



GÖTEBORGS
UNIVERSITET

Internetbaserad skolmatsenkät

Enkätfrågor framtagna för Skolmatsakademin i Västra Götaland

Författare: Hanna Johansson & Malin Kvarth

Program: Folkhälsovetenskapligt program 180 hp
Examensarbete i folkhälsovetenskap VT 2009

Omfattning: 15 hp

Handledare: Elisabeth Strandhagen

Examinator: Annette Sverker & Carin Staland-Nyman

Sahlgrenska akademien
Enheten för socialmedicin

Svensk titel: Internetbaserad skolmatsenkät – Enkätfrågor framtagna för Skolmatsakademien i Västra Götaland

Engelsk titel: An internet based school meal questionnaire – Questions produced for Skolmatsakademien in Västra Götaland

Författare: Hanna Johansson & Malin Kvarth

Program: Folkhälsovetenskapligt program 180 hp
Examensarbete i folkhälsovetenskap VT 2009

Omfattning: 15 hp

Handledare: Elisabeth Strandhagen

Examinator: Annette Sverker & Carin Staland-Nyman

Sammanfattning

Introduktion: Skolmatsakademien är ett projekt inom Västra Götalandsregionen som vänder sig till lärare, pedagoger, måltidspersonal, skolsköterskor, föräldrar och elever med syftet att skapa en positiv attityd till skolmaten samt kunskap om hur mat påverkar hälsa och miljö. Skolan har stora möjligheter att påverka barn och ungdomar i deras matvanor genom att servera bra och näringsriktig kost, samt förmedla en positiv syn på mat och måltider till eleverna.

Syfte: Utifrån en vetenskaplig förstudie, kring de faktorer som påverkar upplevelsen i skolmatsalen, kommer enkätfrågor att formuleras. Frågornas validitet kommer att mätas i två pilotstudier och enkätfrågorna kommer senare användas och distribueras av Skolmatsakademien i form av en internetbaserad skolmatsenkät.

Metod: Metodavsnittet är en generell beskrivning om hur en enkät är uppbyggd. Här beskrivs hur utformning av en kvantitativ enkät bör gå tillväga. Två pilotstudier har genomförts, varav den senare på elever från studiepopulationen. Under denna pilotstudie har eleverna även gett svar på tre frågor angående enkätens längd och utformning i en utvärderingsblankett.

Resultat: Sammanställning av utvärderingsblanketten visar att 94,5 % av eleverna tycker att enkätfrågorna är lätta att förstå, samt 89 % anser att enkäten är lagom lång. Den slutgiltiga skolmatsenkäten innehåller 15 frågor som alla på något sätt behandlar elevernas upplevelser kring skolmaten och matsalsmiljön.

Diskussion: Efter både pilotstudie 1 och 2 har ett flertal redigeringar gjorts av enkätfrågorna. Några frågor har tagits bort, några har av olika skäl omformulerats samt några har lagts till. Deltagande kommuner och stadsdelar i Skolmatsakademien kommer med hjälp av skolmatsenkäten kunna ta fram data för hela kommunen samt per enskild skola. Dessa data kan sedan användas i arbetet kring skolmaten och matsalsmiljön.

Sökord: Skolmatsenkät, internetbaserad, skollunch, matsalsmiljö, pilotstudie

Abstract

Introduction: Skolmatsakademin is a project in the region of Västra Götaland which is applied to teachers, educationalist, nurses, parents and students with the purpose to create a positive attitude towards the meals in school and knowledge on how meals influences health and the environment. The school has great opportunities to affect youths view on meal patterns by serving nutritious food and transmit a positive energy about food and meals to the students.

Purpose: According to a scientific pre study about the factors that affects the experience in refectory, a questionnaire was conceived. The validity was tested in two pilot studies and the questions will later be distributed by Skolmatsakademin in an internet based school meal questionnaire.

Method: This section is an overall description of how to make a quantitative questionnaire. Two pilot studies were done, where the last one was made on a group of students from the study population. During this study, the students answered an evaluation form to measure the length and wording of the questions.

Result: The compilation of the evaluation form showed that 94,5 % of the students thought that the questions were easy to understand and 89 % that the questionnaire was just long enough. The final school meal questionnaire includes 15 questions, which all include the students experience about the food and the environment in the refectory.

Discussion: After two pilot studies several editing were made, some were removed and some were rewritten. The municipality and city district participating in Skolmatsakademin will be able to find data for the entire municipality and separate school. These data will later on be used in the work to improve the school food and the environment in the refectory.

Keywords: School meal questionnaire, internet based, school food, environment of the refectory, pilot study

Innehållsförteckning

1. Inledning.....	1
2. Bakgrund.....	1
2.1 Lagar och förordningar.....	1
2.2 Skolmatens historia.....	2
2.3 Sverige i ett internationellt perspektiv.....	2
2.4 Folkhälsoarbete i Sverige.....	3
2.4.2 Folkhälsans målområden.....	3
2.4.2.1 <i>Folkhälsomål 3 – Barns och ungas uppväxtvillkor</i>	4
2.4.2.2 <i>Folkhälsomål 10 – Matvanor och livsmedel</i>	4
2.5 Skolmatsakademien i Västra Götaland.....	4
2.6 Skolmat och folkhälsa.....	5
2.7 Riktlinjer för skolluncher.....	6
2.8 Faktorer som påverkar upplevelsen i skolmatsalen.....	7
2.8.1 Barn och ungdomars frukostvanor.....	7
2.8.2 Lunchrast.....	8
2.8.3 Matens temperatur.....	8
2.8.4 Pedagogiska måltider.....	8
2.8.5 Sallad och grönsaker.....	8
2.8.6 Matråd.....	9
2.8.7 Ljudnivån.....	9
3. Syfte.....	10
4. Metod.....	10
4.1 Enkätutformning.....	10
4.2 Fråga-svar-konstruktion.....	11
4.3 Informationsbrev.....	12
4.4 Pilotstudier.....	13
4.5 Etiska aspekter.....	13
4.6 Uppdraget från Skolmatsakademien.....	14
4.6.1 Pilotstudie 1.....	15
4.6.2 Pilotstudie 2.....	15
5. Resultat.....	15
5.1 Pilotstudie 1.....	16
5.2 Pilotstudie 2.....	17
6. Diskussion.....	19
6.1 Metoddiskussion.....	19
6.1.1 Förarbete.....	20
6.1.2 Val av pilotskola.....	20
6.2 Resultatdiskussion.....	21
6.2.1 Diskussion kring pilotstudie 1.....	21

6.2.1.1 Redigering av frågor efter pilotstudie 1	21
6.2.2 Diskussion kring pilotstudie 2.....	22
6.2.2.1 Redigering av frågor efter pilotstudie 2	22
6.2.3 Slutversion och folkhälsoperspektiv	25
7. Slutsats.....	26
8. Referenser	27
9. Bilagor	29
9.1 Bilaga 1, Mail till kontaktpersoner	29
9.2 Bilaga 2, Skolmatsenkät pilotstudie 1	30
9.3 Bilaga 3, Informationsbrev	33
9.4 Bilaga 4, Skolmatsenkät pilotstudie 2	34
9.5 Bilaga 5, Utvärdering av skolmatsenkät.....	37
9.6 Bilaga 6, Slutgiltig skolmatsenkät	38

1. Inledning

En hälsosam kost har stor betydelse för många delar av barnets utveckling såsom hälsa, tillväxt och utvecklingen av deras intellekt. Äter barnen hälsosamt förebyggs flera hälsoproblem som järnbrist, fetma, ätstörningar och karies, vilka alla är problem som kan uppstå relativt snabbt. Genom hälsosam kost förebyggs även många sjukdomar som exempelvis hjärt- och kärlsjukdomar, cancer och benskörhet (Danielson 2006).

Skolan är en arena som har stora möjligheter att skapa hälsosamma levnadsvanor hos barn och ungdomar. I den svenska skollagen som utformades 1985 skrivs ingenting om att maten ska vara näringsriktigt sammansatt, en lägsta kvalitetsnivå eller en lägsta kostnad per måltid. Utbildningsdepartementet kommer innan sommaren 2009 att presentera en ny skollag som då kommer att innefatta ovanstående tre riktlinjer. Skolor i Sverige har därför i nuläget inga lagstiftade riktlinjer kring skolmaten och matsalsmiljön som de förväntas följa. Många kommuner i Västra Götalandsregionen arbetar idag ändå aktivt med att försöka hålla en hög kvalitetsnivå på maten i skolorna. Mycket av arbetet sker på eget initiativ samt intresse vilket bidrar till att skolmatskvaliteten skiljer sig mellan olika skolor i regionen. En skolmatsenkät, för att mäta barns och ungdomars förhållningssätt gentemot skolmaten och matsalsmiljön, skapar möjligheter för den enskilda skolan att utifrån resultatet arbeta vidare på de punkter som visar sig vara bristfälliga.

2. Bakgrund

FN:s barnkonvention definierar alla personer under 18 år som barn, om inte barnet blir myndigt tidigare enligt en lag som gäller barnet¹. I den svenska skollagen (SFS 1985:1100) står det att alla barn har rätt att gå i skolan, eftersom skolplikten lyder från 7 till 16 års ålder. Det är föräldrarnas och kommunernas ansvar att barnen uppfyller skolplikten.

2.1 Lagar och förordningar

Den svenska skollagen (SFS 1985:1100) omfattar allt som har med skolan att göra, berörda personer och områden. Skolmaten finns omnämnd med endast en mening, 4 kap 4a §. Här står formulerat att alla elever i grundskolan ska erbjudas kostnadsfri skollunch.

Den 17 mars 2009 kom utbildningsministern Jan Björklund med löftet om en förbättrad skolmatslagstiftning. Den nya lagen kommer att utöka den nuvarande med en lägsta kvalitetsnivå och med krav på en näringsriktig kost för barn i för- och grundskolan². Enligt kontakt med utbildningsdepartementet kommer ett förslag på den nya skollagen att presenteras av Jan Björklund innan sommaren 2009³.

¹ <http://www.unicef.se/barnkonventionen/barnkonventionen-hela-texten#ett> 2009-04-08

² <http://www.skolmatensvanner.se/prm090318.php> 2009-04-14

³ Karin Örtegren, brevsvareare utbildningsdepartementet, mailkontakt 2009-04-21

Arbetsmiljölagen trädde i kraft 1 juli 1978 och gäller för alla arbetsplatser i Sverige inklusive skolan. Hela andra kapitlet handlar om arbetsmiljöns beskaffenhet och nämner att arbete ska bedrivas i en sund och säker miljö. Förhållandena kring ljud, ljus, ventilation och luft ska vara tillfredsställande och leda till en positiv arbetsmiljö. Det ska finnas ett samarbete mellan arbetsgivare och arbetstagarna, i detta fall mellan elever och skolpersonal i form av elevskyddsombud (SFS 1977:1160).

Livsmedelslagen syftar till att säkerställa en hög skyddsnivå för människors hälsa och dennes intresse när det gäller livsmedel. Lagen gäller samtliga stadier som behandlar produktions-, bearbetnings- och distributionskedjan för livsmedel samt försäkrar att denna kedja håller en hög och säker standard. Den mat som serveras i skolan skall, likaväl som restaurangmaten, hålla en hög standard av näringsriktighet (SFS 2006:804).

2.2 Skolmatens historia

Det är inte helt känt när det började serveras skolmat i Sverige, men redan vid slutet av 1800-talet serverades det inom folkskolan gröt och soppor till eleverna. Vid mitten av 30-talet beviljades statsbidrag för skolbarnsbespisning till dem som ansågs vara mest behövande. År 1945 kom beslutet från riksdagen om att skolmaten skulle vara kostnadsfri för eleverna. Den behövde dock ej vara obligatorisk. Alla kommuner i Sverige fick då statsbidrag för skolmåltiderna med det enda kravet att måltiderna skulle bestå av en varm, tillagad rätt med mjölk, smör och bröd⁴.

Trots att utvecklingen av skolmåltiden gick framåt i Sverige dröjde det tills 1973 innan skolmåltiden fanns i alla Sveriges kommuner. Under 80-talet steg livsmedelskostnaderna snabbare än lönekostnaderna, vilket bidrog till stora besparingar inom skolmaten. Följden blev att skolmatens standard och utbud försämrades. År 1985 skrevs den skollag som även gäller idag. Lagen innebär att kommunerna är skyldiga att servera avgiftsfri mat till elever i grundskolan⁵.

