammensætter måltider på en bestemt livsstil og et socialt tilhørsforhold. Det er derfor vigtigt, at man som ungt menneske oplever kostens forskellige aspekter og muligheder.

## 5.2 C-klasserne

### **5.2.1 Udvikling af forældre og elevers kompetencer i forhold til kost og trivsel**

Da fire ud af dagens seks måltider finder sted i hjemmet, har forældrene en stor betydning for børnenes kostvaner. Skolen råder af den grund kun over en begrænset tidsressource i henhold til at kunne udvikle elevernes kompetencer i forhold til kost og trivsel. Det er derfor vigtigt at inddrage forældrene i sådanne projekter, således at de ønskede indsatser både kan implementeres i skolen og i hjemmet. Ligeledes er det vigtigt at indsatsen rettes mod individets levevilkår, hvis effekterne skal være varige. Til trods for projektføreløbet korte varighed, ses stadig en tendens til, at eleverne har fået udvidet deres horisont hvad angår kost.

Forældrearrangementet havde en meget skuffende deltagelse. Forklaring på dette kan dels findes ved, at en del af forældrene i forvejen var gode til at smøre madpakker, hvorved de ikke så noget formål med at deltage i arrangementet. Lærerne ser dog en klar tendens til, at jo ældre eleverne bliver, jo færre madpakker medbringes i klasserne. I teenagealderen er den sociale status meget vigtig, og da det for nogle ikke er sejt at spise madpakker, er der en tendens til at madpakkerne nedprioriteres blandt denne del af målgruppen.

### **5.2.2 Øge eleverne bevidsthed om egne handlemuligheder i forhold til kostvaner**

Fællesspisningen har ikke kun haft betydning for de store elever. For hele målgruppen gør det sig gældende, at deres bordmanerer er blevet væsentligt forbedret. Dette sker muligvis som en følge af, at samfundet har udviklet sig i en retning, hvor fritidsaktiviteter fylder mere og mere i danske familiers hverdag, hvorved den familiære fællesspisning ofte nedprioriteres. I forbindelse hermed spiller skolerne en større rolle end påkrævet, da de dels skal stå for den faglige undervisning og samtidig stå for elementer af den basale opdragelse af eleverne.

Projektføreløbet har i C-klasserne bevist, at mad og måltider kan fungere som kulturformidler. Flere elever har i projektet fået øjnene op for mange nye fødevarer, da de blev inddraget i madlavningen. Det er lærernes indtryk, at det specielt er de elever, der har ressourcessvage forældre, der har lært mest om sunde fødevarer.

Elevernes sociale status og selvtillid er også vokset under projektføreløbet. Når mellem og store C har lavet mad til resten af eleverne i C-klasserne, har de følt ejerskab over deres retter. Når retterne er blevet positivt modtaget af de andre elever, og eleverne er blevet anerkendt i deres madlavningskundskaber, har dette haft stor betydning for elevernes selvværd.

### **5.2.3 Øge medarbejdernes viden om kostsammensætning og muligheder for at inddrage denne viden i dagligdagen, både hvad angår elevernes læring og samarbejde med forældrene**

Lærerne havde en kursusdag med en diætist, hvor de fik grundlæggende viden om kost og sundhed. Lærernes eget udsagn var at de ikke lærte noget nyt, men blot fik lidt inspiration, som de hovedsageligt kunne bruge i deres privatliv. De lærte altså ikke umiddelbart noget de kunne bruge i undervisningen.

Det må ses som et kritikpunkt, at planlægning og udførelsen er lavet på baggrund af to læreres egen viden om sundhed. Som beskrevet tidligere vurderede lærerne at kammerjunkerne skulle udskiftes med cornflakes, grundet at dette var sundere. Cornflakes består hovedsageligt af simple kulhydrater,

som har samme virkning på kroppen, som sukker har. Dette betyder at elevernes blodsukker stiger meget hurtigt, hvilket gør at energiniveauet og adfærden kan påvirkes ved specielt denne målgruppe (<http://www.hjernetips.dk/index.php?f=2&id=312>). Dette giver kun et indblik i, at lærernes egen viden om sundhed kan have modsatrettede konsekvenser for eleverne. Alle handlinger i projektet har selvfølgelig været i lærernes bedste overbevisning, men dette illustrerer blot vigtigheden af at have en ernæringsfaglig person inddraget i et sådan projekt.

