



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Institutionen för mat, hälsa och miljö

Röster om elevers frukt- och grönsakskonsumtion

- Fokusgruppsintervjuer med skolmåltidspersonal

**Lina Andersson
Kajsa Eriksson**

Kandidatuppsats 15 hp

Kostekonomprogrammet med inriktning mot ledarskap 180 hp

Handledare: Hillevi Prell

Examinator: Ann Gleerup

Datum: Juni 2008



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Institutionen för mat, hälsa och miljö MHM
Box 320, SE 405 30 Göteborg

Titel: Röster om elevers frukt- och grönsakskonsumtion - Fokusgruppsintervjuer med skolmåltidspersonalen

Författare: Lina Andersson och Kajsa Eriksson

Typ av arbete: Examensarbete 15 hp

Handledare: Hillevi Prell

Examinator: Ann Gleerup

Program: Kostekonomprogrammet med inriktning mot ledarskap 180 hp

Antal sidor: 36 exklusive 3 bilagor

Datum: Juni 2008

Sammanfattning

Många studier visar att elevers konsumtion av frukt och grönsaker är låg, både i Sverige och i övriga delar av världen. Då ett lågt intag av frukt och grönsaker förknippas med en ökad risk för fetma och övervikt är det väsentligt att förebyggande åtgärder genomförs. Idag pågår det flera olika projekt i världen med målet att öka konsumtionen av frukt och grönsaker bland barn. IDEFICS är ett av dessa projekt med ett övergripande mål att minska övervikt och fetma hos skolbarn i Europa. En viktig arena där barns matvanor kan påverkas är skolan och det är här effektiva insatser kan implementeras. Vid skollunchen kan vuxna inverka på elevernas måltidssituation, däribland skolmåltidspersonalen med deras nära kontakt med eleverna.

Syftet med vår studie var att undersöka skolmåltidspersonalens uppfattningar kring elevers konsumtion av frukt och grönsaker. Vi ville även få fram förslag på åtgärder hur frukt- och grönsakskonsumtionen i skolan kan öka. Genom att samarbeta med projektet IDEFICS såg vi möjligheter till att vårt resultat skulle kunna fungera som underlag i deras fortsatta arbete mot att förebygga övervikt och fetma. Metoden som valdes för studien var fokusgruppsintervjuer då det passade vårt syfte att få fram en grupps åsikter och uppfattningar. En kort observation genomfördes också för att få en helhetsbild över skolmåltidspersonalens arbete med frukt och grönsaker under skollunchen. Då IDEFICS i Sverige är lokaliserat i Partille kommun, utfördes studien på tre grundskolor som medverkar i projektet. Det insamlade materialet från fokusgruppsintervjuerna analyserades utifrån en metod kallad "long-table approach" och en kort analys utfördes av observationerna för att komplettera intervjuerna.

Studien visar att skolmåltidspersonalen har många tankar och funderingar rörande elevers frukt- och grönsakskonsumtion. Deras åsikter skiftade ifråga om elevernas intag och det fanns ingen entydig uppfattning om att konsumtionen skulle vara låg vid skollunchen. Skolmåltidspersonalen pekade även på olika faktorer som kan tänkas påverka elevernas intag. Resultatet visar avslutningsvis att skolmåltidspersonalen själva har konkreta förslag som kan öka konsumtionen av frukt och grönsaker, men att de även efterlyser fler förslag utifrån.

Nyckelord: Skollunch, matvanor, IDEFICS, interventioner

Innehållsförteckning

1. INLEDNING	3
2. BAKGRUND	4
2.1 IDEFICS	4
2.2 FRUKT OCH GRÖNSAKER SOM INTERVENTIONSBUDESKAP	5
2.3 SKOLAN SOM HÄLSOFRÄMJANDE ARENA	6
2.4 FAKTORER SOM PÅVERKAR ELEVERS KONSUMTION	9
2.5 INTERVENTIONER I SKOLAN	10
2.6 SAMMANFATTNING AV BAKGRUND	11
3. SYFTE.....	13
3.1 FRÅGESTÄLLNINGAR	13
4. METOD	14
4.1 VAL AV METOD	14
4.2 URVAL	15
4.3 GENOMFÖRANDE	16
4.4 ANALYS	18
5. RESULTAT	19
5.1 OBSERVATION	19
5.2 FOKUSGRUPPSINTERVJUER.....	19
6. DISKUSSION.....	28
6.1 METODDISKUSSION	28
6.2 RESULTATDISKUSSION	30
6.3 FÖRSLAG TILL FORTSATT FORSKNING	32
REFERENSER.....	33
BILAGA 1 INTERVJUGUIDE	
BILAGA 2 MISSIVBREV	
BILAGA 3 STIMULIMATERIAL	

1. Inledning

Fetma och övervikt bland barn har ökat kraftigt i världen på senare år och World Health Organization (WHO) talar om en pågående fetmaepidemi (World Health Organization, 2003b). Det finns olika orsaker till övervikt och fetma där en felaktigt sammansatt kost innehållande för mycket socker och fett och för lite frukt och grönsaker kan ha stor betydelse. En åtgärd för att förebygga övervikt och fetma bland barn är därför att öka den dagliga konsumtionen av frukt och grönsaker (Statens folkhälsoinstitut, 2008). Idag pågår ett projekt i Europa kallat IDEFICS med målet att förebygga övervikt och fetma bland barn, där ett av budskapen är att öka deras frukt- och grönsakskonsumtion (Idepics, 2008). Att frukt och grönsaker är viktigt för hälsan har även andra projekt uppmärksammat, bland annat ett inom EU där målet är att lansera ett skolfruktsprogram för att konsumtionen bland eleverna ska öka (Livsmedelsverket, 2008a).

Enligt Livsmedelsverket (2006) åt svenska barn år 2003 endast hälften av den rekommenderade mängden frukt och grönsaker per dag. Att intaget är lågt även vid skollunchen visar Becker (2000) i en undersökning om barns matvanor. Då barn tillbringar mycket av sin tid i skolan finns här goda möjligheter till att lägga grunden för en hälsosam livsstil, bland annat genom att erbjuda ett stort grönsaksutbud vid skollunchen (Livsmedelsverket, 2007c).

När vi tidigare under våren blev informerade om IDEFICS och att projektet i Sverige pågår i sex skolor inom Partille kommun, såg vi chansen till att kunna hjälpa till i deras arbete att bland annat öka frukt och grönsakskonsumtionen i skolan. Då vi i vårt kommande yrke som kostekonom kan komma att arbeta med maten i skolan föll det sig naturligt att undersöka skolmåltidspersonalens åsikter. I arbetet med skolmaten anses skolmåltidspersonalen ha en viktig roll i deras nära arbete med eleverna (Sjögren & Wesslén, 1995; Prell, 2004). Att de ofta är föremål för starka åsikter, men att deras åsikter inte efterfrågas, var något vi uppmärksammade under litteraturstudien. Halling, Jacobsson och Nordlund (1990) fann även att skolmåltidspersonalen ofta känner de sig bortglömda och att deras möjlighet till att påverka var mycket små. Prell (2004) efterfrågar fler studier som undersöker skolmåltidspersonalens roll. Genom vår undersökning hoppas vi kunna bidra till detta och därmed uppmärksamma deras röster.

2. Bakgrund

Vi kommer i detta kapitel först presentera EU-projektet IDEFICS och dess innebörd i Partille kommun där vår undersökning utfördes. Därefter belyses begreppet frukt och grönsaker, skolans roll som hälsofrämjande arena samt vilka faktorer som påverkar intaget hos eleverna. Avslutningsvis beskriver vi tidigare åtgärder och andra pågående projekt utöver IDEFICS med målet att öka konsumtionen av frukt och grönsaker.

2.1 IDEFICS

2.1.1 Övervikt och fetma

Övervikt och fetma har under de senaste 25 åren dramatiskt ökat i de flesta länder (Eiben, 2007). Fetma bland barn har blivit jämfört med en epidemi i många delar av världen som även sträcker sig till utvecklingsländer som exempelvis Thailand, där fetma hos barn ökade med 22 procent under två år (World Health Organization, 2003b). Förekomsten av barn med fetma i Europa är mycket stor. I länderna runt Medelhavet ses en övervikt hos ca 30- 35 procent hos barn i åldern 7-11 år. Siffran i centrala och norra Europa är ca 15-20 procent hos barn i samma ålder (Lobstein, Bauer & Uauy, 2004). I Sverige har övervikt och fetma ökat bland barn och utvecklingen är oroande då det brukar fortsätta i vuxen ålder (Lager, Fossum & Bremberg, 2005). Enligt Mårild m.fl. (2004) fördubblades antalet överviktiga barn i västra Sverige mellan år 1984 och 2000 och antalet barn med fetma fördubblades under samma period.

2.1.2 Presentation av projektet

Ett interventionsprojekt¹ som idag pågår i Europa är IDEFICS, där målet är att förhindra övervikt och fetma bland barn i Europa. IDEFICS startade i september 2006 och planeras pågå i fem år. Namnet står för Identification and prevention of Dietary- and lifestyle-induced health Effects In Children and infantS och är finansierat av EU-kommissionens sjätte ramprogram. Under fem år ska barns hälsoförhållanden kartläggas och förebyggande insatser ska därefter genomföras. Efter interventionerna kommer hälsoläget hos alla barn åter att undersökas. Resultatet sammanställs avslutningsvis, vilket förhoppningsvis kan fungera som olika riktlinjer för att förebygga fetma och övervikt bland barn i framtiden (Identification and prevention of Dietary- and lifestyle-induced health Effects In Children and infantS, 2007; Partille kommun, 2007).

I projektet ingår tjugofem partners där sju är forskargrupper anslutna till olika universitet i Europa, medan resterande företag är partners vars produkter projektet kan ha användning för. De barn som ingår i studierna är förskolebarn 2-4 år och skolbarn 6-8 år och sammanlagt är det 8000 förskolebarn och 8000 skolbarn i Europa som studeras. Det är nio studiecentra inom IDEFICS som står för rekryteringen: Belgien, Cypern, Estland, Tyskland, Grekland, Ungern, Italien, Spanien samt Sverige (Partille kommun, 2007).

2.1.3 Partille som interventionskommun

I Sverige är den lokala studiegruppen lokaliserad i Göteborg och ansvariga är forskare vid Göteborgs universitet. De kommuner där rekryteringen sker av barn i åldern 2-8 år är Partille (750 barn), Mölndal (500 barn) och Alingsås (250 barn). Anledningen till att just dessa kommuner valdes ut var likheter i de socioekonomiska, demografiska och miljömässiga

¹ Intervention = Vetenskapligt samlingsbegrepp som omfattar förebyggande eller behandlande åtgärder (Nationalencyklopedin, 2008).

förhållandena. Mölndal och Alingsås fungerar som kontrollkommuner medan Partille är den kommun där interventionerna kommer att genomföras där sex grundskolor är utvalda (Partille kommun, 2007). Projektet vill även förbättra kost- och motionsvanor för alla barn i Partille, upp till 16 år (Partille kommun, 2008).

Interventionerna som IDEFICS kommer att genomföra i kommunen riktar sig till barn, föräldrar, berörd personal inom förskolor och skolor samt andra aktörer och intressenter i samhället. De tre interventionsområden med två interventionsbudskap i varje som förmedlas till barn och ungdomar i skolorna är följande:

Fysisk aktivitet

- Öka den fysiska aktiviteten
- Minska tv-tittandet

Stress

- Vara mer tillsammans
- Sova lagom mycket

Kost

- Öka den dagliga konsumtionen av vatten
- Öka den dagliga konsumtionen av frukt och grönsaker

(Eiben, 2008)²

2.2 *Frukt och grönsaker som interventionsbudskap*

2.2.1 *Betydelse för hälsan*

En kost med mycket frukt och grönsaker samt grova spannmålsprodukter kan minska risken för fetma och övervikt hos vuxna, eftersom utrymmet för energitäta livsmedel med socker och fett då minskar (World Health Organization, 2003a). Frukt och grönsaker förknippas även med minskad risk för diabetes, cancer och hjärt- och kärlsjukdomar då de bland annat innehåller mycket fibrer och antioxidanter (Kallings, 2002). Enligt World Health Organization (WHO) (2003c) är ett lågt frukt- och grönsaksintag en stor riskfaktor för global dödlighet och upp till 2,7 miljoner liv kan årligen räddas genom en betydande ökning av konsumtionen. När det gäller barns kost finns det inga liknande bevis. Det har dock visat sig att barn som äter mycket frukt och grönsaker äter mindre mängd söta och feta produkter (Livsmedelsverket, 2008b).

2.2.2 *Rekommendationer och definitioner*

Rekommendationerna i Sverige för frukt och grönsaker har inte funnits lika länge som resterande kostrekommendationer (Livsmedelsverket, 2008c). Det var år 1994 som Livsmedelsverkets och Socialstyrelsens expertgrupp för kost-, motions- och hälsofrågor beslöt att komplettera de befintliga kostrekommendationerna med rekommendationer gällande frukt och grönsaker. Anledningen var att det fanns studier som visade på att om konsumtionen av frukt och grönsaker var stor, kunde det bidra till minskad cancerrisk samt även hur viktigt C-vitamin var för järnabsorptionen (Livsmedelsverket, 2008c).

² Muntlig kommunikation med Gabriele Eiben, dietist och forskare vid Sahlgrenska Akademin samt projektledare för IDEFICS, 2008-02-15

Vad gäller definitionen av frukt och grönsaker varierar den från land till land. Frukt har en mer enhetlig definition medan begreppet grönsaker skiftar mer kraftigt (World Health Organization, 2003c). I Sverige definierar Livsmedelsverket (2008c) frukt som frukt, bär, juice samt torkad frukt och grönsaker som grönsaker, baljväxter och rotfrukter. Dock räknas potatis inte med i denna kategori. Grönsaker delas även in i näringsrika respektive näringsfattiga där näringsrika innefattar bland annat baljväxter, broccoli, blomkål, majs, morot, vitkål, betor och paprika (Tillämpad näringslära, Centrum för folkhälsa, Stockholms läns landsting, 2008).

WHO (2005) rekommenderar ett intag av minst 400 gram frukt och grönsaker per dag för vuxna och barn. Livsmedelsverket (2008b) rekommenderar dock minst 500 gram frukt och grönsaker för barn 10 år och äldre medan det för de yngre 4-10 år är 400 gram. Mängden frukt och grönsaker bör vara hälften vardera och av grönsakerna rekommenderas att hälften består av den mer näringsrika sorten. En variation av kokta och råa grönsaker är även att föredra. Energiintaget över en dag bör fördelas genom att 20-25 procent kommer från frukosten, 25-35 procent från lunch och middag vardera och resterande energi från mellanmål. Detta innebär att frukt och grönsaksintaget under lunchen bör vara ca 125-175 gram för personer över 10 år och 100-140 gram för de yngre.

