

# Nordiska barns bilder av mat och ätande

Barbro Johansson (red), Gitte Laub Hansen, Sandra Hillén,  
Anna Huotilainen, Tine Mark Jensen, Johanna Mäkelä, Gun Roos

CFK-RAPPORT

2006:04



Handelshögskolan  
VID GÖTEBORGS UNIVERSITET

**CFK**  
Centrum för konsumtionsvetenskap  
Center for Consumer Science

## Förord

*Nordiska barns bilder av mat och ätande* är resultat av ett forskningssamarbete mellan fyra nordiska konsumentforskarmiljöer. De fältarbetande forskarna har varit Anna Huutilainen och Johanna Mäkelä från Konsumentforskningscentralen i Finland, Gun Roos från Statens Institutt for Forbruksforskning (SIFO) i Norge, Sandra Hillén från Centrum för konsumentvetenskap (CFK) i Sverige samt Gitte Laub Hansen och Tine Mark Jensen från Suhr's Videncenter i Danmark. Barbro Johansson från CFK har varit projektledare och redigerat rapporten. Medel till projektet har erhållits från Nordiska Ministerrådet, till vilka vi härmed riktar ett varmt tack. Stort tack också till de rektorer och lärare som välvilligt gett oss tillträde till deras skolklasser och allra störst tack till de barn som deltagit i studien och bidragit med värdefulla och intressanta tankar och bilder om mat och ätande.

## Innehåll

Sammanfattning	4
Del I	7
1. Inledning	7
2. Skolmat i fyra nordiska länder	10
3. Några metodiska reflektioner	14
4. Hälsosam och ohälsosam mat	17
5. Favoritmat och matsituationer	30
6. Olika fysiska matmiljöer - olika skolors förutsättningar	37
7. Avslutning	45
8. Referenser	49
Del II: Nationella rapporter	53
Danmark	53
Finland	77
Norge	101
Sverige	127

## Sammanfattning

”Nordiska barns bilder av mat och ätande” tar sin utgångspunkt i den aktuella debatten om barn och mat och de farhågor som finns om ungas hälsa kopplat till ohälsosamma matvanor och bristande fysisk aktivitet. Detta är en fråga som diskuteras i de nordiska länderna och som också föranleder politiska åtgärder av olika slag. Forskningsprojektet är en kvalitativ studie där barns matarenor har kartlagts och diskuterats utifrån barnens egna perspektiv. 59 barn, 10-11 år, från fyra skolklasser i Köpenhamn, Helsingfors, Oslo och Göteborg har deltagit i studien. De har utrustats med engångskameror och fotograferat sin matmiljö utifrån temana maten de äter, platser där de äter, hälsosam mat, ohälsosam mat och favoritmat. När bilderna framkallats samlade forskaren grupper av barn och diskuterade temana.

De fyra länderna har olika lösningar på skollunchen. I Sverige och Finland serveras eleverna varm skollunch, medan eleverna i Danmark och Norge har med sig smörgåsmat i en matpakke hemifrån. Detta får konsekvenser på flera plan, alltifrån vilken näring barnen får i sig, till i vilken utsträckning de själva har inflytande på sin skollunch och hur den sociala situationen vid måltiden ter sig.

De fyra skolorna hade delvis olika förutsättningar vad gäller närheten till centrum och hur mycket matbutiker och matställen som fanns i närheten, men gemensamt var att alla barn både i skolan och under sin skolväg mötte ett flertal olika, ofta motsägande, matbudskap. Det visade sig vara en god idé att låta barnen delta som medforskare och ta fotografier av dessa olika matbudskap och de löste sin uppgift på sina individuella sätt. I gruppdiskussionerna fick de sedan möjlighet att för varandra och för forskaren fördjupa hur de hade tänkt när de tagit sina fotografier.

Studien visar att de deltagande barnen hade goda kunskaper om vilken mat som är hälsosam och vilken som är ohälsosam och de hade också förklaringar till varför. Frukt, grönsaker, grovt bröd, fisk och mjölk är exempel på matvaror som kategoriserades som hälsosamma och orsaker som anges är att de innehåller fibrer och vitaminer och att man blir stark och frisk av dem. Godis, chips, läsk, pizza och hamburgare fick karakterisera den ohälsosamma maten som innehåller för mycket socker och/eller fett och gör att man blir fet och sjuk. Det framgick också att hälsosam och ohälsosam mat konsumeras i olika kontexter. Vardagsmaten i skolan och hemma är hälsosam, medan helg och fest förknippas med ohälsosam mat och söta och feta tilltugg. Det fanns också mat som var mer svårdefinierad och som kunde anses både nyttig och onyttig, som t.ex. tacos och pasta.

Barnens favoritmat var i många fall de nya maträtter som introducerats i Norden de senaste decennierna: pizza, hamburgare, pasta, tacos och thai-mat. Men även traditionella rätter som biff, fiskpinnar, köttbullar, pannkakor och risgrynsgröt nämndes. Favoritmaten serveras oftast hemma, vilket man kan sluta sig till av att de flesta bilder på favoritmat är tagna i just hemmiljö.

De fyra skolornas matmiljöer skiljer sig mycket åt, inte bara därför att två av dem har skolmatsalar och barnen i de båda andra äter sin skollunch i klassrummet. Den finska skolan har en nybyggd, ljus och luftig skolmatsal, medan den svenska klassen har sin matsal i ett mindre utrymme i källarplanet, vilket å andra sidan upplevs som mysigt. I den danska skolan finns även en skolebod, där eleverna kan köpa ekologisk mat, men oavsett om man äter denna eller maten i den medhavda matpakken, äts den i klassrummet på skolbänken. Uppdelningen mellan skolarbete och måltidssituation blir därför mindre tydlig i den norska och danska skolan. En skolmatsal med många elever kan å andra sidan vara stökig och stressande.

På ingen av skolorna hade barnen tillåtelse att lämna skolan på rasterna, men på vägen till och från skolan passerade de butiker, kiosker och matställen, där de kunde ta del av många olika matbudskap i form av reklam och annan marknadsföring. Inte sällan är det den ohälsosamma födan som lyfts fram i reklamen.

Sammanfattningsvis kan vi konstatera

- att barnen visade en god kulturell kompetens vad gäller hälsosamt och ohälsosamt, rätt och fel, sunt och osunt i matsammanhang.
- att inflytandet från mediediskussioner, diskussioner i hemmet och förändringar i skolan matmiljö avspeglades i barnens tal om och värderingar runt mat och ätande.
- att det finns en stark koppling mellan å ena sidan hälsosam mat och vardagsmat och å andra sidan ohälsosam mat och helg- och festmat, men att det också finns överskridanden i det att festlig mat och favoritmat också kan vara nyttig.
- att matprodukter inte alltid är antingen hälsosamma eller ohälsosamma, utan kan befinna sig utefter en skala mellan det nyttiga och det onyttiga.
- att det inte går att entydigt säga vilket av de båda systemen för skollunch som är mest fördelaktigt, eftersom det är många andra faktorer som spelar in.
- samt att fortsatt forskning på området kan dra nytta av både de resultat som framkommit och de metoder som använts och gå vidare med att studera barns matmiljöer i större skala under en längre period och med ett större mått av deltagande observation, där även måltider i hemmet tas med och där jämförelser mellan barn i olika åldrar och olika sociala miljöer kan göras.



## DEL I

### 1. Inledning

Barns hälsa och livskvalitet har under de senaste åren blivit föremål för livlig debatt i de nordiska länderna. Bakgrunden är forskningsrön som visar att antalet överviktiga barn ökat dramatiskt och att sjukdomar som diabetes typ II och hjärt-kärl-sjukdomar sjunkit allt längre ner i åldrarna (Lahti-Koski 1999, Andersen et al 2004, Statens folkhälsoinstitut och Livsmedelsverket 2005). De orsaker som lyfts fram är av två slag, dels att barn idag får allt mindre vardagsmotion och dels att deras matvanor är ohälsosamma. Man lyfter fram att barn ofta skjutsas till skola och fritidssysselsättningar och att de i hög grad ägnar sig åt stillasittande aktiviteter, som tv-tittande och dataspelande. Matintaget utgörs, menar man, av för stor andel energitäta livsmedel med mycket fett och socker och för lite grönsaker, frukt och fiberrika livsmedel. Inte minst framhålls att mängden onyttiga livsmedel i barnens kost ökar. Medan vuxna idag minns hur de som barn delade en 33-centiliters läsk med sina syskon, säljs läsk idag i 11/2-litersflaskor och försäljningen av läsk har tredubblats under de senaste trettio åren, enligt en svensk studie (Erlanson-Albertsson 2004, jfr Nielsen & Popkin 2003, Richelsen et al 2003). En norsk undersökning, Ungkost-2000, visar att 4-, 10- och 14-åringar i Norge dricker läsk hela veckan, och att konsumtionen av såväl läsk som chips, godis och snabbmat som pizza, tacos och hamburgare är som högst fredag-söndag (Frost Andersen et al 2003). Författarna konstaterar att matmönstret har förändrats på så vis att man idag har en tredagars-helg snarare än en tvådagars-helg (ibid.). Det stämmer med iakttagelser från andra nordiska länder, där fredagen blivit familjemyskvällen istället för, som tidigare, lördagen. Att det framför allt är vuxna som tar hand om matinköpen i familjen och har huvudansvaret för barns matkonsumtion är givet, men barn är också själva aktiva konsumenter på matmarknaden. Barn har egna fickpengar att handla för, pengar som ofta används på snabbmat och godis (Storm-Mathiesen 1998, Nordiska ministerrådet 2002:537, Näsman & von Gerber 2003, Waerdahl 2003, Johansson 2005b).

Mat och ätande är ett komplext fenomen som innefattar betydligt mer än att tillföra kroppen en viss mängd näring. Smaken, maten som njutning, är det kanske mest centrala, maten ska se aptitlig ut och smaka gott. Detta är i sin tur tätt sammanvävt med varje lands tradition och matkultur, som i hög grad inverkar på definitioner av vad som är läcker mat, trivial föda, eller för den delen vad som alls är ätbart (MacClancy 1992). Vidare sker ätandet i sociala sammanhang, där sådant som samhörighet och omsorg kommuniceras. Det har betydelse med vilka man äter, vem som har valt och tillrett maten och hur samvaron vid måltiden ser ut. Den fysiska matmiljön är också betydelsefull: hur det är dukat och hur maten är upplagd, om det är lugnt eller stökigt, om man har gott om tid på sig att äta eller måste skynda sig för att t.ex. hinna vara ute och leka på rasten i skolan. Det handlar också om vilka livsmedel som finns tillgängliga. Mat är ett område där budskapen från omgivningen, från föräldrar, skola och medier, om vad som är rätt och fel, bra och dåligt, är omfattande och inte sällan motsägande. I Sverige pågår för tillfället en diskussion om innehållet i skolkaféer, där man ofta tillhandahåller

söta och feta produkter, vilka i värsta fall kan fungera som en ersättning för skolmaten, när barnen ratar den. Även i Finland pågår en liknande diskussion, som framför allt gäller läskautomater i skolorna. Serveringar på barnens fritidsinstitutioner och i anknytning till sporthallar har diskuterats under de senaste åren i Danmark. Undersökningar av vad som erbjuds barnen efter skolan visar att det ofta förekommer läskedrycker och godis (Christensen & Tetens 2006). Barnen får veta att vissa livsmedel främjar hälsan och att andra är ohälsosamma; de får budskap om vad de ska äta för att vara populära, vilken mat som passar till vardags och till fest och vad som skapar en fin gemenskap bland kompisarna. Här kommuniceras samtidigt ett metabudskap som säger att den hälsosamma och den ohälsosamma maten befinner sig i två skilda kontexter, där det ofta är den ohälsosamma maten som förknippas med njutbart ätande. Barnen får å andra sidan också budskap som handlar om att det är viktigt att för att vara lyckad och framgångsrik bör man vara smal och vältränad, något som kan komma i konflikt med att njuta av mat och god gemenskap. Studier visar också att bantning och ätstörningar går allt längre ner i åldrarna.

### Ett nordiskt projekt

De matvanor man tillägnat sig i barndomen håller sig relativt stabila upp i vuxen ålder (Singer et al 1995), vilket visar på vikten av att uppmärksamma barns matvanor, inte minst ur ett folkhälsoperspektiv. Det handlar om att inte bara undersöka *vad* barn äter och i vilka mängder utan också *i vilka kontexter* ätande sker och vilka *attityder* och *kunskaper* barnen själva har. Vad har nordiska barn för tankar om den mat som de äter till vardags och till fest? Vad uppfattar de som hälsosamt och ohälsosamt och på vilka grunder? Hur beskriver de sin favoritmat? Hur ser deras fysiska och sociala matmiljöer ut? För att få svar på de är frågorna är det nödvändigt att barnen själva kommer till tals och detta var en utgångspunkt i projektet ”Nordiska barns matarenor – budskap, utbud och matmiljö”, vars övergripande syfte har varit att *undersöka vilka olika budskap om mat som barn kommer i kontakt med och hur de själva reflekterar över dessa budskap*. Projektet är en pilotstudie som är tänkt att pröva metoder och urskilja tendenser i nordiska barns matmiljöer, och ge erfarenheter som sedan kan ligga till grund för en studie i större skala.

Bakgrunden till projektet är att forskare från olika discipliner och olika nordiska forskningsmiljöer upplevde att det fanns behov av att komplettera nationell forskning om barn och mat med jämförande nordiska studier. När det gäller aspekter av det slag som nämns ovan – matvanor, attityder, utbud och hälsa – finns stora likheter mellan de fyra länder som deltar i undersökningen, men här finns också betydelsefulla skillnader som bl.a. har sin grund i de olika versioner av välfärdsstaten som de nordiska länderna uppvisar. Den kanske mest iögonfallande skillnaden är den som gäller hur barns skolmat är organiserad, där norska och danska barn har med sig en s.k. matpakke<sup>1</sup> hemifrån, medan finska och svenska barn serveras varm skollunch, bekostad av allmänna medel. De olika lösningarna

---

<sup>1</sup> Eftersom motsvarande fenomen inte finns i Sverige används den norska beteckningen genomgående i rapporten. (Den danska beteckningen är madpakke).



på skolmåltiden har återverkningar på utformningen av och näringsinnehållet i måltiden, hur matsituationen ser ut, i vilken grad barnen själva har inflytande över vad de ska äta, på vilka olika sätt likhet och gemenskap respektive olikhet och exkluderande kommuniceras i matsituationer samt vilka budskap som förmedlas från familjen och samhället till barnen om mat och ätande (jfr Christensen 2003). Andra skillnader gäller nationella variationer i mattraditioner och matkultur och vilka offentliga diskussioner om mat och ätande som pågår i de respektive länderna vid olika tidpunkter.

Studien är ett mindre pilotprojekt som har genomförts bland 10-11-åriga barn från fyra skolor i Helsingfors, Oslo, Göteborg och Köpenhamn. Totalt har 59 barn deltagit i studien, 20 från Helsingfors, 12 från Oslo, 9 från Göteborg och 18 från Köpenhamn. De norska, danska och svenska skolorna är belägna i innerstadsområden med medelklassbefolkning och med tillgång till matmiljöer som kiosker och restauranger i skolornas närhet. Den finska skolan är en träningskola för lärarstudier och tillhör Helsingfors universitets campus. Den ligger i ett modernt medelklassområde i utkanten av Helsingfors med få butiker i omedelbar närhet till skolan. Undersökningarna genomfördes så likartat som möjligt i de fyra skolorna, men kom ändå att uppvisa en del skillnader, beroende på de olika förutsättningarna och på hur barnen kom att tolka och lösa sina uppgifter. I del II av den här rapporten redovisas de nationella rapporterna utförligt och i kapitel 3 diskuteras metodiska frågor närmare. Här ska kort sägas något om hur studierna gick till.

Alla fyra studierna bestod av följande moment:

- Forskaren kontaktade rektor och lärare på den skola som valts ut och bokade tid för besök.
- Forskaren träffade klassen, gjorde överenskommelser om vilka som (med föräldrars tillåtelse) skulle delta, och delade ut engångskameror.
- Barnen fick en viss tid på sig att fotografera följande: mat och dryck som de konsumerar och de platser där de äter och dricker, favoritmat, bra mat, dålig mat samt några fritt valda bilder.
- Forskaren gjorde observationer i barnens olika matmiljöer i och utanför skolan och tog egna fotografier.
- Kamerorna samlades in och filmerna framkallades.
- Forskaren samlade barn i grupper och diskuterade bilderna.

Tanken med engångskameror var att barnen i mesta möjliga mån skulle få agera medforskare, att de inte bara skulle bli föremål för forskarens förutfattade meningar utan också själva få vara med och definiera uppgiften. Barnens och i tre av studierna även forskarens fotografier togs sedan som utgångspunkt för de samtal som fördes mellan forskaren och mindre grupper av barn. Erfarenheten visar att det är lättare att få varierade och nyanserade svar när man utgår från konkret material, i det här fallet bilder från miljöer som barnen var väl förtrogna med och hade en relation till. En ytterligare dimension kunde tillföras av att barnen också kunde berätta om kontexten till fotograferandet: varför de valt vissa motiv och inte andra, hur de hade komponerat sina

motiv och vad de ville säga med sina bilder. Genom att forskaren hade vistas i barnens olika matmiljöer kunde hon också relatera till de erfarenheterna vid samtalen och den efterföljande analysen av materialet. Grunden var alltså densamma i alla delstudierna, men varje studie fick också sin specifika prägel, vilket belyses närmare i kapitel 3.

## Disposition

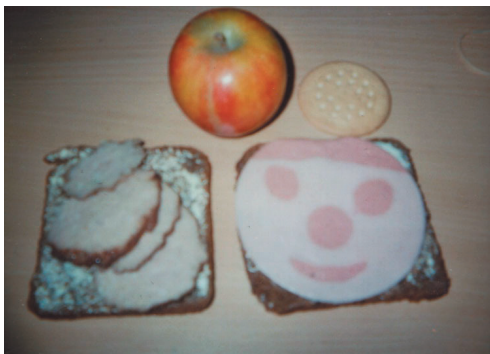
Rapporten består av två delar. Del I har en tematisk uppläggning, där vi gemensamt har sammanställt resultaten av studiens övergripande frågeställningar. Efter inledningen kommer det ett kapitel där det ges en överblick över hur skolmaten i de fyra undersökta länderna är organiserad. I nästa kapitel diskuteras metod och material och hur man kan förhålla sig till de skillnader som uppstod mellan de nationella studierna och de olika tolkningar som barnen gjorde av sin uppgift. I kapitel 4 diskuteras barns uppfattningar och attityder av hälsosam respektive ohälsosam mat och i vilka sammanhang man konsumerar det ena och det andra. Favoritmaten är temat för följande kapitel, en företeelse som visar sig inte bara handla om maträtten som sådan, utan också när och var man äter. Favoritmaten har också tydliga kopplingar till föreställningarna om det nyttiga och det onyttiga. Kapitel 6 handlar om matmiljöernas fysiska utformning och de betydelse dessa får för barns ätande och upplevelse av mat. I avslutningen sammanfattas resultaten och några tankar om fortsatt forskning presenteras. Del II utgörs av de rapporter som varje forskare skrivit om sin studie. Här får vi mer information om de specifika miljöer och förutsättningar som de fyra studierna hade, och vi får fyra olika nationella bilder av hur barnen resonerade om favoritmat, hälsosam och ohälsosam mat och de sammanhang i vilka de konsumerar mat. Språket är svenska i den gemensamma del I, medan forskarna valt olika språk, svenska, svenska/norska, danska respektive engelska för texterna i del II.

## 2. Skolmat i fyra nordiska länder

Skolmat är inte ett nytt fenomen, redan på 1930-talet var det mycket diskussion om det i Norden och man införde då bl.a. gratis skolmat i Finland och Sverige. Men dagens debatt om fetma har stimulerat nya diskussioner om ansvar för barns framtida hälsa och vad som serveras i skolmatsalen och om det t.ex. skall finnas läskedrycksautomater i skolorna. Denna debatt har i Europa varit speciellt aktiv i Storbritannien där bl.a. den kända TV-kocken Jamie Oliver har deltagit. Ofta saknas dock barns egna röster i debatten och vi ser det därför som ett viktigt bidrag att också få mera kunskap om barns egna uppfattningar om mat i skolan. I det här kapitlet om skolmat fokuserar vi på barnens egen syn på skolmaten, dvs. de bilder barnen i de fyra nordiska länderna själva ger av skollunchen och den mat de äter i skolan. Vi baserar analysen i huvudsak på de fotografier barnen tog med engångskameror och det de sade i gruppdiskussionerna. Forskarnas observationer och fotografier i skolorna och tidigare studier används till att ge utfyllande information.

Barnens bilder av skolmat reflekterar skillnaderna i hur skollunchen är arrangerad i de fyra länderna: smörgåslunch i Danmark och Norge och varm lunchmat i Finland och

Sverige. I skolorna i Köpenhamn och Oslo hade barnen mest tagit närbilder av sin matpakke eller delar av den på bänken i klassrummet där de äter sin lunch. I Köpenhamn var matpakken oftast rågbröd med charkprodukter, litet grönsaker och frukt. I Oslo bestod matpakken oftast av grahamsbröd med olika pålägg (bl.a. charkprodukter och ägg), frukt och grönsaker. I Köpenhamn hade barnen också möjlighet att värma mat (t.ex. middagsrester, nudlar) i en mikrovågsugn som fanns i klassrummet eller de kunde köpa lunch i en ”skolebod” i skolans källare. Skolebod med ekologisk mat är en ny företeelse som infördes sommaren 2005 i Köpenhamns kommun (Københavns økologiske sunde skolemad). Det var tre elever i klassen som berättade att de handlar där nästan varje dag, och någon av dem hade tagit en bild av menytaflan i skoleboden.



*Danska barns matpakker, fotograferade i klassrummet.*



*Norska barns matpakker, fotograferade i klassrummet.*

I Helsingfors och Göteborg åt barnen i matsal och deras bilder föreställer oftast en tallrik med mat eller en bricka på matsalsbordet. Det var bilder av vita porslinstallrikar med varmrätt, potatis/makaroner och sallad, ett glas mjölk eller vatten och bestick. Det var litet vanligare med bröd till maten i Finland. På de svenska barnens tallriksbilder var det egentligen överraskande litet grönsaker och ibland var det bara varmrätt och inga grönsaker. Det kan delvis ha berott på att barnen arrangerade maten på tallriken för att de skulle fotografera och att de tyckte att fotot blev bättre då tallriken inte var för full, vilket de själva uppgav. Men att de valde bort grönsakerna avspeglar kanske också den roll grönsaker har för barnen i skollunchen – det är varmrätten som är huvudkomponenten.

Forskaren som observerade i den finska matsalen kunde se att alla eleverna tog av alla delarna (varmrätt, sallad, bröd och mjölk/vatten). En undersökning bland litet äldre barn på finska högstudier (klasserna 7-9) år 2003 visar att det endast var 13 procent som åt en fullvärdig skolmåltid (huvudrätt, sallad, bröd och mjölk). Nästan alla åt huvudrätt men ungefär hälften hoppade över sallad och mjölk (Urho och Hasunen, 2004). Både i Finland och Sverige serverade barnen sig själva från serveringsbord. I Finland hade barnen tagit några fler bilder av serveringsbordet med maten i rostfria baljor och det fanns också några bilder av matsalen och bord med flickor som satt och åt. De dokumenterade på så sätt själva den sociala aspekten av skollunchen. Den sociala dimensionen blev också dokumenterad av den finska forskaren under observationer av skollunchen. Det var speciellt flickor som använde lunchmåltiden till att upprätthålla sociala kontakter, medan pojkarna fokuserade mera på ätandet.



*Finska barns bilder av sin skolmåltid.*



*Svenska barns bilder av sin skolmåltid.*

Om man jämför att bli serverad skollunch med att ha med sig en matpakke kan man lyfta fram en del fördelar och nackdelar. Det kan vara bra att få en tydligare matpaus genom att också fysiskt förflytta sig till ett annat rum. I skolan serveras kanske två alternativa varmrätter att välja bland medan barnen kan tänkas ha större inflytande över vad de får med sig i matpakken. Men skolan och föräldrarna har också en del kontroll över innehållet i matpakken. Att få en matpakke med sig hemifrån kan ge trygghet och kan tolkas som en gåva som bekräftar de sociala banden mellan föräldrar och barn (Christensen, 2003). Å andra sidan kan det ha en utjämnande effekt på socioekonomiska skillnader att alla får en gratis måltid.

De svenska barnen pratade mycket om vad de tycker är gott i skolan och jämförde det med hur maten smakar hemma. Oftast föredrog både de svenska och de finska barnen maten hemma framför skolmaten. De önskade mera pizza och hamburgare i skolan och någon ville ha ris istället för potatis. Vi vet från tidigare forskning om barnens matvanor att det ofta är fokus på preferenser (Hertzler, 1983). Att barn pratar om vad de tycker om eller inte tycker om kan kanske också vara ett sätt att demonstrera att de är barn, att det är något de pratar om för att bli accepterade av sina kamrater i en gruppsituation (Roos, 2002).

I Finland och Sverige ser man på skolmåltiden som en viktig del av av skolarbetet och det finns detaljerade riktlinjer för skolluncher. Förutom att lägga vikt vid matens näringsinnehåll ser man också på den sociala och kulturella betydelsen av skolmåltider. I Danmark och Norge har man också mer eller mindre officiella riktlinjer och regler för vad barn får äta i skolan. Barnen får inte gå utanför skolområdet och de får inte ha godis och annat sött i sin matpakke. I Norge har Sosial- og helsedirektoratet gett ut riktlinjer och Statens råd for ernæring har arrangerat ”matpakke-vecka” med fokus på information om vad som är en hälsosam matpakke. Både i Danmark och Norge är införandet av av skolmatsservering ett aktuellt diskussionstema. En av de största orsakerna till det nya intresset för gemensam skolmåltid är att politiker och hälsoexperter ser det som en viktig strategi för att motverka den ökande fetman bland barn och ungdomar.

I Köpenhamn har man, som nämnts, infört skolebodar i skolorna där det säljs ekologisk mat, och i Norge utreder man för tillfället olika alternativ. I gruppdiskussionerna sade de danska barnen att de var glada för att de hade fått skolebod och möjlighet att köpa mat på skolan, men de var inte helt nöjda med smaken och priset på maten. En av flickorna tyckte att maten verkade ohälsosam då de inte hade rågbröd, som är hälsosammare än vitt bröd. Men ibland hade de sushi på menyn och det var speciellt populärt bland barnen. En dansk flicka tog också upp att hon saknade den sociala dimensionen av att ha en matsal där flera klasser äter tillsammans. I en av de norska gruppdiskussionerna var barnen positivt inställda till alternativet att få varm mat gratis på skolan. Men den norska matpakken har beskrivits som en symbol för norskhet, familj och sparsamhet (Døving, 1999) och det kan därför också vara svårt att förändra den traditionen. Alla norrmän har vuxit upp med matpakke på skolan och den hälsosamma matpakken är något man får med sig hemifrån. Døving (1999) beskriver hur matpakken anses vara en del av god socialisation. Att en matpakke symboliserar hemmet och en gåva från föräldrar har också beskrivits i en studie av lunchlådor som mammor i Japan skickar med sina barn till leksskolan (Allison 1997).

Om man kan säga att matpakken i Norge symboliserar att vara norsk och individ, kan man kanske motsvarande tolka de finska och svenska skolluncherna som symboler för den nordiska välfärdsstaten. Att man idag har olika system för lunch i de nordiska länderna har förklarats med skillnader i historisk utveckling. I Finland och Sverige har man i över 50 år serverat en varm skollunch, men i Danmark och Norge har barn ätit smörgåsar i sin matpakke. Som bakgrund till de olika skolmåltiderna har man beskrivit

olikheter i social- och hälsopolitik och kvinnors deltagande på arbetsmarknaden. I Finland behövdes t.ex. kvinnornas insats på arbetsmarknaden efter andra världskriget och samtidigt var barns uppväxt viktig. Därför blev det också aktuellt att främja servering av skolmat (Prättälä, 1999). I Norge var det en läkare i Oslos skolhälsojänst, Carl Schiøtz, som stod bakom införandet av den s.k. Oslofrokosten (mjölk, råa grönsaker och grovt bröd) på 1930-talet i syfte att öka vitaminintaget (Lyngø 2003).

Övervikt bland barn ser man på som ett växande problem i Norden och maten på skolan kan vara ett av de områden där man kan göra något åt problemet. Det svenska STOPP-projektet (Stockholm Obesity Prevention Project) är ett exempel, där man gjorde förändringar av maten i matsalen, t.ex. serverar lätta mejeri- och charkprodukter. Dessutom har barnen lov att äta frukt och grönsaker som de har med sig under lektionstid och elevernas födelsedagar firas med sång och lekar istället för med något sött i munnen ([www.slv.se](http://www.slv.se)).

Barnen i den här studien har inte tagit bilder av det de eventuellt äter på skolan vid andra tider än under lunchen. Men det är sannolikt att de ibland äter frukt och kanske även något sött som mellanmål fast det inte är tillåtet att ha med det på skolan och fast barnen inte får gå utanför skolans område på skoltid. En norsk flicka menade att hon äter hälsosammare på skolan än hemma då de inte har lov att ha med sig godis och sött på skolan. En tidigare finsk undersökning bland barn på högstadiet (klasserna 7-9), som har lite längre skoldagar än barnen i vår undersökning, visade att hälften av barnen åt något extra under skoldagen, vanligast var det med karameller, choklad eller läskedrycker. På fredagar åt barnen mest karameller och choklad (Urho och Hasunen, 2004).

Traditionellt har barn ätit lunch och kanske ett arrangerat mellanmål i skolan. Men det kunde ju också vara aktuellt med andra alternativ. Men skulle t.ex. kunna tänka sig att barn kunde få tillgång till olika typer av produkter som innehåller frukt och grönsaker eller att det är tillåtet att fritt äta hälsosamma produkter under skoldagen. Fokus på individuella val kunde betyda att barnen friare får välja var och när de önskar äta. Det kan vara lättare då man har sin egen matpakke. Christensen (2003) beskriver i sin studie av danska barn och mat hur barnen delade upp sin matpakke och åt den fördelad på tre gånger under skoldagen. Men å andra sidan uppskattar barn det sociala med gemensamma måltider och dessa kan också enklare användas för att påverka barns matvanor och -rutiner i en önskad riktning.

### 3. Några metodiska reflektioner

Valet av metoder för projektet baserades både på projektets syfte och på att det var barn som var målgrupp. Då syftet var att undersöka budskap om mat och ätande som barn möter på olika matarenor utanför hemmet under en skoldag blev det naturligt att kontakta barn genom skolan. Kriterier för vilken typ av skola forskarna skulle välja att kontakta utarbetades i projektgruppen. Idealet var att finna en centrumnära skola med barn med varierande socioekonomisk bakgrund. Skolorna som deltog ligger i litet olika

typer av områden. I Köpenhamn och Oslo finns det många matbutiker, kiosker och restauranger i skolans närmiljö, i Göteborg finns det en del olika matmiljöer nära skolan medan skolan i Helsingfors ligger i ett campusområde på litet längre avstånd från centrum och butiker. De delvis olika förutsättningarna har dock ingen avgörande betydelse för studien, eftersom målet var att ge exempel på olika budskap barn möter och inte att göra en direkt jämförelse mellan skolorna. En klass med barn i 10-11-årsåldern var målgrupp i varje deltagarland. På grund av olika storlekar på klasser och då deltagandet var frivilligt varierade antalet barn som deltog från 9 i Göteborg till 20 i Helsingfors.

Planen var att göra en mindre pilotstudie av barns syn på mat och att använda etnografiska metoder: deltagande observation, foto och samtal. Vi önskade framförallt att få ta del av barnens egna matvanor och uppfattningar om olika budskap och valde därför att låta barnen ta foton med engångskameror. Barndomsforskare har också tidigare använt foto och barns bilder som metoder att få barn att delta aktivt och få tillgång till deras egna uppfattningar (Christensen och James 2000, Winther 2004). Dessutom är visuella bilder viktiga i vår kultur och används mycket i bl.a. reklam och underhållning. Sociologen Elaine Power (2003) hävdar att bilder ofta är starkare än ord och att visuella metoder kan ge mer kunskap om mat. Det kan vara svårt att prata om mat och att med ord beskriva ätande, som ju är en daglig vana och kroppslig rutin. Power (2003) presenterar hur man som forskare kan använda fotografier till att tillsammans med deltagare producera visuella bilder. Hon rekommenderar att kombinera foto med intervju eller diskussion och då använda fotografierna till att stimulera diskussion. Våra erfarenheter är också att det är fruktbart att få barn att prata och delta i diskussion om sina foton. Barnen tyckte det var roligt att ta bilder och de var intresserade av att se på sina egna och andras bilder. Fotona ger oss mer konkret och tydligare information om de erfarenheter den som fotograferar har haft och fotografier kan fånga oartikulerade aspekter, men det har förstås, som andra metoder, en del begränsningar. Stillbilder kan inte fånga dynamik och ett fotografi ger bara ett fruset ögonblick (Power, 2003). Dessutom kan det vara tekniskt litet riskabelt att be barn ta bilder med kamera. Det kan vara en utmaning att hantera en kamera och hitta lämpliga motiv. I vår studie varierar bildkvaliteten och en del av bilderna blev överexponerade eller misslyckade för att de togs utan blix.

