

Livsstilsendring – hvordan kan vi tilrettelegge for kostholdsveiledning ved hjelp av bilder for ikke etnisk norske analfabeter?

Kari Høium og Renate Jensen

Kari Høium, cand.san, høgskolelektor, Høgskolen i Oslo og Akershus, Institutt for atferdsvitenskap.

Renate Jensen, vernepleier, Frydenhaug skole og ressurscenter

Abstract

Lifestyle - change. How can use of pictures be an expedient tool in communicating dietary guidance towards non- ethnical Norwegian illiterates?

Background: In an increasingly globalized world, service providers experience multicultural challenges within most areas of society. In order to reach their recipients with adequate information and guidance it is imperative to communicate in a way that enables the parties to understand each other. With limited access to interpreter services, the challenges are particularly vast for the group of non- ethnical Norwegian illiterates.

Purpose: In this study we have examined to which degree facilitating for the use of pictures can be an expedient tool in communicating dietary guidance. The study was conducted at a family shelter where the majority of the clients were non- ethnical Norwegian illiterates.

Method: Pictures of various food and beverages from different suppliers were downloaded from the internet. They were categorized and laminated in an appropriate scale for guidance use.

Results: The results are uplifting in regards to usefulness value and increase of competence. The study points to a need of additional empirical research on the use of pictures within different areas of life where language barriers and illiteracy obstructs communication. Further research could also contribute to an answer to whether expedient use of pictures could enhance and strengthen the use of the Norwegian spoken language.

Keywords

*dietary guidance; communication; lifestyle change; non- ethnical Norwegian illiterates
kosthold; veiledning; kommunikasjon; bilder; ikke etnisk norske analfabeter*

FOU-artikkel

Introduksjon

Undersøkelser fra Norge og en rekke andre industrialiserte land, viser at grupper med lavere sosioøkonomisk status har et helsemessig dårligere kosthold enn grupper med høyere sosioøkonomiske status⁵. Det vises i samme rapport fra Kunnskapssenteret at det er identifisert et mangelfullt kunnskapsgrunnlag om effekt av tiltak som fremmer sunt kosthold og økt fysisk aktivitet overfor ulike sosioøkonomiske grupper.

I myndighetenes *Handlingsplan for et bedre kosthold i befolkningen - Oppskrift for et sunnere kosthold (2007-2011)*, vises det til konkrete tiltak som vil bidra til å fremme helse og forebygge sykdom gjennom å endre kosthold. I planen legges det vekt på viktigheten av å tilpasse informasjon og kommunikasjon til ulike målgrupper. utfordringene med å nå de gruppene som ikke allerede har kunnskaper om kosthold og ernæring, og de som ikke aktivt søker informasjon om disse temaene trekkes spesielt frem. Det rettes fokus på å tilpasse informasjon og kommunikasjon til minoritetsspråklige og utsatte grupper. Ulike prosjekter som blant annet ”MoRo - et helsefremmende intervensjonsprosjekt for å fremme fysisk aktivitet i et multi-etnisk lokalsamfunn i Oslo øst”⁶, viste at blant innvandrere fra India, Pakistan og Sri Lanka hadde hver femte mann mellom 40 og 60 år diabetes, og mer enn hver tredje kvinne i den samme aldersgruppen hadde diabetes (Birkeland & Jenum 2003). Vollsroseprosjektet fra Danmark og den svenske undersøkelsen ”*High prevalence of diabetes among immigrants from non-European countries in Sweden*” (Wändell og Gåfvæls 2006), konkluderer begge med at forekomsten av diabetes blant ikke-vestlige immigranter var opptil tre ganger høyere enn forekomsten av diabetes blant etniske danske i Danmark, og de svenskfødte i Sverige viser at livsstilssykdommen diabetes type 2 opptrer hyppigere i gruppen av ikke - vestlige innvandrere.

Regjeringen vil forsterke innsatsen for folkehelsen gjennom arbeid med tobakk og alkohol, og arbeid for økt fysisk aktivitet og bedre kosthold. Dette fremkommer blant annet gjennom ”*Handlingsplanen for et bedre kosthold i befolkningen (2007-2011) - Oppskrift for et sunnere kosthold*”, der mål ble definert ved at tiltakene i planen skal bidra til å utjevne sosiale helseforskjeller. Sunnhetsmerking av matvarer er et av disse tiltakene. Norge samarbeider med Sverige og Danmark og har valgt nøkkelhullsordningen. Ordningen er ment å fremstå lettforståelig for alle grupper i befolkningen, ved at den krever begrenset bakgrunnskunnskap i ernæring, og at man ikke må kunne beherske norsk. Nøkkelhullsmerkede matvarer inneholder mindre fett, sukker og salt, og mer fiber enn andre matvarer av samme type(www.nokkelhullsmerket.no).