2.2.3 Barns intag

Enligt många artiklar som behandlar andra länders förhållanden är barns frukt- och grönsaksintag inte enligt den rekommenderade mängden 400 gram per dag (Knai, Pomerleau, Lock, & McKee, 2005; French & Stables, 2003; Blanchette, & Brug, 2005). WHO utförde år 2001/02 i samarbete med Europa och Nordamerika en internationell undersökning om skolorungdomars hälsa. Studien omfattade cirka 162 000 ungdomar mellan 11 till 15 år där bland annat frukt- och grönsakskonsumtionen studerades (Currie, m.fl., 2004). Resultatet visar i medeltal att endast 30 procent av pojkarna och 37 procent av flickorna åt frukt dagligen. Mindre än 50 procent åt grönsaker varje dag och liknande fruktkonsumtionen åt flickor mer grönsaker än pojkar. I undersökningen framgår också att konsumtionen av frukt och grönsaker i de flesta länder minskade något med åldern (Currie, m.fl., 2004).

En liknande kostundersökning genomfördes i Sverige av Livsmedelsverket år 2003 där 4-åringar och barn i årskurs 2 och 5 deltog (Livsmedelsverket, 2006). Med hjälp av en matdagbok, som fylldes i av barnen eller med hjälp av föräldrarna, registrerades vad barnen åt under fyra dagar och materialet analyserades. Resultatet visar att barnen endast åt hälften av den rekommenderade mängden frukt och grönsaker per dag. Bland 4-åringarna och barnen i årskurs 5 åt flickorna oftare frukt och grönsaker, medan det hos barnen i årskurs 2 inte var någon skillnad. I jämförelse mellan åldersgrupperna minskade konsumtionen med åldern, 4-åringarna åt mest och barnen i årskurs 5 minst. Barn till föräldrar med högskoleutbildning åt mer frukt och grönsaker än andra. En annan faktor var etnicitet, där barn till föräldrar med utländsk bakgrund åt mer grönsaker (Livsmedelsverket, 2006).

2.3 Skolan som hälsofrämjande arena

2.3.1 Elevers matvanor

Barns låga frukt- och grönsakskonsumtion tyder generellt på att det även gäller vid skollunchen. Någon som styrker detta är Becker (2000) i en artikel från *Vår Föda* om elevernas inställning till skollunchen. Undersökningen visar att de flesta elever dagligen eller nästan dagligen äter av skollunchen, men att det varierar mycket mellan olika skolor. Portionerna är dock ofta mycket små, mindre än 25-50 procent av den rekommenderade

mängden. Inslaget av frukt och grönsaker på tallrikarna var här mycket lågt i förhållande till övrig mat.

2.3.2 Livsmedelsverkets råd – Bra mat i skolan

Livsmedelsverket (2007c) påpekar att skolan har goda möjligheter att främja bra matvanor hos barn och ungdomar eftersom många äter stor del av sina måltider där. För att skolan ska kunna arbeta mot bättre matvanor fick Livsmedelsverket 2005 i uppdrag av regeringen att ta fram råd för måltider i förskolan, grundskolan, gymnasieskolan, fritidshem samt familjehem. En annan anledning till råden var att de befintliga riktlinjerna för skolmåltiden, varken tillämpades eller var kända hos skolmåltidspersonalen. Resultatet blev riktlinjerna ”*Bra mat i skolan - Råd för förskoleklass, grundskola, gymnasieskola och fritidshem*”. Råden är till för att ge stöd, vägledning och förslag för alla som på något sätt är involverade med maten i skolan. Här tas de svenska näringsrekommendationerna upp, olika tips och tankar på hur man kan förändra en måltidsmiljö samt kunskap som kan vara relevant för personalen i skolköket. Det är sedan upp till varje kommun och skola att bestämma hur man ska arbeta för att främja goda matvanor och i viken utsträckning de använder sig av Livsmedelsverkets råd (Livsmedelsverket, 2007c).

I råden finns förslag angående skolans frukt- och grönsaksutbud. Genom att erbjuda en salladsbuffé med ett varierat utbud kan eleverna uppmuntras att testa nya sorter och konsumtionen kan öka. För att buffén ska vara attraktiv är det viktigt att den presenteras på ett trevligt och fräscht sätt. Genom att placera salladsbordet innan den varma maten är det lättare för eleverna att äta mer grönsaker (Livsmedelsverket, 2007c).

Salladsbord

Målet är att varje elev ska äta 100-125 gram grönsaker och frukt i samband med lunchen varje dag.

Salladsdressingen bör vara mager - max 15 % fett - och baserad på olja eller vinäger

Salladsbordet bör innehålla minst två komponenter från C-vitaminlistan:

Blomkål	Salladskål	Citrusfrukter
Broccoli	Vitkål	Kiwi
Paprika	Apelsin eller andra	

Salladsbordet bör innehålla minst tre komponenter från kolhydrat-/ kostfiberlistan:

Bönor	Rödbeta	Rissallad
Linser	Ärter	Sallad på couscous
Kikärter	Ärter- majs- paprika	eller bulgur
Morötter	Amerikansk grönsaks-	Päron
Palsternacka	blandning	Äpple
Kålrot	Potatissallad	Gröna bönor
Majs	Pastasallad	

Salladsbordet kan innehålla valfritt antal av dekorationsgrönsaker:

Tomat	Gurka
Sallad - isbergs- och huvudsallad	Rädisa

Figur 1. Exempel på salladsbord vid skollunchen (Livsmedelsverket, 2007c).

Råden tar även upp skolmåltidspersonalens roll vid skollunchen. Matglädje och intresse för mat är något som bör förmedlas av skolmåltidspersonalen till eleverna för att bidra till bra matvanor. Genom att personalen är tillmötesgående och engagerade uppmuntras eleverna till en hälsosam livsstil (Livsmedelsverket, 2007c).

Även den pedagogiska måltiden nämns i råden, där lärarna är viktiga för att barnen ska få en naturlig och positiv inställning till måltiden (Livsmedelsverket, 2007c). De bör fungera som bra förebilder och kan visa detta för barnen genom att bland annat äta all mat som serveras, visa hur en balanserad måltid kan se ut samt ha en positiv inställning till nya maträtter. Med fler vuxna i matsalen kan även ljudnivån minska och matron öka bland både yngre och äldre barn. Den pedagogiska lunchen är tänkt att ingå i lärarnas arbetstid och är kostnadsfri eller subventionerad beroende på kommun. Idag tillämpas någon form av pedagogisk måltid i de flesta kommuner på förskolor och skolor i Sverige. En annan form av pedagogisk lunch är så kallade lunchlektioner där klassen går tillsammans med läraren till matsalen och äter. Lektionen fortsätter sedan efter lunchen utan att eleverna har någon rast. Fördelen är då att eleverna inte behöver känna sig stressade att hinna ut och leka. Raster läggs istället under andra tidpunkter på dagen (Livsmedelsverket, 2007a).

Lärarna bör även uppmuntra föräldrar att se till att barnen tar med frukt till skolan. Råden påpekar att det är föräldrarna som har det yttersta ansvaret för barnens matvanor och att de tar efter hur och vad föräldrarna äter samt deras förhållningssätt till skolmaten (Livsmedelsverket, 2007c).

2.3.3 Hur fungerar det idag?

Skollagen (SFS1985:1100) beskriver att alla kommuner ska ha en skolplan och att det där ska framgå hur kommunen tänkt arbeta mot sina individuellt uppsatta mål. Utöver skolplanen finns även en eventuell folkhälsoplan som varje kommun beslutat om, där det för matens del finns nationella mål gällande bra matvanor och säkra livsmedel. Många kommuner arbetar utifrån ett kostpolitiskt program eller en kostpolicy för att dessa mål ska nås. Hur målen ska uppnås beror på många olika aktörer i kommunen, allt från politikerna till måltidspersonalen och föräldrarna. En kommuns kostorganisation kan vara uppbyggd på många olika sätt, då vissa kommuner inte har någon uttalad kostansvarig medan andra har kostchefer eller kostkonsulenter. I skolor där maten tillagas finns vanligtvis kostekonom/husmor eller annan person som har huvudansvaret (Livsmedelsverket, 2007c).

Vad gäller Partille kommun arbetar skolorna enligt Strömberg-Hjelm³ efter Livsmedelsverkets rekommendationer. Kommunen har inget politiskt beslut, men arbetar efter en policyhandling kallad ”*Barnens mat i skola, förskola och familjedaghem*” som innehåller kortfattade råd om skolmåltiden. Här ingår dock inga riktlinjer eller rekommenderade mängder utan man hänvisar istället till Livsmedelsverkets hemsida. Enligt Partille kommun (2008) är det viktigt att alla elever och förskolebarn får en så näringsrik och god kost som möjligt. För att detta ska uppnås tillagas maten så nära barnen som möjligt och de flesta skolor och förskolor har eget tillagningskök där maten tillagas. Alla vuxna har ansvar för att barnen ska äta och vid pedagogiska måltider ska de vuxna föregå med gott exempel genom att exempelvis äta samma mat som eleverna (Partille kommun, 2008). Partille är även med i ett projekt som pågår i Västra Götalandsregionen, kallat Skolmatsakademien, med syftet att bland annat ge barn och ungdomar mer kunskap om mat, som ska leda till bättre hälsa och en mer positiv attityd till mat (Västra Götalandsregionen,

³ Muntlig kommunikation med Agneta Strömberg-Hjelm, kostkonsulent på Barn- och Utbildningsförvaltningen i Partille Kommun 2008-04-15

2008). Strömberg-Hjelm beskriver kostorganisationen i Partille med att det inte finns någon kostenhets enhet utan varje område har sin organisation med servicechefer, rektorer, personal och ekonomiansvarig. De flesta skolor har sedan arbetsledare i form av en kostekonom eller husmor. Utöver dessa arbetar en kostkonsulent för hela kommunen med allt från kostinformation till lokaler och utrustning.

2.4 Faktorer som påverkar elevers konsumtion

2.4.1 Vid skollunchen

Halling, Jacobsson och Nordlund (1990) skriver om skolmåltidsansvarigas och dess ekonomiföreståndares uppfattningar kring varför inte barnen åt den serverade skolmaten. Det framkom att kamratpåverkan var den främsta anledningen, det följdes av att det fanns dåliga kunskaper om hur viktigt det var att äta hälsosamt och att eleverna har andra kostvanor hemifrån. Även Prell (2004) visar i sin studie om elevers konsumtion av fisk, att gruppsytryck och kunskap om mat har betydelse vid skollunchen. Halling, Jacobsson och Nordlund (1990) menar vidare att miljön i matsalen var för bullrig och att eleverna därför inte hade tid och ro att äta maten.

Livsmedelsverket (2007c) beskriver att miljön i matsalen är en viktig faktor till hur bra eleverna äter, där bland annat stress och buller ingår. Andra faktorer som nämns är mobbning, bråk och utanförskap. I en undersökning av Meyer och Conklin (1998) utforskades elevers uppfattning om skolmåltiden på nio skolor i USA. De faktorer som främst ansågs påverka skolmåltiden var bland andra variationen av mat, utseendet vid serveringen, smaken på maten samt glad och trevlig skolmåltidspersonal. Liknande faktorer framgår i en vetenskaplig artikel skriven av Mikkelsen, Rasmussen och Young (2005). Genom samarbete med WHO utforskades skolmåltidsverksamhetens roll vid främjandet av goda matvanor bland skolor i Europa. En faktor som uttrycktes tydligt här var engagemanget och inställningen från övrig personal på skolan. Även hur lärare uppträder gentemot skolmaten ansågs ha betydelse för elevernas konsumtion.

En undersökning utförd av Sjögren och Wesslén (1995) visar att just skolmåltidspersonalens bemötande är av stor vikt. Det var elevernas, politikernas och skolledningens åsikter om skolmaten som utforskades. Skolmåltidspersonalen ansågs ha en central roll i skolmatsalen med sitt bemötande gentemot elever och lärare. Genom deras inställning och kommunikation med barnen påverkade de barnens matlust, glad och trevlig personal ansågs servera god mat. Att skolmåltidspersonalen spelar stor roll för elevernas måltidssituation fann även Prell (2004) i sin studie, eftersom det är de som både tillagar maten och serverar den.

2.4.2 Frukt och grönsaker vid skollunchen

Utöver forskning som visar vilka faktorer som påverkar elevers inställning till skollunchen, finns det även forskning som enbart fokuserar på frukt- och grönsaksintaget i skolan. I en översiktsartikel diskuterar Blanchette och Brug (2005) faktorer som påverkar frukt- och grönsakskonsumtionen bland 6-12-åringar. Likt de faktorer som påverkar elevernas inställning till skolmaten är gruppsytryck och matvanor hemifrån något som nämns. Andra faktorer som anses påverka intaget är närheten till skolcafeteria/närbutik och TV-reklam. Gällande TV-reklamen påverkas barnen negativt då maten som visas oftast inte är av typen frukt och grönsaker utan istället mat som inte är bra ur näringssynpunkt. En personlig faktor som Blanchette och Brug resonerar kring är smak. Intaget av frukt bland barn anses lättare att öka än intaget av grönsaker, mycket beroende på att frukt föredras framför grönsaker för smakens skull.

I en annan undersökning beskriver Schwartz (2007) hur elevers konsumtion av frukt och grönsaker i USA påverkas genom verbal uppmuntran. Resultatet visar att konsumtionen ökar vid verbal uppmuntran jämfört med ingen uppmuntran. Edwards och Hartwell (2002) resonerar i sin studie från Storbritannien kring barns kunskap om frukt och grönsaker. Resultatet visar att barn lättare känner igen frukt än grönsaker. Vitkål var den grönsak som var minst igenkänd, broccoli och blomkål var två andra grönsaker som eleverna hade svårt att identifiera.

2.5 Interventioner i skolan

2.5.1 Globalt

Tidigare projekt

Det har även genomförts olika interventioner i övriga delar av världen för att öka barns frukt- och grönsaksintag, vissa mer framgångsrika än andra. Knai, Pomerleau, Lock och McKee (2005) granskade en undersökning av publicerade och opublicerade studier i världen där interventioner hade genomförts för att öka skolbarns konsumtion av frukt och grönsaker. Syftet var att summera alla studier för att få en övergripande klarhet vilka interventioner som når sitt mål, det vill säga vad som ska göras för att öka konsumtionen av frukt och grönsaker på bäst och effektivast sätt. Granskningen visar vilka delar som interventionen bör innehålla för att vara effektiv, vilket kan ske genom att:

- Låta interventionen pågå i minst 12 månader
- Öka exponeringen av frukt i hela skolans verksamhet
- Integrera ämnet frukt och grönsaker i skolans undervisning
- Inkludera skolmåltidspersonalen i arbetet
- Involvera och informera föräldrar
- Engagera övriga i samhället, både på kommun- och regeringsnivå

En annan undersökning som utförts av Brug och Blanchette (2005) tar på liknande sätt upp vilka interventioner som på bästa sätt ökar konsumtionen av frukt och grönsaker hos barn. I likhet med Knai, Pomerleau, Lock och McKee (2005) hittades bevis på att den mest effektiva metoden att öka frukt och grönsaker är en kombination av undervisning i klassrummen, föräldrars medverkan och skolmåltidspersonalens engagemang.