Att barnen blev kontaktade genom skolan kan delvis ha påverkat att det för barnen kändes mer naturligt att ta bilder i skolmiljö jämfört med andra arenor. Dessutom är det lätt att ha kameran i klassrummet eller ta med den till skolmatsalen, medan det kan vara svårare att komma ihåg kameran när man är ute med familj eller vänner på fritiden. Barnen i de olika länderna tog litet olika typer av bilder. Det kan dels ha berott på att det var variation i hur fotouppgiften presenterades för barnen i de olika länderna, barnen i Finland och Norge fick t.ex. fotouppgiften presenterad både muntligt och skriftligt. I Sverige fick barnen tydliga instruktioner att de inte skulle ta bilder av människor, medan speciellt de finska flickorna tog bilder av sina klasskamrater i matsalen. Variationen visar också att uppgiften gav barnen makt att själva ha inflytande över vad de skulle göra. Några barn valde att bara ta några få bilder medan andra tog alla de bilder de fick som

uppgift. Då vi var intresserade av barns egna uppfattningar och erfarenheter fungerade det bra att barnen mera fick rollen av experter och kunde ta foton av det de själv önskade. Förhoppningsvis gav det en viss balans åt det faktum att när man forskar på barn är det även många vuxna som ska ge sina tillstånd och att innan barnen ens har tillfrågats har redan rektor och lärare gett forskaren tillstånd att komma till skolan.

Gruppdiskussionerna varierade också något mellan skolorna. I diskussionerna togs barnens foton som utgångspunkt och gemensamma teman var skolmat, hälsosam mat och ohälsosam mat. I några länder användes förutom barnens egna foton också forskarens foton av skolans närmiljö för att stimulera diskussionen om vad barnen kände igen och om de hade köpt något i de olika butikerna, kioskerna eller kaféerna. I några av grupperna var barnen litet fåordiga, så att kombinera samtal i grupp med att barn deltar mer aktivt med att ta foton var en positiv erfarenhet från projektet.

Datainsamlingen skedde hösten 2005. På grund av bl.a. olika praxis med godkännande och tillåtelser mellan deltagarländerna samlades data in på litet olika tider. I Helsingfors tog barnen foton i början av oktober medan barnen i Oslo tog sina foton i mitten av november. Det spelade antagligen inte så stor roll, men att det var höst kan ha påverkat vilken typ av mat barnen hade ätit och tagit bilder av. Barnen hade en vecka på sig att ta foton, men i Oslo hade barnen kamerorna i två veckor för att läraren hade glömt att påminna barnen att ta med kamerorna den dagen som det var planerat att de skulle lämnas in och många av barnen sade att de inte var färdiga med uppgiften. Men barnen i Oslo hade inte tagit flera foton jämfört med barnen i de övriga länderna. De sade bl.a. att det var svårt att få bilder av sin favoritmat på så kort tid för att de inte hade haft den maten då.

Analysen av barnens foton väckte också en intressant fråga: Vad betyder mat? Är godis också mat? Barnen hade mest tagit bilder av middagsmat, tallrikar med matportioner och olika komponenter av det de äter vid måltiderna. Deras favoritmat var också mest middagsrätter. Vi var egentligen intresserade av allt som barn stoppar i munnen och sväljer, både små mellanmål och något att dricka på skolvägen eller godis som de får av en kamrat, men det verkar som om barnen ofta tolkat det som om mat är det man äter vid måltider. För att få barn att också dokumentera det ätande och drickande som är mindre strukturerat är det antagligen viktigt att tydligt och konkret förklara för barnen att det är intressant att de fotograferar allt de stoppar i munnen, inte bara det de äter vid måltider. Men att de tolkade uppgiften så att de tog mest bilder av måltider var också intressant och reflekterar antagligen den viktiga roll måltider har i deras matvardag.

Vi hade mest positiva erfarenheter av att använda de olika metoderna i den här pilotstudien, men våra erfarenheter pekar också på hur metoderna ytterligare kan förbättras då de används i framtida studier. Det visade sig att det fungerade bra med fotografering i en matstudie bland 10-11-åriga barn. Foton kan användas till att komplettera det verbala fokus man ofta har haft i studier av matvanor och matkultur, och till att involvera deltagarna mer aktivt. Det är viktigt med tydliga genomtänkta instruktioner



och uppgifterna kan gärna presenteras både skriftligt och muntligt. Innan datainsamlingen sattes i gång diskuterade projektgruppen framför allt utformningen av foto-uppgiften, men det skulle ha varit en fördel att också ha utarbetat klarare riktlinjer för observationer och gruppdiskussioner. Att vi var flera forskare med varierande bakgrund resulterade i olika tolkningar och det utfördes olika grad av observationer i de olika skolorna. Här hade vi i högre grad kunnat utnyttja varandras idéer och erfarenheter av metod och materialinsamling. Vi har lärt oss att med flera forskare i ett nordiskt projekt blir det extra viktigt att utarbeta gemensamma instruktioner för metoderna. Den viktigaste metodiska lärdomen av pilotstudien är att triangulering av flera både visuella och verbala metoder har fungerat väl och gett viktig information om mat och ätande bland nordiska barn.

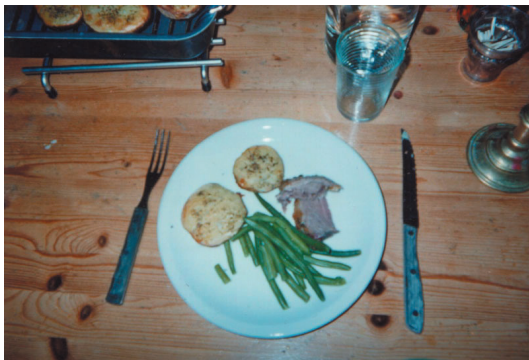
#### 4. Hälsosam och ohälsosam mat

Sociologen Lotte Holm beskriver, hur hälsobegreppet var internaliserat i beskrivningen av vardagens matvanor då hon intervjuade familjer på Østerbro i Köpenhamn (Holm 2003). Barn har vanligtvis inga svårigheter med att klassificera mat (Nguyen & Murphy 2003). Från det att de är ganska små erövrar barn färdigheter att avkoda de vuxnas signaler om vad de får äta. De känner till skillnader mellan hälsosam och ohälsosam mat och vet något om hur de olika matvarorna ska användas och vilka konsekvenserna är av att använda matvaror felaktigt (Hart, Bishop & Truby 2002). Det är därför intressant att studera barns uppfattningar av mat och hur maten kan användas, när den kan ätas och med vem. Mer kunskap om hur barn uppfattar mat kan användas när man ska lägga upp undervisning och skärpa uppmärksamheten om hur vi organiserar barns måltider. Slutligen är dessa upplysningar viktiga när vi ska ge råd till föräldrar och andra vuxna om deras roll i förhållande till utvecklandet av barns matvanor.

##### Hälsosam mat

Nedanstående tabell visar vilka livsmedel barnen i undersökningen har klassificerat som hälsosamma bland de fotografier de har tagit. Översikten ger en överblick över vilka livsmedelskategorier som är representerade i barnens bilder. Kategorierna stämmer väl överens med de livsmedel som näringsexperterna kategoriserar som sunda livsmedel, som vi bör äta mer av på bekostnad av produkter som klassificeras som ohälsosamma. Frukt, grönsaker och ceralier är ofta avbildade som hälsosamma, men också andra grupper finns representerade. Anmärkningsvärt är att fisk, kött och köttprodukter inte har fotograferats i samma omfattning.

Foto av hälsosam mat	Danmark	Finland	Norge	Sverige
Frukt	x	x	x	x
Juice	x			x
Grönsaker	x	x	x	x
Sallad	x	x		
Potatis	x			x
Grovt bröd	x		x	x
Frukostflingor	x	x		
Fisk	x			
Mjök	x		x	x
Kosttillskott			x	



*En sund måltid bestående av kött, gröna bönor och grovt bröd, fotograferat av ett danskt barn.*

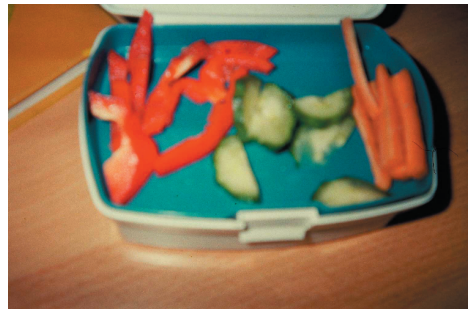
De danska barnen har bilder med från alla kategorierna av hälsosamma produkter. Måltider och mellanmål är starkastrepresenterade. Av måltiderna finns varmt kvällsmål med kött, potatis och grönsaker, frukost med fil, müsli och juice. Det nyttiga mellanmålet innehåller frukt. Det som utmärker de danska bilderna är att här representeras i högre grad stilleben hemifrån och i mindre grad bilder av varor på butikshyllor och maten i skolan.

De norska barnen har tagit många bilder av hälsosam mat i hemmet och vid skolmåltiderna. Den typiska bilden är ett stilleben med mjölk, morot och bröd och riktigt många grönsaker, skurna i bitar. De har övervägande tagit bilder av sina mellanmål och inte i samma grad som de danska barnen fotograferat varma måltider och maträtter. Endast en sådan bild finns.



*Norska bilder av hälsosamma morötter och favoriträtten potatis, köttbullar och grönsaker.*

Den bild som skiljer sig mest från de övriga bilderna i materialet föreställer en flaska med fiskleverolja. Då ska man veta att fiskleverolja i Norge ofta ingår som en del i frukosten, vilket förmodligen gjorde att fotografen såg den som en oproblematisks del av den nyttiga måltiden. Danska och norska barn har alltså företrädesvis fotograferat tallrikar med mat hemma och sin matpakke, där grönsaker och frukt är ett dominerande motiv, för att beskriva hälsosam mat.



*Hälsosamma äpplen i Danmark och hälsosamma grönsaker i Norge.*

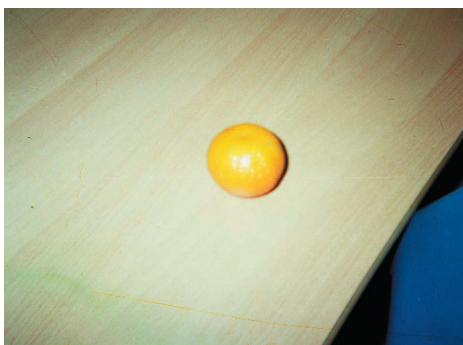
De svenska barnen har bilder från sex av kategorierna, men inga av deras bilder är tagna på måltider eller maträtter som i Norge och Danmark. Istället är alla bilderna från butiker. En av de rätter som finns med här, tacos, tillhör de som barnen uppfattade som diskutabla ur hälsosynpunkt. Å ena sidan vet man att tacos är feta, å andra sidan innehåller de mycket grönsaker. Eftersom tacos dessutom tillhör många barns favoritmat kan det tänkas att det är extra laddat och att man gärna vill framhålla att det är nyttigt. Sociologen Lotte Holm (2003) erbjuder ytterligare en tolkning. Hon beskriver hur Østerbro-familjer uppfattade sin kost som en avvägd helhet, på så vis att när man hade ätit något onyttigt kunde det uppvägas av att man åt något från de nyttiga livsmedelskategorierna.

Även finska barn har bra kännedom om hälsosamma och ohälsosamma kategorier. Deras bilder föreställer sallad, frukt, grönsaker och frukostprodukter. Av måltider och maträtter har de fotograferat sallad och ratatouille. Här finns bilder från flera olika arenor: skola, hem och butiker. Det är stor skillnad på hur barnen avbildar frukt och grönt. Medan



de danska och norska barnen framför allt har fotograferat små stilleben på frukt där hemma har finska och svenska barn även överflödande, färggranna bilder från butiker. Sallad uppfattar barnen genomgående som nyttigt.

*Hälsosam måltid, ratatouille och sallad, fotograferat av ett finskt barn.*



*Frukt är ett vanligt motiv när barn fotograferar nyttig mat. Här är det en clementin i Norge och en knippe bananer i Finland.*



*Frukt- och grönsaksdisk i butik fotograferad av ett finskt barn.*



*Frukt- och grönsaksdisk i butik fotograferad av ett svenskt barn.*



*Svenska barn fotograferade också knäckebröd som exempel på hälsosam mat.*

## Ohälsosam mat

Nedanstående tabell visar fotografier av ohälsosam mat fördelad på de fyra länderna. Liksom med de hälsosamma livsmedlen är det ett försök att skapa överblick över vilka olikheter och likheter det finns av val av motiv i elevernas lösningar på uppgiften ”ohälsosam mat”.

Foto av ohälsosam mat	Danmark	Finland	Norge	Sverige
Godis	x	x	x	x
Chips		x		x
Läsk		x		x
Socket				x
Kakor/kex	x	x		x
Pannkaka			x	
Frukostflingor				x
Pizza	x	x		x
Hamburgare			x	
Chokladpålägg	x			
Chokladmjölk	x			
Salami och korv		x	x	

Det är ganska stor enighet om vad som är ohälsosamt. Godis är ofta fotograferat, både i privata och offentliga miljöer. I det senare dominerar de välförsedda godishyllorna. Läsk och chips tillhör också den ohälsosamma kategorin och här dominerar stormarknadens färggranna hyllor.



*Barns fotografier av en finsk godishylla och en svensk godisbutik.*

*Segt godis fotograferat av ett danskt barn.*

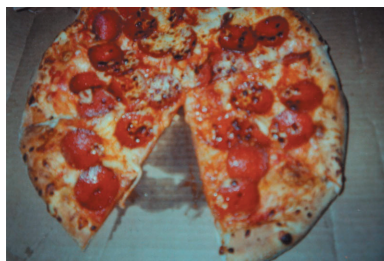


Onyttig läsk fotograferad av ett svenskt respektive finskt barn.



Chips har fotograferats som exempel på ett ohälsosamt livsmedel, här i en svensk butik och hemma hos ett finskt barn.

Pizza och hamburgare hör också till den onyttiga kategorin. Det avspeglar antagligen den generella uppfattningen att snabbmat är ohälsosamt och att det ofta är förenat med skamkänslor att äta det (Holm 2003).



Tre exempel på hur barn illustrerar att pizza är onyttig mat: pizza i den svenska butiken, pizzameny på finsk restaurang samt en dansk pizzamåltid.

Kakor och kex hör också till den här kategorin.



*Finska kakor i cafédisk, dansk hembakad kaka samt svensk kexhylla i butik.*

Sociologen Katherine O'Doherty Jensen menar att det finns outtalade normer för vad som uppfattas som riktig mat (Jensen 2003). Hon nämner också Mary Douglas' beskrivning av "a proper meal", ett begrepp som Anne Murcott sedan har utvecklat med beskrivningar av det brittiska måltidsformatet för en "riktig måltid", vilken är hemlagad och består av kött, potatis, grönsaker och sås. Varken snabbmatskonceptet eller godis, snacks och läskedrycker uppfattas som "riktiga måltider" och de kan heller inte ersätta dem.

Barnens fotografier av ohälsosamma matvaror känns igen som de produkter som hos vuxna och näringsforskare är symboler för onyttig mat. Det som framför allt avbildas är de livsmedel som också är njutningsmedel och livsmedel som innehåller mycket socker och fett. Det kan vara ett tecken på att barnen behöver större kännedom om vilka matvaror som är ohälsosamma. Men det kan också betyda att barnen har tolkat sin uppgift så att de skulle fotografera typiskt ohälsosamma matvaror och inte täcka in hela det ohälsosamma livsmedelsfältet.



## Barnens förklaringar till varför maten är hälsosam eller ohälsosam

Det är genomgående att barnen från alla länderna uppfattar frukt och grönt som hälsosamt per definition, utan att närmare utreda orsaken. Motsvarande gäller fett och socker; barnen vet att det är dåligt, men ger inte så många förklaringar till varför. Man kan säga att det handlar om kulturell kompetens. De har många gånger fått höra vad som är nyttigt och vad som är onyttigt mat och vad barn behöver för sin utveckling. Men barnen har också förklaringar till varför viss mat är ohälsosam. Följande är ett danskt exempel där barnen förklarar varför vitt bröd är onyttigt:

*Flicka 1: Det är inga fibrer i.*

*Flicka 2: Det lägger sig dåligt i magen.*

*Flicka 3: Det mättar inte – man blir snabbt hungrig igen.*

*Pojke: Man får sådana här degklumpar i magen.*

Barnen kan med andra ord levande beskriva hur en fiberfattig föda påverkar kroppen. När det gäller fett vet barnen att det är onyttigt för att man blir fet av det:

*Flicka 1: Om man får för mycket fett blir man fet och så blir man sjuk.*

Men feta livsmedel kan också befinna sig i gränslandet mellan det nyttiga och det onyttiga. Det gäller t.ex. tacos, som några menar blir onyttigt först när man äter för mycket. Det gäller också fett i mjölk, som av svenska barn anses nyttigt för barn som växer. Socker är enligt barnen onyttigt för dess påverkan på tänderna och de vet att det inte är nyttigt för kroppen att äta för mycket socker.

*Flicka 2: Socker förstör ens tänder. Man kan bli sjuk om man bara äter socker och godis.*

Det är tydligt att barnen hänger med i de näringsdiskussioner som försiggår i de olika länderna. Det gäller särskilt när de blir ombudade att förklara varför maten är hälsosam eller ohälsosam. Vid tiden för intervjuerna pågick i Sverige en diskussion i media om just socker och dess nackdelar. Det avspeglar sig i barnens tal om sockrade livsmedel, där de kunde redogöra exakt för hur mycket socker som finns i olika frukostflingor. I debatten är det risken för fetma och välfärdssjukdomar som lyfts fram, men detta återspeglas inte i barnens kommentarer. Socker är onyttigt per definition. Det är också tydligt att sockerdebatten får direkta konsekvenser för vilka matvaror, i det här fallet flingor, som barnen kan välja på i hemmet.

*Forskare: Är Frosties nyttiga?*

*Pojke 1: Dom är jätteonyttiga! Jag få aldrig äta det.*

*Pojke 1: Man ska egentligen aldrig göra det.*

*Pojke 2: Jag äter AllBran.*

*Pojke 3: Jag äter vanliga Corn Flakes.*

*Forskare: Hur kommer det sig att man inte ska äta Frosties?*

*Pojke 3: Därför att det är så mycket socker i det.*

*Forskare: Jaha, ja.*

*Pojke 1: Även om det står ett till tre mindre socker är det ändå...*

*Forskare: Är det någon mer som känner igen det att ni inte äter...?*

*Pojke 3: Jag åt Multi Grain förut, det var nitton procent socker i dom.*

De danska barnen, å sin sida, har fått information om att det är nyttigt med fibrer och att det mörka brödet är hälsosammare än det vita. En dansk flicka förklarar varför rågbröd är att föredra framför vetebröd:

*Maten verkar onyttig – man kan inte få rågbröd och det är nyttigare [än det vita brödet]. Det vita gör att man blir fetare också.*

I Sverige har det också varit en diskussion om att sötningsmedlen i light-läsk är skadliga. I följande exempel visar barnen att det alltså inte räcker med att utesluta socker för att en produkt ska bli nyttigare:

*Forskare: Men om det är light-läsk då?*

*Flicka 1: Nej, den är inte heller nyttig.*

*Forskare: Den är inte heller nyttig? Hur kommer det sig?*

*Flicka 2: Det är för mycket light i!*

När de norska barnen talade om hälsosam och ohälsosam mat använder de samma förståelse som i den populära Grönsaksätarsången i Thorbjörn Egners ”Djuren i Hackebackeskogen”, där den som äter korv och köttmat blir lat och slö och ”väldigt tjock om magen”, medan grönsaksätaren blir ”glad och lustig hela dagen”. Samma uppfattningar känns igen i de danska barnens uttalanden, där nyttig mat gör en stark och onyttig mat gör en slapp, svag och sjuk.

Barnens uppfattningar om mat tar sin utgångspunkt i de normer vuxna i deras omgivning förmedlar och vilka matarenor de rör sig i (Gibson, Wardle & Watts 1998). Barnen i den här åldersgruppen, och därmed också den mat de äter, är under ständig kontroll av vuxna, antingen föräldrarna därhemma eller vuxna i skolan. Förutom den självklara skillnad som ligger i att norska och danska barn fotograferat sin hemgjorda matpakke och svenska och finska barn lunchen i skolmatsalen finns en annan skillnad i att bilderna från Norge och Danmark oftare visar hemmiljöer och bilderna från Finland och Sverige visar matvaror i butiker. Det här är ett sätt att tolka uppgiften utifrån skillnader i privata och offentliga matarenor. De olika lösningar som matpakken respektive skollunchen

utgör får också återverkningar på hur man i de olika länderna kan lägga upp strategierna för att förbättra barns matvanor. I Sverige och Finland är skolmåltiderna i högre grad en offentlig angelägenhet, som kan påverkas på kommunal nivå, medan det i Norge och Danmark ligger närmare till hands att använda information och undervisning riktad direkt till barnen och deras föräldrar.

### När och med vem äter man hälsosamt och ohälsosamt?

För barnen i alla fyra länderna gäller att hälsosam mat äter man till vardags i skolan och med föräldrarna, medan ohälsosam mat äts till fest, på helgerna och med vännerna. Både barnen och deras föräldrar försöker, enligt vad barnen säger, att begränsa barnens intag av snabbmat, godis, läsk och chips till vardags. Så här svarar svenska barn:

*Forskare: Jaha, vad säger ni om grönsaker och frukt då? När äter man det?*

*Pojke 1: På vardagar.*

*Pojke 2: Varje dag!*

*Forskare: Varje dag. Varför äter man det varje dag då?*

*Flicka 1 och Flicka 2: För att det är nyttigt.*

*Flicka 2: Och gott.*

*Forskare: Men om vi tar de här onyttiga sakerna som ni säger, när får man äta det?*

*Pojke 1: Lördagar! Och Söndagar! Och Fredagar!*

*Forskare: På helgen?*

*Pojke 1: Ja, och fredagar.*

*Forskare: Är det med familjen då?*

*Pojke 2: Nej.*

*Forskare: Eller med kompisar?*

*Pojke 1: Med kompisar. Så kan man sitta i en buske. Det brukar jag göra.*

*En kompis och jag vi satt typ i en buske, så drack vi Coca-Cola och så blev vi typ fulla.*

*Forskare: Fulla på Coca-Cola? Jaha.*

*Pojke 1: Nej, men det kändes som det.*

Att läsk tillhör de förbjudna njutningarna är uppenbart när barn, som här, förknippar det med att dricka i hemlighet och till och med uppleva att de blir berusade.

Det blir allt vanligare bland nordiska barn att fira födelsedagar på hamburger- och pizzarestauranger. Etnologen Helene Brembeck har studerat födelsedagskalas på McDonald's. Föräldrar som hon har intervjuat berättar att de brukar ha flera kalas för barnen, ett med släkten därhemma, ett på dagis, där man t.ex. bjuder på glass och ett för kamraterna. Det kan då vara praktiskt och skönt att låta någon annan ta hand om kalaset med kamraterna och idag erbjuder både restauranger som McDonald's och olika fritidsanläggningar färdiga födelsedagspaket (Brembeck 2005). Den mat som serveras i de här sammanhangen beskriver barnen genomgående som onyttig. Så här säger några norska barn:

*Forskare: Om du tänker på sån här onyttig mat, med vem och var äter du det?*

*Flicka: Onyttig mat äter man*

*Pojke: McDonald's*

*Flicka: mest ute på McDonald's, pizza och*

*Pojke: det är mest McDonald's då*

*Flicka: Burger King och Peppes pizza*

*Forskare: Och med vem?*

*Flicka: På födelsedagar och så till exempel med kompisar.*

*Flicka: Då blir det onyttig mat, då.*

*Flicka: Jag har varit på Dolly Dimples.*

*Forskare: Dolly Dimples?*

*Flicka: Ja det var så, 25 kronor, betala 25 kronor och få så mycket glass som du ville ha och så åt jag ganska mycket glass men det är ganska onyttigt också. Och så pizza och cola.*

Det är påfallande hur mat förknippas med sociala relationer och sammanhang. Mysstunder är som regel präglade av ohälsosam mat, säger barnen från Danmark.

*Flicka: När man ska ha det mysigt och skönt, så är maten onyttig. Och också när jag är hos min farmor och mormor.*

Ovanstående gäller för de flesta av barnen. Mys och sötsaker är tätt förknippade. Trivsamma stunder förhöjs av att ha något gott att tugga på. I Sverige är det på fredagar och lördagar när man får äta chips, godis och liknande tillsammans med familjen. En svensk pojke berättar att på onsdagar måste han ha kaka när han ser på tv-serien Lost. Norska barn talar om fredagar som dagen då de kan välja vad hela familjen ska äta. Och när man firar födelsedag bjuds det ofta pizza, hamburgare, korv och massor av kakor och läsk, alltså mat av det slag som brukar klassificeras som ohälsosam. Chips och godis associeras också med fest. I en finsk diskussion kommenteras en bild med mängder av chipspaket med frågan: Har någon haft födelsedag? Så här resonerar några svenska pojkar om kalasmat:

*Forskare: Är det något mer som är speciellt när man har kalas, är det annorlunda mat och så där?*

*Pojke 1: Ofta. Man har korv med bröd.*

*Pojke 2: Tårta.*

*Pojke 1: Eller typ hamburgare.*

*Forskare: Är det någon som brukar dricka läsk här?*

*Pojke 1: Nå 'n gång gör man kanske det, men inte ofta.*

*Pojke 2: När man har gäster.*

*Pojke 1: Ja, då är det klart.*

*Pojke 2: Eller när nå 'n fyller år.*

Det paradoxala är att å ena sidan är alla överens om att barn bör äta hälsosam mat. Å andra sidan associeras nästan alltid fest och till viss grad också familjens gemensamma mystid med mat som annars klassificeras som ohälsosam. Barbro Johansson (2005a) visar t.ex. hur söta livsmedel sammankopplas med fest och avkoppling medan den på samma gång ses som en hälsorisk. Med hjälp av maten framhävs alltså skillnaden mellan fest och vardag. Det finns en samstämmighet mellan barnens svar som visar att födelsedagsfirandet tillhör de kollektiva angelägenheter där det finns kulturella mönster att förhålla sig till. Erika Ravne Skott som har studerat norskt födelsedagsfirande i etniskt perspektiv visar på de kulturella förväntningar som finns på hur ett riktigt kalas ska se ut. Hennes norska informanter betonade exempelvis att födelsedagstårten måste vara hembakt (Skott 2005).

Iversen och Holm berättar i sin undersökning av familjer med tonåringar i Østerbro att föräldrarna i en viss utsträckning accepterar att barnen äter ohälsosamma måltider och skräpmat tillsammans med vännerna och att de uppfattar de ”fria måltiderna” som en del av frigörelseprocessen (Iversen och Holm 1999). Vuxna kan således ge motsägande budskap om ohälsosam mat. Ett annat exempel är när föräldrar å ena sidan försöker begränsa barns intag av sötsaker och å andra sidan använder sötsaker som belöning.

*Pojke: Igår fick jag choklad! Jag fick det som belöning för att jag städade rummet.*

De olika budskapen om vad som är hälsosam och ohälsosam mat och när man ska äta det ena och det andra gör ätandet till en oavbruten förhandling mellan hälsosamma, goda matvanor och ohälsosamma, dåliga matvanor, där de senare har sin särskilda, viktiga roll i att upprätthålla och reproducera sociala relationer (Mäkelä 2000).

### Vuxnas ansvar

Om vi ser generellt på läget i de nordiska länderna är det en dokumenterad iakttagelse att fetma hos barn är ett växande problem. En av orsakerna som lyfts fram i debatten är att barn äter ohälsosamt. I Danmark har 80 procent av barnen ett sockerintag över det rekommenderade (Andersen et al. 1996), och samma bild återfinns i stora drag i de övriga nordiska länderna. Behovet av att förändra barns kostvanor är alltså stort, inte bara när det gäller att minska på sockerintaget, utan också att öka intaget av frukt, grönsaker, fisk och fullkornsbröd.

Vuxna hemma och i skolan förmedlar normer för vad och när barn i de här åldersgrupperna bör äta och det är vuxna som har det yttersta ansvaret för barns intag av godis och annan ohälsosam mat. Föräldrars och andra vuxnas påverkan på barns matvanor ska därför inte underskattas. Den sker genom de normer de förmedlar, genom deras egna handlingar, där de fungerar som rollmodeller, och genom det inflytande de har på de fysiska ramar och strukturer som reglerar barns mat och måltider (Wardle, Carnell & Cooke 2005). Medierna spelar direkt och via de vuxna också en stor roll för barns uppfattningar om vad som är nyttigt och onyttigt. Det behövs fler undersökningar om

hur man kan stärka barns kompetenser till att tolka och använda mediernas information och det behövs ökade kunskaper om hur barn använder medier, för att med den bakgrunden förbättra kommunikationen via medierna (Blanchette & Brug 2005).

Undersökningen visar att barn inte har svårt för att kategorisera vilken mat som är nyttig eller onyttig, men vi kan också se att de kan behöva mer kunskaper, inte bara om vad som är nyttigt och onyttigt, utan också varför det är det. Detta för att de lättare ska kunna välja att handla hälsosamt både som barn och i sitt framtida vuxenliv. Hem- och konsumentkunskap behöver få en starkare ställning i skolorna, och man kan också fundera över hur medierna kunde spela en större roll. Samtidigt är det viktigt att samhället sänder tydliga signaler till barn om vad som är hälsosamt och ohälsosamt, det vill säga att normer, handlingar och matarenor ska hänga samman. Det kan betyda att vi ska reglera möjligheterna för att rikta reklam för ohälsosamma matvaror till barn och att vi ordnar de fysiska miljöer och arenor där barn befinner sig på ett sätt så att det blir lätt och trevligt att äta hälsosamt och att vara fysiskt aktiv.

## 5. Favoritmat och matsituationer

Följande rätter nämns som favoriter bland barnen i undersökningen: tacos, pizza, biff, hamburgare, fiskpinnar, fiskbullar i vit sås, kory, köttbullar, frikadeller, stekt fläsk, lasagne, tarteletter, kyckling, pitabröd, spagetti med köttfärsås, fläskstek, shawarma, thaimat, sushi, raclette, hackbiff med ägg, risgrynsgröt, lax, rökt makrill, brun sås med potatis, makaronilåda, leverlåda, pannkakor, godis, kakor, kex, chokladkaka och glass.

Analysen av barnens favoritmat är intressant eftersom det går att hitta både lika och olika favoriter i de fyra länderna. I alla länder förekommer pizza som favorit. Det kan vara färdiglagat eller hemlagat. Från Danmark har vi en bild av många pizzor direkt från



*Pizza är en favorit i alla fyra länderna. Här syns bilderna tagna av barn från Danmark, Finland och Norge.*

ugnen på plåten. I Finland har en fotograf gjort ett stilleben på spisen med två djupfrysta pizzapaketer och fiskpinnar. Modern snabbmat dyker upp även i form av tacos och hamburgare. Det är dock intressant att i våra favoritmatbilder är hamburgare vanligen avbildad i hemmamiljön eller så visas ett paket med färdigt formade hamburgerbiffar. Det finns dock andra bilder av hamburgare i offentliga miljöer, t.ex. bilder av reklam för hamburgerrestauranger.

Barnens favoritmat representeras delvis även av bilder av tallrikar med mat. I Finland är makaronilåda en favorit. Flera bilder föreställer tallrikar med makaronilåda och det nämndes också i gruppdiskussionerna. Som tillbehör ser vi ketchup och lite grönsaker. I samma upplägg finns det vanligen även ett glas mjölk eller vatten. Även från Danmark får vi bilder av maträtter på tallrikar men de är däremot närbilder där man bara kan ana bordet, glas och bestick. De norska bilderna uppvisar mest grönsaker som tillbehör. Varm korv tycks vara många barns favorit och vi ser dem både i paket och kokande i en kastrull.



*Bland finska barn är makaronilåda en favorit.*

Det vanligaste bland alla barn var dock att de uppfattade uppgiften att fotografera favoritmaten som att det gällde hela rätter. De hade oftast tolkat att mat är "riktig" mat och inte mellanmål eller godis.

I Danmark och Finland tillhör barnens favoriter nästan alltid kategorin riktig mat medan favoriten i Norge även kan bestå av kakor. I de svenska gruppdiskussionerna talar dock barn mycket om ColourBites och CookieBites. Dessa ären sorts hybrider mellan kaka och godis, nämligen kex med inbakat godis. Svenska barn nämner också godis som sina favoriter. Här ska vi också komma ihåg att i Sverige tog barn inga bilder av favoritmat, utan de lyfte fram sina favoriter i diskussionerna.



*Norska respektive svenska favoriter; hembakad kaka och Cookie Bites och Colour Bites.*

Barnens bilder beskriver favoritmat i tre olika faser. För det första finns det bilder av själva "råvaran" (ur barnens synvinkel). Det kan handla om frysta pizzor, packade korvar eller en låda med potatissallad. För det andra finns det några bilder av själva matlagningen. Då är det kokande korvar och hemlagade pizzor. Den tredje kategorien består av bilder på tallrikar med mat och tillbehör, ibland en måltid som man börjat äta av. Dessutom finns det ett foto av ett dukat bord där tomma tallrikar och serveringskålar med mat väntar på matgästen. I princip kan maten i alla bilder kategoriseras som vardagsmat, vilket kanske berättar både om barnens preferenser och att bilderna togs under skolveckan.