Nasjonalt kunnskapssenter har i samråd med GRUK; ”Gruppe for kvalitetsutvikling for sosial- og helsetjenester”, utarbeidet et hefte etter bestilling fra Helsedirektoratet⁷. Her vises det til at forbedring innebærer å involvere bruker og gi dem innflytelse. Praksisfeltet har her blant annet kommet med anbefalinger om å videreutvikle og bruke metoder og verktøy for systematisk innhenting av brukernes erfaringer. Tjenesteyter skal tenke brukerperspektivet, det vil si, være lydhør og tilrettelegge ovenfor dem som ikke kan eller ønsker å gi uttrykk for sine behov.

⁵ Rapport fra Kunnskapssenteret nr.24-2010 Systematisk oversikt

⁶ Romsås, Oslo, 2000.

⁷ Nasjonal Helseplan (2007-2010).

I Lov om folkehelsearbeid⁸ vises det til at kommunene skal iverksette nødvendige tiltak for å møte kommunens folkehelseutfordringer, jf. § 5. Det fremkommer videre at dette kan blant annet omfatte tiltak knyttet til oppvekst- og levekårsforhold som bolig, utdanning, arbeid og inntekt, fysiske og sosiale miljøer, fysisk aktivitet, ernæring, skader og ulykker, tobakksbruk og alkohol- og annen rusmiddelbruk. Videre vises det til at kommunen skal gi informasjon, råd og veiledning om hva den enkelte selv og befolkningen kan gjøre for å fremme helse og forebygge sykdom, jf §5.

Med denne studien ønsket vi å tilpasse informasjon og kommunikasjon til en minoritetsspråklig og utsatt gruppe, for å se om det bidro til økt kunnskap om kosthold og ernæring.

Metode

Bakgrunn og deltagere

Studien er gjennomført som et samarbeidsprosjekt mellom et familievernssenter sentralt på Østlandet, Høgskolen i Oslo og Akershus ved høgskolelektor, og to studenter fra avgangskullet på bachelorstudiet i vernepleie. Prosjektet gikk over en fem måneders periode våren 2011. Familievernssenteret hadde en forholdsmessig stor andel brukere med ikke etnisk norsk opprinnelse som i tillegg var analfabeter. De erfarte en forholdsvis kraftig utvikling av blant annet diabetes type 2 blant sine beboere. Personalet så også en økning i fedme, lite fysisk aktivitet og feilernæring både blant voksne og barn, noe som bekymret de ansatte med tanke på at dette er forhold som har nær sammenheng med livsstilssykdommer med påfølgende uheldige konsekvenser. De ansatte hadde en bred kompetanse i arbeid med barn og familier, men de erfarte manglende verktøy og hjelpemidler for å nå frem med kommunikasjon og veiledning om et mer hensiktsmessig kosthold overfor den aktuelle målgruppen. Deltagerne i studien er de fleste i full stilling ved familievernssenteret, totalt 9 ansatte, alle med treårig helse- og sosialfaglig bakgrunn.

Tiltaksbeskrivelse

For å bistå familiesenteret i deres utfordringer ble det avgjørende å spille tett på lag med dem. Det ble lagt til grunn en metodetriangulering med bruk av deltagende observasjon i miljøet, samtaler med ansatte, samt et tettere samarbeid med studentenes praksisveileder som var en definert nøkkelperson med hovedansvar for veiledning og implementering av verktøyet overfor målgruppen. Fortløpende aktuelle nedtegnelser ble gjennomført i miljøet og fra aktuelle møter. Materialet ble deretter mer utfyllende nedskrevet av begge studentene og gjennomgått og analysert med tanke systematisering av funn og erfaringer. Det ble i tillegg gjennomført en pre-/post-test blant de ansatte med utgangspunkt i ulike variabler som belyste deres erfaringer og opplevelser med kommunikasjon overfor målgruppen ikke etnisk norske analfabeter.

Planlegging og utforming av bildematerialet

Bildene skulle benyttes til mennesker fra ulike kulturer og samfunn, og det fremkom dermed fra de ansatte, ønske og behov for omfattende bildemateriell. De understreket at utformingen av bildene skulle innfri krav til hensiktsmessig bildestørrelse, objektene skulle være lette å se, slitesterke og enkle å bruke.

⁸ LOV 2011-06-24 nr 29: Lov om folkehelsearbeid (folkehelseloven)

Fotografibilder av ulike matprodukter og drikkeprodukter ble lastet ned fra nettet, fra ulike leverandører, klippet i samme format og laminert. Borrelås ble satt på baksiden av hvert enkelt bilde. Bildene ble satt gruppevis inn i en perm med laminerte farget ark med motpart av borrelås, på denne måten kunne bildene lett plasseres inn i permene. Bildene er fra produktgruppene frukt, grønnsaker, meieriprodukter, pålegg, kjøtt, fisk, fjærkre, ferdige middager, brød, kjeks/kaker, godteri og drikke.

Fig.1



Bildene synliggjør mulighet til å velge et sunnere produkt, enn det motsatte bilde som er mindre sunt (fig.1). Sunnheten er definert ut i fra samme kriteriene som ”nøkkelhullmerkingen”. Når det gjelder brødproduktene er det grovhetsmerkingen som ligger til vurdering.