Effektiva strategier för att öka konsumtionen frukt och grönsaker i skolan diskuteras även i en artikel av Perry m.fl. (2004). För att elevernas intresse ska fångas måste frukt och grönsaker vara mer tilltalande vid skollunchen. Detta kan utföras genom att öka variationen och utbudet av grönsaker, utveckla tillagningssätten av mat så att attraktiva maträtter med grönsaker införs samt att be skolmåltidspersonalen uppmuntra eleverna verbalt att äta mer frukt och grönsaker. Att just skolmåltidspersonalen förstår betydelsen av sin egen roll i arbetet att förändra matvanor hos barn anser Perry m.fl. (2004) vara en viktig rekommendation från studien.

Pågående projekt

I maj 2007 publicerade europeiska kommissionen en vitbok, kallad ”*A strategy for Europe on nutrition overweight and obesity related health issues*” (Agriculture and Rural Development, 2008). Med bakgrund av boken och den dramatiska ökningen av fetma bland skolbarn har kommissionen uppmanats att lägga fram ett förslag för ett skolfruktprogram på EU-nivå. För att få så mycket idéer och synpunkter som möjligt gick de även ut till allmänheten så att alla intressenter kunde bidra med åsikter och tankar. Deadline på detta var våren 2008. Efter bearbetning av idéer och förslag beräknas programmet kunna börja

tillämpas skolåret 2009/2010. Deltagandet av ett skolfruktprogram kommer att vara frivilligt hos medlemsstaterna inom EU. Skolfruktprogrammet kommer inte bara gälla frukt som namnet kan antyda utan även alla sorters grönsaker. Det finns länder som redan använder sig av skolfruktprogram och i två länder har resultatet utvärderats. I ett land användes ett så kallat äppelprojekt och det visade att konsumtionen av äpplen hade ökat bland skolbarn efter projektet. I ett annat land hade resultatet efter projektet Food Dude gett stora och långverkande förändringar hos skolbarns dieter (Agriculture and Rural Development, 2008).

2.5.2 Sverige

Tidigare projekt

I Sverige har en del åtgärder genomförts för att öka konsumtionen av frukt och grönsaker. Livsmedelsverket och Folkhälsoinstitutet (2000) har utgett ett informationshäfte där olika skolor beskriver hur de har genomfört positiva förändringar angående skolmaten. En skola beskriver hur grönsaksåtgången har ökat med 50-70 procent sedan personalen börjat arbeta mer aktivt med salladsbuffén och dess utseende. De placerade salladen före varmmaten och såg en tydlig förändring då eleverna till följd tog mer grönsaker. Personalen beskriver också att salladsbuffén blev ett alternativ istället för att servera en andra eller tredje varmrätt. På en annan skola hade måltidspersonalen infört tallriksmodellen där dagens maträtt visas upp med rätt proportioner. Även här såg personalen en ökning av grönsaksintaget (Livsmedelsverket & Folkhälsoinstitutet, 2000).

Nationellt centrum för främjande av god hälsa hos barn och ungdom (NCFE) (2006) har tidigare uppmanat landets grundskolor att ”Visa vägen till goda matvanor”. Priset var ett bidrag på 10 000 som skulle delas ut till åtta skolor. Det var fem kriterier för att få vara med i utmaningen och dessa var: hälsofrämjande, matglädje, lärande, elevmedvetenhet samt ämnesövergripande. Det visade sig att vissa skolor hade kommit långt i sitt arbete kring goda matvanor medan andra precis hade börjat (Nationellt centrum för främjande av god hälsa hos barn och ungdom, 2006). På en skola pratade de dagligen om mat: vad som kan vara lämplig matsäck vid friluftsdagar, tallriksmodellen och proportioner mellan de olika komponenterna. Eleverna blev uppmuntrade att ta med frukt till skolan och lärarna påpekade även hur viktigt det var att de vuxna visar på gott exempel gällande fruktätandet samt vilken mat de väljer i matsalen. En tredje skola som kommit långt i sitt arbete kring maten i skolan serverar varje dag 22-25 olika sorters sallader i salladsbuffén. De nämner även hur viktigt det är med ett matråd där skolmåltidspersonalen träffar alla elever årskursvis och ämnen rörande maten diskuteras. Även skolledningen, lärare, skolsköterska deltar i råden. Personalen informerar om sitt arbete och de har sett positiva effekter när eleverna och skolmåltidspersonalen fått träffats i ett annat sammanhang än den traditionella (Nationellt centrum för främjande av god hälsa hos barn och ungdom, 2006).

2.6 Sammanfattning av bakgrund

Fetma och övervikt bland barn är idag ett stort hälsoproblem världen runt. För att kunna vända på utvecklingen är det nödvändigt med förebyggande åtgärder i form av olika interventionsbudskap. Ett av dessa är en ökad konsumtion av frukt och grönsaker som projektet IDEFICS arbetar för. I Sverige riktar sig projektet till skolbarn i Partille kommun där interventionerna också sker.

En kost med mycket frukt och grönsaker kan minska risken för övervikt och fetma bland barn. Även risken att drabbas av andra sjukdomar som cancer, diabetes och hjärt- och kärlsjukdomar kan hos vuxna minska med ett ökat frukt- och grönsaksintag. Enligt de svenska rekommendationerna från Livsmedelsverket bör barn upp till 10 år äta 400 gram

frukt och grönsaker per dag medan barn över 10 år och vuxna istället bör äta 500 gram per dag. Dessa rekommendationer stämmer dock dåligt överens med verkligheten, då barn i Sverige år 2003 endast åt hälften av det rekommenderade intaget. Även studier från WHO visar på liknande sätt en dålig konsumtion bland barn i andra delar av världen.

Barns låga konsumtion av frukt och grönsaker gäller även vid skollunchen. För att skolan ska kunna främja bra matvanor bland eleverna finns i Sverige råd utgivna av Livsmedelverket. Där finns vägledning och rekommendationer angående skolmaten som skolmåltidspersonalen kan följa, däribland arbetet med frukt och grönsaker. Råden beskriver även hur kostorganisationen på skolorna kan se ut idag och hur ansvaret kan vara fördelat i kommunen. I Partille kommun har man valt att arbeta efter en policyhandling kallad "*Barnens mat i skola, förskola och familjedaghem*" som inte är lika ingående beskriven som Livsmedelsverkets råd.

Livsmedelsverkets råd påpekar att vuxna såsom skolmåltidspersonal, lärare och föräldrar, har en betydande roll för elevers matvanor. Studier visar att andra faktorer som påverkar elevernas intag av skollunch inkluderat frukt och grönsaker är gruppsyck, kunskap, skolmåltidsmiljön och utseendet vid serveringen. För att kunna genomföra framgångsrika interventioner är det viktigt att ta reda på de faktorer som påverkar konsumtionen och undersöka tidigare projekt. I ett projekt inom EU som nyligen har startats är syftet att ta fram ett skolfruktsprogram. Projektet vände sig under våren 2008 till allmänheten för att få tips och idéer angående hur frukt- och grönsakskonsumtionen bland barn kan öka.

För att minska fetma och övervikt bland barn bör förebyggande insatser genomföras. Ett steg i detta är att ta fram effektiva åtgärder som ökar barns konsumtion av frukt och grönsaker. Faktorer som påverkar deras intag bör identifieras vilket kan ske genom skolmåltidspersonalens ögon och öron. Det är därför viktigt att undersöka deras åsikter för att få fram nya synpunkter i ämnet.

3. Syfte

Huvudsyftet är att undersöka vilka uppfattningar skolmåltidspersonalen i tre grundskolor har kring elevers konsumtion av frukt och grönsaker vid skollunchen och vad som kan göras för att öka intaget.

Ett delsyfte i studien är att låta resultatet fungera som ett underlag för IDEFICS i arbetet med att öka frukt- och grönsakskonsumtion bland barn och ungdomar.

3.1 Frågeställningar

- Hur arbetar skolmåltidspersonalen idag med frukt och grönsaker vid skollunchen?
- Vilka uppfattningar har skolmåltidspersonalen kring elevers konsumtion av frukt och grönsaker?
- Vilka faktorer påverkar intaget av frukt och grönsaker hos eleverna enligt skolmåltidspersonalen?
- Vilka konkreta förslag finns hos skolmåltidspersonalen för att intaget av frukt och grönsaker ska öka hos eleverna?

4. Metod

I kommande stycke beskriver vi tillvägagångssätten med de metoder vi använt oss av, genomförandet av undersökningen samt hur materialet analyserades.

4.1 Val av metod

För att närmare studera skolmåltidspersonalens uppfattningar kring elevers konsumtion av frukt och grönsaker har vi valt fokusgruppsintervju som metod, då den bäst passade vårt syfte. Det är en kvalitativ forskningsmetod där människors tankar och föreställningar undersöks (Krueger & Casey, 2000). En anledning till att vi valde just fokusgruppsintervjuer med skolmåltidspersonalen och inte individuella intervjuer var att de ofta arbetar i grupp eller team och vi såg goda möjligheter till bra diskussioner dem emellan. Vi ville även ha åsikter från så många personer som möjligt som agerar och påverkar eleverna varje dag vid skollunchen. Fokusgruppsintervjuer är även en bra metod att använda när värdefulla förslag ska tas fram inför en intervention, vilket är i linje med vår studie där vi hoppas att resultatet ska hjälpa IDEFICS i deras fortsatta arbete (Krueger & Casey, 2000). Ursprungligen var tanken att vi endast skulle utföra fokusgruppsintervjuer, men när vi väl hade genomfört den första intervjun ville vi komplettera den med observationer. Syftet var att se hur skolmåltidspersonalen arbetar med frukt och grönsaker samt att i resultatet ge läsaren en helhetsbild av hur måltidssituationen på de olika skolorna ser ut. Då en av våra frågeställningar behandlar hur skolmåltidspersonalen arbetar med frukt och grönsaker anser vi att observationen var i enlighet med studiens syfte. Eftersom observationerna endast skulle komplettera fokusgruppsintervjuerna har vi valt att redogöra för dem kort och istället fokusera på fokusgrupperna.

4.1.1 Fokusgrupper

Enligt Krueger och Casey (2000) är syftet med fokusgrupper att lyssna och samla information för att få reda på en grupps tankar och åsikter. En stor fördel med metoden är att den är flexibel, svaren kan då utvecklas och fördjupas med följdfrågor (Bell, 2000). Fokusgruppsintervjuer kan med fördel användas som ett underlag inför ett kommande projekt eller för att få fram värdefulla åsikter och förslag inför exempelvis en intervention (Krueger & Casey, 2000). Detta stämmer bra med vårt mål, att ta fram ett hjälpmedel åt IDEFICS i deras framtida arbete mot övervikt och fetma bland barn.

Vid en fokusgruppsintervju samlas en grupp människor och diskuterar ett visst ämne (Wibeck, 2000). Utöver deltagarna finns en moderator som ser till att diskussionen löper fint samt riktar in samtalen på nya ämnen vid behov. Moderatorns roll är viktig och bör tänkas igenom under planeringen av intervjuerna, något som vi var väl medvetna om. Svårigheter för moderatoren kan vara att finna en balans mellan hur den ska förhålla sig till gruppens diskussioner, exempelvis att inte nicka vid instämmande eller le uppmuntrande. Detta kan ses som en hämmande effekt på gruppen då vissa kanske inte vågar yttra andra åsikter efter moderatorns agerande. Utöver moderatoren underlättas arbetet om en assistent medverkar vid intervjun som sköter allt det praktiska såsom att föra anteckningar, sköta ljudinspelningen samt att se till att deltagarna trivs (Wibeck, 2000). Eftersom vi var två personer som utförde undersökningen föll det sig naturligt att en skulle agera moderator och den andra assistent.

Genom att intervjua ett flertal grupper kan olika mönster och olikheter grupperna emellan upptäckas (Krueger & Casey, 2000). Hur många personer en fokusgrupp bör innehålla råder det delade meningar om bland forskare, vilket Wibeck (2000) diskuterar. Wibeck hävdar dock att den inte bör vara för stor, mellan fyra till sex personer, då alla ska kunna ha

ögonkontakt med varandra. I vår studie deltog mellan tre till fem personer vid sammanlagt tre tillfällen.

Inför fokusgruppsintervjun är det av stor hjälp att utforma en intervjuguide som innehåller det som moderatorn ska ta upp under själva intervjun (Krueger & Casey, 2000; Wibeck, 2000). Vår intervjuguide innehöll en inledning, ämnespresentation, frågeställningar med tillhörande följdfrågor samt en avslutning (se Bilaga 1). Tanken vid utformningen var att den skulle fungera som hjälpmedel under intervjuerna både för moderatorn och för assistenten. Genom att även använda sig av olika stimulusmaterial vid intervjun som är kopplat till ämnet, kan gruppdeltagarna få nya tankar och funderingar. Det kan exempelvis vara videofilmer, artiklar eller annat material som har anknytning till ämnet. Stimulusmaterialet kan även fungera bra om diskussionen håller på att avta (Wibeck, 2000). Det material som användes vid fokusgruppsintervjuerna var en skål med färska frukter och grönsaker samt en artikel som de deltagande ombads läsa igenom inför sista frågeställningen. Artikeln publicerades av Livsmedelsverket våren 2008, där EU-kommissionen efterfrågar tips och idéer för hur konsumtionen av frukt och grönsaker ska öka i skolan (Livsmedelsverket, 2008a).

Olika fördelar med fokusgruppsintervjun som metod är att den bland annat ger möjligheter till att både deltagarna och moderatorn upptäcker nya perspektiv inom det aktuella ämnet. När det gällde vår undersökning ville vi uppmärksamma ämnet frukt och grönsaker och att nya tankar och idéer kring det skulle formas hos gruppdeltagarna. Gruppintervjun ger även ett djup i svaren då deltagarna blir tvungna att tolka och utveckla ämnen samt att de ger sina egna tolkningar av diskussionen (Morgan, 1998). Det kan också vara lättare för vissa människor att medverka i gruppintervjuer då en enmansintervju kan upplevas som en utsatt situation (Wibeck, 2000). Dock kan det även vara negativt att använda sig av metoden då vissa i gruppen inte kanske vågar berätta vad de har för åsikter och därför struntar i att nämna något som kan vara relevant för undersökningen. Andra nackdelar kan vara att välja ut gruppdeltagarna så att givande diskussion uppstår. Metoden är även mycket tidskrävande då transkribering och analys kan ta lång tid (Wibeck, 2000).

