

Fakultet for medisin- og helsevitenskap
Institutt for nevromedisin og bevegelsesvitenskap

Eksamensoppgave i HERG3004 (Bacheloroppgave)

Kandidatnummer: 10061, 10014, 10026

Deltakelse i aktivitet for barn med overvekt

**Participation in activity for children with
overweight**

Kull: BET16

Antall ord: 8639

Sammendrag

Tittel: Deltakelse i aktivitet for barn med overvekt

Bakgrunn: Overvekt blant barn er et økende problem på verdensbasis. Tidligere har barn vært mer fysisk aktive, mens nå driver de mer med stillesittende aktiviteter. Deltakelse i aktivitet er sentralt for barns helse og utvikling. De opplever ofte å bli utsatt for stigmatisering og mobbing av jevnaldrende, og det er viktig med støtte fra foreldre.

Metode: Det er gjennomført en litteraturstudie for innhenting av vitenskapelige artikler, og sju artikler ble inkludert i oppgaven. Databasene som ble brukt i søkeprosessen var Oria, Idunn, Google Scholar og Pubmed.

Resultat: Studiene viser at vaner, interesser, kompetanse, sosial støtte og sosial ekskludering er faktorer som spiller inn på om barn med overvekt deltar i aktiviteter som lek og fritidsaktiviteter.

Konklusjon: Litteraturstudien vår viser et samspill mellom de ulike faktorene, samt hvordan faktorene hemmer eller fremmer deltakelse i aktivitet. Sosial støtte og sosial ekskludering blir sett på som to avgjørende faktorer i arbeidet med å få overvektige barn til å delta i aktivitet. Ergoterapeuter kan i dette arbeidet bidra med å fremme aktivitet ved å tilrettelegge omgivelsene og støtte familien i endring av vanene.

Nøkkelord: Barn, overvekt, deltakelse, aktivitet

Innholdsfortegnelse

1.0 Introduksjon	4
1.1 <i>Bakgrunn for valgt tema</i>	5
1.2 <i>Problemstilling</i>	6
1.3 <i>Oppgavens oppbygging</i>	6
2.0 Model of Human Occupation	6
3.0 Metode	8
3.1 <i>Litteraturstudie som metode</i>	8
3.2 <i>Inklusjonskriterier</i>	8
3.3 <i>Metode for innhenting av data</i>	8
3.4 <i>Oversikt over utvalgte artikler</i>	9
3.5 <i>Analyse</i>	10
4.0 Resultat	11
4.1 <i>Vaner</i>	11
4.2 <i>Kompetanse</i>	12
4.3 <i>Interesser</i>	13
4.4 <i>Sosial støtte</i>	13
4.5 <i>Sosial ekskludering</i>	14
5.0 Diskusjon	15
5.1 <i>Resultatdiskusjon</i>	15
5.1.1 <i>Person</i>	15
5.1.2 <i>Omgivelser</i>	18
5.2 <i>Metodediskusjon</i>	20
6.0 Oppsummering og konklusjon	21
7.0 Referanseliste	23
Vedlegg 1: Søkehistorikk	25
Vedlegg 2: Oversiktstabell over artiklene	34

1.0 Introduksjon

Overvekt og fedme blir i dag ansett som et stort globalt helseproblem (Ng et al., 2014, s. 775), og tall fra 2016 viser at 18 % av barn og unge i verden er overvektige (World Health Organization, 2018). Overvekt og fedme defineres som en opphopning av overflødig kroppsfett, og gir økt risiko for utvikling av ulike sykdommer og helsekomplikasjoner (Danielsen, 2014, s. 10). Ifølge Thorstensson, Blomgren, Sundler & Larsson (2017, s. 252) er en tredjedel av alle 11-åringer i Europa og Nord-Amerika overvektige. Globalt sett er det flere overvektige enn undervektige, og på verdensbasis dør flere av overvekt enn av undervekt (WHO, 2018). I Meld. St. 34 blir det tatt opp at det fremover vil bli en økende vekst av overvekt og fedme, og økningen har en sammenheng med usunt kosthold og mangel på fysisk aktivitet (Helse- og omsorgsdepartementet, 2012- 2013, s. 8). I perioden 2003 til 2006 ble det gjort en vekststudie i Bergen som kunne vise til at det hadde vært en stor økning i overvektige barn og unge de siste 20 – 30 årene (Helse- og omsorgsdepartementet, 2012-2013, s. 33). Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet (BRD) og Kommunal- og regionaldepartementet (KRD) (2011, s. 8) har et ønske om å sikre at alle barn og unge får en god oppvekst. De mener at det er viktig å satse på fritidsaktiviteter slik at alle barn føler seg inkluderte.

Vi som ergoterapeuter har som mål at alle skal få delta i aktivitetene de ønsker, og det er en del av vår oppgave å muliggjøre dette for mennesker. Målet for deltakelse er å øke muligheten for et aktivt og selvstendig liv (Brandt, Madsen & Peoples, 2013, s. 17). Deltakelse i hverdagslige aktiviteter er en viktig faktor i relasjon til barns helse, livskvalitet og utvikling. Det som kan bidra til barns fysiske og psykososiale utvikling er at barna er aktive fremfor å være tilskuere i aktiviteter (Andersen, Lauritzen & Stokholm, 2010, s. 112). Ordet deltakelse kan forstås på flere måter, alt etter sammenhengen det brukes i. I et hverdagsspråk bruker vi deltakelse i sammenheng med at vi deltar i ulike aktiviteter og er aktive (Birk & Langdal, 2013, s. 124). Ifølge Taylor (2017, s. 110) handler deltakelse om det å foreta seg noe. Det vil si at du involverer deg i aktiviteter innenfor arbeid, lek og dagligdagse aktiviteter som hverdagslivet består av. Andersen et al. (2010, s. 33) mener det er viktig at barn blir involvert og engasjert i aktiviteter, da det å delta i aktivitet gjør at barn tilegner seg ferdigheter og kompetanser som er nødvendige. Ifølge Rodger & Ziviani (2006, s. 12) er det en positiv korrelasjon mellom det å delta i aktivitet og velvære fordi det gir en følelse av mening og mulighet for utvikling av identitet.

De siste årene har bevegelseskulturen til barna endret seg. Før var barna mer fysisk aktive, mens det nå ikke alltid er tid og rom for at barna kan være spontane i fysisk aktivitet (Andersen et al., 2010, s. 118). I *Basisbog i ergoterapi* (Birk & Langdal, 2013, s. 122) blir aktivitet beskrevet med at man er aktiv, og blir ofte sett i sammenheng med fritidsaktiviteter. Aktivitet er med på å utvikle menneskers

identitet og aktivitetsmønstre. Det er gjennom aktivitetsmønstret vi som ergoterapeuter kan vurdere hvilken betydning aktiviteten har for mennesket. En aktivitet som et menneske har av interesse gir ofte mening i hverdagslivet.

Overvekt og fedme hos barn er assosiert med høyere risiko for utvikling av fedme, tidlig død og uførhet i voksen alder. Overvektige barn har økt risiko for utvikling av livsstilssykdommer og opplever oftere psykiske vansker (WHO, 2018). Overvektige barn rapporterer om flere psykiske plager enn ikke-overvektige og utsettes mer for mobbing. Stigmatisering og diskriminering av overvektige forekommer ofte, og barn med fedme er mindre likt av jevnaldrende (Øen, 2012, s. 23-24). Barn og unge med overvekt opplever å ha større utfordringer med å bevege seg i aktivitet, og dette er et hinder for at de deltar i aktiviteter som de synes er meningsfulle (Danielsen, 2014, s. 26, 36). I arbeidet med barn og unge viser Øen (2012, s. 204) til at foreldrene er viktige støttespillere for barna. De kan være med å motivere og tilrettelegge slik at barna føler mestring i hverdagen. Dette samsvarer med det som kommer frem i Andersen et al. (2010, s. 17, 33), der det også påpekes at barna kan møte både hinder og støtte i omgivelsene, og at foreldrene er de som kan inspirere barna mest til å delta i aktiviteter. Danielsen (2014, s. 28) mener også at foreldre kan spille inn på utviklingen av barnas mat- og aktivitetsvaner og viser til en sammenheng mellom foreldre og barns aktivitetsvaner.

1.1 Bakgrunn for valgt tema

Da vi i november 2018 begynte å diskutere aktuelle tema for bacheloroppgaven, fant vi raskt ut at alle på gruppen var interessert i tema innenfor overvekt, spiseforstyrrelser og livsstilsendring. Etter litt diskusjon og overordnet søk ble vi enige om at overvekt var det temaet som interesserte oss mest, og gjennom ergoterapiutdanningen har vi tilegnet oss noe kunnskap om temaet. Som nevnt innledningsvis, er overvekt et stort og økende helseproblem på verdensbasis, og gjør det aktuelt å fordype seg i. For forståelsen vår er at overvekt har blitt et økende problem for barn, og at denne aldersgruppen per i dag driver mer med stillesittende aktiviteter enn tidligere. Det er lettere å få til endringer dersom barna er unge siden aktivitets- og kostholdsvaner er mindre innarbeidet (Danielsen, 2014, s. 38). På den måten kan vi som ergoterapeuter bidra til å forebygge denne typen problemer. Dette var en av grunnene til at vi valgte å se på overvekt i sammenheng med barn fremfor voksne. Basert på et ønske om å bidra til å motvirke denne utviklingen, har vi valgt å gå dypere inn i temaet overvekt hos barn.

1.2 Problemstilling

Det vi ønsker å se på i denne oppgaven er faktorer hos barn og omgivelsene rundt for å finne ut hva som bidrar til at barn deltar i aktivitet. For overvektige barn kan det å delta i aktiviteter som lek føre til en opplevelse av tilfredshet, tilhørighet og lykke (Mériaux, Berg & Hellström, 2010, s. 19). Vi anser det som viktig å identifisere hva som påvirker barn med overvekt sin deltakelse i aktiviteter, fordi kunnskap om hva som skal til for at barn med overvekt skal delta i aktiviteter vil være viktig i for eksempel behandlingsprogram og forebygging. Mériaux et al. (2010, s. 14) hevder også at individuelle og miljømessige utfordringer assosiert med overvekt bør bli identifisert og inkludert i et behandlingsprogram for barn med overvekt. Vi ønsker derfor å besvare følgende problemstilling:

Hvilke faktorer påvirker deltakelse i aktivitet for barn med overvekt?

I problemstillingen har vi avgrenset begrepet *aktivitet* til å omhandle lek og fritidsaktiviteter, og med barn menes barn i 6 til 12-årsalderen. Under benevnelsen overvekt blir både overvekt og fedme inkludert.