2.3 Sverige i ett internationellt perspektiv

Sverige och Finland är de enda länderna i världen som varje dag serverar en kostnadsfri skollunch till eleverna⁶. Enligt en intervjuundersökning gjord i europeiska länder har ungdomar i Sverige en bättre hälsa än ungdomar internationellt. De framstår också som friskast och mest nöjda med livet (Socialstyrelsen 2005).

En studie gjord på Karolinska institutet i Stockholm har visat att svenska ungdomar har bättre matvanor än ungdomar i andra länder. Resultatet av studien visade att svenska och norska ungdomar har ett lägre intag av fett i jämförelse med andra länder i Europa, där Grekland, Spanien och England hade de högsta intagen (Vågstrand 2008).

⁴ http://www.skolmatensvanner.se/skolmatens_historia.php 2009-02-18

⁵ http://www.skolmatensvanner.se/skolmatens_historia.php 2009-02-18

⁶ http://www.skolmatensvanner.se/fakta_om_skolmat.php 2009-02-18

2.4 Folkhälsoarbete i Sverige

I arbetet med att förstärka särskilt viktiga folkhälsopolitiska områden i hälsofrämjande miljöer, avsatte regeringen 115 miljoner kronor 2008 och avser att avsätta samma belopp årligen under 2009 och 2010. Dessa medel kommer framför allt att användas till att stärka och stödja föräldrar i deras föräldraskap, att öka det självmordsförebyggande arbetet, att främja sunda kostvanor och fysisk aktivitet samt att minska tobaksbruket (Socialdepartementet 2007).

Hälsofrämjande miljöer kan exempelvis vara en arbetsplats, ett bostadsområde, en skola, föreningar eller internet. Syftet med hälsofrämjande miljöer är att stärka människors självförtroende och egenmakt, för att på så sätt minska de riskfaktorer i den psykosociala men även den fysiska miljön. Ett främjande av dessa miljöer innebär att bryta den isolering som många känner, men också att ge tillgång till strukturer som hjälper människor ur en krissituation (Socialdepartementet 2007).

Förskolan och grundskolan är viktiga arenor för folkhälsoarbetet eftersom de under lång tid präglar en stor del av barns och ungdomars vardag och upplevelser. Den stora drivkraften och prioriteringarna i skolornas hälsofrämjande arbete måste i hög grad komma från elever, lärare, föräldrar och andra resurspersoner inom eller med nära anknytning till skolans värld (Socialdepartementet 2007).

2.4.2 Folkhälsans målområden

Det svenska folkhälsoarbetet har sin utgångspunkt i folkhälsopolitikens elva målområden som alla är bestämningsfaktorer för hälsan och som därmed berör alla samhällsområden samt är en vägledning i allt folkhälsoarbete. Det stora och övergripande målet är ”att skapa samhälleliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen”. De elva målområdena grupperar hälsans bestämningsfaktorer, det vill säga de faktorer i människors livsvillkor och vanor som har störst betydelse för hälsan. Dessa bestämningsfaktorer har valts för att det finns vetenskapligt underlag som visar att bristen på insatser från samhället kan leda till ohälsa (Socialdepartementet 2007).

De elva målområdena kan delas in i två olika kategorier. Den ena omfattar bestämningsfaktorer kopplade till människors livsvillkor. Den andra är kopplade till människors levnadsvanor och livsstil (Socialdepartementet 2007).

Folkhälsoinsatser i den förstnämnda kategorin berör människors förutsättningar i form av materiell välfärd; exempelvis bostad, kläder och mat. Den andra är stabila välfärdssystem för alla såsom trygghet, möjligheter till utbildning samt funktionsnedsättning och etnisk eller annan social tillhörighet. Insatser som fokuserar på den andra kategorin av bestämningsfaktorer handlar huvudsakligen om hur individen i samspel med, och med stöd ifrån samhället kan främja den egna hälsan (Socialdepartementet 2007).

2.4.2.1 Folkhälsomål 3 – Barns och ungas uppväxtvillkor

Barns och ungdomars levnadsförhållanden under uppväxtåren spelar en stor roll för deras fysiska och psykiska hälsa resten av livet. I folkhälsopropositionen bedömer regeringen att barn och ungdomar är den viktigaste målgruppen inom folkhälsoarbetet (Socialdepartementet 2007).



En av de sociopolitiska arenorna där man arbetar och hjälper barn är i skolan. Det är i skolan som barn utvecklar sina olika kompetenser, såväl fysiskt som psykiskt som kan fungera som friskfaktorer för hälsa. Psykiska besvär är en av många orsaker till ohälsa i befolkningen, därför är det viktigt att ge goda möjligheter till förebyggandet av psykisk ohälsa genom tidiga insatser under uppväxten (Socialdepartementet 2007).

De levnadsmönster och vanor som introduceras i tidig ålder följer ofta med och påverkar resten av livet. Barn och ungdomar kan inte alltid välja den miljö de lever i och är extra känsliga för yttre påverkan. De långsiktiga effekterna kan skapa gynnsamma förutsättningar senare i livet om de sätts in i ett tidigt skede. De insatser som ges till barn och ungdomar kan ses som en investering för resten av livet (Socialdepartementet 2007).

2.4.2.2 Folkhälsomål 10 – Matvanor och livsmedel



Många av vår tids folksjukdomar beror på intag av en ohälsosam kost, därför är det viktigt att redan i unga år skapa goda vanor av hälsosam kost. Med hjälp av goda matvanor kan man förebygga typ 2 diabetes, hjärt-kärlsjukdomar, stroke samt andra välfärdssjukdomar (Socialdepartementet 2007).

Svenskar har idag generellt sett goda matvanor men de stora skillnaderna finns i kön, ålder, social- och ekonomisk klass. Kvinnor är förhållandevis mer medvetna om att äta hälsosamt än män och med åldern kommer kunskapen om vad som anses vara ”rätt mat”. Bland de lägre socioekonomiska grupperna prioriteras inte hälsosam mat på samma sätt, kanske på grund av höga priser eller tidsbrist. Därför är det viktigt att hjälpa dessa grupper till livsstilsförändring. Tillsammans kan olika aktörer agera mot samma mål och tydliggöra sambandet mellan kost och hälsoutfall (Socialdepartementet 2007).

2.5 Skolmatsakademin i Västra Götaland

Alla kommuner i Västra Götalandsregionen har genom sina olika ansvarsområden ett direkt ansvar för folkhälsan. Kommunernas verksamhet innefattar flera politiska områden som är av betydelse för folkhälsan (Socialdepartementet 2007).

I regionen arbetar man med fem fokusområden: ett livskraftigt och hållbart näringsliv, ledande i kompetens och kunskapsutveckling, infrastruktur och kommunikationer med hög standard, en ledande kulturregion samt en god hälsa⁷.

Under femte fokusområdet ”en god hälsa” ingår projektet Skolmatsakademien som startade 2006 av folkhälsokommittén och miljönämnden i Västra Götalandsregionen. Det är ett samverkansprojekt där idag 22 kommuner och stadsdelar ingår. Projektet vänder sig till lärare, pedagoger, måltidspersonal, skolsköterskor, föräldrar och elever med syftet att skapa förutsättningar för goda skolmåltider i offentlig regi. Detta genom att skapa en positiv attityd till skolmaten samt kunskap om hur mat påverkar hälsa och miljö. Varje kommun/stadsdel har en kontaktperson som representerar skolan, köksorganisationen, skolhälsovården eller folkhälsoenheten⁸.

Alla kommuner och stadsdelar har enskilda lokala styrgrupper där personer från köksorganisationen och den pedagogiska verksamheten ingår. En lokal styrgrupp behövs för att kommunen/stadsdelen utifrån sin verksamhet ska kunna sätta egna mål samt utnyttja de resurser som Skolmatsakademien erbjuder⁹.

Skolmatsakademien anordnar föreläsningar och seminarier för bland annat pedagoger och skolmåltidspersonal för att öka kunskapen om mat, hälsa och miljö samt för att inspirera dessa att arbeta aktivt med att förbättra maten i skolan. På en gemensam hemsida kan kommunerna/stadsdelarna läsa om varandras arbetsmetoder samt ge tips om exempelvis arbetssätt eller recept¹⁰.

2.6 Skolmat och folkhälsa

Sedan 1993 har Folkhälsoinstitutet vart fjärde år gjort en enkätundersökning på femte-, sjunde, och niondeklasser. I enkäten ställs en rad frågor om hälsa, hälsobeteende och miljöer som på olika sätt har betydelse för hur ungdomar mår. Den senaste undersökningen visar att 25 % av högstadieläverna inte äter lunch i skolmatsalen. Studier visar att barn idag får i sig stora mängder socker, mättat fett och salt. Detta ger konsekvenser för elevernas hälsa, studieresultat samt leder till en försämrad tandhälsa (Danielson 2006). Elever som inte äter skollunch känner sig oftare trötta och hängiga under skoldagen, jämfört med de elever som äter. Dessutom har de oftare huvudvärk och ont i magen, detta är ett vanligare fenomen bland flickor än hos pojkar (Nordlund & Jacobson 1997).

Mellan hösten 2000 och våren 2002 pågick studien COMPASS (“Community-based study of physical activity, life style and self-esteem in Swedish school children”) med syftet att studera och analysera relationerna mellan ungdomars fysiska aktivitet och

⁷ <http://www.vgregion.se/sv/Regionkansliet/Folkhalsa/> 2009-01-19

⁸ <http://www.vgregion.se/Pages/82380/Detta%20%c3%a4r%20Skolmatsakademien%202009.pdf?eps langu age=sv> 2009-01-30

⁹ <http://www.vgregion.se/Pages/82380/Detta%20%c3%a4r%20Skolmatsakademien%202009.pdf?eps langu age=sv> 2009-01-30

¹⁰ <http://www.vgregion.se/Pages/82380/Detta%20%c3%a4r%20Skolmatsakademien%202009.pdf?eps langu age=sv> 2009-01-30

deras självkänsla, matvanor, kroppsstorlek, etnicitet och socioekonomiska förhållanden. Studien utfördes på 4188 ungdomar med en genomsnittsålder på 15,2 år från kommuner och stadsdelar inom Stockholms stad. Det visade sig att 11,2 % av flickorna och 14,5 % av pojkarna hade ett BMI över 25 vilket klassas som övervikt. 3,3 % av flickorna och 3,7 % av pojkarna hade ett BMI över 30, vilket klassas som fetma (Rasmussen et al 2004).

87,2% av ungdomarna uppgav i studien att de åt lunch i skolmatsalen. Ungdomar med svensk bakgrund åt oftare i skolmatsalen än de med utländsk bakgrund. Två tredjedelar av de studerade flickorna åt frukost 4-5 dagar under en skolvecka. För pojkarna var samma siffra tre fjärdedelar. Överviktiga och feta ungdomar hade mer oregelbundna måltidsvanor än de övriga vilket bidrog till fler onyttiga mellanmål under dagen (Rasmussen et al 2004).

År 2003 gjorde Svenska livsmedelsverket en undersökning på barns matvanor. I undersökningen deltog 54 klasser från årskurs 5. Eleverna fick till uppgift att under fyra dagar skriva en matdagbok där allt de åt under dessa dagar skulle ingå samt olika motionsaktiviteter. Eleverna fick även fylla i en enkät som bestod av frågor kring måltidsvanor, längd och vikt, val av mjölk och matfett, samt frågor om ekologisk mat. Resultatet visade att 17 % av flickorna samt 15 % av pojkarna hade ett BMI över 25. Siffrorna visade även att 1 % av flickorna och 2 % av pojkarna hade ett BMI över 30. 89 % av barnen åt frukost varje dag, 77 % svarade att de varje dag (5 dagar i veckan) åt av skollunchen, 98 % svarade att de åt av skollunchen minst 3 dagar i veckan. Sammanfattningsvis visade resultatet att de flesta barn åt frukost, lunch och middag (Becker & Barbieri 2004).

2.7 Riktlinjer för skolluncher

Livsmedelsverket tog år 2001 fram riktlinjer tillsammans med Centrum för Tillämpad Näringslära/Hälsomålet som kan användas som hjälpmedel för kommuner och skolor i arbetet att erbjuda eleverna en god och näringsriktig skollunch. Riktlinjerna är baserade på Svenska Näringsrekommendationer 1997 och ska användas som stöd för bland annat planering av matsedlar, tillagning av måltider samt formulering av mål för skollunchen (Livsmedelsverket 2001).