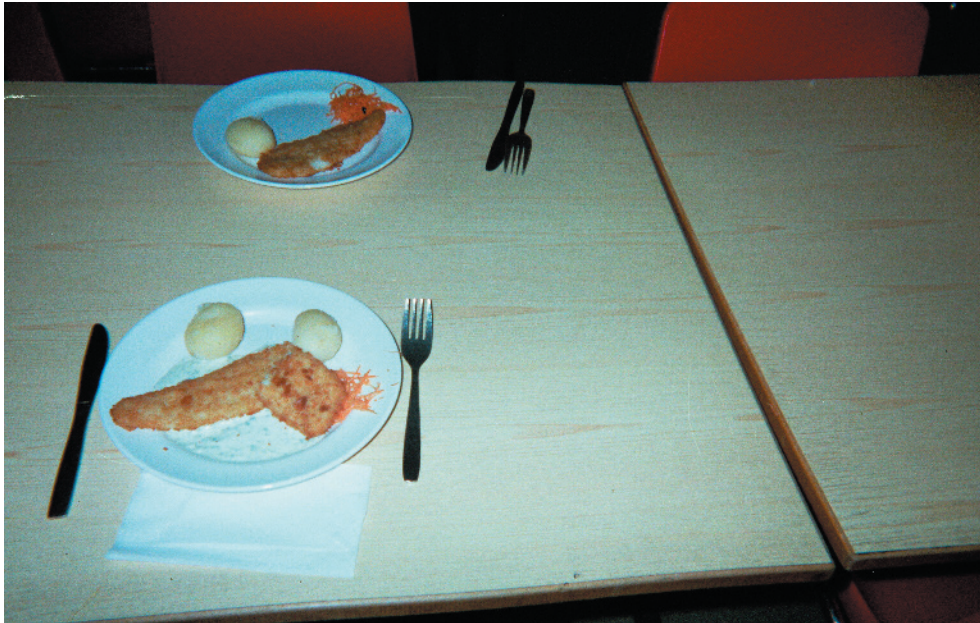


*En norsk och två danska favoriter: kokt korn, ris- och räknok samt hamburgare.*



*Ett dukat middagsbord hemma hos ett finskt barn.*





*Svensk skolmat: fiskpinnar, potatis och riven morot.*

Vilka kännetecken har barnens favoriträtter? Å ena sidan är det mat som förknippas med barn. Även om pizza är relativt ny i Norden, har den blivit en barnfavorit. Också i Gun Roos (2002) studie i Kentucky var pizza en symbol för barnmat. Å andra sidan reflekterar barnens favoriter de nordiska matkulturernas utveckling under de senaste decennierna, med mycket influenser från andra länder. De globala mattrenderna når barn ganska snabbt och de vänjer sig vid starkare kryddningar än tidigare generationers barn även om en del av deras favoriter är mildare i smaken. Dock omfattar barnens favoriter även sådana rätter (t.ex. lådor) som deras föräldrar troligen har ätit under sin barndom. Dagens barn äter i alla fall mera rätter som baserar sig på färdigmat eller halvfabrikat. T.ex. är tacos ganska snabblagat med färdiga skal och olika såser mm.

### Matsituationer

Även om de flesta av barnens bilder är av typen stilleben, är det intressant att titta på olika kontexter i vilka maten och ätandet presenteras. Vi måste dock komma ihåg att instruktionerna i de olika länder har varit lite olika, t.ex. vad beträffar fotografering av människor. Från Finland finns det många bilder av det sociala sammanhanget av ätandet och barnen har tagit foton av sina kamrater som äter skollunch. I enstaka fall finns det även bilder av syskon och föräldrar. Detta förekommer också i Norge. Sådana bilder hittar man inte från de andra länderna, vilket beror på att barnen här blev instruerade att (av publiceringsskäl) inte fotografera människor.



*Två olika matmiljöer: skollunch i finsk skolmatsal och matpakke i norsk klassrum.*



*Man kan behöva kliva upp på en stol för att få en bra kameravinkel. Här är det ett svenskt barn som fotograferat sin skolmat.*

Fotografierna ger heller inte så mycket information om matlagning. De allra flesta bilderna föreställer tallrikar med mat eller livsmedel på bordet. Från Finland har vi dock en rolig bildserie om bakning av kringlor, där hela processen från deg till färdiga produkter avbildas.



*Ett, två, tre så blir finska kringlor till.*

Tillredning förekommer också i gruppdiskussioner, där finska barn kommenterar att man under veckoslutet lagar maten själv. I en av de norska diskussionerna uppträder exemplet om att man lagar bacon och ägg på helgmorgnarna, eftersom man då har tid att göra det.

Dessutom har finska barn tagit bilder av kylskåpen och dess innehåll. Kylskåpet kan ju ses som en symbol för familjen eller hushållet; de som äter från samma kylskåp utformar en stark enhet. Dock är innehållet i kylskåpet också väldigt intimt och avslöjande, vilket kan vara ett skäl till att en finsk flicka inte tilläts av sin mamma att fotografera innehållet i familjens kylskåp. Det lilla material som finns visar att det går att få en hel del information från kylskåpsbilder. Hurdan mjölk dricker man? Har man läsk i kylskåpet? Hur ser helheten ut? En kylskåpsbild kan berätta mera än bilder av enstaka livsmedel. I de finska bilderna ser vi några livsmedel som kanske är typiska i barnfamiljer, t.ex. tycks ketchup vara en basvara. Vi ser också att i kylskåpen finns olika typer av mjölk och fetter. Det typiska fettet verkar vara margarin eller en blandning av mjölkbaserade och vegetabiliska fetter, och man har både fetare och fettsnål mjölk, vilket ger intrycket att man är medveten om näringsrekommendationernas centrala principer.



*Ett finskt kylskåp.*

Det som är spännande är hur barnen kontextualiserar hälsosam och ohälsosam mat i olika länder. I Danmark är alla närbilder tagna i hemmamiljön medan temana i Sverige beskrivs med bilder från olika butiker där man ser rader av frukt, grönsaker och knäckebröd eller kex, chips, karameller och läsk. I Norge och Finland är fotona mest av samma typ som i Danmark, även om man i Finland även har butiksbilder på ohälsosam mat. I Norge får bl.a. en bild av en smörgås från ett reklamskylt symbolisera ohälsosamhet.

### Tallriken som symbol

Det är också intressant att alla bilder av favoritmat är från hemmamiljön, till skillnad från fotografierna av hälsosam och ohälsosam mat, där det finns många bilder från butiker och kaféer och liknande. Eftersom barnen uppenbarligen hade tolkat att favoritmat är någonting som man äter vid måltider, är det naturligt att favoritmat förknippas med hemmet. Att laga och servera maten är ju en av hushållets viktigaste uppgifter och måltiden kan betraktas som en present till dem som man älskar (Fürst 1995). Kanske barnen associerar favoritmaten med hemmets trygghet. Å andra sidan kan bilderna på hälsosam och ohälsosam mat i offentliga miljöer vara ett uttryck för att man vill distansera sig från både ohälsosam och hälsosam mat (som på något sätt kan tolkas som en inbördes motsättning) genom att ta bilder utanför hemmet. Kanske borde man ytterligare granska barnens personliga relationer och deras uppfattningar och tolkningar av (o)hälsosam mat?



*Trots grönsakerna har ett norskt barn klassificerat denna smörgås som ohälsosam.*

Även om barnens bilder av mattallrikar är arrangerade som stilleben, finns det mer symbolik i dem. Bilden av mattallriken innefattar också det arbete som har utförts innan maten kan serveras. I den brittiska diskussionen har man använt begreppet ”proper meal” (jfr. Douglas & Nicod 1974, Murcott 1982, 1983) där också matens tillredning spelar en viktig roll. Anne Murcott har skrivit om ”plateful”, där måltidens alla ingredienser samlas på tallriken. ”En riktig måltid” innebär enligt Murcott att det finns kött, potatis och kokta grönsaker på tallriken. Såsen är sedan det som förenar alla komponenterna till en måltid. Den riktiga måltiden är i sin tur en symbol för den ideala familjen och hemmet (Charles & Kerry 1988).

Föreställningen om den riktiga måltiden kan skönjas i barnens fotografier. Även om det finns bilder av maten i serveringskålar eller serveringlådor i Sverige och Finland, är den typiska bilden en tallrik med mat, och många har valt att fotografera sina egna matportioner, de har tagit ”porträtt” av sina tallrikar. Här framträder måltiden som en helhet, som blir färdig (att äta) när alla komponenterna samlats på tallriken.



*”Porträtt” av en svensk skolmåltid och en norsk måltid i hemmet.*

## 6. Olika fysiska matmiljöer – olika skolors förutsättningar

När projektet planerades bestämdes att i respektive nordiskt land skulle skolor välja som låg relativt centralt, i områden med förhållandevis likvärdiga socioekonomiska förutsättningar, men vi hade inte som målsättning att hitta fyra nordiska skolor med så lika förhållanden att en jämförande studie skulle vara möjlig. Ländernas olikheter i måltidsordning och matkultur skall snarare ses som en tillgång som har påverkat studien i en intressant riktning. De aktuella städerna har en stadsplanering och historia som varierar. Studien består därför av fyra exempel från skolor som ligger i områden med skiftande etnisk och kulturell sammansättning, varierande socioekonomiska förutsättningar och en skillnad i utbud av restauranger, kiosker och matbutiker. Det är inte bara tillgängligheten som avgör barns benägenhet att köpa mat, godis och läsk i närområdet. Det handlar också om vilka normer om mat som finns inbyggda i det omgivande samhället. Det är fråga om ett samspel där socioekonomiska faktorer och miljö är med och avgör vad och var barnen äter (jfr Jansson 2004).

I studien har vi tittat på miljön där barnen köper, serveras och äter sin mat innanför skolans väggar. Att skolan spelar en viktig roll i förmedlandet av sunda matvanor uppmärksammas i underlaget till den handlingsplan för goda matvanor och ökad fysisk aktivitet som har gjorts på regeringens uppdrag i Sverige. Också förbättringar i den sociala och fysiska miljön i skolan ses som en del av det paketet (Statens folkhälsoinstitut och Livsmedelsverket 2005). I den nordiska studien har vi också tittat på hur de fysiska matmiljöer som ligger inom skolans närområde ser ut, då barnen kommer i kontakt med dessa på sin väg till och från skolan och på sin fritid. Ingen av skolorna tillåter att barnen lämnar skolans område under skoltid. Utifrån barnens bilder, deras tankar och åsikter i diskussionsgrupperna och våra egna observationer i skolornas upptagningsområden har vi kunnat göra oss en god bild av dessa matmiljöer. Här följer en redovisning av likheter och olikheter som framträder i de olika exemplen, men det är viktigt att dessa inte ses som generella för de fyra deltagande länderna. Studien skall istället ses som exempel på hur barns matmiljöer i respektive länder kan se ut.

### Skolorna och deras närområden

I Norge är det Majorstuens skola i stadsdelen Frogner som har valts ut. Majorstuen är beläget i västra Oslo mitt emellan två olika socioekonomiska områden, vilket ger området en blandad kulturell prägel, och nästan hälften av skolans elever kommer från språkliga minoriteter. Majorstuen räknas som ett shoppingområde och skolan ligger mycket nära en viktig handelsgata. Detta gör att butiker som säljer mat, frukt, ost och godis ligger tätt inom skolans upptagningsområde. Där finns också många restauranger och utbudet varierar från exempelvis pizza till det mer hälsosamma alternativet sushi. Matställena gör reklam för sina produkter och maträtter i skyltfönster och på skyltar som placerats på trottoaren utanför. De lockar med läckra bilder och skrivna budskap i glada färger. Det är inte ovanligt att barnen lockas till köp på väg hem från skolan eller på väg till exempelvis bion.



*Norska matbudskap och skyltar i skolans närmiljö fotograferades av forskaren.*

Den danska Randersgade skole ligger i Østerbro, vilken räknas som en välfungerande stadsdel i Köpenhamn. Studien har utförts i en klass med varierande ekonomiska och kulturella resurser. Skolan är, i likhet med den norska skolan, lokaliserad till ett område med ett stort utbud av matbutiker, kiosker, pizzerior, caféer och snabbmatrestauranger. Tendenserna att stanna till och handla något verkar mindre än i den norska studien, och är enligt barnen själva beroende av tillgången på pengar och tid och i vilket sällskap de är. Medan de norska barnen visade en stor kännedom om matställena runt skolan verkar de danska barnen i studien inta de flesta av sina måltider i skol- och hemmiljö. Utanför dessa är Shawarmabaren den matmiljö som är mest välbekant, eftersom barnen köper grillmat där. Kiosken besöker de mest på fredagar när de köper godis och till matbutiken går de när de köper läsk. Restaurangmiljöerna är mindre bekanta för barnen, då restaurangbesök inte är så ofta förekommande.

I den svenska studien är den aktuella skolan, Annedalsskolan, belägen i en stadsdel som ligger något utanför Göteborgs mest centrala delar. Annedal har en socioekonomisk prägel av medelklass-/övre medelklassområde där invånarna



*Den svenska forskarens foto från en närliggande matmiljö.*

har en ganska homogen kulturell sammansättning. Utbudet av matställen runt skolan är inte lika stort som i den danska eller den norska studien, men så ligger den heller inte riktigt lika centralt som dessa. Matbutiken, godisbutiken och glasscaféet ligger i skolans direkta närhet och är det första som möter barnen som bor åt det hållet när de går hem från skolan. Matbutikens exponering utåt gatan är inte så framträdande, då man först går in i en för-hall och sedan in i butiken. Godisaffärens skyltning och exponering är däremot av det mer direkta slaget, med stora skyltar och skyltfönster mot gatan. Både matbutiken och godisbutiken är välkända miljöer för barnen, miljöer som de är vana att röra sig i.

Den finska skolan, Viikki grundskola (Helsingin yliopiston Viikin normaalikoulu), ligger i campusområdet i direkt anslutning till Helsingfors Universitet. Skolbyggnaden är från 2003 och omges av nybyggda bostadsområden. Skolan, med sin moderna futuristiska arkitektur och sina ljusa färger, skiljer sig markant från de andra skolorna, både in- och utvändigt. Det gör också skolans närområde, både i sin form och i sitt utbud, då skolan inte är integrerad i stadsbebyggelsen på samma sätt som de övriga skolorna. Bildmaterialet ger dock exempel på fysiska matmiljöer utanför skolan och hemmet. Där finns bilder från pizzerian och det stora matvaruhuset. Flera av bilderna är tagna på de faktiska budskap som menyer, reklambroschyrer och skyltar sänder ut till potentiella kunder.



*Bilder från olika matmiljöer tagna av de finska barnen. Exteriör från matkedjorna Lidl och Subway och ett matbudskap.*

Den gemensamma nämnaren för de matmiljöer som finns i skolornas närhet är exponeringen av matvaror. I bildmaterialet finner man många exempel på en likartad utformning av menyer, skyltar som präglar den fysiska miljön. Oavsett om budskapen är skrivna på danska, norska, finska eller svenska är innebörden densamma. När det gäller exponeringen av nyttiga matvaror, som exempelvis frukt och grönt, förlitar sig handlarna på den naturliga fräschören och i de glada färgerna. Ohälsosam mat, som pizza, hamburgare, chips och godis saluförs med roliga förpackningar och starka färger, som kan antas tilltala barn.

Miljöer som caféer och restauranger är mindre bekanta än matbutiken, kiosken eller snabbmatsstället. Det finns prov på hur barnen kopplar samman en viss miljö med speciella tillfällen då de äter ohälsosamt. Ett exempel är de norska barnen som säger att de äter ohälsosamt när någon fyller år, då man går till bland annat McDonald's och Burger King, eller de svenska barnen som relaterar bilder från gatuköksmiljö till när man har bråttom eller har gått hungrig för länge. Även om den fysiska utemiljön skiljer sig åt områdena emellan ser snabbmatsrestauranger och matbutiker likadana ut på insidan, oavsett land.



*Svensk respektive dansk chipshylla.*



## Matmiljö i skolan

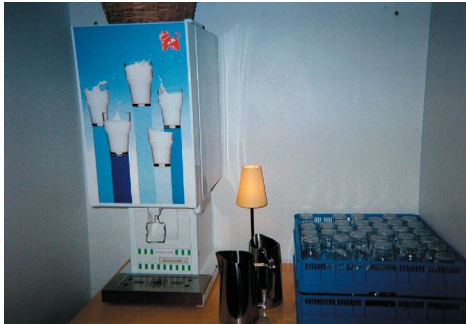
Miljöerna där barnen äter sin mat under skoltid ser helt olika ut skolorna emellan. Den finska skolmatsalen, med sin moderna arkitektur, sina stilrena möbler och moderna konstverk är den direkta motsatsen till den svenska skolmatsalen. Medan den finska matsalen präglas av ljus och rymd och en direkt kontakt med den gröna gården utanför via stora fönster, ligger matsalen där den svenska klassen äter längst in nere i källarplanet. Fönstren är små och släpper inte in så mycket ljus, och bjuder på än mindre sikt.



*Forskarens bild av den svenska matsalen.*

Rummet lysas upp av levande ljus och små nattlampor utmed väggarna. Det paradoxala är att båda matsalarna upplevs som trivsamma och inbjudande. Det som den svenska förlorar på rymd och yta vinner den på intimitet och hemtrevlighet. Utanför den lilla matsalen finns en större matsal, där merparten av de andra eleverna äter sina skolmåltider. Den beskrivs av barnen som stökig med hög ljudvolym, och kontrasterar mot det mysiga vrå där de själva äter.

Även de små detaljerna kan göra stor skillnad när det gäller barnens matmiljö. Hur grönsakerna är upplagda och var salladsbordet är placerat i rummet kan ge direkta effekter på barnens benägenhet att ta till sig grönsaker. Förbättringar i den fysiska matmiljön kan bidra till att måltiden blir en trevlig social upplevelse (Hillén 2005:3,16). Genom en trivsam miljö, där maten är fint upplagd förmedlar de vuxna till barnen att mat och ätande är viktigt. Om matsalen är stökig, maten hafsigt upplagd och barnen har ont om tid för måltiden kommunicerar de vuxna det motsatta budskapet, att det inte är viktigt. I Sverige finns det en överenskommelse om att skolmiljön ska vara fri från reklambudskap. Trots detta finns det en tolerans för reklam som saluför mjölkleverantören. I en miljö annars helt avskalad från kommersiella budskap står mjölkreklamen på en hedersplats i matsalen. Detta kan förklaras med kampanjer iscensatta av Mjolkfrämjandet som går långt tillbaka i tiden, där normen att barn och mjölk hör samman görs till en vedertagen sanning (jfr Jönsson 2005). Mjölakens särställning i Norge är jämförbar med den svenska. Här fördes under 1930-talet en intensiv kampanj för att öka mjölkkonsumtionen bland både barn och vuxna, där man bland annat arrangerade marscher och hyllningstal till kon och till den mejeri-producerade mjölken (Lyngø 2003).



*Den svenska skolmjölken fotograferad av forskaren. Den norska mjölkens plats i matpakken. Barnens bild.*

För de norska och danska barnen i studien ser skolmåltiden annorlunda ut än den gör i de två ovanstående exemplen. Där finns inga matsalar ämnade för skolmåltiden, matpakken äts i klassrummet tillsammans med klasskamraterna. I den danska skolan har eleverna möjlighet att gå ner till skoleboden och köpa ekologisk mat. Miljön motsäger dock det viktiga med att äta ekologiskt, skoleboden beskrivs som klinisk och kall. Miljön inbjuder inte heller till social samvaro, då där inte finns några bord att sitta vid, maten tas istället med tillbaka till klassrummet. Detta gör att de barn som köper ekologiskt får mindre tid till att äta än de som tar med maten hemifrån. Barnen får här två budskap att förhålla sig till. Det första är att den ekologiska maten är viktig och att den ska finnas tillgänglig. Det andra budskapet säger att den inte är betydelsefull, då barnen inte har nog med tid avsatt för att handla i skoleboden.



*Foto taget av ett norskt barn som visar den kombinerade mat- och arbetsplatsen.*

Den stora skillnaden mellan länderna är matordningen som finns inbyggd i skolsystemen. Då majoriteten av barns måltider utanför hemmet äts i skolan påverkas deras fysiska matmiljöer av detta. I Sverige och Finland finns en klar avgränsning mellan den övriga skoldagen och själva skolmåltiden, och detta markeras av en förflyttning till en miljö som endast är avsedd och utformad för just den aktiviteten. Miljön bidrar till att skilja ut måltiden som en social aktivitet där barnen kan koppla bort lektioner

och skolarbete för ett tag. Denna distinktion mellan arbete och avkoppling saknas i de norska och danska exemplen. Att äta och arbeta i samma miljö kan bidra till, som i den danska studien, att måltiden kommer lite i kläm mellan lektionen och den lockande leken på rasten. Inte heller den danska skoleboden, med sin placering i det kalla trapphuset, fungerar som en miljö där ätandet avskiljs från aktiviteterna i klassrummet. En flicka i den danska studien önskade att skolan hade en matsal, så att de kunde sitta med och lära känna några av de andra eleverna. Att äta i klassrumsmiljö främjar inte de sociala

kontakterna, enligt henne. Å andra sidan kan det vara så att måltiden blir mer rofylld, då barnen inte behöver stå i kö för att få sin mat eller utsättas för den ljudnivå som en stor matsal kan medföra. Att äta maten i klassrumsmiljö medför alltså både begränsningar och fördelar.

### Hemmet som matmiljö

En del av fotografierna är tagna i den miljö där barnen spenderar mest tid, hemmet. Det är bilder på köksbord, kylskåp, och stilleben av matvaror på köksbänkar. Det ger en liten inblick i hur det ser ut där barnen äter sina hemmamåltider, men bilderna från hemmen skiljer sig inte mycket åt länderna emellan. Det är nog snarare vad som serveras som varierar. Att familjemåltiden i hemmiljö inte har spelat ut sin roll, utan fungerar som ett projekt som skapar familjekänsla, bekräftar nordisk forskning (Holm 2001:199). Det är därmed inte sagt att hemmiljön är fri från matbudskap utifrån. I bildmaterialet finns exempel där barnen fotograferat uppslagna reklambroschyrer med bilder på mat. Tv-reklamen sänder ut budskap om mat, men reklamen som riktar sig direkt till barn omges av vissa restriktioner. I skrivandets stund pågår en svensk kartläggning av reklamens roll för barnens ohälsa av medieforskare vid Lunds universitet (Göteborgs-Posten 8/3 2006).

### Olika budskap

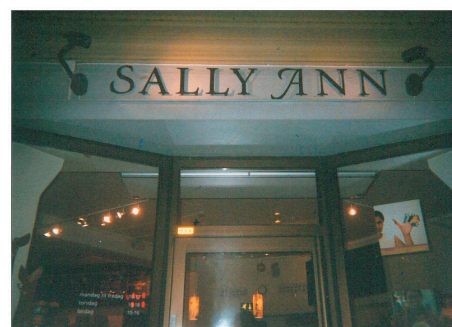
Under en skoldag möter barnen varierande budskap om mat och ätande. På sin väg till och från skolan passerar barnen många skyltar och reklamplanscher som vill inbjuda till köp. Vissa lockar med erbjudanden på korv, hamburgare eller kaffe. Andra gör reklam för frukt eller består av pizzamenyer utställda utanför restauranger. Det är svårt att passera de här miljöerna utan att lägga märke till marknadsföringen. Detta gäller särskilt för



*Gatubild från Göteborg. Många budskap förmedlas framför butiken.*

barnen i den norska och den danska studien, vars skolväg går genom en mer urban miljö med större utbud än eleverna i de utvalda skolorna i Sverige och Finland. Barnens bilder av sin omgivning innehåller också ett antal bilder som beskriver den mångfald av budskap och de motsägelser som barnen stöter på under en vanlig dag. Det kan vara kiosken med kvällstidningars hemska rubriker bredvid frukt-lådor.

Reklam för hamburgare samsas med Röda korsets affischer. Det finns menyer, reklam och skyltar för restauranger och upplysningsaffischer om grönsaker.



*Matreklam i offentlig miljö.*

Denna konflikt där ätandet av ohälsosam mat legitimeras med andra dimensioner än näring kan man lätt hitta i vårt material. I gruppdiskussioner berättar barnen om när det är tillåten att äta lite sämre/dåligt.

I de fyra nordiska exemplen handlar det om ett ätande som är starkt kontrollerat av miljön och vuxenvärlden, oavsett om maten tas med hemifrån, köps eller serveras i skolan. Att både de finska och de svenska barnen i studien upplever skolmatsalen som mysig kan ha med fler aspekter än miljön att göra. Att äta tillsammans är en social handling som barnen verkar värdesätta. I den danska studien efterlyser en flicka den möjligheten till sociala kontakter och i den norska studien pratar barnen om möjligheten att äta varm mat i skolan som något eftertraktat. I hemmet skall miljön fungera som en plats där barnen kan känna sig trygga och avslappnade och främja den sociala aspekten i ätandet, men även i den privata sfären får barnen och deras föräldrar förhålla sig till kommersiella budskap om mat. För oss som gjort den här studien är det tydligt att barnen under loppet av en vanlig skoldag möter en mängd olika budskap som finns inbäddade i de arenor där barnen rör sig och som ibland kan komma i konflikt med varandra. I vissa miljöer är det förväntat att äta ohälsosamt, medan andra miljöer är utformade för att främja det sunda ätandet. Det ohälsosamma ätandet kan fungera som ett sätt att skapa sociala band och relationer. Konflikterna kan alltså finnas mellan olika miljöer i barnens närhet, men också mellan olika tillfällen och sociala kontexter.

## 7. Avslutning

### Kulturell kompetens

Mat och ätande är ett område som är djupt indraget i ett samhälles kultur. Vad man äter och i vilka sammanhang, hur maten serveras, hur olika rätter kombineras, hur umgänget runt maten ser ut, vilka värderingar och normer som är knutna till mat och ätande, allt är förankrat i tid, rum och social miljö på specifika sätt och skiljer sig åt mellan olika tider och platser. Undersökningen om nordiska barns bilder av mat och ätande visar att de deltagande barnen besitter kulturell kompetens på området. De känner väl till vilka livsmedel som är ohälsosamma och vilka som är hälsosamma och likheterna är stora mellan de olika länderna. Söta och feta produkter, snabbmat, livsmedel med lågt fiberinnehåll eller konstgjorda sötningsämnen beskrivs som det ohälsosamma. Grönsaker, frukt, juice, mjölk, potatis samt fiberrik mat som rågbröd och mysli står för det hälsosamma. Det som avgör om ett livsmedel är hälsosamt eller ohälsosamt beskrivs oftast utifrån hur det påverkar kroppen. Utifrån de svar som barnen ger kan vi se en helhetsbild framträda, där den sunda kroppen och dess sunda kost bildar en kontrast till sin motsats, den osunda kroppen och dess osunda kost. I den hälsosamma delen av denna dikotomi finns vitaminrika apelsiner, fiberrikt knäckebröd, färggranna salladstallrikar och fruktdiskar och en stark och frisk kropp full av energi. I den ohälsosamma motpolen finns feta pizzor, sockerbemängda frukostflingor, vitt bröd, chips- och godispåsar, läsk och feta korvar och en kropp som är fet och slö, med ”degklumpar i magen” och hål i tänderna. Denna kulturella normativa organisering av livsmedel ingår i barns, liksom i vuxnas, kunskapsbank och utgör material för oss att förstå oss själva och andra i mat- och ätandesammanhang.

## Inflytande från mediediskussioner och politiska beslut

Varifrån kommer då dessa kunskaper och klassifikationer? Självklart från dem som har mest inflytande och som barn kommer mest i kontakt med, som föräldrar, skola och kamrater. Det går också att återfinna aktuella mediediskussioner i barnens svar. I alla nordiska länder är just nu barns matvanor och hälsa ett brännande ämne. Larmrapporter om fetma och välfärdssjukdomar kommer tätt och myndigheter, kommuner och skolor vidtar åtgärder av olika slag, som alla får större eller mindre återverkningar på barns liv. Godisautomater slängs ut från skolorna, bullarna till mellanmålet på fritids byts mot frukt, i Köpenhamn införs möjligheten för barnen att köpa ekologisk lunchmat och i Norge ersätts hemkunskapen av ett nytt skolämne, Mat och hälsa. I Norge och Danmark förs också diskussioner om att införa lagad skollunch som ett led i att motverka ”fetmaepidemin”. I Sverige återspeglas den livliga debatten om olika produkters socker- och fettinnehåll i barnens uppgifter om hur många procent socker olika frukostfingrar innehåller. En annan svensk uppfattning som snarare är uttryck för en ”seg tradition” än en aktuell samhällsdebatt är standardmjölkens starka ställning bland barn. Trots många års försök från näringsexperter att hävda att barn över 2 års ålder inte ska ha fetare mjölk än lättmjölk, är övertygelsen fortfarande stark bland både barn och föräldrar att barn behöver dricka fetare mjölk än vuxna, något som nämns av de svenska barnen. Detta får nog anses som en av de mer lyckade marknadsföringskampanjerna genom tiderna (Jönsson 2005).

## Hälsosam vardag och ohälsosam helg och fest

Ett återkommande tema i rapporten är hur skillnaden mellan vardagen å ena sidan och helg och fest å den andra återspeglas i maten och ätandet. Mat och dryck fungerar inte bara som kraftfulla kulturella symboler för att skapa och upprätthålla en vecko- och livsrytm; de är materiella och sinnliga artefakter som gör någonting med människors kroppar och känslor och som deltar i social kommunikation och bygger förbindelser till andra tider och andra platser. Mattraditioner vid högtider som jul och påsk skapar förbindelser till tidigare års familjehögtider liksom till äldre generationers jul- och påskfirande. Exotiska maträtter ger upplevelser av länder på andra platser på jordklotet och återskapar kanske minnen av semesterresor eller andra positiva upplevelser. Mat och dryck tycks ha en förmåga att skapa allianser med andra fenomen som gemenskap, trivsel, fest och glädje, vilket åstadkommer en positiv totalupplevelse för deltagarna.

Materialet visar att de livsmedel som särskilt besitter förmågan att generera fest och gemenskap är söta, salta och feta. Det är godis, chips och läsk som konsumeras vid mysstunderna i familjen. Det är hamburgare och tårta på födelsedagskalaset, bacon och ägg på söndagsfrukosten, pannkakor med mängder av socker på hos kompiserna och kakor i tv-soffan. Barnen är fullt medvetna om att det som är gott och trivsamt också ofta är ohälsosamt. Men de visar också att det inte alltid är så. Dels uppger de att deras favoritmat är lagad mat och ofta mat som också anses nyttig, som tacos, fiskpinnar, makaronilåda, risotto eller köttbullar. Dels har de huvudsakligen en positiv inställning till den mat de äter till vardags, i skolmatsalen eller i sin matpakke, som de kan beskriva

som nyttig, god och energigivande. De protesterar inte mot att det råder godisförbud på skolområdet och att det inte är tillåtet att gå utanför skolan på rasten och handla godis. Vardagsmaten är basfödan och många säger sig uppskatta maten därhemma. Även runt vardagsmaten skapas positiv social samvaro, t.ex. i skolmatsalen, i klassrummet när man jämför sina matpakker eller hemma när familjen samlas vid matbordet efter arbetsdagen. Vardagsmaten är dessutom en nödvändig part i att med matens hjälp skapa kontrast mellan vardag och fest.

### Motsägelser och nyanseringar

I barnens diskussioner går det också att se att det långtifrån är så enkelt som att mat kan delas upp i två klart åtskilda kategorier benämnda hälsosam respektive ohälsosam mat. Mycket tycks befinna sig i gränslandet, inte klart definierat, eller får sin bestämning beroende på kontexten, och det handlar snarare om en glidande skala än antingen - eller. Barnen var överens om att det inte är nyttigt med för mycket fett, men det kom också fram synpunkter om att barn behöver mer fett än vuxna och att tacos är nyttigt, trots fettet, eftersom det innehåller grönsaker. Socker är onyttigt, framför allt för tänderna, visste alla, men när frågan om lightprodukter kom upp bland de svenska barnen, så menade de att det inte heller är bra med konstgjorda sötningsmedel, och valet mellan olika produkter blir därmed mindre givet.

Favoriträttens förhållande till det nyttiga och det onyttiga uppvisade sina nyanser. För en del av barnen var favoritmaten per definition ohälsosam, medan andra kunde se att sådant som pizza, pasta och tacos alla innehöll såväl nyttiga som onyttiga ingredienser. Då kunde lösningen helt enkelt vara att det är nyttigt så länge man inte äter det för ofta. Det var inte heller så att den ohälsosamma maten alltid förknippades med helg och fest. Den kunde också förekomma i triviala sammanhang, som när man köpte korv och bröd eller hamburgare för att mätta sig när man gick på stan eller när man inte hann laga mat. Det goda onyttiga kunde även passera gränsen, där det inte längre var njutbart och där överflödet övergick i övermättnad. En pojke och en flicka från Norge konstaterade att även om de båda var ”sockergrisar”, så tyckte de att det blev äckligt med för mycket socker. De svenska barnen menade att överdådet i godisbutiken kan göra att man blir mätt bara av att gå in där.

### Två skolmatsmodeller

Norges och Danmarks matpakke och Sveriges och Finlands kommunala skolluncher är två olika modeller som sätter sina spår i vad barnen äter såväl som till deras attityder till och föreställningar om mat och ätande. De fysiska miljöerna och den tid som är avsatt för skollunchen kommunicerar något till barnen om vilken vikt vuxenvärlden lägger vid deras måltider – ett tillfälle för njutning och samvaro eller något som ska klaras av så snabbt som möjligt för att ge tid till viktigare ting. I en del fall konkurrerar barnens mattid med tid för att ha rast, vissa barn upplevde trängsel och stök vid lunchen, andra kände sig privilegierade av att ha en särskilt trivsamt skolmatsmiljö och ägnade måltiden åt att odla och upprätthålla social samvaro. Inte nödvändigtvis har detta med matpakke respektive lagad skollunch att göra, både klassrum och skolmatsalar kan vara stökiga och ingen av lösningarna förutsätter mer eller mindre tid avsatt för lunch.

