



**INSTITUTIONEN FÖR KOST-
OCH IDROTTSVETENSKAP**

Hinder och drivkrafter med minskad köttkonsumtion

**Viveca Barker
Victoria Dahlberg
Maja-Lisa Spetz**

Kandidatuppsats 15 hp
Program Kostekonom med inriktning mot ledarskap
Vt 2016
Handledare: Mia Prim
Examinator: Kerstin Bergström
Rapportnummer: VT16-25



INSTITUTIONEN FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

Kandidatuppsats 15 hp

Rapportnummer:	VT16-25
Titel:	Hinder och drivkrafter med minskad köttkonsumtion
Författare:	Viveca Barker, Victoria Dahlberg och Maja-Lisa Spetz
Program:	Kostekonom med inriktning mot ledarskap
Nivå:	Grundnivå
Handledare:	Mia Prim
Examinator:	Kerstin Bergström
Antal sidor:	46
Termin/år:	Vt2016
Nyckelord:	Attityder, matval, köttkonsumtion

Sammanfattning

Under en längre tid har svenska och globala myndigheter och organisationer varit eniga om att köttkonsumtionen måste minska, trots det sker ingen betydande förändring. Sen 1960-talet har köttkonsumtionen istället successivt ökat per person och år. En bakomliggande orsak är att befolkningens attityder till att minska köttkonsumtionen tycks vara svåra att förändra. Till år 2050 är målet att begränsa den globala uppvärmningen att inte öka mer än två grader. Växthusgaserna måste minska med 80 procent där kött är en bidragande orsak. Vidare menar Livsmedelsverket och Världshälsoorganisationen (WHO) att konsumtionen av rött kött bör begränsas. Anledning är att forskning visar att en hög konsumtion av rött kött under en längre tid, kan utveckla tjock- och ändtarmscancer. Slutligen påverkas djurens livskvalitet negativt, på grund av den höga efterfrågan på kött. Syftet med studien är att utforska konsumenters attityder till att minska köttkonsumtionen, med fokus på hinder och drivkrafter. För att studera attityderna genomfördes tre stycken fokusgrupper med totalt 15 deltagare, i åldrarna 22-68 år. Materialet transkriberades och innehållet analyserades utifrån en hermeneutisk utgångspunkt. Resultatet visar att deltagarna både ser hinder och drivkrafter med att minska sin köttkonsumtion. De hinder som deltagarna beskriver är bland annat vanor, sociala relationer, smak och kunskap. De drivkrafter som beskrivs för att minska köttkonsumtionen är bland annat att statliga styrmedel bör förbättras, ekonomiska aspekter och ett ökat utbud av vegetariska produkter. Studiens slutsats är att det är 13 deltagare som är positiva till att minska sin köttkonsumtion, medan två inte kan tänka sig att minska på köttkonsumtionen. Det är ingen av deltagarna som helt vill utesluta kött från kosten. Slutligen är det ingen av deltagarna som har etik, miljö eller hälsa som primär drivkraft att minska sin köttkonsumtion.

Innehållsförteckning

Förord	4
Introduktion	5
Syfte.....	5
Frågeställningar	5
Bakgrund	6
Köttkonsumtionen idag	6
Konsekvenser av köttkonsumtionen	7
<i>Konsekvenser för miljön</i>	7
<i>Konsekvenser för hälsan</i>	8
<i>Konsekvenser för djuren</i>	8
Konsumtionen och valet av kött	9
Modeller för att förklara konsumentens matval.....	9
<i>Food choice model</i>	9
<i>Teorin om planerat beteende</i>	10
Inre drivkraft.....	12
Yttre påverkan	15
Metod	17
Design	17
Urval.....	17
Datansamlingsmetod genom fokusgrupper	18
Databearbetning och analys	19
Reliabilitet och validitet	20
Etiska övervägande	21
Resultat	22
Presentation av deltagarna	22
Hinder för att minska köttkonsumtionen.....	22
Drivkrafter för att minska köttkonsumtionen.....	27
Diskussion	31
Metoddiskussion.....	31
<i>Urval och rekrytering</i>	31
<i>Datansamling</i>	32
<i>Analys</i>	34
<i>Reliabilitet, validitet och generaliserbarhet</i>	34
Resultatdiskussion.....	35
<i>Drivkrafter och hinder</i>	35
<i>Mindre betydelsefullt</i>	40
Slutsats	41
Referenser	42

Bilaga 1. Intervjuguide

Förord

Tack!

Till familj och vänner. Vi vill även tacka vår handledare Mia Prim som stöttat oss och kommit med konstruktiv kritik under tio veckor. Framförallt vill vi rikta ett stort tack till alla deltagare som ställt upp i fokusgrupperna. Utan er hade vi aldrig fått ett färdigt resultat att presentera!

Slutligen vill vi tacka varandra, för ett väl fungerande arbete under dessa tio veckor. Samtliga avsnitt, från idé till slutsats, har fördelats jämnt mellan studenterna.

Arbetsuppgift	Procent utfört av Maja/Victoria/Viveca
Planering av studien	33/33/33
Litteratursökning	33/33/33
Datansamling	33/33/33
Analys	33/33/33
Skrivande	33/33/33
Layout	33/33/33

Introduktion

Det finns flera skäl att minska köttkonsumtionen. De tre huvudsakliga skälen som beskrivs i studien är miljö, hälsa och djurhanteringen. Jordbruksverket (2016a) och Världsnaturfonden (WWF) (2016) beskriver att privatkonsumtionen per person och år är åtta ton koldioxidkvivalenter (CO₂e). Vidare beskrivs att av de åtta tonnen, kommer två ton CO₂e från maten, där stor del kommer från kött- och mejeriprodukter. Jordbruksverket (2016a) beskriver att myndigheter och organisationer har som målsättning att samhället ska minska koldioxidutsläppen per person och år genom att bland annat minska köttkonsumtionen. Det andra skälet berör hälsan. Livsmedelsverket (2014) menar att vi bör minska vårt intag av kött för att minska risken för folksjukdomar som tjock- och ändtarmscancer, diabetes och hjärt-kärlsjukdomar. Det sista skälet till att minska köttkonsumtionen är för att värna om djuren. Djurens rätt (2000) menar att högre efterfrågan på kött har resulterat i ökad boskap. Det har lett till att det är svårare att erhålla en hög kvalitet för djuren. Djurens rätt (u.å.) beskriver likaså att det årligen inom livsmedelsindustrin slaktas omkring 100 miljoner djur. Trots det redovisar Jordbruksverket (2016b) att vår köttkonsumtion de senaste årtiondena har ökat stadigt. Samtidigt visar Livsmedelsverket (2015a) senaste matvaneundersökning att en svensk i genomsnitt äter omkring 50-55 kilo kött per person och år.

Vad Naturvårdverket (2015) menar är att tekniska åtgärder, däribland eko-effektivisering inte är tillräckligt för att uppnå de miljömål som politikerna har som målsättning. Det krävs effektiva styrmedel och förändringar i människors konsumtionsmönster för att en minskning av köttkonsumtionen ska ske. Det som denna studie koncentrerar sig på är att rikta fokus från vad politiker, myndigheter och övriga organisationer hävdar om köttkonsumtionen och istället rikta fokus på en grupp vuxnas attityder kring att minska köttkonsumtionen. Hur tänker olika konsumenter kring att minska köttkonsumtionen. Vad finns det för svårigheter och vad kan driva konsumenterna till att minska sin köttkonsumtion. För att förstå människors konsumtionsmönster är det av stor vikt att studera vad som formar dem. Genom att studera konsumenters attityder till att minska köttkonsumtionen, kan kostekonomer och andra yrkesverksamma inom måltidssektorn få en inblick och förståelse för varför personer väljer att konsumera som de gör.

Syfte

Syftet med studien är att utforska en mindre grupp vuxnas attityder till att minska mängden kött för att nå mera hållbara konsumtionsmönster.

Frågeställningar

1. Vilka hinder upplever deltagarna att minska köttkonsumtionen?
2. Vilka drivkrafter upplever deltagarna att minska köttkonsumtionen?

Bakgrund

Bakgrunden inleds med en presentation av köttkonsumtionen idag. Därefter förklaras varför vi bör minska köttkonsumtionen samt konsekvenserna av den ökade konsumtionen, som knyts samman till det valda problemområdet i studien. Nämligen en för hög köttkonsumtion. Eftersom studiens fokus ligger i att förstå attityder till minskad köttkonsumtion så beskrivs Food choice model och Teorin om planerat beteende (TPB) där modellerna kartlägger vilka faktorer som tillsammans styr en individs matval. Det presenteras mer ingående i form av de inre drivkrafterna och den yttre påverkan.

Köttkonsumtionen idag

Det har skett en betydande ökning av köttkonsumtionen i världen, där den största ökningen återspeglas i utvecklingsländerna. Kina har en niofaldig ökning av den totala köttkonsumtionen sedan 1960-talet (Kearney, 2010). I Sverige har köttkonsumtionen under en längre tid ökat även om förbrukningen pekar på en viss minskning de senaste åren. Siffror från Jordbruksverket (2016c) visar att den totala förbrukningen av kött i Sverige år 2015 uppgår till 87,3 kilo kött per person och år, från att år 2014 ligga på 87,5 kilo per person och år. Från år 2015 har förbrukningen av fjäderfä ökat med 8 hekto per person och år. Samtidigt har en minskning av griskött skett, med 9 hekto per person och år. Nöt- och lammkött samt övriga köttslag är i princip oförändrat. Direktkonsumtionen av kött, det vill säga den mängd som konsumenten köper direkt från handeln, uppgick år 2014 till 50,6 kilo per person och år. Statistik av direktkonsumtionen år 2015 finns inte publicerad i dagsläget (Jordbruksverket, 2016a). Däremot visar Livsmedelsverket (2012) senaste rikstäckande matvaneundersökning att köttkonsumtionen ligger på 46 kilo per person. På grund av underrapportering förväntas siffran ligga något högre i verkligheten. Orsaken till underrapportering är självrapportering och att undersökningen genomfördes under en kort period. Köttkonsumtionen förväntas istället vara omkring 50-55 kilo per person och år för vuxna.

Konsumtionen av livsmedel i Europa har sedan 1990-talet förändrats på många sätt vilket har sin förklaring i ökade inkomster, ökad globalisering, ökad invandring, ökad konkurrens och varuutbud, ändrade levnadsvanor och förändrade preferenser (Henchion, Mcharthy, Resconie & Troy 2014). Mellan år 1960-1990 följde konsumtionspriserna den allmänna utvecklingen av livsmedel i Sverige. Därefter sjönk priserna på livsmedel fram till år 1997 för att åter stiga år 2006. En förklaring ligger i att Sverige gick med i EU (1995) vilket ledde till att momsen på mat sänktes kraftigt samt att medlemskapet förde med sig nya marknadsregleringar för olika varugrupper. År 2006 hade konsumentprisindex stigit med cirka 40 procent jämfört med 1990-talet trots att priset på livsmedel inte skiljde sig märkvärt. Något som bidrog till att priserna på mejerivaror ökade samtidigt som kött- och charkprodukter blev den varugrupp som minskat mest i pris (Jordbruksverket 2016d).

Internationella jämförelser av köttförbrukningen i Sverige och EU pekar på att Sverige ligger något under EU-genomsnittet. Däremot ligger EU-genomsnittet för totalkonsumtion av kött på omkring det dubbla jämfört med resten av världen. Vidare konsumerar svenskarna mer nötkött än EU-genomsnittet och mindre av griskött, fjäderfä samt får- och lammkött (Jordbruksverket, 2016c). Att EU-medlemskapet förde med sig en ökad konkurrens på den internationella marknaden har lett till ökad import av kött. Däremot visar statistik att svenskt kött fick ett uppsving år 2014 vilket förklaras av den ökade uppmärksamheten kring antibiotikaanvändning i djurindustrin, där Sverige har en förhållandevis låg användning. Något som lett till att köttproduktionen i Sverige har ökat och stärkt flera marknadsandelar inom alla köttslag, förutom lamm (Jordbruksverket, 2016c).

Förändringar som ses i ändrade konsumtionsmönstren idag är bland annat en ökad efterfrågan på svenskt kött samt att ekologiskt kött har fortsatt att öka, framförallt fågelkött (Jordbruksverket, 2016b). Andra produkter som anträt marknaden (Scan, Ica, Willys, Preem) under år 2016 är produkter med reducerad mängd kött. En förklaring är att faktorer som hållbarhet, hälsa och trygghet fått ett större fokus (Jordbruksverket, 2016e).

Konsekvenser av köttkonsumtionen

Nedan beskrivs varför det finns ett intresse av att minska samhällets köttkonsumtion och vilka konsekvenser som den medför. Orsaken ges utifrån en miljö-, hälso- och etisk aspekt.

Konsekvenser för miljön

I Förenta Nationernas (FN) nya utvecklingsmål presenteras ett mer hållbart resursutnyttjande av bland annat energi, miljö, social hållbarhet och mänskliga rättigheter. Mål 12 innefattar mål för att säkerställa hållbar konsumtion och produktion (FN, 2016). Till år 2050 är målet att begränsa den globala uppvärmningen att öka med maximalt två grader (Naturvårdsverket, 2015). För att nå klimatmålet i relation till hur befolkningsökningen beräknas se ut år 2050 krävs en 80 procentig minskning av dagens växtgasutsläpp. Det motsvarar mindre än totalt två ton CO₂e per person och år (Naturvårdsverket, 2015). Idag beräknas utsläppen, ur ett konsumtionsperspektiv uppgå till tio ton CO₂e per person och år, varav den privata konsumtionen står för omkring åtta ton CO₂e. Två ton beräknas komma från maten, där kött är den livsmedelsgrupp som har störst klimatpåverkan (Jordbruksverket, 2016a).

FN's livsmedels- och jordbruksorganisation (FAO) (2016) och WWF (2015) menar att den globala uppvärmningen som följd av växthusgaser, genererar allvarliga konsekvenser för både människa och djur. I takt med ökade klimatförändringar (torka, översvämningar) försämras möjligheterna att er hålla protein som därmed blir ett hot mot livsmedelsförsörjningen. Transportutsläpp men också avskogning och övergödning är ytterligare exempel på miljöeffekter som livsmedelsproduktionen efterlämnar. Dessa faktorer påverkar den biologiska mångfalden både positivt och negativt, där nöt- och lamm är betande djur som

håller marker öppna. Samtidigt resulterar det i sämre vattenkvalitet i vissa områden och att djurs livsmiljöer påverkas negativt (Livsmedelsverket, 2015b).

Konsekvenser för hälsan

Livsmedelsverket (2015a) menar att faktorer som kan öka risken för cancer är den miljön vi lever i, ärftlighet, rökning och matvanor. Beträffande matvanor är det bland annat rött kött som kan öka risken för cancer. Vidare beskrivs att de individer som konsumerar över ett halvt kilo rött kött i veckan över lång tid kan drabbas av tjock- och ändtarmscancer. Med rött kött åsyftas nöt, fläsk, lamm samt charkuterier. Enligt Livsmedelsverket (2014) är tjock- och ändtarmscancer den tredje vanligaste formen av cancer i Sverige, andra vanligaste cancerformen i Europa och tredje vanligaste i resterande delen av världen. I siffror medför det för Sverige att cirka 6200 personer per år drabbas. Parallellt beskriver Livsmedelsverket (2015a) att det finns livsmedel som kan minska risken för tjock- och ändtarmscancer, däribland grönsaker, baljväxter och fullkornsprodukter.