#### **5.2.4 Mindske antallet af konflikter mellem elever indbyrdes og mellem elever og lærere, og dermed forbedre læringsmiljøet**

Konfliktniveauet har generelt været faldende under projektføreløbet, hvilket dels er kommet til udtryk ved, at konfliktniveauet i skolegården er blevet væsentligt reduceret. Ydermere er eleverne generelt blevet bedre til at lege sammen på tværs af klasserne.

#### **5.3 Sammenfatning af resultatet for A- og C-klasserne**

Det er beklageligt, at projektets effekter for lille A ikke indgår i evalueringen, da de ikke var repræsenteret under interviewet. Dette til trods har de øvrige A-klasser overordnet set oplevet følgende effekter: et faldende konfliktniveau og en forbedret koncentrationsevne blandt elever, der kommer til udtryk ved at eleverne er mere modtagelige overfor læring. Ydermere har eleverne fået et øget kendskab til forskellige fødevarer, samtidig med at deres bordmanéer også er væsentligt forbedret. Eleverne har gennem hele projektføreløbet udvist en stor glæde ved arbejdet i køkkenet, og har som følge af projektføreløbet udviklet mange færdigheder, som har bevirket en udvikling af deres selvstændighed og ansvarlighed.

I C-klasserne har projektets effekter været meget blandende, idet mellem og store C har oplevet mange positive effekter, modsat lille C, der har oplevet stor uro og ustabilitet i dagligdagen under projektføreløbet. Årsagen til dette har været at lærerne selv har været ansvarlige for både formiddagsmaden og frokosten, hvorved de ikke har kunne gennemføre den vanlige undervisning. I alle C-klasserne har lærerne registreret et markant lavere konfliktniveau, hvilket især deleshed har gjort sig gældende i relationer på tværs af klasserne. Elevernes støjniveau i alle C-klasserne har gennem projektføreløbet været stigende på grund af den ændrede struktur i skoledagen. Dette har primært været forårsaget af glæde og spænding omkring de nye kosttiltag. Til trods for dette har eleverne i mellem C udvist et øget koncentrationsniveau i undervisningsseancen efter den daglige gåtur og formiddagsmåltidet, hvilket ikke er coutumen blandt den del af målgruppen. Ydermere har eleverne fået et større kendskab til forskellige fødevarer og kulturer, samtidig med at de har fået forbedret deres bordmanéer. Igennem hele projektføreløbet har mellem og store C fået øget deres selvtilid, da de igennem deres praktiske kunnen i køkkenet har fået anerkendelse og ros for de retter de har lavet. Dette har stor betydning for netop denne målgruppe, da de som oftest er en meget sårbar gruppe.

Som det fremgår af ovenstående er de oplevede effekter mere eller mindre ens mellem A- og C-klasserne, mens forskellene hovedsageligt synliggøres i klassernes håndtering af projektføreløbet. I A-klasserne har kosttiltagene været udført på samme måde gennem hele projektføreløbet, hvorimod C-klassernes kosttiltag er blevet tilpasset undervejs. Overordnet set kan der sættes spørgsmålstejn ved, hvilke nye elementer projektføreløbet har bidraget med, sammenlignet med de kosttilbud, der var på skolen inden projektføreløbets start.

### 5.3.1 Metodekritik:

Gennemførelsen af projektets tiltag har i A-klasserne været uændret siden projektføreløbet begyndelse, hvilket har påvirket evalueringens interne validitet i positiv retning. I C-klasserne har kosttiltagene ændret form undervejs, hvilket også har påvirket den interne validitet, men i negativ retning. Generelt er projektets validitet forholdsvis lav, da der ikke som sådan er konsistens mellem projektets målsætninger og tiltag, hvormed der kan sættes spørgsmålstejn ved effekternes gyldighed. Ydermere har de involverede klassers lærere ikke på forhånd fastlagt nogle målemetoder, der kan dokumentere eventuelle effekter, hvilket igen er med til at svække den interne validitet. Konkret betyder det for evalueringen, at det er umuligt at vurdere, hvilke tiltag, der har medført de aktuelle effekter.