Enligt Svenska Näringsrekommendationer (2005) ska skollunchen ge 25 till 35 procent av dagens totala energiintag. Skollunchen bör vara en god kombination av protein, fett och kolhydrater men kan vara något fetare än rekommendationerna på grund av att frukosten ofta är något magrare. Positivt är om eleverna har minst två lagade rätter att välja mellan för att på så sätt öka sannolikheten att alla elever ska äta av skollunchen. Alternativ till de elever som av olika skäl inte kan äta all mat ska alltid serveras (Livsmedelsverket 2001).

Skolmåltiden bör bestå av:

- lagad huvudrätt
- bröd och lättmargarin
- salladsbord
- lättmjölk
- vatten

(Livsmedelsverket 2001)

En näringsriktig lunch kännetecknas av en god balans mellan olika livsmedel. Därför bör tallriksmodellen vara grunden för varje skollunch. I tallriksmodellen delas livsmedlen in i tre grupper:

- kolhydrater (potatis, pasta, ris och bröd)
- frukt och grönsaker
- protein (kött, fisk, ägg, baljväxter, mjölk och mjölkprodukter)

Frukt och grönsaker ska utgöra den största delen av tallriken, och proteinet den minsta (Livsmedelsverket 2007).

2.8 Faktorer som påverkar upplevelsen i skolmatsalen

Skolan har stora möjligheter att påverka barns och ungdomars matvanor genom att servera bra och näringsriktig kost samt att förmedla en positiv syn på mat och måltider till eleverna. Lunchen bör även serveras i en trevlig miljö där en positiv atmosfär förmedlas och skapar trivsel för eleverna (Livsmedelsverket 2007).

För att skolmaten ska bli så bra som möjligt har nedanstående punkter formulerats. Punkterna berör olika parter inom skolans verksamhet såsom; kostchefer, rektorer, kökspersonal och pedagogisk personal. Detta för att stimulera barn till att äta lunch och att detta sker i en behaglig och välkomnande miljö, samt att riktlinjerna följs av skolpersonalen för att eleverna ska få en trevlig upplevelse av skollunchen (Livsmedelsverket 2007).

2.8.1 Barn och ungdomars frukostvanor

Studier visar att 12-17 % av ungdomar mellan 14 och 15 år äter frukost en gång per vecka eller mindre (Vågstrand 2008). 13- och 15-åriga flickor äter i mindre utsträckning frukost under veckorna än pojkar i samma ålder (Danielson 2006). Ungdomar med lågutbildade föräldrar äter mer sällan frukost i jämförelse med ungdomar med högutbildade föräldrar (Vågstrand 2008). Ett generellt mönster när det gäller frukostvanor är att andelen som äter frukost minskar med åldern, andelen flickor minskar mer än pojkar (Danielson 2006).

En studie gjord på skolelever i niondeklass i Göteborg visar att oregelbundna frukostvanor leder till ett oregelbundet intag av lunch och middag. Ett matbeteende som detta leder även till ohälsosamma vanor med en högre rökfrekvens, ökad alkoholkonsumtion och ett större intag av snacks i form av chips och godis (Sjöberg et al 2003). Att äta frukost är även associerat med ett intag av nyttig och hälsosam mat samt bidrar till en jämn kroppsvikt (Vågstrand 2008).

2.8.2 Lunchrast

Skollunchen skall vara schemalagd och därmed erbjuda eleverna lunch mellan klockan 11 och 13 varje dag. Detta för att eleverna inte ska få för lång tid mellan frukost och lunch (Livsmedelsverket 2007). År 2007 gjorde SkolmatensVänner en kartläggning av Sveriges kommuner gällande skolmåltiden. Undersökningen genomfördes med hjälp av enkäter och telefonintervjuer på kostchefer och kostansvariga. En av frågorna i enkätundersökningen handlade om vilken tid som lunchen serverades i de kommunala grundskolorna. Hela 52 % svarade att alla eller flera av skolorna startar sin lunchservering före klockan 11 (SkolmatensVänner 2007).

Enligt kontakt med arbetsmiljöverket i Göteborg, räknas elever som arbetstagare enligt arbetsmiljölagen. Lagen säger att arbetstagare inte får utföra arbete mer än fem timmar i följd utan rast. Antalet raster och dess längd skall vara tillfredställande till arbetsförhållandena samt att det är upp till arbetsgivaren att bestämma antalet och längden på dem. Arbetsmiljölagens rekommendation är att ha minst 30 minuters lunchrast efter max fem timmars arbete¹¹.

2.8.3 Matens temperatur

Matens temperatur och förvaringstid är av avgörande betydelse för både livsmedlets hållbarhet och säkerhet. Varmhållning av mat bör ske vid lägst +60 grader då den största bakterietillväxten sker mellan +8 grader och +60 grader. Förvaras mat vid en lägre temperatur under en längre tid ökar risken för matförgiftning (Livsmedelsverket 2006). Rekommendationerna från Livsmedelsverket säger att färdiglagad mat ska varmhållas max två timmar för att bevara näringsvärde och smak samt att kvaliteten på maten ska vara säker (Livsmedelsverket 2007).

2.8.4 Pedagogiska måltider

En pedagogisk måltid är när lärarna äter tillsammans med eleverna. Detta ger barnen en positiv upplevelse och inställning till måltider och kan leda till samtal kring hälsosam kost. Det är väl känt att barn gör som vuxna gör, och genom att äta tillsammans med eleverna lär sig barnen vad som är en hälsosam livsstil, under förutsättning att lärarna föregår med gott exempel. Erfarenheter visar att matsalsmiljön blir lugnare om lärarna är närvarande. Blygare elever känner sig tryggare och stökiga barn blir lugnare. Genom att förmedla fakta om matens betydelse kan barn påverkas till att prova nya maträtter och förhoppningsvis bidrar detta till en hälsosam kosthållning i framtiden (Livsmedelsverket 2007).

2.8.5 Sallad och grönsaker

Barn från 10 års ålder har samma rekommendationer som vuxna när det gäller intag av frukt och grönsaker, minst 500 gram per dag. Ett minsta intag av 500 gram dagligen minskar risken för välfärdssjukdomar såsom hjärt-kärlsjukdom, fetma och vissa cancerformer. Barn med ett högt intag av grönsaker äter också mindre av feta och söta produkter (Livsmedelsverket 2007).

¹¹ Annie Runhammar. Arbetsmiljöverket i Göteborg, mailkontakt 2009-05-14

I Livsmedelsverkets riktlinjer för skolluncher (2001) beskrivs målet för grönsaksintaget per elev till 100-125 gram till lunchen varje dag. En stor salladsbuffé lockar till ett ökat intag och provsmakning bland eleverna och dess placering är av största vikt. Placeras salladsbuffén innan maten inbjuds det till att ta mer sallad och mindre mat. Livsmedelsverket rekommendationer är att det serveras både råa och kokta grönsaker på salladsbuffén för att eleverna ska få i sig viktiga vitaminer och mineraler (Livsmedelsverket 2007). Ett stort och lockande salladsbord ska serveras till alla måltider, även till soppa, pannkakor och gröt. Frukt bör serveras till dessa måltider och till övriga måltider kan det gärna ingå fruktbitar i salladsbuffén (Livsmedelsverket 2001).

2.8.6 Matråd

Att bilda matråd på skolan är ett enkelt sätt att diskutera frågor kring skolmaten och öka engagemanget när det gäller skolmaten och matsalsmiljön. Målet med ett matråd är att det ska finnas representanter från skolledningen, elever, lärare och föräldrar samt att eleverna ska känna delaktighet och en känsla av att kunna påverka skolmåltiden (Livsmedelsverket 2007).

2.8.7 Ljudnivån

En för hög ljudnivå kan orsaka stora problem för individen i form av ökad hjärtfrekvens, förhöjt blodtryck och utsöndring av stresshormoner. En hörselskada orsakad av en för hög ljudnivå medför inte bara dålig hörsel, utan minskar även möjlighet till konversation med andra samt kan ge sömnsvårigheter. Höga ljudnivåer kan orsaka koncentrationssvårigheter vid genomförandet av en arbetsuppgift och leder till försämrad arbetsprestation (Socialstyrelsen 2006).

Hur mycket ljudet påverkar barn beror på vistelse inomhus eller utomhus. Inomhus reflekteras ljudet mot väggar, tak och golv, vilket gör att ljudet förstärks ytterligare och att ljudet stannar kvar i rummet trots att ljudkällan tystnat. Utomhus har ljudet större svängrum och skapar inte samma problem som det kan göra inomhus (Socialstyrelsen 2006).

På senare år har ljudnivåer uppåt 70 dB uppmätts i förskolor och skolor. Mätningar i skolornas matsalar har dock visat att ljudnivåerna där kan vara ännu högre (Socialstyrelsen 2009), uppåt 85 dB (Socialstyrelsen 2005), vilket är jämförbart med buller på arbetsplatser där hörselskydd ska finnas tillgängliga (Socialstyrelsen 2009).

3. Syfte

Syftet med arbetet är att på uppdrag av Skolmatsakademien sammanställa frågor till en internetbaserad skolmatsenkät för att kartlägga elevers förhållningssätt gentemot skolmaten och matsalsmiljön.

- Detta syfte kommer att uppnås genom två pilotstudier, där eleverna i den senare kommer att bedöma enkätens längd samt enkätfrågornas formulering i en utvärderingsblankett.
- För att skapa god relevans i enkätfrågorna kommer önskemål från Skolmatsakademins kontaktpersoner att tillgodoses vid utformandet av skolmatsenkäten.

4. Metod

I metoden beskrivs förutsättningarna för att skapa en tillförlitlig enkät samt hur genomförandet av pilotstudier bör gå tillväga. Metoden kommer att avslutas med en redovisning av enkätutvecklingen.

4.1 Enkätutformning

Att använda en enkät är ett vanligt sätt att samla in information om bland annat livsstil, arbetsförhållanden, boende samt miljöfaktorer (Andersson 2006). Det allra första steget i en enkätutformning är att ha ett klart och tydligt syfte. Det är lättare att ta fram frågor då syftet med undersökningen är formulerat, vilket senare leder fram till en problemformulering som preciserar syftet ytterligare. När syftet med studien är klart, är det viktigt att noggrant studera litteratur kring området för att kunna fokusera på relevanta frågeområden för att bestämma om en kvantitativ eller en kvalitativ undersökning ska göras. En kvantitativ undersökning behandlar siffror och ord medan en kvalitativ undersökning handlar om eget tänkande och jämförelser (Trost 2007).

I större undersökningar sker ett urval av populationen, ett urval som är representativt och som kommer att studeras för att sedan bli generaliserat på hela populationen. Här är det lätt att det sker bortfall, därför bör hanterbarheten av detta diskuteras i ett tidigt skede (Trost 2007).

En väl fungerande kommunikation till andra människor (uppdragsgivare, respondenter, forskaren själv, massmedia, yrkesetiken och administrativ personal) som berörs av undersökningen är viktigt. Det måste finnas en förståelse mellan undersökaren och de andra för att få ut ett optimalt resultat av projektet. Det kan även vara viktigt att ha en bra relation till respondenterna för att få ett högt svarsantal. Ett negativt förhållningssätt till dessa personer kan innebära att förtroendet går förlorat och projektet fallerar (Trost 2007).

En god reliabilitet och validitet är av stor vikt vid konstruktion av en enkät. Validitet handlar om att fråga rätt sak vid rätt tillfälle. Frågan skall mäta det som den är avsedd

att mäta, för att kunna fastställa frågans relevans i ämnet. Validitet är därmed ett mått på hur väl en studie tjänar sitt syfte. Reliabilitet mäter om studien är tillförlitlig och på så sätt okänslig för slumpens inverkan. Resultatet av en mätning skall vara detsamma vid upprepande mätningar (Ejlertsson 2008).

Då de flesta skolor idag har tillgång till datorer och internet är internetbaserade enkäter det mest kostnadseffektiva sättet att genomföra en datainsamling på. Registreringen blir billig och skolan/kommunen slipper lägga resurser på att sammanställa resultatet manuellt (Trost 2008).

4.2 Fråga-svar-konstruktion

Att studera tidigare undersökningar som gjorts på ämnet kan vara till fördel då frågor som redan är kvalitetstestade kan användas som jämförelsematerial (Ejlertsson 2008). Språket på frågorna bör formuleras enkelt och begripligt för att de ska kunna förstås av alla respondenter. Formella ord och facktermer bör undvikas för att inte skapa förvirring bland de svarande (Trost 2007).