Livsmedelsverket (2014) visar att charkuterier med hög andel salt bör begränsas då det kan leda till ett förhöjt blodtryck. Livsmedelsverket (2016a) rekommenderar en begränsning av rött kött, med ett intag på högst 500 gram per vecka, exklusive ägg och kyckling. Charkuterier bör utgöra en liten del av de 500 grammen, med anledning av hög andel salt och mättat fett samt att det ökar risken för cancer i större utsträckning än övrigt rött kött. Slutligen påvisar även Livsmedelsverket (2014) ett samband med hög konsumtion av rött kött och andra cancerformer än tjock- och ändtarmscancer, som cancer i bukspottskörtel, lever, lunga, matstrupe och bröstkörtel.

Konsekvenser för djuren

I och med den växande befolkningen och en ökad köttkonsumtion, skapas en högre efterfrågan på animalieprodukter och därigenom en ökad köttproduktion. Den ökade köttproduktionen som följd innebär större gårdar och högre djurtäthet. Något som också försvårar möjligheterna att erhålla en hög kvalitet på boskapen (Djurens rätt, 2000). Djurens rätt (u.å.) menar likaså att livsmedelsindustrin är det område, som flest djur används inom. Antingen blir de själva mat eller så föds de upp för att producera mat. Omkring 100 miljoner djur inom svensk livsmedelsindustri dödas varje år.

Djurens rätt (u.å.) beskriver att några av de vanligaste djuren som svenskar äter är grisar, nötkreatur och kycklingar. En gris får oftast inom livsmedelsindustrin leva sitt liv inomhus. Under normala förhållanden skulle en gris vara ute och böka och beta under 50 procent av tiden. När det kommer till nötkreatur så används de dels för att få mjölkprodukter och dels för att få köttet. En mjölkko insemineras en gång per år och får kalvar, något som är en förutsättning för att kunna producera mjölk. Därefter tas kalven ifrån mamman direkt. Det är en separation som stressar såväl mamman som kalven, vilket leder till ett onaturligt beteende.

Vidare är kycklingar det vanligaste djurslag som föds upp för att slaktas. Vanligen slaktas kycklingarna via elbedövning eller gasbedövning och livslängden för en kyckling är cirka fem veckor. Den tillväxtinriktade aveln, växer så snabbt så att de får ont i benen. Det orsakas av att deras kroppar är för tunga för deras ben.

Konsumtionen och valet av kött

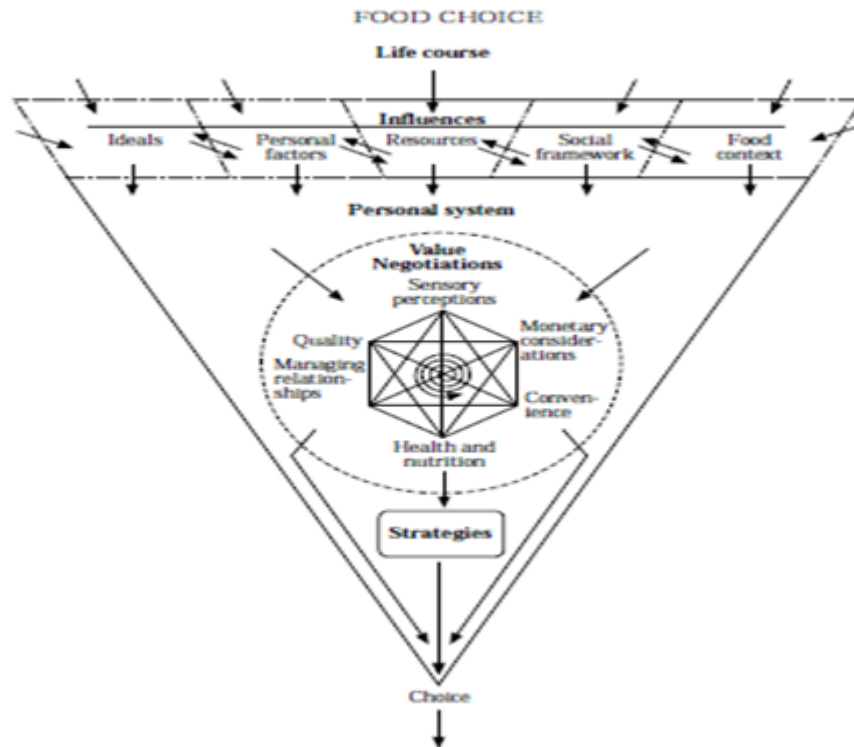
Vad som påverkar konsumentens val av livsmedel grundar sig i flera faktorer vilket beskrivs närmare i modellerna (se figur 1 & 2). Sveriges lantbruksuniversitet (2005) menar att inköp av livsmedel görs i stort sett dagligen, vilket gör det omöjligt att i varje köpsituation överväga dess för- och nackdelar utifrån individens egna kriterier. Likaså förklaras att människan ofta vägleds av tidigare erfarenheter och därmed agerar på ett sätt som känns tryggt, det vill säga vanemässigt. Naturvårdsverket (2005) beskriver att det är vanor som hjälper oss att spara tid och kraft i det vardagliga livet. En hållbar konsumtion hör ofta samman med en ändring av köpvanor, något som kan uppfattas enklare för vissa och svårare för andra. Svårigheten med att bryta en vana innebär ofta en känsla av uppoffring i form av tid, engagemang samt pris. Dessa faktorer belyser Sveriges lantbruksuniversitet (2005) har stor betydelse för konsumentens livsmedelsval. Vägen till en potentiell förändring av ett köpbeteende är komplex, vilket gör det enklare för konsumenten att gå tillbaka till den ”vanliga” livsmedelsprodukten istället för att etablera nya livsmedelspreferenser.

Modeller för att förklara konsumentens matval

I den här delen kommer två stycken olika modeller att presenteras, som illustrerar och beskriver den process som varje individ genomgår varje gång de väljer livsmedel. Syftet är att genom modellerna få en förståelse för varför människor gör de val som de gör när de väljer sin mat.

Food choice model

Food choice model är en modell utformad av Furst, Connors, Bisogni, Sobal och Falk (1996) och grundar sig i att förstå de faktorer och processer som tillsammans formar en persons tankar, känslor och handlingar i relation till mat och ätande (se figur 1). Modellen baseras på livets riktlinjer, händelser och erfarenheter i samband med olika typer av inflytanden i en persons liv. Modellen konstruerar en persons handlande gällande mat och beskrivs enligt forskarna som kognitiva processer som styr ett beteende.

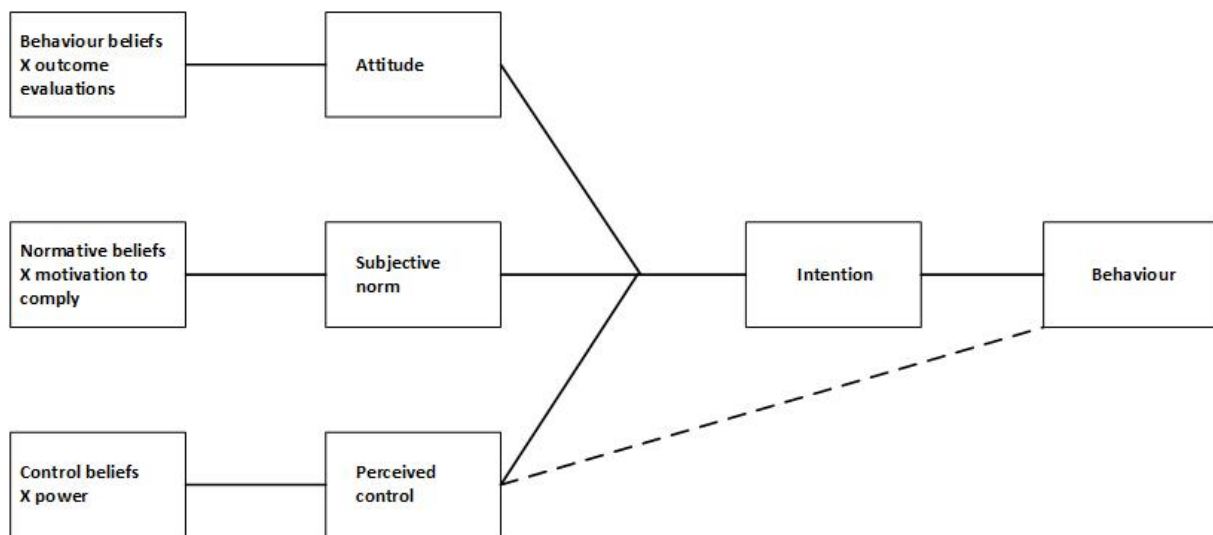


Figur 1. Food choice model
 Källa: Furst et al. (1996).

Teoretiskt beskrivs i modellen att en mental process alltid sker innan individer gör ett matval. Modellen består av tre huvudkomponenter. Högst upp i modellen är individen och den kursriktning i livet personen har så kallade "Life course". Utifrån *influenser* och upplevelser, som är nästa steg i pyramiden, handlar individen olika beroende på situation. Däribland beroende av kontext, det sociala sammanhanget, ideal samt vilka resurser som finns att tillgå. Den mentala processen kan alltså ändras om det uppstår en ny situation, om individen hamnar i en ny miljö eller i nya relationer. Därefter kommer steg tre, som är den personliga proceduren som styrs av fem huvudsakliga faktorer; smak, ekonomi, näring, bekvämlighet och sociala relationer. Modellens trattformat illustrerar detta och leder till individens strategier när det kommer till att välja livsmedel (Furst et al. 1996).

Teorin om planerat beteende

Förutsättningar för ett handlande beskrivs även i TPB som enligt Ajzen (1991) bygger på att öka teorins reliabilitet genom att studera människors upplevelse av kontroll samt deras faktiska kontroll över beteendet (se figur 2). Kontrollfaktorn har som syfte att studera huruvida individen upplever ett beteende som svårt eller enkelt. Teorin tar hänsyn till människors tidigare erfarenheter som i sin tur grundar sig i attityder, subjektiv norm samt upplevd beteendekontroll. Tillsammans formar dessa en avsikt för ett beteende som i sin tur skapar förutsättningar för ett handlande.



Figur 2. Teorin om planerat beteende.

Källa: Ajzen (1991).

Den allmänna regeln som gäller för teorin är att ju starkare individens avsikt är att bete sig på ett visst sätt, desto större chans finns att individen engagerar sig i beteendet. Det finns en bakomliggande vilja att prestera eller att inte prestera beroende på hur stark avsikten är (Ajzen, 1991).

Ajzen (1991) menar att modellen inbegriper tre grundpelare som leder till intentionen:

Attityd: Antingen en positiv, negativ eller både positiv och negativ attityd till en trosföreställning, om vad en konsekvens av ett beteende kan bli. Här värderas huruvida trosföreställningen är sannolik eller osannolik. Det som räknas är det som är tillgängligt för individen.

Subjektiv norm: Detta berör det sociala trycket och hur människor i individens närmaste omgivning förväntar sig att individen ska utföra beteendet. Hit hör också vilket värde den subjektiva normen har för individen.

Upplevd beteendekontroll: Detta handlar om trosföreställningar som berör kontrollen över ett beteende. Här är det, precis som med attityden, det som är tillgängligt för individen som räknas. Det berör vilka eventuella hinder individen ser med att utöva beteendet.

Intentionen: Med hjälp av attityden, den subjektiva normen och den upplevda beteendekontrollen kan vi förutspå en individs intention som resulterar i beteendet. Det vill säga att en individ som, i en trosföreställning, har en positiv attityd, med subjektiva normer och när individen upplever att det finns kontroll kommer ha en intention att utföra beteendet (Ajzen, 1991).

Inre drivkraft

Den inre drivkraften eller motivationen handlar om att val görs utifrån en individs egna personliga uppfattningar och värderingar. Vidare beskrivs den inre motivationen, som de drivkrafter som ligger till grund för att utföra ett beteende eller aktivitet. Den inre motivationen grundar sig i den egna fria viljan, det vill säga den inre tillfredsställelsen som främjar egenintresse, självförverkligande och glädje (Vallerand, 2012). Den inre drivkraften att minska köttkonsumtionen, belyses nedan och utgår ifrån ett hälso- och näringsperspektiv samt sensoriska preferenser och etik.

Hälsokvaliteter

Ett av motiven till att äta kött är att det tillgodoser oss med näringsämnen (Livsmedelsverket, 2016c). Däremot visar Livsmedelsverket (2015c) att det äts mer kött än vad kroppen faktiskt behöver. Vidare beskrivs att en väl sammansatt kost där kött har exkluderats kan tillgodose behovet av vitaminer och mineraler, även hos de känsliga målgrupperna. I tabell 1 presenteras energi och makronutrienterna i ett urval av köttprodukter och baljväxter.

Tabell 1. Näringstabell över energiinnehåll och makronutrientier i olika köttprodukter och baljväxter per 100 g (ätliga delar). *Källa:* Nylander et al., 2014 och Dietist XP

Kött & baljväxter	Protein (g)	Kolhydrater (g)	Fibrer (g)	Fett (g)	Mättat fett (g)	Energi per 100 g
Karré (Gris)	17,8	0,0	0,0	11,2	4,8	171
Kotlett (Gris)	20,0	0,0	0,0	6,0	2,5	134
Högrek (nöt)	18,6	0,0	0,0	13,0	6,0	191
Kycklingfilé	23,1	0,0	0,0	1,2	0,4	105
Kotlett (Lamm)	18,3	0,0	0,0	12,1	6,1	181
Korv 15 % fett	12,1	0,0	0,0	21,5	7,9	274
Bacon	13,4	0,0	0,0	32,8	13,7	345
Lever, nöt	20,0	0,0	0,0	3,1	1	127
Sojaböner	11,0	5,8	5,0	5,7	0,8	128
Bondböner	5,6	7,5	4,2	0,6	0,1	67
Kikärter	7,5	15,7	6,2	2,5	0,4	128
Gröna ärter	6,0	9,8	6,1	0,4	0,1	80
Linser	7,8	15,6	3,7	0,3	0,1	105
Quorn	13,7	-	4,8	2,1	0,4	102

Utifrån tabell 1 kan det konstateras att köttprodukter innehåller mer protein per 100 gram i jämförelse med baljväxter. Abrahamsson, Andersson och Nilsson (2013) menar att protein har flera olika essentiella funktioner i kroppen. Livsmedelsverket (2016b) beskriver att protein

byggs upp av 20 aminosyror varav nio är essentiella. Det innefattar att vi regelbundet måste få i oss det via kosten då kroppen inte kan producera de essentiella aminosyrorna själv. Vidare menar Livsmedelsverket (2016b) att risken för proteinbrist kan uppkomma för individer med en ensidig kost och med ett lågt energiintag. Det krävs alltså tillräckligt med kalorier för att kroppen ska kunna använda proteinet på rätt sätt, annars verkar proteinet som bränsle i kroppen istället för byggstenar. Livsmedel från djurriket innehåller essentiella aminosyror, med bra proteinkvalitet. Genom att blanda olika livsmedel från växtriket får individer normalt sett i sig tillräckligt med protein. Vegetabilerna från växtriket är inte kompletta var för sig, men tillsammans kompletterar de varandra. Vidare innehåller köttprodukter mer mättat fett per 100 gram i jämförelse med baljväxter. Livsmedelsverket (2015d) menar att vi inte behöver något mättat fett från köttprodukter, då det mättade fettet vi behöver kan bildas från andra fettsyror i kosten. Slutligen innehåller, generellt, köttprodukter mer energi per 100 gram jämfört med baljväxter. Det medför att en person som utesluter kött helt eller delvis, bör öka mängden vegetabilier för att få i sig tillräckligt med energi.