Vad som däremot skiljer sig åt är innehållet i måltiden. Även om det fanns möjlighet i den danska skolan att värma mat i micro, består matpakken i allmänhet av smörgåsmat, medan den lagade skollunchen är varm. Skollunchen är tillagad av professionella och sammansatt enligt näringsmässiga rekommendationer och skolans budget sätter en gräns för hur mycket varje måltid får kosta. Matpakkens innehåll och sammansättning kan å ena sidan erbjuda större variation, beroende på olika föräldrars och barns preferenser, kunskaper och ekonomi. Samtidigt är matpakken inte bara en individuell angelägenhet, utan också en kollektiv, när innehållet diskuteras och bedöms kamrater emellan och när det, precis som gäller den lagade skollunchen, utformas smagemenskaper och kollektiva uppfattningar om vad som är ”gott” och ”äckligt” (Christensen 2003). Andra skillnader gäller barns inflytande över skolmåltiden, som kan tänkas vara betydligt större för dem som har matpakke – och i vissa fall själva gör den – än för dem som serveras färdig mat. Den lagade skollunchen kan ha en stor variation och vara näringsriktigt komponerad, men många barn äter lite eller inte alls av skollunchen och mycket mat kastas. Det finns alltså många olika aspekter att ta hänsyn till när man drar slutsatser om den mat som barn äter under skoltiden.

### Fortsatt forskning

Nordiska barns bilder av mat och ätande är en pilotstudie där forskare i fyra nordiska miljöer sökt svar på frågor om barns attityder till mat, vad som uppfattas som hälsosamt och ohälsosamt, hur man resonerar om olika bedömningar om mat, hur man ser på sin favoritmat och på de sammanhang där man äter. Studien har visat att metoden att ge barn engångskameror och sedan ta deras fotografier som utgångspunkt för gruppdiskussioner har varit lyckosam och gett användbart material. Den möjlighet vi nu främst kan se är att upprepa studien i större skala och dra nytta av de lärdomar som pilotstudien gett. En sådan större studie skulle i första hand utökas i tid, men möjligen även vad gäller antalet deltagare. Genom att följa de deltagande barnen under en längre tid och t.ex. återkomma några gånger under ett år, kan forskaren få information om fler olika platser och fler olika tillfällen som ger ledtrådar till barns matkonsumtion. I den här studien har tyngdpunkten legat på skolan, men med mer tid till deltagande observationer skulle forskaren även kunna följa barnen till och från skolan och diskutera de matbudskap som de möter efter vägen. Man skulle kunna följa med barnen på olika fritidsaktiviteter och se vilken roll mat och ätande har där.

Även i skolan skulle forskaren kunna göra deltagande observationer i matsammanhang, som vid skolluncher, raster och på lektioner i hem- och konsumentkunskap. Fotografier av reklam och skyltningar som ingått i föreliggande undersökning kan i gruppdiskussionerna kompletteras med att man tittar på och diskuterar tv-reklamfilmer eller annonser i tidningar. Det finns också anledning att fundera på möjligheten att ta med hemmet och dess matmiljö i undersökningen och då även göra intervjuer med föräldrarna. En annan möjlighet är att låta barnen skriva matdagbok under en begränsad tid och använda den som utgångspunkt för såväl gruppintervjuer som individuella intervjuer. Om man vill utöka undersökningen numerärt till att omfatta mer än en skolklass barn i varje land, kan det vara en god idé att även undersöka en annan åldersgrupp, förslagsvis



en klass på högstadiet, som har en större aktionsradie och se på skillnader och likheter. En ytterligare möjlighet är att jämföra två skolor i olika socioekonomiska områden för att kunna säga något om sociala olikheter.

## Referenser

Allison, Anne (1997). Japanese mothers and obentos. The lunch-box as ideological state apparatus. I Counihan, Carole and van Esterik Penny, Eds. *Food and culture. A reader*. New York and London: Routledge. Pp. 296-314.

Andersen, LF, Øverby, N. & Lillegaard, ITL. (2004). Hvor mye frukt og grønt spiser norske barn og ungdommer?. *Tidsskrift for Lægeforen* vol 124, pp. 1396-1398.

Andersen, N.L., Fagt, S., Groth, M.V., Hartkopp, H.B., Møller, A., Ovesen, L. et al. (1996) *Danskernes kostvaner 1995. Hovedresultater 1996*. Levnedsmiddelstyrelsen 1996

Blanchette, L. & Brug, J. (2005). Determinants of fruit and vegetable consumption among 6-12-year-old children and effective interventions to increase consumption *Journal of Human Nutrition and Dietetics*. 18(6),431-43.

Brembeck, Helene (2005): "Home to McDonald's. Upholding the family dinner by the help of McDonald's", *Food, Culture, & Society* vol.8, nr.2.

Charles, N., Kerr, M. (1988). *Women, Food and Families*. Manchester and New York: Manchester University Press.

Christensen, L. M., Brot, C. & Tetens, I. (2006) *Mad og måltider i fritidsklubber*. Danmarks Fødevarerforskning, Afdeling for Ernæring Publikation nr. 16.

Christensen, P, James, A., Eds. (2000). *Research with children: perspectives and practices*. London & New York: Falmer Press.

Christensen, Pia Haudrup. (2003). Børn, mad og daglige rutiner. *Barn* 21(2-3):119-135.

Douglas, M., Nicod, M. (1974). Taking the Biscuit. The Structure of British Meals. *New Society* 30, 744–747.

Døving Runar. (1999). Matpakka – den store norske fortellingen om familien og nasjonen. *Tidsskrift for religion og kultur* Nr. 1

Erlanson-Albertsson, Charlotte (2004). Socker ger övervikt. I: Johansson, Birgitta (red). *Forskare klargör myter om maten*. Formas Fokuserar.

Frost Andersen, Lene, Øverby, Nina & Lillegaard, Inger Therese L. (2003). Er det forskjell på hva barn spiser på hverdager og i helgen? I *Barn 2-3 2003*. Norsk senter for barneforskning.

Fürst, E. L. (1995). *Mat – et annet språk. Rasjonalitet, kropp og kvinnelighet*. Oslo: Pax Forlag A/S.

Gibson, E.L., Wardle, J. & Watts, C.J. (1998). Fruit and vegetable consumption, nutritional knowledge and beliefs in mothers and children. *Appetite* 31(2),205-28

Hart, K.H., Bishop, J.A., & Truby, H. (2002). An investigation into school children's knowledge and awareness of food and nutrition. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*. 15(2),129-40

Haudrup Christensen, Pia (2003). Børn, mad og daglige rutiner. I *Barn 2-3 2003*. Norsk senter for barneforskning.

Hertzler, Ann A. (1983) Children's food patterns – A review: I. Good preferences and feeding problems. *Journal of American Dietetic Association* 83:551-554.

Hillén, Sandra (2005). *Maten och skolan: Ett hållbart tänkande*. Göteborg: Centrum för konsumtionsvetenskap. www.cfk.gu.se

Holm Lotte (2003). Begreber om mad og sundhed. In Holm, Lotte (Ed). *Mad, Mennesker og Måltider – samfundsvidenskabelige perspektiver* (pp 175-191) Munksgaard Danmark

Holm, Lotte (2001). Family meals. In: *Eating Patterns. A Day in the Lives of Nordic Peoples*.

Iversen T & Holm L (1999). Måltider som familieskabelse og frisættelse. *Tidsskriftet Antropologi* 39:53-64

Jansson, Martin (2004). *Du blir var du äter – en studie om hur den socioekonomiska vardagsmiljön påverkar barns förhållningssätt till mat*. Rapport 320:2004:19 Uppsala: Livsmedelsverket.

Jensen, Katherine O'Doherty (2003). "Hvad er rigtig mad"? in Holm, Lotte (Ed). *Mad, Mennesker og Måltider – samfundsvidenskabelige perspektiver* (pp 65-79) Munksgaard Danmark

Johansson, Barbro (2005a) *Guldkant och hälsofara. Om socker och barn i Vi föräldrar och Kamratposten 1969–2005*. CFK-Rapport 2005:07. Handelshögskolan vid Göteborgs universitet.

Johansson, Barbro (2005b). *Barn i konsumtionssambället*. Stockholm: Norstedts Akademiska Förlag.

- Jönsson, Håkan (2005). *Mjök – en kulturanalys av mejeridiskens nya ekonomi*. Stockholm/Stehag: Brutus Östlings Bokförlag Symposium.
- Lahti-Koski, M. (1999). Ravitsemuskertomus 1998. *Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B* 2/1999.
- Lyngø, Inger Johanne. (2003) *Vitaminer! Kultur og vitenskap i mellomkrigstidens kosthold-spropaganda*. Dr. Avhandling. Acta humaniora; nr 162. Det Historisk-filosofiske fakultet, Universitetet i Oslo: Unipub.
- MacClancy, Jeremy (1992). *Consuming Culture*. London: Chapman.
- Murcott, A. (1982). On the Social Significance of “Cooked Dinner” in South Wales. *Social Science Information* 21, 677–696.
- Murcott, A. (1983). “It’s a Pleasure to Cook for Him”: Food, Mealtimes and Gender in Some South Wales Households. I E. Gamarnikow, (red.), *The Public and the Private*, 78–90. London: Heinemann.
- Mäkelä J. (2000). Hyvä ruoka ja paha ruoka. (Den goda och onda maten, på finska.) I T. Hoikkala & J. P. Roos (red.), *2000-luvun elämä. Sosiologisia teorioita vuositutubannen vaihteesta*, 201–217. Helsinki: Gaudeamus.
- Nguyen, S.P. & Murphy, G.L. (2003). An apple is more than just a fruit:cross-classification in childrens concepts. *Child Development*. 74, 1783-806
- Nielsen, S. & Popkin, B. (2003). Patterns and trends in food portion sizes, 1977-1998. *JAMA*, 289, 450-453.
- Nordisk Ministerråd (2002). Tendenser i unges forbrugaredfaerd og ungdomskultur-betydningen for forbrugerinformation målrette unge. *TemaNord* 2002:537
- Näsman, E. & von Gerber, C. (2003). *Från spargris till kontokort. Barndomens ekonomiska spiraltrappa*. Linköpings universitet.
- Power, Elaine M. (2003). De-centering the text: exploring the potential for visual methods in the sociology of food. *Journal for the Study of Food and Society* 6(2):9-20.
- Prättälä, Ritva.(1999).Tanskassa ja Norjassa ei ole työpaikkaruokaloita – Suomessa ja Ruotsissa on. *Kansanterveys* 5/1999 [www.ktl.fi/](http://www.ktl.fi/)
- Richelsen B., Astrup A., Hansen GL., Hansen HS., Heitmann B., Holm L., Kjær M., Madsen SA., Michaelsen KF. & Olsen S. (2003). *Den danske fedmeepidemi. Oplæg til en forebyggelsesindsats*. Rapport fra Ernæringsrådet 2003

Roos, G. (2002). Our bodies are made of pizza - food and embodiment among children in Kentucky. *Ecology of Food and Nutrition* 41, 1–19.

Singer MR., Moore LL., Garrahe EJ. & Ellison RC. (1995). The tracking of nutrient intake in young children: The Framingham children's study. *American Journal of Public Health*, 85, s.1673-1677.

Skott, Erika Ravne (2005). Födelsedagsskapet. Et prisme for kulturmöter. I: Markussen, Ingrid & Telste, Kari (red) *Bilder av den gode oppveksten gjennom 1900-tallet*. Oslo: Novus forlag.

Statens folkhälsoinstitut och Livsmedelsverket (2005). *Handlingsplan för goda matvanor och ökad fysisk aktivitet i befolkningen*. www.fhi.se

Storm-Mathiesen, Ardis (1998). *Kjøpepress... hva er det for noe? Et forprosjekt om klaernes betydning blant 13-åringar*. Lysaker: Statens Institutt for Forbruksforskning, SIFO.

Urho, Ulla-Marja, & Hasunen, Kaija. (2004). *Bespisning i høgstadieskolor 2003*. Social- og helsevårdsministeriets rapporter 2003:17. Helsingfors: Edita Prima Oy.

Wærdahl, Randi (2003). *Learning by consuming: consumer culture as a condition for socialization and everyday life at the age of 12*. Rapport 4:2003. Institutt for sosiologi og samfunnsgeografi. Universitetet i Oslo.

Wardle, J., Carnell, S. & Cooke, L. (2005). Parental control over feeding and children's fruit and vegetable intake: how are they related? *Journal of American Dietetic Association* 105(2), 227-32

Winther, Ida (2004) *Hjem og hjemligbet: En kulturfænomenologisk feltvandring*. PhD avhandling. Danmarks Pedagogiske Universitet.

## II Nationella rapporter

### Danske børns billeder af mad og måltider

Gitte Laub Hansen och Tine Mark Jensen  
Suhr's Videncenter, København

## Innehold

Skolemad	55
Skolens omgivelser	58
Steder, hvor børnene køber og spiser mad udenfor hjemmet	59
Usund mad	64
Sund mad	67
Favoritmad	68
Hvad ønsker eleverna sig anderledes?	69
Konklusion	70
Eksempel på elevs madarena (Pige)	70
Referenser	72
Bilagor	73

## Skolemad

Der findes i Danmark intet lovmæssigt grundlag for, hvordan landets skoler skal tilrettelægge rammerne omkring skolemad. Det er op til den enkelte skole at vurdere, hvorvidt der skal udarbejdes en kostpolitik, gives kantinetilbud, samt fastsætte spisepausens længde (Husby og Böcker, 2000 s. 9). Der er ikke tilbud om gratis mad til skoleelever, men der er mulighed for at købe mad og drikkevarer i skolekantine/bod på 64 % af skolerne, som alternativ til den medbragte madpakke (Mad og Måltider i grundskoler s. 20). Udbudet varierer fra skole til skole, men udgør oftest fødevarer såsom boller m/u pålæg, yoghurt, frisk frugt, ostestang, toast, pølse m. brød (Husby og Böcker, 2000, s. 23). Drikkevarer udgør blandt andet forskellige typer af mælk, kakaomælk, juice (Mad og Måltider i grundskolen s. 22). Priserne ligger typisk fra 2 -12kr. Ofte er eleverne inddraget i den daglige skolebod/kantine drift og står for indkøb, tilberedning og salg. På nogle skoler ses denne deltagelse som et pædagogisk element, hvor eleverne erfarer relevante oplevelser med de processer der knytter sig til skolemåltidet.

På skoler med skolebod eller kantine, er der 68 % som har retningslinier for udbud. Derimod er det mindre end 3 %, som har en nedskrevet kostpolitik generelt (Husby og Böcker, 2000 s. 56). På 22 % af landets skoler findes en frugt og grøntordning og 91 % af danske skoler er tilmeldt en mælkeordning som er brugerbetalt, med tilskud fra EU (Husby og Böcker, 2000, s.19). En undersøgelse fra sundhedsstyrelsen viser at hvis skolens mad ordning ikke udgør et interessant tilbud, vælger børnene den fra. Enten til fordel for madpakken eller i form af tilbud uden for skolens område. I værste fald vælges måltidet helt fra. Når mad og måltider er brugerbetalt, frem for et offentligt tilbud, stilles der højere krav til kvalitet, pris og attraktionsværdi (Böcker og Olsen 1999, s. 69).

Der har i de seneste år været fokus på madens betydning i skolen, da overvægt og fedme blandt børn i Danmark, er tredoblet i løbet af de sidste 30 år. Sundhedsstyrelsen anbefale derfor at skolerne udarbejder kostpolitikker ([www.altomkost.dk](http://www.altomkost.dk)). Danske skoler har traditionelt set ikke vurderet afvikling af måltider, som skolens ansvarsområde, hvilket giver udtryk i de sammenlagt 85 min. børnene har pause i løbet af en hel skoledag. Den gennemsnitlige længde for den skemalagte tid til spisepauser er 22-26 minutter (Husby og Böcker, 2000, s. 9). Tiden til spisepause er netop et område som flere skoler ønsker at ændre og er i gang med at ændre, blandt andet med henblik på længere spisepause (Husby og Böcker, 2000 s. 34).

I Danmark har skolemaden været debatteret siden slutningen af 1800tallet, hvor et varmt måltid mad blev tilbudt fattige børn i de store købstæder. I 1930'erne var der fortsat bespisningstilbud, men ny viden på ernæringsområdet medførte, at den såkaldte Oslofrokost blev forslået. Heraf madpakken som vi kender den i dag. Oslofrokosten skulle udgøre koldt smørrebrød og helst tilbydes alle skolebørn. Resultatet heraf blev at få kommuner tilbød smørrebrød til alle skoleelever, mens andre fortsatte med enten varm mad, mælk eller intet tilbud.

I 1950'erne blev det muligt for skoleelever på de første 7 klassetrin at få skolemad, ¼ l. sødmælk, samt vitamintilskud. Desuden skulle kommunerne tilbyde et måltid mad til de mest trængende elever. Der blev ligeledes i 1950 udarbejdet et forslag til en skolefrokost i form af en standardkostplan og samtidig blev der ændret i loven om offentlig skolebespisning, så det nu var barnets helbredstilstand og ikke forældrenes økonomi, der skulle være bestemmende for om der skulle tilbydes skolemad. I 1970'erne var der stort set ingen bespisningstilbud i Danmark, men der blev indført tilbud om at købe mad i skolekantine eller bod, rundt omkring på landets skoler. Det var desuden muligt i enkelte kommuner at modtage den såkaldte gnavemadpakke, bestående af eksempelvis en grovbolle, en ostestang, en frikadelle, frugt og grønt, samt en yoghurt. (Benn, 1996, I s.68 - 79).

Der er fortsat debat på skolemadområdet og på et stigende antal skoler tages der initiativer til, og lægges planer for rammerne omkring måltiderne. Den økologiske madordning KØSS (Københavns økologiske sunde skolemad) er startet som projekt i 1999 og tilbyder i dag 49 ud af kommunens 63 folkeskoler et sundt, billigt og overvejende økologisk måltid i deres frokostpause. Målet er at nå ud til samtlige af kommunens skoler. Madordningen KØSS er tænkt som koncept og hver dag kan eleverne vælge mellem en lunchret, focciaboller med pålæg, 65 sunde kager, gulerødder og frugt. Denne ordning er på nuværende tidspunkt den mest omfangsrige i Danmark. ([www.altomkost.dk](http://www.altomkost.dk), [www.skolemad.kk.dk](http://www.skolemad.kk.dk))

Fødevarestyrelsen har ligeledes samlet et medarbejderhold, det såkaldte Rejsehold, som landets skoler og institutioner kan kontakte som faglige sparringspartnere, som hjælp til udarbejdelse af en mad – og måltidspolitik. Rejseholdet afholder årligt omkring 500 landsdækkende besøg blandt landets skoler og institutioner ([www.altomkost.dk](http://www.altomkost.dk)). Efterfølgende rapport giver et indblik i børns madvaner og skal belyse, i hvor høj grad det er skolen og institutionernes madarenaer præger børns opfattelser af mad og måltider. Den giver ligeledes et billede af hvad børn anser for at være sundt og usundt, samt hvilke valg de foretager i denne forbindelse.

### Klassen, der deltog i undersøgelsen

Der deltog 18 børn (8 drenge og 10 piger) i undersøgelsen. To børn havde anden etnisk baggrund end dansk. Børnene går i 5. klasse på Randersgade skole i København. Skolen ligger på Østerbro, som regnes for en rimelig velfungerende bydel. Skolen er en ældre skole, hvor børnene kommer fra hjem med forskellige ressourcer både økonomisk og kulturelt. Nogle af børnene – ca. 1/4 - bor alene med deres mor. Klassen er, efter lærerens vurdering, en velfungerende klasse med engagerede elever.





*Randersgade skole*

### Hvordan deltog eleverne i undersøgelsen?

Eleverne var blevet informeret om opgaven via deres lærer og gennem tilmeldingsbrevet, som de fik med hjem til deres forældre. Jeg<sup>2</sup> mødte klassen første gang, da jeg uddelte kameraer og papir med fotoopgaven. Jeg instruerede dem i fotoopgaven ud fra det omdelte papir og gav konkrete eksempler på, hvad steder, mad mv. kunne være. Endvidere spurgte jeg dem, hvad de kunne forestille sig at tage billeder af fx ved opgaven om usund mad. Eleverne var meget lydhøre, og spurgte til det de ikke forstod. Eleverne fik 6 dage til opgaven.

### Interview

Alle elever blev interviewet i løbet af en dag. Børnene blev delt i tre grupper, og var tilfældigt sammensat. Grupperne var på syv, seks og fem elever. Interviewene varede ca. 1,5 time og samtalen blev struktureret ud fra elevernes billeder og spørgeramme. Børnene var engagerede og havde lyst til at fortælle. De fleste af dem var vel-formulerede og havde mange meninger om de forskellige spørgsmål.

### Resultat af fotoopgave

Der var rimelig stor forskel på resultatet af børnenes fotoopgave. Nogle havde stort set fået taget billeder i alle kategorier, mens andre manglede nogle af kategorierne bl.a. fordi de havde glemt kameraet, når de fx var til en fritidsaktivitet, hvor de også købte mad eller fordi de ikke havde husket eller tænkt på, hvilke steder de køber mad. Fx var der flere der købte mad i skoleboden, men ikke havde billeder af den. Andre igen havde glemt at tilslutte blitz eller havde på anden måde håndteret kameraet, så der var meget få brugbare billeder. Alt i alt er der dog mange gode billeder, og de var et godt udgangspunkt for interviewene. Fotoopgaven havde tydeligvis sporet børnene godt ind på emnet, da de gennem fotograferingen havde taget stilling til en del af spørgsmålene.

<sup>2</sup> Tine Mark Jensen är den forskare som har gjort fältarbetet.

## Skolens omgivelser

Der ligger masser af butikker og cafeer tæt på skolen. Inden for en radius på 150-200 meter findes følgende:

Tre kiosker

Netto supermarked

Fakta supermarked

Grønthandler

To pizzeriaer (åbner kl. 15)

Sandwichbar

Bager

Shawarma bar

Grill

Cafe

Eleverne må ikke forlade skolen i skoletiden. Efter skole køber de primært i kiosken lige over for skolen, i Netto og i Shawarmabaren. Hvor ofte de køber bestemmes af penge og tid. Og til dels vaner og hvem man går sammen med.



Købeteder omkring skolen (FO)

## Steder, hvor børnene køber og spiser mad uden for hjemmet

Samlet set køber børnene ikke meget mad uden for hjemmet. De spiser primært hjemme og har madpakker med hjemmefra til frokost på skolen. Klassen har indkøbt i mikrobølgeovn, så eleverne har mulighed for at tage mad med der skal varmes, fx nuddelsuppe eller rester fra aftensmaden dagen før. Enkelte har også frugt med til 10- frikvarteret. Tre elever køber mad i skoleboden næsten hver dag. For ca. halvdelen af eleverne sker det af og til, fx en gang om måneden. Og resten har enten aldrig prøvet det eller højst en enkelt gang. Skoleboden har kun været på skolen siden sommerferien. Derfor kan det tænkes, at boden vil blive mere brugt, når den har eksisteret længere tid. Eleverne skal lige prøve maden og forældrene skal vænne sig til, at de kan give penge med i stedet for at smøre madpakke. Desuden kan man forestille sig, at jo ældre børnene bliver, jo mere vil de foretrække at købe mad.

De elever, der køber frokost i skoleboden går ned og køber maden i starten af spisefrikvarteret og går tilbage til klassen og spiser maden. Det vil sige, at de reelt får mindre tid til at spise maden, da tiden går fra spisefrikvarteret. Spisefrikvarteret er på 20 minutter og læreren er tilstede. Derefter er der 25 minutters frikvarter, hvor læreren ikke er i klassen. Eleverne må være ude og inde i frikvarteret.

### Spisesituationen

Spisefrikvarteret i klassen vurderer eleverne forskelligt. Flere synes det er hyggeligt og rart at spise i klassen og kan godt lide deres madpakke. De fleste spiser hele madpakken og synes det er sjældent, at de smider noget ud.

*Jeg synes det er meget hyggeligt at spise i klassen. (Dreng)*

Andre synes der er lidt for meget larm. Dog ikke så meget, at de mener det går ud over deres indtag af mad.

*Nogen gange er der vildt meget larm. Nogen løber rundt i klassen og slår efter hinanden – det synes jeg er irriterende. (Pige)*

Nogle af eleverne synes også, der er lidt for lidt tid til at spise maden. Det er irriterende, når der fx foregår nogle ting i frikvarteret, som man gerne vil deltage i. Det betyder reelt et valg mellem at spise sin mad færdig eller være med i en aktivitet eller lege, som man synes er sjov. Fx havde skolen på interviewtidspunktet et tilbud i gymnastiksalen om 'Vild med dans' træning. Flere elever valgte som regel aktiviteten/legen, og så evt spise maden på et senere tidspunkt.

*Nogen gange skal jeg så meget i frikvarteret og vi kommer først i gang med at spise kvarter over (11). Og jeg er lidt langsom, så når jeg det ikke. (Pige)*



*Klasseværelse på skolen, hvor eleverne spiser (FO)*

## Skoleboden

Skoleboden er en ny ordning på skolen. Den er først blevet etableret i sommeren 2005 og er en del af Københavns kommunes forsøg med et tilbud om økologisk mad på skolerne (Københavns økologiske sunde skolemad). Skoleboden er placeret for foden af en trappe og der er lidt koldt, når man står og venter på, at det bliver ens tur. Boden virker ikke specielt indbydende, men snarere en smule klinisk. Der er ikke lagt op til, at skoleboden kan blive et socialt mødested, da der ikke er borde i forbindelse med skoleboden, hvor børnene kan spise deres mad. Udvalget i boden, den dag jeg var på besøg, var:

Div frugt (3 kr.)

Bolle (3 kr.)

Spinatbolle med tunfyld (8 kr.)

Kartoffelsuppe (8 kr.)

Pastasalat med kylling og bolle (12 kr.)

Gulerodsbolle med kalkun (12 kr.)

Majsbolle med falaffel (12 kr.)

Grovflute med oksekødsspegepølse 12 kr.

Lille youghurt (6 kr.)

Juice (6 kr.)

Vand på flaske (4 kr.)

Riskiks (2 kr.)

Udvalget skifter lidt fra måned til måned, men nogenlunde inden for de samme kategorier. Af og til sælges der også Sushi, som er meget populært blandt nogle af eleverne. Og om fredagen sælges der kage.

## Elevernes vurdering af skoleboden

Eleverne er glade for, at skolen har fået en skolebod. De synes det er dejligt, at de har mulighed for at købe mad på skolen. Det er kun eleverne i overbygningen, der må forlade skolens område i frikvartererne og derfor var det tidligere ikke muligt for dem at købe mad, hvis de fx havde glemmt deres madpakke. Eleverne synes kvaliteten af maden i skoleboden er varierende.

*Maden er ikke værst – hverken  
eller (Pige)*



*Skolebod på skolen (FO)*

Kritikken er bl.a. at sandwichbollerne nogle gange er smattede af væde, at kartoffelsuppen smager af vand, og at pastaerne i pastasalaten nogle gange er hårde. En enkelt mener heller ikke, at maden er særlig sund.

*Maden virker usund – man kan ikke få rugbrød og det er sundere [end det hvide brød].  
Det hvide feder også mere. (Pige)*

Et par stykker synes desuden, at maden i skoleboden er dyr. Og at der lugter grimt i skoleboden.

*Det er hammerdyrt. Min mor kan få et helt kilo gulerødder for det som et par stykker  
koster i boden. (Pige)*

Flere af eleverne kunne godt tænke sig flere varme retter og nogle flere retter uden kød. En meget populær ting i skoleboden er sushi. De elever, der køber i skoleboden har prøvet flere forskellige ting: Pastasalat, suppe, sandwich, youghurt, kiks, juice, frugt og sushi (som i denne klasse er tæt på at være det mest populære). Eleverne får penge af deres forældre til at købe maden for.

## Madpakken

Eleverne er rimelig tilfredse med deres madpakker. De spiser den som regel og er tilsyneladende ikke nået den alder, hvor madpakker er yt. Ifølge eleverne selv var der flere der smed madpakken ud for et år siden end i dag. Hvorfor er de ikke rigtig i stand til at forklare. De flestes madpakker består af rugbrødsmadder med div kødpålæg, lidt grønt og evt. frugt. Nogle få har af og til rester med fra aftensmaden, som de kan varme i mikroovnen. En enkelts madpakke består kun af frugt og grønt.

*Jeg kan godt lide den (madpakken, red.), men jeg elsker den ikke....Men det er vigtigt  
at man spiser den, ellers får man ikke energi til kroppen. (Pige)*

Gennemgående udtrykker eleverne en bevidsthed om, at det er vigtigt at få sund mad og dermed energi. For nogle lyder det tillært, dvs. de har hørt voksne sige det rigtig mange gange, mens andre, særligt nogle drenge, vokser så meget, at de kan mærke behovet for mad. I reglen er det forældrene, der smører madpakken, men et par stykker smører selv. Eleverne bliver spurgt, hvad de gerne vil have med, hvilket sikkert er en medvirkende årsag til de rimelige tilfredshed.

*Jeg bestemmer selv, hvad jeg vil have med. Men det er min mor og far, der smør den. (Pige)*



*Frokost – sund mad. (Pige og dreng)*



*Frokost (Drenge)*

## Mad i fritiden

Det generelle billede er, at eleverne ikke køber meget mad, kage eller slik i deres fritid. En del af eleverne går hjem efter skole og spiser der eller hos en af deres venner. Nogle køber mad i Fritidsklubben (Ca. 1/3 kommer jævnligt i klubben) og nogle køber lidt i forbindelse med en fritidsaktivitet. I Fritidsklubben kan eleverne købe toast, youghurt, suppe, juice og abemad (forskellig stykker frugt blandet sammen).

*Hvis jeg er i klubben køber jeg altid et eller andet at spise. Men det er forskelligt, hvad det lige er. (Dreng)*

Hjemme spiser eleverne ofte franskbrød med div. pålæg (kyllingefillet, makrel, ost etc.), frugt, youghurt og nogle gange slik. Et par af drengene spiser temmelig meget:

*Når jeg kommer hjem tømmer jeg køleskabet (Dreng)*

Det betyder, at det kan være rester fra dagen før som bliver varmet, havregryn, rugbrødsmadder mv. Hvis de spiser sammen med veninder eller venner er det ofte lidt blødt og sødt:

*Når jeg er hjemme hos min veninde spiser vi boller med pålægschokolade på. Og nogen gange drikker vi cacao. (Pige)*

*Hjemme hos Louise spiser vi makreldmadder med majonæse. (Pige)*

Eleverne går meget sjældent på cafe – det virker som om de ikke helt er nået den alder endnu. Nogle af eleverne køber til gengæld jævnligt på Shawarma baren, der ligger lige rundt om hjørnet fra skolen. Her er det muligt at købe rimelig billige shawarmaer (10 eller 15 kr.) og andet grillmad. En enkelt pige køber stort set en shawarma hver dag. En et par gange om ugen, et par stykker en gang om måneden og resten sjældnere eller aldrig.



*Jeg køber næsten shawarma hver dag. Jeg får penge af min mor'. Hjemme spiser jeg arabisk mad. (Pige)*

Stort set alle elever køber af og til slik i kiosken – særligt fredag er slikdag. Nogle køber desuden slik og sodavand i Netto eller Iso. Forbruget afhænger af, hvor mange penge de har. Derfor har nogle af eleverne i perioder købt slik næsten hver dag. På trods af, at der ligger en bager meget tæt på skolen er det meget få af eleverne, der køber hos bageren. Det sker en sjælden gang for et par af eleverne.

*Kakao - usund, (Pige)*



*Købesteder tæt på skolen (Pige, dreng)*



*Købesteder (Pige, dreng)*

## Restaurantbesøg

Det er sjældent, at eleverne går på restaurant. Nogle kommer det aldrig, mens et par stykker gør ca. en gang om måneden. Det kan være på pizzeria, Thairestaurant mv. Et par af pigerne er af og til på cafe med deres mor.

*Jeg går nogen gange på cafe med mine veninder i weekenderne. (Pige)*

*Om fredagen går jeg nogen gange alene på cafe og drikker varm cacao. (Pige)*

## Aftensmad

Alle børnene spiser aftensmad med deres familie. Og det er en stund som alle, undtagen en, sætter pris på. Børnene synes det er hyggeligt at spise sammen med familien og de fleste mener, desidderen halv til en hel time ved bordet med familien. Det er både mor og far, der laver mad - med en lille overvægt til mor. Samme fordeling gælder for indkøb.

*Det er rigtig hyggeligt. Vi taler om alt muligt. Det er bare ikke hyggeligt, når de taler om kærester' (Pige)*

## Usund mad

Børnene har generelt en klar holdning til, hvad der er usundt af det de spiser. Blandt de usunde ting, de både har taget billeder af og nævner, er:

- Kage
- Pizza
- Chips
- Flæskesver
- Slik



Fastfood - herunder nævner flere Mc Donald's mad - der er for meget fedt/fritureog for meget sukker i maden. En synes også, der er for meget ketchup.

Hvidt brød

En enkelt nævner også købte kødboller (de er fede)

Eleverne peger altså på mad, der kan karakteriseres som fedt, sødt og salt.

Hvidt brød er i følge eleverne usundt fordi:

*Der er ingen fibre '. (Pige)*

*Det lægger sig dårligt i maven. (Pige)*

*Det mætter ikke – man bliver hurtigt sulten igen. (Pige)*

*Man får sådan nogle dejklumper i maven. (Dreng)*

Fedt er usundt fordi man bliver fed af det:

*Hvis man får for meget fedt bliver man fed og så bliver man syg. (Pige)*

Sukker er usundt fordi:

*Sukker ødelægger ens tænder. Man kan blive syg, hvis man kun spiser sukker og slik. (Pige)*

Eleverne ved, at for meget sukker og fedt er usundt, men de kan ikke give mere nuancerede forklaringer på hvorfor end ovenstående eksempler. At eleverne ved det er usundt, er ikke ensbetydende med at de ikke spiser det. Fx er Pizza mange børns favoritmad. Ligeledes spiser de som tidligere nævnt jævnlige slik og forskellige former for fastfood, dog mere shawarma end McDonalds. McDonalds var ikke særlig 'in' blandt eleverne.