Frågorna i enkäten bör inte innehålla mer än en fråga, alltså inte; ”tycker du att skolmåltidspersonalen är vänlig och kunnig”. Respondenten kan då hålla med om det ena påståendet men inte det andra och resultatet kan på så vis bli missvisande. För att kunna svara ”ja” på frågan krävs därför att respondenterna håller med om båda påståendena. Då svaren sedan ska tolkas kan några av respondenterna ha svarat ”ja” för att de håller med om båda alternativen, vissa kan ha svarat ”ja” för att de håller med om det ena, och andra kan svara ”nej” för att de bara håller med om det ena påståendet. För att undvika detta bör frågan därför delas upp i delfrågor, och ställas var för sig (Ejlertsson 2008).

Negationer kan skapa förvirring hos respondenten, då det bidrar till en extra tankeinsats för att kunna besvara frågan korrekt. Negationer uppkommer ofta då ordet ”inte” sätts in i frågan, exempelvis; ”vad tycker du om att det inte serveras frukost på din skola” (Ejlertsson 2008).

Frågor som respondenten eventuellt inte uppfattar som meningsfulla i den aktuella undersökningen bör motiveras och förklaras inledningsvis. I annat fall kan detta leda till ett bortfall då respondenten kan få en negativ reaktion då frågan inte känns relevant för studiens syfte (Ejlertsson 2008).

Vid konstruktion av frågor är det viktigt att frågorna och svarsalternativen inte kan tolkas på mer än ett sätt. Alla de ord som skulle kunna feltolkas bör bytas ut eller förklaras utförligare. Begrepp som exempelvis ”brukar du”, ”för mycket” eller ”som vanligt” ger respondenten utrymme för egna tolkningar och bör därför inte användas (Ejlertsson 2008).

Viktigt med svarsalternativen är att de inte överlappar varandra utan de ska alla ha olika betydelser. Att använda sig av svarsalternativ som ”alltid”, ”ofta”, ”sällan” och ”aldrig” kan i vissa fall verka förvirrande eftersom skillnaden mellan ”ofta” och ”sällan” kan

variera från person till person. Begrepp som ”ofta” och ”sällan” kan ibland ingå i varandra, samtidigt som avståndet mellan ”ofta” och ”aldrig” är för stort för att ”sällan” ska uteslutas (Trost 2007).

En logisk ordningsföljd på svarsalternativen underlättar för de svarande, då de har lättare att förstå upplägget av enkätfrågorna. Är det valt att från början använda ”alltid” som första alternativ och ”aldrig” som sista, bör samma ordning hållas genom hela enkäten. I annat fall finns risk att respondenten har för bråttom och svarar första alternativet som denne tror är ”alltid”, men visar sig vara ”aldrig”. Det samma gäller för ja/nej svar. Alternativen i frågorna bör konstrueras så att det finns lika många positiva som negativa svarsalternativ. Fler positiva än negativa alternativ skulle leda till fler positiva än negativa svar (Ejlertsson 2008).

Svarsalternativens största ”uppgift” i en enkät är att de ska vara uttömmande och täcka hela dimensionen av vad som avses att undersöka. Respondenten ska alltid ha något alternativ att välja, och det är därför viktigt att alla tänkbara svarsalternativ finns med. Alternativen ”vet ej”, ”kan ej ta ställning” och ”har ingen erfarenhet” bör finnas med på de frågor där det på goda grunder kan anses finnas respondenter som inte har tillräckliga kunskaper för att avge ett svar. I annat fall kan dessa alternativ väljas för att slippa ta ställning. Vid jämna antal svarsalternativ handlar det ofta om ett önskemål från konstruktören att respondenten ska ta ställning. Ett udda antal svarsalternativ används för att inte tvinga respondenten till ett ställningstagande (Ejlertsson 2008).

Valet av hur svarsalternativen konstrueras är helt upp till konstruktören, så länge syftet uppnås. Många anser att det är fel att använda sig av fasta svarsalternativ eftersom respondentens ståndpunkt kan variera från dag till dag. Öppna frågor däremot kan generera stora bortfall, vilket gör analysfasen svårare (Trost 2007).

Öppna frågor där respondenten kan skriva fritt är inte att föredra i en enkät. Detta eftersom problem kan uppkomma vid sammanställning och analys av svaren. Vissa väljer att skriva långa och utförliga svar, andra enbart ord, en del skriver oläsligt och vissa svarar inte alls. Detta kan skapa problem vid analysfasen, då resultatet blir svåransammanställt eftersom flera olika tankar, aspekter och synvinklar då ska redovisas i en sammanställd version. Detsamma gäller för följdfrågor, framför allt öppna sådana där det skrivs ”motivera” eller ”varför?”. Problemet här blir detsamma som för öppna frågor då vissa väljer att skriva alldeles för långt och utförligt medan andra inte alls känner behovet av att förklara ytterligare. Väljs det ändå att använda öppna frågor, är det till fördel att placera dem i slutet av enkäten för att inte förvirra den svarande. Tanken med en öppen fråga på slutet är att respondenterna ska ha möjlighet att avreagera sig och säga vad de verkligen anser om enkäten, vilket kan vara till stor användning vid utvärdering och ge idéer till vidare utformning (Trost 2007).

4.3 Informationsbrev

I samband med att en enkätundersökning genomförs bör deltagarna i undersökningen få ta del av ett informationsbrev. Brevet ska precis som enkäten skrivas med ett språkbruk som lätt kan förstås av målgruppen. I brevet ska syftet med studien tydligt framgå samt

på vilket sätt resultatet av studien kommer att användas. Respondenten måste upplysas om sitt frivilliga deltagande men samtidigt upplysas om att kvaliteten är beroende av den enskildes svar (Ejlertsson 2008).

I de flesta enkätundersökningar behandlas svaren med full konfidentialitet för respondenterna (Ejlertsson 2008). Är enkäten konfidentiell innebär detta att endast forskaren själv har uppgifter om vem som svarat på frågorna (Patel & Davidson 2003). Det är därför viktigt att i informationsbrevet informera om konfidentialiteten och anonymiteten för den enskilde individen (Ejlertsson 2008).

Ett telefonnummer dit respondenten kan ringa vid eventuella frågor angående enkäten bör finnas med i informationsbrevet. För att undvika bortfall i undersökningen bör personen i fråga finnas anträffbar på det angivna telefonnumret. Som avslutning på brevet bör ett tack uttryckas till respondenten och därefter underskrift från enkätansvarig med eventuell adress (Ejlertsson 2008).

4.4 Pilotstudier

För att undvika att respondenterna tolkar frågorna på olika sätt är det viktigt att utföra en pilotstudie för att testa frågornas tillförlitlighet. Grundtanken med en pilotstudie är att få fram om det saknas svarsalternativ, vilket gör det omöjligt för respondenten att svara på frågan. Om detta uppstår, att alla deltagare svarar likadant på en fråga är det möjligt att fråga och/eller svar är felkonstruerade. Bakgrundstanken med att utföra en pilotstudie är att testa enkätens validitet och reliabilitet (Ejlertsson 2008).

När enkätformuläret finns klart i sitt första utkast görs en första provundersökning på en mindre grupp människor, exempelvis familj, vänner, arbetskamrater. Efter en slutförd första version behövs det med största sannolikhet göras ändringar i formuläret. Nästa steg är att låta en större grupp utföra samma sak som den första gruppen, vilket blir den egentliga pilotundersökningen. Den bör göras på en grupp som är så lik den verkliga studiepopulationen som möjligt för att ge bästa resultat, det vill säga att den sker i samma åldersgrupp, yrkesgrupp eller kategori. Det är viktigt att inte utföra sin pilotstudie på någon som kommer att medverka i slutstudien (Ejlertsson 2008).

Saker som är viktiga att tänka på vid utförandet av den andra pilotstudien är att närvara då enkäten fylls i. På så sätt kan missförstånd undvikas, samtidigt som personerna kan ge sina direkta kommentarer om frågorna. Ofta skiljer sig undersökningsgruppens tolkningar från konstruktörens, vilket är viktigt att tänka på när frågorna redigeras, innan den slutgiltiga studien. Ett lämpligt antal personer att låta medverka i en pilotstudie är 10-20 stycken. Antalet kan givetvis ökas, det viktigaste är att få med studiepopulationens bredd av etnicitet, kön, ålder och bakgrund eftersom det är till stor hjälp inför vidare redigering. Efter en genomförd andra pilotstudie och redigering är det dags att göra den riktiga studien (Ejlertsson 2008).

4.5 Etiska aspekter

När en enkät eller en intervju formuleras är det viktigt att tänka på de etiska aspekterna; människovärdesprincipen och autonomiprincipen. Människovärdeprincipen innebär att

alla människor har lika värde och vikten av att respektera de mänskliga rättigheterna. Med autonomiprincipen menas att alla människor har rätt till att själva bestämma över sina liv och sina tillgångar (Collste 1996).

Vid alla enkätundersökningar är det även viktigt att ta hänsyn till de fyra krav som preciseras i Vetenskapsrådets forskningsetiska principer. (1) Informationskravet innebär att deltagarna i studien ordentligt informeras om studiens syfte och användningsområde. Deltagarna ska bli väl informerade om att deras deltagande i studien är frivilligt. (2) Samtyckeskravet betyder att föräldrar informeras och samtycker till barns deltagande om barnet som skall delta i undersökningen är under 15 år. (3) Konfidentialitetskravet går ut på att deltagarnas uppgifter ska bevaras så att ingen utomstående ska kunna identifiera någon deltagare. (4) Nyttjandekravet innebär att insamlade personuppgifter inte får säljas vidare till andra forskare eller myndigheter (Vetenskapsrådet 2002).

4.6 Uppdraget från Skolmatsakademin

Kontaktpersonerna har, under deltagandet i Skolmatsakademin, efterfrågat en gemensam internetbaserad skolmatsenkät för att kunna mäta hur arbetet med att förbättra skolmaten fortskrider på de olika skolorna. Kommunerna kommer med hjälp av den framtida enkäten kunna ta fram data för hela kommunen samt per enskild skola. Utifrån en vetenskaplig förstudie kring de faktorer som påverkar upplevelsen i skolmatsalen, har enkätfrågor formulerats som senare kommer att distribueras av Skolmatsakademin i form av en internetbaserad skolmatsenkät. Enkäten ska vara utformad på det sätt att den passar för elever i årskurs tre, sex och nio.

För att få en uppfattning om vad som förväntades av skolmatsenkäten skickades ett mail till alla kontaktpersoner, där det frågades om deras förväntningar och eventuella önskemål på en framtida enkät.

I samband med uppsatsstart försåg Skolmatsakademin författarna med övergripande frågeområden som skulle ingå i enkäten. Utifrån dessa och den bakgrundskunskap som införskaffades har sedan enkätfrågor konstruerats. Följande områden tillhandahölls; kvalitet och smak, variation, frukt och grönt, temperatur, trivsel, trygghet (pedagogiska måltider), ljudnivå, bemötande/service, tider (stress/lugn och ro) och renlighet.

För att kunna genomföra denna uppgift har fyra redan existerande skolmatsenkäter studerats för att få inspiration, hjälp och vägledning i upplägg av en skolmatsenkät. Enkäterna var delvis sådana som fanns tillgängliga på internet men även en enkät som användes på en av de redan engagerade skolorna i Skolmatsakademin projekt. Enkäterna har studerats utifrån utformande och innehåll, både gällande fråga och svarsalternativ, samt i layout för att få ett så tilltalande intryck som möjligt. Målet var att göra en övergripande och innehållsrik enkät för att fånga upp så många av de tillhandahållna frågeområdena som möjligt. För att uppnå arbetets mål har sedan två pilotstudier utförts där den senare var avsedd att mäta elevernas uppfattning om enkäten med hjälp av en utvärderingsblankett.

4.6.1 Pilotstudie 1

Den första pilotstudien utfördes på tio personer med erfarenheter av barn och ungdomar eller personer med kunskaper och erfarenheter av enkätundersökningar. Respondenten satt, en och en, i författarnas närvaro och gick igenom frågorna samt berättade vad de tyckte om enkätfrågorna och dess svarsalternativ. Förhoppningen var att respondenterna skulle reagera på stavfel, ordval, frågans relevans i förhållande till arbetets syfte, om frågan kan tolkas på olika sätt samt om frågorna kan förstås av målgruppen.