1.3 Oppgavens oppbygging

Opgaven vår er strukturert etter en tilpasset IMRaD- struktur. I følge Dalland & Trygstad (2017, s. 163) er IMRaD en forkortelse for introduksjon, metode, resultat og diskusjon. Vi har i tillegg inkludert relevant teori som et kapittel, hvor det gjøres rede for Model of Human Occupation. Metodekapittelet viser hvordan vi har strukturert arbeidet med innhenting av relevant informasjon og analyse av forskningsartiklene. I resultatdelen presenteres funnene gjort fra forskningsartiklene. Deretter følger en resultat- og metodediskusjon, før vi avslutningsvis oppsummerer de viktigste momentene fra oppgaven og konkluderer.

2.0 Model of Human Occupation

I denne oppgaven benyttes Model of Human Occupation (MoHO) som teorigrunnlag fordi den ser på det dynamiske samspillet mellom vilje, vanedannelse, utførelseskapasitet og omgivelser. MoHO forklarer hvordan samspillet mellom de fire elementene kan påvirke hvorvidt mennesker deltar i aktivitet (Taylor, 2017, s. 4). Ut fra problemstillingen vår skal vi se på hvilke faktorer som påvirker deltakelse i aktivitet for overvektige barn og det er forventet at MoHO kan bidra til å belyse funnene vi gjør, siden MoHO blant annet omhandler faktorer som påvirker aktivitet.

Videre i teorigrunnet beskrives begrepene vaner, interesser, utførelseskapasitet, aktivitetsidentitet, aktivitetskompetanse, aktivitetsadaptasjon og sosiale omgivelser, siden dette vil være relevante begreper knyttet til vår problemstilling.

Vaner er en del av komponenten vanedannelse og består av handlingsmønstre som er internalisert gjennom gjentatt utførelse. Et barns vaner påvirker hva tiden brukes på og hvilke aktiviteter som utøves. Barnets vaner er motstandsdyktige mot endring, og endring av vaner kan føre til en følelse av desorientering. Vaner kan være med å bidra til nedsatt funksjonsevne og kompensere for utfordringer med aktivitetsutførelsen (Taylor, 2017, s. 17, 61, 63). Interesse er et begrep innenfor vilje og handler om hva man synes er morsomt og tilfredsstillende å gjøre. En persons interesser kan bidra til at vedkommende har motivasjon for å delta i aktiviteter på tross av andre hindringer. Barn med nedsatt evne til aktivitet kan ha færre muligheter til å oppleve glede ved aktivitetsutførelse. Utfordringer med å utføre aktiviteter og frykt for å bli sett på som inkompetent kan føre til at barnet unngår aktiviteter som kunne gitt en følelse av glede og tilfredshet (Taylor, 2017, s. 48-49).

Utførelseskapasiteten handler om evnen man har for å utføre handlinger med utgangspunkt i underliggende objektive og mentale komponenter, samt subjektive erfaringer (Taylor, 2017, s. 19). Gjennom barndommen er utførelseskapasiteten i endring og kompetansen til barna økes. Dette medfører at deres verden utvides. Denne prosessen fører til eksponering for nye miljøer som påvirker utførelseskapasiteten (Taylor, 2017, s. 150). Omgivelser handler blant annet om de fysiske og sosiale komponentene i en persons kontekst som påvirker motivasjonen og aktivitetsutførelsen. Omgivelsene kan både legge til rette for og begrense deltakelse i aktiviteter, og spiller en viktig rolle i å støtte deltakelse i fritidsaktiviteter (Taylor, 2017, s. 92-93). Sosiale omgivelser blir av Taylor (2017, s. 96) beskrevet som personene rundt barnet, kvaliteten på interaksjonen der både den fysiske og emosjonelle støtten er inkludert og holdningene til samfunnet rundt barnet.

Aktivitetsidentitet, aktivitetskompetanse og aktivitetsadaptasjon blir av Taylor (2017, s. 116-119) beskrevet som et resultat av å gjøre noe. Aktivitetsidentitet handler om sammenhengen mellom hvem man ønsker å være og hvem man er i aktivitetsdeltakelsen gjennom livet. Den utvikles i barndommen og i slutten av barneårene har de fleste barna utviklet en følelse av hvem de er som aktivitetsvesen (Taylor, 2017, s. 150). Aktivitetskompetanse handler om kompetansen man har for å utføre en aktivitet som gjenspeiler aktivitetsidentiteten. Aktivitetsadaptasjon handler om den gradvise oppbyggingen av en positiv aktivitetsidentitet og oppnåelsen av aktivitetskompetanse i omgivelsene (Taylor, 2017, s. 116-119). I tillegg refereres aktivitetsadaptasjon til det å måtte gjøre nødvendige endringer for å enten kunne delta i ønskede aktiviteter eller finne nye (Taylor, 2017, s. 30).

3.0 Metode

I dette kapitlet beskrives hvilken metode vi har benyttet, herunder inklusjonskriteriene, metoden for innhenting av data, oversikt over utvalgte artikler og analysen av de sju vitenskapelige artiklene.

3.1 Litteraturstudie som metode

Metoden vi har benyttet i denne oppgaven er litteraturstudie. Når man foretar et litteratursøk identifiseres først et forskningsspørsmål og deretter prøver man å finne svar på dette spørsmålet ved å søke og analysere relevant litteratur ved å bruke en systematisk tilnærming (Aveyard, 2014, s. 2). For å kunne gjennomføre en systematisk litteraturstudie må man på forhånd bestemme søkeord og søkestrategi, identifisere og velge litteratur i form av vitenskapelige artikler. I tillegg må man kritisk vurdere og velge den litteraturen som skal brukes, analysere og diskutere resultatet, samt trekke konklusjoner (Forsberg & Wengström, 2013, s. 32). Vi gjennomførte derfor ikke et rent systematisk søk, men bestemte på forhånd hvilke søkeord som skulle brukes, valgte hvilke vitenskapelige artikler vi skulle benytte og vurderte disse kritisk. Videre analyserte vi artiklene og sammenfattet funnene til et resultat. Det ble også skrevet en søkehistorikk over alle søkene vi foretok, se Vedlegg 1.

3.2 Inklusjonskriterier

Dalland & Trygstad (2017, s. 156) viser til at det er hensiktsmessig å utarbeide noen kriterier med problemstillingen som utgangspunkt for å begrense søkeprosessen. Et av de første inklusjonskriteriene vi ble enige om var at alderen på barna skulle være mellom 6 og 12 år. Vi har sett på forskning fra hele verden, og ikke bare fra Norge. Søkene ble først avgrenset til 2009-2019. Vi måtte etter hvert utvide tidsperioden, siden det var få artikler som svarte på vår problemstilling innenfor den opprinnelige perioden. Søket ble derfor endret til å omfatte perioden 2005-2019. Vi hadde en antakelse om at faktorer som påvirker deltakelse er like gjeldende i dag som for 13 år siden, men at det i senere tid kan ha blitt flere faktorer som påvirker deltakelse og at det har blitt en endring som følge av digitaliseringen. Et kriterium var at artiklene skulle være vitenskapelige og ha IMRaD struktur. Et annet kriterium var at artiklene skulle handle om overvektige barn.

3.3 Metode for innhenting av data

Da hovedarbeidet startet var første steg å finne ut hvilke databaser vi ønsket å søke i og hvilke søkeord som skulle benyttes. Videre laget vi både en ukeplan og en milepælsplan for å ha oversikt over ulike frister, for eksempel når søkene skulle være ferdige og når vi skulle begynne å skrive på oppgaven.

Det ble utført litteratursøk i fire ulike databaser for å finne vitenskapelige artikler som svarer på problemstillingen vår *Hvilke faktorer påvirker deltakelse i aktivitet for barn med overvekt?* Oria var databasen vi startet å søke i da dette er en database vi har benyttet tidligere. Videre søkte vi i databasene Idunn, Google Scholar og PubMed. De sju utvalgte artiklene er hentet fra Oria og Idunn. Det vi opplevde som en fordel med å bruke Oria var at man fikk opp artikler som lå i andre databaser som for eksempel i Idunn og det var enkelt å se om det var en vitenskapelig publikasjon.

Det varierte hvordan vi kombinerte søkeordene i de ulike databasene. Søkeordene som ga treff og ble brukt til å søke på de utvalgte artiklene er: *Barn, child, children, overvekt, obesity, overweight, play, activities, physical activities, everyday activities, participation, experiences, willingness og weight gain.* For å se kombinasjoner av søkeordene vi har brukt, se Vedlegg 1. De nevnte søkeordene ble benyttet fordi vi forventet at ordene kunne resultere i et stort omfang av artikler som var relevant i arbeidet med å besvare vår problemstilling. Etter at søket var gjennomført hadde vi ti vitenskapelige artikler. Disse ble studert for å se om de var relevante for vår oppgave, og alle på gruppen leste artiklene. Vi konkluderte med at fem av artiklene ikke svarte tilstrekkelig på vår problemstilling, og vi måtte foreta et nytt litteratursøk. I dette litteratursøket fant vi to nye artikler som så på faktorer som påvirker deltakelse for overvektige barn.

3.4 Oversikt over utvalgte artikler

Vi har valgt å strukturere de sju vitenskapelige artiklene i *Tabell 1* for å få en oversikt over artiklene. De sju utvalgte artiklene ble vurdert som aktuelle til oppgaven basert på inklusjonskriteriene. I tillegg sier artiklene noe om erfaringer som hemmer og fremmer deltakelse for barn med overvekt. Artiklene omhandler perspektivet til både barnet, foreldrene og helsepersonell. På bakgrunn av dette tror vi det kan gi oss et bedre innblikk i hva som kan påvirke deltakelsen og dermed får vi et mer helhetlig perspektiv. For en mer utfyllende tabell om artiklene og begrunnelse for valg av hver enkel artikkel, se Vedlegg 2.

Tabell 1

Tittel	Forfatter	Årstall	Metode
<i>Mødre til barn med overvekt - erfaringer og utfordringer.</i>	Akselbo, I. & Ingebrigtsen, O.	2015	Dybdeintervju med en kvalitativ tilnærming.
<i>Television Viewing by School-Age Children: Associations with Physical Activity, Snack Food</i>	Brown, J.E., Nicholson, J.M.,	2010	Intervju, spørreskjema, dagbøker og måling av barnas vekt og høyde.

<i>Consumption and Unhealthy Weight</i>	Broom, D.H. & Bittman, M.		
<i>Everyday experiences of life, body and well-being in children with overweight.</i>	Mériaux, B.G., Berg, M. & Hellström, A.L.	2010	Intervju med barn. Kvalitativ deskriptiv design.
<i>Exploring the leisure experiences of children who are overweight and obese: parent and child perspectives.</i>	Shannon, C.S.	2014	Muntlige semistrukturerte intervju med 15 foreldre.
<i>Participation in play activities: a single- case study focusing on a child with obesity experiences.</i>	Skär, L. & Prellwitz, M.	2008	Intervju, observasjoner og selvrapporteringsverktøy.
<i>Factors Influencing the Physically Active Leisure of Children and Youth: A Qualitative Study.</i>	Thompson, A.M., Rehman, L.A. & Humbert, M.L.	2005	Kvalitativ studie. Dybdeintervju med sju barneskolebarn
<i>To break the weight gain - A qualitative study on the experience of school nurses working with overweight children in elementary school.</i>	Thorstensson, S., Blomgren, C., Sundler, A.J. & Larsson, M.	2017	Intervju med helsesøstre. Beskrivende kvalitativ design.