*Usund mad (Piger)*



*Usund mad (Pige, dreng)*

Fødselsdage og hyggestunder er som regel præget af usund mad.

*Når man skal hygge sig og ha det sjovt, så er maden usund. Og også når jeg er hos min farmor og mormor. (Pige)*

Ovenstående citat dækker de fleste af eleverne. Hygge og søde sager er tæt forbundet. Og når man holder fødselsdag er det ofte med pizza, burger, pølsehorn, masser af kage og sodavand. Trangen til sukker kan komme over dem alle.

*Nogen gange får jeg bare så meget lyst til sukker. Så må jeg bare ha' noget. (Pige)*



*Usund mad (Pige, dreng)*

Slik spiser eleverne både alene og sammen med venner og familie. Eleverne bruger nogle af deres lomme penge på slik. Der er rimelig stor forskel på, hvor mange penge de får i lomme penge – fra 10-50 kr. om måneden. Det svinger lidt om eleverne oplever, de er sunde eller usunde. Men sukker er en del af dagligdagen og ikke mindst weekenderne.

## Sund mad

Eleverne har masser af bud på, hvad der er sund mad. Og kan nogenlunde forklare hvorfor. Sund mad er for børnene:

Økologisk  
 Små portioner af hvad som helst  
 Frugt  
 Grøntsager  
 Sushi  
 Ris  
 Bønner  
 Fisk  
 Tang  
 Havregryn  
 Madpakken  
 Figenpålæg



*Sund mad (Dreng, pige)*

Frugt og grøntsager er per definition sunde. Det virker som om, eleverne altid har fået det at vide. De mener, at det er sundt fordi der er vitaminer i og ikke noget fedt. Men de har ikke nogen mening om, hvorvidt grøntsager er sundere end frugt og om nogle grøntsager er sundere end andre etc. Økologisk er sundt, fordi der ikke er noget gift i, som en udtrykker det. For flere af børnene er det bare sådan. Det har de altid hørt, og derfor er det sådan. Rugbrød, havregryn og ris er sundt fordi det indeholder fibre. Flere af eleverne mener derfor, at hvidt brød er usundt, fordi det ikke indeholder fibre. Eleverne mener, det er vigtigt at spise sundt at flere grunde:

*Ellers vokser man ikke og bliver stor og stærk. (Dreng)*

*Så bliver man ikke fed. (Pige)*

*Hvis man kun spiser usund mad får man jo ikke noget energi. (Pige)*

*Man bliver ikke lige så syg, som hvis man kun spiser usund mad. (Pige)*

Eleverne har selv en oplevelse af, at de spiser mest sundt. Og størstedelen af dem synes, de kan lide meget forskelligt mad, hvilket både billeder og interview bekræfter. Alt er relativt, men maden ser rimelig varieret ud, og de spiser noget inden for alle kostfelter – grøntsager, frugt, fibre, fisk og kød – hver dag.



*Sund mad (Piger)*

*Jeg er begyndt at tænke over, hvad jeg spiser. Jeg syntes, jeg spiste for meget sukker. (Pige)*

*Jeg tænker ikke over, om det er sundt eller usundt – jeg er bare sulten. (Dreng)*

## Favoritmad

Når børnene viser deres favoritmad, er der mange forskellige bud, men nogle af de gennemgående favoritter hører til i den gruppe, som børnene selv karakteriserer som usund. Det er fx

*Pizza*  
*Burger (hjemmelavet)*  
*Slik*  
*Kage*



*Favoritmad (Pige, dreng)*

Derudover er der:

Frikadeller  
 Stegt flæsk  
 Lasagne  
 Tarteletter  
 Kylling  
 Pitabrød  
 Spagetti med kødsovs  
 Brune kartofler  
 Flæsekesteg  
 Shawarma  
 Thaimad  
 Hamburrgy  
 Sushi  
 Hakkebøf med spegelæg  
 Risengrød  
 Karrysovs (evt med kylling)  
 Tærte  
 Laks  
 Brun sovs med kartofler  
 Pandekager



*Favoritmad (Dreng, pige)*

Det svinger, hvor ofte børnene får deres favoritmad. Det kan være en gang om måneden, en gang hver 14. dag, en gang om ugen eller næsten hver dag, når man bare har en masse favoritter. I klassen er der mange, som spiser pizza en gang om ugen. Over halvdelen havde billeder af pizza.

### Hvad ønsker eleverne sig anderledes?

Alt i alt er børnene godt tilfredse med deres mad i hjemmet og på skolen. Men flere peger på nogle forskellige ting, de godt kunne tænke sig anderledes. Nogle elever vil gerne have en rigtig skolekantine med borde, hvor man sidder flere og spiser sammen.

*Det kunne være rart med en kantine med store borde, hvor vi kunne sidde sammen med de andre klasser. Så ville man også lære flere at kende. (Pige)*

En vil gerne have mere varieret aftensmad. Han synes, de får det samme hverdag, fordi der altid bliver lavet store portioner, så der er til flere dage. En vil gerne have sushi hver dag. Og en vil gerne finde ud af, hvad han ellers kan lide af frokostmad. Hans madpakke består pt. kun af frugt og grønt.

## Konklusion

Undersøgelsen viser, at børnenes madarenaer i 5. klasse i stort omfang bestemmes af hjemmet. Mange spiser morgenmad, eftermiddagsmad og aftensmad i hjemmet og frokosten består af en madpakke, der også er smurt hjemme. Børnene spiser kun i mindre omfang mad, som de fx køber i skoleboden, i klubben, i kiosken, supermarkedet eller Shawarmabaren. Nogle af børnene køber jævnligt de pågældende steder, mens andre sjældent eller aldrig gør det. De omgivende (mad)tilbud er altså ikke så bestemmende for børnenes madarenaer.

Børnene har gennemgående en god fornemmelse for, hvad der er usund og sund mad. Alle har taget billeder af begge kategorier og kan til en vis grænse fortælle, hvorfor noget mad er henholdsvis sundt og usundt. Usund mad er for børnene mad, der indeholder meget salt, sukker og fedt. Men alle kan godt lide noget, der er usundt, fx slik, pizza og sodavand. Og når der skal hygges i weekenden og til fødselsdage er det ofte usund mad, der er på bordet. De fleste af børnene spiser rimelig varieret, dvs. får grønsager, frugt, kød, brød mm. Og størstedelen af dem er ikke kræsne. Der er mange favoritretter, men pizza er den ret flest peger på, som en favoritret.

## Eksempel på elevs madarena (Pige)

### Steder



Sund mad



Usund mad og favorit



## Referencer

Benn J. *Kost i skolen – skolekost*. Ph.D. afhandling, Danmarks Lærerhøjskole 1996

Husby I og Böcker T. *Mad og måltider i grundskoler og fritidsinstitutioner- hvordan ser det ud?* Sundhedsstyrelsen 2000

Böcker T og Olsen N. *Mad og måltider som en del af skolens hverdag. En sociokulturelundersøgelse af grundskolers erfaringer med mad- og måltidsordninger*. Sundhedsstyrelsen 1999.



## Bilaga 1

2.11.2005

Kære forældre I 5.

Må dit barn deltage i et forskningsprojekt om børns madvaner?

Jeg hedder Tine Mark Jensen og jeg skal i forbindelse med et forskningsprojekt på Suhr's Videncenter og Seminarium interviewe børn i 5. klasse om deres madvaner.

Undersøgelsen indgår i et Nordisk projekt: "Nordiska barns matarenor – budskab, udbud og madmiljø", hvor forskere fra fire nordiske lande deltager. Projektet "Nordiska barns matarenor" gennemføres under Centrum för Konsumentvetenskap vid Göteborgs universitet i Sverige. På hjemmesiden [www.cfk.gu.se](http://www.cfk.gu.se) præsenteres projektet.

Undersøgelsen består i, at jeg besøger skolen og dens omgivelser. De børn som deltager får engangskameraer for selv at dokumentere deres madvaner. Efterfølgende diskuterer jeg billederne med børnene i grupper af seks elever. Børnene er anonyme i undersøgelsen

Det er selvfølgelig frivilligt om børnene vil deltage i undersøgelsen. Vi skal have en underskrift fra jer forældre, så vi ved, at børnene må deltage og at vi efterfølgende kan publicere børnenes billeder.

Tilmeldingen skal afleveres mandag d. 7. November.

På forhånd tak

Venlig hilsen

Tine Mark Jensen  
Forskningsassistent

Jeg giver hermed tilladelse til at mit barn deltager i forskningsprojektet om nordiske børns madvaner:

Ja\_\_\_ Nej\_\_\_

De billeder som mit barn tager må gerne publiceres i forskningsrapporten:

Ja\_\_\_ Nej\_\_\_

Barnets navn\_\_\_\_\_

Forældreunderskrift\_\_\_\_\_

## Bilaga 2

Fotoopgave

8.11.2005

Kære børn i 5.V.

Tak fordi I vil være med i undersøgelsen om børn madvaner.

I skal de næste par dage tage billeder af:

6 billeder af mad og steder, hvor I får eller køber mad og drikke eller spiser, når I ikke er hjemme. Fx skolen, kiosken, benzinstationen, café, madbutikker, fritidsklub. I kan tage billeder af maden, stedet, madsedler eller reklamer.

2-4 billeder af favoritmad.

2-4 billeder af sund og god mad.

2-4 billeder af usund mad.

1-2 billeder, hvor I selv vælger.

Venlig hilsen

Tine Mark



## Finnish Children's Images of Food and Eating

Anna Huutilainen & Johanna Mäkelä,  
National Consumer Research Centre, Finland

## Table of contents

1. Introduction	79
2. The research site: Viikki School	80
3. Data and methods	81
4. Results	82
5. Summary of the results	92
6. Discussion	93
Acknowledgements	96
References	96
Appendix 1: Parents' consent form	96
Appendix 2: Written instructions for photographing	98
Appendix 3: Interview themes for the focus groups	99

## 1. Introduction

School meals have a long tradition in Finland. As early as the late 19th century there were school canteens for poor children. In the wartime year of 1943, a law was passed on the provision of school meals in primary and lower-secondary schools, i.e., throughout the period of compulsory education. Within a five-year transitional period, local authorities were obliged to provide free meals for pupils in schools.

Today, the provision of free school meals is a unique nutritional policy measure. It can also be seen as a social-policy and gender-equality measure. Mothers became free to take up employment, as the children received a meal at school and there was no need to stay at home to cook lunch for them. As Päivi Lipponen, wife of the former Finnish Prime Minister said, “Foreigners often ask how Finnish women with families manage to work full-time. Our answer is that it is made possible by school lunches and the statutory right to day care” (Setälä & Lipponen, 1999).

Local authorities can arrange the school lunch service as they wish. The lunch typically consists of a hot dish, salad, grated vegetables, a piece of fresh fruit or vegetable, rye crisp bread or soft bread with margarine, and milk or water, and it is served daily between 10 and 12 am. Although pupils at lower-secondary schools have the most critical attitudes to school meals, 90 per cent of them have school lunch daily (Urho & Hasunen, 2003).

Schools follow six-week rotating menus. Variety is provided by theme weeks, such as Autumn Harvest week and Italian week, and special occasions, such as Christmas and Easter. The cost of the ingredients is €1.75 per meal. The school lunch covers 20–30 per cent of children’s daily nutritional requirements. However, it is not intended to be the only hot meal of the day. The school days for older comprehensive-school students are relatively long; hence most schools arrange self-service catering, serving chargeable snacks in the afternoon. The cost of the snacks varies between €0.50 and €1.50. The idea is that rather than spending money on sweets from the vending machines, the pupils will buy a healthy snack instead.

It has also been suggested that the vending machines for sweets and soft drinks should be replaced by ones selling fruit and sandwiches. However, it is difficult to guarantee the freshness of the products if the turnover is low. The present vending machines for sweets and soft drinks are usually maintained by the schools’ student bodies, which use the proceeds to finance such things as school outings. However, these vending machines have to be switched off during the lunch break, they may not be situated near school dining rooms, and sweets may not be consumed in the dining rooms during lunch breaks.

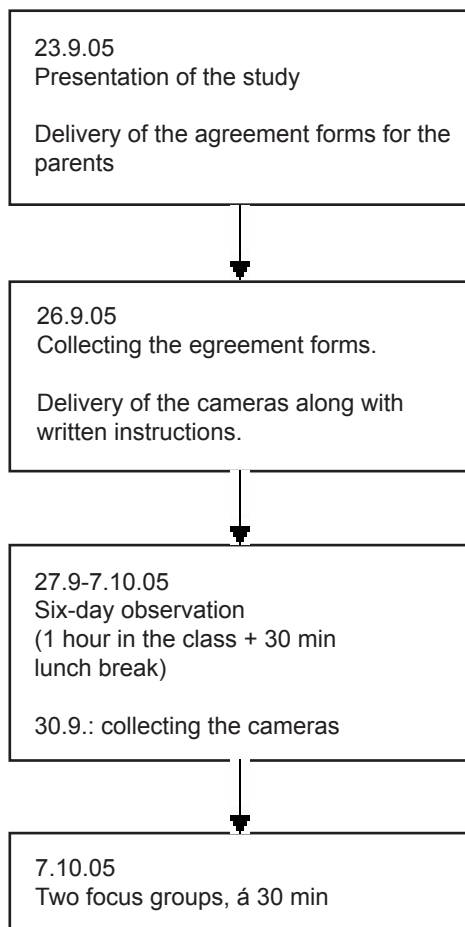


Figure 1. General outline of the study.

1) introduction: name and favourite food of the children, 2) the study as an experience for the children, 3) discussion of situations and environments represented by the photos taken by the children, 4) the people with whom and the situations in which the children eat healthy/unhealthy food, 5) the differences between home and school meals, 6) the times when it is permissible to eat really delicious food, and 7) the differences between food eaten during the week and at weekends. In examining the photos (stage 3), the moderator picked out 14 photos taken by the children, divided into four categories: 1) school meals, 2) sweets/unhealthy food, 3) home refrigerator/kitchen and 4) healthy food. These photos were enlarged to A4-size and placed in the middle of the table, enabling all the children gathered around the table to reach them easily.

The focus group discussions were followed by the sixth and last observation. The observer spent approximately 15 hours in all with the children. Figure 1 summarises the outline of the study.

## 4. Results

The results are presented in three parts: 1) the six-day observation period (the results of the observation of the environment followed by those of the observation of the children); 2) the photo analysis; and 3) the focus group discussions.

### 4.1 Observing the environment: the dining hall

Like the rest of the school building, the dining hall is very modern and the interiors have obviously been designed with children and adolescents in mind. The colours are bright and earthy: orange, warm red, grey and coal. The tables and chairs are big and of modern design. Suspended from the ceiling is a large yellow and orange, spiral-shaped work of art. The windows are very big and give on to a green yard. There is a glass wall to the adjacent hallway. The general look of the dining hall is pleasant, cosy, and clean, being also well lit. Figure 2 shows a map of the ground floor.



One of the aims of Finland's school education is to teach healthy eating habits and to provide a balanced meal. School is seen as an important environment for nutritional education for children and adolescents, since efficient nutritional education can effectively influence their eating patterns.

The aim of this study is to explore the various food messages in different food contexts encountered by Finnish 11-year-olds during their regular schooldays. The methods used are observation, photographing, and focus groups (Power, 2003, Bloor et al., 2001). The principal place of observation is the school dining hall. Observation of lessons in classrooms preceding the school lunch is also included. Photographing entails supplying the children with disposable cameras for one week. The focus group discussions are based on the results of observation and photo analysis.

## 2. The research site: Viikki School

The study was conducted at Viikki Teacher Training School of the University of Helsinki (Fig. 1). As can be seen from Figure 1, the school looks very modern and has bright contrasting colours on the outer walls. It is in a thriving neighbourhood with many new houses.



*Figure 1. Viikki Teacher Training School of the University of Helsinki. Source: [www.viikki.helsinki.fi](http://www.viikki.helsinki.fi).*

Founded in 1869, Viikki Teacher Training School is one of the oldest schools in Finland and the first Finnish-speaking one for girls. Since 1924 it has been training future teachers, and in 1969 it became co-educational. It is part of the teacher training unit of the Department of Education of the University of Helsinki.

The school consists of the 10-year comprehensive school (ages 6-15), including pre-school, primary and lower-secondary levels, and the upper-secondary school (ages 16-18). In 2003, it moved to eastern Helsinki, to a modern building that is an integral part

of the Helsinki University Campus at Viikki. Pupils (c. 800), teachers (c. 100) and student teachers (c. 150) from the pre-school to the upper-secondary level now work in the same building. Together with the National Board of Education and other development organisations, the school participates in many local, national and international projects in general and teacher education.

### 3. Data and methods

A written request, describing the outline of the study, was sent to the headmistress of the comprehensive Viikki School one week before the start of the study. Permitting us to conduct the study, the headmistress chose a fifth class of 23 children for the study. We then communicated directly with the class teacher.

The first meeting with the teacher and the class was arranged one day after permission was granted. Anna Huutilainen met the children twice before the actual observation period (see Fig. 1). On the first day, she introduced herself and the outline of the study to the children, 93 and delivered the consent forms for the parents (see Appendix 1), to be filled out over the weekend. After that, the observer stayed in the classroom for one lesson, while the children continued their normal school routines. The purpose of this was, first, to familiarise the children with herself, and second, to memorise the children, as that was essential during the coming observation period.

On the **second** day, the children returned the consent forms, signed by their parents. One child was not allowed to participate in the study. Three children had forgotten the form, but returned it the next day. Disposable cameras (Konica Film-in Neo) and written instructions (see Appendix 2) were handed out. A short introduction was then given on how to use the camera and what and when to photograph. The observer then stayed in the classroom for one lesson.

The **six-day observation period** started the very next day. The children were observed at their school lunch over a six-day period, for 30 minutes at a time. The observer spent the previous lesson in the classroom on each observation day. This was because the previous lesson affects the general atmosphere of the lunch break, and this was also recommended by the children's teacher. The observed lessons were music (twice), Finnish (twice), handicraft, and mathematics (three times).

On the fourth observation day, the disposable cameras were collected before lunchtime. Four children had forgotten to bring their camera to school, and these were collected on the fifth observation day.

Three days after the fifth observation, **two focus groups** each consisting of four children were held at the school. The aim of these was to discuss the various points and meanings conveyed by the photos the children had taken. Anna Huutilainen moderated the 30-minute discussions, theme by theme. Seven themes were presented to the groups:



Figure 2. Ground floor of the Viiikki School. Ravintola = dining hall, keittiö = kitchen, kirjasto = library. Source: [www.vink.helsinki.fi](http://www.vink.helsinki.fi).

In the middle of the dining hall are two self-service lines. The menu for the day, printed in a big, clear font, is placed in front of the line. The children queue up and take as much food as they wish. They are also allowed to have seconds if they are still hungry. There is always a vegetarian option when meat is served. Special portions are reserved for children who are on a special diet for reasons of religion or health. The noise level is rather high when the dining hall is packed with children but this does not seem to bother them.



Behind the self-service line is a school canteen selling sandwiches, bread, yoghurt, cookies, sweets, milk, juice, coffee and tea throughout the day. Since the fifth-graders do not, by their own and their teacher's report, buy anything from the canteen or from the nearby grocery store during their school days, we will not focus on them in this report. A regular school day in the class observed lasts for 6 hours, usually starting at 8.45 am and ending at 2.45 pm. Lunch is served daily at 11.30 am, the lunch break lasting 30 minutes. The menu for the six-day observation period was:

- Day 1: Minced meat and cabbage casserole/vegetable casserole, green salad, bread, milk/water
- Day 2: Fish with crab sauce, vegetable ratatouille, green salad, bread, milk/water
- Day 3: Vegetable soup, wheat roll, cheese, apple/banana/orange, bread, milk/water
- Day 4: Pork and vegetable casserole/vegetable casserole, boiled potatoes, green salad, apple/banana/orange, bread, milk/water

Day 5: Meat balls/vegetable croquettes, mashed potatoes, grated carrot, green salad, bread, milk/water

Day 6: Chicken in red wine, boiled potatoes, green salad, bread, milk/water.



#### 4.2 Observing the children: eating is about social relationships

The children ate their lunch at cosy tables. The girls particularly liked to eat with their best friends, resulting in small groups of 2-4 per table. The boys sat in larger groups of 6-10 per table. Typically, girls sat with girls and boys with boys. In general, the children did not intentionally sit with children from other classes. All the children ate the school lunch, including a hot dish, salad, bread, and milk/water, on every day of the observation. There was, however, some variation in how much and what they ate. The girls typically ate less than the boys.

The results of the six-day observation suggested that girls and boys have a different social school lunch pattern. The following three excerpts from the observation diary clearly illustrate this social pattern:

*Two girls are eating, looking as if they are concentrating very hard. Two other girls approach them and a short discussion between the four girls follows. Then the visiting girls return to their seats. A few moments later, some other girls stand up and visit another girls' table. Then they return to their seats. 27.9.05 at 11.40*

*Girls photographing each other with the disposable camera. They take a lot of pictures of each other eating. 28.9.05, at 11.50*

*A girl goes to the self-service line to get more salad and then returns to her seat. A moment later another girl follows her example and goes to get more salad then returns. They sit at the same table. 28.9.05, at 11.55*

School lunch is a social issue for the girls but not so much for the boys. Over lunch, girls build and strengthen their relationships with other girls from the same class. If they are sitting at different tables, they keep in touch by waving, smiling and visiting each other. The boys mostly sit in larger groups, all at one or two tables, and say less than the girls. They focus more on eating than on social relationships.

### 4.3 Photo analysis

Twenty disposable cameras were returned (by ten girls and ten boys) and 335 photos had been taken, 198 by girls and 137 by boys. Figure 3 shows that the girls had been more conscientious in photographing (92% of the photos taken by girls were food-related, i.e., usable in this study, as against only 69% by boys). Consequently, the material for analysis comprised 182 photos taken by girls and only 94 taken by boys (total 276). The rejected photos were entirely unrelated to food or to this study, consisting of pictures of friends, a rap artist, pets, cars, streets and gardens.

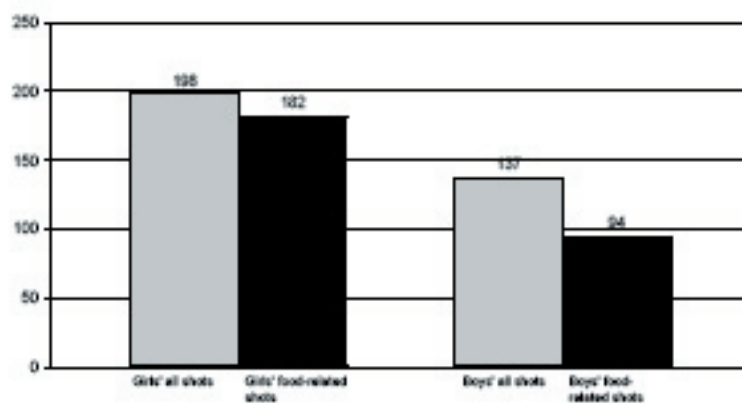


Figure 3. Number of photos by gender. The grey bar shows all the photos taken and the black food-related photos (i.e., those used in subsequent analyses).

The 276 photos were **categorised** by first going through them a number of times and then noting down recurrent themes. Thirteen themes recurred: self-portrait; restaurant; food advertisement; grocery store/shelf/kiosk/vending machine; home meal/kitchen; school dining hall (general view); friend eating school lunch; self eating, close-up of school lunch; refrigerator (open); still life of food package; fruit; and sweets. This categorisation summarised the content of 197 photos; the results by gender are shown in Figure 4.

Figure 4 clearly shows that there are marked differences between boys and girls, most notably regarding three categories: home meal/kitchen, friend eating school lunch, and still life of a food package.

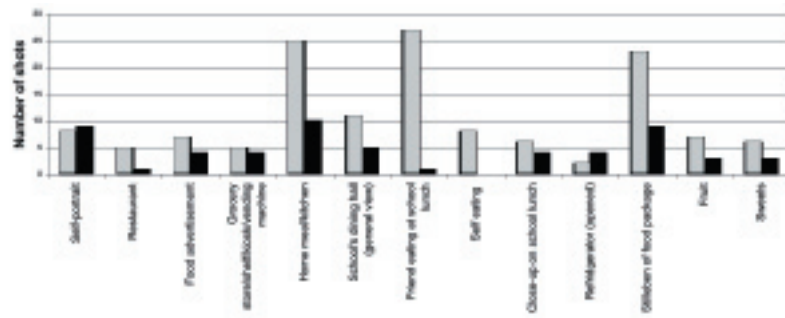


Figure 4. Categorisation of photos by gender.





There were gender differences in the style of the photographs. There were gender differences in the style of the photos. The boys' photos tended to:

- be active
- involve movement
- be taken "accidentally"
- be taken outside the home
- focus more on food and less on people eating.



The girls' photos tended to:

- be passive, arranged, planned
- be still lifes, posings
- be taken at home
- focus more on friends and people eating than on food.

The children enjoyed photographing. This was also confirmed by their teacher. As one girl said, “Thanks for choosing our class for the study, we’re having such fun taking the pictures.” The children found the disposable camera easy to use. The most frequently asked questions related to the camera were:

do I have to eat the food I take pictures of?  
can I take pictures of my friend eating?  
does the food have to be on a plate?

The girls asked more technical questions (e.g., the use of flashlight), while the boys asked more questions about suitable objects (e.g., is it OK to photograph advertisements?). The girls photographed with another girl or in a small group, the boys on their own or in a big group.

#### 4.4 Focus groups

Two focus groups each consisting of four children were formed. The first consisted of three girls and one boy, the second of two girls and two boys. The focus group discussions were held at school at 10 am and 10.30 am. The 14 selected photos taken by the children represented different themes. First, the moderator presented three pictures of fridges.





The second set of photographs pictured the school canteen and school meals.



The third theme included pictures of sweets, cakes and crisps.



Finally, the children were shown pictures of vegetables, fruits, berries and cereals.



Generally the children were rather enthusiastic about the pictures even though they did not give very elaborate answers to the moderator's questions. It was interesting that they commented on the quality of the pictures in addition to the themes. One girl, for example, pointed out that the photo of rows of Pringles crisps was "a very fine picture with various colours". The children appreciated that the photos had been taken by themselves, even to the point that some were a little disappointed if they did not see their own pictures. On the other hand, the fact that the photos were usually of familiar environments meant the children could naturally discuss them. Furthermore, judging from their comments, the children seemed quite happy about the photography assignment. No one said it was boring and the majority reported that it had been easy and the instructions sufficiently clear. Some said that it had been a bit difficult to think up what to photograph. It also became evident that sometimes (especially with some still lifes) parents had helped to set up the pictures.





The favourite foods, or rather the favourite dishes mentioned in the focus group discussions, were in line with the photos: macaroni casserole, liver casserole, spaghetti Bolognese and pizza. One girl made an exception by stating smoked mackerel and hamburgers as her favourites. There may in fact have been some group pressure or unimaginativeness caused by anxiety in the other members of the group as one after another they said

their favourite was spaghetti Bolognese (see Myers & Lamm, 1976). However, all the favourites could be regarded as modern Finnish classics. Macaroni casserole, liver casserole and spaghetti Bolognese are dishes familiar to several post-WWII generations. Even though macaroni and spaghetti sound Italian, their everyday interpretations are definitely Finnish. Furthermore, both casseroles are among the first convenience foods available decades ago. They can therefore be either cooked from scratch or bought ready. This is true with pizzas and hamburgers, too, but they are a later addition to the Finnish food culture. Although it is possible to find Finnish adaptations of pizzas (such as pizza with reindeer meat), pizzas and hamburgers are about the same in Finland as anywhere in the world (though McDonald's products, for example, are not exactly the same the world over).

The pictures of refrigerators raised signs of recognition. "All fridges are the same," said one boy cheerfully. Every child found something familiar in the pictures. Some thought that the emptier one was like their own refrigerator, others the full. Milk, juice, margarine and ketchup were items that the children recognised as staples in their home refrigerators. One interesting detail is that not all the children were allowed to picture their home refrigerator. Maybe the contents were considered too intimate and revealing.

The children were quite quick to distinguish between healthy and unhealthy foods. When asked to identify the theme of photos showing cakes, crisps and sweets, they agreed that it was unhealthiness. Interestingly, both groups brought up the idea of birthday and other parties. This was, of course, prompted by the picture of a table with cakes, but the photo of crisps was also associated with birthday parties. Thus while the children defined these as unhealthy junk food, they did at the same time recognise them as a component of parties. Another intriguing feature of the discussions on this theme is that the children in some way distanced themselves from indulging in foods that had this dual nature of being tempting yet unhealthy. Their view was that they consumed such foods in moderation. Visits to hamburger restaurants were rare and sweets were typically reserved for the weekend.

The children seemed to have internalised the idea of occasional planned relapses from a healthy diet (cf. Mäkelä, 2002). Unhealthy eating is permissible on special occasions such as on holiday or during “family quality time” at weekends. “On Fridays after the sauna we make popcorn, eat ice-cream and watch a movie,” said one girl. On the other hand, watching TV and the Finnish version of the programme “You are what you eat” can supply very different messages. “When I watch ‘You are what you eat’ I start to feel I want to eat fruit and other healthy stuff,” is how one boy described the experience of watching this TV programme aimed at radically changing people’s diets

The recognition of healthy foods was even stronger. Children readily pointed out that fruit, vegetables, etc., were healthy but they were reluctant to give a more precise definition of what they meant. It seems that children can distinguish between healthy and unhealthy foods and eating, yet they have difficulty giving deeper meanings to these concepts. On the other hand, they can to a certain degree envisage what healthy eating would constitute in everyday life: salads, and porridge in the mornings. Salads seem to epitomise healthy food (cf. Mäkelä, 1996).

The discussion ended with a debate of the differences between meals at home and at school. The participants were unanimous that home food was better than school meals. The explanation was often that school meals tasted different from what they were used to at home. Interestingly, both groups mentioned the TV programme series Jamie’s School Dinners. This was being shown in Finland during the fieldwork period. While many seemed horrified by the unhealthiness of British school dinners, some were a bit wistful when telling about the hamburgers that Oliver threw away. Again, we meet the ever-present contradiction between healthy and unhealthy foods and eating.

## 5. Summary of the results

The main findings are briefly presented in three parts: 1) the observation period, 2) the photos taken by the children, and 3) the focus group discussions.

1) The main findings of the *observation* were:

All the children had a free school lunch, including a hot dish, salad, bread, and milk/water, on every day of the observation. There was, however, variance in how much and what they ate.

School lunch is a social issue for the girls but not so much for the boys. Over lunch, the girls build and strengthen their relationships with other girls from the same class. If they are sitting at different tables, they keep in touch by waving, smiling, and visiting each other. The boys mostly sat in larger groups, all at one or two tables, and spoke less than the girls. They focused more on eating than on social relationships.

2) The main findings of the *photo analysis* were:

There were gender differences in the style of the photos. The girls took pictures that were like still lifes. Many of the photos were taken at home. The girls also took more photos of friends and people eating than of food. The boys' photos were typically active and involved movement. The pictures were more often taken outside the home and they focused more on food and less on people eating.



3) The main findings of the *focus group discussions* were:

The children's favourite foods were dishes popular in Finland. While mentioning traditional home dishes like macaroni casserole, they also favoured such international dishes as pizza.

The division between healthy and unhealthy foods was clear to the children, but they were unwilling to elaborate or ponder the meaning of healthy eating. A contradiction existed between healthy foods as advisable eating and unhealthy foods associated with being an integral component of parties, quality time and holidays.

## 6. Discussion

All in all, the results provide an interesting picture of the complexity of the messages encountered by children in relation to food and eating. The most interesting finding is the dual nature of unhealthy foods. It is clear that nutrition education has to a certain degree had a favourable effect on children's notions of food and eating. The difference between healthy and unhealthy foods is vivid in the photos and the focus group discussions. It seems that the children have learned their lessons. However, it should be pointed out that we asked the children to take pictures of healthy and unhealthy foods. The dichotomy was introduced in the instructions.

Nevertheless, foods identified as unhealthy do play an important role in the sociability of eating and the reproduction of social relationships. Sweets, cakes, crisps and other savoury snacks are associated with festive occasions and family quality time at the

weekend or on holiday. It is clear that ‘bad’ foods can sometimes be ‘good’. There seems to be an ongoing negotiation between healthy and unhealthy food habits. It is therefore noteworthy that the Finnish children in this study seem to have adopted the idea of consuming foods with a dual nature in moderation.

In everyday life, good vs. bad food is not a dichotomy but a continuum. On the level of ideals, healthy eating is strongly emphasised with fairly strict definitions of ‘good’ and ‘bad’ food. Everyday practices reduce the contradiction to a continuum on which definitely ‘good’ and ‘bad’ keep company with ‘not so bad’ and ‘not so good’. (Mäkelä, 2002.)

The Finnish system of hot school lunches could be interpreted as one of the symbols of the Nordic welfare state. Even though this system is possibly taken for granted by the children, it is far from being a widespread concept. In Scandinavia alone there is a difference between, on the one hand, Finland and Sweden, that provide hot lunches throughout compulsory education and, on the other hand, Denmark and Norway, where children eat cold food brought from home. Within the four Nordic countries there is a difference in lunch culture. In Denmark and Norway the habit is to have a cold lunch and a hot dinner, whereas in Finland and Sweden hot lunches are common (Kjærnes, 2002).