4.1.2 Observation

Som ett komplement till fokusgruppsintervjuerna valde vi att genomföra korta observationer under skollunchen på alla berörda skolor. Wibeck (2000) anser att det är undersökningens syfte som avgör om fokusgruppsintervjuerna bör kompletteras med annan information, såsom observationer och individuella intervjuer. Patel och Davidsson (2003) menar att observationer också ofta används för att komplettera andra metoder. De hävdar vidare att metoden kan vara användbar för att studera beteenden i den naturliga miljön samt utseendet på den aktuella platsen. Andra fördelar med metoden är att individerna som observeras inte behöver lämna någon information och de behöver inte heller vara aktiva. Nackdelar är att metoden kan vara tidsödande, att beteendet inte alltid är naturligt och att oförutsedda negativa händelser kan ske under observationen (Patel & Davidsson, 2003).

4.2 Urval

Eftersom syftet var att göra ett underlag till IDEFICS innebar detta en begränsning. Urvalet skedde således bland skolmåltpersonalen på de på sex grundskolor (förskola och årskurs 1-9) som är med i projektet. Som tidigare nämnt kartlägger IDEFICS barn i åldrarna 2-8 år, men eftersom skolmatsalen är öppen för alla elever i grundskolan valde vi att inte inrikta oss på ålder gällande. Tre skolor hade möjlighet att delta, bland de övriga tre skolorna ansåg de ansvariga inom IDEFICS att två inte var lämpliga för undersökning och den tredje skolan tackade nej på grund av tidsbrist. I begreppet skolmåltpersonal innefattades alla personer som arbetade praktiskt med skolmaten, antingen i köket och/eller i serveringen. För att

skolmåltidspersonalen skulle känna sig jämlika i diskussionen och kunna uttrycka fria åsikter, valde vi dock att inte ta med husmor/kostansvarig på respektive skola. Det blev husmors/kostansvariges uppgift att informera sin personal om undersökningen och tillsammans kom de överens om vilka som skulle delta. Vår önskan var att minst tre personer skulle delta i gruppintervjun vilket också blev fallet då deltagarna vid intervjuerna blev tre, fyra respektive fem till antalet. Vad gäller kön var alla deltagare kvinnor. Alla skolor som tackade ja till vår studie medverkade också under hela processen vilket innebär att vi inte fick något bortfall.

4.3 Genomförande

4.3.1 Fokusgruppsintervjuer

Vi inledde vår studie med att kontakta rektorerna på de berörda skolorna via telefon för att få samtycke att utföra undersökningen. Efter samtycke från rektorerna kontaktades husmor/kostansvarig på skolorna för att höra om vår undersökning gick att genomföra. För att informera om vad studiens syfte var, skickade vi ut ett missivbrev via e-post (se Bilaga 2) och bestämde i samråd med husmor/kostansvarige även tid när undersökningen skulle ske. Varje fokusgruppsintervju och observation skedde under samma dag på respektive skola och alla tre undersökningar utfördes inom loppet av en vecka. Enligt Wibeck (2000) bör antalet gruppdeltagare vara fyra till sex, men vi bad i informationsbrevet om tre till fem personer då det kan vara svårt för skolmåltidspersonalen att gå ifrån arbetet en längre period. Slutligen blev antalet gruppdeltagare på de tre skolorna tre, fyra respektive fem personer.

Inför varje intervju var vi väl förberedda genom att vara på plats cirka 45 minuter innan utsatt tid. Vi hade då tid på oss att kontrollera ljudinspelningen, duka upp stimulusmaterial i form av frukt- och grönsakskorgen samt planera hur deltagarna skulle sitta. Vi ansåg, i enlighet med Wibeck (2000), att ett runt bord skapade den optimala samtalsmiljön då alla kunde känna sig delaktiga i diskussionen och ha ögonkontakt med varandra. Inspelningstekniken som användes vid de två första intervjuerna var en dator med inspelningsprogrammet Cubase och tillhörande mikrofon. Då avlyssningen efter andra intervjun stördes av ljud i bakgrunden bytte vi inför den sista intervjun till en videokamera med god ljudupptagningsförmåga. Vi var då noga med att påpeka att deltagarna inte filmades. Diskussionerna under intervjuerna varade mellan 35-50 minuter, då grupperna verkade vara olika intresserade av ämnet. Till följd av detta skiljde sig svaren en del skolorna emellan. Graden av deltagande skiljde sig även inom varje grupp där vissa var mycket aktiva, medan andra nästan inte pratade någonting alls. Efter första intervjun märkte vi att frågeställningarna behövde kompletteras med fler följdfrågor, eftersom nya intressanta synpunkter rörande vårt ämnesområde yttrades som var intressant även för de två resterande intervjuerna (se Bilaga 1).

Under intervjuerna satt moderatorn vid bordet, men försökte att hålla sig utanför diskussionen. Assistenten var placerad mittemot moderatorn, men dock vid ett annat bord för att inte störa själva diskussionen. Vid sista frågeställningen delades stimulusmaterial ut i form av en artikel (se Bilaga 3), vilket fungerade bra då den tog kort tid att läsa. För att visa tacksamhet bjöd vi även på fika vid intervjun. Innan vi tackade för deras medverkande erbjöd vi dem att ta del av det slutgiltiga resultatet, vilket uppskattades av alla grupper.

4.3.2 Observationer

Att komplettera en annan metod under arbetets gång var ett tillvägagångssätt som Widerberg (2002) med lyckad utgång använde sig av i ett av sina projekt. Eftersom tanken framkom efter första intervjun var observationen inte planerad och vi hade därför inte någon klar struktur på vad som skulle observeras. Det som var av intresse noterades, vilket främst var

skolmåltidspersonalens arbete med salladsbuffén och deras agerade rörande elevers konsumtion av frukt och grönsaker. Den observation som utfördes på första skolan genomfördes sedan på samma sätt vid de övriga två skolorna. Vid varje observation bad vi om skolmåltidspersonalens och husmors/kostansvariges samtycke på platsen där intervjuerna utfördes och dessa godkändes på samtliga skolor. Alla observationerna skedde under skollunchen och varade mellan 20-30 minuter. Under skolluncherna agerade båda två som observatörer samt kompletterade varandras iakttagelser. En av oss förde även anteckningar vilket skedde av samma person under alla tre observationer.

4.3.3 Validitet och reliabilitet

Enligt Patel och Davidsson (2003) flyter begreppen reliabilitet och validitet samman i kvalitativa studier, där validitet har en större innebörd.

Validitet innebär att vi undersöker det som är avsett att undersökas (Patel & Davidsson, 2003). Vid kvalitativa studier har begreppet en bredare innebörd än vid kvantitativa studier och innefattar hela forskningsprocessen, där strävan är att beskriva uppfattningar samt att tolka och förstå olika situationer. Eftersom varje kvalitativ forskningsprocess, såsom en intervju, är unik kan det vara svårt att förutbestämma några regler för att säkerställa validiteten. Det är därför viktigt att noga förklara forskningsprocessen så läsaren kan bilda sin uppfattning om alla de val som forskaren har gjort. För att studien ska få en hög validitet kan vissa moment i forskningsprocessen ändå tänkas över (Patel & Davidsson, 2003). Eftersom vår studie var kvalitativ var detta något vi funderade över. Genom att vi vid varje intervju använde oss av en intervjuguide med frågeställningar som var relevanta för studien, såg vi till att undersökningens syfte alltid blev uppnått. Ett hot mot validiteten kan, enligt Wibeck (2000), vid fokusgruppsintervjuer vara om intervjun sker på en främmande plats där deltagarna känner sig obekväma. Vi försökte undvika detta genom att vara på deras arbetsplats där de förhoppningsvis känner sig trygga. Hon menar också att en annan fara vid intervjuerna kan vara att deltagarna inte säger sin mening på grund av grupstryck eller att ämnet är känsligt. Genom att vi visade sympati för våra deltagare och såg till att alla fick sin röst hörd hoppades vi därigenom kunna öka validiteten. Vid observationen såg vi till att de förbestämda punkterna var relevanta för vårt syfte och kunde komplettera fokusgruppsintervjuerna.

I kvalitativa studier får begreppet reliabilitet en annan innebörd än vid kvantitativa studier. Om en person exempelvis intervjuas flera gånger och ger olika svar vid samma fråga innebär detta låg reliabilitet vid kvantitativ undersökning. Vid en kvalitativ studie behöver det inte vara ett tecken på låg reliabilitet, då personen kan ha ändrat uppfattning eller fått nya insikter. I det fall svaret blir innehållsrikt kan det vara viktigare än att samma svar alltid erhålls (Patel & Davidsson, 2003). För att reliabiliteten skulle öka i vår undersökning använde vi oss av samma moderator och assistent, vilket enligt Wibeck (2000) är att föredra vid fokusgruppsintervjuer. Även samma frågor ställdes under alla intervjuer och vi använde oss då av ljudinspelning som enligt Patel och Davidsson (2003) ökar reliabiliteten. Vid observationerna iakttog vi samma saker vid alla tre tillfällen och det var alltid en som ansvarade för anteckningarna.

4.3.4 Etik

Den etiska aspekten är viktig att belysa i all forskning (Patel & Davidsson, 2003). Enligt Morgan (1998) kan konfidentialitet uppnås i alla fokusgruppsintervjuer genom att informationen skyddas noggrant. Eftersom varken skolornas eller måltidspersonalens namn i vår studie hade någon relevans i vår undersökning, behandlade vi alla uppgifter konfidentiellt enligt Vetenskapsrådets (2008) konfidentialitetskrav. Då gruppdeltagarna i vår undersökning

arbetar i skolan tog vi kontakt med respektive rektor och ansvarig för IDEFICS för att få deras samtycke att utföra undersökningen, enligt samtyckeskravet. För att uppfylla informationskravet informerade vi även deltagarna om studiens syfte och deras roll i undersökningen (Vetenskapsrådet, 2008). Vad gäller observationernas etiska aspekt fick vi samtycke av skolmåltidspersonalens till att observera deras arbete under skollunchen.

4.4 Analys

Hur den kvalitativa analysen sedan ska genomföras finns enligt Wibeck (2000) inte beskrivet i speciellt många handböcker, utan där står mest beskrivet hur individuella intervjuer ska analyseras. Krueger och Casey (2000) menar att analysen kan påbörjas direkt efter insamlandet av material från den första undersökningen. Analysen och datainsamlingen är parallella processer. Dock varnas det för att moderatorn kan bli påverkad av resultatet av de redan gjorda analyserna. Samtidigt menar de att moderatorn på ett positivt sätt kan ha nytta av tidigare intervjuer. Vi nyttjade en del av dessa synpunkter, då bearbetningen av det inspelade materialet skedde efter varje undersökning på respektive skola. Ljudinspelningarna transkriberades direkt på datorn och anteckningarna från fokusgruppsintervjuerna.

En fokusgruppsanalys i det stora hela handlar om att "...koda materialet, dela upp det i enheter och söka efter trender och mönster" (Wibeck, 2000). En metod för att analysera fokusgruppsintervjuer är den som Krueger och Casey (2000) kallar "long-table approach" och det är denna vi valde att använda oss av. Metoden är väl använd och identifierar olika ämnen och strukturerar resultatet. Den går ut på att klippa och klistra och dela in stycken i olika ämnesområden. I vårt fall klistrade vi upp frågeställningarna på golvet istället för bordet då vi fann det enklare. Det transkriberade materialet skrevs sedan ut, klipptes sönder och citaten från alla gruppintervjuer lades under respektive frågeställning. Därefter analyserades materialet och de svar som inte var relevanta för frågeställningarna lades åt sidan, medan de andra kategoriserades upp i underrubriker som vi tydligt kunde se. Dessa underrubriker baserades även resultatet på. En del svar hittades när andra intervjufrågor ställdes, vilket blev extra påtagligt under denna process. Vissa ämnen nämndes oftare än andra och vi kunde se klara mönster i materialet. För att öka tillförlitligheten analyserade vi materialet tillsammans, då fyra ögon ser mer än två vilket gav oss givande diskussioner om resultatet. När bearbetningen var klar övergick vi till datorn och fick genom att klippa och klistra en struktur på materialet. Enligt både Wibeck (2000) och Krueger och Casey (2000) är syftet startpunkten för analysen. Det ska hela tiden finnas i forskarens bakhuvud och ska driva analysens planering. Under bearbetningen hade vi vårt syfte framför oss så att en återkoppling hela tiden kunde göras.

Då observationerna inte var vår huvudsakliga metod skedde analysen av dessa inte på något djupare plan. Anteckningarna skrevs rent på datorn och den information som vi ansåg var relevant lyftes fram. Vi ville genom detta ge läsaren och oss själva en tydligare helhetsbild av skolmåltidspersonalens arbete med frukt och grönsaker under skollunchen.

5. Resultat

I följande kapitel kommer vi att presentera resultatet av vår undersökning. Observationen beskrivs utifrån hur skolmåltidspersonalens arbete med frukt och grönsaker ser ut. Resultatet av fokusgruppsintervjuerna redovisas utefter frågeställningarna och underrubrikerna till dessa är de relevanta ämnesområden som framkom under analysen. Eftersom vårt syfte inte var att jämföra skolorna har vi inte heller valt att beteckna skolorna på något sätt. Vi betecknar dock citaten för att tydliggöra för läsaren antalet gruppdeltagare vid varje intervju, där det vid skola A deltog fem personer, skola B tre personer och skola C fyra personer.

5.1 Observation

På alla skolor noterade vi att salladsbuffén var placerad innan den varma maten och den serverades i plastbyttor på vagnar. På alla skolorna serverade eleverna sig själva. Salladsbuffén varierade på skolorna och det var tydliga skillnader emellan gällande utbudet. Den första skolan serverade som kalla grönsaker enbart tomater, isbergssallad och gurka. Det fanns dock även varmhållna grönsaker vilka var placerade efter huvudkomponenten. Utöver detta serverades i en separat vagn couscous med tillhörande kikärter och haricots verts i olika byttor. Den andra skolan erbjöd en större buffé innehållande pizzasallad, grönsallad, paprikor, majs, keso, gurka, morötter, och tomat- och löksallad. I den tredje skolans salladsvagn fanns paprika, majs, morötter, keso, broccoli, oliver, och vitkål i bitar.