3.5 Analyse

Malterud (2017) presenterer en metode for å analysere forskningsresultat som kalles «Systematisk tekstkondensering». Dette er en måte å gjennomføre en analyseprosess av kvalitative data. Systematisk tekstkondensering består av fire trinn: Å få et helhetsinntrykk, identifisere meningsdannende enheter, abstrahere innholdet i de enkelte meningsdannende enhetene og sammenfatte betydningen av dette (Malterud, 2017, s. 98). Når vi leser artiklene første gang er det ifølge Malterud (2017, s. 99) hensiktsmessig å lese disse med et fugleperspektiv, før man systematiserer analysearbeidet med å lage ulike temaer som skal benyttes når vi går i dybden i artiklene.

I denne oppgaven har vi blitt inspirert av Malterud (2017) sin metode for å analysere de sju utvalgte artiklene. Analysearbeidet startet med at vi leste gjennom artiklene hver for oss med utgangspunkt i problemstillingen. Underveis markerte vi det som kunne være relevant for oppgaven. Da vi hadde lest alle artiklene diskuterte vi grundig hvilke temaer som ble tatt opp i artiklene. Ut fra førsteinntrykket kom vi frem til sju foreløpige tema: søvn, mat, motivasjon, venner, familie, fysisk aktivitet og fritidsaktivitet. Ut fra disse foreløpige temaene så vi en sammenheng mellom flere av begrepene. På

den måten kom vi frem til fire mer konkrete tema: vaner, person, omgivelser og aktivitet. Vi valgte å gi de forskjellige temaene ulike farger for videre arbeid.

Videre i prosessen leste vi artiklene på nytt hver for oss, men grundigere enn hva vi hadde gjort tidligere. Denne gangen gikk vi dypere inn i artiklene og temaene som hadde blitt bestemt etter førsteinntrykket. Samtidig markerte vi meningsbærende enheter som var relevante med fargene vi hadde bestemt. Etter at alle hadde lest artiklene gikk vi systematisk gjennom og skrev ned det hver enkelt hadde markert under hvert tema. Fordelen med at hele gruppen leste alle artiklene var at vi fikk diskutert innholdet og dermed fikk en grundigere analyse, i motsetning til om vi skulle ha lest noen artikler hver.

Etter å ha kodet de meningsbærende enhetene kom vi frem til fem hovedkategorier: vaner, kompetanse, interesser, sosial støtte og sosial ekskludering. For å systematisere funnene satt vi ulike subkategorier under hovedkategoriene vaner, kompetanse, sosial støtte og sosial ekskludering. Vaner fikk subkategoriene mat- og aktivitetsvaner, både fysiske og stillesittende. Sosial støtte ble delt inn i foreldre og venner. Under sosial ekskludering ble subkategoriene mobbing og stigmatisering og under kompetanse ble subkategorien ferdigheter. Vi valgte å ikke sette inn subkategorier under interesser da dette er en konkret kategori som etter vår mening ikke trengte subkategori. Etter å ha laget subkategorier gikk vi gjennom artiklene på nytt med utgangspunkt i det vi hadde skrevet ned tidligere. Vi systematiserte dette under de forskjellige subkategoriene, før vi sammenfattet funnene. Hovedkategoriene vil tilsvare faktorer som bidrar til eller hindrer aktivitet.

4.0 Resultat

I dette kapittelet presenteres funnene fra de sju vitenskapelige artiklene, som ble introdusert i *Tabell 1*. Funnene skal være med på å gi et svar på problemstillingen som er: *Hvilke faktorer påvirker deltakelse i aktivitet for barn med overvekt?* Med utgangspunkt i artiklene har gruppen blitt enig om å dele funnene inn i fem ulike faktorer. Faktorene som blir presentert er vaner, kompetanse, interesser, sosial støtte og sosial ekskludering. Under faktoren kompetanse har vi valgt å presentere kompetanse og ferdigheter under ett, dette på grunn av at disse to begrepene ut fra artiklene sees i sammenheng.

4.1 Vaner

Fire av artiklene sier i større eller mindre grad noe om vanene til overvektige barn (Brown, Nicholson, Broom & Bittman, 2010; Mériaux et al., 2010; Shannon, 2014; Thorstensson et al., 2017). I studien til Mériaux et al. (2010) og Brown et al. (2010) assosieres TV-titting med inntak av usunne matvarer. Når

barna spiser frokost blir den ofte spist foran TVen og alene. Det er ofte mat som cornflakes, sandwich og kakao, og i mellommåltidene blir det ofte spist snacks. Det at barna er mye alene kan være med å bidra til at de opparbeider seg usunne matvaner (Mériaux et al., 2010, s. 20). Dersom det er godteributikker i nærheten av skole og hjem, blir det enklere å kjøpe godteri og brus. En av deltakerne uttrykker: «*Sometimes I long for sweets in the evening, then I go to the sweetshop on the corner of my house*» (Mériaux et al., 2010, s. 17). Brown et al. (2010, s. 223) trekker frem at TV-titting og spising av usunne matvarer fører til mindre tid til å delta i fysiske aktiviteter.

Shannon (2014, s. 147) og Mériaux et al. (2010, s. 17) trekker frem at barna deltar mindre i fysisk aktivitet og lek, da de bruker store deler av hverdagen på stillesittende aktiviteter. Dette samsvarer med funnene til Brown et al. (2010, s. 223) som hevder at TV-titting er negativt assosiert med fysisk aktivitet. Barn som ser mer på TV, er mindre fysisk aktive. Det kommer frem i studien til Shannon (2014, s. 149) at overvektige barn driver med aktiviteter de er komfortable med og holder fast ved disse. En jente fra studien liker å holde på med håndarbeid og føler hun mestrer dette. I studien blir hun spurt om å prøve svømming, men hun forteller at hun ikke ønsker å gi slipp på håndarbeidet. Hun sier: «*because I'm really good at making wreaths and I'm not that good at swimming*» (Shannon, 2014, s. 149).

I Thorstensson et al. (2017, s. 255) blir ikke barnas vaner konkret adressert, men helsesøstre forteller om hvordan man kan endre på vaner. For å motivere barna til å endre vanene sine, har helsesøstre fokus på løsninger og muligheter for å finne morsomme aktiviteter til barnet. Helsesøstre forteller at man må ta et steg om gangen og gjøre små forandringer for å klare og endre vanene og holde motivasjonen oppe hos barna.

4.2 Kompetanse

I fem av artiklene (Mériaux et al., 2010; Shannon, 2014; Skär & Prellwitz, 2008; Thompson, Rehman & Humbert, 2005; Thorstensson et al., 2017) kommer det frem at kompetanse og ferdigheter hos et barn i stor grad påvirker hvorvidt barn med overvekt deltar i aktiviteter eller ikke. Lav fysisk kompetanse hos barn ser ut til å være en faktor som begrenser deltakelse i fysiske fritidsaktiviteter (Thompson et al., 2005, s. 430). Ifølge Mériaux et al. (2010, s. 19) og Skär & Prellwitz (2008, s. 215) uttrykker flere av barna en følelse av ensomhet og usikkerhet i forhold til å ikke være like god i aktiviteter som jevnaldrende. Dette fører til at de trekker seg unna aktiviteter og ser på at de andre barna leker. I likhet med studien til Shannon (2014, s. 147- 149) uttrykker flere av barna at de er flau over at de ikke klarer å utføre fritidsaktiviteter like godt som sine jevnaldrende, og at manglende kompetanse og ferdigheter i fritidsaktiviteter fører til at de ikke vil delta i aktivitet. De uttrykker likevel et ønske om å forbedre

ferdighetsnivået og på den måten kunne delta mer i aktiviteter med jevnaldrende. Lav kompetanse fører til at barna ikke vil prøve noe nytt og de ønsker å utføre aktiviteter som de er flinke til. Barna driver derfor i stor grad med passive aktiviteter, da dette er noe de mestrer og har kompetanse innen.

I studien til Shannon (2014, s. 149) synes de fleste barna at det er viktig å oppleve mestring i aktiviteter, og at dette behovet for mestringsfølelse kan føre til nøling eller motstand mot å delta i nye aktiviteter i dagliglivet. Det blir nevnt flere ganger i artikkelen at mange av barna ønsker å fortsette med det de er gode på og at de dermed ikke ønsker å prøve noe nytt. For mange var det å kunne utvikle en følelse av mestring viktig for at de skulle delta i aktiviteten. Barnet i studien til Skär & Prellwitz (2008, s. 215) forteller at han liker sport og lagaktiviteter, men på grunn av manglende fysiske ferdigheter og liten forståelse for reglene i aktiviteten, deltar han ikke i aktivitetene han ønsker. Thorstensson et al. (2017, s. 254) mener også at manglende ferdigheter på grunn av vekten gjør det utfordrende for barna å delta og være fysisk aktive, noe som skaper en vegring mot å delta i lek.

4.3 Interesser

Fire av artiklene (Akselbo & Ingebrigtsen, 2015; Mériaux et al., 2010; Shannon, 2014; Skär & Prellwitz, 2008) mener at interesse er en faktor som kan påvirke hvorvidt barnet deltar i aktiviteter. Ifølge Mériaux et al. (2010, s. 17) vil aktiviteter som er interessante og meningsfulle for barna gjøre at de i større grad deltar i fysiske aktiviteter som gym og gåturer. Meningsfulle aktiviteter gir barna en følelse av lykke, og fører til at de deltar mer i fysiske aktiviteter. Dette samsvarer med påstanden om at en følelse av misnøye kan påvirke deltakelse i dagliglivet (Mériaux et al., 2010, s. 19). Shannon (2014, s. 150) og Skär & Prellwitz (2008, s. 215) mener derimot at mobbing og frykten for å bli mobbet stopper enkelte fra å delta i aktiviteter som er av interesse. Eksempler fra begge studiene viser at selv om man er interessert i aktiviteter som basketball og fotball, hindrer mobbing og usikkerhet rundt aktivitetsutførelsen barna i å delta.

Fysisk aktivitet er en utfordring for barna i studien til Akselbo & Ingebrigtsen (2015, s. 458) da de aldri har vært interessert i noen typer mosjon, blant annet på grunn av nedsatt lyst og evne til å kunne bevege seg. I studien til Shannon (2014, s. 148) uttrykker barna at de er interessert i fritidsaktiviteter og ønsker å delta mer i fysiske aktiviteter som er av interesse, men at vekten og treningsnivået deres hindrer dem i å delta på samme måte som jevnaldrende.