Tabell 2. Näringstabell över mikronutrientier i olika köttprodukter och baljväxter per 100 g (ätliga delar). Källa: Nylander et al., 2014 och Dietist XP

Kött & baljväxter	C-Vit mg	Tiamin mg	Niacin mg	Folat µg	Kalium mg	Kalcium mg	Fosfor mg	Zink mg	B12 µg	Järn mg	Selen µg
Karré (Gris)	0,0	0,91	8,9	7,0	268	13,4	214,8	2,9	0,68	1,48	10
Kotlett (Gris)	0,0	0,9	12,5	3,0	373	7,0	204,0	2,9	0,6	1,48	10
Högrev (nöt)	0,0	0,06	9,1	4,4	224,7	8,6	209,7	4,4	1,4	2,4	9
Kycklingfilé	0,0	0,24	16,2	17,4	263,6	14,5	249,8	0,8	0,26	0,72	11,2
Kotlett (Lamm)	0,0	0,18	7,7	1,0	211,4	14,3	197,5	3,4	1,2	1,6	1,4
Korv 15% fett	0,0	0,16	5,3	4,0	190	50	129,0	1,7	1,1	2,1	2
Bacon	0,0	0,37	5,2	2,4	188,3	9,9	201,0	1,15	0,93	0,6	8
Lever, nöt	0,0	0,29	11,2	2496	254,9	10,8	440,8	4	110	9,4	15
Sojaböner	0	0,21	0,6	54	540	73	179	1,2	0,0	2,7	1
Bondböner	33	0,17	1,5	292	250	22	95	1,9	0,0	1,9	1
Kikärter	0	0,05	0,2	73	163	68	103	1,06	0,0	1,63	19,8
Gröna ärter	20	0,32	2,3	51	413	36	145	1,45	0,0	2,24	0
Linser	0	0,07	0,6	181	250	25	119	1,0	0,0	2,1	3
Quorn	0,0	0,0	0,0	0,0	128	0,0	0,0	8,0	0,0	0,5	0

Utifrån tabell 2 kan vi bland annat urskilja att mängden järn i köttprodukter varierar mellan 0,6-9,4 milligram järn per 100 gram. Jämförelsevis ligger järnet i baljväxter mellan 0,5-2,7

milligram järn per 100 gram. Livsmedelsverket (2016c) menar att järn framförallt återfinns i blod- och inälvsmat. Det finns även i kött, fisk, ägg och vegetabilier. Vidare beskrivs att det finns en skillnad mellan hemjärn och icke-hemjärn. Hemjärn är lättast att tillgodose och finns i kött och inälvsmat, medan icke-hemjärn finns i vegetabilier. Icke-hemjärn är svårare för kroppen att ta upp och kan påverkas, positivt eller negativt av andra ämnen. En kost där mängden kött har reducerats kräver därför kunskap om var järn återfinns i kosten. Ett annat näringsämne som Abrahamsson et al. (2013) belyser är kobalamin (B12) som enbart återfinns i animaliska produkter. Vidare beskrivs att bristsjukdomen pernicios anemi kan uppstå vid brist på vitaminet. Dock att sjukdomen främst drabbar individer med bristande absorption. Endast vid en mycket strikt vegansk diet, där animaliska livsmedel helt undvikits under en mycket lång tid, kan brist uppkomma.

Sensoriska preferenser och sensoriska kvaliteter

Gustafsson, Jonsäll, Swahn och Östman (2014) beskriver att matens sensoriska kvalitet är en avgörande faktor hur måltiden upplevs. Det vill säga, upplevelsen genom våra sinnen; synen, hörseln, doften, känsel och smaken. Bedömning av matens sensoriska egenskaper beskriver Gustafsson et al. (2014) innefattar dess intryck av smak, doft och konsistens, både innan och efter tillagning. Den totala upplevelsen av livsmedelskvalitet grundar sig i individens egna preferenser och tidigare erfarenheter samt förväntningar på produkten. Detta i sin tur leder till en sensorisk tillfredställelse menar Gustafsson et al. (2014). Exempelvis kan en förväntning i sammanhanget röra sig om en förväntning på köttets mörhet (konsistens) och att nästa köp ska vara lika bra som det tidigare.

Fredholm (2008, oktober) beskriver att aminosyran glutamat ger upphov till smaken umami. Inosinomonofosfat ingår i umami och är den smak som främst ingår i kött. Vidare förklaras att umamismaken upplevs som söt samt att umami signalerar ett högt energiinnehåll. Därför menar Fredholm (2008, oktober) att människan spontant har en preferens för köttsmak. Att då använda mindre mängder kött i matlagningen, utmanar kreativiteten samt tvingar individen att tänka om och att tänka nytt (Klimatmat, u.å).

Etik

Att äta kött väcker åsikter och tankar kring etiska frågor om vårt moraliska ansvar gentemot djur, särskilt när det gäller handelsvara av djur i den moderna boskapsindustrin (Bakker & Dagevos, 2011). Vidare beskrivs att många konsumenter tycks blunda för de etiska argumenten och att det endast är en liten del av populationen som verkligen antar ett hållbart etiskt ställningstagande. Dessutom menar Bakker och Dagevos (2011) att de etiska argumenten snabbt glöms bort när man köper mat. Bland annat beskrivs att människor överlag är egocentriska och oansvariga, där moralen är svag i dagens konsumtionssamhälle, inte minst vad gäller köttkonsumtionen. Dagens konsumtionssamhälle bygger på att det inte finns en tydlig gräns mellan "ansvarsfulla" och "oansvariga" konsumenter vad gäller den etiska ställningen i samhället, däribland privata och offentliga aktörer (Bakker & Dagevos, 2011).

Processen är komplex menar Dirscherl (2013) och inköpsbeslutet hos konsumenten drivs av ett brett spektrum av motiv (känslor, uppfattningar, värderingar, sociala normer, rutiner, bekvämlighet och säkerhet). Dirscherl (2013) menar att utmaningen är att ta itu med de mångsidiga motiven och att med måttlig inblandning hitta vägar för att nå en hållbar etisk köttkonsumtion.

Yttre påverkan

Den yttre påverkan styrs av en rad olika faktorer däribland nämns de sociala relationerna, miljö och influenser från omgivningen. Tillsammans påverkar dessa de individuella matvalen (Furst et al. 1996). Nedan beskrivs hur kultur, trender och sociala relationer påverkar köttkonsumtionen. Slutligen beskrivs vilken inverkan utbud, pris och efterfrågan har samt statliga styrmedel har.

Kulturella matval och trender

Anderson (2005) beskriver att kultur kan definieras utifrån två teorier, som inte utesluter varandra, utan som kan kombineras. Den första är den biologiska synvinkeln, som handlar om att behov och instinkter styr det vi förtär, som huvudsakligen styrs av ekonomi och miljömässiga faktorer exempelvis klimat och landskap. Den andra teorin berör de sociala och kulturella preferenserna det vill säga att våra beteenden och normer skapas i sociala sammanhang. Här finns det en typ av kultur som följer med en individ under en längre tid och en andra sortens kultur, den aktivt skapande kulturen, där våra normer förändras efter erfarenhet.

Jordbruksverket (2013) menar att en utmaning är att ändra konsumenters attityder i köttfrågan, där trender är en aspekt som kan påverka konsumenten. Jordbruksverket beskriver att de aktörer som kan påverka är politiker och övrig information. Exempelvis kan kända personer användas som hjälpmedel för att sätta trender, däribland personer som inspirerar på sociala medier. Slutligen beskrivs att TV-kockar och receptmakare kan vara med att påverka att en trend kring klimatsmarta måltider bildas.

Sociala relationer

Fjellström (2007) uttrycker att allt fler måltider i dagens samhälle intas utanför hemmet. Det resulterar i att familjens medlemmar äter allt färre måltider tillsammans. Däremot beskrivs att när mat intas tillsammans, skapas ett socialt tillfälle och en gemenskap. Pipping Ekström (2007) menar att måltiden är ett instrument för att uttrycka familjerelationen. Måltiden innehåller ett budskap, som i sin tur genererar i att mönster och matvanor skapas inom familj och släkt. Det vill säga inte bara det vi äter, utan även hur vi äter och betar oss när vi äter. På samma sätt belyser Marshall (2005) att konsumtionen är starkt präglad av traditioner och rutiner där den sociala strukturen kodar för mönster, som kontinuerligt upprepas. Strukturen

återspeglas bland annat i vad Marshall (2005) beskriver som den ”ordentliga måltiden” som vanligtvis består av kött, potatis, grönsaker och sås. Komponenterna utgör huvudsakligen en kod och struktur. Där det är måltiden som driver livsmedelsvalet och inte tvärtom.

Utbud, pris och efterfrågan

Sedan 1960-talet har inkomsten hos den svenska populationen ökat, men på grund av sänkt matmoms samt att livsmedelspriserna inte ökat lika mycket som inflationen, är priserna idag på kött ungefär detsamma (Nylander et al. 2014). Wirsenius, Hedenus och Mohlin (2011) och Säll och Gren (2015) menar att en minskning av köttkonsumtionen i stora drag kan ske via två led, nämligen genom prisförändringar eller genom människors konsumtionsmönster. På samma sätt menar Jordbruksverket (2009b) att inom konsumentteorin så påverkas konsumentens efterfrågan av ekonomiska och icke-ekonomiska faktorer. De ekonomiska faktorerna är starkt reglerade av produkternas priser och konsumenternas inkomstförändringar. Om priset sjunker så ökar efterfrågan. De icke-ekonomiska faktorerna innefattar befolkningsstruktur, inställning till näringsrekommendationer, säkra livsmedel och livsstil, teknologi och reklam. De icke-ekonomiska faktorerna är svårare att mäta än de ekonomiska faktorerna. Det man vet, är att de icke-ekonomiska faktorerna påverkar konsumentens köpbeteende. Jordbruksverket (2016d) menar att om en prisökning sker förväntas konsumtionen av kött minska mer än andra livsmedelsgrupper, detsamma gäller om inkomsterna minskar. Vidare beskrivs att pris och inkomster påverkar matkonsumtionen generellt sett, samtidigt som myndigheter, företag och organisationer spelar en central roll för informationsflöde och kunskap kring livsmedel och konsumtionsval.

Statliga styrmedel

Naturvårdsverket (2015) lyfter att en aspekt som kan driva människor till att minska sin köttkonsumtion är att minska den positiva märkningen på köttprodukter. Så som exempelvis sker genom miljömärkning. Istället föreslår Naturvårdsverket (2015) att påbörja ett arbete med negativ miljömärkning på köttprodukter i form av varningstext som bland annat finns på cigaretter och alkohol. Genom en liknande märkning på köttprodukter, får konsumenterna se konsekvenserna av sina handlingar. Jordbruksverket (2015) menar att larmrapporter som berör livsmedel är något som generellt sett leder till en tillfällig minskning. Det råder viss tveksamhet om förändringen över sikt är hållbar.

Naturvårdsverket (2013) har tagit fram en rapport som berör köttkonsumtionens klimatpåverkan och vilka drivkrafter och styrmedel som kan tillämpas. Naturvårdsverket menar att genom att införa effektiva styrmedel för att minska köttkonsumtionen, kan den globala livsmedelsförsörjningen förbättras. Ett sätt att styra är att signalera till konsumenten vad som är klimatsmarta alternativ både i butik och på restauranger genom en prissignal. Ett statligt styrmedel som idag används är tallriksmodellen som illustrerar proportioner av olika komponenter på tallriken. De förslag som ges som statliga styrmedel är bland annat att införa högre moms på måltider som innehåller hög andel kött och lägre moms på måltider som har

lågt eller inget innehåll av kött. Köttskatt samt tullavgift på klimatsämre kött är två andra aspekter som ges som förslag för att styra konsumenten menar Naturvårdsverket (2013).

Metod

Nedan följer en beskrivning av studiens metodiska tillvägagångssätt där design, urval, datainsamling, deltagare och frågeguide, pilotstudie, rekrytering och genomförande, databearbetning och analys, reliabilitet och validitet samt etiska överväganden presenteras.

Design

Studiens huvudsakliga syfte var att utforska vuxnas attityder till att minska köttkonsumtionen, för att nå mer hållbara konsumtionsmönster. För att belysa vilka drivkrafter och hinder som fanns, användes fokusgrupper med en strukturerad intervjuguide som datainsamlingsmetod (Bryman, 2011). Tre fokusgrupper anordnades med fem deltagare per grupp, vilket resulterade i att 15 deltog totalt. Materialet transkriberades ordagrant med hjälp av datorer. Utgångspunkten vid analysen var ett hermeneutiskt synsätt, med anledning av att materialet skulle kunna tolkas, koda och kategoriseras. Därefter gjordes tematiska indelningar. Vidare utgick studiens innehållsanalys från ett induktivt förhållningssätt, där råmaterialet förväntades kunna bidra till en slutsats. Det medförde att det inte, innan studien påbörjades, fanns någon teori kring vad konsumenternas attityder till en minskad köttkonsumtion var. Vidare gjordes en litteraturgenomgång innan studien påbörjades. Utgångspunkten var, huvudsakligen, Naturvårdsverkets rapport ”*Hållbara konsumtionsmönster. Analyser av maten, flyget och den totala konsumtionens klimatpåverkan idag och 2050*” från 2015, där bland annat politikernas framtida mål kring minskad köttkonsumtion framkom. Det som inte framgick var konsumentens attityd till att minska köttkonsumtionen.

Urval

Studien utgick från ett målinriktat urval med hänsyn till att deltagarna skulle motsvara särskilda krav. Nämligen att de skulle vara vuxna det vill säga över 18 år, styra över sin egna ekonomi och sina egna inköp. De skulle heller inte ha för avsikt att öka den egna köttkonsumtion och heller inte vara vegetarianer. Enligt Bryman (2011) så rekommenderas ett målinriktat urval för en kvalitativ forskning.

För att genomföra intervjuerna så tillämpades ett bekvämlighetsurval. Bryman (2011) menar att metoden innefattar att deltagarna är tillgängliga för forskaren. Därmed kontaktades vänner, bekanta och vänners bekanta, för att be dem medverka i studien. Det var 30 personer som totalt tillfrågades, varav 15 stycken tackade ja till att medverka i studien. De personer som tackade ja till att medverka i fokusgrupperna var alla på plats när intervjuerna skulle utföras, vilket resulterade i att det inte var något bortfall i studien. Urvalsgruppen bestod av personer i

åldrarna 22-68 år varav tio var kvinnor och fem var män. Spridningen mellan könen var inte avsiktlig. Medelåldern i urvalsgruppen var 36 år. En fokusgrupp ägde rum i Varberg i hemmamiljö, medan två fokusgrupper genomfördes i ett grupprum på Göteborgs Universitet.

Datainsamlingsmetod genom fokusgrupper

För att samla in råmaterialet till studien användes datainsamlingsmetoden fokusgrupper som Bryman (2011) beskriver kan liknas vid fokuserade intervjuer. Fokusgrupper användes i studien, med anledning av att det var en lämplig metod för att kunna studera individers attityder kring att minska köttkonsumtionen. Gruppen styrdes av en moderator vars mål var att deltagarna skulle diskutera fritt om det angivna ämnet. Wibeck (2010) menar att skillnaden mellan en strukturerad och en ostrukturerad fokusgrupp är hur mycket moderatören styr deltagarna. I studien användes en strukturerad fokusgrupp för att kunna fördela ordet, så att samtliga deltagare involverades.