Personalens agerande var olika på skolorna huruvida de övervakade elevernas konsumtion av frukt och grönsaker. På en skola var det alltid två biträden som stod vid salladsbuffén och maten för att övervaka att eleverna tog mat. De försökte påverka eleverna verbalt att äta grönsaker och lyckades i många fall. Personalen på de två andra skolorna stod inte hela tiden i direkt anslutning till maten och verkade därför inte uppmuntra eleverna till att ta grönsaker.

5.2 Fokusgruppsintervjuer

5.2.1 Hur arbetar skolmåltidspersonalen idag med frukt och grönsaker vid skollunchen?

Livsmedelsverkets råd

I intervjuerna framkom det att personalen inte direkt arbetade efter Livsmedelsverkets råd med frukt och grönsaker. Alla hänvisade till kostansvarige på respektive skola och att ansvaret för att informationen nådde fram låg där. På frågan om de var insatta i Livsmedelsverkets informationshäfte "Bra mat i skolan" fick vi olika svar. Gemensam nämnare var att de inte var särskilt insatta i frågan.

Inte jag, jag har ingen aning om vad du pratar om...(Skola B)

Det är möjligt att våran chef har visat det å så det är ju så vi har ju inge tid här på arbetet egentligen å sätta oss att läsa igenom material. Så att det är nog mycket möjligt att det ligger här inne nånstans. (Skola A)

Det finns inte så många riktlinjer inom Partille kommun. De är jättebra att inte skaffa så många. (Skola B)

Salladsbuffén - utbud och presentation

Trots att personalen inte arbetade efter Livsmedelsverkets råd, verkade det ändå finnas en tanke bakom hur arbetet med frukt och grönsaker hanterades idag. Salladsutbudet ansågs vara bra på alla skolor och varierades beroende på maträtt. På en skola påpekades betydelsen av att tänka ur näringssynpunkt och hur salladen kan komplettera huvudkomponenten. Exempelvis serverade de apelsin till blodpudding för att järnet skulle tas upp bättre. Variationen på salladen berodde även på vem av personalen som beredde salladen då de hade fria händer att tillaga den. Däremot var det respektive husmor/ kostansvarig som hade det yttersta ansvaret vid inköpen, men det sågs inte som något problem.

Utbudet i salladsbuffén var olika på skolorna. I den ena serverades endast dekorationsgrönsaker⁴ på fredagar och det fanns många näringsrika grönsaker såsom morötter, broccoli, majs och paprika. Keso och vitkålssallad serverades varje dag, samt oliver som uppskattades väl. Personalen visste inte varför utbudet såg ut som det gjorde, utan det var någonting ”chefen hade bestämt”. En trolig förklaring ansågs vara ”av ekonomiska skäl”. På den andra skolan serverades, utöver dekorationsgrönsaker och ibland rotfrukter som mest tilltalade lärarna, pasta- eller couscoussallad med exempelvis baljväxter och oliver som komplement på en vagn bredvid. Enligt personalen var dessa mycket populära. En anledning till vagnen var att eleverna skulle ha en extra valmöjlighet till huvudrätten.

Det ska finnas nåt som är mättande så det inte bara blir knäckebröd. (Skola C)

Det är fördelen med att vi är så många olika som gör salladen att det blir ofta olika sallader. Man tillåter varandra att göra salladen på olika sätt. Vi har ingen standardiserat, det måste inte vara en viss sallad vad det nu kan vara.

Det kan vara andra saker, det är okej, Vi har väldigt fria händer. (Skola A)

Den tredje skolan varierade sitt salladsutbud med både kålsallad, rotfrukter och baljväxter. Dekorationsgrönsaker och keso erbjöds varje dag. Det serverades även oliver och fetaost som eleverna uppskattade. Utöver detta togs även överbliven mat tillvara på från gårdagen och pasta-, ris- eller couscoussallad tillagades. Personalen på skolan verkade vara mycket stolta och nöjda med sitt salladsutbud.

Vill dom inte ha maten kan dom bara äta sallader å få i sig en fullvärdig måltid, här. (Skola B)

Åsikterna gick dock isär personalen emellan gällande dekorationsgrönsakerna och om de överhuvudtaget skulle serveras. Den personen som var emot tryckte på deras näringsfattighet samt att de även var dyra i förhållande till säsongsanpassade grönsaker. Motparten var för att servera dekorationsgrönsaker med motiveringen att ”gurka, tomat, isbergssallad äter nästan alla” och ”de tar ändå en grönsak, bättre än inget”. Orsaken till varför dekorationsgrönsaker serverades diskuterades inte på övriga skolor och personalen verkade inte ha reflekterat över det ämnet. De påpekade dock att eleverna föredrog dessa och de trodde att det var en vanesak hemifrån.

Något annat som verkade vara av betydelse hos personalen var salladsupplägget och om grönsakerna ska serveras blandade eller inte. Alla var överens om att de yngre barnen gillade när salladen var uppdelad i olika byttor medan de äldre barnen även tyckte om blandad sallad. En annan tanke som kom fram var att barnen kunde vara allergiska mot vissa grönsaker och

⁴ Exempelvis isbergssallad, tomat och gurka (Livsmedelsverket, 2007c).

att de därför inte borde blandas ihop. Två skolor kommenterade storleken på salladsbyttorna och olika åsikter yttrades. På den ena skolan arbetade personalen med stora byttor, de menade att eleverna tog mindre sallad om det fanns för mycket valmöjligheter till följd av de mindre byttorna.

Stora byttor är bra, så tar dom mer. Om det är för många små så är det för mycket att välja emellan. Då äter dom mindre mängd konstig nog. (Skola C)

I motsats till detta använde personalen på den andra skolan fler småbyttor då det ville ha fulla byttor hela tiden för trevlighetens skull.

Lättare att fylla en liten skål, det är finare när det är fullt hela tiden. (Skola A)

Kalla respektive varmhållna grönsaker

På alla skolor arbetade personalen mest med kalla grönsaker. Åsikterna om varmhållna grönsaker gick isär, då personalen på en skola inte ansåg att eleverna uppskattade dem, men de hävdade ändå att ”kokt broccoli går ju bra”. Personalen på de andra två skolorna var positiva till elevernas konsumtion av varma grönsaker. En svårighet som uttrycktes hos all personal var bristen på plats i värmeriet, då huvudkomponenterna upptog mycket utrymme. Vad gäller grönsaker i huvudkomponenten var åsikterna olika även här. Två av skolorna hade inte mycket grönsaker i den varma maten, grunden till detta verkade vara att eleverna ändå bara ”pillade bort grönsakerna”. Den tredje skolan ansåg sig dock ha bra med grönsaker i maten, speciellt i grytor.

Det är ju inga konstiga grönsaker. Det är inte vattenkastanjer å böngroddar, sparris på burk, det är inga konstiga slemmiga grejer. Vi har sånt som man kan se vad det är. (Skola B)

Frukt

I intervjuerna framkom det att ren frukt på skolorna var en ovanlighet. En orsak var enligt personalen ekonomin då de hävdade att frukt var för dyrt. Dock blandade vissa i frukt i salladerna, men det var inte vanligt eftersom de menade att eleverna inte åt det då. Det kom även fram att sensoriken var av stor betydelse.

Frukten är svår att hålla fräsch, de blir snabbt brunt. Apelsiner går bra, men det är inte många barn som gillar det. Det är jobbigt att skala, det ska gå snabbt att få i sig. (Skola C)

All personal ansåg ändå att mer frukt borde serveras till maten, de tyckte det var viktigt att öka fruktkonsumtionen, ”idealet är att få frukt efter maten”. Problemet upplevdes av personalen vara hur mängden frukt skulle öka.

Personalen

Engagemanget att arbeta för mer frukt och grönsaker tycktes vara olika bland personalen i alla skolor. På en skola märktes en tydlig strävan hos personalen att introducera nya recept för att se hur eleverna reagerade. På de andra två verkade personalen mer uppgivna inför förändringar på grund av att de redan hade testat och inte fått det gensvar de ville ha från eleverna. De var trötta och ”inkörda i gamla rutiner som bara går” och önskade förnyelse .

Personalen behövs ju då också faktiskt omvändas en del. Äh, en del är ju så här att de fortfarande är inne i det där tankesättet. (Skola B)

Dock verkade det finnas en vilja hos dem att förändra, men de orkade inte göra det själva utan väntade på konkreta förslag som skulle fungera. De kände även att ekonomin styrde.

Så att vi har ju egentligen ett stort ansvar, men medlen finns ju inte direkt heller för man satsar ju inte alltför mycket på skolmaten. (Skola B)

Personalen kommenterade ofta i intervjuerna hur lärarna hanterade elevernas måltidssituation. De var mycket positiva till de lärare som följde med sin klass till skolmatsalen och hade pedagogisk måltid. Enligt personalen blev det då lugnare, eleverna fick mer matro och lärarna kunde se till att eleverna åt mer grönsaker. På alla skolor påpekades bristen av kommunikation mellan lärare och personalen. De hade försökt förklara problemen som kunde uppstå när klasserna inte var lärarledda såsom bråk i kön, elever som kommer för tidigt och att de inte tar någon mat eller grönsaker. Personalen på en skola beskrev hur vissa elever måste sitta kvar en viss tid vid skollunchen, vilket skapade matro som ledde till att de åt mer.

En klass sitter i minst tjugo minuter, dom andra klasserna får gå direkt. Dom tar mer mat å äter upp i lugn och ro. Lärarna har infört det och det har vi sagt länge, att lärarna ska gå med å kontrollera. (Skola A)

De pratade också om deras eget engagemang i skolmatsalen och att det är viktigt att personalen pratar med eleverna och uppmärksammar dem som inte äter frukt och grönsaker. Det måste finnas ett intresse hos personalen att arbeta för en högre standard i skolmatsalen. Kunskap, intresse och viljan att lära ansågs också som otroligt viktigt.

Men det är en fråga om kunskap också, det jobbet vi har man behöver ju oftast ingen utbildning för att jobba på ett sånt här ställe. Det kan ju vara lite negativt för om inte intresset egentligen finns för mat utan man ser det som ett nödvändigt ont att tjäna pengar, då tar man ju inte reda på såna saker heller. (Skola B)

5.2.2 Vilka uppfattningar har skolmåltidspersonalen kring elevernas konsumtion av frukt och grönsaker?

Åsikterna gick isär på skolorna angående elevernas konsumtion och även inom de grupper som intervjuades.

En del av dom stora barnen äter nästan inget alls. (Skola A)

De äter bra. (Skola A & C)

De flesta tar bort grönsakerna. (Skola C)

Dom smakar lite i alla fall. (Skola B)

Dom är bra på att äta grönsaker. (Skola B)

På frågan vilka grönsaker eleverna åt skiljde sig svaren ganska mycket då skolorna serverade olika typer av sallader. Gemensamma grönsaker som var omtyckta hos eleverna var dekorationsgrönsaker:

Är det isbergssallad, tomat och gurka så är dom nöjda ungefär. Det är det dom vågar ta, många. Det är klart att vissa tar å dom äter, det ser gott ut å dom vet vad det är, å det är enkelt så äter dom. (Skola B)

Även morötter och majs gick också bra hos alla skolor. Gällande resterande utbud i salladsbuffén såsom vitkål, rotfrukter, bönor, oliver och varmhållna grönsaker gick meningarna isär. En skola serverade någon sorts vitkålsallad varje dag medan personalen på en annan skola hävdade att ”vitekål äter dom inte”. Liknande exempel var oliver som fungerade mycket bra på en skola medan eleverna pillade bort dem på en annan. Samma skola hävdade att eleverna inte åt rotfrukter så bra, ”det äter bara lärarna”.

Eleverna på alla skolor, framförallt i de yngre årskurserna, uppmanades i olika grad av antingen lärare eller skolmåltidspersonal att åtminstone ta en grönsak. Att de måste ta en grönsak var enligt personalen inte enbart positivt, då storleken på grönsaken ibland inte hade någon betydelse för eleverna.

Om man säger att dom måste ta en grönsak så tar dom ett majs-korn (uppgivet skratt). (Skola A)

Utöver detta var det även många elever som enbart tog grönsaker för syns skull för att sedan slänga, detta var något personalen nämnde som ett problem. Gällande frukt serverades det sällan på någon skola, men när det väl erbjöds åt eleverna enligt personalen mycket.

Frukt finns på fritids, barnen får ingen frukt till lunchen. (Skola C)

5.2.3 Vilka faktorer påverkar intaget av frukt och grönsaker hos eleverna enligt skolmåltidspersonalen?

Ålder

Personalen på alla skolor var överens om att åldern var en viktig faktor för hur mycket frukt och grönsaker eleverna konsumerade. Åldern hade dock olika betydelser på skolorna. På en skola ansåg personalen att en del av de äldre barnen nästan inte åt några grönsaker alls, medan de yngre barnen åt mycket då de blev tillsagda av personalen och lärarna att smaka åtminstone en grönsak. På en annan skola hade personalen en annan åsikt, att eleverna åt mer grönsaker ju äldre de blev. Detta gällde framför allt bland elever där träning och medvetenhet om kost var stor.

Äter mer ju äldre de blir tycker jag. Så när de kommer upp i sjuan, åttan, nian så är de ju mer målmedvetna. (Skola A)

Salladsbuffén – utbud och presentation

En faktor som personalen ansåg påverkade elevernas konsumtion var själva salladsvagnen, var den var placerad, vilket utbud som fanns i den och hur den presenterades. Salladsvagnen var på alla skolor placerad innan maten, vilket ansågs som mycket positivt bland personalen och som en uttryckte det ”det hjälper ju till innan man har fyllt tallriken, det är inte helt fel.” Utbudet var viktigt för att eleverna skulle få variation på salladen och på en skola var det särskilt viktigt att variera den för att fånga elevernas intresse och öka konsumtionen. När det gällde hur salladen presenterades var all personal samstämmiga. Det ska vara rent, fräscht, påfyllt och se aptitligt ut. Dock påpekade de svårigheterna att hålla rent vid salladsvagnen då eleverna hade en tendens att ”söla ner”.

Serveringen å upplägget är viktigt, om det är stökigt tar dom inte lika många grönsaker. Det ska se snyggt och fräscht ut. (Skola C)

Föräldrarnas ansvar

Den mest framträdande faktorn som kunde urskiljas från intervjuerna, ansågs vara att vanorna hemifrån påverkade elevernas konsumtion. Personalen ansåg att grunden måste läggas hemma, att det är föräldrarnas ansvar att lära eleverna äta grönsaker. Detta ansågs även innefatta olika kulturer och det påstods att ”dom som är utländska äter oliver, bönor å sånt”. Personalens uppfattning var för övrigt att dekorationsgrönsaker var de grönsaker som oftast serverades hemma. Följden blev då att eleverna som inte var vana vid andra grönsaker därför inte åt dem i skolan.