4.4 Sosial støtte

Mériaux et al. (2010), Skär & Prellwitz (2008), Shannon (2014) og Thompson et al. (2005) viser alle til at sosial støtte er en viktig faktor for deltakelse for overvektige barn. Skär & Prellwitz (2008) gir oss et

innblikk i hvordan hverdagen til en gutt med overvekt er. Han forteller at han får støtte og oppmuntring fra moren for å delta i individuelle aktiviteter som kreative- og stillesittende aktiviteter. Han deltar derfor ikke i lagaktiviteter, siden moren hans ikke synes han er en lagspiller og han ønsker ikke å skuffe henne. Det kommer også frem i artikkelen at han har et stort ønske om at faren skal være mer delaktig i aktiviteter sammen med han. Barna i studien til Thompson et al. (2007, s. 429) forteller at det er viktig at foreldrene er støttende og aktive i deres aktiviteter. Ifølge et av barna er behovet for oppmuntring fra foreldre viktig for å være fysisk aktiv: «*They could tell me to go outside and play or something*» (Thompson et al., 2005, s. 429).

Shannon (2014, s. 149) fremhever også at foreldrene er viktige støttespillere for at barna skal delta i aktiviteter. Studien viser at det ikke bare er barna sine ferdigheter som er viktige, men også foreldrenes. En av guttene i studien liker å svømme, men faren har ikke svømmeferdigheter og synes derfor det er vanskelig å støtte sønnen og være delaktig i aktiviteten: «*My non – swimmer status kind of takes that activity off the list*» (Shannon, 2014, s. 149). Ifølge Thompson et al. (2005, s. 428- 429) kan foreldre både ha en positiv og negativ innvirkning på om barnet deltar i fysiske aktiviteter. Foreldre som støtter opp om en aktiv fritid oppmuntrer barnet til å delta i lek og andre fritidsaktiviteter, og bidrar til en reduksjon av stillesittende aktiviteter.

I studien til Mériaux et al. (2010, s. 19) forteller barna at de gjennom fritidsaktiviteter får venner som de føler tillit og tilhørighet til. Et av barna i studien til Shannon (2014, s. 151) forteller at hun fortsatte på fritidsaktiviteten fordi vennene hennes deltok. Et annet barn i samme studie forteller at han trivdes med å delta på teater siden han ble godtatt av de andre og aldri følte seg mobbet. På grunn av disse erfaringene ønsket han å delta på friidrett sammen med vennene sine. Shannon (2014, s. 151) mener dette viser hvordan positive og negative erfaringer med jevnaldrende kan påvirke ønsket deres om å delta i ulike fritidsaktiviteter. Disse funnene støttes også av Thompson et al. (2005, s. 431) hvor flere av barna mener at støtte og oppmuntring fra vennene er en av grunnene til at de deltar i ulike fritidsaktiviteter. Gutten i studien til Skär & Prellwitz (2008, s. 215) deltar ikke på fritidsaktiviteter fordi han har få venner og dette fører til at han gjør aktiviteter sammen med moren.

4.5 Sosial ekskludering

Fire av de utvalgte artiklene (Mériaux et al., 2010; Shannon, 2014; Skär & Prellwitz, 2008) har i større eller mindre grad fokus på den sosiale ekskluderingen som overvektige barn utsettes for i hverdagen. Det å bli mobbet eller være bekymret for å bli det påvirker gleden man har knyttet til deltakelse i ulike aktiviteter (Shannon, 2014, s. 150). Foreldrene til overvektige barn uttrykker at mobbingen og den sosiale ekskluderingen barna utsettes for i de ulike aktivitetene har påvirket barnas interesse og

motivasjon for å delta i aktiviteter (Mériaux et al., 2010; Shannon, 2014; Skär & Prellwitz, 2008). Shannon (2014, s. 150) viser også til at mobbing av overvektige barn kan føre til angst og engstelighet, som gir en frykt for å delta i aktiviteter. I studien til Mériaux et al. (2010, s. 17) kommer det frem at mobbingen resulterer i stillesittende aktiviteter, som å se på TV, spille TV- spill og spise. Et av barna forteller: «*I don't dare go out after school because there are children from other places who tease me so I try to find other things to do indoors*» (Mériaux et al., 2010, s. 19).

I Skär & Prellwitz (2008, s. 215) uttrykker en gutt at han ofte blir latterliggjort og ignorert av jevnaldrende. Han føler seg sosialt ekskludert, og dette hindrer han i å delta i ulike aktiviteter. Det kom også frem under intervjuet med gutten at han føler de jevnaldrende utnytter han og at de skal ha «betaling» for vennskapet, blant annet ved at de benytter han som hest og rir på han. Gutten sier at «*It feels like giving presents to everybody but not receiving anything back*» (Skär & Prellwitz, 2008, s. 215). Under intervjuet kommer det frem at gutten har en fantasivenn som han leker med. Fantasivennen spiller en viktig rolle i livet hans og bidrar til at gutten føler seg trygg. Gutten gir uttrykk for at han ønsker ekte venner å leke med (Skär & Prellwitz, 2008, s. 215).

5.0 Diskusjon

I dette kapittelet blir de ulike faktorene vi identifiserte i resultatdelen diskutert i lys av teorien presentert i Kapittel 2 og kunnskapsgrunnlaget fra introduksjonen. Vi har valgt å strukturere diskusjonen ut fra to hovedkategorier; person og omgivelser. Årsaken til dette er at faktorene som kan påvirke overvektige barns deltakelse i aktivitet kan deles inn under disse to overordnede begrepene. Under kategorien person diskuteres vaner, kompetanse og interesser, mens sosial støtte og sosial ekskludering diskuteres under kategorien omgivelser. Videre presenteres metodediskusjonen, hvor vi belyser metodiske valg og erfaringer.

5.1 Resultatdiskusjon

5.1.1 Person

Taylor (2017, s. 63) hevder at vaner er vanskelige å endre på, og når vaner endres kan det føre til en følelse av desorientering. Vaner kan i tillegg kompensere for utfordringer med aktivitetsutførelsen (Taylor, 2017, s. 63). Dette kan sees i sammenheng med funn gjort i studien til Shannon (2014), hvor overvektige barn deltar i aktiviteter de mestrer og er komfortable med. Med bakgrunn i dette kan det tenkes at de holder fast ved aktivitetene som de er komfortable med for å kompensere og unngå

desorientering som følge av endring av vaner. Noen vaner kan ha negative konsekvenser, og dysfunksjonelle vaner kan bli til en alvorlig ulempe som truer velferden til en person (Taylor, 2017, s. 63). Det at ulike vaner kan føre til negative konsekvenser kan vi se i studien til Mériaux et al. (2010) og Brown et al. (2010) hvor vaner som TV-titting og inntak av usunne matvarer gjør at barna bruker mindre tid på fysiske aktiviteter.

Vaner påvirker og regulerer hvordan man bruker tiden, og en persons vaner påvirker i stor grad atferden og hvilke aktiviteter man deltar i (Taylor, 2017, s. 61). I studiene til Shannon (2014, s. 147), Mériaux et al. (2010, s. 17) og Brown et al. (2010, s. 223) deltar barna mindre i fysiske aktiviteter og lek på grunn av stillesittende aktiviteter som TV-titting. Ved at barna har aktivitetsvaner som innebærer at de ser mye på TV, kan det føre til mindre tid til fysiske aktiviteter, da vanene påvirker deltakelse.

Ifølge Mériaux et al. (2010), Skär & Prellwitz (2008), Thompson et al. (2005), Shannon (2014) og Thorstensson et al. (2017) er kompetanse en faktor som påvirker deltakelse i aktivitet for barn med overvekt. Barna fra disse studiene gir uttrykk for at de trekker seg unna aktiviteter på grunn av lav kompetanse. De forteller at manglende kompetanse og ferdigheter i fritidsaktiviteter fører til at de ikke deltar i aktiviteter. Kompetanse og ferdigheter kan sees i sammenheng med utførelseskapasitet i MoHO. En persons utførelseskapasitet handler om evnen vedkommende har til å delta i aktiviteter som er avhengig av fysisk funksjon (Taylor, 2017, s. 19). Taylor (2017, s. 18) mener at underliggende komponenter, deriblant den fysiske funksjonen, er viktig for en kompetent utførelseskapasitet og hvordan en person utfører ulike aktiviteter. Da barna i ovennevnte studier rapporterer om lav kompetanse og manglende ferdigheter innenfor fysiske aktiviteter kan dette påvirke barnets objektive og subjektive utførelseskapasitet, som resulterer i at de trekker seg unna disse aktivitetene. Thorstensson et al. (2017, s. 254) trekker frem vekten som en utfordring for barn å delta i fysiske aktiviteter. Den fysiske funksjonen er en del av den objektive utførelseskapasiteten (Taylor, 2017, s. 75), som i dette tilfelle vil være vekten og kroppen til barnet. Den subjektive komponenten av utførelseskapasiteten handler om opplevelsen av kompetansen (Taylor, 2017, s. 75-76), hvor barna i studien til Thorstensson et al. (2017, s. 254) opplever en uvilje mot å delta i lek som følge av vekten. Dette samsvarer med Taylor (2017, s. 76), hvor det fremheves at det er viktig å være bevisste på barnas subjektive opplevelser rundt utførelseskapasiteten da den kan begrense deltakelse i aktiviteter.

I MoHO trekker Taylor (2017, s. 48) frem at interesser påvirker hvilke aktiviteter en person deltar i og kan fremme deltakelse på tross av hindringer. Dette ser vi også i funnene til Shannon (2014), Skär & Prellwitz (2008), Mériaux et al. (2010) og Akselbo & Ingebrigtsen (2015) som viser at interessen for en

aktivitet er viktig for om barnet deltar eller ikke. Dette er også noe vi kan si ut fra egne erfaringer. Hvis vi ikke er interesserte i aktiviteten, har vi heller ikke motivasjon til å gjennomføre den. Ut fra resultatene beskrevet i Kapittel 4, ser man at det ikke alltid holder å ha interesse for aktiviteten for å delta, ettersom frykten for å bli mobbet i en aktivitet ofte kan være større enn selve interessen. Selv om interessen for basketball og fotball er til stede, er frykten for å bli mobbet stor og hindrer barna i å delta (Shannon, 2014, s. 148; Skär & Prellwitz, 2008, s. 215). Dette kommer også frem i Taylor (2017, s. 49) hvor utfordringer med utførelsen og frykt for å bli sett på som inkompetent kan hindre et barn i å delta i en aktivitet som i utgangspunktet er av interesse. Barn kan ifølge Taylor (2017, s. 49, 149) la være å delta i aktiviteter de liker på grunn av begrensninger i utførelseskapasiteten, samtidig som man ser at barn ofte er interessert i de aktivitetene de har kompetanse innen. Dette ser vi tydelig i studien til Shannon (2014, s. 149), hvor det kommer frem at barna ønsker å oppleve mestring og kompetanse i aktivitetene de deltar i. Behovet for mestring og opplevelse av kompetanse indikerer et samspill mellom interesser og kompetanse hvor begge faktorene påvirker deltakelse i aktivitet. Selv om barna har et ønske om å delta i en aktivitet kan manglende kompetanse hindre dem i å delta.