Antal deltagare och frågeguide

Bryman (2011) lyfter vikten av att ha tillräckligt många fokusgrupper. Vidare beskrivs att antalet grupper varierar beroende på studie och syfte. Bryman (2011) beskriver att sannolikheten att en fokusgrupp räcker inte är stor. Parallellt är det heller inte bra med allt för många grupper då teoretisk mättnad kan uppstå, vilket kan leda till slöseri med tid. Teoretisk mättnad innefattar att grupperna säger samma saker och inga nya åsikter lyfts fram. I studien var det tre fokusgrupper som deltog. Det var tre stycken fokusgrupper på grund av begränsade resurser och för att få reda på fler än en grupps attityder. Wibeck (2010) beskriver likaså att en fokusgrupp bör bestå av fyra till sex deltagare, för att det ska bli en optimal interaktion mellan deltagarna. I studien var det fem personer som deltog per grupp.

Vid utformningen av intervjuguiden användes Kruegers och Morgans (1998) fem olika frågetyper (se bilaga 1). Anledningen till att en strukturerad intervjuguide användes var för att alla skulle få samma frågor, oberoende av vilken fokusgrupp de deltog i. Enligt Krueger och Morgan (1998) bör en strukturerad intervjuguide delas in i öppningsfrågor, introduktionsfrågor, övergångsfrågor, nyckelfrågor samt avslutande frågor. Dessutom beskrivs att det är nyckelfrågorna som är grunden för analysen och bör vara mellan två till fem i antalet.

Pilotstudie

En pilotstudie genomfördes en vecka innan fokusgrupperna ägde rum. Bryman (2011) menar att en pilotstudie kan genomföras när som helst innan de egentliga fokusgrupperna ska utföras. Vidare beskrivs att en pilotstudie säkerställer frågorna samt att det ger intervjuarna en vana och säkerhet. Pilotstudien genomfördes huvudsakligen för att se om frågeschemat ledde till en diskussion, för att öva på att genomföra en fokusgrupp samt att pröva kvaliteten på den

tekniska utrustningen. Enligt Bryman (2011) bör en pilotstudie genomföras på en mindre grupp deltagare som på något sätt ska vara jämförbart med urvalet till de riktiga intervjuerna. I studien var det fem stycken kurskamrater som deltog i pilotstudien som fick informationen att det handlade om attityder till att minska köttkonsumtionen. Vidare var de jämförbara i åldern med de övriga deltagare. Efter genomförd pilotstudie så justerades intervjuguidens frågor. Introduktionsfrågan ändrades samt övergångsfrågan, för att på ett enklare sätt leda deltagarna in på köttfrågan. Slutligen ansåg deltagarna, moderatorn och observatören att fokus hamnade på moderatorn under pilotstudien. Vid pilotstudien satt moderatorn centralt i rummet, vilket ledde till att alla tittade på denne. Placeringen av moderatorn justerades därför vid genomförandet av de verkliga fokusgrupperna, då denne placerades på en mindre central plats runt bordet.

Genomförande

För att på ett enkelt sätt samla deltagare och med tanke på att inga ersättningar kunde ges, genomfördes fokusgrupperna i de städerna där deltagarna var bosatta. Deltagarna i grupp ett bodde i Varberg. Intervjun ägde rum i Varberg i ett vardagsrum. Grupp två och tre ägde rum i Göteborg i ett grupprum på Institutionen för kost- och idrottsvetenskap. Alla deltagare, oberoende vilken fokusgrupp de tillhörde, placerades kring ett bord. Därigenom kunde alla se varandra och få ögonkontakt med varandra. Vidare ställde moderatorn frågorna. Fokusgrupperna spelades in med elektronisk utrustning i form av två mobiltelefoner i programmet "Quickvoice" och intervjuerna tog 39, 22 och 32 minuter vilket totalt blev 1 timma och 33 minuter. Vidare var det två observatörer som antecknade deltagarnas skratt och pauser samt sammanfattade gruppens attityder till att minska mängden kött. I grupp ett, två och tre roterades rollen som moderator och observatörer mellan författarna. Den huvudsakliga orsaken var att moderatorn inte skulle vara bekant med någon av deltagarna.

Databearbetning och analys

Databearbetningen påbörjades genom att transkribera materialet som samlats in genom fokusgruppsdiskussionerna. Transkriberingen gjordes ordagrant i standardsvenska inklusive pauser och skratt. Enligt Wibeck (2010) bör transkriberingen uttryckas på standardsvenska och inte i talspråk, för att underlätta läsningen. Transkriberingen innehöll även markeringar om vem som sade vad samt ny rad för varje replik. Fokus på transkriberingen lades på innehållet av gruppdiskussionerna och ingen djupare analys gjordes på interaktioner emellan deltagarna. Ödman (2007) menar att förståelsen gällande interaktionen mellan människor är komplex och kräver träning och förförståelse för att kunna tillämpas. Den empiriska data analyserades utifrån en konventionell kvalitativ innehållsanalys. Fokus i innehållsanalysen lades på tolkningsprocessen där det transkriberade materialet kodades in i meningsbärande enheter, som i sin tur kodades in i kondenserade meningsenheter och kategorier. Dessa strukturerades upp i dataprogrammet Excel för att vidare kunna placeras in i tematisk ordning. Det är något som Granskär och Höglund-Nielsens (2012) samt Wibeck (2010) menar skapar

en tydligare översikt om återkommenade teman för att finna trender och mönster som ägde rum i fokusgrupperna. Se exempel på kodningsschema i tabell 3.

Tabell 3. Kodningsschema.

Meningsenheter	Koder	Kategorier	Tema
Det finns mycket inspiration med vegetariskt. Recept finns nästan överallt och det är riktigt gott.	Det finns inspiration i form av recept – som är goda.	Det är viktigt med inspiration för att motivera konsumenten till att minska köttkonsumtionen.	Drivkrafter till att minska köttkonsumtionen.

Genom innehållsanalysen kunde åsikter, idéer och tankar identifieras i gruppdiskussionerna samt hur och på vilket sätt något uttrycktes. Ödman (2007) menar att genom denna process skapas en djupare uppfattning om kontexten där tolkning och förståelse är avgörande. Wibeck (2010) menar att genom tolkning kan vi skapa ny mening i sammanhanget, göra jämförelser och kontrastera olika data med varandra. Jämförelser både inom en grupp och emellan grupper. Kategorierna som framkom genom innehållsanalysen relaterades till studiens frågeställningar och syfte. Totalt framkom 14 kategorier och de två temana, hinder och drivkrafter till att minska köttkonsumtionen vilka redovisas i resultatet.

Ödman (2007) belyser svårigheterna med tolkningsprocessen samt vilka kriterier som är rimliga att ställa. De kriterierna som ställts vid analysen och tolkningsprocessen var att tolkningen och transkriberingen inte genomfördes av samma person i forskargruppen. Av den anledningen att tolkningen i största möjliga mån skulle ge en objektiv bild. Vidare analyserades texten på manifest nivå och på en latent nivå, men inte djupgående. Enligt Granskär och Höglund-Nielsen (2012) innefattar en manifest nivå det som direkt sägs i text, medan latent nivå innebär en djupare tolkning av textens innebörd. När råmaterialet analyserades studerades den manifesta nivån av texten. I och med att materialet tolkades, användes den latent aspekten delvis då en tolkning alltid sker. Ett annat kriterium som ställdes var om åsikterna uttrycktes fler än en gång, så lades fokus på det mer frekventa uttalandena. Om uttalanden var grundade på egen erfarenhet eller opersonliga berättelser var också något som vägdes in vid analys av data. Wibeck (2010) menar att personliga åsikter bör vägas tyngre än de uttalanden som görs om en tredje part. Slutligen bestämdes hur långa meningarna skulle vara, för att inte gå miste om budskap och heller inte dela upp budskapen.

Reliabilitet och validitet

Vid fokusgruppsdiskussionerna hade moderatorn en central roll. Dels för att belysa de frågor som ligger till grund för studiens syfte men också fungera opartisk i samtalsdiskussionerna. För att försäkra sig om att inte moderatorn dragit subjektiva bedömningar så verifierades transkriberingen av ytterligare en i forskningsgruppen. Wibeck (2010) menar att människan

tenderar i högre grad att höra och se det som bekräftar den egna ståndpunkten. Vidare beskrivs att det kan vara fördelaktigt att en eller flera forskare oberoende av varandra gör översiktsanalyser av materialet för att jämföra och diskutera. Därmed gjordes kodningar och kategoriseringar av forskningsgruppen oberoende av varandra för att sedan jämföra överensstämmelsen i kodningen och de ämneskategorier som framkom. Wibeck menar (2010) att det tillvägagångssättet ökar reliabiliteten och huruvida samma ”etikett” sätts på de olika sekvenserna.

Vad gäller validitet kring metodvalet så handlade det främst om tolkningen av det som observerats hos deltagarna. För att förhindra deltagarna i fokusgrupperna från att uttrycka sig på ett sätt som de själva inte stod för, inleddes diskussionerna med att informera deltagarna om att deras åsikter var värdefulla och att syftet inte handlar om att hitta rätt och fel. Vidare var det viktigt att deltagarna var införstådda med att uttrycka sig fritt och alltså inte svara som de tror att forskarna ville höra. Detsamma gäller beträffande att inte utelämna information på grund av den sociala acceptansen. Wibeck (2010) menar att ett sätt att bekräfta validiteten för forskarna är att i efterhand titta på om gruppdiskussionerna upplevdes avslappande och om atmosfären i gruppen var öppen. Dessutom beskrivs i vilken utsträckning gruppträck kunde undvikas och att samtliga deltagare fick möjlighet att komma till tals.

Wibeck (2010) understryker svårigheten att demonstrera hur resultatet som uppnåtts går att generalisera och därmed svårigheten att dra slutsatser som bygger på populationens åsikter och tankemönster. Genom fokusgrupp som metodval kan forskarna däremot skapa sig en djupare förståelse av hur gruppen tolkar och tänker kring ett specifikt ämnesområde. I detta fall attityder till att minska sin köttkonsumtion och de hinder och drivkrafter som ligger till grund för valen som görs.

Etiska övervägande

För att skydda deltagarna i denna studie så har de fyra forskningsetiska principerna tillämpats. Vetenskapsrådet (2002) beskriver att informationskravet innebär att forskaren skall informera deltagarna om syftet med studien. Vidare ska de veta att deras deltagande är frivilligt samt att de kan avsluta när de vill. Information om studiens syfte gavs skriftligt eller muntligt via sociala medier, telefon eller mail. Samtyckeskravet ska användas för att visa deltagarna att det har rätt att bestämma över sin medverkan (Vetenskapsrådet, 2002). Deltagarna valde själva att vara med i studien och hade möjlighet att säga nej. Konfidentialitetskravet innefattar att deltagarnas uppgifter behandlas konfidentiellt. Dessutom innebär kravet att personuppgifterna skall förvaras på ett sådant sätt att obehöriga inte kan ta del av dessa (Vetenskapsrådet 2002). Personuppgifter förvarades konfidentiellt för att därefter makuleras. Nyttjandekravet tillämpades likaså. Vetenskapsrådet (2002) menar att det innefattar att de insamlade uppgifterna från deltagarna endast skall användas för forskningsändamålet. De fyra ovanstående kraven presenterades för alla deltagare innan studien påbörjade.

Resultat

Nedan följer en redovisning av resultatet från de tre fokusgrupperna. Det empiriska materialet analyserades och tolkades utifrån en konventionell kvalitativ innehållsanalys. Genom innehållsanalysen formades kategorinivåer och teman förutsättningslöst. Resultatet inleds med en presentation av deltagarna. Därefter struktureras resultatet efter studiens två frågeställningar och tematiska indelningar. Nämligen vilka hinder och drivkrafter som finns att minska köttkonsumtionen. Under frågeställningarna presenteras resultatet i löpande text utifrån kategori och grupp.

Presentation av deltagarna

I fokusgrupperna medverkade 15 stycken personer. Deltagarna i studien var i olika åldrar och både kvinnor och män. I resultatet kommer deltagarna att benämnas med en siffra mellan 1-15. I fokusgruppen var det en deltagare som avsiktligt minskat sin köttkonsumtion till varannan måltid. I övrigt var det inga som var vegetarianer eller vars avsikt var att öka köttkonsumtionen. Se tabell 4 för presentation av deltagarna.

Tabell 4. Presentation av deltagarna.

Grupp	Kön	Ålder	Kod
1	Kvinna	41	G1:1
1	Kvinna	68	G1:2
1	Man	42	G1:3
1	Kvinna	41	G1:4
1	Kvinna	46	G1:5
2	Man	24	G2:6
2	Man	30	G2:7
2	Man	30	G2:8
2	Man	29	G2:9
2	Kvinna	22	G2:10
3	Kvinna	47	G3:11
3	Kvinna	48	G3:12
3	Kvinna	25	G3:13
3	Kvinna	24	G3:14
3	Kvinna	23	G3:15

Hinder för att minska köttkonsumtionen

Resultatet pekade på att det fanns delade och likartade meningar i fokusgrupperna om vilka hinder som fanns med att minska köttkonsumtionen. Svårigheterna som deltagarna såg med att minska köttkonsumtionen redovisas i resultatet nedan. Vidare beskrivs de kategorier som

framkommit, vilket innefattade vana och kultur, bekvämlighet, kunskap, sensoriska preferenser, hälsa, sociala relationer och ekonomiska aspekter.

Vana och matkultur

I fokusgrupperna var attityder kring vanor och rutiner något som lyftes fram. I grupp två diskuterade deltagarna att traditioner sitter djupt rotat i människan. Att bryta rutiner är något som inte anses vara helt enkelt. En diskussion som uppkom i grupp två var att människor generellt sett är ovilliga att bryta rutiner endast genom att bli tillsagd eller uppmuntrad till det, såvida inte insikten kommer från en själv:

Jag tror inte att man bryter rutiner så lätt. Generellt sett så är människor väldigt ovilliga att bryta rutiner, man måste komma på det själv. Det är framförallt väldigt svårt att bli tillsagd att bryta en rutin, om någon säger att du borde göra det. Det är faktiskt något som man själv måste komma till någon slags insikt till, att man själv har viljan att bryta en rutin. Annars kommer man inte att göra det (G2:8)

En deltagare i grupp ett menade att en vana som hindrar, är att vända på sättet att tänka och att en svårighet blir att inte längre utgå från proteinet som huvudkomponent, utan grönsakerna:

Jag hörde en som höll på med mat, hon sa att tänk först på vilka grönsaker du vill äta idag, så köper du det först. Sen kompletterar du. Jag tänker ju tvärt om. Ska jag äta kyckling eller kött och vad ska det vara för kött. Sen tänker jag om vi ska ha en grönsallad till. Man måste vända på tänket (G1:5)

Att börja laga vegetarisk mat var något som flera av deltagarna i grupp två såg som en begränsning där fantasin och kunskapen kring vegetarisk mat var ett hinder. På samma sätt uppfattades tallriksmodellen som ett hinder snarare än som ett hjälpmedel:

Svårigheterna är fantasin tror jag. Jag är så inrutad på tallriksmodellen. När jag lagar mat så är det ofta att man tänker att man skall ha potatis och kött eller spaghetti och köttfärsås (G2:7)

Trots attityderna var deltagarna i grupp två eniga om att alternativ finns det egentligen gott om, där övriga deltagare instämmer i påståendet nedan:

Börjar man googla så finns det hur mycket som helst (G2:10)

Två deltagare i fokusgrupp två uppger att de inte är beredda att förändra sina matvanor och samhället kan inte påverka attityden. Varav en deltagare menar att köttproblematiken kommer att lösas sig med tiden, där ansvaret ligger på samhällsnivå och inte på individnivå.