Hemifrån, vad dom är vana vid. Det tycker jag personligen är väldigt synd för jag vet inte hur många vuxna idag som jobbar heltid å kommer hem klockan fem. Som ställer sig å skalar morötter å kokar morötter, det är många föräldrar som tror att barnen ska få det i skolan som inte vet att dom inte får det, eller i dagis. Det kan ju jag känna ibland, det är en liten knäck för yrkesstoltheten. (Skola B)

Nej, jag tror det är mycket hemifrån. Vissa familjer har inte grönsaker någon gång hemma. (Skola A)

Samtidigt påpekade personalen på en skola att de också har ett ansvar. De menade att vissa barn inte har möjlighet att få frukt och grönsaker hemma och att det är därför skolan är extra viktig.

Gruppsyck

Tillsammans med föräldrarnas påverkan hemifrån, var gruppsycket den faktor som oftast återkom i intervjuerna. Personalen menade att gruppsycket både kunde vara positivt och negativt. De yngre barnen kunde få pikar från sina kompisar att de faktiskt var tvungna att ta en grönsak. De äldre barnen påverkade istället sina kompisar genom att de sa att någonting var äckligt och på grund av det valdes det bort.

Det beror också på kompisarna var det tar. Om hon tar en, så tar jag en. (Skola C)

Måltidsmiljön

Skolmåltidsmiljön var en annan ständigt återkommande faktor där kökspersonalen ansåg att hög ljudnivå och stressigt arbete påverkade eleverna negativt vid skollunchen.

Jag hade inte velat äta här själv, jag hade ätit så lite som möjligt. Det låter så mycket. (Skola A)

Personalen på en skola påpekade att deras matsal var uppdelad i två matsalar. I den ena åt eleverna i de lägre årskurserna och i den andra de äldre eleverna. Denna lösning ledde, enligt personalen, till att de yngre eleverna fick bättre matro och slapp vara rädda för de äldre eleverna.

Måltidsmiljön är jätteviktig, tror att dom små barnen vågar, för dom har mycket lugnare miljö i den lilla matsalen än vi har här. (Skola B)

Personalen och lärarna

I intervjuerna kommenterade personalen att deras egen roll var viktig för att eleverna skulle få i sig grönsaker. Det kunde dock lätt leda till att de kände sig ”tjatiga och gnatiga”, men ansåg att man måste berömma eleverna när de tar grönsaker för att det ska bli någon effekt.

Det poängterades även att eleverna lätt slank förbi salladsbordet utan att uppmärksammas, vilket berodde på att de inte alltid hade tid att kontrollera alla elever.

Det är ju väldigt svårt att kontrollera, de är alltså inte bara tvåhundra elever utan det är väldigt många å eftersom dom tar själva så kan inte vi stå å dela ut, då skulle vi behöva mer personal här ute. Hade vi haft tillräckligt med personal är det klart att jag hellre skulle vilja stå å servera å faktiskt liksom. (Skola B)

Personalen menade att även lärarna hade en påverkande roll, genom att de följde de lägre årskurserna till skolmatsalen. Då läraren saknades var det inte någon som påpekade att eleverna skulle ta sallad. Det framkom även att ”eleverna tar grönsaker för att få tyst på lärarna”. En annan punkt som nämndes var den pedagogiska måltiden, då många lärare tydligt ansåg sig ha sin lunchpaus i skolmatsalen. Kommunikationen med lärarna verkade personalen generellt tycka vara ett störningsmoment och i vissa fall ett problem.

Vissa är väldigt duktiga men vissa tänker inte alls. Herregud, såg du inte det där det va ju precis framför näsan på dig. Visst, jag menar vi ser ju mycket vi som jobbar här ute, men vi håller ju på med maten eller är ute nästan å liksom som du sa också dom ska ju hålla koll. (Skola B)

Kunskap hos eleverna

Att påverka eleverna genom information var ett väl beprövat sätt. Temaveckor och utställningar om frukt och grönsaker hade alla skolor använt sig av och mottogs väl av eleverna. Dock skiljdes åsikterna åt om information via planscher på väggar, tex. tallriksmodellen, då en skola var mer positiv till dessa metoder medan en annan ansåg att ”efter ett tag struntar dom i den, det blir en vana”. De ansåg även att eleverna inte tog till sig informationen då måltidsmiljön var stressig.

Jag tror det är för stimmigt här när dom äter för att dom ska ta till sig nån information överhuvudtaget. Dom får ju tunnelseende, de äter det dom ser på tallriken. Sen så äter dom så fort dom kan å går härifrån, tyvärr. (Skola B)

För övrigt ansåg personalen det vara viktigt att informera elever om frukt och grönsaker eftersom de tyckte att eleverna hade för lite kunskap generellt.

De vet inte vad broccoli heter, de säger grön blomkål. De vet inte vad grönsaker är riktigt. (Skola C)

På en skola diskuterades hemkunskapens roll i skolan. Personalen ifrågasatte vad eleverna gjorde i hemkunskapen och det verkade inte finnas något samarbete dem emellan.

Hur är det i hemkunskapen, vad gör dom där? (Skola B)

Jag vet inte faktiskt. (Skola B)

Kokar torsk i folie, förmodligen som dom gjorde på åttitalet. (ha, ha, ha...) (Skola B)

Det tror jag också kan påverka om dom ser vad som finns idag. Jag menar det är ju skillnad på hemkunskap som fanns för tjugo år sen är vad som finns nu. Då gjorde dom väl inte linser å bönor på samma sätt som finns idag. (Skola B)

5.2.4 Vilka konkreta förslag finns hos skolmåltdpersonalen för att intaget av frukt och grönsaker ska öka hos eleverna?

I intervjuerna diskuterade personalen fram olika förslag för att öka konsumtionen av frukt och grönsaker, men de efterlyste även förslag utifrån. På en skola uttrycktes det som att "det är svårt att veta hur man ska göra" och de ansåg sig vara "inkörda i gamla rutiner som bara går, visst behövs mer förslag". På en annan skola verkade de själva testa nya förslag som kunde få eleverna att äta mer frukt och grönsaker och såg inte det som något större problem. En åsikt som väckte en del funderingar var vilken typ av grönsaker som eleverna bör äta mer av. Personen i fråga menade att det var de grönsakerna med mycket näring i som borde ökas och inte dekorationsgrönsakerna.

Man efterlyser idéer som får skolbarn att äta frukt å grönt, men vilken frukt å vilken grönt? Vilket näringsvärde är man ute efter? Ja menar, man kan få dom att käka ett helt isbergssalladshuvud, det är ju ingen näring i det, det är ju vatten. Du kan ju inte få samma unge å käka den där broccolin lika lätt.
(Skola B)

De flesta förslag som skolmåltdpersonalen yttrade under intervjuerna var de som framkom under övriga intervjufrågor. Dessa kunde tydas och lyftas fram under analysens gång. Nedan följer de omformulerade konkreta förslagen.

Föräldrar

- Öka medvetenheten hos föräldrarna, att grunden hos eleverna läggs hemma huruvida deras framtida konsumtion av frukt och grönsaker artar sig.

Lärarna

- Öka kommunikationen mellan lärare och skolmåltdpersonalen så att bägge parter förstår varandras ansvar för eleverna.
- Att förståelsen bland lärarna ska öka angående vilket ansvar de har gentemot sina elever vid skollunchen och hur viktigt det är att de följer med som en vuxen förebild.
- Genom lärarna se till att de yngre eleverna sitter kvar en bestämd tid i skolmatsalen så att de får äta sin mat i lugn och ro.

Kunskap

- Utbilda skolmåltdpersonalen vidare, så att kunskapen om vad som är bra mat för eleverna ökar och genom det även öka deras intresse och engagemang.
- Regelbundet ha temadagar eller temaveckor där frukt och grönsaker introduceras för att öka kunskapen och intresset bland eleverna. Bland annat genom att ha långbord i skolmatsalen där eleverna får känna, lukta och smaka på diverse olika frukt och grönsaker.
- Skriva informationslappar eller ha planscher om olika grönsaker så att eleverna blir informerade om vad det finns för olika grönsaker till och i maten och varför de ska ätas.

Grönsaker i maten

- Servera vegetariska maträtter som huvudmåltid en eller två gånger i veckan som är näringsberäknade för att visa eleverna hur de kan få i sig mer grönsaker.

- Tillsätta mer grönsaker i maten vid införandet av nya maträtter och inte traditionella maträtter som barnen redan är vana vid och vet vad innehållet är.
- Introducera maträtter från andra kulturer som innehåller mycket grönsaker.

Planering

- Anpassa grönsakerna till den maträtt som serveras. Exempelvis till soppdagar passar det bra med grönsaker i stavar vilket underlättar ätandet då det ofta inte erbjuds någon extra tallrik.
- Planera efter menyn så att plats finns i värmeriet för att kunna servera varmhållna grönsaker och servera dessa innan huvudkomponenterna.

Salladsbuffén

- Tänka på den estetiska biten vid upplägget av salladsbuffén så att det ser aptitligt ut, som att ha olika färger på grönsakerna och att variera storleken på byttorna i salladsvagnen.
- Se till så att salladsvagnen hålls ren och fräsch.

Frukt

- Frukt bör serveras oftare och kan då komplettera övrig mat som serveras. Exempelvis apelsin till blodpudding för näringens skull eller då en lättare måltid serveras.

6. Diskussion

I följande kapitel diskuterar vi för- och nackdelar med vår metod och egna synpunkter på hur undersökningen genomfördes. Därefter belyser vi de mest intressanta resultaten av vår studie och ställer dessa mot tidigare forskning. Vi har valt att låta resultatdiskussionen följa ordningen på våra frågeställningar, dock med något omarbetade rubriker. Gällande observationen diskuterar vi inte dess resultat då syftet var av personligt intresse och för att ge läsaren en helhetsbild av skolmåltidspersonalens arbete.

6.1 Metoddiskussion

6.1.1 Val av metod

Vid valet av metod diskuterades andra metoder såsom enkäter och enskilda intervjuer, men eftersom vi ville undersöka en specifik grupps tankar och åsikter var fokusgruppsintervjuer ett passande val. Genom att skolmåltidspersonalen känner varandra sedan innan såg vi goda möjligheter till givande diskussioner där tankar och synpunkter i en trygg miljö lättare kan uttryckas. Å andra sidan kan gruppintervjuer där personer känner varandra vara negativt eftersom de blir påverkade av varandra och har liknande åsikter. En tanke till förbättring kan vara att skolmåltidspersonalen från de tre olika skolorna istället mixas då de kan inspirera varandra istället för att ge liknande svar. Då vi inte hade någon erfarenhet av fokusgruppsintervjuer, blev den första intervjun en form av försöksintervju. Genom att studera mer relevant litteratur innan gruppintervjuerna kunde vi även ha fått en djupare insikt i vad personalen kunde tänkas svara.

Som metod fungerade den kompletterande observationen bra som ett komplement till fokusgruppsintervjuerna. Vi fick tydligt se hur skolmåltidspersonalen arbetade och fick en helhetsbild av skolmåltiden. För att förbättra observationen ytterligare kunde vi från början ha planerat att utföra denna och vara mer insatt i metoden. Vi hade då kunnat ha en tydlig struktur som hade visat oss vad som skulle observeras och på det sättet varit mer förberdda.

6.1.2 Urval

Urvalet lämpade sig för studien, eftersom de tre skolor undersökningen utfördes på deltar i IDEFICS-projektet. Då skolorna redan var informerade om projektet och dess betydelse kan detta dock ha medfört att personalen har blivit färgade av dess syfte. Å andra sidan kunde de genom projektet ha fått nya insikter och funderingar kring ämnet frukt och grönsaker vilket kunde vara fördelaktigt under diskussionerna.

6.1.3 Genomförande

Under planeringens gång uppkom en fundering huruvida husmor/kostansvarige skulle delta i intervjuerna eller inte. Skulle gruppdeltagarna våga yttra sig fritt om deras chef deltog? Vi valde att inte låta den personen medverka, vilket i efterhand var ett förnuftigt beslut då vi endast fick fram åsikterna från en specifik yrkeskategori utan influens från någon ansvarig.

En fråga som uppstod var hur länge intervjuerna kunde pågå, eftersom vi var oroliga för att den utsatta tiden 40-45 minuter skulle påverka skolmåltidspersonalens arbetsuppgifter. Genom att låta husmor/kostansvarige på respektive skola välja dag och tidpunkt på dagen då tillräckligt med tid fanns för att genomföra intervjuerna, ökade chansen att alla i personalen kunde delta. Något som förberedde oss väl inför intervjun och minskade nervositeten var att vi var på skolan i god tid innan varje undersökning. Vi var dock vid en av intervjuerna överdrivet tidiga, vilket eventuellt kan ha inneburit att personalen blev något stressade.

Vid intervjuerna upplevde vi det fördelaktigt att vara två personer, då en kunde agera moderator och den andra assistenten. Detta och ljudinspelningen är något som vi anser likt (Wibeck, 2000) vara något som ökade reliabiliteten på vår undersökning. Gällande inspelningstekniken blev ljudet betydligt bättre vid sista intervjun då en videokamera användes. Olika inspelningstekniker var något vi borde ha undersökt innan studien, dock anser vi inte att resultatet påverkades av detta. Det stimulusmaterial vi använde oss av visade sig vara positivt, speciellt artikeln som väckte funderingar hos personalen. Skålen med frukt och grönsaker var dock distraherande i vissa fall, då personalen började diskutera dessa istället för våra frågor.

Att stödja sig mot en intervjuguide visade sig vara effektivt då både assistenten och moderatorn lätt kunde följa med under intervjuens gång. Då diskussionsfrågorna inte prövades på någon grupp inför intervjuerna hade vi dock svårigheter med att förutse hur frågorna skulle mottas av gruppdeltagarna. En förbättring hade varit att pröva frågorna innan, exempelvis genom en pilotstudie, för att redan där se om några kompletterande följdfrågor behövdes. De följdfrågor som tillkom efter första fokusgruppsintervjun anser vi ökade validiteten, då syftet med vår undersökning blev tydligare och vi fick fram det vi verkligen ville undersöka (Wibeck, 2000). En annan anledning till att fler följdfrågor ställdes var att diskussionen under den första intervjun stundtals avtog och inte blev så livlig som vi hade hoppats på. Detta var ett fenomen som även skedde under andra intervjun då deltagarna inte heller alltid var så pratglada. På grund av detta kan validiteten ha minskat, vi kanske inte fick fram alla deltagarnas åsikt (Wibeck, 2000). Dock skedde motsatsen under tredje intervjun där vi var tvungna att bryta för att intervjun drog ut på tiden. En av anledningarna till att diskussionerna i grupper utvecklas på olika sätt är, enligt Wibeck (2000), beroende på vilka personer som deltar. En del är mer tysta och tar mindre plats än andra, vilket var något vi tydligt noterade. Slutsatsen är dock att detta inte var något vi kunde förutse och påverka. Däremot uppmuntrades alla deltagare att uttrycka sin åsikt genom att moderatorn vände sig till direkt till dem under intervjun. Stundtals upplevde vi även en vilja från vår sida att ingripa i diskussionerna och komma med egna åsikter. Svårigheten för moderatorn var att leda diskussionen utan att ingripa för mycket. Att sedan komplettera fokusgruppsintervjuerna med en observation visade sig vara genomförbart och personalen ställde sig positiva till att bli observerade under skollunchen.