Efter en genomförd första pilotstudie behövdes frågorna samt svarsalternativen redigeras för att lättare förstås av den tänkta målgruppen. Frågor fick tas bort och läggas till.

4.6.2 Pilotstudie 2

Ejlertsson (2008) menar att en pilotstudie ska äga rum på en grupp som är så lik den riktiga studiepopulationen som möjligt, men den får inte ingå i den slutgiltiga studien. Trots detta har en skola, som deltar i Skolmatsakademin, använts för utförandet av pilotstudie nummer 2. Detta för att de deltagande eleverna inte kommer att medverka när den slutgiltiga enkäten kommer att utföras i Skolmatsakademin regi.

Innan besöket på skolan där pilotstudien skulle utföras, skickades ett mail med bifogat informationsbrev till rektorn som beskrev pilotstudien och dess syfte. Tanken med brevet var att alla elever i årskurs tre och sex, enligt de etiska aspekterna skulle ha föräldrarnas samtycke vid undersökningen. Eftersom eleverna i nionde klass var över 15 år behövdes inte föräldrarnas samtycke och därför räckte det att informationen gick ut till eleverna. Eleverna blev även informerade om deras frivilliga deltagande samt studiens konfidentialitet.

För att veta om frågorna i enkäten hade god validitet utformades en utvärderingsblankett. Blanketten delades ut i samband med enkäten och fylldes i efter genomförd enkät. Blanketten utformades med tre frågor varav en var en öppen fråga med möjlighet till egna synpunkter för att fånga upp eventuellt missade aspekter gällande skolmaten och matsalsmiljön. Denna utvärderingsblankett har sedan sammanställts för att få elevernas sammanfattande intryck av enkäten och genom detta säkerställa frågornas validitet.

Fler funderingar och nytolkningar uppkom i samband med att eleverna utförde pilotundersökningen, vilket ledde till ytterligare redigering innan den slutgiltiga enkäten. Efter två genomförda pilotstudier har sedan en slutgiltig enkät utformats som överlämnats till Skolmatsakademin för distribution.

5. Resultat

För att få en uppfattning om vad som förväntades av enkäten skickades, i ett tidigt skede ut ett mail till de kontaktpersoner som idag deltar i Skolmatsakademin (bilaga 1). Svar kom från fem av de 22 kontaktpersonerna. En av dessa kom med tydliga önskemål om

vad de skulle vilja se i en framtida skolmatsenkät. Önskemålen handlade bland annat om hur ofta matsalen besöks, smaken på maten, matsalsmiljön, hygien samt skolmåltidspersonalens bemötande. En annan av de tillfrågade kontaktpersonerna bifogade sin egenkomponerade enkät som de i nuläget använde sig av. Enkäten bestod av frågor beträffande bemötande, salladsbordet, mättnadskänsla, hygien, samt trivsel i matsalen. Två av kontaktpersonerna berättade att de i nuläget använde sig av en enkät framtagen av SkolmatensVänner, och den sista kontaktpersonen meddelade att de i nuläget inte utförde något sådant arbete.

Med hjälp av önskemål från kontaktpersonerna, givna frågeområden från Skolmatsakademien och bakgrundfakta sammanställdes en enkät som bestod av 16 frågor (bilaga 2). Frågorna hade fokus på vad eleverna tycker om skolmaten, matens temperatur, salladsbuffé, personalens bemötande, matsalsmiljön och frukostvanor. Flertalet av frågorna utformades med ett udda antal svarsalternativ för att få alla elever att ta ställning och därigenom undvika bortfall.

5.1 Pilotstudie 1

Resultatet av pilotstudie 1, som genomfördes på 10 personer med erfarenhet av målgruppen, påvisade att flertalet av frågorna var otydliga. De flesta av de medverkande tyckte att flera av frågorna hängde ihop och att det ledde till förvirring med att ha liknande frågor efter varandra.

Det förekom påpekanden på ord och uttryck som ”äcklig” och ”matråd” och dessutom om frukostfrågan var relevant i förhållande till arbetets syfte. Hälften av de deltagande personerna visste inte vad ett matråd var för något, vilket gjorde att de tvivlade på dess användning i en enkät som denna. De personer som själva hade barn i den studerande åldersgruppen påpekade att ordet ”äckligt” skulle strykas, för att barn lär sig att inte använda sådana ord. Förvirring ägde även rum gällande fråga 7 och 10, där orden ”trivsamt” och ”rent” hade liknande innebörd. Fråga 8 påpekades ha två frågor i ett (”hinner du äta din mat i lugn och ro?”), vilket skapar förvirring om eleven inte kan identifiera sig med både ”hinner du” och ”lugn och ro”. Flertalet påpekade även att det skulle finnas udda antal svarsalternativ, för att eleverna lättare skulle kunna svara. Kommentarer fanns också där det ansågs att flertalet frågor var ledande, exempelvis fråga 5, 7, 9, 10 och 11 där dessa skapade en ledande tanke hos läsaren.

Efter genomförd pilotstudie fanns en del korrigeringar att göra inför nästkommande testundersökning. De stora förändringarna i enkäten var att byta ut ordet äckligt mot ”sällan god” och för att enkäten skulle vara konsekvent ändrades de flesta svarsalternativen till att börja med ”alltid”, ”oftast”, ”sällan” och ”aldrig”. Frågeformuleringarna ändrades för att inte innehålla två frågor i ett, exempelvis ”frukt och grönsaker” ändrades till ”sallad/grönsaker” och fråga 8 ”hinner du äta i lugn och ro?” omformulerades till att endast fokusera på tiden att äta skollunchen. De ledande frågorna ändrades för att låta eleven själv ta ställning. Till sist valdes att ha en övergripande fråga där eleverna skulle få möjlighet att ge sin skolmatsal ett helhetsbetyg.

5.2 Pilotstudie 2

Vid kontakt med rektorn, på den valda skolan i centrala Göteborg, bestämdes att alla föräldrar med elever under 15 år skulle få ta del av ett informationsbrev (bilaga 3). Brevet beskrev pilotstudiens syfte, elevernas frivilliga deltagande samt konfidentialiteten. Brevet distribuerades av lärarna till respektive klass tre dagar innan pilotstudien skulle utföras. Eleverna i årskurs nio tilldelades inte informationsbrevet då alla hade fyllt 15 år vid undersökningstillfället. Istället informerades dessa elever muntligt om pilotstudiens syfte.

Enkäten (bilaga 4) testades på en tredjeklass, sjätteklass och en niondeklass. Från årskurs tre deltog 22 elever, i årskurs 6 var det 27 stycken och i årskurs nio medverkade 19 elever, ett totalt deltagande på 68 elever. För att analysdelen inte ska bli för stor, valdes slumpmässigt sex elever ut från varje klass som ingår i analysen, totalt 18 enkäter.

Då syftet med denna uppsats är att ta fram frågor till en internetbaserad enkät, sammanställs inte enkätfrågornas resultat. För att kunna analysera huruvida frågorna är funktionella i enkäten formulerades tre enkla frågor som handlade om elevernas uppfattning om enkätens längd och förståelsen för frågorna (bilaga 5). Dessa tre frågor har däremot analyserats och utgör här en del av resultatavsnittet. Med utgångspunkt i dessa frågor har det förstås att vissa av enkätfrågorna är formulerade på ett sätt som gör respondenten förvirrad och oförmögen att kunna svara. Utifrån den sammanställning som gjorts har enkätfrågorna omformulerats för att kunna matcha den slutgiltiga målgruppen bättre än vad den skulle ha gjort utan en genomförd pilotstudie. Besöket i klasserna varade i 20 minuter vardera då eleverna fick fylla i enkäten och till sist utvärderingsblanketten. Lärarna närvarade i två av tre klasser, vilket gjorde att eleverna vände sig till denne i första hand när det uppstod funderingar. I den tredje klassen lämnade läraren klassen i för ett annat ärende, vilket gjorde att författarna efterfrågades vid hjälp.

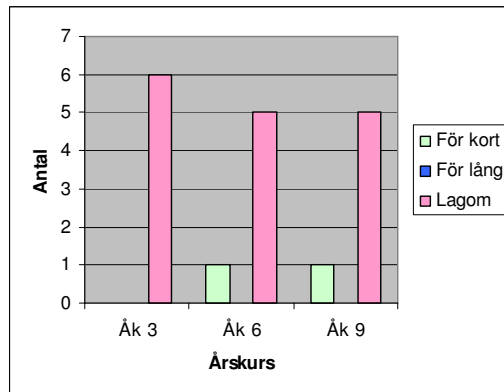
Det pratades högt och ljudligt när eleverna inte förstod hur det bestämda ordvalet skulle tolkas och det ledde till förvirring och i vissa fall missförstånd. Den stora förvirringen bland sjätteklassarna handlade främst om frågan gällande lärarnas plats i matsalen. De förklarade att lärarna inte satt i något separat rum, utan vistas i matsalen bland eleverna fast de äter vid ett bord tillsammans med lärarna.

I de lägre klasserna reagerade eleverna främst på ordet skolrestaurang. En av eleverna sa högt och tydligt att denne aldrig besökt skolrestaurangen, och det var inte förrän en klasskamrat sa att det handlade om "bamba" som eleven förstod och kryssade snabbt i rutan "alltid". Ordet matråd var också besvärlig för dem att förstå, mest därför att det på den utvalda skolan kallas kostråd.

Gemensamt för alla klasserna var att flertalet svarade nej på frågan om skolan serverade fler än en maträtt. Två av eleverna efterfrågade här ytterligare ett svarsalternativ; "ibland" eftersom de ansåg att det inte är alltid som det serveras mer än en maträtt. Eleverna spenderade även olika mycket tid på att svara. En del pratade sinsemellan och

gav identiska svar, andra skojade och skrev roliga saker och en del engagerade sig och skrev mycket utförliga svar.

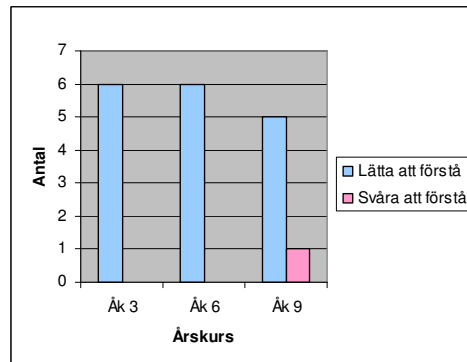
Efter sammanställning av de 18 slumpmässigt utvalda utvärderingsblanketterna kan det utläsas att 89 % av de svarande tyckte att enkäten var lagom lång (tabell I), samt att 94,5 % tyckte enkätfrågorna var lätta att förstå (tabell II). Fördelningen på deltagarna per klass visas i nedanstående figurer. ”Vad tyckte du om enkätens längd?” (figur I) och ”vad tyckte du om frågorna?” (figur II).



Figur I: Fördelning på vad 18 slumpmässigt utvalda elever i årskurs 3, 6, och 9 anser om enkätens längd.

Tabell I: Fördelning på deltagare samt procentsatsen för 18 slumpmässigt utvalda elever i årskurs 3, 6 och 9.

Vad tyckte du om enkätens längd?		
	Antal	Procent
För kort	2	11%
För lång	0	0%
Lagom	16	89%
Totalt	18	100%



Figur II: Fördelning på hur 18 slumpmässigt utvalda elever i årskurs 3, 6 och 9 förstod frågorna

Tabell II: Fördelning på deltagare samt procentsatsen för 18 slumpmässigt utvalda elever i årskurs 3, 6 och 9.

Vad tyckte du om frågorna?		
	Antal	Procent
Lätta att förstå	17	94,5%
Svåra att förstå	1	5,5%
Totalt	18	100%

I utvärderingsblanketten till enkätfrågorna formulerades på slutet en öppen fråga för att få elevernas helhetssyn på skolmatsalen och på så sätt fånga upp viktig information som kan ha missats i enkäten. Tyvärr blev resultatet av denna fråga inte vad som var tänkt, då svaren på denna fråga mestadels blev önskningar av olika maträtter.