Projektets eksterne validitet er også lav, idet projektets resultater ikke er generaliserbare til andre populationer. Dette til trods kan projektets effekter godt anvendes, hvis lignende projekter skal påbegyndes eller udvikles. Gennemførelsen af projektet har gennem hele projektperioden været forholdsvis struktureret, og har bygget på fastlagte rutiner, hvor udgangspunktet har været sundt og varieret mad lavet af gode råvarer.

Evalueringens forbehold eller evalueringens designets metodekritik er, som tidligere nævnt, at den bygger på lærernes subjektive vurderinger af projektets effekter. Dette betyder, at det kan betvivles, hvorvidt alle projektets nuancer bliver belyst i evalueringen, eller om det blot er lærerens interesser, der bliver synliggjort. En måde, hvorpå dette er forsøgt imødegået i evalueringens design, er ved at foretage et fokusgruppeinterview, hvor lærerne fra de involverede klasser er repræsenteret. Et stort kritikpunkt i denne evaluering er den manglende deltagelse af lærere fra henholdsvis store C og lille A under fokusgruppeinterviewene. Dette har medført, at det ikke er muligt at vurdere, hvilke effekter projektet har haft for disse to klasse, hvormed evalueringen på visse områder er unuanceret. Begrundelsen for den manglende deltagelse var, at der på interviewdagen var en del sygdom blandt lærerne.

Slutteligt er det kritisabelt, at de involverede klassers lærere gennem projektføreløbet ikke har haft kendskab til projektets målsætninger, idet de dermed ikke har haft nogen dybere forståelse for, hvilke effekter de gennem forløbet kunne have rettet opmærksomhed på.

## 6. Konklusion

Denne evaluering er opbygget omkring følgende datakilder:

- to fokusgruppeinterviews med lærerne fra de involverede klasser

Evalueringens interne validitet er forholdsvis lav, da udførelsen af nogle af projektets tiltag har været varierende over tid. Dette har medført, at der kan sættes spørgsmålstegn ved effekternes gyldighed, samt at det er umuligt at fastlægge, hvilke effekter, der kan tilskrives de enkelte tiltag. Ydermere er der ikke en kausal sammenhæng mellem projektets målsætninger og tiltag, hvilket også er med til at svække den interne validitet. For projektets effekter betyder ovenstående at de ikke med plausibilitet kan tilskrives projektet og dets forskellige elementer. Derimod giver de en indikation af, hvilke overordnede effekter, der muligvis er opstået som følge af projektet.

Den eksterne validitet er også lav, hvilket ikke vurderes at have nogen betydning, da det ikke er en målsætning med projektet, at det skal videreføres i et større målestok. Projektet er dog stadig sammenligneligt med andre lignende projekter, hvis blot forømtalte forbehold tages i betragtning.

I henhold til projektets fire målsætninger er der en tendens til, at projektet har haft forholdsvis ensartede effekter for alle involverede klasser. Disse effekter udgøres først og fremmest af elevernes glæde ved kosttiltagene, samt arbejdet i køkkenet, der for størstedelen af elevernes vedkommende har medvirket til en øget selvstændiggørelse og ansvarsbevidsthed. Dette har dog ikke været tilfældet i lille C, der modsat resten af målgruppen har oplevet mere uro og ustabilitet. Ydermere har eleverne udviklet deres kendskab til forskellige fødevarer, mens eleverne i A-klasserne også har udviklet deres kompetencer i henhold til madindkøb. Generelt har forældreopbakningen til projektet været meget lille.

Ydermere ses en tendens til, at projektet har medvirket til en forbedring af elevernes koncentrationsniveau, hvilket både har gjort sig gældende i mellem og store A, samt mellem C. Den øgede koncentrationsevne i disse klasser, har bevirket at eleverne har været mere modtagelige overfor læring. I lille C har projektførelsen til gengæld forværret elevernes koncentrationsevne, hvilket forklares med, at deres hverdagsrytme som følge af projektførelsen er blevet væsentligt ændret.