Verktøyet består av ulike typer bilder, totalt ca.450 bilder. Enkeltbildene er 45 x 45 mm og hvert bilde viser et produkt, som for eksempel et eple, en pakke kokt skinke eller en pakke smør (fig.2).

Fig.2





Verktøyet består også av sammenligningsbilder for på en forholdsvis enkel og konkret måte å sette ulike produkter opp i mot hverandre eller tydeliggjøre innhold i produktene. Sammenligningsbildene er hentet fra vedlegget til plan for oppfølging av pasienter med overvekt/fedme hos skolehelsetjenesten ”Stor & Sterk” (2009).

Bildene ble inn i to grupper. Gruppe A består av bilder med produkter av et sunnere valg enn motpart produkt, for eksempel kan bildet bestå av et eple og to biter melkesjokolade, som tilsier det samme i kcal innhold. Eller bildet av en matpakke som inneholder et eple,

liten melk, en brødskive med skinke og agurk og et knekkebrød med gul ost og paprika som tilsier den samme kcal innholdet som en hvetebolle og en halv liter cola (fig.3).

Gruppe B har produkter som er målt opp i sukkerbiter og smør/fett. For eksempel en boks med peanøttsmør som inneholder 12,5 sukkerbiter og 200 gram smør/fett (fig.3).

Fig. 3

Eksempel gruppe A	Eksempel gruppe B
<p data-bbox="300 600 644 622">Sunn matpakke vs. usunn matpakke</p>  <p data-bbox="204 981 368 1014">370 kcal, 0 g tilsatt sukker Mange næringsstoffer</p> <p data-bbox="539 981 715 1014">370 kcal, 55 g tilsatt sukker Få (nesten ingen) næringsstoffer</p>	<p data-bbox="847 600 1230 622">Peanøttsmør er et veldig energitett pålegg...</p>  <p data-bbox="842 969 1305 992">En boks Peanøttsmør inneholder 12,5 sukkerbiter og 200 gram fett</p>

Bruk av verktøyet

Utprøving av verktøyet ble gjennomført underveis i all hovedsak i samarbeid med nøkkelperson med hovedansvar for veiledning og implementering av verktøyet overfor målgruppen. Erfaringene her fra ble presentert, eksemplifisert og orientert om i aktuelle møtefora blant de ansatte. Her fremkom innspill og anbefalinger til videre utforming og utprøving. Eksempler er at det ble laget bilder av «smilefjes» og «sure fjes» med tanke på å konkretisere visuelt hva som er sunt og bra for kroppen, spesielt med tanke på veiledning som involverer barna. Disse kan for eksempel brukes av kostholdsveileder til å markere produkter som er et mer hensiktsmessig valg for den det gjelder. Veileder kan også benytte «fjesene» til å bekrefte brukernes positive valgalternativer. Et annet eksempel kan være en anvendelse i form av en slags lek. Her kan for eksempel ting man liker, plasseres på smilefjes og ting man ikke liker på surt fjes. Her er det bare fantasien som kan vise seg å være til hinder for motiverende utprøving.

Billedpermene inneholder i tillegg en idébank for utvidet bruk av selve verktøyet etter ønske fra de ansatte. Idébanken inneholder forslag til måter man kan synliggjøre produkter på, som for eksempel hva en sunn matpakke kan inneholde. Et annet eksempel er å illustrere sunne produkter som kan erstatte mindre sunne produkter, men med likt bruksområde, slik som Crème Fraîche Lett i stedet for rømme. Det er også forslag til måter å bruke bildene på som innebærer å kvalitetssikre at man har forstått hverandre, forslag til måter å benytte bildene i opplæring, innenfor serviceinstanser som for eksempel bank, post, helsestasjon, som handleliste, og evt. til bruk i ukeplan for avtaler mv.

Resultater

Uttalelser fra samtaler med de ansatte

Erfaringer som fremkom fra de ansatte om hvordan de kan tilrettelegge for kostholdsveiledning ved hjelp av bilder for ikke etnisk norske, viste seg i all hovedsak å være positive. Uttalelser fra ansatte og notater gjort underveis i arbeidsprosessen bidrar til å understøtte dette (fig. 4). Eksemplene under er betegnende for de erfaringene som fremkom.