The present research is part of a Nordic collaboration and in the nature of a preliminary study. The intriguing results do, however, call for further, more extensive research into children’s food arenas. One of the main ideas in this project was to let the children pic-



ture – literally – their environment. Even though the children said little in the focus group discussions, the photos taken by them in a way gave them a voice of their own that might in some cases be more telling than words. Future research should include a wider variety of methods, like observation, not forgetting children’s own insights, in order to yield more profound results.

## Acknowledgements

We wish to thank Mrs Pirkko Manner, Headmistress of Viikki School, for enabling this study, Mr Arto Vaahtokari for his flexibility over our tight schedules and for his very kind assistance, and the pupils for their enthusiasm.

## References

- Airaksinen, T. et al. (1999). *Kolmas- ja viidesluokkalaisten ravinnon saanti koulussa ja kotona*. From [http://www.hel2.fi/YMK/julkaisut/julkaisut2001/julkaisu01\\_01.pdf](http://www.hel2.fi/YMK/julkaisut/julkaisut2001/julkaisu01_01.pdf).
- Banister, E. & Booth, G. (2005). Exploring innovative methodologies for child-centric consumer research. *Qualitative Market Research* 8, 157–175.
- Bloor, M., Frankland, J., Thomas, M. & Robson, K. (2001). *Focus groups in social research*. London: Sage.
- Kjærnes, U. (2002): *Eating Patterns. A Day in the Lives of Nordic Peoples*. Rapport no. 7:2001. Lysaker: SIFO.
- Myers, D.G. & Lamm, H. (1976). The group polarization phenomenon. *Psychological bulletin* 83, 602–627.
- Mäkelä J. (2000). Hyvä ruoka ja paha ruoka. (In Finnish. Good and bad food). In T. Hoikkala & J. P. Roos (eds.), *2000-luvun elämä. Sosiologisia teorioita vuosittain vaihteesta*, 201–217. Helsinki: Gaudeamus.
- Mäkelä, J. (1996). Kunnon ateriat. Pääkaupunkiseudun perheellisten naisten käsityksiä. (In Finnish. A proper meal: exploring the views of women with families.) *Sosiologia* 33, 12–22.
- Power, E. M. (2003). De-centering the text: exploring the potential for visual methods in the sociology of food. *Journal of the Study of Food and Society* 6, 9–20.
- Setälä, P. & Lipponen, P, eds. (1999). *The Finnish woman*. Helsinki: Otava.
- Urho, U.-M. & Hasunen, K. (2003). *Yläasteen kouluruokailu 2003*. (School catering in the upper level of the comprehensive school 2003). Reports of the Ministry of Social Affairs and Health, 2003:17.

## Appendix 1: Parents' consent form.

5B –luokan oppilaiden vanhemmille

22.9.2005

Lasten ruokatutkimus

Arvoisa huoltaja,

Kuluttajatutkimuskeskuksessa on syksyn 2005 aikana käynnissä tutkimus pohjoismaisten lasten ruoka- ja syömisympäristöistä ("Pohjoismaisten lasten ruoka-areenat: viestit, tarjonta ja ruokaympäristö"), johon osallistuu neljä Pohjoismaata. Tutkimme syyslokakuun aikana Helsingin yliopiston Viikin Normaalikoulun ala-asteella, minkälaisia ruokaviestejä lapset tavallisen koulupäivän aikana kohtaavat koulussa ja sen lähiympäristössä.

Tutkimukseen osallistuvat lapset saavat kertakäyttökamerat, joilla he kuvaavat ruokaa ja syömistä. Kuvista keskustellaan lasten kanssa puolen tunnin mittaisissa ryhmäkeskusteluissa. Tutkimuksen tulokset ja lasten ottamat valokuvat raportoidaan siten, että lapsia ei voi tunnistaa. Osallistuminen tutkimukseen on vapaaehtoista ja osallistumisen voi myös halutessaan keskeyttää milloin tahansa.

Tutkimusta varten tarvitsemme suostumuksenne, jota varten pyydämme Teitä ystävällisesti palauttamaan sivun alareunassa olevan suostumuslomakkeen **maanantaihin 26.9.2005 mennessä** lapsenne mukana luokanopettajalle. Tutkimuksen onnistumisen kannalta olisi erittäin tärkeää, että luokan kaikki lapset voisivat osallistua.

**Haluatteko lisätietoja?** Projektin vetäjänä on Göteborgin yliopiston Centrum för konsumentvetenskap – yksikkö, jonka internet-kotisivuilla ([www.cfk.gu.se](http://www.cfk.gu.se)) projektia on kuvattu tarkemmin ("Nordiska barns matarenor" löytyy otsikon "Det goda livet: mat, hälsa och välbefinnande ur ett livsloppsperspektiv" alta).



Ystävällisin terveisin,

Anna Huotilainen, tutkija

Puh. 09-7726 7710, 041-528 2548

Sähköposti [anna.huotilainen@kuluttajatutkimuskeskus.fi](mailto:anna.huotilainen@kuluttajatutkimuskeskus.fi)

Johanna Mäkelä, tutkimuspäällikkö

Puh. 09-7726 7725

Sähköposti [johanna.makela@kuluttajatutkimuskeskus.fi](mailto:johanna.makela@kuluttajatutkimuskeskus.fi)



Rengastakaa oikea vaihtoehto – PALAUTTAKAA LOMAKE 26.9.2005 MENNESSÄ

Lapseni saa osallistua Kuluttajatutkimuskeskuksen järjestämään ruokatutkimukseen  
KYLLÄ  
EI

Lapseni ottamia valokuvia saa käyttää tutkimusraportissa  
KYLLÄ  
EI

Lapsen nimi: .....

Huoltajan allekirjoitus: .....

## Appendix 2: Written instructions for photographing



## Valokuvausohjeet

Jokainen

ottaa 13 kuvaa, kamerassa on 27 kuvan filmi. Kuvien ottamiseen on perjantaihin asti aikaa.

Kirjoita oma nimi sarakkeeseen ja merkitse taulukkoon oikealle riville numeron viereen rasti, kun olet ottanut kuvan!

Kuvausaihe	Otettu: NIMI _____	Otettu: NIMI _____
6 kpl ruoasta tai ruokapaikoista: <ul style="list-style-type: none"> <li>• koulussa, kioskillä, kaupassa, bensa-asemalla, ravintolassa, kahvilassa, harrastuksissa jne.</li> <li>• Kuvat voivat olla ruoka-annoksesta, syömisympäristöstä, ruokalistasta, mainoksista.</li> </ul>	1	1
	2	2
	3	3
	4	4
	5	5
	6	6
2 kpl lempiruoaista	1	1
	2	2
2 kpl terveellisestä ruoasta	1	1
	2	2
2 kpl epäterveellisestä ruoasta	1	1
	2	2
1-2 vapaata kuvaa		

**MUISTA** palauttaa kamera ja tämä lomake perjantaina 30.9.!

### Appendix 3: Interview themes for the focus groups.

The interview consisted of seven main themes, each including one or two additional questions if the main theme was not sufficient. The last (seventh) theme was optional.

1. Introduction: name and favourite food.

What favourite food did you photograph?

2. What kind of an experience was this food study for you?

Was it easy/difficult to decide what foods/food environments to photograph?

Did anyone help you, did you work with a partner, or did you photograph by yourself?

3. Looking at the photos. The chosen photos represent school meals, sweets/unhealthy food, home refrigerator/kitchen and healthy food.

Discussion of situations and environments represented by these photos.

Discussion of 'good' and 'bad' food.

4. With whom and on what occasions do you eat healthy/unhealthy food?

What is healthy/unhealthy food?

5. How do home and school meals differ?

6. When is it permissible to eat really delicious food?

What is your favourite treat?

Is it possible to have a good party without good food?

7. Optional/if there is time: How do weekend and weekday food differ?

Do you eat at home/at a restaurant/at a friend's house at weekends?

What is your typical food during the week/weekend?



## Norska barns bilder av mat och ätande

Gun Roos

Statens Institutt for Forbruksforskning (SIFO), Oslo

## Innehåll

1. Introduktion	102
2. Material och metoder	104
3. Resultat	106
3.1. Observation: skola och närmiljö	106
3.2. Barnens egna fotografier och gruppdiskussioner	109
3.2.1. Favoritmat	109
3.2.2. Matpakke	111
3.2.3. Uteätande	113
3.2.4. "Kos"	114
3.2.5. Hälsosam mat	115
3.2.6. Ohälsosam mat	119
4. Sammanfattning och konklusion	120
Referenser	120
Bilaga 1: Brev till föräldrar	121
Bilaga 2: Instruktioner till fotografering	125
Bilaga 3: Guide till gruppdiskussionerna	126

## 1. Introduktion

I Norge är skolmat i dag ett högst aktuellt politisk tema som också diskuteras livligt i media. Typiskt för norska skolbarn är att de har med sig en matpakke hemifrån till lunch som de äter i klassrummet. Dagens matpakke kan spåras tillbaka till 1930-talets "Oslo-frokost" och "Sidgdalsfrokost", som bestod av mjölk, grovt bröd/knäckebröd, frukt/morot/kålrot och fiskleverolja. Den norske matpakken har beskrivits som en symbol för norskhet, familj och sparsamhet (Døving, 1999). I dag diskuterar man olika alternativ för organiserade skolmåltider. Barneombudet har tillsatt en arbetsgrupp som utreder möjligheterna att införa skolmåltid (Hjermann, 2005). Stortinget behandlade 16.6.2005 skolmåltider och har bett regeringen att utreda införandet av skolmåltid i grundskolan före utgången av våren 2006. Några skolor har redan infört skolmat på prov (t.ex. på Åsheim barneskole kan barn beställa skolmat bestående av 2 brödsivor med pålägg, frukt och mjölk för 10 NOK dvs. ca. 1,20 EUR per dag).

De första rekommendationerna för skolmåltider gavs ut av Statens Ernæringsråd redan i slutet av 1940-talet. Sosial- og helsedirektoratet (2006) har utgivit de aktuelle ”Retningslinjer for skolemåltidet i grunnskole og vidaregående skole” som bygger på att eleverna har med sig matpakke och att skolan erbjuder mjölk, grönsaker och frukt, och mat till de barn som har glömt eller inte har med sig matpakke. På ungdomsskola och vidaregående bör man ha en kantine eller skolebod. Statens råd for ernærning og fysisk aktivitet har tagit flera initiativ till skolaktiviteter, bl.a. matpakke-vecka (årligen sedan 1992), skolfrukt (start 1996), kokbok (till elever i klass 9 sedan 1998) (Lien och Klepp, 2002). I tillägg till skolmåltid har norska myndigheterna också riktat fokus på andra arenor som är viktiga för barn. Man har bl.a. premierat de sportklubbar som satsat på att erbjuda barn frukt och grönsaker på sina träningar (Verdens Gang 20.10.2005).

Skolåret 2006/2007 tar man i norska skolor i bruk en ny läroplan för ämnet ”mat och hälsa”(motsvarar tidigare hemkunskap). Det skall vara ett allmänbildande ämne som bidrar till att eleverna skall kunna välja och reflektera kritisk runt mat och måltid. De tre huvudområdena är mat och livsstil, mat och kultur, samt mat och konsumtion. Timantalet är 152 timmar på barnetrinnet (klass 1-7) och 114 timmar på ungdomstrinnet (klass 8-10) (Utdanningsdirektoratet, 2006).

Man är speciellt bekymrad över att norska barn och ungdomar inte äter tillräckligt med grönsaker och frukt, att förekomsten av övervikt ökar och att barn och ungdomar hoppar över måltider. Koststudier bland norska barn och ungdomar (Ungkost 2000) har visat att intaget av grönsaker och frukt är lågt och att intaget av socker är högt (Andersen m.fl., 2004; Øverby og Andersen, 2003). Studier har visat att de flesta norska barn i 10-årsåldern äter matpakke til lunch. Bland 9-åringarna (4 klass) som deltog i Ungkost-2000 rapporterade 70% av pojkarna och 66% av flickorna att de äter lunch varje dag. Av de som rapporterade att de äter lunch hade 88% av pojkarna och 86% av flickorna med sig matpakke varje dag. Det var endast 5% av flickorna och 1% av pojkarna som uppger att de en gång i veckan köper lunch i kantine eller skolebod på skolan och ingen köper lunch i butik eller kiosk. Resultat från en skolmatsundersökning från år 2000 visade att 38% av landets 5.-7. klasser hade 20 minuter eller mer tid till att äta lunch och 95% hade med sig matpakke. Matpakken innehöll inte alltid grönsaker och frukt, för endast 20% rapporterade att de hade med sig grönsaker och frukt en eller flera gånger per vecka. 2003 hade elever i 28% av norska skolor möjlighet att abonnera på grönsaker och frukt.

I den norska delen av studien deltog en 5 klass på Majorstuen skola. Målet var att utforska matbudskap utanför hemmet och bilder av mat och ätande bland norska barn genom observation, fotografering och gruppdiskussioner.

## 2. Material och metoder

Baserat på kriterierna att välja en skola som är placerad i ett område nära Oslo centrum och som har butiker, kiosker och restauranter i närmiljön, valde jag att först kontakta rektorn på Majorstuen skola. Jag skickade en e-mail med en kort beskrivning av studien till rektorn och kontaktade sedan henne på telefon. Rektor var positiv till studien, valde ut en 5. klass och gav kontaktuppgifter till klassläraren, som i sin tur fick avgöra om klassens deltagande. Klassläraren var också positivt inställd till den utpekade klassens deltagande i studien.

Majorstuen skola med klasserna 1-10 är en av flera skolor i stadsdelen Frogner med ca. 45 000 invånare i västra Oslo (Figur 1). I barnetrinnet (klasser 1-7) var det 2004 172 elever av vilka 49% kom från språkliga minoriteter (medeltalet för hela Oslo var 36%). Skolan är byggd 1908, byggnaden har tre våningar och en inre asfalterad gård som på



*Skolan från Sørkedalsveien (foto: forskaren).*



två sidor är omringad av höghus (kontor och bostadshus). Skolan ligger i närheten av Bogstadveien som är en viktig shoppinggata i Oslo. I kvarteret runt skolan finns det ett stort antal matbutiker, cafeer, restauranter och kiosker.

Data samlades in genom:

- 1) observation på skolan och i området runt skolan;
- 2) barns fotografier och gruppdiskussioner baserade på dessa.

8.9.05 Första kontakt med Majorstuen skola.

Presentation av studien för klassen, utdelning av brev till föräldrar

Utdelning av kameror

Kameror insamlade till framkallning

16.12.05 Gruppdiskussioner

Jag besökte klassen första gången i mitten av oktober efter att jag fått studien godkänt av personverneombudet hos Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste. Jag presenterade kort för eleverna vad studien gick ut på och delade samtidigt ut brev som de skulle ta hem till föräldrarna för godkännande (Bilaga 1). Eleverna ställde en del frågor och var intresserade av att delta, speciellt då de fick höra att de var den enda klassen i Norge som skulle delta i studien. Klassen bestod av 17 elever av vilka ca. 1/3 hade en annan etnisk bakgrund än norsk. Det var 12 av eleverna i klassen som deltog i studien – 8 pojkar och 4 flickor. Eleverna blev informerade om att det var frivilligt att delta i studien och de som inte önskade delta returnerade inte svarsbrevet. Det var en pojke som returnerade svarsbrevet med information att han inte önskade att delta.

Den 9.11. 2005 delade jag ut 10 engångskameror med instruktioner till fotografiuppgiften (Bilaga 2) till de barn som skulle delta. Då det var 12 barn som deltog måste två dela kamera med någon annan. En vecka senare besökte jag klassen för att samla in kamerorna men då var det många som inte var färdiga med uppgiften och läraren hade glömt att påminna barnen att jag skulle komma och samla in kamerorna. Därför fick eleverna en vecka till på sig till den 23.11. 2005. Jag hade då med mig digitalkamera och tog foton av närmiljön runt skolan. På grund av att framkallningen av elevernas bilder tog ett par veckor och att det var svårt att finna en passande tid för läraren blev gruppdiskussionerna utförda 16.12. 2005. Jag genomförde två gruppdiskussioner (2 flickor och 3 pojkar; 1 flicka och 3 pojkar) på ca. 30 minuter med de barn som var på skolan den dagen (guide i Bilaga 3). Efter att vi pratat om deras erfarenheter med att ta fotografier fick barnen identifiera sina egna fotografier och sedan såg vi på fotografierna tillsammans och diskuterade vad vi såg på bilderna. Till slut såg vi tillsammans på kopior i storlek A4 av 14 fotografier som jag tagit av butiker, restauranter och kiosker i närmiljön runt skolan.

### 3. Resultat

Resultaten presenteras i två delar: 1) observation av skola och närmiljö; och 2) barnens egna fotografier och gruppdiskussioner.

#### 3.1. Observation: skola och närmiljö

Eleverna har med sig sin egen mat till skolan. De berättade att det inte är tillåtet att gå utanför skolområdet på skoltid innan man går i 7 klassen. I barneskolan (klasserna 1-7) äter barnen sin matpakke-lunch 10.45-11.15 i sitt klassrum. Då jag under en av gruppdiskussionerna frågade barnen hur mycket tid de hade till att äta sin matpakke svarade de litet varierande från 15 till 45 minuter och en pojke tyckte de hade för litet tid. Elever och föräldrar får direktiv från skolan om att det inte är tillåtet att ha med godis och sötsaker till lunch men annars har inte skolan skriftliga riktlinjer för mat under skoltiden. Barnen har möjlighet att beställa mjölk och frukt/grönsaker ("skole melk" och "skolfrukt") med det är bara några få av eleverna i klassen som har beställt mjölk och frukt/grönsaker genom skolan. I hela barneskolan (klasser 1-7) har 44% (70 av totalt 159 elever) beställt mjölk och under 20% (28 elever) har beställt frukt/grönsaker. I klassen finns en lavoar och vattenkran så eleverna har tillgång till dricksvatten hela dagen. Jag observerade att några av barnen fyllde på sina vattenflaskor då jag var på besök i klassen.

I området runt skolan (ca. 200 meters radie) finns det många ställen som säljer matvaror: supermarket (Rema1000, Centra), kiosker (Narvesen, 7eleven, Mix), småbutiker (Øst & Vest frukt & grönsaker), restauranter (Dolly Dimple's, Larsen mat og vinhus, Colesseum pizza & grill, Sushi & Wok, Nodee, Bambus, Big Horn, Krishnas cuisine, Burger King, McDonald's), och caféer (Sally Ann, Kaffe & Krem, Karabista, Sunbolyon, Samson konditori). Det var ganska mycket reklamskyltar på gatan och i skyltfönstren (bl.a. för korv, Coca Cola, hamburgare, baguetter, godis, glass och bananer).

Då jag under gruppdiskussionerna visade de fotografier jag tagit från omgivningen runt skolan kände barnen igen de flesta av ställena (Figur 2), till exempel, butiken Rema 1000, som de hade varit i. En av pojkarna sade då han såg bilden av specialerbjudandet på korv för 5 NOK på Narvesen att han hade varit där efter skolan två dagar i följd och köpt korv med några skolkamrater. På kiosken Mix hade någon köpt godis då de skulle gå och se film (flicka: "ja der har jag vært når vi har gått på kino og kjøpt smågodteri"), medan en annan hade varit på pizza på Dolly Dimple's efter att ha varit på film med sina föräldrar. I den lilla butiken "Øst og Vest" hade de köpt nudlar och godis. Hamburgerrestauranterna Burger King och McDonald's var också bekanta.





Figur 2: Skolans närmiljö  
(foto: forskaren)

### 3.2. Barnens egna fotografier och gruppdiskussioner

Tio engångskameror blev framkallade och resultaten varierade från 1 till 24 bilder per kamera. Allt som allt hade de 12 eleverna tagit 118 bilder. Kvaliteten på bilderna varierade också, en del av bilderna var för mörka då de var tagna utan blix. Några sade att de haft otur med kameran eller att de inte var bra fotografer. Det var bara en av flickorna som sade att hon fått hjälp av sin mamma med att ta några extra bilder av sin favoritmat ("kjøttkaker") i fall hon själv tagit fel och dåliga bilder. Mest hade barnen tagit bilder av sin matpakke eller delar av den. En av flickorna hade tagit bilder av namnskylden till caféet där hon varit och hon var den enda av eleverna som tagit bilder av det hon ätit på café och restaurant. De flesta sade att de mest äter hemma och därför hade mest bilder av matpakken. Det var endast tre bilder med människor.

Då de fick frågan om hur det var att ta foton var det spontana svaret "roligt" och de tyckte det var spännande att få se sina egna bilder. Några av barnen sade att det var litet svårt att ta alla bilderna, speciellt favoritmatbilderna, då det är begränsat hur mycket mat man har på en vecka. T.ex. sa en flicka att pizza och raclette var hennes favoritmat och att hon aldrig äter raclette hemma, men får det ibland hos en av sina väninnor. Några sade också att de inte tagit bilder av ohälsosam mat.

#### Favoritmat

I gruppdiskussionerna fick alla i början som en introduktion säga vad som var deras favoritmat och senare i diskussionerna blev också favoritmat nämnt då vi såg på barnens egna bilder:

*Forsker: Og hva er det? Er det din favorittmat?*

*Gutt: Åh, nu får jeg lyst på kake.*

*Jente: Det er mamma sin kake og det er annen ukjent sin kake som jeg fikk lov å ta.*

*Jeg elsker*

*brownies, jeg elsker sjokoladekake og jeg elsker pizza.*

*Forsker: Så det var din favorittmat du har tatt bilder av?*

*Jente: Ja.*

Barnens favoritmat var oftast middagsrätter (bl.a. taco, pizza, biff, hamburgare, fiskpinnar, fiskbullar i vit sås, raclette, korv). Taco (3 barn) och pizza (4 barn) var de vanligaste favoriterna. Taco berättade barnen att de äter de då de har gäster eller vänner på besök och på veckoslut:

*Gutt: Jag tror det jeg liker mest det er taco.*

*Jente: Taco, taco med masse grønnsaker.*

*Forsker: Når spiser du taco?*

*Jente: Hvis jeg har noen gang har gjester eller lørdag søndager.*

*Gutt: Jeg spiser taco hvis jeg har venner. I dag ska jeg ha med en venn og for at det er fredag.*

Godis (lakrits, choklad), chokladkaka och glass var deras söta favoriter. Barnen hade tagit fotografier av sin favoritmat, bl.a. tacoförpackning, pizza, "köttkaker", raclette, koryv och chokladkaka (Figur 3).



Figur 3: Barns favoritmat (foto: barn)

Det verkar som om barnen hade den uppfattningen att det inte förväntas att barns favoritmat skall vara hälsosam. I gruppdiskussionerna sade bl.a. en pojke att han tycker om allt utom grönsaker och skrattade, och en flicka kommenterade då en annan flicka sade att hennes favoritmat var fiskpinnar, potatis och grönsaker att hon är hälsosam. Hon svarade också att hon, om hennes mamma inte är hemma, kan laga det själv för att det är så lätt att laga det.

#### Matpakke

De flesta av barnens fotografier var av deras matpakke som de hade med till skolan och åt i klassrummet. De hade tagit bilder av smörgåsar med olika pålägg (korv, ägg, skinka, salami, leverpastej), frukt (mandarin, äpple), grönsaker (morot, gurka, paprika), mjölkkartonger, kakao och vattenflaskor (Figur 4). Fotografierna visar ganska enkla smörgåsar med en typ av pålägg packade i papper eller ”matboks”. Grönsaker och frukt är packat separat i plast eller aluminiumfolie.





Figur 4: Matpakke på skolan (foto: barn)

Då jag frågade om det var skillnad på vad de äter i skolan och hemma svarade en flicka att skillnaden är att hon hemma äter varm mat och att man inte kan ta varm mat till skolan. Då jag berättade att man i Finland har skolmat tyckte barnen det var positivt:

*Jente: Kan ikke ta varm mat til skolen for den holder seg ikke varm.*

*Forsker: Du skulle like å spise varm mat i skolen?*

*Jente: Ja.*

*Forsker: Men vet dere om at jeg kommer fra Finland og der har man varm mat på skolen, alle spiser*

*samme, de har sånn kantine.*

*Jente: De er heldige.*

*Gutt: Må de betale?*



*Forsker: Nei. Det er gratis for alle skolebarn.*

*Jente: Ja. Det har jeg hørt om.*

*Gutt: Jeg ska flytte til Finland (latter)*

#### Uteätande

Barnen sade att de mest äter hemma och på skolan. Det var bara en av flickorna som tagit foton av mat hon ätit ute på café och restaurant (Figur 5). På caféet ”SallyAnn” hade hon varit med sin mamma en eftermiddag då hon hade varit på skridskobanan. De hade bl.a. delat en bulle. En annan gång hade hon varit på ”Larsen mat og vinhus” med sin mamma och pappa och då hade hon ätit en varm smörgås med ost:

*Jente: En sånn sandwich. Da var det etter, jeg var så sulten for jeg skulle, det var tirsdag og jeg skulle på håndball så jeg måtte forte meg.*

*Forsker: Var det etter skolen?*

*Jente: Ja.*

Hon konkluderade att hon går väldigt mycket på café med sin mamma då hon inte har egna pengar. I en gruppdiskussion berättade en av pojkarna att han hade varit på restaurant på lördagen. Det var tydligt att många har varit på de olika snabbmatsrestauranterna som fanns i skolans närmiljö och hade olika preferenser:

*Forsker: Ja på McDonald's har dere vært?*

*Jente: Der har jeg aldrig vært.*

*Gutt: Der har jeg vært.*

*Jente: Jeg liker ikke Burger King.*

*Gutt: Jeg liker Burger King bedre. Jeg liker Hard Rock Café.*

*Jente: Det gjør jeg og.*

*Gutt: Hard Rock Café er bedre enn Burger King og McDonald's.*

*Jente: Ja det er det. Der er det deilig.*





Figur 5: Café (foto: barn)

Uteätande var socialt (jente: ”...sitter vi der og snakker og har det gøy”), något som de gör tillsammans med familjen, bekanta eller kamrater.

”Kos”

”Kos” har man i många norska hem på fredag och lördag kväll framför TVn, när man ser på film och på födelsedagar och fest. En viktig komponent är den sociala samvaron men man äter och dricker också. Då har man vanligen något sött (godis) och salt (potatischips, pizza) och dricker läskedrycker:

*Jente: Hos meg er det sånn at vi først spiser mat og hvis vi ska kose oss ekstra mye foran TVn så tar man litt potetgull og lite grann godteri i en skål og kanskje lite grann brus og koser oss. Men det er en usunn kveld.*

*Forsker: Blir det hver helg det?*

*Jente: Det er på fredager. På fredager så får vi chips og barneTV.*

I gruppdiskussionerna diskuterade vi om mat är nödvändigt för att man skall ha det mysigt (”kos” på norska). För de flesta var det förväntat. En av flickorna sade att om hon ser på film så måste hon ha något (godis, potatischips) att tugga på. I gruppdiskussionerna kom det fram att barnen tyckte att ”kos” er ofta också ohälsosamt, men en av flickorna berättade att hon har en far och ”bestemor” som kan bjuda på blåbär, banan och melon till TV kos. På födelsedagar inviteras ofta hela klassen på hamburgare eller pizza:

*Forsker: Om dere har bursdag eller fest hva spiser dere da?*

*Gutt: På min bursdag var det sånn cirka 20 stykker og alle hadde hamburgere...  
Jente: Min bursdag hadde jeg 24 stykker eller 25 og da spiste alle sammen pizza og så tok (en gutt) pop corn og Seigmenn på pizzaen sin, uff.*

Det kom också upp att man på veckoslutet har mera tid och då kan man till exempel laga bacon och ägg på morgonen. En av flickorna fortsatte med att konstatera att man då äter mera ohälsosamt på veckoslutet för bacon är ju egentligen ohälsosamt:

*Forsker: Er det forskjell på hverdag og helg med hva dere spiser?  
Jente: Ja det er veldig mye forskjell, for det er mer tid og mange hjemme. Da kan man liksom stå på kjøkkenet og lage en time sånn bacon og egg. Men om morgenen når man ska til skolen da må man våkne klokken 5 og begynne å lage egg og bacon og sånn og det er veldig kjedelig å våkne så tidlig, men om helgen er det veldig deilig.  
Forsker: Mer tid og.  
Jente: Men man spiser mer usunt i helgene for bacon det er jo egentlig usunt.  
Gutt: Bacon er godt.*

En del av barnen får välja middagsmat på fredag eller lördag. I några familjer har man satt det i system. Till exempel förklarade en pojke:

*Gutt: Vi har sånn på mandag har vi kjøtt. På tirsdag har vi kjøtt. På onsdag og torsdag er det fisk.  
Fredag er min dag. Lördag er det mor sin dag. Søndag er det far min sin dag.  
Forsker: Er det forskjell når din mor eller far velger?  
Gutt: Ja min far liker sånn norsk eller svensk mat og mor min velger asiatiske.*

#### Hälsosam mat

Barnen hade inga problem att identifiera hälsosam mat (bl.a. frukt, grönsaker, bröd, fisk) och en del hade tagit foton av hälsosam mat (bl.a. äpple, päron, banan, apelsin, mjölk, fiskleverolja, Sanasol, morot, knäckebröd) (Figur 6). Då jag frågade hur de vet vad som är hälsosamt sade de att de bara vet det:

*Forsker: Når man snakker om sunn mat, hva er sunt da? Har du noen mening om det?  
Jente: Epler.  
Forsker: Epler?  
Jente: Og bananer. Frukt. Grønnsaker.  
Gutt: Frukt og grønt.  
Forsker: Ja så det vet. Hvor har dere lært det?  
Jente: Vi bare vet.*

En av pojkarna sade att man blir stark av hälsosam mat. Det blev också litet diskussion



Figur 6: Hälsosam mat (foto: barn)

om att hälsosam mat också kan smaka gott och att man då gärna äter det. T.ex. risotto och hemlagade ”kjöttkaker” både smakar gott och är hälsosamma.

Barnen kom fram till att de äter hälsosam mat på skoldagar. En av flickorna sade att hon äter hälsosammare på skolan än hemma för att de inte har lov att ha med godis och sött till skolan. Då de kommer hem från skolan är det hälsosamt att äta smörgåsar och frukt. De påpekade att mamma önskar att de skall äta frukt och grönsaker om de skall äta mellanmål. En av flickorna sade att hon på hemvägen från skolan köper ett äpple och en pojke sade att han ibland kan äta en frukt som han haft kvar i matpakken. Föräldrar generellt äter hälsosamt och enligt barnen vill de helst att barnen äter då det är måltid.

I gruppdiskussionerna blev det också diskuterat om mat som kan vara både hälsosam och ohälsosam. Bl.a. taco kan vara både hälsosamt och ohälsosamt, det är grönsakerna som gör det hälsosamt. Det var också någon som fortsatte och sade att pizza också egentligen är hälsosamt när man tänker efter:

*Forsker: Så sunn mat kan være godt det også?*

*Gutt: Taco er både sunt og usunt det.*

*Jente: Ja.*

*Forsker: Usunt og sunt?*

*Gutt: Fordi grønnsakene er sunt og guacamolen er sunt og.*

*Jente: Pizza er egentlig sunt når du tenker deg veldig godt om.*

*Gutt: Tomatsaus og annen saus, så er det paprika, så er det mais, egentlig er det sunt.*

## Ohälsosam mat

Det var också tydligt att kategorin ohälsosam mat också är bekant bland norska 10-åringar. Barnen hade tagit bilder av ohälsosam mat (Figur 7: McDonald's hamburgare, potatiships, pannkakor och salami som pålägg) och i en av gruppdiskussionerna blev det diskussion om att taco kanske är ohälsosam mat och läskedrycker innehåller mycket socker:

*Forsker: Hva er usunt da?*

*Gutt: Taco kanskje.*

*Jente: Og så disse hamburger.*

*Forsker: Det er ikke sunt det?*

*Jente: Nei og ikke brus.*

*Forsker: Og brus er ikke noe.*

*Gutt: Er det ikke fem sukkerbiter i en brus eller liksom?*

*Jente: Ja.*

Det verkar som de ser socker och fett i mat och snabbmat som negativt för hälsan. Det tycker också att det är ohälsosamt att äta före måltider. En av flickorna beskrev hur hon inte har lov att äta innan de skall äta middag om hon inte lovar att också äta middag:

*Jente: Det er veldig usunt å spise hvis man spiser først frokost så spiser man skikkelig mye for lunsj og så spiser man skikkelig mye for middagen og skikkelig mye for kveldsmaten.*

*Forsker: Og det er ikke bra?*

*Jente: Det er ikke bra.*

*Jente: Jeg får ikke lov å spise sånn en time før middag. Da kan jeg kanskje få en banan liksom men jeg må på en måte spise.*

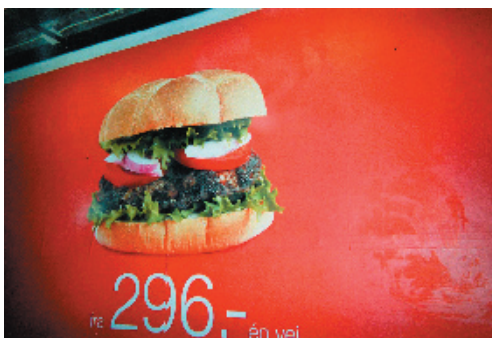
*Forsker: Spise da. Hvem er det som sier så?*

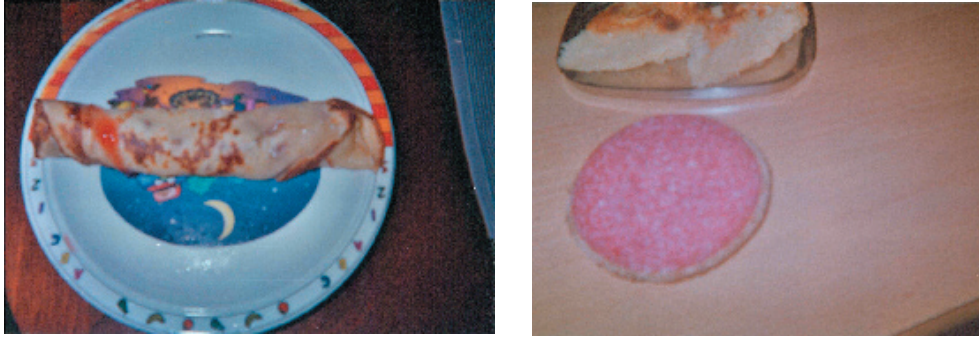
*Jente: Mamma.*

*Jente: Jeg må også spise med en gang.*

*Jente: Og om jeg ska få noe før middagen så må jeg love å spise opp all maten.*

Det kom också fram att man blir slö av ohälsosam mat (bl.a. en pojke sade i en av gruppdiskussionerna: ”man blir sterk av sunn mat og slapp av dårlig mat”).