Den tredje målsætning omhandlede kompetenceudvikling af lærerne. Dette er ikke lykkedes i den grad det var ønskeligt, idet lærerne ikke har lært noget om koblingen mellem ADHD og kost. I stedet har lærerne fået ny inspiration til tilberedningen af forskellige fødevarer, som de i en vis grad har inddraget i undervisningen.

I alle de involverede klasser har lærerne gennem projektførelsen registreret et faldende konfliktniveau, hvilket har gavnet relationerne på tværs af klasserne. Modsat konfliktniveauet har støjniveauet været markant stigende i alle klasserne, hvilket muligvis kan begrundes med de ændrede rutiner eleverne har oplevet.

Overordnet set var forskellene mellem A- og C-klasserne hovedsageligt relateret til gennemførelsen af projektets tiltag, hvilket skyldes deres forskelligartede håndtering af projektet. Til trods for at



projektets effekter ikke er særlig valide, synes projektet at have levet op til de fleste af de på forhånd fastsatte målsætninger.

## **6.1 Anbefaling**

I tilfælde af at projektet skal videreføres eller et lignende projekt påbegyndes, burde følgende anbefalinger inddrages i overvejelserne:

- at målgruppens forældre i højere grad bliver inddraget, hvilket skal sikre, at den sundhedsfaglig udvikling ikke blot finde sted i skolen, men også bliver præsenteret og implementeret i målgruppens hjem.
- at lærerne bliver kompetenceudviklede indenfor flere facetter af sundhedsbegrebet, således de kan undervise eleverne i disse.
- sikre at kostfaglige tiltag valideres af en ernæringsfaglig person.
- at elevernes generelle viden om sundhed kommer i fokus og bliver forøget, således fokus ikke blot er centreret omkring sunde kostvaner.
- at der bliver tænkt i, hvordan sundhedsfremmende projekter kan tilrettelægges, således at de i højere grad har mulighed for at påvirke målgruppens levkår.
- at der er en klar og realistisk sammenhæng mellem projektbeskrivelsen, projektets egentlige tiltag og projektets målsætninger, samt at alle involverede aktører har kendskab til disse.

## Litteraturliste

Bjerg, O. (2008). Metoder og erkendelsesteori. I Koch, L. & Vallgård, S. (Eds), *Forskningsmetoder i folkesundhedsvidenskab*. København: Munksgaard Danmark.

Christensen, U., Schmidt, L. & Dyhr, L. (2008). Det kvalitative forskningsinterview. I Koch, L. & Vallgård, S. (Eds), *Forskningsmetoder i folkesundhedsvidenskab*. København: Munksgaard Danmark.

Iversen, L., Kristensen, S. T., Holstein, B. E. & Due, P. (2008). *Medicinsk sociologi - samfund, sundhed og sygdom*. København: Munksgaard Danmark.

Rossi, P. H., Lipsey, M. W. & Freeman, H. E. (2004). *Evaluation. A Systematic Approach*. Thousand Oaks, California: Sage Publications.

Thørnhøj-Thomsen, T & Whyte, S. (2008). Feltarbejde, etnografisk metode. I Koch, L. & Vallgård, S. (Eds), *Forskningsmetoder i folkesundhedsvidenskab*. København: Munksgaard Danmark.

<http://www.hjernetips.dk/index.php?f=2&id=312>

## Bilag 1 - Semistruktureret interviewguide

Den semistrukturerede interviewguide er opbygget således, at spørgsmålene kan give svar på, i hvor høj grad projektets målsætninger er blevet indfriet gennem projektførelsen. Interviewguidens spørgsmål er inddelt i syv kategorier, der dels udgøres af projektets fire målsætninger og spørgsmål relateret til projektets gennemførelse (jf. afsnittet vdr. evalueringsdesignet):

*Start spørgsmål:*

- Kan I beskrive, hvilke tiltag projektet har haft?
- Er tiltagene blevet gennemført på samme måde under hele projektførelsen?