Efter två genomförda pilotstudier har till slut den slutgiltiga enkäten tagit form (bilaga 6). Frågor och svarsalternativ har ändrats för att nå målgruppen på det mest önskvärda sättet, med så hög validitet som möjligt. Den största förändringen som gjordes efter pilotstudie 2 var benämningen av skolrestaurangen. Denna omformulerades till skolmatsal då framförallt de yngre eleverna inte förstod ordet skolrestaurang. Frågan om lärarens plats i skolmatsalen omformulerades till ”äter lärare i skolmatsalen?” Här ändrades även antalet svarsalternativ från fyra till tre. Frågan om matråd förstods av de äldre eleverna men blev förvirrande för de yngre då de på den studerade skolan benämner detta kostråd. För att undvika missförstånd på denna fråga valdes att ha med både ordet matråd samt kostråd.

6. Diskussion

6.1 Metoddiskussion

Syftet med denna uppsats är att på uppdrag av Skolmatsakademin utforma frågor till en internetbaserad skolmatsenkät som kommer att användas som ett verktyg för att mäta elevers uppfattning om skolmaten och matsalsmiljön. Då enkätundersökningen kommer att genomföras på internet valdes att utforma en kvantitativ enkät med fasta svarsalternativ för att kunna göra jämförelser mellan olika skolor och kommuner. Hade en kvalitativ metod istället använts hade detta försvårat kommande sammanställning. Denna typ av studie hade kunnat ge många olika svar och på så sätt inte kunnat ge någon möjlighet till generalisering. Det hade även kunnat ge många bortfall, då det kan finnas tendenser till att hoppa över frågor där något måste motiveras, utvecklas eller förklaras.

Frågorna i skolmatsenkäten bygger på en förstudie, som redovisas i bakgrundskapitlet, kring de faktorer som påverkar upplevelsen i skolmatsalen. Tanken med att göra en förstudie är att få kunskaper om de riktlinjer som skolan har att följa gällande skollunchen. Utifrån denna kunskap är det möjligt att se vad som är relevant att fråga eleverna om i en skolmatsenkät. Förstudien tar upp en stor del av arbetet vilket är nödvändig för att frågorna ska bli välgrundade och på så sätt användbara för ett fortsatt utvecklingsarbete med skolmaten och matsalsmiljön.

Då Skolmatsakademin är ett samverkansprojekt där olika kommuner och stadsdelar ingår är urvalet till denna enkät redan gjort då det är skolorna i dessa kommuner och stadsdelar som kommer att använda sig av enkäten. Enkäten kommer då att distribueras av Skolmatsakademin, och det blir då deras uppgift att ta hänsyn till bland annat de etiska aspekterna samt sammanställning av resultat. Därför har fokus i denna rapport lagts på enkätutformning och pilotstudier för att få hög reliabilitet på de utformade enkätfrågorna.

6.1.1 Förarbete

För att ta reda på vad kontaktpersonerna hade för önskemål på vad en framtida skolmatsenkät bör innehålla skickades ett mail till samtliga 22 personer. Förhoppningen var att få reda på om det i dagsläget används någon enkät samt om kontaktpersonerna hade några specifika önskemål om vad en framtida enkät skulle kunna innehålla. Responsen från dessa kontaktpersoner blev att fem svarade, varav endast en kom med önskemål om frågeområden. Hade ett påminnelsebrev skickats ut hade detta kunnat bidra till att fler kontaktpersoner svarat med önskemål och förväntningar på enkäten. Det slutgiltiga enkätresultatet hade antagligen inte påverkats av att fler kontaktpersoner hade svarat på mailet. De önskemål som kom in var övergripande och behandlade relevanta områden. Hade mer direkt specifika frågor angående den enskilda skolan kommit som önskemål, hade detta valts bort i enkäten för att enkäten ska kunna appliceras på alla elever i årskurs 3, 6 och 9 oavsett kommun eller stadsdel.

Eftersom denna enkät är gjord på uppdrag av Skolmatsakademin tillhandahölls vid uppsatsstart ett antal frågeområden att utgå ifrån för att sedan utforma frågorna till enkäten. Frågeområden från Skolmatsakademin, tips från kontaktpersonerna och fyra redan existerande enkäter användes som utgångspunkt och vägledning i utformandet av skolmatsenkäten. Utformningen av svarsalternativen på de studerade enkäterna varierade. Några hade udda antal och några jämna antal svarsalternativ, någon hade blandat svarsalternativen med öppna frågor samt någon använde sig av skalor med udda antal rutor där eleverna fick skatta vad de tyckte om exempelvis smaken på maten. Den genomgående tendensen beträffande enkäterna var att alla hade samma övergripande frågeområden såsom matsalsmiljön, smaken på maten, antal serverade maträtter, salladsbord och personalbemötande. Dessa områden stämde väl överens med de frågeområden som var tilldelade från Skolmatsakademin.

Frågeområdena från Skolmatsakademin utgjorde stolpar för enkätutformningen. Dessa områden var en förutsättning för att få reda på vad som förväntades av enkäten och vad som ville undersökas. Det valdes att formulera en eller två frågor under varje område, beroende på om det behövdes en följdfråga samt hur omfattande frågeområdet var från början.

6.1.2 Val av pilotskola

Den studerade litteraturen poängterar vikten av att inte använda personer ifrån den riktiga studiepopulationen i en pilotstudie. Valet av skola till andra pilotstudien gick emot detta utifrån ett medvetet val. Pilotskolan valdes för att den passade in på de kriterier som fanns när en lämplig skola söktes. På skolan finns elever från första till nionde klass, vilket underlättade när pilotstudien skulle utföras. Dessutom kommer de medverkande eleverna inte att delta när studien ska genomföras av Skolmatsakademin till hösten. När nästkommande termin börjar går de aktuella eleverna i fjärde respektive sjunde klass, vilket gör att de inte kommer ta del av enkäten förrän om tre år, då de går i sjätteklass respektive niondeklass. Niondeklassen som deltog, kommer aldrig att få ta del av den. Eleverna antas inte minnas den genomförda pilotstudien när de om tre år ska genomföra enkäten på nytt och därmed känna sig tvingade att svara likadant en andra gång. Troligtvis var det motiverande för skolan att ställa upp i denna pilotstudie då de

senare kommer att få ta del av den slutgiltiga enkäten. Hade en skola som inte varit involverad i projektet istället tillfrågats är det inte säkert att de hade ställt upp då de inte fått ta del av resultatet. Därför hade en sammanställning av resultatet kunnat erbjudas för att skolan skulle få ut någonting av besöket. Att sammanställa alla enkäter och resultat hade varit tidskrävande och därför valdes detta bort.

6.2 Resultatdiskussion

Frågorna i enkäten behandlar områden som grönsaksintag, matens temperatur, bemötande, pedagogisk måltid samt trivseln och miljön i matsalen. Svartalternativen i pilotstudie 1 formulerades mestadels med ett udda antal; ”ja”, ”ibland” och ”nej”. Argumentet för att använda sig av tre svartalternativ var att ha två tydliga valmöjligheter samt ett neutralt för den som skulle önska att välja detta. Till pilotstudie 2 ändrades flertalet svartalternativ till fyra.

6.2.1 Diskussion kring pilotstudie 1

Pilotstudie 1 utfördes på vänner och familj, med olika ålder och kön, där alla hade olika förkunskaper genom utbildning, tidigare erfarenheter av enkätundersökningar samt några hade barn inom samma åldersgrupp som den studerade populationen. Pilotstudien gav tankar på alternativa formuleringar och förslag på andra svartalternativ. Det positiva med denna pilotstudie var att få någon annans synpunkter som inte är lika insatta i ämnet men ändå har viktiga förkunskaper.

Att genomföra pilotstudie 1 på bekanta var positivt på så sätt att respondenterna var ärliga och ville försöka hjälpa oss på bästa sätt. Dessa personer valdes med omsorg för att få ut så mycket som möjligt av pilotstudien. Eftersom personerna var välbekanta kunde detta ha hämmat dem från att säga vad de egentligen tyckte om enkäten. Hade det istället varit obekanta personer hade resultatet kunnat påverkas negativt då det finns en risk att dessa personer inte tagit sig tid att kritiskt granska enkäten för att hjälpa oss och på så sätt inte varit helt ärliga. Dock kunde de ha haft en bakgrund som hade varit av stor vikt i det fortsatta arbetet med att utforma enkäten.

6.2.1.1 Redigering av frågor efter pilotstudie 1

Förändringar som gjordes inför pilotstudie 2 var främst ändring av ordval, ”äckligt” byttes ut mot ”sällan god” för att bli mer tilltalande för eleverna. ”Frukt och grönsaker” ersattes med ”sallad/grönsaker” för att inte ha två frågor i samma frågeformulering samt eftersom det sällan serveras frukt i skolmatsalarna. En annan anledning till att formuleringen i frågan om grönsaker blev ”sallad/grönsaker” är för att tolkningen av ”grönsaker” kan skilja sig mellan eleverna. Elever som endast tar ett salladsblad till lunch kanske anser att de inte äter grönsaker utan endast sallad. För att fånga upp hela gruppen elever som äter grönsaker, vare sig det är lite eller mycket, valdes det att formulera fråga som ”sallad/grönsaker”.

Frågan om ”stämmer den serverade maten överens med den mat som står på matsedeln” togs bort, eftersom en omformulering av frågan och svartalternativen var svår att finna samt att deltagarna i pilotstudien ansåg att den var märkligt formulerad. Till sist

ändrades flertalet svarsalternativ till fyra likadana, ”alltid”, ”oftast”, ”sällan” och ”aldrig” för att få alla elever att ta ställning och välja det alternativ som bäst passar in på dem. Frågorna 8, 10 och 15 fick tre svarsalternativ, detta för att fyra alternativ inte skulle göra frågan lättare att svara på samt att de tre valda alternativen var passande till dessa frågor. Fråga 8 och 10 är formulerade med två svarsalternativen i negativ klang. Därför krävs att de personer som är nöjda med temperatur respektive ljudnivå ska kunna ha ett alternativ att välja på, alltså behövs ett neutralt eller ett positivt alternativ. Av den orsaken valdes att ha ett alternativ ”varken [...] eller [...]” istället för att använda svenskans ”lagom” vilket kan anses subjektivt då ordet har olika innebörd för olika personer.

6.2.2 Diskussion kring pilotstudie 2

Den andra pilotstudien ägde rum på en utvald skola i centrala Göteborg. Första besöket skedde hos en niondeklass, andra hos en tredjeklass och det sista hos en sjätteklass. Under genomförandena var läraren närvarande i två av tre klasser, vilket kan ha gett en viss inverkan på eleverna i deras sätt att svara. I en av klasserna hade eleverna mycket frågor och valde då att fråga sin lärare om hjälp, vilket bidrog till att läraren la en värdering i frågan som kan ha påverkat eleven i sitt sätt att svara. Under tiden som pilotstudien genomfördes uppkom många tankar och idéer hos författarna om hur enkäten kunde ändras och formuleras för att lättare förstås av eleverna.

6.2.2.1 Redigering av frågor efter pilotstudie 2

Vid redigering av frågorna gjordes omformuleringar på flera frågor. Frågan gällande lärarnas plats i skolmatsalen ledde till viss förvirring bland eleverna eftersom lärarna satt i matsalen bland eleverna men åt vid ett separat bord tillsammans med de andra lärarna. Eleverna valde då två alternativ; ”tillsammans med eleverna” och ”tillsammans med andra lärare”. Beroende på hur stor matsalen är har detta olika stor betydelse för hur närvarande eleverna tycker att lärarna är. Då frågan inför pilotstudie 2 formulerades ”var sitter din lärare i skolrestaurangen?” kanske eleverna tolkade det som att frågan är formulerad att det endast gäller deras lärare och ingen annan. Om deras klasslärare inte äter i matsalen svarar de ”nej” på frågan, även fast det finns andra lärare som äter där. Därför omformulerades frågan efter pilotstudien till ”äter lärare i skolmatsalen?” för att poängtera att det rör sig om lärare i allmänhet och inte specifikt elevernas klasslärare.