6.1.4 Analys

För att kunna genomföra en fullständig analys av diskussionerna från fokusgruppsintervjuerna spelades dessa in för att senare transkriberas. Fördelen är då att ingen viktig information som har yttrats går till spillo (Patel & Davidson, 2003). Den störning som uppstod vid avlyssningen av materialet från den andra intervjun anser vi inte påverkade vårt resultat, däremot blev materialet svårare att transkribera. Vi ansåg det positivt att transkribera materialet efter varje intervju då vi kunde dra nytta av det som framkom till nästa intervju. Nackdelen som Krueger och Casey (2000) hävdar är att resultatet kan påverka moderatorns agerande, dock var detta inte något vi märkte av eller reflekterade över.

Enligt Wibeck (2000) beskrivs den kvalitativa analysen av fokusgruppsintervjuer inte i många handböcker, något som vi fick uppleva. Att vi föll för den analysmetod som Krueger och Caseys (2000) kallar ”long-table approach” visade sig vara ett bra alternativ då metoden var lätt att applicera och rolig att genomföra. Vi märkte dock att metoden krävde många moment, med allt ifrån att klippa sönder transkriberade papper och finna mönster i svaren till att strukturera materialet på datorn.

6.2 Resultatdiskussion

6.2.1 Arbetet idag med frukt och grönsaker

Ingen av skolmåltidspersonalen arbetade direkt efter Livsmedelsverkets råd ”*Bra mat i skolan*”. En intressant aspekt av detta är att de nya råden togs fram 2007 just för att de förra varken var kända eller tillämpades av skolmåltidspersonalen (Livsmedelsverket, 2007c). En förklaring till att de nya råden inte har nått ut till personalen på skolorna kan vara att Partille kommun istället använder sig av en policyhandling kallad ”*Barnens mat i skola, förskola och familjedaghem*” (Strömberg-Hjelm)⁵. Att personalen inte känner till råden kan dock ifrågasättas. Enligt dem själva är det kostekonom/husmor eller annan ansvarig på skolan som har ansvaret för denna typ av information. Trots detta kan vikten av skolmåltidspersonalens personliga intressen diskuteras. För att elever ska uppnå goda matvanor anser vi att personalen själva borde ta eget ansvar och ta del av Livsmedelsverkets råd där goda rekommendationer ges.

Arbetet med frukt och grönsaker verkade för det mesta i slutändan handla om ekonomin och kostansvariges beslut om vilka inköp som skulle göras. Att just ekonomin är en betydelsefull anledning märktes väl då personalen beklagade sig över att alltför lite pengar satsas på skolmaten generellt. Dock kan frågan ställas om det endast beror på ekonomiska skäl och ansvarigas beslut hur skolmåltidspersonalen kan arbeta med frukt och grönsaker, eller om det även kan vara någon andra orsaker som personalens intresse och inställning? Det framkom ur vårt resultat att ett personligt engagemang och vilja från personalen bör finnas för att arbetet med frukt och grönsaker i skolan ska fungera på ett bra sätt, samma resultat visar även andra studier (Knai, Pomerleau, Lock & McKee, 2005; Perry, m.fl., 2004). En parallell kan dras till varför frukt inte serverades, där det förutom ekonomiska orsaker ansågs vara svårt att hålla frukten fräsch. Om engagemanget och viljan finns att servera frukt borde hinder som dessa kunna övervinnas. Genom att endast se hinder i vägen och inte se lösningar kan en risk finnas att utvecklingen inte går framåt.

6.2.2 Elevernas konsumtion av frukt och grönsaker

Vårt resultat att konsumtionen av frukt och grönsaker verkar skilja sig skolor emellan visar även Becker (2000) i sin undersökning om skolmaten. Frågan är vad skolmåltidspersonalen själva anser vara ett bra intag av frukt och grönsaker. Livsmedelsverket (2007c) rekommenderar att varje elev bör äta 100-125 gram vid skollunchen varje dag. Då personalen inte verkade veta om riktlinjerna, kan det finnas en möjlighet att de inte heller känner till det rekommenderade intaget.

En del av personalen verkade även nöjda med att eleverna hellre åt näringsfattiga grönsaker istället för att inte äta några alls. Att personalen godtar denna lösning gynnar knappast de näringsrika grönsakerna. Ska mer näringsrika grönsaker serveras som eleverna, enligt skolmåltidspersonalen, äter mindre av eller ska näringsfattiga dekorationsgrönsaker serveras som många elever är vana vid?

6.2.3 Faktorer som påverkar konsumtionen av frukt och grönsaker

Skolmåltidspersonalen på alla skolor hävdade att grupptricket spelade stor roll för elevers konsumtion av frukt och grönsaker. Även Halling, Jacobsson och Nordlund (1990) och Blanchette och Brug (2005) nämner att grupptrick har betydelse för elevers konsumtion av

⁵ Muntlig kommunikation med Agneta Strömberg-Hjelm, kostkonsulent på Barn- och Utbildningsförvaltningen i Partille Kommun 2008-04-15

skolmaten. Gruppträck uppfattades ofta av personalen som negativt för konsumtionen då de äldre eleverna följde kompisars påtryckningar. Resultatet stöds av Prell (2004) som i sin undersökning fann att konsumtionen gynnades av att andra elever också åt den mat som serverades vid skollunchen. Då de yngre eleverna istället påpekade för sina kompisar att de faktiskt var tvungna att i alla fall äta en grönsak kunde dock personalen uppfatta kompisarnas åsikter som positiva.

Att föräldrarna spelar en viktig roll vid grundläggandet av elevernas matvanor framkom tydligt i vår studie och resultatet stöds av många andra undersökningar (Halling, Jacobsson & Nordlund, 1990; Blanchette & Brug, 2005). Det ansågs vara föräldrarnas ansvar att introducera andra grönsaker, något som även Livsmedelsverket (2007c) påpekar. Dock anser Livsmedelsverket vidare att skolan har en viktig roll att fylla, inklusive skolmåltidspersonalen. Att skolmåltidspersonalen verkade ha förutfattade meningar om elevers dåliga matvanor hemifrån är något som bör uppmärksammas, då allt ansvar automatiskt tycktes skjutas över på föräldrarna.

Under skollunchen är det främst skolmåltidspersonalen som kommer i kontakt med eleverna och många studier visar på att de har en mycket viktig roll i arbetet kring elevers måltidssituation (Prell, 2004; Meyer & Conklin, 1998; Mikkelsen, Rasmussen & Young, 2005; Sjögren & Wesslén, 1995). Personalen i vår undersökning hade även denna uppfattning då de själva ansåg sig kunna påverka eleverna och påpekade möjligheten att kunna kontrollera ifall de valde grönsaker eller inte. Prell (2004) fann dock i en studie att ordet kontrollera kunde uppfattas som negativt hos eleverna eftersom de då kände sig bevakade. Vi ser här en risk att personalen kan uppfattas som tjatiga, vilket de även påpekar i studien. Det krävdes att personalen berömde eleverna då de tog grönsaker för en positiv effekt. Schwartz (2007) beskriver att verbal uppmuntran anses kunna öka konsumtionen av frukt och grönsaker hos elever, likaså menar Sjögren och Wesslén (1995) att personalens positiva inställning påverkar elevernas matlust. Svårigheten för personalen kan således bli att hitta balansen mellan vad eleverna uppfattar som positiv uppmuntran eller negativ kontroll.

Andra vuxna i skolan som ansågs ha en betydande roll vid elevernas måltidssituation är lärarna och personalen uttryckte en önskan att lärarna skulle ta mer ansvar. Livsmedelsverket (2007c) skriver om den pedagogiska måltiden, där lärarna kan fungera som bra förebilder samt att matsalsmiljön blir lugnare. Mikkelsen, Rasmussen och Young (2005) betonar också betydelsen av lärarnas engagemang gentemot skolmaten. Kommunikationen med lärarna upplevdes ibland som mycket dålig och de kunde känna att deras åsikter inte togs på allvar. Att skolmåltidspersonalen känner sig försummade uppmärksammas även av Halling, Jacobsson och Nordlund (1990).

Skolmåltidspersonalen hävdade att bristen på kunskap kunde påverka barns intag av frukt och grönsaker, vilket även Edwards och Hartwell (2002) hävdar i en studie. Liknande resultat fann även Prell (2004) dock handlade studien om intaget av fisk hos elever. En annan aspekt som diskuterades av personalen på en skola var hem- och konsumentkunskapsundervisningens roll i sammanhanget, Att det fanns en osäkerhet hur undervisningen där såg ut framkom tydligt ur resultatet. Undervisningen ansågs kunna påverka eleverna om de fick lära sig hur utbudet av frukt och grönsaker ser ut idag. Prell (2004) påpekar att ett samarbete mellan skolmåltidsverksamheten och hem- och konsumentkunskapsundervisningens bör uppmuntras. Att det inte verkade finnas något samarbete på den aktuella skolan kan ifrågasättas och diskuteras.

6.2.4 Konkreta förslag för att öka intaget av frukt och grönsaker

Många tankar och åsikter som framkom av vårt resultat visar att skolmåltidspersonalen själva har tips och idéer. Många av dessa yttrades dock inte under den aktuella diskussionsfrågan utan analyserades istället fram från hela intervjun. En uppgivenhet uttrycktes bland en del av personalen inför att själva pröva sig fram till fungerande åtgärder, då de tidigare hade försökt med förändringar utan önskvärt resultat. De verkade vara fastkörda i gamla rutiner, många uttryckte önskemål om konkreta förslag inför en ökad frukt och grönsakskonsumtion. Det är inte bara vår studie som framhäver svårigheter med att få fram effektiva förslag, även EU efterlyste tips och idéer inför deras pågående projekt angående frukt och grönsaker i skolan (Agriculture and Rural Development, 2008). Då en del av personalen inte verkade ha reflekterat över de åtgärder som kan göras för att öka konsumtionen, kan man fråga sig om de överhuvudtaget är införstådda med barns för låga intag av frukt och grönsaker?

De konkreta förslagen för att öka konsumtionen frukt och grönsaker som vi fann i vår studie är liknande de som nämnts i andra studier. Enligt Knai, Pomerleau, Lock och McKee, (2005) bör föräldrar engageras, kunskap hos elever och skolmåltidspersonal öka samt att lärarna involveras i arbetet. Förslag gällande grönsaker i maten, planering av menyn och utbud och presentation av salladsbuffén nämns även som framgångsrika åtgärder av Perry, m.fl. (2004) och Livsmedelsverket och Folkhälsoinstitutet (2000). Enligt skolmåltidspersonalen var det hos föräldrar och lärare som insatser främst kunde genomföras. Frågan vi ställer oss är då om skolmåltidspersonalen gärna skjuter över ansvaret på lärarna och föräldrar och i och med detta frånsäger sitt eget ansvar? Skolan har enligt Livsmedelsverket (2007c) ett stort ansvar gällande skolmaten och kan därför främja goda matvanor hos eleverna. Att skolmåltidspersonalen inte själva tar så stort eget ansvar kan då vara oroande och bör uppmärksammas. En vidare koppling kan göras till skolmåltidspersonalens engagemang, där en person med stort intresse kan vara mer positiv till förändringar och inte se några problem. Genom att skolmåltidspersonalen tar eget ansvar för elevernas måltidssituation och har en egen tro att de själva kan förbättra den, kan förändringar ske.

En intressant infallsvinkel är en jämförelse av förslagen som framkom ur vår studie gällande frukt och grönsaker mellan Sjögren och Wessléns (1995) förslag till förbättringar av skollunchen. De som överensstämmer är fortsatt utbildning av skolmåltidspersonalen, spridning av kunskap genom arrangerade temaveckor och liknande information, öka engagemanget bland föräldrarna samt planering av maträtter. Att det på tretton år fortfarande är vissa områden som kommer igen tyder på hur viktiga de är för skollunchen. Å andra sidan kan det tyckas beklämmande att det inte skett någon förändring på dessa punkter.

6.3 Förslag till fortsatt forskning

Då skolmåltidspersonalen arbetar nära eleverna vid skollunchen hoppades vi att värdefulla åsikter skulle yttras under vår undersökning. Dock märktes stora svårigheter med att finna relevant information då undersökningar som berör skolmåltidspersonalens åsikter mycket sällan verkar ha utförts. Det fokuseras istället främst på uppfattningar hos rektorer, lärare och elever. Därför anser vi att mer forskning kring skolmåltidspersonalens uppfattningar om elevers skolmåltidssituation bör genomföras och då inte enbart gällande frukt och grönsaker.

Vad gäller interventioner mot ett ökat frukt- och grönsaksintag anser vi att mer forskning behövs för att utvärdera vilka interventioner som är mest effektiva. Då det för tillfället pågår projekt i Europa såsom IDEFICS och Skolfruktsprogrammet förväntar vi oss en framtida utvärdering av dessa interventioner.

Referenser

Agriculture and Rural Development - European Commission (2008). *School fruit scheme*
Hämtad 2008-05-06 från http://ec.europa.eu/agriculture/markets/fruitveg/sfs/index_en.htm

Becker, W. (2000). Skolmåltider – de flesta äter bra men allt fler hoppar över både frukost och skollunch. *Vår Föda, 1*, 17-21.

Bell, J. (2000). *Introduktion till forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur.

Blanchette, L & Brug, J. (2005). Determinants of fruit and vegetable consumption among 6-12-year-old children and effective interventions to increase consumption. *The British Dietetic Association, 18*, 431-443.

Currie, C mfl. (2004). *Young People's Health in Context*. (International report from HBSC 2001/02 WHO Policy Series: Health policy for children and adolescents Issue 4). Köpenhamn: WHO.

Danielson, M. (2006). *Svenska skolbarns hälsovanor 2005/06*. (Grundrapport , 10). Östersund: Statens folkhälsoinstitut.