Shannon (2014, s. 148) viser til at vekten er noe av det som hindrer barna i å delta i aktiviteter, selv om interessen for deltakelse er til stede. Barna føler at vekten hindrer dem i å prestere på samme nivå som sine jevnaldrende, og på grunn av dette deltar ikke barna i aktivitetene de ønsker. En slik vegring mot å delta i ønskede aktiviteter kan påvirke aktivitetsidentiteten til barna. Taylor (2017, s.117) mener at aktivitetsidentiteten til en person handler om hvem man ønsker å være i aktiviteten og innebærer å finne en aktivitet man har interesse for. Det kommer frem i Shannon (2014), Skär & Prellwitz (2008), Mèriaux et al. (2010) og Akselbo & Ingebrigtsen (2015) at selv om interessen og viljen er til stede, er det hindringer som stopper barna fra å delta. Eksempelet med barna som ønsker å delta i ballidretter viser at de har en aktivitetsidentitet som innebærer et ønske om å være en lagspiller, men det at barna ikke klarer å opprettholde aktivitetskompetansen gjør at de ikke deltar i aktiviteter som gjenspeiler deres aktivitetsidentitet. Dette kommer også frem i studien til Akselbo & Ingebrigtsen (2015, s. 458), hvor barna verken har lyst eller evner, og dermed heller ikke noen interesse av å delta i noen form for fysisk aktivitet, da de føler de ikke har like store muligheter til å klare å bevege seg. Ovennevnte funn samsvarer med det som kommer frem i Danielsen (2014, s. 26), da barn med fedme og overvekt forteller at de har problemer med å være sammen med andre barn i vanlig fysisk lek da kroppen er vanskelig å bevege. Ut fra disse funnene kan vi se at interesser kan spille en rolle, uten at det ser ut til å være en avgjørende faktor for om barna deltar i ønskede aktiviteter eller ikke.

Taylor (2017, s. 118-119) presenterer aktivitetsadaptasjon som konstruksjon av positiv aktivitetsidentitet og aktivitetskompetanse over tid i egne omgivelser. Med bakgrunn i funnene

ovenfor kan det tenkes at noen barn har utfordringer med å få identiteten og kompetansen til å passe sammen, da manglende kompetanse hindrer dem i å delta i aktivitetene de ønsker. Ved at barna utøver aktiviteter som de mestrer, for eksempel TV-spill, kan dette være med på en gradvis oppbygging av en aktivitetsidentitet som innebærer et ønske om å drive med stillesittende aktiviteter. Dette resulterer i en aktivitetsadaptasjon hvor barna opplever at identiteten og kompetansen deres stemmer overens. I tillegg mener Taylor (2017, s. 116-117) at omgivelsene er en faktor som spiller inn på aktivitetsadaptasjonen og kan være avgjørende for om barn deltar i aktivitet eller ikke.

5.1.2 Omgivelser

Omgivelsene rundt barna er viktig for at barna skal delta i aktiviteter (Mériaux et al., 2010; Shannon, 2014; Skär & Prellwitz, 2008; Thompson et al., 2005). Det blir trukket frem at ressurser og utfordringer er ulike elementer en person kan møte på i omgivelsene. Sosiale omgivelser er noe som blir påpekt som en viktig dimensjon (Taylor, 2017, s. 93).

Ifølge Mériaux et al. (2010), Shannon (2014), Skär & Prellwitz (2008) og Thompson et al. (2005) påvirkes deltakelse av de sosiale omgivelsene, da vi i alle fire artiklene fant indikasjoner på at foreldre og venner har betydning for om barna deltar i aktivitet eller ikke. Øen (2012, s. 204) trekker også frem at det er viktig å involvere foreldrene, da de kan være med å tilrettelegge barnas aktivitetsnivå. Foreldre kan bidra til å motivere barna og gjøre en innsats for å endre vanene i hjemmet. Andersen et al. (2010, s. 33) sier at barns valg av fritidsaktiviteter blir sterkt påvirket av foreldrenes valg og egne interesser. Dette finner vi også i studien til Skär & Prellwitz (2008, s. 216) der gutten ønsker å drive med lagaktiviteter, men moren vil at han skal delta i individuelle aktiviteter og hindrer han derfor i å delta i for eksempel fotball. Gutten forteller: «*I would like to play soccer again. It's my favourite game*», men gjør likevel som moren sier for ikke å skuffe henne. Dette forklarer Taylor (2017, s. 20) med at sosiale omgivelser kan gjøre en aktivitet mulig eller umulig for en person, siden omgivelsene er den dimensjonen som enten støtter eller forstyrrer aktivitetsdeltakelse. Det kan forstås som at de sosiale omgivelsene (moren) begrenser guttens deltakelse i fysiske aktiviteter.

Andersen et al. (2010, s. 17) hevder også at omgivelsene kan være både en støtte og et hinder i barns aktivitetsutførelse. Ved at barna får støtte av inspirerende voksne kan de oppleve glede i fysiske aktiviteter. Shannon (2014, s. 149) og Thompson et al. (2005, s. 429) mener at foreldrene er viktige støttespillere når barna skal delta i aktivitet. Barna trekker frem at oppmuntring er vesentlig når de skal delta og at foreldrene er gode støttespillere når de er delaktige i aktivitetene. Foreldres deltakelse i fritidsaktiviteter sammen med barna er ifølge Shannon (2014, s. 149) ikke alltid like enkelt. Både

barnas og foreldrenes ferdigheter er viktige her. Dersom foreldrene har ferdigheter innenfor aktiviteten barna ønsker å holde på med, er det mye lettere å motivere og støtte barnas deltakelse. Gutten i studien til Shannon (2014, s. 149) viser at han ønsker å svømme, men faren har ikke svømmeferdigheter som gjør det vanskelig for faren å være delaktig i aktiviteten. Basert på dette kan det være lettere for foreldrene å støtte barna i stillesittende aktiviteter, hvor det er enklere å være delaktige sammen med dem. Dette kan føre til at barna blir mindre aktive, noe som kan gå ut over vekten og livskvaliteten til barna. Funnene er i samsvar med Taylor (2017 s. 97-98), hvor det kommer frem at påvirkningen fra omgivelsene handler om den sosiale støtten og mulighetene personer har for å gjennomføre en aktivitet. Funnene beskrevet over viser at foreldre har både positiv og negativ innvirkning på barns deltakelse i aktivitet.

Mobbing og stigmatisering av overvektige barn er et tema i studiene til Shannon (2014), Mériaux et al. (2010) og Skär & Prellwitz (2008). Dette hindrer barna fra å delta i aktiviteter fordi de er redde for hva de andre barna vil si. Både Danielsen (2014, s. 36) og Øen (2012, s. 23- 24) viser til at barn med overvekt opplever mobbing og stigmatisering fra andre rundt dem. Det kommer frem her at barn har fått kommentarer om vekten som oppleves sårende fra foreldre og søsken. Mobbingen kan føre til at barna mister gleden med å delta i aktivitet (Shannon, 2014. s. 150). Dersom barna mister gleden med å delta i aktiviteter som de en gang likte, vil dette hindre barna i å fortsette å delta. Dette støttes av Taylor (2017, s. 49) som mener at frykt for nederlag kan redusere følelsen av glede ved deltakelse. Barna kan da bli sittende inne i frykt for å oppleve mobbing og nederlag i fysiske aktiviteter som i sin tur fører til at de blir mer stillesittende. Foreldrene i de aktuelle studiene kan også fortelle at de er redde for at barna skal bli mobbet og påvirke barnas interesser og motivasjon for å delta i aktivitet (Shannon, 2014; Mériaux et al., 2010; Skär & Prellwitz, 2008). Dette er i samsvar med Taylor (2017, s. 20) som sier at faktorer i omgivelsene har innflytelse på om en person deltar i ønskede aktiviteter. Med bakgrunn i dette kan det forstås som at mobbing og sosial ekskludering er faktorer i omgivelsene som i stor grad påvirker deltakelse i aktivitet for barn med overvekt.

Venner er viktig for hvorvidt barnet deltar i aktiviteter, og flere av studiene (Mériaux et al., 2010; Shannon, 2014; Skär & Prellwitz, 2008) viser at det er både positive og negative erfaringer med sosial støtte fra venner. Taylor (2017, s. 96) mener at personer i de sosiale omgivelsene påvirker hvilke aktiviteter man deltar i. Dette ser vi også i studiene til Shannon (2014, s. 151), Mériaux et al. (2010, s. 19) og Thompson et al. (2005, s. 431) hvor flere av barna deltar i aktiviteter de er interessert i på grunn av vennene deres deltar i samme aktivitet. Dette fører til at de føler seg inkludert av jevnaldrende, noe som kan være med på å gi dem tillit og tilhørighet. En slutning man kan dra som følge av dette er at dersom flere mennesker bidrar til å inkludere andre, kan det redusere den sosiale eksklusjonen

overvektige barn opplever. Funnene fra Mériaux et al. (2010, s. 19), Shannon (2014, s.151) og Thompson et al. (2005, s. 431) samsvarer med Barne-, likestillings og inkluderingsdepartementet og Kommunal- og regionaldepartementet (2011, s. 8). De sier at alle barn skal føle seg inkludert i fritidsaktiviteter og at terskelen for å delta skal være lav, slik at alle kan delta. I studien til Skär & Prellwitz (2008, s. 215) fortelles det om negative erfaringer fra gutten om å ikke føle seg inkludert i aktiviteter. Han deltar ikke i fritidsaktiviteter fordi han har få venner og ofte blir latterliggjort. Når han først deltar i en aktivitet føler gutten at han må «betale» for å få være med i aktiviteten. Dette stemmer overens med Øen (2012, s. 23- 24), som forteller at barn med overvekt er mindre likt av jevnaldrende, og at det ofte forekommer stigmatisering og diskriminering av dem. Det kan tenkes at slik stigmatisering og diskriminering kan føre til at de som utsettes for dette trekker seg bort fra aktiviteter og dermed blir mye alene. Under intervjuet i studien til Skär & Prellwitz (2008, s. 215) uttrykker gutten at han har lyst på ekte venner, siden han nå har en fantasivenn han leker med og føler seg trygg med.