Figur 7: Ohälsosam mat (foto: barn)

De äter godis på veckoslutet och många har lördag som godisdag. Ohälsosam mat hör också ihop med vänner. Till exempel sade en av flickorna att hos hennes vänner äter de bara ohälsosam mat, bl.a. pannkakor med en massa socker på. Men fastän hon identifierade sig som ”sockergris” ville hon få fram att det finns en gräns på mängden socker hon vill ha:

*Forsker: Spiser dere hjemme hos noen kamerater?*

*Jente: Ja da spiser vi bare usunn mat, sånne jettepannekaker. Hjemme hos (jente) der*

*Forsker: Spiser dere hjemme hos noen kamerater?*

*Jente: Ja da spiser vi bare usunn mat, sånne jettepannekaker. Hjemme hos (jente) der har de sånn at mor hennes laget pannekaker og så fylte hun en gram sukker inn i en pannekake, rulle rundt og det blir, det er veldig mye sukker. Det smaker bare sukker sukker sukker sukker.*

*Forsker: Er det godt med sukker?*

*Jente: Nei, det er ikke det.*

*Gutt: Ikke så mye, selv om jeg er sukkergris.*

*Jente: Jeg er også sukkergris (latter). Men får man alt for mye sukker, da er det ikke noe. Det er sånn fint å ha litt sånn sukker på, men om man får sånn veldig mye, blah.*

Också andra barn sade att de själva eller deras föräldrar begränsar godisätandet:

*Gutt: Jeg kan spise godteri når som helst, men jeg pleier ikke å spise så veldig mye.*

*Jente: Ikke jeg heller.*

*Jente: Samme med meg. Lite grann på fredag og lørdag.*

*Forsker: Da spiser du godteri?*

*Jente: Jeg må velge hvilken dag jeg spiser fast, hvilken dag.*

*Forsker: Så du har en dag i uken da du kan spise godteri?*

*Jente: Jeg vill så det er lørdag.*

*Forsker: Det er lørdag.*

*Gutt: Bare lørdager og hvis det er fester da. Hvis jeg eter pizza da får jeg lite grann cola.*

Födelsedagar med kamrater firas en del på olika hamburger- och pizzarestauranter. Då är det hamburgare eller pizza, läskedrycker och glass på menyn:

*Forsker: Om du tenker på sånn usunn mat, så med hvem og hvor spiser du det?*

*Jente: Usunn mat spiser man.*

*Gutt: McDonald's.*

*Jente: Mest ute på McDonald's, pizza og.*

*Gutt: Det er mest McDonald's da.*

*Jente: Burger King og Peppes pizza.*

*Forsker: Og med hvem?*

*Jente: På bursdager og sånn for eksempel med kompisser.*

*Jente: Da blir det usunn mat da.*

*Jente: Jeg har vært på Dolly Dimples.*

*Forsker: Dolly Dimples?*

*Jente: Ja det var sånn, 25 kr, betale 25 kr og få så mye is som du vill ha og så spiste ganske mye*

*is men det er ganske usunt og. Og så pizza og cola.*

#### 4. Sammanfattning och konklusion

De norska barnen får olika matbudskap från sin omgivning. Vuxna hemma och på skolan sätter normer för vad och när barn skall äta. Det är inte tillåtet att ha godis med i matpakken och barnen får inte lov att lämna skolans område. Många barn har lördag som godisdag och några beskriver hur mamma inte tycker om att de äter mellan måltiderna. Men då godis också är en del av "kos" med kamrater och familj och hör till fest och kalas blir det många tillfällen då godis kommer in i deras matvardag. Barnens favoritmaträtter var taco och pizza.

Barnen hade tagit mest fotografier av sin matpakke som de äter i klassrummet och en del bilder av mat hemma. Det var endast en flicka som hade tagit bilder från ett café där hon varit med sina föräldrar. Också i gruppdiskussionerna sade barnen att de mest äter hemma. Då barnen kommer utanför skolans område möts de av skyltfönster och plakat med reklam för mat som de definierar som ohälsosam, bl.a. godis, korv och läskedrycker. Men det finns också grönsaker och frukt utställt på gatan utanför en av de små butikerna, innanför dörren till en av kioskerna och det finns reklam för bananer.

Distinktionerna mellan mat på vardag och veckoslut/fest, mat på skolan och hemma, mat barn och vuxna tycker om, och hälsosam och ohälsosam mat fanns tydligt i de norska barnens kulturella begreppsvärld. På vardagen hemma och på skolan skall man äta hälsosam mat, men på veckoslutet och tillsammans med kamrater får man "kosa" med ohälsosam mat. Det som barnen sade om betydelsen av att äta hälsosam och ohälsosam mat liknar egentligen texten i en populär norsk barnsång:

## Grønnsakspisersang

*Fra Thorbjørn Egner*

*”Klatremus og de endre dyrene i hakkebakke skogen”*

Den som spiser pølsemat  
og kjøttmat hele dagen,  
han blir så doven og så lat  
og veldig tykk i magen.

Men –

den som spiser gulerøtter,  
knekkebrød og peppernøtter,  
tyttebær og bjørnebær  
og kålrot og persille –  
han blir passe mett i magen,  
glad og lystig hele dagen  
og så lett i bena  
at han ikke kan stå stille.

## Referenser

Andersen Lene F, Øverby Nina, Lillegaard Inger Therese L. (2004). Hvor mye frukt og grønt spiser norske barn og ungdommer? *Tidsskr Nor Lægeforen*, 124, 1396-1398.

Døving Runar. (1999). Matpakka – den store norske fortellingen om familien og nasjonen. *Tidsskrift for religion og kultur* Nr. 1

Hjermann R. (2005). Ja til et godt skolemåltid. *Tidsskr Nor Lægeforen* 125, 1452.

Lien Nanna, Klepp Knut-Inge. (2002). Skolen som arena for helsefremmende ernæringsarbeid. Internasjonal forskning, norske tiltak og veien videre. Institutt for ernæringsforskning, Universitetet i Oslo.

Sosial- og helsedirektoratet. (2006). Retningslinjer for skolemåltidet i grunnskole og videregående skole. ([www.shdir.no](http://www.shdir.no)).

Utdanningsdirektoratet. (2006). Læreplaner for Kunnskapsløftet. Utdanningsdirektoratets forslag till læreplan i mat og helse (<http://www.uddanningsdirektoratet.no>).

Øverby Nina, Andersen Lene F. Ungkost-2000. Landsomfattende kostholdsundersøkelse blant elever i 4.- og 8. klasse i Norge. Sosial- og helsedirektoratet, Avdeling for ernæring.



## Bilaga 1

Til foreldre i klasse X på skolen Y

Invitasjon til deltagelse i forskning om barn, mat og spising

Jeg heter Gun Roos og er forsker på Statens institutt for forbruksforskning. Jeg arbeider i et nordiskt prosjekt med tittelen ”Nordiske barns matarenaer – budskap, tilbud og matmiljø”, der forskere fra fire nordiske land (Danmark, Finland, Norge, Sverige) deltar. Vi skal i høst studere et mindre område i hver av disse nordiske landene for å undersøke hvilke typer budskap om mat barn i alderen 9-11 år møter en vanlig skoledag. De miljøer vi skal undersøke er skolen, omgivelsene rundt skolen og barns fritidsmiljøer. Hjemmet inngår ikke i undersøkelsen. Klasse X på skolen Y er en av de klassene vi har fått tillatelse å undersøke, og i dag har jeg hilst på barna og fortalt dem om forskningsprosjektet.

Undersøkelsen gjennomføres i form av at jeg besøker skolen og dens omgivelser i noen uker høsten 2005. Jeg vil fotografere og ta notater basert på observasjoner i skolen og dens omgivelser. De barna som deltar får engangskameraer for selv å kunne dokumentere mat og spising. Siden diskuterer vi bildene i mindre grupper i klassen. Resultatene fra undersøkelsen analyseres av forskerne i prosjektgruppen og vil bli publisert i form av en rapport. I rapporten anonymiseres resultatene slik at det ikke blir mulig å knytte dem til enkeltpersoner. Hvis bilder publiseres kommer det ikke til å være noen mennesker på bildene. Prosjektet er planlagt å avsluttes våren 2006. Da vil alle navn bli slettet, men bilder vil bli beholdt for framtidige vitenskapelige og historiske formål. Bildene vil bli behandlet konfidensielt og vil ikke bli utlevert til uvedkommende.

Deltagelsen i studien er frivillig og barna gir selv samtykke gjennom å krysse i på et skjema hvis de ønsker å delta. Barna har mulighet å avbryte og trekke seg. De kan også be om at alt som de har sagt og deres bilder blir trukket uten å oppgi noen grunn for det. I tillegg trenger vi foreldrenes eller foresattes samtykke. Vi ber deg om å undertegne et samtykke for at ditt barn skal få delta i prosjektet og for at de fotografier som barnet tar kan publiseres. Du har også mulighet til å avbryte og trekke ditt barn fra prosjektet uten å oppgi noen grunn for det. Prosjektet er meldt til Norsk samfunnsvitenskaplig datatjeneste AS.

Vil du vite mer?

Prosjektet ”Nordiske barns matarenaer” er finansiert av Nordisk Ministerråd og koordineres fra Centrum for Konsumentvetenskap ved Göteborgs universitet i Sverige. På hjemmesiden [www.cfk.gu.se](http://www.cfk.gu.se) presenteres senteret og prosjektet nærmere (Nordiske barns matarenaer finner du under paraplyprosjektet ”Det goda livet. Mat, hälsa och välbefinnande ur ett livsloppsperspektiv”). Synspunkter, spørsmål eller ønske om ytterligere opplysninger kan rettes til meg på telefon 22 04 35 65 eller på e-post [gun.roos@sifo.no](mailto:gun.roos@sifo.no).

På forhånd takk!

Med vennlig hilsen

Gun Roos, forsker  
Staten institutt for forbruksforskning  
P.O.Box 4682 Nydalen, 0405 Oslo

**Samtykkeerklæring**

”Nordiske barns matarenaer – budskap, tilbud og matmiljø”,

Jeg har mottatt skriftlig informasjon om undersøkelsen ”Nordiske barns matarenaer – budskap, tilbud og matmiljø”(marker ja eller nei)

JA  
NEI

Jeg samtykker at mitt barn deltar i forskningsprosjektet om nordiske barns matarenaer (marker ja eller nei)

JA  
NEI

Jeg samtykker at fotografier som mitt barn tar får publiseres i en forskningsrapport (marker ja eller nei)

JA  
NEI

Barnets navn

.....

Underskrift

Navn: .....

Dato: .....

Samtykkeerklæring - barn

”Nordiske barns matarenaer – budskap, tilbud og matmiljø”

Navn.....

Jeg ønsker ønsker ikke å være med i forskningsprosjektet

## Bilaga 2

### Foto oppgave

1. Skriv dit navn på kameraet.

2. Jeg ønsker at du tar følgende bilder med engangskameraet:

6 bilder av den **mat og drikke** du spist og de ulike **sted (ikke hjemme)** hvor du spist, fått eller kjøpt mat eller drikke. Eksempel på mulige sted er skole, kiosk, butikk, kafé, restaurant, bensinstasjon, fritidsklubb og idrettslag. Du kan ta bilder av maten, stedet, menyer eller reklamer.

2 bilder av din **favorittmat**

2 bilder av **bra mat**

2 bilder av **dårlig mat**

1-2 **frie bilder**

## Bilaga 3

### Guide til gruppediskusjon

Alla sier navn og favorittmat

Hvordan var det å ta bilder? (lett eller vanskelig)

Ser på bilder: hva er det på bildene?

Med hvem og hvor spiser du sunt og usunt?

Hvordan skiller seg det du spiser på skolen med det du spiser hjemme?

Hvordan skiller seg hverdagsmat og helgmat?

Når får man riktig kose seg med god mat? Kan man kose seg uten mat?

Ser på bilder fra skolens nærmiljø: kjenner dere igjen? Har dere vært her?

## Svenska barns bilder av mat och ätande

Sandra Hillén

Centrum för konsumentvetenskap (CFK), Göteborg

## Innehåll

1. Introduktion	129
2. Skolan och dess närområde	130
3. Material och metoder	131
3.1 De första kontakterna	131
3.2 Gruppsamtal	132
3.3 Observationer i skolans närmiljö	133
4. Resultat	133
4.1 Bildanalys	133
4.2 Ohälsosam mat	135
4.2.1 Socker	135
4.2.2 Fett	137
4.2.3 När äter man onyttigt?	138
4.3 Hälsosam mat	140
4.3.1 Frukt och grönt	140
4.3.2 Fibrer och vitaminer	141
4.4 Skolmaten	142
4.5 Matmiljöer	144
4.5.1 Serveringar	144
4.5.2 Motsatta budskap	146
5. Sammanfattning av resultaten	148
6. Avslutande diskussion	148
Referenser	149
Bilagor	150



## 1. Introduktion

I svenska grundskolor serveras ett fritt mål mat om dagen. Skollunchen består vanligen av en varmrätt, en eller flera sorters grönsaker och hårt bröd. Till det serveras oftast mjölk eller vatten och vid vissa tillfällen juice. Skolmaten lagas antingen helt eller delvis i det egna skolköket eller levereras från ett centralkök. De ekonomiska ramarna för hur mycket en portion får kosta är ganska snäva, och portionen ska helst följa de Svenska Näringsrekommendationerna ([www.slv.se](http://www.slv.se)). Specialkost kan beställas av exempelvis allergiker eller på grund av religiösa skäl. På många skolor serveras ett vegetariskt alternativ. Antingen så tar eleverna själva sin mat eller så lägger skolmåltdpersonalen upp åt dem, beroende på elevernas ålder och hur matsalen är organiserad. Under lunchrasten ska eleverna oftast hinna med både att äta och vara utomhus en stund. Rastens längd varierar mellan olika skolor. De fria skolmåltiderna är en följd av den debatt som fördes under 1930-talet med Alva och Gunnar Myrdal i spetsen. De och andra radikala samhällsdebattörer förespråkade en förbättring av barnfamiljernas villkor för att på så sätt få upp den sjunkande nativiteten. Jämte skattelättnader och daghemsbyggande fanns frågan om fria skolmåltider. Skolmaten och billigare baslivsmedel skulle garantera att barnen fick i sig en ordentlig föda (Haste 1986:32, Myrdal & Myrdal 1934).

Under våren och hösten 2003 genomfördes den första stora nationella undersökningen om barns matvanor på femton år (Livsmedelsverket 2003). De aktuella åldrarna som studerades var 4-åringar, 8-åringar (årskurs 2) och 11-åringar (årskurs 5). Kostvaneundersökningen ”Svenska barns matvanor 2003” genomfördes av Livsmedelsverket på uppdrag av Jordbruksdepartementet. Genom en matdagbok som sträckte sig över fyra dagar och en enkät som täckte in frågor om matvanor, längd, vikt och motionsvanor, men också om hushållets sammansättning, föräldrarnas yrken och etniska bakgrund fick man fram data som representerar ett ”Miniatyr-Sverige”. Dessa data är intressanta att sätta i förhållande till vissa av de ämnen som har kommit upp i grupperna i studien ”Svenska barns bilder av mat”.

Barns ökade övervikt har uppmärksammat den senaste tiden. I rapporten ”Svenska barns matvanor” räknades barnens vikt ut genom en åldersjusterad body mass index, BMI. Enligt de siffrorna så har inte barns BMI förändrats så mycket sedan 1980, med undantag för något högre medelvärden hos 8-åringarna. Detta är anmärkningsvärt eftersom det finns en allmän uppfattning både i forskarvärlden och i den allmänna debatten att dagens barn är mer överviktiga än tidigare generationer. När Livsmedelsverket och Statens folkhälsoinstitut 2003 fick i uppdrag att lämna ett förslag på en handlingsplan på ”Goda matvanor och ökad fysisk aktivitet” handlade en del av förslagen om hur man ska kunna underlätta för barnen att hålla en normalvikt. Där sägs att olika studier tyder på att 15-20 % av de svenska barnen är överviktiga. Det innebär en ökning på mellan två och fem gånger sedan mitten av 1980-talet. Andra studier visar att nästan var fjärde tioåring i vissa svenska bostadsområden är fet eller överviktig (Prop 2002/2003:35).

Studien ”Svenska barns bilder av mat” belyser den dubbla position som barnet har. Barnet är en del av skolsystemet där politiska beslut ligger till grund för *att* barnen serveras lunch i skolan. I viss mån ligger de politiska besluten också bakom vad som serveras genom att sätta upp ekonomiska ramar för vad maten i skolan får lov att kosta. Här ser vi alltså barnet som en mottagare av det som andra bestämt för barnets räkning. Men i den här studien finns det andra sätt att se på barnet som kan ge mer. Genom att ge barnet en kamera att dokumentera sina matpreferenser med ville vi också få en bild av barnet som en aktiv social aktör med en förmåga till egna val och ställningstaganden. Barnet kanske inte alltid är i den maktpositionen att det själv får välja sina måltider, men har ändå en viss rörelsefrihet när det gäller mat och godis, om inte annat när det gäller att spendera egna pengar, veckopeng eller liknande. Barnet är i det här perspektivet en *being* snarare än en *becoming*.

## 2. Skolan och dess närområde

Mitt första steg mot att hitta en skola som stämde in på kriterierna för studien var att titta på innerstadsskolornas hemsidor på nätet. Gemensamt för de flesta skolorna i Göteborg är att de ligger lite utanför stadens mest centrala delar, då centrum mestadels består av butiker, kontor och restauranger. Det är med andra ord svårt att hitta en skola som har mer än en handfull restauranger och butiker i sin närhet. Efter att ha gått igenom alternativen på nätet föll mitt val på Annedalsskolan.

Den ligger relativt centralt, den omges av ett antal mat- och godisbutiker och matställen. Området har en historia som går långt tillbaka, och som bostadsområde tog det form under senare delen av 1800-talet. Där byggdes bostäder som skulle mildra bostadsbristen och höja bostadsstandarden för de fattiga och barnrika arbetarfamiljerna. Så kallade landshövdingehus, två våningar i trä och en grund i sten, byggdes under filantropiska influenser. Under 1970-talets saneringsvåg revs husen och fick ge plats åt nya hus i miljonprogrammets moderna stil. nedalsskolan, som stod klar redan 1883, är en del av den äldre bebyggelse som blev kvar (Carlson 2004). Skolan har 240 elever. De yngsta eleverna är 6 år och de äldsta är 11 år och går i årskurs 5. Eleverna är inte tillåtna att lämna skolans område under skoltid, så de är hänvisade till den mat som serveras i skolmatsalen. Skolan erbjuder fritidshem för de yngre eleverna. För de äldre, från år 4, heter det istället fritidssklubb. Där serveras ett mellanmål.



Bostadsområdet kring skolan består av både hyreshus och bostadsrätter, vilket ger området en viss medelklass- och övre medelklassprägel. Sammansättningen av invånare är ganska homogen, med få inslag från andra kulturer än den svenska. På grund av den här studiens begränsade utrymme kan inga närmare slutsatser dras utifrån socioekonomiska aspekter.

Skolan, som är byggd i den pampigare stilen, består av en större byggnad och ett annex, båda i tegel. Byggnaderna inringar en asfalterad skolgård som är omgiven av gångvägar och trädgångar. Framför skolan ligger en spårvagnshållplats. Väljer man att ta till vänster längs spåren hamnar man vid ingången till ett bostadsområde som är byggt under 70-talet. För att komma in där från det hållet kan man inte undgå att passera ingången till matbutiken som numera är en del av affärskedjan Hemköp. Följer man spåren åt höger över kullen hamnar man på Vasagatan, som är stadens kafétätaste gata, men den ligger lite för avlägset för att ingå i skolans upptagningsområde. Väljer man istället att gå över spårvagnsspåren och ner mot Övre Husargatan, som skär igenom området från Annedals övre trakter ner mot Vasastan, har man ett kafé som saluför en lokalt producerad glass på högra sidan och en godisbutik som säger sig ha ”Stans bredaste sortiment av godis” på den vänstra sidan. Längs den breda Övre Husargatan ligger ett flertal caféer och restauranger och en 7-elevenbutik.

### 3. Material och metoder

#### 3.1 De första kontakterna

När jag valt ut Annedalsskolan som en lämplig skola för studien ringer jag upp rektorn. Hon visar intresse för studien. Jag sänder henne en kort beskrivning av studiens bakgrund och upplägg. När hon visat det för den aktuella klassläraren beslutar de gemensamt att jag ska presentera projektet för en av skolans år 4-klasser.

Första gången jag besöker den klass där studien skall genomföras är hösten redan långt framskriden enligt kalendern, men dagarna är fortfarande relativt varma. Det ringer precis in till dagens första lektion när jag korsar skolgården. Klassen som redan är inne i klassrummet när jag kommer dit verkar trött. Det är en torsdag och klockan är åtta på morgonen. De flesta sitter och lutar huvudet i handen och spridda gäspningar kan höras. Trots det verkar det som att jag lyckas fånga intresset för projektet, i alla fall hos några. Barnen får med sig lappar hem där både de själva och deras föräldrar får tacka ja eller nej till att medverka i studien. Jag berättar att jag kommer tillbaka torsdagen därpå för att samla in lappar och dela ut kameror, sedan tackar jag för mig och går.

När jag återvänder en vecka senare har klockan hunnit bli närmare nio och stämningen är lite mer energisk än gången innan. Läraren ger mig en bunt med lappar och säger lite bekymrat att det inte är så många som vill vara med. Tydligt har det funnits en oro för att det i studien krävs att man måste äta ute för att ha något att fotografera. Det var ju inte riktigt min mening att få dem att tro det, men kanske har jag tryckt lite för hårt på

mitt intresse av om de köper godis, läsk och mat ute. Möjligheten att de handlar ute blev till ett måste i deras öron. När vi rett ut detta blir det till slut nio barn som vill vara med i studien, och har fått tillåtelse hemifrån. Gruppen består av sju pojkar och två flickor. Nu är inte klassen stor från början, den består bara av femton barn. Bortfallet i sig är inte så anmärkningsvärt, möjligtvis kan det vara värt att fundera över varför det endast är två av flickorna som bestämmer sig för att vara med. En av pojkarna visar sig senare vara bortrest under perioden när jag träffar grupperna, men hans bilder finns med i materialet.

Vi går in i ett mindre rum för att sköta kamerautdelning och prata igenom foto-uppgifterna. De får ett papper med direktiv (se bilaga 2). De första åtta bilderna ska tas på mat, reklam, matsedlar eller platser där de äter eller dricker något när de inte är hemma. Som exempel nämns skolan, kiosken, bensinstationen osv. De får veta att det viktiga är att motiven har med mat att göra. De två följande uppgifterna är att ta bilder av vad de själva anser vara ”dålig” eller ”bra” mat, sex foton av varje. Den sista uppgiften är att fotografera en favoriträtt eller någon mat de tycker bra om. De har en vecka på sig. Det finns en stor ivrighet att få sätta igång och det är svårt att få deras odelade uppmärksamhet. När kamerorna delats ut får de låta fotografera sig av kompiserna. Detta är mest för att jag inte ska blanda ihop vem som har tagit vilka kort, men även för att se så att alla kan hantera kameran. Det är lite mer besvär att fotografera med engångskamera än om de är vana vid en helautomatisk kamera. De måste både vridas tillbaka och en knapp för blixten måste tryckas ner. Det hela känns lite smått kaotiskt, men själva fotograferandet verkar fungera. Barnen börjar redan planera på att ta kort i ”bamba”, det vill säga skolmatsalen. Den sista frågan jag får är om man får ta ett kort på sitt husdjur och jag svarar nej, såvida man inte tänkt äta det... Jag går därifrån med en känsla av att alla kanske inte helt greppat uppgiften, men hoppas ändå att bilderna ska vara möjliga att använda i studien.

Vid mitt nästa besök i klassen är stämningen mer uppsluppen. De är på väg ut för skolan har idrottsdag den här dagen. Jag är där för att samla in kamerorna som barnen har haft i en vecka. Jag får tillbaka åtta av nio kameror då en av pojkarna är bortrest. Flera av dem säger att de bara har tagit några bilder. Jag väljer att samla in kamerorna ändå och lämnar in dem för framkallning.

### 3.2 Gruppsamtal

När bilderna är framkallade gör jag ett sista besök i skolan. De åtta eleverna delas upp i två diskussionsgrupper. Den första gruppen består av två flickor och två pojkar. Den andra gruppen består av de resterande pojkarna. En pojke är, som jag nämnt tidigare, bortrest. Intill klassrummet ligger ett litet rum med en soffa och ett bord. Platsen fungerar bra för diskussioner i grupperna. Barnen placerar sig i soffan och jag placerar mig mittemot. Jag har gjort ett urval av barnens egna bilder utifrån de teman som foto-uppgiften handlade om: ”bra” och ”dålig” mat, skolmat och olika matmiljöer. På bordet mellan oss lägger jag upp bilderna, ett tema i taget, och en minidisc-spelare för inspelning av det som sägs i rummet. Bilderna får fungera som inspiration och grund för

diskussionerna. Båda grupperna får se samma foton. Jag har inte ställt frågor utifrån ett på förhand givet formulär, med undantag från några frågor som mer fungerat som en katalysator för diskussionerna. Sedan har jag låtit diskussionerna ta den väg som eleverna har fört dem. Barnen är anonymiserade i den här rapporten, det vill säga att de inte är citerade med sina riktiga namn.

### 3.3 Observationer i skolans närmiljö

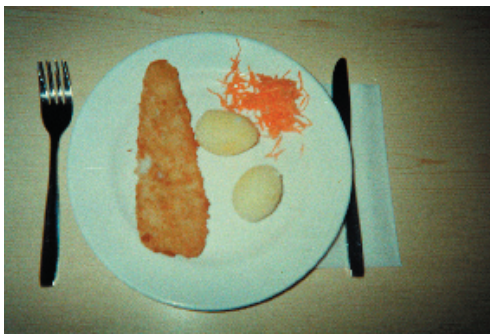
Under tiden som går från mitt första besök till det att jag träffar diskussionsgrupperna besöker jag området och dess olika matställen. Jag promenerar runt i området kring skolan för att göra mig en bild av hur utbudet av matställen ser ut. Jag besöker matbutiken, godisaffären och närliggande caféer. Godisaffären, som ligger ungefär hundra meter från skolans område, är snålt representerad i bildmaterialet. Det är bara en flicka som har tagit en bild därifrån. Under mitt besök där tar jag därför kompletterande bilder av utbudet och den fysiska miljön. Under mina besök i mataffären tittar jag på hur varorna exponeras, varornas placering i butiken och hur utbudet ser ut. Då matbutiken är så pass väl dokumenterad i barnens bildmaterial går det att göra sig en god bild av butiken även utan att besöka den. De miljöer i barnens bilder som inte ligger i det direkta närområdet har jag inte besökt, då jag redan är bekant med området och dess matmiljöer. Bilderna därifrån har mest fungerat som allmänna exempel på matställen, exempelvis gatuköket, jourbutiken och kedjan 7-eleven. Efter det att jag har träffat grupperna besöker jag skolmatsalen där jag pratar med personalen, tittar på hur miljön ser ut och dokumenterar den med kamera. Resultaten av barnens bildmaterial, gruppsdiskussionerna och mina observationer och foton presenteras i följande kapitel.

## 4. Resultat

### 4.1 Bildanalys

Det visar sig att fotouppgiften har resulterat i många intressanta bilder från ett skolbarns vardag. Bilderna fungerar som en inspiration i diskussionsgrupperna och ligger till grund för en del av resultaten i rapporten. Enligt den på förhand givna fotouppgiften har barnen tagit bilder utifrån fyra teman; mat och de platser där de äter eller dricker något då de inte är hemma, vad de tycker är ”dålig” mat, vad de tycker är ”bra” mat och en favoriträtt. Jag är medveten om att jag redan genom att ge barnen uppgiften att skilja på ”bra” och ”dålig” mat har styrt in dem mot att tänka i motsatspar, men vi ser i projektet en poäng med detta. Distinktionen mellan bra eller dålig, god eller äcklig mat finns redan i barnens kulturella begreppsvärld. Möjligtvis hade man kunnat tänka sig benämningen hälsosam eller ohälsosam mat, men jag tyckte att det var lite för komplicerade begrepp för barnen att hantera, däremot kommer jag att använda de begreppen i den här rapporten. Fotouppgiften handlade också om att ta bilder på en favoriträtt, men det verkar som att detta blev för svårt, kanske på grund av att de inte åt eller serverades sin favoriträtt under den veckan de hade kamerorna. Utifrån barnens bilder har det varit möjligt att kategorisera bilderna i fem teman: ohälsosam mat, hälsosam mat, skolmat, matmiljöer och övriga bilder.

Tema skolmat och tema matmiljöer överlappar varandra då skolmatsalen i sig utgör den offentliga matmiljö som de spenderar mest tid i. Däremot avspeglas inte det i barnens bilder, då alla bilder därifrån föreställer mat. De ger ingen fingervisning om hur det ser ut där de äter skolmaten. Interiörbilderna därifrån är därför tagna av mig själv. Merparten av barnen har valt att fotografera den mat som de serveras i "bamba". Min spontana reaktion är att maten de har fotograferat inte riktigt ger ögat den stimulans som en måltid bör göra. När vi äter använder vi inte bara smaksinnet, vi använder också synen och luktsinnet. Trots att bilderna visar ett flertal olika rätter är det slående hur lika de är i sin sammansättning av färger. Alla rätterna på barnens tallrikar har en beige-brun nyans med vissa röda och orange inslag. Förutom några klena högar med rivna morötter är bristen på grönsaker påfallande. Mot den vita tallriken och det träfärgade laminatbordet blir intrycket av maten väldigt trist, men som fotografier har de kvalitéer. Kompositionen har en i det närmaste socialrealistisk prägel. I mina ögon ser bilderna nästan arrangerade ut. Jag bestämmer mig för att höra mig för med fotograferna om så är fallet.



Flertalet av de återstående bilderna är tagna i den närliggande mataffären. Det är tydligt vilka av bilderna som går in under temat "bra" och "dålig" mat. De här bilderna är betydligt mer färgglada än bilderna på skolmaten. De karakteriseras av symmetri och överflöd. Mataffärens exponering av matvarorna bidrar till det ordnade intrycket.



Även om motivet för bilderna är hälsosamma och ohälsosamma produkter går det att skaffa sig en god bild av miljön i mataffären. Bilderna visar mycket av inredningen och hur affären är uppdelad i olika avdelningar.

Där finns en interiörbild från det närmsta caféet. Den visar delar av inredningen, några bord och stolar och en del av disken.

Färgerna går i ockragult, brunt och klarblått och ljuset är dämpat. Stället ger en genuin och lantlig känsla. Innanför glaset står färdiga baguetter och andra smörgåsar uppdukade. På nedersta hyllan finns läsk, lättöl och juice. Ovanpå står en griffeltavla med prisexempel, men det går inte att urskilja vad för slags rätter det handlar om. Längst in i hörnet står en upplyst kyl eller dryckesmaskin med en juicereklam på fronten.

Resten av bilderna är från restauranger, jourbutiker och olika typer av snabbmatsrestaurangers utsidor. På bilderna dominerar husfasaderna och de kioskliknande husen av skyltar som annonserar namnet på verksamheten. På vissa av dem kan man skymta menyer och uppgifter om öppettider. En avbildar ett creperi. Byggnaden består av en fristående kiosk med en lucka ut mot gatan. Där finns inte den gräns mellan det privata och det offentliga, som intagandet av en måltid i hemmet eller på restaurang kan ge känslan av. Antingen tar du med dig maten eller äter den på plats, stående på trottoaren.

Detsamma gäller för det gatukök som finns med bland de fotograferade objekten. Skillnaden är att det där finns ett utrymme utanför luckan som avgränsats med glas från golv till tak. Det ger intrycket av en glasbur eller ett terrarium. På bilden står en person och äter innanför rutan, hennes ansikte döljs av reflektionerna i glaset och det dunkla ljuset. Avgränsningen är mer symbolisk än vad den bidrar till att göra ätandet privat. Naturligtvis skyddar den matgästen mot väder och vind, vilket antagligen är dess huvudsakliga syfte.



## 4.2 Ohälsosam mat

### 4.2.1 Socker

En av pojkarna har tagit en bild på ett uppdukat frukostbord. Bredvid skålarna med flingor ligger varsin smörgås. Bilden ger ett sunt intryck. Bland bilderna av det som eleverna kategoriserat som ”dålig” mat finns flingor också med.