Fig.4



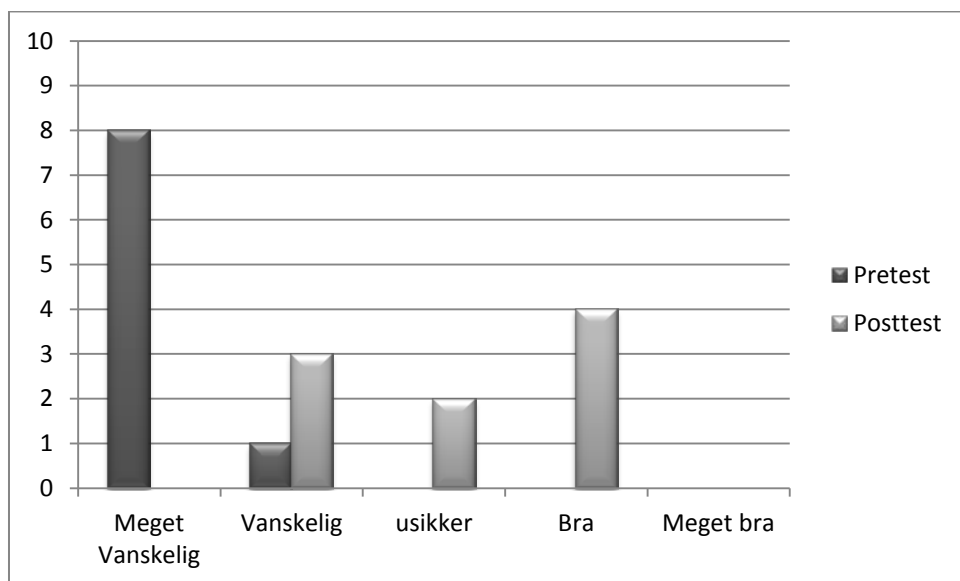
Pre-/post test

Pre-/post test

Når det gjelder erfaringer fra pre-/post-testen blant de ansatte, viser også den i all hovedsak til positive erfaringer og opplevelser med billedmaterialet. Testen tok utgangspunkt i ulike variabler som belyste deres erfaringer og opplevelser når det gjaldt kommunikasjon med ikke etnisk norske analfabeter. I den videre presentasjonen av resultater fremkommer de ulike spørsmålene som ble stilt, med fortløpende oppsummerte svar fra pre-/post-testene i kolonnen til høyre for grafen:

Hvordan opplever du det å kommunisere med "mor" som ikke behersker norsk/engelsk språk og er analfabet?

Spørsmålet gjelder kommunikasjon generelt, da kommunikasjon er mer enn verbalspråket, for eksempel kroppsspråk, tegn og gester.

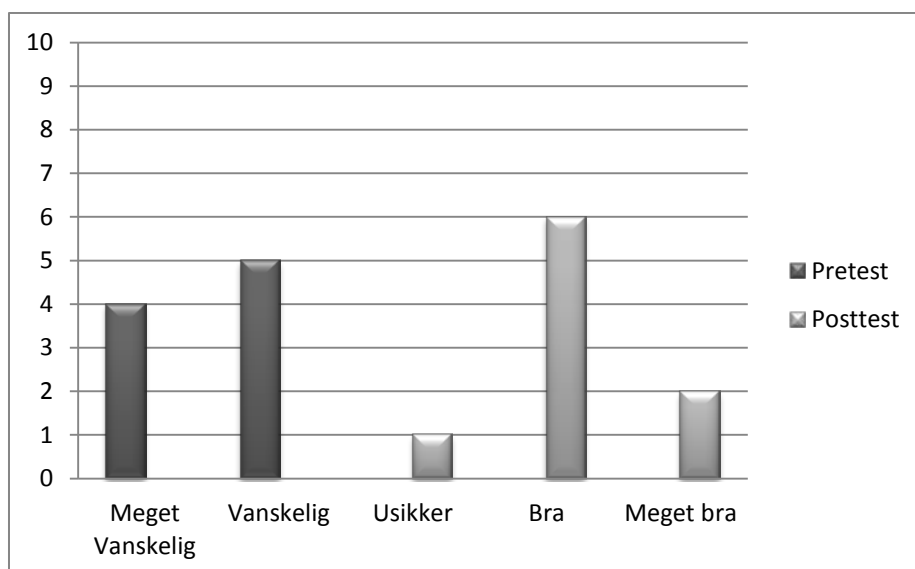


Pretesten viser at 8 respondenter opplever dette meget vanskelig, mens 1 synes dette er vanskelig.

Posttesten viser at 3 respondenter opplever dette vanskelig, mens 2 er usikker og 4 opplever bra kommunikasjon.

Hvordan opplever du å gi kostholdsveiledning i dag?

Spørsmålet etterspør opplevelsen av å gi kostholdsveiledning uten å spesifisere nærmere hvilken måte denne foregår på.

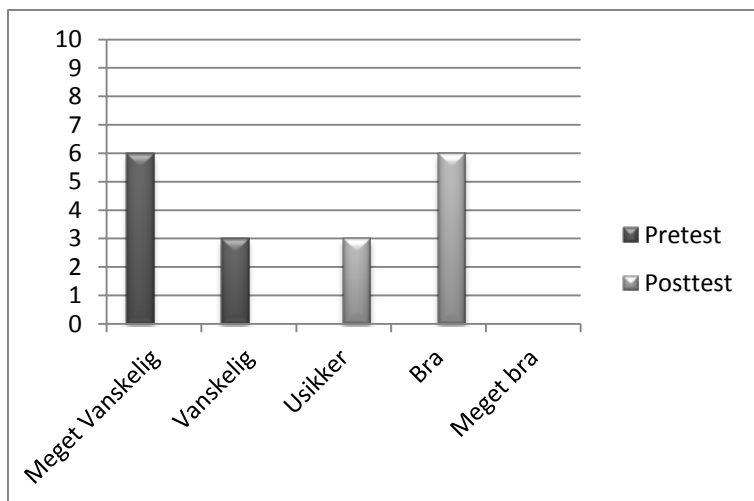


Pretesten viser at "å gi kostholdsveiledning" i dag oppleves meget vanskelig for 4 respondenter og vanskelig for 5.