Anledningen till att jag, personligen inte har en stark vilja till att sluta att äta kött är för när man pratar om miljöproblematiken så tror jag att det kommer att lösas sig ändå. Jag tror att forskare kommer att komma med en smart idé och att det kommer finnas odlat kött. Då är det lugnt. Men det är nog övergripande för mig som person, jag tror att det löser sig, så det är därför som jag inte tänker på det problemet eller lägger någon energi på det. Det är nog ett vanemönster (G2:6)

Ett hinder som diskuterades i samtliga grupper gällande vanemönster, var svårigheterna med att inta nya rutiner och börja äta annan sorts mat som inte är den "vanliga". Det framkommer i grupp ett att en svårighet är att hen inte har ett genuint intresse och är heller inte nyfiken på att testa nya maträtter. En deltagare från grupp tre menar att när matlagningen börjar göras annorlunda och fantasin brister försvinner enkelheten kring matlagningen, där enkelheten föredras framför någonting annat. Medan ytterligare en i gruppen beskriver svårigheterna med att minska köttkonsumtionen på grund av vana:

Jag är uppväxt på köttfärssås, spaghetti och falukorv. Det sitter i. Det handlar om det man lärde sig laga från början sitter kvar. Vanor, bryta mönster och garanterat min kunskap (G3:13)

En aspekt som en av deltagarna i grupp tre diskuterade var hur traditionerna påverkas om köttet ska minskas. Däribland berörs hur julsinka, köttbullar och prinskorv skulle kunna ersättas på julbordet, något som deltagarna ser som ett hinder. Ingen av de övriga deltagarna i fokusgrupperna nämner matkultur som ett hinder eller en drivkraft.

Bekvämlighet

I grupp ett framkom det hos en av deltagarna att det finns ett bristande intresse för matlagning.

Jag har inte intresse av att laga mat. Då blir det att man inte väljer att stå vid spisen i två timmar (G1:3)

Vidare beskrevs det i gruppen att ett hinder är att det är svårt att bryta vanor, vilket resulterar i att det kommer ta längre tid att laga vegetarisk mat. I grupp tre diskuterades att en faktor som påverkar och som leder till ett hinder är bekvämlighet och lathet. Att ändra kosten fodrar en tankeverksamhet efter jobbet vilket ansågs som en belastning. Samtidigt beskriver deltagarna att det inte är en tankeprocess som är omöjlig om de skulle välja att anstränga sig. I gruppen lyfter även en av deltagarna enkelheten med att äta kött, då kött i butikerna finns lättillgängligt, något som anses som ett hinder, där bekvämligheten tar över.

Kunskap

Kunskapen om vegetariska recept var något som ansågs som en svårighet för att minska köttkonsumtionen, ett ämne som återkommer i samtliga gruppdiskussioner. En deltagare i grupp två menade att goda vegetariska recept är svåra att hitta. De pratade också om att deras fantasi kring vegetarisk matlagning var fattig och förknippades med en sallad. Vilket upplevdes som ett hinder, eftersom sallad ansågs som en enformig och tråkig kost i längden:

Jag kan känna mig väldigt låst när man tänker vegetariskt. Spontant så tänker jag bara på sallad när det gäller vegetariskt mat. Vad ska man få ihop av det tänker man, ska jag få ihop vegetariskt av det jag har hemma? ren pasta och ketchup? jag vet inte, det är ju inte så gott i längden direkt (G2:6)

Vidare samtalades det i grupp två om att en tallrik utan kött inte är en komplett måltid. Gruppen beskrev att det förmodligen finns en del olika proteinkällor som alternativ till kött, däremot fanns inte kunskapen om vilka. Dessutom så beskrivs det i grupp tre att det finns en viss nyfikenhet till vegetarisk matlagning trots den bristande kunskapen om vilka livsmedel som kan användas i matlagningen. En annan aspekt som berörs var tiden som krävs för att upptäcka nya recept. Dessutom säger deltagarna i grupp tre att det är som att lära sig att laga mat från början igen. De beskriver att det är svårt att ändra på en kunskap, som de redan har.

Sensorik och preferens

En aspekt som grupp två diskuterade var bilden av tallriksmodellen som ofta är utgångspunkten när de väljer sin mat. En av deltagarna menade att det är otänkbart att äta enbart en köttbit utan några tillbehör. I grupp två var alla eniga om att sammansättningen på tallriken är en viktig del när de gör sina livsmedelsval. Här utgör kött alternativt fisk ungefär en tredjedel av tallriken.

I grupp tre beskrev några av deltagarna att kött är något som är förknippat med något lyxigt. Vidare diskuteras att ett stort hinder med att minska köttkonsumtionen är att kött är så gott och att det därför är svårt att se fördelarna med att avstå från kött:

Bacon och ägg på morgonen liksom. Gud vad gott det är (G3:11)

En av deltagarna i grupp tre säger parallellt att det är en vanesak att äta vegetariska produkter och att det går att vänja sig vid produkter utan kött. En annan faktor som berörs av en deltagare i grupp tre, är att vegetariska produkter smakar mindre. Det resulterar i att de produkterna anses vara tråkigare än köttprodukter samt att det behövs mer krydda för att de ska smaka gott.

I grupp ett diskuteras även köttsmaken som något som är svårt att avstå från. En av deltagarna nämner även att konsistensen på vegetariska produkter är ett hinder:

Tuggmotstånd är viktigt. Att det är samma känsla. Så att jag inte undrar vad det är för gummi jag har fått i munnen (G1:2)

Hälsa

I fokusgrupp ett anses näringen vara ett hinder för att minska köttkonsumtionen. En deltagare beskrev att det är svårt att hitta alternativa proteinkällor och ställde frågan till övriga i gruppen var protein återfinns:

Hindret är framförallt alternativa proteinkällor, som man måste sätta sig in i. Vad ska jag välja istället för kött? (G1:4)

Vi äter ju för mycket kött så vi behöver ju inte kompensera (G1:5)

Ytterligare en diskussion som lyfts i grupp ett är att människan är trendkänslig. En av deltagarna menade att ett hinder är de senaste viktminskningstrenderna. Vilket innefattar att intaget av kolhydrater ska minska, samtidigt som kött och sallad ska öka. Flera av deltagarna i grupp två diskuterade att ett hinder med att minska köttkonsumtionen är rädslan för att inte bli mätt:

Hur ska jag bli mätt (G2:10)

Mättnadskänslan var något som också grupp ett nämnde:

Sen har vi nog en fördom om att vi inte ska bli riktigt mätta om det inte är kött (G1:5)

Det håller jag med om (G1:3)

Ja, en stor köttbit. Då blir jag mätt (G1:4)

Sociala relationer

I fokusgrupp ett och tre, framkommer det att familjen ses som ett hinder för att minska köttkonsumtionen. En av deltagarna i grupp tre menade att ett hinder var att sambon är förtjust i kött:

...oftast lagar vi bara en rätt och då är det vem som ska ge sig och då blir det oftast jag. Det blir oftast kött, för jag äter fortfarande kött, för han vill inte äta vegetariskt. Det är mitt största hinder, att vi inte är överens om hur mycket kött som är lämpligt (G3:13)

Vidare menade en av deltagarna i grupp ett att det fanns en betydande skillnad mellan att minska den egna köttkonsumtionen och att få hela familjen att minska köttkonsumtionen. Ett problem som en i gruppen lyfter var att om barnen inte får kött, vill de inte äta. Då väljer de istället att äta flingor och yoghurt. Deltagaren ansåg därför att det är bättre att ge barnen exempelvis köttbullar. Vidare diskuterade deltagarna i grupp ett, hur familjen påverkas om köttet exkluderas:

Om jag då ska minska på kött så tänker jag att jag äter vegetariskt eller fisk på lunchen. Om jag tar bort köttet på middagen istället när jag lagar mat hemma, då faller det i min familj (G1:4)

Ekonomiska aspekter och utbud på marknaden

I grupp tre diskuterade deltagarna att ett av hindren med att minska köttkonsumtionen var att vegetariska produkter är dyrare än köttprodukter. Bland annat framkom att det var grundläggande för en individ att ha råd, annars får individen välja det billigaste:

Det finns ju väldigt många familjer där det inte finns utrymme för och handla dessa produkterna (G3:11)

En föreställning som några av deltagarna i grupp tre diskuterade var att substitutprodukter för kött inte är tillräckligt eftertraktade. Efterfrågan anses inte vara tillräckligt stor, för att dessa produkter ska sjunka i pris. Två deltagare i grupp tre anser att det är för dyrt med vegetariska/veganska produkter för att det ska finnas ett ökat intresse:

Jämför jag med en billigare korv är det säkert tio gånger dyrare med vegetariskt. Då blir det en ekonomisk fråga om jag vill välja billigt (G3:14)

Vidare beskriver en deltagare i grupp tre att hen upplever att många är fega av den anledning att de inte vill prova produkter utan kött i. Beträffande utbud diskuterar gruppen att det inte finns någon produkt på marknaden som skulle kunna ersätta en entrecote, däremot går köttfärs att byta ut betydligt enklare. Svårigheten med att ersätta entrecote betraktades som ett hinder för en i gruppen då hen inte vill vara utan den typen av kött. Slutligen menade en deltagare i grupp tre att utbudet av fiskprodukter är dåligt. Fryst fisk ansågs erhålla en sämre kvalitet, därför väljer deltagaren kött framför fiskprodukter.

Drivkrafter för att minska köttkonsumtionen

Nedan presenteras vilka drivkrafter som deltagarna diskuterade att minska köttkonsumtionen. De kategorier som kommer att beröras är statliga styrmedel, ekonomiska aspekter, trender och inspiration, sociala relationer, hälsa, etik samt kunskap.

Statliga styrmedel

I grupp ett beskrev en av deltagarna att något som skulle vara en drivkraft att minska köttkonsumtionen, är att sprida kunskap och uppmärksamma köttets negativa påverkan genom larmrapporter:

Först och främst så är det att en stor larmrapport som säger att det här är inte bra och äta. Här är bevis (G1:3)

En annan deltagare i samma grupp diskuterade att larmrapporter enbart får en tillfällig effekt. Efter en månad anser deltagaren att hen har glömt av larmrapporten som förmodligen har ersatts med nya larmrapporter/debatter. I grupp tre diskuterade deltagarna såväl positiv som negativ märkning på förpackningar. Med positiv märkning ansåg de att klimatmärkningar kan införas, både vid servering av offentliga måltider och inom livsmedelsindustrin. De diskuterade att märkningar kan driva dem till att handla mer miljövänliga produkter. Vidare beskrevs negativ märkning på förpackningar:

Om det skulle vara bilder på köttförpackningar om hur det ser ut i blodkärlen när jag äter rött kött, som på cigarettpaket hade jag tänkt till en extra gång (G3:12)

Vidare diskuterade övriga i gruppen att något som är cancerframkallande inte är säljande och att varningstexter på förpackningar kan driva dem till att minska alternativt sluta äta kött. I

grupp tre är det ytterligare en deltagare som diskuterade att en drivkraft att minska köttkonsumtionen var att effektivare styrmedel bör införas. Exempelvis köttskatt:

Skulle man öka skatten på kött och ta bort moms på grönsaker skulle det ha en inverkan (G3:13)

En aspekt som framkom av en deltagare i fokusgrupp två var att när livsmedelval görs, tänker man utifrån tallriksmodellen.

Ekonomi, utbud och efterfrågan

I samtliga fokusgrupper diskuterades att priset var en faktor som påverkade dem vid val av livsmedel. Beträffande utbudet så beskrev en deltagare i grupp ett att hen provat substitutprodukter för kött och att det inte gick att känna någon skillnad.

Jag provade en gryta med något som jag trodde var kyckling. Sen efteråt frågar min vän vad det smakade. Jag sa att det var jättegott. Då hade han lagt i bitar som inte var kyckling, utan det var något helt annat. Det gick inte att känna någon skillnad och det var första gången som jag blev medveten om ett alternativ som inte var kött, men som är precis likvärdigt (G1:3)

I grupp två diskuterade deltagarna vikten av att produkterna måste smaka gott, annars ser de ingen anledning att de ska välja vegetarisk mat. Gruppen ansåg att god smak och prisvärda produkter, kan driva dem till att minska köttkonsumtionen:

Ahh men det är väl snarare så att det är priset. Hade kött varit svindyrt så skulle man ju ha avstått (G2:8)

Ja och att alternativet smakar bra. Jag är ganska kräsen så att det ska smaka ganska bra om jag skall äta det (G2:10)

I grupp två diskuterade en av deltagarna att hen inte bryr sig om var köttet kommer ifrån, eftersom priset är det centrala. En annan deltagare i gruppen menade att efter studentlivet, började hen att kolla på ursprunget, då priset inte var lika viktigt längre.

Aspekter som grupp tre diskuterade var utbudet i butikerna. Exempelvis beskrevs att utbudet av kött är betydligt större jämfört med vegetariska produkter. En annan faktor som de antog kunde påverka deras köttkonsumtion, var minskat utbud och färre köttförpackningar i livsmedelsbutikerna:

Jag tycker att bara påläggsskinkan ligger uppradat fem meter i kyldiskarna (G3:14)

Tillgängligheten av varor tycks också vara en faktor som påverkade deltagarna i grupp tre när de gör ett matval. De ansåg att alternativ till kött endast återfinns i väl sorterade affärer, vilket försvårar lättillgängligheten och därmed drivkraften hos konsumenten. Samtidigt menade en av deltagarna i grupp tre att det också bör finnas en vilja hos livsmedelsföretagen att samverka för ett hållbart köttätande.

Grupp ett beskrev att det är dyrt med fisk, vilket leder till att de väljer kött framför fisk. Om priset på fisk skulle sjunka, ansåg deltagaren att det kan vara en drivkraft. I grupp tre diskuterades även att utbudet av fisk är begränsat framförallt den färska fisken. Något som blir ett hinder och gör det enklare att välja bort fisk. Samtidigt som ett bredare utbud av fisk, ger dem en möjlighet att minska på köttet:

Hade det funnits mer lättillgängligt så kanske det hade varit enklare att handla fisk. Recept på förpackningen hade också varit bra. Dom färdiga lådorna som bara man slänger i är smidiga "mitt i pannan" eller var dom heter. Då tillsätter man bara någonting och skulle fungera med fisk (G3:11)

Trender och inspiration

I fokusgrupp ett berörde en deltagare att hen inte ätit så mycket vegetariskt, då det är köttet som är i fokus. Dock beskriver deltagaren att kunskapen kring vegetarisk mat ökade när hen började studera. Något som hen ser som en drivkraft är att sprida information via olika sociala medier:

Sen jag började studera till arbetsterapeut, så är det fem till sex personer i klassen som är vegetarianer. Där har vi skapat en Facebookgrupp som vi lägger upp recept (G1:3)

En annan diskussion som lyftes i grupp ett var att människan är trendkänslig, på både gott och ont. Det som skulle kunna driva deltagarna till att minska köttkonsumtionen var om det kommer en bra vegetarisk trend:

Det gäller att någon kommer med en bra vegetarisk trend, vi är ju så himla trendkänsliga (G1:2)

I fokusgrupp tre lyftes att trender och inspiration skulle kunna driva dem till att minska köttkonsumtionen. En deltagare menade att det håller på att bli en trend att minska på köttet, något som märks genom att flera vegetariska rätter tillagas i matlagningsprogram och i morgonsoffan. Vidare diskuterade gruppen att trenderna på restaurangerna inspirerar, då de bland annat har köttfria måndagar och att allt fler restauranger anammar vegetariska alternativ. Slutligen diskuteras även i grupp tre att en drivkraft kan vara recept på förpackningarna.