Edwards, J. S. A. & Hartwell, H.H. (2002). Fruit and vegetables – attitudes and knowledge of primary school children. *The British Dietetic Association, 15*, 365-374.

Eiben, G. (2007). *Overweight and obesity in the young and old. Prevalence, prevention and eating behaviour*. Diss. Göteborg: Department of Public Health and Community Medicine, Primary Health Care, The Sahlgrenska Academy. Göteborgs Universitet.

French, S. A. & Stables, G. (2003). Environmental interventions to promote vegetable and fruit consumption among youth in school settings. *Preventive Medicine, 37*, 593-610.

Halling, B., Jacobsen, T. & Nordlund, G. (1990). *Skollunchen igår, idag och imorgon*. Stockholm: Lantbrukarnas riksförbund.

Identification and prevention of Dietary- and lifestyle-induced health Effects In Children and infantS (2008). *IDEFICS - Identification and prevention of Dietary- and lifestyle-induced health Effects In Children and infantS*. Hämtad 2008-04-29 från <http://www.ideficsstudy.eu/Idefics/webcontent?cmd=innerDoc&path=documentale/WebRoot/En/Project&back=true>

Kallings, L. V. (2002). *Åtgärder mot fetma – Nationell inventering av pågående studier/projekt avseende fysisk aktivitet och kost för att förebygga övervikt och fetma*. Östersund: Statens folkhälsoinstitut.

Knai, C., Pomerleau, J., Lock, K. & McKee, M. (2005). Getting children to eat more fruit and vegetables: A systematic review. *Preventive Medecine, 42*, 85-95.

Krueger, R. A. & Casey, M. A. (2000). *Focus groups 3rd Edition – A practical guide for applied research*. USA: Sage Publications, Inc.

- Lager, A., Fossum, B. & Bremberg, S. (2005). *Övervikt bland barn – nytt system för nationell uppföljning*. (Rapport, 20). Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.
- Livsmedelsverket & Folkhälsoinstitutet (2000). *Smaka mera – god mat i skolan*. Trelleborg: Rara Typer AB.
- Livsmedelsverket (2006). *Riksmaten – barn 2003. Livsmedels- och näringsintag bland barn i Sverige*. Uppsala: Livsmedelsverket.
- Livsmedelsverket (2007a). *Pedagogisk lunch*. Hämtad 2008-04-26 från http://www.slv.se/templates/SLV_Page.aspx?id=15708&epslanguage=SV
- Livsmedelsverket (2007b). *Riksmaten 1997-1998*. Hämtad 2008-04-26 från http://www.slv.se/templates/SLV_Page.aspx?id=12429&epslanguage=SV
- Livsmedelsverket (2007c). *Bra mat i skolan – Råd för förskoleklass, grundskola, gymnasieskola och fritidshem*. Uppsala: Livsmedelsverket.
- Livsmedelsverket (2008a). *EU efterlyser idéer som får skolbarn att äta mer frukt och grönt*. Hämtad 2008-04-28 från http://www.slv.se/templates/SLV_NewsPage.aspx?id=20964&epslanguage=SV
- Livsmedelsverket (2008b). *Rekommendationer*. Hämtad 2008-04-07 från http://www.slv.se/templates/SLV_Page.aspx?id=15521&epslanguage=SV
- Livsmedelsverket (2008c). *Rekommendation om konsumtion av frukt och grönsaker*. Hämtad 2008-04-25 från http://www.slv.se/templates/SLV_Page.aspx?id=13909&epslanguage=SV
- Lobstein, T., Baur, L. & Uauy, L. (2004). *Obesity in children and young people: a crisis in public health*. (Obesity Reviews vol. 5) Storbritannien: IASO International Obesity TaskForce
- Meyer, M. K. & Conklin, M. T. (1998). Variables affecting high school students perception of school foodservice. *Journal of American Dietetic Association*, 98, 1424-1428, 1431.
- Mikkelsen Egberg, B., Rasmussen Barnekow, V. & Young, I. (2005). The role of food school food service in promoting healthy eating at school – a perspective from an ad hoc group on nutrition in schools, Council of Europe. *Food Service Technology*, 5, 7-15.
- Morgan, D. (1998). *The Focus Group Guidebook. The Focus Group Kit, no 1*. Thousand Oaks: Sage.
- Mårild, S., Bondestam, M., Bergström, R., Ehnberg, S., Hollsing, A. & Albertsson-Wikland, K. (2004). Prevalence trends of obesity and overweight among 10-year-old children in western Sweden and relationship with parental body mass index. *Acta Paediatr* 93, 1588-1595.
- Nationalencyklopedin (2008). Hämtad 2008-04-30 från http://www.ne.se.ezproxy.ub.gu.se/jsp/search/article.jsp?i_sect_id=984573

Nationellt centrum för främjande av god hälsa hos barn och ungdom (2008). *Samspelet mellan god hälsa, fysisk aktivitet, goda matvanor och elevens lärande*. Hämtad 2008-05-12 från

http://www.kostochnaring.se/foreningen/fortbildningsdagar/2006/foredrag/ncff_2.pdf

Partille kommun (2007). *Idefics – en presentation*. Hämtad 2008-04-29 från:

http://www.partille.se/templates/Main/PKPage_6174.aspx

Partille kommun (2008). *Barnens mat i skolan*. Hämtad 2008-04-28

http://www.partille.se/templates/Main/PKPage_693.aspx

Patel, R & Davidson, B. (2003). *Forskningmetodikens grunder. Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur.

Perry, C. L., mfl. (2004). A randomized School Trial of Environmental Strategies to Encourage Fruit and Vegetable Consumption Among Children. *Health Education & Behavior*, 31, 65-76.

Prell, H. (2004). *Promoting healthy eating – A school-based intervention with focus on fish*. (Forskningsrapport, 36). Lic. Göteborg: Institutionen för hushållsvetenskap, Göteborgs universitet.

Schwartz, M. B. (2007). The influence of a verbal prompt on school lunch fruit consumption: a pilot study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4:6.

Statens folkhälsoinstitut (2008). *Målområde 10: Matvanor och livsmedel*. Hämtad 2008-05-15 från http://www.fhi.se/templates/Page_128.aspx

Tillämpad näringslära, Centrum för folkhälsa, Stockholms läns landsting (2008).

Tallriksmodellen. Hämtad 2008-04-02 från

<http://www.halsomalet.nu/templates/Page.aspx?id=185>

Vetenskapsrådet (2008). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Hämtad 2008-04-30 från

<http://www.vr.se/download/18.668745410b37070528800029/HS%5B1%5D.pdf>

Västra Götalandsregionen (2008). *Skolmatsakademien – en god start på livet*. Hämtad 2008-04-28 från <http://www.vgregion.se/upload/83357/En%20god%20start%20på%20livet.pdf>

Wesslén, A. & Sjögren, M. (1995). *Maten i skolan – en undersökning gjord med fokusgruppsintervjuer*. (Forskningsrapport, 38). Stockholm: Folkhälsoinstitutet.

World Health Organization (2003a). *Diet, Nutrition and the prevention of chronic diseases*. (Report of a joint WHO/FAO Expert consultation, WHO Technical Report Series nr. 916). Geneva: WHO.

World Health Organization (2003b). *Obesity and overweight*. Hämtad 2008-04-29 från

http://www.who.int/dietphysicalactivity/media/en/gsf_s_obesity.pdf

World Health Organization (2003c). *Fruit and vegetable promotion initiative*. (Meeting report 25-27 august) Geneva: WHO.

World Health Organization (2005). *Highlights on health*. Hämtad 2008-05-12 från http://www.euro.who.int/eprise/main/WHO/Progs/CHHUNK/burden/20050315_3

Wibeck, V. (2000). *Fokusgrupper – Om fokuserade gruppintervjuer som undersökningsmetod*. Lund: Studentlitteratur.

Widerberg, K. (2002). *Kvalitativ forskning i praktiken*. Lund: Studentlitteratur.

Bilaga 1 - Intervjuguide

Intervjuguide för fokusgruppsintervjuer

Inledning

Vi börjar intervjun med att hälsa alla välkomna, presenterar oss själva och bjuder på kaffe/te och kaka. Vi berättar hur intervjun kommer att gå till och delar ut stimulusmaterial i form av en intresseväckande artikel som vi delar ut inför sista diskussionsfrågan. Vi har även med oss frukt och grönsaker som vi placerar på bordet för få dem in på rätta tankebanor. Vi börjar sedan med vår ämnespresentation för att därefter gå in på frågorna.

Ämnespresentation

Forskning visar att barn idag inte konsumerar lika mycket frukt och grönsaker som de ska, samtidigt som fetman bland barn ökar i Sverige. IDEFICS är ett projekt inom EU som i Sverige pågår i Partille och som har till uppgift att minska övervikt och fetma bland barn. Ett av deras områden är att öka konsumtionen av frukt och grönsaker i skolan och det är här ni kommer in i bilden. Vid lunchen är ni (kökspersonalen) otroligt viktig och med er nära kontakt med eleverna kan ni påverka ett ökat intag av frukt och grönsaker. Det finns mycket skrivet kring detta ämne, dock inte mycket som inriktar sig på kökspersonalens roll i sammanhanget. Detta är anledningen till att vi vill undersöka vad ni har för uppfattningar kring ämnet.

Diskussionsfrågor – utifrån frågeställningarna

- Hur arbetar ni idag med frukt och grönsaker vid skollunchen?

Följdfrågor

- a. Vad anser ni om Livsmedelsverkets råd – Bra mat i skolan?
- b. På vilket sätt arbetar ni för att öka konsumtionen?
- c. Hur mycket får ni själva bestämma, inköp, planering av sallader?
- d. Hur arbetar ni med upplägg, variation av grönsaker?

Kompletterade följdfrågor

- e. På vilket sätt arbetar ni med mer grönsaker i maten?
- f. Vad fungerar bäst, rena eller blandade grönsaker? Varför?
- g. Hur tänker ni kring planscher eller affischer om frukt och grönt t.ex. tallriksmodellen?

- Vad anser ni om elevers konsumtion av frukt och grönsaker under skollunchen?

Följdfrågor

- a. Vilka grönsaker gillar de/gillar de inte?
- b. Hur ser konsumtionen ut? Äter de mycket/lite?

- c. Vilka grönsaker gillar de/gillar inte?
 - d. Hur tänker ni angående att servera frukt?
- Vad tror ni påverkar intaget av frukt och grönsaker hos eleverna vid skollunchen?

Kompletterande följdfrågor

- a. Vilken funktion har utbudet av grönsaker?
 - b. På vilket sätt kan ni själva påverka?
 - c. På vilket sätt påverkar matvanorna hemifrån?
- Vilka förslag har ni själva till hur ni, i ert dagliga arbete, kan öka konsumtionen av frukt och grönsaker?

Följdfrågor

- a. Vilka åtgärder har ni redan genomfört för att främja frukt- och grönsakskonsumtionen?

Avslutning

Här avslutar vi diskussionen genom att tacka för de givande svaren och att de kunde ställa upp i intervjun. Därefter beskriver vi syftet för att se om de ha några avslutande åsikter.

Tidsförslag på intervjun (max 45 minuter)

Inledning + ämnespresentation 10 minuter

Diskussionsfrågor 30 minuter (7-8 minuter för varje fråga)

Avslutning 5 minuter



Era åsikter är värdefulla i kampen mot övervikt och fetma bland barn

Vi är två studenter från Kostekonomprogrammet inom Göteborgs universitet som ska göra vårt examensarbete nu i vår. Vi har valt att göra det för IDEFICS räkning, som är ett femårigt EU-projekt som Partille kommun deltar i. Projektet har till uppgift att utveckla och genomföra förebyggande insatser mot övervikt och fetma bland barn. Målen är bland annat att öka den fysiska aktiviteten, öka intaget av frukt och grönsaker, öka vattenkonsumtionen samt att minska stressen hos barn. Det vi är intresserade av är konsumtionen av frukt och grönsaker vid skollunchen och vi har här inriktat oss på skolmåltidspersonalen, vad ni har för tankar och åsikter kring ämnet.

Undersökningen genomförs genom gruppintervjuer där minst tre personer medverkar. Uppgifterna behandlas konfidentiellt vilket innebär att ingen av de deltagande kommer att lämnas ut med namn i någon rapport eller skriftligt material. Intervjun kommer att bandas för att lättare kunna analyseras. Tiden för intervjun beräknar vi vara mellan 30 och 45 minuter. Vilken tidpunkt på dagen det blir bestäms i samråd med er, det ska naturligtvis inte gå ut över arbetsuppgifterna. Genom att delta i gruppintervjun erbjuder vi er en trevlig samtalsstund där nya synvinklar på frukt och grönsaker kan komma fram som gynnar både er själva, eleverna och oss. Det är genom diskussion som nya idéer och tankar kommer upp till ytan och som i slutändan kan innebära förändringar i kampen mot fetma och övervikt bland barn och ungdomar. Vid intervjutillfället bjuder vi på kaffe eller te och självklart en smarrig kaka. Vi hoppas att vi har fångat ert intresse och att vi ses på intervjun nu i vår!

För ytterligare information kontakta:

Studenter vid Göteborgs Universitet

Lina Andersson

Kajsa Eriksson

För övriga frågor rörande IDEFICS kontakta:

Projektledare

Gabriele Eiben, Sahlgrenska Akademien

[Startsida](#) > [Nyheter och press](#) > [Nyheter](#) > EU efterlyser idéer som får skolbarn att äta mer frukt och grönt

EU efterlyser idéer som får skolbarn att äta mer frukt och grönt

Ur nyhetsarkivet 2008-01-22

EU-kommissionen vill öka frukt- och grönsaksätandet hos barn och överväger därför att lansera ett skolfruktprogram. EU-kommissionen vill nu få in synpunkter på hur ett sådant program skulle kunna utformas.

Målet med ett skolfruktsprogram är att på bästa sätt bidra till att

- långsiktigt öka konsumtionen av frukt och grönsaker hos skolbarn
- förbättra hälsan och minska förekomsten av fetma bland skolbarn
- öka konsumtionen av frukt och grönsaker i fattiga regioner och utsatta grupper
- bidra till bättre miljö.

EU-kommissionen önskar även synpunkter på hur ett eventuellt program bör styras, administreras och hur finansiering av delprojekt ska gå till. Ambitionen är att öka samhörigheten i Europa.

På EU-kommissionens webbplats finns remissfrågor och en mall där man kan gradera de föreslagna alternativen. Svaren ska vara inne **senast 29 februari** och skickas till AGRI-HORT-SCHOOLFRUIT@ec.europa.eu

[EU-kommissionens öppna remiss](#)

Ytterligare upplysningar:

Lena Björck, nutritionist

Livsmedelsverket, Box 622, 751 26 Uppsala