Posttesten viser at 6 respondenter opplever situasjonen bra og 2 meget bra, mens 1 er usikker.

Hvordan vurderer du "mors" mulighet til å kommunisere med deg?

Spørsmålet etterspør personalets vurdering av "mors" mulighet til å kommunisere med dem, dette for å snu litt på de ansattes tanker. Det kan lett bli slik at man ser ting fra sin egen side.

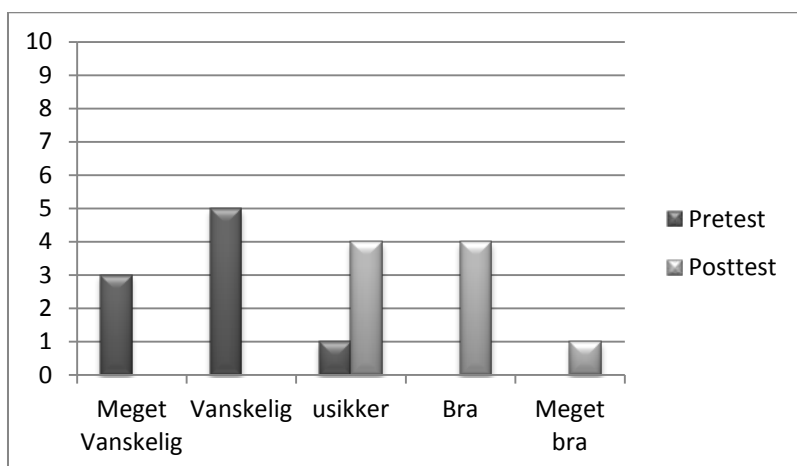


Pretesten viser at 6 respondenter vurderer dette som meget vanskelig, mens 3 vurderer det som vanskelig.

Posttesten viser at 6 respondenter vurderer at "mor" har en bra mulighet for kommunikasjon, mens 3 er usikker.

Hvordan vurderer du dine muligheter til å kontrollere om dere forstår hverandre?

Her ønsker vi å få vite noe om personalets vurdering av muligheten for å kvalitetssikre kommunikasjonen. Er det en gjensidig forståelse av hva det kommuniseres om?



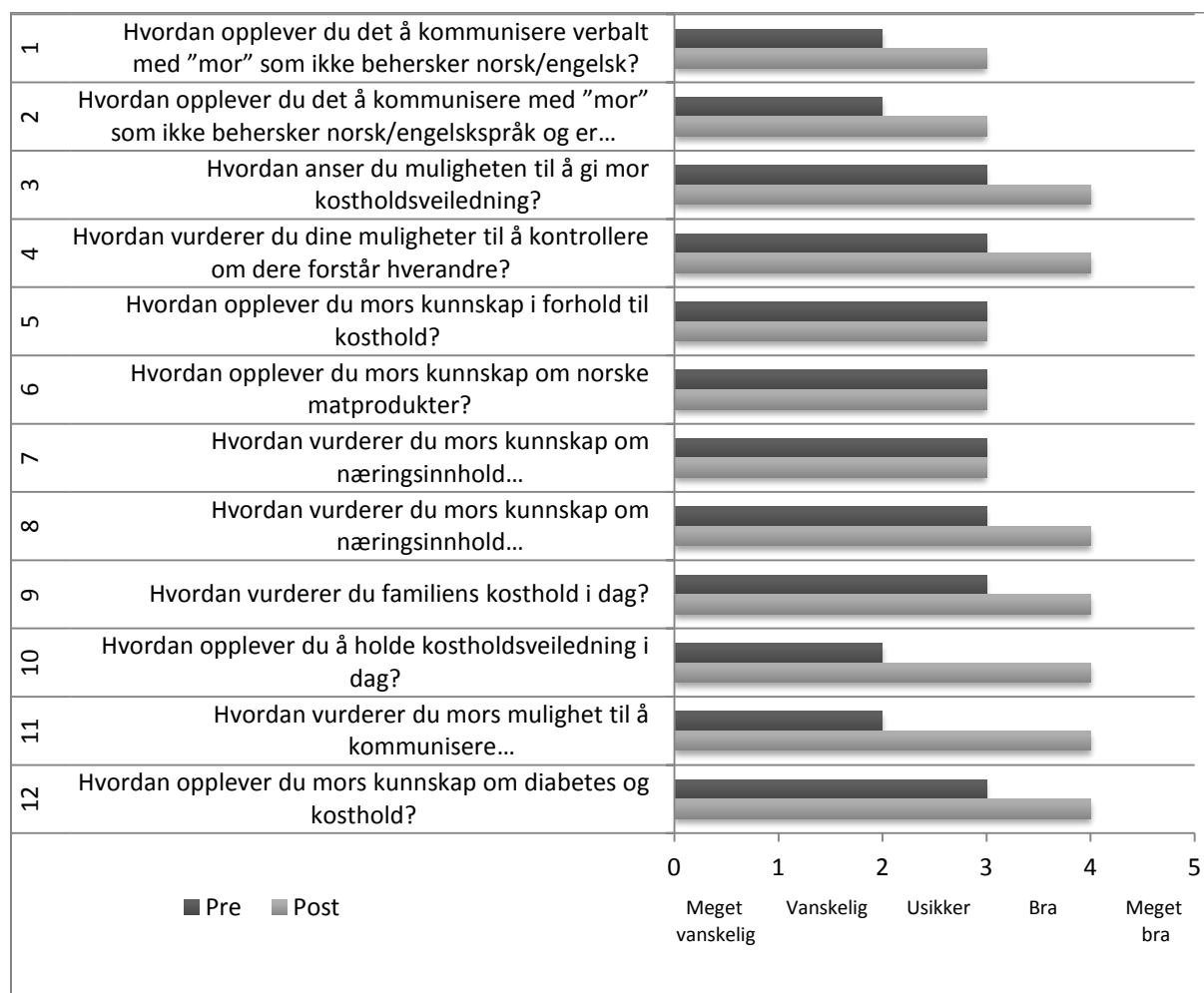
Pretesten viser at 3 respondenter finner dette meget vanskelig og 5 vanskelig, mens 1er usikker.