När vi tittar på bilderna av ohälsosam mat under gruppdiskussionerna kommer frågan om sockrade flingor upp vid flera tillfällen. Några av eleverna kan på rak arm säga hur många procent socker vissa flingsorter innehåller. Vid tiden för undersökningen hade vi i Sverige en diskussion i media om just socker och dess nackdelar. Det avspeglar sig i barnens tal om sockrade livsmedel. De lägger mer fokus på socker än exempelvis hur mycket fett som matvarorna innehåller. Det verkar som att de ser socker i mat som negativt, något de troligen har fått direkt eller indirekt (via föräldrarna) från media. Däremot har de inte tagit till sig *varför* socker skulle vara skadligt, utan kopplar det till den klassiska faran för tandhälsan. Det är inte lika självklart för dem att koppla samman socker med viktuppgång som att socker orsakar hål i tänderna.



*Sandra: Ja, vad säger ni om dom här? Vi kan börja med den här med flingor här.*

*Mats<sup>3</sup>: Nyttigt.*

*Sandra: Är det nyttig mat eller är det..?*

*Peter: Nej, den är nyttig! För där är det ingenting, det är bara rostade ris.*

*Selma: Alla är inte nyttiga.*

*Peter: Frukost flakes!*

*Sandra: Vilka är det som inte är nyttiga då?*

*Alla: Den och den och den och den.*

*Sandra: Varför inte då?*

*Mats: För att det är massa socker och så.*

*Sandra: Hur kommer det sig att de med socker är onyttiga då?*

*Selma: Det är inte bra att äta för mycket socker för då kan man få hål i tänderna.*

Det är också tydligt att sockerdebatten får direkta konsekvenser för vilka matvaror, i det här fallet flingor, som barnen kan välja på i hemmet. Det visar sig i flera påståenden som barnen gör när de reflekterar över bilden på flingpaket:

*Sandra: Hur kommer det sig att man inte ska äta Frosties?*

*Ludvig: Därför att det är så mycket socker i det.*

*Sandra: Jaha, ja.*

*Johan: Även om det står ett till tre mindre socker är det ändå...*

*Sandra: Är det någon mer som känner igen det att ni inte äter...?*

*Ludvig: Jag åt Multi Grain förut, det var nitton procent socker i dom.*

*Andreas: Dom här är goda. Här är dom godaste.*

*Ludvig: Det tyckte mamma var för mycket också så jag fick byta.*

Det verkligt intressanta med vad barnen säger om socker är att det handlar om vardagsmaten, flingorna, som kan ge hål i tänderna. Med undantag för läsk och Cookie bites, en kaksort, så kommer risken med att äta för mycket socker inte alls upp när vi talar om den ohälsosamma maten. Det kan vara så att godis så implicit förknippas med socker och hål i tänderna att det inte behöver sägas. Intaget av godis och läsk är nog

<sup>3</sup> Barnens namn är fingerade.



reglerat av föräldrar och skolan, medan vardagsmaten förväntas vara relativt nyttig. När det visar sig att fallet är det motsatta uppmärksammas detta antagligen mer i familjerna än det som barnen äter mer sällan.

Ett annat intressant exempel på hur medias rapportering om olika livsmedel avspeglas i barnens tal om mat är den skepticism mot lätt- och light-produkter som framträder. Barnen talar om hur ohälsosamt det är med läsk och hur sällan de dricker det. När jag ställer en följdfråga får jag ett annat svar:

*Sandra: Men om det är light-läsk då?*

*Jennie: Nej, den är inte heller nyttig.*

*Sandra: Den är inte heller nyttig? Hur kommer det sig?*

*Selma: Det är för mycket light i!*

För mig så är kopplingen till den mediarapportering om sötningsmedel i light-läsk och dess eventuella hälsorisker tydlig. Här har tendensen att dela in företeelser i binära oppositioner, motsatspar, förbundits till upplevelsen om det naturliga/onaturliga. Sötningsmedlet aspartam får symbolisera det onaturliga och därför hotande. Detta har satt spår i vuxna människors medvetande och har förts vidare till barnen. När barnen dricker läsk är det den med naturligt socker som föredras, trots den sockerdebatt som förts i media. I studien *Guldkant och hälsofara* (2005) har etnologen Barbro Johansson undersökt hur tidskrifterna Kamratposten och Vi föräldrar har skrivit om socker sedan 1969 och fram till i dag. Sockerdebatten har under de här åren dykt upp med jämna mellanrum för att sedan mattas av under perioder. Barbro Johansson visar på hur socker och barn kopplas samman, antingen som det ”onda” sockret som hotar barnens hälsa eller som det ”goda” sockret som symboliserar njutning, belöning och social samvaro.

#### 4.2.2 Fett

I grupperna diskuteras socker i mycket högre grad än fett. Det enda citatet som tar upp fet mat som ett exempel på ohälsosam mat är detta:

*Sandra: Tycker ni all mat är nyttig på de här bilderna?*

*Johan: Nja, tacos kanske inte...*

*Ludvig: Klart det är nyttigt, men inte om man äter för mycket. Det är mycket fett i det också.*

*Johan: Tacos är så där nyttigt. Det är nyttigt, men...*

*Andreas: Bara man inte äter det för ofta.*

*Johan: Nä.*

*Sandra: Vad händer om man äter för mycket fett då?*

*Sebastian: Då blir man tjock.*

Bilderna säger dock en annan sak. Där finns exempelvis chips, kakor och pizza med som exempel på ”dålig” mat. Medvetenheten om vad som är ohälsosamt är stor, men det sägs inte under gruppsdiskussionerna. Kanske är det för att den kunskapen är allmän, något som alla redan vet och ingen därför behöver uttala.

Det finns en uppfattning hos barnen om att barn och vuxna har olika behov när det gäller mat. Det kan troligen förklaras med att vuxna anser att växande barn mår bättre av att äta standardprodukter än sådana med reducerad fettmängd. Det här hör samman med en djupt rotad uppfattning om att exempelvis standardmjölk (Fetthalt 3 %) är mer naturlig än lättmjölk (Fetthalt 0,5 %). Etnologen Håkan Jönsson har i sin avhandling *Mjölk* (2005) gjort en kulturanalys av mjölkens historia. Bland annat uppmärksammar han att mjölkens varumärke har en framskjuten plats i skolmatsalen, detta i en miljö som annars helt är fri från varumärken och marknadsföring.



Han beskriver hur mjölken har en särställning efter en snart hundraårig historia av intensiv propaganda. På min fråga om vilken sorts mjölk de dricker svarar de flesta att de dricker mellanmjölk (Fetthalt 1,5 %). Några dricker standardmjölk och bara en säger sig dricka lättmjölk, ibland. Gruppernas mjölkdrickande stämmer väl överens med den nationella kostundersökningen som gjordes av Livsmedelsverket 2003. Där kom man fram till att mellanmjölk dricks av 57 % av de tillfrågade barnen, standardmjölk av 24 % och lättmjölk av 11 %. Konsumtionen av mellanmjölk ökar i Sverige och mellanmjölk är det vanligaste alternativet i skolorna. I gruppdiskussionerna såg vi hur det naturliga sockret i läsk föredrogs framför onaturliga sötningsmedel. När det gäller mejeriprodukter är det fett som får representera det naturliga:

*Sandra: Är det någon skillnad på sån light- eller lättoghurt eller sådär?*

*Ludvig: Vet inte.*

*Sebastian: Eller typ vuxna äter mer yoghurt. Dom behöver inte lika mycket fett som barn behöver.*

*Ludvig: Nä.*

Det här visar att barnen har olika matbudskap att navigera mellan. De vuxna i barnens omgivning sätter normen för vad barn behöver, och vad de förväntas äta mindre av. Fett i tacos är inte nyttigt om man äter för mycket, men fet mjölk är bra för växande barn.

#### 4.2.3 När äter man onyttigt?

Som jag redan har nämnt så är barnens godisintag noga reglerat. Skolan lämnar inga möjligheter för godisköp under skoltid, då eleverna inte tillåts att lämna skolans område. De flesta, med något undantag, får äta godis under vissa bestämda dagar i veckan:

*Sandra: Men om vi tar de här onyttiga sakerna som ni säger, när får man äta det?*

*Matthias: Lördagar! Och Söndagar! Och Fredagar!*

Naturligtvis är det möjligt att undantag görs, både med och utan föräldrarnas vetskap. Enligt resultaten från den nationella kostundersökningen från 2003 äter barnen i femte klass godis två gånger i veckan. Det går väl ihop med det som berättas i grupperna. Helgen, i synnerhet lördag, är den tid under veckan då de får lov att äta godis. Godiset blir en markör som skiljer den lediga tiden från vardagen. Det är också då familjen har möjlighet att samlas. Framförallt fredagar är familjens kväll. Då kan man unna sig mat som inte hör vardagen till:

*Sandra: Och chips och sånt där då? Är det också bara på lördagar?*

*Ludvig: På fredagar.*

*Andreas: Ja, på fredagar. Och ibland på lördag.*

*Sandra: När man sitter med familjen sådär eller?*

*Ludvig: Ja.*



Även följande citat bekräftar detta:

*Sandra: Hur är det då på helgen, med vem äter man lite onyttigt?*

*Joban: Mest med familjen.*

*Andreas: Eller med kompisar.*

*Alla: Ja*

En pojke berättar att på onsdagar måste han ha kaka, för då visas tv-serien Lost. Även fester, födelsedagar och när man får gäster i familjen utgör undantag mot vad som vanligen äts. Etnologen Kerstin Gunnemark har skrivit om hur det ritualiserade födelsedagsfirandet har använts som ett tema som både gamla och unga kan förhålla sig till. Alla känner igen sig i att kalasen håller sig inom vissa förutbestämda former, och det gäller givetvis också vad som serveras när någon fyller år (Gunnemark 2004). Erika Ravne Skott, doktorand i etnologi, har skrivit om hur norska föräldrar ser barnens födelsedagsfirande som ett sätt att visa att man är en god förälder. Det finns vissa kulturella förväntningar på hur ett riktigt kalas ska se ut, bland annat ska tårtan helst vara hembakt (Ravne Skott 2005). Gruppdiskussionerna gav exempel på lämplig mat att servera:

*Sandra: Är det något mer som är speciellt när man har kalas, är det annorlunda mat och så där?*

*Andreas: Ofta. Man har korv med bröd.*

*Johan: Tårta.*

*Andreas: Eller typ hamburgare.*

Det är inte bara maten som serveras på kalas som skiljer sig från vardagsmaten, det är också viktigt att drycken skapar en känsla av fest:

*Sandra: Är det någon som brukar dricka läsk här?*

*Andreas: Nå'n gång gör man kanske det, men inte ofta.*

*Sebastian: När man har gäster.*

*Andreas: Ja, då är det klart.*

*Sebastian: Eller när nå'n fyller år.*

Helger, födelsedagar och fester ger möjlighet för social samvaro där maten och drycken fungerar som kulturella markörer. Det är en fråga om att framhäva skillnaden mellan fest och vardag.

### 4.3 Hälsosam mat

#### 4.3.1 Frukt och grönt



Om godis, läsk, chips och festlig mat förknippas med helg och fest, så är det motsatt med grönsaker och frukt. Båda grupperna var positiva till frukt och grönt, och det är tydligt att det hör till basfödan:

*Sandra: Jaha, vad säger ni om grönsaker och frukt då? När äter man det?*

*Peter: På vardagar.*

*Mats: Varje dag!*

*Sandra: Varje dag. Varför äter man det varje dag då?*

*Selma och Jennie: För att det är nyttigt.*

*Jennie: Och gott.*

Det här är livsmedel som barnen anser att man ska äta varje dag, men ändå kopplar de mest ihop dem med vardagen:

*Sandra: Brukar ni äta det varje dag, eller?*

*Ludvig: Ja, tomater äter jag varje dag, och gurka och morot.*

*Sebastian: Jag äter det...*

*Johan: Jag äter äpplen nästan varje dag.*

*Andreas: Jag äter nästan alltid clementiner eller äpple.*

*Sandra: Är det i skolan eller hemma?*

*Ludvig: Jag äter det hemma och i skolan.*

*Sebastian: Jag också.*

*Johan: Jag äter det mest i skolan.*

*Andreas: Jag äter det mest i skolan.*

Som för att visa att det de sagt om frukten faktiskt var sant visar en av pojkarna mig äpplet som han tar upp ur ryggsäcken efter att gruppsdiskussionen är över.



#### 4.3.2 Fibrer och vitaminer

Bland bilderna på det som barnen klassar som bra mat finns fiberrikt bröd representerat. På en av bilderna ser man en låda med fullkornslimpor och på en annan syns en hylla med olika sorters knäckebröd.

En av pojkarna säger att han äter knäckebröd när det serveras soppa. Flera av bilderna visar hyllor med juice. Följande stycke visar på en diskussion som handlar både om bröd och juice:

*Johan: Men alltså, sån där God morgon juice är väldigt nyttig.*

*Ludvig: Det är samma med knäckebröd.*

*Sandra: Hur kommer det sig, att den är väldigt nyttig? Är det nåt speciellt med juicen där?*

*Johan: Jag tror det.*

*Sebastian: Det är apelsin.*

*Johan: Och apelsin är nyttig.*

*Ludvig: I just knäckebröd är inte så nyttigt.*

*Johan: God morgon färskpressad. Och sånt där bröd som har mycket sånt... vad heter det? Det är nyttigt.*





*Sandra: Som har mycket? För att det är grovt?  
Knäckebröd då?  
Ludvig: Ja, det är nyttigt. Fast inte ljust.*

Här sägs det alltså att juice är nyttigt för att det är apelsin och att knäckebröd är nyttigt så länge det är mörkt. Det sägs däremot inte vad det är som är nyttigt i de här livsmedlen.

#### 4.4 Skolmaten

I det kapitel där bilderna analyseras diskuterar jag det visuella intrycket som bilderna gjorde på mig. Därför blir jag överraskad av barnens positiva attityd till temat skolmat. Redan när jag tar fram korten så ropar de spontant: skolmat, skolmat! Det är det tema som resulterat i flest bilder. Det är också det tema som engagerar mest i gruppdiskussionerna. Alla börjar genast diskutera vilka rätter som är goda och vilka som är mindre goda. God, godare och godast är ord som används mer för att beskriva rätterna än ”inte så god”. Skolmaten utgör en erfarenhet som alla i klassen kan dela. Skollunchen utgör ett avbrott från undervisningen och en chans att fylla på energiförråden. Den ger barnen en möjlighet att umgås i en ritual som alla är välbekanta med. Skolmaten är något att samlas kring och tycka till om. De flesta verkar dock vara överens om en sak:

*Sandra: Hur skiljer sig skolmaten och maten ni äter hemma sig åt?  
Johan: Maten vi äter hemma?  
Sandra: Ja, vad är skillnaden?  
Ludvig: Maten vi äter hemma är ju klart godare då.  
Sebastian: Ja.  
Ludvig: Eftersom mamma...  
Andreas: Tusen gånger godare.*

Skolmaten är god, men den står sig slätt i jämförelsen med den hemlagade enligt barnen. Hemma får de vara med och bestämma mer, och även om de inte får det säger en av pojkarna att det blir gott ändå. Som exempel på vad som skiljer skolmaten från maten hemma nämns att potatisen smakar sämre i skolan. Överlag verkar de nöjda med både maten och miljön i ”bamba”, men de skulle gärna få tacos, pizza och julmat oftare.



På de flesta av skolmatsbilderna så finns det en liten portion varmrätt och nästan inga grönsaker. Små högar med rivna morötter finns med på några av bilderna. På bilderna av nachos med köttfärs finns det både grönsallad och gurka. I relation till barnens positiva inställning till grönsaker verkar detta underligt. I kombination med det stilrena sätt på vilket maten är arrangerad på tallriken försöker jag få svar på om det har funnits en tanke med detta. När jag frågar om avsaknaden av grönsaker får jag svaret:

*Ludvig: Jo, men det är ju så att det blir mer plats på tallriken på kortet då.*

Mitt intryck av att många av bilderna på skolmat ser arrangerade ut blir bekräftat. Det verkar inte som att de som tagit bilderna har haft för avsikt att på något sätt vilseleda mig. Tanken har nog snarare varit att bilderna ska bli bättre och att det ska se finare ut. Nästa citat illustrerar det:

*Sandra: Är det något mer ni vill säga om skolmaten?*

*Sebastian: Ja, vi försökte alltid göra det snyggt.*

*Sandra: Här på bilderna?*

*Andreas: Ja, vi försökte sätta papper så (i glas).*

*Sandra: Ja, dom blev väldigt roliga.*

När jag träffar barnen för gruppdiskussionerna har jag fortfarande inte haft möjlighet att besöka skolmatsalen. Som exemplen på bilder av skolmaten visar så gav de inte något vidare bra intryck av vare sig maten eller miljön. Barnen, som har en helt annan förståelse för det bilderna visar, ser inte samma sak som jag ser i foton. För dem är rätterna välbekanta och aptitliga. De vet också hur miljön i matsalen ser ut, något som man



bara kan gissa sig till utifrån bilderna. När jag sedan besöker skolmatsalen visar sig min förutfattade mening utifrån bildmaterialet vara helt motsatt realiteten. Jag kommer att beskriva det i kapitlet som följer. Det ger ett intressant exempel på hur foton kan ge en helt annan bild än hur det verkligen ser ut.

## 4.5 Matmiljöer

### 4.5.1 Serveringar

För att ta sig till skolmatsalarna, som ligger i källarplanet, får eleverna först gå ut på skolgården, genom ett kapprum med färgglada väggmålningar och en liten korridor där ett stillebenskåp fungerar som blickfång.



Andra klasser viker av där mot den större matsalen, som ser ut som en klassisk skolbespisning med en lång disk som vetter in mot köket. Den här klassen tar sin mat i det första lilla rummet. Serveringsdisken står mitt i rummet. Kantiner med grönsaker står först. När jag är där har varmrätten ännu inte ställts fram. Däremot har personalen hunnit tända upp ljusen i ljusstakarna, vilket ger ett mysigt och varmt intryck.



Det syns att de har lagt ner möda på att eleverna ska känna sig välkomna. Väggarna pryds av olika blickfång. In till höger ligger den lilla matsalen där klassen äter sina måltider. Även här har stämningen höjts genom tavlor och små lampor på väggarna och dukar på borden. På min fråga i gruppdiskussionerna om de skulle vilja ändra på något i matsalen säger de att det redan är gjort. De är nöjda med miljön och jag får en känsla av att de känner sig privilegierade som får sitta och äta i den mindre matsalen:





*Sandra: Hur är det med ljudnivån därinne?*

*Jennie: Det är ganska högt i den stora salen.*

*Selma: I den lilla salen är det mysigt, men lite trångt. Där är inte så mycket ljud.*

Jämförelsen med ljudnivån i den större salen kommer upp även i den andra samtalsgruppen:

*Sebastian: Ja, därinne är det snyggt men därute är det så mycket prat, och så är det så ljusst.*

*Andreas: Ja, det är jättemånga som pratar och skriker jättemycket.*

*Sebastian: Därinne är det mycket lyxigare.*

*Johan: Det är mycket lugnare och...*

*Sandra: I den lilla matsalen.*

*Sebastian: Ja, där. Därinne.*

Det verkar som att de alla värdesätter möjligheten av att kunna inta måltiderna i en lugn miljö. Måltiden handlar inte bara om att tillgodose behovet av näring och mätta hungern. Det handlar också om måltiden som en social akt där man umgås och interagerar med andra.

Som ett annat exempel på en matmiljö har jag med en bild från ett närliggande café som fotograferats av ett av barnen. Några känner igen interiören, men alla kan inte relatera till bilden. Miljön beskrivs som lyxig, med soffor som man kan sitta länge i om man vill. Caféet serverar också de kakor som nämns flera gånger under intervjun, Cookie bites och Colour bites. Det är kakor med bitar av choklad eller godis i. För barnen verkar dessa vara en favorit och flera minns att de har ätit dem i just det här caféet.



Gatuköket är ett ställe som alla barnen känner till. När vi pratar om gatuköket så är det inte just det som finns med på bilden som menas, utan gatuköket i allmänhet:

*Sandra: Men brukar ni köpa mat nå'n gång på gatukök med familjen?*

*Sebastian: Ja typ, om vi har vart nånstans, så har man inte ätit på jättelänge, så brukar jag gå typ*

*och köpa en korv med bröd:*

*Ludvig: Ja, det brukar jag också göra, ja.*

*Sandra: Skulle du säga att det är nyttig mat eller?*

*Sebastian: Nej!*

*Johan: Inte nyttig, men...*

*Sebastian: ...men man blir mätt av den.*

Det här är inget ställe som det bestäms i förväg att man ska gå till, det är snarare något som bara blir. En flicka säger att hon går till gatuköket när det är bråttom. När de köper mat där är det hamburgare eller korv med bröd som gäller. Ibland äts maten på plats och ibland tas den med. För de här barnen har gatuköket en praktisk funktion, barnen säger sig bli mätta och man kan spara tid på att gå dit.

#### 4.5.2 Motsatta budskap

För barn i den här åldern finns det flera budskap om mat som står i opposition till varandra. I skolan uppmanas barnen att äta grönsaker till maten. De stora formarna med olika sorters grönt är det första som barnet möts av när de ska ta till sig mat. Knäckebröd och mjölk är ett naturligt inslag i måltiden, då det alltid finns tillgängligt. Just den här klassen har privilegiet att gå i en skola där den sociala aspekten av måltiden bejakas av personalens ansträngningar att göra miljön mysig och hemtrevlig.



I godisaffären är det andra budskap som framträder mer. Godisbutiken är ett paradiset för den som är sugen på något sött. De stora karn är överfyllda av godis i alla tänkbara former, färger och smaker. Där finns nog ingenting som skulle platsa in i kostcirkeln. Intrycket är överdådigt. Barnen verkar dela den meningen. När jag frågar om man blir sugen på att köpa godis därinne är de tveksamma. Någon säger att man blir mätt av att vara därinne. Trots det så tror jag inte att så många av dem går tomhänta därifrån. En godisaffär är knappast ett ställe som man kan gå in i bara för att titta, som i en leksaks- eller klädaffär. Pressen på att köpa något därinne är stor på grund av hur varorna exponeras och möjligen också från personalen.



I mataffären är det blandade budskap som gäller. Frukt- och grönsaksavdelningen inbjuder till köp, likaså mejeriavdelningen och avdelningen för bröd. Chips och godis har sin traditionella placering; just före kassorna så att kunden lätt ska kunna göra några spontana inköp som den från början kanske inte har tänkt sig. Hyllorna med matvaror utmärks av att allt är snyggt och prydligt upplagt eller uppradat. Det som slår mig när jag passerar hyllorna är att de produkter som är minst nyttiga har de mest

färgglada förpackningarna. Detta visar sig också i barnens bilder. Förutom frukten, som är naturligt rik på färger, är bilderna på den ohälsosamma maten mycket mer färgsprakande än den hälsosamma. Chips, flingor, godis, läsk och kex utmärks alla av sina förpackningar med inbjudande färger och former.

Det här är varor som ofta har en lockande effekt på framförallt barn och unga. Det är inte så ofta man hör barn i affären som tjarar på sina föräldrar om att de ska köpa fiskpinnar, men desto oftare godis. Det är därför värt att fundera över att dessa produkter har en utformning som tilltalar barn.

## 5. Sammanfattning av resultaten

De här barnen har visat på en väl utvecklad förmåga att skilja på hälsosam och ohälsosam mat. De kan dela in olika produkter i dessa olika kategorier, även om de inte alltid kan verbalisera varför en produkt är nyttig eller onyttig. Exempel på det är att juice är nyttig för att den innehåller apelsin, grovt bröd och knäckebröd för att de inte är ljusa och att light-läsk är onyttig för att den innehåller för mycket light.

Varje sorts livsmedel har sin speciella plats och tid i barnens tillvaro. Godis äts mest på lördagar men även under resten av helgen. Chips äts gärna under fredagskvällen, vilket är den tid som många familjer traditionellt träffas och äter ihop, så kallat fredagsmys. Godis och chips äts därför mest med familjen, men även med kompisar. Chips och läsk hör ihop. Läsk hör annars mest till när familjen har gäster, eller när det är kalas. Är det en födelsedag som firas serveras läsk vanligen till hamburgare eller korv med bröd.

Frukt och grönsaker hör mest vardagen till. Det är något man äter varje dag och oftast i skolan. Det är gott och nyttigt. Juice eller multivitamindryck dricker man gärna. Flingor är också vardagsmat, men om de innehåller för stor mängd socker så får man bara lov att äta dem ibland.

Skolmaten smakar oftast bra, men den smakar inte lika bra som den maten man får hemma. Taco, pizza och mer ris istället för potatis står på önskelistan. Den lilla skolmatsalen är lyxigare och tystare än den stora. Gatuköket går man till när man är ute på stan och det är bråttom eller när man har hunnit bli väldigt hungrig. Caféet besöker man inte lika ofta, och i så fall är det kaka som gäller. Ibland får man gå ärenden till mataffären. Godisaffärens stora utbud gör att man känner sig mätt.

## 6. Avslutande diskussion

Den här studien har belyst exempel ur barns matvardag på ett kvalitativt sätt. Under studiens gång har det blivit tydligt att barnen i fjärde klass ännu inte fullt ut utnyttjar de matarenor som finns i skolans närhet. Skolans restriktioner om att de inte får lämna området under skoltid gör dem hänvisade till det som serveras inom skolans väggar. Deras inställning till maten i skolan verkar mer positiv än barns inställning nationellt. Där svarade bara 77 % i årskurs 5 att de äter skollunch fem dagar i veckan. Där visade det sig också att antalet barn som tycker att skollunchen oftast är ganska god eller mycket god minskade bland femmorna i jämförelse med barnen i årskurs 2.

En annan tungt bidragande orsak till att barnen inte fullt ut har möjlighet att utnyttja de butiker och matställen som ligger runt skolan är deras begränsade tillgång på pengar. De vuxna i barnens närhet sänder ut budskap om mat som krockar med andra vuxnas mer kommersiella intressen. Från skolan och föräldrar finns restriktioner om vad som får ätas och när. I matmiljöer som godisbutiken, caféet eller mataffären frodas helt andra budskap. Där är barnens pengar lika mycket värda som de vuxnas och deras eventuella inflytande på föräldrarnas matinköp är värdefullt.

Under diskussionerna i grupperna får jag intrycket av att barnen och deras familjer inte

äter ute så ofta. Konsumtionen av hamburgare, pizza, korv eller kebab från restaurang eller gatukök mättes också i den nationella undersökningen. Där kom man fram till ett medianvärde bland skolbarnen på tre gånger per månad. Intrycket från gruppdiskussionerna kan alltså stämma med det nationella resultatet.

Det som är mest anmärkningsvärt med den här studien är barnens kunskap om vad som är hälsosamt eller inte och hur de har tagit till sig vuxnas värderingar om mat. Frågor som har diskuterats i media angående mat visar sig i barnens sätt att tala om vissa livsmedel och dess innehåll. Det är också iögonfallande att barnens matvanor är noga reglerade på så sätt att alla livsmedel har sin rätta tid och sin rätta plats. Skillnaden mellan fest och vardag, helg och skoldag markeras av maten. Detta är något som en vidare studie skulle kunna upplysa oss mer om.

## Referenser

Becker, Wulf & Enghardt Barbieri, Heléne, Avd för Information och Nutrition, Livsmedelsverket 2003: *Svenska barns matvanor 2003 - resultat från enkätfrågor*. www.slv.se

Carlsson, Gösta 2004: *Annedal*. Partille: Warne Förlag.

Gunnemark, Kerstin 2004: *Minnenas galleri. Om minnesskåp och kulturarv*. Stockholm: Carlsson Bokförlag.

Haste, Hans 1986: *Barnrikehus. Ett kapitel i svensk bostadspolitik*. Falköping: Familjebostäder.

Johansson, Barbro 2005: *Guldkant och hälsofara. Om socker och barn i Vi föräldrar och Kamratposten 1969-2005*. Göteborg: Centrum för konsumentvetenskap. www.cfk.gu.se

Jönsson, Håkan 2005: *Mjölk – en kulturanalys av mejeridiskens nya ekonomi*. Stockholm/Stehag: Brutus Östlings Bokförlag Symposium.

Myrdal, Alva & Myrdal, Gunnar 1934: *Kris i befolkningsfrågan*. Stockholm: Bonniers boktryckeri.

Prop 2002/2003:35. *Mål för folkhälsan*. Regeringskansliet, Socialdepartementet. Stockholm: Fritzes.

Ravne Skott, Erika 2005: *Födelsedagsskapet. Et prisme for kulturmøter*. I: Markussen, Ingrid & Telste, Kari (red) *Bilder av den gode oppveksten gjennom 1900-tallet*. Oslo: Novus forlag.

Statens folkhälsoinstitut och Livsmedelsverket 2005. *Handlingsplan för goda matvanor och fysisk aktivitet i befolkningen*. www.fhi.se

## Bilaga 1

Till föräldrar i klass 4 på Annedalsskolan

### Forskning om mat och ätande

Jag heter Sandra Hillén och är forskare i etnologi vid Göteborgs universitet. Jag arbetar i ett projekt med titeln ”Nordiska barns matarenor – budskap, utbud och matmiljö”, där forskare från fyra nordiska länder deltar. Vi kommer i höst att studera ett område i varje nordiskt land för att se vilka budskap om mat barn möter under en vanlig skoldag. De miljöer vi ska titta på är skolan, omgivningarna runt skolan och fritidsmiljöer där barnen vistas. Hemmen ingår inte i undersökningen. Klass 4 på Annedalsskolan är en av de klasser vi fått lov att komma till och idag har jag träffat barnen och berättat om forskningsprojektet.

Undersökningen går till så att jag besöker skolan och dess omgivningar under några veckors tid. De barn som deltar får engångskameror för att själva dokumentera mat och ätande. Sedan diskuterar vi bilderna i grupper. Resultatet av undersökningen kommer att sammanställas i en rapport. I denna kommer barnen att anonymiseras, så att det inte framgår vem som har sagt vad. Om bilder publiceras kommer inga människor att synas på bilderna.

Att delta i forskning är frivilligt och barnen har fått kryssa i en blankett för att tala om ifall de vill delta. Det är också möjligt att när som helst ändra sig. För att få forska bland barn behöver vi även föräldrarnas medgivande. Jag bifogar därför en blankett som du får fylla i. Vi behöver ditt tillstånd för att barnet ska få delta i forskningen och för att bilder som barnet tar ska få publiceras. Även du har förstås rätt att ändra dig när du vill.

Vill du veta mer?

Projektet ”Nordiska barns matarenor” bedrivs inom Centrum för Konsumentvetenskap vid Göteborgs universitet i Sverige. På hemsidan [www.cfk.gu.se](http://www.cfk.gu.se) presenteras centrumet och projektet närmare (Nordiska barns matarenor ligger under paraplyprojektet ”Det goda livet. Mat, hälsa och välbefinnande ur ett livsloppsperspektiv”). Om det är något du undrar över, så når du mig på e-post [Sandra.Hillen@cfk.gu.se](mailto:Sandra.Hillen@cfk.gu.se)

Med vänliga hälsningar  
Sandra Hillén  
Centrum för Konsumentvetenskap  
Besöksadress: Viktoriagatan 13  
Box 600  
405 30 Göteborg

(markera genom att stryka under)

Jag tillåter att:

mitt barn deltar i forskningsprojektet om nordiska barns matarenor.    JA    NEJ

fotografier som mitt barn tar får publiceras i en forskningsrapport.    JA    NEJ

Barnets namn

.....

Underskrift

Namn: .....

Datum: .....

Elevens namn .....

Jag vill                      vill inte vara med i forskningsprojektet om mat och ätande.

## Bilaga 2

### Fotouppgifter:

Ni har en kamera på två personer. Du har en vecka på dig. Under de dagarna vill jag att du tar 22 bilder. Kamerorna ska tas med till skolan under **fredagen** då jag kommer och hämtar dem!

- Låt en kompis ta första bilden på dig!
- Ta 8 bilder av mat och platser där du äter eller dricker något då du inte är hemma. Det kan vara i skolan, men gärna bilder från kiosken, bensinstationen, restaurangen, caféet, mataffären eller fritidsaktiviteter också. Du kan ta bilder av maten, stället, matsedlar eller reklam. Huvudsaken är att det har med mat, dryck, snacks eller godis att göra.
- Ta 6 bilder på det du tycker är ”dålig” mat.
- Ta 6 bilder på det du tycker är ”bra” mat.
- Ta den sista bilden på en favoriträtt eller någon mat du tycker mycket om!

Tänk på att ta bilderna i den här ordningen. Lycka till! /Sandra



## Bilaga 3

Fotouppgifter:

Ni har en kamera på två personer. Du har en vecka på dig. Under de dagarna vill jag att du tar 22 bilder. Kamerorna ska tas med till skolan under fredagen då jag kommer och hämtar dem!

- Låt en kompis ta första bilden på dig!
- Ta 8 bilder av mat och platser där du äter eller dricker något då du inte är hemma.

Det kan vara i skolan, men gärna bilder från kiosken, bensinstationen, restaurangen, caféet, mataffären eller fritidsaktiviteter också. Du kan ta bilder av maten, stället, mat-sedlar eller reklam. Huvudsaken är att det har med mat, dryck, snacks eller godis att göra.

- Ta 6 bilder på det du tycker är ”dålig” mat.
- Ta 6 bilder på det du tycker är ”bra” mat.
- Ta den sista bilden på en favoriträtt eller någon mat du tycker mycket om!

Tänk på att ta bilderna i den här ordningen.

Lycka till! /Sandra