I artikkelen til Mériaux et al. (2010, s. 17) ser vi at mobbingen som overvektige barn utsettes for fører til at de sitter mer inne og holder på med stillesittende aktiviteter som å se på TV og spille TV-spill. Sammenhengen mellom overvekt og stillesittende aktiviteter uttrykker Danielsen (2014, s. 26) at er et voksende problem. Det kommer frem at skjermbruk og fysisk aktivitet ikke trenger å være et problem ettersom man kan se på TV og være fysisk aktive, men at sammenhengen blir mer negativt assosiert. Ifølge Taylor (2017, s. 105) påvirkes vanene av omgivelsene rundt personen. Det kan forstås som at den sosiale ekskluderingen overvektige barn opplever resulterer i aktivitetsvaner som TV-titting og dataspill. Danielsen (2014, s. 28) mener også at de sosiale omgivelsene kan spille inn på utviklingen av mat- og aktivitetsvaner og det er en positiv korrelasjon mellom aktivitetsvanene til foreldrene og barna. Med dette ser vi hvilken rolle sosiale omgivelser har for utviklingen av vaner, som igjen vil påvirke hvilke aktiviteter barnet deltar i. Dette viser et samspill mellom de ulike faktorene hvor en persons vaner blir påvirket av sosial støtte og sosial ekskludering.

5.2 Metodediskusjon

Vi har som nevnt tidligere i denne oppgaven brukt litteraturstudie som metode. Denne metoden har til tider vært utfordrende da vi synes det har vært vanskelig å finne artikler som er relevante til vår problemstilling. Det er begrenset med forskning i tilknytning til ergoterapi og overvekt, og det har derfor vært utfordrende å finne artikler som får frem det ergoterapeutiske perspektivet. Det finnes mange forskjellige artikler i databasene, og når vi søkte på artikler kom det ofte opp flere tusen treff, noe som gjorde det utfordrende å finne de artiklene som var med på å belyse problemstillingen. En annen ulempe er at det er andre som har gjort forskningen og ikke oss selv. Fordelen med

litteraturstudie som metode er at vi ikke trenger å bruke tid på å finne personer å intervju. Dette kan både være tidkrevende og det kan tenkes at de ikke ønsker å stille til intervju.

Når vi skulle bestemme oss for hvilke artikler vi skulle benytte, måtte vi være kildekritiske med tanke på om artiklene var med på å belyse problemstillingen vår. Dalland og Trygstad (2017, s. 152) sier at kildekritikk er å se på om kilden tar opp noe av det vi lurer på, hvilken type kilde det er og når teksten er skrevet. Ut fra dette har vi sett på både relevansen, gyldigheten og holdbarheten på de utvalgte artiklene. Vi har sett på om artikkelen er vitenskapelig, tidsskriftet den er skrevet i, hvordan strukturen er og årstallet den ble publisert. Problemstillingen har også alltid vært i fokus når vi har lest artiklene. Med tanke på teori har vi her valgt å bruke den nyeste utgaven av MoHO-modellen fordi forskningen og kunnskapsgrunnlaget kan ha endret seg.

En utfordring med analysen av artiklene var å tolke artiklene som var på engelsk, og på grunn av dette kan det hende at vi har oversett eller feiltolket noe av innholdet. Artiklene vi har brukt er fra Sverige, Australia, Norge og Canada. Det kan dermed tenkes at det ikke er sikkert at funnene fra de valgte artiklene samsvarer fullstendig med hvordan utfordringen fremstår i Norge. Samtidig er disse landene industrielle og på flere måter like Norge. Utgangspunktet var at artiklene ikke skulle være eldre enn 10 år, men som beskrevet tidligere i oppgaven valgte vi å utvide søket for å finne artikler som var rettet til vår problemstilling. Det kan være en ulempe med tanke på at forskningen kan ha forandret seg på disse årene, men en fordel med tanke på at vi fant flere artikler som belyser vår problemstilling.

Vi har valgt å se etter artikler fra både barnet, familien og helsepersonell sin side. Vi føler dette har gitt oss en bedre innsikt i hvordan det er for barna å leve med overvekt. På denne måten får vi også et bredere innblikk i hvilke faktorer rundt barnet som påvirker deltakelse i aktivitet fremfor å bare identifisere faktorer som er relatert til barnet.

6.0 Oppsummering og konklusjon

Hensikten med denne litteraturstudien var å finne svar på hvilke faktorer som påvirker deltakelse i aktivitet for barn med overvekt. Studien vår viser at vanene til barna er en faktor som påvirker deltakelsen og at innarbeidede vaner kan være utfordrende å endre på. Barna ser mye på TV og er dermed mindre fysisk aktive. Flere av barna opplever svekket kompetanse og lite ferdigheter i fritidsaktiviteter, spesielt fysiske. Dette hindrer barna i å delta i ønskede aktiviteter og fører til at barna deltar i aktiviteter som de mestrer, i dette tilfelle stillesittende aktiviteter. En annen faktor som tas opp er interesser. Hvis aktiviteten ikke er meningsfull for barna, mister de i større grad motivasjonen

til å delta. Det viser derimot at interesse ikke er en avgjørende faktor for deltakelse, da både kompetanse og faktorer i sosiale omgivelser trumfer interessen. Sosiale omgivelser blir også tatt opp som en viktig faktor og foreldrene er viktige støttespillere for å fremme deltakelse i aktivitet. Foreldre som er aktive og støtter barna sine kan bidra til at barna blir mer fysisk aktive og endre vanene. Studien vår sier også at venner er viktig med tanke på å føle tilhørighet og tillit til andre. Venner kan bidra til at flere overvektige deltar i aktiviteter med tanke på at de har noen å støtte seg til.

Ergoterapeuter sin kunnskap om aktivitet og samspillet mellom vilje, vanedannelse, utførelseskapasitet og omgivelser kan være nyttig i arbeidet med overvektige barn. Ergoterapeuter kan bidra med å motivere og hjelpe familien til endring og tilrettelegging av både mat- og aktivitetsvaner. Vi kan tilrettelegge i omgivelsene for å fremme deltakelse, samtidig er det viktig å ha fokus på barnet og dets ønsker.

Ut fra litteraturstudien vår ser vi at vaner, interesser, kompetanse, sosial støtte og sosial ekskludering er faktorer som påvirker deltakelse for barn med overvekt. Alle faktorene påvirker hverandre, hvor blant annet barnets vaner blir påvirket av faktorer i de sosiale omgivelsene og kompetansen til barnet. Vi kan konkludere med at faktorene sosial støtte og sosial ekskludering viser seg å påvirke deltakelsen i størst grad og at tilrettelegging i omgivelsene er viktigst å ha fokus på i arbeidet med barn og overvekt.

7.0 Referanseliste

- Akselbo, I. & Ingebrigtsen, O. (2015). Mødre til barn med overvekt – erfaringer og utfordringer. *Nordisk sygeplejeforskning*, 5(4), 453- 463. Hentet fra:
<https://www.idunn.no/nsf/2015/04/moedre-til-barn-med-overvekt-erfaringer-og-utfordringer>
- Andersen, I., Lauritzen, G.,Q. & Stokholm, G. (2010). *Ergoterapi og børn – Udvikling, aktivitet og deltagelse*. København: Munksgaard Danmark.
- Aveyard, H. (2014). *Doing a Literature Review in Health and Social Care - a practical guide* (3rd ed.). Maidenhead: McGraw- Hill/ Open University Press.
- Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet & Kommunal- og regionaldepartementet. (2011). *Barn og unges fritidsmiljø og deltagelse og innflytelse - rettigheter, lover og regelverk*. (Rundskriv Q- 12/ 2011). Hentet fra:
https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/bld/barn-og-ungdom/barn_og_unge_fritidsmiljo_rundskriv_q_12_2011_web.pdf
- Birk, M.A. & Langdal, I. (2013). Centrale begreber inden for ergoterapi. I Brandt, Å., Madsen, A.J. & Peoples, H. (Red.), *Basisbog i ergoterapi* (3. utg.) (s.119 - 138). København: Forfatterne og Munksgaard.
- Brandt, Å., Madsen, A.J. & Peoples, H. (2013). Introduktion til ergoterapi. I Å. Brandt, A.J. Madsen, & H. Peoples (Red.), *Basisbog i ergoterapi* (3. utg.) (s. 17- 24). København: Forfatterne og Munksgaard.
- Brown, J.E., Nicholson, J.M., Broom, D.H. & Bittman, M. (2010). Television Viewing by School- Age Children: Associations with Physical Activity, Snack Food Consumption and Unhealthy Weight. *Social Indicators Research*, 101(2), 221- 225. Hentet fra:
<https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-010-9656-x>
- Dalland, O. & Trygstad, H. (2017). Kilder og kildekritikk. I O. Dalland (Red.), *Metode og oppgaveskriving* (6. utg.) (s. 148- 165). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- Danielsen, Y.S. (2014). *Fedme hos barn – intervensjon og atferdsendringer i praksis*. Oslo: Kommuneforlaget AS.
- Forsberg, C. & Wengström, Y. (2013). *Att göra systematiska litteraturstudier: värdering, analys och presentation av omvårdnadsforskning*. Stockholm: Natur & kultur.
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2012- 2013). *Folkehelsemeldingen, god helse - felles ansvar*. (Meld. St. nr. 34). Hentet fra:

<https://www.regjeringen.no/contentassets/ce1343f7c56f4e74ab2f631885f9e22e/no/pdfs/stm201220130034000dddpdfs.pdf>

- Malterud, K. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder for medisin og helsefag* (4. utg.). Oslo: Universitetsforlaget AS.
- Mériaux, B.G., Berg, M. & Hellström, A.L. (2010). Everyday experiences of life, body and well-being in children with overweight. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 24(1), 14- 23. Hentet fra: <https://doi.org/10.1111/j.1471-6712.2008.00678.x>
- Ng, M., Fleming, T., Robinson, M., Thomson, B., Graetz, N., Margono, C.,... Gakidou, E. (2014). Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980- 2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. *Lancet*, 384(9945), 766- 781. Hentet fra: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(14\)60460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(14)60460-8)
- Rodger, S. & Ziviani, J. (2006). *Occupational Therapy with Children: Understanding Children's Occupations and Enabling Participation*. Oxford: Blackwell Publishing Ltd.
- Shannon, C.S. (2014). Exploring the leisure experiences of children who are overweight and obese: parent and child perspectives. *Journal of the Canadian Association for Leisure Studies*, 38(2), 139- 163. Hentet fra: <https://doi.org/10.1080/14927713.2014.966586>
- Skär, L. & Prellwitz, M. (2008). Participation in play activities: a single- case study focusing on a child with obesity experiences. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 22(2). Hentet fra: <https://doi.org/10.1111/j.1471-6712.2007.00515.x>
- Taylor, R. (2017). *Kielhofner's Model of Human Occupation* (5 ed.). Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins.
- Thompson, A.M., Rehman, L.A. & Humbert, M.L. (2005). Factors Influencing the Physically Active Leisure of Children and Youth: A Qualitative Study. *Leisure Sciences*, 27:5, 421-438. Hentet fra: <https://doi.org/10.1080/01490400500227324>
- Thorstensson, S., Blomgren, C., Sundler, A.J. & Larsson, M. (2017). To break the weight gain – A qualitative study on the experience of school nurses working with overweight children in elementary school. *Journal of clinical nursing*, 27(2), 251- 258. Hentet fra: <https://doi.org/10.1111/jocn.13924>
- World Health Organization. (2018). *Obesity and overweight*. Hentet fra: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Øen, G. (2012). *Overvekt hos barn og unge - forstå, forebygge, behandle og fremme helse*. Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.