*Udvikling af elevernes og forældrenes kompetencer i forhold til kost og trivsel:*

(Målgruppen)

- Hvilke kompetencer mener I, at eleverne har opnået gennem projektførelsen?
  - hvordan kommer det til udtryk?
- Hvordan har elevernes viden om kost udviklet sig gennem projektet?
  - kendskab til madvarer
  - kendskab til tilberedning af madvarer
- Har eleverne udviklet deres spisevaner gennem projektet?
  - spiser eleverne mere varieret nu, end de gjorde inden projektets start?
- Er eleverne blevet mere bevidste om, hvilke fødevarer der er henholdsvis sunde og usunde?
- Er der nogle elever/en bestemt type, der har fået særligt meget ud af projektførelsen?

(Forældrene)

- Hvordan har I inddraget forældrene i projektet?
- Hvordan har forældrene taget imod projektet?
- Hvilke kompetencer mener I, at forældrene har opnået gennem projektet?
- Hvordan vil I vurdere, at forældrenes viden om kost har udviklet sig gennem projektet?
  - hvordan ser I det?
- I hvor høj grad er der overensstemmelse mellem forældrenes viden om sund kost og deres børns trivsel? Hvad baseres denne vurdering på?
  - energiniveau (morgen, formiddag og aften)
  - konfliktniveau (hvornår opstår konflikterne)
  - det sociale miljø (hjælpsomhed, mobning, atmosfæren under måltiderne)

*Øge elevernes bevidsthed om egne handlemuligheder i forhold til kostvaner:*

- Hvordan har I forsøgt at øge elevernes handlemuligheder under projektførelsen?
  - i hvor høj grad er det lykkedes?
- Hvor stor en andel af målgruppen vil I vurdere, har forstået og kan huske projektets budskab?
- Hvor stor en andel af målgruppen vil I vurdere, har anvendt det de har lært om kost og fødevarer hjemme hos deres familier?
- Hvor stor en andel af målgruppen vil I vurdere, er i stand til videreføre noget af den tilegnede viden, når projektet er afsluttet?

- Er der nogle elever/en bestemt type, der har fået særligt meget ud af projektforsøget?

*Øge medarbejdernes viden om kostsammensætning og muligheder for at inddrage denne viden i dagligdagen, både hvad angår elevernes læring og samarbejdet med forældrene:*

- Hvad har I lært om kostsammensætning og hvordan har I lært det?
- Hvordan kommer den viden I har tilegnet Jer om kostsammensætning til udtryk i undervisningen?
- Et af målene for dette projektforsøg har været kompetenceudvikling af Jer (lærerne), i hvor høj grad mere I det har fundet sted?
  - hvordan kommer det til udtryk?
- Hvordan har det været for Jer at gennemføre projektet?
- Hvad har I lagt vægt på gennem projektforsøget?
- I hvor høj grad har I gennemført kosttiltagene i overensstemmelse med eksisterende kostanbefalinger?

*Mindske antallet af konflikter mellem eleverne indbyrdes og mellem elever og lærer, og dermed forbedre læringsmiljøet:*

- Hvilken betydning har projektet haft på elevernes konfliktniveau?
- Hvilken indflydelse har projektet haft på børnenes sociale egenskaber/læring?
  - indbyrdes?
  - på tværs af klasserne?
  - mellem elever og lærere?
- Hvilke effekter har projektet haft for børnenes bordmånér/bordskik?
- Hvilke effekter har projektet haft for børnenes koncentrations- og indlæringssevner?
- Hvordan synes I børnene har udviklet sig gennem projektforsøget?
  - viden, personlige og sociale kompetencer?

*Gennemførelse:*

- Hvor stor en andel af målgruppen har benyttet tiltagene?
- Blev tiltagene udført i overensstemmelse med det bagvedliggende koncept (projektbeskrivelsen)?
- Hvordan vurderer I, at målgruppen trives med projektets tiltag?
- Hvilke fordele og ulemper har der været ved projektforsøget?

*Afslutning:*

- Hvilke yderligere effekter mener I kan tilskrives projektet?