Frågan ”äter lärare i matsalen” hoppas kunna ge svar på om det finns lärare närvarande i matsalen samt om de äter av maten, och på så sätt indirekt behandla funktionen av pedagogisk måltid. Dock är det svårt att genom enkät till elever undersöka hur väl det fungerar med den pedagogiska måltiden. För att ta reda på hur den pedagogiska måltiden fungerar på respektive skola skulle en enkät till lärarna ha givit ett mer sanningsenligt resultat. Tanken med pedagogisk måltid är att lärarna ska äta tillsammans med eleverna och på så sätt föregå med gott exempel, samt att föra samtal om hälsosam kost. Dock är det viktigt att poängtera att den pedagogiska måltiden har olika definitioner på olika skolor. Om de skolor som arbetar med pedagogisk måltid, vid sammanställning av resultaten, skulle märka att flera av eleverna svarar ”nej” på frågan, är det upp till den enskilda skolan att undersöka varför och arbeta vidare och på så sätt

uppnå målet för den individuella definitionen av pedagogisk måltid. Även fråga 13 behandlar funktionen av pedagogisk måltid. Tanken är att komma åt om eleverna känner sig otrygga i skolmatsalen. På de flesta grundskolor äter de yngre eleverna tillsammans med de äldre vilket säkerligen kan leda till att flera elever känner obehag om få lärare finns närvarande. Skulle det vara så att flera elever på en skola känner sig otrygga i skolmatsalen är det viktigt att ta reda på varför och antingen se till att antalet lärare i skolmatsalen ökar, eller schemalägga skollunchen på så sätt att de yngre eleverna slipper äta tillsammans med de äldre.

Ordet skolrestaurang orsakade stor förvirring bland eleverna då de aldrig hört talas om den benämningen på "bamba" tidigare. Skulle benämningen "skolrestaurang" användas i enkäten är risken stor att frågan skulle misstolkas av eleverna och därmed vara omöjlig att utvärdera. Trots att många av regionens ledare, verksamma inom skolmatsfrågan vill få en mer restaurangbetonad benämning på skolmatsalen är det i enkäten viktigare att eleverna förstår frågan och kan svara på denna än att arbetet med att skapa en ny benämning utförs. Eftersom enkäten är tänkt att på sikt även kunna användas utanför Göteborgsområdet uteslöts även ordet "bamba" då detta är en lokal benämning. Valet föll istället på ordet "skolmatsal" som är en benämning som eleverna förstod och som är neutralt.

På alla skolor i Västra Götalandsregionen även de som medverkar i Skolmatsakademins arbete antas det finnas de elever som aldrig eller sällan äter i skolmatsalen. Av denna anledning valdes att ha med ett tredje alternativ "ingen uppfattning" på fråga fem, som behandlar frågan om det serveras fler än en maträtt i skolmatsalen. De elever som inte vistas i skolmatsalen måste ha ett alternativ att välja på, vilket då blir att de inte vet eller inte har någon uppfattning om hur många rätter som serveras. Om detta alternativ kryssas i av ett stort antal elever är detta även en fingervisning till skolledningen att det finns något som inte tillfredställer alla elever på skolan. Samma anledning gäller för fråga nio, "tycker du att skolmåltidspersonalen är trevlig?" De elever som inte befinner sig i skolmatsalen har inte heller någon uppfattning om personalens bemötande. Därför fick även denna fråga samma tredje svarsalternativ.

Begreppet "matråd" var nytt, främst för de yngre eleverna, eftersom det på den utvalda skolan kallas för "kostråd". Det valdes att ha båda benämningarna för att det, med säkerhet, finns olika ord för samma sak på skolorna i Göteborgsområdet. För att få en bättre översikt på enkäten flyttades frågan om "har du tillräckligt med tid att äta din skollunch?" mot slutet av enkäten där frågan "kan du äta dig mätt i skolmatsalen?" fanns, då detta ger ett bättre flöde i enkäten, eftersom dessa frågor behandlar liknande saker. Detta efter att en elev kommenterat att denne inte kunde äta sig mätt eftersom tiden inte räckte till. På de flesta skolor läggs lunchen tillsammans med en så kallad lunchrast. Det antas då inte ovanligt, speciellt bland de yngre eleverna, att lunchen äts fort för att sedan hinna ut och leka. Flera elever kanske då inte anser att de har tillräckligt med tid att äta sin skollunch.

En frukostfråga valdes att ha med då det var önskvärt att undersöka sambandet mellan antalet frukostätare och lunchätare. Sjöberg et al. (2003) beskriver att det finns ett samband mellan att äta frukost och att äta lunch, därför ansågs det relevant att i enkäten

undersöka om detta samband även finns på skolorna inom Skolmatsakademins projekt. Att få reda på elevernas frukostvanor kan vara viktigt för skolorna, bland annat vid planering av schema. Elever som äter frukost kan i vissa fall ha mer energi på morgonen än elever som inte äter frukost. Att till exempel planera för en gymnastiklektion direkt på morgonen i en skola där flertalet elever inte äter frukost kan leda till sämre prestation jämfört med om lektionen hade legat någon timma efter lunch.

En tanke var att även fråga eleverna om deras mellanmål/fika/fruktstund under skoldagens gång. Detta valdes bort eftersom detta då styrde bort ifrån syftet, vilket huvudsakligen var att studera elevers uppfattning om skollunchen. Det är kanske så att, framför allt, de äldre eleverna går till caféet eller en närliggande affär och köper bullar eller liknande när de har rast istället för att äta en frukt vilket hade varit ett bättre val ur hälsosynpunkt. Inträffar detta på rasten nära lunchen kan detta leda till att eleverna då inte är hungriga vid lunchtid, och avstår från skolmåltiden. En fråga som denna hade varit relevant om prestationsförmågan under dagen skulle undersökas. Förklaringar på hur elever som inte äter av skollunchen klarar av skoldagen hade då kunnat fås. Med denna fråga hade elevernas intag av socker även kunnat mätas och därigenom hur sockret påverkar skolprestationen samt sockrets inverkan på lunchätandet.

Vid frågan om antalet serverade rätter i skolmatsalen observerades att detta inte gjorts tillräckligt tydligt för eleverna. Många av eleverna tror att man måste ha intyg för att få äta vegetarisk mat och de ser därför inte den vegetariska rätten som ett alternativ. Flertalet elever svarade därför "nej" på frågan om fler än en maträtt serveras i skolmatsalen. Trots den uttalade förvirringen kring frågan valdes ändå att behålla de två existerande alternativen "ja" och "nej". Endast två av de 18 utvalda kommenterade att de ville ha ett extra alternativ; "ibland" och detta var inte övervägande för att ändra svarsalternativen. Det fanns en rädsla för att ha med ett alternativ som "ibland", då det efter andra pilotstudien kunde konstateras att flertalet av eleverna i så fall skulle välja ett sådant alternativ. När sedan svaren från hela Västra Götalandsregionen kommer att sammanställas finns det en möjlighet att detta kommer vara det övervägande svaret. Detta kan leda till en förvirring bland skolledningen eftersom de anser att det serveras mer än en maträtt.

I utvärderingsblanketten som delades ut i samband med enkäten fanns en öppen fråga. Tanken var att få kommentarer, anmärkningar och idéer på sådant som kan ha missats under enkätkonstruktionen. Dessvärre fungerade inte det som det var önskat, eftersom eleverna lämnade förslag på maträtter och uppmuntrande ord tillägnat skolmatsalspersonalen. En möjlig lösning på detta hade varit att ha en följdfråga efter varje enkätfråga där eleverna kunde ge direkta kommentarer. I detta fall hade ingen utvärderingsblankett behövts, däremot hade sammanställningen av följdfrågorna varit mer tidskrävande än med utvärderingsblankettens tre frågor. Vid testtillfället frågade flera av eleverna läraren om hjälp för att få vissa frågor förtydligande. Eleverna kanske då inte uppfattade frågan som svår utan snarare som otydligt formulerad. Hade svarsalternativen "svåra att förstå" respektive "lätta att förstå", på utvärderingsblanketten istället formulerats med "tydliga" respektive "otydliga" hade säkerligen fler elever valt att svara "otydliga" och därigenom även specificerat vilken fråga det gällde.

Sammanställningen av utvärderingsblanketten visade att två av de 18 slumpmässigt utvalda eleverna, från sjätte respektive nionde klass, ansåg att enkäten var för kort. Detta skulle kunna förklaras i att eleverna tolkade alternativet ”för kort” som det positiva och därmed det ”rätta” alternativet och valde då att ta ställning genom att välja detta alternativ. Svartalernativet ”lagom” skulle kunna ses som det neutrala som endast väljs då ett ställningstagande inte kan göras. En annan förklaring skulle kunna vara att eleverna ansåg att enkäten inte är tillräckligt omfattande och hade därmed behövt fler frågor för att finna ytterligare faktorer som påverkar upplevelsen i skolmatsalen. En tredje aspekt vilken är den mest troliga är att eleverna uppskattade ett avbrott i undervisningen och eventuellt velat ha en längre enkät för att på så sätt förlänga avbrottet.

Resultatet av utvärderingsblanketten visade även att 17 av 18 elever tyckte att enkätfrågorna var lätta att förstå. Vid utformandet av enkäten ansågs svårigheten vara att formulera frågorna på så sätt att de förstods av en tredjeklassare. Resultatet visade dock att den elev som inte förstod enkätfrågorna eller tyckte att de var otydliga gick i nionde klass. En förklaring till detta skulle kunna vara att frågorna är formulerade så att de ska vara så enkla som möjligt och på så sätt blivit otydliga för de äldre eleverna. För att komma runt detta problem hade separata enkäter till varje klass varit en möjlig lösning. Frågeformuleringarna till de äldre eleverna hade då kunnat vara mer omfattande och utförliga vilket hade kunnat ge ett större material att arbeta vidare med.

När enkäten senare kommer att utföras av Skolmatsakademin kommer eleverna att genomföra enkäten över internet. Att lärarna närvarar i rummet kan generera i ett större antal fullföljda enkäter. Det är tänkbart att lärarens närvaro kan påverka de faktiska svaren, det vill säga att ett ”nej” blir ett ”ja” då eleverna svarar vad ”de borde svara” när läraren är närvarande. Det finns en möjlighet att vissa elever är rädda för att läraren ska få veta ”sanningen” och därför svarar det som anses vara ”rätt”. Om det skulle uppstå förvirring eller frågor under utförandet av enkäten kan det vara positivt om läraren finns närvarande i rummet. Det antas alltså, från författarnas sida, att lärarnas närvaro vid genomförandet av enkätundersökningen kan bidra med både positiva och negativa influenser när det gäller uppriktigheten bland respondenterna. Ju ärligare eleverna svarar, desto mer kan skolan jobba för en förbättring och förändring av skolmaten och matsalsmiljön.

En intressant upptäckt som gjordes vid pilotstudie 2 var att killarna i varje klass verkade mer engagerade i att fylla i enkäten. Fler killar än tjejer skrev kommentarer på den öppna frågan på utvärderingsblanketten. Kan det vara så att killarna är mer engagerade i skolmatsfrågan än tjejerna eller var tjejerna endast ointresserade vid undersökningstillfället?

6.2.3 Slutversion och folkhälsoperspektiv

Skolmatenkäten har, på uppdrag av Skolmatsakademin och deras kontaktpersoner, skapats för att användas i arbetet med att utvärdera elevers uppfattning om skollunchen och matsalsmiljön. Tack vare frågeområdena som tilldelades från Skolmatsakademin har författarna konstruerat en enkät med 15 frågor som kommer att finnas tillgänglig på

internet för de skolor som deltar i Skolmatsakademins projekt. Tack vare den nya kommande skollagen kan skolorna arbeta för en bättre näringsriktighet samt en kvalitetshöjning på skolmaten. Till att börja med kommer endast medlemsskolorna i Skolmatsakademien och Västra Götaland att ta del av enkäten, men den är utformad på så sätt att den ska kunna användas av alla Sveriges skolor i arbetet med att förbättra elevers hälsa och folkhälsan i stort. Många av enkätfrågorna är skapade som ett hjälpmedel till de enskilda skolorna, för att veta vad de måste arbeta vidare med.

Då barn och ungdomar är den viktigaste målgruppen i folkhälsoarbetet är det viktigt att tidigt i livet introducera dem för goda hälsovanor, vilket kan bidra till fortsatta hälsosamma val senare i livet. Enligt Danielsson (2006) kan en hälsosam kost förebygga välfärdssjukdomar såsom fetma, hjärt-kärlsjukdomar och cancer. Att minska dessa hälsoproblem i befolkningen bidrar bland annat till lägre samhällskostnader i form av minskade sjukskrivningar samt lägre sjukvårdskostnader.

För en del elever kan skollunchen vara den enda riktiga måltiden på dagen, därför är det särskilt viktigt att skollunchen håller en hög kvalitet. Skolan har här alla möjligheter att påverka barns och ungdomars matvanor genom att servera en näringsriktig kost samt att förmedla en positiv syn på mat. Detta kan ge goda kostvanor hos eleverna och därigenom på sikt ge en friskare och en mer hälsosam befolkning.