Vedlegg 1: Søkeshistorikk

Dato	Database	Tittel	Søkeord	Antall treff	Avgrensninger	Referanse
28.03.19	Oria	To study the effectiveness of occupational therapy in children with overweight/obesity and its impact upon quality of life	Occupational therapy, overweight, children, quality of life, self-esteem	6	Fra fagfelleverdert Årstall 2009 - 2019	http://dx.doi.org/10.5958/0973-5674.2018.00100.4
29.03.19	Idunn	Treatment of childhood obesity in Norway - A multi-case study	Treatment, Childhood, Obesity	4		https://www.idunn.no/nsf/2012/04/treatment_of_childhood_obesity_in_norway_-_a_multi-case_stu
29.03.19	Idunn	Mødre til barn med overvekt, erfaringer og utfordringer	Barn, overvekt	224		https://www.idunn.no/nsf/2015/04/moedre_til_barn_med_overvekt_erfaringer_og_utfordringer
29.03.19	Oria	Occupational Therapy and the childhood obesity Epidemic: research, theory and practice	Obesity, childhood, occupation, participation, occupational therapy	387	Fra fagfelleverdert tidsskrift Årstall 2009 - 2019	https://doi.org/10.1080/19411243.2014.930605
29.03.19	Oria	Overvekt hos barn, hvilken betydning har bosted	Overvekt, barn	152	Fra fagfelleverdert Årstall 2009 - 2019	https://tidsskriftet.no/2012/05/originalartikkel/overvekt-hos-barn-hvilken-betydning-har-bosted

01.04.19	Oria	Participation in play activities: a single-case study focusing on a child with obesity experiences	Participation, Activities, Obesity, experiences, child, play	218	Fra fagfelleverderte artikler Artikler Child Children Obesity Childhood obesity	https://doi.org/10.1111/j.1471-6712.2007.00515.x
01.04.19	Oria	Treningsmotivasjon og fysisk aktivitet blant unge	Barn og fysisk aktivitet	323	Fra fagfelleverderte artikler Artikler Årstall: 2009 - 2019	https://septentrio.uit.no/index.php/helseforsk/article/view/2409/2315
01.04.19	Oria	When children play, they feel better: organized activity participation and health in adolescents	Participation, play, activity, leisure, children, overweight, health	433	Fagfelleverderte artikler Artikler Child Children Childhood obesity Public Health Årstall: 2019-2019	https://search.proquest.com/docview/1779790256/fulltextPDF/688A2545AAEC4865PQ/1?accountid=12870
01.04.19	Idunn		Barn og fysisk aktivitet	498		
01.04.19	Idunn		Barn og lek	485		
01.04.19	Idunn		Overvektige barn	21		
01.04.19	Idunn		Fedme hos barn	32		
02.04.19	Google Scholar		Barn, overvekt, fedme, deltakelse, aktivitet, livskvalitet, lek	215	2009 - 2019	
02.04.19	Google Scholar		Barn, overvekt, deltakelse,	247	2009 - 2018	

			aktivitet, livskvalitet, ergoterapi			
02.04.19			Children, Overweight , Occupation al therapy	46		
02.04.19	Oria	Effects of Modifying Physical Activity and Sedentary Behavior on Psychosocial Adjustment in Overweight/Obe se Children	Children, obesity, overweight, physical activity, sedentary behavior, self esteem	347	Fagfelleverder te artikler Artikler Engelsk Obesity Child Children Childhood obesity Overweight Health Promotion	https://doi.org/10.1093/jpepsy/jm017
02.04.19	Pubmed	Screening, diagnosis and treatment of hypertension in obese children: an international policy comparison	Obesity, Children, Pediatric nephrology	53	Free full text 5 years Humans	https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs40620-016-0277-6
02.04.19	Oria	Associations between self- reported and objectively measured physical activity, sedentary behavior and overweight/obe sity in NHANES 2003–2006	Children, obesity, overweight, physical activity, sedentary behavior, self esteem	243	Fagfelleverder te artikler Artikler Engelsk Obesity Child Children Childhood obesity Overweight Health promotion Public health	https://www.nature.com/articles/ijo2016168
02.04.19	Oria	To break the weight gain - a qualitative study on the experience of school nurses	Overweight , children, child, health, changes, school,	245	Fra fagfelleverdert Artikler Engelsk Obesity Child	https://doi.org/10.1111/jocn.13924

		working with overweight children in elementary school	parents, weight gain, lifestyle, health promotion, lifestyle		Health promotion Children Childhood obesity Overweight Parents Årstall: 2009 - 2019	
02.04.19	Oria	Television Viewing by school - age children: associations with physical activity, snack food consumption and unhealthy weight.	Children, physical activities, Weight, Obesity	227	Fra fagfelleverderte tidsskrift Artikler Årstall: 2009 - 2019 Physical activity Children Obesity Diet	https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-010-9656-x
02.04.19	Oria	Everyday experiences of life, body and well-being in children with overweight	Everyday activities, overweight, children	458	Fagfelleverderte tidsskrift Artikler Årstall: 2009-2019 Humans Engelsk Children Overweight	https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/j.1471-6712.2008.00678.x
02.04.19	AJOT	Promoting Health, Well-Being, and Quality of Life for Children Who Are Overweight or Obese and Their Families	Overweight , children, activities	26		https://ajot.aota.org/article.aspx?articleid=2540522&resultClick=3
02.04.19	Oria		Participation, play, children, overweight, obesity	378	Fra fagfelleverderte tidsskrift Artikler Årstall: 2009 - 2019 Children Childhood obesity	

					Overweight	
03.04.19	Oria		Participation, activities daily living, ADL, overweight, children	448		
03.04.19	Oria		Children, obesity, activity in daily living, play, participation	428	Fra fagfelleverderte tidsskrift Artikler Årstall: 2009-2019 Engelsk Physical activity childhood obesity children	
03.04.19	Oria	Health-related quality of life in obese children and adolescents	Children, obesity, activity in daily living, play, participation	229	Fra fagfelleverderte tidsskrift Artikler Årstall: 2009-2019 Engelsk Humans Children Obesity	https://search.proquest.com/docview/219289471?rfr_id=info%3Axri%2Fsid%3Aprimo
03.04.19	Oria		Children, obesity, overweight, daily living, play, participation	127	Fra fagfelleverderte tidsskrift Artikler Årstall: 2009-2019 Children Overweight Childhood obesity	
03.04.19	Oria	Health - related parental indicators and their association with healthy weight and overweight/obe	Children, obesity, activity in daily living, play, participation	415	Fra fagfelleverderte tidsskrift Artikler Årstall: 2009 - 2019 Children Obesity	https://doi.org/10.1186/s12889-018-5582-7

		se children's physical activity				
03.04.19	Oria		Children, obesity, overweight, quality of life, recreational activities	258	Fra fagfelleverdert tidsskrift Artikler Årstall: 2009 - 2019 Children	
03.04.19	Oria		Recreational activities, children, overweight, obese	385	Fra fagfelleverdert tidsskrift Artikler Årstall: 2009 - 2019 Children Overweight Obesity	
03.04.19	Oria		Children, obesity, occupational therapy, quality of life, participation	272	Fra fagfelleverderte tidsskrift Artikler Årstall: 2009-2019 Occupational therapy Child	
03.04.19	Oria	Physical Activities for Overweight and Obese Children— an Inclusive Approach	Recreational activities, children, overweight, obese	211	Fra fagfelleverdert Artikler Årstall: 2009 - 2019 Children Overweight Physical activity	https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.12.299
03.04.19	Oria	Effects of a recreational physical activity and healthy habits orientation program, using	Recreational activities, children, overweight, obese	221	Fra fagfelleverdert tidsskrift Artikler Årstall: 2009 - 2019 Children Overweight	https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3848643/

		an illustrated diary, on the cardiovascular risk profile of overweight and obese schoolchildren: a pilot study in a public school in Brasilia, Federal District, Brazil			Physical activity	
03.04.19	Oria	Physical activity levels and energy expenditure of 9- year- old- 12- year- old overweight and obese children	Children, obesity, activity in daily living, play, participate	415	Fra fagfelleverderte tidsskrift Artikkel Årstall: 2009 - 2019 Children Obesity	https://search.proquest.com/docview/862087274/fulltextPDF/AFECO734744493CPQ/1?accountid=12870
03.04.19	Oria		Obesity, children, health, participation, activities, occupational therapy	93	Fra fagfelleverderte tidsskrift Artikler Årstall: 2009- 2019 Children Obesity Physical activity	
03.04.19	Oria		Children, obesity, habits, daily life, lifestyle, overweight	174	Fra fagfelleverderte tidsskrift Artikler Årstall: 2009- 2019 Child Children Childhood obesity Life style Overweight	
03.04.19	Oria		Children, obesity, habits, daily life, lifestyle,	349	Fra fagfelleverderte tidsskrift Artikler	

			everyday life		Årstall: 2009-2019 Child Children	
03.04.19	Oria	Effects of a physical activity and nutritional intervention in overweight and obese children through an educational and recreational camp	Recreational activities, children, overweight, obese	158	Fra fagfelleverderte tidsskrift Artikler Årstall: 2009-2019 Children Physical activity	https://doi.org/10.1177/0260106018771519
03.04.19	PubMed		Children, obesity, habits, daily life	32	Publikasjonsdato: 10 år År: 6- 12 år	
05.04.19	Google Scholar	Effects of an Occupation-Based Obesity Prevention Program for Children at Risk	Overweight, obesity, children, childhood, child, occupational therapy, occupational performance, victimization, lifestyle, affect, habits, motivation, role, participation, health, physical activity, self-esteem, parents, family	592	2009 - 2018	https://doi.org/10.3109/07380577.2013.783725

25.04.19	Oria	Exploring the leisure experiences of children who are overweight and obese: parent and child perspectives	Children, overweight, willingness	154	Fra fagfelleverderte tidsskrift Artikler Årstall: 2009 - 2019 Obesity Childhood obesity	https://doi.org/10.1080/14927713.2014.966586
25.04.19	Oria	Factors Influencing the Physically Active Leisure of Children and Youth: A Qualitative Study.	Children, parents, friends, active leisure, school, sport, play, social, health, participation, activities, elementary school, self-confidence	86	Fra fagfelleverderte tidsskrift Artikler	https://doi.org/10.1080/01490400500227324

Vedlegg 2: Oversiktstabell over artiklene

Everyday experiences of life, body and well - being in children with overweight.