Posttesten viser at 4 respondenter vurderer at de har en bra mulighet til å kontrollere forståelsen, mens 1 vurderer dette som meget bra, mens 4 er usikker.

Pre-/post test til «nøkkelperson»⁹ ved sentret

Undersøkelse av veileders opplevelse av kommunikasjon med en ikke etnisk norsk mor som i tillegg er analfabet.

I dette spørreskjemaet finner man flere av de samme spørsmålene som ovenfor, men her er de rettet mot en mor/familie. I tillegg stilles det spørsmål som går spesifikt på ernæring og kosthold.



Diskusjon

Erfaringer med bruk av billedmaterialet over en 5 måneders periode, tilsier at de ansatte allerede har positive erfaringer med bruk av bilder i kostholdsveiledning, og materialet viser seg også å danne grunnlag for mer positive samhandlingsrelasjoner med målgruppen. For *en* familie vises det til at de har endret kostholdet sitt i forhold til innkjøp, noe som har resultert i mer energi for bana og vektreduksjon hos foreldrene. Dette er i tråd med Lov om folkehelsearbeid som understreker at kommunen skal gi informasjon, råd og veiledning om hva den enkelte selv og befolkningen kan gjøre for å fremme helse og forebygge sykdom,

⁹ med hovedansvar for veiledning og implementering av verktøyet overfor målgruppen

jf.§5. Kommunikasjon i en tverrkulturell sammenheng kan by på ulike utfordringer, og kompliseres ytterligere når vi i tillegg snakker om analfabetisme slik studien her viser til.

Samfunnet vi lever i legger vekt på læring gjennom bøker, og forutsetter at vi kan lese og skrive. Eriksen og Sørheim (2006) viser til at man skal langt tilbake i tid for å finne at læring i all hovedsak forgikk etter ”mester - svenn - prinsippet”. Denne innlæringsmetoden er kjent for de fleste minoritetsgrupper i deres hjemland. De eldre lærer bort ferdigheter som er nødvendige til de yngre, slik det har gjort i generasjoner. Disse gruppene har derfor gjerne ikke sett samme behov for å kunne lese og skrive, eller har hatt mulighet for opplæring. Ut i fra erfaringene som her fremkommer tyder det på at bilder kan fungere som en «dør-åpner» til økt kunnskap og mestring. Uttalelsene fra de ansatte som for eksempel: ...«*endelig kunne jeg gi mor ros for hennes innkjøp av matprodukter til hennes fire år gammelt barn*», understreker noe av dette, og mestringsopplevelsen kan forsterkes gjennom positive tilbakemeldinger fra de ansatte.

Når man kommuniserer med et annet menneske som har vansker med å uttrykke seg, enten det er språklig og/ eller skriftlig, er det viktig å vise respekt, for å skape en god relasjon. Krenkelse og diskriminering er en felle som er lett å trå i, spesielt i denne sammenheng når man snakker om flerkulturelle utfordringer og kommunikasjon (Lingås 2005, Skytte 2008, Eide og Eide 2010). Denne type utfordringer kan tenkes å forsterkes i en tid preget av effektiviserings- og rasjonaliseringshensyn. Erfaringene fra denne studien tyder på at de ansatte erfarte å få et verktøy som innebar økte positive erfaringer og samhandlingsrelasjoner med målgruppen.

Noe av det mest fremtredende viste seg i hvordan de oppfattet *det å kommunisere med mor som ikke behersker norsk/engelsk språk og er analfabet?* Her gikk de fleste fra å si «*meget vanskelig*» til å si «*meget bra*». En positiv innstilling kan også tenkes å være preget av at de så ytterligere muligheter med materialet utover det som gjelder kostholdsveiledning på familievernsenteret. Det at materialet ble tatt med til legebesøk i forhold til en av brukerne med diabetes 2, kan understøtte dette forholdet.