7. Slutsats

På uppdrag av Skolmatsakademien har en enkät på 15 frågor sammanställts. Frågorna är testade i två pilotstudier för att hålla god validitet samt reliabilitet och är formulerad på så sätt att den ska kunna appliceras på alla elever i årskurs 3, 6 och 9 oavsett kommun eller stadsdel.

8. Referenser

Andersson, I (2006). *Epidemiologi för hälsovetare*. En introduktion. Lund: Studentlitteratur.

Becker, W och Barbieri, H (2004). *Svenska barns matvanor – resultat från enkätfrågor*. Uppsala: Svenska Livsmedelsverket.

Collste, G (1996). *Inledning till etiken*. Lund: Studentlitteratur.

Danielson, M (2006). *Svenska skolbarns hälsovanor 2005/06*. Statens Folkhälsoinstitut.

Ejlertsson, G (2008). *Enkäten i praktiken – en handbok i enkätmetodik*. Malmö: Studentlitteratur.

Livsmedelsverket (2001). *Riktlinjer för skolluncher*. Kalmar: Svenska Livsmedelsverket.

Livsmedelsverket (2005). *Svenska näringsrekommendationer - Rekommendationer om näring och fysisk aktivitet*. Fjärde upplagan. Uppsala: Livsmedelsverket.

Livsmedelsverket (2006). *Vägledning om hygien*. Tillsynsavdelningen. Uppsala: Svenska Livsmedelsverket.

Livsmedelsverket (2007). *Bra mat i skolan*. Uppsala: Svenska Livsmedelsverket.

Nordlund, G och Jacobson, T (1997). *Högstadikeenkäten: högstadieelevernas måltidsvanor relaterat till hur de mår och känner sig i skolan, deras skolprestationer och sociala bakgrund*. Umeå: Umeå universitet.

Patel, R och Davidson, B (2003). *Forskningsmetodikens grunder*. Tredje upplagan. Lund: Studentlitteratur.

Rasmussen, R, Eriksson, M, Bokedal, C, Schäfer-Elinder, L (2004). *Fysisk aktivitet, matvanor, övervikt och självkänsla bland ungdomar*. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.

SFS 1977:1160. Svensk författningssamling. *Arbetsmiljölagen 1977:1160*. Stockholm: Arbetsmarknadsdepartementet ARM.

SFS 1985:1100. Svensk författningssamling. *Skollagen 1985:1100*. Stockholm: Utbildningsdepartementet.

SFS 2006:804. Svensk författningssamling. *Livsmedelslagen 2006:804*. Stockholm: Jordbruksdepartementet.

Sjöberg, A, Hallberg, L, Höglund, D, Hulthén L (2003). *Meal pattern, food choice, nutrient intake and lifestyle factors in The Göteborg Adolescence Study*. European Journal of Clinical Nutrition 57 (12): 1569-1578.

SkolmatensVänner (2007). *SkolmatensVänners kartläggning av Sveriges kommuner gällande de måltider som idag serveras på landets grundskolor och förskolor*. Lund: SkolmatensVänner.

Socialdepartementet (2007). *En förnyad folkhälsopolitik. Regeringens proposition 2007/08:110* Stockholm: Socialdepartementet.

Socialstyrelsen (2005). *Folkhälsorapport 2005*. Stockholm: Socialstyrelsen.

Socialstyrelsen (2006). *Buller bort! – en liten bok om god ljudmiljö i förskolan*. Stockholm: Socialstyrelsen.

Socialstyrelsen (2009). *Miljöhälsorapport 2009*. Stockholm: Socialstyrelsen.

Trost, J (2007). *Enkätboken*. Tredje upplagan. Polen: Pozkal.

Vetenskapsrådet (2002). *Forskningsetiska principer – inom human och samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

Vågstrand, K (2008). *Eating habits among adolescents and their mothers*. Stockholm: Karolinska institutet.

Internet

SkolmatensVänner <http://www.skolmatensvanner.se/index.php>

Skolmatsakademin <http://www.vgregion.se/skolmatsakademin>

Unicef <http://www.unicef.se>

Västra Götalands hemsida <http://www.vgregion.se/sv/Regionkansliet/Folkhalsa>

9. Bilagor

9.1 Bilaga 1, Mail till kontaktpersoner

Hej!

Vi är två studenter från Folkhälsovetenskapligt program, Göteborgs universitet som tillsammans med Skolmatsakademin håller på att ta fram en internetbaserad skolmatsenkät som Ni i kommuner och stadsdelar har efterfrågat.

För att få en uppfattning om vad dessa frågor bör innehålla så behöver vi nu Din hjälp. Därför undrar vi om det i Er kommun/stadsdel idag finns någon skolmatsenkät som Ni använder för att mäta Ert arbete? Vad tycker Ni är bra med denna och finns det någonting som ni saknar?

För Er som i nuläget inte använder någon enkät undrar vi om Ni har några önskemål om vad en framtida skolmatsenkät bör innehålla?

Vi skulle uppskatta om Ni som har möjlighet kan skicka en kopia på Er nuvarande skolmatsenkät.

Vi är mycket tacksamma för Ert svar, och hoppas att Ni har möjlighet att ge oss svar så fort som möjligt!

Med vänliga hälsningar/ Malin Kvarth & Hanna Johansson (gm Skolmatsakademin)

9.2 Bilaga 2, Skolmatsenkät pilotstudie 1

Skolmatsenkät 2009 Pilotstudie 1

1. Hur ofta brukar du äta i skolrestaurangen?

- Varje dag i veckan
- 3 – 4 dagar i veckan
- 1 – 2 dagar i veckan
- Aldrig

2. Vad tycker du om skolmaten?

- Alltid god
- Oftast god
- Oftast äcklig
- Alltid äcklig

3. Äter du frukt och grönsaker till måltiden i skolan?

- Ja, alltid
- Ibland
- Nej

4. Serveras det fler än en maträtt varje dag i din skolrestaurang?

- Ja
- Nej

5. Upplever du att maten är för kall i din skolrestaurang?

- Ja, alltid
- Ibland
- Nej

6. Stämmer den serverade maten överens med den mat som står på matsedeln?

- Ja
- Ibland
- Nej

7. Är det trivsamt i din skolrestaurang?

- Ja
- Sådär
- Nej

8. Hinner du äta din mat i lugn och ro?

- Ja, alltid
- Ibland
- Nej

9. Tycker du att det är hög ljudnivå i skolrestaurangen?

- Ja, alltid
- Ibland
- Nej

10. Är det alltid rent i skolrestaurangen?

- Ja
- Nej

11. Är du nöjd med skolmåltidspersonalens bemötande?

- Ja
- Nej

12. Var sitter din lärare i skolrestaurangen?

- Vår lärare äter inte i skolrestaurangen
- Tillsammans med eleverna
- Tillsammans med lärarna
- Vet ej

13. Finns det mat råd på din skola?

- Ja
- Nej
- Vet ej

14. Äter du frukost hemma?

- Ja, alltid
- Ibland
- Aldrig

15. Vilken årskurs går du i?

- Åk 3
- Åk 6
- Åk 9

16. Är du..?

- Tjej
- Kille

Tack för din medverkan!

9.3 Bilaga 3, Informationsbrev

Hej elever och föräldrar!

Vi är två studenter på Folkhälsovetenskapliga programmet vid Göteborgs Universitet som på uppdrag av Skolmatsakademin och Skolmatens Vänner, ska sammanställa en enkät om barnens uppfattning om skolmaten. Denna enkätframställning kommer att utgöra vårt examensarbete.

Vi kommer att göra en pilotstudie, en s.k. teststudie på elever i *****skolan, årskurs 3, 6 och 9 och vill därför informera Dig som förälder om att denna pilotstudie kommer att äga rum. Allt medverkande är frivilligt och deltagarna är helt anonyma.

Har ni frågor kring studien och dess syfte är Ni välkomna att kontakta oss

Hanna 070X – XX XX XX

Malin 070X – XX XX XX

Tack för hjälpen!

Hanna Johansson

Malin Kvarth

9.4 Bilaga 4, Skolmatsenkät pilotstudie 2

Skolmatsenkät 2009 Pilotstudie 2

1. Är du...?

- Tjej
- Kille

2. Vilken årskurs går du i?

- Åk 3
- Åk 6
- Åk 9

3. Äter du frukost hemma?

- Alltid
- Oftast
- Sällan
- Aldrig

4. Hur ofta brukar du äta i skolrestaurangen?

- 5 dagar i veckan
- 3 – 4 dagar i veckan
- 1 – 2 dagar i veckan
- Aldrig

5. Vad tycker du om skolmaten?

- Alltid god
- Oftast god
- Sällan god
- Aldrig god

6. Äter du sallad/grönsaker till måltiden i skolan?

- Alltid
- Oftast
- Sällan
- Aldrig

7. Serveras det fler än en maträtt varje dag i din skolrestaurang?

- Ja
- Nej

8. Hur upplever du temperaturen på maten i din skolrestaurang?

- För kall
- För varm
- Varken för kall eller för varm

9. Har du tillräckligt med tid att äta din skollunch?

- Alltid
- Oftast
- Sällan
- Aldrig

10. Vad tycker du om ljudnivån i skolrestaurangen?

- Hög
- Låg
- Varken hög eller låg

11. Är det rent i skolrestaurangen?

- Alltid
- Oftast
- Sällan
- Aldrig

12. Tycker du att skolmåltidspersonalen är trevlig?

- Ja
- Nej

13. Var sitter din lärare i skolrestaurangen?

- Vår lärare äter inte i skolrestaurangen
- Tillsammans med eleverna
- Tillsammans med andra lärare
- Vet ej

14. Känner du dig trygg i skolrestaurangen?

- Alltid
- Oftast
- Sällan
- Aldrig

15. Finns det matråd på din skola, där skolmaten kan diskuteras?

- Ja
- Nej
- Vet ej

16. Kan du äta dig mätt i skolrestaurangen?

- Alltid
- Oftast
- Sällan
- Aldrig

17. Vilket betyg ger du din skolrestaurang?

- Mycket bra
- Bra
- Mindre bra
- Inte alls bra

9.5 Bilaga 5, Utvärdering av skolmatsenkät

Utvärdering av skolmatsenkät 2009

Vad tyckte du om enkätens längd?

- För kort
- För lång
- Lagom

Vad tyckte du om frågorna?

- Lätta att förstå
- Svåra att förstå

Om någon fråga var svår, Vilken/ Vilka? _____

Har du andra synpunkter på skolmaten?

Tack!

9.6 Bilaga 6, Slutgiltig skolmatsenkät

Skolmatsenkät 2009 Slutgiltig

1. Äter du frukost hemma?

- Alltid
- Oftast
- Sällan
- Aldrig

2. Hur ofta brukar du äta i skolmatsalen?

- 5 dagar i veckan
- 3 – 4 dagar i veckan
- 1 – 2 dagar i veckan
- Aldrig

3. Vad tycker du om skolmaten?

- Alltid god
- Oftast god
- Sällan god
- Aldrig god

4. Äter du sallad/grönsaker till måltiden i skolan?

- Alltid
- Oftast
- Sällan
- Aldrig

5. Serveras det fler än en maträtt varje dag i din skolmatsal?

- Ja
- Nej
- Ingen uppfattning

6. Hur upplever du temperaturen på maten i din skolmatsal?

- För kall
- För varm
- Varken för kall eller för varm

7. Vad tycker du om ljudnivån i skolmatsalen?

- Hög
- Låg
- Varken hög eller låg

8. Är det rent i skolmatsalen?

- Alltid
- Oftast
- Sällan
- Aldrig

9. Tycker du att skolmåltidspersonalen är trevlig?

- Ja
- Nej
- Ingen uppfattning

10. Äter lärare i skolmatsalen?

- Ja
- Nej
- Vet ej

11. Känner du dig trygg i skolmatsalen?

- Alltid
- Oftast
- Sällan
- Aldrig

12. Finns det matråd/kostråd på din skola, där skolmaten kan diskuteras?

- Ja
- Nej
- Vet ej

13. Har du tillräckligt med tid att äta din skollunch?

- Alltid
- Oftast
- Sällan
- Aldrig

14. Kan du äta dig mätt i skolmatsalen?

- Alltid
- Oftast
- Sällan
- Aldrig

15. Vilket betyg ger du din skolmatsal?

- Mycket bra
- Bra
- Mindre bra
- Inte alls bra

Tack för din medverkan!