Referanse	Mériaux, B.G., Berg, M. & Hellström, A.L. (2010). Everyday experiences of life, body and well- being in children with overweight. <i>Scandinavian Journal of Caring Sciences</i> , 24(1), 14- 23. https://doi.org/10.1111/j.1471-6712.2008.00678.x
Hensikt	Målet med studien er å beskrive erfaringer i hverdagen i henhold til kroppen og velvære hos barn med overvekt.
Metode	Studien brukte et kvalitativ deskriptivt design hvor det ble intervjuet 16 overvektige barn i alderen 10 - 12 år. Studien ble gjennomført i Sverige. Data ble samlet inn gjennom et intervju med hver av deltakerne og startet med spørsmålet: Kan du tegne et bilde av deg selv når du gjør noe du liker å holde på med i hverdagen? Resultatene fra tegningene ble beskrevet, og intervjuene ble lest gjennom mange ganger for å sikre at man fikk med seg alt. Det ble brukt koder for å systematisere svarene de fikk ut av intervjuene.
Relevans til oppgaven	Artikkelen er relevant til oppgaven siden den tar opp faktorer som er knyttet opp mot ergoterapi. Den viser tydelig hvor godt barn har av sosial støtte, enten om det er fra foreldre eller venner.

Television viewing by school - age children: associations with physical activity, snack food consumption and unhealthy weight.

Referanse	Brown, J.E., Nicholson, J.M., Broom, D.H. & Bittman, M. (2010). Television Viewing by School- Age Children: Associations with Physical Activity, Snack Food Consumption and Unhealthy Weight. <i>Social Indicators Research</i> , 101(2), 221- 225. https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-010-9656-x
Hensikt	Hensikten med studien er å se hvordan TV-titting kan innvirke på barn og overvekt, og hvordan det henger sammen med spising av snacks og fysisk aktivitet.
Metode	Data ble samlet inn ved å intervju foreldre, benytte spørreskjema, skrive dagbøker og måling av barnas vekt og høyde. Dataene ble samlet inn i Wave 2. Ble gjennomført i Australia på barn som var 6-7 år. Barna ble klassifisert som ikke- overvektige eller overvektige i henhold til alder og kjønnsesifikke kriterier.
Relevans til oppgaven	Denne studien er relevant for oppgaven ved at den ser på sammenhengen mellom TV- titting og usunne matvarer, og at dette fører til mindre deltakelse i fysiske aktiviteter.

To break the weight gain - A qualitative study in the experience of school nurses working with overweight children in elementary school.

Referanse	Thorstensson, S., Blomgren, C., Sundler, A.J. & Larsson, M. (2017). To break the weight gain – A qualitative study on the experience of school nurses working with overweight children in elementary school. <i>Journal of clinical nursing</i> , 27(2), 251- 258. https://doi.org/10.1111/jocn.13924
Hensikt	Hensikten med studien var å beskrive erfaringene til skolehelsesøstre som følger opp overvektige skolebarn, og hvordan helsesøstrene jobber.
Metode	Studien bruker en beskrivende kvalitativ design. Det ble gjennomført seks individuelle intervju med seks helsesøstre der alle var kvinner. Alle intervjuene ble gjennomført på deltakernes arbeidsplass, og alle intervjuene startet likt med det samme spørsmålet: Kan du fortelle meg om arbeidet ditt med barn som er overvektige? Alle intervjuene ble tatt opp på båndopptaker. Ble gjennomført i Sverige på barn mellom 6 - 12 år. Analysen av intervjuene følger RLR strukturen.
Relevans til oppgaven	Artikkelen er relevant for oppgaven fordi den tar opp hvordan helsesøstrene jobber barn med overvekt, og vi får et innblikk i hvordan helsesøstrene kan være med å forebygge overvekt hos barn.

Participation in play activities: a single - case study focusing in a child with obesity experiences.

Referanse	Skär, L. & Prellwitz, M. (2008). Participation in play activities: a single- case study focusing on a child with obesity experiences. <i>Scandinavian Journal of Caring Sciences</i> , 22(2). https://doi.org/10.1111/j.1471-6712.2007.00515.x
Hensikt	Hensikten med studien var å beskrive hvordan et barn med overvekt opplever deltakelse i lek.
Metode	Kasusstudie med en 9 år gammel gutt med overvekt, bosatt i Sverige. Det ble samlet inn data ved å intervjuer gutten, moren og læreren. I tillegg til observasjoner og et selvrapporteringsverktøy som ble kalt kids play profile. Intervjuene som ble gjennomført ble basert på svarene gutten hadde gitt i skjemaene han hadde fylt ut og registreringene på kids play profile. Guttens mor og lærer skulle beskrive hvordan de oppfattet gutten i deltakelse med andre barn i fritidsaktiviteter. Datainnsamlingen ble analysert av kvalitativ innholdsanalyse. Alle svarene ble lest gjennom flere ganger og systematisert i forhold til koder. Kodene ble igjen sortert i forskjellige kategorier.
Relevans til oppgaven	Denne artikkelen er relevant for oppgaven fordi vi får et innblikk i hvordan livet til en gutt med overvekt er og hvordan deltakelsen hans er i aktivitet. Artikkelen beskriver faktorer som påvirker deltakelsen til gutten.

Mødre til barn med overvekt - erfaringer og utfordringer.

Referanse	Akselbo, I. & Ingebrigtsen, O. (2015). Mødre til barn med overvekt – erfaringer og utfordringer. <i>Nordisk sygeplejeforskning</i> , 5(4), 453- 463. https://www.idunn.no/nsf/2015/04/moedre til barn med overvekt erfaringer og utfordringer
Hensikt	Hensikten med studien var å se hvordan mødre til barn med overvekt føler møtet med helsesystemet er og hvordan de blir møtt. Det var ønskelig å finne ut hva som motiverer og støtter familien i oppfølging av de overvektige barna.
Metode	Det ble valgt å gjennomføre forskningen med dybdeintervju med en kvalitativ tilnærming. Denne metoden ble valgt fordi det er en god metode for å strukturere innsamlet data og fortolke dette fra observasjoner og samtaler. De intervjuet seks mødre til overvektige barn i alderen 7 - 12 år. Studien ble gjennomført etter at informantene hadde deltatt i en forskningsstudie ved St. Olavs Hospital i Trondheim. Mødrene fikk blant annet spørsmål om endringer de kunne gjøre i hverdagen, hvordan deres eget syn på kropp var og hvordan de synes oppfølgingen fra helsevesenet var. Analysen av innhente data ble lest gjennom for å danne et helhetsinntrykk og finne ulike tema før teksten ble sammenfattet.
Relevans til oppgaven	Artikkelen viser oss hvordan mødre til barn med overvekt opplevde å være med i et intervensjonsprogram. I tillegg hvordan det er å være mor til et barn med overvekt.

Exploring the leisure experiences of children who are overweight and obese: parent and child perspectives

Referanse	Shannon, C.S. (2014). Exploring the leisure experiences of children who are overweight and obese: parent and child perspectives. <i>Journal of the Canadian Association for Leisure Studies</i> , 38(2), 139- 163. https://doi.org/10.1080/14927713.2014.966586
Hensikt	Hensikten med studien var å få en forståelse for hvordan barn som er overvektige opplever det å delta i fritidsaktiviteter. Forskerne utviklet to forskningsspørsmål som forskningen skulle gi svar på. Disse spørsmålene gikk ut på å se hvilke erfaringer overvektige barn har med å delta i aktivitet på skolen, hjemme, fritidsaktiviteter og lek i nabolaget. Det andre forskningsspørsmålet omhandlet hvordan ulike faktorer påvirker barna i fritidsaktiviteter.
Metode	Intervjuet 15 foreldre som hadde barn som var overvektige. Intervjuene bestod av muntlige semistrukturerte intervju. Intervjuene ble spilt inn og varte mellom 25 - 45 minutter. Foreldrene ble spurt om å beskrive barnets fritidsaktiviteter. De startet analyseprosessen rett etter det første intervjuet ved at de gikk gjennom alt av materiale som hadde blitt samlet inn. Det ble sortert i forskjellige temaer.

	13 familier var involverte i programmet som varte i en periode på tre år. Studien ble gjennomført i Canada. Barna var mellom 6 - 12 år.
Relevans til oppgaven	Artikkelen sier noe om faktorene som påvirker barns deltakelse i aktivitet. I tillegg tar den opp hvor viktig de sosiale omgivelsene er, og hvordan de kan spille inn negativt eller positivt på deltakelse i aktivitet.

Factors Influencing the Physically Active Leisure of Children and Youth: A Qualitative Study

Referanse	Thompson, A.M., Rehman, L.A. & Humbert, M.L. (2005) Factors Influencing the physically active leisure of children and youth: A qualitative study. <i>A interdisciplinary journal Volume 27.</i> https://doi.org/10.1080/01490400500227324
Hensikt	Hensikten med studien var å få en forståelse om hvordan fysisk aktivitet på fritiden har en innflytelse på barns liv. Både hva barna driver med, hvem som oppmuntrer dem og hvem de leker med på fritiden.
Metode	Deltakerne fikk informasjon om studien gjennom invitasjoner som ble lagt ved i nyhetsbrev eller informasjon på skolene. Alle som var interesserte ble først kontaktet gjennom en telefonsamtale der de fikk informasjon om studien. 22 barn i alderen 9 - 16 år var med i studien som bestod av et dybdeintervju. Før intervjuet, ble alle barna bedt om å fylle ut et spørreskjema om fysisk aktivitet. Resultatet fra dette skjemaet ble brukt i intervjudelen for å få mer utfyllende svar på spørsmålene. Spørsmålene i intervjuet bestod av både veiledende og åpne spørsmål, og varte i 30 - 60 minutter. Spørsmålene som var åpne ble formulert slik at man får en forståelse av deltakernes tanker, holdninger og erfaringer. På denne måten fikk barna reflektere over deres fysiske fritidsaktivitet. Når barna svarte på de åpne spørsmålene, fikk de oppfølgingsspørsmål som var mer rettet mot svarene de ga. Noen spørsmål kunne være hvem barna lekte med når de var ute, hva de lekte og hvem som bestemte.
Relevans til oppgaven	Artikkelen tar opp hvilke faktorer som påvirker barns deltakelse i ulike aktiviteter, deriblant fritidsaktiviteter.