Prosjekter fra Norge, Danmark og Sverige viser at ikke-vestlige innvandrere er en spesielt utsatt gruppe når det gjelder livsstilssykdommer som diabetes type 2, som også kan lede til flere alvorlige følgesykdommer. For disse er det derfor spesielt viktig med kostholdsveiledning som kan virke forebyggende. Bilder som verktøy for tilpasset informasjon og kommunikasjon, fremstår ut i fra denne studien som et aktuelt tiltak slik myndighetene¹⁰ ber om å få på plass for å fremme helse og forebygge sykdom gjennom å endre kosthold.

Både utforming og utprøving av materialet har hatt et veiledende utgangspunkt, der brukermedvirkning har stått sentralt. Dette kan ha påvirket samarbeid og relasjoner i stor grad, og kan ha påvirket gjensidig positivt i det vi ser fremkommer gjennom uttalelser fra de ansatte (jf. fig 4), og gjennom resultater fra post- testen. I Lov om folkehelsearbeid fremkommer kommunenes forpliktelse på dette området, ved å tilrettelegge slik at den enkelte selv og befolkningen kan fremme helse og forebygge sykdom, jf.§5. Da er det avgjørende at tiltak presenteres på en respektfull og forståelig måte som oppleves nyttig og viktig for de involverte parter.

¹⁰ *Handlingsplan for et bedre kosthold i befolkningen - Oppskrift for et sunnere kosthold (2007-2011)*

Sentralt i utforming og utprøving av materialet var studentenes praksisveileder som også hadde hovedansvar for veiledning og implementering av verktøyet overfor målgruppen. Hennes spesifikke veiledningsansvar og konkrete veiledningserfaring, kan ha bidratt til at hennes score i all hovedsak gikk fra opplevelsen «vanskelig» til «bra». Ved å ha vært tettere på selve utformingen av materialet sammen med studentene, kan «nyhetens» interesse og engasjement ha vært mer dempet, samtidig som forventningene til utprøving av materialet kan ha vært større enn erfaringen tilsa. Hun var også den som mer systematisk prøvde ut omfanget av materialet sammen med en representant for målgruppen.

Resultatene fra pre- post testen til veileder, tyder på at bilder faciliterer kommunikasjon med mor, og gir dermed en mulighet for en felles forståelse som kan styrke muligheten for å nå frem med kostholdsveiledning. Når det gjelder veilederens opplevelse av mors kunnskap om kosthold, norske matprodukter og næringsinnhold i mat, viser resultatene ingen endring. Dette kan være et utslag av den begrensede tiden mellom pre- og post test. Men det kan også være en indikasjon på at potensialet i bildeverktøyet slik det her er utformet, ikke fullt ut er utnyttet. Men veileder opplever nå *familiens kosthold, mors kunnskap om diabetes og kosthold, og mors kunnskap om næringsinnhold i drikke* som bra, der det tidligere ble vurdert som usikker. Dette gir grunnlag for videre optimisme med tanke på ytterligere utprøving og tilpasning av materialet.

Resultatene viser at personalet mener bilder øker forståelsen under veiledning innen kosthold, men samtidig viser resultatene ingen endring i veilederens oppfatning av *mors kunnskaper om norsk mat og næringsinnhold*. Aadland(1998) peker på utfordringene ved tverrkulturell kommunikasjon, i forhold til forventninger og erfaringer fra tjenesteyterne. Dette kan ha gitt seg utslag i post testen, ved at forventningene til de ulike spørsmålene som ble besvart kan ha vært for store tatt i betraktning tidsaspektet for utprøving, og læringshistorien til målgruppen.

Selv om tolketjeneste i dag anses å være en kvalitetsindikator når det gjelder kommunikasjon med målgruppen, ser vi på tilpasset bruk av bilder som et mulig «lavterskel» hjelpemiddel i forhold til kommunikasjon med ikke etnisk norske analfabeter. Dette kan tenkes å være spesielt aktuelt når det gjelder konkrete hverdags situasjoner, som her i forhold til kostholdsveiledning.

Vi erfarte underveis i prosessen at «sammenligningsbildene» kan mistolkes fra brukerens side dersom ikke veileder er bevisst på dette forholdet i sin informasjon og veiledning til brukerne. En sjokolade kan for eksempel ikke erstatte en porsjon med frukt. Dersom bildene blir oppfattet slik av brukeren, kan den pedagogiske hensikten med materialet være borte. Derfor er det avgjørende hvordan sammenligningsbildene blir presentert, for å unngå misforståelser eller mistolkning.

I dette tilfellet ble de nevnte utfordringene med verktøyet ivaretatt gjennom forholdsvis omfattende informasjon og veiledning til de ansatte, og burde dermed ikke ha noen innvirkning på resultatene som fremkommer i denne studien.