Sociala relationer

I grupp tre diskuterades frågan som berör påverkan från andra och det sociala trycket. Vad som framkom var att de, medvetet eller omedvetet, påverkas av andra. Vidare beskrevs att någon behöver inspirera dem för att de ska göra ett aktivt matval. Påverkan kan vara både positiv och negativ. Gällande frågan att minska köttkonsumtionen så tycks påverkan från andra vara en av drivkrafterna till ändrade vanor kring köttkonsumtion:

Vi har bestämt att minst vartannat mål ska vara vegetariskt. Det är lätt när man väl kommer in i det (G3:14)

På samma sätt som en annan deltagare i grupp tre instämmer och menar att sonen är vegan. Därigenom har deltagaren fått kunskap om vegetariska produkter. En annan aspekt som framkom i grupp tre är vikten av att lära sig att äta och tycka om vegetarisk kost i tidig ålder, vilket deltagarna menar skulle följa med dem i det vuxna livet.

I grupp två understryker en deltagare att minska på köttkonsumtionen är svårt. Framförallt för att deltagaren anser kött som gott och tillfredsställande. För att förändring skall ske krävs uppoffringar:

Alla måste göra det tillsammans på något sätt, eller göra samma uppoffringar (G2:10)

Hälsa

En drivkraft för minskad köttkonsumtion som framkom i grupp ett var aspekten som berörde hälsan och köttätande:

Cancern ökar, men ändå äter vi mer kött. Men vi vet att tarmcancer och det ökar (G1:5)

Beror cancer på kött menar du? (G1:4)

Ja, kött är en bidragande orsak och ökar chansen för cancer (G1:5)

En av deltagarna i grupp ett menade att de olika uppfattningarna om vilka faktorer som prioriteras högst, kan ha och göra med ålderskillnaden och vilken kunskap som de själva besitter.

Etik

I samtliga fokusgrupper diskuteras frågan som berör de djuretiska ställningstagandena. En av deltagarna i grupp ett beskrev filmer och dokumentärer om djurhantering:

Samvetet tror jag också påverkar, speciellt när man ibland råkar se sådana där filmer hur djuren hanteras (G1:1)

Något som deltagarna i grupp två diskuterade var att upplysa samt sprida mer kunskap kring djurhanteringen. Vidare framkom att mer upplysning krävs där framställningen av djurhanteringen är central. En av deltagarna menar att propaganda väcker känslor hos människor:

Det finns dokumentärer om kött men skulle det propageras mer så tror jag att folk skulle få upp ögonen och inse lite mer om hur djuren hanteras (G2:8)

Grupp två diskuterar att etik, i dagsläget, inte är något som påverkar dem själva när de väljer livsmedel.

Kunskap

En drivkraft som diskuterades i grupp ett var kunskapen om hur folkets hälsa var förr och nu. En av deltagarna beskriver att på 1970-talet så åt människor mindre kött än vad som äts idag. En trosföreställning om att människor förr hade bra hälsa är en drivkraft att äta mindre kött idag, uppger en respondent i grupp ett. En annan aspekt som gruppen diskuterade var lättillgängligheten till olika recept som finns att få tag på idag vilket ansågs som en drivkraft att minska köttkonsumtionen. Grupp tre beskrev också att kunskapen om hur miljön påverkas genom sociala medier också är en drivkraft för människor att minska köttkonsumtionen.

Sen tänker jag på informationen om miljön som samhället får, spridningen idag via sociala medier gör att människor får mer kunskap (G3:14)

Diskussion

Nedan följer en diskussion, indelad i två delar. Det första avsnittet berör diskussion kring metodval, medan del två är resultatdiskussion som redogör för fokusgruppsintervjuerna. Slutligen presenteras studiens slutsats följt av förslag på vidare forskning.

Metoddiskussion

Nedan följer en diskussion kring studiens metodologiska val. Det som framförallt lyfts är urval och rekrytering, datainsamling, analys och reliabilitet, validitet och generaliserbarhet.

Urval och rekrytering

Wibeck (2010) menar att när en fokusgrupp ska sättas samman, bör ett målinriktat urval användas som innefattar att deltagarna väljs i enlighet med studiens syfte. Individer som är under 18 år, vegetarianer och individer som hade avsikten att öka köttkonsumtionen exkluderades i studie. Det medför att studien inte talar för en hel population. Resultatet speglar därför en mindre grupp vuxna i samhället.

Urvalet som användes var ett så kallat "bekvämlighetsurval". Till en början försökte deltagarna att rekryteras via metoden snöbollsurvalet. Det ledde dock till att ansvaret lades på en annan individ, som i sin tur skulle rekrytera en person. I studien var det flera deltagare som i ett första steg valde att tacka nej alternativt inte svarade på förfrågan. Att individer valde att inte delta i studien kan dels sammankopplas med att deltagarna inte kunde få någon ersättning, med anledning av att kandidatuppsatsen inte hade någon budget. Det kan också

sammankopplas med att individer inte hade tid eller lust att ställa upp som deltagare, när de inte kände studenterna.

De deltagare som sedan deltog i studien var bekanta med någon av författarna eller med någon av deltagarna. Wibeck (2010) beskriver vidare att det är delad mening om huruvida deltagarna i fokusgrupperna ska känna varandra eller inte. Om de inte känner varandra kan det leda till att mer tystlåtna personer inte kommer till tals, medan andra personer kan ta över samtalen. I studien användes sammansatta grupper, där somliga deltagare var bekanta med någon i fokusgruppen medan andra inte kände någon. I den ena gruppen kände flera av deltagarna inte varandra, vilket påverkade längden på intervjun. Den fokusgruppen gick mellan 15-20 minuter snabbare än de andra två fokusgruppsintervjuerna. Det kan sammankopplas med att den gruppen inte kände sig lika bekväm.

Deltagarna bodde vid intervjutillfällena i antingen Varberg eller Göteborg. Huruvida attityden till att minska köttkonsumtionen påverkas av var i Sverige man är uppväxt kan inte sägas utifrån studien. Vidare var det fem män som deltog i studien och tio kvinnor, vilket inte var en avsiktlig fördelning. I och med att studien var begränsad till tre grupper, kan inte urvalet påvisa några skillnader/likheter beträffande attityder beroende på kön. Om flera fokusgrupper skulle genomföras i studien med jämn fördelning mellan kvinnor och män skulle en genusanalys kunna genomföras.

När deltagarna kontaktades fick de information om att de skulle delta i en studie vars syfte var att studera konsumenters attityder till att minska köttkonsumtionen. Genom att låta deltagarna ta del av studiens syfte, uppfylldes informationskravet (Vetenskapsrådet, 2002). Wibeck (2010) menar att ett stimulimaterial kan användas och skickas ut innan fokusgrupperna äger rum, om kunskapsnivån är olika eller om ämnet är främmande. Syftet med stimulimaterial är att väcka intresse och ge en möjlighet till diskussion. I studien användes inget stimulimaterial, eftersom kött antogs vara en produkt som var välkänd för alla deltagare. En annan orsak till att inte stimulimaterial/faktagenomgång användes var på grund av att inte riskera att fokus hamnade på stimulimaterialet. En annan nackdel kan vara att deltagarna svarar som de tror är rätt, vilket blir fel då syftet var att studera attityderna. Vidare skulle det krävas mer tid av deltagarna då de skulle behöva sätta sig in i ett material innan fokusgrupperna ägde rum. När fokusgrupperna genomfördes fanns det dock en skillnad i kunskapsnivå beträffande köttkonsumtionen. Om ett stimulimaterial hade använts kunde deltagarna få en förklaring till varför det fanns ett intresse av att minska konsumenternas köttkonsumtion. Det går inte att säga om eller på vilket sätt ett stimulimaterial kunde påverka resultatet.

Datainsamling

I studien användes metoden fokusgrupper, eftersom syftet med studien var att studera vuxnas attityder till att minska köttkonsumtionen. Wibeck (2010) menar att fokusgrupper är en vanlig förekommande metod vid kvalitativa studier. Det var totalt tre stycken fokusgrupper som

användes i studien. Med tanke på en kandidatuppsats omfång, fanns inte utrymme att genomföra fler än tre stycken fokusgrupper. I de tre fokusgrupperna framkom skilda och liknande attityder till att minska köttkonsumtionen. Efter genomförandet av de tre fokusgrupperna uppstod inte någon teoretiskt mättnad. Det medför att det kan finnas flera attityder kring att minska köttkonsumtionen hos konsumenterna, som inte framkom i studien.

Wibeck (2010) menar att det i en fokusgrupp bör finnas en moderator, som styr eventuella frågor samt interaktionen mellan deltagarna. Vidare beskrivs att det är bra med en observatör, som iakttar det icke-verbala som sker i gruppen. I fokusgrupperna roterades rollen som moderator mellan författarna, liksom rollen som observatörer. Att alla tre roterade i rollen som moderator, sågs positivt. Dels fick alla prova att vara moderator samtidigt som det var fördelaktigt att alla var moderator för den gruppen där de kände minst deltagare alternativt ingen deltagare. Vidare var det ingen av studenterna som hade någon tidigare erfarenhet att leda fokusgrupper, vilket resulterade i att det var tryggt med ett förutbestämt frågeschema. Samtidigt ledde det till att samtliga tre fokusgrupper fick samma frågor att diskutera. Det fanns dock inget förutbestämt schema för vad observatören skulle studera för icke-verbala signaler, förutom skratt. Genom att ha ett tydligare schema för observatörens roll skulle det bli en mer planerad observation istället för en improviserad observation. Slutligen informerades deltagarna om observatörernas roll innan fokusgruppen startade, vilket ledde till att de fick veta att de blev iakttagna. På så sätt poneredes att deltagarna kände sig mer bekväma och mindre hämmade.

Två av fokusgrupperna ägde rum i ett grupprum på institutionen för kost- och idrottsvetenskap, medan en fokusgrupp utfördes i hemmiljö hos en av studenterna. Orsaken var att två grupper som rekryterades bodde i Göteborg, medan deltagarna i en grupp var bosatta i Varberg. Wibeck (2010) menar att det finns fyra aspekter att ta hänsyn till vid fokusgrupper, när det kommer till miljö, nämligen; Fysiska miljön, där små rum är att föredra för en intensivare interaktion. Territorialitet är den andra aspekten som bör beaktas och berör orienteringen till olika områden/objekt och till varandra. Den tredje är det rumsliga arrangemanget och handlar om var deltagarna sitter. Wibeck (2010) menar att ett runt bord är att föredra. Den sista aspekten är det rumsliga avståndet, det vill säga den privata zonen som många uppskattar. Vid genomförandet av fokusgrupperna har de fyra aspekterna beaktats. Moderatormen satt vid en mindre central plats, för att inte hämma interaktionen mellan deltagarna. Dock användes inget runt bord då det inte fanns att tillgå. Vidare utspelades grupperna i två olika miljöer. Det fanns en betydande skillnad mellan gruppernas interaktion. En grupp i Varberg och en grupp i Göteborg verkade bekväma med situationen att bli intervjuade. Vidare är det viktigt att tänka på att i en sammansatt grupp finns personer som är mer bekväma i en viss miljö, medan det för en annan deltagare kan uppfattas som en obekväm miljö. Enligt Wibeck (2010) kan det vara bra att ha en reservplan, om deltagarna känner sig obekväma. Genom att ha extra resurser i form av ett annat rum, kunde gruppen flyttas till en annan miljö vilket kunde påverka deras interaktion.

Analys

Granskär och Höglund-Nielsen (2012) menar att den som tolkar en text, där en hermeneutisk utgångspunkt använts, ska ha kunskap om textens tema. Vidare beskrivs att det inte finns någon förutsättningslös tolkning. På grund av begränsade resurser och erfarenhet har tolkarna inte analyserat den latent nivå mer djupgående, vilket kan ha påverkat resultatet. I studien transkriberade moderatorn intervjun för att i sin tur tolkas individuellt av en annan i forskargruppen. Vidare menar Granskär och Höglund-Nielsen (2012) att det är viktigt med meningsenheternas längd. De bör inte vara för korta vilket kan resultera i fragmentering. Samtidigt bör de inte vara för långa så att flera olika innebörder inryms. Om längden på meningsenheterna blir antingen för korta eller för långa, finns en risk att syftet i meningen försvinner. Detta är något som kan ha uppstått i vissa avseenden vid analys av empirin, då en del meningsenheter inringade flera olika innebörder. Samtidigt som en del meningar var korta vilket ledde till att sammanhanget och innebörden var svårt att förstå. Överlag fungerade dock längden av meningsenheterna bra. När det var fel längd kortades meningarna ner alternativt parades ihop med tidigare mening för att enklare kunna kodas, kategoriseras och fördelas in i teman. Under analysprocessen var det fördelaktigt med diskussion kring råmaterialet i fokusgrupperna, då det resulterade i att tolkningsarbetet bearbetades noggrannare. För att stärka materialets trovärdighet ytterligare skulle en person utanför gruppen kunna tolka hela eller delar av transkriberingen vilket inte gjordes i studien.

Reliabilitet, validitet och generaliserbarhet

Wibeck (2010) beskriver att reliabilitet innefattar att oberoende forskare kommer fram till samma resultat. För att verifiera materialet så att inget försvann eller missades spelades samtliga intervjuer in med mobiltelefoner, vilket ökar studiens reliabilitet. Transkriberarna tog även hänsyn till skratt och längre pauser för att utan att bedöma kroppsspråk och interaktionen få en djupare förståelse. Reliabiliteten i studien anses vara god då flera återkommande kategorier i resultatdelen uppkom i samtliga fokusgrupper, som anses spegla deltagarnas inställning till att minska köttkonsumtionen. Genom att genomföra fler fokusgrupper vid olika tidpunkter och med flera deltagare, poneras att reliabiliteten hade ökat ytterligare.

Validitet är ett begrepp som enligt Wibeck (2010) innefattar hur det som har observerats har tolkats. Vidare beskrivs att en risk med fokusgrupper, är svårigheten att garantera hög trovärdighet då det inte är säkert att deltagarna säger det som de verkligen tycker. Genom att granska varandras material och ständigt ifrågasätta materialet anses validiteten vara förhållandevis hög. Däremot finns ingen garanti för att grupptryck eller att sociala förväntningar har uppstått. Det som också stärker studiens validitet var att identitet inte spelade någon roll för studiens syfte. Det kan medföra att deltagarna pratade mer frispråkigt än om deras identitet skulle vara synlig.

Bryman (2011) menar att generaliserbarhet innebär att studien ska kunna överföras. Dels om urvalet av deltagare kan överföras och dels om det kan spegla alla konsumenter. Likaså om studien är representativ för andra områden i Sverige. I studien uppkom inte teoretisk mättnad även om deltagarna berörde samma ämnen till en viss grad. Det medför att fler attityder skulle kunna urskiljas om fler fokusgrupper skulle ha genomförts. Det går därför inte att säga om studien är överförbar på vuxna konsumenter.

Resultatdiskussion

Studien syftar till att analysera de bakomliggande attityderna till att minska köttkonsumtionen där hinder och drivkrafter är det centrala. Resultatet pekar på att det fanns ett visst intresse att minska köttkonsumtionen i samtliga fokusgrupper. Parallellt fanns det också två deltagare som inte var för att minska köttkonsumtionen. Vad som huvudsakligen styr deltagarnas livsmedelsval framkommer i resultatet och är; vanor, kunskap, pris, smak, hälsa, bekvämlighet och sociala relationer. På samma sätt som Furst (1996) påvisar i Food choice model, styrs en individs livsmedelsval av faktorer och processer som tillsammans formar en individs inre drivkraft och attityd inför ett visst beteende. Samtidigt belyser Aizen (1991) i TPB, de förutsättningar som upplevs inför ett visst beteende. Det vill säga den upplevda kontrollen över beteendet.

Det framkommer i resultatet att de största hindren med att minska köttkonsumtionen framförallt var att bryta vanor och rutiner i familjen såväl som i singelhushållen. Vidare framkommer även prisaspekten och de sensoriska kvaliteterna som viktiga attribut, där deltagarna menar att kött är gott och betydligt billigare än substitutprodukter för kött. Därför är det svårt att rättfärdiga varför man ska minska sin köttkonsumtion. Ytterligare hinder är rädslan för att inte bli mätt om kött skulle uteslutas eller minskas i kosten. De drivkrafter som framförs i resultatet för minskad köttkonsumtion påverkas av en rad olika faktorer. Exempelvis är priset av stor vikt liksom utbudet. Om priset höjs på kött anses det leda till en minskad köttkonsumtion. Vidare framkommer sensoriska kvaliteter och styrmedel som några av de största drivkrafter till att minska på köttet. Myndigheter och organisationer anses spela en viktig roll, inte minst vad gäller varningstexter samt sprida information kring djurhanteringen. De kategorierna som framkommer i resultatet, beskrivs närmre nedan.

Drivkrafter och hinder

Nedan presenteras de kategorier som deltagarna lyfter i resultatet som hinder och/eller drivkrafter.

Vanor

Naturvårdsverket (2005) menar att vanor är en del av vad som styr ett val i det vardagliga livet, för att det sparar tid och kraft. Vanor och bekvämlighet är ett ämne som diskuterades i samtliga fokusgrupper, beträffande en minskad mängd kött i måltiderna. Deltagarna anser att

både tiden och inspirationen inte är tillräcklig för att hitta nya recept. I fokusgrupp ett, två och tre diskuteras ovanstående problem och detta är en av aspekterna till att det är svårt att hitta den inre motivationen att minska på köttet. De menar att de är svårt att motivera sig att minska på köttkonsumtionen för att det är vanor som styr hur de betar sig när det kommer till inköp av livsmedel, samt hur maten skall tillagas. Dessutom beskriver Vallerand (2012) att en drivkraft måste vara tillräckligt stark för att en person skall kunna uppfylla den inre drivkraften och självförverkligandet. Det framkom i resultatet att vissa deltagare inte hade tillräckligt stark drivkraft för att lägga tid på att minska köttkonsumtionen då det skulle innebära en stor uppoffring.

Hälsa

En känsla av att inte bli mätt är en aspekt som två fokusgrupper tar upp. Det anses vara ett hinder för deltagarna att minska på köttet. Deltagarna beskriver att det som hindrar dem kan bero på att de förmodligen inte har tillräckligt mycket kunskap om hur en mindre mängd kött påverkar kroppen och mättnadskänslan. Livsmedelsverket (2015c) beskriver att en kost utan eller med mindre mängd kött, vanligtvis tillgodoser kroppen med tillräckligt mycket energi. Det medför att deltagarna, rent fysiologiskt klarar en kost med mindre mängd kött. Det förklarar däremot inte deltagarnas känsla av att inte bli mätta. Marshall (2005) beskriver den "ordentliga måltiden", där kött är en ingående komponent. Den ordentliga måltiden är en kod för hur en måltid ska se ut. Om kött exkluderas, kan föreställningen om hur en måltid ska se ut för deltagarna förändras. Dessutom menar Fredholm (2008, oktober) att umami signalerar ett högt energiinnehåll. Den "ordentliga måltiden" och umami kan vara två orsaker till att deltagarna känner rädsla över att inte bli mätta om kött inte ingår eller att mängden kött i måltiden reduceras.

Två av tre grupper lyfter aspekter angående hälsan och att det är en drivkraft till att äta mindre kött. En grupp berör cancer, där de menar att om det äts för mycket rött kött så kan det leda till cancer. Livsmedelsverket (2014) beskriver likaså att en för hög konsumtion av rött kött ökar riskerna att drabbas av cancer. Vidare menade deltagarna att om larmrapporter uppmärksammas om att hög mängd rött kött, inte är bra för hälsan, skulle det vara en drivkraft att minska på köttet i kosten. I fokusgrupperna är det en grupp som diskuterar cancer som en direkt drivkraft att minska köttkonsumtionen. En fokusgrupp berör att en indirekt drivkraft att minska köttkonsumtionen är om det visas på förpackningar att kött är cancerframkallande.

Sensorik

Gustafsson et al. (2014) beskriver att det är de sensoriska kvaliteterna som avgör en persons matval, del vill säga, upplevd smak, syn, doft och känsel. Deltagarna i grupp ett och två diskuterar dessa faktorer som viktiga för dem och varför en måltid upplevs tilltalande eller inte. Anderson (2014) beskriver, liksom deltagarna, att en måltid måste smaka gott för att människor ska vilja göra en förändring. I fokusgrupp ett så kom en diskussion upp om substitutprodukter till kött, där det beskrivs att substitutprodukter måste smaka detsamma som kött för att det ska vara en drivkraft att byta ut köttet i måltiden. Samma diskussion togs upp i

grupp två av en deltagare. Det diskuteras att vegetariska måltider måste smaka bra för att de ska ändra på matvalen och därmed minska på köttet. Det som kan konstateras utifrån resultatet är att samtliga fokusgrupper berör vikten av att substitutprodukter måste smaka bra för att det ska finnas ett intresse för att köpa dem. Smaken är en grundläggande faktor för att deltagarna ska vilja minska på köttkonsumtionen. Samtidigt anser de att kött är gott och svårt att byta ut. Precis som Furst (1991) beskriver i sin modell så är smaken en av de fem viktigaste faktorerna när vi väljer den maten som vi väljer. Det framkommer också som en viktig faktor hos flera av deltagarna i studien.

Styrmedel, varningstext och märkning av produkter

Naturvårdsverket (2013) menar att en drivkraft för konsumenten att minska köttkonsumtionen är att aktörer så som butiker, restauranger och media styr konsumenten genom att prissignalera klimatsmarta måltider och genom att inspirera med recept. I fokusgrupperna är det en deltagare i grupp tre, som anser att en drivkraft att minska köttkonsumtionen är om politikerna inför köttskatt, samtidigt som momsens på grönsaker minskar. Naturvårdsverket (2013) menar att en vegetarisk måltid idag kostar ungefär detsamma som en köttmåltid. Det är ingen av deltagarna som lyfter att en drivkraft att minska deras köttkonsumtion kan vara om vegetariska alternativ blir billigare jämfört med köttmåltider. Naturvårdsverket (2015) menar att ett sätt att minska utsläppen via konsumtionen är, precis som deltagaren menar, att införa beskattning på varor som påverkar miljön i stor utsträckning. Ett annat alternativ är att subventionera produkter som anses vara långsiktigt hållbara. Av de 15 deltagarna som deltog i studien var det en person som nämner att skatteökning på köttprodukter ses som en drivkraft. De övriga 14 deltagarna lyfter inte köttskatt som en drivkraft. Vidare menar Naturvårdsverket (2013) att ett statligt styrmedel som används, är tallriksmodellen. En i grupp två nämner att vid val av maträtter, tänker deltagaren utifrån tallriksmodellen. Här är kött eller fisk en ingående komponent. Det ses snarare som ett hinder för deltagaren då denne anser att tallriksmodellen medför ett inrutat tankesätt. Naturvårdsverket (2013) menar att tallriksmodellen inte är särskild tydlig för konsumenterna och att modellen heller inte påvisar hur mycket miljöpåverkan köttet på tallriken har. För att vi ska kunna ändra individens attityder, är därför påverkan från statliga myndigheter betydande.

Flera av deltagarna i grupp ett diskuterar att larmrapporter som är evidensbaserade, kan få dem att minska köttkonsumtionen. Livsmedelsverket (2014) beskriver att förtäring av mer än 500 gram kött i veckan, under en längre tid kan leda till tjock- och ändtarmscancer. Vidare menar Naturvårdsverket (2015) att vi måste minska våra utsläpp till 2050 för bland annat klimatet och den globala uppvärmningen. Det medför att det finns rapporter som uppmanar konsumenterna att minska köttkonsumtionen. Dock tycks det inte ha nått ut till deltagarna.

I grupp tre nämner deltagarna både positiv och negativ miljömärkning. Positiv miljömärkning genom att räkna CO₂e i offentliga måltider. Den negativa märkningen som deltagarna lyfter är varningstexter eller bilder. På så sätt anser grupp tre att kött skulle få folk att bli avskräckta. Jordbruksverket (2015) menar att ett sätt att minska konsumtionen av kött är att införa bilder

och varningstexter precis som på sprit- och tobaksvaror. Det är en av fokusgrupperna som diskuterar att den typen av styrmedel skulle kunna verka som en drivkraft för att minska deras köttkonsumtion. De andra två grupperna berör inte varningstexter som en drivkraft för att minska konsumtionen.

Sociala relationer

I grupp ett och tre nämner flera deltagare att familjen är en viktig aspekt när det kommer till att minska köttkonsumtionen. De diskuterar att övriga familjemedlemmar inte vill minska köttkonsumtionen och att det anses som ett stort hinder. Här berörs både deras livspartner och barn. Fjellström (2007) beskriver att ordet mat är något som är laddat med känslor samtidigt som Ekström (2007) menar att mat är kommunikation och ett socialt tillfälle för familjen att mötas. Genom familjen, bildar vi mönster och ett särskilt sätt att äta på. För flera av deltagarna medför det att om de ska ändra sina konsumtionsmönster påverkas familjen och de mönster och rutiner som familjen har skapat. I resultatet framkom att det var flera deltagare som ansåg att familjen var ett hinder. Vidare beskrivs också det sociala trycket som en drivkraft i en av grupperna. En av deltagarna i grupp tre menar att hon och hennes sambo har tagit ett gemensamt beslut att minska sin köttkonsumtion. En annan deltagare uppger att sonen, som är vegan, har påverkat henne till att minska sin konsumtion. Furst et al. (1991) menar att en av de fem faktorerna som styr den personliga proceduren vid val av livsmedel, är sociala relationer och det sociala trycket. I fokusgrupperna är det två deltagare som direkt uppger att de påverkats positivt av sociala relationer. En stor del av deltagarna anser att en viktig faktor är sociala relationer, däremot inte sagt att det nödvändigtvis har en positiv inverkan på dem när det kommer till att förändra köttkonsumtionen.

Ekonomi, utbud och efterfrågan

Jordbruksverket (2009) belyser att det finns icke-ekonomiska och ekonomiska faktorer som påverkar en konsument när denne gör matval. En av de ekonomiska faktorerna är inkomstförändringar. En av deltagarna i grupp två beskriver under fokusgruppsintervjun att hen började tänka på köttets ursprung, efter att deltagaren avslutat studierna och fått en högre inkomst. En annan i gruppen menar att eftersom hen är student så är köttets ursprung, av ekonomiska skäl, inte intressant. Det stärker Jordbruksverket (2009) teori om att inkomstförändringar påverkar oss. Vidare beskrivs av grupp två att priset kommer före moralen. Det visar också att ekonomiska aspekter är avgörande för vad konsumenten väljer att handla. Något som också lyfts i grupp ett och tre, där vegetariska produkter anses vara för dyra för att det ska finnas en efterfrågan på dem. Medan en deltagare i grupp tre menar att hen inte väljer fisk på grund av att kött är billigare. Anderson (2005) och Furst et al. (1991) menar att ekonomi är en faktor som styr vilka val av livsmedel vi gör. Det är tydligt i fokusgrupperna att ekonomin påverkar deltagarna när de gör livsmedelsval.

En annan aspekt som deltagarna i grupp tre lyfter är att det ska finnas produkter på marknaden som kan ersätta kött, om de ska utesluta eller minska sin köttkonsumtion. Vidare lyfter en i gruppen att minskad mängd kött i förpackningarna och ett minskat utbud av köttprodukter,

kan vara en drivkraft att minska köttkonsumtionen. Samtidigt menar en deltagare i grupp ett att hen kan tänka sig att minska köttkonsumtionen, om det finns bra substitutprodukter. Anderson (2005) menar att lukt och smak är de viktigaste faktorerna när val av livsmedel görs. De icke-ekonomiska faktorerna som Jordbruksverkets (2009) lyfter innefattar inte hur ett minskat utbud i butiken kan förändra konsumtionen. Däremot beskrivs att livsmedelsföretagarna kan påverka konsumenterna genom bland annat reklam och livsmedelssäkerhet. De icke-ekonomiska faktorerna som Jordbruksverket (2009) beskriver lyfts inte i fokusgrupperna utan istället uppger deltagarna att smaken är viktigt liksom att köttutbudet minskar samt att förpackningarnas storlek blir mindre.

Trender, inspiration och kulturskapande

Anderson (2005) menar att en av de två teorierna som beskriver kultur är det som kan sammankopplas med de sociala och kulturella preferenserna, där den ena berör de normer som vi formar under en längre tid. En av de 15 deltagarna menar att ett hinder är traditionerna där de inte vill vara utan julskinka, köttbullar och prinskorvar under högtider. Vilket är en typ av social kultur som påverkat oss under en längre tid. Anderson (2005) menar att den andra sortens kultur inom sociala och kulturella preferenserna är de normer som hela tiden är föränderliga. Drivkrafter att minska köttkonsumtionen, som beskrivs av grupp ett är att det kommer en vegetarisk trend. Medan en deltagare i grupp tre menar att det redan finns en vegetarisk trend som håller på att etablera sig. Frågan är huruvida en vegetarisk trend kan leda till en långvarig kulturell förändring eller enbart till en kultur som kontinuerligt skapas och omskapas. Det som kan konstateras är att det krävs att deltagarna inte antar en minskad köttkonsumtions-trend tillfälligt, utan att det blir en kultur som stannar under en längre tid.

Etiska överväganden

Frågan som berör djurhantering diskuterades i samtliga fokusgrupper. Vad som framkom i resultatet är att upplysning och kunskap kring djuretiska förhållningssätt är bristfälliga. Propaganda genom upplysning om djurhantering, menar två deltagare från fokusgrupp ett och tre, skulle få dem att öppna upp ögonen för köttproduktionen. Deltagarna menar att det då finns en större chans att människor i samhället skulle konsumera mindre kött, genom att samvetet påverkas. Något som Dirscherl (2013) belyser är vikten av att hitta vägar där konsumenten får insikt om den hållbara etiska köttkonsumtionen. På samma sätt som Bakker och Dagevos (2011) beskriver problemet med att moralen överlag är svag i dagens konsumtionssamhälle och att det endast är en liten del av populationen som påverkas. I grupp två menar deltagarna att etik inte är en drivkraft för dem själva när de kommer till att minska köttkonsumtionen. Frågan som berör moralen kan vara en anledning att de djuretiska faktorerna inte var en stor vikt i fokusgrupperna. Vilket medför en viss tveksamhet till att den etiska faktorn skulle vara en stark anledning att minska köttkonsumtionen och därmed vara en drivkraft. Anmärkningsvärt är att samtliga fokusgrupper berör etik, dock är det ingen inre drivkraft för någon av deltagarna.