Begrensninger ved studien

Det forhold at studentene bidro til å involvere de ansatte i et utviklingsprosjekt, kan ha bidratt til en positiv innstilling og respons på studien. De ansatte hadde på forhånd ingen erfaring når

det gjaldt bruk av bilder i kommunikasjon, og viste stor begeistring underveis i prosessen. Denne «nyhetens verdi» kan også ha påvirket materialet i positiv retning.

Det kan også tenkes at de positive resultatene samlet sett er preget av engasjementet rundt prosjektet de ansatte ble deltagere i, og at de ble «farget av» prosjektledernes engasjement. På en annen side kan de positive erfaringene og opplevelser som fremkommer, tenkes å tilskrives deres ønske om forbedring og det å få konkrete verktøy til bruk, samt deres sentrale rolle i selve utformingen av materialet.

Pre-/post testen er utformet med utgangspunkt i forhold som ble nevnt utfordrende for de ansatte i deres rolle som veiledere, uten at det er undersøkt om dette samsvarer med målgruppens opplevelser og erfaringer. Spørsmålene kan ha blitt utformet med kilde til feiltolkning, og de fastsatte svaralternativer kan ha blitt oppfattet som lite relevante eller med begrenset variasjon.

Oppsummering

Erfaringene fra et familievernssenter med bruk av bilder i kostholdsveiledning for ikke etnisk norske analfabeter, peker i positiv retning etter en 5 måneders prosjektperiode med planlegging, utprøving og evaluering. Dette gir grunnlag for optimisme med tanke på videre utvikling av bilder som støttende kommunikasjonsverktøy overfor målgruppen.

En stor utfordring er den hyppige forandringen av emballasje på de ulike produktene. Dette krever tilsvarende ansvar for hyppige oppdateringer av bildene som en forutsetning for å sikre overførbarheten fra fotografi til produkt.

Mangelfull forskning når det gjelder effekt av tiltak som kan påvirke livsstilsendring overfor ulike sosioøkonomiske grupper, både når det gjelder enkeltstudier og systematiske oversikter, tilsier et behov for mer empirisk forskning når det gjelder verktøy som kan bidra til kompetanseoverføring og atferdsendring, som her i forhold til ikke etnisk norske analfabeter.

Referanser

- Birkeland, K. I., & Jenum, A. K. (2003). *'Mosjon på Romsås' (MoRo) – et helsefremmende intervensjonsprosjekt for å fremme fysisk aktivitet i et multi-etnisk lokalsamfunn i Oslo øst.*
- Eide, T., & Eide, H. (2010). *Kommunikasjon i relasjoner - samhandling, konfliktløsning, etikk* (2. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Eriksen, T. H., & Sørheim, T. A. (2006). *Kulturforskjeller i praksis. Perspektiv på det flerkulturelle Norge.* Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- Folkehelseinstituttet
http://www.fhi.no/eway/default.aspx?pid=233&trg=MainLeft_5648&MainArea_5661=5648:0:15,2917:1:0:0:::0:0&MainLeft_5648=5544:28142::1:5647:41:::0:0, sist sitert 20.03.2011
- IS-0210. *Handlingsplanen for et bedre kosthold i befolkningen(2007-2011) - Oppskrift for et sunnere kosthold.* Departementene.

Kunnskapssenteret

<http://www.kunnskapssenteret.no/systemsider/S%C3%B8keresultater?cx=010191580526572086837%3A3gzhprhbb6u&cof=FORID%3A11%3BNB%3A1&ie=UTF-8&q=bilder+brukt+f%C3%A5r+%C3%A5+n%C3%A5+brukere#1248>, sist sitert 01.04.2011

Lingås, L. G. (2005). *Etikk og verdivalg i helse og sosialfag* (3. utg.). Oslo: Gyldendal Norsk forlag AS.

LOV 2011-06-24 nr 29: Lov om folkehelsearbeid (folkehelseloven)

Matbilder, vedlegget til plan for oppfølging av pasienter med overvekt/fedme hos skolehelsetjenesten ”Stor & Sterk” www.linksidene.no/minskole/.../Matbilder%20-%20vedleggSS_veileder.pdf, sist sitert 01.04.2011

Nøkkelhullsmerket; lest 15. Mars.2011

http://www.nokkelhullsmerket.no/nokkelhull/Kostholds_r_d/article192.ece, sist sitert 01.04.2011 ...og bedre skal det bli ved å involvere bruker og gi dem innflytelse” http://www.ogbedreskaldetbli.no/237/Brukermedvirkning_mindre_fil.pdf, sist sitert 14.04.2011

Prop. 1 S(2010-2011) Proposisjon til Stortinget (forslag til stortingsvedtak)

<http://www.regjeringen.no/nb/dep/hod/dok/regpubl/prop/2010-2011/prop-1-s-20102011/1.html?id=617557>, sist sitert 14.04.2011

Aadland, E. (1998). *Etikk for helse og sosialarbeidarar*. Gjøvik: Det norske samlaget.

Wändell PE, Gåfvæls C. *High prevalence of diabetes among immigrants from non-European countries in Sweden. Primary Care Diabetes*. 2006;1(1):13-16