Mindre betydelsefullt

Det var förvånande att miljö och klimat inte togs upp i någon större utsträckning. Att köttproduktionen medför ett ökat tryck på världens naturresurser och att det påverkar både vår natur och miljö är på agendan. Mål 12 som presenteras i FN - sustainable development goals, innefattar mål om hållbar konsumtion och produktion något som kräver en förändring både i den privata konsumtionen men också den offentliga (FN, 2016). Att miljö- och klimatfrågan inte togs upp i någon större utsträckning av någon fokusgrupp är betydande för studiens resultat. Utifrån resultatet med TPB som stöd, blir det därmed svårt att göra ett aktivt och kontrollerat val när det finns bristfälliga förutsättningar för att ta ställning till problemet.

Vidare är det ingen av de tre fokusgrupperna som berör behovet av vitaminer och mineraler som finns i kött. Livsmedelsverket (2016c) beskriver att kött innehåller näringsämnen som är viktiga för kroppen, men de beskriver parallellt att det också går att få i sig tillräckligt med näring och energi i en vegetarisk kost eller i en kost med reducerad mängd kött. Det är intressant utifrån studiens resultat att vitaminer och mineraler, inte togs upp i fokusgrupperna.

Slutsats

Studien visar att det finns både en positiv och negativ attityd gentemot att minska köttkonsumtionen hos deltagarna. Majoriteten är positiva och kan tänka sig att minska sin köttkonsumtion. Två deltagare uppger att det inte har något intresse av att minska sin köttkonsumtion. Ingen av de 15 deltagarna uppger att de kan tänka sig att helt utesluta kött från kosten. Samtidigt är det lite fokus på att minska mängden kött i en befintlig måltid, då det centrala för deltagarna är att antingen äta kött eller vegetariskt.

De mest framträdande hindren med att minska köttkonsumtionen som framkommer i fokusgrupperna är att ändra på vanor och rutiner. Vidare är smaken på köttprodukter något som flera uppger att de inte vill avstå från. Familjemedlemmar ses också som ett hinder, då några av deltagarna anger att anhöriga inte alltid är beredda att minska på köttkonsumtionen. Slutligen är det flera deltagare som uppger en rädsla för att inte bli mätta, om köttet inte finns med i måltiden. De mest framträdande drivkrafterna att minska köttkonsumtionen som framkommer i fokusgrupperna är prisreglering på kött- och fiskprodukter. Dessutom uppger flera deltagare att ett ökat utbud och ett rimligt pris av vegetariska produkter skulle vara en drivkraft. Styrmedel, inspiration och trender är tre andra drivkrafter som deltagarna diskuterar. Det är ingen av deltagarna som nämner miljö, hälsa eller etik som den primära drivkraften till att minska köttkonsumtionen, även om några berör ämnena. Organisationens och myndigheters primära målbild är en minskad köttkonsumtion med anledning av miljö, hälsa och/eller djuretik. Det är därför intressant att dessa faktorer inte berördes märkvärdigt av deltagarna. Studiens resultat belyser vilka hinder och drivkrafter som finns, vilket är intressant för såväl myndigheter samt övriga livsmedels- och måltidsaktörer. På så sätt får de en inblick i vilka åtgärder som bör vidtas för att förändra attityder.

Att främja hållbara måltider där köttmängden har reducerats är något som är av stor vikt i kontexter där mat och ätande är det centrala. För att lyckas krävs en förförståelse för hur en attityd och ett köpbeteende formas. Det medför att yrkesverksamma inom måltids- och livsmedelssektorn, exempelvis kostekonomier och kostchefer, har en viktig uppgift för att samhället ska nå mera hållbara konsumtionsmönster.

Förslag till vidare forskning inom minskad köttkonsumtion är att utforska konsumenters attityder till statliga styrmedel i form av prisregleringar och/eller positiv och negativ miljömärkning. Ytterligare en kunskapslucka som skulle vara intressant att studera är eventuella skillnader i samhället. Exempelvis genusanalys, ålderskillnader eller utbildningsnivå. På så sätt kan man se vart i samhället som störst resurser bör läggas för att nå mer hållbara konsumtionsmönster.

Referenser

Abrahamsson, L., Andersson, A., & Nilsson, G. (2013). *Näringslära för högskolan*. Stockholm: Liber.

Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50 (2), 179-211. doi: 10.1016/0749-5978(91)90020-T

Anderson, E. N. (2005). *Everyone eats: understanding food and culture*. New York and London: New York University.

Anderson, E. N. (2014). *Everyone eats: understanding food and culture*. New York and London: New York University.

Bakker, E., & Dagevos, H. (2011). Reducing Meat Consumption in Today's Consumer Society: Questioning the Citizen-Consumer Gap. *Journal of Agricultural and Environmental Ethics*, 25(6), 877-894. doi: 10.1007/s10806-011-9345-z

Bryman, A. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber.

Dirscherl, C. (2013). Meat consumption and livestock farming in the current socio-ethical debate. *Berichte uber landwirtschaft*, 91(3). URL

Djurens rätt. (u.å.). Djur i livsmedelsindustrin. Hämtad 2016-05-18 från <http://www.djurensratt.se/vara-fragor/djur-i-livsmedelsindustrin>

Djurens rätt. (2000). *Mat, miljö, rättvisa. Köttkonsumtionens påverkan på miljön och den globala livsmedelsförsörjningen*. Älvsjö: Djurens rätt.

Fjellström, C. (2007). Att skapa en relation - laga mat som symbolhandling. I M. Pipping Ekström, H. Åberg, K. Bergström, & H. Prell (Red.) *Hushållsvetenskap & Co* (s. 123-137). Göteborg: Göteborgs Universitet.

Food and Agriculture Organization of the United Nations. (2016). *Meat Consumption*. Hämtad 2016-04-19 från <http://www.fao.org/ag/againfo/themes/en/meat/background.html>

Fredholm, L. (2008, oktober). Umami får det att vattnas i munnen. *Forskning & Framsteg*, (7). Tillgänglig: <http://fof.se/tidning/2008/7/umami-far-det-att-vattnas-i-munnen>

Furst, T., Connors, M., Bisogni, C. A., Sobal., & Falk, L. W. (1996). Food Choice: A Conceptual Model of the Process. *Appetite*, 26(3), 247-266. doi:10.1006/appe.1996.0019

Förenta Nationerna. (2016). *Nya globala utvecklingsmål*. Hämtad 2016-05-09 från <http://www.fn.se/press/nyheter/tisdag-seminarium-infor-fns-utvecklingstoppmote/>

Granskär, M., & Höglund-Nielsen, B. (Red.). (2012). *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård*. Lund: Studentlitteratur.

Gustafsson, I-B., Jonsäll, A., Swahn, J., & Östman, Å. (2014). *Sensorik och marknadsföring*. Lund: Studentlitteratur.

Havlik, P., Schneider, U. A., Schmid, E., Böttcher, H., Fritz, S., Skalský, R., et al. (2011). Global land-use implications of first and second generation biofuel targets. *Energy Policy*, 39(10), 5690-5702. doi:10.1016/j.enpol.2010.03.030

Henchion, M., Mcharty, M., Resconi, C., & Troy, D. (2014). Meat Consumption: Trends and quality matters. *Meat Science*, 98(3), 561-568. doi:10.1016/j.meatsci.2014.06.007

Jordbruksverket. (2009). *Konsumtionsförändringar vid ändrade matpriser och inkomster. Elasticitetsberäkningar för perioden 1960-2006*. Jönköping: Jordbruksverket.

Jordbruksverket. (2013). *Hållbar köttkonsumtion, Vad är det? Hur når vi dit?*. Jönköping: Jordbruksverket.

Jordbruksverket. (2015). *Livsmedelskonsumtionen i siffror – Hur har konsumtionen utvecklats de senaste femtio åren och varför?*. Jönköping: Jordbruksverket.

Jordbruksverket. (2016a). *Kött och klimat*. Hämtad 2016-05-08 från <http://www.jordbruksverket.se/amnesomraden/miljoklimat/begransadklimatpaverkan/kottochklimat.4.32b12c7f12940112a7c800011009.html>

Jordbruksverket. (2016b). *Köttkonsumtion*. Hämtad 2016-04-20 från <http://www.jordbruksverket.se/amnesomraden/konsument/livsmedelskonsumtion/kottkonsumtionen.4.465e4964142dbfe44705198.html>

Jordbruksverket. (2016c). *Handel: Köttkonsumtion*. Hämtad 2016-04-15 från <http://www.jordbruksverket.se/amnesomraden/handel/kottmjolkochagg/handelmedkottmjolkochagg/kottkonsumtion.106.298d9b5152ce44f184693fa.html>

Jordbruksverket. (2016d) *Livsmedelskonsumtion och priser*. Hämtad 2016-05-08 från <http://www.jordbruksverket.se/amnesomraden/konsument/livsmedelskonsumtion/livsmedelskonsumtionochpriser.4.5125de613acf69a0f68000637.html>

Jordbruksverket. (2016e). *Köttförbrukningen oförändrad 2015*. Hämtad 2016-05-04 från <https://www.jordbruksverket.se/pressochmedia/nyheter/nyheter2016/kottforbrukningenoforandrad2015.5.4055bab415337373d095c880.html>

Kearney, J. (2010). Food consumption trends and drivers. *Philosophical Transactions: Biological Sciences*. 365(1554), 2793-2807. doi:10.1098/rstb.2010.0149

Klimatmat. (u.å). *Ät en hållbar mängd kött*. Hämtad 2016-04-06 från http://www.klimatmat.se/minska_kottet.aspx

Krueger, R. A., & Morgan, D. L. (1998). *The Focus group kit*. Thousand Oaks: Sage.

Livsmedelsverket. (2012). *Livsmedels- och näringsintag bland vuxna i Sverige*. Uppsala: Livsmedelsverket

Livsmedelsverket. (2014). *Konsumtion av rött kött och charkuteriprodukter och samband med tjock- och ändtarmscancer: risk- och nyttohanteringsrapport*. Uppsala: Livsmedelsverket.

Livsmedelsverket. (2015a). *Matvanor, hälsa och miljö: Cancer*. Hämtad 2016-04-14 från <http://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/sjukdomar-allergier-och-halsa/cancer/>

Livsmedelsverket. (2015b). *Kött och miljö*. Hämtad 2016-04-07 från <http://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/miljo/miljosmarta-matval2/kott/>

Livsmedelsverket. (2015c). *Vegetarisk mat*. Hämtad 2016-04-07 från <http://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad-och-matvanor/vegetarisk-mat-for-vuxna/>

Livsmedelsverket. (2015d). *Livsmedel och innehåll: mättat fett*. Hämtad 2016-04-26 från <http://www.livsmedelsverket.se/livsmedel-och-innehall/naringsamne/fett/mattat-fett/>

Livsmedelsverket. (2016a). *Matvanor, hälsa & miljö: Kött och chark - råd*. Hämtad 2016-04-15 från <http://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad-och-matvanor/rad-om-bra-mat-hitta-ditt-satt/kott-och-chark/>

Livsmedelsverket. (2016b). *Livsmedel och innehåll; protein*. Hämtad 2016-04-26 från <http://www.livsmedelsverket.se/livsmedel-och-innehall/naringsamne/protein/>

Livsmedelsverket. (2016c). *Livsmedel och innehåll; järn*. Hämtad 2016-04-26 från <http://www.livsmedelsverket.se/livsmedel-och-innehall/naringsamne/salt-och-mineraler1/jarn>

Marshall, D. (2005). Food as ritual, routine or convention. *Consumption Markets & Culture*, 8(1). doi:10.1080/10253860500069042

Naturvårdsverket. (2005). *Köpbeteende, livsstil och varumärken. En forskningsöversikt över hållbar konsumtion med fokus på dagligvaror*. Stockholm: Naturvårdsverket.

Naturvårdsverket. (2013). *Köttkonsumtionens klimatpåverkan. Drivkrafter och styrmedel*. Stockholm: Naturvårdsverket

Naturvårdsverket. (2015). *Hållbara konsumtionsmönster. Analyser av maten, flyget och den totala konsumtionens klimatpåverkan idag och 2050*. Stockholm: Naturvårdsverket.

Nylander, A., Jonsson, L., Marklinder, I., & Nydahl, M. (Red.). (2014). *Livsmedelsvetenskap*. Lund: Studentlitteratur.

Pipping Ekström, M. (2007). Mina förmödrar inom matforskning. I M. Pipping Ekström, H. Åberg, K. Bergström, & H. Prell (Red.) *Hushållsvetenskap & Co* (s. 35-46). Göteborg: Göteborgs Universitet.

Sveriges lantbruksuniversitet. (2005). *Konsumenternas val av miljövänliga livsmedel*. Uppsala: Sveriges lantbruksuniversitet.

Säll, S., Gren, I. M. (2015). Effects of an environmental tax on meat and dairy consumption in Sweden. *Food policy*, 55, 41-53. doi:10.1016/j.foodpd.2015.05.008

Vallerand, R. J. (2012). From motivation to passion: in search of the motivational processes involved in a meaningful life. *Canadian Psychology*, 53(1), 42-52. doi:10.1037/a0026377

Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiskaprinciper inom humanistik- samhällsvetenskapliga forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

Wibeck, V. (2010). *Fokusgrupper: om fokuserade gruppintervjuer som undersökningsmetod*. Lund: Studentlitteratur.

Världsnaturfonden. (2015). *Konsekvenser*. Hämtad 2016-05-18 från <http://www.wwf.se/vrt-arbete/klimat/konsekvenser/1124276-konsekvenser-klimat>

Världsnaturfonden. (2016). *Ekologiska fotavtryck - Hållbar mat för alla*. Hämtad 2016-05-04 från <http://www.wwf.se/vrt-arbete/ekologiska-fotavtryck/hllbar-mat-fr-alla/1547846-ekologiska-fotavtryck-hllbar-mat-fr-alla>

Wirsenius, S., Hedenus, F., & Mohlin, K. (2011). Greenhouse gas taxes on animal food products: rationale, tax scheme and climate mitigation effects. *Climatic Change*, 108(1), 159-184. doi:10.1007/s10584_010_997x

Ödman, P. J. (2007). *Tolkning, förståelse, vetande: hermenutik i teori och praktik*. Stockholm: Nordstedts akademiska förlag.

Bilaga 1. Intervjuguide

Öppningsfrågor:

- Berätta något kort om er själva: namn, ålder, vart ni kommer ifrån och sysselsättning
- Har ni ätit något gott idag?

Introduktionsfrågor:

- Vad är det första ni tänker på när ni hör ordet kött?

Övergångsfrågor:

- Hur mycket kött tror du att du äter per vecka ungefär?

Nyckelfrågor:

- Vad finns det för hinder för dig med att äta mindre kött? Vad är svårast?
- Vad skulle kunna få dig att äta mindre kött?

Avslutande frågor:

- Hur mycket kött tror du att du kommer att äta om fem år?
- Om du tänker utvecklingen i Sverige; hur mycket tror du att en genomsnittsvensk kommer att äta?

Sammanfattning

- Stämmer denna sammanfattning med det som ni har sagt idag?

Slutfrågan

- Är det någonting som vi har missat som ni vill lyfta eller tillägga innan vi avslutar?